



登山健行者之休閒效益、家庭支持與幸福感之關係研究

許伯陽^{a*}、柯又綜^b

^a南華大學旅遊管理學系 助理教授

^b南華大學旅遊管理研究所 碩士

摘要

本研究以獨立山國家步道之登山健行者為研究對象，探討登山健行者休閒效益、家庭支持與幸福感之關係，共分析 418 份有效問卷，以獨立樣本 t 檢定、單因子變異數分析以及結構方程模式等統計方法，進行資料處理與分析。研究結果發現：部分不同人口背景的登山健行者，在休閒效益、家庭支持與幸福感上存在顯著差異；休閒效益與家庭支持呈現高度正相關；休閒效益直接正向影響幸福感；家庭支持直接正向影響幸福感。顯示休閒效益與家庭支持同為幸福感的重要來源，藉由休閒效益及家庭支持的提昇，可有效增進登山健行者之幸福感。

關鍵詞：休閒效益、家庭支持、幸福感

* 通訊作者：許伯陽
E-mail：pyhsu@nhu.edu.tw





壹、緒論

登山健行活動近年來成為閒暇時間的主要參與項目，主因在於登山健行的時間與金錢花費，以及運動強度與難度等，都可依自身需求與能力從事，休閒結構性的阻礙少。其次，台灣多山，土地近三分之二為山地地形，山地多平地少的地理環境，為民眾提供了豐富且優質的多樣化登山環境。步道之旅可提供民眾休閒健身、紓解壓力、自然體驗及環境教育的機會（林鴻忠、邱瓊慧，2006）。2001年起，行政院經濟建設委員會決議由林務局協調相關單位建置全國登山健行之步道系統，積極開發具有地方特色的步道，大幅提升民眾參與登山健行活動的便利性。根據2010年交通部觀光局統計，登山健行活動已成為國民休閒旅遊時，主要喜歡從事的休閒遊憩活動之一。探討登山健行者的行為為本研究的動機之一。

其次，從休閒活動的觀點來看，休閒效益的取得是從事休閒活動時最根本的動力來源，而休閒效益的評估無法直接由活動本身觀察，主要是受到活動經驗之主觀感受影響，而不是活動本身(Tinsley,1986)，如從事運動可以產生愉悅感，減輕壓力與焦慮，減緩抑鬱的程度(黃榮賜，1988)等等。因此，休閒效益可說是個人主觀評估可以幫助改善身心狀況或滿足需求的個人主觀感受(陳中雲,2001)，這是本研究所欲探討的第一個構面。另外，家庭支持的功能內容包含情緒性支持、訊息性支持與工具性支持，不管是家庭支持的提供者或接受者，支持的功能內容不盡相同，例如以壓力情境來看，情緒性支持在危機期間是最適當的；在轉變時期，則需要訊息性支持；到了不足狀態時，工具性支持成為最重要者(黃俐婷，2004)。因此，在不同情境之下，各項家庭支持內容都有其適切性與重要性。最後，幸福感大致上分為特質理論、滿足需求理論、判斷理論以及動力平衡理論等四大類(葉建助，2010)，幸福感是對整體生活品質的沉思評鑑，及反映出對生活滿意判斷的結果，藉由正向情緒的提高、負向情緒的降低與對生活的滿意(Argyle, 1987)。可說幸福感是人類主動且專注地參與活動時的產物，個人可藉由休閒的歷程，發揮潛能並滿足個人需求，進而產生愉悅的成就感和價值感。探討休閒效益、家庭支持以及幸福感三者之間的關係為本研究的動機之二。

本文論及休閒效益、家庭支持以及幸福感三者之關係，過去的研究指出，休閒效益愈高，其幸福感之程度亦相對愈高(謝瑞萍，2011)；家人與同儕的運動社會支持愈高，從事自我規律運動的行為也就愈多(龍炳峰，2000)；家庭支持是有效預測幸福感的重要因子，此與陳君怡(2004)之參與休閒活動高齡者其社會支持會正向影響幸福感之研究結果相似；葉承鑫、陳文喜、葉時碩(2009)研究水域活動顯示，休閒效益對於幸福感中，其中自我成就之影響最大，對心理效益則無顯著之影響。因此，依據過去研究，本研究之休閒效益是指登山健行參與者在參與活動過程中與後，經由個人主觀感受的評估，能幫助個人正向改變身心狀態與增進關係的主觀感受，進而提高個人之幸福感。其次，家庭支持會正向提升個人之幸福感。最後，登山健行帶給人們什麼實質的休閒效益？是否與家庭支持產生關聯？是否能同時進而獲得更高層次的幸福感？本研究擬以登山健行者為對象，探討其休閒效益、家庭支持與幸福感之關係。



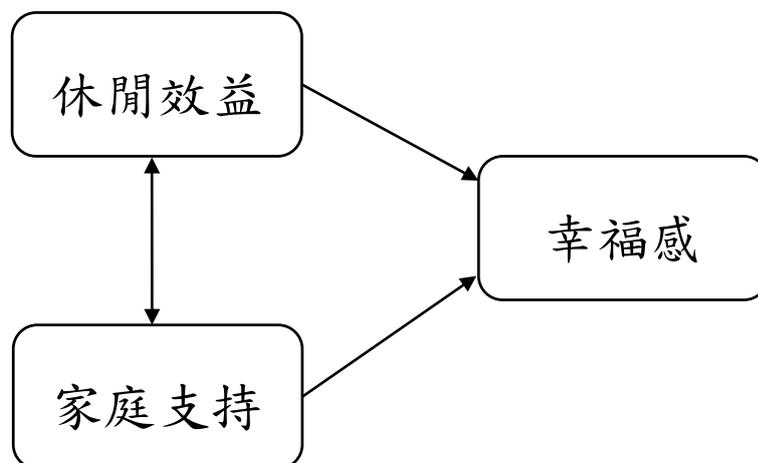


圖 1 休閒效益、家庭支持以及幸福感之關係圖

貳、研究方法

一、研究對象

本研究的研究對象為獨立山國家步道從事登山健行活動之遊客，以便利抽樣法進行抽樣並問卷調查，預試問卷共計發放 100 份問卷，回收整理有效問卷 85 份；正式問卷發放 460 份，實際回收 454 份，扣除填答不完整、亂填等無效回收問卷後，本研究之有效問卷為 418 份，有效回收率為 90.9%。

二、獨立山步道

獨立山步道位於嘉義縣竹崎鄉，步道分為兩個不同的路段，從竹崎鄉緞繡村松腳經樟腦寮到紅楠坑，是早期即有的古道；另一段為本處於民國 86 年開闢，從紅楠坑到獨立山頂的環狀新建步道。步道全長約 5,000 公尺，走完全程約需 2 小時，坡度平緩，是一個老少咸宜的健行路線。沿線有枕木階梯 560 階、石板階梯 2,125 階，其他部分都是平坦或緩坡登山步道。此步道在嘉義地區屬於熱門步道，沿途風景優美空氣清新，步道難易兼具，適合全家出遊規劃半天的行程。

三、問卷設計

(一)量表編制

根據研究架構發展出三個研究構面，加上基本資料，問卷共分四部份，第一部分為「休閒效益量表」，採用馬上鈞(2002)的休閒立意量表，主要在測量休閒活動參與者主觀感受到的休閒效益，共計 12 項題目；第二部分「家庭支持量表」，依據歐人豪(2009)的研究發展而





來，共計四個題項；第三部分「幸福感量表」，依據 Diener, Emmons, Larsen & Griffin(1985)發展之 SWLS 量表(The Satisfaction with Life Scale)，共計 15 項題目。

(二)信效度分析

預試各量表之 Conbanch' s α 信度分析如下：休閒效益變數之 Conbanch' s α 值為 0.907；家庭支持變數之 Conbanch' s α 值為 0.902；幸福感變數之 Conbanch' s α 值為 0.886。由於本研究各變數的 Conbanch' s α 值皆大於 0.7，顯示本研究各變數內部一致性相當良好，表示本研究所使用的量表具有高信度。

效度部分之驗證，依照 Joreskog & Sorbom(1989)主張觀察變項對其潛在變項的因素負荷量要高於 0.5，以檢驗題項的效度。首先分別對各量表先進行 KMO (Kaiser-Meyer-Olkin) 取樣適切性與巴氏球形檢定 (Bartlett Test of Sphericity) 兩項分析，本研究各量表 KMO 值均大於 0.7 以上，且 Bartlett 球形檢定值皆達顯著水準，故本研究量表適合進行因素分析。其次，探索性因素分析結果顯示(於下說明)，各量表的因素負荷量均大於 0.5，證明本研究之問卷具有一定的建構效度。其次，內容效度主要反映測量工具本身內容的適切性，本研究各構面所使用之問卷內容，主要是參考國內、國外學者所發展使用多次之量表，經相關文獻探討及預試後修改而成，因此量表具有相當程度的內容效度。

(三)探索性因素分析

1、休閒效益量表：12 個題項的因素負荷量皆達 0.5 以上。同時指定初始特徵值大於 1 才被選取，得到共同因素有 3 個，分別命名為「促進健康」、「愉悅情感」和「提升內涵」。

2、家庭支持：4 個題項的因素負荷量皆達 0.5 以上。同時指定初始特徵值大於 1，得到 1 個共同因素，將之命名為「家人支持」。

3、幸福感：15 所有題項因素負荷量皆高於 0.3 以上，可以全數接受題項。同樣指定初始特徵值大於 1 才被選取，得到共同因素有 3 個，分別命名為「負向情感」、「生活滿意」和「正向情感」。





表 1 探索性因素分析表

因素	衡量題項	因素負荷量	特徵值	解釋變異量%	累積解釋變異量%	因素命名
休閒效益	第一因素	可以提升心肺功能、鍛鍊體能。	0.533	5.382	25.836	促進健康
		可以消除疲勞、恢復活力。	0.626			
		可以有效改善睡眠情況。	0.664			
		可以改善或控制疾病。	0.599			
		可以消除緊張、紓解壓力。	0.617			
	第二因素	可以使心情愉快、增添生活樂趣。	0.678	1.374	22.565	愉悅情感
		可以發洩情緒、舒暢身心。	0.649			
		可以促進同儕與朋友的情感。	0.792			
		可以促進家人間的感情。	0.713			
	第三因素	可以獲得成就感並肯定自己。	0.709	1.089	16.976	提升內涵
		可以增進自我滿足、實現心中的理想。	0.743			
		可以拓展社交圈、結交新朋友。	0.522			
家庭支持	第一因素	可以感覺到家人認同我的休閒活動。	0.816	3.057	76.425	家人支持
		家人對我投入休閒活動的感覺是正向的。	0.788			
		家人會很關心的和我討論我的休閒活動。	0.708			
		家人是我能投入之精神支持的重要來源	0.745			
幸福感	第一因素	我常感受到沮喪、鬱卒的感覺。	0.789	5.472	25.002	負向情感
		我常感受到不愉快、不高興的感覺。	0.880			
		我常感受到生氣與充滿敵意的感覺。	0.790			
		我常感受到擔心、焦躁的感覺。	0.737			
	第二因素	我的生活與我理想中的相差不遠。	0.791	2.447	24.853	生活滿意
		我的生活狀況相當好。	0.695			
		我很滿意現在的生活。	0.717			
		我已經得到我生活中想要的重要事物。	0.724			
		我幾乎不會想要做任何的改變。	0.569			
	第三因素	我常感受到快樂的感覺。	0.767	1.664	23.858	正向情感
		我常感受到喜悅、興奮的感覺。	0.768			
		我常感受到滿意的感覺。	0.754			
我常感受到享受、有趣的感覺。		0.802				

資料來源：本研究整理





四、資料分析

本研究以 SPSS 18.0 版及 AMOS 18.0 版套裝軟體為資料分析工具，進行實證資料分析以驗證研究假設。本研究所使用的統計方法主要有量表信度與效度分析、因素分析與結構方程模式。

參、結果

一、多元常態性檢定

在結構方程模式之中，統計分析的前提是資料多元常態化。可從兩個角度切入探討，一是觀測變項之常態性，二是觀測變項整合後之多元常態性(邱皓政，2000)。導致觀測變項無法常態分配之要素有二，即偏態和峰度係數。其偏態(Skewness)係數絕對值需小於 2，而峰度(Kurtosis)係數絕對值則也需小於 2 (Kline, 1998)，則可認定具有常態性。至於多元常態的問題，可借助 Mardia 係數判定多元常態性假設。當係數小於 $p(p+2)$ 時(p 為觀察變數之數量)，可達到多元常態性基本要求 (Bollen, 1989)。

本研究之休閒效益、家庭支持與幸福感三個構面之多元常態分析狀況，如表二所示。各觀察變項之偏態係數介於-.679 至-.106 之間，而峰度係數則介於-.218 至 1.962 之間，顯示觀察變項之資料符合常態化假設。休閒效益、家庭支持與幸福感三個構面整體的 Mardia 係數為 16.397，而 $p(p+2)$ 為 899 明顯大於 Mardia 係數，因此可確認資料具有多元常態性。

基於上述多元常態性分析，本研究觀測變數符合多元常態分配，因此可以採最大概似估計法進行模式的配適檢定工作。

表2 多元常態檢定表

構面	最小值	最大值	偏態(skew)	峰度(kurtosis)
家人支持	-4.390	1.417	-.449	.821
生活滿意	-3.740	2.091	-.327	.515
負向情感	-3.809	1.652	-.265	.011
正向情感	-2.732	1.840	-.106	-.218
提升內涵	-4.747	1.471	-.357	.441
促進健康	-5.462	1.431	-.679	1.962
愉悅情感	-4.725	1.226	-.666	1.052
Multivariate				16.397

資料來源：本研究整理





二、模式基本配適度檢定

對模式作整體評鑑前，必須先檢視是否有違犯估計現象產生。違犯估計檢視主要在確認所估計的參數是否有違反統計所能接受的範圍，應避免：1、不能有負的誤差變異；2、標準化迴歸係數避免大於1 或太接近1；3、標準誤不能太大(黃芳銘，2006)。整體模式適配度檢定主要在檢定整體模式與觀察資料的整體配適程度，也就是理論模式與實際觀察資料的差距有多大，模式適配度愈高，代表模式可用性愈高。

經檢定休閒效益、家庭支持與幸福感三個假設模式之輸出結果發現各觀察變項間，測量誤差變異數(EV)介於0.00至.83之間，全屬正；標準化因素負荷量(SFL)參數除家人支持為1外(因該變數僅一構面)，其餘介於0.25至0.85之間，皆小於0.95；標準誤(SE)介於0.036至0.084之間，無太大標準誤產生，至此完成違犯估計的檢查。經完成違犯估計檢查後，研究者進行整體適配度考驗檢定。

三、模式內在配適度檢定

本研究模式內在配適度之評鑑，首先採用AMOS進行驗證性因素分析(CFA)操作，以探究量表的因素結構模式是否與實際蒐集的資料契合，指標變項是否可以有效作為因素構念(潛在變項)的測量變項，再進行分析內容包含「信度評鑑」、「收斂效度」及「區別效度」之檢定。

(一)驗證性因素分析(CFA)

根據探索性因素分析(EFA)所發現之因素結構，建立「休閒效益、家庭支持與幸福感量表」驗證性因素分析之概念模式，計算估計值之後，模式可以收斂識別，但配適指標不盡理想，故依據AMOS提供的MI值(MI>3.84)修正指標進行模式修正，由表三得知修正之後測量模型的配適度指標大都在標準值內，顯示「休閒效益、家庭支持與幸福感量表」的測量模型配適度尚屬良好。





表 3 測量模式適配考驗

	模式指標	理想值	模式值		
			休閒效益	家庭支持	幸福感
	χ^2 (df)	越小越好	61.940	.002	59.651
		(P>.05)	.006*	.960	.247
絕對配適指標	GFI	>.90	.975	1.000	.978
	AGFI	>.90	.948	1.000	.962
	RMR	<.05	.018	.000	.021
	RMSEA	<.08	.040	.000	.017
	TLI	>.90	.983	1.028	.982
相對配適指標	IFI	>.90	.896*	1.005	.988
	CFI	>.90	.942	1.000	.988
	PNFI	>.50	.490*	.167*	.613
簡效配適指標	CN	>200	352	648986	497
	χ^2 /df	1~5	1.674	.002*	1.125

註：星號為未達標準值

(二)信效度檢定

模式內在結構適配度是指模式的內在品質，亦即測量模式的收斂效度與區別效度。收斂效度方面的衡量指標為個別觀察題項之標準化因素負荷量(SFL)、潛在變項組合信度(CR)和平均變異萃取量(AVE)等。

1、收斂效度：

首先，收斂效度觀察標準化因素負荷量(SFL)介於.56至.93之間，皆大於0.5，

顯示本研究的測量指標具有良好的信度(Hair et al., 1998)；其次，各構面之組合信度(CR)介於.81至.93之間，皆高於0.6，顯示本研究測量模式內部一致性頗高(Fornell and Larcker, 1981)；最後，各構面平均變異萃取量(AVE)介於.59至.76之間，皆高於0.5，顯示本研究測量模式具有收斂效度(Fornell and Larcker, 1981)。

2、區別效度

區別效度是指對兩個不同的構念進行測量，若此兩個構念經相關分析後，其相關程度很低，則表示此兩個構念具有區別效度(Anderson and Gerbing, 1988)。在區別效度檢定方面，本研究之判斷準則為，每一個構面的AVE平方根大於各構面的相關係數之個數，至少須佔整體的比較個數75%以上(Hair et al., 1998)。本研究各構面之AVE的平方根介於.77~.87之間，均大於各構面間的相關係數(最大值為.71)，顯示本研究測量模式具有區別效度。





四、整體適配度評鑑

本研究整體模式適配適度呈現於表四中，其中指標皆符合良好配適度標準，表示本研究所提的概念性模型與實際資料的配適度頗佳，顯示測量模式具有相當程度的建構效度，可以進一步檢驗研究假設並探究其相關性。

表 4 整體模式適配考驗表

	模式指標	理想數值	模式值	模式考驗結果
絕對配適指標	$\chi^2(df)$	越小越好	20.146(12)	符合
		($P>.05$)	.064	符合
	GFI	>.90	.987	符合
	AGFI	>.90	.969	符合
	RMR	<.05	.019	符合
	RMSEA	<.08	.040	符合
相對配適指標	TLI	>.90	.989	符合
	IFI	>.90	.994	符合
	CFI	>.90	.994	符合
簡效配適指標	PNFI	>.50	.563	符合
	CN	>200	436	符合
	χ^2/df	1~5	1.679	符合

五、路徑分析與研究假設檢定

結構模型部分以路徑分析方式，探討登山健行者休閒效益、家庭支持與幸福感等潛在變數之關係，建構三者之線性結構關係模式，如圖二所示，並驗證本研究之各項假設。首先，研究結果顯示，登山健行者的休閒效益對其幸福感的標準化參數值為.41，t 值為 4.699，達顯著水準，驗證登山健行者的休閒效益顯著正向影響其幸福感。其次，登山健行者的家庭支持對其幸福感的標準化參數值為.23，t 值為 2.829，達顯著水準，驗證登山健行者的家庭支持顯著正向影響其幸福感。最後，登山健行者的家庭支持與休閒效益的標準化參數值為.76，t 值為 11.256，達顯著水準，驗證登山健行者的家庭支持與休閒效益呈現顯著正相關。(參閱表五)





表 5 結構模式之路徑分析與假設檢定

路徑	標準化參數	t 值	成立與否
休閒效益影響幸福感	.41	4.699*	是
家庭支持影響幸福感	.23	2.829*	是
家庭支持與休閒效益相關	.76	11.256*	是

註:*p<.05

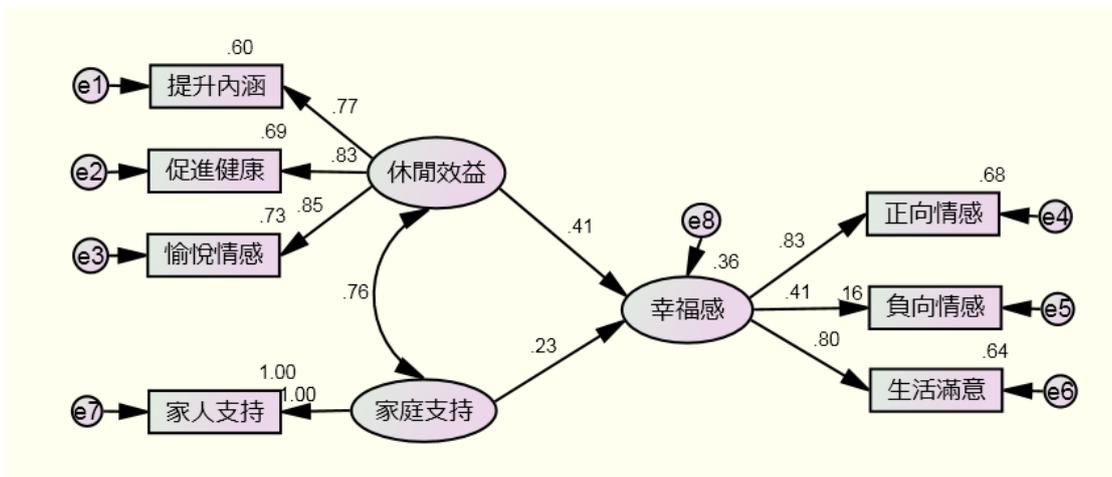


圖 2 標準化整體模式路徑係數圖

肆、結論

一、基本資料分析

本研究之休閒效益共有三個子構面，分別為「促進健康」、「愉悅情感」、「提升內涵」。其中以「愉悅情感」的總平均分最高，亦即其休閒效益較偏向情感層面，可見登山健行活動以休閒成分居多。此結果與一般認知中運動類休閒，如慢跑、游泳等，其休閒效益以健康取向為主之情形有所不同。其次，本研究之家庭支持共有四個題項，其中各題平均數得分以「家人對我投入休閒活動之程度的感覺是正向的」最高，和「我可以感覺到家人認同我的休閒活動」居次，而「家人會很關心的和我討論我的休閒活動」則為最低。此結果與國人不善於透過言語表達心中的關心相符，顯示登山健行者與家人的溝通上仍有努力空間。最後，本研究之幸福感共有三個子構面，分別為「生活滿意」、「正向情感」、「負向情感」。其構面總平均分以「正向情感」最高，而「生活滿意」則為最低。顯見登山健行者在參與活動的過程中能獲得明顯的快樂。





二、研究模式之驗證

本研究主要目的是探討休閒效益、家庭支持與幸福感之因果關係，就整體模式而言，整體模式的卡方值為 20.146(df=12)， $p=.064$ ，卡方自由度比值為 1.679，小於 3，故配適結果十分良好。此外，GFI 為.987、AGFI 為.969、RMR 為.019、TLI 為.989、IFI 為.994、CFI 為.994、PNFI 為.563，皆在理想數值之中；且 RMSEA 為.040，遠低於.08，整體來說，本研究之因果關係模式其整體配適度已達良好標準，請參閱表四。以下分析個構面之因果關係：

(一)休閒效益與幸福感的關係

本研究從文獻中建構休閒效益與幸福感間的關係模式，經驗證後發現，登山健行者之休閒效益對幸福感具有直接且正向的影響，也就是說，當登山健行者感受到較高的休閒效益時，其感受到的幸福感也因而愈好。

(二)家庭支持與幸福感的關係

本研究從文獻中建構家庭支持與幸福感間的關係模式，經驗證後發現，登山健行者的家庭支持對幸福感有直接且正向的影響，也就是說家庭支持的程度會影響登山健行者的幸福感受。

(三)家庭支持與休閒效益的關係

登山健行者的家庭支持與休閒效益呈現正相關。經驗證後發現，登山健行者感受到較高的家庭支持時，其感受到的休閒效益也愈好。也就是說，登山健行者擁較高程度的家庭支持的同時，也會獲得較更高程度的休閒效益。

三、總結

本研究經結構方程模型驗證，證實了登山健行者之休閒效益對幸福感具有直接且正向的影響、登山健行者的家庭支持對幸福感有直接且正向的影響與登山健行者的家庭支持與休閒效益呈現正相關。可見，休閒效益與家庭支持乃是登山健行者幸福感的重要來源，藉由休閒效益的提升與家庭成員的認同，將可有效提升其幸福感受。除了登山健行者的自身的休閒效益外，家庭支持是登山健行者另一項重要的提升幸福感之因素。





參考文獻

- 1.黃榮賜(1988)。青年公園遊憩需求與遊憩效益之研究。中興大學都市計劃研究所，未出版之碩士論文，台中市。
- 2.龍炳峰(2000)。國民小學學童規律運動行為及其相關因素之研究。《體育學報》，29期，81-91頁。
- 3.陳中雲(2001)。國小教師休閒參與、休閒效益與工作滿意之關係研究以台北縣公立國民小學教師為例。國立台灣師範大學運動與休閒管理研究所，未出版之碩士論文，台北市。
- 4.馬上鈞(2002)。休閒效益與生活壓力關係之研究-以高雄地區郊山登山者為例。國立台灣師範大學運動與休閒管理研究所，未出版之碩士論文，台北市。
- 5.黃俐婷(2004)。家庭支持的結構與功能分析，《社區發展季刊》，105期，367-380頁。
- 6.邱皓政(2006)。量化研究與統計分析，台北：五南出版社。
- 7.林鴻忠、邱瓊慧(2006)。步道整建及公眾參與-以羅東林區為例，《台灣林業》，32(3)，17-24頁。
- 8.黃芳銘(2006)。結構方程模式：理論與應用，台北市：五南書局。
- 9.葉建助(2010)。溯溪參與者休閒涉入、休閒效益與幸福感之研究。國立東華大學體育學系，未出版之碩士論文，花蓮市。
- 10.謝瑞萍(2012)。Cosplay 角色扮演者之專門化程度、休閒效益與幸福感之研究，國立體育大學休閒產業經營研究所，未出版之碩士論文，桃園縣。
- 11.Anderson, J. C., & Gerbing, D. W., (1988). Structural equation modeling in practice: A review and recommended two-step approach. *Psychological Bulletin*, 103, 411-423.
- 12.Argyle, M., (1987). *The psychology of happiness*. USA : Methuen & Co.
- 13.Bollen, K. A., (1989). *Structural equations with latent variables*. New York: John Wiley & Sons.
- 14.Diener, E. D., Emmons, R. A., & Larsen, R. J.,(1985). The satisfaction with life scale. *Journal of personality*, 4, 1-5.
- 15.Fornell, D., & Larcker, D. F., (1981). Evaluating structural equation models with unobservable variables and measurement error. *Journal of Marketing Research*. 18, 35-51.
- 16.Hair, J. F., Anderson, R. E., Tatham, R. L., & Black, W. C.,(1998). *Multivariate data Analysis*.(5th ed.), New Jersey: Prentice-Hall International.
- 17.Joreskog, K. G., & Sorbom, D., (1989). LISREL 7: A guide to the program and applications. Spss.
- 18.Tinsley H. E. A., & Tinsley D. J., (1986). A theory of the attributes, benefits, and causes of leisure experience. *Leisure Sciences*, 8, 1-45.





A Study on the Relationships among Hikers' Leisure Benefits, Family Support and Well-Being on Independent Hill National Trail

Hsu Po-Yang^{a*}、Ko Yu-Tsung^b

^aAssistant Professor, Department of Tourism Management; Nanhua University

^bMaster, Department of Tourism Management; Nanhua University

Abstract

This study aimed to explore hikers of the relationships among leisure benefits, family support and well-being, hikers of independent hill national trail were the research object, with convenience sampling questionnaire, 418 valid questionnaires were obtained, and used to analyze by t test, One-Way ANOVA and structural equation model (SEM). The study found: hikers partial different population backgrounds were exist significant difference on leisure benefits, family support and their happiness; leisure benefits and family support showed a high positive correlation; leisure benefits direct positive impact well-being; family support direct positive impact well-being. And display that both leisure benefits and family support were equally important source for well-being, which could enhance hikers well-being by improve leisure benefits and family support.

Keywords: leisure benefits, family support, well-being

* E-mail : pyhsu@nhu.edu.tw

