

戰鬥有氧參與者涉入程度與生活滿意度之研究-以人格特質為干擾變項

孫美娟、江澤群

E-mail: 374644@mail.dyu.edu.tw

摘要

健康是優質生活的元素之一，現今國人普遍重視休閒與健康，利用運動來改善身體適能與提高生活品質日益盛行。本研究旨在研究戰鬥有氧參與者涉入程度對生活滿意度的影響，並加入人格特質作為干擾變數。以極限、伊士邦與世界健身俱樂部參與戰鬥有氧課程之會員為研究對象，採用問卷調查法，共發放500份問卷，回收452份有效問卷，有效回收率90.4%，根據所得資料，以描述性統計、多元迴歸、階層迴歸等統計方法進行分析。研究結果顯示：（一）男女比例相當接近；年齡分布以「31~40歲」為最多；婚姻狀況以「未婚」為最多；教育程度以「大學」為最多。（二）戰鬥有氧參與者涉入程度與生活滿意度屬於中上程度，顯示涉入程度及生活滿意度良好；人格特質以「勤勉正直性」為最明顯，最不明顯的是「神經敏感性」。（三）涉入程度中的認知性、吸引力與自我表現構面會影響生活滿意度。（四）外向性人格、親和性人格及勤勉正直性人格對於涉入程度與生活滿意度具有干擾效果。本研究最後根據研究結論給予企業管理者實務上的建議，並說明研究受到的限制，以及對後續研究方向的建議。

關鍵詞：戰鬥有氧參與者、涉入程度、生活滿意度、人格特質

目錄

封面內頁 簽名頁 謝誌 中文摘要.....	i	英文摘要.....	i
..... ii 內容目錄.....	iii	圖目錄.....	iii
..... vi 表目錄.....	vii	第一章 緒論 第一節 研究背景與動機.....	1
..... 1 第二節 研究目的.....	3	第三節 研究問題.....	3
..... 4 第四節 研究範圍與對象.....	4	第五節 名詞解釋.....	4
..... 4 第二章 文獻探討 第一節 戰鬥有氧.....	7	第二節 涉入程度.....	7
..... 11 第三節 生活滿意度.....	18	第四節 人格特質.....	18
..... 23 第五節 涉入程度、生活滿意度及人格特質相關研究.....	30	第三章 研究方法 第一節 研究架構.....	36
..... 36 第二節 研究對象與抽樣方法.....	37	第三節 研究工具.....	38
..... 38 第四節 資料分析方法.....	54	第四章 結果與討論 第一節 研究對象基本資料.....	56
..... 56 第二節 戰鬥有氧參與者涉入程度、生活滿意度、人格特質之現況.....	59	第三節 戰鬥有氧參與者涉入程度對生活滿意度的影響.....	67
..... 67 第四節 人格特質對涉入程度與生活滿意度之干擾分析.....	70	第五章 結論與建議 第一節 結論.....	73
..... 73 第二節 建議.....	74	參考文獻.....	77
..... 77 附錄A 研究問卷.....	99	圖目錄	99
圖3-1 研究架構圖.....	36	表目錄 表2-1 涉入的定義.....	12
..... 12 表2-2 生活滿意度的定義.....	19	表2-3 人格特質的定義.....	25
表3-1 涉入程度量表.....	39	表3-2 生活滿意度量表.....	40
表3-3 人格特質量表.....	42	表3-4 涉入程度量表項目分析摘要表.....	44
表3-4 涉入程度量表項目分析摘要表.....	45	表3-5 生活滿意度量表項目分析摘要表.....	46
..... 46 表3-6 涉入程度、生活滿意度、人格特質量表信度分析摘要表.....	46	表3-7 涉入程度量表因素分析摘要表.....	48
..... 48 表3-8 生活滿意度因素分析摘要表.....	49	表3-9 人格特質因素分析摘要表.....	51
..... 51 表3-10 涉入程度量表之信度分析摘要表.....	52	表3-11 生活滿意度之信度分析摘要表.....	53
..... 53 表3-12 人格特質量表之信度分析摘要表.....	53	表4-1 戰鬥有氧運動參與者背景資料分析.....	57
..... 57 表4-2 涉入程度各構面評量程度之平均值與排序.....	61	表4-3 戰鬥有氧參與者涉入程度情形分析.....	62
..... 62 表4-4 生活滿意度各構面評量程度之平均值與排序.....	64	表4-5 戰鬥有氧參與者生活滿意度情形分析.....	65
..... 65 表4-6 人格特質各構面評量程度之平均值與排序.....	66	表4-7 戰鬥有氧參與者人格特質情形分析.....	67
..... 67 表4-8 涉入程度與生活滿意度之迴歸分析.....	68	表4-9 涉入程度各構面與生活滿意度之迴歸分析.....	70
..... 70 表4-10 涉入程度與人格特質對生活滿意度之階層迴歸分析.....	72		

參考文獻

一、中文部分 方怡堯 (2002)。遊憩涉入與遊憩體驗關係之研究 - 以溫泉遊客為例。國立台灣師範大學運動休管理研究所碩士論文, 未出版, 台北市。文惠慧 (2007)。國小兼任行政職務女教師情緒智力、親子關係與家庭生活滿意度關係之研究。國立師範大學教育學系碩士論文, 未出版, 高雄市。尤逸歆 (2004)。國小教師休閒運動參與、工作倦怠與生活滿意之研究。雲林科技大學休閒運動研究所碩士論文, 未出版, 雲林縣。王政彥 (2004)。變遷社會中成人教育的變與不變。成人教育, 77, 12-22。王秀華 (1995)。有氧運動 - 有氧舞蹈。師大體育, 37, 42-47。王慶田 (2009)。國小教師休閒涉入、休閒效益及幸福感之研究。亞洲大學碩士論文, 未出版, 台中縣。白明勳 (2011)。登山會會員持續涉入、人格特質與休閒效益關係之研究。大葉大學運動事業管理學系碩士論文, 未出版, 彰化縣。有氧舞蹈運動網 (2012)。有氧舞蹈的發展歷程。2012年3月3日, 取自 <http://www.socialwork.com.hk/sport/aerobics/index.htm> 何而淵 (2007)。國軍人員人格特質與休閒阻礙關係之研究 - 以空軍軍官為例。銘傳大學觀光研究所碩士論文, 未出版, 台北市。何麗芳 (1992)。台北市老人休閒活動與生活滿意度研究。東吳大學社會工作研究所碩士論文, 未出版, 台北市。余昌融 (2010)。劍道學習者之人格特質、休閒涉入與情緒智力之相關研究。大葉大學休閒事業管理學系碩士論文, 未出版, 彰化縣。余昭 (1989)。人格心理學, 臺北:三民書局。余嬪 (1999)。休閒活動的選擇與規劃。學生輔導, 60, 20-31。吳永發 (2006)。路跑運動參與者持續涉入、休閒效益與幸福感之研究。國立體育大學體育推廣學系碩士論文, 未出版, 桃園縣。吳明隆 (2007)。SPSS統計應用學習實務 - 問卷分析與應用統計, 台北市:經緯。吳曉瑜 (2006)。女性志工之人格特質、投入程度與幸福感關係之探討 - 以中南部慈濟志工為例。大葉大學休閒事業管理學系碩士論文, 未出版, 彰化縣。李維靈、施建彬、邱翔蘭 (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。吳櫻花 (2008)。高雄縣警察人員休閒活動參與行為和生活滿意度之研究。國立屏東教育大學體育學系碩士論文, 未出版, 屏東縣。吳明蒼、蔡正欲、張珈瑛 (2011)。老年人運動休閒阻礙、休閒滿意度與生活滿意度關係之研究。臺中學院體育, 8, 51-60。吳閔旋 (2011)。臺北地區慢速壘球參與者休閒涉入程度與購買決策評估對顧客忠誠度影響之研究。台北市立教育大學體育學系碩士論文, 未出版, 台北市。宋明鴻 (2009)。大學生人格特質與創業意向關連性之研究以創業精神、創業態度為中介變數。國立澎湖科技大學服務業經營管理研究所碩士論文, 未出版, 澎湖。李鑑軒 (2007)。資訊工作人員之生命流對工作滿意及生活滿意的影響。國立中央大學資訊管理研究所碩士論文, 未出版, 桃園縣。李明憲 (1998)。國小、國中生體能活動、健康體能相關影響因素之調查研究 - 花蓮縣宜昌國小、宜昌國中為例。國立台灣師範大學衛生教育系博士論文, 未出版, 台北市。李奕璇 (2008)。桌球運動者成就動機、涉入程度與技術水準之關係研究 - 以高雄市光武桌球俱樂部為例。朝陽科技大學休閒事業管理系碩士論文, 未出版, 台中市。沈佳蓉 (2006)。退休教師志願參與學校服務與生活滿意度關係之研究。國立中正大學成人及繼續教育學系碩士論文, 未出版, 嘉義縣。周惠莉 (2003)。五大人格特質、性別角色與轉換型領導關連性之研究。中原大學企業管理研究所碩士論文, 未出版, 桃園縣。房家儀 (2008)。空服員工作壓力與休閒參與及生活滿意度關係之研究 - 以中華航空公司為例。國立台灣師範大學運動與休閒管理研究所碩士論文, 未出版, 台北市。林佳萍 (2010)。南投縣國中教師休閒運動參與、人格特質、休閒效益及幸福感之研究。大葉大學休閒事業管理學系碩士論文, 未出版, 彰化縣。林芝怡 (2005)。國中生人格特質、休閒活動與幸福感之相關研究。國立高雄師範大學教育學系碩士論文, 未出版, 高雄市。林玉屏 (2008)。社大學員情緒智力與生活滿意度關係之研究。玄奘大學教育人力資源與發展學系碩士論文, 未出版, 新竹市。林慧菁 (2008)。台中地區大學生運動涉入對學校認同之研究。國立台灣體育學院運動管理學系碩士論文, 未出版, 台中市。林麗惠 (2004)。高齡者生活滿意度之調查研究。玄奘社會科學學報, 2, 45-84。林佳蓉 (2001)。老人生活滿意模式之研究。國立體育學院體育研究所碩士論文, 未出版, 桃園縣。林欣怡 (2005)。國小教師A型性格、工作壓力與生活滿意之研究。嘉義大學家庭教育研究所碩士論文, 未出版, 嘉義縣。林瓊玲 (2004)。參與社會團體之成人的工作投入、社會支持與生活滿意度關係之研究。國立高雄師範大學成人教育研究所碩士論文, 未出版, 高雄。林俊達 (2011)。太極拳運動參與者涉入程度對休閒利益與活躍老化關係之影響研究 - 以嘉義縣市為例。國立台灣體育學院運動管理學系碩士論文, 未出版, 台中市。邱明宗 (2007)。登山健行人格特質、休閒滿意對登山行為及生活滿意度的影響。大葉大學休閒事業管理學系碩士論文, 未出版, 彰化縣。邱秀官 (2003)。不同生活習慣者從事單次四十分鐘拳擊有氧舞蹈能量代謝之探討。國立體育學院運動科學研究所碩士論文, 未出版, 桃園縣。施啟文 (2000)。台灣投資人之性格特質及其投資獲利與生活滿意度之相關研究。大葉大學事業經營研究所碩士論文, 未出版, 彰化縣。施志強 (2011)。青少年運動迷之性格特質、參與動機、涉入程度及相關因素之研究。大葉大學教育專業發展研究所碩士論文, 未出版, 彰化縣。胡家欣 (2000)。大學生的休閒認知, 涉入與體驗 - 兼論人格特質的影響。高雄醫學大學行為科學研究所碩士論文, 未出版, 高雄市。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, 未出版, 嘉義縣。張恒璋 (2007)。人格特質、認知風險與涉入程度對於大學生使用網路消費意願之研究。中興大學應用數學系所碩士論文, 未出版, 台北市。張春興 (1995)。張氏心理學辭典。台北:臺灣東華。張春興 (1991)。現代心理學。臺北:東華書局。張麗君 (2009)。生涯規劃與生活滿意度關係之探討 - 以人格特質為干擾變數。大葉大學人力資源暨公共關係學系碩士論文, 未出版, 彰化縣。張淑惠 (1993)。S-O-R模型在消費者涉入理論之應用的檢討。德明學報, 11, 144-177。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。張鳳燕、楊妙芬、邱珍琬、蔡素紋譯, 2002, 人格心理學—策略與議題, Robert M. Liebert, Lynn Langenbach Liebert 著。五南圖書出版公司(初版)。陳熾竹 (2002)。網路與真實人際關係、人格特質及幸福感之相關研究。屏東教育大學教育心理與輔導研究所碩士論文, 未出版, 屏東市。陳鳳貞 (2009)。不同人格特質與參與動機、休閒滿意度之相關研究 - 以瑜珈運動參與者為例。大葉大學休閒事業管理學系碩士論文, 未出版, 彰化縣。陳文銓 (2005)。室內溫水游泳池消費者之涉入程度、滿意度集中程度之相關研究 - 以高高屏地區室內溫水游泳池為例。屏東:睿煜出版社。陳弘慶 (2007)。2006年全國大專運動會參與者之涉入程度、體驗行銷、滿意度及忠誠度之相關實證研究。運動休閒管理學報, 4 (1) 14-33。陳肇芳 (2007)。大學校院學生休閒運動參與、涉入與滿意度關係之研究。國立嘉義大學體育與健康休閒研究所碩士論文, 未出版, 嘉義市。陳銘正 (2007)。六週戰鬥有氧課程對身體組成與耐力能力之影響。國立體育學院教練研究所碩士論文, 未出版, 桃園縣。陳嘉雯 (2006)。登山健行活動之登山客持續涉入、休

間效益與幸福感關係之研究。銘傳大學觀光研究所碩士論文，未出版，台北市。教育部體育司(1999)。教育部八十八年度提升學生體能計畫學校行政主管體能教育研習會報告書，6-17，國立台灣師範大學學校體與研究與發展中心。郭欣易(2000)。人格特質與激勵偏好、工作態度、工作表現之相關性研究。世新大學觀光學系碩士論文，未出版，台北市。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學系碩士論文，未出版，彰化縣。郭冀謙(2009)。體適能會員涉入程度、關係品質、滿意度與生活品質之研究 - 以高雄市地區為例。南華大學旅遊事業管理學系碩士論文，未出版，嘉義縣。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。麥秀英、卓俊辰(1984)。有氧舞蹈對大專女生體適能的影響。體育學報，6，135-141。曾冠宇(2008)。單車休閒者之人格特質、休閒涉入程度與休閒利益知覺關係之探討 - 以彰化地區為例。大葉大學休閒事業管理學系碩士論文，未出版，彰化縣。游明益(2008)。工作滿足、信任與組織公民行為 - 知識分享之中介效果及人格特質之干擾效果。大葉大學人力資源暨公共關係學系碩士論文，未出版，彰化縣。黃彩霖(2003)。醫院行政人員的人格特質、工作壓力、工作投入、專業承諾及工作績效之相關性研究。南華大學管理研究所碩士論文，未出版，嘉義縣。黃俊彥、曾中正(2006)。台南縣基層警察人員的休閒參與度、休閒滿意度與生活滿意度之相關研究。警學叢刊，36(4)，271-192。黃俊英、賴文彬(1990)。涉入的理論發展與實務應用。管理科學學報，7(1)，15-29。黃鈺芸(2005)。有氧舞蹈課程對生活品質之影響 - 以新竹科學園區一高科技公司員工為例。大葉大學休閒管理學系碩士論文，未出版，彰化縣。黃希庭(1998)。人格心理學。臺北:東華書局。楊木仁(2002)。中老年人健康管理與休閒運動。國立體育學院論叢，13(1)，181-194。楊哲維(2006)。表演藝術節目觀賞者休閒涉入與流暢經驗之研究。南臺科技大學休閒事業管理系碩士論文，未出版，臺南縣。楊國樞(2002)。社會及行為科學研究法，台北:東華書局。溫怡英(2002)。女性參與有氧舞蹈的動機與體適能效果之研究。體育學報，(33)，21-32。葉怡矜、吳崇旗、王偉琴、顏伽如、林禹良(譯)(2005)。休閒遊憩概論—探索生命中的休閒。台北市:品度。(Geoffrey Godbey,2003)。葉建助(2010)。溯溪參與者休閒涉入、休閒效益與幸福感之研究。國立東華大學體育學系碩士論文，未出版，花蓮縣。廖文正(2003)。球鞋業產品涉入程度與促銷活動對產品屬性影響之研究。淡江大學管理科學學系碩士論文，未出版，臺北縣。趙聚文(2007)。回任措施對員工外派回任後組織承諾的影響 - 以人格特質為干擾變數。大同大學事業經營學系碩士論文，未出版，台北市。蔡聰智、陳弘慶(2008)。撞球運動消費者涉入程度之研究 - 以雲嘉南地區為例。嘉大體育健康休閒期刊，7(3)，71-80。劉靜軒(2005)。老人社會大學學員智慧與生活滿意度相關之研究。國立中山大學高齡者教育研究所碩士論文，未出版，高雄市。潘碧娟(2003)。組織政治知覺對工作壓力及工作投入之影響 - 以人格特質為干擾變數。國立中山大學人力資源管理研究所碩士論文，未出版，高雄市。潘可綺(2009)。大台北地區女性活動志工之人格特質、休閒效益與生活滿意度之探討。大葉大學休閒事業管理學系碩士論文，未出版，彰化縣。歐陽宜廷(2007)。九尾數訂價法對青少年衝動性購買行為的影響:以人格特質為干擾變數。朝陽科技大學應用外語研究所碩士論文，未出版，台中市。蔡佳靜(2007)。訊息陳述方法、廣告訴求對象與涉入程度對廣告效益之影響-不同產品類別之探討。輔仁管理評論，13(1)，85-106。蔡巧玲(2005)。休閒潛水者性別角色與休閒涉入之研究。國立體育學院體育研究所碩士論文，未出版，桃園縣。鄭惠玲(2008)。苗栗節慶遊客之個人特質與其遊憩體驗、重遊意願關係之探討。大葉大學休閒事業管理學系碩士論文，未出版，彰化縣。鄭紹可(2005)。人格特質、休閒參與和休閒阻礙之相關研究—以台北市成年人為例。國立台灣師範大學公民教育與活動領導學系碩士論文，未出版，台北市。賴惠玲、謝佩珊、謝美玲、王淑芬、林金蘭、宋美惠、卓如玉(2004)。團體有氧運動對中老年人生理心理指標的影響。慈濟護理雜誌，3(2)，50-58。賴章伶(2008)。大專校院運動舞蹈社團參與者涉入程度與休閒效益之研究。台北市立體育學院休閒與運動管理研究所碩士論文，未出版，台北市。賴爾柔(1998):台灣鄉村老人生活滿意度之研究。國科會研究報告，計畫編號:NCS86-2412-H013。謝淑芬(2006)，人格五因素模式與休閒態度、休閒參與的關聯性研究 - 以技術學院學生之戶外休閒參與為例，景文學報，16(2)，147-166。謝金玲(2011)。海外自助旅行者人格特質、安康生活型態與學習旅遊關係之研究。國立高雄應用科技大學觀光與餐旅管理系碩士論文，未出版，高雄市。謝美香(2006)。國小高年級學童的人格特質、學校生活適應與幸福感之相關研究。國立嘉義大學家庭教育研究所碩士論文，未出版，嘉義市。羅鴻仁(2009)。大專棒球運動員人格特質與組織承諾之相關性研究。嘉大健康體育休閒期刊，8(1)，157-164。Les Mills台灣網頁(2012)。戰鬥有氧之意涵。2012年3月8日，取自 <http://www.lesmills.com/taiwan/zh/members/home/les-mills.aspx> 二、英文部分 Allport, G. W. (1961). Pattern and growth in personality. New York; Holt, Rinehart, & Winston. Bammel, G., & Burrus-Bammel, L.L. (1996). Leisure and human behavior (2nd). Dubuque, IA: Brown & Benchmark Publishers. Belk, R. W. (1975). Situation variables and consumer behavior. Journal of Consumer Research, 2, 235-236. Berger, B. G. (1988). The role of physical activity in the life quality of older adults. American Academy of Physical Education Papers, 22, 42-58. Bloch, Peter H. (1983). Involvement Beyond the Purchase Process: Conceptual Issues and Empirical Investigation, in Advances in Consumer Research, Edited by Andrew Mitchell, Ann Arbor: Association for Consumer Research, 9, 413-417. Brandmeyer, D. D. (1987). Higher education activity and life satisfaction in the older adult. Unpublished doctoral dissertation, The University of Georgia. Brown, L. et al. (1991). Vital signs: The trends that are shaping our future. New York, NY: Norton. Cattell, R.B. (1943). "The Description of Personality: Basic Trait Resolved into Clusters", Journal of Abnormal and Social Psychology, 38, pp.476-506. Cooper, Mildred & Cooper, Kenneth H. (1972). Aerobics for Woman, M. Evans and Company, Inc. Costa, P. T., Jr., & McCrae, R. R. (1992). Four ways five factors are basic. Personality and Individual Differences, 13(6), 653-665. Costa, P. T., Jr., McCrae, R. R., & Busch, C. M. (1986). Evaluating comprehensiveness in personality systems: The California Q-set and the Five-Factor Model. Journal of Personality, 54(2), 430-446. Csikszentmihalyi, M. (1975). Beyond boredom and anxiety. San Francisco: Jossey-Bass. Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with life scale. Journal of Personality Assessment, (49), pp. 91-95. Diener, E. (1984). Subjective well-being. Psychological Bulletin, 95, 542-575. Edginton, C. R., Jordan, D. J., DeGraaf, D. G., & Edginton, S. R. (1995). Leisure and life satisfaction: foundational perspectives. Madison: Brown & Benchmark Publishers. Fesenmaier, D. R., & Johnson, B. (1989). Involvement-based segmentation: Implication for travel marketing in Texas. Tourism Management, 10, 293-300. Friedman, M. & Rosenman, R.

H.(1974). " Type A and Your Heart " , New York : Knoph. Godbey, G. (1994). Leisure in your life: an exploration. State col-lege, PA: Venture Pub. Greenwald, A. G. & Leavitt, C. (1984). Audience involvement in advertising: Four levels. *Journal of Consumer Research* , 11, 581-592.

Gregg, J. P. (1996). Psychological implications and personal perceptions of lifelong learning for adults in life satisfaction and self-esteem. Unpublished doctoral dissertation, Wayne State University. Guilford, J. P. (1959). *The Nature of Human Intelligence*, NY: McGraw-Hill. Havitz, M. E. & Dimanche, F. (1999). Leisure involvement revisited: driveproperties and paradoxes. *Journal of Leisure Research*, 31(2),122-149. Hayes, N., Joseph, S. (2003). Big 5 correlates of three measures of subjective well-being. *Personality and Individual Differences*, 34(4), 723-727. Henry, N. J. (1989). A qualitative study about perceptions of lifestyle and life satisfaction among older adults. Unpublished doctoral dissertation, Syracuse University. Hollis, L. A. (1998). Sex comparisons in life satisfaction and psychosocial adjustment scores with an older adult sample: Examining the effect of sex role differences in older cohorts. *Journal of the American Academy of Ophthalmology*, 10(3), 59-77. Houston, M. J., & Rothschild, M. L. (1978). Conceptual and methodological perspectives on involvement. *Research Frontiers In Marketing*,184-187. Iso-Ahola, S.E.(1980). The social psychology of leisure and recreation. Dubuque, IA:Wm.C.Brown. Judge, T. A., & Cable, D. M. (1997). Applicant personality, organizational culture, and organization attraction. *Personnel Psychology*, 50(2), 359-394. Kim, S. S., Scott, D., & Crompton, J. L. (1997). An exploration of the relationships among social psychological involvement, behavior involvement, commitment, and future intentions in the context of birdwatching. *Journal of Leisure Research*, 29(3), 320-341. Kirkcaldy, B. D. (1982). Personality profiles at various level of ath-letic participation. *Personality and Individual Differences*, 3, 321-326. Krugman, H. E. (1965). The Impact of Television Advertising: Learning without Involvement. *Public Opinion Quarterly*, 29, 349-356. Larson, R., Mannell, R., & Zuzanek, J. (1986). Daily well-being of older adults with friends and family. *Journal of Psychology and Aging*, 1,117-126. Marston, W.M.(1928). " Emotions of Normal People 1th ed. " , Harcourt Brace and Co. McIntyre, N. (1989). The personal meaning of participation: enduringinvolvement. *Journal of Leisure Research*, 21(2), 167-179. McIntyre, N. (1989). The personal meaning of participation: Enduring involvement. *Journal of Leisure Research*, 21(2), 167-179. Mitchell, A. A. (1981).The dimensions of advertising involvement. *Advances in Consumer Research*, 8, 25-30. Mroczek, D. K., & Spiro, III A.(2005). Change in life satisfaction during adulthood: findings from the veterans affairs normative aging study. *Journal of personality and social psychology*, 88(1), 189 – 202. Mullin, B. J., Hardy, S., & Sutton, W. A. (2000). *Sport Marketing*. New York. North, T. C., McCullagh, P., & Tran, Z. V. (1990). Effect of exercise on depression. In K. B. Pandolph and J. O. Holloszy (Eds.), *Exercise and Sport Science reviews*, 18, 379-415. Parkerson, G. R., Broadhead, W. E., & Tse, C. J.(1990). The health status and life satisfaction of first-year medical students. *Academic medicine*, 65(9), 586-588. Petruzzello, S. J., Landers, D. M., Hatfield, R. D., Kubitz, K. A., & Salazar, W. (1991). Ametaanalysis of the anxiety reducing effects of acute and chronic exercise. *Sport Medicine*, 11, 143-182. 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), 292-306. 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. Rotter, J.B.(1966). " Generalized Expectancies For Internal Versus External Control of Reinforcement " , *Psychological Monographs*, 33(1), pp.300-303.

Rothschild, M.L.(1984).Perspectives on involvement :Current problems and future direction.*Advances in consumer research*,11,216-217. Schuett, M. (1993). Refining measure of adventure recreation involvement. *Leisure Sciences*, 15, 205-216. Shaw, S. M., & Havitz, M. F.(2000).Men's and women's involvement in sports: an examination of the gendered aspects of leisure involvement.*Leisure Sciences*,22,19-31. Sherif, M., & Cantril, H. (1947). *The psychology of ego-involvements*. New York: Wiley. Shichman, S., & Cooper, E. (1984). Life satisfaction and sex role concept. *Sex Role*, 227. Slama M.E., & A.Tashchian (1985). Selected Socioeconomic and Demographic Characteristics Associated with Purchasing Involvement .*Journal of Marketing Research*, 49 ,72 . Smale, B., & Dupuis, S. (1995). The relationship between leisure activity participation and psychological well-being across the life span. *Journal of Applied Recreation research*, 18(4), 281-300. Stone, R. N.(1984). The marketing characteristics of involvement. *Advances in Consumer Research*, 3, 355-365. Topp, R., & Stevenson, J. S.(1994). The effects of attendance and effort on outcomes among older adults in a long-term exercise program. *Research in Nursing & Health*, 17, 15-24. Wiggins, J. S. (1996). *The Five-Factor Model of Personality: Theo-reticalPerspectives*. New York: Guilford Press. Wiley, C. G. E., Shaw, S. H., & Havitz, M. E. (2000). men ' s and women ' s involvement in sports: an examination of the gendered aspects of leisure involvement. *Leisure sciences*, 22, 19-31. Wilson(1967).Correlates of avowed happiness. *Psychological Bulletin*, 47 (2) ,203-231. Zaichkowsky, J. L. (1985) . Measureing the involvement construct .*Journal of Consumer Research* , 12 , 341-352. Zimbardo, P. G.(1992). *Psychology and life (3rd edtion.)*, Harper Collins Publishers.