

影響台中市國中、小學童身心健康因素之探討

——以 Antonovsky 之 SOC 量表及體能檢測為依據

趙叔蘋

台灣體育學院

摘要

Antonovsky 的一貫信念(sense of coherence：SOC)近年來已受到許多研究者的青睞，他所主張的健康生成模式亦已成為建構健康與否的重要理論；但是在我國學術界中，有關這部分理論之研究，卻較為鮮見；特別是針對兒少（兒童、少年）心理狀況與撫育者 SOC 關連性之探討更是微乎其微。

本論文中採用 Antonovsky 原先設計之 29 題問卷，經由山崎喜比谷等人研究濃縮後之 13 題為主軸，再配以其他相關之問卷，並以撫育者與孩童 pair 為調查之對象，藉以瞭解除了身體的行動體力外，進一步探究影響兒少們身心狀況之重要因素。完成此項研究之對象計有國中生（親）295 對，國小生（親）299 對，研究結果本項 SOC 問卷在信度分析上其 cronbach α 值各為 0.8548(撫育者 SOC)、0.7719(孩童 SOC)；以 Pearson 之相關統計分析，與學童身心狀況相關之因素包括學童本身之 SOC、學童在校的生活狀況、撫育者對待孩子的態度、家庭成員互動狀況及撫育者之 SOC，其顯著水準均達 $P < 0.01$ ，各自之係數為 0.619、0.568、0.190、0.149。撫育者對於兒少心理狀況之影響程度反不如學校生活中師長、同儕的影響力大；而個人之 SOC 對於兒少身心狀況亦達顯著水準 ($P < 0.01$)，由此亦可得知，學童本身之 SOC 得分愈高其對於自身的身心狀況影響即越顯著，此結果再次肯定 Antonovsky 的的一貫信念之核心理念，為了讓日益減少的孩童們能有個健全成長的環境與抗壓韌性，期望在重視學歷的同時也能將關心多置於他們心靈的滋長，在探討健康狀況的當下，也勿僅以運動體力為其評估的標準。

關鍵字：Antonovsky 觀念、一貫信念(SOC)、心理狀態、體適能、心理健康

**Investigate the factors that Influence middle and primary schools'
student's physical and mental health in Taichung City
—Take Antonovsky ' SOC questionnaire and physical fitness measurement as a basis**

Abstract

Antonovsky's concept of sense of coherence (SOC) has gained increasing attention in recent years as his salutogenic model on the relationship between health and disease becomes important theory. However, domestic studies in this area are rarely seen, especially on the connection between children's mental health and parental SOC.

A 13-item questionnaire (by Yamazaki et al.) based on Antonovsky's original 29-item instrument was distributed to parent-child pairs, along with other questionnaires, in order to find out the factors that influenced children's physical and psychological state, in addition to physical fitness assessment. The subjects in this study included 295 junior-high school students (and their parent or fosterer) and 299 elementary school students (and their parent or fosterer). The reliability analysis of the SOC questionnaire showed a cronbach α of 0.8548 (parental SOC) and a cronbach α of 0.7719 (children's SOC). Pearson's correlation was used to analyze the factors associated with children's physical and psychological state, including children's SOC, children's life state at school, children's attitude towards their fosterers, interaction among family members, and parental SOC. The above variances all reached a significant level ($P < 0.01$), and the coefficients were 0.619, 0.568, 0.190, and 0.149, respectively. Parents had less influence on children's psychological state than their teachers and peers. The impact of children's SOC on their own psychological state also reached a significant level ($P < 0.01$). Therefore, the higher children's SOC, the stronger the impact on their psychological state. This again proved Antonovsky's concept. In order to provide children, whose number is gradually decreasing, with a sound environment and build their persistence and tenacity, it is hoped that we pay more attention to their spiritual growth besides their academic achievement. Likewise, physical fitness should not be the only criterion of evaluating their health conditions.

Keywords: Antonovsky's concept , sense of coherence (SOC) , psychological state,
physical fitness ,mental health

目 錄

中文摘要.....	i
英文摘要.....	ii
目錄.....	iii
表目錄.....	v
圖目錄.....	ix
附錄目錄.....	x
第一章 緒論.....	1
第一節 研究背景.....	1
第二節 研究目的.....	2
第三節 研究問題與假設.....	2
第二章 文獻探討.....	3
第一節 都市化之定義及其特質.....	3
第二節 健康之定義及其觀念與健康體能之關係.....	3
一、 健康之定義及其觀念.....	3
二、 健康與體能之微妙關係.....	7
第三節 落實健康行為的模式.....	8
一、 保健信念模式(health belief model) 及一貫信念 (sense of coherence, SOC)	8
二、 保健感受模式(health sense model)	14
三、 保健規範模式(health norm model)	14
四、 保健行動之蹺蹺板模式(seesaw model).....	15
第四節 影響健康之重要因素.....	15
第三章 研究方法.....	19
第一節 研究架構.....	19
第二節 研究對象.....	19

第三節 研究步驟.....	20
第四節 研究工具.....	20
第四章 研究結果.....	22
第一節 研究對象之特性.....	22
第二節 各項問卷之信度分析.....	27
第三節 生命關懷之自變項與學童身心狀況（挫折容忍度）依變項之關係.....	33
一、 影響學童身心狀況之相關因素分析.....	33
二、 影響學童 SOC 之相關因素分析.....	36
三、 撫育者 SOC 之高低對於其處理事務的影響分析.....	39
四、 誰對學生的感覺較能瞭解，並給予關懷.....	46
五、 各家長們的心聲.....	46
第四節 影響心血管循環之因素探討.....	48
一、 體脂肪與 BMI 之相關性分析.....	48
二、 檢測 800M 所測知結果與體溫調節反應測定之關係.....	50
三、 肥胖值與 800M 體能之相關性.....	52
第五章 討論.....	57
第六章 結論與建議.....	61
第一節 結論.....	61
第二節 建議.....	62
參考文獻.....	65
附錄.....	72

表 目 錄

表 2-1：家庭中不同角色對健康之解讀	7
表 2-2：2004 年台灣地區主要死亡原因一覽表(★為慢性致命疾病)	16
表 4-1：國中小男女學童人數	22
表 4-2：國中學生體能檢測數據	23
表 4-3：國小學童體能檢測數據	23
表 4-4：香港學童男生身體質量指數 (Kg/m^2) 評級數據(4,653 人)	24
表 4-5：香港學童女生身體質量指數 (Kg/m^2) 評級數據(5,303 人)	24
表 4-6：行政院體委會 88、90 及 91 年度間男童身體質量指數差異比較	25
表 4-7：國中學生飲食地點統計表	26
表 4-8：國小學童飲食地點統計表	26
表 4-9：各項問卷之 Reliability Coefficients	27
表 4-10：撫育者之 SOC 的解說總變量	28
表 4-11：撫育者之 SOC 轉軸後的成份矩陣 ^a	29
表 4-12：學童之 SOC 的解說總變量	29
表 4-13：學童之 SOC 轉軸後的成份矩陣 ^a	30
表 4-14：對待孩子之態度的解說總變量	31
表 4-15：對待孩子態度之轉軸後的成份矩陣 ^a	32
表 4-16：影響學童身心狀況之相關因素表	33
表 4-18：簡單迴歸之係數總表 ^{a,b}	34
表 4-19：學生身心狀況與其它因素之模式摘要 ^b	35
表 4-20：學生身心狀況與其它因素之變異數分析 ^b	35
表 4-21：學生身心狀況與其它因素之係數 ^a	35
表 4-22：影響學童 SOC 相關因素之模式摘要 ^b (簡單迴歸分析)	36
表 4-23：影響學童 SOC 相關因素之變異數分析 ^b (簡單迴歸分析)	36
表 4-24：影響學童 SOC 相關因素之係數 ^a (簡單迴歸分析)	37

表 4-25：影響學童 SOC 相關因素之模式摘要 ^b (多元迴歸分析).....	37
表 4-26：影響學童 SOC 相關因素之變異數分析 ^b (多元迴歸分析).....	38
表 4-27：影響學童 SOC 相關因素之係數 ^a (多元迴歸分析).....	38
表 4-28：國中小學生每日花費平均時間(分).....	38
表 4-29：目前婚姻狀況	39
表 4-30：家中經濟狀況	39
表 4-31：家長最高的學歷	39
表 4-32：目前的婚姻狀況－虛擬變項	40
表 4-33：家中經濟狀況－虛擬變項	40
表 4-34：家長最後的學歷－虛擬變項	40
表 4-35：撫育者 SOC 對家庭成員互動之模式摘要 ^b	41
表 4-36：撫育者 SOC 對家庭成員互動之變異數分析 ^b	41
表 4-37：撫育者 SOC 對家庭成員互動之係數 ^a	41
表 4-38：影響撫育者 SOC 其它因素之模式摘要 ^b	42
表 4-39：影響撫育者 SOC 其它因素之變異數分析 ^b	42
表 4-40：影響撫育者 SOC 其它因素之係數 ^a	42
表 4-41：家長 soc 單因子變異數分析.....	42
表 4-42：目前婚姻狀況 * 家長 soc 交叉表.....	43
表 4-43：家中生活情況 * 家長 soc 交叉表.....	43
表 4-44：家長最高學歷 * 家長 soc 交叉表.....	44
表 4-45：卡方檢定-家長 soc * 婚姻、經濟、學歷.....	44
表 4-46：對稱性量數-家長 soc * 婚姻、經濟、學歷.....	44
表 4-47：撫育者 SOC 對家庭成員互動之模式摘要(逐步迴歸).....	45
表 4-48：撫育者 SOC 對家庭成員互動之變異數分析 ^b (逐步迴歸).....	45
表 4-49：撫育者 SOC 對家庭成員互動之係數 ^a (逐步迴歸).....	45
表 4-50：關懷學生之對象統計表	46

表 4-51：家長對孩童未來的期望	47
表 4-52：重大改變	48
表 4-53：體脂肪與 BMI 之成對樣本統計量(T 檢定).....	48
表 4-54：體脂肪與 BMI 之成對樣本相關(T 檢定).....	49
表 4-55：體脂肪與 BMI 之成對樣本檢定(T 檢定).....	49
表 4-56：體脂肪與 BMI 之 ANOVA 摘要表(T 檢定).....	49
表 4-57：體脂肪與 BMI 之關聯量數(T 檢定).....	49
表 4-58：體脂肪與 BMI 之模式摘要 ^{c,d}	49
表 4-59：體脂肪與 BMI 之變異數分析 ^{c,d}	49
表 4-60：體脂肪與 BMI 之係數 ^{a,b}	50
表 4-61：體脂肪與 BMI 之共線性診斷 ^{a,b}	50
表 4-62：800M 與溫度回復反應之模式摘要 ^{c,d}	51
表 4-63：800M 與溫度回復反應之迴歸變異數分析 ^{c,d}	51
表 4-64：800M 與溫度回復反應之係數 ^{a,b}	51
表 4-65：800M 與溫度回復反應之係數 ^{a,b}	51
表 4-66：800M 與肥胖值之相關統計	52
表 4-67：800M 與肥胖值之模式摘要 ^b	53
表 4-68：800M 與肥胖值之變異數分析 ^b	53
表 4-69：800M 與肥胖值之係數 ^a	53
表 4-70：體脂肪超過 25，800M 與肥胖值之樣本統計	53
表 4-71：體脂肪超過 25，800M 與肥胖值之相關統計	54
表 4-72：體脂肪超過 25，800M 與肥胖值之模式摘要 ^b	54
表 4-73：體脂肪超過 25，800M 與肥胖值之變異數分析 ^b	54
表 4-74：體脂肪超過 25，800M 與肥胖值之係數 ^a	54
表 4-75：學生身心狀況與 800M 之樣本統計	55
表 4-76：學生身心狀況與 800M 之相關統計	55

表 4-77：學生身心狀況與 800M 之模式摘要 ^b	55
表 4-78：學生身心狀況與 800M 之變異數分析 ^b	55
表 4-79：學生身心狀況與 800M 之係數 ^a	55
表 4-80：學生身心狀況與 800M 之樣本統計(單因子)	55
表 4-81：學生身心狀況與 800M 之變異數同質性檢定(單因子)	56
表 4-82：學生身心狀況與 800M 之變異數分析(單因子)	56
表 4-83：學生身心狀況與 800M(分)Post Hoc 檢定多重比較.....	56

圖 目 錄

圖 2-1：影響健康之概念整合	4
圖 2-2：健康 mandala—人類生態模式	5
圖 2-3：構成體能之結構圖	8
圖 2-4：健康時續表	11
圖 2-5：健康生成模式	12
圖 2-6：保健行動之蹺蹺板模式	15
圖 4-1：撫育者之 SOC 的因素陡坡圖	28
圖 4-2：學童之 SOC 的因素陡坡圖	30
圖 4-3：對待孩子之態度的因素陡坡圖	32
圖 4-4：學生身心狀況與其它因素之長方圖	35
圖 4-5：學生身心狀況與其它因素之標準化殘差常態 P-P 圖	35
圖 4-6：體脂肪與 BMI 之長方圖	50
圖 4-7：體脂肪與 BMI 之標準化殘差常態 P-P 圖	50
圖 4-8：國中學生 800M 與溫度回復反應之標準化殘差常態 P-P 圖	52
圖 4-9：國小學生 800M 與溫度回復反應之標準化殘差常態 P-P 圖	52
圖 6-1：全人教育之冰山圖	64

附 錄 目 錄

附錄一：城市化對健康兒童之影響.....	72
附錄二：有關學生自己的問卷調查.....	74
附錄三：學生生活環境調查表.....	79
附錄四：影響壓力相關因素調查表.....	81
附錄五：日文 SOC 問卷.....	93
附錄六：英文 SOC 問卷.....	97
附錄七：紅外線放射溫度計.....	100
附錄八：食物量表.....	101
附錄九：家長的心聲.....	102

城市化對兒童健康之影響

學校：

班級：

學號：

1. 平日幾點鐘睡覺? 上學的時候 大約____點____分
假日的時候 大約____點____分
2. 平日幾點鐘起床? 上學的時候 大約____點____分
假日的時候 大約____點____分
3. 醒來時的感覺如何?
上學的時候 ①神清氣爽 ②稍微想睡 ③想睡
假日的時候 ①神清氣爽 ②稍微想睡 ③想睡
4. 平時如何去學校，及所花費的時間
☐ 步行____分鐘
☐ 搭公車、捷運____分鐘
☐ 自行車____分鐘
☐ 家裡汽車____分鐘
☐ 其它____分鐘
5. 除了學校的體育課時間外，還會藉由體育活動、玩耍等方法活動身體嗎?
①大概每天都會 ②一週大概 2-3 次
③一週一次 ④幾乎沒有
6. 我喜歡活動身體(運動、玩耍等)
①非常喜歡 ②普通 ③不喜歡
7. 一天中花多少時間看電視(包括錄影帶、DVD 光碟)?
大約____小時
8. 一天中有多少時間操作電腦? 沒有的部份請填寫零(0)
學習(家庭作業) 大約____小時
電視遊戲 大約____小時
學習以外的上網(如收信、聊天、其他) 大約____小時
9. 你有手機嗎?
①沒有
②有：使用時間(包括發簡訊和通話) 一天大約____分鐘
10. 除了在校學習之外，還有利用其它的形式進行補習嗎?
學科方面(補習班、家教)____種類，每週____小時
才藝方面(音樂、美術等)____種類，每週____小時
體育方面(游泳、籃球等)____種類，每週____小時
11. 認為自己健康嗎?
①很健康 ②普通 ③不健康

12. 一天當中，你覺得身體狀況最好的時段是在
①上午 ②下午 ③傍晚 ④深夜
13. 排便的情況
①每天都有 ②2-3 天一次 ③不一定
14. 你對你現在的體重滿意嗎?
①滿意 ②不滿意→你的身高_____公分，理想的體重是_____公斤
15. 有想過將來要從事的職業嗎?
①有→請具體填寫_____ ②沒有
16. 你如果想舉辦生日派對等活動，想要邀請的朋友有多少人?_____人
17. 針對下面的內容，請勾選(✓)令你煩惱之項目(可以複選)
☐學習、升學 ☐朋友 ☐異性交往 ☐家庭
☐體型、容貌 ☐將來 ☐健康 ☐其它_____(請具體描述)

感謝你的合作

有關你自己的問卷調查

下面是來自不同國家孩子回答的問題，這並不是考試。這些問題都是與你切身有關的，所以請根據你自己的實際情況回答。

★例題：

問題： 你喜歡蘋果嗎？

非常喜歡 喜歡 談不上是否喜歡 不喜歡 非常不喜歡

1 ② 3 4 5

如果你喜歡的程度一般，就請在“2”上劃圈。

◆下面是一些有關你和你家庭的問題：

1．你的性別 1． 男孩 2． 女孩

2．請寫出你的出生日期 民國 年 月 日

3．請寫出你就讀的年級 年級

4．請寫出你就讀的學校名稱

5．家裡共有幾位兄弟姐妹(包括你自己) 人

6．家裡有誰同住，請在下面的選項上劃圈(可複選)。

1．爸爸 2．媽媽 3．兄弟或姐妹 4．爺爺 5．奶奶

6．其他人

7．家裡共有幾人同住？ 人

8．你一個月讀幾本書？(卡通書和雜誌除外)

1．不到一本 2．一到四本 3．五到十本 4．十一本以上

9．你喜歡你住的地方嗎？

1．非常喜歡 2．喜歡 3．普通 4．不喜歡 5．非常不喜歡

10．你與家人經常參與鄰近社區的活動嗎？例如運動會、兒童集會，社區慶祝會等。

1．很頻繁 2．經常 3．有時 4．很少 5．從不參加

一、 人生問卷調查

以下是生活各方面的問題，請依你個人的實際情形，在最符合的選項上劃圈。

- 1 我對周圍發生的事情漠不關心
1.總是有過 2.經常 3.有時 4.很少 5.從未有過
- 2 我自以為熟悉的人，卻做出令我意想不到的事
1.總是有過 2.經常 3.有時 4.很少 5.從未有過
- 3 平日我所信賴的人卻做出令我失望的事
1.總是有過 2.經常 3.有時 4.很少 5.從未有過
- 4 你對你未來想做的事有何想法
1.非常喜歡 2.喜歡 3.還好 4.不喜歡 5.一點也不喜歡
- 5 我感覺自己受到不公平的待遇?
1.總是有過 2.經常 3.有時 4.很少 5.從未有過
- 6 我對於陌生的環境，感到不知所措
1.總是有過 2.經常 3.有時 4.很少 5.從未有過
- 7 我對我現在每天做的事感覺到
1.帶來喜悅和滿足 2.喜歡 3.一般 4.不喜歡- 5.帶來痛苦和煩惱
- 8 我能察覺理解自己的感覺和想法
1.總是有過 2.經常 3.有時 4.很少 5.從未有過
- 9 我寧願自己是個沒有感覺的人
1.總是有 2.經常 3.有時 4.很少 5.從未有過
- 10 許多人，甚至那些意志堅強的人，在某種情況下也覺得自己是個失敗者。
到現在為止你有過這樣的感覺嗎?
1.總是有過 2.經常 3.有時 4.很少 5.從未有過
- 11 你是否經常感覺將有事情發生，但又不知道到底是什麼?
1.總是有過 2.經常 3.有時 4.很少 5.從未有過
- 12 你是否經常感覺自己每天所做的事都毫無意義?
1.總是有過 2.經常 3.有時 4.很少 5.從未有過

13 你有過不知道能否控制自己的情緒的感覺嗎?

1.總是有過 2.經常 3.有時 4.很少 5.從未有過

14 至今為止，你的生活有過明確目標

1.總是有過 2.經常 3.有時 4.很少 5.從未有過

二、 我們想了瞭解你生病的情況，及你在過去幾個星期內的健康狀況。請填妥以下問題

你最近的感受：

1. 能夠專心做手邊的事情嗎?	1 常常如此	2 跟平時的 情況差不多	3 比平時的 情況少一些	4 比平時的 情況少很多
2. 因煩惱而失眠嗎?	1 完全沒有	2 比平時的 情況少	3 比平時的 情況多一些	4 比平時的 情況多很多
3. 處理事情感覺自己都能扮演有用的角色嗎?	1 常常如此	2 跟平時的 情況差不多	3 比平時的 情況少一些	4 比平時的 情況少很多
4. 覺得自己有能力決定事情嗎?	1 常常如此	2 跟平時的 情況差不多	3 比平時的 情況少一些	4 比平時的 情況少很多
5. 感覺經常處在壓力下嗎?	1 完全沒有	2 比平時的 情況少	3 比平時的 情況多一些	4 比平時的 情況多很多
6. 覺得無法克服困難嗎?	1 完全沒有	2 比平時的 情況少	3 比平時的 情況多一些	4 比平時的 情況多很多
7. 對每天的正常作息感到愉悅嗎?	1 常常如此	2 跟平時的 情況差不多	3 比平時的 情況少一些	4 比平時的 情況少很多
8. 能面對你的問題嗎?	1 常常如此	2 跟平時的 情況差不多	3 比平時的 情況少一些	4 比平時的 情況少很多
9. 覺得不快樂及沮喪嗎?	1 完全沒有	2 比平時的 情況少	3 比平時的 情況多一些	4 比平時的 情況多很多
10. 對你自己喪失信心嗎?	1 完全沒有	2 比平時的 情況少	3 比平時的 情況多一些	4 比平時的 情況多很多

11. 感覺你自己是個無用的人嗎?	1 完全沒有	2 比平時的情況少	3 比平時的情況多一些	4 比平時的情況多很多
12. 覺得滿高興的，所有事情都受到尊重嗎?	1 常常如此	2 跟平時的情況差不多	3 比平時的情況少一些	4 比平時的情況少很多
13. 常常覺得緊張不安嗎?	1 完全沒有	2 比平時的情況少	3 比平時的情況多一些	4 比平時的情況多很多

三、你在班上或校園中有較談得來的朋友嗎?

1. 我沒有 2. 是，我有

四、下面的成員中，誰對你的感覺較能瞭解，並給予關懷(可複選)

1.母親	2.父親	3.哥哥或姊姊	4.弟弟或妹妹
5.祖父或外公	6.祖母或外婆		
7.伯父、叔父、姑父、姨丈、舅父或伯母、嬸嬸、姑姑、阿姨、舅媽			
8.表（堂）兄弟姊妹	9.鄰居的長輩	10.學校的朋友	
11.學校以外的朋友（如鄰居、私立學校、課程班）			
12.學校的老師	13.其他(請具體的寫出他（她）是那類的人)_____		

五、平時身體的健康狀況如何，請選出最符合實際情況的選項

	時常	偶爾	很少	從來沒有
1 頭痛	1	2	3	4
2 晚上不易睡著	1	2	3	4
3 頭昏眼花	1	2	3	4
4 肚子痛	1	2	3	4
5 焦躁不安，不容易集中精神思考事情	1	2	3	4
6 心臟經常快速跳動(心悸)	1	2	3	4

六、你在學校生活的狀況，請選出最符合實際情況的選項

	非常同意	同意	沒意見	不同意	非常不同意
1 我認定自己是校園中的一份子	1	2	3	4	5
2 當我有不錯的表現時，學校中的老師或同學都會注意到我的優點	1	2	3	4	5
3 我很難與這所學校的同學和睦相處	1	2	3	4	5
4 學校同學對於我說的話都會很認真用心的聽	1	2	3	4	5

5 學校裡的老師都挺關心我	1	2	3	4	5
6 有時會感覺到，我不屬於此校的一員	1	2	3	4	5
7 當我煩惱時，在校園中至少會有 1 位老師或大人願意聽我訴苦	1	2	3	4	5
8 截至目前為止，這所學校的人們都對我非常友善	1	2	3	4	5
9 這裡的老師不怎麼關心我這樣的學生	1	2	3	4	5
10 我參加許多校內的活動(社團、各種幹部)	1	2	3	4	5
11 我與其他同學一樣備受尊重	1	2	3	4	5
12 我與本校其他同學的想法不同	1	2	3	4	5
13 在這學校中能讓我活出自我	1	2	3	4	5
14 校園中的老師都很照顧、關心我	1	2	3	4	5
15 大家認為我是位可以把事情做好的學生	1	2	3	4	5
16 我若能換個學校多好	1	2	3	4	5
17 以身為學校的一分子感到光榮	1	2	3	4	5
18 同學肯定我的作風	1	2	3	4	5

問卷至此結束，請再確認一下有無漏寫之處，耽誤你(妳)寶貴的時間，由衷感激你(妳)的協助。

※ 你們班 男生 _____ 人，女生 _____ 人

致學生家長：

我們是大學的教師，目前正進行跨國之學術研究。目的是藉由此次之“二十一世紀東亞城市發展對兒童健康和發育會帶來何種影響”，並對兒童未來的健康瞭解探究可行之方針。這是一個非常有意義的研究課題。

此份問卷為其中之一關鍵環節，煩請撥冗協助我們填寫下面的調查內容。這些內容是為了謀求兒童將來能健全發育而設計的。本問卷不用填寫姓名，請惠予協助，謝謝您！！

1. 您的孩子健康狀況如何？

①非常好 ②普通 ③略微虛弱 ④體質虛弱，令人擔心

2. 上題中回答3或4者，請再繼續回答下面問題

(1) 感冒 ①易感冒 ②普通 ③不易感冒

(2) 過敏症 ①有：有過什麼樣的過敏症？_____ ②沒有

(3) 除了過敏症以外，還擔心什麼？_____

3. 此題針對孩子是女生的家長。月經第一次來的時間。大約_____歲或□不清楚(不知道)

4. 家中有飼養寵物嗎？

①有：養何種寵物_____ ②沒有

5. 家庭成員中有在家抽菸的嗎？

①有：每天在家中大約抽幾_____支 ②沒有

6. 冬天的取暖方式為何？

①暖氣 ②蒸氣電熱器 ③電熱器 ④火爐 ⑤其它_____

7. 在夏天有使用空調嗎

①幾乎全天使用 ②設定時間使用 ③有時使用 ④完全不用

8. 在下列場所，請勾選(✓)有裝置抽風設備的場所

□廚房 □廁所 □浴室 □臥室

9. 家中有鋪地毯嗎？

①有：大約佔_____平方公尺 ②沒有

10. 您現在居住的房屋是屬於什麼構造？

①鋼筋的公寓大樓_____層

②鋼筋的獨棟住宅

③石造獨棟住宅

④木製獨棟住宅

11. 家庭成員共有幾人？_____人

12. 居住面積大約有多少？_____平方公尺

13. 與二十年前的孩子相比，您認為現在的孩子在生活方面有哪些重大改變？

14. 您對孩子們的健康和未來有何想法，惠請不吝暢懷寫出

對於您撥冗協助我們完成此調查，由衷的表示感謝！

學生生活環境調查表

1. 調查主旨：針對學童心理健康方面如喜歡翹課、欺負同學、自殺率的增加，已是目前教育行政單位所面臨之重要課題。本調查乃欲瞭解在如此多重壓力下，仍具有因應壓力，維持健康的兒童，探究影響其成長之周遭環境等因素，並做國際間之比較。
 2. 填答時
 - ①填答者須是學生的父母親或其撫育者
 - ②填答後請確認有無漏寫的地方
 - ③若您對此次調查有任何疑問，請與研究者連繫。
連絡人：趙叔蘋
連絡電話：(04) 22213108 分機 2228
連絡地址：台中市北區 404 雙十路一段 16 號
- ◇ 請在您選擇的答案號碼上畫○或是填入□中
 - ◇ 若有需要請在（ ）中寫下您的意見或看法
 - ◇ 這次的調查以父母親為對象，請您不用做太多思考，就您平常的認知填寫即可。
若填答者非父母親本人，有部分的題目或許不易回答，則請跳過該題目。

一、個人屬性

Q1. 首先請教您本人的家庭狀況

- (1) 您是 ①男性 ②女性 滿()歲
- (2) 您與此次調查兒童的關係是
①母親 ②父親 ③祖母 ④祖父 ⑤其他()
- (3) 家中一共有多少成員(含您本人)()人

Q2. 目前您的婚姻狀況

- ①已婚 ②未婚 ③離婚 ④喪偶(配偶往生)

Q3. 您孩子的性別、年齡

	性別	年齡
第 1 子	男・女	
第 2 子	男・女	
第 3 子	男・女	
第 4 子	男・女	

Q4. 您目前的職業

- ①專職工作 ②約聘工作 ③自營業 ④家庭主婦 ⑤學生
⑥其他()

Q5. (1) 家中生計的主要來源者

- ①配偶 ②父母親 ③您本人 ④其他()

(2) 上題生計主要來源者之工作

1. 自營業主-農林漁業	8. 事務性質，規模滿 20 人之民間企業團體，公務員
2. 自營業主-商工、服務業、自由業(有聘雇人員)	9. 勞務職，規模未滿 20 人之民間企業團體
3. 自營業主-商工、服務業、自由業(無聘雇人員)	10. 勞務職，規模滿 20 人之民間企業團體
4. 家族從業者-農林漁業	11. 臨時雇用，打工
5. 家族從業者-商工、服務業、自由業	12. 無職
6. 公司職員	13. 其他()
7. 事務性質，規模未滿 20 人之民間企業團體	

Q6. 目前家中生活狀況如何

- ①清苦 ②稍感負擔沈重 ③普通 ④小康 ⑤還不錯

Q7.您最近的學歷

- ①未上學 ②國中 ③高中 ④專科學校或二專 ⑤大學、研究所

Q8.您平日在家中從事家事或與孩子互動的時間有多少

- ①大約一整天 ②一星期 2-3 天(大約 AM10:00-PM4:00)的時段
③幾乎每天(白天在家) ④幾乎每天(早晚都在家)

Q9.

	是的	還好	不確定	不覺得	不認為
1.對於自己居住的地方頗感安全	1	2	3	4	5
2.若有左右鄰居需要幫助，大家都能互伸援手	1	2	3	4	5
3.若有左右鄰居不在家時，大家都能彼此守望相助關心各種狀況	1	2	3	4	5
4.突發疾病時，住所附近馬上就有就診之醫療機構，讓人安心	1	2	3	4	5
5.住所附近的人們，會主動打招呼	1	2	3	4	5
6.日後也希望繼續住在此處	1	2	3	4	5

Q10.您或您的配偶參加孩子們活動(運動會、親子會、義工、義賣等)的情況

	經常參加	較常參加	偶而參加	不太參加	不參加
1.您本身	1	2	3	4	5
2.配偶	1	2	3	4	5
3.小孩	1	2	3	4	5

Q11.您有了這個孩子後(此次調查之對象)曾搬過幾次家?搬進目前居住的地方已有多久了?

搬家次數()次，目前居住此地已有多久?()年()月

二、 以下問題僅限於你的直系親屬(配偶和孩子)。在回答問題時，盡量考慮**家庭中全體成員**的行為，不要只侷限於個人。問題的答案沒有對錯之分，因為每個家庭都有其獨特的處理方式。

每一個問題都有七種不同程度的答案，請在最接近你的感覺的號碼上**畫圈**。

1. 在你的家庭中，每位家庭成員之間都非常了解嗎？

1 2 3 4 5 6 7

互相之間充分理解

完全不了解

2. 當你想做一件靠全家人共同合作才能完成的事時，你的感覺是：

1 2 3 4 5 6 7
 這件事幾乎不會有做成的可能 事情會順利完成

3. 當你遇到麻煩時，家人之間總能互相幫助？

1 2 3 4 5 6 7
 你總能得到所有家庭成員的幫助 沒有人幫助你

4. 假設突然有客人來訪，家裏事先沒做任何準備。在你看來

1 2 3 4 5 6 7
 準備迎接客人的工作 全家人將一齊動手
 將落在你一個人身上 收拾妥當

5. 如果要做出一個有關全家人利益的重大決定，你的感覺是，

1 2 3 4 5 6 7
 總是會做出一個有利於 可能無法做出一個有利於
 家庭所有成員的決定 家庭所有成員的決定

6. 對你來說，家庭生活

1 2 3 4 5 6 7
 充滿樂趣 完全一成不變

7. 在你的家庭中是否有這樣的感覺，他／她不清楚自己在家庭中所扮演的角色？

1 2 3 4 5 6 7
 這種感覺一直存在 極少有這種感覺

8. 如果家庭中遇到了問題（例如某個家庭成員的反常行為，預想不到的銀行帳戶透支，被解雇或者反常的情緒不安），你認為你們能一起探討問題的起因嗎？

1 2 3 4 5 6 7
 幾乎不可能 很有可能

9. 許多人，甚至那些意志堅強的人，有時也會覺得自己是個不中用的人。至今為止，在你的家庭中有過類似的情形嗎？

1 2 3 4 5 6 7
 從未有過 這種感覺一直都存在

10. 假設你們搬了新家。你認為

1	2	3	4	5	6	7
所有家庭成員會				家人們將很難		
很快適應新環境				適應新環境		

11. 假設你的家庭因鄰里之間的事而困擾。你認為

1	2	3	4	5	6	7
無法擺脫困擾				總是能夠想出辦法，		
				擺脫困擾		

12. 至今為止，你的家庭生活

1	2	3	4	5	6	7
沒有任何明確的				一直有明確的		
目的或目標				目的或目標		

13. 當想起你的家庭生活時，你經常感覺

1	2	3	4	5	6	7
活得很有樂趣				總是自問家庭		
				為何存在		

14. 假如你感到疲倦，失望，惱火或有類似的壞心情時，你所有的家庭成員都會察覺你的心情嗎？

1	2	3	4	5	6	7
沒有人會察覺				所有人都會察覺		

15. 你有時會感覺到，無法肯定家裡將有甚麼事情即將發生嗎？

1	2	3	4	5	6	7
沒有過這種感覺				總有類似感覺		

16. 當家中遇到棘手的問題時，你的感覺是：

1	2	3	4	5	6	7
無法擺脫困難				我們能克服困難		

17. 對於事關家庭利益或家庭中某個成員利益的事，其成功與否

1	2	3	4	5	6	7
在家庭中並不重要				對於所有家庭成員		
				來說都非常重要		

18. 在你的家庭中有很明確的家規嗎？

1 2 3 4 5 6 7
 非常明確 一點也不明確

19. 當你的家裏遇到危機（例如某位家庭成員罹患重病），你的感覺是

1 2 3 4 5 6 7
 雖繼續生活在家庭中 不管怎樣繼續面對
 但感到沒有意義 生活的挑戰

20. 當家庭生活遇到重大問題時，你是否有這樣的感覺？

1 2 3 4 5 6 7
 有許多無法 無論什麼情況
 解決的問題 都有辦法解決

21. 在你的家庭中是否有完善的家庭財務規劃？

1 2 3 4 5 6 7
 有完善的規劃 沒有任何規劃

22. 你的家庭處於困難時期時，你的家人們

1 2 3 4 5 6 7
 互相激勵，堅信 灰心喪氣，
 美好的生活會到來 不抱任何希望

23. 你認為維持家庭結構沒有多大意義嗎？

1 2 3 4 5 6 7
 總有這種感覺 在我們家裡從沒有
 過類似感覺

24. 你認為你的家裡

1 2 3 4 5 6 7
 總是井井有條 總是雜亂無章

25. 假設你的家庭成了鄰居們批評的對象，你們的反應將是

1 2 3 4 5 6 7
 全家人將團結起來，一致對外 家裡人只會各顧自己

26. 你的家庭成員之間互相分擔痛苦嗎？

1 2 3 4 5 6 7
互相分擔 不與家人分擔

27. 成為此家族之一是否感到滿意？

1 2 3 4 5 6 7
我完全滿意 我完全不滿意

28. 您是否滿意於孩子的成長階段（譬如他們的教育、舉止行為、活動等）？

1 2 3 4 5 6 7
我完全滿意 我完全不滿意

29. 您滿意目前的家庭生活嗎？

1 2 3 4 5 6 7
我完全滿意 我完全不滿意

30. 您滿意於您對家人的情感表達嗎？

1 2 3 4 5 6 7
我完全滿意 我完全不滿意

31. 您滿意於家庭成員們彼此親近的程度嗎？

1 2 3 4 5 6 7
我完全滿意 我完全不滿意

32. 您滿意於家族們的休閒方式嗎？

1 2 3 4 5 6 7
我完全滿意 我完全不滿意

33. 您滿意於家庭成員們的溝通方式嗎？

1 2 3 4 5 6 7
我完全滿意 我完全不滿意

34. 您滿意於家庭成員們與鄰居之互動方式嗎？

1 2 3 4 5 6 7
我完全滿意 我完全不滿意

35. 您滿意於家庭成員們的社交方式嗎？

1 2 3 4 5 6 7
我完全滿意 我完全不滿意

36. 您滿意於家庭之親友對所有家庭成員之期望嗎？

1 2 3 4 5 6 7

我完全滿意

我完全不滿意

三、以下是您對孩子們的態度，對於每個問題請選出最符合實際情況的選項。

		非常貼切	一般貼切	不太貼切	非常不貼切
1.	用溫和，輕柔的聲音跟孩子說話	1	2	3	4
2.	有必要時給予孩子幫助	1	2	3	4
3.	讓孩子做他喜歡做的事情	1	2	3	4
4.	表面上對孩子是冷淡的	1	2	3	4
5.	對小孩所面臨的問題和煩惱會表示出能理解、體會	1	2	3	4
6.	對小孩是溫柔慈愛的	1	2	3	4
7.	我喜歡小孩能為自己作決定	1	2	3	4
8.	希望孩子永遠不要長大	1	2	3	4
9.	會試圖控制小孩想做的一切事務	1	2	3	4
10.	會侵犯小孩的隱私	1	2	3	4
11.	喜歡和小孩聊天	1	2	3	4
12.	經常對小孩微笑	1	2	3	4
13.	會把小孩當做需要照顧的嬰兒看待	1	2	3	4
14.	不瞭解小孩的需求和期望	1	2	3	4
15.	讓小孩為自己作決定	1	2	3	4
16.	讓小孩感覺到他的存在是不被期待的	1	2	3	4
17.	在小孩沮喪時能鼓勵安慰他	1	2	3	4
18.	不常與小孩交談	1	2	3	4
19.	經常讓小孩依賴成性	1	2	3	4
20.	我若不在小孩身邊，他將無法照顧自己	1	2	3	4
21.	會給小孩極大的自由發展空間	1	2	3	4
22.	會讓小孩依其喜好外出	1	2	3	4
23.	對小孩過度的保護	1	2	3	4
24.	不會稱讚小孩	1	2	3	4
25.	讓小孩自由打扮	1	2	3	4

四、人生問卷調查

下列是一系列關於人生各方面的問題。每個問題都有七個答案，第一和第七個答案分別為兩個極端選項，如果第一個答案符合你的感覺請在 1 上畫圈，第七個答案符合你的感覺請在 7 上畫圈，如果你的感覺介於兩者之間，則從 1 到 7 當中選出一個最適合你的選項劃圈。

co R 1. 當你與人交談時，是否有過好像對方不能理解你的感覺？

1	2	3	4	5	6	7
從未有過					一直都有	

ma 2. 過去當你不得不靠與他人合作進行某件事時，是否有過這樣的感覺：

1	2	3	4	5	6	7
事情決不會順利					事情一定會順利	

co 3. 除了最親密的朋友外，你對每天接觸的人之了解程度如何？

1	2	3	4	5	6	7
感覺像陌生人					對他們十分了解	

me * R 4. 你是否有這樣的感覺，對周圍發生的一切並不關心？

1	2	3	4	5	6	7
沒有或幾乎沒有					常有這種感覺	

co * R 5. 過去是否發生過這樣的事情，你熟知的人做出了令你吃驚的事？

1	2	3	4	5	6	7
從未發生過					總是發生	

ma * R 6. 是否有過這樣的情況，本認為值得依賴的人卻令你失望？

1	2	3	4	5	6	7
從未有過					總有這種情況	

me R 7. 人生是：

1	2	3	4	5	6	7
充滿樂趣					一成不變	

me * 8. 至今為止，你的生活：

1	2	3	4	5	6	7
從未有過明確的 目的或目標					一直有明確的 目的和目標	

- ma * 9. 你是否感覺自己受著不公平的待遇?
- | | | | | | | |
|----|---|---|---|---|---------|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 經常 | | | | | 極少或從來沒有 | |
- co 10. 過去十年中你的人生曾是:
- | | | | | | | |
|--------|---|---|---|---|----------|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 充滿變化 | | | | | 始終如一並且明確 | |
| 無法預知將來 | | | | | | |
- me R 11. 將來你要做的大部分事情，也許是
- | | | | | | | |
|-------|---|---|---|---|---------|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 充滿魅力的 | | | | | 極其令人厭煩的 | |
- co * 12. 你是否感覺自己處在陌生的環境中，不知如何是好?
- | | | | | | | |
|------|---|---|---|---|---------|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 經常感覺 | | | | | 極少或從未感覺 | |
- ma R 13. 如何描述你的人生?
- | | | | | | | |
|------------------|---|---|---|---|---------------------|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 人總能找到
解決問題的辦法 | | | | | 對於人生中的難事
沒有解決的辦法 | |
- me R 14. 當你思考人生時，你會經常
- | | | | | | | |
|----------|---|---|---|---|-----------|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 覺得活著很有意義 | | | | | 自問為何要活在世上 | |
- co 15. 當遇到困難時，解決辦法
- | | | | | | | |
|--------|---|---|---|---|--------|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 總是很難找到 | | | | | 總是清楚明瞭 | |
- me * R 16. 每天所做的是
- | | | | | | | |
|---------|---|---|---|---|---------|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 帶來喜悅和滿足 | | | | | 帶來痛苦和煩惱 | |

- co 17. 將來的人生可能
- | | | | | | | |
|--------|---|---|---|---|----------|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 充滿變化 | | | | | 始終如一並有條理 | |
| 無法預知將來 | | | | | | |
- ma 18. 以前有不愉快的事情發生時，你總是
- | | | | | | | |
|--------|---|---|---|---|------|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 遭受重大打擊 | | | | | 能想得開 | |
- co * 19. 你有過思維混亂的情況嗎?
- | | | | | | | |
|----|---|---|---|---|-------|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 常有 | | | | | 極少或沒有 | |
- ma R 20. 當你做某件高興的事，
- | | | | | | | |
|--------------|---|---|---|---|-----------------|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 愉快的心情一定會持續下去 | | | | | 一定會有別的事情發生，掃你的興 | |
- co * 21. 你是否內心中存有不想再去喚起的感傷?
- | | | | | | | |
|----|---|---|---|---|-------|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 經常 | | | | | 極少或沒有 | |
- me 22. 你預料你將來的人生將是
- | | | | | | | |
|---------|---|---|---|---|---------|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 毫無意義和目的 | | | | | 充滿意義和目的 | |
- ma R 23. 你認為將來是否總能有你可以依靠的人?
- | | | | | | | |
|---------|---|---|---|---|---------|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 你確信一定會有 | | | | | 你懷疑是否能有 | |
- co 24. 你是否曾預感將要有事情發生，但卻不知道到底是甚麼?
- | | | | | | | |
|----|---|---|---|---|---------|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 常有 | | | | | 極少或從未有過 | |
- ma * R 25. 許多人，甚至那些意志堅強的人，在某些情況下也會覺得自己是個不中用的人。
- 到現在為止，你也有過這樣的感覺嗎?
- | | | | | | | |
|------|---|---|---|---|----|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 從未有過 | | | | | 經常 | |

co * 26. 當某事發生時，一般你會

1	2	3	4	5	6	7
過高或低估				正確的評估		
其重要性				其重要性		

ma R 27. 在人生的重大問題上遇到困難時，你會有怎樣的感覺？

1	2	3	4	5	6	7
你會戰勝一切困難				你不會戰勝那些困難		

me * 28. 你曾感覺過你每天做的事情毫無意義嗎？

1	2	3	4	5	6	7
常有				極少或從未有過		

ma * 29. 你是否感覺過自己缺乏克制力？

1	2	3	4	5	6	7
常有				極少或從未有過		

C=comprehensibility MA=manageability ME=meaningfulness

R=reversed *=recommended

問卷至此結束，請再確認一下有無漏寫之處，耽誤您寶貴的時間，由衷感激您的協助。

222

人生の志向性に関する質問票

ここに、私たちの人生のさまざまな側面に関する質問があります。
各問について、7つの数字のいずれかで答えるようになっています。
あなたの回答を表す数字に○をつけてください。

最小の数字は1、最大の数字は7です。

1の下に書いてあることが、あなたに完全にあてはまるならば、1に○をつけてください。7の下に書いてあることが、あなたに完全にあてはまるならば、7に○をつけてください。1でも7でもないように感じるならば、あなたの気持ちを最もよく表す数字に○をつけてください。各問に対して、答えは1つだけ選んでください。

co R 1) あなたは、誰かと話しているときに、相手が自分のことを理解していないと感じる
1312 ことがありますか？

1 2 3 4 5 6 7
まったく感じない いつも感じている

ma 2) これまで、他人の協力が必要なことをしなければならぬとき、あなたは、うまく
1111 いくと思えましたか？

1 2 3 4 5 6 7
きつとうまくいか きつとうまくいく
ないと思った と思った

co 3) とても親しく感じる人びと以外で、あなたが毎日接する人たちのことを考えてくだ
1322 さい。あなたは、その人たちのことをどれほどよく知っていますか？

1 2 3 4 5 6 7
知らない人のよう とてもよく知って
に感じる いる

me R* 4) あなたは、自分のまわりで起こっていることがどうでもいい、という気持ちになる
1222 ことがありますか？

1 2 3 4 5 6 7
まったくない とてもよくある

co R* 5) あなたは、これまでに、よく知っていると思っていた人の、思わぬ行動に驚かされ
1221 たことがありますか？

1 2 3 4 5 6 7
まったくなかった いつもそうだった

付錄：SOC 質問票—— 223

ma R* 6) あなたは、あてにしていた人にかっかりさせられたことがありますか？

1221	1	2	3	4	5	6	7
	まったくなかった						いつもそうだった

me R 7) 人生というものは,

2332	1	2	3	4	5	6	7
	興味の尽きないもの だ						型にはまった単調な ものだ

me * 8) 今まで、あなたの人生は、

2331	1	2	3	4	5	6	7
	明確な目標や目的 はまったくなかつ た						とても明確な目標 や目的があった

ma *9) あなたは、不当な扱いを受けているという気持ちになることがありますか？

1222	1	2	3	4	5	6	7
	とてもよくある						まったくない

co 10) 過去 10 年間のあなたの人生は,

2331	1	2	3	4	5	6	7
	次何が起こるか わからない出来事 ばかりだった						見通しのきいたも のだった

me R 11) 将来あなたがすることの多くは、たぶん、

1313	1	2	3	4	5	6	7
	魅力あふれるもの だろう						ひどく退屈なもの だろう

co *12) あなたは、不慣れな状況の中にいると感じ、どうすればよいかわからないと感じ
2232 ることがありますか？

1	2	3	4	5	6	7
とてもよくある						まったくない

ma R 13) あなたの人生観を最もよく表しているのは,

2332	1	2	3	4	5	6	7
	人生での出来事に対して、いつも解決策を見つけることができる						人生での出来事に対して、解決策はない

224

- me R 14) 自分の人生について考えるとき、しばしば、あなたは、
2132
- | | | | | | | |
|----------------------|---|---|---|---|---|------------------------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 生きていて本当に
よかったと感じる | | | | | | 自分はなぜ存在し
ているのか、疑問
を感じる |
- co 15) あなたは、困難な問題に直面したとき、その解決法は、
1112
- | | | | | | | |
|----------------------|---|---|---|---|---|----------------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| いつも混乱して見
つけるのが難しい | | | | | | いつも何の迷いも
なく見つけられる |
- me R *16) あなたが毎日していることは、
1312
- | | | | | | | |
|------------------|---|---|---|---|---|----------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 喜びと満足を与え
てくれる | | | | | | つらく退屈である |
- co 17) 将来のあなたの人生は、たぶん、
2333
- | | | | | | | |
|--------------------------------|---|---|---|---|---|---------------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 次に何が起るの
かわからない出来
事ばかりだろう | | | | | | 見通しのきいたも
のになるだろう |
- ma 18) これまで、いやなことが起きたとき、多くの場合、あなたは、
3211
- | | | | | | | |
|--------------------|---|---|---|---|---|--------------------------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| それにうちのめさ
れてしまった | | | | | | そんなこともある
だろうと受け入れ
てやってきた |
- co *19) あなたは、気持ちや考えが非常に混乱することがありますか？
2122
- | | | | | | | |
|---------|---|---|---|---|---|--------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| とてもよくある | | | | | | まったくない |
- ma R 20) あなたは、何か楽しいことをしているとき、
1113
- | | | | | | | |
|--------------------------------|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| きっとこのまま楽
しい気分であら
るだろうと思う | | | | | | きっとなにかが起
こってこの楽しい
気分が壊されるだ
ろうと思う |
- co *21) あなたは、本当なら感じたくないような感情をいだいてしまうことがありますか？
3122
- | | | | | | | |
|---------|---|---|---|---|---|--------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| とてもよくある | | | | | | まったくない |

付録：SOC 質問票—— 225

- me 22) 将来のあなた自身の人生は、
2333
- | | | | | | | |
|----------------------|---|---|---|---|---|-------------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| まったく意味や目的のないものになると思う | | | | | | 意味や目的に満ちたものになると思う |
- ma R 23) あなたは、この先、誰か頼りにできる人がいつもいると思いますか？
1223
- | | | | | | | |
|---------|---|---|---|---|---|--------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 必ずいると思う | | | | | | いないと思う |
- co 24) あなたは、いま何が起きようとしているのかははっきりわからない、という不安な気持ちになることがありますか？
2233
- | | | | | | | |
|---------|---|---|---|---|---|--------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| とてもよくある | | | | | | まったくない |
- ma R*25) どんな強い人でさえ、ときには「自分はダメな人間だ」と感じることもあるものです。あなたは、これまで「自分はダメな人間だ」と感じたことがありますか。
3131
- | | | | | | | |
|----------|---|---|---|---|---|-------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| まったくなかった | | | | | | よくあった |
- co *26) 何かが起きたとき、ふつう、あなたは、
1211
- | | | | | | | |
|-------------------------|---|---|---|---|---|------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| そのことを過大に評価したり、過小に評価してきた | | | | | | 適切な見方をしてきた |
- ma R 27) これから、人生の大事な場面で困難に直面したとき、あなたは どう思うでしょうか？
1313
- | | | | | | | |
|-----------------|---|---|---|---|---|----------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 必ず困難を乗り越えられると思う | | | | | | 困難を乗り越えられないと思う |
- me *28) あなたは、日々の生活で行っていることにほとんど意味がない、と感じることがありますか？
1212
- | | | | | | | |
|---------|---|---|---|---|---|--------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| とてもよくある | | | | | | まったくない |
- ma *29) あなたは、自制心を保つ自信がなくなることがありますか？
3122
- | | | | | | | |
|---------|---|---|---|---|---|--------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| とてもよくある | | | | | | まったくない |

ORIENTATION TO LIFE QUESTIONNAIRE

Here is series of question relating to various aspects of our lives. Each question has seven possible answers. Please mark the number which expresses your answer, which numbers 1 and 7 being the extreme answers. If the words under 1 are right for you, circle 1; if the words under 7 are right for you, circle 7. If you feel differently, circle the number which best expresses your feeling. Please give only one answer to each question.

1. Do you have the feeling that you don't really care about what goes on around you?

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7
 very seldom very often
 or never

2. Has it happened in the past that you were surprised by the behavior of people whom you thought you knew well?

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7
 never happened always happened

3. Has it happened that people whom you counted on disappointed you?

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7
 never happened always happened

4. Until now your life has had:

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7
 no clear goals or very clear goals
 purpose at all and purpose

5. Do you have the feeling that you're being treated unfairly?

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7
 very often very seldom
 or never

6. Do you have the feeling that you are in an unfamiliar situation and don't know what to do?

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7
 very often very seldom
 or never

7. Doing the things you do every day is:

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7
 a source of deep a source of pain
 pleasure and and boredom
 satisfaction

8. Do you have very mixed-up feelings and ideas?

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7
 very often very seldom
 or never

9. Does it happened that you have feelings inside you would rather not feel?

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7
 very often very seldom
 or never

10. Many people—even those with a strong character—sometimes feel like sad sacks (losers) in certain situations. How often have you felt this way in the past?

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7
 never very often

11. When something happened, have you generally found that:

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7
 you overestimated you saw things
 or underestimated in the right
 its importance proportion

12. How often do you have the feeling that there's little meaning in the things you do in daily life?

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7
very often very seldom
or never

13. How often do you have feelings that you're not sure you can keep under control?

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7
very often very seldom
or never

Appendix Antonovsky's² short 13-item sense of coherence questionnaire including three main subareas

A. The comprehensibility subscale included the following items:

1. Has it happened in the past that you were surprised by the behaviour of people whom you thought you knew well?
2. Do you have the feeling that you are in an unfamiliar situation and don't know what to do?
3. Do you have very mixed-up feelings and ideas?
4. Does it happen that you have feelings inside that you would rather not feel?
5. When something happens, have you generally found that you have overestimated or underestimated its importance or that you have seen things in their right proportion?

B. The manageability subscale included the following items:

1. Has it happened that people whom you counted on have disappointed you?
2. Do you have the feeling that you are being treated unfairly?
3. Many people even those with a strong character sometimes feel sad sacks(losers)in certain situations. How often have you felt this way in the past?
4. How often do you have feelings that you are not sure you control yourself?

C. The meaningfulness subscale included the following items:

1. Do you have the feeling that you do not really care about what goes on around you ?
2. Has your life until now had no clear goals or no purpose at all, or very clear goals and purpose?
3. Is doing the things you do every day a source of deep pleasure and satisfaction or a source of pain and boredom?
4. How often do you have the feeling that there's little meaning in the things you do in your daily life?

資料來源：Volanen,S.M., Lahelma,E., Silventoinen,K.,&Suominen,S.（2004）



▲ 紅外線放射溫度計



▲ 左圖為實圖；右圖為藉由紅外線強度，感受物體表面所散放出的溫度狀況

附錄八 食物量表

※注意：將E欄位中的食品，依實際情況填寫

[illegible]

附錄九 家長的心聲 9-1

流水號	重大改變	對未來的想法
46006	較成熟，社會環境的改變	
46004	資訊泛濫、媒體太發達、人際關係更加複雜、面臨地球村的試煉	平安、健康，有足夠的勇氣和智慧，面對每一階段的人生，積極樂觀的態度規劃未來
46061	不知天高地厚，不知節儉，不知心存感謝，沒有憂患意識，日子過得太舒服	少吃一些垃圾食物，多運動，凡事多身體力行
46062	1.20 年前的孩子，由於物資缺乏，所用的東西，比較沒有文明，過得生活也比較辛苦 2.相對現代小孩雖然什麼都不缺，但在課業方面是非常競爭的	1.現代小孩由於速食店太多了，導至在飲食方面有肥胖的情形 2.我本人比較喜歡米食，自己做飯來給自己小孩食用，這樣才會健康，控制食物且多運動
46079	1.食物攝取的熱量較高 2.電視及電器、數位產品多樣，而且花在電視及電腦上的時間過多 3.戶外活動減少 4.與社區其它兒童幾乎沒有互動	1.希望更能有獨立思考及國際化思維方式 2.良好的健康飲食和生活習慣
46063	1.現在的作息較以往不正常 2.影視誘惑、致眼疾問題嚴重 3.穢言穢語，家庭教育有待加強，(尤以倫理道德為甚) 4.文學造詣待加強，錯別字特多(可能常用替代之符號或同音字之故吧) 5.物質享受足，抗壓性低，不易滿足，故較無法懂得惜福與回報 6.生活娛樂，遊戲地方有限，父母子女間的溝通與連繫有待加強	1.加工食品過多，飲食中已缺令以往鄉野原味之情 2.資訊發達，盛行電腦，課業又繁重，以致孩童不喜健康性的戶外運動 3.垃圾食物處處可見，食品營養堪慮，故疾病的降臨，已漸趨低齡
46080	食衣住行皆有改變，現代孩子較健康，不用擔心	順其自然，平安就好
46064	1.現在的小孩，物質上是很享受，接觸到的都是電氣化設備，得到智識是多元化，可是空間很狹小 2.以前的小孩雖然沒那麼多的知識來源。可是有廣大的生活空間，讓你舒展。我還是覺得以前的小孩比較幸福	1.希望孩子健康之外，也能有健康的思想 2.未來的事，讓他們自己去創造，家長只在旁協助
46066	科技進步，孩子的頭腦好多了，生活富裕	平安健康長大，能獨立自主，生活無慮
46087	物質生活好太多，讓小孩子太好命，不夠惜福、愛惜生命	隨著她自己個性，及興趣去發展，我跟爸爸會從旁關心，修正，望子成龍，望女成鳳是每個父母親的心願，當然我們也不例外，希望宛蓁長大後有所成就，是個社會上有用的人
46005	不懂得照顧自己和與人相處，過度的保護溺愛	除了學校的體育課，還能利用時間去運動，不吃垃圾食物，能把心裏的話勇敢的說出來
46065	1.物質生活充裕 2.好吃懶做(以前的小孩比較勤勞) 3.不知父母辛勞，只知享樂，不知犧牲奉獻 4.社會環境改變，小孩學壞機會增多	1.健康狀況還好，只要勤做運，應該都 ok 2.孩子的未來，應該多教育她們知福惜福，及讓她們知道天下沒有不勞而獲的事
46086	二十年前物質方面，並不富裕，有些東西還是要自己動手做，而現在孩子生活物質方面很豐富，隨時都拿得到或買得到，很方便	只要身體健康快樂長大，就是最大財富
46003	二十年前的孩子比較單純，現在的孩子，比較聰明	活潑健康，快樂，無邪，無憂無慮就好
46067	現在的孩子比較享受，要什麼有什麼，不像以前生活勤儉，我們還是要讓她們懂得勤儉，以後對她們才有幫助	飲食生活起居方面正常，保持愉快心情，有幸福的家庭。將來把書讀好，有好的教育，好成績，或是學一技之長也好
46056	現在的小孩子比以前的小孩子幸福多了，物質上所需的也比以前足夠多了，在學習上也比以前有更多的管道，能有更大發展空間	希望小孩子們能有比我更健康的身體，在各方面有好的發展，願小孩子自有好的品德，做事態度有努力不斷的精神，千萬不能懶散做事情或團體生活中跟不上腳步，那對小孩子會造成有失敗不肯奮力向上的影響，最重要的還是希望孩子們平平安安健健康康的長大，長大後做一個平平凡凡，淡泊的人生是最幸福的
46052	較不獨立，依賴父母親	
46057	生活即學習，學習即生活，是口號(對於現代孩子)功課的名次，不是也不能代表未來，成功的人生	希望孩子在學校快樂健康的成長，成績不再高高至上。願老師們能夠與龍(小孩)共舞(互動、關懷)

流水號	重大改變	對未來的想法
46053	少了勤勞，學習精神，態度差	健康首重自治，管理健康好，才有將來
46058	社會資訊先進，誘惑太多，價值視偏向虛榮	希望孩子平安，健康長大，勇敢面對人生，承受壓力，樂觀進取
46051	物質生活較充裕，精神生活潰乏	順其自然，平平安安，快快樂樂，健健康康
46059	比較早熟	順其自然
46054	現在的孩子，吃的好，住的好，思想上也比較有自主性	希望孩子健康平安
46088	生活空間較小，壓力大，時間少，物質、飲食較以前好很多	健康：讓他們的生活作習正常，飲食均衡，及適當運動。未來：讓他們自由發揮，多鼓勵他們的興趣，適當的指導
46060	1.食物充足，營養豐富 2.穿的比以前較好 3.教育也較開放 4.休閒活動較多	
46089	活動空間變小，把電腦、電玩，看電視，當成唯一娛樂，未來國家如果靠現在的小孩，大概會亡國	台灣環境越來越差，孩子的健康，想必也不會太好
46075	大環境完全不一樣	健康&未來: 1.希望能不挑食，三餐正常來增強體能 2.增加免疫力，來抵抗壞菌 3.不舒服的一些小毛病都能改善
46048	活動空間較受限	優質的成長環境、良質的媒體
46074	住樓房、有車子可坐，有漂亮的衣服穿，有百貨公司可以逛	一切順其自然
46073	1.以前的國立編譯館編的教材可以讓家裡孩子輪流使用 2.現在科技進步、網路發達，資訊取得容易，但孩子容易在五光十色的環境下沈淪迷思。政府未徹底落實掃蕩不良場所，到處可以見到離家逃學的小孩，可悲啊	1.教育部要徹底檢討，因政策錯誤導致現代小孩課業繁重，家長增加教育費沈重的負擔，一網多本害得孩子每天必須坐在書桌上苦讀，那裡有健康可言 2.未來的孩子只能自求多福，國家已經沒有希望了。唯有充實自我謀生的能力，將來到國外當外勞 3.回歸以前的教育模式(國立編譯館統一教材)才是對我們小孩最好禮物
46069	現在的小孩生活、功課、壓力大，不斷面臨一大堆的考試，小孩子之間的互動減少了	孩子的眼睛越來越差，近視增了很多，一有流行感冒，小孩很容易得到傳染，所以該讓小孩子的考試減少，讓他們可以安心的睡覺，如此就較有抵抗力，不容易受到細菌的傳染
45047	物質環境較舒適，但與父母家人較無時間相處	平安可過即可
45049	比較辛苦，外在的誘惑也大，價值觀會容易受影響	健康、平安的長大，成為正當的人
46072	緊張、壓力大	身體健康!未來各自發展
46071	變乖巧一點	
46068	自主性強	擔心孩子的抗壓性
46076	居住環境，綠地少，車輛繁多，活動空間減少	健康方面儘量注意清潔衛生、營養，對未來，只能順其自然
46077	飲食、娛樂、功課、品德行為	現在的生活品質尚可，但如果沒有一個決策者去加強環保，和孩子們追求名牌的消費身為現代的父母壓力蠻大
46097	生活環境異，父母溺愛，個性變化較大	正常發展，人格健全，個性獨立
46098	有很大的改變	不會
46099	依賴性重，承受壓力性低，飲食方面偏重外食	現代社會變化太大，對孩子身體健康影響最大的，便是空氣污染，而不只是身體，甚至心理健康方面影響更大，色情的泛濫讓做家我們，憂心忡忡，真不知以後該如何信任社會
46092	有求必應，較奢侈浪費	現在的小孩生長的環境差，空氣更是糟，加上少喝母乳，造成過敏體質，愛吃垃圾食物，健康方面讓人憂心
46091	自主性較強，會願意表達自己的想法，決定能力	被保護的太好，太過，抵抗力較低，未來是整個大環境的變遷，以小孩的本質教育為主

流水號	重大改變	對未來的想法
46093	1.物質生活充裕 2.資訊發達快速 3.勞動減少，生活壓力減少 4.社會倫理道德觀念淡泊	1.建立健康飲食觀念 2.養成運動習慣 3.養成爲個人生活整理衛生勞動的習慣 4.建立人際間倫理道德的和關係 5.找並建立自我的人生價值觀念
46090	現在的孩子，不是看電視，就是玩電，二十年前的孩子，都在戶外玩	孩子們的視力不好，因到戶外多走走，對健康也好
46094	沒有充份的遊戲空間，造就每天的休閒幾乎都是電腦	順其自然
46095	玩電腦、補習	減少過敏原、快快樂樂地成長
46096	物質、飲食、生活配備，教育方式	空氣、水質
46085	吃的太精緻，偏食太厲害，高糖高熱量的食物充斥整個生活環境	在生活方面希望營養均衡，有吃早餐的習慣，定食定量，尤其希望天天多喝開水，並且要養成運動及刷牙的習慣。未來當然希望小孩能夠讀到自己理想的科系並且能學以致用，真正會賺錢真正體會工作的樂趣
46030	活動空間變小，沒有可以遊樂的野外空間，交通量大感覺非常危險，到處充滿暴力色情，不安的環境及媒體大量的播放不適合的報導，這是一個爛政府下的爛社會	在台灣不要想有健康的環境，所以對未來真是不敢想
46029	物質品質並進	均衡飲食，維護健康
46028	現在是電腦時代，小孩子資訊好師資好，有任何問題只要上網就得到答案	孩子健康要從日常生活作息做起，讓小孩紓解壓力，培養興趣，例如打籃球發洩體力，聽音樂，逛街消費，下棋，希望未來是個肯上進、認真負責的好國民
46027	電視的普及，冷氣機使用頻繁，速食店到處都有	希望快樂的成長，學業有長足的進步，以後有穩定的工作，安定的生活
46026	課業教育方式	當然健康最重要，未來不是我們想怎樣就怎樣，因為時代一直在變
46025	沒有空間玩，資訊進步	一代比一代更進步
46024	時代差太多	好好保護身體就好
46023	聰明多了也比較會頂嘴	目前數理不錯希望他繼續努力
46022	世故，有自己的想法，富裕，多樣化	健健康康，品行端正
46021	體能變差、近視者眾、脾氣暴躁、生活圈狹窄	愛心如焚
46020	現代的孩子太過安逸，缺少磨練	希望孩子健全的成長！無論身體的健康還是個人的品性操首，以及學校課業都能並進正常
46019	以前的孩子較能吃苦耐勞，現在的孩子比較不能吃苦，且依賴性重也比較沒責任心	不喜歡吃青菜水果，怕造成營養不均，喜歡讀書的小孩當然是讀越高越好，不喜歡讀書的小孩趁早學一技之長較有用
46018	好吃懶做	多運動身體才會壯，未來學會自己照顧自己
46017	小孩的遊戲未能與大自然接觸，他們的童年似乎只有電視與電腦	孩子的健康除了著重在身體方面，心理方面更是重要，飲食方面(均衡的營養)缺一不可，營養的缺乏也會造成孩子某方面特異的舉動。適當的和孩子做溝通，讓他們把父母當朋友，可盡情的暢言及日常的生活
46016	資訊過於發達氾濫，雖然孩子會較聰明但會遮蔽孩子的單純心性，並沉溺於某些並不理想的娛樂活動(例電腦遊戲等等)；家長忙碌，沒時間陪伴孩子，轉而滿足孩子慾望需求，造成現今孩子不知賺錢辛苦、驕縱、予取予求；現今老師對學生的關心度不夠，除了知識上外無法給予學生較多的人格教育	期待孩子能一直有一個健康的身體，至於孩子的未來無非是希望他能朝著自己的興趣適性發展，最重要是有一個正確的價值觀，均衡正常的人格發展，不會被現代有偏差的社會現象，扭曲了孩子的人生觀
46012	無法比較，社會型態改變，小孩取得資訊快速，心志更成熟，很有想法，不容易教導	無法想像每個人的未來，身心健康是最重要的，社會變得很不健康，現在小孩的壓力更大
46011	依賴性重、好吃懶做、身體抵抗力差	愛護自己的身體，做好自己份內工作，認真讀書
46100	二十年前的孩子無教育壓力、家庭暴力，現在孩子的功課、生活緊張、競爭力大，教改愈來愈進步，生活水準高	健康就是最大的財富，只要有健康就有美好的未來

流水號	重大改變	對未來的想法
46008	休閒空間變少了，幾乎只有電視或電腦，在課餘之後與家人陪伴的時間也不足	多辦一些體能活動社團，未來可以培養身體，智能兼顧的好青年
46002	現在孩子比較好命，要什麼有什麼	
46001	現在的孩子較無獨立的能力，生活空間也僅限於住家和學校，其餘的休閒空間被一連串的課外輔導取代。對大自然的變化和生態均無以前的孩童所認知的多，生活樂趣也被電動電腦所取代，缺乏人與人在互動遊戲中的體諒和容忍，而較自我與自私	孩子的未來，作為家長的我們僅能從旁提醒與指導大致的方向，一切作為還是靠他們自己的領悟來決定，太強制的決定，反而易引起反效果
46082	二十年前的孩子樸素、純真，現在的孩子不能罵不能打，比較不好教	每個做母親的人當然是希望孩子健健康康，如果出社會希望能學一技之長
46084	當然不能比，時代不同，社會變的物質大有改變，生活建設、交通各種等等比 20 年前的小孩比較有歡樂的。同年，現在的小孩比較有社會心裏的慾望和無形的壓力	當然希望平安快樂又有健康的身體，但不希望被這社會污染，因社會變質也太亂了，最重要讓小還有正確的觀念面對社會，首先讓小孩知道精神上比物質來的重要，因此不會被污染，或許對小孩的未來比較好
46044	生活品質、物質享受提高	
46043	物質不缺，自主力強	自由 快樂 健康 隨性 隨緣 平常心
46031	資訊方面；過得比較富裕	身體健康，自由發展
46040	要什麼有什麼，沒有抗壓性	對孩子好的、有幫助的都可以接受
46042	以前不用花錢就很快樂，現在花錢還不一定快樂	社會的健康福利制度更健全；正確客觀的人生觀；虛心耐心信心接受挑戰；只要是對的事就認真完成，不輕言放棄
46081	資訊接觸容易取得，比較有自己的思想	有個光明健康的將來
46041	活動空間少；課業壓力大；依賴電腦；食物熱量高；資訊獲得較廣	飲食太精緻，抵抗力減少，活動空間少導致孩子的健康較差；希望一切回歸自然取向，未來亦能依興趣自然發展，尤以人格發展最重要
46039	生活較富裕	希望健康長大
46037	現在的孩子要求很多	找到好的工作，'收入好，健康是生命的本錢
46007	沒有足夠的空間可活動；活動量變少；抵抗力變差	
46083	不會管理食物；較不獨立；缺乏安全感；健康狀況較差	希望孩子早點懂得照顧自己，並更堅強獨當一面
46049	吃喝較 20 年前豐裕，但也出了不少毛病；保護極為周全，可能因治安敗壞；孩子較外向活潑但較不自動；獨立性不夠容易受誘惑	孩子的健康關係一個國家的未來，近幾年來吃的商品琳琅滿目，試問這些東西好嗎？(茶棧的糖水，蔬果殘餘農藥，垃圾食品)大多數小孩不愛運動，偏好上網看電視，種種原因造成肥胖、糖尿病、高血脂．．．孩子的未來真令人擔心
46034	經濟物質較充裕；資訊接觸多；文化刺激多；外界刺激引誘大；運動場所少；運動時間少；課後多半參加各類補習班，休閒活動少；接觸大自然少；親子相處時間較短；孩子受環境污染公害影響，食物毒害多，營養堪憂；得傳染病機會增多；玩的器具方式增多；孩子工作能力降低；抗壓性低	孩子 的健康處在今天時代中值得憂慮，只有靠父母師長及個人多予以協助努力。社會國家經營者也該有遠見，營造出健康適合人類生存的國家，造福更多的人類
46010	物質生活太富足了，比較不會為父母設想，生活比較緊張	希望孩子們能夠平安健康的長大成人
46032	飲食習慣改變，與同學互動少；電視電玩電腦	健康：宣導運動與均衡飲食的重要性；未來：注重禮貌的教育
46035	太幸福	
46048	現在孩子接觸戶外機會少，接觸電腦等科技產品時間多	孩子能多接觸大自然，培養開闊心胸健康的身體
46045	物質生活充分但精神生活不快樂，壓力太大，少了天真無邪	現在的生活品質雖然好但也影響了健康，做家長的我們也不知該如何做才能讓孩子有個健康的身體至於未來也是茫然
40036	現在的孩子比較好命，吃苦的機會減少，由於父母親對小孩的過度溺愛，以致孩子們的抗壓性很低。相反的，媒體的開放導致現在的小孩都變的比較早懂事	小孩子的健康事做父母最重視的，而且不光是身體上的，心靈上及人格等多方面的健康都一樣重要。家庭應與學校相互督導才能讓孩子們有一個好的環境成長，因為他們將會是國家、社會的主人

流水號	重大改變	對未來的想法
46033	電腦成為生活中心，活動面積變小	水污染：家中裝淨水調理器，空氣污染細菌污染：到人多的地方，選擇在空曠的廣場，不去密閉的百貨公司
46047	較無法與大自然親近，電視電玩的誘惑太多，孩子們失去純真生活，學校升學的壓力比以前大，且生活速食化電腦化，中文退化道德心退化	希望孩子能健康快樂成長
45001	現在的孩子生活富裕，重視自己的生活享受。	愛吃肉不愛吃青菜，營養過剩。應教導他們不要只吃他們愛吃的，而是應吃對身體有幫助的食物。
45202	兄弟姐妹減少、活動空間減少。	健康飲食、未來學以致用。
45015	物質生活提高，上下課須由家長接送，功課壓力大。	平安健康的長大，未來依自己的興趣發展。
45016	1.物質方面：現代小孩衣食豐足，父母非常愛護，盡量滿足小孩的欲望，但相對地也變成過度的溺愛，而使得現代的小孩非常脆弱，EQ 方面不足，遇到事情比較依賴，缺乏判斷力。 2.教育方面：各方面資訊非常充足，但相對地課業上的壓力就變的比較沉重，安親、補習班、才藝班等，少了以前小孩的快乐回憶、童玩等。	現在小孩營養是有充足但現在的食物相對地也在改變小孩的健康，速食店的肥胖問題，電視、電腦的視力問題。吸毒暴力資訊、色情資訊容易取得接觸。孩子是國家未來的棟樑，若我們的小孩都變的如此的話，那不管是何者，未來是很令人擔憂的。所以打造一個乾淨無污染且健康的環境與資訊，讓大家共勉之，加油!!
45017	1.思想獨立、生活依賴。 2.不懂珍惜物資。	小朋友能注重均衡飲食注意養生方法，平安快樂長大當個頂天立地的好男孩。
45018	教育機會提高，壓力將對增加。	持續注意觀察。
45020	物質生活上很充裕，學習的機會更多樣。同樣的，變壞的孩子機率更高了，不管是對的或錯的對事情的看法，孩子都不聽話了，都自己有主見了。	希望能給予健康，正確的觀念，讓孩子們健康平安的長大，更希望有一個更平安、更祥和的社會，讓孩子們生活。
45021	現在的孩子幸福多了，要什麼有什麼。	希望孩子能多多的去戶外活動跑一跑，對健康比較好，以後長大希望能有自己的一技之長。
45022	現在物質生活太過富裕精神生活太過貪奢。現在家長對孩子太過保護造成孩子缺乏自信。	對孩子的健康要讓孩子適應環境，順其自然不要太過保護，不要讓孩子一整天在溫室當溫室的花朵，對孩子的保護不要過度。孩子的未來不要太過於干涉，只要注意不要讓孩子行為偏差，更不要為孩子訂太多教條及太過理想化的未來，不要只希望孩子太高的未來，只要不危害社會部製造麻煩及問題，再提升更上層次的理想。
45023	物資較充裕，運動空間小。	有健康身體才有一切。
45024	在以前生活條件不足，所以一般孩子都需負擔部分家計與家事。孩子多，在物質的條件中不是那麼好。父母也常因此吵架不斷，但相對的以前孩子的抗壓性較高，現在的孩子如果父母太愛孩子，較容易阻止孩子的學習成長，也因為孩子少可以都希望孩子能照顧自己的意思做，相對的孩子壓力也大，父母也一樣。	我希望他能自動自發，給他觀念自己要懂得照顧自己，愛惜自己的肉體，也希望學校作多開放一些有關學習成長，了解自己的資料。希望成為社會的一份子好好善待自己，做自己喜歡的事做自己喜歡的工作。
45025	生活條件豐足，資訊發達。	健康是一切基礎。
45026	現在的小孩比較辛苦，尤其是都市的小孩，因為要面對課業及升學的壓力，又沒有能讓他們活動的空間。	希望他能平安健康的成長，對於未來能有自己的想法，走上正途。
45027	1.好吃懶做、幸福。 2.吃、喝生活方便 3.要什麼有什麼	1.不要生病 2.健健康康長大 3.快快樂樂成長
45081	居家環境改善很多，物質也豐富，但體質較弱。	科技的普及，孩子只愛打電腦，不愛運動甚至踏青也吸引不了他們。少了運動身體不好，近視率高，知識水平也降低，沉迷在虛擬的世界裡，不敢面對現實，語文造詞也差，他們全用簡單的外星語。
45082	現在孩子比以前不聽話。	希望正常永久健康快樂。
45083	現在的多元化，電腦、電視有好的資訊，有壞的資訊。孩子們無法真正了解好與壞就會因通訊發達，資訊氾濫，而造就了孩子學好的有，學壞的也不少。這是讓家長們最擔心的吧。	現在小朋友大多都是營養過剩，家長們需要多用心一點。 2.未來小朋友漸漸長大，自己會有理想，會有看法。家長只能給他們意見，決定是在於孩子們不是在於家長。
45084	被動、依賴。	健康是未來的基礎。

流水號	重大改變	對未來的想法
45085	1.比較沒有生活創意及樂趣 2.沒有鄰居同年齡的同伴一起生活互動的成長 3.比較自我，不懂與人互動	1.希望不要太多污染的環境 2.要安居樂業
45086	1.抗壓力變低，依賴性高! 2.對於倫理道德之認知極差! 3.一般小家庭父母均上班，課後之生活均依賴安親班較多。	1.或許是大環境造成目前小孩子都很溫室花朵。健康方面雖然各種補給品，父母都不吝使用，但是總覺得不夠。畢竟現在的文明病比以前多太多了。 2.未來就是盡力讓他們平安健康長大。
45087	沒有	從小注意
45088	現在孩子命比較好，要認真讀書。	定期健康檢查，持續注意。
45089	物質享受遠超過太多，童玩的樂趣變成了電腦、電視。	健康較擔心視力，希望他們健全健康成長。
45090	生活空間變小、功課壓力變大、交通變的很複雜。	健康優先。有健康的身體，才有精神去做其他事。希望他們在未來能夠經濟富裕，財務管理良好。
45063	對師長、長輩的基本禮貌喪失了	要有健康的身體，健康的家庭
45058	物質豐富，但運動、活動場所及時間少了	希望能給予我們更好的營養教育
45052	1.現在的小孩不能吃苦，稍微勞動一下就喊累 2.物質方面太過充裕，以致小朋友都不知好好珍惜	1.希望他們能活得快樂，現在小孩的壓力太大了，只會死讀書來應付考試 2.不要只注重課業的表現，人際關係和待人處世方面一樣的重要
45066	頑皮、不聽勸告、固執，生活過的太幸福，比較不會想	不吃油炸食物，不喝有氣體的汽水，希望認真讀書，將來才有美好的前途
45073	很好命，比較嬌	自由發展
45055	1.物質享用方便，學習輔助教材資訊便利，但壓力更重 2.交通流量大，遊戲空間變小，安全性低，治安差危險性高 3.學業負擔重，社會成人世界負面電視播放不良視訊甚多，不宜	飲食正常，適當的運動，均發揮正常，正確的善念，平安長大，快樂生活，行正確人生之路
45067	物質優渥生活良好，但心理精神壓力會大，在生活品質則影響個性焦躁不安情緒不穩定	健康：家長希望平安長大，健康方面希望能藉團體活動校園或培養自己嗜好，愛好運動對身體骨骼都益處； 未來：父母施惠愛護孩子身上，往往小孩都無法體會，希望給他們上的教育自己去把握，也只能存著希望懂事長大比父母更優越
45051	較依賴，生活通識較缺乏	希望身體健康，有一技之長，生活不虞匱乏
45057	現代小孩普遍吃的比較好，近視的比較多，生活品質普遍提高	健健康康，平平安安的長大成人
45053	生活空間變小，比較無童年，玩具都是機械式，無創造性	
45054	孩子較有自主性，不像以前的孩子 那麼聽父母的話	除了平安健康以外，更希望孩子 有個健全的思想，及良好的生活習慣，因為習慣能支配其行為
45060	物質生活的改變較沒壓力	期待孩子身心健康發展，求學過程平安快樂
45061	自我中心較重，不太懂的關心別人，生活上較依賴大人，有點養尊處優	盡量推廣健康食品，不要讓孩子只懂吃好吃愛吃的食物，這必須從各方面著手去做
45064	沒有禮節	要有健康的身體也要有健康的心理
45075	現今小孩的生活空間侷限於學校、家中或安親班，與鄰居週遭的朋友互動明顯減少，平時休閒僅止於電視或打電動，欠缺待人處世禮節，而近視情形不斷增加	成長中的孩子 時時處於空氣污染的環境，吃著噴灑過農藥的蔬果即打抗生素之雞鴨等肉類，再加上不良之治安，數多聲色場所誘惑，影視界錯誤示範及訊息，時下小孩未來身心值得堪慮！
45074	生活過於舒適，不懂得刻苦耐勞	多接觸原始的鄉土生活，放慢競爭的腳步
45065	學費太貴，課業較重又複雜，近視和過胖的偏高	希望小孩一切平安健康的成長，長大後能貢獻所學，不使家人失望
45013	流行病毒較以前多又毒，如有感染不易好。生活視野變狹窄，一回到家不是電視即是電腦(較多電視兒童)。	會擔心孩子一旦感染流行病毒時，是否抵抗力較差。
45045	科技發達:電子產品日新月異，例如:電腦資訊、電動玩具、大哥大行動電話等改變甚大。	其實科技雖發達，但似乎也嚴重影響健康，希望孩子不要太依賴電子產品，應常常走出戶外多動動頭腦，多活動筋骨常保健康。

流水號	重大改變	對未來的想法
45034	早熟，發育較早較難管教。	給予足夠營養，加上適當運動不給予垃圾食物，建立正確姿勢。
45002	1.活動空間小 2.功課壓力大 3.休閒時間少	正常、健康、思想正確。
45007	資訊發達，各方面容易得到訊息較早熟，但依賴性較強。	當然健健康康生長。
45006	依賴性重、不夠穩重、思考不遠、生在福中不知福。	希望孩子能夠平安快樂成長，光明正大的開創事業。
45033	活動空間少。	只要健康快樂就好。
45009	環境的汙染，接觸的物品多為化學製品，大自然的玩具沒有了。	改善居住環境，想往郊外注，有助於空氣的改善。
45032	1.空氣品質差 2.環境汙染較嚴重 3.活動空間少 4.壓力大	環境與空氣的汙染減至最低。社會風氣的汙染能改善。現代的人都太自私了，我希望我的孩子除了為自己想想外，更希望他能多替別人想想。希望他的未來是和樂融融。
45004	物質方面豐裕、學業壓力沉重、營養過剩、較少涉入大自然、人工設備活動多、垃圾食品多、思想早熟、好逸惡勞、家長過度保護與限制、精神貪乏、家庭型態複雜、社會治安惡劣。	依年齡適度身心發展，健全人格體魄。養成正向積極的思考模式，凡事中庸之道!注重飲食均衡，勿暴飲暴食，勤運動、灌輸養生知識。要懂得控制 EQ，運用 IQ，成為社會之中堅人，做好人不如做個有原則的人。
45014	脾氣暴躁、不懂禮貌、常說粗話。	希望小孩健康成長平安長大，凡是能夠多包容，多體諒別人做事成熟穩重。
45005	現在的孩子比二十年前幸福多了，不過快樂少了很多。以前沒有電腦和遊樂器等玩具。而且現在的孩子補英文數學等真的很辛苦。過去生活較清苦，但汙染較少，河裡抓魚、田裡釣青蛙、灌蟋蟀，太多太多東西可玩了，只要功課作完，其餘時間大都不在家裡。現在由於事多，壞人多，下課了也不敢孩子亂跑。差別太多了。	沒有任何事比健康更重要，除了平時督促多吃蔬菜水果，均衡飲食，有時也會帶孩子去學校、公園散步，打球多運動。至於未來期許，只希望能用功讀書快樂學習成長。
45204	飲食、生活習慣、學習態度。	多吃些健康食品、多做戶外運動、多方面學習。
45030	1.升學、課程的壓力 2.生活空氣品質欠佳 3.綠地活動不足 4.個人安全性的維護	1.飲食與活動力要均衡足夠 2.升學管道的多樣性選擇 3.課外活動的設計 4.自我安全意識的建立與客觀環境的保全
45028	1.交通、物質、教育。 2.現在的小孩多半是父母接送。 3.現在的父親在孩子的物質方面是以滿足孩子。 4.現在的教育版本太多太複雜，混淆小孩的思考能力。	以後的小孩會很辛苦很無能沒有自主能力卻自我意識高，自以為是。
45203	生活空間太狹小，沒有童年生活玩扮也很少。	1.不要吃太多油炸食物、垃圾飲料。 2.不要沉迷電玩與電視。 3.多做戶外活動和體能訓練。
45008	物質過剩、壓力過大。	心靈的健康重於一切!
45010	物質生活明顯改變。讀書壓力明顯增加。	希望健康狀況能平平安安長大，未來升學順利。
45093	現在的小孩讀書比以前辛苦，休閒的地方太少，比較會沉迷電玩	
45038	物質生活好很多	希望能健健康康的長大，也希望未來當個有用的人
45043	現在的小孩都沒吃苦，缺少運動，現在的人比較注重物質生活，比較不會靈活去運用充實	我希望我的孩子很健康的 一天一天長大，未來很平凡的一步一階的往上爬，能學以致用
45042	1.資訊快速 2.活動空間變小 3.與其他孩子互動少 4.較少機會和除了父母師長外的長輩互動 5.父母工作繁忙將養育和教育問題丟給學校 6.外界的誘惑太多 7.週邊的交通紊亂，不敢讓孩子自行上學	學校及家長太重視孩子的成績，往往回家後沒有多餘的時間讓孩子運動，加強生活教育及個人的衛生與健康教育，如多運動、養成刷牙習慣，多指導孩子與其他大人小孩相處等
44083	現在的孩子較有主見，而且對資訊的取得更方便，生活上對電腦也開始十分依賴	
45035	知識及資訊來源豐富，孩子更聰明較不易教導	希望身體健康，未來有好學校可以讀
45100	20 年前環境汙染較少，而且小孩生活的活動空間也較大，課業壓力較小，飲食方面也比較無汙染。20 年前的孩子較清苦，資訊較不發達，但生活較單純	對孩子的健康很擔心，因汙染使環境變差，對孩子的未來更擔心

流水號	重大改變	對未來的想法
45077	補習、電腦	健康平安長大，自然發展
45039	物質生活改善，生活品質提高	
45080	生活緊張，活動空間小，休閒生活少，社會問題多	快快樂樂長大
45078	生活空間小，比較沒有鄉野樂趣	
45040	生活物質太富有	多接近大自然
45097	現在的小孩食衣住行都很便利，課業壓力比較重	希望小孩的身體健康，平安長大
45037	活動空間較少，零食比較普遍	1.對孩子的健康希望對環境方面多加改善，不要在污染還有水的方面 2.孩子的未來，身為現代父母都希望孩子們能夠不要碰到毒品，不和不良份子有所交往，那就好
45044	物質生活的不同，沒有足夠的活動空間，教育方法有很多不同，資源非常豐富，遊戲內容不相同	希望能培養出不怕挫折，對事情都有正面的看法，懂得自己要什麼、想追求什麼，會自動自發朝自己的目標前進，努力。並事事保有一定會遇挫折的心理準備，成功後就算日後又失敗也能笑笑而過，能然幸福快樂過日子。對於小朋友的健康，當然令人非常重視，讓小朋友知道營養均衡很重要，不可挑食，認清楚什麼食物是健康的，什麼是垃圾食物，自己會照顧自己，控制少吃垃圾食物，愛惜自己的健康，多運動，保持心情好，天天快樂
45099	生活品質提高，衣食方面比較無缺	能健康健康的成長，能有安定安全的環境，能有環保，空氣好點的生活品質
45079	不節儉，不惜福，不實際	飲食不均勻，挑時，身體不健康
45036	現在的環境必以前好，但空氣污染較嚴重，呼吸道的疾病較多，體質也較不好	希望孩子居住的環境及生活品質能更好，不要有那麼多的污染
45092	現在資訊發達，電腦電視隨時隨地都可以影響他們的行為舉止，讓他們提早步入成人的世界，讓我們這些家長都不知該如何和他們銜接上，雖然他們有物質的享受，可是精神上真的很空虛	環保問題如果沒有解決，小朋友的未來真的很讓人憂心，還有最嚴重的問題就是「網咖」，很多小朋友流連忘返，翹課，偷錢，吸毒，搶劫樣樣都來，會上網咖的小孩都是父母沒有時間陪他們，所以要立法不要讓網咖 24 小時營業。提供好的休閒運動，鼓勵大人多挪時間陪陪小孩，和他們一起成長
45041	孩童沉迷電玩，變成電玩腦，不喜歡運動，看電視	
44034	生活品質提高，現在孩子只需上學，比較好命	希望健康健康，未來能夠有高知識
44028	富裕 被動	1.健康方面不生病 四肢健全 2.未來成為有用的人
44029	現在的孩子太科技化了，反而是做父母的要跟他們學習現在的科技，反而造成待人接物，倫理道德太缺乏了	時代越進步文明病是越多，孩子的健康是為人父母的責任，環境的重要是不可忽略的，給孩子乾淨健康的環境是必要的
44033	沒有重大的改變	平常多觀察
44032	常使用電腦或時髦的語言，說話具挑釁味，提早社會化	盡力督導幫忙 使他們快樂成長
44036	運動量比較少，打電腦、看電視的時間太多，喜歡吃零食飲料肉類，但不吃青菜和白開水	他們的健康情形讓我們很擔心，不是太瘦就是太胖
44037	以前不用補習，現在的孩子每天都需補習，以前不用接送，現在的孩子每天都需接送	現在的孩子營養過剩，造成許多小胖哥、小胖妹，應該注重均衡的營養
44038	生活品質比較享受	
44039	物質不虞匱乏，多樣豐富的選擇，資訊與多種文化刺激，非常聰明，有自主性	自私，資源浪費，道德觀、價值觀偏差
44040	比較好命 要什麼有什麼	沒有任何的想法
44043	男女同學相處融洽，會互相連絡金錢概念，比較容易取得，所以容易亂用，購買不實用的東西	社會混亂、治安不好、道德觀念差、所以應教導些有關個人對社會責任金錢使用的方法及關懷對自然生態的重視
44045	生活環境良好	希望學歷高一點
44048	抗壓性弱 不懂得感恩	多運動、順其自然，選擇他所選擇的

流水號	重大改變	對未來的想法
44001	活動空間變小	有健康的身體，才能有健康的人生與美好的未來
44003	飲食精緻化、生活奢侈	
44006	科技發達	以現在化學工業的污染，若不注重環保，加上生活上的各種壓力，現在小孩子的健康可想而知
44004	戶外活動太少、課業壓力較重、沉迷在電玩世界中	普遍現代小孩體重均已太重，與飲食有關，較為偏食
44005	生活上物質、交通、資訊和以前大大不同	處在這資訊發達的時代，便利的交通，生化科技的研發，很多事由人力變成了機械，人們除了享受外，健康卻是一大威脅，未來不敢想像
44008	現在的小孩太幸福，物質上不缺，似乎有被大人溺愛	
44009	缺少戶外活動空間，較少與大自然接觸的機會，接觸電腦等科技設備年齡降低	希望孩子健康平安地長大，有好的 EQ 和 IQ
44011	比較進步，都用電子資訊比較方便	還是要保留一些傳統的生活方式
44012	抵抗壓力不夠	身體健康平安
44013	較早熟，通識增高	平平安安的長大，健健康康的體格，良好的品行
44014	依賴性較重，要學習才藝較多	身心健康，給小朋友自由發揮
44015	物質方面比較充裕	只要孩子能生活快樂，身心健康即可
44016	資訊發達，孩子生活多樣化，但壓力也隨之升高	孩子身體健康，不論在課業上、人際關係上，學習的層面相對都有加分的效果
44017	還是一樣，很愛看書	我的孩子很健康，就是有點太胖了，我希望他長大能當老師或律師
44018	做家事較懶惰且計較於很多事	現在孩子發育較好，歸於食補，未來的社會可能更好
44020	現在的孩子沒有可以想飛的空間，較無自制力與耐壓力	船到橋頭自然直
44021	沒有鄉村生活以及農業時代	自由發展，順其自然
44022	物質比較好	平平安安長大
44023	現在的小孩比較幸福，可是興趣或玩的比較沒有那麼好玩，費用也比較高	隨他的興趣走，不會強迫他做他不喜歡的，最主要的身體、身心都健康
44025	會幫忙做家事	多一些發揮的空間
44024	現代孩子生活比較富裕，所以現代小孩子抗壓力比較小也比較驕縱	只有小孩子身體健康，以後的路由他自己決定
44051	通訊設備普及，網際網路發達，名牌商品的追求，家庭經濟兩極化的狀況，童年朋友減少，以家人為中心，無法在家裡附近玩耍，只能在家裡活動，國內外旅遊機會大幅增加	精神疾病增加，人際關係的改變，貧富的差距加大，外籍配偶的家庭影響社會結構產生未知的變化，高低學歷兩極化嚴重
44054	1.物質享受更豐富 2.得到更多的關愛與保護	很擔心孩子的健康情形，也很煩惱未來無法和別人的孩子競爭
44055	1.物質的精緻享受 2.電腦及資訊的普及	現在大多呈高溫的天氣，因此不是電風扇，便是空調冷氣，於是長期處在這環境下，孩子的健康便形成抵抗力較弱的身體，國際化後，未來的競爭壓力無形中都加重了，所以需加強孩子的抗壓力和語言能力，否則就會造成生存尚無法與人抗衡
44057	每天都在補習，孩子們的娛樂也商業化了，而不是自己創造，孩子們不太能離開父母的視線太久，孩子們的思想越來越成熟	孩子們健健康康聽父母的話
44061	沒有重大的改變	平常多觀察
44073	功課壓力比較重，比較難管教 有自己的想法	希望未來有明確的學習方向，教育方面不要一直更改，希望每年都能請學校辦理健康檢查
44074	遠離農村生活過慣城市生活，沒有親近大自然的生活方式	希望能夠接近大自然，而離開充滿泥土建築的城市，更接近鄉土的生活方式
44075	活動空間變小，危機意識提高	

流水號	重大改變	對未來的想法
44072	生活活動範圍較多，安全顧慮受限制，電腦應用	多運動，個人應多聽多專心和小孩子互動，啓發小孩的潛能
44071	因為媒體的過度開放，以致產生仿製的負面影響	現今的孩子對於三餐及水果之選擇，是不太容易依照父母親指示食用的，原因大部分出自於當今速食店太多且方便。上班族群多半亦為了方便節省做飯之煩躁皆依賴速食店，省掉了柴米油鹽之苦，卻造就了更多的不吃米食的零食寶寶或稱為速食寶寶
44070	功課壓力，如果沒有補習，功課方面輸很多	1.有健康的身體是最好的 2.未來是看他的專長與否
44069	1.以前小孩吃苦耐勞，很心甘情願做家事不頂嘴 2.現在小孩養尊處優，同儕的比較，物慾的追求，使孩子自私以條件做交換，孩子比以前聰明，其實父母也矛盾	缺乏運動，功課壓力過大，抗壓力低，又受父母保護，放出去又怕危險，未來的日子恐怕文明病更嚴重，電腦冷氣下的生活，人際溝通良好與否，都不是功課好就一切都好了，EQ 高手是一門難修的學問
44068	飲食方面	沒意見
44067	現今孩子處於危險地方較多，課業方面壓力也重	
44066	現在小孩比較聰明 懂事	一切以孩子們的想法為主
44062	現在的孩子電視看太多，有自己的意見不太聽大人們的話，物質方面很豐富，精神方面缺乏	注意他們吃的營養，以及交的朋友
44063	生活富裕	希望孩子身體健康
44064	生活上物質比較富裕充足	希望他們能健康的長大，學業能夠蒸蒸日上
44065	工商社會的孩子，比較沒有責任，是因為父母太過於溺愛	孩子不但要身體健康，更重要是身心健康頭腦健康，這才是我們所希望的
44201	二十年前的孩子，比較有廣大的地方奔跑，治安比較好 現在的孩子，生活活動空間比較窄，車輛多、壞人多，生活都處於緊張的環境中	能注意自己的健康飲食方面，自己能多吃些不加工的食物，對自己有信心能刻劃刻儉耐學學習從事自己有興趣的工作
44094	多元的學習與競爭壓力。	大環境每況愈下，以及壓力不斷累積生理的適應與心理的紓壓是重要課題。
44078	以前孩子：做的多吃與玩的少，所以較能體會大人的辛苦，因此比較懂的孝順。 現在孩子：做的少吃的玩的較多，所以無法體會大人的辛苦認為父母的付出都是應該的，尤其受電腦電視影響更是嚴重。	少玩電腦、電動玩具少打、少看電視。多往戶外走多運動，多感受大自然，自然身心都會比較健康。父母與孩子之間是互相影響的，所以要彼此多關懷。
44091	生活不論是物質享受、行、育樂便利什麼都不缺。	因社會動盪不安，只求平安健康快樂成長。
44090	較無童年。	身心能正常發展。
44087	比較沒有鄉土的氣息，生活空間變小，電玩太沉迷。	提倡戶外運動，多增加保健常識，建立健全好人格，提高內在道德觀念。
44088	在飲食方面：零食很豐富，速食食物很多。 在衣著方面：現在的孩子穿著很多變。 在精神上：現在的孩子不像以前的孩子常在野外玩耍，靠一些玩具、電玩、漫畫、網路。	我們老二抵抗力非常不好，藥吃太多，缺乏抵抗力。現在的飲食太多精品食物，周圍環境大多致癌物，為他們的健康憂心。
44085	缺乏自理性生活的能力。物質太優。	身心健康，有穩定的收入。
44089	資源來源、生活富裕、活動空間少、空氣污染。	希望孩子能無憂無慮的長大，成長後擁有自己的一片天，最重要的是身體健康，平安快樂的過一生。錢財是其次，夠用就好。如果能自給自足有自己美滿的家庭，是我最盼望的。
44100	物質營養過剩。科技發達，減少動的機會，進出以車代步在家與電腦為伍。	現代的孩子，每天攝取過量的熱量、糖分。導致體重過重、心臟、腎臟無法負荷。
45094	生活壓力明顯增加。視力變差，生活教育較不若以前的時代注重。沒有自由安全的空間可以玩耍。	
44093	便利性與科技的進步，許多的產品開發與創新，因應針對生活上的需要。	希望不要因為過多的文明產物，相對的破壞了生態環境以及影響小孩的健康發展。

流水號	重大改變	對未來的想法
44099	生活 EQ 低、適應性差。草莓族和水蜜桃族比比皆是。	自動一點主動一點，大人的建議要聽進去，多一分學習是為將來提升一分儲備能量。獨立自由。
44081	1. 功課壓力變大了 2. 科技資訊進步了。會的東西相對的也增加了許多。	希望他們能過的比我們更好。
44082	物質不缺乏。自然知識不夠	
44095	住的好、吃的好、穿的好。	現在的孩子像溫室的花朵，經不起曬。都希望在冷氣下生活。希望以後能夠讓他們都接觸大自然。
44077	現在的孩子幾乎沒童年成天都在補習班，壓力太大、人格各方面都不是很好。	現在文明病太多，希望小孩要飲食均衡常運動，更希望以後有個健康的身體和健康的人格。
44096	生活環境較好。	希望他們每天都快樂。當護士。
44079	現在孩子依賴性太強，思想早熟、偏激，沒有抗壓性。	孩子的抵抗力弱，運動的地方減少都吃沒有營養的食物，而且有嚴重的挑食。
44097	生活範圍空間縮小，課業壓力過大。	課業壓力。現在自殺的年齡一直下降。
44092	生活太富裕有自己的空間與時間。	孩子們如能健健康康平安長大長自己的希望與理想前進走向光明大道。懂是非、明事理。
43067	生活太便利了	健康就好
43034	物質及娛樂都比二十年前享受	希望他們不要抽菸、喝酒，永遠健健康康
43025	態度改變	
43026	食衣住行自由又進步	順其自然，健健康康
43027	花在視覺及感官刺激時間增多，較少去運動及閱讀時間減少	希望孩子身心健康，對遭受挫折能有抗壓性，勤勞、勇氣、積極、節儉
43030	食衣住行都更好了	健康就好
43069	壓力較大，抗壓性較弱，物質生活有改善	希望小孩永遠健康
43068	全部都是網路的世界	
43064	物質和器物	多運動和充實自己
43070	生活較多變化	身體健康，不要危害社會
43061	在物質上的慾望，比較容易得到，二十年前的孩子都必須做家事，現在他們因為家中的事少，所以沒有那麼多機會讓他們去學習，在好的環境中他們不懂珍惜，比較沒有抗壓性	希望未來能照著自己的興趣一路走下去，不要唸書和以後的工作出入太大，這樣就太辛苦了
43062	比較沒有活動空間	
43100	生活環境較優質，但空氣品質較差	適當的飲食，生活起居給予充裕，關心他的行為、思想、學習，並給予適當的幫助
43099	空間小，沒有給孩子玩的空間，每天就是看電視玩電腦，空氣品質差	希望他吃的了苦
43001	飲食、娛樂、環境、教育	現在生活步調變快，壓力變重，而污染的環境、水質、食物，對未來人的健康有很大的影響，社會的亂象正衝擊著現在的孩童，雖然台灣現在開放許多，正和國際接軌，但外來的思想及許多政治亂象，種種在考驗著這個生病的社會，不得不為未來的孩子擔憂
43002	生活，物質過的太好	活動量不足，身高體重不均衡
43007	較懂事	多運動 多讀書
43003	精緻，少接觸大自然，童年品質，物質高，娛樂差	
43005	生活物質方面變的更好了，但缺乏運動	飲食要均衡，零食盡量少吃，健康是自己的
43065	器物越來越先進，物質越來越好	沒疾病 活的快樂
43024	吃、穿、生活	平安就是福
43053	很難教	

流水號	重大改變	對未來的想法
43023	個性	對他的未來很支持
43022	當我們是小朋友時，鄉下總有很多好玩的事物，是現在的小孩子所不能比，但是現在隨著科技發達，現在的孩子不出門，也能了解外面的事物	希望對自己的孩子身體，能夠健健康康，但也希望他們將來能夠有好的未來，我是希望孩子本身能夠去學得一技之長，將來才能有好的出路，但也希望他們不要學壞，增加社會的負擔
43020	就草莓呀	沒救了
43017	資源較豐富，生活較多彩，科技進步	平安就是福
43015	父母比較呵護，對壓力無法承受	吃得下，菜色好即可
43012	會出現許多莫名其妙的問卷 我認為問卷之數量和都市化程度呈一定的正比	看不到未來
43011	上學與補習的時間比在家的時間長，電腦電視占據孩子大部份時間	懂得珍惜現有的一切 多一點思考 做事勿衝動 多與家人商量
43044	嬌生慣養，身體較以前的小孩差 對於分數較不在乎	
43045	不好教 難溝通	
43046	壓力大 物質較充裕，其實家長是要給小孩鼓勵才對	小孩子最重要，即是家長與家長之間不要比高低、比面子，才不會讓小孩生悶氣、高興上學、要吸收知識。最重要是本人非常反對政府開放那麼多的補習班，才能使小朋友開心健康成長
43043	壓力太大，抗壓力也大幅下降很多	希望他們可以自己照顧自己，做自己的調理師快樂長大
43050		平安就是福
43041	internet pc	
43042	價值觀改變，缺少責任感及危機意識	
43048	懂事許多	未來能照顧自己的起居和家庭，脾氣收斂，健康瘦一點、少吃一點
43049	沒什麼改變	孩子自己未來的想法，我一定會支持的
43035	沒救了	有健康的身體就有未來
43040	時代如何進化人文就跟進，教育如何改革素養就變遷，環境如何創作道德規範就改變	政局要穩定，教育制度要決定，環境要良善，社教要規範，人文道德進步，人性才得以進步
43039	隨著時代變遷生活環境不盡相同來說，其實孩子的生活，並不是說二十年前跟二十年後，改變的不是孩子的生活，而是時代的生活	任何人都是喜歡一群活潑又健康的孩子，而未來並不是我們目前能操控的，前如所示二十年前與二十年後相比恐怕這不是相比的問題，所以未來二個字根本不值一談，只要你是走過二十年前的人
43036	習慣與態度	不犯法都可以
43084	體能變差、生活圈變小。	
43077	1.週遭環境之安全，空氣品質，人與人之間的互動變劣。 2.食衣住行之改變便利性的。 3.誘惑增加。 4.科技發達電子正負影響。	我希望協助他改善過敏的鼻子，輔助他成家立業。
43089	太過舒適、安逸、抗壓性較低。	
43075	生活物質充裕，但休閒活動明顯降低。樂衷於電腦，缺乏運動。	願他們珍惜自己的身體，勿虛度時間，在課業上多用點心。未來是靠自己爭取的成功與否讓擔心轉化為祝福吧，我願和他們一起分享。
43057	現在的孩子被照顧的較好，因此在生活起居方面的自理性較差，且禮儀、規律也較差。	現在的孩子活動方式以靜態方式居多，因此普遍體能較差。尤其電視、電腦的影響視力非常差，實在堪憂又無可奈何。
43081	較會想、成熟。	他太胖了。
43059	1.外食比例高 2.食用速食店產品機會增多 3.接觸大自然機會減少。	
43085	1. 物質豐沛、資訊來源快。	學校宣導：飲食注重、自我管理。

流水號	重大改變	對未來的想法
43058	科技的進步拉開人與人之間的距離，孩子每天面對的是電腦，而不是同齡的孩子。失去了很多處於孩童時期的純真。	有健康的身體才能落實自己的目標，所以健康的身體是一切的基礎，將來孩子討論是動腦或是動手工作，有健康的身體就是踏出了穩健的第一步。
43056	物質生活優渥太多，但親子之間反而比較疏離。現代小孩太早即背負很多壓力，提昇並要求學習，而不能正常的過童年生活。長之便成小大人反而對學習失去興趣。	兒童應自然循序發展，不要以大人的想法去干預他們的成長，或想把小孩子塑造成預設的形象。關懷孩子，但也要尊重他們的獨立的個體。
43051	現在的孩子們在物質上比二十年前的好了很多。可以隨心所欲的獲得自己想要的。但相對的在精神上也失去了很多，所以現在的孩子們在過度的保護下抗壓性也弱了很多。	當然希望孩子們都健康，但對於現今的所有污染，不管是食衣住行各方面都沒有安全感。想要一直擁有健康的身體，似乎有點難。但是做父母的，還是會盡量使孩子獲得充分的營養，讓他們有更健康的身體去面對未來。(當然身心方面都得照顧)。
43096	現代的小孩幸福多了。電腦電視電動應有盡有。難怪視力體力都大不如前。	都不愛運動整天窩在家，身體越來越虛弱，動不動就生病，飲食也不健康，都往左右長。他們那天自己可以警覺。
43082	頭腦靈活，聰明活潑。物質較以前享受，外界誘惑增加，較無法獨立自主，易隨波逐流。	對孩子的健康，傾向於有強健體魄、身心健全避免染上不良的毒品及嗜好。未來期望小孩能對社會貢獻一份力量，多愛護這個地球，更要珍惜所居住的台灣這個寶島。
43073	生活禮儀教差，遇挫折不能排除，外向活潑。	有一個健全的身心。能為我盡一份力。
43071	都 在玩電腦	
43087	生活圈變小	
43074	科技很發達，吃的玩的都比以前好，他們也變的很懶。	不要變壞什麼都可以。不要去偷去搶都可以。
43083	生活較多變化、吃好、穿好、玩好。	當然希望孩子都很健康。未來任由他發展。
43092	比較瞭解自己，對自己負責任。	
43095	物質上、思想上也較開放了。	希望能考上理想學校。找份好工作。
43086	體質較差。	
43079	舒適、安逸、活潑、快樂。	快樂成長，勿把惡習染身，成為社會有用之人。
42044	比較依賴， 自私，人情味薄，壓力較大	健康方面：不准小孩在外亂吃，三餐親自烹調 菜色簡單不重複 未來方面：隨其興趣，不特別要求
42036	服裝，態度，文化，觀念	能走正當的路線
42052	養尊處優，能力體力毅力大不如前	養成運動的習慣，注重個人衛生，能忍受失敗，承受壓力 愈挫愈勇
42040	反應敏銳，勇於表現自我，獨立	父母都希望自己的子女，能健康的成長，注意衛生環保，常常告訴孩子，未來是掌握在他們自己手中，讀書識字都是為了將來鋪路，孩子亦能認同
42065	身高、娛樂	能注意心理社會層面的健康，生活環境能安全不會傷害到小孩
42054	愛玩，好動，認為讀書不重要	吃得健康長的高，希望飲食能均衡
42038	以前的孩子比較獨立又歹命，現在的孩子比較膽小又好命又依賴，要讓孩子學習獨立生活要充實	早睡早起身體好，多運動，吃一些五穀雜糧，多吃水果
42046	現在的小孩活動空間較不足， 但生活品質提高， 物質生活品質較高	對孩子希望他們身心均健康長大
42056	比較依賴父母，懶惰 亂花錢，對事情不負責任，對長輩不禮貌	希望健康長大，有正常的思想與觀念，平平安安的過日子
42062	舒適幸福， 物質上不虞匱乏且不能吃苦，抗壓性差， 倫理道德低落	百萬的錢財皆不比有健康的身體重要，凡事應以健康為重，認真負責，積極面向所有挑戰，成功不是靠幸運而是努力，故要有正確的方法
42035	物質條件好太多了，競爭壓力也比較大	健健康康，平安長大，快快樂樂的學習
42037	行為、穿著、說話	努力

流水號	重大改變	對未來的想法
42033	比以前還要好，要什麼都有	只要健康沒病就好
42047	叛逆性較強，物質方面不缺乏，有足夠的金錢，壓力太大	只希望孩子能健康的成長，期望歸期望，最基本要顧慮小孩的壓力
42066	現在的孩子比以前生活好很多，現在的孩子又比較壞不聽話，還會跟父母頂嘴	希望孩子身體健康，不要生病或是感冒
42048	吃得較好，幾乎不必煩惱，有遊戲機可玩	順其自然，平安就是福
42039		越來越好
42049		希望小孩子健康，不要學壞，努力向上
42058	e 化，提前雙語化，教育改革，缺乏生活體驗	加強倫理觀念，提高抗壓性
42055	升學壓力，環境因素	改善生活環境
42064	現在時代在進步，有電腦課業也比較複雜，流行性病也蠻多的	希望他們都能健健康康的，未來看他們自己，想做什麼就去做，只要不去做壞事就好
42057	空間較小，外誘太多	希望身高一七 0
42061	發育快，依賴心重，愛享受，不喜歡和父母溝通	希望能改善現在各種污染的環境，希望醫療體系能健全和合理化 在食品衛生管理，希望政府單位多多加強 在教育上，希望學生人格發展，能有效發揮教導的功能
42001	太會享受，什麼都要名牌的，不懂得珍惜。	能健康就好了。
42003	現在的孩子生活物質、資訊，比以前好，但是在日常生活起居，較以前的孩子依賴，獨立性較差。	希望孩子除了健康外，要腳踏實地，不要懷有一步登天的幻想，穩定中成長，開創自己的未來。
42004	物質生活富裕，自主意識觀念強，對於物質一直奢求。什麼東西都要用名牌，不懂得感恩回饋。	健康方面：對於他吃的方面，我會多做建設性的建議，給了他很多健康方面的約定，這方面沒什麼問題。 未來方面：看他自己的造化，畢竟他所想的並不是我們的期望，只能由他自由發展。 我亦希望學校能多些正面的教育，讓孩子們多關心別人，不要一直想幫自己，一定要貢獻社會，千萬別做問題青年。
42005	1.物質豐渥相差甚大。 2.較為依賴，缺乏獨立自主的能力。 3.較為浪費，不懂惜福、珍惜。	1.應多參與戶外活動鍛鍊體能，少吃垃圾食物。營養要均衡。這樣才能有健康的身體。 2.應充實自己，對將來有個立定目標，砥礪自己朝著目標努力，必能走向成功之路。
42011	書看的比較少、戶外活動比較少、獨立性不夠。	希望能平安，不受外在的誘惑(抽菸、吸毒)
42012	現在孩子每天電腦取代了一切，而且速食更是取代了吃。所以身體方面較差，沒運動更是關鍵。	希望孩子能夠身體健康，別走錯道路，別讓社會付出太大的代價。
42013	1. 生活較為富裕，休閒方式有重大改變，如 KTV、網路。 2. 功課壓力沒以前大，加上外界的誘惑，極少有自動自發用功看書的小孩。	學識與運動並進。加強體能的訓練。
42014	緊張、孤單。	希望將來能有快樂和自由的身心。
42016	食衣住行皆有天壤之別，社會亂象，使得正常家庭中的小孩受父母百般的呵護，很難想像 20 年前的小孩能獨立保護自己或提早有謀生能力，而現在的年輕人也許靠父母生活伸手的一大堆。變成好高騖遠、不切實際的新世代。	孩子要健康；當然身心皆具。但是時代改變，離婚率高升，不健全的家庭造就了太多問題小孩，所以身體健康不容易健康，而學校是個大鍋爐，本身不把持，父母不專注，那麼辛苦付之流水。
42018	物質改變，觀念改變價值觀改變。	多做運動、少吃油炸和垃圾食物、生活規律，多調節心理壓力。
42019	1.環境複雜：資訊來源豐富、污染的視訊很普遍。 2.交通速度便捷。 3.電子通訊普及方便。 4.都市叢林越來越大。 5.飲食越精緻多樣化。	如果能養成多運動的習慣，不僅身體健康，心理也能帶動起來有活力。
42020	更乖。	多玩電腦、看電視漫畫，增加頭腦靈活度。

流水號	重大改變	對未來的想法
42021	獨立性不足，依賴性過重。	健康重於課業，為有身體與心理健康，才有正常的人格發展。
42022	電器用品更加發達。	希望他們健健康康快快樂樂的。
42031	都在玩電腦上網咖。	
42030	科技進步，造成現在的小孩吃不了苦和不懂惜福。	希望孩子在求學階段努力用功上進。學成之後能有好的事業(事業有成)，再則只要一切平安，即是福。
42029	現在：生活太好、太安逸。沒有危機意識和不肯吃苦。個個都是電視兒童。優點是取得知識較容易。	希望每個小孩健康快樂長大能有較正確的健康飲食及生活目標。對未來較有健康的身心，朝著自己的理想和目標去做。快樂就好。
42028	現在的小孩物質較優渥生活富裕，不知人間疾苦，下課後只曉得打電腦逛街購物，比起 20 年前的小孩真是太好命了。	有百分之九的小孩視力不佳和肥胖都是缺乏運動的關係。
42026	活動空間狹小、假日都在打電腦看電視居多、戶外運動缺乏。	少運動、抵抗力較差所以常感冒。
42025	太會享受了、太浪費、不懂珍惜。	能健康就好了。
42024	資訊進步，電腦使用。	
42100	金錢使用的觀念、物質享用第一、不太吃苦。	
42077	物質上的改變。	很健康。
42088	飲食上比較好相對速食食物也多。交通上車多，安全顧慮多。資訊發達在電腦桌上時間多，戶外時間少。	飲食要均衡，基礎教育要確實。
42092	差不多。	隨其資質，平安健康即可。
42068	現在的小孩較幸福，想要的東西較容易得到，也比較有自己的想法。相較之下體力及耐力可能不及 20 年前的孩子相比。	我希望我的小孩能平平安安長大一步一腳印。成長過程裡讓孩子學會如何面對自己的選擇。
42098	抗壓性不足。	不要有痛痛的長大，往自己喜歡的路走去，不要學壞就好了。
42082	知識發達生活富裕。	要注重運動常識。
42097	1.沒有自主權 2.依賴性很重。	比較沒有運動、容易感冒。
42080	生活品質寬裕。	自立自強，獨立不饒。有不怕難的精神。
42083	物質生活的改善、居住的環境改變、學習空間的多元化。	希望兒女都能健康快樂的成長，希望都能發揮所學專長，有好的前途願景。
42076	讀書壓力大、補習量大。玩樂方式改變。	健康：還有一些信心 未來：競爭壓力大，有些擔心。
42073	1.接受教育方式比較開放，學習更多技能。 2.一般家庭生活較富裕，需求反能滿足。 3.比 20 年前孩童更為早熟。	有健康身體方可以創造更佳未來，可以應對孩子的健康方面多家注重，應給予孩子們應時的運動。
42085	科技進步迅速。玩樂方法不同。	永遠健康、幸福、快樂、美滿。
42094	學業。以前的孩子很乖、現在的小孩很叛逆改變很多。	健康。我們希望他很健健康康的身體。
42081	好逸惡勞、沒大沒小、愛慕虛榮。	只願能長命百歲，未來只能順其自然。
42076	愛看電視；愛玩電腦、愛休閒運動。	減輕孩子的課業負擔多做戶外的運動及教學。學校定期的身體健康檢查及教育。
42079	物質生活提升、課業壓力大。	快樂平安。
42091	電腦快速成長，綠色大地漸漸縮小。孩子成長空間幾乎快沒有。這就是 20 年的變化。	不敢想像 OK
42070	較成熟些。	多照顧好自己的身體!

流水號	重大改變	對未來的想法
42074	現代孩子生活在比較繁雜的社會，誘惑比較多，管教不易。	希望孩子身強體壯，生活在無憂無慮的社會中快樂成長。
42069		健康是自己的，要好好珍惜
42090	個性叛逆、思想開放、不懂得尊重。	身心健康、有穩定的工作、安定的生活
42075	現在科技發達，小孩都整天玩電腦傷眼睛。	希望小孩可以多運動才會健康。
41025	1.因物質生活較不匱，乏故無法體驗當思來者，不易創業惟艱 2.媒體資訊普及至各個角落，容易吸收到課外不良影響 3.唯有密切與師長配合，才能有效的杜止外來不良的誘惑 4.加強尊師重道之禮節，和誠懇待人處世之態度	1.定期實施體能測驗分組，依個人與團體配合為主 2.針對德智體群均能，踏實的執行勿忽略弱小的同學 3.重視啟發視之人文教學，多發掘出孩童的潛能 4.注重戶外教學及認識環境為首要條件，進而適應社會的變遷
41007	怕壓力，電視兒童	
41006	缺乏競爭力，抗壓力小	
41018	隨著時代的進步，各方面都在成長改變	注意生活環境周圍，隨時保持乾淨
41023	重視自己，不懂得感恩	能多運動
41028	物質豐富，環境舒適，養成惰性	保持身體健康，跟上時代腳步，擁有平穩的生活
41020	物質方面充裕，思想方面較前衛，不太接受長輩勸導	擁有健康的身體
41003	資訊，營養，吃太多垃圾食物	
41001	偏食，生活環境品質較差，看電視及玩電動，上網時間較長，運動量明顯不夠	孩子的身體健康強壯，有個屬於他興趣的工作
41021	過去淳樸天真，現在喜歡耍小聰明自我鑽牛角尖	平安健康，順其自然發展，不太強求
41017	舒適，便捷	能有一個更多想像空間的環境
41008	現在的小孩在物質方面充裕	孩子擁有健康的身體，在成長方面是一大要素
41031	太依賴電腦	
41029	物質方面，環境	
41026	衣食無慮，只要家長能力所及都可以給孩子滿意的生活	希望他能再減肥，保持標準的體重，對未來能有一份穩定的工作
41060	與鄰居的孩子交流較少，競爭壓力較大。	希望他們未來能適應社會過著獨立自主的生活，希望他們健康快樂。
41034	有電視可以看。打電腦、電動，太好命了。	身體健康，有一個好的工作。
41062	超好命的，父母保護好好的。	自己多注意一點。
41065	1.學校實施閩南語和英語教育。 2 普遍教導學習電腦。 3.缺少了童心，比較不能有抗壓能力。	我只希望我的孩子在校學習方面不要差別人太多，也希望他能夠獨立自主，以後自己有謀生能力。
41044	科技昌明，學習範圍較寬闊但基礎教育不夠完整，易為電腦網路所迷失，甚至流連網咖。	成天守著電視與電腦，使小孩的活動時間很短，身體變差求學當中多補足體育活動。好可以助益健康。未來才不致造成有腦無力之新文明人。
41066	物質生活提高，精神生活較缺乏，抗壓性降低。	注重身體健康並擁有正確人生觀。
41035	物質充裕。	身強體壯！光明平坦道路。
41058	現代的孩子物質方面比較充裕，但精神方面壓力大。	希望他們認真讀書，平安長大。
41043	比較聰明好動。	給予均衡的營養。
41064	生活緊張，空氣污染。	現在的孩子對於飲食比較好，但是未來課業的競爭還是要加油。
41040	空間變小、綠地少。課業競爭導致在補習班的時間較多。	希望他能快樂成長會因課業上的壓力造成他放學後不能放輕鬆去打球，與家裡的相處多一點，相對的健康也就 OK。
41050	現在比較有壓力快負荷不了。以前小孩雖然較辛苦但無憂無慮比較沒競爭力。	希望有健康的身體才有美好的未來。

流水號	重大改變	對未來的想法
41037	時代進步。	
41046	童年的日子，少了許多的玩伴，但多了物質的享受。少了與人群接觸的時間卻增長資訊的知識。	很多事情都是水到渠成，只要孩子們活的快樂! 行為正當。我想做父母的最重要的，是給孩子正確的人生觀。適時的給予引導，如此一來，相信孩子們未來的路應該不會有的偏差。
41055	生活品質的改變。	健康長大。
41056	追求生活品質，禮貌欠佳，不懂尊重別人。 自私自利、課業壓力重。	快樂、平安。做任何事要以歡喜憂心來完成，仔細考慮每件事情，在挫折中要反省自己找長輩一起溝通。
41053	升學壓力。	可以順利平安、健健康康、順其自然、快快樂樂的成長。
41038	很舒適。	希望健康平安長大。
41052	1.看電視、電腦螢幕時間大幅增加。 2.功課壓力大幅提升。 3.活動空間與時間不在充裕。 4.家廚飲食大幅減少。	1. 健康是所有一切根源，孩子的健康(身、心、靈)。 2. 孩子的發展與創意無限，尊重與輔導及教育取得平衡點，雖然難以確實掌控，但不能完全尊重不成熟的童真，方能引導正確的道路，目標的訂定與修正也成必然。
41047	科技資訊發達，電視電腦普及，孩子可以從中獲得知識。懂得事物也較 20 年前多。但負面影響也不小。	希望孩子健康快樂成長無病無痛。學業方面希望能出人頭地。
41042	1.活動空間變小，較無法接近大自然。 2.物質生活太過充裕。 3.自己動手做的機會變少了。	首先，當然希望他有個健康的身體與心理。因為健康的身體是做任何事的基本要求，樂觀、開朗的心理是將來面對任何阻力的助力。
41063	孩子只比較注重金錢生活方面要多改善。	要多家注重營養、多喝有鈣質的飲料、多吃蔬菜水果、給孩子有健康的生活空間。
41051	網際網路，電腦	快樂成長
41067	資訊時代凡事都是電子的環境。視覺所看到的不是大自然的環境。只要是遊戲類的都無法像以前那樣，從遊戲中讓身體更健康，幾乎都沒有了。	現在的小孩缺乏責任感，凡事都要別人幫他處理好。如果他們能對生活環境多在乎些相對的身體健康會更好不是嗎? 例如：整理房間可從內訓練責任心，相對的在整理的過程中至少身體的機能是動的，而不是像一直坐在電腦桌前只有眼睛與手動不是嗎?環境整理乾淨了病菌自然會減少，過敏原減少了代謝多了身體自然就健康，抵抗力強了。做任何事才會有清晰的頭腦去完成該做的事。 謝謝你們在現在的社會環境還用作如此的問卷，真是辛苦了!但，說真的，題目的格式有些或許讓我不知如何填寫?且我不知道真正的方向去表達內心真正的想法，不過我配合了您的用心，我也填寫完成了! 下次若修正後再需要配合，我一定全力以赴去填寫，這就是給自己內心的一份責任心。謝謝您哦!
41086	身高較高 體重較重 比較被動 較不易溝通	身體健康 將來有好的職業
41075	二十年前經濟物質都相當繁榮了，經濟好的一樣過的很富裕，而現在的小孩是溫室的花朵，抗壓性低加上家庭結構各有不同，獨生子女均是相當優秀聰明，受到的教育比以前好，但是生活體驗還不夠	現代食物營養相當高，小孩子發育的也較早，大家都吃得很好，若沒有其他能發揮體能或腦力的課程，小孩子會變懶，或找不到他的性向發展，只好藉吃來滿足慾望，所以學校裡小胖子不少
41093	草莓族需要父母關懷倍至，整天提心吊膽，交友更是不容稍不慎	健康是終身的期許 未來能望女成鳳
41068	資訊業太發達，幾乎每個孩子都擁有彩色電腦和手機	對他們日常飲食，有著高度關懷，幾乎讓孩子在家中用餐，較少吃外食，不喜歡孩子到空氣不好的場合，特別是會吸到二手菸的任何場合非常忌諱
41070	自立性 抗壓性	
41071	現代科技發達，第四台整天都有電視節目，而且家家戶戶幾乎都有電腦，生活品質也比二十年前好太多，要什麼有什麼，對自己的東西物品也不會珍惜，常丟東丟西，簡直是太好命了	不予置評，反正不看好

流水號	重大改變	對未來的想法
41074	吃穿皆比以前好，比以前的孩子難管教	健康 平安長大， 用功讀書
41077	以前是農業社會，孩子較文靜乖巧，現在是工業資訊社會，孩子較活潑天真靈俐大方	希望他們身心健康，發育正常
41078	週遭環境的改變，教育的改變	
41081	現在資訊和經濟比二十年前發達，所以現代小孩需要的物品就更好了	
41082	物質生活富裕，社會上太多不良示範，誤導著年少不懂事的孩子	不偏食適當的運動，有個健康身心樂觀進取，求學階段認真讀書，充實學識將來自力更生
41083	生活自理能力差，反應力不足，不刻苦耐勞，欠缺道德觀及同理心	身心靈之相輔相成，培養孩子之 EQ 能力與抗壓力，具有道德觀及同理心，才能將所學發揮於社會，有助於淨化社會之作用
41084	比較有依賴性，生活比較富裕	讓孩子的生活，不要有課業壓力，讓孩子的身心都有健康的發展，未來就靠他們自己本身的想法做法，做父母的就只能從旁協助吧
41091	電腦 英文	
41092	凡事父母擔當，小孩不知人間疾苦，生活優裕，相對的課業吃重，造成壓力過大，外表高大內心貧乏，隱性疾病較嚴重如憂鬱	建議課業減少，少吃垃圾食物，西化文化要選優而改，雖全球化腳步不可否認，但政府是否先把關，對家長也是一大助力，小孩的身心靈健康，國家才強壯
41093	生活環境優異	正常發展
41095	功課壓力重，休閒時間變少，物質生活變更充裕	多建設兒童遊樂公園
41096	教育與教學硬體的改變，資訊發達	望孩子的興趣 想法 加以補充 開導
41100	課業壓力大造就補習文化，休閒大部分以電腦電視為重	健康及未來的憂慮 1.空氣汙染氣候異常 2.治安敗壞交通紊亂 3.生活壓力失業危機
41099	以前的小孩放學就是幫忙作家事，現在的小孩放學就是補習班	健康長大不要學壞，至少中上程度