

# A Study of Sport Involvement and Physical and Mental Health for Elementary School Teachers in Taichung City

李溫智、江澤群

E-mail: 364781@mail.dyu.edu.tw

## ABSTRACT

The purpose of this research was to analyze the current status and relationships among lifestyle, sport involvement and health conditions in elementary school teachers. The participants of this study were elementary school teachers in the coast area of Taichung City, and Questionnaire survey was used to collect the data. Four hundred and fifty questionnaires were issued and 391 collected. The data was then analyzed by descriptive statistics, factor analysis, reliability analysis, cluster analysis, one way ANOVA, and regression analysis. Research results are as follows: The lifestyles of elementary school teachers can be grouped into “multi-aspect type”, “leisure type”, “conservative type” and “self confident type” after cluster analysis. The teachers pay the most emphasis on “attractiveness” in sport involvements, while “life adaption” is the best aspect in their health conditions. In the meantime, their life styles affect how their sports get involved. The teachers who prefer active life styles experienced better mental and physical health. “Centeredness” and “attractiveness” have significant influences on physical and mental health.

Keywords : Elementary school teachers、lifestyle、sport involvement、physical and mental health

## Table of Contents

封面內頁 簽名頁 中文摘要 . . . . .	iii	英文摘要 . . . . .	
. . . . . iv 誌謝辭 . . . . .		v 目錄 . . . . .	
. . . . . vi 表目錄 . . . . .		viii 圖目錄 . . . . .	
. . . . . ix 第一章 緒論 第一節 研究背景與動機 . . . . .	1		
第二節 研究目的 . . . . .	3	第三節 研究問題 . . . . .	
4 第四節 研究範圍與限制 . . . . .	4	第五節 名詞解釋 . . . . .	
5 第二章 文獻探討 第一節 生活型態 . . . . .	6	第二節 運動涉入 . . . . .	
. . . . . 12 第三節 身心健康 . . . . .	21	第四節 運動涉入與身心	
健康之關係 . . . . . 28		第三章 研究方法 第一節 研究架構 . . . . .	
34 第二節 研究變項之操作型定義 . . . . .	35	第三節 研究假設 . . . . .	
. . . . . 36 第四節 研究流程 . . . . .	37	第五節 研究工具 . . . . .	
. . . . . 39 第六節 研究對象 . . . . .	43	第七節 資料分析 . . . . .	
. . . . . 43 第四章 結果與討論 第一節 研究對象背景資料分析 . . . . .	45	第二節 生活型態、運	
動涉入及身心健康信度分析 . . . . . 47		第三節 生活型態、運動涉入與身心健康現況分析 . . . . .	50
第五節 不同生活型態國小教師在運動涉入之差異分析 . . . . .	58	第六節 運動涉入對身心健康的影響 . . . . .	62
62 第五章 結論與建議 第一節 結論 . . . . .	64	第二節 建議 . . . . .	
. . . . . 67 參考文獻 一、中文部份 . . . . .	70	二、西文部份 . . . . .	
. . . . . 79 附錄 調查問卷 . . . . .	87	表目錄 表 2-1	
生活型態構面 . . . . .	9	表 2-2 涉入程度定義彙總表 . . . . .	13
表 2-3 涉入研究構面 . . . . .	17	表 3-1 生活型態量表題項 . . . . .	39
表 3-2 運動涉入量表題項 . . . . .	40	表 3-3 身心健康量表題項 . . . . .	41
表 3-4 人口統計變項量表 . . . . .	42	表 4-1 研究對象基本資料表 . . . . .	45
表 4-2 生活型態因素分析表 . . . . .	47	表 4-3 運動涉入因素分析表 . . . . .	48
表 4-4 身心健康因素分析表 . . . . .	49	表 4-5 問卷信度分析摘要表 . . . . .	50
表 4-6 生活型態各構面現況分析表 . . . . .	51	表 4-7 生活型態集群命名比較表 . . . . .	52
表 4-8 不同集群在生活型態構面差異分析摘要表 . . . . .	52	表 4-9 運動涉入題項現況分析表 . . . . .	54
表 4-10 運動涉入各構面現況分析表 . . . . .	55	表 4-11 身心健康題項現況分析表 . . . . .	56
表 4-12 身心健康各構面現況分析表 . . . . .	57	表 4-13 不同生活型態集群在運動涉入差異分析摘要表 . . . . .	58
表 4-14 不同生活型態集群在身心健康差異分析摘要表 . . . . .	60	表 4-15 運動涉入對身心健康之迴歸分析表 . . . . .	62
圖目錄 圖 3-1 研究架構圖 . . . . .	34	圖 3-2 研究流程圖 . . . . .	

## REFERENCES

- 中文部分: 丁志音(1988)。生活方式與健康 - 概念、倫理及政策的探討。衛生教育雜誌, 4, 1-43。方明(譯)(2005)。好動份子最健康 - 強身卻病的秘訣。臺北:藝軒圖書。(Nieman, D. C., 1998)。方進隆(2005)。體適能推展與全人健康理念。國民體育季刊, 34(3), 78-83。王仁宏、方寧、林永森(2008)。以體驗行銷與涉入程度探討顧客滿意與顧客忠誠 - 以運動休閒健康俱樂部為例。休閒產業管理學刊, 1(2), 70-84。王桂珍(1991)。慢性B型肝炎患者的因應行為與家庭支持對其身心健康的影響。國立臺灣大學心理學研究所碩士論文, 未出版, 台北市。王榮德、游正芬、鍾智文、姚開屏(2000)。二十一世紀之健康照護效性評量 - 生活品質與生活品質調整後之存活分析。台灣醫學2000;4(1), 65-74。左瑞華(2004)。休閒活動參與和工作壓力對民航駕駛員身心健康之研究 - 以本國某航空公司國際航線為例。國立臺北護理學院旅遊健康研究所 碩士論文, 未出版, 台北市。朱敬先(1992)。健康心理學。台北:五南。朱淑儀(2003)。國民中學教師其生活型態與休閒參與之關係研究-以臺北市為例。國立東華大學觀光遊憩管理研究所碩士論文, 未出版, 花蓮縣。行政院人事行政局(02000)。公務人員週休二日實施辦法, 台北市:行政院人事行政局。吳淑瓊、梁浙西、林惠生(1993)。老人長期照護研究報告。行政院衛生署專題研究計畫成果報告。李孟陵(2003)。消費者滿意度、涉入程度對其忠誠度之影響研究-以台北市咖啡店為例。交通大學管理科學研究所碩士論文, 未出版, 新竹市。李文銓(1991)。內外控、工作特性、工作壓力與工作滿足、身心健康間之關係。國立政治大學心理研究所碩士論文, 未出版, 台北市。李詩琦(2000)。統計方法應用於銀行顧客滿意模式之研究。國立成功大學統計學研究所碩士論文, 未出版, 台南市。季力康(1997)。運動對心理的益處。大專體育, 34, 4-7。阮泰郎(2006)。消費者生活型態、涉入程度與消費行為之關聯性研究。南臺科技大學企管系碩士論文, 未出版, 台南市。林敬銘、張家昌(2007)。探究台中市公務人員的生活型態與休閒運動參與程度之關係。體育休閒管理學報, 4(1), 91-108。林衢良(2004)。大學生撞球參與者撞球場館滿意度、涉入程度與忠誠度之關係研究。國立體育學院體育研究所碩士論文, 未出版, 桃園縣。林佳聖、羅于靜、林國銘(2009)。高中生休閒運動生活型態與休閒動機之相關性探討 - 以典型相關分析。嘉大體育健康休閒期刊, 8(2), 42-52。林春豪、張少熙、張良漢(2008)。高齡婦女晨間休閒運動涉入與身心健康之研究。運動休閒管理學報, 5(1), 121-135。林樹旺(2008)。建構自行車使用者休閒涉入對休閒效益之影響。運動與遊憩研究, 2(3), 130-149。洪玉珊(2009)。桃園縣國民小學兼任行政職務教師工作壓力與身心健康之研究。國立台北教育大學教育政策與管理研究所碩士論文, 未出版, 台北市。洪宇慶、廖壯偉(2008)。運動觀賞者涉入程度與球隊認同感對忠誠度之研究 - 以超級籃球聯賽觀眾為例。運動休閒產業管理學術研討會論文集(頁314-326)。姚代平(2005)。以休閒為動機之業餘戲劇參與者之態度、涉入與休閒效效之探討—以台北地區的大學戲劇社員為例。大葉大學休閒事業管理研究所碩士論文, 未出版, 彰化縣。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研究所碩士論文, 未出版, 嘉義縣。徐逸涵(2009)。原住民文化園區遊客休閒活度涉入與地方依戀之關係 - 遊客體驗感受為中介變數。國立高雄大學經營管理研究所碩士論文, 未出版, 高雄市。馬上鈞(2002)。休閒效益與生活壓力關係之研究-以高雄地區登山者為例。國立師範大學運動與休閒管理研究所碩士論文, 未出版, 台北市。孫宗鳳(2006)。空巢期父母社交活動之生活型態研究與輔助工具之設計。國立交通大學應用藝術研究所碩士論文, 未出版, 新竹市。張良漢(2007)。登山健行活動涉入量表信度與效度之建構。運動休閒管理學報, 4(1), 34-43。張俊德(2010)。國小排球選手休閒動機、休閒涉入對休閒效益的影響。國立雲林科技大學休閒運動研究所碩士論文, 未出版, 雲林縣。張郁芬(2001)。國小教師工作壓力、社會支持與身心健康之研究。國立嘉義大學國民教育所碩士論文, 未出版, 嘉義市。張珣(1987)。大專聯考壓力症候群之探討。公共衛生, 6(3), 43-53。張嘉洲(2007)。中老年人休閒運動參與動機與效益之研究 - 以新竹地區太極氣功十八式運動為例。國立臺灣師範大學體育研究所碩士論文, 未出版, 台北市。張家銘(2009)。嘉義市老年人休閒運動參與程度、心流體驗、生活滿意度、憂鬱程度之相關研究。中華民國體育學會, 42(3), 113-130。莊鎧溫、王怡婷(2010)。嘉義縣國小教師休閒行為與身心健康之研究。嘉大體育健康休閒期刊, 9(3), 93-104。莊瑞平、曾明郎(2004)。大學生生活型態與運動參與情形之研究。大專體育學刊, 71, 141-126。許志賢、黃于庭、鄭志成(2009)。休閒活動參與對國小教師身心健康之研究 - 以屏東縣為例。運動休閒餐旅研究4(1), 1-20。許耀文、鍾志強、蔡瑋娟、黃孟立(2010)。工作壓力、休閒參與對身心健康的影響之研究 - 以雲嘉地區幼教師為例。運動休閒餐旅研究, 5(4), 80-105。梁恒華(2005)。新店市國小高年級學生生活型態與休閒參與關係之研究。國立臺北教育大學社會科教育學系碩士論文, 台北市, 未出版, 台北市。梁畢玲(2006)。國小教師生活型態、專業認同與職涯滿意度關係之研究。高雄師範大學成人教育研究所碩士論文, 未出版, 高雄市。郭芳坤(2010)。國小學生參與休閒活動對身心健康差異之研究。運動健康休閒學報, 1, 81-101。康來誠(2005)。臺灣北部地區馬術運動消費者生活型態與消費者行為之研究。國立臺灣師範大學運動與休閒管理研究所在職碩士班碩士論文, 未出版, 台北市。陳仲達、張瑋玲、林育正、蕭舒庭、雷侑蓁、鄭尊仁(2006)。工作型態與心血管疾病相關之研究 - 以醫院病患為例。勞工安全衛生研究季刊, 14(1), 36-47。陳建翰(2003)。產品涉入程度、品牌形象、品牌權益與顧客回應間之關係探討。國立東華大學企業管理學系碩士論文, 未出版, 花蓮縣。陳秀卿(2000)。從契合理論來探討工作壓力與身心健康、職業倦怠之關係。國立政治大學心理研究所碩士論文, 未出版, 台北市。陳淑珠(1992)。工作者生活壓力與心理健康之研究-以資訊電子業員工為例。國立台灣大學社會學研究所碩士論文, 未出版, 台北市。陳薇先、邵于玲(2006)。2004ING台北國際馬拉松參賽者涉入程度、滿意度及再參賽意願之研究。北體學報, 14, 146-156。陳國鑫、吳培協、李小娟(2007)。大專院校運動社團學生生活型態與參與動機之相關性研究。真理大學運動知識學報, 135-144。黃金柱、林志成(1999)。我國青少年休閒運動現況、需求暨發展對策之研究。台北:行政體育委員會。黃順霖(2007)。高雄縣國中退休教師休閒運動參與及生活滿意度之研究。國立臺灣師範大學體育研究所碩士論文, 未出版, 台北市。黃任閔、林一貞(2011)。自行車活動參與者休閒涉入與休閒效益之研究。屏東教大運動科學學刊, 7, 223-234。黃雅文、姜逸群(2005)。健康促進與健康行為。國民教育, 45(5), 18-24。黃韞臻、林淑惠(2008)。研究生之生活壓力與因應策略現況分析。臺中教育大學學報 教育類, 22(2), 61-84。葉益吟(2007)。

台北市南港運動中心消費者行為與生活型態及滿意度之研究，國立師範大學運動與休閒管理研究所碩士論文，未出版，台北市。楊文壽(2001)。行動電話手機消費者之涉入程度及購買決策相關因素之關聯性研究。國立交通大學經營管理研究所碩士論文，未出版，新竹市。董國安(2003)。當前學校推展休閒教育的契機。學校體育雙月刊，78(13)，74-85。廖珮玟(2009)。新莊體育場民眾生活型態、休閒動機與滿意度及行?意圖之研究。運動與遊憩研究，4(1)，34-48。鄭志成(2008)。工作壓力和休閒活動參與對國小教師身心健康之研究以屏東縣為例。亞洲大學國際企業學系碩士論文，未出版，台中市。鄭健雄、劉孟奇(2004)。臺灣地區居民休閒生活型態與身心健康關係之研究。(92年度國科會專題研究計畫結案報告編號:NSC92-2415-H-468-001-SSS)。蔡培村(1992)。教師休閒生活的價值與規劃。教師實習輔導通訊，3，16-24。蔡聰智(2008)。撞球運動消費者涉入程度之研究。嘉大體育健康休閒期刊，7(2)，71-80。賴昇宏(2006)。大專籃球聯賽現場觀眾滿意度、涉入程度與品牌權益之相關研究。國立臺南大學碩士論文，未出版，臺南市。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論文，未出版，嘉義市。盧雅萍(2006)。高雄市國小級任教師運動參與行為、工作壓力與身心健康之研究。國立高雄師範大學，未出版，高雄市。盧俊宏(2002)。規律運動、心理和生活品質。國民體育季刊，132，60-73。謝涵淳(2008)。臺北市參與網球運動者涉入程度與休閒需求之相關研究。臺北市立教育大學體育教學碩士學位班論文，未出版，台北市。戴智慧(1985)。已婚職業婦女的生活壓力與休閒型態、婚姻滿意、生理健康及工作滿意五者的關係。政治大學心理研究所碩士論文，未出版，台北市。魏正、許秀桃、李健美(2009)。大專院校學生參與運動休閒動機之分析探討 - 以南部某科技大學為例。國立臺北教育大學體育學術研討會論文集(頁60-66)，臺北教育大學，台北市。羅憲元(2005)。兄弟象球迷後援會成員涉入程度與滿意度相關之研究 - 以大台北地區成員為例。國立臺灣師範大學碩士論文，未出版，台北市。蘇國興(2003)。臺北市國小教師工作壓力、運動行為與身心健康之相關研究。臺北市立師範學院碩士論文，未出版，台北市。西文部分: Aganoff, B. (1994). Aerobic exercise, mood status and menstrual cycle symptoms. *Journal of Psychosomatic Research*, 38, 183-192. Alexander, M. J. L., Nickel, R., Boreskie, S. L., & Searle, M. (2000). Comparison of the effects of two types of fitness flexibility programs on gait, mobility and self-esteem of older females. *Journal of Human Movement Studies*, 38, 235-268. Andreas, M. L., Paul, G., Ayhan, A., Jost, L., R. L., Tobias, E. (2005). Rapid stress reduction and anxiolysis among distressed woman as a consequence of a three-month intensive yoga program. *Medical Science Monitor*, 11(12), 555-561. Arnett, J. J. (1995). Adolescents uses of media for self-socialization. *Journal of Youth & Adolescence*, 24, 519-534. Blackwell & Miniard. (2001). *Consumer Behavior*, N.Y.: Appleton Century Crofts. Blackwell, B. F., Cepek, J. D., G. E. Bernhardt. (2001). *Wildlife Control Methods for Airports. Experiment 2: Efficacy of pulsing landing lights in stimulating avoidance behavior in birds: preliminary investigations. Interim Report submitted to DOT/FAA, William J. Hughes Technical Center by USDA/WS/NWRC.* Bloch, P. H. & Richins, M. L. (1983). A theoretical model for the study of product importance perceptions, *Journal of Marketing*, 47, 69-81. Blumenthal, J. (1982). Psychological changes accompany aerobic exercise in healthy middle-aged adults. *Psychosomatic Medicine*, 44(6), 529-536. Breslow, L., & Egstrom, J. D. (1980). Persistence of health habits and their relationship to mortality. *Preventive Medicine*, 9, 469-483. Bricker, K. S., & Kerstetter, D. L. (2000). Level of specialization and place attachment: An exploratory study of whitewater recreationists. *Leisure Sciences*, 22, 233-257. Centers for disease control and prevention 1996. 取自 <http://www.cdc.gov/> Cheng, T. A., & Williams, P. (1986) The design and development of a screening questionnaire for use in community studies of mental disorders in Taiwan, " *Psychol Med*, 16, 415-22. Coleman, D. & Iso-Ahola, S. E. (1993). Leisure and health: The role of social support and self-determination. *Journal of Leisure Research*, 25(2), 111-128. Curtis, A. J. (2000). *Health Psychology*. Boston: Routledge. Daniel, C., Funk, A., Lynn, L., Ridinger, B., & Anita, M. (2004). Exploring origins of involvement: Understanding the relationship between consumer motives and involvement with professional sport teams. *Leisure Sciences*, 26, 35 - 61. David, J. A., Michael, H. H., & Frank, D. R. (1997). *Wellness concepts and applications*. (4th ed.). McGraw Hill. Devellis, R. F. (1991). *Scale development: Theory and applications*. Newbury Park, CA: Sage. Engel J. F., Blackwell R. D., & Miniard, P. W. (1995). *Consumer Behavior*. 8th, Forth Worth, Dryden Press, Texas. Engel, J. F., Miniard, P. W., & Blackwell, R. D. (1993). *Consumer Behavior*. (7th ed.). Chicago Dryden. Epstein, S. (1979). The stability of behavior: 1. On predicting most of people much of time. *Journal of personality and Social Psychology*, 37, 1097-1126. Godbey, G. (1994). *Leisure in your life: An exploration* (4th ed.). State college, PA: Venture Publishing, Inc. Govindasamy, D., & Peterson, D. H. (1994). Physical activity and the older adult: A knowledge base for managing exercise programs. IL: Stipes. Gunter, B. G., & Gunter, N. C. (1980). Leisure styles: a conceptual framework for modern leisure. *The Sociological Quarterly*, 21, 361-374. Gross, M. J., & Brown, G. (2008). An empirical structural model of tourists and places: progressing involvement in place attachment into tourism, *Tourism Management*, 29(6) 1141-1151. Hansen, F. (1985). Involvement of interest or what. *Advances in Consumer Research*, 12, E. C. Hirschman & M. B. Holbrook (eds). Havitz, M. E., Dimanche, F., & Bogle, T. (1994). Segmenting the adult fitness market using involvement profiles. *Journal of Park and Recreation Administration*, 12(3), 38-56. Havitz, M. E., & Dimanche, F. (1997). Leisure involvement revisited: Conceptual conundrums and measurement advances. *Journal of Leisure Research*, 29, 245-278. Houston, M. J. & Rothschild, M. L. (1978). Conceptual and methodological perspectives in involvement. In Jain, S. (Eds), *Research Frontiers in Marketing: Dialogues and Directions*. Chicago: American Marketing Association. Iwasaki, Y., & Mannell, R. C. (2000). Hierarchical dimensions of leisure stress coping. *Leisure Sciences*, 22(3), 163-181. Iwasaki, Y. (2006). Counteracting stress through leisure coping: A prospective health study. *Psychology, Health & Medicine*, 11(2), 209-220. Joseph, D. C., & Edward, F. Scott. (2009). Who is making lifestyle changes due to preventive health care information a demographic analysis. *Health Marketing Quarterly*, 26, 69 - 86. Kotler, P. (1991). *Marketing Management: Analysis, Planning, Implementation, & Control* (7th ed.). Upper saddle River, NJ: Prentice-Hall. Kotler, P. (1991). *Marketing Management: Analysis, Planning, Implementation, & Control* (7th ed.). Upper saddle River, NJ: Prentice-Hall. Kotler, P., & Armstrong G. (2009). *Principles of Marketing* (9th ed.). London: Prentice-Hall Inc. 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. Kyle, G. T., Graefe, A., Manning, R., & Bacon, J. (2004). Predictors of behavioral loyalty among hikers along the Appalachian Trail. *Leisure Sciences* 26, 99-118. Kyle, G., & Chick, G. (2002). The social nature of leisure involvement. *Journal of Leisure Research*, 34, 426-448. Kyle, G., Graefe, A., Manning, R., & Bacon, J. (2004). Effect of activity involvement and place attachment on recreationists perception of setting density. *Journal of Leisure Research*, 36(2), 209-231. Laurent, G., & Kapferer, J. N. (1985). Measuring consumer involvement profiles, *Journal of Marketing Research*, 22, 41 – 53. Levitt, T. (1981). Marketing intangible products and product intangibles. *Harvard Business Review* 59 (3), 94 – 102. Lull, J. (1987). Listeners' communicative uses of popular music. In J. Lull (Eds), *Popular music and communication* (2nd ed., pp.1-32). Newbury park, CA: Sage. McDonald, B. L., & Schreyer, R. (1991). Spiritual benefits of leisure participation and leisure settings. In B. L. Driver, P. J. Brown & G. L. Peterson, *Benefits of leisure*(pp.49-57). Pennsylvania: Venture Publishing. McIntyre, N. & Pigram, J.(1992). Recreational specialization reexamined: The case of vehicle-based campers. *Leisure science*, 14, 3-15. Morrow, J. R., Jackson, A. W., Disch, J.G., & Mood, D. P. (1995). *Measurement and Evaluation in Human Performance*. Champaign: Human Kinetics Books. Mullin, B. J., & Hardy, S. (1993). *Sport Marketing*. USA: United Graphics. Nimrod, G. (2007). Expanding, reducing, concentrating and diffusing: Post retirement leisure behavior and life satisfaction. *Leisure Sciences*, 29, 91-111. Paffengarger, R. S., Jr., Hyde, R. T., & Dow, A. (1991). Health benefits of physical activity. In B. L. Driver, P. J. Brown & G. L. Peterson, *Benefits of leisure*(pp.49-57). Pennsylvania: Venture Publishing. Paluska, S. A. & Schwenk, T. L. (2000). Physical activity and mental health: current concepts. *Sports Medicine*, 29, 167-180. Plummer, J. T. (1974). The concept and application of life style segmentation. *Journal of Marketing*, 38 (1), 34-36. Reynolds, F. D., & Darden, W. R. (1974). Constructing life style and psychographics. In W.D.Wells(eds), *Life style and psychographics*(pp.71-96). Chicago: AMA. Riddick, C. C., & Stewart, D. G. (1994). An examination of the life satisfaction and importance of leisure in the lives of older female retirees: A comparison of blacks to whites. *Journal of Leisure Research* , 26(1), 75-87. Russell, R. V. (1987). The importance of recreation satisfaction and activity participation to the life satisfaction of age-segregated retirees. *Journal of Leisure Research*, 19(4), 273-283. Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081. Saxena, S., Van Ommeren, M., Tang, K. C., & Armstrong, T. P.(2005). Mental health benefits of physical activity. *Journal of Mental Health*, 14, 445-451. Schuett, M. (1993). Refining measures of adventure recreation involvement. *Leisure Science*, 15, 205-216. Sherif, M., & Cantril, H. (1947). *The Psychology of Ego-Involvement*. New York: John Wiley and Sons. Solomon, P. (2002). Discovering information in context. In B. Cronin (Eds), *Annual Review of Information Science and Technology*, 36, (pp.229-264). Medford, NJ: Information Today. Simmons, S. J. (1989). Health: A concept analysis, *International Journal of Nursing Studies*, 26(2), 155- 161. Singer, J. E. (1982). The need to measure life style. *International Review of Applied Psychology*, 31, 303-315. Thune, I., & Lund, E. (1997). The influence of physical activity on lung-cancer risk: a prospective study of 81516 men and women. *International Journal of Cancer*, 70, 57 – 62. Walker, S. N., Volkan, K., Sechrist, K. R., & Pender, N. J. (1988). Health-promoting life styles of older adults: Comparisons with young and middle-aged adults, correlated and pattern. *Advances in Nursing Science*, 11(1), 76-90. Wells, D. W., & Tigert, D. J.(1971). Activities, interests & opinions. *Journal of Advertising Research*, 11(4), 27-35. Weyerer, S., & Kupfer, B. (1994). Physical exercise and psychological health. *Sports Medicine*, 17, 108 – 116. WHO. (2002). *World Health Report: Reducing risks, Promoting Healthy Life*. Geneva: World Health Organization. Wiley, C. G. E., Shaw, S. M., & Havitz, M. E. (2000). Men's and women's involvement in sports: An examination of the gendered aspects of leisure involvement. *Leisure Sciences*, 20, 19-31. Wind, J., & Green, P. (1974). Some conceptual, measurement, and analysis problems in life style research. In William D. Wells(eds), *Life Style and Psychographics*, Chicago:AMA. Wright, Peter. (1974). The harassed decision maker: Time Pressures, Distractions, and the Use of Evidence, *Journal of Applied Psychology*, 59, 555-561. Zaichkowsky, J. L. (1985). Measuring the involvement construct. *Journal of Consumer Research*, 12, 341- 352. Zillman, D., & Paulus, P. R. (1993). Spectators: Reactions to sports events and effects on athletic performance. In R. N. Singer, M. Murphey, & L. K. Tennant(eds), *Handbook of Research on Sport Psychology*, (pp.600-610). New York: Macmillan.