

台灣教育長期追蹤資料庫電子報 第六十一期

電子報創刊日期：民國 93 年 04 月 01 日

本期發刊日期：民國 95 年 07 月 14 日

---

**本期標題：幸福指數大搜密（一）**

國中生是最快樂的青少年族群，高中生較憂鬱，而四位青少年中，就有一位曾有輕生的念頭，其中以高職生比例略高。

---

**一、研究問題說明：**

我國青少年生活幸福嗎？他們是無憂無慮、健康成長的國家新動力嗎？來自於課業、同儕關係與家庭等壓力，是否讓這些青少年們傾向以負面的態度面對生活？近年來，青少年偏差行為所造成的社會事件屢見不鮮，在媒體的報導下，關於青少年身心發展之議題逐漸獲得廣泛的重視，本期著重於青少年自我認知的行為及心理狀況，進一步瞭解他們的幸福指數。

**二、研究調查內容：**

本期分析之問卷題目如下列所示：

（一）題目：「整體來說，你目前的日子過得快樂嗎？」

答案選項包含 1.「非常快樂」；2.「還算快樂」；3.「不太快樂」；4.「非常不快樂」。

（二）題目：「這學期以來，你曾憂鬱嗎？」

答案選項包含 1.「從來沒有」；2.「偶爾有」；3.「有時有」；4.「經常有」。

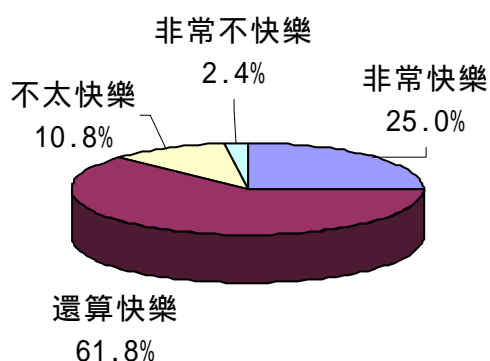
（三）題目：「這學期以來，你曾不想活了？」

答案選項包含 1.「從來沒有」；2.「偶爾有」；3.「有時有」；4.「經常有」。

**三、分析結果說明：**

（一）整體而言，大部分的學生認為他們生活快樂，其中以國中生覺得非常快樂的比例最高，而高中與五專生不快樂的比例較其它學制的學生略高。在快樂程度上，我國青少年約有 86.8 % 認為他們非常快樂或還算快樂（見圖一），而有 2.4% 表示他們非常不快樂。在非常快樂的學生中，以國中生所佔比例最高( 31% )；高中生與五專生中，較不快樂的比例較高，比例分別為 14.9% 的高中生與 14.7% 五專生。

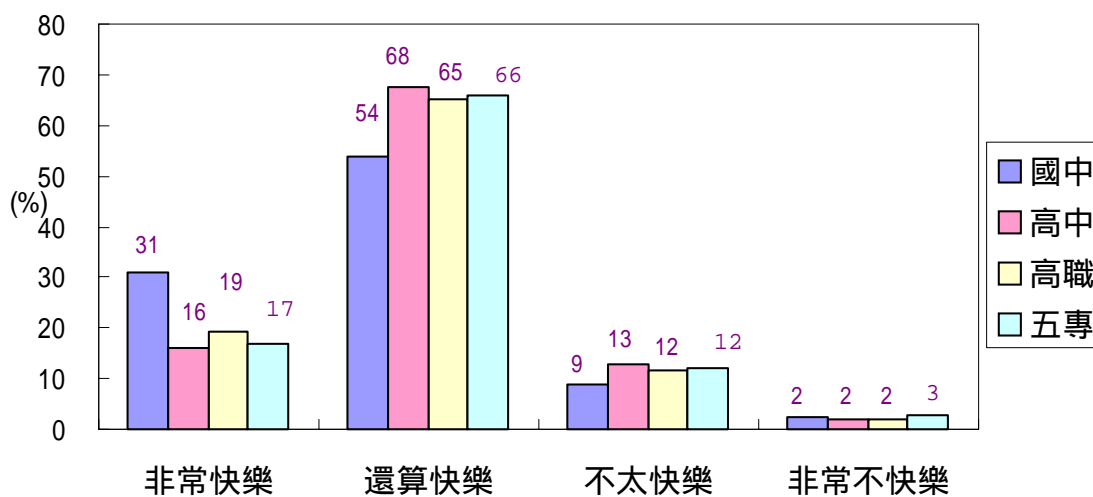
圖一、整體而言，你目前的日子過得快樂嗎？



註 1：填答總人數 27,297 人。

註 2：本圖數值已加權計算，不合理值與未填答值未列於圖中。

圖二、整體而言，你目前的日子過得快樂嗎？（學制比較）



註 1：填答總人數 27,297 人。

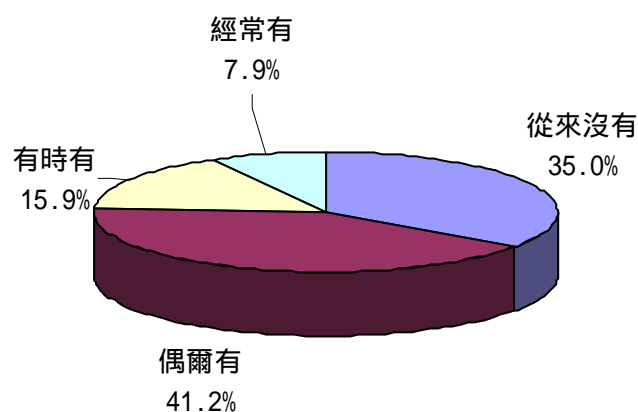
註 2：本圖數值已加權計算，不合理值與未填答值未列於圖中。

(二) 將近 8% 的學生表示，他們常有憂鬱情況，高中生較為憂鬱，國中生則為最快樂的青少年族群。

在一個學期中，僅有 35% 的學生表示他們沒有出現憂鬱的情況（見圖

三)，而較常有憂鬱現象的學生約佔 24%，表示四個學生中，就有一位學生較常感到憂鬱，這個比例偏高。就學制比較上，將近一半的國中生表示他們從來不覺得憂鬱(見圖四)，比例明顯高於其它學制的學生，而有約 85%的高中生表示他們曾感到憂鬱，其中有 23%的高中生有時憂鬱，13%經常憂鬱，高於其它學制的學生。高中生較憂鬱之現象可能導因於高中生的升學壓力較其它學制的學生高。

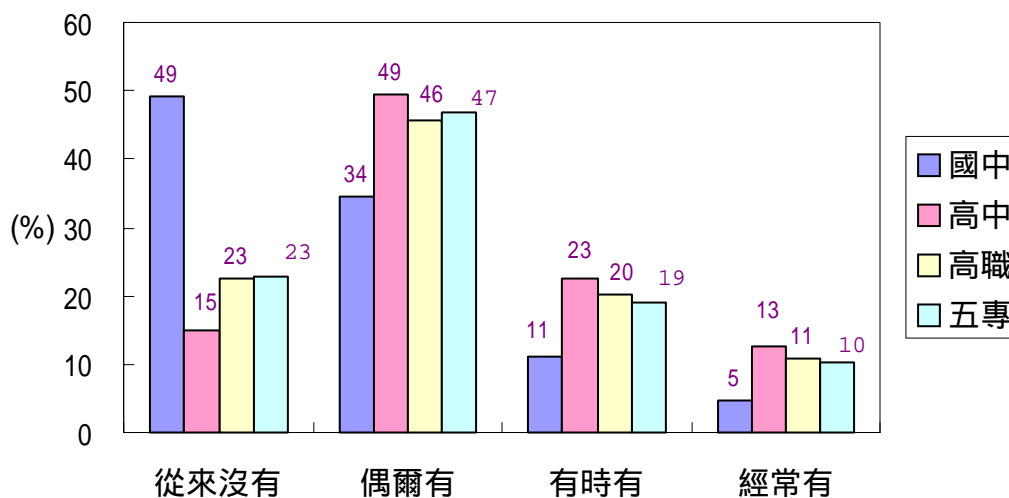
圖三、這學期以來，你曾憂鬱嗎？



註 1：填答總人數 27,297 人。

註 2：本圖數值已加權計算，不合理值與未填答值未列於圖中。

圖四、這學期以來，你曾憂鬱嗎？(學制比較)



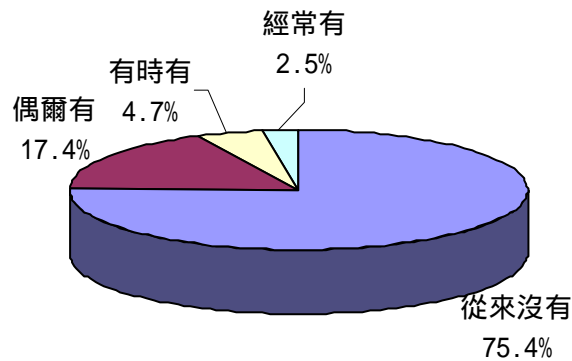
註 1：填答總人數 27,297 人。

註 2：本圖數值已加權計算，不合理值與未填答值未列於圖中。

(三) 約有 25%的青少年曾有輕生的念頭，其中以高職生較易產生輕生的想法。

近年來，學生因為各種壓力而自殺的比例逐年上升，我們的分析指出，約有 2.5%的學生經常有輕生的想法（見圖五），而曾有輕生想法的學生高達近 25%。其中有 7%的高職生有時會產生不想活的想法（見圖六），較高於其它學制學生，而較多五專生會經常有輕生的想法（3.4%），稍微高於其它學生。

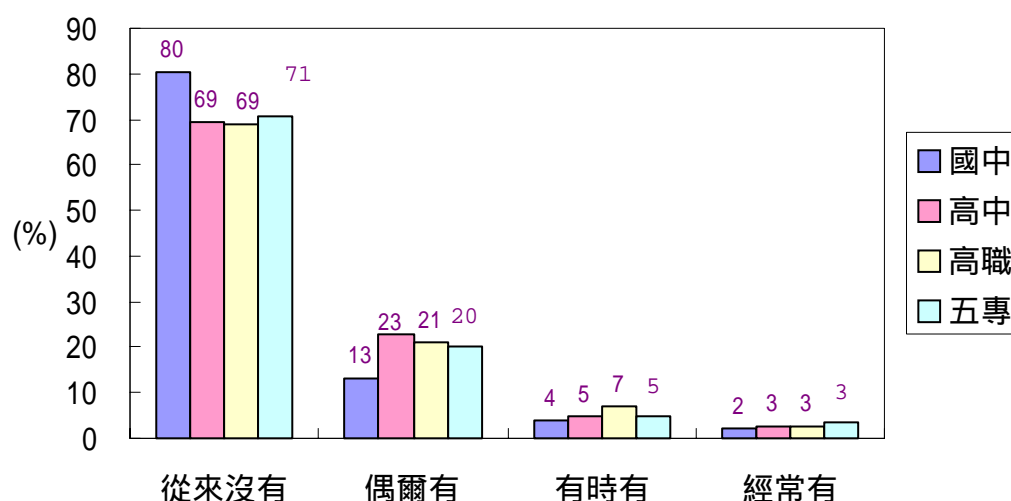
圖五、這學期以來，你曾不想活了？



註 1：填答總人數 27,297 人。

註 2：本圖數值已加權計算，不合理值與未填答值未列於圖中。

圖六、這學期以來，你曾不想活了？(學制比較)



註 1：填答總人數 27,297 人。

註 2：本圖數值已加權計算，不合理值與未填答值未列於圖中。

#### 四、分析討論：

本期使用青少年的快樂程度、憂鬱情況、輕生念頭來表示青少年自我評量的幸福指數，從分析中可看出，國中生為較幸福的族群，高中生較容易憂鬱，而高職生在產生自殺念頭的比例上，較其它學生略高。從這些比例中看出，我國青少年幸福快樂的指數似乎隨著年齡遞增而相對減少，課業壓力較大的高中生較容易憂鬱，但卻不是最容易不想活的族群，反而是高職生較多人比較常有輕生的念頭。由於憂鬱、自殺是現在青少年中潛在的問題，若能找出其中的原因，將可促進青少年的身心健康，也減少社會悲劇，以上分析，提供相關研究以為參考。

#### 五、參考文獻：

譚康榮 (2004)。誰家小孩學習成就最高？哪群學生心理最不健康？「台灣教育長期追蹤資料庫」的初步發現。中央研究院學術諮詢總會通訊專題報導，13:1。

#### 六、本期資料來源說明：

研究主題：台灣教育長期追蹤資料庫  
 調查地區：台灣地區（含澎湖）  
 調查時間：民國九十年十月  
 調查方式：紙筆問卷

研究對象：高中職五專、國中學生  
資料版本：中央研究院學術調查研究資料庫高中職五專正式釋出第一波第  
2.0 版、國中第一波 3.1 版  
樣本個數：27,297 筆

## 七、關於台灣教育長期追蹤資料庫計畫

「台灣教育長期追蹤資料庫」(Taiwan Education Panel Survey, 簡稱 TEPS) 是一項由中央研究院、教育部和國科會共同資助，並由中央研究院、社會學研究所和歐美研究所共同負責規劃與執行的一項全國性長期的資料庫計畫。這個資料庫從 2001 年開始，對當年為國中一年級以及高中、高職和五專二年級之學生、學生家長、老師和學校，進行為期七年二至四次的蒐集資料。如需要更多的訊息，請到台灣教育長期追蹤資料庫網站。網址：  
<http://www.teps.sinica.edu.tw>

---

### 前期標題：老師、學生，動起來？

和學生有良好互動的老師數普遍偏低，而學生遇挫折時可尋求幫助的老師較少。其中五專與國中老師與學生有良好互動者較高中職老師少，國中學生遇到挫折時，較易尋求老師幫助。

---

### 下期預告：幸福指數大搜密（二）

(2006/07/28 出刊)

與中時電子報、日月文化、卡內基訓練中心報導之<<青少年幸福大調查>>對話。

---

台灣教育長期追蹤資料庫電子報 Taiwan Education Panel Survey Newsletter

發行人：張苙雲

分析撰寫：陳玟君

資料釋出：莊淵傑

網頁維護：陳聖偉

聯絡電話：(02)26523351

中央研究院社會學研究所

台北市 115 南港區研究院路二段 128 號

如果您對本內容有任何問題與建議，請回覆於下列電子信箱。

E-mail:[l2kteps@gate.sinica.edu.tw](mailto:l2kteps@gate.sinica.edu.tw)

若要訂閱或取消，來信時請附上您要處理的帳號。

請尊重學術倫理，引用本電子報內容時，請註明出處。