



台灣兒童快樂生活大調查報告

兒童節，是一個提醒我們重視兒童權益、促進兒童福祉的節日，當我們的社會越來越尊重弱小的兒童，也越能尊重各種與我們有所差異的人，給彼此一個更好的生活空間。兒童節的由來，是肇始於 1925 年，五十多個國家代表於瑞士日內瓦舉辦「兒童幸福促進大會」，並發表「保障兒童幸福宣言」，自該次大會後各國開始訂定兒童節，然各國所定之日期不同：美國為 5 月 1 日，英國為 7 月 14 日，而中華民國則於 1931 年(民國 20 年)，由中華慈幼協會陳請政府訂定 4 月 4 日為兒童節。在兒童節這一天，讓我們一起來靠近孩子，聽聽他們的心聲，一起來瞭解台灣的孩子，現在過得快樂嗎？

◆台灣兒童快樂生活總得分：77 分

要瞭解兒童的快樂分數，其自評的生活滿意度是一項重要的指標，即兒童在生活中各層面的經驗與感受，包含家庭、學校、人際關係、心理狀態、健康情形等。兒盟根據這些指標建立「兒童快樂生活問卷」，並就「家庭生活」、「學校生活」、「個人身心」三方面進行瞭解。本調查於去年年底進行施測，以台灣本島四、五、六年級國小學童為母群體，採分層隨機抽樣法，就台灣地區 22 個縣市（不含澎湖、金門、連江等離島縣市）依母群體分佈情形抽取受測小學，以各校四、五、六年級學童為施測對象。總計發放 5,479 份問卷，回收有效樣本 4,487 份，問卷回收率為 81.9%；本調查在 99% 的信心水準下，抽樣誤差不超過正負 2 個百分點。調查結果發現，台灣的孩子在「個人身心」面向的快樂分數最高，達 80 分；在「家庭生活」面向的快樂分數最低，為 74 分；「學校生活」面向則居中，獲 76 分；整體而言，台灣兒童快樂生活總得分為 77 分。

面向	題目	分數
家庭生活狀況	我喜歡回家	74 分
	當我有好的表現，大人會稱讚我	
	我和家裡的大人會一起討論事情	
	家裡的大人會聽我說心事	
	大人會對我說「小孩子不懂事，不要插嘴」	
	家裡的大人會打我、罵我	
學校生活狀況	家裡大人會留我獨自在家過夜/睡覺	76 分
	我喜歡去上學	
	我覺得功課壓力很大	
	我覺得自己的功課跟不上同學	
	同學欺負我時，我不知道該怎麼辦	
過去兩個月，在學校會有同學欺負我		



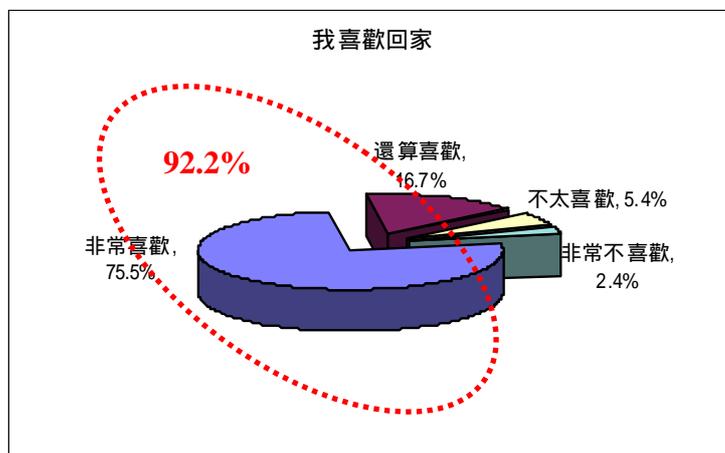
面向	題目	分數
個人身心狀況	我覺得自己的健康狀況很好或還可以	80 分
	我喜歡現在的生活	
	我覺得這世界少了我也沒有關係	
	我覺得很孤單	
	如果生活上遇到問題，我不知道怎麼辦	
總平均	77 分	

◆台灣兒童「家庭生活」快樂分數：74 分¹

一、家是孩子的避風港

- 逾九成(92.2%)的孩子喜歡回家

家是孩子最堅固的避風港，最能感覺到安全的所在。在台灣，超過九成的孩子表示他們喜歡回家，強烈表達「非常」喜歡回家的孩子更高達七成五(75.5%)，顯示大多數的孩子還是很肯定家庭的存在，他們能在放學後開心地回家。但值得注意的是，仍有約 8% 的孩子並不愛回家。是什麼樣的原因，讓近一成的孩子不喜歡自己的家？不回家的孩子是否會在外流連，令人擔心。



台灣兒童家庭生活的快樂分數，是三大面向中最低的，細探其原因，兒盟發現台灣傳統的權威式管教，導致孩子的意見在家庭中未被充分重視，以及被家人獨留在家的危險 等種種負面經驗，影響著孩子的家庭生活。

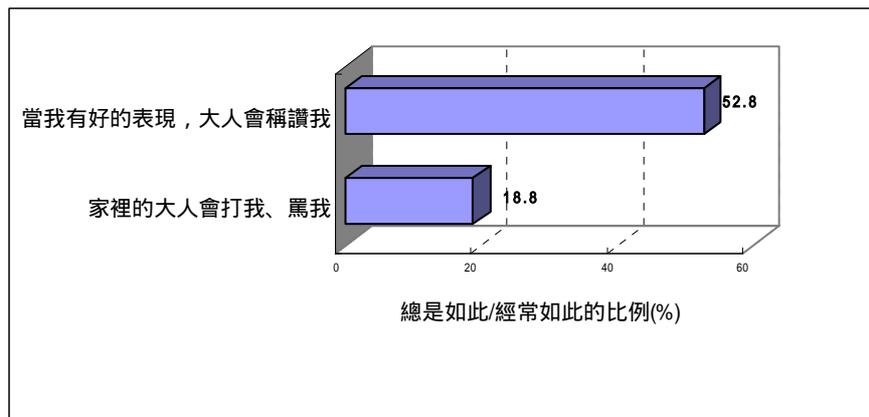
¹「家庭生活狀況」共 7 題，每題依選項分別計分，正向題答「總是如此」者給 4 分，答「經常如此」者給 3 分，答「曾經如此」者給 2 分，答「從未如此」者給 1 分，負向題則反向計分，總分最高為 28 分。而家庭生活狀況的分數，係將各題分數加總，再轉換為百分制後所得到的對應分數。



二、權威式管教拉開親子的距離

- 近半數(47.2%)的孩子有好的表現時，得不到家人的肯定
- 近兩成(18.8%)的家庭採權威式管教，經常打罵孩子

當孩子有好的表現時，近半數(47.2%)的大人很少會給予稱讚，意味著近一半的孩子，就算有好的表現，也不被大人肯定。再觀察孩子感受到被大人打、罵的頻率，近二成(18.8%)的孩子總是或經常被大人打、罵。當孩子犯錯時容易被責打，但有好表現時，卻不被肯定，讓孩子易感到挫折與壓力，這是值得台灣家長們多加留意之處。

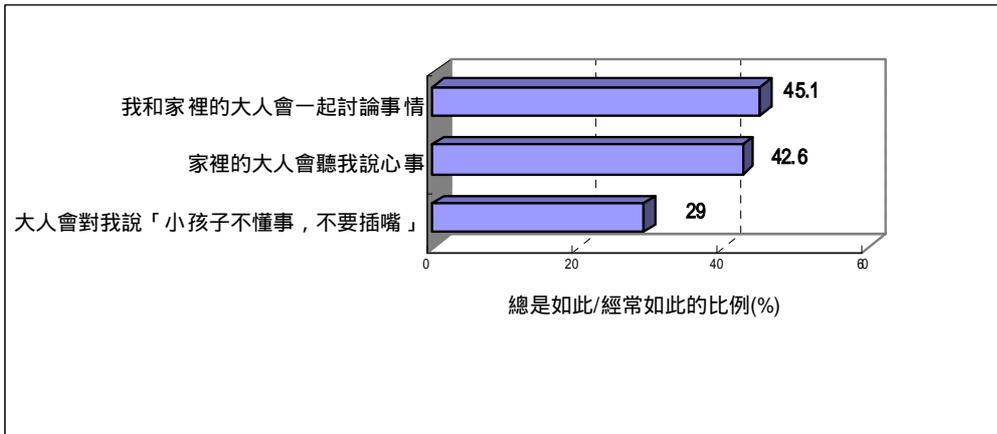


三、消失的「童言童語」？

- 不到半數的孩子能與大人討論事情、訴說心事
- 近三成(29%)的孩子常被大人要求「不要插嘴」

兒盟調查發現，只有四成二(42.6%)的孩子會常常告訴大人心事，有機會常跟家中大人討論事情的孩子也不到半數(45.1%)，近三成(29%)的孩子更常常被要求「不要插嘴」。「囡仔人有耳無嘴」的傳統教養觀念，也讓台灣的家長常忘了多聽聽孩子的想法。其實，隨著孩子的年齡越來越大，他們除了享受被家人照顧、呵護的權利外，也開始能分擔越來越多的責任，如：分擔做家事、學著自己理財、參與全家人出遊之行程規劃等，家長們應該多尊重孩子所表達的意見與能力。

此外，現代家長的生活非常忙碌，大多將孩子的課後生活，交給了安親班、補習班、保母等，而其餘跟孩子相處的時間，也往往用於交代、催促、叮囑著孩子的生活作息與規範，因此，能夠專心傾聽、陪伴孩子的時間無形中就被壓縮了。其實，孩子不僅渴望，也非常需要大人個別的傾聽與陪伴，即使每天只有10分鐘也值得！

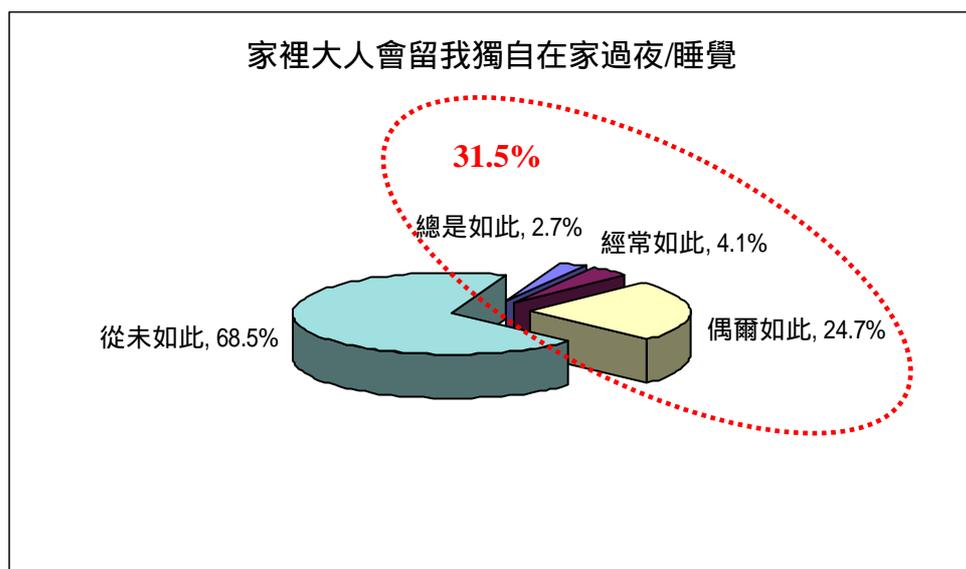


四、獨留兒童危機四伏

- 逾三成(31.5%)的孩子曾被大人獨留在家過夜，甚至有 7%的家長經常這麼做

兒盟調查發現，逾三成(31.5%)的孩子曾有被家長獨留在家的經驗，甚至有 7%的孩子自陳經常獨自一人在家過夜。在台灣，因家長疏忽讓孩子獨留在家而造成的意外，如：墜樓、火災等屢見不鮮，孩子的居家安全令人擔憂。

進一步探究孩子被獨留在家的主因，往往是家長加班、或需要在夜間工作的工作型態，再加上家庭缺乏親友幫忙看顧孩子所致。有些家長可能會幫孩子料理晚餐後，再外出工作；但有些家長只將買晚餐的費用交給孩子，讓孩子自行打理。獨留在家的孩子，有些因為需要學習照顧自己或弟妹，而較為早熟；有些則因為想找人陪伴的需求，而長時間上網，或逗留於漫畫店、網咖。無論如何，對孩子來說，獨自在家過夜，往往是容易感到害怕、孤單的。



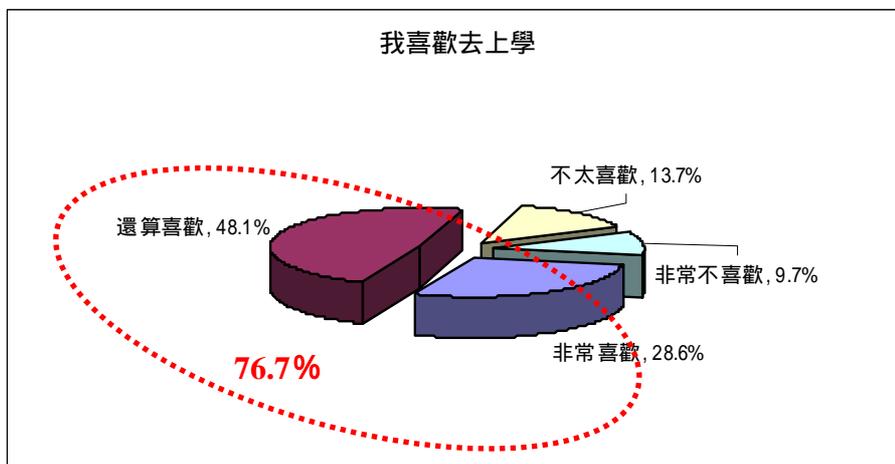


◆台灣兒童「學校生活」快樂分數：76 分²

一、約七成七的孩子愛上學

學校通常是孩子生活中除了家庭外，待最久的一個地方，因此學校生活的經驗，對孩子來說是相當重要的。兒盟調查發現，喜歡上學的孩子約七成七(76.7%)，但實際上非常喜歡上學的比例僅不到三成(28.6%)，其餘只稱得上還算喜歡。相較於孩子愛回家的比例高達 92%，七成七的孩子愛上學，這個數字就顯得相對偏低。

此外，每4個孩子就有1人不愛上學(23.3%)，更是值得我們探討的現象；是什麼樣的原因，讓孩子不愛上學？兒盟發現，「功課壓力」及「學校同儕問題」是其中的關鍵因子。

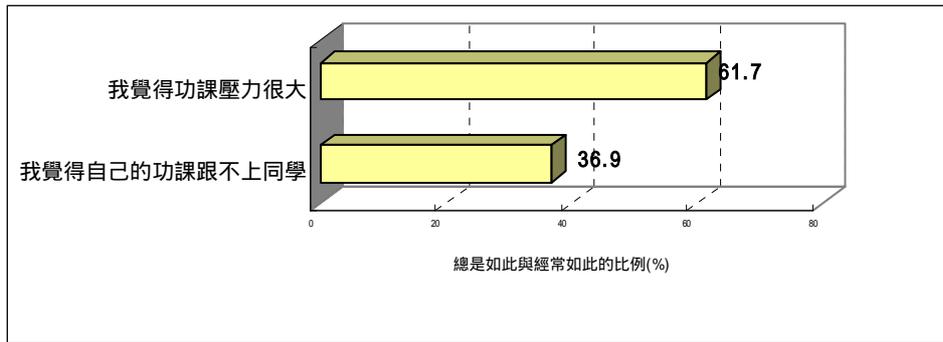


二、功課壓力大，孩子學習不快樂

- 近六成二(61.7%)的孩子覺得功課壓力很大

在少子化的今天，孩子的學業表現被高度重視，無論升學體制如何改變，孩子總被期待「樣樣第一」，在「望子成龍、望女成鳳」的文化下，逾六成(61.7%)的孩子總是/經常覺得功課壓力很大，無法視學習為一件快樂的事。

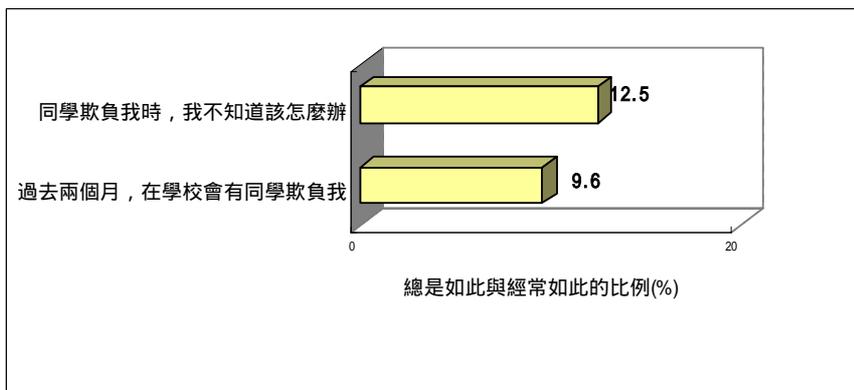
²「學校生活狀況」共 5 題，每題依選項分別計分，正向題答「總是如此」者給 4 分，答「經常如此」者給 3 分，答「曾經如此」者給 2 分，答「從未如此」者給 1 分，負向題則反向計分，總分最高為 20 分。而學校生活狀況的分數，係將各題分數加總，再轉換為百分制後所得到的對應分數。



三、孩子人際大困惱 - 校園霸凌

- 近一成(9.6%)的孩子經常被同學欺負

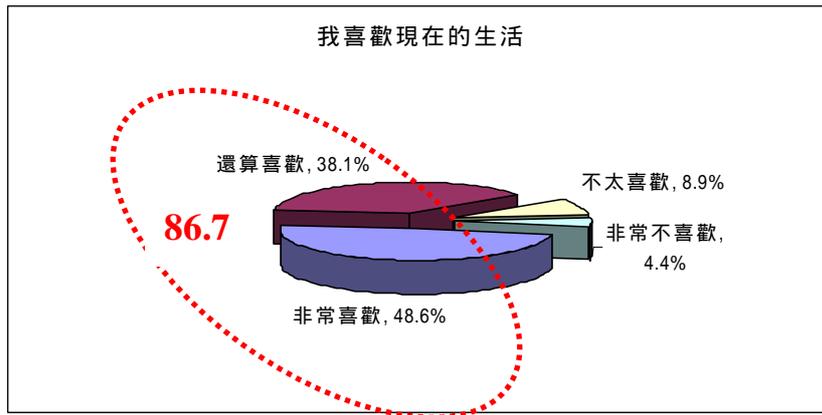
在學校中，除了課業學習外，與同儕的關係也深深影響著孩子的心情。兒盟調查發現，有近一成(9.6%)的孩子在兩個月內，總是/經常被同學欺負。不論霸凌事件是大是小，孩子可能身在不友善的友伴氛圍裡，視上學為畏途；而被欺負的孩子也可能用同樣的方式，去對待比他更弱小的同學。因此，學校需要投入更多的輔導資源，教導孩子發展自信、自重、自我保護、尊重他人的能力。



◆台灣兒童「個人身心」快樂分數：80 分³

雖然在家庭生活、學校生活中，孩子或多或少感受著不同的困擾；然而，當孩子評估自己的整體生活時，仍然有高達八成七(86.7%)的孩子表示他們喜歡現在的生活；因此，台灣兒童在個人身心面向的分數，是三大面向中最高的，達 80 分。兒盟分析其原因可能是孩子樂觀的天性，讓他們在面臨生活問題時，仍舊抱著正面的態度；此外，對孩子來說，只要身旁能有幾位時常支持他們的重要他人，不論是家長、老師、或同學 等，孩子通常就能展現韌性(strength)，持續面對生活中的種種壓力。

³「個人身心狀況」共 5 題，每題依選項分別計分，正向題答"總是如此"者給 4 分，答"經常如此"者給 3 分，答"曾經如此"者給 2 分，答"從未如此"者給 1 分，負向題則反向計分，總分最高為 20 分。而個人身心面向的總得分，係將各題分數加總，再轉換為百分制後所得到的對應分數。



一、健康實實比例高

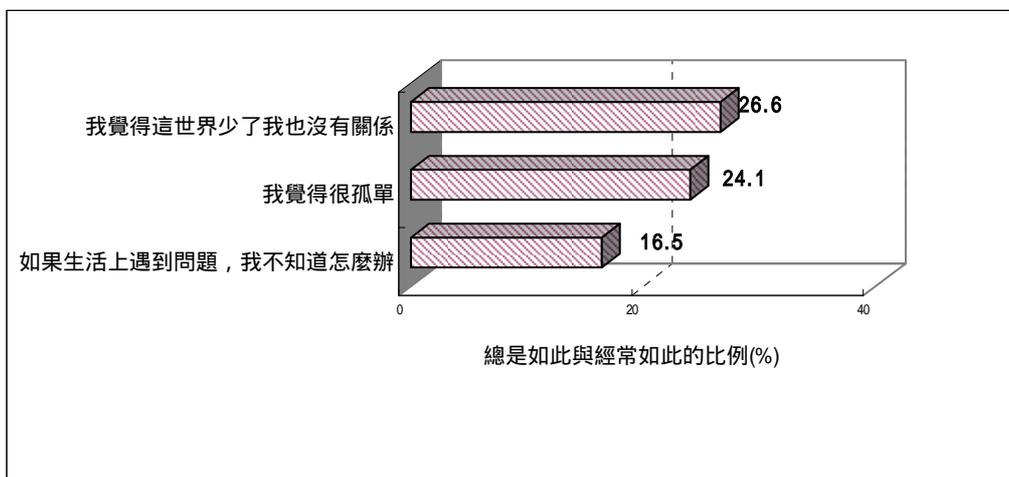
- 近九成(88.6%)的孩子自認身體健康

「個人身心」面向除了評量孩子對於自己生活各個層面的正面感受外，也包含了孩子的生理與心理健康狀態、是否患病、或常被疾病感染等狀況。在生理健康方面，近九成(88.6%)的孩子覺得自己的健康狀況很好或還可以，比例相當高。當個人生理健康良好、免於疾病的威脅時，孩子對於生活的滿意度往往也較高。

二、孩子需要陪伴

- 約四分之一(24.1%)的孩子覺得很孤單

雖然有近八成七(86.7%)的孩子喜歡現在的生活，但要留意的是，還是有兩成四(24.1%)的孩子經常覺得很孤單。據兒盟的實務經驗發現，可能因為孩子在家中沒人陪伴、缺乏跟大人訴說心事的機會，或是在學校的人際關係不佳等種種因素，使得台灣有四分之一的孩子覺得自己很孤單。





◆兒盟的呼籲：愛孩子 333 守則 - 每天擁抱 30 秒，傾聽 3 分鐘，陪伴 30 分鐘

整體來說，台灣孩子的快樂分數不低，有達中等標準，尤其在個人的健康及心理狀態方面相當良好。不過，仍然有兩成四的孩子覺得自己很孤單，近半數的孩子很少被大人讚美，超過一半的孩子很少有機會講心事給家裡的大人聽。

兒盟的調查同時發現，逾九成(92.5%)的孩子希望常常跟爸媽在一起，孩子其實相當渴望來自大人的關注、肯定與讚美。因此，兒盟呼籲每位家長，除了給予孩子物質上的滿足、供孩子學才藝和補習外，別忘了每天都要力行「愛孩子 333 守則」：

☺擁抱 30 秒

擁抱是一種肯定孩子的身體語言，更能拉近親子間的距離。在擁抱的同時，也別忘了給予孩子正面的稱讚與鼓勵。

☺傾聽 3 分鐘

孩子今天的心情好嗎？在學校發生了什麼事？什麼是他想跟你分享，又不太敢開口的小秘密？別忘了停下腳步，每天至少花 3 分鐘，好好地傾聽孩子的心事與煩惱。

☺陪伴 30 分鐘

陪孩子共進晚餐、陪孩子讀一本書、在睡覺前陪他聊聊天。在大人忙碌的時間表中，別忘了每天至少空出 30 分鐘，專心陪伴孩子、參與孩子的生活。