

# 目 錄

<b>第一章 緒論</b> .....	1
第一節 研究背景與動機 .....	1
第二節 研究目的 .....	6
第三節 研究問題 .....	7
第四節 名詞詮釋 .....	8
<b>第二章 文獻探討</b> .....	11
第一節 退休之定義與內涵 .....	11
第二節 休閒態度及其相關研究 .....	18
第三節 生活適應及其相關研究 .....	36
<b>第三章 研究方法</b> .....	55
第一節 研究架構 .....	55
第二節 研究假設 .....	57
第三節 研究對象 .....	61
第四節 研究工具 .....	62
第五節 實施程序 .....	73
第六節 資料處理與分析 .....	76
<b>第四章 研究結果與分析</b> .....	79
第一節 台北地區退休人士個人背景因素、退休後休閒活動、休閒態度及生活適應之現況分析 .....	79

第二節	台北地區退休人士個人背景因素與退休後休閒活動之交叉分析.....	93
第三節	台北地區退休人士個人背景因素對休閒態度之差異情形.....	137
第四節	台北地區退休人士退休後休閒活動對休閒態度之差異情形.....	150
第五節	台北地區退休人士個人背景因素對生活適應之差異情形.....	157
第六節	台北地區退休人士退休後休閒活動對生活適應之差異情形.....	174
第七節	台北地區退休人士休閒態度與生活適應之相關情形	181
<b>第五章</b>	<b>結論與建議</b> .....	<b>185</b>
第一節	結論 .....	185
第二節	建議 .....	196
<b>參考文獻</b>	.....	<b>205</b>
<b>附錄</b>		
附錄一	問卷專家效度及綜合意見.....	225
附錄二	問卷專家效度之修改結果.....	243
附錄三	預試問卷.....	245
附錄四	正式問卷.....	250



## 表 目 錄

表 2-3-1	我國學者定義良好適應之特徵一欄表 .....	40
表 2-3-2	Havighurst 人生發展第四至六期老年適應發展任務一欄表.....	44
表 3-4-1	內容效度評定之專家名單 .....	63
表 3-4-2	休閒態度預試量表項目分析結果摘要表 .....	65
表 3-4-3	台北地區退休人士休閒態度內部一致性考驗表 .....	66
表 3-4-4	生活適應預試量表項目分析結果摘要表.....	68
表 3-4-5	台北地區退休人士生活適應內部一致性考驗表.....	69
表 3-4-6	休閒活動項目選擇表.....	71
表 4-1-1	台北地區退休人士「性別」百分比分配表 .....	80
表 4-1-2	台北地區退休人士「年齡」百分比分配表 .....	80
表 4-1-3	台北地區退休人士「退休前職業」百分比分配表 ..	81
表 4-1-4	台北地區退休人士「教育程度」百分比分配表 .....	81
表 4-1-5	台北地區退休人士「宗教信仰」百分比分配表 .....	82
表 4-1-6	台北地區退休人士「婚姻狀況」百分比分配表 .....	82
表 4-1-7	台北地區退休人士「健康狀況」百分比分配表 .....	83
表 4-1-8	台北地區退休人士「居住型態」百分比分配表 .....	83
表 4-1-9	台北地區退休人士「退休年數」百分比分配表 .....	84
表 4-1-10	台北地區退休人士「退休時年齡」百分比分配表 ..	84
表 4-1-11	退休後最常從事休閒類型統計表 .....	85

表 4-1-12	退休後參加休閒頻率統計表.....	85
表 4-1-13	退休後休閒頻率增減統計表.....	86
表 4-1-14	退休後最想嘗試休閒類型統計表.....	86
表 4-1-15	台北地區退休人士「休閒態度」之平均數及標準差...	88
表 4-1-16	台北地區退休人士「休閒態度」單題之平均數及標準差.....	89
表 4-1-17	台北地區退休人士「生活適應」之平均數及標準差...	90
表 4-1-18	台北地區退休人士「生活適應」單題之平均數及標準差.....	91
表 4-2-1	不同「性別」對「退休後最常從事休閒類型」之差異...	93
表 4-2-2	不同「年齡」對「退休後最常從事休閒類型」之差異...	95
表 4-2-3	不同「退休前職業」對「退休後最常從事休閒類型」之差異 .....	96
表 4-2-4	不同「教育程度」對「退休後最常從事休閒類型」之差異.....	97
表 4-2-5	不同「宗教信仰」對「退休後最常從事休閒類型」之差異 .....	98
表 4-2-6	不同「婚姻狀況」對「退休後最常從事休閒類型」之差異 .....	99
表 4-2-7	不同「健康狀況」對「退休後最常從事休閒類型」之差異 .....	100

表 4-2-8	不同「居住型態」對「退休後最常從事休閒類型」之 差異 .....	101
表 4-2-9	不同「退休年數」對「退休後最常從事休閒類型」之 差異 .....	102
表 4-2-10	不同「退休時年齡」對「退休後最常從事休閒類型」 之差異 .....	103
表 4-2-11	不同「性別」對「退休後參加休閒頻率」之差異.....	107
表 4-2-12	不同「年齡」對「退休後參加休閒頻率」之差異.....	108
表 4-2-13	不同「退休前職業」對「退休後參加休閒頻率」之差 異.....	108
表 4-2-14	不同「教育程度」對「退休後參加休閒頻率」之差異...	110
表 4-2-15	不同「宗教信仰」對「退休後參加休閒頻率」之差異...	110
表 4-2-16	不同「婚姻狀況」對「退休後參加休閒頻率」之差異...	111
表 4-2-17	不同「健康狀況」對「退休後參加休閒頻率」之差異...	112
表 4-2-18	不同「居住型態」對「退休後參加休閒頻率」之差異...	113
表 4-2-19	不同「退休年數」對「退休後參加休閒頻率」之差異...	114
表 4-2-20	不同「退休時年齡」對「退休後參加休閒頻率」之差 異.....	115
表 4-2-21	不同「性別」對「退休後休閒頻率增減」之差異.....	117
表 4-2-22	不同「年齡」對「退休後休閒頻率增減」之差異.....	118
表 4-2-23	不同「退休前職業」對「退休後休閒頻率增減」之差 異.....	118
表 4-2-24	不同「教育程度」對「退休後休閒頻率增減」之差異	119
表 4-2-25	不同「宗教信仰」對「退休後休閒頻率增減」之差異	120
表 4-2-26	不同「婚姻狀況」對「退休後休閒頻率增減」之差異	121
表 4-2-27	不同「健康狀況」對「退休後休閒頻率增減」之差異	121

表 4-2-28	不同「居住型態」對「退休後休閒頻率增減」之差異	122
表 4-2-29	不同「退休年數」對「退休後休閒頻率增減」之差異	123
表 4-2-30	不同「退休時年齡」對「退休後休閒頻率增減」之差異.....	124
表 4-2-31	不同「性別」對「退休後最想嘗試休閒類型」之差異...	125
表 4-2-32	不同「年齡」對「退休後最想嘗試休閒類型」之差異...	126
表 4-2-33	不同「退休前職業」對「退休後最想嘗試休閒類型」之差異.....	127
表 4-2-34	不同「教育程度」對「退休後最想嘗試休閒類型」之差異.....	128
表 4-2-35	不同「宗教信仰」對「退休後最想嘗試休閒類型」之差異.....	130
表 4-2-36	不同「婚姻狀況」對「退休後最想嘗試休閒類型」之差異.....	131
表 4-2-37	不同「健康狀況」對「退休後最想嘗試休閒類型」之差異.....	132
表 4-2-38	不同「居住型態」對「退休後最想嘗試休閒類型」之差異.....	133
表 4-2-39	不同「退休年數」對「退休後最想嘗試休閒類型」之差異.....	134

表 4-2-40	不同「退休時年齡」對「退休後最想嘗試休閒類型」之差異.....	133
表 4-3-1	不同「性別」之台北地區退休人士在休閒態度之 t 檢 定分析摘要表.....	135
表 4-3-2	不同「年齡」之台北地區退休人士在休閒態度之差異 性考驗.....	137
表 4-3-3	不同「退休前職業」之台北地區退休人士在休閒態度 之差異性考驗.....	138
表 4-3-4	不同「教育程度」之台北地區退休人士在休閒態度之 差異性考驗.....	140
表 4-3-5	不同「宗教信仰」之台北地區退休人士在休閒態度之 差異性考驗.....	141
表 4-3-6	不同「婚姻狀況」之台北地區退休人士在休閒態度之 差異性考驗.....	143
表 4-3-7	不同「健康狀況」之台北地區退休人士在休閒態度之 差異性考驗.....	144
表 4-3-8	不同「居住型態」之台北地區退休人士在休閒態度之 差異性考驗.....	145
表 4-3-9	不同「退休年數」之台北地區退休人士在休閒態度之 差異性考驗.....	146
表 4-3-10	不同「退休時年齡」之台北地區退休人士在休閒態度 之差異性考驗.....	147

表 4-4-1	不同「退休後最常從事休閒類型」之台北地區退休人士在休閒態度之差異性考驗.....	150
表 4-4-2	不同「退休後參加休閒頻率」之台北地區退休人士在休閒態度之差異性考驗.....	153
表 4-4-3	不同「退休後休閒頻率增減」之台北地區退休人士在休閒態度之差異性考驗.....	154
表 4-4-4	不同「退休後最想嘗試休閒類型」之台北地區退休人士在休閒態度之差異性考驗.....	156
表 4-5-1	不同「性別」之台北地區退休人士在生活適應之 t 檢定分析摘要表.....	157
表 4-5-2	不同「年齡」之台北地區退休人士在生活適應之差異性考驗.....	159
表 4-5-3	不同「退休前職業」之台北地區退休人士在生活適應之差異性考驗.....	160
表 4-5-4	不同「教育程度」之台北地區退休人士在生活適應之差異性考驗.....	162
表 4-5-5	不同「宗教信仰」之台北地區退休人士在生活適應之差異性考驗.....	164
表 4-5-6	不同「婚姻狀況」之台北地區退休人士在生活適應之差異性考驗.....	166
表 4-5-7	不同「健康狀況」之台北地區退休人士在生活適應之差異性考驗.....	168

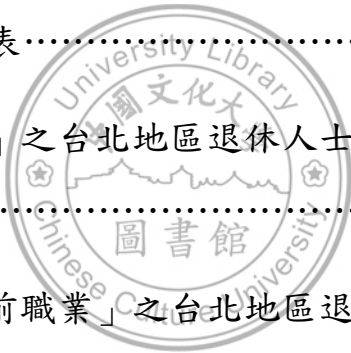




表 4-5-8	不同「居住型態」之台北地區退休人士在生活適應之 差異性考驗.....	169
表 4-5-9	不同「退休年數」之台北地區退休人士在生活適應之 差異性考驗.....	171
表 4-5-10	不同「退休時年齡」之台北地區退休人士在生活適應 之差異性考驗.....	173
表 4-6-1	不同「退休後最常從事休閒類型」之台北地區退休人 士在生活適應之差異性考驗.....	175
表 4-6-2	不同「退休後參加休閒頻率」之台北地區退休人士在 生活適應之差異性考驗.....	176
表 4-6-3	不同「退休後休閒頻率增減」之台北地區退休人士在 生活適應之差異性考驗.....	178
表 4-6-4	不同「退休後最想嘗試休閒類型」之台北地區退休人 士在生活適應之差異性考驗.....	179
表 4-7-1	台北地區退休人士休閒態度與生活適應之相關分析摘 要表.....	181
表 4-7-2	台北地區退休人士休閒態度與生活適應之相關分析摘 要表.....	182

## 圖目錄

圖 3-1-1 研究架構圖 ..... 56

圖 3-5-1 研究步驟圖 ..... 75

