

臺馬志工計劃性物質消費動機、環保意識、自主簡樸生活與生活滿意度關係之研究

鄭伊玓¹、吳淑娟^{2*}

¹ 國立臺灣師範大學幼兒與家庭科學學系碩士生

² 慈濟大學兒童發展與家庭教育學系助理教授

摘要

在氣候極端異常、疫情肆虐的時代，人類確實有必要重新面對物質消費行為、環保意識及自主簡樸生活間的關係，重新思索人與環境、人與自然的關係。本研究目的主要在探討臺灣和馬來西亞志工在計劃性物質消費動機、環保意識、自主簡樸生活及生活滿意度之關聯性。

為達研究目的，本研究問卷參考國外量表，編制成合適本研究之「計劃性物質消費動機、環保意識、自主簡樸生活及生活滿意度電子問卷」，採 google 電子問卷調查方式。為確保問卷信效度，邀請專家進行問卷審視和修改後，透過預試問卷進行信效度分析，本問卷信度係數達.93 具高一致性，經修改後之正式問卷，針對臺灣和馬來西亞志工以滾雪球的方式，總計回收 716 份，剔除無志工經驗填答者 56 份，有效問卷為 660 份、有效樣本數達 92.2%。

本研究結果發現，計劃性物質消費動機、環保意識、自主簡樸生活和生活滿意度之間息息相關。本研究資料分析後發現受試者社會人口變項之年齡、職業、教育程度與志工資歷與計劃性物質消費動機達顯著差異。性別、年齡、職業和志工資歷與環保意識達顯著差異。性別、年齡、職業、教育程度、家庭經濟狀態和志工資歷與自主簡樸生活達顯著差異。本研究根據資料分析結果歸結五大結論並針對志工組織、學校及未來研究提出建議。

關鍵字：志工、計劃性物質消費動機、環保意識、自主簡樸生活、生活滿意度

投稿日期：2022 年 05 月 13 日；接受日期：2023 年 02 月 10 日 *為通訊作者

壹、緒論

一、研究背景與動機

受到資本主義的影響，整個社會刺激消費的行銷方式愈來愈多，民眾的物質需求與慾望也愈來愈高。卻有許多人反其道而行，在普遍物慾高漲的時代，自動減少物慾、降低生活消費需求，崇尚儉樸的生活型態。西方有許多文獻紀錄提倡簡樸生活例子，如美國有艾米許(Amish)族持續過著樸實無華的生活。

全球從 2020 年以來受新冠狀病毒影響，有人主張是大自然反撲；更有一群人不希望地球持續被人類破壞，選擇簡樸生活，並默默用行動為社會付出，減少購買不必要的物品、執行環境保護的習慣及實施簡樸生活。隨著社會快速變遷，有必要讓更多人理解計畫性消費、環保及自主簡樸生活型態，引發人們重新思考簡樸的消費行為與益處、進而影響更多人，共同建立對環境更友善的消費行動。

本文第一作者來自馬來西亞，因父母都擔任志工，從小接觸許多放棄奢華生活，施行簡樸生活的志工家庭，就算是被外界質疑，仍堅持簡樸生活；在與臺灣志工接觸後，更發現臺灣也有許多志工同樣選擇簡樸的生活。經相關文獻探討，在臺灣僅少數分別探討簡樸生活、物質消費動機或環保意識的研究，如：杜瑞澤和吳志南(2005)和許芷菱(2019)分別以消費動機、環保意識與生活三個變項進行探究，但相關自主簡樸生活之探究仍相當缺乏。有感臺灣及馬來西亞相關自主簡樸生活之探究相當缺乏，在這個疫情及氣候議題嚴峻的時代，更突顯環境意識及簡樸生活的重要性，人與人、人與社會、人與自然間存在互相的影響，生活方式與許多因素互相連接，足見本研究的重要性與迫切性。

二、研究目的

基於上述研究背景與動機，本研究目的有五：

- (一)探討臺灣及馬來西亞志工之概況分析。
- (二)探討臺灣及馬來西亞志工之計劃性物質消費動機及其差異情形。
- (三)探討臺灣及馬來西亞志工之環保意識及其差異情形。
- (四)探討臺灣及馬來西亞志工之自主簡樸生活及其差異情形。
- (五)探討計劃性物質消費動機、環保意識及自主簡樸生活之相關性。

三、名詞解釋

(一) 志工

本研究所謂志工，係指在臺灣和馬來西亞民眾出於自由意志，非基於個人義務或法律責任，以知識、體能、勞力、經驗、技術、時間等貢獻社會，不以獲取報酬為目的，以提高公共事務效能及增進社會公益所為之各項輔助性服務活動，且目前仍持續參與志工活動者皆屬之。

(二) 計劃性物質消費動機

本研究計畫性物質消費動機，主要參考 Cinar(2021)研究的定義，包括計畫性消費(planned shopping)及物質財富(material wealth)概念，亦即個體進行有計劃的購物，根據自己的需要進行購買、注重產品品質高於產品的數量及其對精神與物質的重視程度之計劃性消費心理過程及促使個體消費之行為意向。

(三) 環保意識

環保意識是對於環境保護有一定高度的認知，不僅在心靈上具有環保意識外，也在實質上付出行動展現環保行為。本研究所謂環保意識係指個體對於環境的信念、關注、行為的認知與態度。本研究參照 Kilbourne 和 Pickett(2008)的物質主義問卷中的環境信念、環境關注、環境行為(直接)、環境行為(間接)四

個要素。

(四) 自主簡樸生活

「簡樸」乃是一般正常生活，只要不奢侈、浪費，即是簡樸、是十分人性的生活(李志夫，2009)。Peyer、Bulderjahn、Seegebarth 和 Klenm(2017)主張自主簡樸者(voluntary simplifier)係指志願放棄大多數的消費行為和財產以活出簡樸、有意義的人生者。自主簡樸生活是一個人性化的生活，追求的不是物質性的而是內在的滿足，故願意減少物質消費需求及工作，更重視個人的時間、內在滿足和低壓生活。本研究的自主簡樸生活係指個體重視個人內在生命意義與價值的實踐，而非物質享受，主動選擇簡單生活、重視物品的使用壽命、或選擇自給自足的生活等。

(五) 生活滿意度

本研究的生活滿意度是指個體對於自己目前生活狀況的心理感受，與主觀對於自己本身生活的肯定和滿意程度。本研究參照 Diener 和 Pavot(1993)提出的生活滿意度量表(Satisfaction With Life Scale, SWLS)共 5 個題項：現實與理想生活、生活狀況、生活滿意、生活重要所得、人生肯定。

貳、文獻探討

一、志工之意涵及相關研究

根據衛生福利部志願服務法之定義，志願服務係指民眾出於自由意志，非基於個人義務或法律責任，秉誠心以知識、體能、勞力、經驗、技術、時間等貢獻社會，不以獲取報酬為目的，以提高公共事務效能及增進社會公益所為之各項輔助性服務。志願服務者 (以下簡稱志工)是指對社會提出志願服務者。

本研究所謂志工，係指在臺灣和馬來西亞參與志工活動，且目前仍主動參與者。

國內針對志工的研究相當多，包括不同類型的志工、不同年齡層志工或服務型態等，近幾年許多針對志工參與動機等(楊雯伊，2020；陳明輝，2019)，但甚少針對志工的消費動機與生活型態進行探討。

二、計劃性物質消費動機之意涵及相關研究

(一) 計劃性物質消費動機之意涵

消費動機是指購買產品滿足個體需要的內在驅力。相關動機的理論非常多，動機源之於需要，需要就是客觀刺激物通過人體感官作用於人腦所引起的某種缺乏狀態，需要的多樣化決定動機的多樣性(許芷菱，2019)。何睦美和魏家珮(2010)將「自願簡單消費意識」定義為消費者內心具有高漲之環保意識，願意選擇符合道德商品之正面消費。Shaw 和 Newholm(2002)將自主簡樸消費動機歸納為自我價值中心及利他考量兩項。Ballantine & Greery(2009)將自主簡樸消費方式分為三類：減少消費、道德消費、永續消費。根據德國 2017 年發表的研究，提出五種自主簡樸消費型態，包括自主簡樸者(voluntary simplifier)；富裕消費者(well-off consumer 收入和財產數量高於平均數者)；高收入消費者(over-consumption consumer)；較不富裕的消費者(less well-off consumer)；貧窮消費者(poor consumption)；並指出簡樸生活者的特性，主要有二：降低自己自由消費意志，並非因為自己是否遇到財務困境；具有普世價值觀，視自己為自然的一部分，並提倡自然，與世界社會融為一體(Peyer et al., 2017)。由上述可知，自主簡樸生活與物質消費息息相關。Cinar(2021)研究更主張個體有計畫性的消費、物質財富都與簡單生活有關；該研究亦主張物質財富(material wealth)與簡樸生活的關係，而所謂物質財富的概念，係指在崇尚消費、崇尚奢華生活的後現代社會，人們會以消費和購買品牌來展現自我的身份，亦可象徵著一種物質、私人和不同的生活方式。本研究發現計畫性消費(planned shopping)相當有別於傳統消費動機和行為，根據 Cinar(2021)發現自願簡樸生活方式的人會進行有計

劃的購物，根據自己的需要進行購買，重視產品的品質更勝於產品數量。

本研究綜合計劃性消費、物質財富及消費動機的概念為「計畫性物質消費動機」，更貼近本研究欲傳達的概念。並將其定義為個體進行有計劃的購物，根據自己的需要進行購買、注重產品品質高於產品的數量及其對精神與物質的重視程度之計劃性消費心理過程及促使個體消費之行為意向。

(二) 相關研究

在科技發展迅速的年代，人們消費選擇越來越多。臺灣消費動機相關研究，大多與特定商品或商店的消費為主(林葦宥，2012；許芷菱，2019；唐佩蘭，2020)，僅王博、劉會欣與李志(2008)探討大學生消費心理動機與本研究略為相關，研究發現大學生消費心理中的基本動機是以追求商品的實際使用價值為主要目標的購買動機。

歸納相關消費動機之研究(許芷菱，2019；唐佩蘭，2020)主題大致分為三種，滿意度、忠誠度及生活型態。就滿意度與忠誠度而言，研究發現個人背景、產品的特色、口碑形象、服務人員、安全、保證性、關懷性、可靠性、穩定性、優惠、消費的環境與消費者的滿意度與忠誠度有所影響；其次，生活型態方面，研究結果發現消費者的年齡、職業、習慣以及產品的優惠與消費者的生活型態有顯著的關係；第三，就不同年齡群體，研究結果發現趨同性和不同價值取向，如：功能價值、附加價值、社會價值、實際使用價值與消費動機達顯著相關。另根據許芷菱(2019)研究結果發現，31 歲以上的消費者比 21 至 30 歲者，更容易因促銷優惠而增加消費；軍公教業與自由業相比，軍公教業更傾向因促銷優惠而消費；20 歲以下、26 至 30 歲、及 30 歲以上者較 21 至 25 歲者會因為交際應酬而消費；工業與服務業之消費者會因交際應酬消費的比例亦高於軍公教與自由業者；31 歲以上的消費者會比 26 以下的消費者傾向於紓解壓力而消費。工業與服務業者因紓解壓力而消費的比例高於軍公教業與自由業者。

綜上所述，多數消費動機之研究聚焦在消費滿意度、忠誠度、生活型態以及年齡層之探討，少有研究探討計畫性消費動機情形。據上述研究發現不同的

人口變項與消費動機之間達顯著差異，足為本研究之參考。

三、環保意識之意涵及相關研究

(一) 環保意識的定義與內涵

環保意識(environmental consciousness)係指人們對於環境保護的認知及態度(鄭秋龍, 2013)。黃品潔(2020)和(林芳伶, 2018)主張環保意識是一種信念，而每個人擁有的信念不同。近年來環境遭受嚴重破壞，越來越多消費者具有環保意識，其對環境的關心程度提高，對於購買綠色產品及實際參與環保行為的意願大幅提升。本研究所謂環保意識亦即個體對於環境的信念、關注、行為的認知與態度。本研究參考 Kilbourne 和 Pickett(2008)的物質主義問卷，包括 3 個構面：環境信念、環境關注及環境行為(直接和間接)，共 21 題。本研究環保意識，採用較相關的環境信念與環境行為之 13 題為環保意識量表。

(二) 相關研究

在世界各個角落許多人陸續提倡與重視環保概念，並逐漸成為耳熟能詳的名詞。亦有許多學者針對不同研究對象進行探究。近年國內環保意識相關研究發現，如：黃品潔(2020)發現環保意識與年齡、教育程度均達顯著正相關，亦即年齡、教育程度越高，其環保意識亦較高；林芳伶(2018)研究發現具有環保意識的消費者會注意產品環保意義和環保行為，而非產品本身品牌；戴曉峯(2020)在針對全臺消費者所進行的研究，發現環境態度對綠色旅館接受度之物質面達顯著影響，且環境行為對綠色旅館接受度的物質面與心理面影響達顯著。故不同的個人背景其環保意識及消費行為間有明顯差異，值得進一步探究。

四、自主簡樸生活之意涵及相關研究

(一) 自主簡樸生活的意涵

「簡樸」的基本意涵為「簡單、樸素」。簡樸不等於刻苦禁欲，簡樸不在於物質由多變少，而是可以真正地倚靠、享受神賜的恩典(潘怡蓉，2018)。自主簡樸即是藉由自發性反省自己的生活目標，進而懂得節制自己的欲望以達到身心平衡，促進人與生態的和諧(阮素娥，2004)。簡單生活型態本身就是一種快樂，更是唯一成為富有的方式(Rudmin & Kilbourne, 1993)。Balsa-Budai、Kiss、Kovacs 和 Szakaly(2019)則認為自主簡樸生活型態者是指一個特別的消費團體、非典型過度消費，並且是一種物質價值系統，主張有意義降低消費的重要性，不只為了永續消費，更為了自己的靈性與心智的健康，考量社會、經濟與環境永續發展。Elgin(2013)指出美國於 2008 年研究發現已經有 20%的成年人口、將近 4000 萬成人開始有意識主張地球友善、物種永續的責任。本研究所謂自主簡樸生活型態，參考Cinar(2021)簡樸生活的定義，指個體願意減少物質消費需求及工作，更重視個人的時間、內在滿足和低壓生活。本研究採用Cinar(2021)簡樸生活量表之 3 個構面：簡單生活、物命、自給自足。所謂簡單生活(simple life)，係指個體選擇降低物質消費需求、避免過度浪費的簡單生活型態；所謂物命(longevity)，係指個體重視物品的實用價值的程度；所謂自給自足(self-sufficiency)，係指個體重視自己消費和所得的平衡，傾向於精神生活上的滿足與自由，施行更簡單、對環境更友善，甚至是自給自足的生活方式。

(二) 相關研究

現今普遍大眾對自主簡樸生活的概念仍較陌生，容易將自主簡樸與節儉混為一談。國內相關研究甚少，大多與綠色消費有關，如阮素娥(2004)以美體小舖消費者為對象，發現自願簡單消費意識與綠色消費行為具有正相關，自願簡單消費意識相關因素中，主要是透過人際分享來提升綠色選購的綠色消費行為；

該研究發現高自願簡單消費意識者具有收入高且年齡較長的特徵。其次是廖梁惠媛(2010)以美國舊派艾米許族群為主所進行之簡樸生活持續的內在動力研究，發現該族群受到信仰和歷史的影響，具有善待大自然、熱愛樸實生活、避免太多科技的困擾、重視人與人之間的關係與互動之特性。西方在自主簡樸生活相關研究較多元，如 Alexander 和 Ussher(2012)以實施自主簡樸行動者為對象，發現個人背景、生活型態、價值觀、行為、實施動機與自主簡樸生活的實施有顯著的關係；Walther、Sandlin 和 Wuensch(2016)以質性訪談，深入了解自主簡樸者之簡樸信念、喜悅及靈性之關係，發現自主簡樸者更懂得聚焦其在簡樸生活狀態下的快樂和滿足。近年，Cinar(2021)研究發現消費者在新型冠狀病毒疫情期間，計劃性消費、簡單生活以及物命三個變項都有增加的趨勢。此外，計劃性消費、簡單生活、物命、自給自足和物質財富等變項與部分社會人口變項達顯著差異。綜括上述，研究對象大致以實施自主簡樸生活的個體及自願簡單消費之消費者為主；其探究自主簡樸生活可分為兩種，持續自主簡樸生活的內在動力以及綠色消費行動。綜合上述研究結果，發現個人背景、文化歷史、信仰、生活型態、價值觀、行為、實施動機與持續自主簡樸生活的內在動力有很大的相關(廖梁惠媛，2010；Alexander & Ussher, 2012)。就綠色消費行動方面，研究結果發現自願簡單消費意識、人際分享以及個人背景與綠色消費相關連(阮素娥，2004)。

五、生活滿意度之意涵及相關研究

(一) 生活滿意度的意涵

生活滿意度係指個體心理上的幸福滿足感，屬於全面性的主觀感受，來自個人對自己與生活做整體滿意程度的評估及判斷，以了解個人期望目標和實際成就之間的差距程度，當差距愈小時則生活滿意度愈大(黃弘欽，2011)。生活滿意度，包含身理健康狀況、心理健康狀況、社會互動三方面等銀髮族內心的感受、自我能力的主觀判斷，在現實生活中的滿意程度，是否可以達到成功的

老化(王碧雲、徐俊雄、李世昌，2011)。本研究的生活滿意度係指個體對於自己目前生活狀況的心理感受，與主觀對於自己本身生活的肯定和滿意程度。本研究參照 Diener 和 Pavot(1993)提出的生活滿意度量表(Satisfaction With Life Scale, SWLS)，分為 5 個構面：現實生活與理想生活、生活狀況、生活滿意、生活重要所得、人生肯定共 5 個題項。

(二) 相關研究

科技發達的時代，人們開始對自己的生活有更多的關注和要求。許多學者亦針對不同研究對象或議題進行生活滿意度之探討，卻甚少研究著墨於自主簡樸生活與生活滿意度。根據幾個以志工為對象探討其生活滿意度的研究(戴嘉育，2017；王碧雲、徐俊雄、李世昌，2011；黃弘欽，2011)，研究結果發現志工的參與服務動機、身心健康與生活滿意度之間具交互影響，且大部分的研究顯示心理健康與生活滿意度有關連性。因此，深入探究志工之環保意識、計劃性物質消費動機和自主簡樸生活及生活滿意度間的關聯性確實具有意義和價值。

參、研究方法與架構

一、研究方法

本研究採問卷調查研究法，廣邀臺灣和馬來西亞志工填寫，探究其計劃性物質消費動機、環保意識、自主簡樸生活及生活滿意度間之關係。本研究考量防疫及科技發達之便，採電子問卷調查的方式，從兩個國家中熟識志工著手，運用滾雪球方式，邀請在地志工協助填寫問卷。

二、研究架構

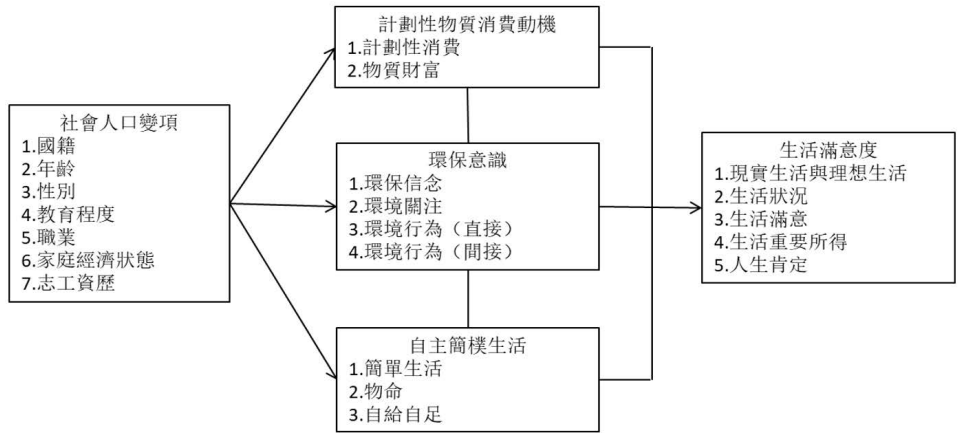


圖 1 研究概念圖(研究者繪製)

三、研究對象

本研究對象以臺灣及馬來西亞志工為主，探討其自主簡樸生活的想法、計劃性物質消費動機、環保意識及生活滿意度等。採用 Google 表單，以滾雪球方式收集臺灣及馬來西亞從事志願服務經驗之志工為主。

四、研究工具及信效度考驗

為達研究目的，參考國外量表發展適合本研究之「計劃性物質消費動機、環保意識、自主簡樸生活及生活滿意度電子問卷」，考量馬來西亞國情，以中文量表呈現為主，英文為輔。量表包括五個部分，第一為社會人口變項，包括：國籍、年齡、性別、教育程度、職業、家庭經濟狀態及志工資歷等；第二為計劃性物質消費動機量表，引用 Cinar(2021)自主簡樸生活量表，主要分為兩個面向：計劃性消費、物質財富。第三為環保意識量表，參照 Kilbourne 和 Pickett(2008)分為 4 個構面：環境信念、環境關注、環境行為(直接)、環境行為

(間接)。第四為自主簡樸生活量表，引用 Cinar(2021)自主簡樸生活量表，含括 3 個構面：簡單生活、物命、自給自足。第五為生活滿意度量表，參照 Diener 和 Pavot(1993)提出的生活滿意度量表(Satisfaction With Life Scale, SWLS)，包括 5 個構面：現實生活與理想生活、生活狀況、生活滿意、生活重要所得、人生肯定。問卷初稿完成後，先邀請熟悉成人心理與發展領域兩位教授針對問卷進行專家效度的分析。經過與指導老師的討論之後，決定修正部分問卷的文詞，讓題目更淺顯易懂，更貼近現代人生活理解。

為提高問卷信效度以回應研究目的，於問卷編製完成後，邀請臺灣及馬來西亞志工進行預試，累計回收 86 份問卷，剔除 4 份無效問卷，有效預試問卷為 82 份，運用項目分析及因素分析進行問卷整體信效度分析及作為刪題和修正之依據，以提高問卷信效度。在預試問卷回收後，利用統計套裝軟體 SPSS10.0 中文版，進行統計分析。採用極端組比較、同質性檢驗以及 KMO 與 Bartlett 檢定來分析，以極端組比較，平均數差異檢定未達.05 顯著水準，計有第 19 題($t(54)=-10.97, p<.001$)、第 27 題目($t(54)=-8.45, p<.001$)；第 1 題($t(54)=-6.00, p<.001$)第 31 題($t(54)=-7.89, p<.001$)，但考量各題檢定達顯著及量表意涵的完整性，決定保留該題項；其次，同質性檢驗採 Cronbach's α 係數分析，全量表內部一致性係數為.93，顯示出量表項目具有相當高的同質性；最後以 KMO 與 Bartlett 球形檢定，本研究之計劃性物質消費動機(KMO=.81, $p<.001$)、環保意識(KMO=.83, $p<.001$)、自主簡樸生活(KMO=.75, $p<.001$)，在 KMO 取樣適當性量係數皆大於 0.7，三變項均達顯著，表示該資料之抽樣為適當且適合進行因素分析。本問卷各量表因素分析的結果也與原規劃相同，訂為正式問卷。

肆、結果分析與討論

一、受試者基本資料分析

根據回收的 660 份有效樣本中基本資料的分析，依國籍、年齡、生理性別、

教育程度、職業、家庭經濟狀態與志工資歷等分析，結果說明如下。

(一) 國籍

660 位受試者中，屬臺灣國籍志工的共有 331 位，佔總人數 50.2%，屬馬來西亞國籍者有 329 位，佔總人數的 49.8%。依上述分析，志工國籍的分佈情形，其國籍的分佈均勻，臺灣與馬來西亞的比例約為 1：1。

(二) 生理性別

660 份有效樣本中，男性受試者有 143 位，佔總人數的 21.7%，女性受試者共有 517 位，佔總人數的 78.3%，顯示女性較男性為多。依上述分析，臺灣和馬來西亞志工依生理性別而言，女性多於男性，且女生與男生的比例約為 4：1。

(三) 年齡

660 位受試者中，年齡介於「51-60 歲」的最多，共計有 218 位，佔總人數的 33%，其次為「41-50 歲」者，共計 145 位，佔總人數的 22%，而「61-70 歲」者共有 119 位，總佔人數的 18%，總括來說，所有受試者中，年齡介於「41-70 歲」者，共計 482 位，佔總人數的 73%，31 歲以下及 71 歲以上的均為少數。

(四) 教育程度

660 位受試者中，扣除 1 個遺漏值，教育程度為「大學」者最多，共計有 366 位，佔總人數的 55.5%，其次為「高中以下」者，共計 205，佔總人數 31.1%，教育程度為「研究所以上」者有 86 位，佔總人數的 13%。總的來說，所有有效樣本中，教育程度大部分「大學」和「高中以下」，共計 571 位，佔總人數 86.6%，未接受正式學校教育者僅佔總人數的 0.3%。

依據上述分析的結果，可推論志工分佈的教育程度大部分介於高中以下到大學之間，大學學歷為居多，高中以下者次之，高達 86.6%。

(五) 職業

660 位受試者中，職業類別以工商農服務業者為最多，共計有 197 位，佔總人數的 29.8%，其次為「退休或無」者，共計 176 位，佔總人數的 26.7%；再其次為「軍公教警」者有 128 位，總佔人數的 19.4%。

(六) 家庭經濟狀態

660 位受試者中，家庭經濟狀態介於「RM6000 以上/NTD60,000 以上」者最多，共計有 244 位，佔總人數的 37%，其次為「RM2000-RM3999/NTD24,000-NTD39,999」者，共計有 179 位，佔總人數的 27.1%，而「RM4000-RM5999/NTD40,000-NTD59,999」者共有 144 位，佔總人數的 21.8%。總括來說，所有受試者家庭經濟狀態屬常態分佈，百分比在 14.1%至 37%之間。

(七) 志工資歷

660 位受試者當中，志工資歷在「10 年以上」最多，共計 343 位，佔總人數 52%，其次為「6-10 年」者，共計有 137 位，佔總人數 20.8%，而志工資歷達「3-5 年」者共有 82 位。整體來說，所有受試者的志工資歷偏高，志工資歷 6 年以上者，共有 480 位，佔總人數 72.8%。依上述分析，志工資歷的分配可推估資歷達 10 年以上者佔大多數，6-10 年者次之，而資歷高達 3-5 年者佔 12.4%。

二、受試者國籍與其他社會人口變項之分析

(一) 國籍與生理性別卡方檢定

兩個變項所構成的列聯表以卡方檢驗分析結果發現， $X^2_{(1)}=1.41$ ， $p>.05$ ，未達顯著水準，表示兩個變項之間相互獨立，未達顯著差異。表示臺灣和馬來西亞的志工，性別比例相當接近。女性志工為男性 3 倍以上。

(二) 國籍與年齡卡方檢定

國籍與年齡所構成的列聯表以卡方檢驗分析結果發現， $X^2_{(1)}=72.38$ ， $p<.05$ ，表示兩個變項達顯著差異。進一步分析發現受試志工中，臺灣 61 歲以上的高齡志工達 33%，較馬來西亞之 11.5%高出許多；而馬來西亞 31 歲至 50 歲的成年志工(43.2%)則明顯高於臺灣(19%)。臺灣 30 歲以下年輕志工佔 16%，略高於馬來西亞 11.2%。

(三) 國籍與教育程度卡方檢定

國籍與教育程度兩變項以卡方檢驗分析結果發現， $X^2_{(1)}=43.89$ ， $p<.05$ ，達顯著水準，表示兩個國家受試志工的教育程度確實有差異存在，臺灣志工教育程度為大學以上者達八成以上；馬來西亞志工教育程度以大學及高中為主，共佔 9 成以上。此應與臺灣高等教育普及化有關。

(四) 國籍與家庭經濟狀態卡方檢定

國籍與家庭經濟狀態兩個變項以卡方檢驗分析結果發現， $X^2_{(1)}=8.48$ ， $p<.05$ ，達顯著水準，表示兩個變項間達顯著差異。依臺灣與馬來西亞受試志工之家庭經濟狀況來看，發現收入在臺幣 6 萬以上的志工比例差異不大，但收入在臺幣四萬以下者，馬來西亞的志工明顯多於臺灣(馬 45.6%>臺 36.9%)。由上述可推計馬來西亞志工即使家庭經濟收入有限，仍積極投入志工的行列，但兩國的經濟水平略有差異，亦值得進一步探究。

(五) 國籍與志工資歷卡方檢定

國籍與志工資歷兩個變項以卡方檢驗分析結果發現， $X^2_{(1)}=17.52$ ， $p<.05$ ，達顯著差異。依臺灣與馬來西亞受試志工之志工資歷來看，發現馬來西亞的志工資歷明顯高於臺灣，有 78.7% 以上的受試者志工資歷達六年以上，而臺灣六年以上志工資歷者僅 66.8%。

(六) 國籍與職業卡方檢定

國籍與職業兩個變項依卡方檢驗分析結果發現， $X^2_{(1)}=39.51$ ， $p<.05$ ，達顯著差異。依臺灣與馬來西亞受試志工之職業類別來看，發現馬來西亞的志工以軍公教警、服務業及自營業者居多；臺灣志工則以退休或無職業者居多。

三、受試者社會人口變項、計劃性物質消費動機、環保意識、自主簡樸生活及生活滿意度之分析

回收的 660 份有效樣本中，受試者不同社會人口變項之計劃性物質消費動機、環保意識、自主簡樸生活及生活滿意度的差異分析以及四者之間的相關分析，依次說明如下。

(一) 受試者不同社會人口變項之計劃性物質消費動機的差異分析

為瞭解受試者不同社會人口變項其計劃性物質消費動機之差異情形，以獨立樣本 t 檢定及單因子變異數分析之。

1. 性別與計劃性物質消費動機

以統計量 t 檢定，研究發現性別不同其計劃性物質消費動機未達顯著差異 ($t=1.77$) (女 $M=4.18$ ， $SD=.67$ ；男 $M=4.06$ ， $SD=.79$)，亦即受試者對計劃性物質

消費動機並未因為性別不同而有所差異。

本研究的結果與林葦宥(2012)、唐佩蘭(2020)研究結果一致，性別與消費動機未達顯著差異，但與許芷菱(2019)的發現不一致，值得進一步探討。

2. 國籍與計劃性物質消費動機

以平均數 t 檢定，研究發現國籍不同其計劃性物質消費動機未達顯著差異 ($t=-1.50$)(臺 $M=4.11$, $SD=.75$; 馬 $M=4.19$, $SD=.65$)，亦即受試者的計劃性物質消費動機並未因為國籍不同而有所差異。目前兩國針對計畫性消費的議題探討和相關研究都甚少，未來值得進行跨國研究比較或質性方式深入研究。

3. 年齡與計劃性物質消費動機

將年齡分成 6 組，與計劃性物質消費動機進行單因子變異數分析。由表 1 可知，受試者年齡不同其計劃性物質消費動機達顯著差異，經過 LSD 事後比較發現，71 歲以上志工的計劃性物質消費動機高於 70 歲以下的志工；51-70 歲志工的計劃性物質消費動機高於 50 歲以下的志工；41-50 歲計劃性物質消費動機高於 40 歲以下志工；31-40 歲志工的計劃性物質消費動機高於 30 歲以下的志工。總的來說，志工年齡越大，計劃性物質消費動機越高。

本研究結果與林葦宥(2012)、唐佩蘭(2020)的研究結果不相符，年齡與消費動機未達顯著差異；與許芷菱(2019)的研究結果相同，年齡與消費動機達顯著差異。本研究發現年齡愈大，計劃性消費動機愈高，推測其與年齡愈大，物質慾望有降低趨勢且較具環保概念有關，未來可針對高齡者計畫性消費動機與行為進行質性探討。

表 1 年齡與計劃性物質消費動機之差異分析

變項	年齡	次數	平均數	標準差	變異數分析					
					來源	平方和	自由度	均方和	F 值	事後比較
計劃性物質消費動機	30 歲以下	90	3.49	.76	組間組內合計	64.15	5	12.83	32.39 ***	2、3、4、5、6>1 3、4、5、6>2 4、5、6>3 6>4、5
	31-40 歲	60	3.86	.67		259.00	654	.39		
	41-50 歲	145	4.16	.59		323.15	659			
	51-60 歲	218	4.30	.60						
	61-70 歲	119	4.38	.65						
	71 歲以上	28	4.71	.35						

* $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$

4. 職業與計劃性物質消費動機

以單因子變異分析分析不同職業受試者其計劃性物質消費動機是否達顯著差異，研究結果如表 2，受試者的職業不同其計劃性物質消費動機達顯著差異，經過 LSD 事後比較發現，退休或無職業志工的計劃性物質消費動機指數高於軍公教警、工商農服務業；軍公教警、工商農服務業、醫療、自營職業、兼職或其他志工的計劃性物質消費動機指數高於學生。總的來說，學生計劃性物質消費動機較低；退休或無職業志工的計劃性物質消費動機較高。

本研究結果與林葦宥(2012)的研究結果不相符；但與許芷菱(2019)的研究結果相同，職業與物質消費動機達顯著差異。針對本研究結果，推測可能原因係退休者或無職業者有較多經濟的考量、或物質慾望下降，其計畫性消費動機亦較高。

表 2 職業與計劃性物質消費動機之差異分析

變項	職業	次數	平均數	標準差	變異數分析					
					來源	平方和	自由度	均方和	F 值	事後比較
計劃性物質消費動機	軍公教警	128	4.10	.70	組間組內合計	39.77	6	6.63	15.27*	7>1、2
	工商農服務業	197	4.17	.63		283.39	653	.43	**	1、2、3、4、6、7>5
	醫療	14	4.20	.51		323.15	659			
	自營職業	33	4.32	.66						
	學生	67	3.48	.81						
	兼職或其他	45	4.25	.63						
	退休或無	176	4.36	.61						

* $p < .05$ ，** $p < .01$ ，*** $p < .001$

5. 教育程度與計劃性物質消費動機

將教育程度分成三組，與計劃性物質消費動機進行單因子變異數分析，研究結果如表 3 可知，受試者教育程度不同其計劃性物質消費動機達顯著差異，經 LSD 事後比較，發現教育程度為高中以下者其計劃性物質消費動機得分高於大學研究所含以上教育程度的志工。

本研究結果與林葦宥(2012)及 Akdağ 和 Demir(2021)的研究結果不相符，Akdağ 和 Demir(2021)研究發現教育程度愈高，其有意識消費及環境友善消費

程度愈高；與唐佩蘭(2020)的研究結果相符，教育程度與消費動機有關。

表 3 教育程度與計劃性物質消費動機之差異分析

變項	教育程度	次數	平均數	標準差	變異數分析					
					來源	平方和	自由度	均方和	F 值	事後比較
計劃性物質消費動機	高中以下	207	4.36	.59	組	13.57	2	6.78	14.37	1>2、3
	大學	366	4.04	.74	間	309.57	656	.47	***	
	研究所含以上	86	4.13	.65	組	323.13	658			
					內合計					

* $p < .05$ ，** $p < .01$ ，*** $p < .001$

6. 家庭經濟狀態與計劃性物質消費動機

以單因子變異數分析家庭經濟狀態與計劃性物質消費動機差異情形，研究結果發現家庭經濟狀態不同，其計劃性物質消費動機未達顯著差異，亦即受試者對計劃性物質消費動機並不會因為將家庭經濟狀態不同而有所差異。本研究結果與林葦宥(2012)的研究結果相符，月收入與消費動機未達顯著差異；但與許芷菱(2019)研究不相符。整體來說，不同家庭經濟狀態者可能都會有計劃性消費動機與行為，而其主要動機背後仍值得進一步探究。

7. 志工資歷與計劃性物質消費動機

將志工資歷分成 5 組，以單因子變異數分析志工資歷與計劃性物質消費動機之差異情形，分析結果如表 4，發現受試者志工資歷不同其計劃性物質消費動機達顯著差異，經過 LSD 事後比較發現，志工資歷 6 年以上志工的計劃性物質消費動機高於 5 年以下的志工；志工資歷 10 年以上志工的計劃性物質消費動機高於 6-10 年的志工。本研究發現志工資歷愈久，計劃性物質消費動機得分愈高。推測可能因素，志工資歷深、相對年齡也較高，與其生命歷練、看待環境的角度有關，故計畫性物質消費動機亦較高。

(二) 受試者不同社會人口變項環保意識之差異分析

以獨立樣本 t 檢定及單因子變異數分析，探討受試者不同社會人口變項其

環保意識差異情形。

表 4 志工資歷與計劃性物質消費動機之差異分析

變項	志工資歷	次數	平均數	標準差	變異數分析					
					來源	平方和	自由度	均方和	F 值	事後比較
計劃性物質消費動機	少於 1 年	63	3.67	.71	組	36.03	4	9.01	20.55*	4、5>1
	1-2 年	35	3.87	.79	間	287.12	655	.44	**	4、5>2
	3-5 年	82	3.85	.76	組	323.15	659			4、5>3
	6-10 年	137	4.18	.67	內					5>4
	10 年以上	343	4.33	.61	合計					

* $p < .05$ ，** $p < .01$ ，*** $p < .001$

1. 性別與環保意識

根據 t 檢定結果($t=2.017$, $p < .05$)，發現受試者性別不同其「環保意識」達顯著差異。由平均數來看，女性環保意識高於男性(女 $M=4.60$, $SD=.41$ ；男 $M=4.50$, $SD=.53$)。本研究結果與黃品潔(2020)、夏大平(2014)的研究結果性別與環保意識未達顯著差異不相符；與林芳伶(2018)的研究結果同，女性環保意識較高，其具體原因值得進一步探討。

2. 國籍與環保意識

根據 t 檢定結果($t=1.20$, $p > .05$)，發現國籍不同與環保意識未達顯著差異(臺灣 $M=4.60$, $SD=.46$ ；馬國 $M=4.56$, $SD=.43$)，亦即受試者的環保意識並不會因國籍不同而有差別。

3. 年齡與環保意識

將年齡分成 6 組，與環保意識機進行單因子變異數分析，分析的結果如表 5 所示。由表 5 可知，受試者的年齡不同其環保意識有差異，經過 LSD 事後比較發現，年齡層為 41 歲以上志工的環保意識高於 40 歲以下的志工；71 歲以上志工的環保意識高於 41-70 歲的志工。總的來說，志工年齡越大，環保意識越高。本研究結果與黃品潔(2020)的研究結果相同，年齡與環保意識達顯著差異；與林芳伶(2018)的研究結果不相符。

表 5 年齡與環保意識之差異分析

變項	年齡	次數	平均數	標準差	變異數分析					
					來源	平方和	自由度	均方和	F 值	事後比較
環保意識	30 歲以下	90	4.17	.83	組	11.68	5	2.34	13.08	3、4、5、 6>1 3、4、5、 6>2 6>3、4、5
	31-40 歲	60	4.43	.71	間	116.77	654	.18	***	
	41-50 歲	145	4.71	.49	組	128.45	659			
	51-60 歲	218	4.76	.47	內					
	61-70 歲	119	4.81	.53	合					
	71 歲以上	28	4.91	.24	計					

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

4. 職業與環保意識

以單因子變異分析探討不同職業受試者其環保意識是否達顯著差異，分析結果如下表 6。由表 6 可知，受試者職業不同其環保意識達顯著差異，經 LSD 事後比較，發現自營職業者之環保意識高於軍公教警業者；軍公教警、工商農服務業、醫療、自營職業、兼職或其他之環保意識高於學生。總的來說，學生的環保意識較低。本研究結果與黃品潔(2020)職業與環保意識無關的研究結果不相符。根據本研究結果推論，各層級教育在推動環保意識與行動上，宜更深化，讓學生體認環境與人的關係，以落實環保行動。

表 6 職業與環保意識之差異分析

變項	職業	次數	平均數	標準差	變異數分析					
					來源	平方和	自由度	均方和	F 值	事後比較
環保意識	軍公教警	128	4.52	.55	組	5.06	6	.84	4.47	4>1
	工商農服務業	197	4.62	.38	間	123.39	653	.19	***	1、2、
	醫療	14	4.70	.32	組	128.45	659			3、4、
	自營職業	33	4.72	.36	內					6、7>5
	學生	67	4.36	.46	合					
	兼職或其他 退休或無	45 176	4.60 4.62	.41 .42	計					

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

5. 志工資歷與環保意識

將志工資歷分成 5 組，以單因子變異數分析志工資歷與環保意識之差異情

形，分析結果如表 7。研究結果發現受試者志工年資不同其環保意識達顯著差異，經 LSD 事後比較，發現志工資歷 1 年以上者環保意識高於志工資歷少於 1 年的志工；志工資歷 10 年以上志工的環保意識高於志工資歷 1-10 年的志工。總的來說，志工資歷越高，環保意識越高的現象。

表 7 志工資歷與環保意識之差異分析

變項	志工資歷	次數	平均數	標準差	變異數分析					
					來源	平方和	自由度	均方和	F 值	事後比較
環保意識	少於 1 年	63	4.30	.61	組間組內合計	10.09	4	2.52	13.96***	2、3、4、5>1 5>2、3、4
	1-2 年	35	4.49	.51		118.36	655	.18		
	3-5 年	82	4.46	.51		128.45	659			
	6-10 年	137	4.55	.46						
	10 年以上	343	4.68	.33						

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

6. 教育程度與環保意識

將教育程度分成三組，與環保意識進行單因子變異數分析，作為瞭解不同教育程度者對環保意識是否達顯著差異，分析結果發現教育程度不同與環保意識未達顯著差異。本研究結果與黃品潔(2020)的研究結果相同，教育程度與環保意識未達顯著差異；與夏大平(2014)的研究結果不相符。本研究之研究對象均為志工，其接觸環保意識相關的議題相對較多，究其原因，志工之環保意識應較不受教育程度影響。

7. 家庭經濟狀態與環保意識

針對家庭經濟狀態與環保意識進行單因子變異數分析，發現家庭經濟狀態與環保意識未達顯著差異，表示個體環保意識觀念與家庭經濟高低無關。本研究結果與黃品潔(2020)的研究結果相同；與夏大平(2014)研究結果不符。可能因為時代轉變，環保意識愈來愈受到重視與普及，故較不受家庭經濟狀況所影響。

(三) 受試者不同社會人口變項之自主簡樸生活的差異分析

以獨立樣本 t 檢定及單因子變異數分析進行統計分析受試者不同社會人口變項其自主簡樸生活之差異情形。

1. 性別與自主簡樸生活

以統計量 t 檢定進行受試者不同性別其自主簡樸生活差異分析，根據 Levene 檢定兩組變異數是否相等，「自主簡樸生活」採用不假設變異數相等的 t 檢定結果($t=2.27, p<.05$)，如表 8，發現受試者性別不同其自主簡樸生活達顯著差異，由平均數來看，女性自主簡樸生活指數比男性高。

表 8 性別與自主簡樸生活的差異分析

變項	性別	次數	平均數	標準差	Levene 檢定	平均數 t 檢定
自主簡樸生活	女	517	4.43	.55	5.20*	2.27*
	男	143	4.28	.69		

* $p<.05$ ，** $p<.01$

2. 國籍與自主簡樸生活

以統計量 t 檢定結果發現國籍不同與生活滿意度未達顯著差異，亦即兩國之受試者自主簡樸生活得分相當(臺灣 $M=4.38, SD=.632$ ；馬國 $M=4.42, SD=.54$)。

3. 年齡與自主簡樸生活

將年齡分成 6 組，以單因子變異數分析探討不同年齡層的受試者對自主簡樸生活是否達顯著差異，分析的結果如下表 9 所示。由表 9 可知，受試者年齡不同其自主簡樸生活得分達顯著差異，經 LSD 事後比較，發現年齡層為 31 歲以上者其自主簡樸生活得分高於 30 歲以下者；41 歲以上者其自主簡樸生活得分高於 31-40 歲者；51 歲以上者其自主簡樸生活得分高於 41-50 歲者；61 歲以上者其自主簡樸生活得分高於 51-60 歲者；71 歲以上者之自主簡樸生活得分高於 61-70 歲以上者。總的來說，志工年齡越大其自主簡樸生活得分越高。

表 9 年齡與自主簡樸生活之差異分析表

變項	年齡	次數	平均數	標準差	變異數分析					
					來源	平方和	自由度	均方和	F 值	事後比較
自主簡樸生活	30 歲以下	90	3.89	.67	組間組內合計	38.55	5	7.71	26.84***	2、3、4、5、6>1 3、4、5、6>2 4、5、6>3 5、6>4 6>5
	31-40 歲	60	4.21	.62		187.87	654	.29		
	41-50 歲	145	4.38	.53		226.42	659			
	51-60 歲	218	4.49	.50						
	61-70 歲	119	4.62	.50						
71 歲以上	28	4.84	.28							

* $p < .05$ ，** $p < .01$ ，*** $p < .001$

4. 職業與自主簡樸生活

以單因子變異分析探討不同職業者其自主簡樸生活是否達顯著差異，分析結果如下表 10。由表 10 可知，受試者職業不同其自主簡樸生活達顯著差異，經 LSD 事後比較，發現自營職業、退休或無職業者其自主簡樸生活得分高於軍公教警；軍公教警、工商農服務業、醫療、自營職業、兼職或其他職業者之自主簡樸生活得分高於學生。總的來說，學生自主簡樸生活得分最低。

表 10 職業與自主簡樸生活之差異分析

變項	職業	次數	平均數	標準差	變異數分析					
					來源	平方和	自由度	均方和	F 值	事後比較
自主簡樸生活	軍公教警	128	4.34	.63	組間組內合計	23.17	6	3.86	12.41*	4、7>1 1、2、3、4、6、7>5
	工商農服務業	197	4.46	.52		203.25	653	.31		
	醫療	14	4.60	.45		226.42	659			
	自營職業	33	4.59	.49						
	學生	67	3.88	.66						
	兼職或其他 退休或無	45 176	4.43 4.50	.53 .51						

* $p < .05$ ，** $p < .01$ ，*** $p < .001$

5. 教育程度與自主簡樸生活

將教育程度分成三組，以單因子變異數分析瞭解不同教育程度者其自主簡樸生活達顯著差異，分析的結果如下表 11。由表 11 可知，受試者教育程度不

同其自主簡樸生活得分達顯著差異，經 LSD 事後比較，發現教育程度為高中以下者其自主簡樸生活得分高於大學研究所(含)以上者。

表 11 教育程度與自主簡樸生活之差異分析

變項	教育程度	次數	平均數	標準差	變異數分析					
					來源	平方和	自由度	均方和	F 值	事後比較
自主簡樸生活	高中以下	207	4.55	.50	組 間 組 內 合 計	7.60	2	3.80	11.41***	1>2、3
	大學	366	4.32	.60		218.45	656			
	研究所含以 上	86	4.35	.64		226.05	658	.33		

* $p < .05$ ，** $p < .01$ ，*** $p < .001$

6. 家庭經濟狀態與自主簡樸生活

以單因子變異數分析瞭解不同家庭經濟狀態其自主簡樸生活是否達顯著差異，分析的結果如下表 12。由表 12 可知，受試者家庭經濟狀態不同與其自主簡樸生活達顯著差異，經 LSD 事後比較，發現家庭經濟狀態少於 RM3999/少於 NTD39,999 者其自主簡樸生活高於 RM6000 以上/NTD60,000 以上者。本研究結果值得進一步深入

表 12 家庭經濟狀態與自主簡樸生活之差異分析

變項	家庭經濟狀態	次數	平均數	標準差	變異數分析					
					來源	平方和	自由度	均方和	F 值	事後比較
自主簡樸生活	少於 RM1999/少於 NTD 23,999	93	4.48	.55	組 間 組 內 合 計	2.70	3	.90	2.64*	1、 2>4
	RM2000-RM3999/NTD24,000- NTD39,999	179	4.47	.58		223.72	656			
	RM4000-RM5999/NTD40,000- NTD59,999	144	4.36	.61		226.42	659			
	RM6000 以上/NTD60,000 以上	244	4.33	.59						

* $p < .05$ ，** $p < .01$ ，*** $p < .001$

探討，究竟家庭經濟狀況與自主簡樸生活間實際關聯為何？以 Boujbel 和 d'Astous(2012)的研究發現低經濟來源之自主簡樸者其感受到更高的主觀幸福

感。

7. 志工資歷與自主簡樸生活

將志工資歷分成 5 組，與自主簡樸生活進行單因子變異數分析，分析結果如下表 13。由表 13 可知，受試者志工資歷不同其自主簡樸生活達顯著差異，經 LSD 事後比較，發現志工資歷 6 年以上者其自主簡樸生活得分高於志工資歷少於 1 年及資歷為 3-5 年者；志工資歷 10 年以上者之自主簡樸生活得分高於志工資歷 1-2 年及志工資料 6-10 年者。總的來說，志工愈資深，自主簡樸生活得分愈高。

表 13 志工資歷與自主簡樸生活之差異分析

變項	志工資歷	次數	平均數	標準差	變異數分析					
					來源	平方和	自由度	均方和	F 值	事後比較
自主簡樸生活	少於 1 年	63	4.11	.69	組間組內合計	22.34 204.09 226.42	4 655 659	5.58 .31	17.92** *	4、5>1 5>2、4 4、5>3
	1-2 年	35	4.19	.67						
	3-5 年	82	4.09	.73						
	6-10 年	137	4.38	.54						
	10 年以上	343	4.55	.48						

* $p < .05$ ，** $p < .01$ ，*** $p < .001$

(四) 計劃性物質消費動機、環保意識、自主簡樸生活、生活滿意度之相關分析

以皮爾森積差相關進行生活滿意度、自主簡樸生活、環保意識、計劃性物質消費動機四個變項的相關檢定。分析的結果如下表 14。

表 14 計劃性物質消費動機、環保意識、自主簡樸生活、生活滿意度之相關分析

	環保意識	自主簡樸生活	生活滿意度
計劃性物質消費動機	.58***	.71***	.50***
環保意識		.65***	.52***
自主簡樸生活			.52***

*** $p < .001$

由上表可知，計劃性物質消費動機、環保意識、自主簡樸生活與生活滿意

度的相關性達顯著水準。計劃性物質消費動機與環保意識相關係數為.58 呈中度正相關；計劃性物質消費動機與生活滿意度呈.50 中度正相關；其中計劃性物質消費動機和自主簡樸生活相關係數.71 達高度正相關；環保意識與自主簡樸生活相關係數為.65 呈中度正相關；環保意識與生活滿意度相關係數為.52 呈中度正相關；自主簡樸生活與生活滿意度相關係數為.52 呈中度正相關。總括來說，四個變項間均呈現正相關，正呼應 Rudmin 和 Kilbourne(1993)；Walther 等(2016)及 Cinar(2021)之研究：自主簡樸，既不是利他、也不是犧牲，因為簡單生活型態本身就是一種快樂，更是唯一成為富有的方式。計畫性消費動機、環境意識及自主簡樸生活三者之間，達.58 至.71 之正相關，可知選擇自主簡樸生活者其計畫性消費動機更高、環境意識亦愈高，呼應 Elgin(2013)主張自主簡樸型態能保障大家在生活中保持平衡；自主簡樸生活正是回應全球人口激增既地球環境氣候嚴峻最積極且正向的途徑；只要人人走向自主簡樸的生活型態，人們就在改變生活、並讓世界得以永續；更回應 Alexander 和 Ussher(2012)自主簡樸者會將其財務資源反應在生活與綠色消費方面及大約有 3/4 的錢財會用在購買有機、在地、公平交易、綠色產品、更新能源及長效產品之環境意識與計劃性消費型態。

伍、結論與建議

以下針對資料分析結果，歸納本研究結論與建議。

一、結論

根據上述研究發現，本研究歸結以下五項結論，以回應研究目的：

(一) 個人基本資料描述及兩國志工之差異分析結果

1. 本研究臺灣和馬來西亞兩國問卷回收回收率相當，男性志工總計 143

位(21.7%)；女性為 517 位(78.3%)，女性擔任志工的比例遠遠高於男性，且達三倍強。

2. 整體志工年齡分布以 41-70 歲者佔大數，共佔 73%；就兩國志工年齡差異論，臺灣 71 歲以上的高齡志工佔多數；而馬來西亞 31 歲至 50 歲的年輕志工則明顯高於臺灣。
3. 整體志工教育程度以大學學歷為主，佔 55.5%，其次為高中以下者佔 31.4%；就兩國志工教育程度論，臺灣志工教育程度為大學以上者達八成以上；馬來西亞志工教育程度以大學及高中為主，共佔九成以上。此與臺灣高等教育普及化及取樣方式有關。
4. 整體志工職業類別以「工商農服務業」居多，達 29.8%、其次為「退休和無」者，佔 26.7%。發現馬來西亞的志工以軍公教警、服務業及自營業者居多；臺灣受試志工則以退休及學生居多。就兩國志工職業類別差異，發現馬來西亞志工以軍公教警、服務業及自營業者居多；臺灣志工則以退休及學生居多。
5. 整體志工家庭經濟狀態，以「RM6000 以上/NTD60,000 以上」居多，佔 37%；其次為「RM2000-RM3999/NTD24,000-NTD39,999」佔 27.1%。就兩國志工經濟狀況分析，發現收入在臺幣 6 萬以上的志工比例差異不大，但收入在臺幣四萬以下者，馬來西亞的志工明顯多於臺灣(馬 45.6%>臺 36.9%)。
6. 整體志工年資，以「10 年以上」者居多，佔總人數 52%，其次為「6-10 年」者(20.8%)。就兩國志工資歷差異分析，發現馬來西亞的志工資歷明顯高於臺灣，有 78.7%以上的受試者志工資歷達六年以上，遠高於臺灣 66.8%。

(二) 臺灣及馬來西亞志工計劃性物質消費動機差異情形

根據研究結果發現，年齡層為 71 歲以上者計劃性物質消費動機高於其他年齡層；此外，51-70 歲者計劃性物質消費動機高於 50 歲以下者。本研究更發

現退休或無職業志工的計劃性物質消費動機高於軍公教警、工商農服務業等；整體來說，學生志工之計劃性物質消費動機最低。

在教育程度方面，本研究發現高中以下者計劃性物質消費動機高於大學(含)以上者。而志工資歷 6 年以上志工的計劃性物質消費動機高於資歷不及 5 年者。因此，年齡、職業、教育程度與志工資歷與計劃性物質消費動機達顯著相關。

(三) 臺灣及馬來西亞志工之環保意識及其差異情形

根據本研究結果發現，女性環保意識比男性高；年齡層為 41 歲以上志工的環保意識高於 40 歲以下的志工；71 歲以上志工的環保意識最高；職業與環保意識亦達顯著差異，自營職業者的環保意識高於軍公教警、而學生志工的環保意識最低。此外，志工資歷不足 1 年者之環保意識最低；志工資歷 10 年以上志工的環保意識最高。由此可知，性別、年齡、職業和志工資歷與環保意識息息相關。

(四) 臺灣及馬來西亞志工之自主簡樸生活及其差異情形

本研究發現女性自主簡樸生活得分高於男性；志工年齡層愈大，自主簡樸生活得分愈高。自營職業、退休或無職業志工的自主簡樸生活得分高於軍公教警；而學生志工自主簡樸生活得分最低。且教育程度為高中以下的志工自主簡樸生活得分明顯高於大學(含)以上者。此外，家庭經濟狀態少於 RM3999/少於 NTD39,999 的志工自主簡樸生活得分高於 RM6000 以上/NTD60,000 以上者。志工資歷 6 年以上志工的自主簡樸生活得分高於志工資歷高於少於 1 年和 3-5 年者；志工資歷 10 年以上之自主簡樸生活得分高於資歷 1-2 年和 6-10 年者。可見性別、年齡、職業、教育程度、家庭經濟狀態和志工資歷與自主簡樸生活有關聯性。

(五) 臺灣及馬來西亞志工之計劃性物質消費動機、環保意識、自主簡樸生活與生活滿意度之相關性

根據研究發現，志工之計劃性物質消費動機、環保意識、自主簡樸生活愈高，生活滿意度愈高。計劃性物質消費動機和環保意識愈高，自主簡樸生活愈高。計劃性物質消費動機與環保意識達顯著中度正相關。由此可知，計劃性物質消費動機、環保意識、自主簡樸生活三者息息相關，並與生活滿意度間密不可分。

二、建議

根據研究結果針對志工組織及各級學校研究提出建議，以全面提升民眾計劃性物質消費動機、環保意識、自主簡樸生活等面向的重視，並以此為基礎，對未來的研究提出參考建議。

(一) 對志工組織的建議

基於本研究結果，臺灣及馬來西亞志工之社會人口變項與計劃性物質消費動機、環保意識、自主簡樸生活間達顯著差異，且計畫性消費動機、環保意識、自主簡樸生活與生活滿意度四者間達中高度正相關。以下針對志工組織發展，提供以下幾點建議：

1. 積極招募學生志工，並辦理循序漸進的環境教育及簡樸生活實踐，以提升其環保意識並協助理解個體生存、環境與生命意義間的連結。
2. 將環保意識、計畫性消費與自主簡樸生活型態作為志工初進階培訓課程項目之一，藉以提升志工們的計劃性物質消費動機、環保意識和自主簡樸生活的認識與學習改變的機會。
3. 定期辦理環保教育相關體驗活動、邀請資深志工分享其計畫性消費動機及自主簡樸生活之實踐，藉由認知強化與經驗討論分享，鼓勵志工改變

生活型態並藉以提升生活滿意度，對資深者亦有正向鼓勵之效果。

(二) 對學校的建議

根據本研究的結論，可知「學生」的計劃性物質消費動機、環保意識和自主簡樸生活得分為所有職業類別最低者，其可能的因素相當多，如：學校環境教育的成效、學生家庭生活形態的影響及整體社會環境的趨勢等，但環境保護與永續對現階段學生是影響最大且最重要的，其為未來社會發展的核心。如何提升學生計畫性消費動機、環保意識及自主簡樸生活的實踐，不僅對學生生活滿意度可能有影響，對整體未來環境有關鍵影響性。因此，本研究針對學校提出幾項具體建議：

1. 以 SDGs 環境永續發展的指標，融入於 108 課綱中，從生活各個層面看見個體消費行為、環保意識及生活型態對環境保護及永續發展的關鍵影響力。
2. 結合家庭教育中心及學校，共同辦理家庭親職環保教育，從學生開始引導家庭共同力行簡樸生活的實踐，並從中體驗簡樸的快樂，讓簡樸的意識得以在學生及家人共同良好生活習慣養成，並同步感受生活自在的滿足。
3. 結合社會教育及樂齡教育，邀請資深自主簡樸生活者，將簡樸創造心靈富足的概念與經驗傳承與延續下去。

(三) 對未來研究的建議

本研究執行過程中，發現目前臺灣或馬來西亞在相關研究上都相當有限，而本研究限於研究團隊人力及時間上的不足，僅以線上量化調查方式進行，對於受訪者文辭字義上無法有更及時的回應和討論，且無法明白各量表高低分者之反應差異，均為本研究之不足。故針對研究提出以下幾項建議：

1. 根據 Chang(2018)的研究發現自我超越價值動機愈高者或重視未來者，其

自主簡樸生活的傾向愈高；而抱持自我提升價值觀及對生活保持開放性價值觀者採用簡樸生活的意願較低。未來可針對普遍大眾探討其自主簡樸生活的意念及其動機，並與本研究做進一步比較。

2. 未來可針對具有高度自主簡樸生活者深入探討其簡樸生活實踐動機、方式及生活的發現，據以提供未執行者之參考。
3. 研究結果發現計劃性物質消費動機和自主簡樸生活達顯著高度正相關。本研究僅探究兩者之間的關聯性，故未能推論出其因果關係，推測可能因素，包括：志工類別、志工組織、宗教、人格特質、家庭教育等，未來欲探討計劃性物質消費動機和自主簡樸生活的全貌，更深入探討相關因素。

陸、誌謝

本研究承蒙國家科學及技術委員會補助大專學生研究計畫 MOST 110-2813-C-320-011-H；感謝兩位匿名審查委員之寶貴意見。

柒、參考文獻

- 王博、劉會欣、李志(2008)。高校學生消費動機的調查與分析。*商場現代化*，545，137-145。
- 【Wang, B., Liu, H. & Li, Z. (2008). Investigation and analysis of consumption motivation of college students. *Market Modernization*, 545, 137-145.】
- 王碧雲、徐俊雄、李世昌(2011)。銀髮族生活滿意度之研究。*嘉大體育健康休閒期刊*，10，37-48。doi: 10.6169/NCYUJPEHR.10.3.04。
- 【Wang, B. Y., Xu, J. X. & Li, S. C.(2011). A study on the life satisfaction of senior citizens. *NCYU Physical Education, Health & Recreation Journal*, 10, 37-48. doi : 10.6169/NCYUJPEHR.10.3.04】
- 何睦美、魏家珮(2010)。自願簡單消費意識、綠色消費行為與綠色行銷之研究。*高雄應用科技大學學報*，39，317-328。
- 【He, M. M., Wei, J. P. (2010). Research on voluntary simple consumption awareness, green consumption behavior and green marketing. *Journal of National Kaohsiung University of Science and Technology*, 39. 317-328.】

- 李志夫(2009)。環保從簡樸生活做起。發表於 2009 年世界佛教論壇論文集(第 2 屆)。中國北京：世界佛教論壇籌備辦公室。
http://www.fjnet.com/fj1w/200904/t20090425_118334.htm。
- 【Li, Z. F.(2009). Environmental protection starts with simple life. Published in the 2009 World Buddhist Forum Proceedings (Second Session). Beijing, China: Preparatory Office for the World Buddhist Forum.
http://www.fjnet.com/fj1w/200904/t20090425_118334.htm】
- 阮素娥(2004)。自願簡單消費意識與綠色消費行為之關聯研究-以美體小舖可能消費者為例。未出版碩士論文，大葉大學，彰化市。
- 【Rang, S. R.(2010). *A Study of the Relationships of Voluntary Simplicity Consumption and Green Consumption Behavior*. Dayeh University. <https://hdl.handle.net/11296/p4ye4b>】
- 林芳伶(2018)。以環保意識探討消費者對於品牌辨別影響購買意圖之研究。未出版碩士論文，玄奘大學，新竹市。
- 【Lin, F. L.(2018). *Application of study of environmental consciousness on influence of brand identity on consumer's purchase intension*. Hsuan Chuang University. <https://hdl.handle.net/11296/d28y69>】
- 林葦有(2012)。顧客消費動機，服務品質與忠誠度之探討-以麗堡休閒精品汽車旅館為例。未出版碩士論文，朝陽科技大學，臺中市。
- 【Lin, Y. W. (2012). *A study on the relationships among consumer motivation, service quality and loyalty: an example of Le Chateau Motel*. Chaoyang University Of Technology. <https://hdl.handle.net/11296/zbbcx4>】
- 唐佩蘭(2020)。銀髮族郵輪旅遊消費動機之研究—以臺北市為例。未出版碩士論文，臺北海洋科技大學，臺北市。
- 【Tang, P. L. (2020). *A study on the consumption motivation of the senior traveler taking cruises-the case of Taipei City*. Taipei University of Marine Technology. <https://hdl.handle.net/11296/ktja5q>】
- 夏大平(2014)。消費者環保意識對航空公司環保服務支持度之影響—以中華航空為例。未出版碩士論文，銘傳大學，臺北市。
- 【Hsia, T. P. (2014). *Influence of the consumers' environmental consciousness on their support to Airlines Eco-friendly services---A case study of China Airlines*. Ming Chuan University. <https://hdl.handle.net/11296/7rvtut>】
- 許芷菱(2019)。消費動機、生活型態與滿意度之研究-以桃園市統一超商的咖啡為例。未出版碩士論文，萬能科技大學，桃園市。
- 【Hsu, C. L. (2019). *A study on the relationship among consumer motivation, life style and consumer satisfaction - A case study of uni-president coffee in Taoyuan City*. Vanung University. <https://hdl.handle.net/11296/rym7z8>】
- 陳明輝(2019)。志工參與動機、涉入程度與幸福感之相關研究—以慈濟志工為例。未出版碩士論文，亞洲大學，臺中市。
- 【Chen, M. H. (2019). *Study on volunteer's participation motivation, involvement and well-Being- An example of Tzu Chi volunteers*. Asia University. <https://hdl.handle.net/11296/dr64yg>】
- 黃弘欽(2011)。高齡志工社會支持與生活滿意度關係之研究。未出版碩士論文，屏東教

- 育大學，屏東縣。
- 【Huang, H. C. (2011). *A study of the relationship between social support and life satisfaction of elder volunteers*. National Pingtung University of Education. <https://hdl.handle.net/11296/rym7z8>】
- 黃品潔(2020)。環保意識、消費者滿意度、品牌形象忠誠度之研究—以臺糖公司為例。未出版碩士論文，南臺科技大學，臺南市。
- 【Huang, P. C. (2020). *A study of environmental awareness, customer satisfaction, brand image loyalty: A case study of Taiwan Sugar Corporation (TSC)*. Southern Taiwan University of Science and Technology. <https://hdl.handle.net/11296/nxc7ah>】
- 楊雯伊(2020)。志工參與動機與組織承諾之研究：以夜訪街友志工為例。未出版碩士論文，天主教輔仁大學，新北市。
- 【Yang, W. Y.(2020). *The volunteer participation motive and organizational commitment-A case study of nighttime visiting homeless people volunteers*. Fu Jen Catholic University. <https://hdl.handle.net/11296/pg86pd>】
- 廖梁惠媛(2010)。美國舊派艾米許族群簡樸生活持續的內在動力。未出版碩士論文，國立臺東大學，臺東。
- 【Liaw Liang H. Y.(2010). *The inner driving force of the plain lifestyle of the old order Amish Sect in America*. National Taitung University. <https://hdl.handle.net/11296/yhn388>】
- 潘怡蓉(2018)。都會中的簡樸操練。中國神學研究院(1-2月號)，46-49。
- 【Pan, Y. R. (2018). Simple exercises in the city. *China Graduate School of Theology (January-February Issue)*, 46-49.】
- 鄭秋龍(2013)。遊客對環保意識對墾丁地區民宿綠色服務品質滿意度與再宿意願關係之研究。未出版碩士論文，亞洲大學，臺中市。
- 【Cheng, C. L. (2013). *The research of green eco-service quality satisfaction and guest re-stay intent in Kenting Area B & B- A case study based on environmental awareness from tourists*. Asia University. <https://hdl.handle.net/11296/q4m8cx>】
- 戴嘉育(2017)。高齡者志工參與服務動機、身心健康與生活滿意度關係之研究-以高雄市社區機構為例。未出版碩士論文，國立臺南大學，臺南市。
- 【Tai, C. Y. (2017). *A study on the relationships among senior volunteers' motivation for service participation, their physical and mental health, and life satisfaction*. National University of Tainan. <https://hdl.handle.net/11296/k6dkaz>】
- 戴曉峯(2020)。消費者環保意識、誘因與社經地位對綠色旅館接受度影響。未出版碩士論文，景文科技大學，新北市。
- 【Dai, H. F. (2020). *The effects of environmental awareness, incentive mechanisms and socioeconomic status on green hotel acceptance*. Jinwen University of Science and Technology. <https://hdl.handle.net/11296/87jm9w>】
- Akdağ, G. & Demir, Ş.(2021). A comparative analysis on the hedonic consumption and lifestyle of voluntary simplicity behaviors of gastronomy tourists. *Journal of multidisciplinary academic tourism*, 6(1), 47-60. <https://doi.org/10.31822/jomat.808175>
- Alexander, S., & Ussher, S. (2012). The voluntary simplicity movement: A multi-national survey analysis in theoretical context. *Journal of Consumer Culture*, 12(1), 66-86. <http://dx.doi.org/10.1007/s13162-013-0057-6>.

- Balsa-Budai, N., Kiss, M., Kovacs, B. & Szakaly, Z. (2019). Attitudes of voluntary simplifier University students in Hungary. *Sustainability*, *11*, 1802; doi:10.3390.
- Boujbel, L. & d'Astous. (2012). Voluntary Simplicity and Life Satisfaction: Exploring the Meditation Role of Consumption Desires. *Journal of Consumer Behaviour*, *11*(6), 487-494. <https://doi.org/10.1002/cb.1399>
- Chang, H. H. (2018). Exploring consumer behavioral predispositions toward voluntary simplicity. *Current Psychology*, *40*, 731-743. <https://doi.org/10.1007/s12144-018-9994-4>
- Cinar, D. (2021). A research on the evaluation of consumers' voluntary simplicity lifestyle tendency in the Covid-19 period. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, *7*(1), 25-38. <https://doi.org/10.24289/ijsser.832065>
- Diener, E & Pavot, W. (1993). Review of the Satisfaction With Life Scale. *American Psychological Association, Psychological Assessment* *5*(2):164-172. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.5.2.164>
- Elgin, D. (2013). Voluntary simplicity-a path to sustainable prosperity. *Social Change Review*, *11*(1), 69-84. <https://doi.org/10.2478/scr-2013-0006>
- Kilbourne, W. & Pickett, G. (2008). How materialism affects environmental beliefs, concern, and environmentally responsible behavior. *Journal of Business Research*, *61*, 885-893. Available online at www.sciencedirect.com. <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2007.09.016>
- Peyer, M., Bulderjahn, I., Seegebarth, B. & Klenm, A. (2017). "Voluntary simplifiers" live more sustainable as they deliberately reduce their consumption. *Journal of Business Research*, *70*, 1-2. <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2016.07.008>
- Rudmin, F. W. & Kilbourne, W. (1993). *The meaning and morality of voluntary simplicity: history and hypotheses on deliberately denied materialism*. Retrieved on May 1st, 2020 from <http://www.researchgate.net/publication/235360894>
- Shaw, D. & Newholm, T. (2002). Voluntary simplicity and the Ethics of consumption. *Psychology & Marketing*, *19*(2), 167-185. <https://doi.org/10.1002/mar.10008>
- Walther, C. S., Sandlin, J. A. & Wuensch, K. (2016). Voluntary simplifiers, spirituality, and happiness. *Humanity & Society*, *40*(1), 22-42. <https://doi.org/10.1177/0160597614565698>

作者簡介：

鄭伊玆 國立臺灣師範大學幼兒與家庭科學學系碩士生

電話：0903-879-593

電子郵件：changyixuan7@gmail.com

通訊處：89, Jalan Utama 30, Taman Mutiara Rini, 81300, Johor, Johor Bahru, Malaysia.

吳淑娟 慈濟大學兒童發展與家庭教育學系助理教授

電話：(03)8565301 ext.2897

電子郵件：jannywu2463@mail.tcu.edu.tw

通訊處：970 花蓮市中央路三段 701 號

Chang, Yi Xuan

Master's Student, Department of Child and Family Science, National Taiwan Normal University

Tel: 0903-879-593

Email: changyixuan7@gmail.com

Address: 89, Jalan Utama 30, Taman Mutiara Rini, 81300, Johor, Johor Bahru, Malaysia.

Wu, Shu Chuan

Assistant Professor, Department of Child Development and Family Studies, Tzu Chi University

Tel: (03)8565301 ext.2897

Email: jannywu2463@mail.tcu.edu.tw

Address: No.701, Sec. 3, Jhongyang Rd., Hualien City, Hualien County 97004, Taiwan (R.O.C.)

Association Between Material Consumption Behavior, Environmental Awareness, Voluntary Simplicity Lifestyle and Life Satisfaction of Volunteers in Taiwan and Malaysia

Chang, Yi Xuan¹, Wu, Shu Chuan²

¹Master's Student, Department of Child and Family Science, National Taiwan Normal University

²Assistant Professor, Department of Child Development and Family Studies, Tzu Chi University

Abstract

In the era of abnormal climate and coronavirus outbreak, it is really necessary for humans to reface the relationship between material consumption behavior, environmental awareness, and voluntary simple lifestyle and rethink the relationship among humans, the environment, and nature.

After the literature review, some international researchers showed the correlation between related issues and the necessity of this research. This study aimed to examine the correlation among planned material consumption motivation, environmental awareness, voluntary simplicity lifestyle, and life satisfaction of volunteers in Taiwan and Malaysia.

To achieve this purpose, the questionnaire "Planned Material Consumption Motivation, Environmental Awareness, Voluntary Simplicity Lifestyle, and Life Satisfaction Scale" was modified by related questionnaires. The Google electronic questionnaire survey was adopted and experts were invited to examine and revise it to ensure the reliability and validity of the questionnaire. The reliability and validity of the questionnaire were analyzed through the pilot test. The reliability of this questionnaire reached 0.93 with high consistency. After revision of the scale, a total of 716 questionnaires were collected for volunteers in Taiwan and Malaysia, 56 respondents with no volunteer experience were excluded, and 660 valid

questionnaires and 92.2% valid samples were collected.

The results of this study showed that planned material consumption motivation, environmental awareness, voluntary simplicity lifestyle, and life satisfaction were closely related. After analyzing the data of this study, we found that planned material consumption motivation tendency differed according to age, occupation, education level, and volunteering years. Environmental awareness tendency differed according to sex, age, occupation, and volunteering years. Voluntary simplicity lifestyle tendency differed according to gender, age, occupation, education level, household income, and volunteering years. According to the results of the data analysis, we gathered five conclusions and put forward suggestions for volunteer organizations, schools, and future research.

Keywords: volunteers, planned material consumption motivation, environmental awareness, voluntary simplicity lifestyle, life satisfaction