

## 高屏地區退休教師休閒態度與動機之現況研究

蔡鋒樺\*、李昭憲\*\*

### 摘要

本研究旨在探討退休教師於退休生活休閒態度與動機之概況。以高雄屏東地區年齡介於 65 歲至 75 歲之退休教師為問卷調查對象，問卷內容包含休閒態度量表(LAS)、休閒動機量表(LMS)、以及人口學相關因素，經由隨機取樣的方式取得有效收案資料 161 人，其中男性退休教師有 75 人且女性有 86 人、年齡於 65 歲至 70 歲者有 89 人，71 歲至 75 歲者有 72 人、且每月平均休閒活動花費則分類為新台幣 5000 元（不含）以下者共 62 人、5000 元（含）以下且 10000 元（不含）以下者 54 人、以及 10000 元（含）以上者共 45 人。研究結果發現，在整體休閒態度與休閒動機方面之表現，女性確實較男性來的活躍與積極（ $p < .05$ ），至於年齡於 71 歲至 75 歲者對於休閒態度與休閒動機平均得分的亦不如 65 歲至 70 歲者（ $p < .05$ ），且每月平均休閒活動花費金額愈高者其休閒態度與休閒動機得分愈高（ $p < .05$ ），亦即每月平均休閒活動花費超過 10000 元者擁有最高的休閒態度與休閒動機之得分且不足 5000 元者最低。根據研究之結果，本文建議退休教師應注重自身之休閒活動與規劃，特別是男性、年齡於 71 歲至 75 歲者且每月休閒活動花費不足 5000 元者，透過晚年休閒生活之規劃，讓生活的幸福感與滿足感，藉以提升退休晚年的生活品質與社交關係。

關鍵詞：退休教師，休閒態度，休閒動機

---

\*美和科技大學休閒運動保健系助理教授

\*\*美和科技大學健康事業管理系助理教授(通訊作者)

## 壹、緒論

台灣由於衛生教育的推廣與醫療生技的發展，自民國 82 年起便邁入高齡化社會，老化指數逐年惡化，更在近 3 年間就大幅升了 10.5 個百分點，直至民國 99 年底已達 68.6%，且 65 歲以上老人所占比例已達 10.7%；老化指數雖仍較加拿大、歐洲各國及日本等國家為低，但卻較美國、紐西蘭及其他亞洲國家為高（內政部統計處，2011）。如此人口急速老化的現象，使專家學者不得不直視其衍生之相關問題，如：社會層面議題、老人心理議題、與老人健康議題等（秦毛漁、施仁興、吳美惠、施秀慧、蔡娟秀，2007；秦毛漁、施仁興、陳安純、張筱筠、蔡娟秀，2007；張蓓貞、吳麗貞、彭淑美，2003；陳凱華等，2003；黃坤得、黃瓊慧，2001），然而其中最令人最感興趣的便是成功老化的議題，主因是在無可避免人口老化的趨勢下，透過健康促進的舉動與措施，來讓老人擁有健康的生理與心理，不僅能增強其自身的抵抗力來降低罹病的風險，更能達到延緩老化甚至是成功老化的境界，讓老人擁有自主與自在的晚年生活（陳媽芬、林晉榮，2004；蕭仔伶、劉淑娟，2004），亦能減少國家健康保險費用的支出與舒緩全民健康保險制度倒閉之危機。

然而，協助老人成功老化的因素之一，便是修正其休閒態度並激發其休閒動機（葉秀煌，2010；Kelly, 1990），透過適當休閒活動的參與與休閒經驗的享受，不僅能為老人豐富心靈並消除生活無聊感外（Bammel & Burrus-Bammel, 1992），更可為其帶來個人成長利益、身心健康與美滿生活品質（張蕙麟，2007；Riddick & Stewart, 1994），亦能藉由休閒運動次數的增加，改善各種生理機能並預防老人慢性病與心血管等疾病的發生（洪新來、李世昌、呂宇晴、葉齡懃，2008；盧梅，1999；Ruuskanen & Ruoppila, 1995）；因此，改善老人休閒態度與引發老人休閒動機，進而改變其休閒行為與增加休閒參與的頻率（Ragheb & Tate, 1993），更是本文的重要研究動機之一，研究中以年滿 65 歲以上之退休教師為例，除評估該族群休閒態度與動機之現況外，更分別針對休閒態度與動機進行建構模式之初探，期盼研究結果能提供該族群培養休閒態度與動機之佐證，與改善老年人休閒生活之參考。

## 貳、研究方法

為說明本研究之研究方法，將以條列方式依序說明研究動機、研究目的、研究對象、施測工具與統計分析方法，簡明地闡述本文之研究設計與執行方式。

### 一、研究動機

由於國內以退休教師為研究對象，並針對其休閒態度與動機進行探討的研究相當稀少，然而此類族群又是休閒消費族群中的層峰人口，不僅擁有消費能力與財力，更具備休閒活動所需花費之時間，若能針對此類族群之休閒態度與動機進行研究，瞭解其對休閒生活動機與態度之感受，應能提供相關休閒業者之參考價值，本文更以拋磚引玉的精神，期盼透過此研究引起休閒相關學者與對此族群在休閒活動方面的重視。

### 二、研究目的

本文欲瞭解退休教師休閒態度與動機之現況，大致歸納以下幾點研究目的，作為研究進行之方針：

- (1)瞭解性別、年齡層與每月休閒消費金額在休閒態度上之差異情形；
- (2)瞭解性別、年齡層與每月休閒消費金額在休閒動機上之差異情形；
- (3)瞭解休閒態度與休閒動機之相關性情形；
- (4)瞭解性別、年齡層與每月休閒消費金額在休閒態度之影響；
- (5)瞭解性別、年齡層與每月休閒消費金額在休閒動機之影響。

### 三、研究對象

本文之研究對象以居住屏東與高雄地區年齡介於 65 歲至 75 歲間之退休教師（國中及高中職退休教師）為主，採橫斷式研究設計並透過問卷訪談進行研究樣本之收案，收案期間為 99 年 7 月至 10 月間，總計完成問卷訪談之人數共 200 人，但皆為有效資料為 161 人；其中，女性有 86 人（約佔 54.42%）、男性有 75 人（約佔 46.58%），且 65 歲至 70 歲者有 89 人（約佔 55.28%）、71 歲至 75 歲者有 72 人（約佔 44.72%），而過去一年平均每月休閒消費金額低於新台幣 5000 元者 62 人（約佔 38.51%）、新台幣 5000 至 10000 元者 54 人（約佔 33.54%）且超過新台幣 10000 元者有 45 人（約佔 27.95%）。

### 四、施測工具

依據研究目的來形成問卷並進行施測，本文之問卷包括三大部份，分別為個人基本資料部份、休閒態度與休閒動機部份；在個人資料部份，則有研究對象的年齡、性別與最近一年平均每月的休閒消費金額等因素；在休閒態度部份，則參考由 1982 年 Ragheb 和 Beard 所制訂之休閒態度量表 LAS(Leisure Attitude Scale)，亦是國內許多學者曾引用並進行編修的施測工具（白家倫，2005；李昭憲、陳美

慧和梁仲正，2009；周正秋，1998；張文禎，2002；陳冠惠，2003；蔡樹芬、葉源鎰，2006；黃孟立，2005），主要原因是該量表具備良好之信、效度，且統合相關文獻於此份量表之信度分析之 Cronbach' s  $\alpha$  值均達 0.80 以上，該量表有三大構面（休閒認知、休閒情意與休閒行爲）合計三十六項題目，並以李克特五點尺度爲準則，分數愈高表休閒態度愈顯活躍；此外，在休閒動機部份，則參考由 1983 年 Beard 和 Ragheb 所編訂之休閒動機量表 LMS(Leisure Motivation Scale)，共包含智力動機、社會動機、能力勝任動機與刺激避免動機等四大構面合計三十二項題目，亦以李克特六點尺度爲準則，分數愈高表休閒動機愈趨積極，且該問卷在 2007 年由國內學者黃世明等人做爲研究參考並編修成中文版本（黃世明、傅建三、傅家輝，2007），文獻中提及整體量表之信度分析 Cronbach' s  $\alpha$  值達 0.86。

## 五、統計分析方法

資料分析過程以統計分析軟體 SPSS 視窗 17 版爲主，依據資料之結構與研究目的之說明，本文採用的統計分析方法有獨立樣本 t 檢定(Independent t-test)、單因子變異數分析(One-way ANOVA)、事後檢定薛費法(Scheffé's Method)、皮爾森積差相關(Pearson's correlation) 與迴歸分析(Regression analysis)等。

## 參、結果與討論

本文分析結果依據上述之研究目的要項逐一說明，陳述要點分別爲(1)退休教師休閒態度之現況分析、(2)退休教師休閒動機之現況分析、(3)退休教師休閒態度與動機之相關性分析、(4)退休教師休閒態度之線性迴歸分析、以及(5)退休教師休閒動機之線性迴歸分析，相關統計分析資料表（如，表 1、表 2、表 3、表 4 及表 5），亦依各項要點陳列。

### 一、性別、年齡層與每月休閒消費金額在休閒態度上之差異分析

針對退休教師之休閒認知、休閒情意、休閒行爲與整體休閒態度於性別、年齡層以及每月休閒消費金額等因素，透過獨立樣本 t 檢定(T test)、變異數分析(ANOVA)與事後檢定薛費氏法(Scheffé's Method)進行比較分析。研究發現，在性別因素方面，女性退休教師在休閒認知、休閒情意、休閒行爲與整體休閒態度等方面的平均得分爲 4.10（標準差 0.43）、3.93（標準差 0.36）、3.91（標準差 0.48）與 3.98（標準差 0.42），皆較男性的 3.86（標準差 0.42）、3.77（標準差 0.32）、3.76（標準差 0.44）與 3.80（標準差 0.38）來的高分且達統計上的顯著意義(p 值<.05)，說明了女性退休教師在休閒態度方面的各項表現皆較男性來的活躍。在年齡層因素方面，65 歲至 70 歲者於休閒認知、休閒情意、休閒行爲與整體休閒態度的平均得分爲 4.11（標準差 0.42）、3.94（標準差 0.33）、3.93（標準差 0.46）與 3.99（標準差 0.40），相較於 71 歲至 75 歲者的 3.85（標準差 0.43）、3.75（標準差 0.35）、3.73（標準差 0.45）與 3.78（標準差 0.41）來的高，亦達統計顯著意義(p 值<.05)，

說明了年齡層於 71 歲至 75 歲的退休教師在休閒態度各方面的表現，皆不如 65 歲至 70 歲者來的活躍。此外，在每月休閒消費金額因素於休閒態度各方面的表現，金額超過 10000 元者表現最佳、金額為 5000 元至 10000 元間者次之、以及金額不足 5000 元者最差，皆達統計顯著意義（ $p$  值 $<.05$ ），其中在休閒認知、休閒情意、休閒行為與整體休閒態度平均得分的表現上，金額不足 5000 元者為 3.74（標準差 0.43）、3.66（標準差 0.33）、3.56（標準差 0.45）與 3.65（標準差 0.40），而金額為 5000 元至 10000 元間者 3.99（標準差 0.28）、3.85（標準差 0.22）、3.88（標準差 0.30）與 3.91（標準差 0.25），至於金額超過 10000 元者則為 4.32（標準差 0.40）、4.13（標準差 0.32）、4.17（標準差 0.43）與 4.21（標準差 0.38），相關統計資料如表 1。

表 1、退休教師休閒態度於性別、年齡層與每月休閒消費情況之分析

研究變項	休閒認知			休閒情意			休閒行為			整體休閒態度		
	平均值	標準差	$t$ 值/ $F$ 值	平均值	標準差	$t$ 值/ $F$ 值	平均值	標準差	$t$ 值/ $F$ 值	平均值	標準差	$t$ 值/ $F$ 值
<b>性別</b>												
女性(86 人)	4.10	0.43	3.42*	3.93	0.36	2.71*	3.91	0.48	2.05*	3.98	0.42	2.78*
男性(75 人)	3.86	0.42		3.77	0.32		3.76	0.44		3.80	0.38	
<b>年齡層</b>												
65 歲至 70 歲(89 人)	4.11	0.42	3.11*	3.94	0.33	2.82*	3.93	0.46	2.88*	3.99	0.40	2.94*
71 歲至 75 歲(72 人)	3.85	0.43		3.75	0.35		3.73	0.45		3.78	0.41	
<b>每月休閒消費</b>												
<sup>a</sup> 5000 元以下(62 人)	3.74	0.43	29.90*	3.66	0.33	31.17*	3.56	0.45	30.13*	3.65	0.40	31.28*
<sup>b</sup> 5000 元至 10000 元(54 人)	3.99	0.28		3.85	0.22		3.88	0.30		3.91	0.25	
<sup>c</sup> 10000 元以上(45 人)	4.32	0.40		c>b>a	4.13		0.32	c>b>a		4.17	0.43	

註：\* $p$ <.05。

## 二、性別、年齡層與每月休閒消費金額在休閒動機上之差異分析

依據研究目的，針對退休教師之性別、年齡層以及每月休閒消費金額因素於智力動機、社會動機、能力勝任動機、刺激避免動機與整體休閒動機之表現進行分析，統計方法為獨立樣本  $t$  檢定、變異數分析與薛費氏法。研究發現，在性別因素方面，女性退休教師在智力動機、社會動機、能力勝任動機、刺激避免動機與整體休閒動機等方面的平均得分為 5.19（標準差 0.42）、5.24（標準差 0.41）、5.00（標準差 0.44）、5.27（標準差 0.40）與 5.18（標準差 0.42），皆較男性的 4.98（標準差 0.39）、5.06（標準差 0.44）、4.85（標準差 0.40）、5.11（標準差 0.41）與 5.00（標準差 0.41）來的高分且達統計上的顯著意義（ $p$  值 $<.05$ ），說明了女性退休教師在休閒動機各方面表現皆較男性來的積極。在年齡層因素方面，65 歲至 70 歲者於智力動機、社會動機、能力勝任動機、刺激避免動機與整體休閒動機的平均得分為 5.16（標準差 0.40）、5.23（標準差 0.40）、5.02（標準差 0.40）、5.29

(標準差 0.39) 與 5.18 (標準差 0.39), 相較於 71 歲至 75 歲者的 5.01 (標準差 0.42)、5.07 (標準差 0.44)、4.82 (標準差 0.43)、5.08 (標準差 0.41) 與 5.00 (標準差 0.42) 來的高, 亦達統計顯著意義 ( $p < .05$ ), 說明了年齡層於 71 歲至 75 歲的退休教師在休閒動機各方面的表現, 較不如 65 歲至 70 歲者來的積極。另外, 在每月休閒消費金額因素於休閒態度各方面的表現, 金額超過 10000 元者表現最優、金額為 5000 元至 10000 元間者次之、以及金額不足 5000 元者最差, 亦皆達統計顯著意義 ( $p < .05$ ), 其中在智力動機、社會動機、能力勝任動機、刺激避免動機與整體休閒動機平均得分的表現上, 金額不足 5000 元者為 4.86 (標準差 0.41)、4.90 (標準差 0.43)、4.69 (標準差 0.41)、4.95 (標準差 0.40) 與 4.85 (標準差 0.41), 而金額為 5000 元至 10000 元間者 5.09 (標準差 0.27)、5.18 (標準差 0.25)、4.92 (標準差 0.26)、5.23 (標準差 0.27) 與 5.11 (標準差 0.27), 至於金額超過 10000 元者則為 5.41 (標準差 0.38)、5.48 (標準差 0.36)、5.28 (標準差 0.38)、5.50 (標準差 0.35) 與 5.42 (標準差 0.37), 相關統計資料如表 2。

表 2、退休教師休閒動機性別、年齡層與每月休閒消費情況之分析

研究變項	智力動機			社會動機			能力勝任動機			刺激避免動機			整體休閒動機		
	平均 值	標準 差	t值/F 值	平均 值	標準 差	t值/F 值	平均 值	標準 差	t值/F 值	平均 值	標準 差	t值/F 值	平均 值	標準 差	t值/F 值
<b>性別</b>															
女性(86 人)	5.19	0.42	3.22*	5.24	0.41	2.62*	5.00	0.44	2.32*	5.27	0.40	2.33*	5.18	0.42	2.68*
男性(75 人)	4.98	0.39		5.06	0.44		4.85	0.40		5.11	0.41		5.00	0.41	
<b>年齡層</b>															
65 歲至 70 歲(89 人)	5.16	0.40	2.31*	5.23	0.40	2.41*	5.02	0.40	2.79*	5.29	0.39	3.07*	5.18	0.39	2.74*
70 歲至 75 歲(72 人)	5.01	0.42		5.07	0.44		4.82	0.43		5.08	0.41		5.00	0.42	
<b>每月休閒消費</b>															
<sup>a</sup> 5000 元以下(62 人)	4.86	0.41	30.34	4.90	0.43	30.80	4.69	0.41	34.23	4.95	0.40	32.42	4.85	0.41	32.31
<sup>b</sup> 5000 元至 10000 元(54 人)	5.09	0.27	*	5.18	0.29	*	4.92	0.26	*	5.23	0.27	*	5.11	0.27	*
<sup>c</sup> 10000 元以上(45 人)	5.41	0.38	c>b> a	5.48	0.36	c>b> a	5.28	0.38	c>b> a	5.50	0.35	c>b> a	5.42	0.37	c>b> a

註：\* $p < .05$ 。

### 三、退休教師休閒態度與動機之相關性分析

本文藉由皮氏積差相關性分析(Pearson's product moment correlation coefficient)來探討退休教師於休閒態度與休閒動機間相關性, 透過表 3 可以了解該族群在休閒動機與休閒態度間存在統計顯著之正相關, 且相關係數達 0.872 ( $p < .05$ ), 說明了研究對象的休閒態度若愈活耀則休閒動機便愈趨積極, 反之則

為愈趨消極。

表 3、退休教師休閒態度與休閒動機相關性分析(N=161 人)

項目	休閒態度	休閒動機
休閒態度	1	0.872*
休閒動機	0.872*	1

註：\* $p < .05$ 。

#### 四、退休教師休閒態度之線性迴歸分析

為整合性的探討性別、年齡層與每月休閒消費金額對研究對象休閒態度的影響程度，藉由迴歸分析方法進行線性回歸模式的初探，透過模式的建構可發現，性別、年齡層與每月休閒消費金額因素確實對其休閒態度具有顯著影響差異，模式中女性退休教師平均較男性高出 0.2 分 ( $p$  值 $<.05$ )，年齡層中 65 歲至 70 歲者平均較 71 歲至 75 歲者高出 0.17 分 ( $p$  值 $<.05$ )，至於每月休閒消費金額方面，則以 5000 元以下者為基準組，5000 元至 10000 元者平均較基準組高出 0.25 分 ( $p$  值 $<.05$ )，而超過 10000 元者則較基準組平均多出 0.55 分 ( $p$  值 $<.05$ )，且整體模式的  $R^2$  達 39% 且調整後的  $R^2$  亦達 37% ( $p$  值 $<.05$ )；此外，上述三因素間的共線性指標(VIF)均小於 10，因此並無遭遇共線性之問題，說明了此三項因素在解釋退休教師的休閒態度上確實擁有一定的影響能力，雖尚嫌不足以完全地來解釋其休閒態度，但在作為模式初探之用方面是實質地提供了水準之上的貢獻與參考(如表 4)。

#### 五、退休教師休閒動機之線性迴歸分析

依據研究目的，針對研究對象休閒動機於性別、年齡層與每月休閒消費金額的影響程度進行整合性分析，經由線性回歸模式的初探，可發現模式中，性別、年齡層與每月休閒消費金額因素確實對其休閒動機具有顯著影響差異，模式中女性退休教師平均較男性多出 0.19 分 ( $p$  值 $<.05$ )，年齡層中 65 歲至 70 歲者平均較 71 歲至 75 歲者多出 0.18 分 ( $p$  值 $<.05$ )，至於每月休閒消費金額方面，則以 5000 元以下者為基準組，5000 元至 10000 元者平均較基準組多出 0.26 分 ( $p$  值 $<.05$ )，而超過 10000 元者則較基準組平均高出 0.57 分 ( $p$  值 $<.05$ )，且整體模式的  $R^2$  達 40% 且調整後的  $R^2$  亦達 38% ( $p$  值 $<.05$ )；此外，上述因素間的共線性指標分別為 1.05、1.08、1.25 與 1.26 均小於 10，因此未遭遇共線性之問題，說明了此三項因素在解釋退休教師的休閒動機上亦擁有一定的影響能力，足以提供未來相關模式建構之參考與功能(如表 5)。

表 4、退休教師休閒態度之迴歸分析(N=161 人)

變數	未標準化迴歸係數	標準誤	t 值	p 值	VIF 值
常數	3.71	0.11	32.44	<.001*	
性別					
女性相對男性	0.20	0.05	3.87	<.001*	1.01
年齡層					
65 至 70 歲者相對 71 至 75 歲者	0.17	0.05	3.21	0.003*	1.02
每月休閒消費金額					
5000 至 10000 元者相對 5000 元以下者	0.25	0.06	4.01	<.001*	1.24
10000 元以上者相對 5000 元以下者	0.55	0.07	8.54	<.001*	1.25

註： $R^2=0.39$ ； $\text{adj}(R^2)=0.37$ ； $F$ 值=24.48；\* $p<.05$ 。

表 5、退休教師休閒動機之迴歸分析(N=161 人)

變數	未標準化迴歸係數	標準誤	t 值	p 值	VIF 值
常數	4.89	0.12	33.55	<.001*	
性別					
女性相對男性	0.19	0.05	3.73	<.001*	1.05
年齡層					
65 至 70 歲者相對 71 至 75 歲者	0.18	0.06	3.31	0.002*	1.08
每月休閒消費金額					
5000 至 10000 元者相對 5000 元以下者	0.26	0.06	4.09	<.001*	1.25
10000 元以上者相對 5000 元以下者	0.57	0.07	8.66	<.001*	1.26

註： $R^2=0.40$ ； $\text{adj}(R^2)=0.38$ ； $F$ 值=24.92；\* $p<.05$ 。

#### 肆、結論與建議

由於國內研究退休教師休閒態度與動機的文獻相當罕見，故本文研究結果較難與其它文獻進行比對，因此依據本文之研究目的與分析結果，進行討論與建議，大致歸納為以下三點：

一、在退休教師休閒態度與動機方面，分別針對性別、年齡層以及每月休閒消費金額因素進行分析，文中發現了具有最活躍休閒態度與擁有最積極休閒動機的族群，為女性、年齡為 65 歲至 70 歲間、且每月休閒消費金額超過 10000 元者，故若退休教師為男性、年齡為 71 歲至 75 歲間、且每月休閒消費金額不足 5000 元者，都當重視自身的休閒態度與動機，認真規劃晚年休閒生活，讓生活的幸福感與滿足感，透過休閒活動的參與更加美滿與充足，藉以提升退休晚年的生活品質與社交關係。



二、在休閒態度與休閒動機間的關聯性探討方面，文中發現退休教師的休閒態度與休閒動機間存在相當強的正相關，說明了該族群的休閒態度與動機間息息相關，可能是該族群都為退休教師，在族群的同質性上相對較高（如，經濟能力與教育程度一致性較高），因此產生兩者間高度正相關的結果。

三、文中更針對休閒態度與休閒動機進行線性回歸模式之初探，主要目的為整合性地分析性別、年齡層以及每月休閒消費金額因素對其之影響程度，分析結果說明了三個因素都具備顯著的影響程度，且因素間相互干擾的狀況並不明顯，亦即是說三個因素都各自擁有能獨自解釋休閒態度與休閒動機的能力，因此未來相關研究若要探討該族群的休閒態度與休閒動機，本文建議當針對此三類因素進行考量與評估。

### 參考文獻

中文部份：

內政部統計處(2011)。一 ○○年第二週內政部統計處統計通報。2011年02月25日，取內政部統計資訊服務網 <http://www.moi.gov.tw>。

白家倫(2005)。青少年性別角色特質、休閒態度與休閒阻礙間關係之研究—以南投縣高中職學生為例。未出版碩士論文，大葉大學休閒事業管理研究所，彰化縣。

李昭憲、陳美慧、梁仲正(2009)。高雄縣東方技術學院教職員工休閒活動參與及休閒態度關聯模式之驗證與建構。嘉大體育健康休閒期刊，8(2)，94-103。

洪新來、李世昌、呂宇晴、葉齡勳(2008)。木球運動對老年人的休閒動機與休閒滿意度之研究。嘉大體育健康休閒期刊，7(2)，121-132。

張文禎(2002)。國小學生休閒態度與休閒參與之研究—以屏東縣為例。未出版碩士論文，國立屏東師範學院國民教育研究所，屏東縣。

張蓓貞、吳麗貞、彭淑美(2003)。無規律性運動中老年人運動介入成效評估研究。台灣衛誌，22(1)，1-9。

張蕙麟(2007)。高雄市退休高齡者休閒參與、休閒滿意度及生活滿意度關聯模式之建立與分析。嘉大體育健康休閒期刊，6(2)，102-109。

秦毛漁、施仁興、吳美惠、施秀慧、蔡娟秀(2007)。社區老人體適能及其相關因素的探討。慈濟護理雜誌，6(5)，81-91。

秦毛漁、施仁興、陳安純、張筱筠、蔡娟秀(2007)。日托站老人體適能及其影響因素之探討。實證護理，3(3)，205-214。

陳冠惠(2003)。青少年生活型態、休閒態度與休閒參與之相關研究。未出版碩士論文，國立雲林科技大學休閒運動研究所，雲林縣。

陳凱華、周適偉、林瀛洲、蘇先河、黃偉彜、黃美涓(2003)。台灣地區日常生活功能獨立之中老年人體適能與年齡性別相關探討。中華民國復健醫學會雜

- 誌, 31(3), 139-145。
- 陳嫣芬、林晉榮(2004)。促進老年人的健康活力元素—體適能運動處方。《中華體育季刊》, 18(1), 76-84。
- 蔡樹芬、葉源鎰(2006)。青少年休閒態度與休閒活動涉入之相關研究—以國立台中技術學院學生為例—。《院人文社會學報》, 5, 147-167。
- 葉秀煌(2010)。運用老人參與休閒動機要素促進成功老化之效益。《嘉大體育健康休閒期刊》, 9(1), 205-213。
- 黃坤得、黃瓊慧(2001)。參與休閒運動對銀髮族身體及生活上的效益。《大專體育》, 57, 61-67。
- 黃孟立(2005)。休閒態度與運動性休閒參與動機相關之研究—以環球技術學院學生為例。《輔仁大學體育學刊》, 4, 120-131。
- 黃世明、傅建三、傅嘉輝(2007)。私立美術館觀眾休閒動機與休閒滿意度之研究—以朱銘與鴻禧美術館為例。《藝術學報》, 80, 185-203。
- 蕭仔伶、劉淑娟(2004)。老年人的健康體適能。《長期照護雜誌》, 8(3), 300-310。
- 盧梅(1999)。老年人健身運動的研究進展。《體育與科學》, 20(120), 9-15。

英文部份：

- Bammel, G., & Burrus-Bammel, L.L.(1992). *Leisure and human behavior(2nd ed.)*. Dubuque, IA: Wm. C. Brown Publishers.
- Kelly, J.R.(1990). *Leisure*.(2nd ed.). Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Ragheb, M. G., & Beard, J. G..(1982). Measuring leisure attitude. *Journal of Leisure Research*, 14(2), 155-167.
- Ragheb, M. G., & Beard, J. G..(1983). Measuring leisure motivation. *Journal of Leisure Research*, 15(3), 219-228.
- Ragheb, M. G., & Tate, R.(1993). A behavioral model of leisure participation, based on leisure attitude, motivation and satisfaction. *Leisure Studies*, 18, 57-65.
- Riddick, C. C., & Stewart, D. G..(1994). An examination of the life satisfaction and importance of leisure in the lives of order female retirees: A comparison of blacks to whites. *Leisure Studies*, 12(1), 61-70.
- Ruuskanen, J. M., & Ruoppila, I.(1995). Physical activity and psychological well-being among people aged 65 to 84 years. *Age and Ageing*, 24(4), 292-296.

## **The Investigation of Retired Teachers' Leisure Attitude and Leisure Motivation in Kaohsiung and Pingtung Area**

Feng-Hua Tsai \*, Chao-Hsien Lee \*\*

### **ABSTRACT**

The aim of the study was to explain the relationship between retired teachers' leisure attitude and motivation. The questionnaire including leisure attitude scale, leisure motivation scale, and retired teachers' demography variables was answered by 161 retired teachers aged between 65-75 years in Kaohsiung and Pingtung Area. The subjects include 161 elderly adults (75 males and 86 females; 89 adults aged 65-70 years and 72 adults aged between 71-75 years, and 62 adults' monthly leisure cost less than NT5,000, 54 adults' monthly leisure cost between NT5,000 and NT10,000, and 45 adults' monthly leisure cost over NT10,000). The results showed that (i) female retired teachers had better performance than males in leisure attitude scale and leisure motivation scale ( $p$ -value $<.05$ ); (ii) retired teachers aged between 65-70 years got better performance than those aged between 71-75 years in leisure attitude scale and leisure motivation scale ( $p$ -value $<.05$ ), and (iii) retired teachers spending over NT10,000 on leisure per month got the best performance in leisure attitude scale and leisure motivation scale; retired teachers spending less than NT5,000 on leisure per month had the worst performance in both scales ( $p$ -value $<.05$ ). Obviously, both leisure motivation and leisure attitude were important factors for elderly adults' life satisfaction. Therefore, we suggested that male elderly adults aged between 71-75 years who spend less than NT5,000 on leisure per month should plan their leisure activities to promote their life satisfaction and quality of life.

Keywords : Retired teachers; Leisure motivation; Leisure attitude

---

\* Assistant Professor, Department of Recreation, Sports and Health Promotion, Meiho University

\*\* Assistant Professor, Department of Health Business Administration, Meiho University (Corresponding Author)

