

為確保您填答之保密性，問卷完成
後請放入所附之牛皮信封，並撕開
封口之雙面膠黏貼。感謝您！

填寫條件：

- ★已婚男女皆可(未含離婚、喪偶)
- ★不限年齡

已婚男女生活狀況調查

中國文化大學生活應用科學系

中華民國 104 年 6 月



各位先生/女士：

您好！非常感謝您願意撥冗填寫此份問卷。這份問卷旨在瞭解已婚男女的婚姻與生活狀況。為了使此研究計畫能順利進行，由衷希望能得到您的協助與支持。這份問卷大約需花您 15 分鐘的時間填寫。本問卷共分為四部分，請您根據個人的實際狀況和想法填寫。您所填寫之資料皆採不記名方式作答，僅供學術研究之用，絕不外流，敬請安心填答。若為夫妻，請各自填答，不互相討論。填答完畢後，請將問卷放入所附之牛皮信封內並彌封。誠摯感謝您的協助與參與！

專題研究計畫主持人
中國文化大學生活應用科學系
黃郁婷 敬上
02-28610511 分機 31531
中華民國 104 年 6 月

第一部分 個人背景資料

填寫說明：請就您目前的情況填寫或勾選下列適當選項。每題皆為單選題。

1. 請問您目前居住在哪一個縣市？

01. 臺北市 02. 新北市 03. 宜蘭縣 04. 桃園縣 05. 基隆市
 06. 新竹縣 07. 新竹市 08. 臺中市 09. 苗栗縣 10. 彰化縣
 11. 南投縣 12. 雲林縣 13. 臺南市 14. 高雄市 15. 嘉義縣
 16. 嘉義市 17. 屏東縣 18. 花蓮縣 19. 臺東縣

2. 性別： 1. 男性 2. 女性

3. 年齡：_____ (足) 歲

4. 教育程度：

01. 小學（含未就學） 02. 國（初）中 03. 高中職
 04. 大學（專）、技術學院、科大 05. 碩士 06. 博士
 07. 其他（請說明：_____）

5. 宗教信仰： 1. 無 2. 有

6. 目前這段婚姻的結婚年數（已結婚幾年）：_____ 年

7. 現在的身高：_____ 公分 現在的體重：_____ 公斤

8. 除了配偶外，您有幾位知己好友：_____ 人

9. 個人平均月收入（請問您目前每月所得，包含薪資、投資、房屋租賃等）

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> (01) 無收入 | <input type="checkbox"/> (02) 1 萬元以下 |
| <input type="checkbox"/> (03) 1-2 萬元以下 | <input type="checkbox"/> (04) 2-3 萬元以下 |
| <input type="checkbox"/> (05) 3-4 萬元以下 | <input type="checkbox"/> (06) 4-5 萬元以下 |
| <input type="checkbox"/> (07) 5-6 萬元以下 | <input type="checkbox"/> (08) 6-7 萬元以下 |
| <input type="checkbox"/> (09) 7-8 萬元以下 | <input type="checkbox"/> (10) 8-9 萬元以下 |
| <input type="checkbox"/> (11) 9-10 萬元以下 | <input type="checkbox"/> (12) 10-11 萬元以下 |
| <input type="checkbox"/> (13) 11-12 萬元以下 | <input type="checkbox"/> (14) 12-13 萬元以下 |
| <input type="checkbox"/> (15) 13-14 萬元以下 | <input type="checkbox"/> (16) 14-15 萬元以下 |
| <input type="checkbox"/> (17) 15-16 萬元以下 | <input type="checkbox"/> (18) 16-17 萬元以下 |
| <input type="checkbox"/> (19) 17-18 萬元以下 | <input type="checkbox"/> (20) 18-19 萬元以下 |
| <input type="checkbox"/> (21) 19-20 萬元以下 | <input type="checkbox"/> (22) 20-30 萬元以下 |
| <input type="checkbox"/> (23) 30 萬元以上 | |

第二部分

填寫說明：

這是一份有關身體形象自我態度的評量問卷，敘述一些人們的想法、感覺或表現等一系列陳述題。這些題目沒有標準答案，請依您個人最適合的程度，於題目右側圈選最適當的數字，以下各語句後有五個數字：1 代表「非常不同意」；2 代表「不同意」；3 代表「無意見」；4 代表「同意」；5 代表「非常同意」。

題號	題 目	非常 不 同 意	不 同 意	無 意 見	同 意	非常 同 意
1.	出席公開場合前，我總是注意我的外表	1	2	3	4	5
2.	我會仔細選購使我穿起來最好看的衣服	1	2	3	4	5
3.	我會通過大部分的體適能檢測	1	2	3	4	5
4.	我有優越的體力是重要的	1	2	3	4	5
5.	我的身體是性感迷人的	1	2	3	4	5
6.	我沒有參加規律的運動課程	1	2	3	4	5

題號	題 目	非 常 不 同 意	不 同 意	無 意 見	同 意	非 常 同 意
7.	我能控制自己的健康	1	2	3	4	5
8.	我瞭解很多影響我身體健康的觀念	1	2	3	4	5
9.	我已經謹慎的發展出一種健康的生活方式	1	2	3	4	5
10.	我經常擔心肥胖或變胖	1	2	3	4	5
11.	我喜歡我現在的外貌	1	2	3	4	5
12.	有機會我會從鏡子檢視我的外表	1	2	3	4	5
13.	外出前，我經常花很多時間在準備	1	2	3	4	5
14.	我的身體耐力很好	1	2	3	4	5
15.	參與運動對我而言並不重要	1	2	3	4	5
16.	我不積極保持身體健康的事情	1	2	3	4	5
17.	我的健康是一種無法預期好壞的事情	1	2	3	4	5
18.	在我的生命中，良好的健康是最重要的事情之一	1	2	3	4	5
19.	我不會做威脅我健康的任何事情	1	2	3	4	5
20.	大部分的人都認為我長得很好看	1	2	3	4	5
21.	看起來好看對我是重要的	1	2	3	4	5
22.	我很少使用美容保養品	1	2	3	4	5
23.	我學習運動的技巧很快	1	2	3	4	5
24.	在我生命中，身體健康並不是我的優先考量	1	2	3	4	5
25.	我做事情來增加我的體力	1	2	3	4	5
26.	我很少身體不適	1	2	3	4	5
27.	我視我的健康為理所當然	1	2	3	4	5
28.	我經常閱讀有關健康的書與雜誌	1	2	3	4	5
29.	我喜歡我沒有穿衣服的樣子	1	2	3	4	5
30.	身上飾品不對時，我會馬上察覺	1	2	3	4	5
31.	我經常穿著任何便服，不在乎它看起來怎樣	1	2	3	4	5
32.	在運動或比賽上，我表現差勁	1	2	3	4	5
33.	我很少考慮我的運動技巧	1	2	3	4	5
34.	我運動來提昇我的身體耐力	1	2	3	4	5
35.	日復一日，我從不知道我身體感覺如何	1	2	3	4	5
36.	假如我生病了，我不會非常注意我的症狀	1	2	3	4	5

題號	題 目	非常不同意	不 同 意	無 意 見	同 意	非常同意
37.	我沒有特別努力去吃均衡和營養的飲食	1	2	3	4	5
38.	我喜歡我的衣服合身的樣子	1	2	3	4	5
39.	我不在乎人們對我外表的看法	1	2	3	4	5
40.	我特別在乎身上的飾品	1	2	3	4	5
41.	我不喜歡我的體格	1	2	3	4	5
42.	我不在乎去增進我身體活動的能力	1	2	3	4	5
43.	我嘗試保持身體的活動力	1	2	3	4	5
44.	我經常覺得我容易生病	1	2	3	4	5
45.	我對於任何身體上生病的徵兆非常注意	1	2	3	4	5
46.	我的身體不引人注意	1	2	3	4	5
47.	我從不考慮我的外表	1	2	3	4	5
48.	我總是嘗試去改善我身體的外表	1	2	3	4	5
49.	我的協調性非常好	1	2	3	4	5
50.	我知道很多有關體適能的活動	1	2	3	4	5
51.	我整年從事一項規律性的運動	1	2	3	4	5
52.	我是一位身體健康的人	1	2	3	4	5
53.	我非常能察覺在身體健康上的小改變	1	2	3	4	5
54.	在遇有生病徵兆時，我尋求醫療的意見	1	2	3	4	5
55.	我正在節食減重	1	2	3	4	5
56.	我曾經嘗試藉著快速或劇烈的節食方式來減輕體重	從來沒有 1	少有 2	有時 3	經常 4	通常 5
57.	我認為我是	體重非常輕的 1	體重有點輕的 2	體重正常的 3	體重有點過重的 4	體重非常過重的 5
58.	從外人的眼光看我時，大多數人認為我是	1	2	3	4	5

		非常不滿意	不滿意	無意見	滿意	非常滿意
59.	臉（五官、膚色）	1	2	3	4	5
60.	頭髮（顏色、厚度、密度）	1	2	3	4	5
61.	下軀幹（臀部、髋部、腿部、腳部）	1	2	3	4	5
62.	中軀幹（腰部、腹部）	1	2	3	4	5
63.	上軀幹（胸部或乳房、肩膀、手臂）	1	2	3	4	5
64.	肌肉狀態（張力、彈性、結實程度）	1	2	3	4	5
65.	體重	1	2	3	4	5
66.	身高	1	2	3	4	5
67.	整體外表	1	2	3	4	5

第三部分

填寫說明：

以下題目是有關婚姻情況的描述，請您依自己真實的婚姻生活情形來回答。每個人的婚姻狀態都不同，因此沒有正確的答案，只需依自己真實的情形作答即可。每一題目有5個選項，請將符合您想法的答案，於題目右側圈選最適當的數字。以下各語句後有五個數字：1代表「非常不符合」；2代表「大部分不符合」；3代表「不一定」；4代表「大部分符合」；5代表「非常符合」。

題號	題 目	非常不符合	大部 分不 符 合	不一 定	大部 分符 合	非常 符 合
1.	在社交場合中，我的配偶總是應對得體	1	2	3	4	5
2.	我們經常有單獨相處的時光	1	2	3	4	5
3.	我們經常互相表達關懷和愛意	1	2	3	4	5
4.	大部分的時間，我的配偶重視並瞭解我的感受	1	2	3	4	5
5.	我很煩惱我的配偶無法與我的家人相處和諧	1	2	3	4	5
6.	我們對什麼是正確的、適當的行為，有一致的看法	1	2	3	4	5
7.	在婚姻生活中，金錢常是我們爭吵的因素	1	2	3	4	5

題號	題 目	非常不符合	大部 分不 符合	不一 定	大部 分符 合	非常 符合
8.	我的配偶常把錢用在不該用的地方，令我很不滿意	1	2	3	4	5
9.	配偶缺乏對我的尊重	1	2	3	4	5
10.	我常因為缺錢，而不能擁有我想要的東西	1	2	3	4	5
11.	我的配偶很會安排金錢，使我們的生活過得很愉快	1	2	3	4	5
12.	我的配偶常讓我感到挫敗和緊張	1	2	3	4	5
13.	我們有相近的知識水準做為溝通的基礎	1	2	3	4	5
14.	我們有共同的好朋友	1	2	3	4	5
15.	對於我們婚姻的物質生活水準，我已經相當滿意	1	2	3	4	5
16.	我的配偶總為了一點小事就對我發脾氣	1	2	3	4	5
17.	婚後配偶的身材改變了許多，令我很不滿意	1	2	3	4	5
18.	對於什麼是生活中最值得追求的東西，我們有一致的感受	1	2	3	4	5
19.	在社會上，我們夫妻倆沒有好的社會地位	1	2	3	4	5
20.	在性生活中，配偶能重視我的感受和需求	1	2	3	4	5
21.	我無法忍受配偶的個性	1	2	3	4	5
22.	即使有配偶相伴身旁，我仍感到很孤單寂寞	1	2	3	4	5
23.	對於錢該如何使用，配偶很尊重我的意見	1	2	3	4	5
24.	我的婚姻比我做任何事，帶給我更多真正個人的滿足	1	2	3	4	5
25.	因為收入不足，婚後生活讓我沒有安全感	1	2	3	4	5
26.	不快樂的性關係是我婚姻中的缺陷	1	2	3	4	5
27.	我的配偶讓我感到自己是重要的、被需要的	1	2	3	4	5
28.	我們無法分享共同的人生哲學	1	2	3	4	5
29.	我們的婚姻生活是千篇一律，有些枯燥無味	1	2	3	4	5
30.	我很滿意配偶的身材容貌	1	2	3	4	5
31.	我的配偶激發我追求新知，充實自我的動機	1	2	3	4	5
32.	我們對未來的婚姻生活有共同的期待，並努力去實現	1	2	3	4	5
33.	我常覺得和配偶之間，有一體的感覺	1	2	3	4	5
34.	我和配偶在金錢使用上，意見頗為一致	1	2	3	4	5
35.	因為我們家庭背景的差異，破壞了我們的婚姻幸福	1	2	3	4	5

題號	題 目	非常不符合	大部 分不 符合	不一 定	大部 分符 合	非常 符合
36.	配偶和我對性生活的需要不同，很難相互滿足	1	2	3	4	5
37.	我認為配偶在家中該做的事，他(她)都做得很不錯	1	2	3	4	5
38.	我們有存款和不動產，讓我覺得生活有保障	1	2	3	4	5
39.	在家裡，我的配偶總是邋邋遢遢	1	2	3	4	5
40.	在我的朋友面前，配偶常不給我留面子	1	2	3	4	5
41.	我的配偶總是很歡迎我的朋友來家中小聚	1	2	3	4	5
42.	我的配偶有些生活習慣，是我無法忍受的	1	2	3	4	5
43.	整體而言，我對我的婚姻生活感到滿意	1	2	3	4	5

第四部分

填寫說明：以下是個人特質的形容詞。題目沒有標準答案，請依照您個人的主觀認知，圈選一個最能形容你實際情形的選項。

題號	題 目	非常 不同意	不 同意	不 能確 定	同 意	非 常同 意
1.	我是一個充滿煩惱的人	1	2	3	4	5
2.	我常覺得自己不如他人	1	2	3	4	5
3.	當處於很大壓力下，會覺得自己好像精神快崩潰	1	2	3	4	5
4.	有時我會覺得自己沒有價值	1	2	3	4	5
5.	我時常感到孤獨和憂鬱	1	2	3	4	5
6.	我容易緊張神經緊繃	1	2	3	4	5
7.	有時候我會覺得自己很難為情想要躲起來	1	2	3	4	5
8.	我容易悲傷沮喪	1	2	3	4	5
9.	我時常覺得害怕與焦慮	1	2	3	4	5

問卷到此結束，由衷感謝您耐心的填答
煩請檢查是否有遺漏之處，並將問卷放入所附之信封並彌封
 敬祝 事事順心如意 家庭幸福美滿！