國立政治大學社會學研究所碩士論文 指導教授:張峯彬 博士

健康生活型態與兩性憂鬱情緒落差之分析

政治



研究生: 林孟瑢

中華民國 104 年7月

謝誌

在我的想法中,論文不會有寫完的時候,無論怎麼修正,總會有不完美之處。因此,在我交出碩士論文的這一刻,只是給這段時間的努力一個交代,也 謝謝所有曾經幫助過我的人、事、物,並期待在未來能把這篇論文寫得更好。

感謝在論文寫作過程中給予幫助的老師們。范綱華老師對於邏輯與文字的 敏銳,讓我更注意寫作的細節。另外,也謝謝范老師在口試時整理好修正摘 要,這減少了我整理口試委員建議的時間,讓我能更專注於論文的問題。而關 秉寅老師不僅是我的社會統計啟蒙老師,讓我對以量化取向研究社會學感興 趣,更在寫碩士論文的過程中提供許多大方向的建議。我非常佩服關老師能在 關鍵時刻提出批判性問題的能力,老師所提出的問題雖然經常讓我不知如何回 答,但回應這些關鍵性的問題也使文章的論述更清楚,更具說服力。

對於指導我的張峯彬老師,我由衷地感謝。從大二認識老師到現在,我所認識的峯彬老師不僅對學生視如己出,幽默風趣且和藹可親,也對學術要求嚴謹,經常在短短的時間內就可以從溫和的朋友搖身變成嚴肅的指導者,讓我措手不及。但也因為老師的期待與要求,讓我在追求更好的過程中學習到許多東西,不僅在知識上有所成長,同時也體悟到一些人生道理。此外,每次的論文討論都讓我很佩服老師的耐心與耐力,在一天的工作之後,還有體力與清楚的腦袋解決學生的疑難雜症,不僅如此,還能細心地找出微小的錯誤,老師真是個好榜樣。這段時間也謝謝老師給予擔任助理的機會與金援支持,讓我為未來的道路奠下基礎。

除了論文的口試老師們之外,我也很謝謝所有曾經在大學與研究所教過 我、幫助過我的老師,沒有你們的訓練,這篇論文也不會成形。真的非常感 謝!也謝謝細心的鳳珠助教在求學過程中提供我許多訊息,並幫助我在時限內 完成各種行政程序。

感謝在這段日子一起相處的同學與研究生們,雖然無論是哪一屆的同學,

我們多半都只有君子之交,但每次的討論、互相切磋、互相幫忙讓我成長了許多,也讓我在寫論文寫得有點煩躁時有一點調劑的機會,祝福各位也能順利完成學業。謝謝逸筠和淑居在不忙的時候能撥空跟我聊聊天;謝謝抒曼在香港仍與我通信聊學術;謝謝承珈時常跟我討論研究所碰到的困境;謝謝智涵與靜怡兩位優秀又認真的工作夥伴,共同分享了工作的小趣事;謝謝智仁、芳吟、聖偉這幾位可愛又友善的好朋友,能夠一起吐苦水、開開小玩笑,增添研究生涯的趣味;謝謝尋菲和鮑鮑兩位非常認真的同學,不論和你們討論作業或是生涯規劃都能感受到對理想與抱負的衝勁。也謝謝其他曾經在同一個班上的所有同學們,各位的發言時常能有啟蒙的效果,激發我更深入的思考。

感謝從小到大陪伴在我身旁的家人,謝謝爸爸在每次我寫完任何一篇作業、報告,或論文時都願意幫我看過幾次,協助我修改不通順的地方,並且在我遇上事情發展不順利、心情不好的時候理性地給我安慰,幫助我繼續面對困難、勇敢挑戰。謝謝媽媽經常在我心情不好時,站在與我相同的陣營,幫我出出氣,並且在最後時刻幫我讀了論文,要我修改錯字。最後,感謝妹妹,雖然我們差了很多歲,但是妳總能簡單直接地幫我解決各種複雜的問題,讓我豁然開朗,而且為我修改了論文摘要,我非常地感謝。

最後,感謝所有在這條人生道路上曾經幫助過我的所有人、事、物,現在 只有陳之藩的「因為要感謝的人太多了,就感謝天吧!」能表達我的心情。而 雖然各方先進都有提供意見,但若本文有什麼地方有錯誤或疏漏皆是我本人的 責任。

孟瑢

摘要

長久以來,憂鬱情緒一直是自然科學與社會科學界關注的重要議題,而其 中女性較男性憂鬱的現象也受到重視。雖然自然科學界的研究一再指出健康行 為對減輕憂鬱情緒的幫助,但並不是每個人都有機會擁有健康的生活型態。尤 其在性別方面,性別間的健康行為差異是否能解釋兩性的憂鬱情緒落差即是本 研究的課題。本文將透過檢驗暴露差異性以及脆弱差異性假設,了解性別間的 憂鬱情緒落差是如何由本身脆弱差異性,以及兩性暴露的風險不同所造成。本 研究使用「台灣社會變遷基本調查計畫」在2005年以及2010年的資料,以吸 菸、喝酒、運動,三個健康行為作為健康生活型態的指標,對此問題進行分 析。研究結果發現,健康生活型態對台灣民眾的憂鬱情緒有影響,吸菸有增加 憂鬱情緒的效果,而運動則有減輕憂鬱情緒的效果。將吸菸、喝酒加入模型 後,性別落差會增加,而運動的加入則有助於降低性別落差,支持暴露差異性 假設。在性別上,吸菸對於男性有顯著增加憂鬱情緒的效果,對女性則無;而 運動對於女性降低憂鬱情緒的效果則較大。然而,兩指標的性別差異並沒有達 到統計上的顯著水準,因此只能部分支持脆弱差異性假設。希望本文的研究結 果有助於了解兩性間的憂鬱情緒落差,並提供憂鬱情緒的影響機制更完整的圖 Chengchi V 像。

關鍵字:憂鬱情緒、健康生活型態、性別、脆弱差異性假設、暴露差異性假設

Health Lifestyles and Gender Differences in Distress in Taiwan

Abstract

Gender differences in distress has been well documented in literatures. However, it is unclear about the effect of health lifestyles on gender disadvantage in mental health. To explain the gender gap in distress, there are two hypotheses: differential exposure hypothesis and differential vulnerability hypothesis. In this study, the data are from Taiwanese Social Change Survey conducted in 2005 and 2010. The three indices I choose are the frequency of smoking, drinking, and exercising. The two main findings are: (1) Smoking deteriorates distress while exercising ameliorates it. Also, adding smoking and drinking into the predicting model increases the gender gap in distress, whereas adding exercising decreases the gap. These findings support the differential exposure hypothesis; (2) the effect of smoking is significant for men but not for women. However, the effect of exercising is more important to women. Although the gender differences in smoking and exercising effects are not significant, the findings support the differential vulnerability hypothesis partially.

Keywords: Distress, Health Lifestyle, Gender, Differential Vulnerability Hypothesis, Differential Exposure Hypothesis

Zorona Chengchi University

目 錄

第-	一章	、前言	1
第二	二章	、文獻探討	5
(—)	憂鬱情緒的性別差異	5
(二)	健康生活型態的性別差異	7
(三)	健康生活型態與憂鬱情緒:暴露差異性假設	10
(四)	健康生活型態與憂鬱情緒之性別差異:脆弱差異性假設	14
第三	三章	、研究方法	17
(<u>_</u>)	資料來源	17
()	變項測量	17
(三)	分析方法	19
(四)	潛在研究限制	22
第[四章	、研究結果	24
(<u>_</u>)	描述性統計	24
()	影響憂鬱情緒的最小平方法迴歸分析	27
(三)	其他控制變項與憂鬱情緒	31
(四)	解釋憂鬱情緒的性別落差	33
第三	五章	、結論與討論	36
(<u>_</u>)	結論	36
()	討論	38
參=	考文周	호) 테	41
四十	急		51

圖目錄

圖一	失業率、粗離婚率與粗自殺率趨勢圖	2
	吸菸頻率與憂鬱情緒的性別差異	26
圖二	喝酒頻率與憂鬱情緒的性別差異	26
圖四	運動頻率與憂鬱情緒的性別差異	26
圖五	控制其他變項下,吸菸頻率與憂鬱情緒的性別差異	30
圖六	控制其他變項下,喝酒頻率與憂鬱情緒的性別差異	30
圖七	控制其他變項下,運動頻率與憂鬱情緒的性別差異	30



表目錄

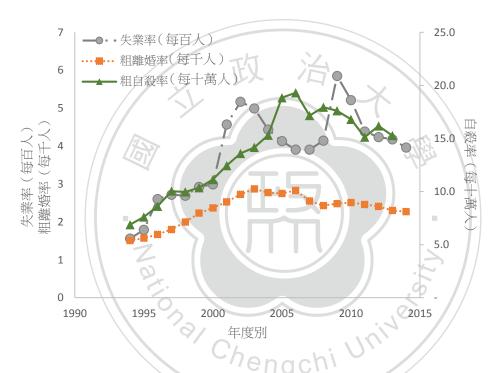
表一	研究變項之操作與基本描述統計	20
表二	OLS 迴歸預測憂鬱情緒	28
表三	不同憂鬱情緒預測模型的性別效果	34
附錄一	一 疏離感與身體健康狀況的變項操作與描述統計	51
附錄二	二	52
附錄三	E 變項相關係數表	53
附錄四	日 Tobit 迴歸預測憂鬱情緒	54
附錄五	Zero-inflated negative binomial 迴歸預測憂鬱情緒	55
附錄六	T OLS 迴歸預測憂鬱情緒(含身體健康狀況與疏離感)	56
	Zarional Chengchi University	

第一章 前言

根據世界衛生組織的報告(WHO 2003),全球有將近 4.5 億的人口受心理疾病所苦,其中有三分之一為憂鬱症患者,為比例最高的心理疾病。不僅僅是憂鬱症患者受到低落的情緒、對任何事物提不起興趣、低自我價值感以及極差的睡眠品質所苦,憂鬱症也對社會造成可觀的醫療負擔。事實上,台灣政府在2000年至2002年間,每年為治療成年憂鬱症患者所支出的全民健保費用就高達38.71億台幣(Chan et al. 2006)。而且,由於憂鬱症也是自殺的重要因子(台灣自殺防治學會2007),若再加上醫療以外的請假、生產力下降以及死亡所造成的社會經濟損失,一年更可高達350億元台幣(張家銘2006)。大量的經濟損失,以及患病者所受到的巨大痛苦,使得憂鬱症成為無論是實務界或是學術界中重要的議題。

長久以來,憂鬱症在各個領域的研究中都佔有一席之地,自然科學家試圖了解其中的生理機制與心理因素,而社會科學家則從社會因素的面向探究憂鬱症的形成機制。在這些研究中,關心的問題基本上是相同的,也就是人們為什麼會憂鬱?又哪些人容易憂鬱?不過,雖然醫學專家試圖找出罹患憂鬱症的神經機制,醫生可以開百憂解給病人服用,心理學家能提供良好的諮詢服務,卻忽視大環境經濟社會狀況對民眾憂鬱情緒的影響。在Fu等人2012年的研究中,使用1990到2010年的台灣社會變遷調查資料,發現台灣民眾常見精神疾病(common mental disorder)盛行率的變化趨勢,與同一時期的全國失業率、離婚率,以及自殺率的變遷高度相關。顯示出台灣高度經濟發展的代價是逐年惡化的心理健康,而且隨著近年來的經濟變動,常見精神疾病的盛行率也越來越高。

圖一呈現 1994 年至 2013 年的失業率、粗離婚率,以及自殺率趨勢圖,由 於並無總體資料呈現憂鬱症的趨勢,而我們知道有不少比例的自殺者有憂鬱症 狀,因此下圖以自殺率暫且代替憂鬱症。圖中可以看到隨著失業率的增加,自 級率也有隨之增加的趨勢,除此之外,自殺率也隨著離婚率有上升的趨勢。這三者的變化相似,可見社會層面的因素對自殺或憂鬱的影響。此外,過去研究也指出不同家戶收入等級之間的憂鬱症狀差距在 1990 到 2005 年之間持續擴大,收入差距也是憂鬱情緒的重要因素之一(范綱華 2010)。這些研究結果也說明了,只有生理學和心理學的研究是不夠的,需要社會學的加入才能使憂鬱情緒的圖像更為完整。



圖一 失業率、組離婚率與組自殺率趨勢圖,1994-2014

資料來源:

失業率:行政院主計總處。 粗離婚率:內政部統計處。 粗自殺率:衛生福利部統計處。

自然科學界的研究不僅忽略了大環境變化的影響,另一個需要被重視的議題是,自然科學家經常把罹患憂鬱症視為是個體的問題。他們經常宣揚擁有健康的生活型態會對降低憂鬱有所幫助,例如大眾所熟知的運動對降低憂鬱的效果。但是,這些研究卻忽略了不是每個人都有一樣的機會能擁有健康的生活型態。其實,在社會中不同位置的個體會參與的健康行為是不一樣的,並不是每

一個人都有一樣的時間、金錢可以維持健康的生活行為,我們仍須重視社會結構因素對個人生活機會與生活選擇的影響,這種生活型態上的不同很可能使得人們有不平等的患病機會(Cockerham 2005)。不同的社會經濟地位與性別有不同的健康生活型態機會,以性別和運動為例,由於長期以來社會認為女性不適合運動,或是期待女性同時做一個好的員工及好妻子、母親的角色,使得女性運動的機會不像男性那麼多,如日前衛生福利部國民健康署的調查甚至發現,台灣 18 歲以上女性的運動不足率高達 75%,這個數值若與經濟合作暨發展組織(OECD)34 個先進國家相比較,將是最高的。而且,職業婦女不運動的理由最常見就是「帶小孩,沒時間」、「太累,懶得動」,這與多重角色的負擔所造成的休閒時間不足相符(東森新聞雲 2013)。而如果說運動對於減輕憂鬱情緒有幫助的話,那麼運動得較少的女性是否因此也比較憂鬱?在其他的健康行為上,健康行為與憂鬱情緒之間的關係又是什麼?這就是本文想回答的主要問題。

其實,在過去國內外的研究中,女性長期以來都較男性憂鬱(Mirowsky and Ross 2003:Read and Gorman 2010;Fu et al. 2012)。為解釋這樣的性別落差,理論上有兩種主要的假設:脆弱差異性假設(Differential vulnerability hypothesis)和暴露差異性假設(Differential exposure hypothesis)。以前者解釋性別落差,會認為這是因為女性對於相同風險因子的反應與男性不同所致;後者則認為男女性差異是由於女性所接觸到的風險因子較多,因此有較高的憂鬱症狀。過去,Denton等人(2004)就曾指出暴露差異性假設與脆弱差異性假設可以共同解釋憂鬱情緒,而且憂鬱情緒的性別落差需要生理學、心理學、社會學的互相輔助才能縮小,其中健康行為也扮演了一些角色。在台灣的相關研究上則指出健康生活型態對憂鬱情緒的影響(張淑紅等 2005;劉嘉年 2009),但張淑紅等人的研究只針對台灣大學的學生,並不是全國性的樣本,劉嘉年的研究則沒有深度探究健康行為對於解釋其中性別落差的程度如何。就整體來說,過去台灣對於健康生活型態與憂鬱情緒的關連研究較少,同時也缺乏性別差異

的探討。

除了性別差異的探討以外,本研究將使用的是具有全國代表性的台灣社會變遷調查資料,但是也因為如此,本文所使用的憂鬱情緒測量並非臨床上的憂鬱症診斷依據,所以研究結果可能無法與精神病學上的重鬱症相提並論。但是,從非臨床診斷所得到的憂鬱情緒可以讓本研究分析那些有憂鬱情緒但未達到臨床憂鬱症標準的人,而且由受訪者自己報告的憂鬱情緒症狀也可能比他人評估來得真實,因此分析憂鬱情緒而非憂鬱症可能有利於更全面地了解憂鬱的現象。

總結上述,本文將分析台灣民眾的健康生活型態是否與憂鬱情緒有關?憂鬱情緒的性別落差又如何被健康行為所解釋?希望以此補充過去憂鬱研究對於社會因素、健康生活型態的忽視,使人們對於憂鬱現象的瞭解更為完整。



第二章 文獻探討

(一)憂鬱情緒的性別差異

在心理健康的領域中,長期以來最穩定的不平等現象,就是性別之間的落 差。一般而言,女性心理不健康的可能性比男性大出許多。在對於憂鬱的研究 中,女性罹患憂鬱症的比例通常是男性的 1.5 至 2 倍 (Mirowsky and Ross 2003; Read and Gorman 2010)。根據 WHO 在 2006 年針對兩性心理健康落差所 做的報告指出,這樣的性別差異不僅出現在比較少見的精神分裂症及躁鬱症 上,在影響高達20%人口的疾病,如焦慮、身體抱怨,以及憂鬱上有更顯著的 差異。而且,由於心理疾病的併發症會隨著一種疾病的發生而增加,因此女性 一生中同時有三種或多種的心理疾病者比男性多,其中又以憂鬱症與焦慮症的 併發為最多。針對憂鬱情緒的性別差異, Kessler 等人在 1993 年及 2003 年分別 對當時全美國成年人口的心理併發症進行調查,在這兩次的調查中,他們都發 現女性一生中會罹患一次重鬱症(major depressive episodes, MDE)的機率是男 性的 1.7 倍,而這種性別差異在責少年階段開始發生,並持續到 50 歲中期左 右。這樣的發現與 Mirowsky (1996) 的結果大致相同,但 Mirowsky 更發現性 別間的憂鬱差距會隨著年齡的增加而增加,這樣的情形可能至少會持續到退休 前。由此可見,憂鬱情緒的兩性差異並不僅僅限於某一生命階段,而是持續一 牛的差距。

憂鬱情緒除了是持續一生的差距外,在跨國的比較中,也可以看到女性普遍比男性更憂鬱的現象。在美國與日本的憂鬱情緒比較研究中,Inaba等人(2005)發現在這兩個東西方不同文化的國家中,女性依然比男性來得憂鬱。而 Hopcroft 和 Bradley(2007)以世界價值觀調查的資料則發現,無論在已開發的西方國家,或是在開發中的國家中,沒有任何一個國家男性較女性憂鬱。相似的結果也可以在對於 23 個歐洲國家的憂鬱研究中看到(Van de Velde et al. 2010)。

在台灣,過去的研究也指出女性比男性憂鬱的現象,對年長女性來說更是如此(劉嘉年 2009),而本文也將於假設一檢驗憂鬱情緒的性別差異是否存在。由於憂鬱症所造成的社會經濟負擔龐大,而女性在憂鬱症患者之中又是多數,因此,若本研究能探究憂鬱情緒性別落差的原因,應能對減輕社會負擔有所幫助。

依據上述研究,本文第一個假設如下:

假設 1: 女性比男性有較高的憂鬱情緒。

為了解釋這樣的性別差距,不同領域的研究大致可以分為主要的兩個假設,其中一個是脆弱差異性假設(Differential vulnerability theory),另一個則是暴露差異性假設(Differential exposure theory)。前者是醫學或心理學等學科所主張的,他們認為男女之間的憂鬱差距是由於兩性在面對一樣的物質、行為與心理資源時有不同的反應所造成。後者則是社會學者的觀點,主要認為女性之所以較男性憂鬱,是因為女性所擁有的資源較男性為少,例如:女性較不容易受雇,比男性的薪資為低,而且需要分擔較多的家務勞動,或是更可能成為單親媽媽等所造成的結果(Denton et al. 2004; Rosenfield and Mouzon 2013)。

本文所關心的是健康生活型態的性別差異對於性別落差的解釋效果,而針對這兩個理論各有一項指標。對於暴露差異性,本文以健康生活型態對於憂鬱情緒的效果作為指標,若該指標達統計顯著,則結果將支持暴露差異性假設。而對於脆弱差異性假設,本研究則以健康生活型態效果的性別差異作為指標,若性別差異達到統計顯著,則支持脆弱差異性假設。在接下來的三節中,第二節與第三節將討論健康生活型態與憂鬱情緒的關聯,而在第四節中則討論健康生活型態對憂鬱情緒效果的性別差異。

(二)健康生活型態(Health Lifestyle)的性別差異

根據暴露差異性假設,人們之所以會有不同的憂鬱程度,是因為暴露的因子不同或暴露的程度不同所造成。因此,如果較常暴露於風險因子下,人們的憂鬱情緒會比較高。而本文主要關心的,是健康生活型態與憂鬱之間的關聯,也就是說,本研究認為某些不健康的行為是風險因子,會使人比較憂鬱。因此,以下討論健康行為與憂鬱情緒的相關研究。

健康行為(Health Behavior)泛指人們為了要增進健康、防範疾病或建立正向的自我身體形象所採取的行動(Cockerham 2012),從飲食、運動、喝酒、吸菸、服用藥物到性行為都包含在內(Thirlaway and Upton 2009)。在流行病學、公共衛生學以及心理學的領域中,個人被視為可以自行決定是否採取健康行為,也就是說,當人們控制自己的行為時,同時也控制了自己是否得到疾病的風險。但是,社會學則認為人們是否採取健康行為並不完全取決於個人,而且個人的健康行為對於控制罹患疾病的風險很有限。這是因為:醫療社會學家認為生活型態是特定族群或特殊社會階層所擁有的生活方式,而個體的所有社會行動皆根基於其社會經濟位置,因此就算健康行為本身能降低患病風險,效果仍然是有限的(Nettleton 2006)。不僅社會學家這麼認為,世界衛生組織也曾經指出生活型態不只是個人選擇而已(WHO 1986),族群、性別、年齡以及社會經濟地位等因素皆與人們是否採取健康行為有關(Blaxter 1990)。

然而,哪些人會有什麼樣的生活型態、又為什麼會形成特定的生活型態? Cockerham (2005) 曾建構健康生活型態理論,試圖回答這樣的問題。他認為,一個人所處的社會結構位置會影響其生活機會,而他的個人生命經驗則會形塑其生活選擇,生活機會與生活選擇相互交織後所得到的結果就是生活型態。接下來,透過慣習(habitus)(Bourdieu 1984)與實踐各種各樣的健康行為,健康行為不斷地重複再製,最終構成行動者的健康生活型態。而健康生活型態中,又以抽菸、喝酒與運動行為作為最常見的健康行為指標,因此,本研究選取這三種行為當作健康生活型態的測量指標。

在台灣,目前國人在這三種指標上的人口分佈狀況大致如下:根據 2005 年行政院衛生署的調查,在抽煙行為方面,男性、年長者、非已婚者、高中職學歷以上、月收入高於四萬元以上、就業者的吸菸比率較高。而喝酒盛行率與吸菸相似,12 歲以上、64 歲以下的人口約有 45.38%表示曾經有飲酒的經驗,其中男性、中年(25-34 歲)、大專以上學歷、月收入高於四萬元者喝酒頻率較高,已婚者則喝酒頻率較低。而由於國內對於運動在社經地位上差異的研究並不多,近期大概只能從行政院體委會的運動城市調查報告來看哪些台灣人會運動。其中,有運動習慣的台灣民眾比例從民國 94 年的 73%上升至民國 101 年的82%,每週運動次數也從平均 2.57 次提升至 3.54 次,其中將近八成的民眾運動的原因是「為了健康」。至於民眾不運動的原因是「沒有時間」的比例則從65.1%下降至 56.1%。可見國人對於運動的觀念已有改變,逐漸重視運動以及其對於健康的幫助。但報告亦指出有運動的人口中,個人特質為男性、博士、體重標準或過重、或居住於都市的民眾會增加運動次數,相反的,30-39 歲、藍領工作者有運動的比例為較低。基本上,這樣的趨勢也呈現出社經地位較高者,擁有較佳的健康生活型態。

在性別方面,男女性在健康生活型態上是不同的。抽菸通常被視為陽剛的行為之一,由於人們對於性別角色的規範及期待使兩性在吸菸頻率上有所差異,如傳統性別角色賦予男性較大的社會權力,並限制女性的行為,因此使得女性較少抽菸。此外,性別角色也使得兩性的特質與經驗不同,一些特質如外向、叛逆、反社會、冒險性等,都直接與抽菸相關,而男性較常與這些特質相連,許多青少年男性可能就是因為較叛逆而抽菸(Grunberg et al. 1991; Waldron 1991)。而且,男性的一些健康信念與行為,如經常否認身體脆弱、控制情感與身體、表現出強壯與穩定、拒絕接受幫助,也使得男性較容易採取有風險的行為,而抽菸、喝酒等就是其中的例子(Garfield et al. 2008)。在台灣的研究發現男性開始抽菸的時間點是從正式工作開始為最多,高中次之,而隨後是義務役,女性也是從開始工作與高中時期開始。然而,兩性開始抽菸的理由並不相

同,男性是為滿足好奇心,且認為抽煙最大的好處是提升人際關係,而女性則是為了減輕壓力與控制體重開始抽菸,可見男性對於社會環境較敏感,而女性則是為了處理情緒方面的問題(Tsai et al. 2008)。

關於喝酒的性別差異,Wilsnack等人(2000)提出兩個主要的解釋觀點,其一是生物因素,另一個則是文化或社會結構因素。在生物因素方面,男性比女性喝較多酒的原因在於兩性對於酒精的反應不一樣,女性身體中分散酒精的水量比男性少,因此如果兩性喝一樣多的酒,女性血液中的酒精濃度會比男性高,這會使得女性喝較少的酒。而在文化或社會結構因素方面,則是因為性別社會角色使兩性喝不一樣的酒量。如同吸菸,喝酒也是陽剛特質的一種表現,大量飲酒可以表現出男性的體力、自制力、不服從,以及願意承擔風險的特質。而一群男性一起喝酒不僅是逃離他人控制的一種方式,也可以增強社會支持與連結。但對於女性喝酒,男性常會害怕這將影響到女性的社會行為與責任,女性可能因此不小心暴露出更多與性有關的訊息,或無法照顧家庭,因此喝酒是不被鼓勵的。不僅如此,男性甚至會把這種情境中的大量飲酒歸因於外在因素、自己無法控制的,而女性則較會將同樣的情境內在歸因。除了上述兩種主要的解釋外,心理學上的解釋則指出兩性在喝酒的理由和動機上是不同的,男性比較以享樂為導向,而女性則傾向以喝酒作為工作場所與家人間交際的工具(Holmila and Raitasalo 2005)。

由於傳統社會價值觀以及社會化的影響,女性必須扮演妻子與母親的角色,為了滿足社會對於角色的期待,女性的休閒時間、運動機會因此受限 (Kelly 1987)。再加上若女性剛好是職業婦女,必須兼顧工作與家庭,此時她能找到時間做自己喜歡的運動也就更不容易了(Hochschild and Machung 1989)。另外,社會普遍認為女性運動較容易受傷,激烈運動易導致生理期失調;體型、力氣比男性差,運動能力不如男性;或是一般大眾認為女生對運動沒興趣等,並非事實的迷思,也可能使得女性較少參與運動(Nixon and Frey 1996)。而就運動本身而言,由於許多運動強調的是力量與競爭,這與陽剛特質

相符合,在這種場合中對於陰柔特質甚至是有敵意的,女性在這樣的運動中只 能是觀眾或啦啦隊。或者是說,對男性而言,在比賽中與比賽之外強調的都是 陽剛特質,對女性而言則必須在場上積極表現,在下場後又必須表現出陰柔的 一面,不僅可能因為比賽中的侵略性而被貼上標籤,也需要承擔同時扮演兩個 角色的壓力(蘇維杉 2009)。在這些期待與壓力之下,女性運動的機會也受到 限制。

過去的實證資料顯示,女性較男性更常攝取健康的食物、少抽菸、常做預 防性健康檢查、繫安全帶,但比男性少運動(Cockerham 2012)。如 Ross and Bird (1994) 指出, 在運動上, 男性較女性更常有身體上的活動, 也更常進行 休閒活動(leisure-time activity),且不論是已婚或是單身女性皆比男性少運動 (Nomaguchi and Bianchi 2004),但比男性更注重體重(Hayes and Ross 1986)。 就喝酒而言,男性較女性喝得多且更常超過每日或每週建議攝取量(Thirlaway and Upton 2009; Grant et al. 2004), 而男性亦較女性吸更多菸(National Center for Health Statistics 2007)。而為了瞭解兩性暴露於這些健康行為的頻率是否有 性別差異,本文的第二組假設如下: lengchi Univers

假設 2a: 男性的吸菸頻率比女性高。

假設 2b: 男性的喝酒頻率比女性高。

假設 2c: 男性的運動頻率比女性高。

(三)健康生活型熊與憂鬱情緒:暴露差異性假設

以上這些生活型態上的差異可能會進一步影響到人們的健康,如抽菸者較 容易罹患肺部相關病變(Doll and Hill 1954),喝酒則可能導致心血管疾病 (Room et al. 2005), 而不運動者罹患心臟病的風險較高(Morris et al. 1966) 等。過往的研究多與生理健康相關,近年來則有許多與心理健康、憂鬱有關的 發現。

關於抽菸的影響,過去研究指出有情緒方面問題的女性較可能抽菸(Tsai et al. 2008),有憂鬱症者也較容易抽菸(Covey et al. 1998),而且更難戒除菸癮 (Glassman 1993),雖然看似是為了澆愁而抽菸,但是也有其他橫斷面的研究 指出,吸菸者的憂鬱程度比戒菸者高,而戒菸者則比從未吸菸者高(Wiesbeck et al. 2008; Boden et al. 2010)。此外,長期追蹤研究的結果也指出抽菸的人比 未曾抽過菸的人,高出三倍的機率會得憂鬱症,而且菸齡越長的人也越易罹患 憂鬱症(Klungsøyr et al. 2006)。Boden 等人(2010)也曾以同一個世代的長期 追蹤資料檢驗抽菸與憂鬱之間的關係,他們的結果較為支持抽菸會增加憂鬱症 狀的因果關係,而較不支持相反的說法。Flensborg-Madsen 等人(2011)則以 丹麥的 26 年追蹤資料分析抽菸對憂鬱的影響,他們發現每天抽相當於 10 克菸 草份量的菸(1根菸約含1克菸草)的女性會顯著比不抽菸的女性更容易罹患 憂鬱症,而且吸越多的菸罹患憂鬱症的風險越高,而對男性則是在每天抽 20 克 菸草份量的菸以上才有較高的憂鬱風險。吸菸會引發憂鬱症的推論也有生物學 上的基礎,有些學者認為長期暴露於尼古丁會使腦中的尼古丁受器變得較不敏 感,因此釋放出較少的多巴胺,使得人們較為憂鬱。此外,也有人認為是因為 尼古丁會干擾血清素的功能,使血清素降低憂鬱的效果變差,進而導致憂鬱 (Hunter 2009)。從過去研究看來,憂鬱情緒可能會增加吸菸的風險,吸菸也可 能會增加憂鬱情緒,而本研究傾向將吸菸視為長期的習慣,因此採取的因果方 向為抽菸導致憂鬱情緒。

在喝酒方面,從橫斷性的資料中,研究者發現過量飲酒或經常性飲酒可能會增加罹患焦慮症或情緒性心理疾病的風險(Kessler et al. 1997),而同樣在橫斷性的研究中,研究者也發現精神疾病,如癲癇、酒精成癮,及憂鬱症與飲酒量相關(Room et al. 2005)。Manninen等人(2006)則發現,在芬蘭的橫斷性調查資料中,根據受訪者自己評估的長期平均飲酒量,那些曾經大量飲酒的人,比沒喝這麼多或不喝酒的人來說,更可能罹患憂鬱症。而在長期追蹤研究中,Aneshensel和 Huba(1983)以一年內四波的追蹤調查資料檢驗飲酒與憂鬱

的關係,他們發現雖然短期內喝酒可能會降低憂鬱,但就長期而言,喝酒將可能導致憂鬱。而反向的因果關係,也就是因為憂鬱而喝酒只是短期的效應。早些年的研究也指出其中可能的生理機制,由於實驗受試者在喝酒之後血液中的血清素下降許多,而血清素降低與憂鬱症是有正向關係的,因此喝酒可能導致憂鬱(Pietraszek et al. 1991)。如同吸菸與憂鬱情緒之間的關係,過去有些發現只呈現喝酒與憂鬱情緒之間的相關,而非因果關係,有些則指出喝酒會導致憂鬱情緒,但對於兩者間的因果關係並無一致定論。而本文所使用的橫斷性資料雖然無法回答因果關係的問題,但仍將喝酒頻率視為長期的習慣,主要採取由於喝酒而導致憂鬱情緒的觀點。

就運動來說,對於運動和心理健康的研究也比前兩項指標來的多,目前的發現大致可以認為身體活動對心理健康是有幫助的(Hillman et al. 2008)。就憂鬱情緒而言,過去有不少公共衛生的研究指出較高程度的運動能降低憂鬱的症狀(Dunn et al. 2001),此外,最近美國衛生及公共服務部的報告也指出,身體不活動會導致許多慢性疾病,憂鬱症就是其中之一(U.S. Department of Health and Human Services 2008)。但是,雖然運動有助降低憂鬱,短期的運動效果似乎比不上長期的運動習慣,培養規律運動的習慣才真正有助於心理健康(張淑紅等 2005)。

對於運動如何改善憂鬱,不同領域的學者們提出幾種解釋。首先,生理學家認為規律運動能引發腦內啡(endorphin)的釋放,或是使腦中單胺類神經傳遞物質(monoamine neurotransmitter)變動(如正腎上腺素、多巴胺、血清素等),而降低有規律有氧運動者的憂鬱情緒(Bouchard et al. 2007)。再者,心理學上則認為運動能帶給人成就感、控制感、提升自尊心、提供與別人互動的機會、轉移對日常生活壓力的注意力,並透過運動使體溫上升、舒緩肌肉緊繃及提升睡眠品質,以提升心理健康、快樂感、降低憂鬱(McTeer and Curtis 1993;Ensel and Lin 2004;胡凱揚、莊睿宸 2011)。而另一種心理學的看法則認為運動可以減重,而減重會使人快樂(Gurung 2010)。對於最後這一種解

釋,社會學家則認為是社會規範與社會比較對個人的影響,由於社會大眾普遍認為運動有助於身體健康、運動是好的,那麼若個人身處不以運動為常態的社會群體,卻積極參與運動的話,那麼與同一團體的其他人比起來,這個人可能會比較快樂,例如年長者因為身處在較少被認為要運動的老人群體中,所以若還能運動,可能會比較快樂(Ransford and Palisi 1996)。各種原因皆有可能,Hayes 和 Ross(1986)在她們對於運動和主觀福祉的研究中就曾寫道,身體對心理的影響,不僅是透過內在的生理與心理管道所造成,也是透過社會影響的。

雖然其中有各種可能的原因,但是健康生活型態與憂鬱情緒的連結仍然是需要被檢視的。過去國外有許多相關的研究,不過,在國內的研究方面,樣本具代表性的並不多,如張淑紅等(2005)以台大學生為例進行運動與憂鬱情緒的研究,研究的僅止於台大學生的運動與憂鬱,雖然在控制學業壓力之後發現有運動的大學生比較不憂鬱,但結果也無法推及全國。而劉嘉年(2009)雖然指出擁有健康生活型態的台灣民眾較不憂鬱,但是公共衛生的研究並沒有進一步詮釋其發現與解釋性別落差。

因此,在本研究的分析中,將以具有全國代表性的樣本來檢驗健康生活型 態與憂鬱情緒的連結。本文的第三組假設如下:

rengch

假設 3a: 根據暴露差異性假設, 抽菸會增加憂鬱情緒, 而由於女性抽菸頻率較低, 因此控制抽菸之後, 憂鬱情緒的性別落差會增加。

假設 3b: 根據暴露差異性假設,喝酒會增加憂鬱情緒,而由於女性喝酒頻率較低,因此控制喝酒之後,憂鬱情緒的性別落差會增加。

假設 3c: 根據暴露差異性假設,運動會降低憂鬱情緒,而由於女性運動頻率較低,因此控制運動之後,憂鬱情緒的性別落差會減少。

(四)健康生活型熊與憂鬱情緒之性別差異:脆弱差異性假設

從脆弱差異性來說,生理學與心理學都提供了對性別差異的解釋。生理學上,性別的憂鬱情緒差異來自於女性的荷爾蒙發展,例如對女性而言,較大量的憂鬱症病發與青春期幾乎同時發生,而且相較於男性,只有女性才可能有經前憂鬱症與產後憂鬱症,因此生殖腺激素被認為與負面的情緒有關係

(Bebbington 1996)。除此之外,也有研究認為女性之所以比男性憂鬱,是因為女性在面對壓力的生理反應與男性不同。一般而言,當人們感受到壓力時,下視丘一腦下垂體一腎上腺系統(hypothalamic-pituitary-adrenal axis, HPA axis)的壓力反應系統會即時啟動,調節可體松和其他荷爾蒙以面對壓力。然而,研究者卻時常發現在女性身上,HPA系統較常過度反應,或是其中從下視丘到腎上腺間的傳導過程有不正常的情形,因此導致女性對於壓力的生理調節較差,進一步使得女性較男性憂鬱(Piccinelli and Wilkinson 2000)。而心理學上的解釋則認為,女性對自己常有較低的自尊,對事情的結果較為悲觀,並時常把失敗歸因於自己(Bebbington 1996),再加上女性時常重複思索(rumination)同一個問題,而男性則會做其他事使自己分心(Nolen-Hoeksema 1987),因此女性比男性憂鬱。上述生理學與心理學的解釋,皆認為憂鬱的性別差距是在兩性接觸到一樣的外在因素時,男性與女性的反應不同所致,例如生殖腺激素的差異、對壓力的生理反應不同,或是以不同的應付方式回應事件,這些都指向男女性生理上的差異會導致不同的憂鬱情緒。

在討論健康生活型態與憂鬱情緒的性別差異時,若以脆弱差異性理論來解釋,則可以認為是因為男女對於「健康生活行為」的反應不同,而有不同的憂鬱情緒。

曾有研究指出吸菸對於憂鬱情緒的影響有性別上的差異, Husky et al. (2008)就曾指出女性有抽菸習慣或曾經吸過菸者出現憂鬱症的傾向較男性高。Poulin等人(2005)則在青少年的樣本中,發現抽菸會加重女性的憂鬱情緒。可見,對於女性而言,抽菸的負面效果可能會比較大。

而過去也發現喝酒效果可能存在性別差異,但對兩性何者效果較大卻沒有一致的研究發現。有些研究指出,飲酒量對女性的憂鬱情緒有顯著加重的效果,對男性則效果較小(Hartka et al. 1991),但也有研究指出飲酒相對於不喝酒,對於加重憂鬱的效果,僅有在男性是顯著的,對女性則沒有(Choi and DiNitto 2011)。甚至在一些研究中,飲酒效果並沒有太大的性別差異(Caldwell et al. 2002)。

對於運動效果的性別差異研究,過去研究結果也並非一致。關於有性別差異的部分,Muraki等人(1993)在以大學生為樣本的研究中,請學生騎腳踏車並測量他們的心肺功能,結果發現肺活量與心理健康的顯著關聯只出現在男性的樣本中。也有研究指出有氧運動對於主觀福祉的效果是沒有性別差異的(Ransford and Palisi 1996)。然而在其他的研究中,運動與憂鬱情緒的關係卻是在女性樣本才有效果。發現運動對女性效果較佳的是 Lin 等人(2008),她們發現休閒時的身體活動對憂鬱的幫助僅限於女性,而 Zhang 和 Yen(2015)也指出規律的身體活動對於有輕度到中度憂鬱的人有幫助,但其中對女性的效果又比較大。

由於上述健康行為的效果在兩性間不見得一致,這也使得脆弱差異性對於 抽菸、喝酒、運動效果的預測成為一個待檢驗的問題。在過去國內健康行為和 憂鬱的相關研究中,劉嘉年(2009)曾指出在20-44歲及65歲以上的女性分組 中,抽菸都會增加罹患憂鬱的風險,但在男性樣本中則沒有這樣的效果。而在 喝酒方面,喝酒相對於不喝在20-44歲及45-64歲女性樣本中都有增加憂鬱的 效果,在其他分組中則沒有效果。此外,20-44歲的男性與女性有規律運動者的 憂鬱情緒比率較低,不過在她的研究中,雖然將樣本以性別與年齡分組探討, 但是由於公共衛生研究的目標是預防憂鬱症狀,因此她並沒有分析性別之間的 憂鬱情緒落差。所以,雖然國外學界對於憂鬱情緒的性別落差一直有所關注, 國內過去的研究則較少以社會學角度切入健康行為與憂鬱情緒的性別落差的議 題。也因為如此,雖然沒有直接生理指標上的測量,本研究仍以間接性的方式

檢驗脆弱差異性假設,以下是本文提出的第四組假設:

假設 4a: 根據脆弱差異性假設, 吸菸對於增加憂鬱情緒的效果有性別差異。

假設 4b: 根據脆弱差異性假設,喝酒對於增加憂鬱情緒的效果有性別差異。

假設 4c: 根據脆弱差異性假設, 運動對於減輕憂鬱情緒的效果有性別差異。



第三章 研究方法

(一)資料來源

本文採用台灣社會變遷調查計畫資料進行分析。該計畫由中央研究院社會學研究所主持,變遷調查從1984年開始,分為每期5年、每年分別進行兩份不同主題的問卷調查。大部份主題都規劃為每隔五年調查一次,以定期追蹤掌握社會的變遷。每期第一次調查以跨科技的綜合調查為主,包括社會、政治、心理、文化、教育、傳播及精神醫學等七個主題,第二次至第五次則有專屬主題如家庭、社會階層、政治文化、大眾傳播、文化價值、宗教信仰等,各有一組問卷。變遷資料的特質是讓研究者了解台灣社會長期的變遷,而過去研究雖然探究台灣民眾憂鬱情緒的變遷,但其中范綱華(2010)只探究1990至2005年的憂鬱情緒變化,Fu等人(2012)則是對常見精神疾病做1990至2010的分析,而較少人探究健康生活型態對台灣民眾憂鬱情緒變遷的影響,因此本文使用2005年及2010年兩年度的資料進行分析。本研究所使用的心理健康、健康行為等變項主要來自社會變遷調查在2005年(第五期第一次問卷一)以及2010年(第六期第一次調查問卷一)所蒐集的資料。另外,由於原住民樣本數僅有38人,佔總樣本0.95%,因此在分析過程中予以刪除。在將部分變項(家戶月收入)的缺漏值進行分類處理之後,本研究的最終樣本數為3,863。

(二)變項測量

1. 應變項

憂鬱情緒症狀以台灣社會變遷調查問卷中,有關心理健康的六個題目測量。該六題分別詢問受訪者「最近兩星期以來會不會:(1)覺得睡不好;(2)覺得許多事情對您來說是個負擔;(3)覺得對自己失去信心;(4)覺得生活毫無希望;(5)覺得緊張不安、無法放輕鬆;(6)覺得家人或親友會令您擔憂。」各問題皆有四答項:(a)一點也不;(b)和平時差不多;(c)比平時還

覺得;(d)比平時更覺得,分別以 0 分到 3 分計分。以各題分數加總做為憂鬱情緒之測量,最小值為 0,最大值為 18。

本次心理健康的題目由鄭泰安教授所設計,針對一般性心理健康狀況調查的部分共有十二題,擷取自他於 1985 年為檢測社區輕微精神疾病所設計的 Chinese Health Questionnaire(簡稱 CHQ,共 12 題)(Cheng and Williams 1986)。該問卷的內容源於英國學者 Goldberg 設計的 General Health Questionnaire(GHQ),目前已受全球華人廣為使用(Li et al. 1999;Cheng et al. 2000)。本文所關心的是其中的憂鬱情緒,范綱華(2010)即曾選取其中五題做 1990、1995、2000、2005 年台灣民眾憂鬱情緒的測量。另外,由於過去研究的 因素分析顯示「覺得睡不好」一題與上述多題列於同一分組(Cheng et al. 1990),因此本文列入該題測量民眾憂鬱情緒症狀。憂鬱情緒變項在兩次調查中的信度測量指標 Cronbach's Alpha 分別為 0.786、0.727,整體而言較使用五題的 0.786、0.722 稍高。

2. 自變項

本研究主要的自變項為生活型態(lifestyle),包含運動、喝酒,以及吸菸 頻率等三項相關健康行為指標。運動頻率以題目「您每星期做幾次會讓您明顯 流汗的運動或活動?(例如:打球、跑步、游泳、騎腳踏車、爬山、跳舞、有 氧舞蹈或是其他的有氧運動)」測量,答項為:(a)平均每週少於1次;(b)平 均每週約1次;(c)平均每週約2-3次;(d)平均每週約4-6次;(e)平均每週 7次以上;(f)完全沒有,以組中點方式過錄,最小值0,最大值7。

喝酒以題目「請問您喝酒嗎?」測量,答項為:(a)從不喝;(b)偶而喝;(c)經常喝,很少醉;(d)經常喝,經常醉;(e)其他,分別以0分到3分過錄,「其他」一項則刪除。

吸菸則以「請問您抽不抽煙?抽的話大概量多少?」測量,答項為:(a) 不抽;(b)偶而一兩根;(c)每天不到半包;(d)每天半包左右;(e)每天一 包左右;(f)每天兩包左右;(g)每天兩包以上,分別以0到6過錄。 而在憂鬱情緒的相關研究上,由於過往研究中曾指出在社經地位,尤其是收入對於憂鬱情緒的預測力也有其效果(范綱華 2010);關係層面上社會關係與家庭關係較佳對民眾心理健康或憂鬱情緒有益(House 1988;Umberson et al. 1996;黃毅志 1998;糠明珊 2006);在巨觀層次上,整體失業率、離婚率以及自殺率都對常見心理疾病(Common Mental Disorders, CMDs)有所影響(Fu et al. 2012)。因此,本文的控制變項主要分成兩組:社會人口變項、社會支持。其中社會人口變項包括性別、年齡、社會經濟地位,社會支持變項則包含家庭關係與社會關係,而家庭關係也涵蓋家庭支持與家庭衝突。本研究的變項過錄方式,以及主要變項的平均數與標準差可參見表一。此外,由於本文也關心憂鬱情緒的性別差異,因此在整體樣本分析後也將男女分組進行分析。1

(三)分析方法

本研究首先以描述統計檢驗第一組及第二組假設,接著再以最小平方法
(Ordinary Least Square, OLS) 迴歸分析檢驗第三組暴露差異性假設,而對於第四組脆弱差異性假設,本文則以 Chow test (鄒檢驗)檢定各變項效果是否有跨性別的顯著差異。

另外,因為樣本中有770人的憂鬱情緒是0分,佔總樣本約19.9%,在男性與女性樣本中,則分別佔有435(22.2%)與335(17.6%)人。0分的樣本

[「]曾有研究指出身體不適症狀也會使人較為憂鬱(劉嘉年 2009; Fu et al. 2012),但由於所用資料為橫斷性調查資料,而本文所關注的又是健康生活型態,若加入身體健康狀況將難以區分是不健康的生活型態導致身體不適,進而使人憂鬱,或是身體不適使人較少採取健康生活行為而造成憂鬱。另外,雖然也有些研究指出疏離感會加重身心困擾(Mirowsky & Ross 2003; 周玉慧、朱瑞玲 2008),但是疏離感與憂鬱情緒可能會重疊,甚至也可能與其他自變項相關,成為衝撞點(collider),使原本與憂鬱情緒不相關的自變項變成相關,扭曲因果關係。因此,在內文中的分析將不放入身體健康狀況與疏離感,但在附錄中則有放入兩者的分析結果。附錄一包含身體不適與疏離感的描述統計與變項操作,附錄二為疏離感的因素分析,附錄三呈現所有變項的相關係數表,附錄六則是加入身體不適與疏離感的 OLS 迥歸預測模型。

		總	樣本	男	性	女性		
變項	變項描述	平均數	標準差	平均數	標準差	平均數	標準差	
應變項 憂鬱情緒	「最近兩星期以來會不會: (1)覺得睡不好; (2)覺得許多事情對您來說是個負擔; (3)覺得對自己失去信心; (4)覺得生活毫無希望; (5)覺得緊張不安、無法放輕鬆; (6)覺得家人或親友會令您擔憂。」	3.56	3.20	3.25	3.07	3.87 ^a	3.31	
自變項	各問題皆有四答項:0=一點也不;1=和平時差不多;2=比平時還 覺得;3=比平時更覺得。六題加總計分。							
ュダイ! <i>生活型態變項</i>								
吸菸	「請問您抽不抽煙?抽的話大概量多少?」 0=不抽;1=偶而一兩根;2=每天不到半包;3=每天半包左右; 4=每天一包左右;5=每天兩包左右;6=每天兩包以上。	0.76	1.50	1.37	1.81	0.13 ^a	0.63	
喝酒	「請問您喝酒嗎?」 0=從不喝;1=偶而喝;2=經常喝,很少醉;3=經常喝,經常	0.45	0.60	0.63	0.67	0.25 ^a	0.45	
運動	醉。 「您每星期做幾次會讓您明顯流汗的運動或活動?(例如:打球、跑步、游泳、騎腳踏車、爬山、跳舞、有氧舞蹈或是其他的	2.23	2.49	2.38	2.49	2.09 ^a	2.48	
	有氧運動)」 0=完全沒有;0.5=平均每週少於 1 次;1=平均每週約 1 次;2.5= 平均每週約 2-3 次;5=平均每週約 4-6 次;7=平均每週 7 次以 上。							
左帝	1=2010;0=其他 (2005年)	0.47	0.50	0.40	0.50	0.46	0.50	
年度	1=2010,0=其他(2005 牛)	0.47	0.50	0.48	0.50	0.46	0.50	
社會人口變項 女性		0.49	0.50	\\	-	-	-	
年齡		44.80	16.79	44.34	16.95	45.27	16.61	
籍貫	請問您父親的籍貫是b		2					
	1=本省閩南人;0=其他	0.74	0.44	0.73	0.44	0.75	0.43	
	1=本省客家人;0=其他 1=大陸各省市;0=其他	0.15	0.36 0.30	$0.15 \\ 0.11$	0.36 0.32	0.16 0.09	0.36 0.29	
		1.						
婚姻狀態	1= C.始,0= 其他	0.60	0.49	0.60	0.49	0.60	0.49	
	1=與配偶不同住;0=其他	0.01	0.12	0.01	0.11	0.02	0.13	
	1=離婚或分居;0=其他 1=喪偶;0=其他	0.04	0.19 0.24	0.03 0.02	0.18 0.16	0.04 0.10 ^a	0.20 0.30	
	1=未婚;0=其他	0.29	0.45	0.33	0.47	0.10 0.24 ^a	0.43	
₩7 -> // 10 pbs	773 min the 15°C also 161.							
都市化程度	受訪者所在地 1=鄉村(一般、高齡化、偏遠鄉鎮);0=其他	0.17	0.38	0.17	0.38	0.17	0.37	
	1=城鎮(新興、傳統產業市鎮);0=其他	0.17	0.38	0.17	0.38	0.17	0.37	
	1=都市(核心、一般都市);0=其他	0.50	0.50	0.49	0.50	0.50	0.50	
教育年數		11.36	4.62	12.09	4.11	10.61 ^a	4.99	
從業身份	1=受雇者;0=其他	0.47	0.50	0.52	0.50	0.43 ^a	0.49	
	1=雇主;0=其他	0.05	0.22	0.07	0.26	0.03 ^a	0.17	
	1=自營業者;0=其他	0.09	0.29	0.13	0.33	0.06 ^a	0.24	
	1=無酬家屬;0=其他	0.03	0.17	0.01	0.11	0.05 ^a	0.22	
	1=失業者;0=其他	0.06	0.24	0.06	0.25	0.06	0.23	
	1=退休;0=其他	0.12	0.32	0.14 c	0.35	0.09 ^a	0.29	
	1=家庭管理者;0=其他	0.11	0.32	_c	-	0.23 ^a	0.42	
	1=學生;0=其他	0.06	0.23	0.07	0.25	0.05 ^a	0.22	

家戶月收入 1: 1: 1: 1: 1: 社會支持 家庭關係 家人支持 「 財 家庭衝突 「 3: 1: 1:	學項描述 =最低 25%; 0=其他 =次低 25%; 0=其他 =次高 25%; 0=其他 =最高 25%; 0=其他 =最高 25%; 0=其他 =遺漏值; 0=其他 「當您有麻煩和煩惱時,可以從家庭(家人)那裡得到滿意的幫 妨嗎?」 =很少如此; 2=有時如此; 3=總是如此。 「過去一年內,您家中有沒有發生下列的事情?(可複選)」 =家人之間不講話	0.27 0.19 0.23 0.21 0.10	標準差 0.44 0.40 0.42 0.41 0.29	平均數 0.26 0.20 0.22 0.23 0.09	標準差 0.44 0.40 0.42 0.42 0.29	平均數 0.28 0.19 0.24 0.19 ^a 0.10	標準差 0.45 0.39 0.43 0.39 0.30
1: 1: 1: 1: <i>社會支持</i> 家庭關係 家人支持 「 助 1: 家庭衝突 「	=次低 25%; 0=其他 =次高 25%; 0=其他 =最高 25%; 0=其他 =遺漏值; 0=其他 「當您有麻煩和煩惱時,可以從家庭(家人)那裡得到滿意的幫 妨嗎?」 =很少如此; 2=有時如此; 3=總是如此。 「過去一年內,您家中有沒有發生下列的事情?(可複選)」	0.19 0.23 0.21 0.10	0.40 0.42 0.41 0.29	0.20 0.22 0.23 0.09	0.40 0.42 0.42	0.19 0.24 0.19 ^a	0.39 0.43 0.39
1: 1: 1: 1: <i>社會支持</i> 家庭關係 家人支持 「 財 家庭衝突 「 1:	=次低 25%; 0=其他 =次高 25%; 0=其他 =最高 25%; 0=其他 =遺漏值; 0=其他 「當您有麻煩和煩惱時,可以從家庭(家人)那裡得到滿意的幫 妨嗎?」 =很少如此; 2=有時如此; 3=總是如此。 「過去一年內,您家中有沒有發生下列的事情?(可複選)」	0.19 0.23 0.21 0.10	0.40 0.42 0.41 0.29	0.20 0.22 0.23 0.09	0.40 0.42 0.42	0.19 0.24 0.19 ^a	0.39 0.43 0.39
1: 1: 1: <i>社會支持</i> 家庭關係 家人支持 「 助 1: 家庭衝突 「 1:	=次高 25%; 0=其他 =最高 25%; 0=其他 =遺漏值; 0=其他 「當您有麻煩和煩惱時,可以從家庭(家人)那裡得到滿意的幫 咖嗎?」 =很少如此; 2=有時如此; 3=總是如此。 「過去一年內,您家中有沒有發生下列的事情?(可複選)」	0.21 0.10	0.41 0.29	0.23 0.09	0.42	0.19 ^a	0.39
1: 1: <i>社會支持</i> 家庭關係 家人支持 「 助 1: 家庭衝突 「 1:	=最高 25%; 0=其他 =遺漏值; 0=其他 「當您有麻煩和煩惱時,可以從家庭(家人)那裡得到滿意的幫 协嗎?」 =很少如此; 2=有時如此; 3=總是如此。 「過去一年內,您家中有沒有發生下列的事情?(可複選)」	0.10	0.29	0.09			
1= <i>社會支持</i> 家庭關係 家人支持 「 助 1= 家庭衝突 「 1-	=遺漏值;0=其他 「當您有麻煩和煩惱時,可以從家庭(家人)那裡得到滿意的幫 协嗎?」 =很少如此;2=有時如此;3=總是如此。 「過去一年內,您家中有沒有發生下列的事情?(可複選)」				0.29	0.10	0.30
家庭關係 家人支持 「 助 1- 家庭衝突 「 1-	加嗎?」 =很少如此;2=有時如此;3=總是如此。 「過去一年內,您家中有沒有發生下列的事情?(可複選)」	2.16	0.76	2.09			
家人支持 「 助 1= 家庭衝突 「 1-	加嗎?」 =很少如此;2=有時如此;3=總是如此。 「過去一年內,您家中有沒有發生下列的事情?(可複選)」	2.16	0.76	2.09			
助 1: 家庭衝突 「 1:	加嗎?」 =很少如此;2=有時如此;3=總是如此。 「過去一年內,您家中有沒有發生下列的事情?(可複選)」	2.16	0.76	2.09			
家庭衝突 「 1=	「過去一年內,您家中有沒有發生下列的事情?(可複選)」			2.07	0.75	2.22 ^a	0.76
1=	-						
	- 32	0.27	0.44	0.26	0.44	0.27	0.45
	- 次八之间 / T 時 日 =□語衝突	0.27	0.47	0.32	0.47	0.27	0.43
		0.04	0.47	0.03	0.47	0.04 ^a	
社會關係	一及歷月天 · 厶 · 啞 · 并不回,打不 · 庆八	0.04	0.17	0.05	0.17	0.04	0.20
與鄰居接觸「	「您有多少熟識的鄰居,彼此會到對方家裡坐坐聊聊?」	2.57	1.09	2.64	1.10	2.50 ^a	1.07
	=沒有;2=很少;3=有一些;4=多;5=很多 「過去一年內,您和您的親戚有沒有機會聚在一起?大約多久一	1.29	2.23	1.09	1.99	1.48 ^a	2.44
	7?						
0=	=沒有;1=很少;5.5=兩三個月一次;12=一個月一至三次;52=						
_	一個禮拜一次;104=一個禮拜兩次以上。數值除以 12 代表每月	-	. \				
接	接觸次數。	77/5	* \	\ \			
與朋友聚會「	「過去一年內,您和朋友有沒有常常聚會?」	2.02	2.93	2.24	3.06	1.80 ^a	2.78
	=沒有;1=很少;5.5=兩三個月一次;12=一個月一至三次;52=	1		11			
_	一個禮拜一次;104=一個禮拜兩次以上。數值除以 12 代表每月						
聚	《會次數。						
與人接觸	「您平常一天裡面,從早到晚總共大概跟多少人接觸?(包括點	7.77	2.32	7.66	2.29	7.89 ^a	2.34
頭	頁、打招呼、講話、打電話、寫信、透過電腦網路,對方是認識						
或	以不認識的都算。)」	4		//			
	=0-4 人;7=5-9 人;15=10-19 人;35=20-49 人;75=50-99 人;	Co		/ /			
10	00=100 人以上。數值除以 12 代表每 2 小時接觸人數。		' /				
	「這些人裡面大概有多少是您認識的?」	2.64	2.45	2.81	2.50	2.47 ^a	2.39
	00=幾乎都認識;75=大部分都認識;50=大概一半一半;25=大	7					
	邓分不認識;1=幾乎都不認識。數值除以 100 代表熟識程度百分						
H	nengch!	///					
1		3,8					

資料來源:「台灣社會變遷基本調查計畫」2005 年及 2010 年。 ^ap≤0.05 平均數變異數分析達統計性顯著。

b 因為原住民樣本數太少所以刪除。原住民樣本僅有 38 人,佔總樣本 0.95%。

c 男性家庭管理者沒有樣本。

偏多並不符合最小平方法迴歸模型中變項屬於常態分佈的假定,為了考量這個問題,本研究也於附錄四及附錄五附上了使用 Tobit 迴歸模型以及 Zero-inflated negative binomial(零膨脹負二項)迴歸模型的分析結果。Tobit 迴歸模型以 probit 分析預測應變項在設限與非設限之間的差異(如:0與非0),並以多元迴歸預測非設限部分的變化,Tobit 模型以最大概似法估計以修正最小平方法預測結果的偏誤(Tobin 1958)。在本文的分析中,以0為左設限值(left censored value),1分及以上則為非設限部分。相對於 Tobit 模型假定非0部分的應變項分布為常態分配,且以同一個模型預測應變項的0與非0部分,零膨脹負二項迴歸模型則不假定變項分布為常態分配,且針對過多0分樣本以邏輯迴歸預測一個膨脹的模型,而非0部分則以負二項迴歸預測另一個非膨脹的模型。由於結果大致與OLS的預測結果相同,本文於正文中只說明OLS迴歸模型的分析結果。

(四)潛在研究限制

由於本研究進行的是次級資料的分析,原始問卷題目並非只針對健康生活型態與憂鬱情緒設計。因此一些重要變項之設計,如喝酒行為僅對頻率進行調查而未對飲酒量進行調查、運動也僅對頻率進行調查而未對運動時間長短、強度進行調查,使本文無法明確估算喝酒及運動的各個面向對憂鬱情緒的影響效果以及性別差異。再者,過去研究指出心理資源,如自尊、控制力與憂鬱情緒有關,但由於資料內容並沒有相關題目設計,因此無法控制這些因素。最後,由於資料為兩次橫斷性調查資料的結合,因此所得結果無法做清楚的因果關係判斷。雖然過往研究指出擁有健康生活型態的人較不易有憂鬱傾向,然而心情不好的人較喜歡不健康的生活型態也是有可能的,如憂鬱的人也比較容易抽菸(Covey et al. 1998),因此健康生活型態與憂鬱情緒在因果關係上是不明確的。不過,就像前面所說的,健康生活行為必須是習慣才能對減輕憂鬱有幫助,而社會變遷調查的問法也是請問受訪者「每星期」或「每天」的頻率,本研究認

為受訪者所回答的是他們的習慣,而不是短暫的行為,因此這樣的分析應該還 是能確認健康生活型態與憂鬱情緒的關聯性。



第四章 研究發現

(一) 描述性統計

表一顯示,從樣本憂鬱情緒程度來看,台灣民眾憂鬱程度平均為 3.56 分。 其中,男性憂鬱情緒嚴重程度平均數為 3.25 分,女性為 3.87 分,女性顯著較男性憂鬱。此結果支持本文假設 1,也與過去國內外研究相同。

在主要自變項健康生活型態方面,總樣本平均而言抽菸頻率為 0.76,其中男性的 1.37 為女性平均 0.13 的 10.5 倍,男性的平均值大致在「偶而一兩根」到「每天不到半包」之間,高出女性介於「不抽」到「偶而一兩根」之間的抽菸頻率許多,這樣的結果支持假設 2a,男性比女性更常抽菸。在喝酒的部分,整體頻率為 0.45,介於「從不喝」到「偶而喝」之間,其中男性為 0.63,女性則為 0.25,男性喝酒頻率是女性的 2.5 倍,支持假設 2b,男性比女性更常喝酒。而在運動上,總樣本平均每週運動次數為 2.23 次,男性平均運動頻率為每週 2.38 次顯著較女性的 2.09 次為高,支持假設 2c。以上發現支持本文第二組假設,亦即,在健康生活行為上,雖然男性明顯較女性更常有抽菸與喝酒等不良的生活習慣,但是男性也比女性更常做運動。

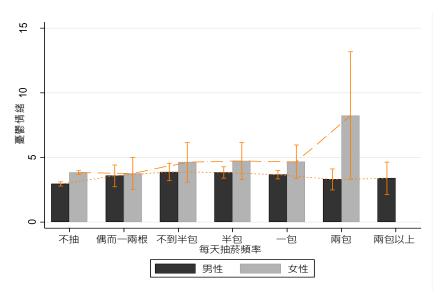
另外,在教育程度方面,男性的平均受教育年數 12.09 年顯著較女性的 10.61 年為高。在婚姻狀態的部分,女性較男性容易有喪偶的情形,有 10%的女性喪偶,此現象可能是因為女性壽命較長,或是由於男性工作風險較高而導致較女性早死亡有關。而未婚的男性較女性多了 9%,則可能是因為男性受教育年數較長而延後婚姻,也可能是樣本中相對於女性年長人口較多,男性年長人口較少,而使年輕未婚男性占男性中較高比例。關於從業身分,男性較女性更可能是受雇者,有 52%的男性是受雇者,然而只有 43%的女性是受雇者,這在雇主、自營業者、退休等從業身分的種類上也可以看到相似的現象。相反地,有高達 23%的女性是家庭管理者,由此可見「男主外,女主內」的大致趨勢。在家戶月收入上,也可以看到在最低 25%的組別中,女性比男性稍高一些,而在

最高 25%的組別中,女性則比男性來的少,女性所擁有的經濟資源較男性來的少。

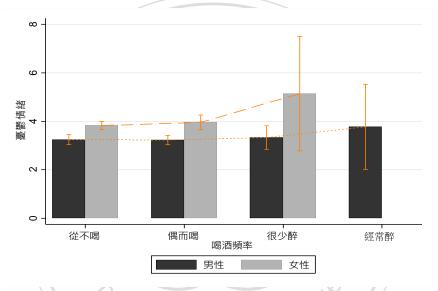
由於男性較常與家庭以外的事物接觸,在社會支持上,可以看到男性較女性更經常與鄰居互動、與朋友聚會,每天接觸的人數也比女性多。女性相較之下則與親戚的互動較多,接觸的人當中熟識的比例也較高,且較男性更常從家人取得支持。男性較常與家庭以外的人接觸、女性則較常從家庭內取得照應、支援的模式,可能是由於男性較女性更常外出工作,更需要與外人互動而導致人際互動頻率的性別差異。此外,雖然樣本比例不高,但女性顯著比男性更常遭遇家庭肢體衝突,可能因此增加女性心情憂鬱的風險。

從以上描述統計中可以發現,在婚姻狀態上,女性較男性可能經歷喪偶。 而在社會經濟地位上,女性的教育程度也較男性低,比男性可能成為非受雇 者,擁有較男性為低的收入。在社會支持的部分,女性則較少與家庭以外的人 互動。此外,女性也比男性少運動。兩性在這些因子上的差異,間接支持了暴 露差異性假設。

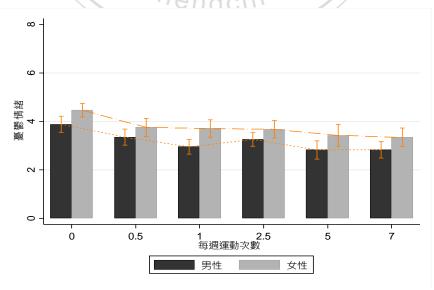
圖二到圖四呈現的是健康生活型態與憂鬱情緒的性別差異趨勢。從圖二可以看到,隨著吸菸頻率越高人們也越憂鬱。喝酒的影響則呈現於圖三,如同吸菸的效果,隨著喝酒的頻率越高,人們也傾向越憂鬱。圖四則是運動的部分,隨著運動頻率越高,人們的憂鬱情緒越低。從這三個圖,可以看到,在沒有控制其他變項之前,吸菸與喝酒有增加憂鬱的趨勢,運動則有降低憂鬱情緒的現象,而且對於兩性有些微不同的效果。然而在控制其他變項之後,這樣的趨勢是否繼續存在,在描述性統計中所發現兩性不同的風險因子是否使女性較男性有較高的憂鬱情緒,以及它們對憂鬱情緒的效果是否男女有別則是接下來的分析重點。



圖二 吸菸頻率與憂鬱情緒的性別差異(含95%信賴區間) 資料來源:「台灣社會變遷基本調查計畫」2005年及2010年



圖三 喝酒頻率與憂鬱情緒的性別差異(含95%信賴區間) 資料來源:「台灣社會變遷基本調查計畫」2005年及2010年



圖四 運動頻率與憂鬱情緒的性別差異(含95%信賴區間) 資料來源:「台灣社會變遷基本調查計畫」2005年及2010年

(二)影響憂鬱情緒的最小平方法迴歸分析

表二為最小平方法(OLS)預測憂鬱情緒的結果。模型 1 中,只加入了性 別與年度別,這個模型的性別差異是 0.614 分,也就是控制年度別之後,女性 較男性憂鬱。模型2到模型10只有加入生活型態變項預測憂鬱情緒。在模型2 的總樣本分析中,可以看到吸菸有加重憂鬱情緒的效果,無論在模型3的男性 樣本分析,或模型4的女性樣本部分都可以看到類似的效果。吸菸對男性及女 性分別有增加憂鬱情緒 0.168 分及 0.325 分的效果,而在總樣本中若增加一單位 的吸菸頻率會增加 0.183 分的憂鬱情緒。模型 5 到模型 7 為預測喝酒的憂鬱情 緒效果的分析。模型 5 總樣本的分析中,喝酒的效果並不顯著,在性別分別的 模型中也是不顯著的。模型 8 到模型 10 僅放入運動頻率變項,在總樣本、男性 及女性樣本的分析中,運動都有顯著降低憂鬱情緒的效果。每週多運動一次, 能降低男性 0.116 分的憂鬱情緒,並使女性憂鬱情緒降低 0.132 分。將這三個生 活型態變項一起放入模型中,模型 11 的變項效果與各別生活型態的效果相同, 吸菸會顯著加重憂鬱情緒,運動會顯著減輕憂鬱情緒,但喝酒則沒有在α=0.05 的水準下達到顯著效果。在模型 12 與模型 13 兩件樣本的分析中,也可以看到 在吸菸、喝酒與運動變項加入之後,吸菸效果稍微降低,運動效果也有降低的 趨勢。三者當中,只有喝酒的效果未達顯著,且在模型中甚至有與預測方向相 反的趨勢,這可能是由於飲酒量的多寡與憂鬱情緒相關,飲酒量少但經常喝對 於壓力與憂鬱的舒緩效果,比經常喝但飲酒量大的人好(National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism 1996),然而測量中並無飲酒量的測量,因此使得 效果方向為負向且不顯著。在這幾個模型中,健康生活型態變項除了喝酒以外 都有顯著的效果,吸菸會增加憂鬱情緒,而運動則會降低憂鬱情緒的發現皆支 持暴露差異性假設。

在模型 14 到 16 中,加入了一些可能的控制變項。在吸菸的部分,影響憂鬱情緒的效果較模型 11 降低了一些,尤其在女性的部份十分明顯,吸菸對女性的顯著效果消失。這表示社會人口變項與社會支持能解釋部分的吸菸效果,對

表二 OLS 迴歸預測憂鬱情緒

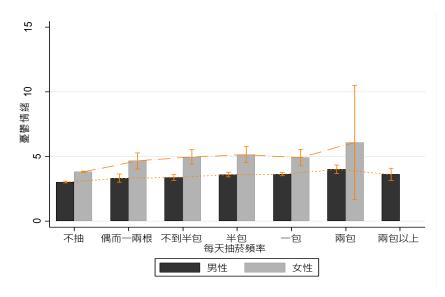
變項	模型 1 總樣本	模型 2 總樣本	模型 3 男性	模型 4 女性	模型 5 總樣本	模型 6 男性	模型 7 女性	模型8 總樣本	模型 9 男性	模型 10 女性	模型 11 總樣本	模型 12 男性	模型 13 女性	模型 14 總樣本	模型 15 男性	模型 16 女性
女性 年度別(2005 年=0)	0.614***	0.841***	-0.168	-0.411**	0.648***		-0.430**	0.578***	-0.198	-0.379*	0.764***	-0.173	-0.380*	0.485***	-0.022	-0.134
<i>生活型態變項</i> 吸菸 喝酒 運動		0.183***	0.168***	0.325**	0.090	0.037	0.229	-0.124***	-0.116***	-0.132***	0.160*** -0.040 -0.113***	0.153*** -0.102 -0.096***	0.296* 0.094 -0.128***	0.077* -0.053 -0.085***	0.115** -0.112 -0.060*	0.026 0.101 -0.112***
<i>社會人口變項</i> 年齡														-0.011+	-0.016*	-0.006
籍貫(本省閩南人=0) 本省客家人 大陸各省市														0.241+ -0.119	0.454* -0.161	0.029 -0.066
婚姻狀況(未婚=0) 已婚 與配偶不同住 離婚或分居 喪偶					/ /	J	政	治	*					-0.020 -0.099 1.208*** 0.400	0.147 0.375 1.026* 0.715	-0.128 -0.476 1.324** 0.025
都市化程度(都市=0) 鄉村 城鎮										. 700				-0.001 -0.345**	0.043 -0.353*	-0.019 -0.311+
教育年數 從業身分(受雇者=0)										州游				-0.064***	-0.037	-0.085***
雇主 自營業者 無酬家屬 失業者 退休 家庭管理者 學生 家戶月收入(最低 25%=0)					2) (E							-0.076 -0.276 -0.560+ 0.377+ 0.035 0.105 -0.189	-0.025 -0.134 -0.488 0.583* -0.001 -0.204	-0.120 -0.336 -0.676+ 0.156 0.186 0.019 -0.089
次低 25% 次低 25% 次高 25% 最高 25% 遺漏值					0		Peng			Vils /				-0.127 -0.317* -0.271+ -0.467*	-0.083 -0.152 -0.154 -0.239	-0.160 -0.513* -0.453+ -0.743**
<i>社會支持</i> 家庭關係 家庭支持					Ó	2/0/			Univ					-0.236***	-0.185*	-0.272**
家庭衝突 家人之間不講話 口語衝突 肢體衝突							/eng	chi						0.973*** 0.702*** 0.961***	0.901*** 0.881*** 0.554	1.074*** 0.506** 1.289***
社會關係 與網房接 與親戚聚聚 與朋友聚 與 與 與 與 入 識程 度														-0.061 -0.031 -0.074*** -0.062** -0.081***	-0.088 -0.024 -0.108*** -0.062* -0.070*	-0.029 -0.036 -0.029 ^a -0.069* -0.090**
常數項 R-squared 樣本數	3.398*** 0.012 3,863	3.137*** 0.018 3,863	3.100*** 0.011 1,961	4.016*** 0.008 1,902	3.341*** 0.012 3,863	3.324*** 0.001 1,961	4.010*** 0.005 1,902	3.683*** 0.021 3,863	3.621*** 0.010 1,961	4.319*** 0.014 1,902	3.455*** 0.025 3,863	3.417*** 0.017 1,961	4.250*** 0.017 1,902	6.102*** 0.103 3,863	5.561*** 0.099 1,961	6.947*** 0.104 1,902

^{***} p<0.001, ** p<0.01, * p<0.05, + p<0.1
a Chow test 達 p<0.05 統計顯著。
資料來源:「台灣社會變遷基本調查計畫」2005 年及 2010 年。

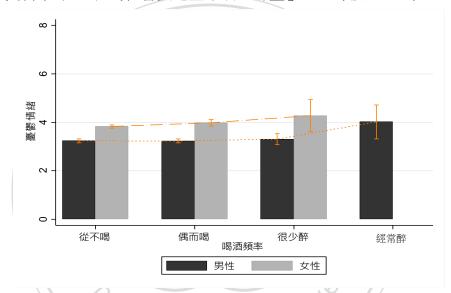
女性而言更是如此。這樣的性別差異與過往的研究不同,過去研究發現經常指 出女性受吸菸的影響較男性大(Husky et al. 2008; Poulin et al. 2004; 劉嘉年 2009),這種不同發現的原因可能是本研究的樣本是台灣成年人口樣本,與 Husky 等人的美國樣本不一樣,也與 Poulin 等人的青少年樣本不同,因此結果 也不大相同。不過,若與劉嘉年在 20-44 歲以及 65 歲以上女性樣本中,發現有 吸菸者比無吸菸者較為憂鬱的發現相比,可能是因為問卷題目設計不同,因而 得到不同的結果。此外,本研究的樣本中也沒有每天吸兩包以上的菸的女性, 這也可能是造成吸菸僅對男性有顯著效果的原因。在喝酒方面,效果依然不顯 著。不過,在運動方面效果則有減弱的現象,顯示社會人口變項與社會支持也 可以解釋部分的運動效果。然而雖然社會人口變項與社會支持能解釋部分的生 活型態變項效果,但健康生活型態變項,尤其是吸菸與運動仍有自己的獨立效 果,支持本文的暴露差異性假設中的假設 3a 與假設 3c。而在吸菸效果上呈現 出的性別差異,雖然並沒有達到統計上的顯著,但由於僅對男性有顯著效果, 也間接支持了脆弱差異性假設中的 4a。在運動效果的性別差異上,雖然也沒有 達到統計上的顯著,但從係數看來,運動對於女性的效果較男性大。原因可能 是樣本中男性比較不憂鬱,因此較難看到男性的運動效果,又或者是女性比較 少運動,而對比較少運動的族群來說,運動對情緒比較有影響力,因此使得運 動的效果對女性較大(Lin et al. 2008)。

圖五到七分別呈現模型 15 與模型 16 中健康生活型態與憂鬱情緒的性別差 異趨勢。圖五顯示出在控制其他變項之後,吸菸仍然有增加憂鬱情緒的趨勢, 且效果(斜率)看似對男性比較大(但是效果的性別差異並未達到顯著)。圖六 則是喝酒效果的趨勢圖,喝酒有增加憂鬱情緒的趨勢,但性別上的差異也未達 顯著。

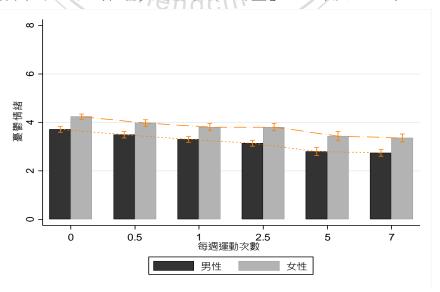
圖七呈現運動的效果趨勢圖,運動仍有助於降低憂鬱情緒,且這樣的效果看似對女性而言比較大一些(但是兩性的斜率差異在α = 0.05的水準之下未達顯著)。



圖五 控制其他變項下,吸菸頻率與憂鬱情緒的性別差異(含95%信賴區間) 資料來源:「台灣社會變遷基本調查計畫」2005年及2010年



圖六 控制其他變項下,喝酒頻率與憂鬱情緒的性別差異(含95%信賴區間) 資料來源:「台灣社會變遷基本調查計畫」2005年及2010年



圖七 控制其他變項下,運動頻率與憂鬱情緒的性別差異(含95%信賴區間) 資料來源:「台灣社會變遷基本調查計畫」2005年及2010年

在模型 14 到 16 中,生活型態變項的效果,除了喝酒部分暴露差異性假設的假設 3b 不受支持之外,吸菸與運動都有達到顯著的效果。假設 3a 所陳述的吸菸會加重憂鬱情緒可以在男性樣本的結果得到支持,而假設 3c 所提出的運動能減輕憂鬱情緒則可以在兩性樣本中得到支持。另外,在檢驗第四組的脆弱差異性假設時,本研究發現生活型態變項的效果在性別之間都沒有達到顯著差異,因而脆弱差異性假設沒有得到整體上的支持。只是由於吸菸僅對男性有顯著效果,而運動對女性有較大的效果,應可以說脆弱差異性仍受到部分支持。

(三)其他控制變項與憂鬱情緒

除了主要自變項的效果之外,在控制變項上也有些有趣的發現。年度別的發現與過去研究相同,2010年較2005的憂鬱情緒低,在控制健康生活型態之後,2010年的效果稍微降低一些,表示台灣民眾的生活型態有較為健康的趨勢。而再控制其他變項之後,年度別的效果就消失了,這樣的結果顯示2010年台灣民眾憂鬱情緒的下降,可能是由於其他變項上的改變所造成。年齡上,過去研究曾指出年長女性較憂鬱,這可能是因為女性的壽命較長,年長女性較容易經歷喪偶,並因此可能感到孤單且失去經濟資源所致(Mirowsky and Ross 2003)。然而,本研究則發現無論男性或女性,隨著年紀增加,憂鬱情緒都會有所改善,而且在男性有顯著效果,只是在女性則不顯著。至可能是由於男性退休後壓力即減輕,但女性就算離開職場仍需要繼續做家務事,因此年長女性較不憂鬱的效果並沒有達到顯著。

籍貫的部分,則可以看到本省客家人較閩南人憂鬱一些,而這樣的效果僅出現在男性身上,也就是說,客家男性顯著較閩南男性憂鬱,而客家女性則沒有這種現象。原因可能來自於客家人由於遷徙與衝突而培養出剛毅的「客家精神」,其中對男性的期待是要有團結心、進取、剛毅、保存文化與傳統等,而且客家男子講究體面,要有知識也要有地位與品格(羅香林 1981[1942];高宗熹1997),可能是因此壓力較大,或因為屬於非主流文化而使他們比較憂鬱。

婚姻狀況對憂鬱情緒也有影響力,離婚與分居的人明顯較未婚者更為憂鬱,不論男性或女性皆然,而從係數來看又對女性的影響稍微大些。原因可能是離婚或分居會使婚姻中的任一方失去情感支持或經濟資源,因而導致憂鬱(Rosenfield and Mouzon 2013),而且這樣的衝擊對女性較男性大。離婚或分居效果的性別差異,雖然未達統計顯著,但仍間接了支持脆弱差異性假設。在居住地區的都市化程度部分,居住在城鎮者相較於住在都市的人不憂鬱,這可能是因為城鎮有一定的生活機能,不像鄉村那麼不方便,但又不會像都市太喧鬧、步調太快,住在城鎮的人因而比較不憂鬱。

在社會經濟地位方面,在教育年數的效果上,從模型 14 的總樣本分析中, 可以看到受教育的年數越長,越不憂鬱,而在性別各別分組的分析上,則可以 看到,教育的减輕效果僅對女性是顯著的,對男性則沒有這種效果。教育的效 果可能是來自於教育能增加人們的控制力 (sense of control), 培養解決問題的 能力,教育不僅能加強溝通能力,也能增加解決問題的信心,使人較不憂鬱 (Mirowsky and Ross 2003)。從業身分對憂鬱情緒的影響,則是那些失業的人 會比受雇者更為憂鬱,且這樣的效果在男性顯著,女性則沒有,然而在家戶月 收入的發現上,則可以看到收入對憂鬱的效果只有在女性樣本中顯著,收入較 高者有較不憂鬱的現象,但在男性則沒有。在教育年數、從業身分,以及家戶 月收入效果的性別差異,可能是來自於女性較少進入職場,或女性較少以工作 做為自我認同的重要來源,而比較常依賴丈夫的收入與職業,以及自己的教育 程度作為社會地位的指標,因此較不受工作影響。但男性的教育程度效果則可 能轉換成從業身分的效果,且由於男性較投入工作,因此受工作的影響較大。 在這些變項效果的性別差異上,雖然一樣未達到統計顯著,但也可說間接支持 了脆弱差異性假設,也就是說,雖然兩性接觸到相似的社會經濟資源,但反應 卻不相同。

在家庭關係變項中,家庭支持能顯著降低憂鬱情緒,而家庭衝突,不管是 家人之間不講話、口語衝突,或是肢體衝突的發生都會加重憂鬱情緒。不過, 肢體衝突的效果在女性較為明顯(男:0.554;女性:1.289***),可能是因為女性較容易成為受傷害的一方,男性則沒有這種現象。肢體衝突效果的性別差異雖然同樣未達顯著,但是卻只有對女性有顯著效果,這樣的發現也間接支持了脆弱差異性假設。

而在社會關係變項的部分,與鄰居和親戚接觸的頻率對憂鬱情緒影響不大,但是與朋友相聚的頻率在總樣本的分析中則有減輕憂鬱的效果,而且這樣的效果實際上是來自男性,對女性則不顯著,且效果在兩性間有顯著差異。這可能是因為兩性與朋友聚會的互動內容有所差別,女性較男性更容易以與他人的關係定義自己,因此較男性更常考慮到他人的感受、更有同情心,也更容易受到他人的困擾所牽連、為他人而擔心(Fivush and Buckner 2000),所以常見到朋友可能也多了些擔心。而與人接觸以及熟識程度也同樣對於憂鬱情緒有降低的效果,無論在男性或女性皆如此。

在家庭關係與社會關係上的結果皆與過去的發現相同(House et al. 1988; 黃毅志 1998;糠明珊 2006),表示人與人的互動頻率越高對憂鬱情緒可能有降 低作用,但由於屬於橫斷性資料,這樣的結果亦有可能是由於較憂鬱的人比較 少與他人互動所導致的。在社會關係上的發現,除了朋友聚會頻率的效果有顯 著的性別差異,支持脆弱差異性以外,其他變項上的發現則大致支持暴露差異 性假設。

以上在其他變項上的發現,除了朋友聚會頻率有顯著的性別差異外,僅有 離婚與分居、教育年數、家戶月收入,以及肢體衝突上有些微效果的性別差 異,因此研究結果大致支持暴露差異性假設。

(四)解釋憂鬱情緒的性別落差

表三呈現的是表二中總樣本憂鬱情緒迴歸模型的解釋變異量以及性別在這些模型的預測效果。第一個模型僅加入年度別與性別變項,性別的原始效果是 0.614,也就是女性比男性平均高出 0.614 分的憂鬱情緒,而此時 R² 只有 0.012

表三 不同憂鬱情緒預測模型的性別效果

模型		性別效果	t 值	\mathbb{R}^2
		(女性=1)		
模型 1:	性別、年度別	0.614	5.98	0.012
模型 2:	性別、年度別、吸菸	0.841	7.49	0.018
模型 5:	性別、年度別、喝酒	0.648	5.99	0.012
模型 8:	性別、年度別、運動	0.578	5.65	0.021
模型 11:	性別、年度別、吸菸、喝酒、運動	0.764	6.64	0.025
模型 14:	性別、年度別、吸菸、喝酒、運動、社會人口變	0.485	3.89	0.103
	項、社會支持			

資料來源:「台灣社會變遷基本調查計畫」2005年及2010年。

。模型 2 再加入了吸菸頻率,性別落差因此增加為 0.841 分,這可能是因為吸菸壓抑了性別與憂鬱情緒之間的關連性。由於抽菸的女性較少,而抽菸又會加重憂鬱情緒,但女性又比男性憂鬱,因此在控制抽菸之後,性別對憂鬱的效果會更明顯。模型 5 加入了喝酒變項,性別差距也比模型 1 增加了一些,而原因大致與吸菸效果相同,即性別效果受到喝酒行為所壓抑。

模型 8 加入運動頻率,此時性別差異縮減一些,由原先的 0.614 降低至 0.578,而 R² 也上升至 2%。這可能是因為女性比較少運動,而女性也比較憂 鬱,因此在控制運動之後,性別與憂鬱情緒之間的關聯性就下降了。模型 11 則 把健康生活型態變項全部加入,不過,整體而言性別效果卻因此上升。可見這 三個健康生活型態的指標,只有運動能降低兩性的憂鬱情緒差距。這樣的發現 也使本文的假設三獲得支持,即性別落差會因為加入吸菸與喝酒而增加,而因 為加入運動而下降。

在接下來的模型中則加入控制變項。模型 14 是加入社會人口變項與社會支持後的模型,性別效果較前一個模型降低了約 36% [(0.485-0.764)/0.764=-0.365],而 R² 也上升到 10.3%。可以看到家庭背景、社經地位,以及社會支持與憂鬱的性別落差是相連結的,若能減少兩性在這些社會位置上的差距,也有助於降低憂鬱情緒的性別落差。而在控制社經地位和社會支持之後,性別間的

憂鬱情緒落差不會像表面看起來那麼大,女性只比男性高出 0.485 分的憂鬱情緒。



第五章 結論與討論

(一) 結論

根據暴露差異性和脆弱差異性假設,本文檢驗了健康生活型態與憂鬱情緒的關聯性,並進一步確認這種關聯性是否存在性別差異。本研究發現健康的生活型態如運動與較低的憂鬱情緒顯著相關,而抽菸則與較高的憂鬱情緒相關,喝酒的效果則不明顯。雖然是橫斷性資料的發現,但人們可能可以透過做運動來抒發壓力、降低憂鬱(Ensel and Lin 2004),而吸菸則由於尼古丁會影響神經傳遞物質的分泌導致憂鬱(Boden et al. 2010)。不過,飲酒習慣則由於飲酒量不明確較難瞭解其對憂鬱的影響。整體而言,有健康生活型態的台灣民眾較不憂鬱。本文在性別的發現對於哪些人擁有健康的生活型態、哪些因素容易導致憂鬱情緒,而這些因素產生的效果又有什麼差異,提供部分的回答。

首先,本研究發現台灣男性較女性更常運動但也更常抽菸、喝酒,且兩性健康生活型態落差能部分解釋男女在憂鬱情緒上的差異,支持暴露差異性假設。在總樣本的分析結果中,抽菸會增加憂鬱情緒,喝酒的效果未達顯著,運動則會降低憂鬱情緒。至於在性別差異部分,雖然抽菸與喝酒的加入會增加憂鬱情緒的性別差異,但運動的加入則會降低性別差異。也就是說,男女間的憂鬱情緒差異部分是由於接觸運動的頻率不同而造成的。

另外,在男女分別樣本的結果上,抽菸會顯著增加男性的憂鬱情緒,但對女性則否,這樣的效果與過往研究有所差異(Husky et al. 2008; Poulin et al. 2004; 劉嘉年 2009),可能是因為樣本來源與組成不同,或是變項操作方式不同所致。此外,也有可能是因為樣本中大量吸菸的女性樣本較少所造成。

運動對憂鬱的效果也有性別間的差異。對於女性而言,運動對憂鬱情緒的 降低效果相對較大一些。雖然效果的性別差異未達統計顯著,但這樣的結果也 部分支持了脆弱差異性假設。原因可能是女性比較少運動,而對比較少運動的 族群來說,運動對情緒比較有影響力,因此使得運動的效果對女性較大(Lin et al. 2008)。也可能與 Ransford 和 Palisi (1996)發現運動對老年人的效果較好的原因類似,由於社會普遍認為運動有助身心,因此在運動較少的女性族群中,若其中有些人較常運動的話,這些有運動的人可能會覺得自己與眾不同而比較快樂。

再者,雖然性別效果在最終模型 14 和原始模型 1 相比減少了約兩成,但女性較男性為憂鬱的預測結果依然顯著存在,因此除了生活型態因素以及其他的社會人口因素、社會支持因素外,女性與男性之間的憂鬱落差可能來自於其他因素而未被本研究所涵蓋。而在其他變項上,與朋友聚會頻率對於憂鬱情緒有顯著的性別差異,離婚與分居、教育年數等則有些微的效果差異,也都說明了男女性對於相同的事物可能有不同情緒反應,間接支持了脆弱差異性假設。這樣的反應差異可能來自於社會化過程的性別差異,或者是因為性別不同的情緒表達方式(Mirowsky and Ross 2003),甚至由於生理結構上的不同所造成(Nolen-Hoeksema 1987)。但是,除了朋友聚會頻率的效果有達到性別差異之外,其他所有變項上的性別差異都沒有達到統計顯著。因此,暴露差異性假設整體而言受到本研究的研究結果所支持,而脆弱差異性則只有受到部分的支持,這也再次指出社會因素與生心理因素的互補性。不過,由於本研究並沒有直接測量抽菸、喝酒,及運動後的生理、情緒反應,只以變項的性別差異作為間接指標,因此脆弱差異性假設較不受到支持也可能是由於測量上的問題所致。

除了本文所關注的健康生活型態之外,研究結果也指出在控制其他變項下,憂鬱情緒的性別落差下降許多,所以當女性能夠取得較好的社會經濟地位、得到較多家庭支持與社會支持時,憂鬱情緒是會下降的。因此多鼓勵女性運動,給予女性更多機會取得資源,相信對降低女性的憂鬱症狀會有所幫助。

最後,政府若能促進民眾擁有健康的生活型態,鼓勵民眾運動、戒菸,如 增加公立運動中心並加強宣導戒菸,將有助於民眾舒緩憂鬱情緒。而性別上的 憂鬱落差,則可透過多鼓勵女性運動、舉辦女性為主的運動賽事加以降低。近 年來隨著台灣女性從事運動的人口成長,女性開始從事阻力少的微運動,也因為重視線條、喜歡結伴、講究流行而開始有女性運動的風潮(康健雜誌 2013 年 2 月),這對於台灣女性憂鬱情緒的降低可能是會有幫助的。生活型態上的差異對台灣民眾憂鬱情緒的影響,雖然部分可能是由於脆弱差異性所造成,但社會因素所造成的暴露風險性不平等,若能透過公部門適度的提供機會,也可能使得健康的生活型態成為人們的生活選擇,養成健康的習慣,降低憂鬱情緒。

(二)討論

針對本文的分析,以下有六點討論。首先,由於樣本中並沒有一天吸菸「兩包以上」的女性,也沒有「經常喝,經常醉」的女性,無法得知女性若吸兩包以上的菸、經常醉的話對憂鬱情緒的影響如何,這可能會使男女比較時的基準不同。針對這個問題,本文在另外的補充分析(未呈現在本文)中將樣本限制在吸菸兩包以下(含兩包),而喝酒則限制在「經常喝,很少醉」以下,以OLS 迴歸預測憂鬱情緒,分析結果與正文中的發現沒有差異,抽菸仍然對男性的效果較大,喝酒依然沒有顯著效果。

第二,為了處理憂鬱情緒分配不常態的問題,本文在附錄四呈現 Tobit 迴歸的結果,此結果大致與 OLS 迴歸的結果相同,些微的不同處在於男性失業者並沒有顯著較受雇者憂鬱,不過失業的效果仍然是正向的,表示失業者有較為憂鬱的趨勢。但不顯著的結果也表示,如果是有憂鬱情緒的失業者,與有憂鬱情緒的受雇者的憂鬱情緒差異也許沒有那麼大。在附錄五中則呈現 Zero-inflated negative binomial(零膨脹負二項)迴歸的結果,雖然有些不一樣的發現,但在主要變項上則差異不大。如在族群上,客家男性的效果不顯著。在婚姻狀態上,離婚或分居對於兩性非 0 部分的預測效果對男性稍微較大,喪偶對於女性則有顯著較容易成為非 0 分的效果。在從業身分的部分,雇主身分較容易使女性在憂鬱情緒上得到 0 分,與對男性的效果方向相反。但在健康生活型態的部分,吸菸對男性非 0 的部分有些微增加憂鬱情緒的效果,但對是否為 0 的效果

則不顯著。而運動則能顯著降低非 0 部分的憂鬱情緒,且顯著地較能在憂鬱情緒上得到 0 分,對於女性的效果又較大。由此可見對於主要自變項的部分,此分析的結果與 OLS 迴歸的結果也大致相同。

第三,本文使用 2005 及 2010 年的社會變遷調查資料進行分析,彙總資料的結果支持本研究假設。至於在各別年度的分析中,健康行為在 2005 年的分析並未達顯著,但係數的符號與預期相同,而在 2010 年的分析中,健康行為的效果則達顯著並更能夠支持本文的假設。雖然本研究的年度別在最後並未達統計顯著,但是彙總資料的分析有助於回答生活型態與憂鬱情緒相關的社會變遷問題。

第四,在其他變項上,有關身體健康狀況與憂鬱情緒之間關係的研究指出,可能是身體狀況不佳導致不健康的生活型態,如:不運動。然而,在本研究的分析結果指出,身體不適與運動之間只有-0.04的相關,相關程度不高,對於運動效果的影響較小(參考附錄三),因此為了釐清身體健康與憂鬱情緒的關係,分析結果也在附錄中呈現。附錄六的分析結果可以看到,身體不適的人比較憂鬱,在男性與女性樣本分析中也都有如此現象。這樣的發現與過往研究相同(Fu et al. 2012;劉嘉年 2009),身體上的障礙若影響到日常作息,可能會顯著影響民眾的心理健康、使人憂鬱。其原因可能在於不健康的人會因無法像以前一樣活動自如而感到洩氣與疲倦,並對未來感到無望且害怕死亡所造成(Hayes and Ross 1986)。

第五,至於疏離感對憂鬱情緒的影響,也由於因果關係的考量,以及已有 社會支持變項作為代理變項,本文在正式分析中捨棄疏離感變項,僅在附錄六 中加入疏離感變項。附錄六與正文分析結果不同的地方,在於教育年數的效果 是不顯著的,這表示疏離感能解釋教育的效果。有些學者指出這是因為教育程 度越高的人,擁有較多面對問題的信心與能力,因此對生活中所發生的事物有 較高的控制力,而較不易感到無法控制事物的疏離感(Mirowsky and Ross 2003)。所以,在加入疏離感變項後,疏離感能解釋教育的效果。 最後,在年齡變項部分,雖然過去研究指出年齡的效果有非線性的關係,如 Mirowsky (1996) 曾指出,隨著年紀增加,男性與女性間的憂鬱情緒差距可能更大。而本研究曾在補充的分析(未呈現在本文)中嘗試放入年齡平方項,在性別各別的最終模型中也有看到類似的現象,如對於男性而言,年齡越大者越不憂鬱,但中年的男性是較為憂鬱的;對女性而言則有接近相反的趨勢,年紀大的女性較憂鬱而年輕女性較不憂鬱。然而,這樣的效果並不穩定,可能是與其他變項高度相關所導致,因此本文最後選擇僅放入年齡的線性效果,而未放入年齡平方項。



參考文獻

- 內政部統計處,2015,戶政統計。http://statis.moi.gov.tw/micst/stmain.jsp?sys=10 0,取用日期:2015年6月14日。
- 台灣自殺防治學會,2007,〈自殺與精神疾病〉。http://www.tspc.doh.gov.tw/tspc/portal/howdo/index.jsp?sno=78,取用日期:2013 年 02 月 18 日。
- 行政院主計總處,2015,人力資源主要指標。http://statdb.dgbas.gov.tw/pxweb/Dialog/varval.asp?ma=LM0107A1M&ti=%A4H%A4O%B8%EA%B7%BD%A5D%ADn%AB%FC%BC%D0-%A4%EB&path=../PXfile/LaborForce/&lang=9&strList=L,取用日期:2015 年 6 月 14 日。
- 行政院體育委員會,2005-2012,《運動城市調查報告》。
- 周玉慧、朱瑞玲,2008。〈變遷中的台灣民眾心理需求疏離感與身心困擾〉。 《台灣社會學刊》41:59-95。
- 東森新聞雲,2013,〈台灣女性最不愛動!運動不足率高居34個先進國家之 冠〉。http://www.ettoday.net/news/20130806/251531.htm,取用日期:2015 年3月24日。
- 胡凱揚、莊睿宸,2011,〈運動與憂鬱症〉。《大專體育》,112:40-46。
- 范綱華,2010,〈台灣勞動人口憂鬱情緒與社經地位關聯的變遷
 - (1990~2005)〉。頁 399-420,於王宏仁、龔宜君主編,《台灣的社會學想像》。台北:巨流圖書。
- 高宗熹,1997,《客家人:東方的猶太人》。台灣:武陵出版。
- 康健雜誌,2012,〈愛運動 找到妳的新力量〉。2013年2月,第171期: 165-172。
- 張家銘,2006,〈正視憂鬱症所造成的社會經濟負擔〉。http://www1.cgmh.org. tw/intr/intr2/c3360/E_CCM(Depression_ec).htm,取用日期:2015年3月29日。

- 張淑紅、蕭芝殷、吳思儀、張嫚純、林婉如,2005,〈運動與憂鬱症狀相關之 研究-以台大學生為例〉。《醫護科技學刊》7(3):258-266。
- 黃毅志,1998,〈社會階層、社會網絡與心理幸福〉。《臺灣社會學刊》21: 171-210。
- 劉嘉年,2009,〈社會經濟狀況、一般健康狀態、健康行為與社區成年民眾憂鬱情緒的關係〉。《臺灣公共衛生雜誌》28(4):300-311。
- 衛生福利部統計處,2014,103 年度死因統計。
- 糠明珊,2006,〈個人背景與社會支持對台灣成年人心理健康影響之探討〉。 《中華家政學刊》39:47-63。
- 羅香林,1981[1942],《客家研究導論》。台北:眾文圖書。
- 蘇維杉,2009,《運動社會學》。台中:華都文化出版。
- Aneshensel, C. S., and G. J. Huba, 1983, "Depression, Alcohol Use, and Smoking Over One Year: A Four-Wave Longitudinal Causal Model." *Journal of Abnormal Psychology* 92(2): 134-150.
- Bebbington, P. E., 1996, "The Origins of Sex Differences in Depressive Disorder: Bridging the Gap." *International Review of Psychiatry* 8:295-332.
- Blaxter, Mildred, 1990, Health and Lifestyles. London: Tavistock.
- Boden, Joseph M., David M. Fergusson, and L. John Horwood, 2010, "Cigarette Smoking and Depression: Tests of Causal Linkages Using a Longitudinal Birth Cohort." *The British Journal of Psychiatry* 196(6): 440-446.
- Bouchard, C., S. Blair, and W. Haskell, eds., 2007, *Physical Activity and Health*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Bourdieu, Pierre, 1984, *Distinction*. Translated by Richard Nice. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Caldwell, T. M., B. Rodgers, A. F. Jorm, H. Christensen, P. A. Jacomb, A. E. Korten, and M. T. Lynskey, 2002, "Patterns of Association Between Alcohol

- Consumption and Symptoms of Depression and Anxiety in Young Adults." *Addiction* 97(5): 583-594.
- Chan, A.L., T.C. Yang, J.X. Chen, L.H. Yu, and H.W. Leung, 2006, "Cost of Depression of Adults in Taiwan." *International Journal of Psychiatry Medicine* 36: 131-5.
- Chen, C. S., H.Y. Tsang, M.Y. Chong, and T.C. Tang, 2000, "Validation of the Chinese Health Questionnaire (CHQ-12) in Community Elders." *Kaosiung Journal of Medical Science* 16: 559-565.
- Cheng, T. A., and P. Williams, 1986, "The Design and Development of a Screening Questionnaire (CHQ) for Use in Community Studies of Mental Disorders in Taiwan." *Psychological Medicine* 16(2): 415-422.
- Cheng, T. A., J. T. Wu, M. Y. Chong, and P. Williams, 1990, "Internal Consistency and Factor Structure of the Chinese Health Questionnaire." *Acta Psychiatrica Scandinavica* 82: 304–308.
- Choi, N. G., and D. M. DiNitto, 2011, "Heavy/Binge Drinking and Depressive Symptoms in Older Adults: Gender Differences." *International Journal of Geriatric Psychiatry* 26(8): 860-868.
- Cockerham, W. C., 2005, "Health Lifestyle Theory and the Convergence of Agency and Structure." *Journal of Health and Social Behavior* 46(1): 51-67.
- Cockerham, W. C., 2012, *Medical Sociology*, 12th ed. Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall.
- Covey, L. S., A. H. Glassman, and F. Stetner, 1998, "Cigarette Smoking and Major Depression." *Journal of Addictive Diseases* 17(1): 35-46.
- Denton, M., S. Prus, and V. Walters, 2004, "Gender Differences in Health: a Canadian Study of the Psychosocial, Structural and Behavioural Determinants of Health."

 Social Science & Medicine 58(12): 2585-2600.

- Doll, R., and A.B. Hill, 1954, "The Mortality of Doctors in Relation to Their Smoking Habits." *British Medical Journal* 1(4877): 1451-1455.
- Dunn, Andrea L., Madhukar H. Trivedi, and Heather A. O'Neal, 2001, "Physical Activity Dose-Response Effects on Outcomes of Depression and Anxiety."

 Medicine & Science in Sports & Exercise 33: S587-97.
- Ensel, W. M., and N. Lin, 2004, "Physical Fitness and the Stress Process." *Journal of Community Psychology* 32(1), 81-101.
- Fivush, Robyn, and Janine P. Buckner, 2000, "Chapter 11. Gender, Sadness, and Depression: The Development of Emotional Focus through Gendered Discourse." Pp.232-253 in *Gender and Emotion: Social Psychological Perspectives*, edited by A. Fischer. London: Cambridge University Press.
- Flensborg-Madsen, T., M. B. von Scholten, E. M. Flachs, E. L. Mortensen, E.
 Prescott, and J. S. Tolstrup, 2011, "Tobacco Smoking as a Risk Factor for Depression. A 26-Year Population-Based Follow-Up Study." *Journal of Psychiatric Research* 45(2): 143-149.
- Fu, T. S.T., C.S. Lee, D. Gunnell, W.C. Lee, and A. T. A. Cheng, 2012, "Changing Trends in the Prevalence of Common Mental Disorders in Taiwan: a 20-year Repeated Cross-sectional Survey." *The Lancet* 381(9862): 235-41.
- Garfield, C. F., A. Isacco, and T. E. Rogers, 2008, "A Review of Men's Health and Masculinity." *American Journal of Lifestyle Medicine* 2(6): 474-487.
- Glassman, A. H., 1993, "Cigarette Smoking: Implications for Psychiatric Illness." *The American Journal of Psychiatry* 150(4): 546-553.
- Grant, B. F., D. A. Dawson, F. S. Stinson, S. P. Chou, M. C. Dufour, and R. P. Pickering, 2004, "The 12-month Prevalence and Trends in DSM-IV Alcohol Abuse and Dependence: United States, 1991–1992 and 2001–2002." *Drug and Alcohol Dependence* 74(3): 223-234.

- Grunberg, N. E., S. E. Winders, and M. E. Wewers, 1991, "Gender Differences in Tobacco Use." *Health Psychology* 10(2): 143-153.
- Gurung, Regan, 2010, *Health psychology: A Cultural Approach*. Belmont, CA: Wadsworth, Cengage Learning.
- Hartka, E., B. Johnstone, E. V. Leino, M. Motoyoshi, M. T. Temple, and K. M.Fillmore, 1991, "A Meta-analysis of Depressive Symptomatology and Alcohol Consumption Over Time." *British Journal of Addiction* 86(10): 1283-1298.
- Hayes, D., and C. E. Ross, 1986, "Body and Mind: The Effect of Exercise,

 Overweight, and Physical Health on Psychological Well-Being." *Journal of Health and Social Behavior* 27(4): 387-400.
- Hillman, Charles H., Kirk I. Erickson, and Arthur F. Kramer, 2008, "Be Smart,

 Exercise Your Heart: Exercise Effects on Brain and Cognition." *Nature Reviews*Neuroscience 9(1): 58-65.
- Hochschild, A. M., and A. Machung, 1989, *The Second Shift: Working Parents and the Revolution at Home*. Avon Books: New York.
- Holmila, M., and K. Raitasalo, 2005, "Gender Differences in Drinking: Why Do They Still Exist?" *Addiction* 100(12): 1763-1769.
- Hopcroft, Rosemary L., and Dana Burr Bradley, 2007, "The Sex Difference in Depression Across 29 Countries." *Social Forces* 85(4): 1483-1507.
- House, J. S., K.R. Landis, and D. Umberson, 1988, "Social Relationship and Health." *Science* 241(4865), 540-545.
- Hunter, David, 2009, But Smoking Makes Me Happy: The Link Between Nicotine and Depression. Broomall, PA.: Mason Crest Publishers.
- Husky, M. M., C. M. Mazure, P. Paliwal, and S. A. McKee, 2008, "GenderDifferences in the Comorbidity of Smoking Behavior and Major Depression."Drug and Alcohol Dependence 93(1): 176-179.

- Inaba, A., P. A. Thoits, K. Ueno, W. R. Gove, R. J. Evenson, and M. Sloan, 2005, "Depression in the United States and Japan: Gender, Marital Status, and SES Patterns." *Social Science & Medicine* 61(11): 2280-2292.
- Kelly, John Robert, 1987, Freedom to Be: A New Sociology of Leisure. NY: Macmillan.
- Kessler, R. C., P. Berglund, O. Demler, R. Jin, D. Koretz, K. R. Merikangas, ... & P. S.
 Wang, 2003. "The epidemiology of major depressive disorder: results from the
 National Comorbidity Survey Replication (NCS-R)." *JAMA*, 289(23): 3095-3105.
- Kessler, Ronald C., K. A. McGonagle, M. Swartz, D. G. Blazer, and C. B. Nelson, 1993, "Sex and Depression in the National Comorbidity Survey I: Lifetime Prevalence, Chronicity and Recurrence." *Journal of Affective Disorders* 29(2): 85-96.
- Kessler, Ronald C., R.M. Crum, L.A. Warner, C.B. Nelson, J. Schulenberg, and J.C. Anthony, 1997, "Lifetime Co-occurrence of DSM-III-R Alcohol Abuse and Dependence with Other Psychiatric Disorder in the National Comorbidity Survey." *Archives of General Psychiatry* 54: 313-321.
- Klungsøyr, O., J. F. Nygård, T. Sørensen, and I. Sandanger, 2006, "Cigarette Smoking and Incidence of First Depressive Episode: An 11-Year, Population-based Follow-up Study." *American Journal of Epidemiology* 163(5): 421-432.
- Li, P. L., S. Logan, L. Yee, and S. Ng, 1999, "Barriers to Meeting the Mental Health Needs of the Chinese Community." *Journal of Public Health* 21(1): 74-80.
- Lin, Linda, R.P. Halgin, A.D. Well, and I. Ockene, 2008, "The Relationship between Depression and Occupational, Household, and Leisure-time Physical Activity." *Journal of Clinical Sport Psychology* 2(2): 95-107.
- Manninen, L., K. Poikolainen, E. Vartiainen, and T. Laatikainen, 2006, "Heavy

- Drinking Occasions and Depression." Alcohol and Alcoholism 41(3): 293-299.
- McTeer, W., and J. Curtis, 1993, "Sport and Physical Activity and Subjective Well Being: National Panel Data for the U.S." *International Review for the Sociology of Sport* 28(4): 397-412.
- Mirowsky, J., 1996, "Age and the Gender Gap in Depression." *Journal of Health and Social Behavior* 37: 362–380.
- Mirowsky, J., and C. E. Ross, 2003, *Social Causes of Psychological Distress* (2 ed.).

 New York: Walter de Gruyter, Inc.
- Morris, J. N., A. Kagan, D. C. Pattison, M. J. Gardner, and P. A. B. Raffle, 1966, "Incidence and Prediction of Ischaemic Heart-disease in London Busmen." *The Lancet* 2: 553–559.
- Muraki, Satoshi, Maehara T, Ishii K, Ajimoto M, Kikuchi K, 1993, "Gender Difference in the Relationship between Physical Fitness and Mental Health." *The Annals of Physiological Anthropology* 12(6): 379-384.
- National Center for Health Statistics, 2007, *Health, United States*, 2007, *With Chartbook on Trends in the Health of Americans*. Hyattsville, MD.
- National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism, 1996, "Alcohol and Stress." *Alcohol Alert*, 32: 363.
- Nettleton, Sarah, 2006, *The Sociology of Health and Illness*, 2nd ed. Cambridge: Polity Press.
- Nixon, Howard L., and James H. Frey, 1996, A Sociology of Sport. Cengage Learning.
- Nolen-Hoeksema, S., 1987, "Sex-differences in Unipolar Depression--Evidence and Theory." *Psychological Bulletin* 101(2): 259-282.
- Nomaguchi, K. M., and S. M. Bianchi, 2004, "Exercise Time: Gender Differences in the Effects of Marriage, Parenthood, and Employment." *Journal of Marriage* and Family 66(2): 413-430.

- Piccinelli, Marco, and Greg Wilkinson, 2000, "Gender Differences in Depression Critical Review." *The British Journal of Psychiatry* 177(6): 486-492.
- Pietraszek, M. H., T. Urano, K. Sumioshi, K. Serizawa, S. Takahashi, Y. Takada, and A. Takada, 1991, "Alcohol-induced Depression: Involvement of Serotonin." Alcohol and Alcoholism 26(2): 155-159.
- Poulin, C., D. Hand, B. Boudreau, and D. Santor, 2005, "Gender Differences in the Association Between Substance Use and Elevated Depressive Symptoms in a General Adolescent Population." *Addiction* 100(4): 525-535.
- Ransford, H. E., and B. J. Palisi, 1996, "Aerobic Exercise, Subjective Health and Psychological Well-being within Age and Gender Subgroups." *Social Science & Medicine* 42(11): 1555-1559.
- Read, J. G., and B. K. Gorman, 2010, "Gender and Health Inequality." *Annual Review of Sociology* 36: 371-86.
- Room, R., T. Babor, and J. Rehm, 2005, "Alcohol and Public Health." *The Lancet* 365(9458): 519-530.
- Rosenfield, S., and D. Mouzon, 2013, "Gender and Mental Health." Pp. 277-296 in Handbook of the Sociology of Mental Health, edited by C. S. Aneshensel, J. C. Phelan and A. Bierman. Netherlands: Springer.
- Ross, C. E., and C. E. Bird, 1994, "Sex Stratification and Health Lifestyle:

 Consequences for Men's and Women's Perceived Health." *Journal of Health and Social Behavior* 35(2): 161-178.
- Thirlaway, K., and D. Upton, 2009, *The Psychology of Lifestyle: Promoting Healthy Behavior*. NY: Routledge.
- Tobin, J., 1958, "Estimation of Relationships for Limited Dependent Variables." Econometrica: Journal of the Econometric Society 26(1): 24-36.
- Tsai, Y.-W., T.-I. Tsai, C.-L. Yang, and K. N. Kuo, 2008, "Gender Differences in

- Smoking Behaviors in an Asian Population." *Journal of Women's Health* 17(6): 971-978.
- U.S. Department of Health and Human Services, Office of Disease Prevention and Health Promotion, U.S. Department of Health and Human Services, and Office of Disease Prevention and Health Promotion, 2008, *Physical activity guidelines* for Americans. Washington, DC: HHS.
- Umberson, D., M. C. D. Chen, J. S. House, K. Hopkins, and E. Slaten, 1996, "The Effect of Social Relationships on Psychological Well-being: Are Men and Women Really so Different?" *American Sociological Review* 61(5): 837-857.
- Van de Velde, Sarah, Piet Bracke, and Katia Levecque, 2010, "Gender Differences in Depression in 23 European Countries. Cross-national Variation in the Gender Gap in Depression." *Social Science & Medicine* 71(2): 305-313.
- Waldron, I., 1991, "Patterns and Causes of Gender Differences in Smoking." *Social Science & Medicine* 32(9): 989-1005.
- Wiesbeck, G.A., H.C. Kuhl, Ö. Yaldizli, and F.M. Wurst, 2008, "Tobacco Smoking and Depression–Results from the WHO/ISBRA Study." *Neuropsychobiology* 57:26–31.
- Wilsnack, R. W., N. D. Vogeltanz, S. C. Wilsnack, and T. R. Harris, 2000, "Gender Differences in Alcohol Consumption and Adverse Drinking Consequences:

 Cross-Cultural Patterns." *Addiction* 95(2): 251-265.
- World Health Organization, 1986, "Lifestyles and Health." *Social Science & Medicine* 22: 117-24.
- World Health Organization, 2003, "Investing in Mental Health." Geneva, Switzerland:

 Department of Mental Health and Substance Dependence.
- World Health Organization, 2006, "Gender Disparities in Mental Health."

 Washington, DC: Department of Mental Health and Substance Dependence.

Zhang, J. and S. T. Yen, 2015, "Physical Activity, Gender Difference, and Depressive Symptoms." *Health Services Research* (online version). DOI: 10.1111/1475-6773.12285



		總	業本	男	性	女	性
	變項描述	平均數	標準差	平均數	標準差	平均數	標準差
疏離感							
人際疏離感	「以下是關於平時生活的想法或感受,請問您贊不贊成下列的說						
	法?(1)人們的想法隨時在改變,真不知道還有什麼東西可以把						
	握。;(2)人與人之間已經沒有可靠而值得信任的關係了。;(3)除						
	非碰上了好運,一個人很難升官發財。;(4)做人實在沒有什麼意						
	義。;(5)公眾的事不好辦,所以最好不要插手。;(6)為了避免麻						
	煩,鄰居間還是少來往為妙。」						
	各問題皆有六答項:1=非常不贊成;2=不贊成;3=有點不贊成;4=						
	還算贊成;5=贊成;6=非常贊成;其他=遺漏值。六題加總計分。						
	1=最低 25%;0=其他	0.28	0.45	0.30	0.46	0.27	0.44
	1=次低 25%;0=其他	0.21	0.41	0.21	0.41	0.20	0.40
	1=次高 25%;0=其他	0.22	0.41	0.22	0.41	0.21	0.41
	1=最高 25%;0=其他	0.18	0.38	0.17	0.38	0.18	0.39
	1=遺漏值;0=其他	0.12	0.32	0.10	0.30	0.13 ^a	0.34
社會疏離感	「以下是關於平時生活的想法或感受,請問您贊不贊成下列的說						
	法?(1)一般公民也可以影響政府的決策。;(2)只要經常提出意						
	見,像我們這樣的人也能影響社會的發展。;(3)只要大家努力去						
	做,社會與政治的改進並不是難事。」						
	各問題皆有六答項:1=非常贊成;2=贊成;3=還算贊成;4=有點不						
	贊成;5=不贊成;6=非常不贊成;其他=遺漏值。六題加總計分。						
	1=最低 25%;0=其他	0.26	0.44	0.27	0.44	0.25	0.43
	1=次低 25%;0=其他	0.28	0.45	0.28	0.45	0.28	0.45
	1=次高 25%;0=其他	0.21	0.41	0.20	0.40	0.21	0.41
	1=最高 25%;0=其他	0.18	0.38	0.20	0.40	0.16 ^a	0.37
	1=遺漏值;0=其他	0.08	0.26	0.05	0.22	0.10 ^a	0.30
建健康狀況							
身體不適	「您最近兩星期以來,曾經因為身體不適或受傷而影響到日常作息	0.23	0.42	0.20	0.40	0.27 ^a	0.44
	(如唸書、工作、家事)嗎?」	Y	? /				
	0=沒有身體不適或受傷;1=稍有影響、頗有影響、影響很大。	(6)		/			
			_//				

附錄二 疏離感因素分析 a

變	項名稱	因素一 b	因素二
1.	人們的想法隨時在改變,真不知道還有什麼東西可以 把握。	0.4475	-0.2985
2.	人與人之間已經沒有可靠而值得信任的關係了。	0.6414	-0.3512
3.	除非碰上了好運,一個人很難升官發財。	0.6509	-0.1895
4.	做人實在沒有什麼意義。	0.5921	-0.2756
5.	公眾的事不好辦,所以最好不要插手。	0.6095	-0.1492
6.	為了避免麻煩,鄰居間還是少來往為妙。	0.4936	-0.2566
7.	一般公民也可以影響政府的決策。	0.3787	0.6568
8.	只要經常提出意見,像我們這樣的人也能影響社會的 發展。	0.4991	0.6581
9.	只要大家努力去做,社會與政治的改進並不是難事。	0.4853	0.5888
	Eigenvalue	2.63	1.62
	Cronbach's \alpha	0.69	0.68

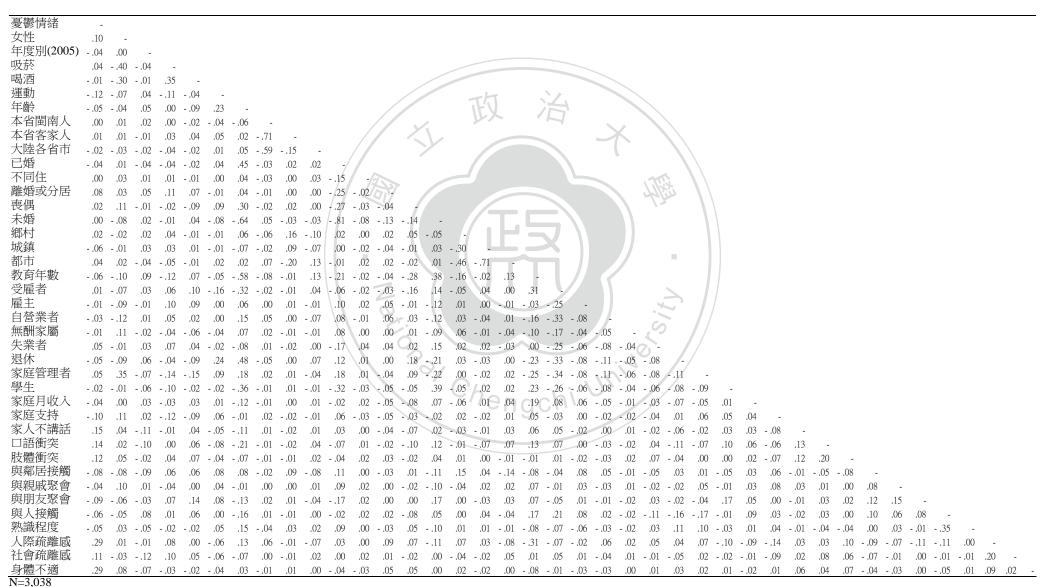
Za Chengchi University

N=3,306

a 未轉軸。

b因素一重新命名為人際疏離感。因素二重新命名為社會疏離感。 資料來源:「台灣社會變遷基本調查計畫」2005 年及 2010 年。

喝酒 運動 社會疏離 年度別 吸菸 年齡 閩南 城鎮 女性 鄉村 受雇者 自營業者 無酬家屬 肢體衝突 熟識程度 客家人 已婚 不同住 雇主 憂鬱情緒 雕婚分居 喪偶 未婚 都市 教育年數 失業者 學生 家庭支持 與鄰居接觸 與親戚聚會 人際疏離 入陸 **豕庭管理者 豕庭月收入** 州友聚會 |語衝突 (人接觸 人不講話



資料來源:「台灣社會變遷基本調查計畫」2005年及2010年。

附錄四 Tobit 迴歸預測憂鬱情緒 a

女性 年度別(2005年=0) 0.579*** -0.045 0.042 -0.095 生産型態變項 吸菸 吸菸 電酒 事動 0.094* -0.012* -0.011*** 0.143*** -0.077* -0.148*** 0.051 -0.128 -0.118 -0.017* -0.018* 0.051 -0.128 -0.018 -0.019* -0.007* -0.019* -0.006 0.144 -0.006 辞書 (本書等人 大陸各首市	參項	總樣本	男性	女性
#理別(2005 年=0)	27	0.570***		
生活型態變項 吸菸 喝酒 通動 0.094* -0.053 0.143** -0.128 0.051 運動 -0.053 -0.128 0.141 運動 -0.111*** -0.077* -0.148*** 社會人口變項 年齡 年齡 年齡 年齡 年齡 -0.012+ -0.019+ -0.006 46 種類状况(未婚=0) -0.267 0.540* 0.007 大陸各省市 少.005 0.138 -0.074 類配偶不同住 發展個不同住 少.577+ 0.052 0.617 -0.378 動婚或分居 我們 發情 物類 -0.577+ 0.886 0.177 都市住程度(都市=0) 鄉村 放棄 -0.099 0.015 0.038 教育年數 (從業身分(受雇者=0) 雇主 自營業者 -0.353 -0.169 -0.110*** 展標 多样 製作 東上 中人人最低 -0.076*** -0.039 -0.100*** 大柴者 -0.352 -0.353 -0.169 -0.411 大佐皇等者 -0.352 -0.129 0.011 -0.349 大柴者 -0.352 -0.076*** -0.062 -0.809+ 大柴者 -0.352 -0.15 -0.062 -0.809+ 大寒者 -0.352 -0.110*** -0.011 -0.14 -0.114 -0.188 東上 -0.10** -0.011 -0.014 -0.114 -0.186 -0.019 -0.016			0.042	-0.095
吸菸 0.094* 0.143** 0.051 喝酒 -0.053 -0.128 0.141 連動 -0.111**** -0.077* -0.148*** 社會人口變項 -0.012+ -0.019+ -0.006 籍質体名閩南人=0) -0.027 0.540* 0.007 大陸各省市 -0.133 -0.176 -0.074 婚姻狀況未婚=0) -0.05 0.138 -0.054 與配偶不同住 0.052 0.617 -0.378 離析或分居 1.372**** 1.147* 1.534** 喪偶 0.577+ 0.886 0.177 都市化程度(都市=0) 2.009 0.015 0.038 城鎮 0.090 0.015 0.038 校業身分受雇者=0) 0.076*** -0.039 -0.100*** 校業身分受雇者=0) 0.076*** -0.039 -0.100*** 養業者 0.052 0.011 -0.349 0.675+ -0.662 -0.809+ 失業者 0.093 -0.169 -0.411 現休 0.011 -0.041 -0.114 0.188 家庭管理者 0.019 -0.054 -0.115 少校 25% -0.031 -0.054 -0.115 次任 25% -0.250 -0.225 -0.186 家戸刊以入(最近25% -0.258	平反则(2003 平-0)	-0.0-3	0.042	-0.073
吸菸 0.094* 0.143** 0.051 喝酒 -0.053 -0.128 0.141 連動 -0.111**** -0.077* -0.148*** 社會人口變項 -0.012+ -0.019+ -0.006 籍質体名閩南人=0) -0.027 0.540* 0.007 大陸各省市 -0.133 -0.176 -0.074 婚姻狀況未婚=0) -0.05 0.138 -0.054 與配偶不同住 0.052 0.617 -0.378 離析或分居 1.372**** 1.147* 1.534** 喪偶 0.577+ 0.886 0.177 都市化程度(都市=0) 2.009 0.015 0.038 城鎮 0.090 0.015 0.038 校業身分受雇者=0) 0.076*** -0.039 -0.100*** 校業身分受雇者=0) 0.076*** -0.039 -0.100*** 養業者 0.052 0.011 -0.349 0.675+ -0.662 -0.809+ 失業者 0.093 -0.169 -0.411 現休 0.011 -0.041 -0.114 0.188 家庭管理者 0.019 -0.054 -0.115 少校 25% -0.031 -0.054 -0.115 次任 25% -0.250 -0.225 -0.186 家戸刊以入(最近25% -0.258	华活型態變項			
吸酒		0.094*	0.143**	0.051
理動 -0.111*** -0.077* -0.148*** 社會人口變項 年齡 -0.012+ -0.019+ -0.006 籍質体名質簡南人=0) 本省客家人 0.267 0.540* 0.007 大陸各省市 -0.133 -0.176 -0.074 婚姻狀況未婚=0) 已婚 -0.005 0.138 -0.054 與配偶不同住 0.052 0.617 -0.378 離婚或分居 1.372*** 1.147* 1.534** 喪偶 0.577+ 0.886 0.177 都市化程度(都市=0) 郷村 0.009 0.015 0.038				
年齢		-0.111***	-0.077*	-0.148***
年齢				
#3頁(本省閩南人=0) 本省客家人 0.267 0.540* 0.007 大陸各省市 -0.133 -0.176 -0.074 婚姻狀況(未婚=0) 已婚 -0.005 0.138 -0.054 與配偶不同住 0.052 0.617 -0.378 離婚或分居 1.372*** 1.147* 1.534** 喪偶 0.577+ 0.886 0.177 都市化程度(都市=0) 鄉村 0.009 0.015 0.038 城鎮 -0.390** -0.421* -0.326 教育年數 (-0.076*** -0.039 -0.100*** 從業身分(受雇者=0) 雇主 -0.129 0.011 -0.349 自營業者 -0.353 -0.169 -0.411 無酬家屬 0.675+ 0.662 0.809+ 失業者 0.392 0.559 0.246 退休 0.019 -0.011 0.114 0.188 家庭管理者 0.19 -0.255 0.015 要生 -0.250 -0.225 -0.186 家戶月收入(最低 25%=0) 次低 25% -0.093 -0.054 -0.115 次高 25% -0.258 -0.138 -0.442 遠漏值 -0.486* -0.248 -0.784* 社會支持 家庭蘭突 家人之間不講話 1.196*** 1.160*** 1.263*** 正語衝突 0.872*** 1.082*** 0.649** 社會實際 次人之間不講話 1.196*** 1.160*** 1.263***	社會人口變項			
本省名家人 大陸各省市		-0.012+	-0.019+	-0.006
大陸各省市				
			0.540*	
已婚 與配偶不同住 他類分居 喪偶 初市化程度(都市=0) 郷村 城鎮		-0.133	-0.176	-0.074
與配偶不同住		-	0.400	0.054
離婚或分居 喪偶				
喪偶 0.577+ 0.886 0.177 都市化程度(都市=0) 郷村 0.009 0.015 0.038 小城鎮 -0.390** -0.421* -0.326 教育年數				
都市化程度(都市=0)				
郷村 城鎮		0.577+	0.886	0.1//
		0.000	0.015	0.038
教育年數 從業身分(受雇者=0) 雇主 自營業者 -0.129				
従業身分(受雇者=0) 雇主 自營業者 -0.353 -0.169 -0.411 無酬家屬 -0.675+ -0.662 -0.809+ 失業者 0.392 0.559 0.246 退休 -0.041 -0.114 0.188 家庭管理者 -0.119 - 0.011 學生 -0.250 -0.225 -0.186 家戸月收入(最低 25%=0) 次低 25% -0.093 -0.054 -0.115 次高 25% -0.327+ -0.115 -0.566* 最高 25% -0.258 -0.138 -0.442 遺漏値 -0.486* -0.248 -0.784* 社會支持 家庭關係 家庭支持 家庭関係 家庭支持 家庭研究 素人之間不講話 1.196*** 1.160*** 1.263*** 口語衝突 0.872*** 1.082*** 0.649** 肢體衝突 1.063** 0.675 1.379** 社會關係	7以政	-0.390	-0.421	-0.320
従業身分(受雇者=0) 雇主 自營業者 -0.353 -0.169 -0.411 無酬家屬 -0.675+ -0.662 -0.809+ 失業者 0.392 0.559 0.246 退休 -0.041 -0.114 0.188 家庭管理者 -0.119 - 0.011 學生 -0.250 -0.225 -0.186 家戸月收入(最低 25%=0) 次低 25% -0.093 -0.054 -0.115 次高 25% -0.327+ -0.115 -0.566* 最高 25% -0.258 -0.138 -0.442 遺漏値 -0.486* -0.248 -0.784* 社會支持 家庭關係 家庭支持 家庭関係 家庭支持 家庭研究 素人之間不講話 1.196*** 1.160*** 1.263*** 口語衝突 0.872*** 1.082*** 0.649** 肢體衝突 1.063** 0.675 1.379** 社會關係	教育年數	-0.076***	-0.039	-0.100***
雇主 自營業者 -0.353 -0.169 -0.411 無酬家屬 -0.675+ -0.662 -0.809+ 失業者 -0.392 -0.559 -0.246 退休 -0.041 -0.114 -0.188 家庭管理者 -0.1190.011 學生 -0.250 -0.225 -0.186 家戶月收入(最低 25%=0) 次低 25% -0.327+ -0.115 -0.566* 最高 25% -0.327+ -0.115 -0.566* 量高 25% -0.258 -0.138 -0.442 遺漏値 -0.486* -0.248 -0.784* 社會支持 家庭關係 家庭支持 家庭國突 家人之間不講話 -0.486* -0.248 -0.784* 社會支持 家庭關係 家庭支持 家庭國突 家人之間不講話 -0.486* -0.248 -0.784* 社會支持 大き 1.160*** 1.263*** -0.369** 大き 1.082*** 0.649** 大き 1.082*** 0.649** 大き 1.063** 0.675 1.379** 社會關係		0.07.0	01000	0.100
自營業者 無酬家屬 失業者 退休 -0.675+ -0.662 -0.809+ 失業者 退休 -0.041 -0.114 0.188 家庭管理者 -0.250 -0.225 -0.186 家戶月收入(最低 25%=0) 次低 25% -0.327+ -0.115 -0.566* 最高 25% -0.258 -0.138 -0.442 遺漏値 -0.486* -0.248 -0.784* 社會支持 家庭關係 家庭支持 家庭國突 家人之間不講話 1.196*** 1.160*** 1.263*** 口語衝突 0.872*** 1.082*** 0.649** 肢體衝突 1.063** 0.675 1.379**		-0.129	0.011	-0.349
無酬家屬 失業者 退休 家庭管理者 學生 多戶用收入(最低 25%=0) 次低 25% 最高 25% 最高 25% 量漏值				
失業者 退休 家庭管理者 家庭管理者 の.119 0.392 -0.041 0.559 -0.114 0.188 家庭管理者 家戶月收入(最低 25%=0) 次低 25% 次高 25% 最高 25% 最高 25% 量漏值 -0.093 -0.093 -0.054 -0.327+ -0.115 -0.566* -0.258 -0.138 -0.442 -0.486* -0.115 -0.566* -0.248 -0.784* 社會支持 家庭關係 家庭支持 家庭衝突 家人之間不講話 口語衝突 放入之間不講話 口語衝突 肢體衝突 -0.310*** -0.310*** -0.230* -0.369** -0.369** -0.675 1.263*** -0.649** -0.649** -0.675 社會關係 1.063** -0.675 1.379**		-0.675+		
退休 家庭管理者 學生 家戶月收入(最低 25%=0) 次低 25% 次高 25% 最高 25% 遺漏値 -0.327+ -0.115 -0.566* -0.327+ -0.115 -0.566* -0.258 -0.138 -0.442 遺漏値 -0.486* -0.248 -0.784* 社會支持 家庭関係 家庭支持 家庭衝突 家人之間不講話 1.196*** 1.160*** 1.263*** 口語衝突 0.872*** 1.082*** 0.649** 肢體衝突 1.063** 0.675 1.379**				0.246
學生 -0.250 -0.225 -0.186 家戶月收入(最低 25%=0) -0.093 -0.054 -0.115 次高 25% -0.327+ -0.115 -0.566* 最高 25% -0.258 -0.138 -0.442 遺漏值 -0.486* -0.248 -0.784* 社會支持 家庭關係 -0.310*** -0.230* -0.369** 家庭衝突 家人之間不講話 1.196*** 1.160*** 1.263*** 口語衝突 0.872*** 1.082*** 0.649** 社會關係 1.063** 0.675 1.379**		-0.041	-0.114	0.188
家戶月收入(最低 25%=0) 次低 25% 次高 25% 最高 25% 遺漏值 -0.327+ -0.115 -0.566* -0.258 -0.138 -0.442 -0.486* -0.248 -0.784* 社會支持 家庭關係 家庭支持 家庭衝突 家人之間不講話 1.196*** 1.160*** 1.263*** 口語衝突 0.872*** 1.082*** 0.649** 肢體衝突 1.063** 0.675 1.379**	家庭管理者	0.119	-//	0.011
次低 25% -0.093 -0.054 -0.115 次高 25% -0.327+ -0.115 -0.566* 最高 25% -0.258 -0.138 -0.442 遺漏值 -0.486* -0.248 -0.784* 社會支持 家庭財務 -0.310*** -0.230* -0.369** 家庭衝突 家人之間不講話 1.196*** 1.160*** 1.263*** 口語衝突 0.872*** 1.082*** 0.649** 技體衝突 1.063** 0.675 1.379** 社會關係	學生	-0.250	-0.225	-0.186
家庭支持 家庭衝突 家人之間不講話 1.196*** 1.160*** 口語衝突 放體衝突 1.063** 1.063** 1.065** 1.379**	家戶月收入(最低 25%=0)			
家庭支持 家庭衝突 家人之間不講話 1.196*** 1.160*** 口語衝突 放體衝突 1.063** 1.063** 1.065** 1.379**	次低 25%			
家庭支持 家庭衝突 家人之間不講話 1.196*** 1.160*** 口語衝突 放體衝突 1.063** 1.063** 1.065** 1.379**	次高 25%			// /
家庭支持 家庭衝突 家人之間不講話 1.196*** 1.160*** 口語衝突 放體衝突 1.063** 1.063** 1.065** 1.379**	最高 25%			// /
家庭支持 家庭衝突 家人之間不講話 1.196*** 1.160*** 口語衝突 放體衝突 1.063** 1.063** 1.065** 1.379**	遺漏 值	-0.486*	-0.248	-0.784*
家庭支持 家庭衝突 家人之間不講話 1.196*** 1.160*** 口語衝突 放體衝突 1.063** 1.063** 1.065** 1.379**	?[. <i>♠+</i> ++		:1	
家庭支持 家庭衝突 家人之間不講話 1.196*** 1.160*** 口語衝突 放體衝突 1.063** 1.063** 1.065** 1.379**	位置又付 安定關係		110,	
家庭衝突 家人之間不講話 1.196*** 1.160*** 1.263*** 口語衝突 0.872*** 1.082*** 0.649** 肢體衝突 1.063** 0.675 1.379**	342011	0 0 210***	0.220*	0.260**
家人之間不講話1.196***1.160***1.263***口語衝突0.872***1.082***0.649**肢體衝突1.063**0.6751.379**社會關係		61 -0.310-4-1	-0.230*	-0.309***
口語衝突0.872***1.082***0.649**肢體衝突1.063**0.6751.379**社會關係		1 196***	1 160***	1 263***
肢體衝突 1.063** 0.675 1.379** 社會關係				
社會關係				
		1.000	0.072	11077
	與鄰居接觸	-0.083	-0.114	-0.042
與親戚聚會 -0.029 -0.022 -0.032				-0.032
與朋友聚會 -0.089*** -0.131*** -0.036				
與人接觸 -0.075** -0.082* -0.070+		-0.075**	-0.082*	
熟識程度 -0.104*** -0.089* -0.116**		-0.104***	-0.089*	-0.116**
常數項 6.200*** 5.515*** 7.085***				
-2 log-likelihood 18243.40 9024.40 9184.81				
様本数 3,863 1,961 1,902 *** p<0.001 ** p<0.01 * p<0.05 + p<0.1	14. 1 24.	3,863	1,961	1,902

^{***} p<0.001, ** p<0.01, * p<0.05, + p<0.1

^a 樣本中有 770 人的憂鬱情緒是 0 分,佔總樣本 19.9%。其中,男性有 435 人(22.2%),女性有 335 人(17.6%)。 資料來源:「台灣社會變遷基本調查計畫」 2005 年及 2010 年。

附錄五 Zero-inflated negative binomial (零膨脹負二項)迴歸預測憂鬱情緒 a

接収表 現職 大学 接収 大学 上述 上述 大学 上述 上述 上述 上述 上述 上述 上述 上	附錄五 Zero-inflated negative binomial (零膨脹負二項) 迴歸預測憂鬱情緒 a							
要項 非影部分 影形部分 非影化部分 影形部分 影形部分 影形部分 影形部分 以作		總樣本		男性		女性		
安性 性度別(2005 年 0)	變項							
生茂型態變項 吸菸 0.020+ 0.038 0.021+ 0.100 0.235 咽潤 0.015 0.024 0.038 0.021+ 0.100 0.235 咽潤 0.015 0.024 0.033 0.008 0.023 0.081 運動 0.016** 0.062* 0.016+ 0.026 0.020* 0.100* 社會人口變項 年齢 4.003+ 0.001 0.004+ 0.004 0.003 0.007 報管(本省関南人の) 4.003+ 0.012 0.094 0.158 0.038 0.227 大陸名音市 0.026 0.045 0.015 0.016 0.016 0.173 機類派元代毒ョの 0.031 0.156 0.057 0.115 0.107+ 0.579+ 0.158 健康保育目住 0.135 1.162 0.092 3.465 0.142 0.419 離婚政分居 0.227** 0.500 0.284* 0.016 0.182+ 1.033 管機器 0.002 0.880* 0.026 0.274 0.139 1.196* 都市化程度(都市の) 0.031 0.083 0.044 0.187 0.052 0.399 0.196* 0.106* 0.016* 0.008* 0.006* 0.008* 0.006* 0.006* 0.008* 0.006* 0.008* 0.006* 0.008* 0.006* 0.008* 0.006* 0.008* 0.006* 0.008* 0.006* 0.008* 0.006* 0.008* 0.006* 0.008* 0.006* 0.008* 0.006* 0.008* 0.006* 0.008* 0.006* 0.008* 0.006* 0.008* 0.006* 0.008* 0.				7 1 102 141 1 1 2 2	,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	71,32,34,5,1,2,5	,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	
世語型態塵項 「受持 0.020+ 0.038 0.021+ 0.100 0.023 0.081 0.023 0.081 0.033 0.081 0.023 0.007 0.025 0.025 0.025 0.025 0.025 0.025 0.025 0.025 0.025 0.027 0.025	年度別(2005 年=0)			-0.062	-0.376+	-0.063	-0.254	
要辞 0.020	1,55,554	0.000	0.00.	0.002	0.070	0.000	0.20 .	
要辞 0.020	生活型態變項							
展置		0.020±	-0.038	0.021+	-0.100	-0.010	-0.235	
運動 -0.016*** 0.062** -0.016** 0.026** -0.020** 0.100** 社會人口變質 年贄 -0.003** 0.001** -0.004** 0.004** -0.003** -0.007** 着質体も関南人=0) 本省答家人 0.065** 0.012** 0.094** -0.158** 0.038** 0.227** 人陸各省市 0.026** 0.045** -0.056** -0.016** 0.016** 0.173**								
## (中静								
年齢	(左對	-0.010	0.002	-0.010+	0.020	-0.020	0.100	
年齢	社命人口総百							
籍質体名関南人=0) 本省各家人 0.065+ 0.012 0.094 -0.158 0.038 0.227 人陸各省市 -0.026 0.045 -0.056 -0.016 0.016 0.173 婚姻狀況(未婚=0) -0.056 0.057 0.115 -0.107+ -0.579+ 與配偶不同住 -0.135 1-1.62 -0.092 -3.465 -0.142 -0.419 離婚或分居 0.227** -0.500 0.284* -0.016 0.182+ -1.033 空間 -0.106*** -0.010 -0.097* 0.075 -0.115** -0.207 郊前 -0.106*** -0.010 -0.097* 0.075 -0.115** -0.207 教育年數 (-0.16*** -0.010 -0.097* 0.075 -0.115** -0.207 教育年數 (-0.056** -0.026** -0.029 -0.077 -0.115** -0.207 整音者 -0.056 0.187 -0.030 0.065* -0.065* 0.262 -0.187 -0.030 0.065* -0.065* 0.262 -0.187 -0.036* 0.187 -0.030 0.065* 0.065* 0.262 -0.187 -0.036* 0.187 -0.038 -0.117 0.479 失業者 0.106+ 0.061 0.173* 0.229 -0.077 0.065* 0.262 -0.088* 0.106* 0.069 0.352 0.055* 0.400 0.096* 0.192 家庭管理者 0.042 0.028 0.031 0.107 2.267 交百月收入最低 25%=0 0.084* 0.237 -0.049 0.097 0.062 0.267 交百月收入最低 25%=0 0.018* 0.230* 0.055 0.112 0.221** 0.214 处仓支持 交压 0.112+ 1.766 0.051* 0.072 0.214 0.072* 0.039+ 0.034 0.064 0.016* 0.151** 0.204 0.075 0.112 0.221** 0.211** 0.211** 0.211** 0.211** 0.011** 0.001** 0.001** 0.001** 0.006 0.008 处人发展 0.006** 0.008** 0.006**		0.002 +	0.001	0.004+	0.004	0.002	0.007	
本省含家人		-0.003+	0.001	-0.004+	0.004	-0.003	-0.007	
大陸各省市 婚姻狀況(朱婚-0) -0.026 0.045 -0.056 -0.016 0.016 0.173 婚姻狀況(朱婚-0) -0.031 -0.156 0.057 0.115 -0.107+ -0.579+ 與配偶不同住 -0.135 -1.162 -0.092 -3.465 -0.142 -0.419 融質分居 0.227** -0.500 0.024* -0.016 -0.182+ -1.033 費債 0.002 -0.808* 0.206 0.274 -0.139 -1.196* 都市化程度(第市=0) -0.01 -0.083 0.044 0.187 -0.039 -0.115** -0.207 教育年數 -0.016**** -0.023 -0.010 0.004 -0.020**** -0.207 校業身分(受雇者=0) -0.056 0.187 -0.039 -0.075 -0.107 1.251*** -0.828*者 -0.106 0.335 -0.132 0.128 -0.117 0.479 失業者 0.106 0.335 -0.132 0.128 -0.117 0.479 失業者 0.106 0.033 -0.055 0.400 0.096 0.192 安庭生費 0.0106 0.028 - - </td <td></td> <td>0.065</td> <td>0.012</td> <td>0.004</td> <td>0.150</td> <td>0.020</td> <td>0.227</td>		0.065	0.012	0.004	0.150	0.020	0.227	
婚姻狀況(未婚-0) 日婚								
巨惰		-0.026	0.045	-0.056	-0.016	0.016	0.173	
與配偶不同住 0.135 -1.162 -0.092 -3.465 -0.142 -0.419 融資銀分居 0.227** -0.500 0.284* -0.016 0.182+ -1.033 使偶 3.200 0.206 -0.274 -0.139 -1.196* 部市化程度(都市=0) 郷村 -0.013 -0.083 0.044 0.187 -0.052 -0.399 城鎮 -0.106*** -0.010 -0.097* 0.075 -0.115** -0.207 教育年數 (企業身分(受雇者=0)		0.001	0.176	0.055	0.11.7	0.105	0.550	
離婚或分居								
腰側								
部市化程度(都市=0) 郷村								
郷村		0.002	-0.808*	0.206	-0.274	-0.139	-1.196*	
			T/T	<i>\\\</i>				
教育年數								
展主 -0.007 0.267 -0.029 -0.077 0.107 1.251** 自營業者 -0.056 0.187 -0.030 0.065 -0.065 0.262 (2.152 -0.1106 0.335 0.132 0.128 -0.117 0.479 (2.152 -0.117 0.479 (2.152 -0.117 0.479 (2.152 -0.117 0.479 (2.152 -0.117 0.479 (2.152 -0.117 0.479 (2.152 -0.117 0.479 (2.152 -0.117 0.479 (2.152 -0.117 0.479 (2.152 -0.117 0.479 (2.152 -0.117 0.479 (2.152 -0.117 0.479 (2.152 -0.117 0.479 (2.152 -0.118 0.173* 0.229 0.020 -0.385 (2.152 -0.055 0.400 0.096 0.192 (2.152 -0.018 0.237 -0.049 0.097 0.062 0.267 (2.152 -0.018 0.237 -0.049 0.097 0.062 0.267 (2.152 -0.018 0.237 -0.049 0.097 0.062 0.267 (2.152 -0.018 0.237 -0.049 0.097 0.062 0.267 (2.152 -0.108 0.237 -0.049 0.097 0.062 0.267 (2.152 -0.108 0.237 -0.098 0.334 -0.163* -0.412 0.163* 0.217 (2.152 -0.112 0.151** 0.204 -0.075 -0.112 0.221** 0.214 (2.152 -0.151** 0.204 -0.075 -0.112 0.221** 0.214 (2.152 -0.151 -0.151** 0.181*** -0.768*** 0.162*** -0.971*** 0.210*** -0.615* (2.17*** 0.399 -0.076 -0.501* 0.138*** 0.112+ -1.766 0.039 -1.777 0.176* -2.476 (2.17*** 0.039 -1.777 0.176* -2.476 (2.17*** 0.010 0.018 0.067 0.006 0.105 (2.17*** 0.011 0.022 (2.152 -0.018 0.007 0.006 0.008 (2.152 -0.018 0.019 0.018 0.067 0.006 0.008 (2.152 -0.018 0.019 0.018 0.007 0.006 0.008 (2.152 -0.018 0.019 0.018 0.007 0.006 0.008 (2.152 -0.018 0.019 0.018 0.007 0.006 0.008 (2.152 -0.014* 0.071* 0.018 0.001 0.011 0.022 (2.152 -0.014* 0.071* 0.018 0.001 0.011 0.011 0.011 0.022 (2.152 -0.014* 0.071* 0.018 0.001 0.001 0.011 0.011 0.011 0.011 0.022 (2.152 -0.014* 0.071* 0.018 0.001 0.001 0.011 0.0110 0.011 0.0110 0.011 0.0110 0	城鎮	-0.106***	-0.010	-0.097*	0.075	-0.115**	-0.207	
展主 -0.007 0.267 -0.029 -0.077 0.107 1.251** 自營業者 -0.056 0.187 -0.030 0.065 -0.065 0.262 (2.152 -0.1106 0.335 0.132 0.128 -0.117 0.479 (2.152 -0.117 0.479 (2.152 -0.117 0.479 (2.152 -0.117 0.479 (2.152 -0.117 0.479 (2.152 -0.117 0.479 (2.152 -0.117 0.479 (2.152 -0.117 0.479 (2.152 -0.117 0.479 (2.152 -0.117 0.479 (2.152 -0.117 0.479 (2.152 -0.117 0.479 (2.152 -0.117 0.479 (2.152 -0.118 0.173* 0.229 0.020 -0.385 (2.152 -0.055 0.400 0.096 0.192 (2.152 -0.018 0.237 -0.049 0.097 0.062 0.267 (2.152 -0.018 0.237 -0.049 0.097 0.062 0.267 (2.152 -0.018 0.237 -0.049 0.097 0.062 0.267 (2.152 -0.018 0.237 -0.049 0.097 0.062 0.267 (2.152 -0.108 0.237 -0.049 0.097 0.062 0.267 (2.152 -0.108 0.237 -0.098 0.334 -0.163* -0.412 0.163* 0.217 (2.152 -0.112 0.151** 0.204 -0.075 -0.112 0.221** 0.214 (2.152 -0.151** 0.204 -0.075 -0.112 0.221** 0.214 (2.152 -0.151 -0.151** 0.181*** -0.768*** 0.162*** -0.971*** 0.210*** -0.615* (2.17*** 0.399 -0.076 -0.501* 0.138*** 0.112+ -1.766 0.039 -1.777 0.176* -2.476 (2.17*** 0.039 -1.777 0.176* -2.476 (2.17*** 0.010 0.018 0.067 0.006 0.105 (2.17*** 0.011 0.022 (2.152 -0.018 0.007 0.006 0.008 (2.152 -0.018 0.019 0.018 0.067 0.006 0.008 (2.152 -0.018 0.019 0.018 0.007 0.006 0.008 (2.152 -0.018 0.019 0.018 0.007 0.006 0.008 (2.152 -0.018 0.019 0.018 0.007 0.006 0.008 (2.152 -0.014* 0.071* 0.018 0.001 0.011 0.022 (2.152 -0.014* 0.071* 0.018 0.001 0.011 0.011 0.011 0.022 (2.152 -0.014* 0.071* 0.018 0.001 0.001 0.011 0.011 0.011 0.011 0.022 (2.152 -0.014* 0.071* 0.018 0.001 0.001 0.011 0.0110 0.011 0.0110 0.011 0.0110 0				_				
雇主		-0.015***	0.023	-0.010	0.004	-0.020***	0.026	
自營業者 -0.056 0.187 -0.030 0.065 -0.065 0.262 無酬家屬 -0.106 0.335 -0.132 0.128 -0.117 0.479 失業者 0.106+ 0.061 0.173* 0.229 0.020 -0.385 退休 0.069 0.352 0.055 0.400 0.096 0.192 家庭管理者 0.042 0.028 0.031 0.107 學生 -0.018 0.237 -0.049 0.097 0.062 0.267 家戶月收入(最低 25%=0) 次低 25% -0.079 + -0.056 -0.072 -0.273 -0.104+ 0.072 最高 25% -0.108* -0.270 -0.098 -0.334 -0.163* -0.412 -0.211*								
無酬家屬		-0.007		-0.029			1.251**	
失業者 退休 0.106+ 0.069 0.061 0.352 0.173* 0.055 0.229 0.400 0.020 0.096 -0.192 0.096 家庭管理者 學生 家戶月收入(最低 25%=0) 次低 25% -0.018 0.237 -0.049 0.097 0.062 0.267 次低 25% 次底 25% -0.044 -0.191 -0.041 -0.165 -0.053 -0.307 次高 25% -0.079+ -0.056 -0.072 -0.273 -0.104+ 0.072 最高 25% -0.108* -0.270 -0.098 -0.334 -0.163* -0.412 遺漏値 -0.151** -0.204 -0.075 -0.112 -0.221** -0.214 社會支持 家庭衝像条 家庭衝突 家人之間不講話 0.181*** -0.768**** 0.162*** -0.971*** 0.210*** -0.615* 口部衝突 化力調度 0.138*** -0.503**** 0.217*** -0.399+ 0.076+ -0.501* 投體衝突 家庭衝突 家人之間不講話 0.112+ -1.766 0.039 -1.777 0.176* -2.476 社會關係 鄰居 -0.009 0.069 -0.018 0.067 0.006 0.105 親戚 -0.010 -0.018 -0.010 -0.016 -0.011 -0.022 <t< td=""><td></td><td>-0.056</td><td>0.187</td><td>-0.030</td><td>0.065</td><td>-0.065</td><td>0.262</td></t<>		-0.056	0.187	-0.030	0.065	-0.065	0.262	
退休 0,069 0.352 0.055 0.400 0.096 0.192 家庭管理者 0.042 0.028		-0.106	0.335	-0.132	0.128	-0.117	0.479	
家庭管理者 0.042 0.028 0.049 0.097 0.062 0.267 學生 - 0.018 0.237 - 0.049 0.097 0.062 0.267 家戶月收入(最低 25%=0)	失業者	0.106+	0.061	0.173*	0.229	0.020	-0.385	
學生 -0.018 0.237 -0.049 0.097 0.062 0.267 家戶月收入(最低 25%=0) -0.044 -0.191 -0.041 -0.165 -0.053 -0.307 文高 25% -0.079+ -0.056 -0.072 -0.273 -0.104+ 0.072 最高 25% -0.108* -0.270 -0.098 -0.334 -0.163* -0.412 遺漏値 -0.151** -0.204 -0.075 -0.112 -0.221** -0.214 社會支持 家庭蘭係 -0.033+ 0.233** -0.057* 0.003 -0.013 0.536*** 家庭衝突 家人之間不講話 0.181*** -0.768*** 0.162*** -0.971*** 0.210*** -0.615* 正語衝突 0.138*** -0.503*** 0.217**** -0.971*** 0.210*** -0.615* 社會關係 0.112+ -1.766 0.039 -1.777 0.176* -2.476 社會關係 -0.009 0.069 -0.018 0.067 0.006 0.105 親戚 -0.010 -0.018 -0.010 -0.016 -0.011 -0.022 朋友 -0.014* 0.071* <td>退休</td> <td>0.069</td> <td>0.352</td> <td>0.055</td> <td>0.400</td> <td>0.096</td> <td>0.192</td>	退休	0.069	0.352	0.055	0.400	0.096	0.192	
學生 家戶月收入(最低 25%=0) 实低 25% -0.018 0.237 -0.049 0.097 0.062 0.267 实低 25% 实高 25% -0.079+ -0.0108* -0.056 -0.072 -0.273 -0.273 -0.104+ -0.163* -0.307 最高 25% 浸漏值 -0.108* -0.151** -0.270 -0.098 -0.334 -0.075 -0.163* -0.112 -0.412 -0.221** 社會支持 家庭衝突 家人之間不講話 -0.033+ 0.138*** -0.768*** -0.503*** 0.057* 0.057* 0.003 -0.013 -0.013 0.536*** -0.214 社會政院 家庭衝突 家人之間不講話 0.181*** 0.138*** -0.768*** 0.217*** -0.971*** -0.399+ 0.076+ 0.076+ 0.076+ 0.076* 0.010* -0.016* -0.016 -0.015* -0.016* -0.016 大體衝突 0.112+ -0.010 -0.018 -0.010 -0.018 -0.010 0.067 -0.018 0.067 -0.016 0.006 -0.011 -0.022 -0.006 -0.006 規成 9.0,16* -0.016* -0.016* -0.016* -0.016* -0.016* -0.016* -0.016* -0.018 -0.025** -0.067 -0.018 -0.018 -0.025** -0.067 -0.018 -0.025** -0.067 -0.018 常數項 -2.log-likelihood 樣本數 1.988*** -2.869*** -2.869*** -2.869*** -2.869*** -2.869*** -2.932* -2.932* -2.932* -2.932* -2.932* -2.932* -2.932* -2.932* -2.152*** -3.375*** -2.869*** -2.932* -2.152*** -3.375*** -2.869*** -2.932* -2.152*** -3.375*** -2.902* -2.152*** -3.375*** -2.902* -2.152*** -3.375*** -2.902* -2.152*** -3.375*** -2.902* -2.152** -3.375*** -2.902* -2.152** -3.375*** -2.902* -2.	家庭管理者	0.042	0.028	- 1	-	0.031	0.107	
家戶月收入(最低 25%=0)	學生	-0.018		-0.049	0.097	0.062	0.267	
次高 25% -0.079+ -0.056 -0.072 -0.098 -0.334 -0.163* -0.412 -0.163* -0.412 -0.151** -0.204 -0.075 -0.112 -0.221** -0.214 社會支持 家庭關係 家庭衝突 -0.181*** -0.768*** -0.503*** -0.003 -0.013 -0.013 -0.615* 公園不講話 -0.181*** -0.768*** -0.503*** -0.503*** -0.217*** -0.399+ -0.076+ -0.501* 股體衝突 -0.112+ -1.766 -0.039 -1.777 -0.176* -2.476 対陰関係 -0.010 -0.018 -0.010 -0.016 -0.011 -0.022 期友 -0.010 -0.018 -0.010 -0.016 -0.011 -0.022 朋友 -0.016* -0.018 -0.019 -0.013 -0.014* -0.013 -0.054 -0.025** -0.067 熟識程度 -0.014* -0.019 -0.018 -0.010 -0.018 -0.010 -0.016 -0.011 -0.022 常數項 -0.014* -0.071* -0.018+ -0.030 -0.013 -0.013 -0.110* 常數項 -1.7778.30 -0.018*** -2.869*** -2.032* -2.152*** -3.375*** -2.10g-likelihood 様本數 -2.869** -2.869*** -2.032* -2.032* -2.152** -3.375*** -3.375*** -3.375*** -2.10g-likelihood -1.7778.30 -1.961	家戶月收入(最低 25%=0)				1			
次高 25% -0.079+ -0.056 -0.072 -0.098 -0.334 -0.163* -0.412 -0.163* -0.412 遺漏値 -0.151** -0.204 -0.075 -0.112 -0.221** -0.214 社會支持 家庭關係 家庭衝突 -0.033+ 0.233** -0.503** 0.162*** -0.971*** 0.210*** -0.615* 京庭衝突 0.181*** -0.768*** 0.162*** -0.399+ 0.076+ -0.501* 放體質突 0.112+ -1.766 0.039 -1.777 0.176* -2.476 社會關係 -0.009 0.069 -0.018 0.067 0.006 0.105 親戚 -0.010 -0.018 -0.010 -0.016 -0.011 -0.022 朋友 0.018*** 0.027 -0.032*** 0.020 -0.006 0.008 與人接觸 -0.016* 0.019 -0.013 0.054 -0.025** -0.067 常數項 1.988*** -2.869*** 1.998*** -2.032* 2.152*** -3.375*** -2 log-likelihood 樣本數 3,863 1,961 1.998*** -2.032* 2.152*** -3.375***	次低 25%	-0.044	-0.191	-0.041	-0.165	-0.053	-0.307	
最高 25% 遺漏値 -0.151** -0.204 -0.098 -0.334 -0.163* -0.412 -0.221** -0.214 社會支持 家庭關係 家庭支持 -0.033+ 0.233** -0.057* 0.003 -0.013 0.536*** 家庭衝突 家人之間不講話 0.181*** -0.768*** 0.162*** -0.971*** 0.210*** -0.615* □語衝突 0.138*** -0.503*** 0.217*** -0.399+ 0.076+ 0.501* 肢體衝突 0.112+ -1.766 0.039 -1.777 0.176* -2.476 社會關係 鄰居 -0.009 0.069 -0.018 0.067 0.006 0.105 親戚 -0.010 -0.018 -0.010 -0.016 -0.011 -0.022 朋友 -0.018*** 0.027 -0.032*** 0.020 -0.006 0.008 與人接觸 -0.016* 0.019 -0.013 0.054 -0.025** -0.067 熟識程度 -0.014* 0.071* -0.018+ 0.030 -0.013 0.110* 常數項 1.988*** -2.869*** 1.998*** -2.032* 8740.74 8960.21 樣本數 3,863 1.961 1.992						// /		
遺漏値 -0.151** -0.204 -0.075 -0.112 -0.221** -0.214 社會支持 家庭關係 家庭支持 -0.033+ 0.233** -0.057* 0.003 -0.013 0.536*** 家庭衝突 家人之間不講話 0.181*** -0.768*** 0.162*** -0.971*** 0.210*** -0.615* □語衝突 0.138*** -0.503*** 0.217*** -0.399+ 0.076+ -0.501* 肢體衝突 0.112+ -1.766 0.039 -1.777 0.176* -2.476 社會關係 鄰居 -0.009 0.069 -0.018 0.067 0.006 0.105 親戚 -0.010 -0.018 -0.010 -0.016 -0.011 -0.022 朋友 -0.018*** 0.027 -0.032*** 0.020 -0.006 0.008 與人接觸 -0.016* 0.019 -0.013 0.054 -0.025** -0.067 熟識程度 -0.014* 0.071* -0.018+ 0.030 -0.013 0.110* 常數項 1.988*** -2.869*** 1.998*** -2.032* 2.152*** -3.375*** -2 log-likelihood 17778.30 8740.74 8960.21 樣本數 3,863 1,961						// /		
<u> </u>						// /		
家庭關係 家庭重突 家人之間不講話		2			11/2	77		
家庭關係 家庭重突 家人之間不講話	社會支持	4/		. \	U_{I}			
家庭支持 家庭衝突 家人之間不講話 口語衝突 り、138*** -0.768*** 0.162*** -0.971*** 0.210*** -0.615* 口語衝突 り、1138*** -0.503*** 0.217*** -0.399+ 0.076+ -0.501* 肢體衝突 り、112+ -1.766 0.039 -1.777 0.176* -2.476 社會關係 鄰居 -0.009 0.069 -0.018 0.067 0.006 0.105 親戚 -0.010 -0.018 -0.010 -0.016 -0.011 -0.022 朋友 -0.018*** 0.027 -0.032*** 0.020 -0.006 0.008 與人接觸 -0.016* 0.019 -0.013 0.054 -0.025** -0.067 熟識程度 -0.014* 0.071* -0.018+ 0.030 -0.013 0.110* 常數項 1.988*** -2.869*** 1.998*** -2.032* 2.152*** -3.375*** -2 log-likelihood 17778.30 8740.74 8960.21 樣本數 3,863 1,961 1,902			hone	ahi U	` //			
家庭衝突 家人之間不講話 口語衝突		-0.033+	0.233**	-0.057*	0.003	-0.013	0.536***	
家人之間不講話 0.181*** -0.768*** 0.162*** -0.971*** 0.210*** -0.615* 口語衝突 0.138*** -0.503*** 0.217*** -0.399+ 0.076+ -0.501* 肢體衝突 0.112+ -1.766 0.039 -1.777 0.176* -2.476 社會關係 鄰居 -0.009 0.069 -0.018 0.067 0.006 0.105 親戚 -0.010 -0.018 -0.010 -0.016 -0.011 -0.022 朋友 -0.018*** 0.027 -0.032*** 0.020 -0.006 0.008 與人接觸 -0.016* 0.019 -0.013 0.054 -0.025** -0.067 熟識程度 1.988*** -2.869*** 1.998*** -2.032* 2.152*** -3.375*** -2 log-likelihood 17778.30 8740.74 8960.21 8960.21 樣本數 3,863 1,961 1,902		0.000	0.200	0.007	0.002	0.015	0.000	
口語衝突 0.138*** -0.503*** 0.217*** -0.399+ 0.076+ -0.501* 肢體衝突 0.112+ -1.766 0.039 -1.777 0.176* -2.476 社會關係 鄰居 -0.009 0.069 -0.018 0.067 0.006 0.105 親戚 -0.010 -0.018 -0.010 -0.016 -0.011 -0.022 朋友 -0.018*** 0.027 -0.032*** 0.020 -0.006 0.008 與人接觸 -0.016* 0.019 -0.013 0.054 -0.025** -0.067 熟識程度 -0.014* 0.071* -0.018+ 0.030 -0.013 0.110* 常數項 1.988*** -2.869*** 1.998*** -2.032* 2.152*** -3.375*** -2 log-likelihood 17778.30 8740.74 8960.21 樣本數 3,863 1,961 1,902		0.181***	-0.768***	0.162***	-0.971***	0.210***	-0.615*	
大き型項								
社會關係 鄰居								
郷居 -0.009 0.069 -0.018 0.067 0.006 0.105 親戚 -0.010 -0.018 -0.010 -0.016 -0.011 -0.022 朋友 -0.018*** 0.027 -0.032*** 0.020 -0.006 0.008 與人接觸 -0.016* 0.019 -0.013 0.054 -0.025** -0.067 熟識程度 -0.014* 0.071* -0.018+ 0.030 -0.013 0.110* 常數項 1.988*** -2.869*** 1.998*** -2.032* 2.152*** -3.375*** -2 log-likelihood 17778.30 8740.74 8960.21 集本數 3,863 1,961 1,902		0.112	1.700	0.037	1.777	0.170	2.170	
親戚 -0.010 -0.018 -0.010 -0.016 -0.011 -0.022 -0.018*** 0.027 -0.032*** 0.020 -0.006 0.008 與人接觸 -0.016* 0.019 -0.013 0.054 -0.025** -0.067 熟識程度 -0.014* 0.071* -0.018+ 0.030 -0.013 0.110* 常數項 1.988*** -2.869*** 1.998*** -2.032* 2.152*** -3.375*** -2 log-likelihood 17778.30 8740.74 8960.21 樣本數 3,863 1,961 1,902	. —	-0.009	0.069	-0.018	0.067	0.006	0.105	
朋友								
與人接觸 熟識程度 -0.016* -0.014* 0.019 0.071* -0.013 -0.018+ 0.054 0.030 -0.025** -0.013 -0.067 0.110* 常數項 -2 log-likelihood 樣本數 1.988*** 3,863 -2.869*** 1.998*** 8740.74 2.152*** 8960.21 1,902 -3.375*** 8960.21								
熟識程度 -0.014* 0.071* -0.018+ 0.030 -0.013 0.110* 常數項 1.988*** -2.869*** 1.998*** -2.032* 2.152*** -3.375*** -2 log-likelihood 17778.30 8740.74 8960.21 集本數 3,863 1,961 1,902								
常數項 1.988*** -2.869*** 1.998*** -2.032* 2.152*** -3.375*** -2 log-likelihood 17778.30 8740.74 8960.21 樣本數 3,863 1,961 1,902								
-2 log-likelihood 17778.30 8740.74 8960.21 樣本數 3,863 1,961 1,902	2001年/又	-0.014**	0.071*	-0.018+	0.030	-0.013	U.11U*	
-2 log-likelihood 17778.30 8740.74 8960.21 樣本數 3,863 1,961 1,902	党 數佰	1 000***	2 060***	1 000***	2.022*	2 152***	2 275***	
樣本數 3,863 1,961 1,902								
*** N <u *="" **="" +="" n<u="" td="" u1="" ui="" uui="" ="" <=""><td>*** p<0.001, ** p<0.01, * p<0.05,</td><td></td><td>J.S</td><td>1,96</td><td>)1</td><td>1,90</td><td>12</td></u>	*** p<0.001, ** p<0.01, * p<0.05,		J.S	1,96)1	1,90	12	

^{***} p<0.001, ** p<0.01, * p<0.05, + p<0.1

資料來源:「台灣社會變遷基本調查計畫」2005年及2010年。

 $[^]a$ 非膨脹部分是指憂鬱情緒非 0 部分的預測結果。而膨脹部分則是憂鬱情緒 0 分的預測結果。樣本中有 770 人的憂鬱情緒是 0 分,佔總樣本 19.9%。其中,男性有 435 人(22.2%),女性有 335 人(17.6%)。

附錄六 OLS 迴歸預測憂鬱情緒(含身體健康狀況與疏離感)

<u> </u>	模型 1	模型 2	模型 3	模型 4	模型 5	模型 6
變項	總樣本	男性	女性	總樣本	男性	女性
女性 年度別(2005 年=0)	0.376** 0.033	0.08	0.035	0.506*** -0.077	0.011	-0.132
生活型態變項						
<i>土冶生恐多为</i> 吸菸	0.096*	0.138***	0.004	0.063	0.098*	0.027
喝酒	-0.072	-0.09	-0.007	-0.049	-0.124	0.144
運動	-0.067***		-0.095**	-0.078***	-0.051+	-0.108***
社會人口變項						
年齡	-0.014**	-0.020**	-0.01	-0.009	-0.016*	-0.003
籍貫(本省閩南人=0) 本省客家人	0.224+	0.447*	0.013	0.287*	0.528**	0.033
大陸各省市	-0.155	-0.157	-0.145	-0.037	-0.063	0.002
婚姻狀況(未婚=0) 已婚	0.105	0.248	0.012	-0.058	0.162	-0.228
與配偶不同住	0.161	0.485	-0.123	-0.155	0.389	-0.635
離婚或分居	1.077***	0.801*	1.303**	1.030***	0.877*	1.112**
喪偶 都市化程度(都市=0)	0.396	0.773	0.032	0.328	0.767	-0.102
鄉村	-0.076	-0.049	-0.09	-0.075	-0.029	-0.087
城鎮	-0.345**	-0.353*	-0.318+	-0.420***	-0.407**	-0.392*
教育年數	-0.044**	-0.02	-0.064**	-0.021	-0.001	-0.038
從業身分(受雇者=0) 雇主	-0.027	0.073	-0.211	-0.043	0.025	-0.182
自營業者	-0.027	0.073	-0.309	-0.265	-0.169	-0.162
無酬家屬	-0.448	-0.488	-0.555	-0.548+	-0.537	-0.592+
業者	0.312	0.566*	0.049	0.340	0.498+	0.203
退休	-0.009	0.018	0.067	0.040	-0.014	0.199
家庭管理者	0.177		0.07	0.090	\ \ \	0.047
學生 家戶月收入(最低 25%=0)	-0.216	-0.197	-0.177	-0.095	-0.129	0.065
次低 25%	-0.135	-0.034	-0.233	-0.088	-0.069	-0.096
次高 25%	-0.375*	-0.208	-0.553*	-0.242	-0.146	-0.349
最高 25% ■	-0.321*	-0.164	-0.526*	-0.172	-0.095	-0.316
遺漏值	-0.466*	-0.302	-0.677*	-0.483**	-0.284	-0.725**
社會支持				2	. //	
家庭關係 家庭支持	-0.244***	-0.160+	-0.307**	-0.159*	-0.128	-0.180+
家庭衝突	0.072***	0.000***	0.025***	0.027***	0.001***	1 000444
家人之間不講話	0.873***	0.860*** 0.806***	0.925***	0.937***	0.881*** 0.812***	1.000*** 0.460**
口語衝突 肢體衝突	0.032***	0.800	1.090**	0.037**	0.812	1.180**
社會關係	Chai	ooze h	0.016	0.001	0.021	0.025
與鄰居接觸 與親戚聚會	-0.046 -0.027	-0.071 -0.02	-0.016 -0.029	-0.001 -0.027	-0.031 -0.023	0.035 -0.028
與朋友聚會 與朋友聚會		-0.02 -0.112***	-0.029 -0.036 ^a	-0.063***	-0.023 -0.096***	-0.028
與人接觸	-0.054*	-0.112	-0.056+	-0.003	-0.048	-0.023
熟識程度	-0.080***		-0.078*	-0.072**	-0.063*	-0.078*
身體健康狀況						
身體不適	2.045***	2.092***	2.006***			
社會心理變項						
疏離感						
人際疏離感 (最低 25%=0)				0.406***	O 5 47 **	0.464*
次低 25%				0.496*** 0.931***	0.547** 0.811***	0.464* 1.111***
次高 25% 最高 25%				1.815***	1.705***	1.111***
遺漏值				0.857***	0.797**	0.966***
社會疏離感(最低 25%=0)				0.057	0.777	0.700
次低 25%				0.216	0.280	0.148
次高 25%				0.186	0.412*	-0.025
最高 25%				0.451**	0.348+	0.599*
遺漏值				0.626**	0.666+	0.494
常數項	5.474***	4.947***	6.237***	4.156***	3.815***	4.837***
R-squared	0.172	0.17	0.173	0.140	0.135	0.147
樣本數 *** p 0 001 ** p 0 01 * p 0 05 + p	3,863	1,961	1,902	3,863	1,961	1,902

*** p<0.001, ** p<0.01, * p<0.05, + p<0.1 資料來源:「台灣社會變遷基本調查計畫」2005 年及 2010 年。