

教師休閒參與及幸福感相關之研究

楊坤濱、雷文谷

E-mail: 319710@mail.dyu.edu.tw

摘要

本研究目的在瞭解退休教師休閒參與及幸福感之關係，並進一步分析不同背景變項退休教師在前述兩變項上之差異，以「退休教師休閒參與及幸福感問卷」為研究工具。針對中部四縣市之公立國民中、小學退休教師為對象，採用便利抽樣方式，總共發出550份問卷，回收527份，其中有效問卷為494份，有效問卷回收率為89.8%。根據資料經統計套裝軟體SPSS 10.0進行分析後獲得以下結果：一、退休教師整體休閒參與程度為中等偏低的情形；整體幸福感為中等偏高的情形。二、不同退休年數、健康狀況與居住情形退休教師在休閒參與上達顯著差異。三、不同健康狀況和每月所得退休教師在幸福感上達顯著差異。四、退休教師休閒參與程度較高者，其幸福感的感受程度普遍愈滿足。最後，根據研究結果提出建議，以提供縣市主管機關、未來有關研究之參考。

關鍵詞：退休教師、休閒參與、幸福感

目錄

中文摘要 英文摘要 誌謝辭 內容目錄 表目錄 圖目錄 第一章 緒論 第一節 研究背景與動機 第二節 研究目的 第三節 研究問題 第四節 研究範圍 第五節 研究限制 第六節 名詞解釋 第二章 文獻探討 第一節 退休相關理論 第二節 休閒參與 第三節 幸福感 第三章 研究方法 第一節 研究架構 第二節 研究流程 第三節 研究過程 第四節 研究對象與取樣 第五節 研究工具 第六節 資料分析 第四章 研究結果與討論 第一節 退休教師背景描述 第二節 退休教師休閒參與和幸福感之現況 第三節 不同背景變項退休教師在休閒參與和幸福感之差異 第四節 退休教師休閒參與和幸福感之相關分析 第五章 結論與建議 第一節 結論 第二節 建議 參考文獻 附錄 A 研究預試問卷 附錄 B 研究預試問卷

參考文獻

一、中文部份 丁靜瑜(2000)，柳暗花明又一『春』，成人教育通訊，4，13-21。王麗容(1995)，老年婦女的生理、心理與社會調適需求分析，第一屆高齡學科技研討會。文崇一(1990)，台灣居民的休閒生活，台北：東大圖書公司。內政部戶政司(2009)，戶籍人口統計月報-各縣市人口年齡結構重要指標[線上資料]，http://www.ris.gov.tw/gateway/stpeqr01.cgi?s_code=m0&sheet0name=s9[2009,Oct 30] 內政部統計處(2008)，我國生命表-簡易生命表及平均於命查詢[線上資料]，<http://www.moi.gov.tw/stat/life.aspx>[2009,Oct 30] 朱坤連(1995)，退休人員生活需求及滿意度相關因素之研究—以高雄市教育退休人員為例，國立高雄師範大學成人教育研究所未出版之碩士論文。何麗芳(1992)，台北市老人休閒活動與生活滿意度研究，私立東吳大學社會工作研究所未出版之碩士論文。李再發(2003)，高雄縣市國小退休教師社會參與、社會支持與生活滿意度，國立高雄師範大學成人教育研究所未出版之碩士論文。李素馨(1997)，都市女性休閒類型和休閒阻礙，戶外遊憩研究，10(1)，43-68。李嘉鈴(2009)，中部地區高中職聽覺障礙學生休閒參與及休閒阻礙之研究，私立大葉大學管理學院碩士在職專班未出版之碩士論文。李維齡，施建彬，邱祥蘭(2007)，退休老人休閒活動參與及其幸福感之相關研究，人文暨社會科學期刊，3(2)，27-35。尚憶薇(2008)，兒童運動與休閒活動設計，臺北市：五南圖書出版有限公司。林子雯(1996)，成人學生多重角色與幸福感之相關研究，高雄師範大學成人教育研究所未出版之碩士論文。林晏州(1984)，遊憩者選擇遊憩區行為之研究，都市計劃，10，33-49。林清山(1985)，休閒活動的理論與實務，臺北：輔仁大學出版社。林寶山(1995)，國小退休教師心理需求與社會適應之研究，教育研究資訊，3(4)，35-53。吳文銘(2001)，談休閒輔導之自我娛樂能力，輔導通訊，66，29-32。吳珩潔(2002)，大台北地區民眾休閒滿意度與幸福感之研究，國立臺灣師範大學運動休閒與管理研究所未出版之碩士論文。姚敏莉(1977)，退休制度與年金制度之研究，國立台灣大學社會學研究所未出版之碩士論文。施建彬(1995)，幸福表現及其相關因素之探討，國立高雄醫學院行為科學研究所未出版之碩士論文。施清發，陳武宗，范麗娟(2000)，高雄市老人休閒體驗與休閒參與程度之研究，社區發展刊，92，346-353。高俊雄(1999)，休閒教育之理念、規劃與實現，學生輔導，60，8-19。洪昭榮(1995)，婦女生涯，台北：教育部。徐立忠(1993)，中、老年人力運用、轉業、再就業與志願服務計畫，社區發展季刊，62，16-18。張坤鄉(1991)，國中教師休閒活動現況調查，師友，292，49-51。張樑治(2002)，安養機構老人人口變項、心流體驗、休閒滿意與生活滿意之關係，國立東華大學觀光暨遊憩管理研究所未出版之碩士論文。邱翔蘭(2004)，高雄市退休老人休閒活動參與與其幸福感之研究，私立大葉大學休閒事業管理學系研究所未出版之碩士論文。黃孟哲(2006)，台南市退休教師休閒活動參與及參與動機之調查研究，國立嘉義大學體育與健康休閒研究所未出版之碩士論文。黃振紅(2004)，淡水地區大學生休閒運動參與及幸福感之研究，大專體育學刊，6(3)，43-57。黃富順，陳如山，黃慈(1996)，成人發展與適應，台北：國立空中大學。黃皓塵(2008)，南投縣退休教師休閒參與對退休態度、社會支持、退休後生活適應之影響，私立朝陽科技大學休閒事業管理系碩

士班未出版之碩士論文。黃郁婷(1995), 親子溝通、因應方式與老年人幸福感之關係, 私立文化大學家政學系碩士班未出版之碩士論文。楊雅筠(2002), 老年人友誼支持與幸福感之研究-以台北市老人服務中心為例, 私立中國文化大學生活應用科學研究所未出版之碩士論文。廖靜芝(1987), 退休人員人力運用之研究, 私立中國文化大學勞工研究所未出版之碩士論文。陸洛(1997), 文化與幸福感:一項中英比較研究。行政院國家科學委員會專題研究計畫成果報告。陸洛(1998), 中國人幸福感之內涵、測量及相關因素探討, 國家科學委員會研究彙刊:人文及社會科學, 8(1), 115-137。陳美玲(1997), 從成人發展觀點探討嘉義地區成人休閒態度、休閒參與及相關因素, 國立中正大學成人及繼續教育研究所未出版之碩士論文。陳娟娟(2005), 高雄都會區老年人參與休閒活動與生活滿意之研究, 國立台灣師範大學運動與休閒管理研究所在職碩士班未出版之碩士論文。陳婉蘭(1992), 臺灣地區老人休閒活動參與影響因素之研究, 國立中正大學社會福利研究所未出版之碩士論文。陳彰儀(1989), 工作與休閒 - 從工業心理學的觀點探討休閒的現況與理論, 台北:淑馨出版社。陳葦諭(2002), 台北市基層警察休閒參與對工作壓力關係之探討, 私立世新大學觀光學研究所未出版之碩士論文。陳騏龍(2001), 國小學童情緒智力與幸福感、人際關係及人格特質之相關研究, 國立屏東師範學院教育心理與輔導研究所未出版之碩士論文。蔡培村(1995), 成人教育與生涯發展, 高雄:麗文文化公司。賴雪芬(2008), 教師休閒活動參與、身心健康與教學效能關係之研究 - 以嘉義市國立高中職教師為例, 國立嘉義大學管理學院碩士在職專班未出版之碩士論文。謝政諭(1990), 休閒活動的理論與實際 - 民主主義的台灣經驗, 台北:幼獅文化事業有限公司。蕭雪玲(1998), 國民小學退休前教師退休態度、退休準備及退休前教育需求之調查研究, 國立新竹師範學院國民教育研究所未出版之碩士論文。顏映馨(1999), 大學生的生活風格、人際親密和幸福感關係之研究, 國立高雄師範大學教育學系碩士班未出版之碩士論文。鄭國斌(2002), 台南市小學教師的教改困擾與退休態度之相關研究, 國立臺南師範學院教師在職進修學校行政碩士學位班未出版之碩士論文。羅凱南(2000), 社會支持、人格特質、個人屬性對老年人心理幸福滿足感影響之研究, 國立政治大學心理學系碩士班未出版之碩士論文。蘇文璽(1992), 高雄市退休老人老年生涯規劃調查, 高雄市政府社會局八十一年度研究報告。二、英文部份 Argyle, M. (1987). *The psychology of happiness*. London and New York: Methuen. Argyle, M. (1992). *The social psychology of everyday life*. London:Routledge. Atchley, R. C. (1988). *Social forces and aging*. California:Wadsworth. Publish Company. Buss, D.M. (2000). *The evolution of happiness*. *American Psychologist*, 55, 15-23. Costa, P. T., & McCrae, P. R. (1980). Influence of Extraversion and Neuroticism on Subjective Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 338. 668-678. Cumming, C., & Henry, W. E. (1961). Growing old: The process of disengagement. New York: Basic Books. Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575. Heady, B., & Wearing, A. (1989). Personality, life events, and subjective well-being: toward a dynamic equilibrium model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, (4), 731-739. Hills, P., & Argyle, M. (1998). Positive moods derived from leisure and their relationship to happiness and personality. *Personality and Individual Differences*, 25, 523-535. Houston, J. P. (1981). *The pursuit of happiness*. Glenview IL: Scott, Freshman. Kelly, J. R. (1990). *Leisure*. Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice-Hall. Kelly, J. R. (1996). *Leisure* (3th ed.). Boston: Allyn and Bacon. Kelly, J. R., & Godbey, G. (1992). *The sociology of leisure*. State College, Pennsylvania: Venture. Kraus, R. (1990). *Recreation and leisure in modern society*. New York: Harper Collins. Lu, L., & Shih, J. B. (1997). Sources of happiness: A qualitative approach. *The Journal of Social Psychology*, 1(37), 181-187. May, H., & Petgen, D. (1960). *Leisure and its uses* (p.3). New York, NY: A. S. Barnes. Magen, Z. (1998). *Exploring adolescent happiness : commitment, purpose and fulfillment*. Thousand Oaks: Sage. Michalos, A. C. (1985). Multiple discrepancies theory. *Social Indicators Research*, 16. 347-414. Nash, J. B. (1960). *Philosophy of Recreation and Leisure*. Dubaque, Iowa: William C. Brown Company Publisher. Parker, J.S. (1976). *The Sociology of Leisure*. London: George. Allen & Unwin. Ragheb, M. G. (1993). Leisure and perceived wellness: A field investigation. *Leisure Sciences*, 15(1), 13-24. Ragheb, M. G., & Griffith, C. A. (1982). The contribution of leisure participation and leisure satisfaction to life satisfaction of older persons. *Journal of Leisure Research*, 14(4), 295-306. Shih, J. B. (1999). Cultural, social and individual correlates of happiness in Taiwan. Unpublished doctoral dissertation, University of Oxford Brookes. Stone, M.J., & Kozma, A. (1980). Issues relating to the usage and Conceptualization of mental health constructs employed by Psychologists. *International Journal of Aging and Human Development*, 111, 269-281. Theriault, J. (1994). Retirement as a psycho-social transition:Process of adaptation to change. *International Journal of Aging and Human Development*, 38(2), 153-170. Thompson, M. G., & Heller, K. (1990). Facets of support related to well-being: Quatitative social isolation and perceived family support in a sample of elderly women. *Psychology and aging*, 5(4), 535-544. Veenhoven, R. (1991). Is happiness relative? *Social Indicators Research*, 24, 1-34. Veenhoven, R. (1994). Is happiness trait? Test of the theory that a better society does not make people any happier. *Social Indicators Research*, 32, 101-160. Wilson, W. (1967). Correlates of avowed happiness. *Psychological Bulletin*, 47(2), 203-231.