

國中生身體質量指數、身體意象、社會因素、運動行為與自尊之研究

葉麗琴, 葉麗珠, 謝偉雄

體育室

人文社會學院

0

摘要

本研究旨在探討國中生不同性別、年級、身體質量指數在身體意象、社會因素、運動行為與自尊的差異情形及探討身體意象、社會因素、運動行為與自尊各變項間的關係。本研究利用個人背景資料問卷、多向度身體關係問卷(王正松, 2004)、社會影響因素量表(賈文玲, 2001)和 Rosenberg的自尊量表(王澄華, 2001)對1052位國中生(男生為548位、女生為504位學生)進行施測。參與者平均年齡為 14.11 ± 0.97 歲, 身高為 161.25 ± 8.18 公分, 體重 54.43 ± 12.43 公斤, 身體質量指數為 20.82 ± 4.07 。本研究以獨立樣本t考驗、單因子變異數分析、積差相關進行資料分析。研究結果如下:

一、國中女生在外表取向高於男生; 而男生在外表評價及身體部位滿意度均高於女生。

二、女生在社會影響之同儕與媒體影響均高於男生; 而男生在運動參與行為和自尊比女生高。

三、就全體參與者而言, 高年級學生較低年級關注身體意象、身體意象也較易受社會因素所影響。

四、就全體參與者而言, 高身體質量指數學生在身體意象較不滿意, 身體意象也較易受社會因素所影響。

五、在各變項的相關方面: 國中生身體質量指數與身體意象(外表評價、外表取向、身體部位滿意)呈負相關; 但身體質量指數與社會因素(父親影響、母親影響、同儕影響)呈正相關。運動參與和身體意象(外表評價、身體部位滿意)呈正相關。至於自尊則與身體質量指數與身體意象(外表評價、外表取向、身體部位滿意)呈正相關。

本研究結論指出國中生之身體意象有性別、年齡、身體質量指數上的差異, 身體意象也與社會影響因素及自尊有關。

關鍵字: 身體質量指數、身體意象、社會影響、運動行為