

## 屏東縣內埔社區婦女舞蹈運動參與對幸福感及生活滿意度之探討

黃子珉、古國宏、蔡永川、吳明憲

美和科技大學運動與休閒管理系

### 摘要

本研究主要在探討鄉下社區婦女參與舞蹈運動對幸福感及生活滿意度之影響，研究對象為 200 位屏東縣內埔鄉社區發展協會之參與舞蹈之婦女，研究方法採用問卷調查法，問卷內容包含基本資料、運動參與、幸福感及生活滿意度等。統計部分採用 SPSS 20.0 軟體進行分析描述性統計、信度分析、因素分析、薛費事後比較及相關分析，顯著水準設為  $\alpha = .05$ 。研究結果得到：婚姻的不同對社區婦女之舞蹈運動參與、幸福感及生活滿意度具顯著差異；家庭人口數對社區婦女之舞蹈運動、幸福感及生活滿意度有顯著之差異 ( $p < .05$ )；年齡不同對社區婦女之舞蹈運動參與、幸福感及生活滿意度有達到顯著差異 ( $p < .05$ )，但幸福感構面卻未達顯著水準；教育程度不同對社區婦女之舞蹈運動參與、幸福感及生活滿意度有達到顯著差異 ( $p < .05$ )；社區婦女家庭每月所得對舞蹈運動參與、幸福感及生活滿意度有顯著之差異 ( $p < .05$ )；在舞蹈運動參與、幸福感及生活滿意度三者間存在顯著相關 ( $p < .05$ )。

**關鍵詞：**舞蹈運動、幸福感、生活滿意度

## 壹、緒論

### 第一節、研究背景與動機

地方上的社區活動發展中心是人民最基層的參與的地方組織，亦為推展全民運動的基礎，社區活動發展中心與個人或家庭有著息息相關的關係。我們的日常生活幾乎都是在地方社區內進行，如何讓社區民眾可依照自己的喜好、時間、環境和方式...等去運動，有賴於社區活動發展中心如何去積極營造運動環境、設計，並適當的給予休閒活動之正確運動指導。

雖然部分社區內的運動設施有限，人力及設備相對缺乏，但透過有效的組織活化、整合資源，一樣能形成社區的網絡關係，進而達成推動社區發展體育活動之目標，建立社區活動發展體育活動相關之支援網絡，需由建立社區發展中心之運動組織、評估社區資源及整合與運用資源...等工作著手（黃美珠，2010）。在高齡社會中如何讓銀髮族透過社區之參與，進而達到生活滿意度之提升或健康老化亦是當下很重要且嚴肅的議題（曾碩文、李盈霖、江彥政，2015）。社區銀髮族的日常活動能力、生活品質與幸福感受之關聯性，及銀髮族日常生活活動及生活品質與幸福感有相對應之關係存在，提高社區銀髮族之幸福生活品質，應該要促進其行動能力及自我照顧能力並改善自身疾病的狀況，以在高齡社會來臨之際，增加銀髮族幸福感向成功老化邁進（楊桂芬、許哲瀚、唐憶淨、龔建吉，2012）。

屏東縣內埔鄉係為南台灣傳統的客家聚落，雖然國內經濟環境之變化，但其主要經濟活動仍是以務農為主，內埔鄉保有傳統之客家文物及其在地精神，在時間的變遷下年輕族群急速外流已經是全國共同的問題，其不僅僅是城鄉差距之問題，亦造成偏鄉學生之學習及地區經濟之衝擊影響，在農村傳統女性的休閒活動往往和家庭角色或地位有著相對應之關係，而農村傳統女性之休閒育樂活動大多是方便於參加的活動。但是近年來隨著女權意識逐漸提昇衝擊下，國內農村傳統女性的休閒意義與內容與之前已有所不同，亦會影響其幸福感之感受程度（李君如、陳凱文，2010），內埔純樸的客家婦女為了家庭忙碌了大半輩子後，應更需規畫好休閒運動或退休後的休閒運動參與，因此，更為需要在社區發展中心的規劃下，使其能有更多元之社區活動參與以提升其幸福感及生活滿意度，促使更滿美的家庭生活，更能彰顯出內埔客家聚落的單純及美好。

### 第二節、研究目的

本研究在蒐集相關文獻分析後，並經嚴謹的研究方法期望能為未來社區在規劃相關婦女舞蹈運動之建議方向，其研究目的如下：

- 一、探討社區婦女之基本資料及運動習慣。
- 二、探討不同背景變項之婦女其幸福感是否有所差異。
- 三、探討不同背景變項之婦女其生活滿意度是否有所差異。
- 四、探討幸福感與生活滿意度之相關。

## 貳、研究方法

### 第一節、調查對象

本研究之對象係針對有參與社區婦女舞蹈運動之參與者，以其親身經驗填答本研究問卷，如此更能反映出當下真實情況，本研究則以屏東縣內埔鄉有參與社區婦女舞蹈運動者作為本研究抽樣之母群體。抽樣方法是以立意性抽樣法進行問卷調查。由於問卷題數共18題，故本研究實施預試問卷數設定超過問卷題數兩倍以上之份數，並在內埔社區法展協會實施預試問卷50份，經回收有效樣本50份，預試問卷樣本回收率達100%。

本研究問卷經信效度檢驗後，成立正試問卷並實施正式問卷發放，亦在內埔社區發展協會發放200份正式問卷，經回收剔除無效問卷數0份，有效問卷數為200份，問卷樣本回收率達100%，並進行統計分析。

### 第二節、研究工具

#### 一、研究工具之發展

本研究採問卷調查法蒐集相關資訊，研究之問卷設計，依據研究目的及參考羅明葵（2003）；楊桂芬、許哲瀚、唐憶淨、龔建吉（2012）；吳明蒼、蔡正育（2010）；李城忠、施麗玲（2012）等學者相關文獻，特以修編之「社區婦女舞蹈運動對幸福感及生活滿意度之研究問卷」，基於研究需要，問卷內容分為四個部份：第一部份為個人基本資料，如年齡、婚姻、教育程度等；第二部份為舞蹈運動參與程度，總計有6題；第三部份為幸福感，總計有6題；第四部份為生活滿意度，總計有6題。量表部份係採用李克特式五分量表來衡量，由「1」代表『非常不同意』，「2」代表『不同意』，「3」代表『普通』，「4」代表『同意』，「5」代表『非常同意』。

#### 二、問卷信效度考驗

本研究依據邱皓政（2002）提出效度及測量的正確性，測量的效度越高表示測量的結果越能顯現預測量對象的真正特徵，以下說明問卷之研究工具：

##### （一）專家效度（表面效度）

本研究在問卷擬訂後，經由三位相關領域專家學者針對量表題目之重要性與適用性逐題提供修改之意見，再經過充分彙整後加以修正，檢視問卷內容之語意是否具有可讀性、可答性，並修訂問卷內容，並經由三位專家學者修訂問卷內容後，並無刪除題項。

##### （二）項目分析

為了檢驗本研究問卷之效度仍採取鑑別效度分析，乃是將社區婦女舞蹈運動參與、幸福感及生活滿意度三個問卷量表之題目分數加總後分為高分組與低分組，高分組總分在前測50份樣本之得分73%以上的受測者及低分組為題項總分在前測樣本得分27%以下的受測者，分組後即進行獨立樣本t檢定，結果顯示所有題目皆達顯著水準（ $p < .05$ ）。另外為了考驗題目內部一致性，本研究也針對題目與總分之相關做考驗，結果顯示所有題目皆達顯著相關（ $p < .05$ ）。

### (三) 探索性因素分析

吳明隆、涂金堂(2010)認為因素分析目的在於求得問卷的建構效度。如果研究者在問卷編製過程中,已參考相關文獻及理論後,並有明確地界定量表的層面架構,且經由專家效度檢核及修改,則在因素分析時,可以根據各量表的層面題項直接進行因素分析,而不用將整個量表之全部題項進行因素分析,但在因素分析程序中,各題項的因素負荷量最好在.40以上。本研究量表採用主成分因素分析法(principal components analysis)及最大變異法進行因素分析來萃取因素。各因素之特徵值必須大於1且直交轉軸後因素負荷量(factor loadings)大於0.4以上的題目,以作為量表建構效度之取捨標準。

#### 1. KMO 值及 Bartlett's 球體檢定

在因素分析前先進行 KMO (Kaiser-Meyer-Olkin) 檢定,各量表分別進行 KMO 值之檢定,以了解各變項相關程度是否適合因素分析,檢定結果顯示社區婦女舞蹈運動、社區婦女舞蹈運動之幸福感及社區婦女舞蹈運動之生活滿意度三構面之 KMO 值在.895,顯示本研究抽樣之適當性良好(吳明隆、涂金堂,2006)。其次,本研究再進行 Bartlett's 球體(sphericity)檢定,經由 Bartlett's 球體(sphericity)檢定值均達顯著水準( $p$ 值=0),顯示這些量表各因素間皆具有共同變異性(吳明隆,2005)。因此,社區婦女舞蹈運動、社區婦女舞蹈運動之幸福感及社區婦女舞蹈運動之生活滿意度三個構面均可以進行因素分析。

本研究量表採用主成分因素分析法(principal components analysis)及直接斜交法進行因素分析來萃取因素。各因素之特徵值必須大於1且直交轉軸後因素負荷量(factor loadings)大於0.3以上的題目,以作為量表建構效度之取捨標準,累積解釋變異量達78.58%。

### (四) 信度分析

經過項目分析檢驗其效度後,本研究再進行社區婦女舞蹈運動、社區婦女舞蹈運動之幸福感及社區婦女舞蹈運動之生活滿意度三個構面之信度檢驗,測量內部一致性與穩定性,以 Cronbach's  $\alpha$  係數來檢驗分析。社區婦女舞蹈運動參與、幸福感及生活滿意度三個量表之 Cronbach's  $\alpha$  分別為.960、.955 及.954,整體 Cronbach's  $\alpha$  為.984,故分析結果顯示本問卷題項已達信度分析之考驗,乃是十分可信之程度。

## 參、結果與討論

### 第一節、受試者基本資料分析

受訪者已婚個數為116,佔總人口之比例為58%;未婚個數為84,佔總人口之比例為42%。受訪者中已退休之個數為64人,佔總人口之比例為32%,未退休之個數為136人佔總人口之比例為68%。

受訪者年齡在20歲以下之個數為4人,佔總樣本之比例2%;21~30歲之個數為20人,佔總樣本之比例10%;31~40歲之個數為20人,佔總樣本之比例10%;41~50歲之

個數為 28 人，佔總樣本之比例 14%；51~60 歲之個數為 72 人，佔總樣本之比例 36%；61 歲以上之個數為 56 人，佔總樣本之比例 28%。

受訪者就家庭人口數而言，2~3 人之個數為 52，佔總樣本比例為 26%，3~4 人之個數為 72，佔總樣本比例為 36%，4~5 人之個數為 52，佔總樣本比例為 26%，5 人以上之個數為 24，佔總樣本比例為 12%。

受訪者教育程度在國中(含)以下者之個數為 12，佔總樣本之比例 6%；受訪者教育程度在高中（職）之個數為 48，佔總樣本之比例 24%；受訪者教育程度在大專之個數為 92 佔總樣本之比例 46%；受訪者教育程度在大學之個數為 40，佔總樣本之比例 20%；受訪者教育程度在研究所之個數為 8，佔總樣本之比例 4%。

受訪者家庭月收入於 30000 元（含以下）之個數為 56，佔總樣本之比例 28%；受訪者家庭月收入於 30001~50000 元之個數為 60，佔總樣本之比例 30%；受訪者家庭月收入於 50001~70000 元之個數為 64，佔總樣本之比例 32%；受訪者家庭月收入於 70001 元（含以上）之個數為 20，佔總樣本之比例 10%。

## 第二節、不同背景社區婦女之舞蹈運動參與、幸福感及生活滿意度之差異比較

### 一、婚姻

由表 1 可知，不同婚姻之受訪者其運動參與、幸福感與生活滿意度皆達顯著差異 ( $p<.05$ )，進一步分析發現已婚者之分數皆顯著地較未婚者來的高 ( $p<.05$ )。

表 1 受訪者婚姻不同對各研究變項之分析

量表	婚姻	個數	平均數	標準差	t 值
運動參與	已婚	116	4.83	.379	9.14*
	未婚	80	3.80	1.08	
幸福感	已婚	116	4.72	.584	7.14*
	未婚	80	3.85	1.11	
生活滿意度	已婚	116	4.62	.554	8.69*
	未婚	80	3.60	1.07	

\* $p<.05$

### 二、是否退休

由表 2 可知，不同退休狀況之受訪者其運動參與、幸福感與生活滿意度皆達顯著差異 ( $p<.05$ )，進一步分析發現未退休者之分數皆顯著地較已退休者來的高 ( $p<.05$ )。

表 2 受訪者是否退休對各研究變項之分析

量表	是否退休	個數	平均數	標準差	t 值
----	------	----	-----	-----	-----

運動參與	是	64	3.94	1.15	-5.59*
	否	136	4.65	.63	
幸福感	是	64	4.06	1.20	-3.15*
	否	136	4.50	.74	
生活滿意度	是	64	3.69	.99	-5.68*
	否	136	4.44	.81	

\* $p < .05$ 

### 三、年齡

由表 3 可知，不同年齡之受訪者其運動參與達顯著差異 ( $p < .05$ )，進一步分析發現受訪者年齡在 21 歲以下、21~30 歲及 31~40 歲者其運動參與顯著地高於 61 歲以上者 ( $p < .05$ )。

表 3 受訪者年齡不同對於各研究變項之分析

量表	年齡	個數	平均數	標準差	F 值	Scheffe 多重比較
運動 參與	20 歲以下(1)	4	5.08	.02	7.13*	1>6 2>6 3>6
	21~30 歲(2)	20	4.87	.41		
	31~40 歲(3)	20	5.01	.07		
	41~50 歲(4)	28	4.43	.50		
	51~60 歲(5)	72	4.50	.83		
	61 歲以上(6)	56	3.93	1.17		
	總和	200	4.42	.89		
幸福 感	20 歲以下(1)	4	4.00	.00	2.06	--
	21~30 歲(2)	20	4.60	.82		
	31~40 歲(3)	20	4.60	.50		
	41~50 歲(4)	28	4.57	.74		
	51~60 歲(5)	72	4.39	.83		
	61 歲以上(6)	56	4.07	1.23		
	總和	200	4.36	.93		
生活 滿意 度	20 歲以下(1)	4	4.00	.00	3.53	--
	21~30 歲(2)	20	4.40	.82		
	31~40 歲(3)	20	4.60	.50		
	41~50 歲(4)	28	4.57	.50		
	51~60 歲(5)	72	4.17	.96		
	61 歲以上(6)	56	3.86	1.13		
	總和	200	4.20	.94		

\* $p < .05$ **四、家庭人口數**

由表 4 可知，不同家庭人口數之受訪者其運動參與、幸福感與生活滿意度皆達顯著差異 ( $p < .05$ )，進一步分析發現受訪者家庭人口在 2~3 人、3~4 人及 4~5 人者其分數顯著地高於 5 人以上者 ( $p < .05$ )。

表 4 受訪者家庭人口數不同對於各研究變項之分析

構面	家庭人口	個數	平均數	標準差	F 值	Scheffe 多重比較
運動 參與	2~3 人(1)	52	4.54	.64	12.00*	1>4 2>4 3>4
	3~4 人(2)	72	4.44	.83		
	4~5 人(3)	52	4.69	.82		
	5 人以上(4)	24	3.50	1.14		
	總和	200	4.42	.89		
幸福 感	2~3 人(1)	52	4.46	.64	14.51*	1>4 2>4 3>4
	3~4 人(2)	72	4.39	.83		
	4~5 人(3)	52	4.69	.82		
	5 人以上(4)	24	3.33	1.27		
	總和	200	4.36	.93		
生活 滿意 度	2~3 人(1)	52	4.08	.62	12.47*	1>4 2>4 3>4
	3~4 人(2)	72	4.28	.93		
	4~5 人(3)	52	4.62	.84		
	5 人以上(4)	24	3.33	1.12		
	總和	200	4.20	.94		

\* $p < .05$ **五、教育程度**

由表 5 可知，不同教育程度之受訪者其運動參與、幸福感與生活滿意度皆達顯著差異 ( $p < .05$ )，進一步分析發現受訪者教育程度在國中(含)以下、高中(職)大學及研究所者其分數顯著地高於大專 ( $p < .05$ )。

表 5 受訪者教育程度不同對於各研究變項之分析

構面	教育程度	個數	平均數	標準差	F 值	Scheffe 多重比較
----	------	----	-----	-----	-----	-----------------

運動參與	國中(含)以下(1)	12	5.00	.000	14.17*	1>3
	高中(職)(2)	48	4.75	.438		2>3
	大專(3)	92	3.87	1.040		4>3
	大學(4)	40	5.00	.000		5>3
	研究所(5)	8	5.00	.000		
	總和	200	4.42	.899		
幸福感	國中(含)以下(1)	12	5.00	.000	17.10*	1>3
	高中(職)(2)	48	4.92	.279		2>3
	大專(3)	92	3.65	.966		4>3
	大學(4)	40	5.00	.000		5>3
	研究所(5)	8	5.00	.000		
	總和	200	4.36	.935		
生活滿意度	國中(含)以下(1)	12	5.00	.000	15.09*	1>3
	高中(職)(2)	48	4.58	.498		2>3
	大專(3)	92	3.48	.883		4>3
	大學(4)	40	5.00	.000		5>3
	研究所(5)	8	5.00	.000		
	總和	200	4.20	.940		

\* $p < .05$ 

## 六、家庭每月所得

由表 6 可知，不同月收入之受訪者其運動參與、幸福感與生活滿意度皆達顯著差異 ( $p < .05$ )，進一步分析發現整體而言，受訪者月收入在 30001~50000 元、50001~70000 元及 70001 元（含以上）者其分數顯著地高於 30000 元（含以下）（ $p < .05$ ）。

表 6 家庭每月所得不同對於各研究變項之分析

構面	家庭每月所得	個數	平均數	標準差	F 值	Scheffe 多重比較
運動參與	30000 元（含以下）(1)	56	4.00	1.079	7.44*	
	30001~50000 元(2)	60	4.73	.686		
	50001~70000 元(3)	64	4.44	.871		2>1
	70001 元（含以上）(4)	20	4.60	.503		4>1
	總和	200	4.42	.899		

	30000 元 (含以下) (1)	56	3.79	1.022		
幸福 感	30001~50000 元(2)	60	4.60	.718	11.31*	2>1
	50001~70000 元(3)	64	4.56	.871		3>1
	70001 元 (含以上) (4)	20	4.60	.821		4>1
	總和	200	4.36	.935		
	30000 元 (含以下) (1)	56	3.71	.967		
生活 滿意 度	30001~50000 元(2)	60	4.40	.718	7.61*	2>1
	50001~70000 元(3)	64	4.38	1.000		3>1
	70001 元 (含以上) (4)	20	4.40	.821		4>1
	總和	200	4.20	.940		

\* $p < .05$

### 第三節、舞蹈運動運動參與、幸福感及生活滿意度之相關分析

此部分乃是探討舞蹈運動參與、幸福感及生活滿意度三者相關性，本研究採用 Pearson 積差相關來分析。分析結果如表 7 所示，舞蹈運動參與與幸福感及生活滿意度有顯著之正相關 ( $p < .05$ )，相關值為 .84；舞蹈運動參與及生活滿意度有顯著之正相關 ( $p < .05$ )，相關值為 .87；生活滿意度與幸福感有顯著之正相關 ( $p < .05$ )，相關值為 .87。由本研究結果可知運動參與越高其幸福感及生活滿意度也越高，而幸福感越高其生活滿意度也越高；Witt & Ellis (1911)在其研究中指出休閒活動是人們在工作之餘自願的選擇，此活動可以提供參與者歡樂與滿足，並且是健康的、有道德的，並有助於參與者改善個人生活品質，故可知適當地參與休閒活動對提升社區婦女幸福感及滿意度會有正面的幫助。

表 7 各構面之 Pearson 積差相關分析 N=200

構面	運動參與	幸福感	生活滿意度
運動參與	1	--	--
幸福感	.84*	1	--
生活滿意度	.87*	.87*	1

\* $p < .05$

## 肆、結論與建議

本研究之目的，希望藉由實證研究的方式針對社區婦女舞蹈運動對幸福感及生活滿意度進行瞭解與探討，並運用統計分析工具深入了解各數據所代表之意義，本章主要分為第一節結論；第二節後續研究建議，分述如下：

### 第一節、結論

本研究所提出的各項假設，經以 SPSS 20.0 版軟體進行資料之 t 檢定、ANOVA 之差異分析及相關分析得出以下結論與發現，將逐一系列述如下：

#### 一、不同背景社區婦女之舞蹈運動參與、幸福感及生活滿意度之差異比較

不同婚姻狀況之社區婦女舞蹈運動的幸福感及生活滿意度有顯著之關係，其中已婚婦女對於舞蹈運動所產生的幸福感及生活滿意度較未婚的高，而尚未退休之婦女對於參與舞蹈運動的生活滿意度較高，但對幸福感則不具顯著，可以推測尚未退休之婦女藉由舞蹈運動抒發在職場上及家中之壓力，因此社區舞蹈運動也是婦女下班後的休閒活動之一。

#### 二、舞蹈運動參與、幸福感、及生活滿意度之相關分析

本研究分析得知運動參與、幸福感、及生活滿意度三者間呈顯著正相關 ( $p < .05$ )，研究結果可知運動參與越高其幸福感及生活滿意度也越高，而幸福感越高其生活滿意度也越高。故可得知，三構面間存在者相互之影響關係。

### 第二節、建議

由研究結果可知運動參與、幸福感、及生活滿意度之間達顯著正相關，可見得社區婦女之運動參與及幸福感越高對生活滿意度也會有正面影響。

另外，本研究係以屏東縣內埔鄉社區發展中心之舞蹈運動婦女進行研究分析，當然在城鄉不同下，是否存在著不同的表象，亦具有研究之意義，也能從中發現在社區營造環境之不同，是否會有差異存在？

## 參考文獻

- 汪明傑、陳德海 (2004)。婦女運動休閒參與者感受利益與滿意度之研究。大專體育學術專刊，93，445-445。
- 邱皓政 (2002)。量化研究與統計分析：SPSS 中文視窗版資料分析範例解析。臺北：五南書局。
- 吳明隆 (2009)。SPSS 操作與應用：問卷統計分析實務 (二版)。臺北：五南書局。
- 吳明隆 (2005)。SPSS 與統計應用分析。臺北：五南書局。

- 吳明隆、涂金堂 (2006)。SPSS 與統計應用分析。臺北：五南書局。
- 吳明隆、涂金堂 (2010)。SPSS 與統計應用分析。臺北：五南書局。
- 李君如、陳凱文 (2010)。女性休閒體驗與幸福感之研究—以 SPA 體驗為例。健康管理學刊，8 (2)，163-182。
- 李城忠、施麗玲 (2012)。高齡者運動休閒涉入對身心健康與生活滿意度影響之研究。休閒產業管理學刊，5 (1)，21-39。
- 吳明蒼、蔡正育 (2010)。大學生知覺幸福感與休閒因子之關係。輔仁大學體育學刊，9，84-104。
- 楊桂芬、許哲瀚、唐憶淨、龔建吉 (2012)。社區老人日常生活活動、生活品質與幸福感之相關研究。台灣老年醫學暨老年學雜誌，7 (4)，217-232。
- 曾碩文、李盈霖、江彥政 (2015)。農村居民社區參與對幸福感之影響。造園景觀學報，20 (4)，61-80。
- 黃美珠 (2010)。社區體育活動資源整合策略之探討。中華體育季刊，24 (1)，148-154。
- 羅明葵 (2003)。社區婦女休閒滿意與社區意識之關係探討。體育學報，35，257-265。
- Witt, P. A., & Ellis, G. D. (1911). Development of a short form to assess perceived freedom in leisure. *Journal of Leisure Research*, 17 (3), 225-233.

## **The Influence of the Dance Sports on Happiness and Life Satisfaction in Community Women**

**Zi-Ming Huang, Guo-Hong Gu, Yun-Chun Tsai, Min-Hsin Wu**

Department of Sports and Leisure Management, Meiho University

### **Abstract**

The purpose of this study was to analyze the influence of the dance sports on happiness and life satisfaction in community women. The subjects included 200 women of Neipun Township Community Development Association. The questionnaire survey was used in research. The questionnaire included basic data, sport activity participation, happiness and life satisfaction. The SPSS 20.0 was used in statistic, which included descriptive statistics, reliability analysis, factor analysis, post-hoc comparison and Pearson correlation. The influence of community women's dance movement on happiness and life satisfaction. This study found that the differences in marriage have significant differences in dance movement, well-being and life satisfaction among community women; the number of family members has significant differences in dance movement, well-being and life satisfaction among community women; The dance movement, happiness and life satisfaction have reached significant differences, but the happiness of the face has not reached a significant level; the degree of education has a significant difference in the dance movement, happiness and life satisfaction of community women; community women families The monthly income has significant differences in dance movement, happiness and life satisfaction; the relationship between dance movement, happiness, and life satisfaction.

**Keywords:** Dance sports, Happiness, Life satisfaction

