

大學生知覺運動利益和參與健身運動行為之研究

謝偉雄, 蘇振鑫, 曾明郎

體育室

人文社會學院

0

摘要

Willis & Campbell(1992)認為，健康信念模式一直是與預防性健康行為有關之最經久不衰的理論模式之一。它被認為是一種社會心理學模式，其設計宗旨是協助預測人們如何遵從預防性的健康建議，該模式被稱為一種「價值期待」(value expectancy)的模式。也就是說，行為預測的基礎是在於個人對結果的價值定位和期待，並能使個人所付出的行為引導出期待的結果。基本上，健康信念模式是假設人們不會依從預防性健康的勸告；除非人們有事關重大的訊息引發個人的動機水準，以及知覺潛在於自身得到某種好處，並相信介入的效能和預期採取勸告的行動，會遇到較少的困難(Becker & Maiman, 1975)。

該模式假設除非人們察覺到他們可能受到某種好處，否則他們不願採取行動去從事規律運動。因此，本研究目的為探討中華大學新生在運動參與程度的差異以及知覺利益對於中華大學新生運動參與程度的影響。

關鍵字：大學生、知覺運動利益、運動行為