

網球運動者之休閒動機、休閒涉入與幸福感的相關研究 = A study on tennis players' leisure motivation, leisure involvement, a

吳珍妮、吳淑女

E-mail: 354519@mail.dyu.edu.tw

摘要

本研究主要探討網球運動者的休閒動機、休閒涉入與幸福感之關係。本研究以桃園地區平日從事網球運動者為問卷發放對象，最後共得345份有效問卷。分析方法包括描述性統計、信度分析、獨立樣本 t檢定、單因子變異數分析、Pearson 積差相關分析等。研究結果顯示，個人背景特性部分：以男性居多、平均年齡為44歲，教育程度以大學專科最多。假設驗證結果摘要如下：(一)網球運動者之背景特性不同，在其休閒動機上有顯著的差異。(二)網球運動者之背景特性不同，在其休閒涉入上有顯著的差異。(三)網球運動者之背景特性不同，在其幸福感上有顯著的差異。(四)網球運動者之休閒動機與休閒涉入有顯著的相關。(五)網球運動者之休閒涉入與其幸福感有顯著的相關。(六)休閒動機與休閒涉入對幸福感有顯著的預測力。本研究最後就結果進行綜合討論，對政府相關單位之建議、對網球運動場地之規劃、網球社團之獎勵及後續研究之建議。

關鍵詞：休閒動機、休閒涉入、幸福感

目錄

內容目錄

中文摘要.....	i
英文摘要.....	ii
誌謝詞.....	iii
內容目錄.....	iv
表目錄.....	vi
圖目錄.....	vii
第一章 緒論.....	1
第一節 研究背景及動機.....	1
第二節 研究問題.....	3
第三節 研究對象與範圍.....	3
第四節 研究限制.....	4
第二章 文獻探討.....	5
第一節 網球運動.....	5
第二節 休閒動機.....	7
第三節 休閒涉入.....	11
第四節 幸福感.....	16
第三章 研究方法.....	21
第一節 研究架構.....	21
第二節 研究假設.....	22
第三節 問卷設計及操作性定.....	22
第四節 抽樣方法.....	28
第五節 預試與正式調查.....	28
第六節 資料分析方法.....	29
第四章 研究結果.....	31
第一節 量表信度分析及描述.....	31
第二節 量表特性描述.....	35
第三節 假設驗證之結果.....	41
第五章 討論與建議.....	59
第一節 研究結果摘要.....	59

第二節 綜合討論.....	62
第三節 建議.....	68

參考文獻.....	70
附錄.....	80
一、問卷.....	81
二、休閒動機中英文對照量表.....	85
三、休閒涉入中英文對照量表.....	86

表目錄

表3-1 休閒動機量表.....	23
表3-2 休閒涉入量表.....	25
表3-3 幸福感量表.....	27
表3-4 研究假設及驗證之分析方法整理表.....	30
表4-1 休閒動機之信度分析與描述.....	32
表4-2 休閒涉入之信度分析與描述.....	34
表4-3 幸福感之信度分析與描述表.....	35
表4-4 網球運動者個人背景特性之次數分配表.....	37
表4-5 網球運動者參與行為特性之次數分配表.....	40
表4-6 網球運動者背景特性與休閒動機之分析.....	43
表4-7 網球運動者背景特性與休閒涉入之分析.....	48
表4-8 網球運動者背景特性與行為涉入之分析.....	49
表4-9 網球運動者背景特性與幸福感之分析.....	53
表4-10 網球運動者休閒動機與休閒涉入之關係.....	54
表4-11 網球運動者休閒涉入與幸福感之關係.....	55
表4-12 休閒動機與休閒涉入對整體生活滿意度之逐步迴歸分析表.....	56
表4-13 休閒動機與休閒涉入對正向情感之逐步迴歸分析表.....	57
表4-14 休閒動機與休閒涉入對負向情感之逐步迴歸分析表.....	58
表5-1 研究假設驗證結果摘要表.....	60

圖目錄

圖3-1 本研究架構圖.....	21
------------------	----

參考文獻

- 一、中文部分 王怡菁(1998)。休閒能力、涉入程度與休閒利益關係之研究-以自行車參與者為例。國立體育學院體育研究所碩士論文。
- 吳科驊(2006)。登山健行者休閒參與動機、持續涉入、休閒效益與幸福感之相關研究，國立臺灣體育學院體育研究所碩士論文。 巫雅菁(2001)。大學生幸福感之研究，國立高雄師範大學輔導研究所碩士論文。 杜娟娟(1999)。休閒行為的性別分析。中華家政學刊，28，110-127。 林建言(2006)。公教退休人員之觀光動機、觀光阻礙與未來國外觀光意願之研究 - 以南投縣為例，大葉大學休閒事業管理所碩士論文。 林宜蔓(2004)。游泳者持續參與在休閒效益與幸福感之研究，雲林科技大學休閒運動研究所碩士論文。 邱皓政(2000)。量化研究與統計分析。台北:五南圖書出版公司。 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，大葉大學休閒事業管理研究所碩士論文，彰化。 施建彬(1995)。幸福感來源與相關因素之探討。高雄醫學大學行為科學研究所碩士論文。 胡家欣(2000)。大學生的休閒認知，涉入與體驗兼論人格特質的相關情況，高雄醫學大學行為科學研究所碩士論文。 徐新勝(2007)。衝浪活動參與者之休閒動機、涉入程度與休閒效益關係之研究，國立中正大學運動與休閒教育所碩士論文。 翁士軒(2007)。休閒涉入、心理承諾、知覺可掌握的資源對遊憩替代意願的相關情況關係之研究—以自行車為例。靜宜大學觀光事業學系研究所碩士論文。 張玉鈴(1999)。大學生休閒內在動機、休閒阻礙與休閒無聊感及自我統合之關係。彰化師大輔導學報，20，83-111。 張定基(譯)。(2007)。網球手冊。台北:聯合。 張春興(2003)。心理學原理。台北:東華書局。 許樹淵(2000)。運動心理學。台北:師大書苑。 許樹淵、張思敏、張清泉、田文正(2000)。網球技術理論與實際。台北:中華民國網球協會。 郭盈均(2007)。自行車休閒者遊憩動機、持久涉入與其心流體驗關係之研究，大葉大學休閒事業管理所碩士論文。 郭淑菁(2003)。登山社員休閒涉入、休閒滿意度與幸福感之研究，大葉大學休閒事業管理研究所碩士論文。 郭雅婷、林伯修(2007)。台北市高中生休閒運動參與現況與動機因素之研究，2007年兩岸體育與運動休閒產業發展研討會論文集，頁88-89。 陳建璋(2006)。休閒網球運動者目標取向、運動動機與運動依賴之相關研究。國立臺灣體育學院教練研究所碩士論文。 陳嘉雯(2006)。登山健行活動之登山客持續涉入、休閒效益與幸福感關係之研究，銘傳大學觀光研究所碩士論文。 陳慧玲(2003)。淡水旅遊動機及滿意度之研究 - 以淡水老街為例。 陳鴻雁(2002)。我國國民運動意識之調查，台北:行政院體委會。 葉怡矜、吳崇旗、王偉琴、嚴伽如、林禹

良譯。(2007)。休閒遊憩概論探索生命中的休閒。Godbey原著。台北:品度圖書。葉智魁(2003)。西方古典休閒哲學之探析:Josef Pieper 的哲學觀。戶外遊憩研究, 16(1), 63-82。葉日武(1997)。行銷學理論與實務。台北:東華書局。劉益源(2006)。網球運動者參與動機及運動行為之探討。國立臺北教育大學體育學系碩士論文。蔡長清、劉修祥、黃淑貞(2001)。退休老人休閒參與量及類型與生活滿意度之關係, 高雄應用科技大學學報, 31, 183-221。謝清秀(2004)。大專網球選手休閒動機、休閒參與及休閒滿意之研究。國立體育學院體育研究所碩士論文, 未出版, 桃園。鍾偉志(2006)。認真性休閒與參與動機、休閒阻礙關係之研究 - 以網球活動為例。南華大學旅遊事業管理學研究所碩士論文, 未出版, 嘉義。簡曜輝、季力康、卓俊伶、洪聰敏、黃英哲、黃崇儒、廖主民、盧俊宏譯。(2002)。競技與健身運動心理學。(R.S. Weinberg, & D. Gould原著)。台北:臺灣運動心理學學會。行政院體育委員會(2006)。全民運動休閒資料庫〔線上資料〕。來源: <http://www.hisport.com.tw/>〔2006, 8, 29〕行政院體育委員會(2006)。運動人口倍增計畫〔線上資料〕。來源: http://media.justsports.net.tw/spo_demo/annualreport/Quarterly134/1.asp〔2006, 8, 23〕

二、英文部分 American College of Sports Medicine. (2006). ACSM ' S Guidelines for exercise testing and prescription. Baltimore: Williams and Wilkins. Andrews, F. M., & Withey, S. B. (1976). Social indicators of well-being: America ' s perception of life quality. New York: Plenum. Argyle, M. (1987). The psychology of happiness. London and New York: Routledge. Argyle, M. (1992). The social psychology of everyday life. London : Routledge. Bammel, G. , & Burrus-Bammel, L. L. (1992). Leisure and human behavior (2nd ed.).Dubuque, IA William C. Brown. Beard, J. G., & Ragheb, M. G. (1983). Measuring leisure motivation. Journal of Leisure Research, 15(3), 219-228 Berger, B. C. , & McInman, A. (1993). Exercise and the quality of life. In R. N. Singer, M. Murpugh , & L. K & Tennant (Eds.) , Handbook of research on sport psychology (pp. 729-760). New York: Macmillan Publishing . Bloch, P. H. (1990). Featured address. Paper presented at The National Park and Recreational Association, 1990 Symposium on Leisure Research, Phoenix. Brooks, C. (1998). A causal modeling of social-demographics and moderate to vigorous physical activity behavior of American adults. Research Quarterly for Exercise and Sport, 59(4), 328-338. Bryce, J., & Haworth, J. (2002). Wellbeing and flow in sample of male and female office workers. Leisure Studies , 21(3), 249-263 Carroll, B., & Alexandris, K. (1997). Perception of constraints and strength of motivation: Their relationship to recreation in Greece. Journal of Leisure Research, 29, 279-299. Cavin, J. K., Cavin, D. A., Kyle, G., Hammitt, W. E., & Absher, J.(2004). Examining the structure of the leisure involvement/place bonding relationship in three sumter national forest camping areas. In Proceedings of the 2004 Northeastern Recreation Research Symposium. (USDA Forest Service Gen. Tech. Rep. No. GTR-NE-326, 281-288). Christopher, J. C. (1999). Situating psychological well-being: Exploring the cultural roots of its theory and research. Journal of Counseling and Development, 77, 141-152. Crandall, R. (1980). Motivations for leisure. Journal of Leisure Research, 12(1), 45-53. Diener, E., & Emmons, R. A. (1984). The independence of positive and negative affect. Journal of Personality & Social Psychology, 47(1), 1105-1117. Diener, E. (1984). Subjective well-being. Psychological Bulletin, 95, 542-575. Driver, B. L., & Brown, P. J. (1975). A sociopsychological definition of recreation demand with implication for recreation resource planning. Washington, DC: National Academy of Sciences. Fodness, D. (1994). Measuring tourist motivation. Annals of Tourism Research, 21(3), 555-581. Godbey, G. (1990). Leisure in your lif - An exploration (3rd ed.). State College, PA: Venture Publishing. Harter, S. (1978). Effectance motivation reconsidered. Human Development, 21, 34-64. Havitz, M. E., & Howard, D. R. (1995). How enduring is enduring involvement? A seasonal examination of three recreational activities. Journal of Consumer Psychology, 4(3), 255-276. Havitz, M. E., & Dimanche, F. (1990). Propositions for testing the involvement construct in recreational and tourism contexts. Leisure Sciences, 12(2), 179-195. Havitz, M. E., & Dimanche, F. (1999). Leisure involvement revisited: Drive properties and paradoxes. Journal of Leisure Research, 31(2), 122-149. Iso-Ahola, S. E. (1980). The social psychology of leisure and research. Dubuque, IA: William C. Brown. Iso-Ahola, S. E. (1982). Toward a social psychological theory of tourist motivation: A rejoinder. Annals of Tourism Research, 9(2), 256-262. Iso-Ahola, S. E. (1989). Motivation for leisure. In E. L. Jackson & T. L. Burton (Eds.), Understanding leisure and recreation. State College, PA: Venture Publishing. Iso-Ahola, S. E., & Weissinger, E. (1990). Perception of boredom in leisure: Conceptualization, reliability and validity of the Leisure Boredom Scale. Journal of Leisure Research, 22(1), 1-17. Keller, J. (1983). Motivation design of instruction. In M. Reigeluth (Ed.), Instructional design theories and models: An overview of their current status (pp. 383-384). Hillsdale, NT: Lawrence Erlbaum Associates. Kyle, G., Graefe, A., Manning, R., & Bacon, J. (2003). An examination of the relationship between leisure activity involvement and place attachment among hikers along the Appalachian Trail. Journal of Leisure Research, 35(3), 249-273. Lounsbury, J. W., & Franz, C. P. G. (1990). Vacation discrepancy: A leisure motivation approach. Psychological Reports, 66, 699-702. Lu, L. (1999). Personal or environmental causes of happiness: A longitudinal analysis. Journal of Social Psychology, 139, 79-90. Lu, L. (2000). Gender and conjugal differences in happiness. Journal of Social Psychology, 140(1), 132-141. Maslow, A. H. (1943). Motivation and personality. New York: Harper & Row. McIntyre, N. (1989). The personal meaning participation: Enduring involvement. Journal of Leisure Research, 21(2), 167-179. Oldrige, N. B., & Jones, N.L. (1983). Improving patient compliance in cardiac exercise rehabilitation: Effects of written agreement and self monitoring. Journal of Cardiac Rehabilitation, 3, 257-262. Oishi, S., Diener, E., Suh, E., & Lucas, R. E. (1999). Value as a moderator in subjective well-being. Journal of Personality, 67, 157-184. Pluim, B. M., Staal, Bart, J. M., Bonita, L., Miller, S., & Miley, D. (2007). Health Benefits of Tennis. Displayed.4,3841 BT Amersfoort, Netherlands. Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. Annual Review Psychology, 52, 141-166. Sherif, M., & Cantril, H. (1947). The psychology ego involvements, social attitudes and identifications. New York: Wiley. Stone, R. N. (1984). The marketing characteristics of involvement. Advances in Consumer Research, 11, 210-215. Streer, R. M., & Porter, C. A. (1983). Motivation and work behavior. New York: McGraw-Hill. Ward, A., & Morgan, W. (1984). Adherence patterns of healthy men and women enrolled in an adult exercise program. Journal of Cardiac Rehabilitation, 4, 143-152. Weinberg, R. S. & Gould, D. (2002). Foundations of sport and exercise psychology. Taipei: Society for Sport and Exercise Psychology of Taiwan. Wilson, W. (1967). Correlates of avowed happiness.

Psychological Bulletin, 67(4), 294-306. Zaichkowsky, J. L. (1985). Measuring the involvement construct. *Journal of Consumer Research*, 12, 341-352.