

高雄市退休老人休閒活動參與與其幸福感之研究

邱翔蘭、施建彬、李維靈

E-mail: 9314223@mail.dyu.edu.tw

摘要

由於國內人口結構逐漸趨於老化，所以老人的議題倍受重視。而退休事件的發生對老人在生活適應、心理調適與社會關係上均有很大的影響。因此，本研究以高雄市退休老人為對象，主要是希望瞭解其人格特質、休閒活動參與、休閒滿意度與幸福感間之關係。本研究以家戶問卷調查的方式，共得有效問卷378份。分析方法包括：描述性統計、t檢定、單因子變異數分析、Pearson積差相關分析及多元階層迴歸分析。研究結果顯示：1. 性別、職業階層、退休年數、教育程度、婚姻狀況、健康狀況、居住型態及退休前所得在休閒活動參與上有顯著差異。2. 職業階層、退休年數、教育程度、婚姻狀況、健康狀況及退休前所得在整體休閒滿意度上有顯著差異。3. 退休年數、婚姻狀況、健康狀況、居住型態及退休前所得在幸福感上有顯著差異。4. 外向人格與休閒活動參與、休閒滿意度及幸福感皆呈顯著正相關；神經質人格僅與幸福感達顯著負相關。5. 在控制人格變項及主觀健康狀況兩個重要影響老人幸福感的因子後，消遣型及社交型休閒活動的參與仍可有效預測幸福感。最後就研究結果進行綜合討論，並提出相關建議。

關鍵詞：退休老人、人格特質、休閒活動參與、休閒滿意度、幸福感

目錄

目錄封面內頁 簽名頁 授權書	iii 中文摘要
v 英文摘要	vi 謝誌
viii 目錄	ix 圖目錄
xi 表目錄	xii 第一章 緒論 1 第一節 研究緣起與動機 1 第二節 研究目的 3 第三節 研究對象與範圍 3 第二章 文獻探討 5 第一節 幸福感 5 第二節 休閒活動參與及滿意度 10 第三節 影響休閒活動參與之因素 15 第四節 影響幸福感之因素 22 第三章 研究方法 30 第一節 研究架構 30 第二節 研究假設 31 第三節 研究工具與操作型定義 31 第四節 預試 37 第五節 抽樣設計與資料蒐集 38 第六節 資料分析方法 39 第七節 研究限制 41 第四章 研究結果與分析 43 第一節 樣本之描述性統計分析 43 第二節 個人背景變項在休閒活動參與、滿意度及幸福感之分析 50 第三節 人格特質與休閒活動參與、休閒滿意度及幸福感之關係 64 第四節 幸福感的預測因子 67 第五章 討論與建議 70 第一節 研究結果摘要 70 第二節 綜合討論 75 參考文獻 92 附 錄 102 附錄一 退休者休閒活動與幸福感研究問卷(預試問卷) 103 附錄二 退休者休閒活動與幸福感研究問卷(正式問卷) 107

參考文獻

1. 王素敏。(1997)。老人的休閒滿意及其休閒教育取向之研究。國立高雄師範大學成人教育研究所碩士論文。
2. 王震武、林文瑛、林烘煜、張郁雯。(2002)。心理學。台北:學富文化。
3. 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。
4. 李鍾元。(1991)。老人的休閒活動。健康教育, 67期, 第11-13頁。
5. 余嬪。(2000)。休閒教育的實施與發展。大葉學報, 第9卷, 第2期, 第1-13頁。
6. 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。
7. 林宗毅。(1994)。台中市老年人休閒活動之研究。東海大學企業管理研究所碩士論文。
8. 林淑凰。(1997)。我國老人休閒活動之研究。國立台北師範大學三民主義研究所碩士論文。
9. 林勝義。(1994)。退休後休閒和社會參與的規劃。成人教育, 第16期, 第24-27頁。
10. 林麗惠。(2002)。高齡者參與學習活動與生活滿意度關係之研究。國立中正大學成人及繼續教育研究所。
11. 吳玢潔。(2002)。大台北地區民眾休閒滿意度與幸福感之研究。國立台灣師範大學運動休閒與管理研究所碩士論文。
12. 周麗端、吳明燁、唐先梅、李淑娟編著。(1999)。婚姻與家人關係。台北:空大。
13. 施建彬。(1995)。幸福感來源與相關因素之探討。國立高雄醫學院行為科學研究所碩士論文。
14. 施建彬、陸洛。(1997)。(Michael Argyle原著)。幸福心理學。台北:巨流。
15. 施清發。(1999)。老人的休閒參與程度與休閒體驗中自由感無聊感及休閒需求間之關係。國立高雄醫學院行為科學研究所碩士論文。
16. 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, 第92期, 第346-358頁。
17. 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。國立高雄醫學院行為科學研究所碩士論文。
18. 涂淑芳譯。(1996)。(G., Bammel & L. L. Burrus-Bammel原著)。休閒與人類行為。台北:桂冠。
19. 高迪理(1993)。「老人的文康休閒活動」, 社區發展季刊, 第64期, 第84-86頁。
20. 康箏譯。(2000)。(Geoffrey Godbey原著)。你生命中的休閒。昆明:雲南出版社。
21. 張定綺譯。(2001)。(Mihaly Csikszentmihalyi原著)。快樂, 從心開始。台北:天下。
22. 陳正昌、程炳林。(1994)。SPSS、SAS、BMDP統計軟體在多變量統計上的應用。台北:五南。
23. 陳曉蘭。(1992)。台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碩士論文。
24. 陳億貞譯。(2002)

。(Robert, J. Sternberg原著)。普通心理學。台北:雙葉。25. 陸洛譯。(1995)。(Argyle, M.原著)。日常生活社會心理學。台北:巨流。26. 陸洛譯。(1997)。(Argyle, M.原著)。幸福心理學。台北:巨流。27. 陸洛。(1996)。社會行為之科學研究。台北:巨流。28. 陸洛。(1998)。中國人幸福感之內涵、測量及相關因素探討。人文及社會科學彙刊, 第8卷, 第1期, 第115-137頁。29. 郭淑菁。(2003)。登山社員休閒涉入、休閒滿意與幸福感之研究。大葉大學休閒事業管理系碩士班碩士論文。30. 曾秀卿。(1998)。高齡者非理性信念、堂會支持與情緒困擾之關係研究。國立高雄醫學院成人教育研究所碩士論文。31. 張光達。(1999)。運動休閒滿意研究論文之比較分析。大專體育, 第四十五期, 第69-78頁。32. 張耀中。(2002)。台中市銀髮族退休教師參與休閒運動之研究。國立體育學院體育研究所碩士論文。33. 黃郁婷。(1995)。親子溝通、因應方式與老年人幸福感之關係。中國文化大學生活應用科學研究所碩士論文。34. 楊雅筠。(2003)。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。中國文化大學生活應用科學研究所碩士論文。35. 劉敏珍。(2000)。老年人之人際親密、依附風格與幸福感之關係研究。國立高雄師範大學成人教育研究所碩士論文。36. 魏素芬。(1997)。城鄉老人休閒活動之探討。國立台灣大學農業推廣學系碩士論文。37. 顏智淵。(2002)。Type A-B行為對休閒內在動機、休閒參與及休閒滿意之差異研究。國立體育學院體育研究所碩士論文。38. 潘能靜。(1994)。神經質人格與內外向人格兩人格向度的身心機制與身心機制與身心反應、症狀各疾病間的關係。中原大學心理學研究所碩士論文。39. 羅素卿。(2002)。老人休閒喜好及其影響因子之探討。中國文化大學生活應用科學研究所碩士論文。(二)網路資料 1. 內政部戶政司老人福利服務。(2004, 3, 14)。近年我國老人人口數一覽表。<http://volnet.moi.gov.tw/sowf/04/07/近年我國老人人口數一覽表.xls>。2. 行政院主計處。(2004, 3, 14)。社會指標答客問。<http://www.dgbas.gov.tw/dgbas03/bs2/qa/2-19.html>。二、英文部份 1. Andersen, M. L., & Taylor, H. F. (2000). *Sociology: Understanding a diverse society*. Belmont, CA: Wadsworth / Thomson Learning. 2. Andrews, F. H., & Withey, S. B. (1974). Developing measures of perceived life quality: Results from several national surveys. *Social Indicators Research*, 1, 1-26. 3. Andrews, F. H., & Withey, S. B. (1976). *Social indicators of well-being*. New York: Plenum. 4. Argyle, M. (1987). *The psychology of happiness*. London and New York: Methuen. 5. Argyle, M. (1992). *The social psychology of everyday life*. London: Routledge. 6. Argyle, M. (1999). Causes and correlates of happiness. In D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (pp. 353-373). New York: Russell Sage Foundation. 7. Bammel, G., & Burrus-Bammel, L. L. (1992). *Leisure and human behavior* (2nd ed.). Dubuque, IA: Wm. C. Brown Publishers. 8. Beard, J. G., & Ragheb, M. G. (1980). Measuring leisure satisfaction. *Journal of Leisure Research*, 12(1), 20-33. 9. Brickman, P., Coates, D., & Janoff-Bulnam, R. (1978). Lottery winner and accident victim: Is happiness relative? *Journal of Personality and Social Psychology*, 36(10), 917-927. 10. Brief, A. P., Butcher, A. H., Georhe, J. M., & Lonk, K.E. (1993). Integrating bottom-up and top-down theories of subjective well-being: The case of health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(4), 646-653. 11. Brown, B. A., Frankel, B. G., & Fennell, M. (1991). Happiness through leisure: The impact of type of leisure activity, age, gender and leisure satisfaction on psychological well-being. *Journal of Applied Recreation Research*, 16, 368-392. 12. Carp, F. M., & Carp, A. (1982). Test of a model of domain satisfactions and well-being: Equity considerations. *Research on Aging*, 4, 503-522. 13. Chekola, M. G. (1975). *The concept of happiness*. Unpublished doctoral dissertation, University of Michigan. 14. Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1980). Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being: Happy and unhappy people. *Journal of personality Social Psychology*, 38, 668-678. 15. Csikszentmihalyi, M. (1975). *Beyond boredom and anxiety*. San Francisco: Jossey-Bass. 16. Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience*. New York: Harper & Row. 17. Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575. 18. Diener, E., Sandvik, E., Seidlitz, L., & Diener, M. (1993). The relationship between income and subjective well-being: Relative or absolute? *Social Indicators Research*, 28, 195-223. 19. Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276-303. 20. Eysenck, H. J. (1944). Types of personality-A factorial study of 700 neurotic soldiers. *Journal of Mental Science*, 90, 851-861. 21. Eysenck, H. J. (1967). *The biological basis of personality*. Springfield, IL: Charles C Thomas. 22. Eysenck, H. J., & Eysenck, S. B. G. (1975). *Manual for the Eysenck Personality Questionnaire*. London: Hodder and Stoughton. 23. Eysenck, H. J., & Eysenck, M. W. (1985). *Personality and individual differences: A natural science approach*. New York: Plenum. 24. Feist, J. (1990). *Theories of personality* (3rd ed.). Fort Worth, TX: Holt, Rinehart and Winston. 25. Godbey, G. (1997). *Leisure in your life* (4th ed.). State College, PA: Venture Publishing. 26. Goldberg, V. P., & Erickson, J. R. (1987). Quantity and price adjustment in long-term contracts: A case study of petroleum coke. *Journal of Law & Economics*, 30(2), 369-398. 27. Griffin, J., & McKenna, K. (1998). Influences on leisure and life satisfaction of elderly people. *Physical and Occupational Therapy in Geriatrics*, 15(4), 1-16. 28. Henderson, K. A., Bialeschki, M. D., Hemingway, J. L., Hodges, J. S., Kivel, B. D., & Sessoms, H. D. (2001). *Introduction to recreation and leisure services*. State College, PA: Venture Publishing. 29. Hill, P., & Argyle, M. (1998). Positive moods derived from leisure and their relationship to happiness and personality. *Personality and Individual Differences*, 25, 523-535. 30. Kelly, J. R., Steinkamp, M. W., & Kelly, J. R. (1987). Later life satisfaction: Does leisure contribute? *Leisure Sciences*, 9, 189-200. 31. Kelly, J. R., & Godbey, G. (1992). *The sociology of leisure*. PA: Venture Publishers. 32. Lu, L., & Argyle, M. (1994). Leisure satisfaction and happiness as a function of leisure activity. *Kaohsiung Journal of Medical Sciences*, 10, 89-96. 33. Lu, L. (1995). The relationship between subjective well-being and psychosocial variables in Taiwan. *Journal of Social Psychology*, 135, 351-357. 34. Lu, L., & Shih, J. B. (1997). Personality and happiness: Is mental health a mediator? *Personality and Individual Differences*, 22, 249-256. 35. Lu, L., Shih, J. B., Lin, Y. Y., & Ju, L. S. (1997). Personal and environmental correlates of happiness. *Personality and Individual Differences*, 23, 453-462. 36. Lu, L. (2000). Gender and conjugal differences in happiness. *The Journal of social psychology*, 140(1), 132-141. 37. Michalos, A. C. (1985). Multiple discrepancies theory. *Social Indicators Research*, 16, 347-414. 38. Parducci, A. (1968). The relativism of absolute judgments. *Scientific American*, 219, 84-90. 39. Pervin, L. A. (1993). *Personality: Theory and research* (6th ed.). New York: John Wiley & Sons. 40. 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. 41. Ragheb, M. G. (1993).

Leisure and perceived wellness: A field investigation. *Leisure Sciences*, 15(1), 13-24. 42. Ragheb, M. G., & Tate, R. L. (1993). A behavioral model of leisure participation, based on leisure attitude, motivation and satisfaction. *Leisure Sciences*, 12(1), 61-70. 43. 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. 44. 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. 45. Shih, J. B. (1999). Cultural, social and individual correlates of happiness in Taiwan. Unpublished doctoral dissertation, University of Oxford Brookes. 46. Wilson, W. (1967) Correlates of avowed happiness. *Psychological Bulletin*, 67(4), 294-306. 47. Wilson, W. R. (1960). An attempt to determine some correlates and dimensions of hedonic tone. Unpublished doctoral dissertation, University of Northwestern. 48. Wood, W., Rhodes, M. (1989). Sex differences in positive well-being: A consideration of emotional status. *Psychological Bulletin*, 106(2), 249-264. 49. Zimmer, Z., Hickey, T., & Searle, M. S. (1995). Activity participation and well-being among older people with arthritis. *The Gerontologist*, 35(4), 463-471.