民眾從事健走行為意圖之研究

李柏慧 [1]　劉淑燕 [2]

國立臺灣體育學院 [1]　國立中正大學 [2]

摘要

本研究主要目的是以計畫行為理論模式探討態度、主觀規範與知覺行為控制如何影響健走行為，以及民眾從事健走行為意圖的相關性，並探討民眾自覺健走環境對其健走行為意圖差異性，以及從事健走行為與年齡的相關性。本研究採用隨機抽樣，取台中市北區 18 歲以上民眾為研究對象，以「健走行為意圖量表」進行施測，共取得有效問卷 106 份。所得資料以描述性統計、皮爾森積差相關、獨立樣本單因子變異數分析進行考驗。本研究結果為：（一）民眾之自覺健走環境對其從事健走行為意圖有顯著差異存在（$F_{(2,102)}=4.48$, $p<.05$），亦即當住家附近地區有適合的健走場所，將可能提升人們從事健走的意圖，反之，將大大降低個人從事健走的意圖。（二）不同年齡層其從事健走行為意圖有差異存在（$F_{(3,102)}=4.29$, $p<.05$），成年組比青年組有顯著從事健走行為之意圖。（三）態度、主觀規範、知覺行為控制與民眾從事健走行為意圖有正相關，尤其是知覺行為控制與民眾從事健走行為意圖有高度正相關，達 $r=.55$。

關鍵詞：健走、行為意圖、計畫行為理論、自覺健走環境、年齡