

吸菸少年的校園戒菸介入
實驗計畫—比較傳統式和實驗性質
方案介入之差異

結案報告

計畫委託單位：台中縣衛生局
計畫主持人：陳秋瑩

中華民國九十四年七月

摘要

根據民國 92 年台中縣衛生局的調查，台中縣內每 100 位過去一年內有吸菸經驗的校園青少年便有 30 位會成為吸菸習慣者(habitual smokers)。這個數目使我們憂心校園青少年的吸菸行為，尤其是吸菸青少年，因為如不及早改變這些人的吸菸行為，不僅是對他們的健康有不良的影響，對整體國家未來的發展相信也會有所衝擊。另外，現存的國內外研究皆指出：針對吸菸青少年的戒菸方案不應使用單一及傳統的戒菸教育課程或活動，並應盡量避免演講、說道的設計；應使用能激發吸菸青少年欲改變吸菸態度與行為意向/動機的戒菸方案 (Balch 1998；台中縣衛生局 民 92；余坤煌，民 81)。因此，本研究將設計一套多元化介入的校園戒菸方案，並以實驗設計的方式，將此套具實驗性質的多元化方案與傳統式的方案做戒菸成效的比較。而在擬定多元介入方案前除參考吾人於民國 92 年對 70 位至台中縣衛生局的吸菸青少年進行焦點團體討論以了解他們想要的戒菸介入方式外，本計畫基於戒菸方案的成功執行需要校園師長的支持，因此本計畫的工作重點之一是針對校園中與菸害教育有關的師長，進行焦點團體討論以了解其對吸菸青少年的看法、對目前吸菸教育與策略的看法、對如何幫助校園中的吸菸青少年應設計的戒菸策略為何等以做為設計多元化戒菸方案內容之參考。綜論上述，本計畫將實施實驗設計的研究法，對吸菸青少年進行實驗性質之多元化戒菸介入方案之成效評估，並比較傳統式戒菸方案與此實驗性多元化方案的成效是否有差異，依計畫執行進度，工作重點如下：1) 執行校園菸害防制業務師長的焦點團體討論；2) 擬定校園成長團體戒菸種籽隊員培訓暨校園戒菸方案課程實施手冊；3) 分別檢驗傳統式介入方案和實驗式多元介入方案的成效；4) 比較實驗性多元介入方案和傳統式介入方案之成效。

本計畫之主要發現有如下幾點：1).傳統衛教戒菸介入方案具有改變國中生吸菸行為的效果，2).實驗多元戒菸介入方案具有改變高中生吸菸行為的效果，3).

實驗多元戒菸介入方案並未比傳統衛教介入方案較具改變吸菸行為的效果，而且不論是哪一個介入方案，方案的內容與執行過程是否能使吸菸同學的行為改變階段跨越至「採取戒菸行動且正維持中」的階段才是改善青少年吸菸行為最重要的因素，4) 培訓的活動帶領人是否具有足夠的親和力及同理心以使參與戒菸方案的吸菸同學決定採取戒菸，且願意真的採取行動，並且行動能成功維持亦是戒菸介入方案是否能成功的重要因素之一。

關鍵詞: 校園戒菸方案、吸菸青少年、吸菸行為、可丁尼(cotinine)

目錄

第一章 緒論.....	1
壹 前言.....	1
貳 計畫目標.....	5
第二章 文獻探討.....	6
壹 青少年吸菸行為現況.....	6
貳 影響青少年吸菸行為因素之探討.....	7
參 行為改變的階段與戒菸課程.....	11
肆 吸菸行為評估.....	15
伍 研究架構.....	15
第三章 材料與方法.....	16
壹 研究設計與研究對象.....	16
貳 研究工具.....	18
參 介入方案課程.....	26
肆 實施的步驟.....	30
伍 資料分析方法.....	32
第四章 研究結果	
壹 9所學校吸菸同學的與吸菸行為有關之因素分析...	33

貳 戒菸介入方案對改變吸菸行為的效果與兩方案的成 效比較.....	47
第五章 討論與建議.....	76
壹 討論介入前影響吸菸行為有關因素之比較.....	76
貳 討論介入方案對改變吸菸行為的效果.....	76
參 研究限制與建議.....	78
參考文獻.....	80
附件一：菸害防制業務師長對菸害教育的看法—焦點 團體討論結果報告.....	86
附件二：校園成長團體戒菸種籽隊員培訓暨校園戒菸 方案課程實施手冊.....	122
附件三：前測問卷與後測問卷.....	143

表目錄

表 2-2-1 吸菸的增強效果及其假設的神經調節機轉.....	7
表 2-3-1 國內針對青少年所做的拒菸或戒菸課程整理.....	13
表 3-1-1 傳統實驗設計.....	16
表 3-2-1 國中各量表信度-Cronbach alpha 值.....	25
表 3-2-2 高中各量表信度-Cronbach's alpha 值.....	25
表 3-3-1 介入課程實施日期.....	27
表 4-1-1 各學校吸菸學生數.....	33
表 4-1-2 國中家庭背景因素分布.....	
表 4-1-3 高中家庭背景因素分布.....	
表 4-1-4 國中學校在家庭動力因素之分布.....	
表 4-1-5 高中(職)學校在家庭動力因素之分布.....	
表 4-1-6 國中社會動力因素之分布.....	
表 4-1-7 高中(職)社會動力因素之分布.....	
表 4-1-8 國中在個人的生理及心理因素之分布.....	
表 4-1-9 高中(職)在個人的生理及心理因素之分布.....	
表 4-1-10 國中個人行為表現因素之分布.....	
表 4-1-11 高中(職)個人行為表現因素之分布.....	

表 4-2-1	家庭背景因素在介入方案組間之比較.....	48
表 4-2-2	比較實驗組與傳統組在家庭動力因素之分佈.....	52
表 4-2-3	比較實驗組與傳統組在社會的動力因素之分佈.....	53
表 4-2-4	比較實驗組與傳統組在個人的心理及生理因素之分佈....	55
表 4-2-5	比較實驗組與傳統組在個人行為表現之分佈.....	57
表 4-2-6	比較實驗組與傳統組在個人對吸菸的態度之分佈.....	59
表 4-2-7	比較實驗組與傳統組在所處的吸菸行為改變階段之分佈.	61
表 4-2-8	比較國中實驗組和傳統組在方案介入前的吸菸行為.....	62
表 4-2-9	比較高中實驗組和傳統組在方案介入前的吸菸行為.....	62
表 4-2-10	國中實驗組個人因素改變之效果 (n=28).....	64
表 4-2-11	國中傳統組個人因素改變之效果 (n=28).....	65
表 4-2-12	高中實驗組個人因素改變之效果 (n=28).....	66
表 4-2-13	高中傳統組個人因素改變之效果 (n=28).....	67
表 4-2-14	國中尿液檢驗結果.....	68
表 4-2-15	國中各介入方案組尿液可丁尼含量變化之分析.....	68
表 4-2-16	高中尿液檢驗結果.....	69
表 4-2-17	高中各介入方案組尿液可丁尼含量變化之分析.....	69
表 4-2-18	個人因素變化在兩個介入方案間之比較.....	71

表 4-2-19 國中實驗組與傳統組吸菸行為改變之比較.....	71
表 4-2-20 高中實驗組與傳統組吸菸行為改變之比較.....	72
表 4-2-21 影響吸菸行為的個人因素變化量與尿液可丁尼含量之 關係.....	73
表 4-2-22 影響國中生尿中可丁尼含量改變之複迴歸模式分析.....	75
表 4-2-23 影響高中生尿中可丁尼含量改變之複迴歸模式分析.....	81

圖目錄

圖 2-5-1 方案介入對吸菸行為的改變路徑.....	15
圖 3-1-1 研究設計.....	17
圖 4-1 國中 3 次尿液可丁尼含量平均值變化.....	68
圖 4-2 高中 3 次尿液可丁尼含量平均值變化.....	70

第一章 緒論

壹、前言

吸菸已經被證實是造成許多疾病的危險因子，而台灣青少年的吸菸行為研究指出青少年吸菸的比率似乎有增加的趨勢，如周碧瑟的全國性調查發現在學青少年的年吸菸盛行率於1994年為10.9%，1995年為13.0%，1996年為15.4%；因此青少年吸菸危害其健康的問題無庸置疑的將是公共衛生工作的一大重要課題。民國92年台中縣衛生局委託中國醫藥大學公共衛生系陳秋瑩老師調查台中縣內在學青少年之吸菸盛行率，發現台中縣青少年的終生吸菸盛行率為24.0%；年盛行率為10.8%。而對於24.0%一生中曾嚐試吸菸的在學青少年而言，將有13.5%的人會養成目前有吸菸習慣的行為。雖然對整個在學青少年族群而言，僅有3%的人是吸菸習慣者(habitual smokers)，但是一旦嚐試吸菸，100位嚐試吸菸者便有13位可能會發展成吸菸習慣者。另外這個研究也指出：過去一年內有吸菸經驗的在學青少年，更有高達30.1%的人會成為吸菸習慣者。換句話說，100位過去一年內有吸菸經驗的在學青少年，便有30位可能會發展成吸菸習慣者。這個數目使我們憂心在學青少年的吸菸行為，尤其是吸菸青少年，因為如不及早改變這些人的吸菸行為，不僅是對他們的健康有不良的影響，對整體國家未來的發展相信也會有所衝擊。因此，吾人以為當務之急便是針對吸菸的青少年發展出一套有效的介入方案，使他們不再去吸菸或減少吸菸的量。

其實國內外衛生界對青少年的菸害教育介入工作已投入了相當的努力。1997年3月19日台灣通過菸害防制法案，使菸害防制工作有法源的依據，雖然有法源根據可以執法，但對於青少年吸菸行為的改變並未見效。根據黃松元等(民91)評析學校的菸害防制教育介入計畫之實例，其發現台灣目前的介入實例多側重於吸菸知識的部份，對吸菸行為與吸菸態度之改變部份相當缺乏，可以說學校的菸害防制教育是失敗的。而各縣市衛生局與警察或學校的訓育單位合作針對列管的吸菸青少年進行吸菸的教育訓練課程，恐怕對這些青少年的行為改變效果也是相

當有限。以台中縣衛生局為例，民國 91 年對 93 位未滿 18 歲前來局內接受菸害教育的青少年所做的問卷分析得知：這些吸菸青少年對前來接受戒菸教育的感覺有將近一半的人回答「無所謂」，接近 24% 的人回答「其他」，及 11% 的人不願回答這個問題；而又於民國 92 年對 70 位前來局內接受菸害教育與焦點團體討論的吸菸青少年做調查，發現有超過一半即六成多(64.3%)的人對衛生局提供的菸害教育表示「沒有感想」、「很無聊」、「多餘」等較負面的感想；而僅三成多(32.5%)的人抱持如「還不錯」、「對菸害的認知加強」、「想戒菸」等較正面的感覺。因此吾人等擔憂雖有法源可強制列管的青少年前來接受戒菸介入課程，但多數僅為應付執法與衛生單位，對他們本身的吸菸行為與態度的改變，應無顯著的幫助；而且目前對吸菸青少年的戒菸介入課程——傳統式的課程教育介入方式，似乎並未能引起大多數吸菸青少年的興趣。這一點也從國外的研究得到印證，如 Balch (1998) 對 40 位左右有吸菸行為的高中學生進行焦點團體法討論的研究指出：以演講 (lecturing) 或說道理 (preaching)，甚或帶有責備 (nagging) 的傳統式教育方式是不會有效果的。許多的文獻皆指出，與青少年吸菸行為有關的因素包括個人的人格特質、不良的生活型態與不適當的壓力調適方式、家庭與學校或工作場所的環境因素對青少年的吸菸行為影響也很大。以家庭環境因素而言，以父親影響兒子，母親影響女兒以及兄姐影響弟妹為最。以學校或職場的環境因素而言，研究顯示青少年吸菸的理由主要來自同儕的壓力；青少年對「別人遞菸很難拒絕」、因不願被同學或朋友排擠，希望獲得友誼與認同而仿效同儕吸菸的行為。另外吸菸青少年也有非常高的比例是因為「對吸菸好奇」或「心情不好煩悶」而吸菸(李美慧，民 84；國家衛生研究論壇，民 89；台中縣衛生局，民 92)。文獻所指出的情形，部份也獲得其他實證研究的支持。如民國 92 年台中縣衛生局委託研究中，針對 3518 位在學青少年分析影響其是否有吸菸的經驗之因素，結果發現：青少年具有較衝動的性格、較低的自尊程度、不與父母雙親同住的其他家庭形態、家庭保護功能較差、與師長關係較差、較有往來的朋友不良行為程度較高、對吸菸的行為抱持較贊同的態度、或家人有吸菸的習慣等因素會顯著的影響青少年採取

吸菸的行為。另外，年齡較大者越容易有吸菸的行為；男性亦較女性容易有吸菸的行為。而影響曾吸菸的青少年進一步養成吸菸的習慣的主要因素為：年齡、性別與對吸菸行為所採取的態度(台中縣衛生局, 民 92)。根據上述的實證結果，吾人以為若欲在校園規劃一個針對吸菸青少年的戒菸方案，便需針對不同年齡群(如國中組與高中組分開)、性別(如男與女分開)、而介入的重點除了仍舊重視以往校園戒菸方案強改變他們對吸菸行為所抱持的態度上外，更重要的是方案要能切實的改變他們的吸菸行為，而使用一套科學性的評估方法如檢驗尿中可丁尼或血中 CO 含量以測量吸菸青少年是否因戒菸方案的介入而減少吸菸的量，應有助於正確評估校園戒菸方案的成效。

Pecs (1999) 在世界銀行贊助的一項研究中，針對羅馬地區弱勢的匈牙利裔 50 位青少年進行戒菸教育計畫。Pecs 發現，利用同儕教師 (peer educator) 的方式，可以得到青少年的認同，有效提高菸害知識、改變吸菸態度並促使青少年戒菸 (引自張惠芬, 民 89)。因此，如果能以同儕對青少年的影響力，來施行戒菸介入方案，讓青少年也可以藉由同儕的力量幫助其戒菸，相信對青少年的戒菸應可收到較佳的效果。又研究證實，青少年較有往來的朋友不良行為程度越高則其有吸菸行為的機會也越高。有專家建議應改變傳統的菸害知識教育課程，戒菸方案的設計應從吸菸者的心理及社會層面的改變著手；因此吾人以為戒菸教育活動除了應設計由專家提出的「拒絕技術的演練」、「建立積極的自我對話」、「情緒管理方法」等以外；在執行上可配合 8 至 10 位吸菸同儕為一組成長團體的課程活動設計，在團體內藉由年齡相近的活動帶領人引導吸菸同學進行自我的揭露、透過彼此間的學習與支持，以良性的互動方式共同朝向正面的方向改變，以使學校的同儕環境成為一個支持青少年改變吸菸行為的環境。

焦點團體的研究指出由青少年本身所建議的戒菸方案或策略實施，應可作為設計戒菸教育活動的重要參考，原因是讓吸菸青少年來提出合適自我需求的建議所設計出來的戒菸教育活動，將有助於提高青少年參與的興趣，增加青少年主動參與戒菸的動力，並藉此獲得改變吸菸青少年的態度與行為(Balch, 1998)。為了

提出一個有效的戒菸方案，吾人對 70 位吸菸青少年進行焦點團體討論，有如下三點發現：1)他們認為衛生局所提供的傳統式錄影帶播放宣導、一般菸害宣導的圖片或海報並不能讓他們改變吸菸的行為，而且普遍覺得這個課程很無聊；2)他們普遍認為若辦理獎品或獎金足以誘人的戒菸比賽將會有效果；另外3)他們認為戒菸除了與自己的控制力有關外，仍需他人的協助，因有頗多的人對尼古丁有依賴的現象，當一段時間不吸菸，他們會覺得沒精神、疲勞、甚至全身不對勁或脾氣暴躁，因此他們會再度去吸菸。據此，吾人以為未來在校園針對吸菸青少年的戒菸方案不應使用單一及傳統的戒菸教育課程或活動，並應盡量避免演講、說道的設計；應使用能激發吸菸青少年欲改變吸菸態度與行為的意向/動機，以多元化的、活潑的、生活化的方式，擬出一套有助於達到效果的戒菸方案（台中縣衛生局 民 92；余坤煌，民 81）。因此吾人在本研究中將設計一套多元化的戒菸方案，並以實驗設計的方式，將此套具實驗性質的多元化方案與傳統式的方案做戒菸成效的比較。

除此之外，由社會生態模式(social ecology model)來檢視個人的行為改變，支持性環境的建立是必要條件，依據陳霽儒(民 89)調查發現，青少年的重要他人對菸害防制法的支持度越高，青少年的吸菸率越低；故校園中與輔導青少年戒菸的相關師長對校園菸害防制策略該如何進行，並知道如何有效整合家庭、社區中的衛政、社政與教育資源來協助青少年建立完整的支持性戒菸環境是校園戒菸介入計畫成功與否的關鍵之一。因此，本研究亦將針對校園中與菸害教育有關的師長，運用焦點團體討論的方式來探討其對吸菸青少年的看法、對目前吸菸教育與策略的看法、對如何幫助校園中的吸菸青少年應設計的戒菸策略為何等。所得之結果將做為本研究設計多元化戒菸方案內容之重要參考。

貳、計畫目標

綜論上述，本計畫將實施實驗設計的研究法，對吸菸青少年進行實驗性質之多元化戒菸介入方案之成效評估，並比較傳統式戒菸方案與此實驗性多元化方案的成效是否有差異，而依計畫執行進度，本計畫欲完成的目標如下：1) 執行校園菸害防制業務師長的焦點團體討論；2) 擬定校園成長團體戒菸種籽隊員培訓暨校園戒菸方案課程實施手冊；3) 分別檢驗傳統式介入方案和實驗式多元介入方案的成效；4) 比較實驗性多元介入方案和傳統式介入方案之成效。

第二章 文獻探討

壹、青少年吸菸行為現況

(一) 國內青少年吸菸行為現況

董氏基金會曾在2000年1月調查台灣地區國中、高中、高職學生共2838人，發現全體曾吸過菸的比率為46.6%，而男性曾吸過菸的比率為54.8%，多於女性的37.2%。在1323位曾吸過菸者中，累計吸菸量超過100支者佔25.5%（董氏基金會，2003）。民國92年一項針對台中縣3518位11至18歲的在學青少年之吸菸行為調查發現：全體曾有吸菸經驗的人數比率為24.0%，而過去一年內有吸菸經驗的人數比率為10.8%，而在過去一年內有吸菸經驗的人中有高至30.1%是習慣吸菸者（陳秋瑩，2003）。而較早些的一項全國性調查發現：在學青少年的年吸菸盛行率從1994年、1995年至1996年分別為10.9%、13.0%及15.4%，可以看出此三年間有逐年上升的趨勢（周碧瑟，1999）。

綜合上述的調查結果，國內青少年吸菸行為的比率相較於過去並未有真正減少的情形，尤其是有吸菸經驗的青少年大約有二至三成的人會成為習慣吸菸者。

(二) 國外青少年吸菸行為現況

美國疾病管制局（CDC, Centers for Disease Control and Prevention）曾對美國高中生的吸菸率進行調查，高中生的吸菸盛行率在1991年為27.5%，到1997年時增加到42.7%（CDC,1998）；而美國1991年「全國藥物濫用家戶調查」（National Household Surveys on Drug Abuse）對6388位30-39歲的成人進行吸菸行為調查，結果發現：每天吸菸的吸菸者當中，有高達89%的人在18歲以前曾嘗試吸菸，71%的人在18歲時就已經養成每天吸菸的習慣，而第一次吸菸的年齡約為14.6歲（U.S. Department of Health and Human

Services, 1994)。以上結果皆顯示如果在青少年時期便開始吸菸，往後成為每天吸菸習慣者的機會很高，這對個人的健康而言危害甚鉅。

貳、影響青少年吸菸行為因素之探討

青少年吸菸行為受到許多因素的影響，這些因素包括個人的、家庭及社會的層次，茲將各個層次的因素之文獻探討分述如下：

(一) 個人層次的因素：有生理、心理及個人行為表現等方面之因素

一、生理的因素：

香菸中的菸鹼 (nicotine) 會造成生理上的反應，當吸菸者在吸菸後，菸鹼會開始對人體產生許多直接或間接的反應，吸菸的增強效果及其假設的神經調節機轉如表2-2-1所示，菸鹼會間接或直接的使神經傳導物質或內分泌素如：多巴胺、正腎上腺素、乙型腦內啡、乙醯膽鹼及血管加壓素等濃度上升，使吸菸者產生增強的感覺即增進愉悅感、促進工作表現、增進記憶、減低焦慮與緊張感、減低疼痛感受、避免體重增加等。

表 2-2-1 吸菸的增強效果及其假設的神經調節機轉

正向增強	負向增強
愉悅感/增進愉悅感	減低焦慮與緊張感
↑多巴胺	↑正腎上腺素
↑正腎上腺素	↑乙型腦內啡
↑乙型腦內啡 (beta-endorphin)	減低疼痛感受
促進工作表現	↑正腎上腺素
↑乙醯膽鹼	↑乙型腦內啡
↑正腎上腺素	避免體重增加
增進記憶	↑多巴胺
↑乙醯膽鹼	↑正腎上腺素

(Pomerleau and Pomerleau, 1984, 引自周桂如, 民 89)

因此，長期吸食菸品者會導致生理上的依賴或成癮的情形如尼古丁依賴或尼古丁戒斷症狀等，尼古丁是香菸中會造成吸菸者成癮的一個物質，一個強烈成癮的吸菸者會造成很難開始和維持戒菸的意圖，在開始戒除吸菸行為的2個小時就會出現戒斷症狀，這些症狀可能包括：渴望獲得尼古丁、暴躁、憂慮及不安的情況發生(Stillman, 1995)。Difranza等人對681位12-13歲的青少年所做的研究發現：青少年開始吸菸的年齡愈早就愈有可能出現尼古丁依賴的症狀，也愈難戒菸成功，一年中的吸菸量也愈大(Difranza et al., 2000)。

二、心理及個人行為表現的因素

常被用來探討與青少年吸菸行為有關的心理及個人行為表現因素有以下幾個：

- (1) 人格特質：與違反社會規範有關的人格特質如對立性反抗症(oppositional defiant disorder, ODD)，還有其他的人格特質如衝動性格(impulsive traits)等被認為與青少年之吸菸行為有關。Vollrath和Torgersen(2001)發現在「曾吸菸者」、「目前吸菸者」及「重度吸菸者」都有很高的比例是具有衝動性格傾向的人，其他研究也做出類似的結論如Skinnera等人(2004)對400位住院接受酒精依賴治療的病人所做的研究提出：「目前吸菸者」衝動程度比「已戒菸者」來的高、「重度吸菸者」(指每天吸超過25根菸者)的衝動程度比「非吸菸者」和「中度吸菸者」(指每天吸15-25根菸者)要來的高(Armstrong & Costello, 2002; Vollrath & Torgersen, 2001; Skinnera et al. 2004)。另外，自尊程度較低的青少年較容易出現違規的行為以及較容易出現憂鬱的症狀(Rosenberg & Schoenbach, 1989)，而憂鬱症狀又與吸菸的行為有關(Glassman et al., 1990)。
- (2) 心理健康：青少年吸菸的原因是為了表示成熟、或感到沮喪、煩悶；吸菸可以鬆弛緊張的情境，在感到課業壓力、挫折、緊張時，就藉由吸菸去除(林武雄，1989)。研究發現：被診斷出有憂鬱症的人其吸菸者所佔之比

率顯著高於非憂鬱症的人其吸菸者所佔之比率 (Anda et al., 1990; Glassman et al., 1990)，另外青少年認為吸菸有下列好處：有助於人際交往、打發時間、以及舒解壓力 (黃淑貞, 1998)，而美國的學者Ma等人 (2004) 曾對華裔的吸菸青少年做調查，發現他們吸菸的主要原因是來自於父母親對他們有很高的期望，而吸菸是為了緩解期望所造成的壓力。因此，當青少年面對壓力或有憂鬱的情緒時也容易有吸菸的行為產生。

- (3) 學習成就 (learning achievement)：Poulsen等人 (2002) 對1515位平均15.8歲的青少年所做的研究發現：吸菸的學生明顯在學業成就上不如非吸菸的學生 (Poulsen et al., 2002)；這在Miller (2005) 對某學校8年級 (13-16歲) 的青少年所做的調查也有同樣的發現：吸菸青少年的學業成績比不吸菸的青少年來的較低 (Miller, 2005)。由此可以看出吸菸跟學業成就表現有著密不可分的关系。
- (4) 物質使用的情形：物質是指除了菸外有酒、檳榔、成癮物質如毒品、鎮定劑或安眠藥等。Armstrong 和 Costello (2002) 的研究發現：有物質濫用或物質依賴情形的青少年，有60% 被診斷出有品行疾患 (conduct disorder) 和對立性反抗症 (oppositional defiant disorder, ODD)；而有683位大學生所作的健康行為研究也指出吸菸與飲酒之間有顯著地相關 (Vollrath & Torgersen, 2001)；相關的研究也皆顯示吸菸者比非吸菸者更有可能有飲酒的習慣 (Koopmans et al., 1997)，所以對於青少年而言，飲酒與吸菸行為的關係也是密不可分的。
- (5) 個人對吸菸的態度：黃惠玲針對817位高中職學生所做的調查指出，對學生吸菸狀況解釋力最強的變項是「對傳統規範的信念」要素中的學生對吸菸的信念變項 (黃惠玲, 1995)，國外也有針對250位11-15歲青少年所做的研究，對青少年吸菸的態度做調查，一年後再追蹤這些青少年的吸菸情形，結果顯示對吸菸的態度愈傾向認同吸菸，則往後愈容易有吸菸的行為 (Andrews & Duncan, 2000)。

(二) 家庭的因素

包括家庭的結構因素和動力因素，而家庭結構因素有家庭社經地位和家庭型態；而家庭動力因素包括父母的管教方式、家中成員為吸菸者及其對吸菸的態度等。

1. 家庭社經地位

如父母親的教育程度、收入或工作狀況較低的青少年，其吸菸率較家庭社經地位中上階層的青少年為高 (Evans & Raines, 1982)⁽¹⁾。而 Reynolds 和其同僚的研究(2003)亦指出「從未吸菸者」其父親教育程度顯著地比「嘗試吸菸者」和「目前吸菸者」父親的教育程度高 (Reynolds et al., 2003)。

2. 家庭的型態

Krohn 等人在 1984 年對 189 位 12 年級的青少年所做的研究結果指出：家庭型態為單親家庭的青少年與父母兩人同住的青少年相比，單親家庭的青少年吸菸行為較為嚴重 (Krohn et al., 1986)。

3. 父母的管教方式

研究指出父母親對子女監管程度較高者，青少年吸菸盛行率低於父母親對子女監管程度較低者 (Wang & Chou, 1996)。

4. 家庭成員為吸菸者及其對吸菸的態度

另外，家中成員的吸菸行為也會影響青少年吸菸，尤其是父親的吸菸行為。而這樣的影響對男性青少年而言特別顯著如楊雪華等人 (2003) 之研究指出就高中男性而言，父親為吸菸者的吸菸機會為父親為非吸菸者的 2.746 倍 (楊雪華等，2003)。Ma 和其同僚 (2005) 對 1174 位亞裔青少年所做的調查發現：如果父親有吸菸行為，對兒子吸菸行為產生有顯著地影響，但對女兒吸菸行為的產生並無顯著的影響 (Ma et al., 2005)；而國內黃淑貞的研究 (1980) 調查台北市健康教育實驗國中一至三年級 634 名男生之吸菸行為，亦發現國中生會仿效長輩如父母的吸菸行為而吸菸，而平輩如同輩團體和兄弟姊妹吸菸所帶來的環境壓力會影響國中生開始吸菸。此

外黃淑貞也比較雙親的吸菸行為和雙親對其子吸菸所持的態度何者對國中生開始吸菸行為的影響較大，她發現：父親的吸菸行為對國中生開始吸菸的行為影響力較大，而母親所持的態度影響力較大；且是父親有吸菸行為和母親持較贊同吸菸態度的國中生，其較易開始有吸菸的行為（黃淑貞，1980）。

（三）社會的因素

最常被用來探討影響青少年吸菸行為的社會環境因素（不包括家庭環境的因素）包括青少年的學校環境和居住地區的社區環境，由於青少年每日花費在學校的環境和朋友或同學相處的時間很長，因此本研究乃將此節的重點放在青少年的朋友對吸菸行為之態度及其吸菸的行為來探討如何影響青少年。

Reynolds 等人（2003）的研究指出當青少年的週遭朋友或同學有吸菸行為時，會讓青少年的行為受到「同儕團體」影響，而研究中也發現「嘗試吸菸者」和「目前吸菸者」比起「從未吸菸者」有更多的朋友有吸菸的習慣（Reynolds et al., 2003），研究也指出：有 1-2 位吸菸朋友者，相對於沒有吸菸朋友者，吸菸機會較高且勝算比為 4.4；而有 3-7 位吸菸朋友者相較於沒有任何一位朋友吸菸者，其有吸菸行為的勝算比更高達 21.1（楊雪華等，2003）。由國內外的實證研究結果皆顯示同儕團體的態度和行為對青少年的吸菸行為的影響是相當大的。

參、行為改變的階段與戒菸課程

瞭解青少年的吸菸行為狀態，有助於改變青少年的吸菸行為，由於吸菸行為是一系列的過程，世界衛生組織在1998年便將此過程大致分成下列四期：1. 準備期（preparation） 2. 起始與試驗期（initiation and experimentation） 3. 習慣期與偶發期（habituation or occasional smoking）

4. 規律吸菸期或維持期 (regular smoking or maintenance) (W.H.O., 1998)。

欲改變青少年的吸菸行為，研究紛紛應用有關的行為改變理論來瞭解青少年所處的行為改變階段及其對戒菸教育或介入方案的影響。如陳秀娟 (2002) 針對桃園縣1026位高職學生應用跨理論模式來探討青少年吸菸行為的研究，發現不同吸菸行為階段的學生對吸菸行為的壞處之認知、吸菸行為的好處之認知與吸菸決策權衡有顯著的不同 (陳秀娟, 2002)；而顏效禹 (2001) 亦應用跨理論模式對568位國中生所做的研究也指出不同吸菸階段的國中生其自我效能及決策權都有顯著差異 (顏效禹, 2001)。

另外有些研究依據跨理論模式，依青少年所處的不同階段來發展或設計適合青少年的介入方案如廖梨伶 (2001) 對青少年進行網路戒菸教育介入課程便是針對青少年所處不同階段設計，介入結果顯示在菸害認知、戒菸態度、自我效能、社會支持上，都能有所提升；而在戒菸行為上，雖然未能具顯著效果，但仍有進步的趨勢 (廖梨伶, 2001)。而張明惠為13位吸菸高職生所設計之戒菸課程的結果顯示能顯著增加實驗組學生之「菸害知識」與「拒絕技巧」、降低實驗組學生之一氧化碳值、減少對尼古丁依賴程度、顯著增加實驗組學生的「整體戒菸改變過程」與「行動面向戒菸改變過程」的經驗及「負向情境拒菸自我效能」與「正向情境拒菸自我效能」 (張明惠, 2004)。然而，國外Aveyard及其同僚 (2001) 曾針對8352位13-14歲的青少年所進行戒菸的介入計畫，亦是應用跨理論模式為青少年進行預防吸菸的行為和戒菸課程的介入，其介入的結果發現並無顯著改變青少年的吸菸行為。而造成此介入計畫成效不彰的可能原因，Aveyard及其同僚認為是跨理論模式中對於每位吸菸的青少年所處的階段並不容易有效而可靠地被區分出來，不易被區分出來的理由是其認為青少年相較於成年人，其吸菸行為改變的狀態和階段是非常頻繁的(Aveyard et al., 2001)。

2001年Adelman等人(2001)曾對74位青少年所做的研究指出在學校對青少年做戒菸課程介入後，實驗組用焦點團體訪談性質的課程其青少

年的吸菸減少量比只發給戒菸資訊手冊的對照組高。另外，Martinson(2000)利用郵寄問卷的方式調查青少年參與戒菸課程的意願，依參與課程的獎金高低分為4組，結果發現金額越高的組別，其青少年回應表示願意參加戒菸課程的比率越高，可知金錢的獎勵可以提高青少年參與戒菸活動的意願(Martinson et al., 2000)，因此在介入課程中提供金錢上的鼓勵對青少年戒菸是有鼓勵作用的。由於多元化(如獎金的設計和焦點團體性質之課程內涵)課程內容的設計可以提高戒菸的意向如張明惠的研究設計小團體活動、個別面談和專題演講等的確提高吸菸同學的戒菸行動意向和些微減少每日吸菸量，因此本研究將參考文獻的建議擬定一個多元化的介入方案。另外，為了方便比較茲將國內針對青少年所做的拒菸或戒菸課程整理如表2-3-1。

表 2-3-1 國內針對青少年所做的拒菸或戒菸課程整理

作者	研究對象	課程內容	研究結果
李芳欣 (2000)	某國中二年級學生為研究對象，分為實驗組及校內對照組，並於同學區之另一國中選取校外對照組，研究對象分為三組，每組二班，共212人。	內容包括吸菸的危害、「吸菸情境」小組討論、吸菸情境拒絕同儕壓力的技巧演練、填寫及宣讀不吸菸契約。	預防性吸菸之衛生教育介入對增加學生之吸菸知識有顯著性的成效，但是對不吸菸態度、自我決定能力、不吸菸意願等無統計上顯著差異。

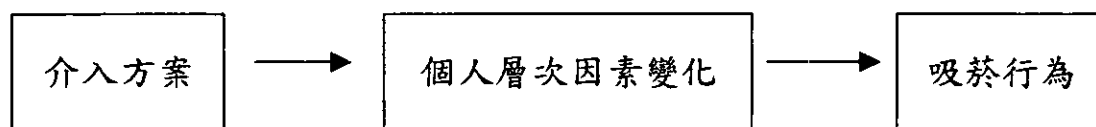
廖梨伶 (2001)	台北市國中學 生共416人(實 驗組196人,對 照組220人)	戒菸教育網頁課 程,介入四週,採學 習者自行上網學習 方式,包含每班每週 45分鐘的正式電腦 課及學生自由時間。	在菸害認知、戒菸態度、 自我效能、社會支持上, 都能有所提升;而在戒菸 行為上,雖然未能具顯著 效果,但仍有進步的趨勢。
張惠芬 (2001)	吸菸的高職學 生共77人為對 象 ，非隨機分配為 實驗組與對照 組	6週的戒菸課程並 加入網際網路輔助 教學。	實驗組吸菸學生的菸害認 知、吸菸態度、有顯著性 的成效,對實驗組吸菸學 生的吸菸行為有抑制的效 果,並且增強實驗組吸菸 學生的自我效能。
高蕙亭 (2003)	台北縣國中學 生166人	菸害資訊教學、人際 社交技巧教學及媒 體分析教學三種教 學。	預防吸菸教學對國中生的 吸菸知識、態度、行為意 向、拒菸自我效能有正向 效果。
張明惠 (2004)	台北市高職吸 菸學生13位實 驗組,12位對照 組	團體戒菸班及個別 戒菸輔導,包括專題 演講、小團體活動及 個別電話與面談的 方式。	實驗組的學生”菸害知識” 提昇、”每日吸菸量”降低 但並未顯著、拒絕技巧使 用的可能性增加、「行動面 向」戒菸改變過程提昇

肆、吸菸行為評估

吸菸是一種對健康造成影響的危險因子，有可能會引起各種癌症及心血管疾病，問卷在觀察性研究被廣泛的應用來評估吸菸的狀況，然而，用自評式狀態來評估戒菸介入課程的成效是可信度不足的，因此呼出氣體中的一氧化碳濃度和唾液或尿液樣本中的尼古丁代謝物可丁尼（cotinine）濃度便被用來評估吸菸量的狀況，然而，以呼出氣體中之 CO 來評量的缺點是：當吸菸者吸完菸之後，一氧化碳的值減少的速度較尿中可丁尼代謝速度快很多，因 CO 半衰期為 30 分鐘，尿中可丁尼為 30 小時，所以比起使用呼出 CO 的濃度，使用尿中可丁尼濃度來評估介入課程是否改變吸菸行為，顯然是一個較可信的評估成效指標。在吸菸後尼古丁會被代謝到尿液裡，目前有許多的技術方法被用來測定尼古丁的主要代謝物，例如：高效能液相層析儀（High Performance Liquid Chromatography, HPLC）、氣相層析儀（Gas Chromatography, GC）和放射免疫分析法（Radio Immuno Assay, RIA），雖然這些方法有很高的敏感性和精確性，但是這些方法的價格昂貴且分析費時，所以不適合用在重複性測量；而比色法（colorimetric method）具有分析方便且快速的優點，因此也被用來評估吸菸量的多寡，而本研究欲有效評估行為的改變乃參考 Okayama 和 Sato（2004）的比色法作為檢驗尿液中可丁尼含量的方法。

伍 研究架構

在假設介入前後家庭結構/動力與社會動力環境因素不變的情況下，方案介入對吸菸行為的改變路徑如下：（圖 2-5-1 方案介入對吸菸行為的改變路徑）。



第三章 材料與方法

壹、研究設計與研究對象

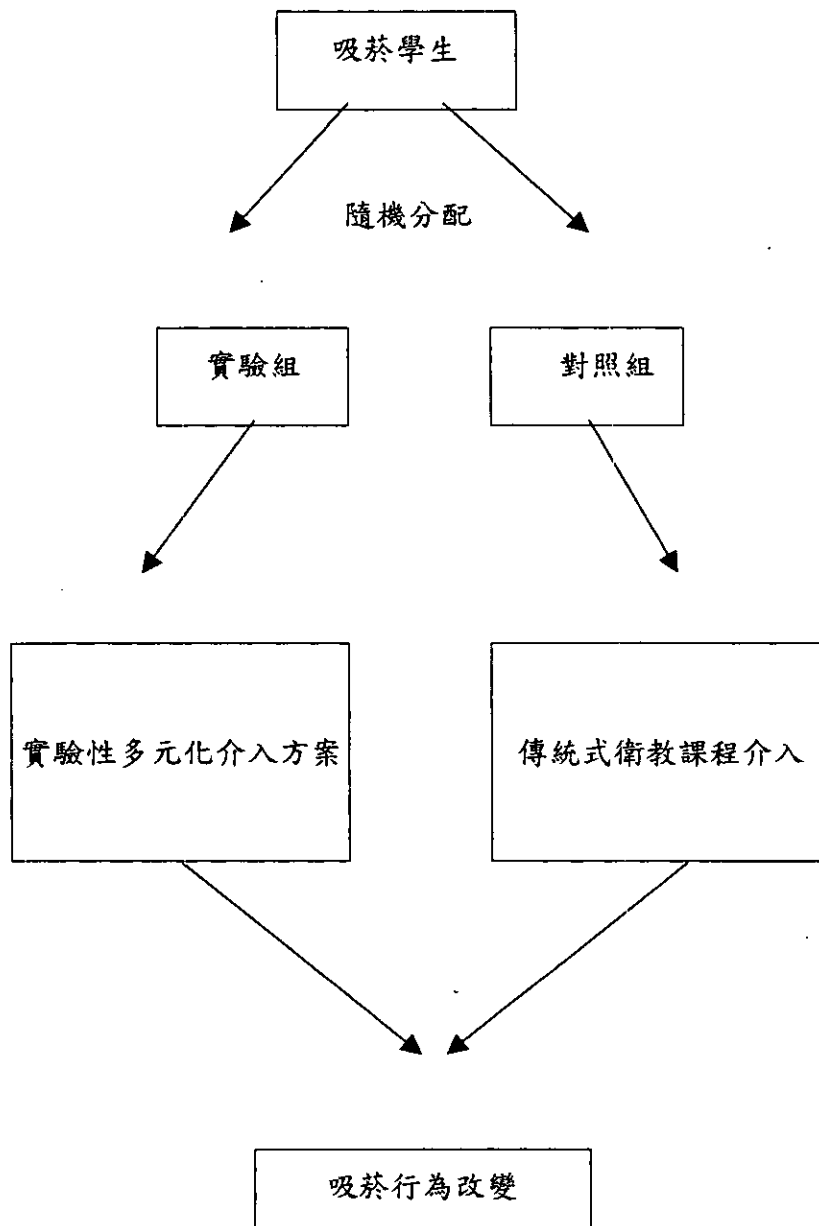
欲完成本計畫以下的兩項工作重點: 1)完成針對菸害教育相關業務師長的焦點團體討論, 2)完成實驗性多元介入方案的擬定與成效評估; 本研究的設計使用焦點團體(focus group)的質性研究方法針對 15 位師長(國中組 7 人, 高中組 8 人), 針對所設計的訪談綱要進行討論, 訪談綱要依序為: 1. 您對校園內同學吸菸的情形了解多少, 如在校抽菸學生的人數、抽菸學生在何時何地被發現及抽菸學生被列管後有無改變。 2. 您對他們有何看法, 如抽菸學生的在校表現、抽菸學生的家庭背景、抽菸學生會有吸菸行為的可能原因及個性或外表等。 3. 您對過去或目前學校施行的吸菸教育與戒菸策略的看法如衛生局、教育局或教育部。 4. 如何有效整合家庭、社區中的教育資源來協助青少年建立完整的支持性戒菸環境之看法 (完整的焦點團體訪談結果請參見附件一: 「菸害防制業務師長對校園菸害教育的看法--焦點團體討論結果報告」)。

另外, 亦使用傳統的實驗設計 (classic experimental design), 針對台中縣兩所配合意願高的學校之吸菸同學, 以隨機分派 (random assignment) 的方式將其分成實驗組和對照組兩組; 並對實驗組施予本研究所擬定具實驗性質之多元化介入方案, 而對照組則施予一般傳統式的衛教課程。請參考表 3-1-1 和圖 3-1-1。

表 3-1-1, 傳統實驗設計

組別	前測	後測	差異
實驗組	$O_1 \longrightarrow X_1$	$\longrightarrow O_2$	$O_2 - O_1 = d_e$
對照組	$O_3 \longrightarrow X_2$	$\longrightarrow O_4$	$O_4 - O_3 = d_c$

圖 3-1-1，研究設計



研究對象的選取是以立意取樣的方式，自將民國 93 年 9 月 7 日參加台中縣衛生局校園戒菸說明會的 15 所學校中，選擇配合意願較高的學校，依據校內吸菸人數的多寡分別自國中和高中各校中，選出該校吸菸同學人數最多的兩所學校，由學校教官或生教組長提供有吸菸紀錄的學生名單，計有國中 59 名，高中 61 名的吸菸學生參與本研究。國中利用全校週會時間實施戒菸介入方案，高中則利用社團時間來實施。在吸菸學生組成方面，國中組研究對象一、二、三年級

皆有，高中組研究對象並無高三生，因高三學生無社團活動且課業壓力較大，故學校不願意提供高三生吸菸同學名單，由於校園內吸菸同學絕大多數為男性，女性相當的少如高中無女性，國中僅 2 位，為避免於介入方案實施時，多數男性吸菸者對少數女性吸菸者的態度或行為造成非研究者能掌握的情形，而對本研究造成偏差性的結果，因此本研究乃將對象限定為男性的吸菸學生。

貳、研究工具

未達到計畫目標的第三至第四點，且為了能蒐集到青少年吸菸行為有關因素的資料並藉此探討介入方案的成效，本計畫使用以下兩種研究工具：(一) 設計以閉鎖性問題為主的結構式問卷，以蒐集可能影響改變青少年吸菸行為之因素。(二) 採集尿液樣本以檢驗尿中可丁尼含量，以尿中可丁尼含量之變化用來測量青少年吸菸行為之變化。

茲將上述兩種研究工具的內容和重要變項的測量方式敘述如下：

(一) 問卷的內容：

- 一、社會人口學特質：包括年齡、家庭型態（如與親生父母兩人同住否）。
- 二、個人的心理及行為表現因素：包括人格特質，心理健康，物質使用的情形如酒、檳榔、藥物或毒品的使用情形，及學業表現等的測量。茲將與吸菸行為有關的人格特質如衝動性格傾向、對立性反抗疾患症狀和自尊程度及心理健康如憂鬱症狀，及物質使用之測量描述如下：

1. 衝動性格量表：

本量表是參考 Barratt (1994) 所發展的 BIS 第 11 版 (BIS-11) 之衝動性格量表編製而成，請受試者針對自己目前的狀況以自我評量的方式回答以下的 24 個題目：1).我小心的計劃要做的事, 2).我做事情前不會多想想, 3).我會快速的對事情做出決定, 4).我覺得自己對任何事都不會在乎, 也不會去煩惱, 5).我不專注, 如上課不專心或做其他事也不會專注, 6).我會同時快速的想著一

些不同的事情, 7).我可以控制好我的行為或情緒, 8).我可以輕易的集中自己的注意力, 9).我和別人玩遊戲或上課時, 會感到不自在或不安, 10).我會為自己將來的前途著想 (如能獲得穩定的工作等), 11).我說話之前不會多想想, 12).我會改變正在做的事如換補習學科或才藝項目或工作等, 13).我按照直覺行動, 亦即心動就會馬上去行動, 14).當解決了心中的問題或想法後, 我容易感到無聊, 15).我高興想做什麼就會去做什麼, 16).我的想法穩定, 不容易改變, 17).我會改變房間的擺設, 18).我高興想買的東西, 就會毫不猶豫的去買了, 19).我一次只能想一個問題, 20).我會改變興趣 (如: 嗜好或喜歡的事物等), 21).我花掉的錢比家人給我的多, 22).想事情或想功課時, 我會出現其他無關的思想, 23).我較不在乎未來, 對目前或現在的事比較有興趣, 24).我在上課或和他人說話時會焦躁不安。各題的反應類別包括: “很少如此”、“偶爾如此”、“常常如此”、“一向如此”; 計分方式採用 Likert 四分法, 各項目分別以 1-4 分計算, 量表總分最高為 106 分, 最低為 24 分; 分數越高表示衝動性格越強。由於本量表 24 題中的以下 11 題為反向題: 第 1 題、第 7 題、第 8 題、第 10 題及第 16 題。因此先對上述反向題進行分數反轉的工作後, 才計算總分。

2. 對立性反抗疾患症狀量表

此量表採用中文版精神疾病診斷和統計手冊 (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder) 第四版中的對立性反抗疾患 (oppositional defiant disorder) 之診斷標準編製而成。請研究對象針對下列 8 個題目自我評估近 6 個月的情形: 1).你是否發脾氣, 2).你是否與大人起爭執, 3).你是否反抗或拒絕聽從成年人的要求或規範, 4).你是否故意激惹他人, 5).你是否因自己的過失或不當舉止而責怪他人, 6).你是否暴躁易怒或易受激惹, 7).你是否充滿憤怒或憎恨, 8).你是否懷恨或記仇。反應類別自 “完全不會如此”、“很少如此”、“偶而如此”、“蠻常如此” 至 “總是如此” 共 5 個, 計分方式乃採 Likert 五分法, 對上述反應類別依序給予 1-5 分, 量表總分最高分為 40 分, 最低分為 8

分；總分愈高則表示對立性反抗疾患症狀愈嚴重。

3. 憂鬱症狀量表

採用鄭泰安教授將美國心理衛生研究院於 1972 年編製的 20 題憂鬱症狀量表，即流行病學研究中心憂鬱量表（The Center for Epidemiologic Studies Depression Scale；CES-D）譯修編製而成的中文版憂鬱症狀量表。這些題目是詢問受試者當時的最近一個星期，自覺的憂鬱症狀情形，請受試者針對每個題目從四個反應類別中選擇符合其情形的類別：極少（每週 1 天以下）、有時（每週 1~2 天）、常常（每週 3~4 天）、經常（每週 5 天或以上），並依序給予每個反應類別的分數為 0、1、2、3 分，量表中第 4、8、12、16 題為反向陳述，故以反向記分，總分越高表示憂鬱程度越嚴重。

4. 自尊程度量表

自尊程度量表乃參考 Rosenberg（1965）所製的 Self-Esteem Scale 編修而成的，本研究請研究對象自我評估近 6 個月的下列 5 項情形：1).我能做大部分的人能做的事，2).我對自己總是採取正向的肯定、鼓勵、安慰或積極的態度，3).我覺得我是一個具有某些優點的人，4).我覺得我是一個有價值的人，5).整體而言，我對自己是滿意的。反應類別自“完全不會如此”、“很少如此”、“偶而如此”、“蠻常如此”至“總是如此”共 5 個。量表計分方式是採 Likert 五分法，對上述反應類別分別給予最低之 1 分至最高之 5 分，量表總分最高為 25 分，最低為 5 分；總分愈高則表示自尊程度愈高。

5. 物質使用情況

是請受訪者回憶過去一年內物質使用情形，題目有 6 題：1).你是否有過喝酒的經驗，2).你是否有過嚼檳榔的經驗，3).你是否有過吃搖頭丸的經驗，4).你是否有過吸安非他命的經驗，5).你是否有過吸食強力膠的經驗，6).你是

否有過吃安眠藥或鎮靜劑的經驗。選項類別自“沒有經驗(0次)”、“很少”、“偶而”、“經常”。而“沒有經驗”歸屬為無物質使用，“很少”、“偶而”、“經常”則歸屬於有物質使用；而第1題為飲酒經驗有無，第2題為嚼檳榔經驗有無。第3、4、5、6題為詢問毒品或藥物的使用情形，因此凡回答4題中任何一題有者，即歸類為有使用毒品或藥物的經驗。

三、個人的生理層面因素：包括菸齡、尼古丁依賴及戒斷的情形。

1. 尼古丁依賴症狀量表

本量表乃依據精神疾病診斷與統計手冊(Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders)第四版的尼古丁依賴診斷準則編製而成。量表是請受訪者針對下列7項症狀自述在過去一年內的情形。內容包括：1).你曾有本來想吸幾口菸就好，但菸拿起來後，卻發生比自己原本想吸的量要來的多或吸的時間要來的長的情形。2).你曾經以行動努力過戒菸或減少吸菸量，但最後總是失敗。3).為了使自己能好好吸個菸，你是否曾花掉不少的時間。4).你是否為了能吸個菸，放棄與家人或朋友在一起相處或玩樂。5).你是否為了能吸個菸，該上課卻翹課了。6).你是否覺得自己是不能沒有菸的；縱使菸使你的身體變差了。7).你是否覺得自己是不能沒有菸的；縱使菸使你的心情變差了。計分方式採用Likert四分法，每項症狀的反應類別有“完全不會如此”、“很少如此”、“偶爾如此”及“總是如此”，計分方式採用Likert四分法，並依序對上述的反應類別給予0、1、2及3分，量表總分最高為21分，最低為0分；分數越高表示對尼古丁依賴程度越高。

2. 尼古丁戒斷症狀量表

根據精神疾病診斷與統計手冊第四版的尼古丁戒斷(nicotine withdrawal)診斷準則編製而成。詢問吸菸同學當其突然停止吸菸或減少吸菸的量時，約在1天內，是否曾因此出現以下的10項症狀：1).心情變不好，如難過鬱悶等，2).

失眠或睡不好覺，3). 容易被激怒或發脾氣，4). 覺得事情做不好，有些挫折感，5). 感到焦慮或緊張、有點神經質，6). 難以集中自己的注意力，7). 躁動而不易安靜下來，8). 心跳變慢，9). 食慾增加，10). 體重增加。每項症狀的反應類別有“完全不會如此”、“很少如此”、“偶爾如此”及“總是如此”，計分方式採用 Likert 四分法，針對上述反應類別依序給予 0 分、1 分、2 分及 3 分，以 11 個症狀之總分評量個人尼古丁的戒斷症狀程度。總分最高分為 30 分，最低分為 0 分；分數愈高代表尼古丁戒斷症狀愈嚴重。

四、個人對吸菸的態度

1. 吸菸態度量表

參考劉育能在 2003 年的研究對青少年吸菸態度的量表題目（劉育能，2003）和台中縣衛生局委託中國醫藥大學陳秋瑩副教授於民國 2003 年所進行的菸害介入初探計畫之問卷（陳秋瑩，2003）中的題目編修而成共有 24 題。此 24 題以敘述句的方式，設計對吸菸行為者在某項特定的外觀形象上的社會看法或個人的看法、對不同年齡層吸菸的看法、對吸菸在生理或心理上的好處和壞處的看法等予以評析。每題皆有以下 5 個反應類別：“極贊同”、“贊同”、“中立”、“不贊同”及“極不贊同”。計分方式是以 Likert 五分法的方式計分，對上述反應類別分別給予最低分之一分至最高分之五分，但在計算總分前先將第 1、3、4、5、11、13、16、20、21 題，共 9 題的反向題進行分數反轉工作，題目的內容詳見附件問卷，量表總分最高為 120 分，最低為 24 分；總分愈高則表示吸菸態度愈正向即愈見反菸的態度。

2. 個人對吸菸的家人或朋友之吸菸行為之態度

以 2 個題目詢問研究對象自己對具吸菸習慣的同住家人或對具吸菸習慣的同學或朋友的吸菸行為之態度，題目之反應類別有以下五個：“很不贊同”、“不贊同”、“中立意見”、“贊同”、“很贊同”。

五、個人所處的行為改變階段

根據行為改變的階段理論中的採取預防措施過程模式 (The Precaution Adoption Process Model; PAPM) (Weinstein & Sandman, 1992) 對去除危害健康行為的改變階段之分期方式擬出本研究欲測量的行為改變階段。由於研究對象都是吸菸者所以第一期的未知覺期 (unaware stage) 並不需要考慮，題目配合 PAPM 的第二階段至第七階段設計。共設計七題如下：1). 有想過不再吸菸，但並未下定決心不再吸菸。2). 有想過不再吸菸，且已下定決心不再吸菸，但自己尚未有任何戒菸計畫。3). 有想過不再吸菸，且已下定決心不再吸菸，雖還沒採取行動，但已擬好計畫。4). 有想過不再吸菸，且已下定決心不再吸菸，並已採取一些戒菸的行動，但因某些原因使得戒菸失敗，使戒菸行動難以維持。5). 有想過不再吸菸，且已下定決心不再吸菸，並已採取一些戒菸的行動，且這些戒菸的行動正在維持當中，6). 雖想過不再吸菸，但已決定不去改變自己的吸菸行為，7). 壓根都沒想過不再吸菸這件事。上述題目之第 7 題是屬於第二階段的「未思考期」，第 1 題是屬於第三階段的「尚未決定期」，第 6 題是屬於第四階段的「決定不採取行動期」，第 2 和第 3 題皆屬於第五階段的「決定採取行動期」，第 4 題是屬於第六階段的「行動期」，第 5 題是屬於第七階段的「維持期」。

六、家庭及社會的動力因素

包括父母親角色的監管程度、父母或朋友對其吸菸行為的態度等、及父母或朋友是否有吸菸習慣。

1. 父母親角色的監管程度

以 17 題詢問青少年與其同住的，且擔任父母親角色的親職者對其行為的管控程度。題目包括限制其遊玩的時間、出入的場所、吃穿的種類、看電視的時間或節目的種類，另有題目包括陪做功課、休閒或運動的情形，亦有題目包括對其課業或生活的關心、心理或情緒困擾的交談溝通等，題目的詳細內容可參見附件。每題提供 5 個以下的反應類別：“完全不會如此”、“很少如此”、“偶爾如此”、

“蠻常如此”、“總是如此”，分別給予最低之 1 分至最高之 5 分，量表總分最高為 85 分，最低為 17 分，若分數越高則表示具父母親角色者對青少年的監管程度越高。

2. 父母或朋友對其吸菸行為的態度

請研究對象回答父母或朋友對他的吸菸行為是抱持何種態度，共 3 題，分別是親生爸爸（或同住的繼父或媽媽的男朋友等類似爸爸的人）對你吸菸行為的態度、親生媽媽（或同住的繼母或爸爸的女朋友等類似媽媽的人）對你吸菸行為的態度及與較有往來的同學或朋友對你吸菸行為的態度；每題皆有以下 5 個反應類別：“很不贊同”、“不贊同”、“中立意見”、“贊同”、“很贊同”。

3. 父母或朋友是否有吸菸習慣

以一組家人吸菸有關的題目來分別衡量父親及母親是否有吸菸的習慣，而另以一題詢問較有來往的同學或朋友中，是否有人有吸菸的習慣。

七、問卷的效度和量表的信度

本研究的效度是採用專家效度，正式問卷在定稿前，請以下四位專家針對本研究所欲探討之重要變項的測量題目給予意見和修正。參與修擬問卷的專家為中山醫學大學陸均玲助理教授、中國醫藥大學附設醫院精神醫學部藍先元主任、中國醫藥大學公共衛生學系暨環境醫學研究所宋鴻樟教授及中國醫藥大學通識教育中心洪寶蓮副教授等。另外亦於正式研究實施前曾對問卷進行預試工作，預試的對象為另一所高中吸菸同學 30 名和另一所國中吸菸同學 28 名，刪除一些不良的題目後編製而成，問卷的詳細內容可參見附件。以下列出本研究測量各重要變項之量表於正式實施後的信度數值，分別就國中與高中兩校測量所得之結果描述如下表 3-3-1 及表 3-3-2。除了國中生的前測自尊程度量表為 0.641，是落在小於 0.7 但大於 0.5 稍為可信範圍內，其餘各量表不論是前測或後測所得之 Cronbach

α 值皆大於 0.7 表示信度皆良好。

表 3-2-1 國中各量表信度-Cronbach alpha 值

量表名稱	前測信度	後測信度
自尊程度量表	0.641	0.710
衝動性格量表	0.707	——
憂鬱程度量表	0.794	0.795
對立性反抗症程度量表	0.926	0.889
尼古丁依賴程度量表	0.897	0.881
尼古丁戒斷症狀量表	0.916	0.909
吸菸態度量表	0.820	0.867

表 3-2-2 高中各量表信度-Cronbach's alpha 值

量表名稱	前測信度	後測信度
自尊程度量表	0.848	0.732
衝動性格量表	0.739	——
憂鬱程度量表	0.829	0.883
對立性反抗症程度量表	0.896	0.824
尼古丁依賴程度量表	0.788	0.802
尼古丁戒斷症狀量表	0.912	0.915
吸菸態度量表	0.756	0.723

(二) 吸菸行為改變的生物指標

以檢驗尿液樣本中可丁尼含量的變化為評估吸菸行為是否改變(所測得的含量低於前測時表示受試同學的吸菸量有改變的情形)的指標，以下將蒐集尿液樣本的步驟及尿液可丁尼含量的檢驗方法敘述如下：

研究人員以離心管隨機採集尿液樣本並密封之，再以小冰箱冷藏，

尿液樣本於採集後四小時內送至實驗室以-20°C 冰箱保存，並在一個月內完成檢

驗。本研究評估尿液中可丁尼含量的方法係採用分光比色法 (colorimetric method)，並將部分尿液送至檢驗所檢測尿液中肌酐酸(creatinine)濃度，作為尿液樣本校正之用。將測得的可丁尼 (cotinine) 值除以肌酐酸(creatinine)值所得到 cotinine/creatinie 的數值即為評估尿液中可丁尼含量的依據 (Jatlow, 2003)。

一、藥品及試劑

1. cotinine standard (SIGMA)
2. methanol (MERCK)
3. sodium acetate buffer pH4.7 (和光純藥工業株式會社)
4. potassium cyanide KCN (MERCK)
5. chloramine T hydrate (MERCK)
6. barbituric acid (MERCK)
7. 去離子水 (比電阻 (specific resistance) 達 $\geq 18.2 \text{ M}\Omega\text{-cm}$)

二、儀器設備

1. 分光光度計 UV-visible recording spectrophotometer (SHIMADZU UV-160A)
2. 血液氣體分析儀 Ciba-Corning
3. 離心機 (centrifuger) (KUBOTA 5100)

三、分析方法: 用比色法來檢測尿液中的尼古丁代謝: the direct barbituric acid assay nicotine metabolites in urine

參、介入方案課程

(一)、方案的課程安排及實施前的人員訓練

本研究進行的課程設計，主要起源於民國 92 年「台中縣青少年吸菸行為介入

初探」計畫（陳秋瑩，2003），針對至台中縣衛生局上戒菸教育課程的吸菸青少年，進行焦點團體訪談後，綜括參與者普遍認為傳統方式的播放視聽錄影帶及有獎徵答的設計「很無聊」、「沒有感覺」等想法，參考文獻建議戒菸介入方案應避免上課講授的方式，並參考參與者對於課程應多樣化如設計戒菸比賽等建議，經與相關領域的專家及實務工作者設計出本研究的實驗性質戒菸介入方案，另外以衛生局及董氏基金會所提供的衛教課程內容為傳統式戒菸方案，分別對各校吸菸學生進行為期 2 個月共六次的介入課程，每次課程的時間約為二小時，介入課程、填寫問卷及尿液蒐集的時間如表 3-4-1。

表 3-3-1 介入課程實施日期

內容	國中日期	高中日期	備註
	93.11.04	93.11.05	前測問卷填寫
第一次介入課程	93.11.11	93.11.12	
第二次介入課程	93.11.18	93.11.19	第一次尿液蒐集
第三次介入課程	93.12.02	93.12.03	
第四次介入課程	93.12.16	93.12.17	第二次尿液蒐集
第五次介入課程	93.12.30	93.12.31	
第六次介入課程	94.01.07	94.01.13	第三次尿液蒐集 後測問卷填寫

民國 93 年 9 月至 10 月招募能實施戒菸課程的活動帶領人，共有 24 人。這 24 位皆為中部地區大專院校的學生，且成員是具有公共衛生或醫藥專業，或輔導專業的學生，或是大專院校春暉社成員或具有帶領團體活動的經驗者。在開始進行介入課程之前，於民國 93 年 10 月底對 24 位活動帶領人進行二次共六小時的訓練。訓練是依據由中國醫藥大學附設醫院臨床心理師張逸琳小姐、董氏基金會中部地區專員葉綺茵小姐、簡郁玲小姐及本人，以團體輔導工作的原則與同理吸菸學生的社會心理為基礎，並參考實務工作經驗編製而成的「校園成長團體戒菸種籽隊員培訓課程手冊」來培訓 24 位活動帶領人實施傳統介入方案課程及實驗多元介入方案的課程。由於傳統式方案介入課程內容主要是以對吸菸學生講授

菸害課程、播放菸害有關的影片及有獎徵答的方式進行，所以培訓傳統式課程的實施是以加強菸害知識與課程實施的流程及注意事項為主。而由於實驗式多元介入方案主要是以小團體的形式進行（即約 10 位吸菸同學分成一組的方式），且目的是帶領小團體成員成長（認識自己、探索自我、情緒管理、辨識壓力、向“菸”說不等自我效能的訓練），因此培訓課程的實施是針對以下三點進行：（1）如何促進小團體成員的自我揭露、彼此間的互動及帶領時應注意的事項。（2）如何在每次介入課程實施時，針對該次課程的主題內容，依手冊中的引領綱要題目帶領小團體成員。（3）實際模擬演練帶領團體課程的實施。

（二）、介入課程的實施及內容

在介紹課程實施內容前，將活動帶領人對各分組帶領的情形說明如下：將經由隨機分配下的實驗多元介入方案組分成 A、B、C 三組，每組有三位活動帶領人帶領，且分別擔任領導者、協同領導者與紀錄者的角色；而傳統衛教方案組的吸菸同學不分組，全數由三位活動帶領人帶領。茲將介入的課程內容敘述如下：

一、實驗性質多元介入方案組課程

多元介入方案設計除了藉由戒菸成長團體循序漸進的多元課程實施來促發吸菸學生改變吸菸行為的心理動力外，另外一項介入是設計團體戒菸比賽。茲將多元介入課程內容描述如下：

1. 六次介入課程內容

第一次課程：了解彼此

由活動帶領人先說明活動的意義及團體的規範，並介紹團體戒菸比賽的規則，讓同學之間可以彼此互相約束與鼓勵，再請同學彼此自我介紹，讓同學之間較為熟悉，拉近彼此的距離感以利往後活動的進行，而在介紹的過程中，也請同學談談自己為何吸菸及自己的吸菸經驗分享。

第二次課程：自我探索

讓同學進行性格測驗，進而瞭解自己是怎樣的個性，並且透過討論來了解別人眼中的自己跟自己看自己的差異，透過瞭解自己來探索自己吸菸的原因，而在這次的課程中，進行同學第一次的尿液蒐集，來做為分析時的工具。

第三次課程：個人情緒問題

透過測驗讓同學了解自己的正負向情緒，如抑鬱指數得分，並透過敘述在遇到各種使自己感到生氣難過等負面情緒發生的情況下，審視自己是以何種的心態和方式來面對，並藉由情緒處理經驗的分享，帶領人引發小組討論如何以較健康的方式和心態來學習情緒管理的方法。

第四次課程主題：戒菸劇場--實際演練(上)

先讓同學談談何時會想吸菸，在壓力大時會不會有吸菸的衝動，進而讓同學瞭解什麼是壓力，什麼原因是造成自己的壓力來源，並透過「壓力競標」的小遊戲讓同學學習如何針對壓力做出因應的對策，在這次的課程中，對同學進行第二次的尿液蒐集。

第五次課程：戒菸劇場--實際演練(下)

讓同學自己談談當別人遞菸時，自己會如何處理，除了提供學習自我肯定的技巧--「肯定的拒絕拒絕」及「肯定的請求」之外，也讓每個人都提出自己認為最有效的拒絕遞菸方法，加強說不的決心，在同學互相討論之後，並藉由實地示範演練來讓同學瞭解到如何拒絕別人遞菸的技巧。

第六次課程：成果驗收

請同學談談自己在這段期間上課的心得及吸菸行為的改變情形，再讓同學以小卡寫下對自己戒菸的期許以及對同學朋友祝福的話，互相贈送給對方；並對同學施予後測問卷的填寫及第三次尿液蒐集。

2. 團體戒菸比賽

在第一次介入課程時對同學說明團體戒菸比賽規則，規則如下：先將實驗性

質多元介入方案中的 A、B、C 三組在各組內再分為兩小組互相進行比賽，在介入課程結束後依據 3 次尿液檢驗結果，算出 A、B、C 三組內尿液可丁尼含量平均減少最多的三個小組，在介入課程結束後進行頒獎，給予獲勝的小組每人 1000 元的獎金。

二、傳統介入方案組課程

傳統介入方案組課程的實施內容是於視聽教室對吸菸同學以投影片講授菸害知識，或播放戒菸相關教育影片後，由活動領導人針對講授或影片內容對同學進行有獎徵答，提供小禮物以做為鼓勵，課程的講授或影片內容的敘述如下：

第一次課程：以投影片輔助講授菸害知識。

第二次課程：「無菸草電影」。

第三次課程：成龍及李宗盛戒菸宣導影片。

第四次課程：「叛離與武裝」。

第五次課程：「為愛戒菸記」和「誰在冒菸」影片。

第六次課程：「珍愛生命」影片。

而傳統式介入方案組在第二次、第四次與第六次課程也分別進行尿液蒐集的工作，在第六次課程則如同實驗式多元介入方案組進行後測問卷。

(三) 詳細的課程內容與實施的過程請參見附件二：「校園成長團體戒菸種籽隊員培訓暨校園戒菸方案課程實施手冊」。

肆、實施的步驟

一、介入課程的內容設計

於九十三年八月下旬參考國內外所做的吸菸青少年戒菸計畫實施結果及建議（陳秋瑩，2003；Balch，1998；Hahn&Kay，2003），與下列的學者或實務工作者共同擬出一套本研究的戒菸課程：中國醫藥大學附設醫院臨床心理師張逸琳小姐（曾負責醫院青少年戒菸門診的相關工作）、董氏基金會中部地區專員葉綺

茵小姐和簡郁玲小姐。

二、 行政聯繫

經由台中縣教育局、教育部訓委會中部辦公室及台中縣衛生局的協助，九月初與 15 所參加台中縣衛生局各國中、高中的生輔組長或教官，進行菸害課程的說明以及焦點團體的訪談工作，針對生輔組長或教官的意見討論來進行課程上細節的修正，並瞭解各校同學的吸菸情形，進而依據情況選定一所國中及一所高中為介入學校後，聯絡該校的負責老師及教官，訂出介入課程的時間計畫表及上課的時間地點，取得參與課程的吸菸同學名單，並於活動開始前先勘查該校的活動場地，以圍圓座位的方式進行課程，請學校準備相關視聽設備及上課所需的桌椅。

三、 前測問卷

在正式進行介入課程前一週，先到學校請同學填寫前測問卷，在施測過程為了能讓同學依實際情形作答，現場並無該校老師或教官在場，避免造成同學心理上的壓力而使問題的答案產生偏差（問卷內容請見附件三）。

四、 介入課程

總共進行六次課程，採隔週上課的方式，從 93 年 11 月中旬開始到 1 月中旬結束，每次上課皆會先經過點名紀錄出席情況，在介入課程的實施過程中，除了由帶領活動的領導者和協同領導者二人共同帶領課程的進行外，另外由一名紀錄者記下當天課程同學的活動紀實及小組討論情況。

五、 尿液分析

分別在第二次、第四次及第六次的課程中安排尿液的蒐集工作，尿液蒐集的工作主要是由訓練好的 2 位尿液蒐集者蒐集，蒐集尿液後透過冷凍保存在固定溫度，並在一個月內，完成尿液的檢驗分析。

六、後測問卷

在最後一次課程(第六次課程)進行後測問卷的填寫，再說明問卷填寫注意事項後，讓同學依實際情況填寫，同學填寫時也無老師或教官在場(問卷內容請見附件三)。

伍 資料分析方法

將問卷回收後，對填寫的資料進行校對和譯碼，以 SPSS 10.0 建檔，用 SPSS 10.0 和 SAS 8.02 版進行分析。依國中與高中的學生分開分析，首先比較實驗介入組和傳統介入組的家庭背景分布，包括家庭型態、父母親的教育程度、父母工作有無及家庭收入等，接著比較在介入方案實施前和吸菸行為相關的因素如家庭及社會的動力因素如父母監管程度、對你吸菸的態度，在個人層次因素中生理和心理等因素如尼古丁依賴、尼古丁戒斷症狀、自尊程度、憂鬱症狀、對立性反抗疾患及個人對吸菸的態度等因素，除了描述變項的敘述性統計外並進行卡方檢定(χ^2)，或若有 25% 方格期望值不到 5，則進行費歇爾恰當檢定(Fisher's Exact Test)，或進行 Mann-Whitney U 檢定以比較實驗式多元介入方案和傳統衛教介入方案間在影響吸菸行為和吸菸行為本身的變項之分佈上是否有差異；而敘述性統計以次數分配、平均值、標準差及百分比的方式呈現。另外，欲比較各個介入方案組內在介入後，影響吸菸行為改變的個人層次因素之改變及吸菸行為本身之改變效果，則進行 Wilcoxon 符號等級檢定。而欲比較實驗介入和傳統介入兩方案間在影響吸菸行為之個人層次因素之變化或吸菸行為本身之變化的分佈差異，則以 Mann-Whitney U 檢定來進行。在各介入方案組內檢驗個人層次因素之變化和吸菸行為變化量的相關性則以 Spearman 等級相關和 Kruskal-Wallis H 檢定，而於最後考慮控制個人層次因素之變化來探討不同介入方案對吸菸行為的改變(即尿中可丁尼含量的變化量)效果，則應用複迴歸模式的統計方法。

第四章 研究結果

本章的結果依照分析的步驟及所欲達到的研究目的分成以下兩大部分：(一) 前測問卷除了有蒐集參加戒菸介入方案的兩所學校(北勢國中及致用中學)外，本計畫亦有蒐集願意參與接受問卷調查的9所學校吸菸同學的資料，因此將此部份的分析結果列述在本章的第一部份。(二) 有關於實驗性多元介入與傳統式介入方案的成效與比較結果將列數在本章的第二部份。

壹、9所學校吸菸同學的與吸菸行為有關之因素分析

在民國93年6月17日前來台中縣衛生局參加本計畫的說明會之學校計有15所，而其中願意參與接受問卷調查的有9所如表4-1-1所示，其中僅有北勢國中和致用中學2所願意接受進一步的戒菸介入方案的實施。

表 4-1-1 各學校吸菸學生數

學校別	吸菸學生數 (%)
國中	
石岡國中	8(3.3)
光正國中	23(9.4)
龍井國中	18(7.4)
順天國中	16(6.6)
北勢國中	59(24.2)
高中(職)	
青年高中	24(9.8)
霧峰農工	13(5.3)
大明高中	22(9.0)
致用中學	61(25.0)
合計	244(100.0)

由於介入方案實施的兩所學校之吸菸學生，是本計畫中欲達到主要目的的研究對象，因此以下的敘述僅針對表內的其他9所學校(n=124)。

表 4-1-2 為家庭背景因素的分析，家庭因素包括家庭型態、父母親教育程度、父母親工作有無及家庭收入等因素。在國中的分布情形如下：除了順天國中與父母同住的比例較低外（56.3%），其餘各國中皆有七成五以上的比率兩父母同住；而父親教育程度多為國中以下居多，尤其以光正國中父親教育程度在國中以下的比率最高（60.9%）；母親的教育程度在石岡國中及光正國中以高中及大學以上比率高，龍井與順天兩所國中則以國中以下較多；在父母親工作有無方面，除了石岡國中以母親無工作的比率高外，其餘父母親皆多已有工作居多；而家庭收入以光正國中 6 萬元以上比率最高（56.6%），而順天國中 3 萬元以下比率佔 60.0% 為最多。

如表 4-1-3 所示，高中生家庭型態分布皆有七成五以上的比率與父母同住，而父親及母親的教育程度中在高中及大學以上的比率皆以大明高中為最高（59.1%），另外，高中各校父母親皆有很高的比率為有工作的情形，家庭收入則以大明高中在 6 萬元以上的比率為最高（45.4%），顯示出有較佳的經濟情形。

如表 4-1-4 至 4-1-7 所示，家庭動力因素包括父母親的監管程度、父母親的吸菸習慣及父母親對你吸菸的態度，在國中生的父親及母親監管程度皆以光正國中的分數為最高（43.65 及 41.52）；而父親及母親的吸菸習慣則皆以龍井國中的比率最高（72.2% 及 22.2%）；而父親對你吸菸的態度中回答“不贊同”的比率則以光正國中為最高（60.8%），母親則以石岡國中的比率 87.5% 為最高、高中(職)的父親及母親監管程度皆以大明高中的分數為最高（43.27 及 40.50），而大明高中的父親有吸菸習慣比率為最高（68.20%），母親有吸菸習慣的以青年高中為最高（20.8%）；而父親及母親對你吸菸的態度則皆以回答“不贊同”的比率為最高、

表 4-1-2 國中家庭背景因素分布

變項名稱	石岡國中		光正國中		龍井國中		順天國中	
	人數	(百分比)	人數	(百分比)	人數	(百分比)	人數	(百分比)
家庭形態								
與親生父母同住								
是	6	(75.0)	19	(82.6)	14	(77.8)	9	(56.3)
否	2	(25.0)	4	(17.4)	4	(22.2)	7	(43.8)
父親教育程度								
國中以下	3	(37.5)	14	(60.9)	8	(47.1)	7	(43.8)
高中及大學以上	5	(62.5)	7	(30.4)	6	(33.3)	4	(25.0)
遺漏值	0	(0.0)	2	(8.7)	4	(19.6)	5	(31.3)
母親教育程度								
國中以下	2	(25.0)	9	(39.1)	9	(50.0)	7	(43.8)
高中及大學以上	4	(50.0)	12	(52.1)	7	(38.9)	6	(37.5)
遺漏值	2	(25.0)	2	(8.7)	2	(11.1)	3	(18.8)
父親工作有無								
有	6	(75.0)	20	(87.0)	9	(50.0)	11	(68.8)
無	2	(25.0)	0	(0.0)	1	(5.6)	0	(0.0)
遺漏值	0	(0.0)	3	(13.0)	8	(44.4)	5	(31.3)

母親工作有無						
有	0 (0.0)	17 (73.9)	10 (55.6)	10 (62.5)		
無	3 (37.5)	3 (13.0)	1 (5.6)	3 (18.8)		
遺漏值	5 (62.5)	3 (13.0)	7 (38.8)	3 (18.8)		
家庭收入 (月)						
3 萬以下	0 (0.0)	5 (21.7)	9 (50.0)	9 (60.0)		
3 萬-6 萬	3 (37.5)	5 (21.7)	1 (5.6)	4 (21.2)		
6 萬以上	5 (65.5)	13 (56.6)	8 (44.4)	3 (18.8)		

表 4-1-3 高中家庭背景因素分布

變項名稱	青年高中		大明高中		霧峰農工	
	人數	(百分比)	人數	(百分比)	人數	(百分比)
家庭形態						
與親生父母同住						
是	18	(75.0)	18	(81.8)	12	(92.3)
否	6	(25.0)	4	(18.2)	1	(7.7)
父親教育程度						
國中以下	12	(52.2)	4	(18.2)	5	(38.5)
高中及大學以上	9	(37.5)	13	(59.1)	7	(53.9)
遺漏值	3	(12.5)	5	(22.7)	1	(7.6)
母親教育程度						
國中以下	7	(31.8)	6	(27.2)	3	(23.1)
高中及大學以上	11	(45.8)	13	(59.1)	8	(61.6)
遺漏值	6	(25.0)	3	(13.7)	2	(14.3)
父親工作有無						
有	18	(75.0)	18	(81.8)	12	(92.3)
無	0	(0.0)	0	(0.0)	0	(0.0)
遺漏值	6	(25.0)	4	(18.2)	1	(7.7)

母親工作有無				
有	16 (66.7)	19 (86.4)	10 (76.9)	
無	3 (12.5)	1 (4.5)	2 (15.4)	
遺漏值	5 (20.8)	2 (9.1)	1 (7.7)	
家庭收入 (月)				
3 萬以下	14 (58.3)	8 (36.4)	4 (30.8)	
3 萬-6 萬	6 (25.0)	4 (18.2)	2 (15.4)	
6 萬以上	4 (16.67)	10 (45.4)	7 (53.8)	

表 4-1-4 國中學校在家庭動力因素之分佈

變項名稱	石岡國中		光正國中		龍井國中		順天國中	
	平均值(標準差)/ 人數(百分比)	平均值(標準差)/ 人數(百分比)	平均值(標準差)/ 人數(百分比)	平均值(標準差)/ 人數(百分比)	平均值(標準差)/ 人數(百分比)	平均值(標準差)/ 人數(百分比)	平均值(標準差)/ 人數(百分比)	
家庭動力因素								
母親角色的監管程度	35.25(26.14)	43.65(14.91)	38.17(13.12)	39.44(13.59)				
父親角色的監管程度	41.00(14.09)	41.52(12.66)	28.89(16.60)	29.19(17.97)				
父親是否有吸菸的習慣								
是	7(87.50)	10(43.50)	13(72.20)	12(75.00)				
否	1(12.50)	5(21.70)	1(5.60)	1(6.30)				
母親是否有吸菸的習慣								
是	1(12.50)	3(13.0)	4(22.20)	0(00.00)				
否	7(87.50)	12(52.20)	10(55.60)	13(81.30)				
父親對你吸菸的態度								
不贊同	4(50.00)	14(60.80)	9(50.00)	8(50.00)				
中立意見	4(50.00)	6(26.10)	7(38.90)	6(37.50)				
很贊同	0(0.00)	3(13.00)	2(11.10)	2(12.60)				
母親對你吸菸的態度								
不贊同	7(87.50)	15(65.20)	13(72.30)	11(68.80)				
中立意見	1(12.50)	6(26.10)	2(11.10)	4(25.00)				
很贊同	0(0.00)	2(8.70)	3(16.70)	1(6.30)				

表 4-1-5 高中(職)學校在家庭動力因素之分佈

變項名稱	青年高中		大明高中		霧峰農工	
	平均值(標準差)/ 人數(百分比)	平均值(標準差)/ 人數(百分比)	平均值(標準差)/ 人數(百分比)	平均值(標準差)/ 人數(百分比)	平均值(標準差)/ 人數(百分比)	平均值(標準差)/ 人數(百分比)
家庭動力因素						
母親角色的監管程度	39.21(17.64)	43.27(8.08)	41.62(13.26)			
父親角色的監管程度	36.00(16.90)	40.50(12.07)	36.69(13.11)			
父親是否有吸菸的習慣						
是	16(66.70)	15(68.20)	8(61.50)			
否	3(12.50)	2(9.10)	3(23.10)			
母親是否有吸菸的習慣						
是	5(20.80)	2(9.10)	1(7.70)			
否	14(58.30)	15(68.20)	10(76.90)			
父親對你吸菸的態度						
不贊同	9(37.50)	10(45.50)	7(53.90)			
中立意見	15(62.50)	11(50.00)	4(30.80)			
很贊同	0(0.00)	1(4.50)	2(15.40)			
母親對你吸菸的態度						
不贊同	18(75.00)	16(72.70)	11(84.60)			
中立意見	6(25.00)	6(27.30)	1(7.70)			
很贊同	0(0.00)	0(0.00)	1(7.70)			

表 4-1-6 國中社會動力因素之分布

變項名稱	石岡國中		光正國中		龍井國中		順天國中	
	人數	(百分比)	人數	(百分比)	人數	(百分比)	人數	(百分比)
朋友之吸菸習慣有無								
有	8	(100.00)	22	(95.65)	18	(100.00)	16	(100.00)
無	0	(0.00)	1	(4.35)	0	(0.00)	0	(0.00)
朋友對你吸菸的態度								
不贊同	2	(25.00)	1	(4.35)	7	(38.89)	3	(18.75)
中立	6	(75.00)	21	(91.30)	7	(38.89)	11	(68.75)
贊同	0	(0.00)	1	(4.35)	4	(22.21)	2	(12.50)

表 4-1-7 高中(職)社會動力因素之分布

變項名稱	青年高中		大明高中		霧峰農工	
	人數	(百分比)	人數	(百分比)	人數	(百分比)
朋友之吸菸習慣有無						
有	23	(95.83)	20	(90.91)	11	(84.62)
無	1	(4.17)	2	(9.09)	2	(15.38)
朋友對你吸菸的態度						
不贊同	3	(12.50)	4	(18.18)	2	(15.38)
中立	18	(75.00)	15	(68.18)	8	(61.54)
贊同	3	(12.50)	3	(13.64)	3	(23.08)

如表 4-1-8 所示，國中學校中在生理因素方面比較菸齡、尼古丁依賴症狀及尼古丁戒斷症狀三個變相的分佈，各學校菸齡平均值發現無顯著差異，而在依賴程度上順天國中平均值 9.75 為最高，石岡國中平均值 5.63 為最低。戒斷程度上光正國中平均值 9.35 為最高，龍井國中平均值 6.89 為最低。在心理因素方面，自尊程度在各國中均無明顯差異。於衝動性格程度上光正國中平均值 73.39 為最高，石岡國中平均值 67.13 為最低。憂鬱症狀上光正國中平均值 20.96 為最高，石岡國中平均值 13.00 為最低。在對立性反抗症狀上順天國中平均值 21.88 為最高，光正國中平均值 20.04 為其次，石岡國中平均值 16.00 為最低。

如表 4-1-9 所示，高中(職)學校中在生理因素方面比較菸齡、尼古丁依賴症狀及尼古丁戒斷症狀三個變相的分佈，各學校菸齡平均值發現無顯著差異，而在依賴程度上青年高中平均值 8.96 為最高，大明國中平均值 5.05 為最低。在戒斷程度上青年高中平均值 10.92 為最高，大明高中平均值 5.23 為最低。

在心理因素方面，自尊程度上大明高中平均值 17.27 為最高，霧峰農工平均值 16.69 為其次，青年高中 14.62 為最低。於衝動性格程度上青年高中平均值 70.25 為最高，大明高中平均值 66.77 為最低。憂鬱症狀上青年高中平均值 23.29 為最高，大明高中平均值 15.86 為最低。在對立性反抗症狀上青年高中平均值 20.37 為最高，大明高中平均值 16.91 為最低。

表 4-1-8 國中在個人的生理及心理因素之分佈

變項名稱	青年高中	大明高中	霧峰農工
	平均值(標準差)	平均值(標準差)	平均值(標準差)
生理因素			
菸齡	3.75(2.38)	4.73(2.07)	5.15(2.27)
尼古丁依賴症狀	8.96(4.30)	5.05(4.89)	5.62(3.52)
尼古丁戒斷症狀	10.92(5.48)	5.23(5.91)	7.85(6.96)
心理因素			
自尊因素	14.62(4.03)	17.27(3.60)	16.69(3.61)
衝動性格程度	70.25(5.88)	66.77(9.40)	68.46(7.38)
憂鬱症狀	23.29(10.05)	15.86(9.45)	17.15(4.91)
對立性反抗症狀	20.37(6.48)	16.91(5.82)	17.31(8.36)

表 4-1-9 高中(職)在個人的生理及心理因素之分佈

變項名稱	石岡國中	光正國中	龍井國中	順天國中
	平均值(標準差)	平均值(標準差)	平均值(標準差)	平均值(標準差)
生理因素				
菸齡	2.88(1.25)	2.00(2.95)	2.89(2.25)	3.31(2.63)
尼古丁依賴症狀	5.63(2.67)	8.30(5.22)	7.28(5.40)	9.75(5.85)
尼古丁戒斷症狀	7.50(6.89)	9.35(7.51)	6.89(5.57)	7.44(7.23)
心理因素				
自尊因素	15.75(3.77)	14.39(4.82)	14.83(6.19)	15.13(3.10)
衝動性格程度	67.13(5.19)	73.39(5.89)	68.50(6.42)	71.51(10.33)
憂鬱症狀	13.00(7.29)	20.96(7.92)	16.83(7.62)	18.87(7.61)
對立性反抗症狀	16.00(4.54)	20.04(6.94)	18.56(11.13)	21.88(8.33)

如表 4-1-10 及 4-1-11 所示，個人行為表現包括下列四個變項：學業成就(班上成績表現)、飲酒經驗、嚼檳榔經驗及使用藥物或毒品的經驗。在學業成就表現上，對 4 所國中比較得知，在班上成績大部分是落在第 21—30 名之間最多，分別是石岡國中 4 位(佔 50.00%)光正國中 8 位(佔 34.80%)龍井 11 位(佔 61.10%)順天國中 8 位(佔 50.00%)。對 4 所國中而言，有高達 8 成以上的人回答過去一年內有飲酒的經驗，且以光正國中的比率最高；而有 4 成以上的人回答過去一年內有嚼檳榔的經驗，且以光正國中的比率最高；對於光正國中的同學有 4 人(17.00%)回答過去一年內有藥物或毒品的使用經驗。另外對於 3 所高中而言，分別是青年高中、大明高中、霧峰農工，有 7 成以上的人回答過去一年內有飲酒的經驗，且以青年高中的比率最高；而有 3 成以上的人回答過去一年內有嚼檳榔的經驗，且以青年高中的比率最高；而有使用藥物或毒品的經驗在大明高中仍有一人(佔 4.00)。

表 4-1-10 國中個人行為表現因素之分布

變項名稱	石岡國中		光正國中		龍井國中		順天國中	
	平均值(標準差)/ 人數(百分比)	平均值(標準差)/ 人數(百分比)	平均值(標準差)/ 人數(百分比)	平均值(標準差)/ 人數(百分比)	平均值(標準差)/ 人數(百分比)	平均值(標準差)/ 人數(百分比)	平均值(標準差)/ 人數(百分比)	
學業成績表現								
前 10 名	0(0.0)	1(13.0)	0(0.0)	2(12.5)	2(12.5)	2(12.5)	1(6.3)	
第 11~20 名	1(12.5)	1(13.0)	2(11.1)	8(34.8)	11(61.1)	3(18.8)	1(6.3)	
第 21~30 名	4(50.0)	8(34.8)	11(61.1)	9(39.1)	4(22.2)	1(6.3)		
第 31~40 名	3(37.5)	9(39.1)	4(22.2)	0(0.0)	1(5.6)			
第 41~50 名	0(0.0)	0(0.0)	1(5.6)					
飲酒經驗								
有	7(87.5)	22(95.0)	16(88.0)	14(87.5)				
無	1(12.5)	1(5.0)	2(22.0)	2(12.5)				
嚼檳榔經驗								
有	5(62.5)	16(69.0)	8(44.0)	11(68.0)				
無	3(37.5)	7(31.0)	10(56.0)	5(32.0)				
藥物/毒品使用經驗								
有	1(12.5)	4(17.0)	0(0.0)	2(12.5)				
無	7(87.5)	19(83.0)	18(100.0)	14(87.5)				

表 4-1-11 高中(職)個人行為表現因素之分布

變項名稱	青年高中		大明高中		霧峰農工	
	平均值(標準差)/人數(百分比)	平均值(標準差)/人數(百分比)	平均值(標準差)/人數(百分比)	平均值(標準差)/人數(百分比)		
學業成績表現						
班上前 10 名	0(0.0)	3(13.6)		0(0.0)		
班上第 11~20 名	6(25.0)	6(27.3)		3(23.1)		
班上第 21~30 名	8(33.3)	8(36.4)		2(15.4)		
班上第 31~40 名	9(37.5)	5(22.7)		7(53.8)		
班上第 41~50 名	1(4.2)	0(0)		1(7.7)		
飲酒經驗						
有	23(95.0)	19(86.0)		10(76.0)		
無	1(5.0)	3(14.0)		3(24.0)		
嚼檳榔經驗						
有	19(79.0)	14(63.0)		4(30.0)		
無	5(21.0)	8(37.0)		9(70.0)		
藥物/毒品使用經驗						
有	0(0.0)	1(4.0)		0(0.0)		
無	24(100.0)	21(96.0)		13(100.0)		

貳、戒菸介入方案對改變吸菸行為的效果與兩方案的成效比較

此部份是呈現本計畫目標的第三至第四點的研究結果，在此分成以下四點敘述：

一、為研究對象家庭背景因素在介入方案組之間的分佈狀況，二、為比較影響吸菸行為的家庭及社會的動力因素與個人的因素在介入方案組之間的分佈狀況，三、為比較方案介入前，介入方案組之間的吸菸同學的吸菸情形，四、為探討所實施的各個介入方案對影響吸菸行為的因素及行為改變之效果，並藉此比較兩種方案的效果。

一、家庭背景因素在介入方案組間之比較

本研究進行介入方案課程的研究對象計有 120 位，其中國中生 59 位，高中生 61 位，且皆為男性。在此將介入前研究對象的家庭背景資料依不同介入方案之組別予以描述並做比較，為了方便描述，以下分別將實驗式多元介入方案組和傳統衛教介入方案組簡稱為實驗組和傳統組。

從家庭型態、家庭的社經地位如父母親教育程度、父母親有無工作及父母親每月的收入來探討這些家庭背景因素在兩組間的分佈情形；在國中和高中的基本資料經過檢定後發現實驗組與傳統組之間皆無顯著差異，顯示這些可能是透過家庭的動力因素（如父母親的監管程度）影響青少年吸菸行為的家庭結構因素（及家庭型態和家庭社經地位）在傳統組與實驗組之間的分佈是一樣的。因此在探討介入方案對行為改變的效果上，這些因素的干擾可望被排除。分析比較的結果請參見表 4-2-1。

表 4-2-1 比較實驗組與傳統組在家庭背景因素之分佈

變項名稱	國中		高中		P 值
	實驗組 (n=29) 人數 (百分比)	傳統組 (n=30) 人數 (百分比)	實驗組 (n=29) 人數 (百分比)	傳統組 (n=32) 人數 (百分比)	
家庭型態					
與親生父母兩人同住					
是	22 (75.86)	28 (93.33)	25 (86.21)	26 (81.25)	0.859
否	7 (24.14)	2 (6.67)	4 (13.79)	6 (18.75)	
父親教育程度					
國小或不識字	5 (17.24)	8 (26.67)	6 (20.69)	7 (21.88)	1.000
國中	11 (37.93)	9 (30.00)	8 (27.59)	7 (21.88)	
高中 (職)	6 (20.69)	9 (30.00)	11 (37.93)	10 (31.25)	
專科或大學以上	2 (6.90)	3 (10.00)	3 (10.34)	4 (12.50)	
遺漏值	5 (17.24)	1 (3.33)	1 (3.45)	4 (12.50)	
母親教育程度					
國小或不識字	7 (24.14)	9 (30.00)	7 (24.14)	10 (31.25)	0.811
國中	12 (41.38)	14 (46.67)	13 (44.83)	10 (31.25)	
高中 (職)	5 (17.24)	7 (23.33)	7 (24.14)	9 (28.13)	
專科或大學以上	2 (6.90)	0 (0.00)	1 (3.45)	1 (3.13)	
遺漏值	3 (10.34)	0 (0.00)	1 (3.45)	2 (6.25)	

父親工作有無								
有	23 (79.31)	27 (90.00)	0.128	26 (89.66)	26 (81.25)	0.495		
無	1 (3.45)	2 (6.67)		2 (6.90)	2 (6.25)			
遺漏值	5 (17.24)	1 (3.33)		1 (3.45)	4 (12.50)			
母親工作有無								
有	22 (75.86)	23 (76.67)	0.431	20 (68.97)	24 (75.00)	0.555		
無	4 (13.79)	7 (23.33)		8 (27.59)	6 (18.75)			
遺漏值	3 (10.34)	0 (0.00)		1 (3.45)	2 (6.25)			
家庭收入 (月)								
3 萬以下	10 (34.5)	13 (43.4)	0.573	12 (41.3)	13 (40.7)	1.000		
3 萬~6 萬以下	11 (37.8)	10 (33.4)		12 (41.3)	8 (25.0)			
6 萬或以上	8 (27.7)	7 (23.2)		5 (17.4)	11 (34.3)			

[註] 1. P 值：乃以 χ^2 test 或 Fisher's exact test 所得之 P 值

2. 遺漏值：為沒有該類親屬或沒有與該類親屬同住，且進行統計時將其剔除。

二、比較介入前與吸菸行為有關的因素

本節就介入課程實施前先行比較影響吸菸行為的三個層次之因素即家庭、社會和個人之因素在實驗組與傳統組間的分布上是否有差異。

(一) 比較家庭及社會的動力因素在介入方案間的分佈狀況

家庭的動力因素分別就：母親角色及父親角色的監管程度、父母是否有吸菸的習慣及父母親對你吸菸的態度來探討，結果如表 4-2-2 所示：對國中生而言，在母親角色和父親角色的監管程度方面，實驗組的平均分數皆較傳統介入方案組為低，及兩個因素的平均分數比較分別是 40.96 小於 48.17，41.34 小於 46.07，表示實驗介入方案組的父母親似乎較少監管他們。在父母是否有吸菸習慣方面，傳統方案組比實驗方案組在回答父親有吸菸習慣之人數比率較高，但有較低的人數比率是回答母親有吸菸習慣。而在父親或母親對其吸菸所抱持的態度上，傳統介入方案組回答“不贊同”的人數比率皆大於實驗介入方案組（即 76.67% > 65.51%；80.00% > 72.41%）。不過，雖然有上述的差異，但這些差異經過統計檢定後發現皆未達顯著性。

另外對高中生而言，在母親角色和父親角色的監管程度上，實驗介入方案組的平均分數皆較傳統方案組為高（即分別是 38.38 > 37.72，34.10 > 33.72），表示實驗方案組的吸菸同學較傳統方案組的父母親似乎有較高程度的監督和管教，不過經由 Mann-Whitney U test 的統計檢定發現此兩項因素之差異不顯著。而在父母親是否有吸菸的習慣的這個變項之分佈上，實驗介入方案組較傳統組回答父親有吸菸習慣的人數比率稍高，但回答母親有吸菸習慣的人數比率卻較低，不過這種差異仍不具統計上的顯著意義。而在父親或母親對其吸菸行為所抱持的態度上，實驗方案組回答的父親“不贊同”的人數比率高於傳統方案組。不過在回答母親“不贊同”的人數比率上，實驗方案組的人數比率卻低於傳統方案組。但無論如何，這些差異經過 Fisher's exact test 後皆不具統計上的顯著性意義。

雖然上述的結果顯示在介入方案前，不同介入方案組別間在家庭動力因素的分佈上皆沒有顯著的差異，但本研究仍發現這些吸菸的同學有高達半數或以上的人其父親是個吸菸習慣者，而雖然半數以上的父親或母親不贊同他們的吸菸行為，但卻有不少的人抱持中立的意見，如在國中生方面是介於二至三成多之間（20.00% ~34.48% ），而在高中生方面是介於四成至五成六間（48.28% ~56.25% ）。

表 4-2-2 比較實驗組與傳統組在家庭動力因素之分佈

變項名稱	國中		高中		P 值 / Z 值	P 值 / Z 值
	實驗組 (n=29)		傳統組 (n=32)			
	平均值 (標準差)	平均數 (百分比)	平均值 (標準差)	平均數 (百分比)		
母親角色的監管程度	40.96 (17.10)	48.17 (15.15)	38.38 (14.29)	37.72 (13.30)	-1.643 [#]	-0.058 [#]
父親角色的監管程度	41.34 (22.20)	46.07 (15.70)	34.10 (9.19)	33.72 (15.67)	-0.835 [#]	-0.788 [#]
父親是否有吸菸的習慣						
是	17 (58.62)	22 (73.33)	15 (51.72)	16 (50.00)	0.495	1.000
否	12 (41.38)	8 (26.67)	14 (48.28)	16 (50.00)		
母親是否有吸菸的習慣						
是	6 (20.69)	4 (13.33)	0 (0.00)	2 (6.25)	0.814	0.585
否	23 (79.31)	26 (86.67)	32 (100.00)	30 (93.75)		
父親對你吸菸的態度						
不贊同	19 (65.51)	23 (76.67)	14 (48.27)	13 (40.62)	0.270	0.324
中立意見	10 (34.48)	7 (23.33)	14 (48.28)	18 (56.25)		
贊同	0 (0.00)	0 (0.00)	1 (3.45)	1 (3.13)		
母親對你吸菸的態度						
不贊同	21 (72.41)	24 (80.00)	14 (48.28)	19 (59.38)	0.480	0.465
中立意見	7 (24.14)	6 (20.00)	15 (51.72)	12 (37.50)		
贊同	1 (3.45)	0 (0.00)	0 (0.00)	1 (3.13)		

[註]#:表以 Mann-Whitney U test 檢定所得之 Z 值，其餘皆以 χ^2 test 或 Fisher's exact test 所得之 P 值

社會的動力因素是就：與較有來往的同學或朋友中是否有人有吸菸的習慣、較有往來的同學或朋友對於研究對象的吸菸行為所抱持的態度來探討，結果如表 4-2-3 所示：國中實驗組與傳統組各有 26 和 28 位回答該朋友有吸菸的習慣，分別佔 89.66% 和 93.33%；高中實驗組與傳統組則各有 28 和 32 位有吸菸的習慣，分別佔 96.55% 和 100%；無論在國中或高中都可以看出九成或九成以上的吸菸同學其較有來往的同學或朋友也是具有吸菸的習慣。而詢問研究對象「與自己較有來往的同學或朋友對你的吸菸態度」結果是：國中實驗與傳統組皆以回答『中立意見』為最多，分別有 16 和 17 位，佔 55.17% 和 56.67%；高中實驗組與傳統組亦以回答『中立意見』為最多，分別為 24 和 27 位，約佔 82.79% 和 84.38%；而經過費歇爾恰當檢定後，國中和高中其實驗組與傳統組之間並無顯著的差異。茲將結果詳述如下表 4-2-3。

表 4-2-3 比較實驗組與傳統組在社會的動力因素之分布

變項名稱	國中		P 值	高中		P 值
	實驗組	傳統組		實驗組	傳統組	
	(n=29)	(n=30)		(n=29)	(n=32)	
	人數 (百分比)	人數 (百分比)	人數 (百分比)	人數 (百分比)		
朋友之吸菸習慣有無						
有	26 (89.66)	28 (93.33)	0.336	28 (96.55)	32 (100)	0.290
無	3 (10.34)	2 (6.67)		1 (3.45)	0 (0.00)	
朋友對你吸菸的態度						
不贊同	8 (27.58)	5 (16.67)		2 (6.90)	3 (9.36)	
中立意見	16 (55.17)	17 (56.67)	0.730	24 (82.79)	27 (84.38)	0.525
贊同	5 (17.24)	8 (26.67)		3 (10.34)	2 (6.25)	

P：以 Fisher's exact test 所得之 P 值

(二) 比較個人層次因素在介入方案間的分佈狀況

影響吸菸行為的個人層次因素包括 1). 個人的心理及生理因素，而個人的心理因素包括人格的特質如衝動性格、對立性反抗疾患症狀及自尊程度，心理健康如憂鬱症狀；而個人的生理因素包括菸齡、尼古丁依賴及戒斷症狀等，2). 個人的行為表現如學業成就、物質的使用情形等，3). 個人對吸菸的態度，和 4). 個人所處的吸菸行為改變階段。

1. 個人的生理及心理因素之比較

在生理因素方面比較菸齡、尼古丁依賴症狀及尼古丁戒斷症狀三個變項的分佈，國中的實驗組與傳統組以 Mann-Whitney U 檢定後顯示皆無顯著的差異如表 4-2-4 所示。而對高中生而言，實驗組依賴程度平均得分較傳統組低 ($7.97 < 9.50$)，且經過 Mann-Whitney U 檢定後發現有顯著性的差異，但其他的生理因素的差異皆不具顯著性。

在心理因素方面，於自尊程度、衝動性格程度、憂鬱症狀及對立性反抗疾患症狀上，不論國中或高中雖然在實驗方案和傳統方案組間有些差異，但亦不具統計上的顯著意義。

表 4-2-4 比較實驗組與傳統組在個人的心理及生理因素之分佈

變項名稱	國中		高中		Z 值	Z 值
	實驗組 (n=29)	傳統組 (n=30)	實驗組 (n=29)	傳統組 (n=32)		
生理因素	平均值 (標準差)	平均值 (標準差)	平均值 (標準差)	平均值 (標準差)		
菸齡	3.41 (2.75)	3.00 (2.59)	3.76 (1.50)	3.59 (1.64)	-0.855	-0.412
尼古丁依賴症狀	6.17 (4.88)	5.13 (5.70)	7.97 (4.88)	9.50 (3.30)	-1.190	-2.015*
尼古丁戒斷症狀	6.69 (7.04)	6.40 (6.02)	10.66 (7.88)	11.09 (5.84)	-0.031	-0.666
心理因素						
自尊程度	15.07 (4.34)	14.23 (2.65)	16.38 (4.04)	14.91 (3.10)	-0.168	-1.528
衝動性格程度	55.76 (8.43)	56.53 (8.33)	67.17 (12.28)	68.59 (8.13)	-0.327	-1.012
憂鬱症狀	20.38 (7.83)	21.23 (8.02)	19.71 (10.42)	19.41 (7.70)	-0.395	-0.398
對立性反抗症狀	22.28 (8.85)	24.87 (9.64)	18.77 (8.05)	19.91 (5.27)	-0.851	-0.956

* : $0.01 \leq P < 0.05$

2. 個人行為表現因素之比較

個人行為表現包括以下四個變項：學業成就（班上成績排名）、飲酒經驗、嚼檳榔經驗及使用藥物或毒品的經驗。上述變項在實驗組與傳統組的分布情形如表 4-2-5 所示。在學業成就表現上，對國中生而言，實驗組與傳統組皆以回答在班上成績大部分是落在第 21-30 名之間最多，分別為 9 位（佔 31.03%）和 12 位（佔 40.00%），且傳統組的人數比率高於實驗組；對實驗組而言，回答落在第 31 名以後共有 9 位（共佔 31.04%），而傳統組則共有 8 位（共佔 26.67%），這樣的分佈顯示傳統組的學業成就表現稍優於實驗組的同學，不過這個情形經由統計檢定後顯示沒有差異。對高中生而言（亦見表 4-2-5），實驗組與傳統組也皆以回答落在第 21-30 名之間最多，分別為 10 位（佔 34.48%）和 11 位（佔 34.38%），實驗組有較傳統組為高之人數比率回答成績是落在第 1 至 20 名之間，似乎顯示實驗組的學業表現稍優於傳統組的同學，不過經過統計檢定後並無顯著的差異。在物質使用的情形上，對國中生而言，無論是實驗組或傳統組有高達六成以上的人回答過去一年內有飲酒的經驗，且實驗組的人數比率（75.86%）高於傳統組（66.67%）；而三成以上的人回答過去一年內有嚼食檳榔的經驗，且實驗組的人數比率仍然高於傳統組（43.18% > 33.33%）；不過上述變項在兩組的分佈差異經由檢定後顯示無統計上的顯著性。另外值得一提的是，實驗組的同學仍有 4 人（13.79%）回答過去一年內有藥物或毒品的使用經驗，而傳統組仍有 1 人（3.33%）而兩組之間並無顯著的差異。

另外對於高中生而言，不論是實驗組或傳統組竟有高達九成六的吸菸同學回答有飲酒經驗，高達八成五或以上的人回答有嚼食檳榔的經驗。而使用藥物或毒品的情在如傳統組仍有 4 人（佔 12.5%），在實驗組仍有 1 人（佔 3.45%）。雖然如此，上述三個變項在兩組的分佈上亦皆無統計上的差異。

表 4-2-5 比較實驗組與傳統組在個人行為表現之分佈

變項名稱	國中				高中				P 值
	實驗組 (n=29)		傳統組 (n=30)		實驗組 (n=29)		傳統組 (n=32)		
	人數 (百分比)	人數 (百分比)	人數 (百分比)	人數 (百分比)	人數 (百分比)	人數 (百分比)	人數 (百分比)		
學業成就 (班上成績排名)									
第 1-20 名間	11 (37.93)	10 (33.33)	7 (24.14)	6 (18.76)					
第 21-30 名間	9 (31.03)	12 (40.00)	10 (34.48)	11 (34.38)					0.341
第 31 名後	9 (31.04)	8 (26.67)	12 (41.38)	15 (46.88)					
飲酒經驗									
有	22 (75.86)	20 (66.67)	28 (96.55)	31 (96.88)					1.000
無	7 (24.14)	10 (33.33)	1 (3.45)	1 (3.12)					
嚼檳榔經驗									
有	12 (41.38)	10 (33.33)	26 (89.66)	27 (84.38)					0.886
無	17 (58.62)	20 (66.67)	3 (10.34)	5 (15.63)					
藥物/毒品使用經驗									
有	4 (13.79)	1 (3.33)	1 (3.45)	4 (12.50)					0.819
無	25 (51.72)	29 (96.67)	28 (96.55)	28 (87.50)					

P : 以 Fisher's exact test 所得之 P 值

(三) 個人對吸菸的態度之比較

個人對吸菸的態度分為下列三項探討：1).吸菸態度量表，2).對吸菸的家人之吸菸行為之態度，及 3).對吸菸的朋友之吸菸行為之態度。

茲將個人對吸菸的態度在實驗和傳統方案組間的分布差異之分析結果列述如下(參見表 4-2-6)：對國中生而言實驗組在個人對吸菸的態度量表之平均分數為 73.62(標準差為 14.66)高於傳統組的 70.50(標準差為 9.80)，表示實驗組的同學對吸菸的態度較傳統組的同學傾向反菸的態度，不過此差異並未達統計上的差異性。而在對吸菸家人或朋友的吸菸行為之態度上，雖然傳統組的吸菸同學有比實驗組的同學有較高的人數比率回答“不贊同”，但兩組之間的分佈仍未達顯著的差異。而且值得注意的是這些吸菸同學有四成多的人皆表示“中立的意見”。而對高中生而言，雖然實驗組的同學對吸菸的態度較傳統組傾向反菸但並無顯著的差異，同時在對吸菸的家人或吸菸的朋友之吸菸行為上，兩組間也未有任何顯著的差異。且皆有四成多的人對家人的吸菸行為表示“中立的意見”，而對朋友的吸菸行為更有高達八成多的人表示“中立的意見”。

表 4-2-6 比較實驗組與傳統組在個人對吸菸的態度之分佈

變項名稱	國中			高中			Z 值/P 值
	實驗組 (n=29)		傳統組 (n=30)	實驗組 (n=29)		傳統組 (n=32)	
	平均值 (標準差)	人數 (百分比)	平均值 (標準差)	平均值 (標準差)	人數 (百分比)	平均值 (標準差)	
吸菸態度量表	73.62 (14.66)	70.50 (9.80)	67.03 (11.10)	64.75 (6.86)	-0.685	-1.418	
對吸菸的家人之吸菸行為之態度							
不贊同	6 (20.69)	11 (36.67)	4 (13.79)	5 (15.63)	0.565	0.247	
中立意見	13 (44.83)	12 (40.00)	12 (41.38)	15 (46.88)			
贊同	3 (10.34)	1 (3.33)	2 (6.90)	0 (0.00)			
遺漏值	7 (24.14)	6 (20.00)	11 (37.93)	12 (0.00)			
對吸菸的朋友之吸菸行為之態度							
不贊同	4 (13.79)	9 (30.00)	1 (3.45)	2 (6.25)	0.725	0.361	
中立意見	16 (55.17)	13 (43.33)	25 (86.21)	26 (81.25)			
贊同	6 (20.69)	6 (20.00)	2 (6.90)	4 (12.50)			
遺漏值	3 (10.34)	2 (6.67)	1 (3.45)	0 (0.00)			

[註] 1. P 值：乃以 χ^2 test 或 Fisher's exact test 所得之 P 值 2. 遺漏值：表示家人中無人吸菸或朋友中無人吸菸習慣，而進行統計時剔除遺漏值。

4. 吸菸行為改變階段之比較

比較實驗介入方案組與傳統介入方案組間吸菸同學所處的吸菸行為改變階段分佈狀況結果如表 4-2-7 所示：在對各項介入方案實施前的國中生而言，本研究發現傳統組在回答目前正處於「尚未決定期」的人數比率較實驗組高（30.00% > 10.34%），此外，其餘的行為改變階段皆是實驗組回答的人數比率較高，不過這些差異經統計檢定後並不具顯著性。對高中生而言，除了「決定不採取行動期」和「未思考期」實驗組回答的人數比率較傳統組高外（17.24% > 9.38% 和 20.69% > 20.00%），其餘各階段皆是傳統組的人數比率較實驗組高。但是不論上述的差異如何，經統計檢定後亦不具顯著性的意義。

表 4-2-7 比較實驗組與傳統組在所處的吸菸行為改變階段之分佈

行為改變階段	國中		高中		P 值
	實驗組 (n=29)	傳統組 (n=30)	實驗組 (n=29)	傳統組 (n=32)	
	人數 (百分比)	人數 (百分比)	人數 (百分比)	人數 (百分比)	
未思考期	5 (17.24)	5 (16.67)	6 (20.69)	0 (0.00)	0.094
尚未決定期	3 (10.34)	9 (30.00)	9 (31.03)	10 (31.25)	
決定不採取行動期	2 (6.90)	1 (3.33)	5 (17.24)	3 (9.38)	
決定採取行動期	7 (24.14)	6 (20.00)	2 (6.90)	4 (12.50)	
行動期但卻失敗	5 (17.24)	3 (10.00)	5 (17.24)	8 (25.00)	
行動期且維持中	6 (20.69)	4 (13.33)	1 (3.45)	3 (9.38)	
遺漏值	1 (3.45)	2 (6.67)	1 (3.45)	4 (12.5)	

[註] P 值為以 Fisher's exact test 所得之值

三、方案介入前吸菸行為的比較

此節為比較在方案介入前吸菸行為在實驗組與傳統組之間的差異，針對尿中可丁尼含量分析之比較結果如表 4-2-8 和 4-2-9 所示。

而在介入方案前檢驗本研究第一次所蒐集的尿液樣本之可丁尼含量發現：以國中
生而言，實驗組的平均值為 1037.4 $\mu\text{g/g.Cre}$ （標準差為 1006.7 $\mu\text{g/g.Cre}$ ）稍高於傳統組
的 922.0 $\mu\text{g/g.Cre}$ （標準差為 416.8 $\mu\text{g/g.Cre}$ ），不過此差異仍不具統計上的顯著性。而
對高中生而言，尿中可丁尼含量實驗組平均值 2489.1 $\mu\text{g/g.Cre}$ （標準差為
1493.9 $\mu\text{g/g.Cre}$ ）高於傳統組的 2295.8 $\mu\text{g/g.Cre}$ （標準差為 1378.7 $\mu\text{g/g.Cre}$ ），不過差異
仍不具統計上的顯著性。

表 4-2-8 比較國中實驗組和傳統組在方案介入前的吸菸行為

項目	實驗組 (n=29)	傳統組 (n=30)	Z 值
	平均值 (標準差)	平均值 (標準差)	
尿液可丁尼值	1037.4 (1006.7)	922.0 (416.8)	-0.879

表 4-2-9 比較高中實驗組和傳統組在方案介入前的吸菸行為

項目	實驗組 (n=29)	傳統組 (n=32)	Z 值
	平均值 (標準差)	平均值 (標準差)	
尿液可丁尼值	2489.1 (1493.9)	2295.8 (1378.7)	-0.664

綜括前述的分析結果，即比較介入方案實施前經由隨機分配後將吸菸的同學分成的實驗性多元介入方案和傳統衛教介入方案兩組之間，在影響吸菸行為的因素及吸菸行為本身的分佈狀況上是否有差異的結果顯示：除了高中生的尼古丁依賴症狀程度這個因素以外，所有在本研究中考慮到的會影響介入效果的因素在兩組間的分佈皆未達到統計上的顯著差異。

無論如何上述的分析結果使本研究能更有信心的能夠在基於影響介入行為改變效果之因素，在介入前於兩方案的吸菸同學之間不存在差異的情況下，來比較兩方案的介入效果。不過，由於尼古丁依賴程度在高中的傳統組有較實驗組顯著高的情況，在未來比較兩方案的效果時仍要考慮此點上的差異。

四、介入方案對吸菸行為及相關因素改變之成效

以下的結果分析主要是欲達成本計畫目的，即進行檢驗戒菸介入方案對改變吸菸行為的效果，不過除了在檢驗方案介入後行為改變的效果前，會先檢驗方案的介入對影響行為改變的個人層次之因素如自尊程度、對立性反抗症狀、憂鬱症狀、尼古丁依賴或戒斷症狀、個人對吸菸的態度及行為改變的階段等因素是否真的有顯著性的影響，爾後檢驗這些因素的變化是否能解釋行為的改變情形。最後檢驗控制這些因素的影響下，實驗性質的多元介入方案是否比傳統衛教介入方案對吸菸青少年較具減少吸菸行為的效果。

(一) 各介入方案對改變個人因素之效果

國中的實驗方案介入組在改變個人層次的因素之效果分析，是以 Wilcoxon 符號等級檢定 (Wilcoxon sign rank test) 的統計方法來進行。結果如表 4-2-10 顯示：自尊程度和尼古丁戒斷症狀有增加的情形，即正等級個數較負等級個數多的情形，另外憂鬱症狀和對立性反抗症狀有下降的情形，即負等級的個數大於正等級的個數。而對吸菸的態度卻有偏向負面改變的情形，另外所處的行為改變階段亦因實驗方案的介入，階段有往前進步的傾向，即正等級多於負等級個數。不過上述的變化皆未達到統計上的顯著差異。因此實驗性多元介入方案對此 28 位吸菸國中生而言，對影響其吸菸行為的個人因素上並未能造成任何影響。在此特別要說明的是：由於 PAPM 模式的第四階段是屬於「決定不採取行動期」，因此本研究在此部份的分析是將其設定為比第二階段還低階的零期來計算，以比較在介入方案後個人的階段變化是屬於進步的還是退步的情形，而這個前後階段的變化計算方式是無法以進步或退步多少個階段來看，

僅能看出進步者、退步者及不進不退者的情形。

表 4-2-10 國中實驗組個人因素改變之效果 (n=28)

項目	正等級個數	負等級個數	等值結個數	Wilcoxon 符號 等級檢定 Z 值
自尊程度 (後測-前測)	17	8	3	-0.905
憂鬱程度 (後測-前測)	12	14	2	-1.170
對立性反抗症狀 (後測-前測)	8	19	1	-1.851
尼古丁依賴症狀 (後測-前測)	12	12	4	-0.014
尼古丁戒斷症狀 (後測-前測)	14	10	4	-0.658
對吸菸的態度 (後測-前測)	9	17	2	-0.737
行為改變階段 (後測-前測)	8	6	14	-0.758

國中傳統衛教方案組在改變個人層次因素之效果分析結果如表 4-2-11 所示：憂鬱症狀及對立性反抗症狀有下降的情形，然而對吸菸的態度卻有偏向負面的傾向，尼古丁依賴症狀也有增加的情形，不過行為改變的階段有進步的情形。雖然如此，上述的變化僅有對立性反抗症狀及行為改變的階段二個因素有達到統計上的顯著意義。因此傳統衛教的介入方案對接受此項方案介入的 28 位吸菸國中生而言，可有效地降低其對立性反抗症狀及有效地促進其原本所處的行為改變階段。

表 4-2-11 國中傳統組個人因素改變之效果 (n=28)

項目	正等級個數	負等級個數	等值結個數	Wilcoxon 符號 等級檢定 Z 值
自尊程度 (後測-前測)	12	12	4	-0.588
憂鬱程度 (後測-前測)	12	14	2	-0.941
對立性反抗症狀 (後測-前測)	6	20	2	-3.204**
尼古丁依賴症狀 (後測-前測)	14	9	5	-0.549
尼古丁戒斷症狀 (後測-前測)	6	14	8	-1.084
對吸菸的態度 (後測-前測)	10	15	3	-0.067
行為改變階段 (後測-前測)	12	2	14	-2.495*

* : $0.01 \leq P < 0.05$, ** : $0.001 \leq P < 0.01$

高中實驗組在改變個人層次因素之效果分析結果如表 4-2-12 所示：憂鬱程度、對立性反抗症狀和尼古丁戒斷症狀有增加的情形，而自尊程度有上升且尼古丁依賴症狀有下降的情形，不過對菸的態度卻有偏向負面的改變。雖然如此，上述的變化經過檢定後並未達到統計上的顯著意義。但值得注意的是，行為改變階段有明顯地進步且達到統計上的顯著差異。因此實驗性多元介入方案對此 28 位吸菸高中生而言，可有效地促進其原本所處的行為改變階段。

表 4-2-12 高中實驗組個人因素改變之效果 (n=28)

項目	正等級個數	負等級個數	等值結個數	Wilcoxon 符號 等級檢定 Z 值
自尊程度 (後測-前測)	17	10	1	-1.192
憂鬱程度 (後測-前測)	18	9	1	-1.876
對立性反抗症狀 (後測-前測)	15	10	3	-0.364
尼古丁依賴症狀 (後測-前測)	9	13	6	-0.081
尼古丁戒斷症狀 (後測-前測)	15	12	1	-0.313
對吸菸的態度 (後測-前測)	10	17	1	-1.382
行為改變階段 (後測-前測)	13	3	12	-2.725*

* : $0.01 \leq P < 0.05$

高中傳統組在改變個人層次因素之效果分析結果如表 4-2-13 所示：憂鬱症狀、對立性反抗症狀、尼古丁依賴程度有下降的情形，而尼古丁戒斷症狀有增加的情形，但上述這些因素經過統計檢定後，變化情形皆未達到顯著差異，但在自尊程度和對菸的態度上面，介入後有明顯的往正面提昇的情形且達到統計上的顯著差異。由此可知傳統衛教的介入方案對接受此方案介入的 28 位吸菸高中生而言，可有效地提高其自尊程度及有效地促進其抱持正面反菸的態度。

表 4-2-13 高中傳統組個人因素改變之效果 (n=28)

項目	正等級個數	負等級個數	等值結個數	Wilcoxon 符號 等級檢定 Z 值
自尊程度 (後測-前測)	24	3	1	-3.480**
憂鬱程度 (後測-前測)	9	17	2	-0.981
對立性反抗症狀 (後測-前測)	10	16	2	-1.285
尼古丁依賴症狀 (後測-前測)	8	14	6	-1.464
尼古丁戒斷症狀 (後測-前測)	14	12	2	-0.064
對吸菸的態度 (後測-前測)	19	8	1	-2.574*
行為改變階段 (後測-前測)	12	7	9	-1.321

* : $0.01 \leq P < 0.05$, ** : $0.001 \leq P < 0.01$

(二) 各介入方案對改變個人吸菸行為的效果

針對各個介入方案評估其使同學的吸菸行為改變的成效，是以尿液中可丁尼的濃度來做為評估的標準，國中實驗組與傳統組 3 次尿液可丁尼檢驗的結果如表 4-2-14 所示，分別針對實驗組組內的變化與傳統組組內的變化做檢定，檢定方法是以 Wilcoxon 符號等級檢定進行，結果如表 4-2-15 所示。結果顯示不論是實驗多元介入方案或是傳統衛教方案，在實施 1 個月後皆能有效地降低吸菸同學的尿中可丁尼含量，但可惜的是對實驗組的同學而言，於 1 個月後又有較多再度吸菸的情形，使得 2 個月後尿中可丁尼含量下降的情形不顯著。然而傳統介入方案經過 2 個月的實施後能有效地降低吸菸同學的尿中可丁尼含量，雖然介入的第一個月後有些同學尿中可丁尼含量有再度上升的情形。國中各次尿液可丁尼含量平均值的變化情形如圖 4-1 所示，可見在不同時間點各組內吸菸青少年整體行為改變的情形。

表 4-2-14 國中尿液檢驗結果

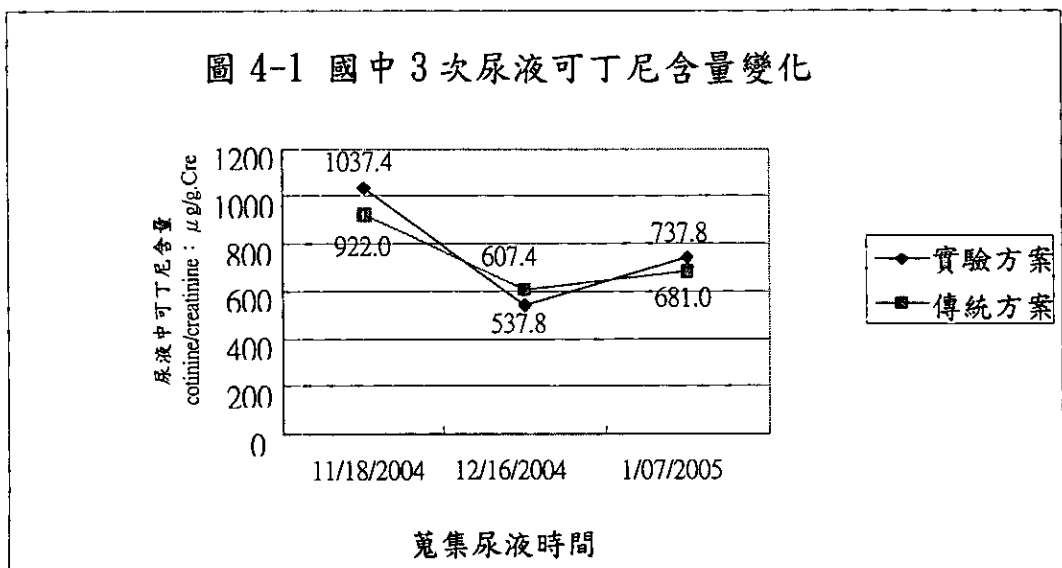
組別	第一次	第二次	第三次
	平均值 (標準差)	平均值 (標準差)	平均值 (標準差)
實驗組 (n=29)	1037.4 (1006.7)	537.8 (248.5)	737.8 (353.9)
傳統組 (n=30)	922.0 (416.8)	607.4 (526.7)	681.0 (242.9)

cotinine/creatinine : $\mu\text{g/g.Cre}$

表 4-2-15 國中各介入方案組尿液可丁尼含量變化之分析

項目	正等級個數	負等級個數	等值結個數	Wilcoxon 符號 等級檢定 Z 值
實驗組尿液結果 (第 3 次-第 1 次)	14	15	0	-0.660
傳統組尿液結果 (第 3 次-第 1 次)	9	21	0	-2.910**
實驗組尿液結果 (第 2 次-第 1 次)	6	21	2	-2.451*
傳統組尿液結果 (第 2 次-第 1 次)	5	24	1	-2.692*

* : $0.01 \leq P < 0.05$, ** : $0.001 \leq P < 0.01$



高中實驗組與傳統組 3 次尿液可丁尼檢驗的結果如表 4-2-16 所示，分別針對實驗組組內的變化與傳統組組內的變化做檢定，以 Wilcoxon 符號等級檢定法進行，結果如表 4-2-17 所示。在實施介入後 1 個月，傳統組的吸菸同學有增加吸菸的情形，因尿液中可丁尼含量變化有顯著地增加，因正等級個數顯著地多於負等級；而實驗組的吸菸同學卻未見顯著地改變（不過可喜的是有下降的趨勢）。而有趣的是再經過 1 個月後，不論是傳統組或實驗組，同學皆有減少吸菸的情形，因負等級個數增加不少。實驗多元介入方案在經過 2 個月後呈現有效地和穩定地改變吸菸同學的吸菸行為，而使得其尿中可丁尼含量下降。而傳統組在 1 個月後的減少情形並未見到顯著的效果。高中各尿液可丁尼含量平均值的變化情形如圖 4-2 所示，可見在不同時間點各組內吸菸青少年整體行為改變的情形。

表 4-2-16 高中尿液檢驗結果

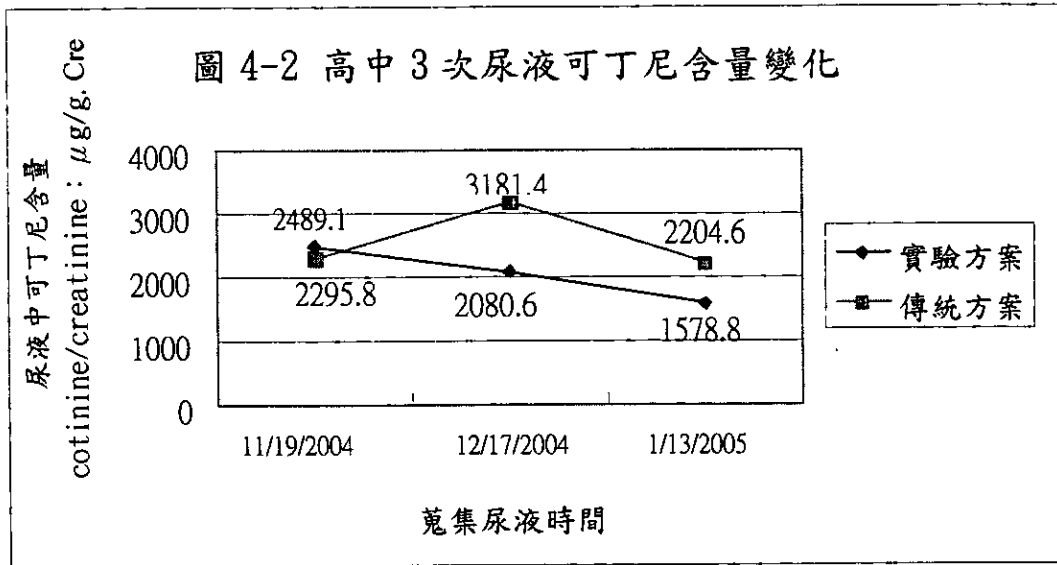
組別	第一次	第二次	第三次
	平均值 (標準差)	平均值 (標準差)	平均值 (標準差)
實驗組 (n=29)	2489.1 (1493.9)	2080.6 (1207.7)	1578.8 (775.1)
傳統組 (n=32)	2295.8 (1378.7)	3181.4 (2085.2)	2204.6 (1236.4)

cotinine/creatinine : $\mu\text{g/g.Cre}$

表 4-2-17 高中各介入方案組尿液可丁尼含量變化之分析

項目	正等級個數	負等級個數	等值結個數	Wilcoxon 符號 等級檢定 Z 值
實驗組尿液結果 (第 3 次-第 1 次)	8	20	1	-2.915**
傳統組尿液結果 (第 3 次-第 1 次)	16	13	3	-0.032
實驗組尿液結果 (第 2 次-第 1 次)	9	17	3	-1.537
傳統組尿液結果 (第 2 次-第 1 次)	20	5	7	-3.431**

* : $0.01 \leq P < 0.05$, ** : $0.001 \leq P < 0.01$



(三) 比較兩個介入方案在改變個人因素及改變吸菸行為的效果

比較實驗方案與傳統方案之間，不同的介入方案對於個人層次的因素及吸菸行為改變量分佈之差異。不過在分析此部份之前，本研究要特別說明對於階段的變化的歸類，由於六個階段的變化多而繁瑣，考慮影響結果的改變主要在於採取了改變行為的行動，因此乃將介入方案課程實施前後青少年吸菸行為所處的階段變化歸類成以下三個階段：1. 不論是否決定採取戒菸行動，經過介入後皆停留在未真的採取戒菸行動的行動前期；2. 因介入曾採取戒菸行動但失敗；3. 因介入而採取戒菸行動且正維持中，並以此探討階段的變化量是否受到不同介入方案的影響。分析以 Mann-Whitney U test 的統計方法檢定，結果如表 4-2-18 所示：不論國中或高中，實驗介入和傳統介入方案之間除了高中生的對菸的態度變化上有顯著的差異外，其餘的個人因素的變化量上並無差異；高中接受實驗方案介入的同學相較於接受傳統方案介入的同學，其個人對菸的態度卻顯著的傾向負面較不反菸的態度。

表 4-2-18 個人因素變化在兩個介入方案間之比較

變項名稱	國中		Z 值	高中		Z 值
	實驗方案 (n=28)	傳統方案 (n=28)		實驗方案 (n=28)	傳統方案 (n=28)	
	平均值 (標準差)	平均值 (標準差)		平均值 (標準差)	平均值 (標準差)	
自尊程度變化	0.0 (4.74)	0.61 (4.16)	-0.321	0.89 (5.31)	3.18 (3.85)	-1.588
憂鬱程度變化	-2.50 (9.06)	-2.07 (9.98)	-0.139	4.04 (10.23)	-1.32 (9.37)	-1.938
對立性反抗症狀變化	-3.07(10.81)	-7.39 (12.53)	-0.656	-0.64 (6.53)	-1.43 (5.38)	-1.100
尼古丁依賴程度變化	0.11 (6.00)	-0.11 (5.98)	-0.403	-0.21 (4.53)	-1.43 (5.27)	-0.742
尼古丁戒斷症狀變化	0.68 (7.02)	-1.25 (7.47)	-1.368	0.32 (9.18)	-0.18 (7.88)	-0.435
對菸的態度變化	0.14 (13.59)	1.29 (13.62)	-0.722	-1.71(12.77)	4.32 (8.83)	-2.477*
行為改變階段變化	1.54 (0.88)	1.89 (0.96)	-1.502	1.64 (0.87)	1.54 (0.79)	-0.409

比較國中和高中其實驗組與傳統組之間在改變吸菸行為上何者較具效果，結果如下表 4-2-19 和 4-2-20 所示。在國中學生的部分，由比較第三次與第一次尿液檢驗結果之變化來看，本研究發現實驗組與傳統組尿液中可丁尼含量皆有下降的情形，實驗組減少的平均值為 305.6 μ g/g.Cre，高於傳統組減少的 241.0 μ g/g.Cre，不過以 Mann-Whitney U 檢定實驗與傳統組之間的此項差異並無顯著性。

表 4-2-19 國中實驗組與傳統組吸菸行為改變之比較

項目	實驗組 (n=29)	傳統組 (n=30)	Z 值
	平均值 (標準差)	平均值 (標準差)	
尿液第 3 次-第 1 次	-305.6 (1082.0)	-241.0 (422.3)	-1.456
尿液第 2 次-第 1 次	-499.6 (1107.4)	-314.6 (619.9)	-0.713

在高中學生的部分，由比較第三次與第一次尿液檢驗結果之變化來看發現實驗組與傳統組尿液中可丁尼含量皆有下降的情形，實驗組減少的數量平均值為 910.3 $\mu\text{g/g.Cre}$ 遠高於傳統組減少的 91.2 $\mu\text{g/g.Cre}$ ，以 Mann-Whitney U 檢定實驗與傳統組之間的差異，發現具有顯著性的差異。由此得知，對高中的吸菸同學而言，實驗介入方案組的吸菸同學在 2 個月後吸菸行為的改變情形顯著地優於傳統介入方案組的同學。

表 4-2-20 高中實驗組與傳統組吸菸行為改變之比較

項目	實驗組 (n=29)	傳統組 (n=32)	Z 值
	平均值 (標準差)	平均值 (標準差)	
尿液第 3 次-第 1 次	-910.3 (1549.4)	-91.2 (1622.0)	-2.217*
尿液第 2 次-第 1 次	-408.5 (1810.9)	885.6 (1358.0)	-3.452**

*: $0.01 \leq P < 0.05$, **: $0.001 \leq P < 0.01$

(四) 影響吸菸行為的個人因素在介入方案後之變化量、介入方案與吸菸行為改變之關係

1. 個人因素在介入方案後之變化量與行為改變之關係

以下分別針對國中生及高中生，檢驗於各個介入的方案後，接受該方案介入後的吸菸同學的個人因素之變化情形是否與可丁尼的變化量有關係。檢驗的方法乃以無母數 Spearman 等級相關，和無母數 K 組樣本間之等級平均數檢定法即 Kruskal-Wallis H 檢定方法來進行，結果如表 4-2-21 所示：不論對國中生或高中生而言，也不論是接受兩個介入方案的哪一個，個人因素中的行為改變階段的變化情形與尿中可丁尼含量的變化有顯著的關係；除此之外，亦發現對國中生而言，接受傳統介入方案的吸菸同學，他們的尼古丁依賴症狀變化量與尿中可丁尼的變化量呈現顯著地正相關，即尼古丁依賴症狀下降愈多，尿中可丁尼含量下降愈多。

表 4-2-21 影響吸菸行為的個人因素變化量與尿液可丁尼含量之關係

變項名稱	國中			高中				
	實驗組(n=28)		傳統組(n=28)		實驗組(n=28)		傳統組(n=28)	
	相關係數	/等級平均數	相關係數	/等級平均數	相關係數	/等級平均數	相關係數	/等級平均數
自尊程度改變量	0.11		0.11		0.07		0.32	
憂鬱程度改變量	0.08		0.35		-0.02		0.24	
對立性反抗症狀改變量	-0.19		0.33		0.25		-0.22	
尼古丁依賴程度改變量	0.05		0.43*		0.08		-0.21	
尼古丁戒斷程度改變量	-0.28		0.34		0.27		-0.24	
吸菸態度改變量	-0.14		0.09		-0.03		0.17	
行為改變階段之變化								
改變至行動前期	18.47		17.50		16.50		16.62	
改變至採取行動但卻失敗	23.33		30.00		20.25		24.67	
改變至採取行動且正維持中	5.67		9.44		8.14		6.20	
卡方值/F值	16.512***		8.004*		6.619*		0.586**	

* : $0.01 \leq P < 0.05$, ** : $0.001 \leq P < 0.01$, *** : $P < 0.001$

2. 比較不同的介入方案對吸菸行為改變的效果

以複迴歸統計模式來檢驗在控制其他於介入後可能會影響吸菸行為改變之個人因素變化的影響下，是否實驗多元介入方案組別的尿液中可丁尼含量會下降的較傳統衛教介入組別多，在進行複迴歸前先進行尿中可丁尼含量變化之常態分布檢定和迴歸模式假設檢定並去除國中組 2 個和高中組 1 個離位數值後進行複迴歸分析，複迴歸統計模式結果如表 4-2-22 和表 4-2-23 所示：不論是國中或高中的吸菸同學，方案介入後尿中可丁尼含量的變化並不會受到不同的介入方案或是其他個人因素的變化所影響，而是顯著地受到個人行為改變階段的變化所影響，國中生「改變至戒菸卻失敗」和「採取戒菸行動且正維持中」皆有顯著，但是以改變至「採取戒菸行動且正維持中」的階段較顯著地影響吸菸行為的改變，高中生則僅有改變至「採取戒菸行動且正維持中」有顯著。對國中生而言，介入約 2 個月後個人所處的行為改變階段改變至「採取戒菸行動且正維持中」的行動階段者比起改變至「未採取戒菸行動」的行動前期階段者，其尿中可丁尼含量顯著地下降 562.27 $\mu\text{g/g.Cre}$ ；然而，介入後個人所處的行為改變階段改變至「採取戒菸行動，但卻失敗」的行動階段者比起改變至「未採取戒菸行動」的行動前期階段者，其尿中可丁尼含量卻顯著地上升了 729.42 $\mu\text{g/g.Cre}$ 。而對高中生而言，介入的 2 個月後個人所處的行為改變階段改變至「採取戒菸行動且正維持中」的行動階段者比起改變至「未採取戒菸行動者」的行動前期階段者，其尿中可丁尼含量顯著地下降 1154.29 $\mu\text{g/g.Cre}$ 。

表 4-2-22 影響國中生尿中可丁尼含量改變之複迴歸模式分析(N=54)

變項名稱	迴歸係數	標準誤	T 值
常數項	-82.90	106.00	-0.78
實驗方案組 ^a	103.30	122.11	0.85
自尊程度改變量	5.10	14.31	0.36
憂鬱程度改變量	-4.11	7.30	-0.56
對立性反抗症狀改變量	0.66	5.69	0.12
尼古丁依賴程度改變量	5.11	11.74	0.44
尼古丁戒斷症狀改變量	-7.33	9.56	-0.77
對菸的態度改變量	-2.213	4.75	-0.47
改變至戒菸卻失敗 ^b	729.42	272.74	2.67*
改變至戒菸維持中 ^b	-562.27	150.49	-3.74**
模式 F 值	3.86**		
調整後 R ² 值	0.327		

* : $0.01 \leq P < 0.05$, ** : $0.001 \leq P < 0.01$,

a : 表參考組為傳統方案組 , b : 表參考組為改變至戒菸“行動前期”階段

表 4-2-23 影響高中生尿中可丁尼含量改變之複迴歸模式分析 (N=55)

變項名稱	迴歸係數	標準誤	T 值
常數項	-458.61	353.94	-1.30
實驗方案組 ^a	-267.79	390.45	-0.69
自尊程度改變量	48.90	43.21	1.13
憂鬱程度改變量	30.78	21.59	1.43
對立性反抗症狀改變量	-25.86	33.84	-0.764
尼古丁依賴程度改變量	-47.42	46.28	-1.03
尼古丁戒斷症狀改變量	28.23	26.87	1.05
對菸的態度改變量	21.85	18.48	1.18
改變至戒菸卻失敗 ^b	957.12	530.74	1.80
改變至戒菸維持中 ^b	-1154.29	492.84	-2.34*
模式 F 值	2.30*		
調整後 R ² 值	0.178		

* : $0.01 \leq P < 0.05$, a : 表參考組為傳統方案組 , b : 表參考組為改變至戒菸“行動前期”階段

第五章 討論與建議

本章依據研究結果加以討論，內容共分成以下三部份：(一) 討論介入前影響吸菸行為有關因素之比較，(二) 討論介入方案對改變吸菸行為的效果，(三) 研究限制與建議。

壹、討論介入前影響吸菸行為有關因素之比較

國中和高中的家庭背景因素在實驗組與傳統組的分佈經過檢定後並無差異，因此在探討比較介入方案的成效時可以排除掉這些家庭背景因素對吸菸行為的影響。而其他如家庭及社會的動力因素在國中和高中的實驗組與傳統組之間的分佈亦無顯著性差異，而個人因素中僅有高中傳統組在尼古丁依賴程度上有顯著高於高中實驗組，這在進行比較介入方案對吸菸行為改變的效果上，則需考慮此項因素在介入前於兩組間便有差距的事實，而這樣的差異，可藉由尼古丁依賴程度較高者較不容易戒除吸菸的行為或減少吸菸的量，而導致在介入後尿中可丁尼含量變化的差異在簡單的相關分析中呈現出實驗介入方案組的下降量顯著高於傳統組，不過在複迴歸分析中藉由控制此項因素在介入後的前後變化量的干擾，本研究得以澄清實驗介入與傳統介入兩個方案本身之間的差異並未真的顯著存在。

貳、討論介入方案對改變吸菸行為的效果

在各項介入方案實施後，本研究發現國中的傳統衛教方案組和高中的實驗多元方案組在介入 2 個月後的尿中可丁尼含量有明顯的降低，顯示出國中傳統衛教方案組和高中實驗多元方案組的同學經過介入後能有效地改善其吸菸行為，而國中實驗多元方案組和高中傳統衛教方案組雖然吸菸行為也有改善的趨勢但未見顯著成效。

由於影響吸菸行為的因素中，家庭及社會的因素不在本研究所能改變的範圍內，因此以下將藉由介入方案後影響吸菸行為的個人因素變化來探討吸菸行為改變的原因。國

中實驗多元介入方案組於方案介入後在個人因素上的變化上皆無顯著性；然而國中傳統衛教方案組於方案介入後，有效地降低其對立性反抗症狀並促進其原本所處的行為改變階段。傳統方案組的吸菸同學2個月後的尿中可丁尼含量顯著下降，有可能是藉著透過這些個人因素在介入後的改變而造成的。有關對立性反抗症狀與吸菸行為的關係，已有其他的研究支持如 Armstrong 和 Costello(2002)認為較高的對立性反抗症狀會加重吸菸的行為 (Armstrong & Costello, 2002)。而高中實驗組介入後行為改變階段的個人因素有顯著地改變，因此實驗多元介入方案可以有效的對接受此方案的高中生促進其原本所處的階段，而該組的吸菸同學於2個月後尿中可丁尼含量顯著下降有可能是透過這個因素的變化而造成的。高中傳統衛教介入方案組雖然在介入後能有效地提高其自尊程度及有效地促進其抱持正面反菸的態度，但是吸菸行為卻未見改變的效果。

當檢驗個人因素變化量和尿中可丁尼變化量的關係時，本研究發現不論是高中或國中，不論是哪一個介入方案，行為改變階段的變化是最重要的相關因素，雖然對國中傳統方案組的吸菸同學而言，除了行為改變階段的變化外，介入後尼古丁依賴程度的變化和其整體尿中可丁尼含量的變化亦有顯著關係，而在最後複迴歸模式分析中，本研究控制了其他於介入後可能會影響吸菸行為改變之個人因素的變化，以檢驗實驗多元介入方案組別是否較傳統衛教方案組別有改變的效果時，本研究發現兩個介入方案是沒有差異的，且再一次的顯示行為改變階段的變化量才是改變吸菸行為的顯著性因素。因此，吾人以為最初比較高中的兩組介入方案的改變行為效果時，發現實驗方案組介入後該組同學的尿中可丁尼下降的量顯著高於傳統方案組，其主要的原由來自於實驗多元介入方案組的吸菸同學被此方案有效地促進其行為改變階段，雖然介入前實驗組的尼古丁依賴程度顯著低於傳統組，但此項因素的影響並不顯著。

綜合上述的討論顯示階段的正向變化的確能夠減少研究對象的吸菸行為。目前國內亦有不少研究應用行為改變的階段理論對吸菸行為進行探討，但多為探討行為改變階段對拒菸自我效能、吸菸好處和壞處的認知等 (顏效禹, 2001; Chen, 2000)，而缺乏階段改變與吸菸行為關係之探討。本研究結果顯示出階段的改變確實能對吸菸行為產生影

響，並支持了行為改變的階段理論，同時亦認為不論任何介入方案，皆應針對能使吸菸的同學之行為改變階段跨越至採取戒菸行動並且維持中的階段，才能有效地改善其吸菸的行為。最後依據本研究的目的做出以下結論：

- 一、傳統衛教戒菸介入方案具有改變國中生吸菸行為的效果。
- 二、實驗多元戒菸介入方案具有改變高中生吸菸行為的效果。
- 三、兩種介入方案之間並沒有何者是較具改變吸菸行為的效果。

參、研究限制與建議

在本研究的研究對象國中生 59 位，高中生 61 位，分別將其隨機分派為實驗多元方案組與傳統衛教方案組時，各介入組別的樣本數略嫌不足，因此在分析上便只能採用無母數的統計方法。因此建議往後的介入方案研究能蒐集足夠的樣本數以使介入方案的成效評估較具有統計上的效力。而本研究的研究對象選取是以立意取樣來決定這兩所學校，尤其研究中所選取進行介入方案的國中生比起高中生似乎較偏向於來自較低社經地位的家庭，而父母的吸菸行為也較多，所以是否本研究中相同的介入方案如傳統衛教介入對國中生有效對高中生無效會受兩所學校的學生特質不同而影響亦需考慮，因此本研究各個介入方案對該校吸菸同學的改變效果恐怕無法用來預期同樣的方案實施是否能對他校的吸菸同學有相似的改變效果。

此外，介入方案的成效受到帶活動人員的影響很大，雖然在進行介入方案活動之前有先針對帶活動人員施以標準化的訓練課程，但是這其中仍然無法避免因為人員特質的差異而對不同組別的戒菸改變成效產生差異，而人員所造成的差異也無法清楚的測量出來，所以建議除了針對活動人員先進行標準化的訓練課程之外，選擇活潑、具親和力且具高度同理心的帶活動人員也是影響介入方案成效好壞的重要因素。因為這些可以成功帶領成長團體或課程活動的特質或許是使參與戒菸方案的吸菸同學決定採取戒菸，且願意真的採取行動，並且行動能成功維持的重要因素之一。另外，吾人以為在國中與高中

階段的認知及行為會有所不同，所以建議未來在課程上針對國中與高中分別設計不同的內容，即避免對不同的年齡用完全一樣的課程設計，這樣對於青少年吸菸行為的改變或許會較有效果。最後特別值得注意的是，青少年情緒及態度變動起伏較大，其行為的改變也容易因此受影響，介入方案在短時間內雖然有造成改變的成效，但是一旦介入方案不再進行，個人的戒菸或減量的行為是否能持續下去便有待更進一步的研究以探討介入方案對青少年吸菸行為的長期效果。

參考文獻

(一) 中文部分

- 台中縣衛生局：台中縣衛生局戒菸教育講習會-統計分析報告 2002。
- 余幸司：抽菸對末梢循環障害之研究。行政院衛生署 82 年度委託計畫報告 1993。
- 余坤煌：價值澄清教學活動對國小學童吸菸知識、態度和吸菸決定影響之研究。台灣師範大學衛生教育研究所碩士論文 1992。
- 李芳欣：衛生教育介入對國中二年級學生吸菸知識、態度、自我決定能力及不吸菸意願之成效。高雄醫學大學護理學研究所碩士論文 2000。
- 李美慧：某國中學生之吸菸行為與父母健康信念、吸菸行為、管教努力關係之探討。國立台灣師範大學衛教研究所碩士論文 1995。
- 林大慶等：香港大學醫學院醫學發表會報告：吸煙者患上性無能的風險比非吸煙者高出 50%—吸煙與男士性功能障礙：研究結果和新的研究 2004。
- 林武雄：高中學生吸菸問題之探討。健康教育 1989;56: 21-24。
- 周碧瑟：台灣地區在校青少年藥物使用趨勢探討 1991-1996。台灣醫學會雜誌 1999; 98: 827-831。
- 周桂如：吸菸之行為研究。國家衛生研究院論壇 2000。
- 高蕙亭：三種預防吸菸教學方案實驗效果比較研究--以台北縣某國中一年級學生為對象。臺灣師範大學衛生教育研究所碩士論文 2003。
- 陳秋瑩：臺中縣青少年的吸菸盛行率調查與菸害介入方案之初探計畫。台中縣衛生局委託研究計畫報告 2003。
- 陳秀娟：桃園縣高中職學生吸菸行為之相關探討—跨理論模式之應用。中山醫學大學醫學研究所碩士論文 2002。
- 陳霽儒：國中學生對於菸害防制法之遵行意願與遵行行為相關因素研究。國立臺灣師範大

學衛生教育研究所碩士論文 1999。

張西川：吸菸與慢性阻塞性肺疾之關係。國家衛生研究院論壇 2001。

張明惠：青少年戒菸教育課程介入成效之探討-以台北市某公立高職學生為對象。師大衛教所碩士論文 2004。

張惠芬：探討青少年戒菸課程之成效。台北護理學院護理研究所 2001。

國家衛生研究論壇：吸菸之行為研究。FO-HPDP01-03，國家衛生研究院 2000。

黃松元、馬藹屏：學校菸害防制教育介入計劃。台灣菸害防制研討會 2002。

黃淑貞：國中生開始抽煙之誘因及其仿效對象之研究。臺灣師範大學衛生教育研究所碩士論文 1980。

黃淑貞：他們為何吸菸？--大學生樣本質性資料分析。學校衛生 1998;33: 3-14。

黃惠玲：臺北市高中及高職學生使用菸、酒及非法藥物狀況與社會學習及社會連結因素關係之研究。美和專校學報 1995;13: 47-73。

楊雪華、陳瑞容、李蘭、柯姍如：雙親和同儕團體對高中生吸菸的影響。醫學教育 2003;7:128-139。

董氏基金會：菸害調查報告。財團法人董氏基金會網站菸害防制特區：<http://www.jtf.org.tw/> 2003。

劉育能：菸害預防衛生教育介入之成效評估。臺中健康暨管理學院健康管理研究所碩士論文 2003。

廖梨玲：運用網際網路於青少年戒菸行為之介入研究。臺灣師範大學衛生教育研究所碩士論文 2001。

顏效禹：應用跨理論模式在台北市國中生的吸菸行為。陽明大學社區護理研究所碩士論文 2001。

(二) 英文部分

Adelman WP, Duggan AK, Hauptman P, Joffe A. : Effectiveness of a High School Smoking Cessation Program. *Pediatrics* 2001;107:50.

Anda RF, Williamson DF, Escobedo LG, Mast EE, Giovino GA, Remington PL : Depression and the Dynamics of Smoking : A National Perspective. *Journal of the American Medical Association* 1990;264(12):1541-5.

Andrews JA, Duncan SC. : The Effect of Attitude on the Development of Adolescent Cigarette Use. *Journal of Substance Abuse* 1998;10:1-7.

Armstrong TA, Costello EJ : Community studies on adolescent substance Use, Abuse, or Dependence and Psychiatric Comorbidity. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 2002;70: 1224-1242.

Aveyard P, Sherratt E, Almond J, Lawrence T, Lancashire R, Griffin C, Cheng KK : The Change-in-Stage and Updated Smoking Status Results from a Cluster-Randomized Trial of Smoking Prevention and Cessation Using the Transtheoretical Model among British Adolescents. *Preventive Medicine* 2001; 33: 313-324.

Balch GI : Exploring Perceptions of Smoking Cessation among High School Smokers : Input and Feedback from Focus Groups. *Preventive Medicine* 27:A55-A63 .

Barratt ES, Stanford MS, Dowdy L, Liebman MJ, Kent TA : Impulsive and Premeditated Aggression: A Factor Analysis of Self-Reported Acts. *Psychiatry Research* 1999;86:163-173.

Center for Disease Control and Prevention : Youth Risk Behavior Surveillance: National College Health Risk Behavior Survey-United States, 1998 *MMWR*; 46: SS-6.

Chen HS : Exploration of the Influence of Self-Efficacy and Decisional Balance on Taiwan Children's Smoking. Unpublished Doctoral

dissertation, The University of Texas, Austin 2000.

DiFranza JR, Rigotti NA, McNeill AD, Ockene JK, Savageau JA, St Cyr D, Coleman M. : Initial Symptoms of Nicotine Dependence in Adolescents. *Tobacco Control* 2000;9:313–319.

Evans R.I., Raines B.E. : Control and Prevention of Smoking in Adolescents: A Psychosocial Perspective. In T.J. Coates, A.C. Petersen, and C. Perry (Ed): *Promoting Adolescent Health: A Dialog on Research and Practice*. New York: Academic Press, 1982.

Glassman AH, Helzer JE, Covey LS, Cottler LB, Stetner F, Tipp JE, Johnson J. : Smoking, Smoking Cessation, and Major Depression. *Journal of the American Medical Association* 1990;264:1546-9.

Hahn E, Kay M : Testing the Effect of a Multi-Component Statewide Smoking Cessation Contest. *University of Kentucky College of Nursing Research* 2003.

Jatlow P, Mckee S, O'Malley S : Correction of Urine Cotinine Concentrations for Creatinine Excretion : Is It Useful ? *Clinical Chemistry* 2003;49:1932-1934.

Koopmans JR, van Doornen LJ, Boomsma DI : Association between Alcohol Use and Smoking in Adolescent and Young Adult Twins: A Bivariate Genetic Analysis. *Alcoholism, Clinical and Experimental Research* 1997;21:537-46.

Krohn MD, Naughton MJ, Skinner WF, Becker SL, Lauer RM : Social Disaffection, Friendship Patterns and Adolescent Cigarette Use: the Muscatine Study. *The Journal of School Health* 1986 ;56:146-50.

Larsson L : Incidence of Asthma in Swedish Teenagers : Relation to Sex and Smoking Habits. *Thorax* 1995;50:260-4.

Ma GX., Shive SE, Tan Y, Toubbe JI, Fang CR, Edwards RL : Tobacco use, Secondhand Smoke Exposure and Their Related Knowledge, Attitudes and Behaviors among Asian Americans. *Addictive Behaviors* 2005;30(4):725-40.

Martinson BC, Lazovich D, Lando HA, Perry, CL, McGovern PG, Boyle, RG : Effectiveness of Monetary Incentives for Recruiting Adolescents to an Intervention Trial to Reduce

Smoking Preventive Medicine 2000; 31: 706-713.

Miller DC. : Adolescent Cigarette Smoking: A Longitudinal Analysis Through Young Adulthood. National Center of Education Statistic 2005.

Okayama A, Sato T : Assessment of Smoking Status among Workers Using an Improved Colorimetric Method. Industrial Health 2004;42, 348-351.

Pecs: Education of Tobacco Issues in Hungarian Communities of Roma and Socially Disadvantaged Children. A Study Performed by the FACT Institute. <http://health21.hungary.globalink.org/programs/reporthon.html> 1999.

Poulsen LH , Osler M, Roberts C, Due P, Damsgaard MT, Holstein BE : Exposure to Teachers Smoking and Adolescent Smoking Behaviour: Analysis of cross Sectional Data from Denmark. Tobacco Control 2002;11:246-251.

Reynolds B.A., Karraker, Horna , Richards J.B. : Delay and Probability Discounting as Related to Different Stages of Adolescent Smoking and Non-smoking, Behavioural Processes 2003 ; 64: 333–344.

Rosenberg M ,Schoenbach C : Self-Esteem and Adolescent Problems:Modeling Reciprocal Effects. American Sociological Reviews 1989;54: 1004-1018.

Rosenberg M : Society and the Adolescent Self-Image. Princeton, NJ: Princeton University Press 1965.

Skinnera MD, Aubina HJ,Berlin I : Impulsivity in Smoking, Nonsmoking,and Ex-smoking alcoholics. Addictive Behaviors 2004;29: 973–978.

Stillman FA : Smoking Cessation for the Hospitalized Cardiac Patient: Rationale for and Report of A Model Program. The Journal of Cardiovascular Nursing 1995;9:25-36.

US Department of Health and Human Services : Preventing Tobacco Use among Young People : A Report from the Surgeon General. Atlanta: National Center of Chronic Disease Prevention and Health Promotion, CDC, US Department of Health Humman Services, 1994.

Vollratha and Torgersen : Who Takes Health Risks? A Probe into Eight Personality Types. *Personality and Individual Differences* 2002;32: 1185–1197.

Wang CS, Chou P : The Prevalence and Motivating Factors of Adolescent Smoking at a Rural Middle School in Taiwan. *Substance Use and Misuse*. 1996;31:1447-58.

World Health Organization. *Guideline for Controlling and Monitoring the Tobacco Epidemic*. Geneva : World Health Organization, 1998.

Weinstein ND, Sandman, PM : A Model of the Precaution Adoption Process : Evidence from Home Radon Testing. *Health Psychology* 1992;11:170-180.

附件一

菸害防制業務師長對校園菸害教育的看法

焦點團體討論結果報告

附件一目錄

一、研究目的.....	87
二、訪談綱要.....	87
三、焦點團體法研究結果.....	88~101
四、結論	101~102
五、訪談紀錄.....	103~121

一、研究目的

針對樣本學校菸害防制業務的師長

1. 瞭解其對吸菸青少年的看法
2. 瞭解其對過去或目前學校或衛生當局施行的吸菸教育與戒菸策略的看法
3. 瞭解其對如何有效整合家庭、社區中的衛政、社政與教育資源來協助青少年建立完整的支持性戒菸環境之看法

二、訪談綱要

本研究焦點團體之訪談內容，提問人又稱訪談指引者(Moderator)，依照研究目的所設計之六個訪談綱要，引導各組成員討論，訪談綱要依序如下：

1. 您對校園內同學吸菸的情形了解多少？

如 1) 在校抽菸學生的人數

2) 抽菸學生在何時何地被發現？

3) 抽菸學生被列管後有無改變？

2. 您對他們有何看法？

如 1) 抽菸學生的在校表現

2) 抽菸學生的家庭背景

3) 抽菸學生會有吸菸行為的可能原因

4) 個性，外表

3. 您對過去或目前學校施行的吸菸教育與戒菸策略的看法

如 1) 衛生局

2) 教育局或教育部

4. 何有效整合家庭、社區中的教育資源來協助青少年建立完整的支持性戒菸環境之看法。

三、焦點團體法研究結果

經台中縣衛生局發函邀請各國、高中菸害防治負責人，共計有 15 人參加焦點團體討論，分為國中、高中二組，國中組共計 7 人以 A1、A2、A3、A4、A5、A6、A7 區分，高中組共計 8 人以 B1、B2、B3、B4、B5、B6、B7、B8 區分，區分方式以國中組為例，國中組除 A1、A2 為女士，其餘都是男士；高中組除 B7 為女士，其餘都是男士，每組有一名人員(M)負責提問、一名人員負責紀錄和錄音，國中組另有一位衛生局人員(慧)參與討論。座位是以圍繞的方式入座，由主講人以引導式的方法提問，紀錄人員從旁觀察並做紀錄(各代號的圍座方式及代號意義與詳細之訪談內容紀錄，請見第 15 頁附件一)。參加焦點團體的各國、高中菸害防治負責人年齡分佈為 30 至 50 歲，主要都是各學校的教官和生輔組長居多。茲將內容分析結果敘述如下：

本研究焦點團體之訪談內容，提問人又稱訪談指引者(Moderator)，依照研究目的所設計之四個訪談綱要引導各組成員討論後，將訪談內容結果依研究目的整理如下：

(一) 瞭解其對吸菸青少年的看法

(1) 在校吸菸學生的人數

各學校的抽菸人數也都不相同，吸菸學生大多數來自教官和生教組長平時在學校查緝列管的名單，不過現在大多數學生都很精明，教官和生教組長並不容易當場發現吸菸的學生，每個學校都有各自的困難點，所以採取對應的方法也要有所不同，不過有些學校如某國中經過長時間的努力之下，吸菸學生有減少的情形。

國中組

M1：大概有多少人抽菸？

A4：我們學校 14 個班，其中有 2、3 班有問題，其實人不多，不太好估有多少人。

M1：那你們大多都抓到多少位吸菸的學生呢？

A1：吸菸的學生有 10 位，會再跟生教組長配合。(狀似滿意該校吸菸人數不多)

A4：只抓過一個。(傻笑)

A3：大多是抓到老鳥。(無表情)

A2：我們學校也是很少。

A5：4 年前我們學校六百多位學生有一百多位有抽菸，真的覺得很無奈，還好我們學校的護士—林雅蓉跟我很配合，也很盡責，建議你們可以跟她聯絡，那時候效果也不好，我就用高壓的方式，還有用勸的，每天到網咖去抓人，一天可抓到 3、4 個，常常都到晚上才回家，現在看到我抓會躲，以前都不會躲的，我們學校死角很多，一個東邊，一個西邊，貓一出來，老鼠就跑光了，到哪抓。(哄堂大笑)

高中組

M2：那我們各個學校的抽菸狀況呢，我們要先了解一下各學校的學生抽菸狀況如何，那

我們也來了解說之後我們怎麼分組，一樣，我們先從這邊開始輪好了，霧峰農工的教官先說明一下。

B8：我們抽菸的要角都已經畢業了，所以現在大概只剩下 10 幾位了，我曾經發現而現在列管的。

B8：現在妳來的話分組人數就是蠻少的。

M2：這樣子喔，霧峰 10 幾位，那我們大明呢？

B7：我們原本列管 40 幾位，現在高三畢業後，大概剩 20 位。

M2：喔現在大概 20 位左右，那我們僑泰呢？

B6：我們列管大概有 30~40 位。

M2：30~40 位，現役的對吧。(笑)

B6：(笑)

M2：那東工呢？

B5：我們東工的情況跟大明差不多，大部分都是三年級都已經畢業了，剩下二年級主力軍啦大概有 20 幾位。

B5、B7、B8：(笑)

M2：青年呢？

B4：現在目前人數大概只有 20 幾位，我們本來就是二、三年級剩下來的人數不多，所以今年主力都會在一年級，要是今年招得還不錯。

M2：那嘉陽呢？

B3：人太多了，不及備載，怕你們人手會不夠。(笑)

全體：(笑)

M2：那我們嘉陽可能還要辦一個篩選會了。

B3：你們計畫的最大容量、最大限量是多少。

M2：我們大概要挑 60 個左右。

B2、B3：那我們就給你們 60 個嘛，沒問題。(笑著點頭)

B1、B2、B3：(熱烈討論)

M2：那致用大概也是挑 60 名，大甲？

B1：10 個左右，其他還要培養。

M2：10 個左右喔，所以各位教官你們那個一年級的菸害教育就真的要麻煩你們了。

B2：這樣的話是不是以一、二年級為主，二升三的三年級就放棄，那些老菸槍的那種呢？(笑著點頭)

M2：一般學校不太安排三年級，因為他們可能有要升學或是有要進修的壓力，那個時間真的很難橋，那一、二年級就比較好橋，只要把他們的社團時間抓出來就好了。

B1、B2、B8：沒錯

全體：熱烈討論

B8：可是我們把三年級去掉就剩個位數了。

M2：喔，真的嗎，那不行那就是留著留著留著。

全體：熱烈討論抓抽菸學生技巧。

B3：大家都會承認，這是技巧問題啦。(笑)

(2) 抽菸學生在何時何地被發現

抽菸學生通常都是在校外抽菸，學校教官大多知道可是也很難抓到這些學生，用尿液檢測也測不出來，除非當場抓到不然也很難證明他們有在抽菸，抽菸學生通常都以集體的方式行動，在抽菸時還會有同學在附近幫忙把風，也導致學校教官很難抓到這些抽菸學生。

國中組

A6：我們學校的話要配合生教組長，而且都會把有菸味的叫過來。

M1 問 A7：所以你們小學校抽菸的同學不多，大多都在校外抽喔？

A6：其實大多知道，可是抓不到，尿液檢測也測不出來。

A4：對!都抓不到。

M1：嗯，不能沒抓到卻對他做介入課程，這樣心理會受到傷害。

A2：真的喔?(微笑)

A4：他們都在校外抽，很少有在校內被抓到的。

A7：他們抽菸都躲蠻遠，通常還都會有人把風，我們過去抓就跑光了。

A6：學校要抓抽菸的同學很不好抓。(無表情)

A7：沒錯，人一下都跑光了。

(3) 抽菸學生的在校表現

一般大眾都普遍認為抽菸學生的學習表現一定就會比較差，但就各學校教官的長期觀察來說，抽菸學生的學習表現並不完全都是很差的，其中也不乏有考上明星學校的學

生，不過大部分的抽菸學生學習表現都不好，會抽菸是因為他們程度很低，沒有其他方面的成就感，抽菸的話會讓他們在同儕之間得到認同感的慰藉。

國中組

M1：吸菸的學生在學校的成績都不好嗎？

A5.A6：不一定。

A6：還有考上省一中的。

M1：大部分的呢？

A4：大部分都不好，那些都是比較不愛唸書的。

A6：有很多都是去表演八家將，他們去表演那個錢更多，所以也就不喜歡念書了。

A7：那個出場就有錢拿。

M1：他們都表演的很可愛。

(4) 抽菸學生的家庭背景

抽菸學生所處的家庭環境有相當程度影響到他們抽菸的意願，有部分抽菸學生的父母是採取無所謂的態度，這些父母通常都是本身也有抽菸的，雖然有些父母同意子女不能在學校抽菸，但回到家中就不會限制子女抽菸了，而這樣的想法會造成子女合理化抽菸行為的心態。

國中組

A5：我們學校生教組長3年多沒人要接（笑），打師長的都有，民國90年去的時候，

打架被抓的排到二百多號，後來不到二年的時間剩50人，假日陪他們打球，後來又降到17個再到10個人，抽菸學生的數量是3年前的十分之一，因為當地的幫派很亂，顏清標那些海線的大哥都是那裡出來的，我們同學幾乎不是砍人就是被人砍，除了我以外，就只有另外一位有念到碩士，當地的背景很特殊，如果叫同學不要抽

菸，說不定還會有些家長會說：為什麼不讓我小孩抽菸。

A6：這個真的要表揚一下。

M1：這個學校很值得去做介入。

高中組

M2：那教官有了解過他們家庭的背景嘛，他們的父母對他們的反應怎樣，因為被列管後一定會通報父母嘛，對不對。

B2：父母是無所謂啦，同意，但是他們會告訴他在學校不要抽，有些父母是同意這樣，這些是家長他們本身也抽菸的，他們那個家庭環境就是那個樣子，我們學校那個層級的差異性蠻大的，分普通科、綜合科和職業類科，那普通科和綜合科就有一個差別，到了職業科差別更大。

(5) 抽菸學生會有吸菸行為的可能原因

對菸品的好奇和朋友之間的互相鼓吹常常是學生抽菸的主要原因，抽菸的學生並不盡然是因為染上菸癮的關係才持續抽菸，他們常常是因為自覺本身程度很低，除了抽菸外他們找不到其他的成就感，但這些學生通常本身都不壞，只是同儕一個牽一個，常覺得無聊沒事做也不想讀書，就跟著一起抽菸。

高中組

M2：我知道有些同學抽菸，他們真的是很乖或是他們的學校成績表現都很好，可是就是朋友的影響，那有些就真的已經很難去管動他，那我們每個學校的狀況大致是怎麼樣，因為我知道像台中市有很多真的就是，他們真的本質都不壞，全省都是這樣，他們真的不壞只是會抽菸，所以我們鼓勵給他們機會改變或是想要戒菸我們積極提供他們，那有一些真的就是爛了，他就是不想戒，我不知道我們學校大概的狀況是怎樣，60幾個人應該都不會太差吧？嘉陽

的教官要不要說一下。

B3：他們抽菸也不是因為說真的有菸癮，因為學生程度很低，他們沒有其他的成就感或是怎樣的，就是比較屬於中下階層，但不壞，通常都是同儕一個牽一個，通常都沒事幹，你叫他讀書他也不讀書。

B2：抽菸交朋友啦。(比著手勢)

M2：學生不是真的壞，可是就是因為抽菸就被人給貼上標籤，所以這些人應該可以再給他們一些機會。

B4、B5、B6：(細語討論)

M2：其實我自己做過一個調查啦，3個原因，同儕是第三名，然後最多的是叫好奇，可是好奇通常抽了第一口或是第一根就不會抽了，因為它不好抽不好玩，第二個因為無聊吸菸的會繼續抽下去。

全體：(笑)

(二) 瞭解其對過去或目前學校或衛生當局施行的吸菸教育與戒菸策略的看法

(1) 各學校過去長期累積的活動經驗

以各學校長期累積的舉辦活動經驗，同學普遍都對性教育之類的課程比較有興趣，至於像菸害防治方面的活動，學校都會請人來上課或是演講之類的，但同學對於這些都覺得枯燥提不起興趣，反而很想睡覺，如何設計出一套讓學生感到有趣且活潑的課程，是一項挑戰也是一份責任。

國中組

M：學校之前有問一些像 AIDS、抽菸相關的活動嗎？成效如何？有沒有辦一些比賽？這些活

動會不會對學校造成負擔？

A1：訓育組負責這些，不過事情太多了，沒辦法找到更好的人來帶，所以都只是配合政令在做而已。(無表情)

A4：不是可以找到一些人來演講？

A1：那些演講同學都提不起興趣，都會覺得很想睡覺。

A4：來示範帶保險套他們比較有興趣。

A6：同學談性教育比較有興趣。(笑)

M1：那菸害方面呢？

A6：有請人來上課，就是演講之類的，不過他們興趣不高。

M1：有辦什麼活動嗎？

A4：配合反毒的活動跟一些有獎問答。

A5：我會叫他們跑步，我坐在樹下看他們跑步，讓他們知道抽菸對身體不好，有一些爸媽會說：在學校不抽，回家抽，接家長會幹事3年，打人還會被告。

(2) 各學校就以往管理抽菸學生的經驗對成長團體課程提出看法

上成長團體的課程可以鼓勵他們往正向光明面發展，戒菸比賽可以透過朋友間互相競爭的心理以期達成讓學生戒菸的目的，而且還會採取以測尿中 cotinine 的值來檢測學生是否有在戒菸，只是各學校教官普遍都認為抽菸學生的配合意願不會很高，甚至會有你說你的、我抽我的情形發生，這方面還有賴各相關的人員提出意見檢討課程以期改善。

國中組

M1：我們會上一些成長團體的課。

A6：你說你的，我抽我的。

M1：會不會變成遇到一群一樣的朋友聚在一起分享抽菸心得，2週一次的。(笑)

A7：就像外面幫派一樣。(呵呵笑)

M1：不會啦！我們可以鼓勵他們往正向光明面發展，他們都很重視朋友，我們會舉辦

戒

菸比賽，來讓他們彼此之間互相競爭，來達到戒菸的目的，我們每隔一段時間就會有測尿中 cotinine 的值來看他們是不是還有在抽菸，再上一些成長團體的課。

A7：會不會變成交換抽菸心得。

A6：請戒菸成功的人來說說自己的經驗，而且現在已經很少抓到抽菸的了。

M1：用 cotinine 可以查的到他們是不是還有在抽菸。

A6：學校要抓抽菸的同學很不好抓。(無表情)

A7：沒錯，人一下都跑光了。

(3) 各學校就以往管理抽菸學生的經驗對活動分組和帶領人選提出看法

實驗組和對照組的產生，是因為要採用科學上的研究方法，等到各學校將被列管的抽菸學生名單整理出來後，再以隨機的方式分成實驗組和對照組。另外活動課程的人選，各學校教官普遍都認為要找活動能力強且又活潑的人才，因為參與介入課程的抽菸學生普遍都很被動，若是帶活動課程的人員經驗不足通常都會有很強的挫折感。

國中組

A1：請問你們是用什麼樣的人來帶活動？

M1：用校園種子，還有請一些大專生來受訓，進行成長團體來討論為什麼會戒菸失敗。

A1：人數用多少人比較有效果？

M1：一組大約 10-12 人。

A1：對照組用 20 人嗎？

M1：對照組沒差。

A1：所以也不能故意放菸癮比較重的，要用隨機的。

M1：這是科學上的研究方法。

A1：你們是將 30 個人來看看誰抽到實驗組，誰抽到對照組嗎？

M1：你們將吸菸同學的名單交給我們，我們來分，給他們做問卷，看對香菸的依賴程度。

高中組

B2：我是覺得這個活動，因為按早期來講，這種講習這種讓學生去做一個互動較被動，再加上帶頭的人不夠活潑的話場面就會很冷，如果能把他們掌握的很好的話。

M2：可能會動用很多大學生啦，那我想大學生至少在年齡層跟他們比較相近。

B3：別的學校我們不怕啦，致用和嘉陽的學生可能會比較皮，怕你們會管不住。

M2：可是我上次去致用看還好阿。

B2：妳們看到的只是一個點。

B3：如果我們真的找那些很爛的出來的話，他們會想說現在教官既然找我們來上2節課，那我就來嘛，就覺得反正無所謂這樣子，他本身已經沒成就感了，後來會變成妳沒有成就感。

M2：所以我們自己還要成長團體給我們自己建設。

B2：上課時間一下課休息再也不會來，甚至人員根本沒有到齊，會有這種狀況。

M2：在我的經驗這種狀況一定有，可是問題就是說課程看我們怎麼設計，那盡量是把它設計說活潑一點、有趣一點，就是說妳今天上完這個課有自己的東西帶走，像我之前辦的戒菸班，我讓他們做芳香蠟燭，芳香蠟燭可以又有東西可以帶走，他們都會玩得很高興，不要說他們做得好不好，他們真的做得有的還蠻不錯的，可是他們很有成就感，我想這就是我們給他們另一種不同方式，所以我想說平常上課他們就是很被動的在下面聽嘛，真的啦，講一講還要去把他們叫起來，昨天我去那個教官還跟我說，旁邊的學生睡著了妳要把他捏起來，我就想說糟糕我講話有這麼無聊嗎，事實是他們沒有人睡著，反而是真正有抽菸的人都躲躲閃閃不敢看上面的那個圖片，我們就是盡量一

次的課程之後是我們每一次課程的檢討，那也希望教官有時間也可以在旁邊幫我們做一下輔助，甚至說課程結束之後你們可以給我們一些意見，因為學生你們比較了解。

(4) 各學校對參與介入課程會被貼上標籤的問題提出看法

這套介入課程的立意非常好，但有教官擔心抽菸學生或是被分到對照組的學生會有被貼上標籤的感覺，所以基本上在學校公告時活動名稱可以想得周詳一些，分組的時候也不要告知學生是被分到實驗組還是對照組，盡量避免參與介入的學生會有不愉快的感覺發生。

高中組

B8：這個活動在執行的期間是一個很公開的還是一個比較靜肅的密閉的一個方式來進行，妳現在弄了一個實驗組和一般對照組，那對照組的學生是否會覺得被貼上 mark。

M2：基本上我們會避免這樣狀況，因為董氏基金會以前做戒菸教育的時候我們常常聽到那個廣播就說那些戒菸的同學快點到某某視聽教室，妳就覺得說那這些學生該去還是不該去，所以我們會利用另外一種方式請學校，以青少年活動或是中國醫藥大學所辦的活動這樣的方式說那可能我們現在的人太多了就分成 2 組，那我也不要告訴你那個是實驗組那個是對照組，不然的話他們會覺得我們像是小白老鼠，所以我們會盡量用這樣的方式不讓學生覺得被貼標籤。

(三) 瞭解其對如何有效整合家庭、社區中的衛政、社政與教育資源來協助青少年建立完整的支持性戒菸環境之看法。

(1) 各學校對規劃完整的支持性戒菸環境所提出的看法

規劃完整的支持性戒菸環境不應該都全部丟給學校單方面來做，這些問題應該也要請學生的家長和社區中的一些機構單位來一起配合進行才能真正看見成效。但根據有些學校教官的看法，認為政府有些政策作為並沒有完全落實，不然就是實行了但是看不見效果也就草草結束了，要如何才能有效整合政府的資源來達到最好的效果，還需有關單位能積極作為才行。

國中組

M1：其實很多學生的問題可以請家長或社區中一些機構單位來協助。

A5：台中縣長當初的政策5年了都沒有落實(無奈地笑)，因為也沒有明文指示，就是當初說的學童關懷委員會，不過到最後也沒有效果。

(2) 各學校對如何整合學校、家庭和社區的資源提出看法

學校內部方面在生教和輔導的活動歸類方面應有所區別，各學校教官普遍都反應有些戒菸活動在性質上應歸屬於輔導，但因為上級在規劃後發公文下來時並沒有指定由學校哪各單位來負責，而學校最後都會推給生教單位來做，卻造成生教單位的業務過於繁忙反而成效不彰，各學校教官都認為最好的解決方法應該是由輔導、生教、家長和社區機構各方面來配合，投入的資源才會真正看見成效。

國中組

A6：其實這比較偏向輔導，而不是給生教，不輔導卻推給生教(苦笑)，活動都推到生教身上。

A5：現在有很多學校的生教組跟輔導室都對立，因為生教組都累的要死，輔導室都沒什麼事，只要辦辦心理測驗跟升學輔導之類的，難怪輔導室的爽缺都沒什麼人要退(微笑)。

A7：對阿!輔導室的都做最久。

A5：輔導室有缺人，很多半夜就去排隊報到。

慧：其實也曾經對一些學校作健康促進，做好規劃後發文下去，但是到了學校就亂了，因為在學校找不到對話的窗口。

A1：給各校的公文應該要明確說是給輔導室的，這樣才不會又推給生教組。

A5：輔導室是否可以廢除阿？（無表情）

A1：應該要合併，把輔導室併到訓導處底下。

A6：我們學校有諮商中心，不過通常都是教官無法處理的才給輔導，像剛剛那位北勢國中的生教組長，這樣會把身體弄壞。

慧：通常教育部的公文下來，都不指定的，給學校自己本身來決定要給哪一個單位。

M1：幫助同學的最好方式，不應該只是給訓導處，而要家長跟社區也都一起來參與跟關心。

慧：這些只是理想啦，實際執行起來還有很多困難。

四、結論

根據焦點團體訪談的結果，所做結論如下

（一）藉由焦點團體的訪談中得知，各學校教官對吸菸青少年的看法認為

- （1）抽菸學生的在校表現：大部分的抽菸學生因為程度低學習表現不好，只能藉由抽菸得到認同感的慰藉，但其中也有程度好且考上明星學校的學生，對抽菸學生而言，抽菸並不全然會影響到他們的在校表現。
- （2）抽菸學生的家庭背景：有部分抽菸學生所處的家庭背景影響到他們抽菸的意願，這些學生的父母本身也會抽菸，並對自己子女是否有抽菸與否採取無所謂且放任的態度，促使抽菸學生合理化自己的行為。
- （3）抽菸學生會有吸菸行為的可能原因：學生抽菸的主要原因來自對菸品的好奇和同儕之間的互相鼓吹，但持續使吸菸行為發生的理由並不盡然是因為染上菸癮的關係，主要是他們常常會自覺本身程度較低，需要藉由抽菸來

尋求自我的成就感。

(二) 各學校教官對過去及目前學校施行的吸菸教育與戒菸策略的看法認為

- (1) 各學校過去長期累積的活動經驗：學校同學對於菸害防治方面的活動通常都覺得枯燥且提不起興趣，反而是性教育之類的課程比較能吸引他們的目光，因此要如何設計出一套讓學生感到有趣且活潑的課程，仍需考驗主事者的智慧。
- (2) 課程的設計和活動人員的挑選：因為各學校教官認為抽菸學生普遍都很被動且配合的意願不高，因此在設計成長團體的課程時還有賴各相關的人員提出意見多方面檢討以期改善，另外在活動課程的人選部分要找活動能力強且又活潑的人才，才能跟抽菸的學生有著良好的互動。
- (3) 參與介入課程會被貼上標籤的問題：有教官擔心抽菸學生或是被分到對照組的學生會有被貼上標籤的感覺，所以在學校公告時活動名稱必須想得周詳一些，分組的時候也不要告知學生是被分到實驗組還是對照組，盡量避免參與介入的學生會產生不愉快的感覺。

(三) 各學校教官對整合家庭、社區中的資源來建立完整的支持性戒菸環境的看法認為

- (1) 政府在政策面的落實：根據有些學校教官的看法，認為政府有些政策作為並沒有完全落實，不然就是實行了但是看不見效果也就草草結束，要如何才能有效整合政府的資源來達到最好的效果，還需有關單位能積極督促才行
- (2) 建立支持性戒菸環境的策略：須從學校內部方面先開始著手，在生教和輔導的活動歸類方面應有所區別，各學校教官反應學校都會將菸害防治的活動推給生教單位來做，卻造成生教單位的業務過於繁忙而成效不彰。各學校教官都認為最好的解決方法應該是由輔導、生教、家長和社區機構各方面來做配合，才是進行支持性戒菸環境重要的策略和方針。

焦點團體訪談記錄

焦點團體訪談記錄(一)

主持人：陳秋瑩老師（簡稱 M1）

A4

記錄者：沿瑜（簡稱 A）

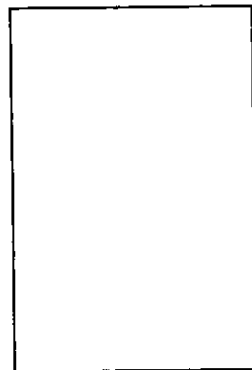
A5

衛生局人員：簡稱慧

慧慧

受訪者：A1、A2、A3、A4、A5、A6、

A7（除 A1、A2 為女士，其餘都是男士）



受訪人員背景介紹：

A1：龍井國中 陳美蘭 衛生組長

A2：光正國中 許智雄 生教組長

A3：大安國中 洪福正 生教組長

A4：烏日國中 張慶豐 生教組長

A5：北勢國中 蔡昌儒 生教組長

A6：順天國中 張世界 生教組長

A7：石岡國中 郭程凱 生教組長

訪談內容

A3：如果只吸菸一次被抓到，是不是也要進到這個團體？（疑惑）

M1：由學校裡比較嚴重的同學先進入。

A4：你們去學校做介入，希望要有多少人？（無表情）

M1：也不希望人太多。

A1：一次的課程大約多久？

M1：大約是 90 分鐘，最短 1 個小時，最長不會超過 2 個鐘頭。

A4：你們這課程要持續多久？因為我們時間不好橋。（無奈地笑）

M1：你們學校大多什麼時間可以來進行這些活動？

A4：週會。

A7：社團時間。

A6：聯課時間，不過通常都有排好活動了，可能要另外橋時間。(無表情)

M1：那他們都是在哪邊被抓到的？

A4：他們都在校外抽，很少有在校內被抓到的。

A7：他們抽菸都躲蠻遠，通常還都會有人把風，我們過去抓就跑光了。

M1：大概有多少人抽菸的？

A4：我們學校 14 個班，其中有 2、3 班有問題，其實人不多，不太好估有多少人。

M1：如果我們利用聯課的時間來做介入課程呢？時間合適嗎？

A4：同學應該會排斥。(表情嚴肅)

A6：有時候同學只是好奇抽一口，剛好被抓到，卻要被學校其他的人貼標籤。

A4：這種課程全校一起上比較適合，又不用擔心有被貼標籤。(無表情)

A6：這可能要另外安排時間才有辦法。

M1：我們的介入重點對象不是全校，而是有吸菸的同學，那請問一下各校有春暉社這種性質的社團嗎？

A4：沒有。

A6：之前學校有做驗尿，那驗尿的試劑都驗不出效果，沒什麼用。

A4：聯課的時間大多給他們打球，如果要把他們找來上這課程，心裡一定很不甘願。

M1：之前有跟台中縣衛生局做過一個類似的研究，那些同學表示如果用錢來做鼓勵和消過會比較有效。

A4：用消過的方式對 3 年級的沒什麼用，因為他們都要畢業了，不太在乎消過。

(A3 和 A4 聊天：現在同學都在聊線上遊戲.....)

A6：同學在校外抽菸被抓到，會移送法辦，但是這一樣沒有用，在學校被同學用異樣的眼光來看待。

M1：我們不對外說，上一些成長團體的課。

A6：你說你的，我抽我的。

M1：會不會變成遇到一群一樣的朋友聚在一起分享抽菸心得，2週一次的。(笑)

A7：就像外面幫派一樣。(呵呵笑)

M1：不會啦！我們可以鼓勵他們往正向光明面發展，他們都很重視朋友，我們會舉辦戒菸比賽，來讓他們彼此之間互相競爭，來達到戒菸的目的，我們美格一段時間就會有測尿中 cotinee 的值來看他們是不是還有在抽菸，再上一些成長團體的課。

A7：會不會變成交換抽菸心得。

A6：請戒菸成功的人來說說自己的經驗，而且現在已經很少抓到抽菸的了。

M1：用 cotinee 可以查的到他們是不是還有在抽菸。

A6：學校要抓抽菸的同學很不好抓。(無表情)

A7：沒錯，人一下都跑光了。

A1：請問你們是用什麼樣的人來帶活動？

M1：用校園種子，還有請一些大專生來受訓，進行成長團體來討論為什麼會戒菸失敗。

A1：人數用多少人比較有效果？

M1：一組大約 10-12 人。

A1：對照組用 20 人嗎？

M1：對照組沒差。

A1：所以也不能故意放菸癮比較重的，要用隨機的。

M1：這是科學上的研究方法。

A1：你們是將 30 個人來看看誰抽到實驗組，誰抽到對照組嗎？

M1：你們將吸菸同學的名單交給我們，我們來分，給他們做問卷，看對香菸的依賴程度。

A6：今天會定出上課的時間嗎？

M1：這個只是做一個估計的時間。

A6：所以是說會再 check 時間囉？

M1：恩...會再看學校的行政時間間來做更動。

A4：一個活動一個小時嗎？(嘴鼓起來)

M1：大約 1-2 個小時，最多不會超過 2 個小時。

A1：會再 check 時間跟地點嗎？

M1：對，我們要先有各個學校對口的聯絡人。

(A5 快睡著了，手環胸)

A6：我們學校的話要配合生教組長，而且都會把有菸味的叫過來。

M1 問 A7：所以你們小學校抽菸的同學不多，大多都在校外抽喔？

A6：其實大多知道，可是抓不到，尿液檢測也測不出來。

A4：對!都抓不到。

M1：恩..不能沒抓到卻對他做介入課程，這樣心理會受到傷害。

A2：真的喔？(微笑)

M1：那你們大多都抓到多少位吸菸的學生呢？

A1：吸菸的學生有 10 位，會再跟生教組長配合。(得意狀)

A4：只抓過一個。(傻笑)

A3：大多是抓到老鳥。(無表情)

A2：我們學校也是很少。

A5：4 年前我們學校六百多位學生有一百多位有抽菸，真的覺得很無奈，還好我們學校的護士—林雅蓉跟我很配合，也很盡責，建議你們可以跟她聯絡，那時候效果也不好，我就用高壓的方式，還有用勸的，每天到網咖去抓人，一天可抓到 3、4 個，常常都到晚上才回家，現在看到我抓會躲，以前都不會躲的，我們學校死角很多，一個東邊，一個西邊，貓一出來，老鼠就跑光了，到哪抓。(哄堂大笑)

A4：貴校沒有請新老師來帶嗎？

A5：我們學校生教組長 3 年多沒人要接(笑)，打師長的都有，民國 90 年去的時候，打架被抓的排到二百多號，後來不到二年的時間剩 50 人，假日陪他們打球，後來又降

到 17 個在到 10 個人，抽菸學生的數量是 3 年前的十分之一，因為當地的幫派很亂，顏清標那些海線的大哥都是那裡出來的，我們同學幾乎不是砍人就是被人砍，除了我以外，就只有另外一位有念到碩士，當地的背景很特殊，如果叫同學不要抽菸，說不定還會有些家長會說：為什麼不讓我小孩抽菸。

A6：這個真的要表揚一下。

M1：這個學校很值得去做介入。

A4：晚上都還要出去抓。

A6：網咖有分吸菸區和非吸菸區，不過店家往往為了生意，都沒在管。

A7：對阿！公共場所應該有分。

M1：衛生場所應該要嚴格取締才對。

慧：我們會取締 18 歲以下的。

M1：這應該要從法著手，才可以，吸菸的學生在學校的成績都不好嗎？

A5.A6：不一定。

A6：還有考上省一中的。

M1：大部分的呢？

A4：大部分都不好，那些都是比較不愛唸書的。

A6：有很多都是去表演八家將，他們去表演那個錢更多，所以也就不喜歡念書了。

A7：那個出場就有錢拿。

M1：他們都表演的很可愛。

A6：學校之前有做過驗尿，但是都沒有效果，都驗不出來，他們也都知道，他們也不擔心會被貼標籤，因為在學校會被當作英雄來看待，之前有到每一班做調查，看看有多少抽菸的，去班上問說有抽菸的舉手，沒有舉手的還會被旁邊的說：你明明在國小六年級就有抽菸了，還會彼此檢舉，所以建議分區做。

M1：學校之前有問一些像 AIDS、抽菸相關的活動嗎？成效如何？有沒有辦一些比賽？這些活動會不會對學校造成負擔？

A1：訓育組負責這些，不過事情太多了，沒辦法找到更好的人來帶，所以都只是配合政令在做而已。(無表情)

A4：不是可以找到一些人來演講？

A1：那些演講同學都提不起興趣，都會覺得很想睡覺。

A4：來示範帶保險套他們比較有興趣。

A6：同學談性教育比較有興趣。(笑)

M1：那菸害方面呢？

A6：有請人來上課，就是演講之類的，不過他們興趣不高。

M1：有辦什麼活動嗎？

A4：配合反毒的活動跟一些有獎問答。

A5：我會叫他們跑步，我坐在樹下看他們跑步，讓他們知道抽菸對身體不好，有一些爸媽會說：在學校不抽，回家抽，接家長會幹事3年，打人還會被告。

M1：其實很多學生的問題可以請家長或社區中一些機構單位來協助。

A5：台中縣長當初的政策5年了都沒有落實(無奈地笑)，因為也沒有明文指示，就是當初說的學童關懷委員會，不過到最後也沒有效果。

A6：其實這比較偏向輔導，而不是給生教，不輔導卻推給生教(苦笑)，活動都推到生教身上。

A5：現在有很多學校的生教組跟輔導室都對立，因為生教組都累的要死，輔導室都沒什麼事，只要辦辦心理測驗跟升學輔導之類的，難怪輔導室的爽缺都沒什麼人要退。
(微笑)

A7：對阿!輔導室的都做最久。

A5：輔導室有缺人，很多半夜就去排隊報到。

慧：其實也曾經對一些學校作健康促進，做好規劃後發文下去，但是到了學校就亂了，因為在學校找不到對話的窗口。

A1：給各校的公文應該要明確說是給輔導室的，這樣才不會又推給生教組。

A5：輔導室是否可以廢除阿?（無表情）

A1：應該要合併，把輔導室併到訓導處底下。

A6：我們學校有諮商中心，不過通常都是教官無法處理的才給輔導，像剛剛那位北勢國中的生教組長，這樣會把身體弄壞。

慧：通常教育部的公文下來，都不指定的，給學校自己本身來決定要給哪一個單位。

M1：幫助同學的最好方式，不應該只是給訓導處，而要家長跟社區也都一起來參與跟關心。

慧：這些只是理想啦，實際執行起來還有很多困難。

M1：現在就要看看各學校是否有明顯的列管名單，對了，還沒問各位是哪個學校的？

A1：龍井國中

A6：順天國中

A4：烏日國中

A2：光正國中

A5：北勢國中

A7：石岡國中

A3：大安國中

M1：那我們今天的討論就先到這邊，之後如果有進一步的進展再連絡。

A5：上次我們那位護士今天沒來，可以留個電話再跟他連絡。

焦點團體訪談記錄(二)

主持人：葉綺茵小姐 (簡稱 M2)

記錄者：景凱 (簡稱 A)

受訪者：B1、B2、B3、B4、B5、B6、
B7、B8 (除 B7 為女士，其餘都是男士)

受訪人員背景介紹：

B1:大甲高中 林文隆 教官

B2:致用中學 蘇柏南 教官

B3:嘉陽高中 葉錫田 教官

B4:青年高中 李孝華 教官

B5:東勢高工 謝明德 教官

B6:僑泰中學 李文義 教官

B7:大明高中 徐玉明 教官

B8:霧峰農工 吳佳奮 教官

B5 B4

B6

B3

B7

B2

B8

B1

A

M2

訪談內容

B3：演講是看時間的長短嗎？

M2：對阿！

B3：大概最少多少時間呢？

M2：其實我們學校會安排的多是週會課或是班會課，一般依照我們的教材我希望

是給我們 2 個小時較完整，像昨天去彰化崇實 1 個小時就講得非常的趕，我就覺得其實很多很精采的東西，因為我比較喜歡配合那個 power point。

B3：這樣會比較吸引同學的注意力。

M2：同學看到東西，我的經驗都是同學看到那個東西都是把頭別開不看的，他其

實還是會害怕，所以其實教官能夠很喜歡有放東西再配合這樣效果會比較好，所以依照課程完整性的話我希望能給我2個小時，那這個部份就盡快把時間敲定可以排，不管多遠我都會去，那我們就從這個計畫開始，我想了解教官我們現在說了就算，還是說我們要回去呈報給校長做決定，因為有些教官可以說我願意做阿，就可以做，還是有些可能還要再呈報校長，那有哪些學校需要做呈報的動作？

B3：我們學校要。

B2：這樣好不好，我們原則上就是說我們回去以後有問題再打電話給妳，如果沒有問題了就表示。

M2：不行不行，有沒有問題都要回報一下，不然如果有些人忘記就說太忙了，沒有時間的話。

B3：會不會每個學校說有問題。

M2：對，不能喔不能有問題喔，不然的話我會自己打電話喔。

B3：那電話是打哪一個。

M2：基本上我們都跟陳秋瑩老師那邊做對頭，除非說有些計畫外的需要我配合，因為他們那個做統籌比較好，這個是我們董氏基金會的電話。

B8：請問一下，在這一個戒菸的介入計畫裡面，是否學校方面都不需要有任何經費的支援。

M2：基本上是不用啦，那這個部分我們學校需要配合的一個就是時間一個叫做學生，那當然也不可能像我們校外會教官講得那麼理想在那邊翹腳看報紙就可以了，這是不可能啦，我們可能也要適時的拜託教官關心一下同學，因為在高中職跟學生最貼近的除了導師外就是教官，每個教官幾乎都跟學生的活動很密切，適時的要幫我們關心一下有哪些狀況。

B8：這個活動在執行的期間是一個很公開的還是一個比較靜肅的密閉的一個方式來進行，妳現在弄了一個實驗組和一般對照組，那對照組的學生是否會覺得

被貼上 Mark。

M2：基本上我們會避免這樣狀況，因為董氏基金會以前做戒菸教育的時候我們常常聽到那個廣播就說那些戒菸的同學快點到某某視聽教室，妳就覺得說那這些學生該去還是不該去，所以我們會利用另外一種方式請學校，以青少年活動或是中國醫藥大學所辦的活動這樣的方式說那可能我們現在的人太多了就分成 2 組，那我也不要告訴你那個是實驗組那個是對照組，不然的話他們會覺得我們像是小白老鼠，所以我們會盡量用這樣的方式不讓學生覺得被貼標籤，然後第 2 個就是不要耽誤到學生的課業，因為可能家長會反彈或是說學生就會反彈了。

B8：事實上我們學校大概都是在禮拜三，禮拜三的週會，那同一個時段若如果很多學校都進行這個活動，妳們是不是有不同的人可以配合。

M2：我們是希望盡量能錯開，如果說沒辦法錯開的話再配合。

M2：各校呈報大家的週會時間，致用是禮拜五下午嗎？

B2：我們是星期五的上午 10 點到 12 點。

M2：10 點到 12 點，那大甲這邊呢？

B1：禮拜三下午的 2 點到 4 點，隔週，社團可能 8 到 10 次而已，不是每周都有。

M2：霧農呢？

B8：我們是禮拜三下午 3 點到 4 點 40。

M2：3 點到 4 點 40，ok，那大明？

B7：大明是禮拜五上午 10 點到 12 點。

M2：真的是，那僑泰？

B6：禮拜三 12 點 50 到 2 點 40。

全體：(鬧哄哄討論)

M2：那東工？

B5：禮拜二的 3 點到 4 點 40。

M2：那這個很好排，那青年呢？

B4：青年是禮拜五下午的 1 點到 3 點。

M2：1 點到 3 點，嘉陽？

B3：禮拜三的 1 點 10 分到 2 點 50。

M2：2 點 50，所以說大概都在 2 節課嘛，那如果說我們剛剛提到說要延長到 2 個小時，就是拖延一點點時間對學校會不會有困難。

B8：就我們學校來講的話就一定會有困難，我們是 7、8 節課社團，那如果學校放學的話就要放人了。

B2：我們是會有民生問題，學生會肚子餓。(環胸點頭)

B8：所以說這 2 節課的話我們可以很準時把學生集合，然後我們準時解散，這樣應該就可以了。(摸著腿)

全體：(點頭)

M2：那我們各個學校的抽菸狀況呢，首先我先跟各位講一下，我們辦試辦學校的會有一個疑問說參加無菸校園是不是我們吸菸率很高被盯到說要做這個，不是啦，其實是有很多教官有心要做這個，但是沒有太多的時間或心力去做，就是說大家都有心要來做就一起來配合，那我們先了解一下各學校的學生抽菸狀況如何，那我們也來了解說之後我們怎麼分組，一樣，我們先從這邊開始輪好了，霧峰農工的教官先說明一下。

B8：我們抽菸的要角都已經畢業了，所以現在大概只剩下 10 幾位了，我曾經發現而現在列管的。

M2：那我建議您現在在新生入學趕快做教育宣導，不然這樣帶下去下面很快就會有下限了。

B8：現在妳來的話分組人數就是蠻少的。

M2：這樣子喔，霧峰 10 幾位，那我們大明呢？

B7：我們原本列管 40 幾位，現在高三畢業後，大概剩 20 位。

M2：喔現在大概 20 位左右，那我們僑泰呢？

B6：我們列管大概有 30~40 位。

M2：30~40 位，現役的對吧。(笑)

B6：(笑)

M2：那東工呢？

B5：我們東工的情況跟大明差不多，大部分都是三年級都已經畢業了，剩下二年級主力軍啦大概有 20 幾位。

B5、B7、B8：(笑)

M2：那東工你們有遇到一個很大的問題齣，他們上次請我去的理由就是說怕那個夜間部的同學吸菸太嚴重亂丟菸蒂，旁邊的東勢林場很擔心。

B5：妳們現在的對象是針對日間部還是夜間部？

M2：都是日間部，我只是覺得說是否夜間部人比較多。

B5：夜間部人比較多。

M2：青年呢？

B4：現在目前人數大概只有 20 幾位，我們本來就是二、三年級剩下來的人數不多，所以今年主力都會在一年級，要是今年招得還不錯。

M2：那嘉陽呢？

B3：人太多了，不及備載，怕你們人手會不夠。(笑)

全體：(笑)

M2：那我們嘉陽可能還要辦一個篩選會了。

B3：你們計畫的最大容量、最大限量是多少。

M2：我們大概要挑 60 個左右。

B2、B3：那我們就給你們 60 個嘛，沒問題。(笑著點頭)

B1、B2、B3：(熱烈討論)

M2：那致用大概也是挑 60 名，大甲？

B1：10 個左右，其他還要培養。

M2：10 個左右喔，所以各位教官你們那個一年級的菸害教育就真的要麻煩你們了。

B2：這樣的話是不是以一、二年級為主，二升三的三年級就放棄，那些老菸槍的那種呢？（笑著點頭）

M2：一般學校不太安排三年級，因為他們可能有要升學或是有要進修的壓力，那個時間真的很難橋，那一、二年級就比較好橋，只要把他們的社團時間抓出來就好了。

B1、B2、B8：沒錯。

全體：熱烈討論。

B8：可是我們把三年級去掉就剩個位數了。

M2：喔，真的嗎，那不行那就是留著留著留著。

全體：熱烈討論抓抽菸學生技巧。

B3：大家都會承認，這是技巧問題啦。（笑）

B1、B2、B3：（笑著同意）

M2：我知道有些同學抽菸，他們真的是很乖或是他們的學校成績表現都很好，可是就是朋友的影響，那有些就真的已經很難去管動他，那我們每個學校的狀況大致是怎麼樣，因為我知道像台中市有很多真的就是，他們真的本質都不壞，全省都是這樣，他們真的不壞只是會抽菸，所以我們鼓勵給他們機會改變或是想要戒菸我們積極提供他們，那有一些真的就是爛了，他就是不想戒，我不知道我們學校大概的狀況是怎樣，60 幾個人應該都不會太差吧？嘉陽的教官要不要說一下。

B3：他們抽菸也不是因為說真的有菸癮，因為學生程度很低，他們沒有其他的成就感或是怎樣的，就是比較屬於中下階層，但不壞，通常都是同儕一個牽一個，通常都沒事幹，你叫他讀書他也不讀書。

B2：抽菸交朋友啦。(比著手勢)

M2：學生不是真的壞，可是就是因為抽菸就被人給貼上標籤，所以這些人應該可以再給他們一些機會。

B4、B5、B6：(細語討論)

M2：其實我自己做過一個調查啦，3個原因，同儕是第三名，然後最多的是叫好奇，可是好奇通常抽了第一口或是第一根就不會抽了，因為它不好抽不好玩，第二個因為無聊吸菸的會繼續抽下去。

B2：還有一個跟教官躲貓貓的都有，刺激阿，閒閒沒事做。

全體：(笑)

B2：我記得有一次我在豐商吧，好像是現在的主任教官那個時候他好像在活動，他就用廣播說某某某那個大樓怎麼在冒煙阿，是不是失火了，結果是學生抽菸。(笑)

M2：對阿，怎麼會發生這樣，在豐商耶，是不是豐商太乾淨了突然有一個煙冒出來很突兀。(笑)

B2：沒那麼誇張啦，他自己把他講得很嚴重的樣子，我們學校廁所真的有這樣子阿，你就看那個廁所突然冒煙還非常多這樣子，以後廁所要裝那個噴水的裝備，這種裝備很好阿，以後可以跟學校建議一下這種撒水的裝備。

B7：(大笑)

B1、B3、B8：(笑著附意)

全體：(熱烈討論著)

M2：那教官有了解過他們家庭的背景嘛，他們的父母對他們的反應怎樣，因為被列管後一定會通報父母嘛，對不對。

B2：父母是無所謂啦，同意，但是他們會告訴他在學校不要抽，有些父母是同意這樣，這相是家長他們本身也抽菸的，他們那個家庭環境就是那個樣子，我們學校那個層級的差異性蠻大的，分普通科、綜合科和職業類科，那普通科

和綜合科就有一個差別，到了職業科差別更大。

M2：我們其他有學校是這樣子的嗎，是朝綜合方向的。

B2：學校大部分都慢慢改制成綜合科了，綜合科裡面就有包括技職。

M2：那對於目前我們政府上面，我們現在有推無菸校園嘛，還有我們教育部也有不斷在推一些菸害防治，像一些春暉專案這些，你們會不會覺得很吃力，就是有很多不斷在配合的活動。(笑)

B2：配合我們用那種宣導方式沒有問題，有些還要花些時間做起來，對我們來說業務上蠻沉重的。(手環胸，認真狀)

M2：對阿，我真的要很佩服你，我前一陣子就跑了幾個高中職，那時大家都在交那個春暉專案的報告，都在比多的，光戒菸就這樣子了，而且你們還有其他業務，那一本一本都這麼厚送上去，光整理那一本就蠻多的，所以我想這個東西怎麼樣就請學校做配合，我們盡量不要打擾到其他的人，如果說我們建立起一套常模的話，之後我們學校就可以自己照著這個模式去做，因為我知道說吸菸學生覺對是學校的問題，因為有些學生都已經快要積到三個大過了，不行了，可是就找不到機會給他消過，都苦無這個解決之道，那如果我們現在有這個東西的話。

B2：可以給行政獎勵。

M2：對，那我們學校也可以來做這樣的一個獎勵，比如說給他們一個消過的機會啦，是不是學校就可以做這樣的一個配合，因為我覺得我們的一些外在獎勵都沒有像消過這麼實在啦，他們在乎的是這個啦，他們也不是在乎說我要多優異畢業，就能畢業就好了。

B2：我是覺得這個活動，因為按早期來講，這種講習這種讓學生去做一個互動較被動，再加上帶頭的人不夠活潑的話場面就會很冷，如果能把他們掌握的很好的話。

M2：可能會動用很多大學生啦，那我想大學生至少在年齡層跟他們比較相近。

B3：別的學校我們不怕啦，致用和嘉陽的學生可能會比較皮，怕你們會管不住。

M2：可是我上次去致用看還好阿。

B2：妳們看到的只是一個點。

B3：如果我們真的找那些很爛的出來的話，他們會想說現在教官既然找我們來上
2 節課，那我就來嘛，就覺得反正無所謂這樣子，他本身已經沒成就感了，
後來會變成妳沒有成就感。

M2：所以我們自己還要成長團體給我們自己建設。

B2：上課時間一下課休息再也不會來，甚至人員根本沒有到齊，會有這種狀況。

M2：在我的經驗這種狀況一定有，可是問題就是說課程看我們怎麼設計，那盡量
是把它設計說活潑一點、有趣一點，就是說妳今天上完這個課有自己的東西
帶走，像我之前辦的戒菸班，我讓他們做芳香蠟燭，芳香蠟燭可以又有東
西可以帶走，他們都會玩得很高興，不要說他們做得好不好，他們真的做得
有的還蠻不錯的，可是他們很有成就感，我想這就是我們給他們另一種不同
方式，所以我想說平常上課他們就是很被動的在下面聽嘛，真的啦，講一講
還要去把他們叫起來，昨天我去那個教官還跟我說，旁邊的學生睡著了妳要
把他捏起來，我就想說糟糕我講話有這麼無聊嗎，事實是他們沒有人睡著，
反而是真正有抽菸的人都躲躲閃閃不敢看上面的那個圖片，我們就是盡量一
次的課程之後是我們每一次課程的檢討，那也希望教官有時間也可以在旁邊
幫我們做一下輔助，甚至說課程結束之後你們可以給我們一些意見，因為學
生你們比較了解。

B8：我想我們這次討論時間很有限，回去我們還要先向我們的主任報告，是不
是在最後介紹一下這個案子的概略推行方式，跟我們說明全案是什麼時候開
始什麼時候結束，那中間的配合過程裡面是由董氏基金會來主導還是怎麼
樣，讓我們回去能夠簡要的跟我們校長報告，活動是誰來主要負責，中間的
配合單位是誰，學校要在怎麼樣的情況下來搭配，我們要了解這些東西回去

做報告。

M2：好，那我在簡要的說一下，我們的主辦單位為台中縣衛生局，承辦為中國醫藥大學公衛系陳教授，協辦是董氏基金會，學校須要配合的部分一個叫做人、一個叫做時間，當然我們希望教官有時間可以幫我們做觀察者，可能我們不要給學生那麼多壓力，所以教官可能沒有很多的介入，那可以給我們一些建議指導這樣子，那這個部分我們就會做到明年的3月。

B2：跨學期可能就不好掌握了，因為它中間卡了一個寒假，時間間隔比較久。

M2：我們在寒假的部分活動我們之前會先跟學生溝通好，這就是看我們的功力了，他們有興趣一定會來，那如果沒興趣我們在看用什麼方式去 push 他們，那這個部分我想我們可以之後慢慢來跟教官我們一步一步在做討論，那希望說我們參加這個活動之後，就是有一個連續性，就說可能沒有辦法讓臨時抽腿，不然這整個計畫就等於說白費了，對我們來講很不負責任，那經費的部分我們這邊應該就是計畫會做支出不會用到學校的部分，當然我們也希望學校給一些行政上像消過的獎勵或是怎麼樣的獎勵來鼓勵同學，畢竟他們也要參加一個學期這麼久的活動，基本上是這個樣子，那各位教官有沒有其他的問題要問？

B3：那學校是否要提供一些管理教具？

M2：嗯，基本上可能器材需要學校提供單槍，需要學校來提供。

B3：可是我們學校自己用都不夠了，恐怕不夠。

M2：如果說有困難的話，我們再來處理，因為我們是希望說學校有的話我們就盡量從學校，這樣我們才不會有舟車勞頓的困難，那場地的部分，我們就是希望有沒有那種視聽教室還是說一個小教室，能夠容納大約 30 個人的。

B1：我覺得這個是各學校差異的地方。

M2：那各學校再做討論。

B1：因為現在我們的行程是 9 月 7 日對不對，那後續你們要怎麼做再主動跟我們

聯繫，妳們都有各學校的行事曆嘛，照理說應該是妳們去調整來配合我們，
現在是各校都沒有這個問題。(認真貌)

B8：我們就是要很明確的知道我們學校是被排在哪一天上課，那我還必須要學校
訓育組來研究。

B1：等學校這些都 ok，沒有問題了我們在來談第二步、第三步嘛。

M2：那請問一下教官，我們要回去報告這樣的事情之外，還有沒有什麼東西的限
制還是困難要報告上去，或是說主任教官或校長會質疑我們的部分是哪個部
分。

B2：原則應該不會，學校都會贊成。

M2：那我們之後對頭的部分還是我們的研究助理，研究生再主動跟各位教官聯繫，
那我們手邊有各位教官的聯絡方式嘛，留下大家資料再連絡，謝謝大家。

附件二

校園成長團體戒菸種籽隊員培訓暨
校園戒菸方案課程實施手冊

目錄

1. 戒菸活動研習課程表.....	124
2. 戒菸介入計劃—實驗組時間表.....	125
3. 戒菸成長團體活動第一次課程(致用中學).....	127
4. 戒菸成長團體活動第一次課程(北勢國中).....	128
5. 戒菸成長團體活動課程(致用中學和北勢國中相同).....	129
6. 傳統組戒菸課程.....	132
7. 團體注意事項.....	134
8. 自我肯定訓練.....	137
9. 團體回饋表.....	139
10. 問卷、回饋表、紀錄紙發放和回收注意事項.....	140
11. 蒐集尿液樣本流程.....	141
12. 實驗組團體戒菸比賽規則.....	142

校園戒菸活動研習課程表

10/28 (星期四)

時間	活動內容	準備用品	備註
17:30~18:00	報到	便當、手冊	
18:00~18:20	活動說明		
18:20~19:00	菸害介紹	筆記型電腦、單槍、點筆	
19:00~19:10	休息		
19:10~19:30	CoCo 有氧戒菸操教學、健康操演練	筆記型電腦	
19:30~20:30	團體體驗、團體說明、講團體流程		
20:30~21:00	分配工作+會後會說明+育樂營說明		

11/4(星期四)

時間	活動內容	準備用品	備註
17:30~18:00	報到	便當	
18:00~18:40	問卷說明		
18:40~19:20	尿液蒐集流程演練、健康操演練	蒐集尿液相關物品、筆記型電腦、單槍	
19:20~19:30	休息		
19:30~21:00	團體體驗、團體手冊內容說明		

戒菸介入計劃—實驗組別時間表

與介入內容概要

預估時間	課程內容	檢測項目&注意事項
11/11(四) 和 11/12(五)	第1次課程主題：了解彼此 自我介紹、彼此互相認識、自己吸菸經驗的 分享、與菸的關係	1. 前測問卷的填答與回收 2. 活動內容的執行 3. 回饋單的發放和回收 4. 紀錄紙的發放
11/18(四) 和 11/19(五)	第2次課程主題：自我探索 性格測驗、了解自己是怎樣的個性、別人眼 中的自己跟自己看自己的差異	1. 教做戒菸健康操 2. 回收紀錄紙+收集尿液 3. 活動內容的執行 4. 回饋單的發放和回收 5. 紀錄紙的發放
12/2(四) 和 12/3(五)	第3次課程主題：個人情緒問題 了解自己的負面情緒、發掘問題、情緒管理 能力訓練	1. 戒菸健康操 2. 回收紀錄紙 3. 活動內容的執行 4. 回饋單的發放和回收 5. 紀錄紙的發放
12/16(四) 和 12/17(五)	第4次課程主題：戒菸劇場--實際演練(上) 遇到壓力時的處理、人際關係技巧、如何幫 助自己成長、了解他們的社交生活(如：何時 會想抽菸)	1. 戒菸健康操 2. 回收紀錄紙+收集尿液 3. 活動內容的執行 4. 回饋單的發放和回收 5. 紀錄紙的發放
12/30(四) 和 12/31(五)	第5次課程主題：戒菸劇場--實際演練(下) 如何說不的技巧、 舉辦攝影比賽—我和菸的關係(紀錄過程)	1. 戒菸健康操 2. 回收紀錄紙 3. 活動內容的執行 4. 回饋單的發放和回收 5. 紀錄紙的發放
1/13(四) 和 1/14(五)	第6次課程主題：成果驗收 自拍影展成果展示 測驗健康操步驟、有獎徵答	1. 戒菸健康操 2. 回收紀錄紙+收集尿液 3. 活動內容的執行(包括小 禮物的設計與實際有獎徵 答的獎品提供) 4. 預告未來活動

		5. 本次回饋單與整體回饋單的發放和回收 6. 紀錄紙的發放
預估時間	課程內容	檢測項目&注意事項
1/22(六) 和 1/23(日)	育樂營：(二天不過夜的活動) 內容：健康檢查(看年齡幾歲、體能幾歲)、大地遊戲、將之前的介入計劃濃縮和加強、體適能	1. 填答後測的問卷與回收 2. 回收紀錄紙+收集尿液 3. 以種籽隊員為主或招募體院學生帶領育樂營活動
約2月初	課程內容：發表「我的感想」 公佈比賽結果與頒獎	1. 公佈比賽結果與頒獎

戒菸成長團體活動課程(致用中學)

第一次活動主題：認識彼此			
活動目的	活動內容	教材及所需物品	備註
1. 團體介紹 2. 彼此互相認識 3. 自己吸菸經驗的分享 4. 與菸的關係	1. 校園戒菸活動始業式(30') 校長致詞、家長出席 2. 在場活動帶領人簡單自我介紹和團體介紹，要和他們共度幾個月的時光 3. 前測問卷的發放和回收 4. 自我介紹活動：每個人向大家介紹自己，介紹內容如：興趣、生活方式、娛樂活動、喜歡的球類、有沒有女朋友等 5. 介紹內容也一定要有 a.) 第一次的吸菸經驗 b) 對自己的吸菸行為有何感受 6. 說明團體規定：不遲到早退、不中途離席、保密原則、團體戒菸比賽方式(比賽規則請參閱第 21 頁)，提醒教的健康操要認真動一動，會和比賽有關 7. 活動回饋+發記錄紙	給家長和老師的計畫說明單 準備含有空白問卷之封袋、筆 錄音機、2 小時的空白錄音帶 2 卷+備用電池 杯水 (??)	A. 始業式在視聽教室進行，結束後： 1. 實驗 3 組同學帶到實習工廠 2 樓 2. 傳統組同學留在視聽教室 B. 1. 前測問卷填收 2. 活動內容的執行 3. 回饋單發放和回收 4. 紀錄紙的發放 C. 3 組實驗組，各組內以約 5 人為一小組，進行比賽

戒菸成長團體活動課程(北勢國中)

第一次活動主題：認識彼此			
活動目的	活動內容	教材及所需物品	備註
1. 團體介紹 2. 彼此互相認識 3. 自己吸菸經驗的分享 4. 與菸的關係	1. 在場活動帶領人簡單自我介紹和團體介紹，要和他們共度幾個月的時光 2. 前測問卷的發放和回收 3. 自我介紹活動：每個人向大家介紹自己，介紹內容如：興趣、生活方式、娛樂活動、喜歡的球類、有沒有女朋友等 4. 介紹內容也一定要有 a). 第一次的吸菸經驗 b) 對自己的吸菸行為有何感受 5. 說明團體規定：不遲到早退、不中途離席、保密原則、團體戒菸比賽方式(比賽規則請參閱第 21 頁)，提醒教的健康操要認真動一動，會和比賽有關 6. 活動回饋+發記錄紙	準備含有空白問卷之封袋、筆 錄音機、2 小時的空白錄音帶 2 卷+備用電池 礦泉水	A. 1. 實驗 3 組同學在領域教室 2. 傳統組同學在視聽教室 B. 1. 前測問卷填收 2. 活動內容的執行 3. 回饋單發放和回收 4. 紀錄紙的發放 C. 3 組實驗組，各組內以約 5 人為一小組，進行比賽

戒菸成長團體活動課程

(以下各次的活動內容兩校皆一致)

第二次活動主題：了解自我			
活動目的	活動內容	教材及所需物品	備註
1. 性格測驗 2. 了解自己是怎樣的個性 3. 別人眼中的自己跟自己看自己的差異	1. 收尿液樣本 2. 暖身：戒菸健康操(10') 3. 活動帶領人回收記錄紙 4. 選一個對象來模仿扮演(30')(模仿對象的習慣動作、常用的語言) 5. 心理測驗 6. 提醒攝影作業—拍攝「我和菸的關係」 7. 活動回饋+發紀錄紙	錄音機、2小時的空白錄音帶 2 卷+備用電池 (名單、離心管、石蠟膜、手套、免洗杯、冰桶、冰寶、膠帶)、礦泉水筆 心理測驗單	

第三次活動主題：情緒探索			
活動目的	活動內容	教材及所需物品	備註
1. 了解自我的正負向情緒 2. 發掘自身問題 3. 情緒管理方式	1. 活動帶領人點名及回收記錄紙(5') 2. 輔員口說之測驗:輔導員口頭陳述問題,由團員在下頭筆記,作答之後,輔導員再說出測驗結果,並分析(30') 3. 發給同學自我測驗:給同學填寫,寫完後請同學收好帶回去,可作為往後情緒管理的參考 4. 活動回饋+發紀錄紙(10')	錄音機、2小時的空白錄音帶 2 卷+備用電池 礦泉水 筆	附情緒相關資料

第四次活動主題：辨識壓力			
活動目的	活動內容	教材及所需物品	備註
1. 了解壓力 2. 找出壓力源及其因應 3. 探討何時會想抽菸	1. 暖身：戒菸健康操(10') 2. 活動帶領人回收記錄紙+收尿液樣本 3. 壓力討論及其因應(什麼時候會有壓力、壓力如何形成、平時用什麼方式紓解壓力) 4. 探討壓力與抽菸的關係(當感受到壓力時如何處理？抽菸？消除壓力取代抽菸的方式) 5. 活動回饋+發紀錄紙	錄音機、2小時的空白錄音帶 2卷+備用電池 (名單、離心管、石蠟膜、手套、免洗杯、冰桶、冰寶、膠帶)、礦泉水 筆	附壓力相關資料

第五次活動主題：技巧演練			
活動目的	活動內容	教材及所需物品	備註
1. 找出問題情境 2. 加強說不的決心 2. 學習自我肯定的技巧--「肯定的拒絕」及「肯定的請求」	1. 暖身：戒菸健康操(10') 2. 活動帶領人回收記錄紙 3. 討論需要拒絕的情境為何，說明拒絕的步驟 4. 實際情境演練(2人一組) 5. 討論請求的情境，說明請求的步驟演練習 2次 6. 活動回饋+發紀錄紙 7. 交代作業：回家練習，並寫下至少 2次的練習過程	錄音機、2小時的空白錄音帶 2卷+備用電池 (名單、離心管、石蠟膜、手套、免洗杯、冰桶、冰寶、膠帶)、礦泉水 筆	

第六次活動主題：成果展示

活動目的	活動內容	教材及所需物品	備註
1. 攝影成果展示 2. 團體回饋	1. 暖身：戒菸健康操(10') 2. 活動帶領人回收記錄紙 3. 收尿液樣本 4. 將攝影作品作成果展示(不評比，只做展示) 5. 「禮物」以字條寫下給每位成員的禮物 6. 預告未來活動(寒假後的聚會、育樂營) 7. 本次活動回饋及整體團體之回饋+發紀錄紙	錄音機、2小時的空白錄音帶 2 卷+備用電池 (名單、離心管、石蠟膜、手套、免洗杯、冰桶、冰寶、膠帶)、礦泉水 空白的小卡片	空白的小卡片：是讓每位成員認為對方需要什麼的禮物，就寫在小卡片當成禮物送給對方，禮物可以是有形或無形的，如：情緒、人格特質

傳統組—戒菸教育課程

第一次課程			
活動目的	活動內容	教材及所需物品	備註
	1. 校園戒菸活動始業式(30') 校長致詞、家長出席 2. 在場活動帶領人簡單自我介紹和團體介紹，要和他們共度幾個月的時光 3. 前測問卷填收 4. 菸害 powerpoint (30') 5. 有獎徵答(10')	給家長和老師的計劃說明單 準備含有空白問卷之封袋、筆 Notebook 準備好題目 5 題 有獎徵答的獎品	

第二次課程			
活動目的	活動內容	教材及所需物品	備註
	1. 蒐集尿液(40') 2. 影片欣賞:無菸草電影(37') 3. 有獎徵答(10')	(名單、離心管、石蠟膜、手套、免洗杯、冰桶、冰寶、膠帶)、礦泉水 準備好題目 5-10 題 有獎徵答的獎品	

第三次課程			
活動目的	活動內容	教材及所需物品	備註
	1. 影片欣賞: 成龍&李宗盛(60') 2. 有獎徵答(10')	準備好題目 5-10 題 有獎徵答的獎品	

第四次課程			
活動目的	活動內容	教材及所需物品	備註
	1. 蒐集尿液 (40') 2. 影片欣賞: 叛離與武裝(30') 3. 有獎徵答(10')	(名單、離心管、石蠟膜、 手套、免洗杯、冰桶、冰 寶、膠帶)、礦泉水 準備好題目 5-10 題 有獎徵答的獎品	

第五次課程			
活動目的	活動內容	教材及所需物品	備註
	1. powerpoint 5-10 張: 吸菸引起的疾病 2. 影片欣賞: 為愛戒菸記+誰在冒菸(50') 3. 有獎徵答(10')	Notebook 準備好題目 5-10 題 有獎徵答的獎品	

第六次課程			
活動目的	活動內容	教材及所需物品	備註
	1. 後測問卷填收(<40') 2. 蒐集尿液(<40') 3. 總結: 心得與建議(10'-15')	(名單、離心管、石蠟膜、 手套、免洗杯、冰桶、冰 寶、膠帶)、礦泉水 準備含有空白問卷之封 袋、筆 回饋表	

團體注意事項

團體課程說明，共分兩次進行

(一) 第一次

一、團體體驗：

1. 活動 20'：，全部人（大學生們共約 30 人）一起進行，可以教室形式代替，團體內容主要為彼此認識，兩人一組討論，內容包含自我介紹（姓名、學校、個性、興趣...）、參加此活動之動機、自己對於之觀感與接觸經驗；討論後以角色互換方式扮演之。
2. 團體回饋 10'：對於活動之感覺及相關疑問。

二、團體目的及成員特質：

1. 團體之意義：(選自「團體輔導工作概論」，黃惠惠著，p2-5)
Shaw 1981，團體是指兩個或兩個以上的人彼此互動並互相影響。故團體的特徵有：成員之間具有互動情形、團體是具有組織的、團體的存在是有目標的，能滿足成員的需求、成員感受到團體-體感、團體會隨著時間而改變。
2. 青少年之發展：(選自「人類發展-兒童心理學」，張慧芝譯，p22-24)
正值青春期的（約 11-20 歲），身體成長與改變、漸至抽象思考但仍存不成熟思維、尋求認同感、同儕關係之正反影響。
3. 吸菸行為的心理因素：(選自「吸菸心理面面觀」，吳武典著，p4-23)

(1) 好奇心

(2) 口腔期性格

(3) 防衛機轉

(4) 社會性模仿

(5) 習慣成自然

(6) 行為的增強

(7) 認知的理論

(8) 藥成癮

三、團體帶領者的心理及行為特質（選自「團體輔導工作概論」，黃惠惠著，p133-136）

1. 對人關懷、有興趣
2. 社會性高
3. 自我覺察能力
4. 敏銳的觀察力
5. 個人的力量：指自信與勇氣
6. 真誠的態度
7. 彈性
8. 溝通、協調能力

四、初為團體帶領者的特殊課題（選自「團體輔導工作概論」，黃惠惠著，p147）

1. 剛開始的焦慮
2. 自我表露的問題：太少或太多
3. 情感轉移或情感反轉移

五、成員有效參與團體之技巧（選自「團體輔導工作概論」，黃惠惠著，p212-217）

1. 專注與反應
2. 真誠
3. 尊重
4. 具體
5. 自我表露
6. 面質

六、倫理規範（選自「團體輔導工作概論」，黃惠惠著，p161-165）

1. 覺知自己的權力
2. 對團體包裝的真實性
3. 參加團體的自願性
4. 隱私與保密
5. 領導者的能力
6. 避免傷害

七、團體進行之相關問題

1. 團體帶領者：四位或三位大學生成一組，團體帶領者一名、協同帶領者一名，此二者輪流帶團體；觀察員兩名，需紀錄並收集尿液。
2. 位置：圍成圓形，或坐在地上或坐在椅子上。團體帶領者及協同團體帶領者共同進入團體中，最好一男一女，選擇面對面的座位。觀察員並不坐在團體中，不參與團體活動。

3. 關係：協同帶領者必須是能共同相容的兩個人，會運用彼此的能力，並且不會在團體中爭權奪勢，兩人互相協助，回饋時兩人皆可分別表示意見。兩人須虛心接受第三者之觀察與建議，而四/三人間要彼此尊重。
4. 準備工具：跳戒菸健康操 10'之錄音機與 CD、準備評量表、筆...等。
5. 團體帶領人之角色分配如下：
 - ※ 「會前會」：團體進行前 10 分鐘，四/三人共同進行「會前會」，上次團體紀錄者將上次「會後會」及「檢討會」之紀錄結果及注意事項提出，作為本次團體進行的提醒。分配本次職務及工作，準備本次活動所需材料，團體帶領者將當次之團體流程簡述一次並提出需要協助及注意的事項。
 - ※ 「團體進行」：團體帶領者為主，協同團體帶領者為輔，兩人皆可發言，而觀察者則觀察與紀錄即可，觀察活動中之狀況並紀錄，含成員及兩位團體帶領者。
 - ※ 「會後會」：觀察者提出本次團體進行之狀況，四/三人共同討論一下今日活動帶領的狀況、成員的表現、及提醒下次需要注意的現象，並分配下次團體工作。若有檢討人員所組成之「檢討會議」，亦將和自己團體有關的提問及解答紀錄下來。

(二) 第二次

一、團體體驗：

將所有人 (30 人) 均分為兩組，分內外圈 AB 組，先 A 組進行團體體驗，同上週第一次之團體進行方式，約三十分鐘；隨後內外圈交換，B 組進行團體體驗，也是三十分鐘。

二、戒菸成長團體活動課程說明：參考手冊內容。

- 第 1 次課程主題：認識彼此
- 第 2 次課程主題：了解自我
- 第 3 次課程主題：情緒探索
- 第 4 次課程主題：辨識壓力
- 第 5 次課程主題：技巧演練
- 第 6 次課程主題：成果展示

四、團體回饋表之說明及使用：參考手冊內容。

五、團體進行相關問題及後續諮詢方式。

*、參考文獻

1. Remocker, A. J. & Sherwood, E. T. (1999) Action Speaks Louder: A Handbook of Structured Group Techniques-6th Ed. Churchill Livingstone.

2. 吳武典，吸菸心理面面觀，pp. 4-23。選自「尊重你我生命，拒菸反毒防愛滋」，董氏基金會十週年專書（1994）。台北市：董氏基金會。
3. 洪志美、黃志康（1992）。自我肯定訓練。台北市：桂冠出版。
4. 張慧芝譯（2001）。人類發展—兒童心理學。台北市：桂冠出版。
5. 黃惠惠（1993）。團體輔導工作概論。台北市：張老師出版社。
6. 齊藤勇（1998）。一分鐘心理之旅1。台北市：國際村出版社。

自我肯定訓練—肯定的拒絕、肯定的請求

理念

- 在人際關係中，你有權利自我肯定，不論是提出請求、表達正向或負向的情感，還有拒絕的權利。
- 你有權利選擇自我肯定的反應，而不必以被動、消極反抗或攻擊的方式反應。
- 自我肯定反應必須是你行為和認知能力中的一部份。

肯定的拒絕

- 肯定的拒絕技巧，就是如何肯定的說「不」。
- 肯定的拒絕，是指當你想拒絕時，可以說「不」，而不會覺得不舒服。

步驟

- 清楚的說「不」。
- 提供解決問題的建議，如同事向你借錢，你可以說「我不能借你，或許你可以向老張或老王借。」
- 「理由」而非「找藉口」，以免落入給對方向你施壓力的困境。

情境練習

- 「對不起，我可以藉你的車用一天嗎？」
- 「就這樣說定了，我晚上去你家！」
- 「我真高興找到你，我急需一千元，你可以借我嗎？」
- 「等一下我們要去喝一杯，你來不來？你一定會玩得很愉快的。」
- 「來吧！抽一根吧！」

肯定的請求

- 肯定的請求技巧，就是向別人要求你所需要的或是本來就屬於你的東西。
- 清楚的說出請求，心中覺得舒服，又不至侵犯別人的權利。
- 雖然你有請求，但也必須承認別人也有拒絕的權利。

步驟

- 肯定的請求是詢問，而非敘述或命令。
- 請求別人給予行為的回應。
- 請求別人給予口頭的回應。

情境練習

- 借錢。
- 請求別人作某事（幫你帶東西..）。
- 要求別人的口語反應，如『我今晚不想出去，為什麼你還不停的問呢？』
- 請求別人嚼口香糖時不要太大聲。
- 請求別人停止抽菸。

第1次團體 (93/11/5) 課程主題：認識自我

北勢國中/致用中學_____組

團體滿意度評量表

	極不符合←										→極符合									
1. 我能在這次團體中向別人表達我的看法	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
2. 我喜歡這次團體活動	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
3. 我覺得在這次團體活動中學會了更去關懷別人	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
4. 我對自己越來越了解了	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
5. 參加團體使我對自己越來越有信心	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
6. 在這次團體中我樂意和其他人分享我的經驗	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
7. 我覺得這次的團體經驗很有意義	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
8. 我覺得這次聚會大家互相信任而且坦誠	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
9. 我喜歡領導者的帶領方式	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
10. 我認為下一次可以改進的是																				

本次團體之心得

-撕下-

姓名：_____之抽菸紀錄

北勢國中/致用中學_____組

- 11/5 (五)，--我抽了()支菸
11/6 (六)，--我抽了()支菸
11/7 (日)，--我抽了()支菸
11/8 (一)，--我抽了()支菸
11/9 (二)，--我抽了()支菸
11/10 (三)，--我抽了()支菸
11/11 (四)，--我抽了()支菸

我有話要說：

< (問卷) + 回饋單 + 紀錄紙 > 發放和回收注意事項

1. 依牛皮封套上之編號和姓名依序發放牛皮封套給同學。
2. 在第一次的課程（傳統組&實驗組）和最後一次的課程（傳統組）或者育樂營（實驗組）：回收問卷時，請核對問卷右上角的編號與牛皮封套上的編號符合無誤。
3. 在第一次課程結束時，應 check 每位同學交回的牛皮紙封套內有已填好的問卷及回饋單，並核對問卷、回饋單上的編號和牛皮紙袋上之編號符合無誤。
4. 在第二次課程及之後的每次課程，應 check 每位同學交回的牛皮紙封套內有（回饋單和紀錄紙），並核對其編號與姓名符合無誤。

蒐集尿液樣本流程

1. 將同學名單編號。
2. 在管座上編號，並貼上日期。
3. 事先依據名單將同學的名字和編號寫在標籤上，並將標籤貼在免洗杯和離心管上，再用膠帶貼在標籤上固定標籤。
4. 核對每組同學的名字和號碼，正確無誤後依序發給每位同學一個屬於他的號碼及姓名的免洗杯，爾後請其至廁所蒐集尿液。
5. 負責蒐集尿液的種籽隊員戴手套用滴管將尿液從免洗杯滴到離心管內，再蓋上蓋子(每個尿液樣本用一個滴管，用完即丟棄，避免重複使用造成樣本受污染)。

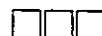
【注意】：請在同學如廁後，帶回裝有尿液的杯子時，注意是不是先前印象中該位同學的杯子，再將尿液滴到離心管前，注意離心管的號碼和名字與杯子上是否相同

6. 負責蒐集尿液的種籽隊員將離心管蓋子跟管口處用石蠟膜封緊。
7. 將離心管放回管座。
8. 再將整個管座放入冰桶保存。

【註】 1~3 項在出發到學校前已由研究助理陳沿瑜等先行作業完成

實驗組團體戒菸比賽規則

1. 將實驗組內同學分為兩小組，兩小組內人數一致(由同學自行分組)。
2. 引言：問問同學零用錢多少？五千元多不多，我們進行這比賽獲勝的組別可以獲得五千元的獎金。(原則上一人一千元)
3. 說明規則：這段期間小組內的同學互相監督、鼓勵，到課程活動結束時，戒菸成效較好的組別可以獲得獎金鼓勵。
4. 評分方式：由各組內所有同學尿液中尼古丁含量減少的平均值來評比，尼古丁含量減少幅度最大的小組為獲勝的組別。
5. 希望同學最後都能擁有健康和獎金，人財兩得。



台中縣青少年的 健康行為調查

前測問卷

各位同學大家好：

政府相關單位對於青少年吸菸之健康問題感到憂心，擬定相關的防治工作。由於吸菸不僅是有害個人健康的重要因素，也對社區環境產生影響，所以我們想進一步從各位的生活經驗中瞭解青少年的吸菸行為問題。敬請各位安心填答，本問卷採取匿名的方式，亦即不記姓名的方式，且所有結果將會變成統計代號與數字提供政府相關單位參考。打擾之處，敬請原諒！

謝 謝 合 作 ！

中國醫藥大學公共衛生系
台中縣衛生局 啟

民國九十三年十一月四日

壹. 個人基本資料

1. 生日：民國_____年_____月_____日
2. 班級：_____年_____班
3. 你有無兄弟姊妹？ (1)有 (回答有者請回答 4-1 及 4-2 題) (2)無(請至第 5 題回答)
 - 4-1. 兄弟有幾位：_____ (位)；姊妹有幾位：_____ (位)。
 - 4-2. 目前有無和兄弟姊妹住在一起？ (1)有 (2)無
4. 以目前在學校或曾經在學校的學期考試為例，你在班上的成績大部份是維持在下列哪個區間？

<input type="checkbox"/> (1)班上前 10 名	<input type="checkbox"/> (2)班上第 11 名至第 20 名間
<input type="checkbox"/> (3)班上第 21 名至第 30 名間	<input type="checkbox"/> (4)班上第 31 名至第 40 名間
<input type="checkbox"/> (5)班上第 41 名至第 50 名間	<input type="checkbox"/> (6)其他:_____ (請說明)
5. 請問你親生的爸媽是否兩人都有和你住在一起？

<input type="checkbox"/> (1)是 (答“是”者請跳答至第 6 題)
<input type="checkbox"/> (2)否 (答“否”者請續答第 5-1 題)

5-1. 目前你的親生爸媽兩人，其中有人沒有和你住一起，那你現在是和誰住一起呢？

- | |
|---|
| <input type="checkbox"/> (1)和親生的媽媽住一起 |
| <input type="checkbox"/> (2)和親生的爸爸住一起 |
| <input type="checkbox"/> (3)和親生的媽媽，並與繼父 (或媽媽的男朋友) 住一起 |
| <input type="checkbox"/> (4)和親生的爸爸，並與繼母 (或爸爸的女朋友) 住一起 |
| <input type="checkbox"/> (5)親生爸媽兩人都和你住一起，你是和祖父母(或外祖父母)住一起 |
| <input type="checkbox"/> (6)和親生的媽媽，並與祖父母(或外祖父母)住一起 |
| <input type="checkbox"/> (7)和親生的爸爸，並與祖父母(或外祖父母)住一起 |
| <input type="checkbox"/> (8)和親生的媽媽，繼父 (或媽媽的男朋友) 及祖父母(或外祖父母)住一起 |
| <input type="checkbox"/> (9)和親生的爸爸，繼母 (或爸爸的女朋友) 及祖父母(或外祖父母)住一起 |
| <input type="checkbox"/> (10)其他_____ (請填入目前和你住的人，你是如何稱呼他們；亦即稱謂) |

6. 以下五個題目是請問你:對目前與你住在同一處所/同一屋簷下的家人之整體感覺

	一點也 不覺得	很少覺 得如此	偶爾覺 得如此	蠻常覺 得如此	一直覺 得如此
	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
1. 你的家人關心你.....
2. 你的家人了解你.....
3. 你和家人常一起玩樂，共渡快樂時光.....
4. 你的家人會注意你的需要.....
5. 你的家人會保護你、愛護你.....

7. 以下框內的題目是請問你，關於你親生的媽媽的工作狀況，收入與教育程度？

7-1. 請問你親生的媽媽現在有無工作？

- (1) 不知道，為何不知道： ① 媽媽已去世 ② 爸媽已離婚或分居
 ③ 媽媽因工作的關係沒和你住一起 ④ 其他原因：_____

(2) 有工作：

- ① 工作穩定：請問她是否是自己做老闆(如開餐廳/開店/開事務所/開業或開公司等)？
 △ 是，請問是什麼店/所/公司(請說明)：_____？
 △ 否，工作內容為何(請說明)：_____；工作職稱為何(請說明)：_____
- ② 工作不穩定： (1) 打零工或臨時性的工作 (2) 在家裡做工廠的加工或手工
 (3) 其他：_____ (請說明為何種工作?)

- (3) 完全沒工作：原因-- ① 因她是家庭主婦 ② 她正在等工作機會 ③ 她已經退休了

7-2. 請問你親生的媽媽每月的收入大約多少錢？

- (1) 1 萬 5 千以下 (2) 1 萬 5 千~3 萬以下 (3) 3 萬 ~4 萬 5 千以下
 (4) 4 萬 5 千~6 萬以下 (5) 6 萬~7 萬 5 千以下 (6) 7 萬 5 千 ~9 萬以下
 (7) 9 萬元或以上 (8) 其他，請說明：_____

7-3. 請問你親生媽媽的教育程度？

- (1) 不知道，為何不知道： ① 媽媽已去世 ② 爸媽已離婚或分居
 ③ 媽媽因工作的關係沒和你住一起 ④ 其他原因：_____
- (2) 不識字
- (3) 國小或識字 (4) 國中 (5) 高中(職) (6) 專科或大學 (7) 大學以上或研究所

8. 以下框內的題目是請問你，關於你親生的爸爸的工作狀況，收入與教育程度？

8-1. 請問你親生的爸爸現在有無工作？

- (1) 不知道，為何不知道： ① 爸爸已去世 ② 爸媽已離婚或分居
 ③ 爸爸因工作的關係沒和你住一起 ④ 其他原因：_____

(2) 有工作：

- ① 工作穩定：請問他是否是自己做老闆(如開餐廳/開店/開事務所/開業或開公司等)？
 △ 是，請問是什麼店/所/公司(請說明)：_____？
 △ 否，工作內容為何(請說明)：_____；工作職稱為何(請說明)：_____
- ② 工作不穩定： (1) 打零工或臨時性的工作 (2) 在家裡做工廠的加工或手工
 (3) 其他：_____ (請說明為何種工作?)

- (3) 完全沒工作：原因-- ① 因爸爸正在等工作機會 ② 爸爸已經退休了

8-2. 請問你親生的爸爸每月的收入大約多少錢？

- (1) 1 萬 5 千以下 (2) 1 萬 5 千~3 萬以下 (3) 3 萬 ~4 萬 5 千以下
 (4) 4 萬 5 千~6 萬以下 (5) 6 萬~7 萬 5 千以下 (6) 7 萬 5 千 ~9 萬以下
 (7) 9 萬元或以上 (8) 其他，請說明：_____

8-3. 請問你親生爸爸的教育程度？

- (1) 不知道，為何不知道： ① 爸爸已去世 ② 爸媽已離婚或分居
 ③ 爸爸因工作的關係沒和你住一起 ④ 其他原因：_____
- (2) 不識字
- (3) 國小或識字 (4) 國中 (5) 高中(職) (6) 專科或大學 (7) 大學以上或研究所

9. 以下的題目是請問你，關於你的繼母或爸爸的女朋友的工作狀況，收入與教育程度？

【註：沒有繼母，爸爸沒有女朋友，或是目前親生爸媽兩人與你住一起者，以下3題不用回答】

9-1. 請問你的繼母或爸爸的女朋友現在是否有工作？

(1) 不知道，為何不知道：_____

(2) 有工作：

① 工作穩定：請問她是否是自己做老闆(如開餐廳/開店/開事務所/開業或開公司等)？

△ 是，請問是什麼店/所/公司(請說明)：_____？

△ 否，工作內容為何(請說明)：_____；工作職稱為何(請說明)：_____

② 工作不穩定： (1) 打零工或臨時性的工作 (2) 在家裡做工廠的加工或手工

(3) 其他：_____ (請說明為何種工作?)

(3) 完全沒工作：原因-- ① 因她是家庭主婦 ② 她正在等工作機會 ③ 她已經退休了

9-2. 請問你的繼母或爸爸的女朋友每月的收入大約多少錢？

(1) 1萬5千以下 (2) 1萬5千~3萬以下 (3) 3萬~4萬5千以下

(4) 4萬5千~6萬以下 (5) 6萬~7萬5千以下 (6) 7萬5千~9萬以下

(7) 9萬元或以上 (8) 其他，請說明：_____

9-3. 請問你的繼母或爸爸的女朋友的教育程度？

(1) 不知道，為何不知道：_____

(2) 不識字

(3) 國小或識字 (4) 國中 (5) 高中(職) (6) 專科或大學 (7) 大學以上或研究所

10. 以下的題目是請問你，關於你的繼父或媽媽的男朋友的工作狀況，收入與教育程度？

【註：沒有繼父，媽媽沒有男朋友，或是目前親生爸媽兩人與你住一起者，以下3題不用回答】

10-1. 請問你的繼父或媽媽的男朋友現在是否有工作？

(1) 不知道，為何不知道：_____

(2) 有工作：

① 工作穩定：請問他是否是自己做老闆(如開餐廳/開店/開事務所/開業或開公司等)？

△ 是，請問是什麼店/所/公司(請說明)：_____？

△ 否，工作內容為何(請說明)：_____；工作職稱為何(請說明)：_____

② 工作不穩定： (1) 打零工或臨時性的工作 (2) 在家裡做工廠的加工或手工

(3) 其他：_____ (請說明為何種工作?)

(3) 完全沒工作：原因-- ① 他正在等工作機會 ② 他已經退休了

10-2. 請問你的繼父或媽媽的男朋友每月的收入大約多少錢？

(1) 1萬5千以下 (2) 1萬5千~3萬以下 (3) 3萬~4萬5千以下

(4) 4萬5千~6萬以下 (5) 6萬~7萬5千以下 (6) 7萬5千~9萬以下

(7) 9萬元或以上 (8) 其他，請說明：_____

10-3. 請問你的繼父或媽媽的男朋友的教育程度？

(1) 不知道，為何不知道：_____

(2) 不識字

(3) 國小或識字 (4) 國中 (5) 高中(職) (6) 專科或大學 (7) 大學以上或研究所

貳. 與家人的相處情形: A). 以下框內的題目是請問你: 覺得自己與親生媽媽之間的關係如何:

	完全不 ⁽¹⁾ 會如此	很少 ⁽²⁾ 如此	偶爾 ⁽³⁾ 如此	蠻常 ⁽⁴⁾ 如此	總是 ⁽⁵⁾ 如此
1. 她會要求你週末晚上要待在家裡?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 她會限制你出去遊玩的時間長短?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 她會放心讓你自己決定要和哪些人做朋友?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 她會替你決定你應該要穿什麼款式或顏色的衣服?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 她會限定或干涉你看電視的時間長短?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 她會限定或干涉你看電視的節目種類?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 她會限制你到一些場所遊玩如網咖、撞球場、電玩店等?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 在你平常上學的日子, 她會限定你晚上應該上床的時間?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 她會限制或干涉你想吃的東西?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 她會和你一起去逛街購物或外出郊遊踏青?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 她會和你一起去看電影、參觀博物館、聽音樂會、看球賽等?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 她會和你一起做運動如打球、慢跑、體操、游泳或跳舞等?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 她會陪你或幫忙你一起完成學校老師指定的家庭作業?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 她會主動詢問你或找你談談一些你個人的心理困擾?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 會因為你的一些行為, 你們之間會產生激烈的爭吵?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. 你會和她談一些關於你在學校的功課或你的成績表現的事?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. 你會和她談一些除了課業成績以外, 你在學校所發生的事?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

B). 以下框內的題目是請問你: 覺得自己與親生爸爸之間的關係如何:

	完全不 ⁽¹⁾ 會如此	很少 ⁽²⁾ 如此	偶爾 ⁽³⁾ 如此	蠻常 ⁽⁴⁾ 如此	總是 ⁽⁵⁾ 如此
1. 他會要求你週末晚上要待在家裡?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 他會限制你出去遊玩的時間長短?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 他會放心讓你自己決定要和哪些人做朋友?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 他會替你決定你應該要穿什麼款式或顏色的衣服?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 他會限定或干涉你看電視的時間長短?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 他會限定或干涉你看電視的節目種類?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 他會限制你到一些場所遊玩如網咖、撞球場、電玩店等?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 在你平常上學的日子, 他會限定你晚上應該上床的時間?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 他會限制或干涉你想吃的東西?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 他會和你一起去逛街購物或外出郊遊踏青?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 他會和你一起去看電影、參觀博物館、聽音樂會、看球賽等?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 他會和你一起做運動如打球、慢跑、體操、游泳或跳舞等?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 他會陪你或幫忙你一起完成學校老師指定的家庭作業?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 他會主動詢問你或找你談談一些你個人的心理困擾?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 會因為你的一些行為, 你們之間會產生激烈的爭吵?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. 你會和他談一些關於你在學校的功課或你的成績表現的事?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. 你會和他談一些除了課業成績以外, 你在學校所發生的事?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

C). 以下框內的題目是請問你：覺得自己與繼母或爸爸的女朋友之間的關係如何：

【註：如果你目前是和繼母或爸爸的女朋友住一起者請回答以下題目，若不是如此者則不用回答】

	完全不 ⁽¹⁾ 會如此	很少 ⁽²⁾ 如此	偶爾 ⁽³⁾ 如此	蠻常 ⁽⁴⁾ 如此	總是 ⁽⁵⁾ 如此
1. 她會要求你週末晚上要待在家裡?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 她會限制你出去遊玩的時間長短?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 她會放心讓你自已決定要和哪些人做朋友?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 她會替你決定你應該要穿什麼款式或顏色的衣服?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 她會限定或干涉你看電視的時間長短?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 她會限定或干涉你看電視的節目種類?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 她會限制你到一些場所遊玩如網咖、撞球場、電玩店等?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 在你平常上學的日子，她會限定你晚上應該上床的時間?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 她會限制或干涉你想吃的東西?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 她會和你一起去逛街購物或外出郊遊踏青?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 她會和你一起去看電影、參觀博物館、聽音樂會、看球賽等?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 她會和你一起做運動如打球、慢跑、體操、游泳或跳舞等?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 她會陪你或幫忙你一起完成學校老師指定的家庭作業?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 她會主動詢問你或找你談談一些你個人的心理困擾?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 會因為你的一些行為，你們之間會產生激烈的爭吵?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. 你會和她談一些關於你在學校的功課或你的成績表現的事?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. 你會和她談一些除了課業成績以外，你在學校所發生的事?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

D). 以下框內的題目是請問你：覺得自己與繼父或媽媽的男朋友之間的關係如何：

【註：如果你目前是和繼父或媽媽的男朋友住一起者請回答以下題目，若不是如此者則不用回答】

	完全不 ⁽¹⁾ 會如此	很少 ⁽²⁾ 如此	偶爾 ⁽³⁾ 如此	蠻常 ⁽⁴⁾ 如此	總是 ⁽⁵⁾ 如此
--	---------------------------	-------------------------	-------------------------	-------------------------	-------------------------

1. 他會要求你週末晚上要待在家裡?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 他會限制你出去遊玩的時間長短?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 他會放心讓你自己決定要和哪些人做朋友?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 他會替你決定你應該要穿什麼款式或顏色的衣服?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 他會限定或干涉你看電視的時間長短?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 他會限定或干涉你看電視的節目種類?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 他會限制你到一些場所遊玩如網咖、撞球場、電玩店等?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 在你平常上學的日子，他會限定你晚上應該上床的時間?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 他會限制或干涉你想吃的東西?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 他會和你一起去逛街購物或外出郊遊踏青?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 他會和你一起去看電影、參觀博物館、聽音樂會、看球賽等?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 他會和你一起做運動如打球、慢跑、體操、游泳或跳舞等?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 他會陪你或幫忙你一起完成學校老師指定的家庭作業?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 他會主動詢問你或找你談談一些你個人的心理困擾?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 會因為你的一些行為，你們之間會產生激烈的爭吵?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. 你會和他談一些關於你在學校的功課或你的成績表現的事?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. 你會和他談一些除了課業成績以外，你在學校所發生的事?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

E). 以下框內的題目是請問你：覺得自己與像爸媽一樣照顧你的家人間的關係如何：

【註：只要以下其中一位目前有與你住一起者，請不用回答以下的題目；此4位為：親生爸爸、親生媽媽、繼父(或媽媽的男朋友)、繼母(或爸爸的女朋友)】

	完全不 ⁽¹⁾ 會如此	很少 ⁽²⁾ 如此	偶爾 ⁽³⁾ 如此	蠻常 ⁽⁴⁾ 如此	總是 ⁽⁵⁾ 如此
1. 他(或他們)會要求你週末晚上要待在家裡?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 他(或他們)會限制你出去遊玩的時間長短?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 他(或他們)會放心讓你自己決定要和哪些人做朋友?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 他(或他們)會替你決定你應該要穿什麼款式或顏色的衣服?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 他(或他們)會限定或干涉你看電視的時間長短?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 他(或他們)會限定或干涉你看電視的節目種類?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 他(或他們)會限制你到一些場所遊玩如網咖、撞球場、電玩店等?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 在你平常上學的日子，他(或他們)會限定你晚上應該上床的時間?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 他(或他們)會限制或干涉你想吃的東西?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 他(或他們)會和你一起去逛街購物或外出郊遊踏青?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 他(或他們)會和你一起去看電影、參觀博物館、聽音樂會、看球賽等.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 他(或他們)會和你一起做運動如打球、慢跑、體操、游泳或跳舞等?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 他(或他們)會陪你或幫忙你一起完成學校老師指定的家庭作業?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 他(或他們)會主動詢問你或找你談談一些你個人的心理困擾?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 會因為你的一些行為，你們之間會產生激烈的爭吵.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. 你會和他(或他們)談一些關於你在學校的功課或你的成績表現的事?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. 你會和他(或他們)談一些除了課業成績以外，你在學校所發生的事?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

參. 自我認識程度：

【說明】以下的問題是問你對自己的感覺，請就下列的各項問題中，回答你是否“一點也不覺得”、“很少覺得如此”、“偶爾覺得如此”、“蠻常覺得如此”或“一直覺的如此”等5種感覺中，找出屬於你自己的感覺的欄位，並在直線上打勾號(如：√)。

	一點也 不覺得 (1)	很少覺 得如此 (2)	偶爾覺 得如此 (3)	蠻常覺 得如此 (4)	一直覺 的如此 (5)
1. 我能做大部分的人能做的事.....					
3. 我對自己總是採取正向的肯定、鼓勵、 安慰或積極的態度.....					
5. 我覺得我是一個具有某些優點的人.....					
6. 我覺得我是一個有價值的人.....					
7. 整體而言，我對自己是滿意的.....					

肆. 性格特質：

【說明】下面題目列舉的情形，請針對你對自己的瞭解從“很少如此”“偶爾如此”“常常如此”到“一向如此”等四種由少到多的狀況中找出最符合你目前的情形，並在其所屬欄位的直線上打勾號(如：√)。

	很少 如此 (1)	偶爾 如此 (2)	常常 如此 (3)	一向 如此 (4)

1. 我小心的計劃要做的事.....
2. 我做事情前不會多想想.....
3. 我會快速的對事情做出決定.....
4. 我覺得自己對任何事都不會在乎，也不會去煩惱.....
5. 我不專注，如上課不專心或做其他事也不會專注.....
6. 我會同時快速的想著一些不同的事情.....
7. 我可以控制好自己的行為或情緒.....
8. 我可以輕易的集中自己的注意力.....
9. 我和別人玩遊戲或上課時，會感到不自在或不安.....
10. 我會為自己將來的前途著想（如能獲得穩定的工作等）.....
11. 我說話之前不會多想想.....
12. 我會改變正在做的事如換補習學科或才藝項目或工作等.....
13. 我按照直覺行動，亦即心動就會馬上去行動.....
14. 當解決了心中的問題或想法後，我容易感到無聊.....
15. 我高興想做什麼就會去做什麼.....
16. 我的想法穩定，不容易改變.....
17. 我會改變房間的擺設.....
18. 我高興想買的東西，就會毫不猶豫的去買了.....
19. 我一次只能想一個問題.....
20. 我會改變興趣（如：嗜好或喜歡的事物等）.....
21. 我花掉的錢比家人給我的多.....
22. 想事情或想功課時，我會出現其他無關的思想.....
23. 我較不在乎未來，對目前或現在的事比較有興趣.....
24. 我在上課或和他人說話時會焦躁不安.....

伍-1. 個人生活健康情形(一):

【說明】 以下的句子描述生活感覺或行為表現,請依《過去一個星期》的情形,將最符合你的情形之數字用"圓圈"將其圈起來(如第1題為每週1-2天的情形則請圈選1如:①)。

極少	有時	常常	經常
每週1 天以下	每週 1-2天	每週 3-4天	每週5 天以上

1. 原來不介意的事, 最近竟然會困擾我.....	0	1	2	3
2. 我胃口不好, 吃不下東西.....	0	1	2	3
3. 即使有親友幫忙, 我還是無法拋開煩惱.....	0	1	2	3
4. 我覺得我和別人一樣好.....	0	1	2	3
5. 我做事時無法集中精神.....	0	1	2	3
6. 我覺得悶悶不樂.....	0	1	2	3
7. 我做任何事都覺得費力.....	0	1	2	3
8. 我對未來充滿希望.....	0	1	2	3
9. 我認為我的人生是失敗的.....	0	1	2	3
10. 我覺得恐懼.....	0	1	2	3
11. 我睡得不安寧.....	0	1	2	3
12. 我是快樂的.....	0	1	2	3
13. 我比平日不愛講話.....	0	1	2	3
14. 我覺得寂寞.....	0	1	2	3
15. 人們是不友善的.....	0	1	2	3
16. 我享受了生活中的樂趣.....	0	1	2	3
17. 我曾經痛哭.....	0	1	2	3
18. 我覺得悲傷.....	0	1	2	3
19. 我覺得別人不喜歡我.....	0	1	2	3
20. 我缺乏幹勁.....	0	1	2	3

伍-2、個人生活健康情形(二):

【說明】下框內的 10 題是請問你最近 6 個月來的情形, 請由“完全不會如此”、“很少如此”、“偶爾如此”、“蠻常如此”及“總是如此” 5 種情形的 內, 勾選出適合你的情形(如:)

你最近 6 個月以來是否有下列的情形:

完全不 ⁽¹⁾	很少 ⁽²⁾	偶爾 ⁽³⁾	蠻常 ⁽⁴⁾	總是 ⁽⁵⁾
會如此	如此	如此	如此	如此

1. 發脾氣.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 與大人起爭執.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 反抗或拒絕聽從成年人的要求或規範.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 故意激惹他人.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 因自己的過失或不當舉止而責怪他人.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 暴躁易怒或易受激惹.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 充滿憤怒與憎恨.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 懷恨或記仇.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

陸. 行為方面:

【說明】請回憶過去一年內的經驗，在適當框內打勾號✓，若是有過經驗者，不論你是“很少”、“偶爾”或“經常”發生，請你並且回答目前是否已養成習慣。

說明: 以下是詢問你過去 12 個月內有關吸菸、喝酒、嚼檳榔或使用過其他物質的經驗。 在 4 個選項: “沒有經驗”、“很少”、“偶爾”、“經常” 中勾出屬於你的狀況。	沒有經驗 (0 次)	(有經驗者, 請續填隔壁欄的問題)			目前是否已養成了一種習慣	
		很少	偶爾	經常	否(0)	是(1)
1. 你是否有過喝酒的經驗						
2. 你是否有過嚼檳榔的經驗						
3. 你是否有過吃搖頭丸的經驗						
4. 你是否有過吸安非他命的經驗						
5. 你是否有過吸食強力膠的經驗						
6. 你是否有過吃安眠藥或鎮靜劑的經驗						

柒-1. 吸菸有關的題目(一):

1. 請問你第一次吸菸的年齡約: _____(歲)

2. 請從以下七種狀態中, 勾出 1 個最符合你目前的狀況(務必單選)?

- (1) 有想過不再吸菸，但並未下定決心不再吸菸
- (2) 有想過不再吸菸，且已下定決心不再吸菸，但尚未有任何戒菸的計畫
- (3) 有想過不再吸菸，且已下定決心不再吸菸，雖還沒採取行動但已擬好了自己的戒菸計畫。
- (4) 有想過不再吸菸，且已下定決心不再吸菸，並已採取一些戒菸的行動，但因某些原因使得戒菸失敗，使戒菸行動難以維持。
- (5) 有想過不再吸菸，且已下定決心不再吸菸，並已採取一些戒菸的行動，且這些戒菸的行動正在維持當中。
- (6) 雖想過不再吸菸，但已決定不去改變自己的吸菸行為
- (7) 壓根都沒想過不再吸菸這件事

柒-2. 吸菸有關的題目(二):

1. 與你住一起的家人當中，是否有人有吸菸的習慣呢?

- (1) 沒有人 (回答“沒有人”者請至第 2 題填答) (2) 有人 (回答“有人”者請續答下框內題目)

1-1 若家中有人有吸菸的習慣，他(或他們)是你的誰(可複選)?

- (1) 親生爸爸(或類似爸爸的人: 如與你住一起的繼父或媽媽的男朋友)
- (2) 親生媽媽(或類似媽媽的人: 如與你住一起的繼母或爸爸的女朋友)
- (3) 兄弟 (4) 姐妹 (5) (外)祖父 (6) (外)祖母 (7) 其他: _____ (請註明關係)

1-2 你對家人的吸菸行為是抱何態度?

- (1) 很不贊同 (2) 不贊同 (3) 中立意見 (4) 贊同 (5) 很贊同

2. 和你較有來往的同學或朋友中，是否有人有吸菸的習慣嗎?

- (1) 沒有人(回答“沒有人”者請至第 3 題填答) (2) 有人 (回答“有人”者請續答以下 2-1 題)

2-1 你對這些同學或朋友的吸菸行為是抱何態度?

- (1) 很不贊同 (2) 不贊同 (3) 中立意見 (4) 贊同 (5) 很贊同

3. 請問你覺得與你住在一起的家人對你吸菸行為的態度為何?

- a. 親生爸爸 (1) 很不贊同 (2) 不贊同 (3) 中立意見 (4) 贊同 (5) 很贊同
(或類似爸爸的人: 如與你住一起的繼父或媽媽的男朋友—親生爸爸已不與你住一起者)
- b. 親生媽媽 (1) 很不贊同 (2) 不贊同 (3) 中立意見 (4) 贊同 (5) 很贊同

(或類似媽媽的人：如與你住一起的繼母或爸爸的女朋友—親生媽媽已不與你住一起者)

- c. 哥哥 (0)沒哥哥 (1)很不贊同 (2)不贊同 (3)中立意見 (4)贊同 (5)很贊同
- d. 弟弟 (0)沒弟弟 (1)很不贊同 (2)不贊同 (3)中立意見 (4)贊同 (5)很贊同
- e. 姊姊 (0)沒姊姊 (1)很不贊同 (2)不贊同 (3)中立意見 (4)贊同 (5)很贊同
- f. 妹妹 (0)沒妹妹 (1)很不贊同 (2)不贊同 (3)中立意見 (4)贊同 (5)很贊同
- g. (外)祖父 (0)已往生 (1)很不贊同 (2)不贊同 (3)中立意見 (4)贊同 (5)很贊同
- h. (外)祖母 (0)已往生 (1)很不贊同 (2)不贊同 (3)中立意見 (4)贊同 (5)很贊同

4. 請問你覺得與你較有往來的同學或朋友對你吸菸的行為的態度為何?

- (1)很不贊同 (2)不贊同 (3)中立意見 (4)贊同 (5)很贊同

5-A 請你仔細回想過去一年來是否有過下列的情形:

	完全不 ⁽⁰⁾ 會如此	很少 ⁽¹⁾ 如此	偶爾 ⁽²⁾ 如此	總是 ⁽³⁾ 如此
a. 你曾有本來只想吸幾口菸就好，但菸拿起來後，卻發生比自己原本想吸的量要來得多或吸的時間要來得長的情形?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b. 你曾經以行動努力過戒菸或減少吸菸量，但最後總是失敗?....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c. 為了使自己能好好的吸個菸，你是否曾花掉不少的時間?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d. 你是否曾為了能吸個菸，放棄與家人或朋友在一起相處或玩樂?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e. 你是否曾為了能吸個菸，該上課卻翹課了?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f. 你是否覺得自己是不能沒有菸的；縱使菸使你的身體變差了?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g. 你是否覺得自己是不能沒有菸的；縱使菸使你的心情變差了?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

5-B. 請問當你突然停止吸菸，或減少吸菸的量，或當你無法吸菸的時候，

約在 1 天左右(即 24 小時左右)內，是否曾因為沒有吸菸或減少菸量而出現過下列的情形?

	完全不 ⁽⁰⁾ 會如此	很少 ⁽¹⁾ 如此	偶爾 ⁽²⁾ 如此	總是 ⁽³⁾ 如此
a. 心情變不好，如難過鬱悶等.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b. 失眠或睡不好覺.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c. 容易被激怒或發脾氣.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d. 覺得事情做不好，有些挫折感.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e. 感到焦慮或緊張、有點神經質.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f. 難以集中自己的注意力.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g. 躁動而不易安靜下來.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h. 心跳變慢.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
i. 食慾增加.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
j. 體重增加.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

捌. 對吸菸行為的態度【說明】以下各題是你對吸菸的看法，請勾選一個最符合你的看法之選項。

	極贊同 ⁽¹⁾	贊同 ⁽²⁾	中立 ⁽³⁾	不贊同 ⁽⁴⁾	極不贊同 ⁽⁵⁾
1.吸菸會產生牙垢及易有口臭會破壞個人的形象.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.吸菸可以使人忘掉心中的煩悶.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.吸菸會浪費金錢.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.公共場所應全部禁止吸菸.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.吸菸的人在今日社會中是不受歡迎的.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6.吸菸可以提神.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7.吸菸是一種時髦的象徵.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8.吸菸可以幫助人們交朋友.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9.吸菸可以引發一個人的靈感及創造力.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10.吸菸可以使人看起來又酷有帥.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11.吸菸會產生二手菸危害他人健康.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12.吸菸的模樣可以增添對異性的吸引力.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13.香菸的味道聞起來令人難受.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14.吸菸的青少年看起來較成熟.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15.吸菸的青少年看起來較強悍.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16.不吸菸的人有拒吸二手菸的權利.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17.吸菸可以讓人心情愉快.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18.電影中男女主角的吸菸動作使他們看起來更有型.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19.偶像藝人吸菸的模樣更增添他們的魅力.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20.吸菸的青少年不易被他人接受.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21.為了家人及自己的健康，我們不應該吸菸.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22.你贊不贊同 18 歲或以上的成年人吸菸.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23.你贊不贊同 12 歲至 17 歲的青少年吸菸.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24.你贊不贊同 12 歲以下的兒童吸菸.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

謝謝填答!!



台中縣青少年的 健康行為調查

後測問卷

學校：_____

各位同學大家好：

政府相關單位對於青少年吸菸之健康問題感到憂心，擬定相關的防治工作。由於吸菸不僅是有害個人健康的重要因素，也對社區環境產生影響，所以我們想進一步從各位的生活經驗中瞭解青少年的吸菸行為問題。敬請各位安心填答，本問卷採取匿名的方式，亦即不記姓名的方式，且所有結果將會變成統計代號與數字提供政府相關單位參考。打擾之處，敬請原諒！

謝 謝 合 作 ！

中國醫藥大學公共衛生系
台中縣衛生局 啟

民國九十四年一月四日

壹.個人基本資料

1. 生日：民國_____年_____月_____日
2. 班級：_____年_____班
3. 你有無兄弟姊妹？ (1)有 (回答有者請回答 3-1 及 3-2 題) (2)無(請至第 4 題回答)
 - 3-1. 兄弟有幾位：_____ (位)；姊妹有幾位：_____ (位)。
 - 3-2. 目前有無和兄弟姊妹住在一起？ (1)有 (2)無
- 4 請問你親生的爸媽是否兩人都有和你住在一起？
 - (1)是
 - (2)否

貳. 自我認識程度：

【說明】以下的問題是問你目前對自己的感覺，請就下列的各項問題中，回答你是否“一點也不覺得”、“很少覺得如此”、“偶爾覺得如此”、“蠻常覺得如此”或“一直覺的如此”等 5 種感覺中，找出屬於你自己的感覺的欄位，並在直線上打勾號(如：)。

	一點也 不覺得 (1)	很少覺 得如此 (2)	偶爾覺 得如此 (3)	蠻常覺 得如此 (4)	一直覺 的如此 (5)
1. 我能做大部分的人能做的事.....					
2. 我對自己總是採取正向的肯定、鼓勵、 安慰或積極的態度.....					
3. 我覺得我是一個具有某些優點的人.....					
4. 我覺得我是一個有價值的人.....					
5. 整體而言，我對自己是滿意的.....					

參-1. 個人生活健康情形(一):

【說明】以下的句子描述生活感覺或行為表現,請回想《過去一個星期》內的情形,將最符合你的情形之數字用“圓圈”將其圈起來(如第1題為每週1-2天的情形則請圈選1如：①)。

	極少 每週1 天以下	有時 每週 1-2天	常常 每週 3-4天	經常 每週5 天以上
1. 原來不介意的事,最近竟然會困擾我.....	0	1	2	3
2. 我胃口不好,吃不下東西.....	0	1	2	3
3. 即使有親友幫忙,我還是無法拋開煩惱.....	0	1	2	3
4. 我覺得我和別人一樣好.....	0	1	2	3
5. 我做事時無法集中精神.....	0	1	2	3
6. 我覺得悶悶不樂.....	0	1	2	3
7. 我做任何事都覺得費力.....	0	1	2	3
8. 我對未來充滿希望.....	0	1	2	3
9. 我認為我的人生是失敗的.....	0	1	2	3
10. 我覺得恐懼.....	0	1	2	3
11. 我睡得不安寧.....	0	1	2	3
12. 我是快樂的.....	0	1	2	3
13. 我比平日不愛講話.....	0	1	2	3
14. 我覺得寂寞.....	0	1	2	3
15. 人們是不友善的.....	0	1	2	3
16. 我享受了生活中的樂趣.....	0	1	2	3
17. 我曾經痛哭.....	0	1	2	3
18. 我覺得悲傷.....	0	1	2	3
19. 我覺得別人不喜歡我.....	0	1	2	3
20. 我缺乏幹勁.....	0	1	2	3

參-2、個人生活健康情形(二):

【說明】下框內題目是請問你過去2個月內(約自去年11月中旬至現在)的情形,請由“完全不會如此”、“很少如此”、“偶爾如此”、“蠻常如此”及“總是如此”5種情形的□內,勾選出適合你的情形(如:)

你過去2個月內是否有下列的情形:	完全不 ⁽¹⁾	很少 ⁽²⁾	偶爾 ⁽³⁾	蠻常 ⁽⁴⁾	總是 ⁽⁵⁾
	會如此	如此	如此	如此	如此
1. 發脾氣.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 與大人起爭執.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 反抗或拒絕聽從成年人的要求或規範.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 故意激惹他人.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 因自己的過失或不當舉止而責怪他人.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 暴躁易怒或易受激惹.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 充滿憤怒與憎恨.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 懷恨或記仇.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

肆. 行為方面:

【說明】請回憶過去2個月內(約自去年11月中旬至現在)你使用下列物質的經驗,在適當框內打勾號√

說明:以下是詢問你過去2個月內有關吸菸、 喝酒、嚼檳榔或使用過其他物質的經驗。 在4個選項:“沒有經驗”、“很少”、“偶爾”、 “經常”中勾出屬於你的狀況。	沒有 (0次)	有(1次或以上)		
		很少	偶爾	經常
1. 你是否有過喝酒的經驗				
2. 你是否有過嚼檳榔的經驗				
3. 你是否有過吃搖頭丸的經驗				
4. 你是否有過吸安非他命的經驗				
5. 你是否有過吸食強力膠的經驗				
6. 你是否有過吃安眠藥或鎮靜劑的經驗				

伍-1. 吸菸有關的題目(一):

1. 請從以下七種狀態中,勾出1個最符合你目前的狀況(務必單選)?

- (1) 有想過不再吸菸,但並未下定決心不再吸菸
- (2) 有想過不再吸菸,且已下定決心不再吸菸,但自己尚未為自己訂定一個屬於自己的計畫
- (3) 有想過不再吸菸,且已下定決心不再吸菸,雖還沒採取行動但已為自己擬好了戒菸計畫
- (4) 有想過不再吸菸,且已下定決心不再吸菸,並已採取一些戒菸的行動,但因某些原因使得戒菸失敗,使戒菸行動難以維持——請簡述哪些原因: _____
- (5) 有想過不再吸菸,且已下定決心不再吸菸,並已採取一些戒菸的行動,且這些戒菸的行動正在維持當中
- (6) 雖想過不再吸菸,但已決定不去改變自己的吸菸行為
- (7) 壓根都沒想過不再吸菸這件事

伍-2. 吸菸有關的題目(二): 1-A 請你仔細回想過去 2 個月來是否有過下列的情形:

	完全不 ⁽⁰⁾ 會如此	很少 ⁽¹⁾ 如此	偶爾 ⁽²⁾ 如此	總是 ⁽³⁾ 如此
a. 你曾有本來只想吸幾口菸就好，但菸拿起來後，卻發生比自己原本想吸的量要來得多或吸的時間要來得長的情形?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b. 你曾經以行動努力過戒菸或減少吸菸量，但最後總是失敗?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c. 為了使自己能好好的吸個菸，你是否曾花掉不少的時間?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d. 你是否曾為了能吸個菸，放棄與家人或朋友在一起相處或玩樂?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e. 你是否曾為了能吸個菸，該上課卻翹課了?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f. 你是否覺得自己是不能沒有菸的；縱使菸使你的身體變差了?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g. 你是否覺得自己是不能沒有菸的；縱使菸使你的心情變差了?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

1-B. 請你仔細回想過去 2 個月的情形：請問當你突然停止吸菸，或減少吸菸的量，或當你無法吸菸的時候，約在 1 天左右(即 24 小時左右)內，是否曾因為沒有吸菸或減少菸量而出現過下列的情形?

	完全不 ⁽⁰⁾ 會如此	很少 ⁽¹⁾ 如此	偶爾 ⁽²⁾ 如此	總是 ⁽³⁾ 如此
a. 心情變不好，如難過鬱悶等.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b. 失眠或睡不好覺.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c. 容易被激怒或發脾氣.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d. 覺得事情做不好，有些挫折感.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e. 感到焦慮或緊張、有點神經質.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f. 難以集中自己的注意力.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g. 躁動而不易安靜下來.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h. 心跳變慢.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
i. 食慾增加.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
j. 體重增加.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

陸. 對吸菸行為的態度【說明】以下各題是你對吸菸的看法，請勾選一個最符合你的看法之選項。

	極贊同 ⁽¹⁾	贊同 ⁽²⁾	中立 ⁽³⁾	不贊同 ⁽⁴⁾	極不贊同 ⁽⁵⁾
1.吸菸會產生牙垢及易有口臭會破壞個人的形象.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.吸菸可以使人忘掉心中的煩悶.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.吸菸會浪費金錢.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.公共場所應全部禁止吸菸.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.吸菸的人在今日社會中是不受歡迎的.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6.吸菸可以提神.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7.吸菸是一種時髦的象徵.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8.吸菸可以幫助人們交朋友.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9.吸菸可以引發一個人的靈感及創造力.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10.吸菸可以使人看起來又酷有帥.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11.吸菸會產生二手菸危害他人健康.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12.吸菸的模樣可以增添對異性的吸引力.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13.香菸的味道聞起來令人難受.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14.吸菸的青少年看起來較成熟.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15.吸菸的青少年看起來較強悍.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16.不吸菸的人有拒吸二手菸的權利.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17.吸菸可以讓人心情愉快.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18.電影中男女主角的吸菸動作使他們看起來更有型.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19.偶像藝人吸菸的模樣更增添他們的魅力.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20.吸菸的青少年不易被他人接受.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21.為了家人及自己的健康，我們不應該吸菸.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22.你贊不贊同 18 歲或以上的成年人吸菸.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23.你贊不贊同 12 歲至 17 歲的青少年吸菸.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24.你贊不贊同 12 歲以下的兒童吸菸.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

柒、請問你對參加本計畫這一系列的活動之看法：

1. 整個活動過程的整體看法： (1) 很滿意 (2) 滿意 (3) 普通 (4) 不滿意 (5) 很不滿意

謝謝您的合作!!