

技職院校學生自我健康評估及其預測變項之相關研究

洪惟泉¹ 王金蓮²

摘要

本研究之目的，在於瞭解目前技職院校學生的健康狀況及影響其健康的主要因素。受試對象為德霖技術學院的學生，以問卷方式來進行資料之收集。內容除基本資料外，另以自我健康評估為效標變項。資料處理以 SPSS for windows 統計軟體作變項間之描述性統計、卡方檢定、相關及迴歸處理。結果發現：1. 男、女生自我健康評估非常接近（平均數為 3.27 及 3.02），都屬「健康型」。2. 不同性別受試者在自我健康評估的父、母親每天抽菸量、自己的飲酒量、父、母親每天飲酒量等變項上未達顯著差異；在其他變項上均達顯著差異。3. 不同學制別男生受試者在規律運動、睡眠量、父、母親健康狀況評估、遺傳基因、心理壓力、生理壓力及服用保健藥物變項上均達顯著差異。4. 不同學制別女生受試者在運動習慣、自己的抽菸量及自評自己的健康狀況變項上達顯著差異。5. 透過迴歸統計方法所選取之預測變項男生以睡眠量、心理壓力、性好奇、服用保健藥物、運動習慣、自己的抽菸習慣、遺傳基因、使用禁藥等八項為預測變項，其可解釋效標變項總變異數的 39.3%。女生以運動量、心理壓力、生理困擾、睡眠量、母親健康狀況、性好奇、遺傳基因等七項為預測變項，其可解釋效標變項總變異數的 29.9%。

標準化的迴歸方程式為：

男生：

$$Y = .325X_1 + .246X_2 + .176X_3 + .181X_4 - .177 X_5 + .132 X_6 + .122 X_7 - .089 X_8$$

女生：

$$Y = .180X_1 + .239 X_2 - .148X_3 + .198X_4 - .164X_5 + .176X_6 + .125 X_7$$

關鍵字：技職院校學生、自我健康評估

1 德霖技術學院體育組講師
2 輔仁大學體育系講師

The study on Assessment of Self-health Status and the Relationship of Predictive Varieties among Institute College Students

Wei-Chuan Howng Chin-Lien Wang

Abstract

The purpose of this study was to understand the assessment of self-health status and the relationship of predictive varieties among Institute college students of De Lin. The questionnaire was administered as the research instrument. Descriptive statistics, χ^2 test, multiple regression were utilized for data analysis. Within the scope of this study, the following conclusions were reached: 1. As the gender, the assessment of self-health status were the type of "healthy". 2. There were no significant difference in parents' smoking, self- drinking, and parents' drinking. 3. As the difference institute year, there were significant difference in male students' exercise habit, sleeping, parents health status assessment, gene, psycho pressure, mental pressure, take vitamins. 4. As the difference institute year, there were significant differences in female students' exercise habit, self-smoking, self-health assessment. 5. sleeping, psycho pressure, sexual curious, take vitamins, exercise habit, self smoking, gene, and take illegal drugs as the male's eight varieties predictive varieties. R square as .393. 6. Exercise habit, psycho pressure, mental pressure, sleeping, mothers' health status, sexual curious, and gene as females' seven varieties predictive varieties. R square as .299. Standardized regression model:

Male

$$Y = .325X_1 + .246X_2 + .176X_3 + .181X_4 - .177 X_5 + .132 X_6 + .122 X_7 \\ - .089 X_8$$

Female

$$Y = .180X_1 + .239 X_2 - .148X_3 + .198X_4 - .164X_5 + .176X_6 + .125 X_7$$

Key words: institute college students, self-health status assessment

壹、緒論

近數十年來，由於科技的進步以及工業的發達，使得國民所得增加，生活環境與生活水準提高。然而，由於生活的富裕使得大多數國民的飲食失衡，引起肥胖；且在忙碌而緊張節奏的工商社會生活中，忽略了衛生保健的重要性，減少了參與健身活動的機會，導致退化性疾病及精神官能症等病症的增加，已嚴重成為威脅國人健康的主要殺手。在 1976 年美國國家衛生局的統計發現：「在十大死因裡的 50% 死亡是起因於國人不健康的行為及生活型態」。由此可見，不健康的行為及生活型態對人類壽命有極大不利的影響。

由於現代醫學進步以及現代化的生活環境與生活方式，確實可以幫助人們活得更「長壽」，但長壽不一定就是健康。在現代的健康觀念裡，人們非常重視生活的「品質」與環境的「適應」。許多國家及學者們都致力於有關健康方面之探究，期望能發展出一個可用來增進健康及作為評估健康的指標。在他們的研究裡有共同的發現：「以自我健康評估法評估自己的健康狀況和醫生藉助醫療儀器和相關工具評估個人的健康狀況相比較，其結果有顯著相關」(Sherman & Smith, 1989; Larson, 1992)。此後，相關類似的研究有系統的持續進行，讓我們也發現隨著社會的變遷，與促進健康有關的因素也日異增多。姚漢禱(民 82)的研究指出：「大學生的不同類型生活方式之間，在健康體適能方面有顯著差異。在有、無規律運動的健康體適能方面有顯著差異」。黃毓華(民 84)的研究指出：「大學生的健康概念、健康行為自我效能、自覺健康狀況分別與健康促進生活型態呈正相關；以健康行為自我效能、健康概念及性別共同預測健康促進生活型態，可解釋之變異量達 49.8%」。蘇俊賢(民 87)的研究指出：「影響我國大學學生健康的重要因素為適當的運動量、生理壓力、心理壓力、充足的睡眠量及父母的健康程度。當以生理壓力、運動量、心理壓力、睡眠量及抽煙量等為預測變項時，其可解釋學生自我健康評估效標變項總變異數達 20.2%」。

青年是國家未來的棟樑，知識份子為國家社會未來的中堅幹部。其大學校園生活與生活型態、習慣的養成，勢必對其身心發展與生理狀況帶來極大的影響。因此，學校不僅要提供給他們一個完善的求學環境，傳授予全人的知識與教育，更得留意與協助他們身心的平衡與發展。因此，本研究的目的是在於探討：

- 一、不同性別學生自我健康評估變項的差異情形。
- 二、不同學制別學生自我健康評估變項的差異情形。
- 三、不同性別學生自我健康評估預測變項的關係

貳、研究方法

一、研究對象

本研究以德霖技術學院全體學生為母群體，以學制別(五專、二專、二技)

為單位，採集叢抽樣方式來抽取樣本。於 90 年 11 月執行測試工作，全校共發出問卷 850 份，回收 739 份，去除答題不完整問卷 52 份，有效問卷為 687 份，有效回收率為 80.8%。

二、研究工具

本研究「德霖技術學院學生健康自我評估與其預測變項之關係」問卷係自行定編，內容共分為兩部分：第一部分為「個人基本資料」；第二部分為「個人健康相關因素」。有關個人健康相關因素之題項，係依據文獻探討的結果，針對問卷內容與題型設計的適切性，除儘量符合理論架構外，並請教相關領域之學者專家。問卷先行預試，依據預試所得之資料進行項目分析，採內部一致性效標法（criterion of internal consistency）及相關分析法（correlation analysis）以做為選取適切題目之依據；並以 Cronbach 作信度分析（ $\alpha = .7188$ ）。根據結果，再整理修訂成正式問卷。

問卷內容分別說明如下：

（一）個人基本資料包括：姓名、學制別、科別、年齡、身高、體重。

（二）個人健康相關因素：

1. 運動習慣：為瞭解其每週所從事有計劃性、有規律之運動。分為：「從沒有、每週一至二天、每週三至四天、每週五至六天及每週七天都有等五個向度」。
2. 自己的抽菸量：為計其每天抽菸的量數。分為：「從沒有、每天半包以內、半包至一包、一包至兩包及在兩包以上等五個向度」。
3. 父親的抽菸量：為計其每天抽菸的量數。分為：「從沒有、每天半包以內、半包至一包、一包至兩包及在兩包以上等五個向度」。
4. 母親的抽菸量：為計其每天抽菸的量數。分為：「從沒有、每天半包以內、半包至一包、一包至兩包及在兩包以上等五個向度」。
5. 自己的飲酒量：為計其每週飲酒的天數。分為：「從沒有、每週一至二天、三至四天、五至六天及七天都有等五個向度」。
6. 父親的飲酒量：為計其每週飲酒的天數。分為：「從沒有、每週一至二天、三至四天、五至六天及七天都有等五個向度」。
7. 母親的飲酒量：為計其每週飲酒的天數。分為：「從沒有、每週一至二天、三至四天、五至六天及七天都有等五個向度」。
8. 睡眠量：為計其每週的合宜之睡眠天數（以正常每日八小時計）。分為：「從沒有、每週一至二天、三至四天、五至六天及七天都有等五個向度」。
9. 自我健康狀況評估：以和自己同年齡層、同性別的人相比較。分為：「自認為非常不健康、不健康、差不多、健康及很健康等五個向度」。
10. 父親健康狀況評估：以和其同年齡層同性別的人相比較。分為：「自認為非常不健康、不健康、差不多、健康及很健康等五個向度」。

11. 母親健康狀況評估：以和其同年齡層同性別的人相比較。分為：「自認為非常不健康、不健康、差不多、健康及很健康等五個向度」。
12. 遺傳基因：自認為遺傳基因對其健康狀況的影響程度。分為：「完全沒影響、有一點影響、有部分影響、有大部分影響及完全有影響等五個向量」。
13. 生理困擾：為其在日常生活中對於生理方面的困擾之感受程度。分為：「完全沒有、偶爾有、有一點、常有及經常有等五個向度」。
14. 心理、精神壓力：為其在日常生活中對於在心理、精神方面的壓力之感受程度。分為：「完全沒有、偶爾有、有一點、常有及經常有等五個向度」。
15. 服用保健藥物：為其在日常生活中為增進身體之健康而有服用維他命等之習慣。分為：「從沒有、偶爾有、有時有、常有及經常有等五個向量」。
16. 使用禁藥：為其在日常生活中為振奮精神或尋找刺激而非法服用或注射刺激藥物。分為：「從沒有、偶爾有、有時會、常會及經常會等五個向量」。
17. 與異性交往的意念分為：「從沒想過、不想、順其自然、想有、很想有等五個向量」。
18. 性好奇、性幻想之意念分為：「完全沒有、偶爾有、有一點、常有、經常有等五個向量」。
19. 性行為經驗方面，以「有、沒有二個向量表示」。
20. 身體質量指數：本研究採行政院衛生署、行政院體委會、教育部體育司及美國運動醫學會(ACSM)皆採用的「身體質量指數」(Body Mass Index, BMI)來代表身體組成情形。是直接以身高標準化的相對體重估算肥胖程度；其公式為： $BMI = \text{體重} \div \text{身高}^2$
BMI < 19 者為稍瘦等級； $19 \leq BMI \leq 25$ 為理想等級；
 $26 \leq BMI \leq 29$ 為稍胖等級； $30 \leq BMI \leq 40$ 為肥胖等級；
BMI > 40 以上為過度肥胖等級

三、資料處理

所蒐集的資料，利用 SPSS 9.0 for Windows 之套裝軟體執行，所採用之統計方法如下：

- 一、描述性統計：以平均數、標準差來描述樣本之特性。其他變項則以次數及百分比率來說明樣本之分佈情形。
- 二、以卡方檢定(χ^2)考驗分析與考驗不同性別、學制別在各變項的差異情形。以細格校正後標準殘差值來進行事後比較；Haberman (1978) 指出，校正後標準化殘差的機率分配接近常態分配，因此在雙側考驗下，可以 1.96 做為 .05 顯著水準的臨界值，2.58 為 .01 的臨界值。
- 三、以皮爾遜積差相關法來瞭解自我健康評估與各變項間的相關情形。

四、以逐步迴歸分析來瞭解有關效標變項與預測變項間的關係及解釋變項之預測能力。

五、本研究有關統計上的考驗，均設定為 $\alpha = .05$ 之顯著水準。

參、結果分析與討論

一、受試者個人基本資料之描述性統計

(一) 本研究受試者的年齡、身高及體重之基本統計值

表 3-1-1 全體受試者之基本統計值表

性 別	變項名稱	人數	最小值	最大值	平均數	標準差
全 體	年齡(歲)	687	17.42	26.08	19.42	1.048
	身高(公分)	687	145.00	190.00	167.80	8.165
	體重(公斤)	687	35.00	118.00	58.70	10.345
男 生	年齡(歲)	412	17.58	26.08	19.75	.954
	身高(公分)	412	155.00	190.00	172.60	5.934
	體重(公斤)	412	42.00	118.00	64.30	12.273
女 生	年齡(歲)	275	17.42	25.16	19.08	1.692
	身高(公分)	275	145.00	180.00	161.30	5.473
	體重(公斤)	275	35.00	83.00	50.20	7.780

就受試者而言(表 3-1-1)，全體受試者共有 687 人，(男生有 412 人，女生有 275 人)，平均年齡為 19.42 歲，平均身高為 167.8 公分，平均體重為 58.7 公斤。男生平均為 19.75 歲，身高平均為 172.6 公分，體重平均為 64.3 公斤。女生平均為 19.08 歲，身高平均為 161.3 公分，體重平均為 50.2 公斤。

(二) 不同性別與學制別、科別受試者之基本資料分析

表 3-1-2 不同性別與學制別受試者之基本資料分析表

性 別	學 制 別			總 數
	五 專	二 專	二 技	
男生	252	109	51	412
總數%	36.7%	15.9%	7.4%	60.0%
女生	169	74	32	275
總數%	24.6%	10.8%	4.7%	40.0%
合計	421	183	83	687
總數%	61.3%	26.6%	12.1%	100.0%

就學制別而言(表 3-1-2)，五專受試者有 421 人(男 252 人，女 169 人)，佔 60.3%；二專受試者有 183 人(男 109 人，女 74 人)，佔 26.6%。二技受試者有 83 人(男 51 人，女 32 人)，佔 12.1%。

(三) 不同性別與科別受試者之基本資料分析

表 3-1-3 不同性別與科別受試者之基本資料分析表

性別	科 別			總 數
	工科	商科	外語科	
男生	377	23	12	412
總數%	54.9%	3.3%	1.7%	60.0%
女生	45	98	132	275
總數%	6.6%	14.3%	19.2%	40.0%
合計	422	121	144	687
總數%	61.4%	17.6%	21.0%	100.0%

就科別而言(表 4-1-3),工科受試者有 422 人(男 377 人,女 45 人),佔 61.4%;商科受試者有 121 人(男 23 人,女 98 人),佔 17.6%。外語科受試者有 144 人(男 12 人,女 132 人),佔 21.0%。

二、自我健康評估相關因素之描述統計值

(一) 男生受試者之相關變項之描述統計量

表 3-2-1 男生受試者之相關變項之描述統計量表

變項名稱	人數	平均數	標準差	變項名稱	人數	平均數	標準差
自我健康評估	412	3.27	1.05	母親健康評估	412	3.34	.93
運動習慣	412	2.28	.85	遺傳基因	412	1.76	.84
自己抽菸習慣	412	1.45	1.11	心理壓力	412	2.29	1.03
父親抽菸習慣	412	1.93	.47	生理困擾	412	1.67	.72
母親抽菸習慣	412	1.09	.55	服用保健藥物	412	1.31	.78
自己飲酒習慣	412	1.16	1.08	使用禁藥	412	1.20	.72
父親飲酒習慣	412	1.67	.51	與異性交往	412	3.30	.99
母親飲酒習慣	412	1.15	1.25	性好奇	412	2.52	1.06
睡眠量	412	2.65	.93	性行為經驗	412	1.24	.43
父親健康評估	412	3.50	.92	身體質量指數	412	2.67	1.45

表 3-2-1 為男生受試者相關變項之描述統計量表,男生的自我健康評估平均數為 3.27,為自評屬於「健康型」;運動習慣的平均數為 2.08,為「每週有三、四天」的運動;自己的抽菸習慣的平均數為 1.45,為平均每天的抽菸量在「一包以內」;父親的抽菸習慣的平均數為 1.93,為平均每天的抽菸量在「一包以內」;母親的抽菸習慣的平均數為 1.06,為平均每天的抽菸量在「一包以內」;自己的飲酒習慣的平均數為 1.16,為「每週有一、二次」飲酒;父親飲酒習慣的平均數為 1.67,為「每週有一、二次飲酒」;母親飲酒習慣的平均數為 1.15,為「每週有一、二次」飲酒;睡眠量的平均數為 2.65,為受試者「每週有三、四天」的睡眠量是足夠的;父親健康狀況評估的平均數為 3.50,為屬於「健康型」;母親健康狀況評估的平均數為 3.34,為屬於「健康型」;遺傳基因的平均數為 1.76,為認為自己的健康狀況「有一點」是受遺傳基因的影響;心理壓力的平均數為 2.29,為認為在日常生活中「有一點」受到心理方面的壓力影響;生理困擾的平均數為 1.67,為認為在日常生活中「偶爾有」受到生理

方面的困擾影響；服用保健藥物的平均數為 1.31，為日常生活中「偶爾有」服用藥物的習慣；使用禁藥的平均數為 1.20，為日常生活中「偶爾有」服用過禁藥；與異性朋友交往的平均數 3.30，為「想有」異性朋友之意念；性好奇的平均數為 2.52，為在日常生活中會「有一點」有關性方面之好奇心；性行為經驗的平均數為 1.24，為受試者多數「有」過性行為經驗；身體質量指數（BMI）的平均數為 2.67，為受試者的體重、身高比是屬於「稍胖型」。

（二）女生受試者之相關變項之描述統計量

表 3-2-2 女生受試者之相關變項之描述統計量表

變項名稱	人數	平均數	標準差	變項名稱	人數	平均數	標準差
自我健康評估	275	3.02	.85	母親健康評估	275	3.06	.82
運動習慣	275	1.77	.88	遺傳基因	275	2.14	.88
自己抽菸習慣	275	1.18	.61	心理壓力	275	2.73	1.08
父親抽菸習慣	275	1.89	1.03	生理困擾	275	2.39	1.03
母親抽菸習慣	275	1.08	.46	服用保健藥物	275	1.67	.97
自己飲酒習慣	275	1.15	.57	使用禁藥	275	1.12	.61
父親飲酒習慣	275	1.65	.89	與異性交往	275	3.00	.70
母親飲酒習慣	275	1.17	.40	性好奇	275	1.96	.88
睡眠量	275	2.42	1.07	性行為經驗	275	1.11	.32
父親健康評估	275	3.17	.83	身體質量指數	275	1.99	1.22

表 3-2-2 為女生受試者相關變項之描述統計量表，女生的自我健康評估平均數為 3.02，為自評屬於「健康型」，比同年層較好；運動習慣的平均數為 1.77，為「每週有一、二天」的運動；自己的抽菸習慣的平均數為 1.18，為每天的抽菸量在「一包以內」；父親抽菸習慣的平均數為 1.89，為每天的抽菸量在「一包以內」；母親抽菸習慣的平均數為 1.08，為每天的抽菸量在「一包以內」；自己的飲酒習慣的平均數為 1.15，為「每週有一、二次」飲酒；父親飲酒習慣的平均數為 1.65，為「每週有一、二次飲酒」；母親飲酒習慣的平均數為 1.17，為「每週有一、二次」飲酒；睡眠量的平均數為 2.42，為「每週有三、四天」的睡眠量是足夠的；父親健康狀況評估的平均數為 3.15，為屬於「健康型」；母親健康狀況評估的平均數為 3.06，為屬於「健康型」；基因影響的平均數為 2.14，為自認為自己的健康狀況「有大部份」是受遺傳基因的影響；心理壓力的平均數為 2.73，為認為在日常生活中「有一點」受到心理方面的壓力影響；生理困擾的平均數為 2.39，為認為在日常生活中「有一點」受到生理方面的困擾影響；服用保健藥物的平均數為 1.67，為在日常生活中「偶爾有」服用藥物的習慣；使用禁藥的平均數為 1.12，為在日常生活中「偶爾有」服用過禁藥；與異性朋友交往的平均數為 3.13，為「想有」異性朋友；性好奇的平均數為 1.96，為在日常生活中會「偶爾有」有關性方面之好奇心；性行為經驗的平均數為 1.11，為受試者多數「有」過性行為經驗；身體質量指數（BMI）的平均數為 1.99，為受試者的體重、身高比是屬於「健康型」。

三、不同性別受試者自我健康評估各變項之差異比較

表 3-3-1 不同性別受試者自我健康評估各變項之差異比較

變項名稱	χ^2	df	P 值	變項名稱	χ^2	df	P 值
運動習慣	16.176a	4	.003*	母親健康評估	23.630a	4	.000***
自己抽菸習慣	27.025a	4	.000***	遺傳基因	37.785a	4	.000***
父親抽菸習慣	17.904a	4	.095	心理壓力	34.067a	4	.000***
母親抽菸習慣	3.740a	4	.442	生理困擾	106.629a	4	.000***
自己飲酒習慣	4.581a	4	.333	服用保健藥物	49.962a	4	.000***
父親飲酒習慣	11.290a	4	.023*	使用禁藥	10.070a	4	.039*
母親飲酒習慣	6.997a	3	.072	與異性交往	36.880a	4	.000***
睡眠量	31.616a	4	.000***	性好奇	56.943a	4	.000***
自我健康評估	22.012a	4	.000***	性行為經驗	16.933a	1	.000***
父親健康評估	32.217a	4	.000***	身體質量指數	40.209a	4	.000***

表 3-3-1 為不同性別受試者自我健康評估各變項之差異比較。跟據 χ^2 的分析結果，發現不同性別受試者在運動習慣(表 3-3-2)、自己抽菸習慣(表 3-3-3)、父親飲酒習慣(表 3-3-4)、睡眠量(表 3-3-5)、自我健康評估(表 3-3-6)、父親健康評估(表 3-3-7)、母親健康評估(表 3-3-8)、遺傳基因(表 3-3-9)、心理壓力(表 3-3-10)、生理困擾(表 3-3-11)、服用保健藥物(表 3-3-12)、使用禁藥(表 3-3-13)、與異性交往(表 3-3-14)、性好奇(表 3-3-15)、性行為經驗(表 3-3-16)、身體質量指數(表 3-3-17)上，達顯著差異水準(表 $p < .05$)。在其他變項上，未達顯著差異水準($p > .05$)。(一) 規律運動習慣之差異比較

性別	規律運動習慣					總數
	從沒有	1~2天	3~4天	5~6天	7天都有	
男 實際次數	133	187	43	24	25	412
理論次數	148.7	188.9	37.2	17.4	19.8	412.0
橫%	32.3%	45.4%	10.4%	5.8%	6.1%	100.0%
縱%	53.6%	59.4%	69.4%	82.8%	75.8%	60.0%
總數%	19.4%	27.2%	6.3%	3.5%	3.6%	60.0%
A.S.Residual	-2.5	-.3	1.6	2.6	1.9	
女 實際次數	115	128	19	5	8	275
理論次數	99.3	126.1	24.8	11.6	13.2	275.0
橫%	41.8%	46.5%	6.9%	1.8%	2.9%	100.0%
縱%	46.4%	40.6%	30.6%	17.2%	24.2%	40.0%
總數%	16.7%	28.1%	2.8%	.7%	1.2%	40.0%
A.S.Residual	2.5	.3	-1.6	-2.6	-1.9	
全體 實際次數	248	315	62	29	33	687
理論次數	248.0	315.0	62.0	29.0	33.0	697.0
橫%	36.1%	45.9%	9.0%	4.2%	4.8%	100.0%
縱%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
總數%	36.1%	45.9%	9.0%	4.2%	4.8%	100.0%

($\chi^2 = 16.176a$ $df = 4$ $p = .003$)

表 3-3-2 為本研究不同性別受試者每週有規律運動習慣之差異比較。跟據 χ^2 的分析結果，發現不同性別受試者在「規律運動習慣」的「從沒有」、「每週 5~6 天」這兩項上達顯著差異水準。

(二) 自己抽菸量之差異比較

表 3-3-3 自己抽菸量之差異比較

性 別	抽 菸 量					總 數
	從沒有	半包內	半包~一包	一包~兩包	兩包以上	
男 實際次數	305	47	48	7	5	412
理論次數	330.4	36.6	36.0	4.2	4.8	412.0
橫%	74.0%	11.4%	11.7%	1.7%	1.2%	100.0%
縱%	55.4%	77.0%	80.0%	100.0%	62.5%	60.0%
總數%	44.4%	6.8%	7.0%	1.0%	.7%	60.0%
A.S.Residul	-5.0	2.9	3.3	2.2	.1	
女 實際次數	246	14	12	0	3	275
理論次數	220.6	24.4	24.0	2.8	3.2	275.0
橫%	89.5%	5.1%	4.4%	.0%	.2%	100.0%
縱%	44.6%	23.0%	20.0%	.0%	50.0%	40.0%
總數%	35.8%	2.0%	1.7%	.0%	.1%	40.0%
A.S.Residul	5.0	-2.9	-3.3	-2.2	-.1	
全體實際次數	551	61	60	7	8	687
理論次數	551.0	61.0	60.0	7.0	8.0	687.0
橫%	80.2%	8.9%	8.7%	1.0%	1.2%	100.0%
縱%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
總數%	80.2%	8.9%	8.7%	1.0%	1.2%	100.0%

($\chi^2 = 27.025a$ df = 4 p = .000)

表 3-3-3 為本研究不同性別受試者每天抽菸量之差異比較。跟據 χ^2 的分析結果，發現不同性別受試者在「抽菸量」的「從沒有」、「半包以內」、「半包~一包」、「一包~兩包」這四項上達顯著差異水準。

(三)、受試者父親飲酒天數之差異比較

表 3-3-4 父親飲酒天數之差異比較

性 別	飲酒天數					總 數
	從沒有	1 至 2 天	3 至 4 天	5 至 6 天	7 天都有	
男 實際次數	247	108	25	8	24	412
理論次數	234.5	125.6	25.2	7.2	19.2	412.0
橫%	60.0%	26.2%	6.1%	1.9%	5.8%	100.0%
縱%	63.2%	51.4%	59.5%	66.7%	75.0%	60.0%
總數%	36.0%	15.7%	3.6%	1.2%	3.5%	60.0%
A.S.Residul	2.0	-3.0	-.1	.5	1.8	
女 實際次數	144	102	17	4	8	275
理論次數	156.5	84.1	10.8	4.8	12.8	275.0
橫%	52.4%	37.1%	6.2%	1.5%	2.9%	100.0%
縱%	36.8%	48.6%	40.5%	33.3%	25.0%	40.0%
總數%	21.0%	14.8%	2.5%	.6%	1.2%	40.0%
A.S.Residul	-2.0	3.0	.1	-.5	-1.8	
全體實際次數	391	210	42	12	32	687
理論次數	391.0	210.0	42.0	12.0	32.0	687.0
橫%	56.9%	30.6%	6.1%	1.7%	4.7%	100.0%
縱%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
總數%	56.9%	30.6%	6.1%	1.7%	4.7%	100.0%

($\chi^2 = 11.290a$ df = 4 p = .023)

表 3-3-4 為本研究不同性別受試者父親每週飲酒天數之差異比較。跟據 χ^2 的分析結果，發現不同性別受試者的父親在「飲酒天數」的「從沒有」、「1~2

天」這兩項上達顯著差異水準。

(四) 足夠睡眠量天數之差異比較

表 3-3-5 足夠睡眠量天數之差異比較

性別	足夠睡眠量天數					總數	
	從沒有	1~2天	3~4天	5~6天	7天都有		
男	實際次數	92	104	112	64	40	412
	理論次數	84.0	133.1	110.9	48.6	35.4	412.0
	橫%	22.3%	25.2%	27.2%	15.5%	9.7%	100.0%
	縱%	65.7%	46.8%	60.5%	79.0%	67.8%	60.0%
	總數%	13.4%	15.1%	16.3%	9.3%	5.8%	60.0%
	A.S.Residul	1.6	-4.9	.2	3.7	1.3	
女	實際次數	48	118	73	17	19	275
	理論次數	56.0	88.9	74.1	32.4	23.6	275.0
	橫%	17.5%	42.9%	26.5%	6.2%	6.9%	100.0%
	縱%	34.3%	53.2%	39.5%	21.0%	32.2%	40.0%
	總數%	7.0%	17.2%	10.6%	2.5%	2.8%	40.0%
	A.S.Residul	-1.6	4.9	-.2	-3.7	-1.3	
全體	實際次數	140	222	185	81	59	687
	理論次數	140.0	222.0	185.0	81.0	59.0	687.0
	橫%	20.4%	32.3%	26.9%	11.8%	8.6%	100.0%
	縱%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
	總數%	20.4%	32.3%	26.9%	11.8%	8.6%	100.0%

($\chi^2 = 31.616a$ df = 4 p = .000)

表 3-3-5 為不同性別受試者每週足夠睡眠量天數之差異比較。跟據 χ^2 的分析結果，發現不同性別受試者在「足夠睡眠天數」的「有 1~2 天」、「有 5~6 天」這兩項上達顯著差異水準。

(五) 自評自己的健康狀況之差異比較

表 4-3-6 自評自己的健康狀況之差異比較

性別	自評自己的健康狀況					總數	
	很不好	不好	差不多	健康	很健康		
男	實際次數	11	63	179	120	39	412
	理論次數	8.5	82.8	180.5	109.7	30.6	412.0
	橫%	2.7%	15.3%	43.4%	29.1%	9.5%	100.0%
	縱%	78.6%	45.7%	59.5%	65.6%	76.5%	60.0%
	總數%	1.6%	9.2%	26.1%	17.5%	5.7%	60.0%
	A.S.Residul	1.4	-3.8	-.2	1.8	2.5	
女	實際次數	3	75	122	63	12	275
	理論次數	5.5	55.2	120.5	73.3	20.4	275.0
	橫%	1.1%	27.3%	44.4%	22.9%	4.4%	100.0%
	縱%	21.4%	54.3%	40.5%	34.4%	23.5%	40.0%
	總數%	.4%	10.9%	17.8%	9.2%	1.7%	40.0%
	A.S.Residul	-1.4	3.8	.2	-1.8	-2.5	
全體	實際次數	14	138	301	183	51	687
	理論次數	14.0	138.0	301.0	183.0	51.0	687.0
	橫%	2.0%	20.1%	43.8%	26.6%	7.4%	100.0%
	縱%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
	總數%	2.0%	20.1%	43.8%	26.6%	7.4%	100.0%

($\chi^2 = 22.012a$ df = 4 p = .000)

表 3-3-6 為不同性別受試者自評自己的健康狀況之差異比較。跟據 χ^2 的分析結果，發現不同性別受試者在「自評自己的健康狀況」的「不好」、「很健康」這兩項上達顯著差異水準。

(六) 受試者父親健康狀況評估之差異比較

表 3-3-7 受試者父親健康狀況評估之差異比較

性別	父親健康狀況評估					總數	
	很不好	不好	差不多	健康	很健康		
男	實際次數	7	46	148	154	57	412
	理論次數	7.2	53.4	175.7	134.3	44.4	412.0
	橫%	1.7%	11.2%	35.9%	37.4%	13.8%	100.0%
	縱%	58.3%	51.7%	50.5%	70.3%	77.0%	60.0%
	總數%	1.0%	6.7%	11.3%	22.4%	8.3%	60.0%
	A.S.Residual	-.1	-1.7	-4.4	3.8	3.2	
女	實際次數	5	43	145	65	17	275
	理論次數	4.8	35.6	117.3	87.7	29.6	275.0
	橫%	1.8%	15.6%	52.7%	23.6%	6.2%	100.0%
	縱%	41.7%	48.3%	49.5%	29.7%	23.0%	40.0%
	總數%	.7%	6.3%	21.1%	9.5%	2.5%	40.0%
	A.S.Residual	-.1	1.7	4.4	-3.8	-3.2	
全體	實際次數	12	89	293	219	74	687
	理論次數	12.0	89.0	293.0	219.0	74.0	687.0
	橫%	1.7%	13.0%	42.6%	31.9%	10.8%	100.0%
	縱%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
	總數%	1.7%	13.0%	42.6%	31.9%	10.8%	100.0%

($\chi^2 = 32.217a$ df = 4 p = .000)

表 3-3-7 為不同性別受試者父親健康狀況評估之差異比較。跟據 χ^2 的分析結果，發現不同性別受試者在「父親健康狀況評估」的「差不多」、「健康」、「很健康」這三項上達顯著差異水準。

(七) 受試者母親健康狀況評估之差異比較

表 3-3-8 受試者母親健康狀況評估之差異比較

性別	母親健康狀況評估					總數
	很不好	不好	差不多	健康	很健康	
男 實際次數	9	64	155	145	39	412
理論次數	9.0	72.0	176.3	124.7	30.0	412.0
橫%	2.2%	15.5%	37.6%	35.2%	9.5%	100.0%
縱%	60.0%	53.3%	52.7%	69.7%	78.0%	60.0%
總數%	1.3%	9.3%	22.6%	21.1%	5.7%	60.0%
A.S.Residul	.0	-1.6	-3.4	3.4	2.7	
女 實際次數	6	56	139	63	11	275
理論次數	6.0	48.0	117.0	83.3	20.0	275.0
橫%	2.2%	20.4%	50.5%	22.9%	4.0%	100.0%
縱%	40.0%	46.7%	47.3%	30.3%	22.0%	40.0%
總數%	.9%	8.2%	20.2%	9.2%	1.6%	40.0%
A.S.Residul	.0	1.6	3.4	-3.4	-2.7	
全體實際次數	15	120	294	208	50	687
理論次數	15.0	120.0	294.0	208.0	50.0	687.0
橫%	2.2%	17.5%	42.8%	30.3%	7.3%	100.0%
縱%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
總數%	2.2%	17.5%	42.8%	30.3%	7.3%	100.0%

($\chi^2 = 23.630a$ df = 4 p = .000)

表 3-3-8 為不同性別受試者母親健康狀況評估之差異比較。跟據 χ^2 的分析結果，發現不同性別受試者在「母親健康狀況評估」的「差不多」、「健康」、「很健康」這三項上達顯著差異水準。

(八) 自認健康狀況與遺傳基因關連之差異比較

表 3-3-9 自認健康狀況與遺傳基因關連之差異比較

性別	遺傳基因關連					總數
	完全沒關連	有一點關聯	有部份關連	有大部份關連	完全有關連	
男 實際次數	183	161	55	9	4	412
理論次數	148.7	171.5	76.21	9.6	6.0	412.0
橫%	44.4%	39.1%	13.3%	2.2%	1.0%	100.0%
縱%	73.8%	56.3%	43.3%	56.3%	40.0%	60.0%
總數%	26.6%	23.4%	8.0%	1.3%	.6%	60.0%
A.S.Residul	5.6	-1.7	-4.2	-.3	-1.3	
女 實際次數	65	125	72	7	6	275
理論次數	99.3	114.5	50.8	6.4	4.0	275.0
橫%	23.6%	45.5%	26.2%	2.5%	2.2%	100.0%
縱%	26.2%	43.7%	56.7%	43.8%	60.0%	40.0%
總數%	9.5%	18.2%	10.5%	1.0%	.9%	40.0%
A.S.Residul	-5.6	1.7	4.2	-.3	1.3	
全體實際次數	248	286	127	16	10	687
理論次數	248.0	286.0	127.0	16.0	10.0	687.0
橫%	36.1%	41.6%	18.5%	2.3%	1.5%	100.0%
縱%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
總數%	36.1%	41.6%	18.5%	2.3%	1.5%	100.0%

($\chi^2 = 37.785a$ df = 4 p = .000)

表 3-3-9 為不同性別受試者自認為自己的健康狀況與遺傳基因關連之差異比較。跟據 χ^2 的分析結果，發現不同性別受試者在「自己的健康狀況與遺傳基因之關連」的「完全沒有」、「有部份」這兩項上達顯著差異水準。(九) 心理壓力之差異比較

表 3-3-10 心理壓力之差異比較

性別	心理壓力					總數	
	完全沒有	偶爾有	有一點	時常有	很多		
男	實際次數	86	186	96	22	22	412
	理論次數	66.6	176.9	104.9	36.6	27.0	412.0
	橫%	20.9%	45.1%	23.3%	5.3%	5.3%	100.0%
	縱%	77.5%	63.1%	54.9%	36.1%	48.9%	60.0%
	總數%	12.5%	27.1%	14.0%	3.2%	3.2%	60.0%
	A.S.Residual	4.1	1.4	-1.6	-4.0	-1.6	
女	實際次數	25	109	79	39	23	275
	理論次數	44.4	118.1	70.1	24.4	18.0	275.0
	橫%	9.1%	39.6%	28.7%	14.2%	8.4%	100.0%
	縱%	22.5%	36.9%	45.1%	63.9%	51.1%	40.0%
	總數%	3.6%	15.9%	11.5%	5.7%	3.3%	40.0%
	A.S.Residual	-4.1	-1.4	1.6	4.0	1.6	
全體	實際次數	111	295	175	61	45	687
	理論次數	111.0	295.0	175.0	61.0	45.0	687.0
	橫%	16.2%	42.9%	25.5%	8.9%	6.6%	100.0%
	縱%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
	總數%	16.2%	42.9%	25.5%	8.9%	6.6%	100.0%

($\chi^2 = 34.067a$ df = 4 p = .000)

表 3-3-10 為不同性別受試者心理壓力之差異比較。跟據 χ^2 的分析結果，發現不同性別受試者在「心理壓力方面」的「完全沒有」、「常有」這兩項上達顯著差異水準。

(十) 生理困擾之差異比較

表 3-3-11 日常生活中生理困擾之差異比較

性別	生理困擾					總數	
	完全沒有	偶爾有	有一點	時常有	很多		
男	實際次數	189	177	43	0	3	412
	理論次數	142.1	179.9	65.4	15.0	9.6	412.0
	橫%	45.9%	43.0%	10.4%	.0%	.7%	100.0%
	縱%	79.7%	59.0%	39.4%	.0%	18.8%	60.0%
	總數%	27.5%	25.8%	6.3%	.0%	.4%	60.0%
	A.S.Residual	7.7	-.5	-4.8	-6.2	-3.4	
女	實際次數	48	123	66	25	13	275
	理論次數	94.9	120.1	43.6	10.0	6.4	275.0
	橫%	17.5%	44.7%	24.0%	9.1%	4.7%	100.0%
	縱%	20.3%	41.0%	60.6%	100.0%	81.3%	40.0%
	總數%	7.0%	17.9%	9.6%	3.6%	1.9%	40.0%
	A.S.Residual	-7.7	.5	4.8	6.2	3.4	
全體	實際次數	237	300	109	25	16	687
	理論次數	237.0	300.0	109.0	25.0	16.0	687.0
	橫%	34.5%	43.7%	15.9%	3.6%	2.3%	100.0%
	縱%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
	總數%	34.5%	43.7%	15.9%	3.6%	2.3%	100.0%

($\chi^2 = 106.629a$ df = 4 p = .000)

表 3-3-11 為不同性別受試者生理困擾之差異比較。跟據 χ^2 的分析結果，發現不同性別受試者在「心理壓力方面」的「完全沒有」、「有一點」、「常有」、「經常有」這四項上達顯著差異水準。

(十一) 服用保健藥物之差異比較

表 3-3-12 服用保健藥物之差異比較

性別	服用保健藥物					總數	
	從沒有	偶爾有	有時會	常會	經常會		
男	實際次數	336	49	13	5	9	412
	理論次數	296.3	74.4	22.8	9.0	9.6	412.0
	橫%	81.6%	11.9%	3.2%	1.2%	2.2%	100.0%
	縱%	68.0%	39.5%	34.2%	33.3%	56.3%	60.0%
	總數%	48.9%	7.1%	1.9%	.7%	1.3%	60.0%
	A.S.Residual	6.9	-5.1	-3.3	-2.1	-.3	
女	實際次數	158	75	25	25	10	275
	理論次數	197.7	49.6	15.2	15.2	6.0	275.0
	橫%	57.5%	27.3%	27.3%	9.1%	3.6%	100.0%
	縱%	32.0%	60.5%	60.5%	64.8%	66.7%	40.0%
	總數%	23.0%	10.9%	22.6%	3.6%	1.5%	40.0%
	A.S.Residual	-6.9	5.1	5.1	3.3	2.1	
全體	實際次數	494	124	38	15	16	687
	理論次數	494.0	124.0	38.0	15.0	16.0	687.0
	橫%	71.9%	18.0%	5.5%	3.6%	2.3%	100.0%
	縱%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
	總數%	71.9%	18.0%	5.5%	3.6%	2.3%	100.0%

($\chi^2 = 49.962a$ df = 4 p = .000)

表 3-3-12 為不同性別受試者服用保健藥物之差異比較。跟據 χ^2 的分析結果，發現不同性別受試者在「服用保健藥物之習慣」的「從沒有」、「偶爾有」、「有時會」、「常有」這四項上達顯著差異水準。

(十二) 使用禁藥之差異比較

表 3-3-13 使用禁藥之差異比較

性別	使用禁藥					總數	
	從沒有	偶爾有	有時會	常有	經常有		
男	實際次數	371	23	7	0	11	412
	理論次數	379.6	16.2	6.0	.6	9.6	412.0
	橫%	90.0%	5.6%	1.7%	0%	2.7%	100.0%
	縱%	58.6%	85.2%	70.0%	0%	68.8%	60.0%
	總數%	54.0%	3.3%	1.0	0%	1.6%	60.0%
	A.S.Residual	-2.5	2.7	.7	-1.2	.7	
女	實際次數	262	4	3	1	5	275
	理論次數	253.4	10.8	4.0	.4	6.4	275.0
	橫%	95.3%	1.5%	1.1%	.4%	1.8%	100.0%
	縱%	41.4%	14.8%	30.0%	100.0%	31.3%	40.0%
	總數%	38.1%	.6%	.4%	.1%	.7%	40.0%
	A.S.Residual	2.5	-2.7	-.7	1.2	-.7	
全體	實際次數	633	27	10	1	16	687
	理論次數	633.0	27.0	10.0	1.0	16.0	687.0
	橫%	92.1%	3.9%	1.5%	.1%	2.3%	100.0%
	縱%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
	總數%	92.1%	3.9%	1.5%	.1%	2.3%	100.0%

($\chi^2 = 10.070a$ df = 4 p = .039)

表 3-3-13 為不同性別受試者就使用禁藥之差異比較。跟據 χ^2 的分析結果，發現不同性別受試者在「使用禁藥」的「從沒有」、「偶爾有」這兩項上達顯著差異水準。

(十三) 與異性朋友交往意念之差異比較

表 3-3-14 與異性朋友交往意念之差異比較

性別	與異性朋友交往					總數	
	從沒想過	不想	順其自然	想(有)	很想(有)		
男	實際次數	28	7	259	50	68	412
	理論次數	27.6	6.6	289.1	42.1	46.2	412.0
	橫%	6.8%	1.7%	62.9%	12.1%	16.5%	100.0%
	縱%	60.9%	63.6%	53.7%	70.4%	88.3%	60.0%
	總數%	4.1%	1.0%	37.7%	7.3%	9.9%	60.0%
	A.S.Residul	.1	.3	-5.1	1.9	5.4	
女	實際次數	18	4	223	21	9	275
	理論次數	18.4	4.4	192.9	28.4	30.8	275.0
	橫%	6.5%	1.5%	81.1%	7.6%	3.3%	100.0%
	縱%	39.1%	36.4%	46.3%	29.6%	11.7%	40.0%
	總數%	2.6%	.6%	32.5%	3.1%	1.3%	40.0%
	A.S.Residul	-.1	-.3	5.1	-1.9	-5.4	
全體	實際次數	46	11	482	71	77	687
	理論次數	46.0	11.0	482.0	71.0	77.0	687.0
	橫%	6.7%	1.6%	70.2%	10.3%	11.2%	100.0%
	縱%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
	總數%	6.7%	1.6%	70.2%	10.3%	11.2%	100.0%

($\chi^2 = 36.880a$ df = 4 p = .000)

表 3-3-14 為不同性別受試者就與異性朋友交往意念之差異比較。跟據 χ^2 的分析結果，發現不同性別受試者在「與異性朋友交往意念」的「順其自然」、「很想有」這兩項上達顯著差異水準。(十四) 性好奇意念之差異比較

表 3-3-15 性好奇意念之差異比較

性別	性好奇					總數	
	完全沒有	偶爾有	有一點	常有	經常有		
男	實際次數	48	196	113	16	39	412
	理論次數	78.6	202.1	91.2	11.4	28.8	412.0
	橫%	11.7%	47.6%	27.4%	3.9%	9.5%	100.0%
	縱%	36.6%	58.2%	74.3%	84.2%	81.3%	60.0%
	總數%	7.0%	28.5%	16.4%	2.3%	5.8%	60.0%
	A.S.Residul	-6.1	-1.0	4.1	2.2	3.1	
女	實際次數	83	141	39	3	9	275
	理論次數	52.5	134.9	60.8	7.6	19.2	275.0
	橫%	30.2%	51.3%	14.2%	1.1%	3.3%	100.0%
	縱%	63.4%	41.8%	25.7%	15.8%	18.8%	40.0%
	總數%	12.1%	20.5%	5.7%	.4%	1.3%	40.0%
	A.S.Residul	6.1	1.0	-4.1	-2.2	-3.1	
全體	實際次數	131	337	152	19	48	687
	理論次數	131.0	337.0	152.0	19.0	48.0	687.0
	橫%	19.1%	49.1%	22.1%	2.8%	7.0%	100.0%
	縱%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
	總數%	19.1%	49.1%	22.1%	2.8%	7.0%	100.0%

($\chi^2 = 56.943a$ df = 4 p = .000)

表 3-3-15 為不同性別受試者就性好奇意念之差異比較。跟據 χ^2 的分析結果，發現不同性別受試者在「性好奇」的「完全沒有」、「有一點」、「常有」、「經常有」這四項上達顯著差異水準。

(十五) 性行為經驗之差異比較

表 3-3-16 性行為經驗之差異比較

性別	性 經 驗		總 數	
	沒 有	有		
男	實際次數	314	98	412
	理論次數	334.6	77.4	412.0
	橫%	76.2%	23.8%	100.0%
	縱%	56.3%	76.0%	60.0%
	總數%	45.7%	14.3%	60.0%
	A.S.Residul	-4.1	4.1	
女	實際次數	244	31	275
	理論次數	223.4	51.6	275.0
	橫%	88.7%	11.3%	100.0%
	縱%	43.7%	24.0%	40.0%
	總數%	35.5%	4.5%	40.0%
	A.S.Residul	4.1	-4.1	
全體	實際次數	558	129	687
	理論次數	558.0	129.0	687.0
	橫%	81.2%	18.8%	100.0%
	縱%	100.0%	100.0%	100.0%
	總數%	81.2%	18.8%	100.0%

($\chi^2 = 16.933a$ $df = 1$ $p = .000$)

表 3-3-16 為不同性別受試者就有關性行為經驗之差異比較。跟據 χ^2 的分析結果，發現不同性別受試者在「性行為經驗」的「沒有」、「有」這兩項上達顯著差異水準。(十六) 身體質量指數之差異比較

表 3-3-17 身體質量指數之差異比較

性別	身 體 質 量 指 數					總 數	
	稍 瘦	理 想	稍 胖	肥 胖	超 胖		
男	實際次數	111	116	60	48	77	412
	理論次數	140.3	122.9	52.2	36.6	60.0	412.0
	橫%	26.9%	28.2%	14.6%	11.7%	18.7%	100.0%
	縱%	47.4%	56.6%	69.0%	78.7%	77.0%	60.0%
	總數%	16.2%	16.9%	8.7%	7.0%	11.2%	60.0%
	A.S.Residul	-4.8	-1.2	1.8	3.1	3.8	
女	實際次數	123	89	27	13	23	275
	理論次數	93.7	82.1	34.8	24.4	40.0	275.0
	橫%	44.7%	32.4%	9.8%	4.7%	8.4%	100.0%
	縱%	52.6%	43.4%	31.0%	21.3%	23.0%	40.0%
	總數%	17.9%	13.0%	3.9%	1.9%	3.3%	40.0%
	A.S.Residul	4.8	1.2	-1.8	-3.1	-3.8	
全體	實際次數	234	205	87	61	100	687
	理論次數	234.0	205.0	87.0	61.0	100.0	687.0
	橫%	34.1%	29.8%	12.7%	8.9%	14.6%	100.0%
	縱%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
	總數%	34.1%	29.8%	12.7%	8.9%	14.6%	100.0%

($\chi^2 = 40.209a$ $df = 4$ $p = .000$)

表 3-3-17 為不同性別受試者就身體質量指數之差異比較。跟據 χ^2 的分析結果，發現不同性別受試者在「身體質量指數」的「稍瘦」、「肥胖」、「過胖」這三項上達顯著差異水準。四、不同學制別男生受試者自我健康評估各變項之差異比較

表 3-4-1 不同學制別男生受試者自我健康評估各變項之差異比較

變項名稱	χ^2	df	P 值	變項名稱	χ^2	df	P 值
運動習慣	18.851a	8	.016*	母親健康評估	24.474a	8	.002**
自己抽菸習慣	10.141a	8	.255	遺傳基因	19.959a	8	.010**
父親抽菸習慣	4.345a	8	.825	心理壓力	23.558a	8	.003**
母親抽菸習慣	7.564a	8	.447	生理困擾	4.907a	6	.556
自己飲酒習慣	3.197a	4	.525	服用保健藥物	17.775a	8	.023*
父親飲酒習慣	6.327a	8	.611	使用禁藥	5.758a	6	.451
母親飲酒習慣	7.324a	6	.292	與異性交往	12.513a	8	.130
睡眠量	19.210a	8	.014*	性好奇	15.142a	8	.056
自我健康評估	9.601a	8	.294	性行為經驗	4.974a	2	.083
父親健康評估	20.473a	8	.009**	身體質量指數	19.367a	8	.013*

表 3-4-1 為不同學制別男生受試者自我健康評估各變項之差異比較。跟據 χ^2 的分析結果，發現不同學制別男生受試者在運動習慣（表 3-4-2）、睡眠量（表 3-4-3）、父親健康評估（表 3-4-4）、母親健康評估（表 3-4-5）、遺傳基因（表 3-4-6）、心理壓力（表 3-4-7）、服用保健藥物（表 3-4-8）、身體質量指數（表 3-4-9）上，達顯著差異水準（表 $p < .05$ ）。在其他變項上，未達顯著差異水準（ $p > .05$ ）。

（一）規律運動習慣之差異比較

表 3-4-2 規律運動習慣之差異比較

學制別	運動習慣					總數
	從沒有	1~2 天	3~4 天	5~6 天	7 天都有	
五專 實際次數	95	98	24	19	16	252
理論次數	81.3	114.4	26.3	14.7	15.3	252.0
橫%	37.7%	38.9%	9.5%	7.5%	6.3%	100.0%
縱%	71.4%	52.4%	55.8%	79.2%	64.0%	62.2%
總數%	23.1%	23.8%	5.8%	4.6%	3.9%	61.2%
A.S.Residual	3.0	-3.3	-.8	1.9	.3	
二專 實際次數	25	60	14	2	8	109
理論次數	35.2	49.5	11.4	6.3	6.6	109.0
橫%	22.9%	55.0%	12.8%	1.8%	7.3%	100.0%
縱%	18.8%	32.1%	32.6%	8.3%	32.0%	26.5%
總數%	6.1%	14.6%	3.4%	.5%	1.9%	26.5%
A.S.Residual	-2.4	2.4	1.0	-2.1	.6	
二技 實際次數	13	29	5	3	1	51
理論次數	16.5	23.1	5.3	3.0	3.1	51.0
橫%	25.5%	56.9%	9.8%	5.9%	2.0%	100.0%
縱%	9.8%	15.5%	11.6%	12.5%	4.0%	12.4%
總數%	3.2%	7.0%	1.2%	.7%	.2%	12.4%
A.S.Residual	-1.1	1.8	-.2	.0	-1.3	
全體 實際次數	133	187	43	24	25	412
理論次數	133.0	187.0	43.0	24.0	25.0	412.0
橫%	32.3%	45.4%	10.4%	5.8%	6.1%	100.0%
縱%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
總數%	32.3%	45.4%	10.4%	5.8%	6.1%	100.0%

($\chi^2 = 18.851a$ df = 8 p = .016)

(二) 足夠睡眠量天數之差異比較

表 3-4-3 足夠睡眠量天數之差異比較

學制別	足 夠 睡 眠 量 天 數					總 數
	從沒有	1~2 天	3~4 天	5~6 天	7 天都有	
五專 實際次數	62	48	71	42	29	252
理論次數	56.3	63.6	68.5	39.1	24.5	252.0
橫%	24.6%	19.0%	28.2%	16.7%	11.5%	100.0%
縱%	67.4%	46.2%	63.4%	65.6%	72.5%	61.2%
總數%	15.0%	11.7%	17.2%	10.2%	5.8%	61.2%
A.S.Residual	1.4	-3.6	.6	.8	1.5	
二專 實際次數	17	36	31	15	10	109
理論次數	24.3	27.5	29.6	16.9	10.6	2109.0
橫%	15.6%	33.0%	28.4%	13.8%	9.2%	100.0%
縱%	18.5%	34.6%	27.7%	23.4%	25.0%	26.5%
總數%	4.1%	8.7%	7.5%	3.6%	2.4%	26.5%
A.S.Residual	-2.0	2.2	.3	-.6	-.2	
二技 實際次數	13	20	10	7	1	54
理論次數	11.4	12.9	13.9	7.9	5.0	51.0
橫%	25.5%	39.2%	19.6%	13.7%	2.0%	100.0%
縱%	14.1%	19.2%	8.9%	10.9%	2.5%	12.4%
總數%	3.2%	4.9%	2.4%	1.7%	.2%	12.4%
A.S.Residual	.6	2.5	-1.3	-.4	-2.0	
全體 實際次數	92	104	112	64	40	412
理論次數	92.0	104.0	112.0	64.0	40.0	412.0
橫%	22.3%	25.2%	27.2%	15.5%	9.7%	100.0%
縱%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
總數%	22.3%	25.2%	27.2%	15.5%	9.7%	100.0%

($\chi^2 = 19.210a$ $df = 8$ $p = .014$)

表 3-4-2 為不同學制別受試者每週規律運動天數之差異比較。跟據 χ^2 的分析結果，發現不同學制別受試者五專生與二專生在「規律運動習慣」的「從沒有」、「每週 1~2 天」這兩項上達顯著差異水準。

表 3-4-3 為不同學制別受試者每週足夠睡眠量天數之差異比較。跟據 χ^2 的分析結果，發現不同學制別受試者在「足夠睡眠天數」的「有 1~2 天」這項上達顯著差異水準。

(三) 受試者父親健康狀況評估之差異比較

表 3-4-4 受試者父親健康狀況評估之差異比較

學制別	父親健康狀況評估					總數
	很不好	不好	差不多	健康	很健康	
五專 實際次數	4	20	86	102	40	252
理論次數	4.3	28.1	90.5	94.2	34.9	252.0
橫%	1.6%	7.9%	34.1%	40.5%	15.9%	100.0%
縱%	57.1%	43.5%	58.1%	66.2%	70.2%	61.2%
總數%	1.0%	4.9%	20.9%	24.8%	9.7%	61.2%
A.S.Residul	-.2	-2.6	-1.0	1.6	1.5	
二專 實際次數	2	15	48	29	15	109
理論次數	1.9	12.2	39.2	40.7	15.1	109.0
橫%	1.8%	13.8%	44.0%	26.6%	13.8%	100.0%
縱%	28.6%	32.6%	32.4%	18.8%	26.3%	26.5%
總數%	.5%	3.6%	11.7%	7.0%	3.6%	26.5%
A.S.Residul	.1	1.0	2.1	-2.7	.0	
二技 實際次數	1	11	14	23	2	51
理論次數	.9	5.7	18.3	19.1	7.1	275.0
橫%	2.0%	21.6%	27.5%	45.1%	3.9%	100.0%
縱%	14.3%	23.9%	9.5%	14.9%	3.5%	12.4%
總數%	.2%	2.7%	3.4%	5.6%	.5%	12.4%
A.S.Residul	.2	2.5	-1.3	1.2	-2.2	
全體 實際次數	7	46	148	154	57	412
理論次數	7.0	46.0	148.0	154.0	57.0	412.0
橫%	1.7%	11.2%	35.9%	37.4%	13.8%	100.0%
縱%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
總數%	1.7%	11.2%	35.9%	37.4%	13.8%	100.0%

($\chi^2 = 20.473a$ $df = 8$ $p = .009$)

表 3-4-4 為不同學制別受試者父親健康狀況評估之差異比較。跟據 χ^2 的分析結果，發現不同學制別受試者在「父親健康狀況評估」的「不健康」這項上，五專生與二技生間達顯著差異水準。

表 3-4-5 為不同學制別受試者母親健康狀況評估之差異比較。跟據 χ^2 的分析結果，發現不同學制別受試者在「母親健康狀況評估」的「非常不健康」這項上，五專生與二專生間達顯著差異水準。

表 3-4-6 為不同學制別受試者就自認為自己的健康狀況與遺傳基因關連之差異比較。跟據 χ^2 的分析結果，發現不同學制別受試者在「自認為自己的健康狀況與遺傳基因之關連」的「完全沒有」這項上，五專生與二專生間達顯著差異水準。

(四) 受試者母親健康狀況評估之差異比較

表 3-4-5 受試者母親健康狀況評估之差異比較

學制別	母親健康狀況評估					總數
	很不好	不好	差不多	健康	很健康	
五專 實際次數	0	38	94	95	25	252
理論次數	5.5	39.1	94.8	88.7	23.9	252.0
橫%	.0%	15.1%	37.3%	37.7%	9.9%	100.0%
縱%	.0%	59.4%	60.6%	65.5%	64.1%	61.2%
總數%	.0%	9.2%	22.8%	23.1%	6.1%	61.2%
A.S.Residual	-3.8	-.3	-.2	1.3	.4	
二專 實際次數	6	20	39	30	14	109
理論次數	2.4	16.9	41.0	38.4	10.3	109.0
橫%	5.5%	18.3%	35.8%	27.5%	12.8%	100.0%
縱%	66.7%	31.3%	25.2%	20.7%	35.9%	26.5%
總數%	1.5%	4.9%	9.5%	7.3%	3.4%	26.5%
A.S.Residual	2.8	.9	-.5	-2.0	1.4	
二技 實際次數	3	6	22	20	0	51
理論次數	1.1	7.9	19.2	17.9	4.8	275.0
橫%	5.9%	11.8%	43.1%	39.2%	.0%	100.0%
縱%	33.3%	9.4%	14.2%	13.8%	.0%	12.4%
總數%	.7%	1.5%	5.3%	4.9%	.0%	12.4%
A.S.Residual	1.9	-.8	.9	.6	-2.5	
全體 實際次數	9	64	155	145	39	412
理論次數	9.0	64.0	155.0	145.0	39.0	412.0
橫%	2.2	15.5%	37.6%	35.2%	9.5%	100.0%
縱%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
總數%	2.2%	15.5%	37.6%	35.2%	9.5%	100.0%

($\chi^2 = 24.474a$ $df = 8$ $p = .002$)

(五) 自認健康狀況與遺傳基因關連之差異比較

表 3-4-6 自認健康狀況與遺傳基因關連之差異比較

學制別	基因影響					總數
	完全沒關 連	有一點關 聯	有部分關 連	大部分有 關連	完全有關 連	
五專 實際次數	128	92	27	4	1	252
理論次數	111.9	98.5	33.6	5.5	2.4	252.0
橫%	50.8%	36.5%	10.7%	1.6%	.4%	100.0%
縱%	69.9%	57.1%	49.1%	44.4%	25.0%	61.2%
總數%	31.1%	22.3%	6.6%	1.0%	.2%	61.2%
A.S.Residual	3.3	-1.3	-2.0	-1.0	.4	
二專 實際次數	34	53	18	2	2	109
理論次數	48.4	42.6	14.6	2.4	1.1	109.0
橫%	31.2%	48.6%	16.5%	1.8%	.4%	100.0%
縱%	18.6%	32.9%	32.7%	22.2%	50.0%	26.5%
總數%	8.3%	12.9%	4.4%	.5%	.5%	26.5%
A.S.Residual	-3.2	2.4	1.1	-.3	1.1	
二技 實際次數	21	16	10	3	1	51
理論次數	22.7	19.9	6.8	1.1	.5	275.0
橫%	41.2%	31.4%	19.6%	5.9%	2.0%	100.0%
縱%	11.5%	9.9%	18.2%	33.3%	25.0%	12.4%
總數%	5.1%	3.9%	2.4%	.7%	.2%	12.4%
A.S.Residual	-.5	-1.2	1.4	1.9	.8	
全體 實際次數	183	161	55	9	4	412
理論次數	183.0	161.0	55.0	19.0	4.0	412.0
橫%	44.4%	39.1%	13.3%	2.2%	1.0%	100.0%
縱%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
總數%	44.4%	39.1%	13.3%	2.2%	1.0%	100.0%

($\chi^2 = 19.959a$ $df = 8$ $p = .010$)

(六) 日常生活中心理壓力之差異比較

表 3-4-7 心理壓力之差異比較

學制別	心理壓力					總數
	完全沒有	偶爾有	有一點	時常有	很多	
五專 實際次數	58	113	53	13	15	252
理論次數	52.6	113.8	58.7	13.5	13.5	252.0
橫%	23.0%	44.8%	21.0%	5.2%	6.0%	100.0%
縱%	67.4%	60.8%	55.2%	59.1%	68.2%	61.2%
總數%	14.1%	27.4%	12.9%	3.2%	3.6%	61.2%
A.S.Residul	1.3	-.2	-1.4	-.2	.7	
二專 實際次數	22	47	35	1	4	109
理論次數	22.8	49.2	25.4	5.8	5.8	109.0
橫%	20.2%	43.1%	32.1%	.9%	3.7%	100.0%
縱%	25.6%	25.3%	36.5%	4.5%	18.2%	26.5%
總數%	5.3%	11.4%	8.5%	.2%	1.0%	26.5%
A.S.Residul	-.2	-.5	2.5	-2.4	-.9	
二技 實際次數	6	26	8	8	3	51
理論次數	10.6	23.0	11.9	2.7	2.7	275.0
橫%	11.8%	51.0%	15.7%	15.7%	5.9%	100.0%
縱%	7.0%	14.0%	8.3%	36.4%	13.6%	12.4%
總數%	1.5%	3.9%	1.9%	1.9%	.7%	12.4%
A.S.Residul	-1.7	.9	-1.4	3.5	.2	
全體 實際次數	86	186	96	22	22	412
理論次數	86.0	186.0	96.0	22.0	22.0	412.0
橫%	20.9%	45.1%	23.3%	5.3%	5.3%	100.0%
縱%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
總數%	20.9%	45.1%	23.3%	5.3%	5.3%	100.0%

($\chi^2 = 23.558a$ $df = 8$ $p = .003$)

表 3-4-7 為不同學制別受試者心理壓力之差異比較。跟據 χ^2 的分析結果，發現不同學制別受試者在「心理壓力方面」的「常有」這項上，二專生與二技生間達顯著差異水準。

表 3-4-8 為不同學制別受試者就服用保健藥物之差異比較。跟據 χ^2 的分析結果，發現不同學制別受試者在「服用保健藥物之習慣」中，五專生在「從沒有」的百分比較高，二技生在「常有」的百分比較高，均達顯著差異水準。

表 3-4-9 為不同學制別受試者就身體質量指數之差異比較。跟據 χ^2 的分析結果，發現不同學制別受試者在「身體質量指數」方面，五專生在「稍瘦」的百分比較高，在「稍胖」的百分比較低；二專生在「稍瘦」的百分比較低，在「稍胖」的百分比較高；這兩項上均達顯著差異水準。

(七) 服用保健藥物之差異比較

表 3-4-8 服用保健藥物之差異比較

學制別	服用藥物					總數
	完全沒有	偶爾有	有時會	常有	經常有	
五專 實際次數	214	24	6	2	6	252
理論次數	205.5	30.0	8.0	3.1	5.5	252.0
橫%	84.9%	9.5%	2.4%	.8%	2.4%	100.0%
縱%	63.7%	49.0%	46.2%	40.0%	66.7%	61.2%
總數%	51.9%	5.8%	1.5%	.5%	1.5%	61.2%
A.S.Residual	2.2	-1.9	-1.1	-1.0	.3	
二專 實際次數	83	18	5	0	2	109
理論次數	88.9	13.0	3.4	1.3	2.4	109.0
橫%	76.1%	16.5%	5.5%	.0%	1.8%	100.0%
縱%	24.7%	36.7%	46.2%	.0%	22.2%	26.5%
總數%	20.1%	4.4%	1.5%	.0%	.5%	26.5%
A.S.Residual	-1.7	1.7	1.6	-1.3	-.3	
二技 實際次數	39	7	1	3	1	51
理論次數	41.6	6.1	1.6	.6	1.1	51.0
橫%	76.5%	13.7%	2.0%	5.9%	2.0%	100.0%
縱%	11.6%	14.3%	7.7%	60.0%	11.1%	12.4%
總數%	9.5%	1.7%	.2%	.7%	.2%	12.4%
A.S.Residual	-1.0	.4	-.5	3.3	.2	
全體 實際次數	336	49	13	5	9	412
理論次數	336.0	49.0	13.0	5.0	9.0	412.0
橫%	81.6%	11.9%	3.2%	1.2%	2.2%	100.0%
縱%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
總數%	81.6%	11.9%	3.2%	1.2%	2.2%	100.0%

($\chi^2 = 17.775a$ $df = 8$ $p = .023$)

(八) 身體質量指數之差異比較

表 3-4-9 身體質量指數之差異比較

學制別	身體質量指數					總數
	稍瘦	理想	稍胖	肥胖	超胖	
五專 實際次數	81	72	25	26	48	252
理論次數	64.9	71.0	36.7	29.4	47.1	252.0
橫%	32.1%	28.6%	9.9%	10.3%	19.0%	100.0%
縱%	73.0%	62.1%	41.7%	54.2%	62.3%	61.2%
總數%	19.7%	17.5%	6.1%	6.3%	11.7%	61.2%
A.S.Residual	3.0	.2	-3.4	-1.1	.2	
二專 實際次數	21	33	23	13	19	109
理論次數	29.4	30.7	15.9	12.7	20.4	109.0
橫%	19.3%	30.3%	21.1%	11.9%	17.4%	100.0%
縱%	18.9%	28.4%	38.3%	27.1%	24.7%	26.5%
總數%	5.1%	8.0%	5.6%	3.2%	4.6%	26.5%
A.S.Residual	-2.1	.6	2.3	.1	-.4	
二技 實際次數	9	11	12	9	10	51
理論次數	13.7	14.4	7.4	5.6	9.5	51.0
橫%	17.6%	21.6%	23.5%	17.6%	19.6%	100.0%
縱%	8.1%	9.5%	20.0%	18.8%	13.0%	12.4%
總數%	2.2%	2.7%	2.9%	2.2%	2.4%	12.4%
A.S.Residual	-1.6	-1.1	1.9	1.4	.2	
全體 實際次數	111	116	60	48	77	412
理論次數	111.0	116.0	60.0	48.0	77.0	412.0
橫%	26.9%	28.2%	14.6%	11.7%	18.7%	100.0%
縱%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
總數%	26.9%	28.2%	14.6%	11.7%	18.7%	100.0%

($\chi^2 = 19.367a$ df = 8 p = .013)

五、不同學制別女生受試者自我健康評估各變項之差異比較

表 3-5-1 不同學制別女生受試者自我健康評估各變項之差異比較

變項名稱	χ^2	df	P 值	變項名稱	χ^2	df	P 值
運動習慣	14.149a	8	.048*	母親健康評估	8.428a	8	.393
自己抽菸習慣	14.633a	6	.023*	遺傳基因	10.272a	8	.246
父親抽菸習慣	4.678a	8	.791	心理壓力	8.035a	8	.430
母親抽菸習慣	8.270a	8	.408	生理困擾	3.274a	8	.916
自己飲酒習慣	6.784a	8	.560	服用保健藥物	13.197a	8	.105
父親飲酒習慣	12.832a	8	.118	使用禁藥	11.304a	8	.185
母親飲酒習慣	3.527a	4	.474	與異性交往	11.167a	8	.192
睡眠量	9.145a	8	.338	性好奇	6.736a	8	.565
自我健康評估	18.759a	8	.016*	性行為經驗	3.765a	2	.152
父親健康評估	8.658a	8	.372	身體質量指數	5.185a	8	.738

表 3-5-1 為不同學制別女生受試者自我健康評估各變項之差異比較。跟據 χ^2 的分析結果，發現不同學制別女生受試者在運動習慣（表 3-5-2）、自己抽菸習慣（表 3-4-3）、自我健康評估（表 3-4-4）上，達顯著差異水準（表 $p < .05$ ）。在其他變項上，未達顯著差異水準

（一） 每週規律運動習慣之差異比較

表 3-5-2 每週規律運動習慣之差異比較

學制別	規律運動習慣					總數
	從沒有	1~2 天	3~4 天	5~6 天	7 天都有	
五專 實際次數	40	28	3	2	1	169
理論次數	30.9	34.4	5.1	1.3	2.2	169.0
橫%	54.1%	37.8%	4.1%	2.7%	1.4%	100.0%
縱%	34.8%	21.9%	15.8%	40.0%	12.5%	61.5%
總數%	14.5%	10.2%	1.1%	.7%	.4%	61.5%
A.S.Residual	-2.2	.6	2.1	-.1	1.5	
二專 實際次數	40	28	3	2	1	74
理論次數	30.9	34.4	5.1	1.3	2.2	74.0
橫%	54.1%	37.8%	4.1%	2.7%	1.4%	100.0%
縱%	34.8%	21.9%	15.8%	40.0%	12.5%	26.9%
總數%	14.5%	10.2%	1.1%	.7%	.4%	26.9%
A.S.Residual	2.5	-1.8	-1.1	.7	-.9	
二技 實際次數	13	19	0	0	0	32
理論次數	13.4	14.9	2.2	.6	.9	32.0
橫%	40.6%	59.4%	.0%	.0%	.0%	100.0%
縱%	11.3%	14.8%	.0%	.0%	.0%	11.6%
總數%	4.7%	6.9%	.0%	.0%	.0%	11.6%
A.S.Residual	-.1	1.5	-1.6	-.8	-1.0	
全體 實際次數	115	128	19	5	8	275
理論次數	115.0	128.0	19.0	5.0	8.0	100.0%
橫%	41.8%	46.5%	6.9%	1.8%	2.9%	100.0%
縱%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
總數%	41.8%	46.5%	6.9%	1.8%	2.9%	

($\chi^2 = 14.149a$ $df = 8$ $p = .048$)

表 3-5-2 為不同學制別女生受試者每週規律運動習慣之差異比較。跟據 χ^2 的分析結果，發現不同學制別女生受試者五專生與二專生在「規律運動習慣」的「從沒有」這項上達顯著差異水準。

(二) 自己每天抽菸量之差異比較

表 3-5-3 自己每天抽菸量之差異比較

學制別	每天抽菸量				總數
	從沒有	半包內	半包~一包	兩包以上	
五專 實際次數	147	7	12	3	169
理論次數	151.2	8.6	7.4	1.8	169.0
橫%	87.0%	4.1%	7.1%	1.8%	100.0%
縱%	59.8%	50.0%	100.0%	100.0%	61.5%
總數%	53.5%	2.5%	4.4%	1.1%	61.5%
A.S.Residual	-1.7	-.9	2.8	1.4	
二專 實際次數	67	7	0	0	74
理論次數	66.2	3.8	3.2	.8	74.0
橫%	90.5%	9.5%	.0%	.0%	100.0%
縱%	27.2%	50.0%	.0%	.0%	26.9%
總數%	24.4%	2.5%	.0%	.0%	26.9%
A.S.Residual	.4	2.0	-2.1	-1.1	
二技 實際次數	32	0	0	0	32
理論次數	28.6	1.6	1.4	.3	32.0
橫%	100.0%	.0%	.0%	.0%	100.0%
縱%	13.0%	.0%	.0%	.0%	11.6%
總數%	11.6%	.0%	.0%	.0%	11.6%
A.S.Residual		-1.4	-1.3	-.6	
全體 實際次數	246	14	12	3	275
理論次數	246.0	14.0	12.0	3.0	100.0%
橫%	41.8%	46.5%	6.9%	2.9%	100.0%
縱%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
總數%	41.8%	46.5%	6.9%	2.9%	

($\chi^2 = 14.633a$ $df = 6$ $p = .023$)

(三) 自評自己的健康狀況之差異比較

表 3-5-4 自評自己的健康狀況之差異比較

學制別	自評自己的健康狀況					總數
	很不好	不好	差不多	健康	很健康	
五專實際次數	1	41	74	42	11	169
理論次數	1.8	46.1	75.0	38.7	7.4	169.0
橫%	.6%	24.3%	43.8%	24.9%	6.5%	100.0%
縱%	33.3%	54.7%	60.7%	66.7%	91.7%	61.5%
總數%	.4%	14.9%	26.9%	15.3%	4.0%	61.5%
A.S.Residul	-1.0	-1.4	-.2	1.0	2.2	
二專 實際次	0	24	32	18	0	74
數	.8	20.2	32.8	17.0	3.2	74.0
理論次數	.0%	32.4%	43.2%	24.3%	.0%	100.0%
橫%	.0%	32.0%	26.2%	28.6%	.0%	26.9%
縱%	.0%	8.7%	11.6%	6.5%	.0%	26.9%
總數%	-1.1	1.2	-.2	.3	-2.1	
A.S.Residul						
二技實際次數	2	10	16	3	1	32
理論次數	.3	8.7	14.2	7.3	1.4	32.0
橫%	6.3%	31.3%	50.0%	9.4%	3.1%	100.0%
縱%	66.7%	13.3%	13.1%	4.8%	8.3%	11.6%
總數%	.7%	3.6%	5.8%	1.1%	.4%	11.6%
A.S.Residul	3.0	.5	.7	-1.9	-.4	
全體 實際次數	3	75	122	63	12	275
理論次數	3.0	75.0	122.0	63.0	12.0	275.0
橫%	1.1%	27.3%	44.4%	22.9%	4.4%	100.0%
縱%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
總數%	21.1%	27.3%	44.4%	22.9%	4.4%	100.0%

($\chi^2 = 18.759a$ $df = 8$ $p = .016$)

表 3-5-3 為不同學制別女生受試者就自己每天抽菸量之差異比較。跟據 χ^2 的分析結果，發現不同學制別受試者五專生與二專生在「每天抽菸量」的「半包~一包」這項上達顯著差異水準。

表 3-5-4 為不同學制別女生受試者就自評自己的健康狀況之差異比較。跟據 χ^2 的分析結果，發現不同學制別受試者五專生與二專生在「自評自己的健康狀況」的「很健康」這項上達顯著差異水準。

六、自我健康評估各變項之相關分析

(一) 男生受試者自我健康評估各變項之相關分析

表 3-6-1 男生受試者自我健康評估各變項之相關矩陣表

	健康自評	運動習慣	抽菸習慣	父親抽菸	母親抽菸	飲酒習慣	父親飲酒	母親飲酒	睡眠量	父親健康
健康自評	1.000									
運動習慣	.208**	1.000								
抽菸習慣	-.026	.027	1.000							
父親抽菸	.022	-.151*	.034	1.000						
母親抽菸	-.106*	-.204**	-.076	.295**	1.000					
飲酒習慣	.069	-.184**	.151**	.145**	.604**	1.000				
父親飲酒	-.158**	.039	.090	.229**	.290**	.281**	1.000			
母親飲酒	-.152**	.073	.015	.262**	.754**	.550**	.364**	1.000		
睡眠量	.288**	.185**	-.006	-.020	-.071	-.146**	.056	-.010	1.000	
父親健康	.418*	.075	-.009	-.140**	.081	.070	.058	.089	.069	1.000
母親健康	.361**	.129**	.037	-.080	-.114*	.083	.109*	.166**	.185**	.599**
遺傳基因	-.243**	-.141**	-.021	.036	.080	.117*	.036	.014	-.088	-.134**
心理壓力	-.282**	-.064	-.040	.053	-.070	-.003	-.042	-.111*	-.172**	-.112*
生理困擾	-.071	.003	-.043	.078	.082	.038	-.055	-.051	-.035	.033
服用藥物	-.116*	.034	.003	.019	.091	-.137**	-.087	.020	.065	.065
使用禁藥	-.194*	.330**	.282**	.018	.412**	.468**	.124*	.502**	-.002	.032
異性交往	.207**	-.125*	-.097*	.073	.046	.086	.087	.081	-.115*	.027
性好奇	.228**	.023	.122*	-.023	.059	.243**	.080	.064	-.114*	.068
性經驗	.079	.042	.309**	-.043	-.059	.194**	.047	-.073	-.154*	.074
質量指數	-.046	.050	-.042	-.003	-.046	-.072	.001	-.065	.142**	.092

	母親健康	遺傳基因	心理壓力	生理困擾	服用藥物	使用禁藥	異性交往	性好奇	性經驗	質量指數
母親健康	1.000									
基因影響	-.096	1.000								
心理壓力	-.166*	.138**	1.000							
生理困擾	.065	.167**	.329**	1.000						
服用藥物	.094	.052	.095	.194**	1.000					
使用禁藥	.047	.021	-.052	.155**	.127**	1.000				
異性交往	.021	-.055	-.009	-.068	.036	-.079	1.000			
性好奇	.054	.077	.066	.099*	.198**	.147**	.466**	1.000		
性經驗	.068	-.023	.058	.068	.051	.221**	.056	.215**	1.000	
質量指數	.015	-.005	.175**	.041	-.048	.002	-.193*	-.023	-.093	1.000

就男生受試者自我健康評估及各變項之相關矩陣表得知(表 3-6-1),自我健康評估與運動習慣、睡眠量、父、母親健康狀況、與異性交往、性好奇成正

相關，而與母親抽菸習慣、父、母親飲酒習慣、遺傳基因、心理壓力、服用藥物、使用禁藥成負相關；運動習慣與自我健康評估、睡眠量、母親健康狀況、使用禁藥成正相關，與父、母親抽菸習慣、自己的飲酒習慣、遺傳基因、與異性交往成負相關；自己的抽菸習慣與自己的飲酒習慣、服用藥物、性好奇、性經驗成正相關，與異性交往成負相關；自己的飲酒量與父、母親抽菸習慣、父、母親飲酒習慣、使用禁藥、性好奇、性行為經過成正相關，與運動習慣、睡眠量、服用藥物成負相關；睡眠量與自我健康評估、運動習慣、母親健康狀況、身體質量指數成正相關，與自己的飲酒習慣、心理壓力、異性交往、性好奇、性行為經驗成負相關；心理壓力與生理困擾、基因影響、身體質量指數成正相關，與自我健康評估、睡眠量成負相關；生理困擾與基因影響、心理壓力、服用藥物、使用禁藥、性好奇成正相關；使用禁藥與運動習慣、自己的抽菸習慣、自己的飲酒習慣、生理困擾、性好奇、性行為經過成正相關，與自我健康評估成負相關；與異性交往與自我健康評估、性好奇成正相關，與運動習慣、自己的抽菸習慣、睡眠量、身體質量指數成負相關；性好奇與自我健康評估、自己的抽菸習慣、自己的飲酒習慣、生理困擾、服用藥物、使用禁藥成正相關，與睡眠量成負相關；性行為經驗與自己的抽菸習慣、自己的飲酒習慣、使用禁藥、性好奇成正相關，與睡眠量成負相關；身體質量指數與睡眠量、心理壓力成正相關，與異性交往成負相關；均達統計上 $P < .05$ 之顯著水準。繼而以逐步迴歸方程式進行預測自我健康評估，有關研究結果如下：

表 3-6-2 男生受試者迴歸模式的統計量表

Model	多元相關係數	決定係數	校正後決定係數	估計標準誤
8	.627	.393	.381	.73

預測變項：(常數)，睡眠量，心理壓力，性好奇，服用藥物，運動習慣，自己的抽菸習慣，遺傳基因，使用禁藥

表 3-6-3 男生自我健康評估逐步迴歸分析摘要表

變異來源	離均差平方和	自由度	均方	F	R2
迴歸變異	138.230	8	17.279	32.573**	.393
殘差變異	213.778	403	.530		
總變異	352.007	411			

F .95 (9, 402) = 1.96

表 3-6-4 迴歸模式中各參數的檢定結果

	未標準化		標準化	t 值	顯著水準
	迴歸係數	估計標準誤	迴歸係數		
常數 (C)	1.458	.258		5.647	.000
睡眠量 (X1)	.326	.040	.325	8.103	.000
心理壓力 (X2)	.182	.030	.246	6.026	.000
性好奇 (X3)	-.159	.036	-.176	-4.387	.000
服用藥物 (X4)	.158	.040	.181	3.972	.000
運動習慣 (X5)	-.209	.048	-.177	-4.397	.000
自己抽菸習慣 (X6)	.111	.034	.132	3.262	.001
遺傳基因 (X7)	.114	.042	.122	2.714	.007
使用禁藥 (X8)	-.164	.045	-.089	-2.200	.028

有關男生迴歸模式的統計量由表 3-6-2 得知，八個相關預測變項依序為睡眠量、心理壓力、性好奇、服用藥物、運動習慣、自己的抽菸習慣、遺傳基因、使用禁藥其與效標變項（自我健康評估）的多元相關係數為.627；決定係數值為.393；校正後決定係數為.381；估計標準誤為.73。根據決定係數可知，八個預測變項共可解釋效標變項總變異量的 39.3%。

再經多元迴歸變異數分析得到（表 3-6-3），整體迴歸模式之 F 值為 32.573，達顯著水準（ $P < .05$ ），表示預測變項與效標變項間有顯著相關存在。其迴歸係數如表 3-6-4，迴歸方程式為：

1 未標準化迴歸方程式為

$$Y = 1.458 + .326X1 + .182X2 - .159X3 + .158X4 - .209X5 + .111X6 + .114 X7 - .164X8$$

2.標準化的迴歸方程式為：

$$Y = .325X1 + .246X2 - .176X3 + .181X4 - .177X5 + .132X6 + .122X7 - .089X8$$

（二）女生受試者自我健康評估各變項之相關分析

表 3-6-5 女生受試者自我健康評估各變項之相關矩陣表

	健康自評	運動習慣	抽菸習慣	父親抽菸	母親抽菸	飲酒習慣	父親飲酒	母親飲酒	足夠睡眠	父親健康
健康自評	1.000									
運動習慣	.285**	1.000								
抽菸習慣	.063	.036	1.000							
父親抽菸	.053	.024	.278**	1.000						
母親抽菸	.074	.038	-.380**	.284**	1.000					
飲酒習慣	.059	.054	.584**	.157**	.441**	1.000				
父親飲酒	.058	-.091	.185**	.240**	.081	.185**	1.000			
母親飲酒	.049	.076	.099	-.025	-.017	.163**	.173**	1.000		
足夠睡眠	.169**	.230**	.046	.027	.075	.053	-.092	.014	1.000	
父親健康	.121*	.112	.055	-.076	.056	.164**	-.095	.102	.193**	1.000
母親健康	.154**	.090	.067	-.005	.180**	.182**	-.075	.119*	.099	.338**
遺傳基因	.138*	.182**	.095	.038	.033	.075	.156**	.087	-.029	-.042
心理壓力	-.196**	.139*	.247**	.012	.098	.216**	.054	.070	.026	-.080
生理困擾	-.174**	.073	.161**	.007	.125*	.250**	.086	-.027	-.050	.039
服用藥物	.028	.121*	.053	.010	.046	.065	.099	.229**	.187**	.152*
使用禁藥	.114	.112	.562**	.185**	.038	.620**	.016	.007	-.198**	.038
異性交往	.105	-.013	-.102	.060	.071	-.090	.039	-.050	.051	-.062
性好奇	.145*	.096	.097	.059	.079	.378**	-.032	.009	.043	.048
性經驗	.059	.039	.093	.117	.075	.411**	.074	.023	.029	.053
質量指數	.081	.009	-.038	.055	-.111	-.025	.086	.098	-.112	.029

	母親健康	遺傳基因	心理壓力	生理困擾	服用藥物	使用禁藥	異性交往	性好奇	性經驗	質量指數
母親健康	1.000									
基因影響	-.042	1.000								
心理壓力	-.125*	.216**	1.000							
生理困擾	.045	.180**	.344**	1.000						
服用藥物	.035	.089	.246**	.301**	1.000					
使用禁藥	.076	.072	.283**	.282**	.312**	1.000				
異性交往	.083	-.106	-.030	-.039	-.051	-.111	1.000			
性好奇	.099	.082	.042	.105	.253**	.389**	.166**	1.000		
性經驗	.085	-.008	.076	.089	.136*	.385**	.101	.420**	1.000	
質量指數	-.018	.183**	-.078	-.077	-.001	-.068	.043	-.020	.048	1.000

就女生受試者自我健康評估及各變項之相關矩陣表得知 (表 3-6-5)，自我健康評估與運動習慣、睡眠量、父、母親健康狀況、遺傳基因、使用禁藥、性好奇成正相關，與心理壓力、生理困擾成負相關；運動習慣與自我健康評估、睡眠量、遺傳基因、心理壓力、使用藥物成正相關；自己的抽菸習慣與父親抽菸習慣、自己的飲酒習慣、心理壓力、生理困擾、使用藥物成正相關，與母親抽菸習慣成負相關；自己的飲酒習慣與自己的抽菸習慣、父、母親飲酒習慣、心理壓力、父、母親健康狀況、生理困擾、使用禁藥、性好奇、性行為經驗成正相關；睡眠量與自我健康評估、運動習慣、父親健康狀況、服用藥物成正相關，與使用禁藥成負相關；遺傳基因與自我健康評估、運動習慣、父親飲酒習慣、心理壓力、生理困擾、身體質量指數成正相關；心理壓力與抽菸習慣、自己的飲酒習慣、遺傳基因、生理困擾、服用藥物、使用禁藥成正相關，與自我健康評估成負相關；生理困擾與抽菸習慣、母親抽菸習慣、自己的飲酒習慣、基因影響、心理壓力、服用藥物、使用禁藥成正相關，與自我健康評估成負相關；使用禁藥與自我健康評估、自己的抽菸習慣、自己的飲酒習慣、心理壓力、生理困擾、服用藥物、性好奇、性行為經驗成正相關，與睡眠量成負相關；與異性交往與性好奇成正相關；性好奇與自我健康評估、自己的飲酒習慣、服用藥物、使用禁藥、與異性交往、性行為經驗成正相關；性行為經驗與自己的飲酒習慣、使用禁藥、性好奇成正相關；身體質量指數與基因影響成正相關；均達統計上 $P < .05$ 之顯著水準。繼而以逐步迴歸方程式進行預測自我健康評估，有關研究結果如下：

表 3-6-6 女生受試者迴歸模式的統計量表

Model	多元相關係數	決定係數	校正後決定係數	估計標準誤
7	.547	.299	.280	.72

預測變項：(常數)，運動習慣，心理壓力，生理困擾，睡眠量，母親健康狀況，性好奇，遺傳基因

表 3-6-7 女生自我健康評估逐步迴歸分析摘要表

變異來源	離均差平方和	自由度	均方	F	R2
迴歸變異	59.118	7	8.445	16.252*	.299
殘差變異	138.751	267	.520		
總變異	197.869	274			

$$F_{.95} (7, 267) = 2.01$$

有關女生迴歸模式的統計量由表 3-6-6 得知，七個預測變項依序為運動量、心理壓力、生理困擾、睡眠量，母親健康狀況、性好奇、遺傳基因其與效標變項（自我健康評估）的多元相關係數為.547；決定係數值為.299；校正後決定係數為.280；估計標準誤為.72。根據決定係數可知，七個預測變項共可解釋效標變項總變異量的 29.9%。

再經多元迴歸變異數分析得到(表 3-6-7)，整體迴歸模式之 F 值為 16.252，達顯著水準 ($P < .05$)，表示預測變項與效標變項間有顯著相關存在。其迴歸係數如表 3-6-8，迴歸方程式為：

表 3-6-8 迴歸模式中各參數的檢定結果

	未標準化		標準化	t 值	顯著水準
	迴歸係數	估計標準誤	迴歸係數		
常數 (C)	1.232	.326		3.773	.000
運動習慣 (X1)	.185	.058	.180	3.205	.002
心理壓力 (X2)	.231	.052	.239	4.472	.000
生理困擾 (X3)	-.117	.044	-.148	-2.650	.009
睡眠量 (X4)	.203	.057	.198	3.594	.000
母親健康狀況 (X5)	-.135	.046	-.164	-2.974	.003
性好奇 (X6)	.328	.102	.176	3.201	.002
遺傳基因 (X7)	.152	.064	.125	2.372	.018

1 未標準化迴歸公式為：

$$Y = 1.232 + .185X1 + .231X2 - .117X3 + .203X4 - .135X5 + .328X6 + .152X7$$

2.標準化的迴歸公式為：

$$Y = .180X1 + .239X2 - .148X3 + .198X4 - .164X5 + .176X6 + .125X7$$

伍、結論與建議

一、結論

從本研究中可發現，不論是男生或女生的自我健康評估都相當接近（男生平均數為 3.27、女生為 3.02），都是屬於「健康型」；不同性別受試者在自我健康評估的父、母親每天的抽菸量、自己的飲酒量、父、母親每天的飲酒量等變項上未達顯著差異 ($p > .05$)；在其他變項上均達顯著差異 ($p < .05$)。不同學制別男生受試者在規律運動、睡眠量、自評父、母親的健康狀況、遺傳基因、心理壓力、生理壓力及服用保健藥物變項上均達顯著差異 ($p < .05$)。不同學制

別女生受試者在自己的抽菸量及自評自己的健康狀況變項上達顯著差異 ($p < .05$)。透過迴歸統計方法所選取之預測變項男生以睡眠量、心理壓力、性好奇、服用藥物、運動習慣、自己的抽菸習慣、遺傳基因、使用禁藥等八項為預測變項，其可解釋效標變項總變異數的 39.3%；女生以運動量、心理壓力、生理困擾、睡眠量、母親健康狀況、性好奇、遺傳基因等七項為預測變項，其可解釋效標變項總變異數的 29.9%。因此可以推測，影響學生健康的重要因素為：運動量、睡眠量、性好奇、遺傳基因及心理壓力。

二、建議

聯合國世界衛生組織 (W. H. O.) 的主張：「健康並不是單純的沒有生病和虛弱的存在；而是身體、精神與社會等方面均處於良好的狀態」。所以現代人要有全適能 (Wellness) 的健康概念，除了要提高個人適應、要有良好體能、沒有疾病的困惑外；還要重視生活的品質、良好的生活習慣及正常的社交生活。

學校為教育單位，不但要提供給學生一個良好的求學環境，更要給予一個完善的生活空間。在他們求得知能之外，同時要給予正確的道德與倫理觀念；對於造成他們的壓力與困擾之導因，要給予適時的關懷、協助與輔導，幫忙他們走向正確的康莊大道。

本研究探討抽菸量、飲酒量、運動量、睡眠量、遺傳基因、壓力、寶健藥物、刺激藥物、兩性交往、性好奇及性行為經驗與專校學生健康評估之關係，雖然發現主要影響專校學生健康因素為運動量、睡眠量、性好奇、遺傳基因及心理壓力，但是其只能解釋效標變項總變異數的 39% 左右，其餘大部分影響健康的預測變項尚無能掌握，此為本研究之一大缺憾。至於取樣之方式，若加以改變，所得的結果是否會因樣本之不同而有所差異，乃有待做進一步之研究。

參考文獻

一、中文部份

- 王智鴻 (民 81)。我國五年制專科學校學生次級文化知覺調查研究。國立臺灣師大教育研究所博士論文。
- 仇芳娟 (民 86)。南區五專生健康促進生活型態及其相關因素。高雄醫學院護理學研究所碩士論文。
- 江界山等 (民 83)。體適能指導手冊。中華民國體能有氧協會。
- 行政院青年輔導委員會 (民 84)。青少年白皮書。
- 李宜芳 (民 88)。國術系學生與大專國術社團學生自我健康評估與危險因子之關係比較。中國文化大學運動教練研究所碩士論文。
- 李思招 (民 89)。護理學生規律運動行為相關因素研究-以臺北護理學院學生為例。國立臺灣師範大學衛生教育研究所碩士論文。

- 李華璋 (民 78)。大學生工作價值觀之評量研究。國立彰化師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文。
- 吳慧君 (民 88)。運動能力的生理學評定。台北，師大書苑。
- 何英奇 (民 84)。我國大學生次文化及其相關因素之研究。國立臺灣師大教育研究所博士論文。
- 姚漢禱 (民 82)。大學生生活型式和健康體適能的關係。體育學報，第十六輯，373 - 390。
- 張浣芸 (民 78)。藝術學校學生次文化之調查研究。藝術學報。第四十五期，213 - 254。
- 葉琇珠 (民 89)。大學生健康概念與健康促進生活型態之探討。國立陽明大學社區護理研究所碩士論文。
- 黃毓華 (民 84)。大學生健康促進生活型態及其預測因子。高雄醫學院護理學研究所碩士論文。
- 鄭順聰 (民 90)。大學生生活型態、休閒動機與休閒參與之相關研究。國立體育學院體研所碩士論文。
- 劉後頌 (民 91)。屏東地區大學生次級文化研究。屏東師範大學教育研究所碩士論文。
- 蘇俊賢 (民 86)。大學生自我健康評估與其預測變項之關係。大專體育。第三十四期，29 - 37。

二、外文部份

- American College of Sports Medicine (1992). ACSM fitness book. Leisure Press, A division of human kinetics publishers Inc. 94-97.
- Bridano, D. & Everly, G. (1979). Controlling stress and tension. Englewood Cliff, N.J.:Prentice-Hall.
- Breslow, L. & Enstrom, J. E. (1980). Persistence of health and their relationship to mortality. Preventive medicine, 9, 469-483.
- Gillis, A. J.(1994). Determinants of health-promoting lifestyles in adolescent females. Canadian journal of nursing research, 26(2), 13-28.
- Larson, J. S. (1991). Two scales for measuring international health status. evaluation and the health professions, 14 (4), 422-437.
- Sharkey, T. (1997). Fitness and health. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Stephens, T. (1986). Health practices and health status: evidence from the Canada health survey. American journal of preventive medicine, 2,209-215.