

# 登山健行者人格特質、休閒滿意對登山行為及生活滿意度的影響-以台中市大坑地區為例

邱明宗、施建彬

E-mail: 9607391@mail.dyu.edu.tw

## 摘要

本研究之主要目的在探討登山健行者人格特質、休閒滿意對登山行為及生活滿意度的影響。選取台中市大坑地區登山健行者為研究樣本，共發放問卷450份，有效問卷418份，有效回收率為96.5%。研究結果顯示：1.不同性別、年齡、教育程度及每月平均收入的登山健行者在休閒滿意、生活滿意度上有顯著差異。2.不同年齡、教育程度及每月平均收入的登山健行者在登山行為上有顯著差異。3.休閒滿意與登山行為及生活滿意度具有顯著正相關。4.神經質人格與休閒滿意及生活滿意度具有顯著負相關。5.休閒滿意、經驗開放性人格與登山行為具有顯著正相關。6.登山行為的顯著預測因子是生理、社會、美感、年齡、經驗開放性。7.生活滿意度的顯著預測因子是外向性、年齡、每月平均收入、美感、勤勉正直性、社會、教育、性別。最後就結果進行討論，提出對相關單位之建議與後續研究之參考。

關鍵詞：登山健行，人格特質，休閒滿意，生活滿意度

## 目錄

中文摘要 .....	iii	英文摘要 .....	iv	誌謝辭 .....	vi	內容目錄 .....	vii
表目錄 .....	vii	圖目錄 .....	ix	第一章 緒論 .....	xi	第一節 研究背景與動機 .....	1
第一節 研究背景與動機 .....	1	第二節 研究目的 .....	4	第三節 研究問題 .....	5	第四節 研究範圍與對象 .....	5
第四節 研究範圍與對象 .....	5	第五節 名詞操作性定義 .....	7	第二章 文獻探討 .....	9	第一節 人格特質 .....	9
第一節 人格特質 .....	9	第二節 休閒滿意 .....	17	第三節 登山健行 .....	24	第四節 生活滿意度 .....	28
第四節 生活滿意度 .....	28	第五節 人格特質、休閒滿意、休閒行為與生活滿意度 .....	33	第六節 本章總結 .....	38	第三章 研究方法 .....	39
第六節 本章總結 .....	38	第一節 研究架構 .....	39	第二節 研究假設 .....	40	第三節 研究工具 .....	41
第一節 研究架構 .....	39	第二節 研究假設 .....	40	第三節 研究工具 .....	41	第四節 資料收集 .....	45
第二節 研究假設 .....	40	第三節 研究工具 .....	41	第四節 資料收集 .....	45	第五節 預試結果 .....	47
第三節 研究工具 .....	41	第四章 資料分析結果 .....	48	第一節 登山健行者背景資料 .....	48	第二節 登山健行者人格特質、休閒滿意之情形 .....	51
第四節 資料收集 .....	45	第一節 登山健行者背景資料 .....	48	第二節 登山健行者人格特質、休閒滿意之情形 .....	51	第三節 人口背景變項在休閒滿意、登山行為及生活滿意度之分析 .....	52
第五節 預試結果 .....	47	第二節 登山健行者人格特質、休閒滿意之情形 .....	51	第三節 人口背景變項在休閒滿意、登山行為及生活滿意度之分析 .....	52	第四節 人格特質、休閒滿意與登山行為及生活滿意度之關係 .....	68
第四節 資料收集 .....	45	第三節 人口背景變項在休閒滿意、登山行為及生活滿意度之分析 .....	52	第四節 人格特質、休閒滿意與登山行為及生活滿意度之關係 .....	68	第五節 登山行為及生活滿意度之預測因素 .....	71
第五節 預試結果 .....	47	第五節 登山行為及生活滿意度之預測因素 .....	71	第五章 討論與建議 .....	75	第一節 主要研究發現 .....	75
第四節 資料收集 .....	45	第五節 登山行為及生活滿意度之預測因素 .....	71	第一節 主要研究發現 .....	75	第二節 綜合討論 .....	81
第五節 預試結果 .....	47	第五章 討論與建議 .....	75	第一節 主要研究發現 .....	75	第三節 建議 .....	88
第四節 資料收集 .....	45	第一節 主要研究發現 .....	75	第二節 綜合討論 .....	81	參考文獻 .....	93
第五節 預試結果 .....	47	第二節 綜合討論 .....	81	第三節 建議 .....	88	附錄A 研究問卷 .....	108
第四節 資料收集 .....	45	第三節 建議 .....	88	參考文獻 .....	93		
第五節 預試結果 .....	47	附錄A 研究問卷 .....	108				

## 參考文獻

- 1.內政部(2003)，臺灣地區國民生活狀況調查報告，內政部統計處 出版品。
- 2.王素敏(1997)，老人的休閒滿意及其休閒教育取向的研究，國立高雄師範大學成人教育研究所出版碩士論文。
- 3.田文政(1993)，從人類與自然山水的關係探討休閒，國民體育季刊，22(4)，26-38。
- 4.交通部觀光局(2004)，中華民國93年國人國內旅遊狀況調查報告。
- 5.朱美珍(2001)，民生主義社會政策與軍人家庭關係的研究 - 已婚軍官角色衝突及其生活滿意的分析，國立政治大學中山人文社會科學研究所出版博士論文。
- 6.朱敬先(1992)，健康心理學，臺北：五南圖書公司。
- 7.江金玲(1997)，非胰島素依賴型糖尿病患者家庭支援、生活滿意、自我照顧行為與糖尿病控制的研究，國立台灣大學護理學研究所出版碩士論文。
- 8.行政院主計處(1997)，國民時間運用相關調查，中華民國台灣地區調查統計資料季報，25，40-45。
- 9.行政院衛生署(1993)，衛生白皮書，臺北：行政院衛生署。
- 10.餘嬪(1996)，青少年休閒活動狀況調查報告，學生輔導，50，122-125。
- 11.吳珩潔(2002)，大臺北地區民眾休閒滿意度與幸福感的關係研究，國立臺灣師範大學運動與休閒管理研究所出版碩士論文。
- 12.吳復新等(2002)，組織行為，臺北：空中大學。
- 13.吳萬益，林清河(2001)，企業研究方法，臺北：華泰書局。
- 14.吳慧英(1989)，中年國小教師工作滿意、休閒滿意與生活滿意的關係，國立台灣教育學院輔導研究所出版碩士論文。
- 15.李素馨，蘇群超(1999)，大坑登山步道遊憩環境與選擇行為關係的研究，戶外遊憩研究，12(4)，21-42。
- 16.林佳蓉(2001)，老人生活滿意模式的研究，國立體育學院體育研究所碩士論文。
- 17.林東泰(1992)，休閒教育與其宣導策略的研究，臺北：師大書苑。
- 18.林欣慧(2001)，登山健行的休閒效益的研究，第一屆運動與休閒管理研討會，國立台灣師範大學運動與休閒管理研究所。
- 19.林能白，丘宏昌(1999)，服務品質的研究-服務人員人格特質的影響分析與應用，管理學報，16(2)，175-200。
- 20.侯錦雄(1990)，遊憩區遊憩動機與遊憩認知關係的研究，國立台灣大學園藝學研究所出版博士論文。
- 21.施建彬，陸洛譯(1997)，幸福心理學，M.Argyle 原著，巨流圖書公司。
- 22.洪光遠，鄭慧玲譯(1995)，人格心理學

, 臺北:桂冠書局。23.洪幸妙(1997), 大學生生活滿意度及其影響因素的研究, 國立彰化師範大學輔導學研究所未出版碩士論文。24.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, 國立高雄醫學大學行為科學研究所未出版碩士論文。25.高俊雄(1996), 跨世紀運動休閒的舞臺與經營, 運動休閒管理論文集, 臺北:品度股份有限公司。26.張少熙(2000), 臺北市不同層級學生休閒活動運動的研究, 臺北:漢文書店。27.張春興(1991), 現代心理學, 臺北:東華書局。28.張鳳燕, 楊妙芬, 邱珍琬, 蔡素紋譯(2002), 人格心理學, 臺北:五南圖書公司。29.張慧美(1986), 製造業未婚女性職工休閒的研究—以中部地區兩廠為例, 私立東海大學社會工作研究所未出版碩士論文。30.張樑治(2003), 安養機構老人人口變項、心流體驗、休閒滿意與生活滿意的關係, 國立東華大學觀光暨遊憩管理研究所未出版碩士論文。31.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。32.曹正, 李瑞瓊(1989), 觀光地區遊憩活動設施規劃設計準則研究報告, 臺北:交通部觀光局。33.梁坤茂(2000), 高雄市國中教師參與休閒性社團及相關因素的研究, 國立高雄師範大學工業科技教育學研究所未出版碩士論文。34.許惠傑(2000), 臺北市都市郊山休憩空間的形塑與發展—圓山風景區個案研究, 國立臺北大學都市計畫研究所碩士論文。35.郭玉燕(1993), 機構老人生活滿意度與社會支援的研究—以台灣省仁愛之家自費安養老人為例, 國立中正大學社會福利研究所未出版碩士論文。36.郭志輝(1993), 介紹簡便的休閒性健身運動 - 步行, 國民體育季刊, 22(4), 54-59。37.陳仲庚, 張雨新等編(1990), 人格心理學, 臺北:五南圖書公司。38.陳南琦(2000), 青少年休閒無聊感與休閒阻礙、休閒參與及休閒滿意度的相關研究, 國立體育學院體育研究所未出版碩士論文。39.陳政文譯(1997), 人格理論, 臺北:揚智文化事業股份有限公司。40.陳彰儀(1989), 休閒活動的選擇與休閒教育, 幼獅月刊384, 50-53。41.陳維霖(2000), 登山學, 臺北:國家出版社。42.陳肇男, 林惠生(1996), 台灣老人的社團參與和生活滿意, 台灣地區人口家庭及生命品質研討會論文集, 345-367, 臺北:中國人口學會。43.陳麗華(1992), 臺北市大學女生休閒運動態度與參與狀況的研究, 國立體育學院體育研究所未出版碩士論文。44.陳豔麗(1993), 臺南縣、市大專教師休閒參與型態、休閒活動參與項目滿意度研究, 國立體育學院體育研究所未出版碩士論文。45.遊恆山, 李素卿譯(2000), P.G. Zimbardo & R.J. Gerrig 著, 心理學, 臺北:五南圖書公司。46.黃心珍(1995), 嘉義市老年婦女的自我概念對其生活滿意度及參與學習意願的影響研究, 國立中正大學成人及繼續教育研究所未出版碩士論文。47.黃堅厚(1999), 人格心理學, 臺北:心理出版社有限公司。48.蔡長清(1998), 退休老人休閒參與量及類型與生活滿意度的關係, 國科會研究報告, 計畫編號:NCS86-2417-H151-001。49.蔡建樑(2003), 個人人格特質對組織公正認知與組織公民行為關係影響的研究, 私立東華大學企業管理研究所未出版碩士論文。50.鄭健雄(1997), 休閒遊憩行為, 臺北:田園城市文化。51.盧俊宏(1994), 運動心理學, 臺北:師大書苑。52.賴爾柔(1998), 台灣鄉村老人生活滿意度的研究, 國科會研究報告, 計畫編號:NCS86-2412-H013。53.繆敏志(1994), 工作壓力的理論基礎與模式及其管理方法, 中國行政, 53。54.謝明容(1999), 大學生科系選擇、休閒選擇及其重要性與生活滿意的相關研究, 國立彰化師範大學輔導研究所未出版碩士論文。55.謝清秀(2004), 大專網球選手休閒動機、休閒參與及休閒滿意的研究, 國立體育學院體育研究所未出版碩士論文。56.鐘瓊珠(1997), 大專運動員休閒行為的研究 - 以國立台灣體育專長學生為例, 國立體育學院體育研究所未出版碩士論文。

二、英文部分

- Allport, G. W. (1961). Pattern and growth in personality. New York: Holt, Rinehart, & Winston.
- Beard, J. G., & Ragheb, M. G. (1980). Measuring Leisure Satisfaction. *Journal of Leisure Research*, 12: pp. 20-33.
- Bobby, G. (1995). The importance of leisure satisfaction. *Journal of Leisure Research*, 12, pp. 279-299.
- Bongguk, J., & David, R. A. (1995). The relationship between personality types and leisure preferences. 1995 Symposium On Leisure Research. USA, San Antonio, Texas: October, 87.
- Brandmeyer, D. D. (1987). Higher education activity and life satisfaction in the older adult. Unpublished doctoral dissertation, The University of Georgia.
- Brown, B. A., & Frankel, G. B. (1993). Activity through the year: Leisure, leisure satisfaction and life satisfaction. *Sociology of Sport Journal*, 10, pp. 1-17.
- Bucher, C. A., Shivers, J. S., & Bucher, R. D. (1984). Recreation for today's society. (2nd), N. T.: Prentice-Hall.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1985). The NEO Personality Inventory Manual. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1992). Four ways five factors are basic Personality and Individual Differences, 13.p. 653-665.
- Costa, P. T., McCrae, R. R., & Dye, D. A. (1991). Facet scales for agreeableness and conscientiousness: A revision of the NEO personality inventory. *Personality And Individual Differences*, 12, pp. 887-898.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, pp. 542-575.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, (49), pp. 91-95.
- Digman, J. M. (1990). Personality structure: Emergence of the five factor model. *Annual Review of Psychology*, 41, pp. 417-440.
- Edginton, C. R., Jordan, Degraaf, D. G., & Edginton, S. R. (1995). Leisure and life satisfaction foundational perspectives. Dubuque, IA: Brown.
- Edwards, J. N., & Klemmack, D. L. (1973). Correlates of life satisfaction: A Reexamination. *Journal of Gerontology*, (28), pp. 497-502.
- Eysenck, H. J. (1967). The biological basis of personality. Springfield: Charles C. Thomas.
- Eysenck, H. J. (1970). Biological Dimensions of personality. In L. A. Pervin (Ed.), *Handbook of personality: Theory and research*, pp. 244-276, New York: Guilford Press.
- Eysenck, H. J. (1981). A model for personality. Berlin, Germany: Springer Verlag.
- Flexner, S. B., & Hauck, L. C. (1987). The random house dictionary of the english language (2nd ed.) Unabridged. Random House, Inc.
- Francken, D. A., & Van Raaij, W. R. (1981). Satisfaction with leisure time activities. *Journal of Leisure Research*, 13(4), pp. 337-352.
- Gatewood, R. D., & Field, H. S. (1998). *Human Resource Selection* Forth Worth, (4th ed.). TX, The Dryden Press.
- Godbey, G. (1994). *Leisure in your life: an exploration*. State college, PA: Venture Pub.
- 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.
- Guinn, B. (1990). The importance of healthy behaviors to the leisure satisfaction of elderly recreational vehicle tourist. *Wellness Perspectives*, Vol 6, No 4, pp. 33-41.
- Henry, N. J. (1989). A qualitative study about perceptions of lifestyle and life satisfaction among older adults. Unpublished doctoral dissertation, Syracuse University.
- Hill, P., & Argyle, M. (1999). Positive moods derived from leisure and their relationship to happiness and personality. Unpublished.
- 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.
- Howard, D. (1976).

Multivariate relationships between leisure activities and personality. *Research Quarterly*, 47, pp. 226-237.

28. Huang, C. Y. (2003). The relationship among leisure participation, leisure satisfaction, and life satisfaction. Unpublished doctoral dissertation. University of the Incarnate Word, TX.

29. Ingham, R. (1986). Psychological contributions to the study of leisure. *Leisure Studies*, 5, pp. 255-279.

30. Kaplan, M. (1975). *Leisure: Theory and policy*. Springfield, IL: Charles C. Thomas.

31. Kelly, J. R., & Ross, J. E. (1989). Later-life leisure. Beginning a new agenda. *Leisure Science*, 11, pp. 47-59.

32. Kelly, J. R., & Steinkamp, M. W. (1987). Later-life satisfaction: Does leisure contribute? . *Leisure Sciences*, Vol 9, No 3, pp. 189-200.

33. Kinney, W., & Coyle, C. (1992). Predicting life satisfaction among adult with physical disabilities. *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation*, 21, pp. 45-49.

34. Kirkcaldy, B. D., & Farnham, A. (1991). Extraversion, neuroticism, psychoticism and recreation choice. *Personality and Individual Differences*, 7, pp. 737-745.

35. Kirkcaldy, B. D. (1982). Personality profiles at various level of athletic participation. *Personality and Individual Differences*, 3, pp. 321-326.

36. Larson, R. (1978). Thirty years of research on the subjective well being of older Americans. *Journal of Gerontology*, 33(1), pp. 109-125.

37. Lu, L., & Argyle, M. (1994). Leisure Satisfaction and happiness as a function of Leisure Activity. *Kaohsiung Journal of Medical Sciences*, 10, pp. 89-96.

38. Mannell, R. C., & Bradley, W. (1986). Does greater freedom always lead to greater leisure? Testing a person x environment model of freedom and leisure. *Journal of leisure research*, 18(4), pp. 215-230.

39. Mannell, R. C., & Kleiber, D. A. (1997). *A social psychology of leisure*. United States of America. PA: Venture Publishing, Inc.

40. Neal, J. D., Sirgy, M. J., & Uysal, M. (1999). The role of satisfaction with leisure travel/tourism services and experience in satisfaction with leisure life and overall life. *Journal of Business Research*, Vol 44, pp. 153-163.

41. Norman, W. T. (1963). Toward an Adequate taxonomy of personality attributes: Replicated factor structure. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 66, pp. 574-583.

42. Nunnally, J. C. (1978). *Psychometric theory*. New York : McGraw-Hill.

43. Palmore, E., & Kivett, V. (1977). Change in life satisfaction: a longitudinal study of persons aged 46-70. *Journal of Gerontology*, 32(3), pp. 311-316.

44. Pervin, L. A., & John, O. P. (1997). *Personality: Theory and research* (7th ed.). New York: John Wiley.

45. Pervin, L. A. (1993). *Personality: Theory and Research*, (6th ed.). New York: John Wiley & Sons.

46. Phares, E. J., & Chaplin, W. F. (1997). *Introduction to personality* (4th ed.). New York: Longman.

47. Plog, S. C. (1991). *Leisure travel: Making it a growth market again !*. New York: John Wiley.

48. Quinn, R. F. (1985). The relationship of commitment on the part of lay catholic elementary school principals in the United States to selected principal ' s personal variables. *Dissertation Abstracts International*, 46.

49. Ragheb, M. G., & Beard, J. G. (1980). Measuring leisure satisfaction. *Journal of Leisure Research*, 12(1), pp. 252-306.

50. 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), pp. 295-306.

51. Ragheb, M. G., & Tate, R. L. (1993). A behavioral model of leisure participation, based on leisure attitude, motivation and satisfaction. *Leisure Sciences*, 12, pp. 61-70.

52. Riddick, C. C. (1986). Leisure satisfaction precursors. *Journal of leisure research*, Vol 18, No 4, pp. 259-265.

53. Seiger, L. H., & Hesson, J. (1994). *Walking For Fitness*. Kerper Boulevard, Dubuque: Wm. C. Brown Publishers.

54. Shichman, S., & Cooper, E. (1984). Life satisfaction and sex role concept, *Sex Role*, pp. 227.

55. Van Kuyk-Minis, M. A. H., & Lui, L. (1998). Issues related to the translation of measurement scales: A comparison of versions of the Arthritis Measurement Scale. *Occupational Therapy Journal of Research*, 18, pp. 143-156.

56. Walker, J. (1998). Mapping the learning of older adults. *Adults Learning*, October, pp. 14-16.

57. Wendy, Z. H. (1998). The multi-day competitive leisure event examining satisfaction over time. *Journal of leisure research*, Vol.30, pp. 472-497.

58. Wiggins, J. S. (1996). *The Five-Factor Model of Personality: Theoretical Perspectives*, Guilford Press, New York.