

女性肚皮舞者遊憩專門化、身體意象及流暢體驗之關係研究

李偉民^{1*}、鄭燕榮²

¹ 高苑科技大學休閒運動管理系

² 國立高雄大學運動健康與休閒學系

摘要

本研究目的在探討女性肚皮舞參與者遊憩專門化、身體意象及流暢體驗的關係，進一步將檢定身體意象在遊憩專門化與流暢體驗關係的中介影響效果。本研究設計為橫斷式樣本調查，參與者從私人舞蹈教室選取，立意抽樣後共獲得 261 位成年女性；徵求同意後讓其填寫背景問卷、遊憩專門化量表、身體意象量表、流暢體驗量表，並將所得資料以線性結構方程模式、拔靴法及 Sobel 考驗等統計方法處理。結果顯示：(1) 女性肚皮舞參與者遊憩專門化、身體意象及流暢體驗呈顯著的正相關。(2) 女性肚皮舞參與者遊憩專門化、身體意象及流暢體驗存在顯著的線性結構關係。(3) 身體意象在遊憩專門化與流暢體驗關係存在部分中介影響效果。結論指出：遊憩專門化愈高，參與者的身體意象愈正向強化，流暢體驗也會愈高。

關鍵詞：肚皮舞、遊憩專門化、身體意象、流暢體驗

通訊作者：李偉民 821 高雄市路竹區中山路1821號 高苑科技大學休閒運動管理系
電話：0903-988125 傳真：06-2607218 E-mail：ming042929@gmail.com

壹、緒論

肚皮舞帶有性感神祕且具中東文化特殊風情的舞蹈，它結合運動、休閒、藝術、文化多重面向，在編舞、舞衣造型及肢體動作上與其它舞種如芭蕾、街舞有很大的區別。自2002年引入臺灣即形成一股風潮，2006年因有「亞洲流行天后」稱號的歌手蔡依林，其專輯主打歌「舞孃」一曲MV以肚皮舞呈現，使得肚皮舞更增添流行時尚的象徵，加上許多肚皮舞專家的努力，臺灣也開始舉辦相關的肚皮舞比賽，陸續有不少代表臺灣之隊伍參與亞洲區及世界的肚皮舞大賽，均獲得不錯的成績。由於肚皮舞入門門檻低，學習者不需具備任何舞蹈基礎，穿上練習的腰巾，人人都可以舞動身體。研究指出，在各縣市社區大學開設肚皮舞課程的比例高達74% (陳淑玲，2007)。針對台北社區大學舞蹈課程的研究結果中，發現民眾參與的舞蹈類型已從以往熱門的國際標準舞及有氧舞蹈，變成中東舞蹈 (占31.8%) 為最多 (林昕翰、畢璐鑾，2010)，由此可知，肚皮舞在當時已成為臺灣舞蹈類休閒活動的新主流。由於時代變遷，新女性肢體解放與自我意識高漲，不像拉丁美洲地區的國標舞有強烈的男性主導性，肚皮舞以女性為中心展現女人的特質，透過迷人的肢體舞動重建了女性對自我的喜愛，更風靡了國內女性。肚皮舞從古埃及的女性生殖崇拜、19世紀歐洲的東方熱，到現代的健康導向，從宗教色彩，轉變為文化舞蹈，再轉變為健康運動 (陳昭成，2011)。多數人開始接觸肚皮舞目的是為了豐胸、纖體或塑身 (曾淑玲，2011)，但在實際學舞後才發現，肚皮舞是「肉感」甚於「骨感」，身上沒有一些脂肪堆積，抖動起來總少了一點嫵媚動人的風味，因而重新檢視並接受了自己不完美的身體，無論環肥燕瘦都對自己更有信心。但在肚皮舞教室會看到舞者將「環肥」與「燕瘦」的身體概念翻轉過來有趣現象 (郭如崑，2016)。雖說肚皮舞是入門門檻低的運動，看似人人皆可隨之舞動，但若要是能自由自在並即興隨著音樂旋律，將身體、情感與藝術美感融合呈現，需要高度身體掌控力及技巧，若能將道具融合成軀體的一部份般的狀態，是挑戰也是進階，對舞者的耐力訓練、腹肌韌性度和身體靈活性，有很高提升力，這與 Bryan (1977) 所提出的遊憩專業相符，對於參與者來說，在活動技術方面的專門化要提高，須透過參與者不斷地努力與學習才能達成 (Scott & Shafer, 2001)；而遊憩專門化提高也會增加體驗流暢感的機率 (Csikszentmihalyi & Lefevre, 1989)。由於國內肚皮舞的研究多為質性探討，內容以肚皮舞的發展歷史、展演經驗及身體意象的進程為主，而量化研究較少數，而擁有許多好愛者之肚皮舞運動目前尚未看到相關研究。雖然許多研究證實遊憩專門化與流暢體驗具有關聯性，但較少有研究遊憩專門化與流暢體驗之中介因子，因此本研究目的旨在探討女性肚皮舞者對於本身遊憩專門化、身體意象與流暢體驗三者間之關係，並更進一步檢驗其互相影響程度。

貳、方法

一、研究架構

本研究擬以從事肚皮舞運動的成年女性為對象，探討遊憩專門化、身體意象與流暢體驗的關係，

依此，本研究建立的研究架構如圖1：

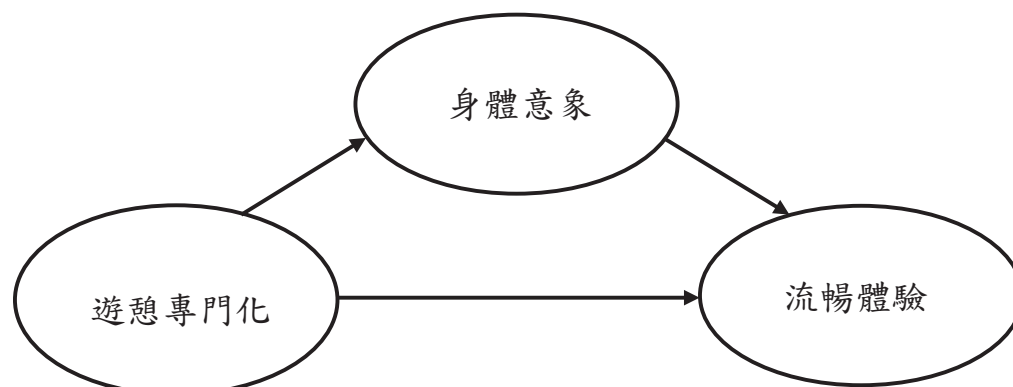


圖 1 研究架構

二、研究對象

本研究採用問卷調查法進行量化研究，以 G*Power (Buchner, Erdfelder, & Faul, 2001) 計算研究所需樣本數為88。實際發放問卷地點為教授肚皮舞運動的工作坊，發放期間為110年2月至4月，共發放270份問卷，回收264份問卷，回收率達97.78%，刪除3份無效問卷後，共得有效問卷261份，有效回收率為96.67%。

三、研究工具

本研究工具依據研究架構並參考相關文獻及問卷之後，編製成「肚皮舞遊憩專門化、身體意象及流暢體驗量表」。內容分述如下：

1、基本資料問卷

內容包含年齡、最高學歷、婚姻狀態、職業、每月收入、參與肚皮舞至今多少時間、每次參與肚皮舞的時間、每週參與肚皮舞的天數等變項。

2、遊憩專門化量表

修改自林美伶 (2016) 的遊憩專門化量表。量表是根據 McIntyre and Pigram (1992) 的遊憩專門化環觀念，有情感、認知和行為三大構面，共 10 題，經探索性因素分析本研究遊憩專門化量表萃取三個結構因素 (情感系統、認知系統、行為系統) 共 10 題，因素 1 至因素 3 特徵值為 3.68、1.47、1.06，可解釋變異量分別為 45.95%、18.32%、13.28%，總解釋變異量為 77.55%，遊憩專門化量表全部 10 題「題項與量表總分相關」係數值皆高於.40，且「題項刪除後的 Cronbach's α 值」相當穩定，沒有降低情形；總 Cronbach's α 值為.82。

3、身體意象量表

本研究引用王正松與王建興 (2004) 修訂的「中文版多向度自我身體關係問卷」(Witnstead & Cash, 1984)，共 19 題，取樣適切性量數 (KMO) 為 .839，Bartlett 球形檢定 χ^2 值 為 1859.778， p 值小於 .05 達統計考驗顯著水準，表示此量表適合進行因素分析。進一步從表 4-12 得知：本研究身體意象量表同樣萃取二個結構因素，總解釋變異量為 42.81%，因素 1、因素 2 可解釋變異量分別為 21.35%、21.46%。身體意象量表全部 19 題「題項與量表總分相關」係數值皆高於 .30，且「題項刪除後的 Cronbach's α 值」相當穩定，沒有降低情形；總 Cronbach's α 值為 .85。

4、流暢體驗量表

修改自林美伶 (2016) 的流暢體驗量表。以「自成性經驗」、「渾然忘我與全神貫注」、「技能平衡」、「明確的目標」和「動作與知覺融合」五部分，共 18 題，作為流暢體驗的衡量構面。取樣適切性量數 (KMO) 為 .922，Bartlett 球形檢定 χ^2 值為 3244.204， p 值小於 .05 達統計考驗顯著水準，表示此問卷適合進行因素分析。進一步得知：本研究流暢體驗問卷萃取五個結構因素，解釋變異量為 79.59%。流暢體驗量表全部 15 題「題項與量表總分相關」係數值皆高於 .50，且「題項刪除後的 Cronbach's α 值」相當穩定，沒有降低情形，Cronbach's α 值為 .92。

四、資料處理與分析

1、描述性統計:包含次數百分比、平均數及標準差。次數百分比主要在分析研究象背景變項及肚皮舞經驗的分布情形。2、皮爾遜積差相關分析:此統計方法主要在分析研究變項彼此間的相關情形。3、線性結構方程模式:此統計方法主要在驗證研究模式的適配度，即遊憩專門化、身體意象、流暢體驗線性結構關係是否成立。分析結果將引用 Hu and Bentler (1999) 建議的適配度指標 (GFI \geq .90)、標準化均方根殘差值 (SRMR \leq .08)、近似均方根誤差 (RMSEA \leq .08)、比較性配適指標 (CFI \geq .90)、標準適配度指標 (NFI \geq .90) 等判斷模式適配情形。4、拔靴法:此統計方法主要在檢定身體意象在遊憩專門化與流暢體驗關係的中介影響效果，將以 Sobel 考驗 (Sobel test) 分析結果 Z 值判定之；乃參照 Shrout and Bolger (2002) 建議的程序進行，即在經歷 5,000 次重複抽樣後，所得中介效果之 95%信賴區間不包含 0，表示可拒絕虛無假設，也就是說，中介效果達統計考驗顯著水準 ($p < .05$)，此時中介變項的影響效果便存在。本研究乃將統計考驗顯著水準皆訂為 $\alpha = .05$ 。

參、結果與討論

一、研究對象背景資料描述性統計分析結果

統計分析結果以 41~50 歲最多 (31.0%)，51-60 歲次之 (29.1%)，專科以上共 72.8%，服務業為最多 (27.2%)，工商業次之 (21.1%)，再者為家管 (19.5%)，已婚 (72.4%) 高於未婚，每月收入 30001~50000 元共 37.9% 為最高。參與肚皮舞年資以 5 年以上最高 (共 49.8%)，1 年以上~未達 5 年合計 26%，1 年以下合計 24.1%。每次參與肚皮舞時間以 1 小時以上~未滿 3 小時最多，每週參與 1~2 天佔 78.9% 最高。

二、研究變項描述性統計分析結果

(一) 研究工具描述性統計分析結果

「遊憩專門化量表」共 10 題，得分平均數介於 4.41 至 1.39 (標準差介於 1.21 至 0.67)，研究對象對這些題項心理反應的程度是介於非常不同意與非常同意之間。當中，以得分平均數來看，排序最高的題目是：(#1) 肚皮舞是我最喜歡的活動 ($M = 4.41$)。其次「身體意象量表」共 19 題，得分平均數介於 2.84 至 4.19 (標準差介於 0.70 至 3.30)，研究對象對這些題項心理反應的程度是介於不同意與非常同意之間。當中，以得分平均數來看，排序較高的題目是：(#10) 有機會我會從鏡子檢視我的外表 ($M = 4.19$)。「流暢體驗量表」共 18 題，得分平均數介於 3.21 至 4.58 (標準差介於 0.53 至 0.91)，研究對象對這些題項心理反應的程度是介於普通與非常同意之間。當中，以得分平均數來看，排序較高的題目是：(#3) 我喜歡練習肚皮舞的感覺，並希望能再次經歷 ($M = 4.58$)。

(二) 研究變項描述性統計分析結果

分析結果遊憩專門化 (共 10 題)、身體意象 (共 19 題)、流暢體驗 (共 18 題) 整體得分平均數分別為 29.76、68.00、71.38 (標準差分別為 5.92、9.28、9.68)，題平均數分別為 2.98、3.87、3.97 (標準差分別為 0.59、0.49、0.54)。研究對象在遊憩專門化題項心理反應程度是「高於不同意」，身體意象是「高於普通」，流暢體驗是「高於普通」。其次，遊憩專門化變項中，從情感系統、認知系統及行為系統三個結構因素，整體得分平均數分別為 12.36、13.66、3.75 (標準差分別為 2.34、3.51、1.62)，題平均數分別為 4.12、2.73、1.88 (標準差分別為 0.78、0.70、0.81)。研究對象在這些結構因素的心理反應程度是介於非常不同意與非常同意之間，而身體意象變項中有外型評價及外型取向二個結構因素，整體得分平均數分別為 23.70、44.30 (標準差分別為 4.53、6.67)，題平均數分別為 3.39、3.69 (標準差分別為 0.65、0.56)。研究對象在這些結構因素的反應程度是「高於普通」。另外，流暢體驗變項中，從自成經驗到動作與知覺融合五個結構因素，整體得分平均數分別為 18.21、17.52、10.41、15.21、10.02 (標準差分別為 2.01、2.26、2.48、2.76、2.44)，題平均數分別為 4.55、4.38、3.47、3.80、3.34 (標準差分別為 0.50、0.57、0.83、0.69、0.81)。進一步對照量尺意義得知：研究對象在這些結構因素的反應程度是介於普通與非常同意之間。

(三) 討論

本節主要在分析「遊憩專門化量表」、「身體意象量表」及「流暢體驗量表」的得分情形。結果顯示：在遊憩專門化量表中，得分平均數較高的題項分別為第 1、2、3 題，題平均數分別為 4.41、3.98、3.97 (標準差分別為 0.67、0.97、0.96)，對照林美伶 (2016) 發展的原來量表得知，這三題皆屬情感系統結構因素；王好甄 (2011) 研究結果也指出，遊憩專門化會正向且顯著影響心流體驗，「情感」對攀岩者之心流體驗程度具有預測性，是影響心流體驗主要的特質。其次，在身體意象量表中，得分平

均數較高分別為第 10、9、12 題，題平均數分別為 4.19、4.13、4.02 (標準差分別為 0.70、0.72、0.75)，對照王正松與王建興 (2004) 修訂的「中文版多向度自我身體關係問卷」得知，此三題屬外型取向結構因素，是指個人對身體外表的修飾行為與重視程度。國內研究皆指出，男性比女性較滿意自己的身體部位，女性比男性更在意身體吸引力且渴望苗條的身型，且較在意體重及外表的修飾與裝扮；甚至認為外貌可能影響工作成就、說服力、及被接受的程度 (張維揚, 2003)。從問卷結構因素得分情形來看，外型取向題平均數比外型評價結構因素高，顯示受訪者相較身體外形的吸引力及滿意度，對於其身體外表的修飾行為更為重視。流暢體驗量表中，從平均數得知得分較高的前三題為第 3、4、1 題，題平均數分別為 4.058、4.56、4.56 (標準差分別為 0.55、0.55、0.53) 對照林美伶 (2016) 發展的原來量表得知，這三題皆屬自成性經驗結構因素，自成經驗意指從事這活動的本身即是最大的回饋、目的，是一種內在獎賞。進一步從量表結構因素得分情形來看，自成性經驗的題平均數都比其他四個結構因素高，代表本研究對象確實享受並期待肚皮舞該項活動。

三、相關分析結果

(一) 遊憩專門化、身體意象與流暢體驗相關分析結果

遊憩專門化、身體意象與流暢體驗呈顯著的正相關 ($r = .22, .68, p < .05$)，身體意象與流暢體驗亦呈顯著的正相關 ($r = .39, p < .05$)。其次，遊憩專門化三個結構因素 (包含：情感系統、認知系統、行為系統) 中，除行為系統外 ($r = .09, p < .05$)，其餘二個結構因素分別與身體意象 ($r = .21, .24, p < .05$) 及流暢體驗呈顯著的正相關 ($r = .54, .65, .32, p < .05$)。另外，身體意象二個結構因素 (包含：外型評估及外型取向) 皆與流暢體驗呈顯著的正相關 ($r = .49, .19, p < .05$)。

(二) 討論

分析結果顯示遊憩專門化與身體意象二者關係是正向相關，表示遊憩專門化愈高，與 Marika Tiggemann, Emily Coutts & Levina Clark (2014) 之研究結果相符，身體意象是對自己身體的主觀性、綜合性的評價和感受，而遊憩專門化是對某種特定活動產生特殊情感且高涉入的一種連續性行為，可推論的是當專門化之高涉入行為將會影響身體外表或感覺意識，使得參與者對自己身體有積極的觀點或愉悅自信的感受，進而產生正向的身體意象。再者，遊憩專門化與流暢體驗呈顯著正相關，表示當女性肚皮舞參與者遊憩專門化愈高，流暢體驗也會愈高與郭沅志 (2012) 研究相符。最後，身體意象與流暢體驗存在正向相關，表示當肚皮舞參與者的身體意象愈佳，便會增強其流暢體驗。此結果與林明慧 (2018) 的研究結果相符。

四、線性結構方程模式分析結果

(一) 測量模式違反估計分析結果

表 1
遊憩專門化、身體意象及流暢體驗線性結構關係模式參數估計表 $n=261$

影響路徑	未標準化 參數估計值	標準化 參數估計值	標準誤	t 值
流暢體驗 ← 遊憩專門化	.22	.68	.02	11.24***
身體意象 ← 遊憩專門化	.38	.23	.10	3.75***
流暢體驗 ← 身體意象	.06	.29	.01	5.84***

** $p < .01$, *** $p < .001$

表 1 結果顯示：遊憩專門化、身體意象及流暢體驗之間影響路徑的標準誤皆為正值，介於 0.01 ~ 0.10，未超過 ± 0.95 範圍，且標準化參數估計值介於 .23 ~ .68，並未超過 .95。因此本研究建立的測量模式估計參數沒有違反估計情形。

(二) 測量模式適配度分析結果

分析結果顯示： χ^2 ($df=7$) 值為 1.64 未達統計考驗水準 ($p > .05$)，表示測量模式與實際資料相契合。進一步從測量模式適配指標來看，GFI 值為 .99，CFI 值為 .99，NFI 值為 .99，RESEA 值為 .05，SRMR 值為 .02。依此結果對照 Hu and Bentler (1999) 建議評斷指標來看，全部檢定值接落在門檻內。依此結果，本研究建立測量模式成立，即遊憩專門化、身體意象及流暢體驗存在顯著的線性結構關係。從成立的測量模式可知：遊憩專門化可以正向影響身體意象且有結構關係存在，而遊憩專門化對於流暢體驗亦有存在結構關係，身體意象與流暢體驗同樣存在結構關係。而從測量模式進一步可知：遊憩專門化對於流暢體驗的影響效果是高於遊憩專門化與身體意象、身體意象與流暢體驗的影響，表示本研究發展的測量模式中，遊憩專門化對於流暢體驗影響力較高。

五、中介影響效果分析結果

(一) 分析結果

表 2
身體意象中介影響效果摘要表

自變項 (IV)	中介 變項 (MV)	依變項 (DV)	IV → MV	IV → DV	IV → MV → DV		Sobel Z	結果
					MV → DV	IV → DV		
遊憩專 門化	身體 意象	流暢體 驗	0.22*** ($t = 3.65$)	0.68*** ($t = 15.06$)	0.25*** ($t = 5.68$)	0.63** ($t = 14.29$)	2.27**	部分 中介

** $p < .01$, *** $p < .001$

表 2 結果顯示：以身體意象為中介變項的 Sobel 檢驗結果 Z 值為 2.27 ($p = .002$) 達統計考驗顯著水準；進一步由 Bootstrap Method 之 95% 信賴區間上下限來看，獲得值介於 .03 ~ .11 未包含 0，表示中介影響效果存在。其次遊憩專門化 (自變項) 對流暢體驗 (依變項) 的影響效果達顯著水準 ($p < .001$)，從 β 值得知影響效果是正向的 ($\beta = .68, t = 15.06, p < .001$)。遊憩專門化對身體意象 (中介變

項) 影響效果亦達顯著水準 ($p = .001$)， β 值顯示影響效果亦為正向 ($\beta = .22, t = 3.65, p < .001$)。共同投入遊憩專門化及身體意象後，結果發現兩者對流暢體驗影響效果依然顯著 ($p = .001$)，從 β 值得知遊憩專門化及身體意象對流暢體驗影響是正向的 ($\beta = .25, .63, t = 5.68, 14.29, p < .001$)。依此結果，由 Baron and Kenny (1986) 發展準則來判斷，雖遊憩專門化及身體意象共同對流暢體驗有顯著影響效應，但 β 值是下降的 (.68 \rightarrow .63)，因此身體意象對遊憩專門化及流暢體驗關係的影響效果是部分中介。

(二) 討論

分析結果發現：身體意象可以中介影響遊憩專門化與流暢體驗的關係，且影響效果為部分中介。從中介影響模式來看，身體意象在遊憩專門化及流暢體驗關係中存有中介效果，整體言而，遊憩專門化正向且顯著地影響遊憩專門化與流暢體驗，其中以遊憩專門化對流暢體驗的影響係數最大，而身體意象也會正向且顯著地影響流暢體驗。由此可知，身體意象為遊憩專門化與流暢體驗的重要影響因子，亦即當女性肚皮舞者提升對該活動的專門化程度時，身體意象愈高，在活動的過程中會更容易產生渾然忘我、正向和愉悅的情緒。

肆、結論與建議

一、結論

- (一) 參與者以 41~50 歲最多 (31.0%)，參與肚皮舞年資以 5 年以上最高 (共 49.8%)。
- (二) 受訪者相較身體外形的吸引力及滿意度，對於其身體外表的修飾行為更為重視。流暢體驗現況分析顯示，本研究對象確實享受並期待肚皮舞此項活動。
- (三) 遊憩專門化與身體意象、遊憩專門化與流暢體驗之關係皆是正向相關，表示遊憩專門化愈高，參與者的身體意象愈正向強化，流暢體驗也會愈高。另身體意象與流暢體驗亦呈顯著的正相關，表示肚皮舞參與者的身體意象愈佳，便會增強其流暢體驗。
- (四) 遊憩專門化、身體意象與流暢體驗存在顯著線性結構關係。遊憩專門化對於流暢體驗的影響效果是高於身體意象與流暢體驗、遊憩專門化與身體意象的影響，表示本研究發展的測量模式中，遊憩專門化對於流暢體驗影響力較高。
- (五) 身體意象在遊憩專門化及流暢體驗關係中存在中介效果，即女性肚皮舞者提升對該活動的專門化程度時，當其身體意象愈正向，愈容易產生正向和愉悅的情緒。

二、建議

- (一) 肚皮舞課程中融入身體意象，可使參與者更能掌握、認同自我身體，不過度效法「瘦身文化」，有助於改善負向身體意象，更尊重自我的身體。
- (二) 從遊憩專門化各構面和個別題項的平均數來看，可發現參與者的情感系統因素構面反映為最佳，可介由社群組織認同感，使肚皮舞參與者持續涉入，並能交流肚皮舞技巧和知識，使得參與活動時有愉悅感受並一再的感覺流暢體驗。

參考文獻

- 王正松、王建興 (2004)。中文版的多向度自我身體關係問卷修訂研究。《台灣運動心理學報》，5，101-126。
- 王妤甄 (2011)。《攀岩者認真性休閒、遊憩專門化與心流體驗關係之研究》。〔碩士論文。國立臺中教育大學〕臺灣博碩士論文知識加值系統。https://hdl.handle.net/11296/5x64a6。
- 林明慧 (2018)。《國中生身體意象、性別角色、流暢體驗對再參與意願之影響—以累積半馬跑步活動為例》。〔碩士論文。大葉大學〕臺灣博碩士論文知識加值系統。https://hdl.handle.net/11296/547x2w。
- 林昕翰、畢璐鑾 (2010)。社區大學舞蹈課程休閒效益之研究—以臺北市社區大學為例。《嘉大體育健康休閒期刊》，9(2)，82-94。
- 林美伶 (2016)。《遊憩專門化、心流體驗與幸福感關係之研究--以桃園地區瑜伽運動參與者為例》。〔碩士論文。開南大學〕臺灣博碩士論文知識加值系統。https://hdl.handle.net/11296/w73u82。
- 張維揚 (2003)。《北區某醫學校院青少年身體意象對減重意圖之影響及其相關因素之探討》。〔未出版之碩士論文〕。臺北醫學大學。
- 郭如嵐 (2016)。《肚皮舞者參與過程與身體意象之研究》。〔未出版之碩士論文〕。國立臺南大學。
- 郭沅志 (2012)。《長泳活動參與者自我效能、遊憩專門化與心流體驗關係之研究》。〔未出版之碩士論文〕。國立臺中教育大學。
- 陳昭成 (2011)。《參與肚皮舞融入式課程身體經驗之研究：以臺北市萬華社區大學為例》。〔未出版之碩士論文〕。暨南國際大學。
- 陳淑玲 (2007)。《2007 年肚皮舞在台灣之發展現況研究》。2014 年 5 月 15 日，取自 http://lucybd.xxking.com/ShowArticle.asp?menu=show_article&article_ser=240
- 曾淑玲 (2011)。《身心動作教育融入肚皮舞教學之行動研究》。〔未出版之碩士論文〕。國立臺東大學。
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173-1182.
- Bryan, H. (1977). Leisure value systems and recreation specialization: the case of trout fisherman. *Journal of Leisure Research*, 9(3), 174-187.
- Buchner, A., Erdfelder, E., & Faul, F. (2001). *G*Power*. Retrieved April 25th, 2012, from <http://www.psych.uni-duesseldorf.de/aap/projects/gpower/>
- Csikszentmihalyi, M., & LeFevre, J. (1989). Optimal experience in work and leisure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(5), 851-822.

- Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6, 1-55.
- Marika Tiggemann, Emily Coutts, Levina Clark. (2014). Belly Dance as an Embodying Activity?: A Test of the Embodiment Model of Positive Body Image. *Sex Roles*, 71(5-8), 197-207
- McFarlane, B. L. (2004), Recreation specialization and site choice among vehicle-based campers. *Leisure Sciences*, 14(1), 3-15.
- McIntyre, N., & Pigram, J. J. (1992). Recreational specialization reexamined: The Case of vehicle-based campers. *Leisure Sciences*, 14, 3-16.
- Scott, D., & Shafer, C. S. (2001). Recreation specialization: A critical look at the construct. *Journal of Leisure Research*, 33(3), 319-343.
- Shrout, P. E., & Bolger, N. (2002). Mediation in experimental and nonexperimental studies: New procedures and recommendations. *Psychological Methods*, 7(4), 422-445.

A Study of the Relationship among Recreation Specialization, Body Image and Flow Experience of Female Belly Dancers

Weu-Min Lee^{1*} and Yen-Jung Cheng²

¹Department of Recreation Sports Management, Kao Yuan University

²Department of Kinesiology, Health, and Leisure Studies, National University of Kaohsiung

Abstract

This study aims to explore the relationship among recreational specialization, body image and flow experience of female belly dancers as participants, and to further verify the mediating effect of body image in the relationship between recreational specialization and flow experience. The study was designed as a cross-sectional sample survey in which participants were chosen from private dance studios. Via intentional sampling, 261 adult women were selected. With their consent, they were asked to complete background questionnaires, recreational specialization scales, body image scales, and flow experience scales. To analyze the obtained data, statistical methods, inclusive of linear structural equation models, bootstrapping methods and the Sobel test were adopted. The results are as follows: (1) There is a significant positive correlation among female belly dance participants' recreational specialization, body image and smooth experience. (2) There is a significant linear structural relationship among female belly dance participants' recreational specialization, body image and flow experience. (3) Body image has a partial mediating effect in the relationship between recreational specialization and flow experience. In conclusion, the higher the recreational specialization is, the more positively the body image of the female belly dance participants in this study is strengthened as well as the increasingly enhanced feeling of flow experience.

Keywords: Belly dance, Recreation specialization, Body image, Flow experience