# 生活滿意度與飲酒行為之探討

鄭乃嘉、李京霖、簡郁珊、莊子毅、蔡聿齊、黃詩涵、黃靖凱、謝宜潔

## 摘要

本文欲研究生活滿意度對於飲酒行為的狀況。以三峽鶯歌地區登記居住居民作為研究對象，做為期一個月，抽樣調查填寫問卷方式，預計回收 1000 份問卷，實際回收 951 份。其中參考文獻部分 Murphy JG(2005)提到針對大學生的問卷之中生活滿意度與飲酒行為有顯著的相關，生活滿意度下降時飲酒狀況越嚴重。李金治(2013)也提出當人們有壓力產生時，會藉由飲酒調整不適的感覺。經由實際研究調查，我組研究結果顯示，對於酒精的觀感是正面的，且具有飲酒行為的三鶯居民會在生活滿意度有所變化時有飲酒行為。研究結果符合李金治(2013)飲酒行為的探討，因此本文中我們將以自我醫療理論去解釋，究竟人會在生活上遇到什麼樣的狀況，將因此改變他在飲酒的行為的改變。

**關鍵字: 生活滿意度，飲酒行為，壓力**

---

研究小組成員為國立臺北大學社會學系第二等學士班學生

# 一、前言

酒類飲品普遍存在於台灣社會，舉凡國家各種接待外賓的重要場合，至一般日常生活之中親朋好友之間吃飯聚會，我國不管是人們之間婚喪喜慶等活動，到酬神慶典的宗教儀式，往往可以發現酒類出現於各式場所，作為人們助興、消愁、精神寄託的一種方式。又近年來，在酒類廣告未有完善法規限制之下，酒類廣告在沒有限制之下，酒類飲料在社會上十分活躍，其中廣告中詮釋酒類在團體聚會必來一杯、又演員熱情開心、清新活潑的影像內容，都會影響社會大眾對於酒精消費的期待(2010，黃瑽寧)。

然而，伴隨著我國健康生活環境的改善，國人平均餘命雖大幅增加，飲酒所產生的問題逐漸出現。十大死因呈現不同於以往，慢性病之中不同類型飲酒行為逐漸佔有相當比例的人數。根據「台灣地區成人有關慢性病的認知與保健行為調查」，其中飲酒行為卻慢慢成為影響健康狀況的其中一項因素(1994，行政院衛生署)。現在，衛生福利部(前行政院衛生署)慢慢宣傳飲用酒品的風險，以及加強少喝酒，健康捐的概念，限制酒類廣告在一般時段播出的時間；再者，在學校教育或是日常生活之中，常常可以閱聽到酒駕行為在交通事故上所造成的嚴重性，以上經由媒體放大且重複播放，都會加強社會大眾對於酒品飲用行為的關心。讓人們心目中對於喝酒行為產生較為負面的看法，影響民眾對於酒類的觀感。可是「台灣每年酒駕，平均奪走 500 條人命」(2010，內政部)代表在有酒駕風險之下，對於飲酒情況未獲改善。

因此我組想針對是什麼原因造成一般大眾飲酒飲酒行為，究竟是人們在生活壓力大的情況之下可以藉由飲酒行為達到自我慰藉的效果、還是在親朋好友聚會之中社會壓力之下不得不順從隱約約束人自主行為的規範、又亦或是開心就喝酒，喝到掛。這些上述所提及的內容皆接近於對於生活上的滿意程度，我們歸納稱之為生活滿意度。我們假設生活滿意度會影響飲酒行為，自我評價、生活狀況、經濟狀況、家庭狀況、朋友關係狀況表現越差者，會藉由酒類來麻痺自己，暫時得

到解脫。再加上其他可能改變生活滿意度影響飲酒行為的變相，比如自身對於酒類的觀感，自已身處於社會上的階級以及教育程度。最後是飲酒行為，我們則選用飲酒頻率作為觀察飲酒行為的變相。再經由統計分析以及資料分析後，藉此了解酒類在人們日常生活上所扮演的角色。

# 二、文獻探討

在我們所讀的文獻中，我們主要參考了姜逸群、賢雅文的〈國中生飲酒者與未飲酒者在生活狀況上之比較研究〉、林美足、柯慧貞的〈家庭功能與男性酒精依賴患者之飲酒行為與生活品質之相關性研究〉、李金治的〈飲酒行為的探討〉和 James G Murphy、Meghan McDevitt-Murphy、Nancy Barnett 的〈Drink and be merry? Gender, life satisfaction, and alcohol consumption among college students.〉

在〈國中生飲酒者與未飲酒者在生活狀況上之比較研究〉的研究問題為國中生的飲酒情形及飲酒者與未飲酒者之間有關生活狀況的比較。此研究將生活狀況清楚的分成人際關係滿意度、生活滿意度、生活態度和規則性及社會偏離感與孤立感，藉以了解個人期望目標和真實情況的真實差距以及個人性格與飲酒之間是否有關係，此研究是一個多向度的探討。生活滿意度及人際關係滿意度不僅代表個人對各層面的滿意程度，同時也是人們對於自己內在主觀的感覺，及對各種能力主觀評估的結果。其中也提及其操作化的內容，主要我們會參考的只有其中他對於生活滿意度的操作化，即為生活滿意度量表包含學校生活、家庭關係社會互動等三部份，其樣本的選擇採取二階段分層抽樣法。而我們的研究與生活滿意度有十分大的關係，因此我們可參考此研究對生活滿意度之概念及操作，將他擴展及延伸至與我們研究相關的自變項。

在〈家庭功能與男性酒精依賴患者之飲酒行為與生活品質之相關性研究〉中，探討酒精依賴患者飲酒行為變化與生活品質之關係，從結果來看若酒精依賴患者接

的生活品質與其飲酒行為有密切相關，酒精依賴患者的飲酒行為的改善程度也將直接影響患者的生理健康、社會關係及環境範疇的生活品質。因此我們可以以「社會學習理論」來解釋，社會學習理論主要是著眼於觀察學習和自我調節在引發人的行為中的作用，重視人的行為和環境的相互作用，班杜拉認為是探討個人的認知、行為與環境因素三者及其交互作用對人類行為的影響。因此我們可以參考此文獻中生活滿意度與飲酒之間關係的概念。

在〈飲酒行為的探討〉中，研究了造成人們飲酒的因素，在此研究中提到了罹患憂鬱症或是焦慮症等病情的人們會藉由飲酒來緩和症狀，這樣的情況可以被解釋為「自我醫療理論」，自我醫療理論是指人們人使用一種他視為正面的行為舉止或藥物來治療他的生理或心理上的疾病或症狀。因此若憂鬱症患者或是焦慮個案藉由使用酒精來降低其焦慮症狀，將會提高發展出酒精依賴的高危險性。而我們的研究也以「自我醫療理論」來解釋飲酒行為是否為生活滿意度的自我醫療管道，因此，雖然此文獻雖然是在研究人們的飲酒因素，但是其中的理論與研究解釋卻與我們的研究有十足的關係。文獻中還提及了壓力調適與飲酒行為有關，壓力的調適又能以「社會學習理論」來解釋，在依照〈國中生飲酒者與未飲酒者在生活狀況上之比較研究〉文獻中的生活滿意度的定義，生活滿意度為內在的感受及主觀的評估，藉以了解個人期望目標和真實情況的真實差距。

在社會學習理論又分成四個概念，觀察學習、交互決定論、自我調節理論及自我效能理論，我們主要使用的概念為自我調節理論及自我效能理論，我們的研究主要探討個人的生活滿意度是如何影響人的飲酒行為，前兩者是外部人事物的社會化作用，因此造成人的飲酒行徑，而後兩者是個人自我心理層面的認知判定而改變飲酒的行為，如對於自我心理層面的認知越糟糕，飲酒行為便會增加，以自認糟糕的東西去降低自己的期望的標準，與我們研究有較大的相關。

在〈Drink and be merry? Gender, life satisfaction, and alcohol consumption among college students.〉中，研究從美國東南部的大學公立大學抽取了類似大學內相同的民族組成比例，並從大一到大四的學生分別抽取成為本次研究的樣本。而實驗

結果證明出酒精相關問題和大學生生活滿意度的下降而產生有關，和我們的研究假設飲酒行為會受到生活滿意度的影響呈現負相關；即生活滿意度越低飲酒次數越頻繁。

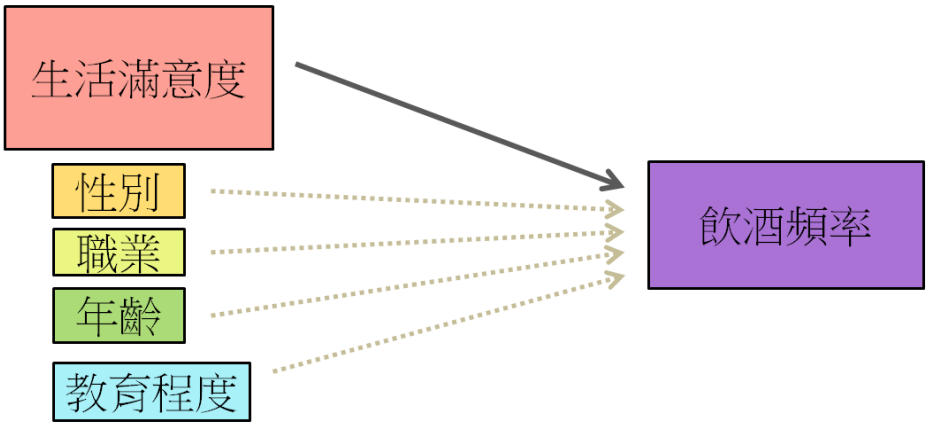
總括來說，在這些文獻中我們可以了解，飲酒行為會受到生活、環境以及人的行為而改變，而根據年齡的差異所造成的飲酒量、頻率也會有所波動。這批文獻探討可以提供我們幾個有用的面向：第一、生活滿意度與飲酒行為有一定的關聯；第二、壓力會影響人們的飲酒行為；第三、酒精依賴患者的生活品質與飲酒行為有密切相關。綜合以上回顧與檢討，本文的研究焦點將在於：以有限的樣本數，同時控制與飲酒頻率高度相關的數個重要變項，並適當地分割飲酒頻率，嘗試辨識出人們是否有飲酒習慣，並且藉著生活之對比，檢視飲酒頻率是否隨著生活滿意度有顯著的變化。

# 三、研究假設與研究方法

本文以三峽鶯歌地區登記居住居民作為研究對象，做為期一個月，抽樣調查填寫問卷方式，預計回收 1000 份問卷，實際收回 951 份有效問卷。

I.飲酒行為是生活滿意度的自我醫療媒介或是社會學習後的結果

II.生活滿意度越高，受訪者飲酒頻率傾向越少




## 1.概念化

自變項為生活滿意度，而在生活中我們認為有自己對自己的看法，即為自我評價

的因素影響著自己的生活滿意度；而家庭為生活中很重要的一環，因此也列入我們的建構生活滿意度的層面之一；自我的社交也是生活中不可或缺的，因此也納入生活滿意度的元素；對於非單身的人，與伴侶的關係也是影響生活滿意度的一個重要的關係；經濟更是一個人生活不可忽視的層面，當然被列入了生活滿意度的層面。

而在依變項飲酒行為下，我們想了解每個人在生活滿意度是否會影響喝酒的頻率，但又不曉得生活滿意度是會影響每個人長期或短期的飲酒頻率，引此我們將長期推測為一年的飲酒頻率，短期推測為一個月之內的飲酒頻率。

我們也想知道如果生活滿意度真的影響了喝酒的頻率的話，人們把酒精當成什麼樣的東西，是一種自我醫療的正向工具或是一種自我調節、自我效能的負面工具，以對酒精的觀感是正面的或是負面的為判斷依據。

## 2. 操作化

首先是自變項：生活滿意度，共由自我評價滿意度、家庭滿意度、朋友滿意度、伴侶滿意度、經濟滿意度等五項滿意度相加總。

自我評價滿意度我們用 e1_b(我滿意我的人際關係)、e1_c(我覺得現在很快樂)、e1_d(我滿意我的家庭關係)、e1_e(生活中的大小事情大致都算順利)、e1_f(我喜歡自己)、e1_g(我對我的生活感到滿意) 、e1_h(我覺得自己的生活很充實)，選項的值各有四個選項，分別為(1)非常不同意、(2)不同意、(3)同意、(4)非常同意，將值 997、998、999 設為遺漏值，最後將這七個變項(e1_b、e1_c、e1_d、e1_e、e1_f、e1_g、e1_h)相加，變成一個新變項:自我評價滿意度，數值越高代表自我評價滿意度越高。

家庭滿意度我們用 e3_a (我喜歡和家人共度休閒時光)、e3_b(受到挫折時，家人能給我安慰)、e3_c(當我需要幫忙時，家人能給我幫助)、e3_d(我和家人相處愉快)、e3_e(我會和家人聊心理話)、e3_f(家人會讓我覺得自己是重要的) ，選項的值各有四個選項，分別為(1)非常不同意、(2)不同意、(3)同意、(4)非常同意，將

值 997、998、999 設為遺漏值，最後將這六個變項(e3_a、e3_b、e3_c、e3_d、e3_e、e3_f)相加，變成一個新變項:家庭滿意度，數值越高代表對家庭狀態越滿意。

朋友滿意度我們用 e8_a (我會與朋友談心)、e8_b(我與朋友在一起會感到高興)、e8_c(我與朋友在一起很自在)、e8_d(我喜歡跟別人做朋友)、e8_e(我喜歡與朋友聚會)，選項的值各有四個選項，分別為(1)非常不同意、(2)不同意、(3)同意、(4)非常同意，將值 997、998、999 設為遺漏值，最後將這五個變項(e8_a、e8_b、e8_c、e8_d、e8_e、e8_f)相加，變成一個新變項: 朋友滿意度，數值越高代表對交友狀況越滿意。

伴侶滿意度我們用 e9_a (有很多言語交流)、e9_b(能互相扶持)、e9_c(和他\她在一起，我成長很多)、e9_d(我們繼續下去彼此都很痛苦)、e9_e(我們彼此不能坦承相對)、e9_f(我們不是很合，仍勉強在一起)，選項的值各有四個選項，分別為(1)非常不同意、(2)不同意、(3)同意、(4)非常同意，將值 997、998、999 設為遺漏值，並將 e3_d、e3_e、e3_f 三個反向題重新編碼為(1)非常同意、(2)同意、(3)不同意、(4)非常不同意，最後將這六個變項(e3_a、e3_b、e3_c、e3_d、e3_e、e3_f)相加，變成一個新變項: 伴侶滿意度，數值越高代表與伴侶的相處情況越滿意。

經濟滿意度我們用 e10_a (支付教育經費(孫\子女或自己))、e10_b(到各地去旅遊)、e10_c(買新車)、e10_d(支付其它非生活必須開銷)，選項的值各有四個選項，分別為(1)非常符合、(2)不符合、(3)符合、(4)非常符合，將值 997、998、999 設為遺漏值，最後將這四個變項(e10_a、e10_b、e10_c、e10_d)相加，變成一個新變項: 經濟滿意度，數值越高代表對自己經濟狀況越滿意。

依變項是 c8(過去一年中，您多久喝一次酒？)、c9(過去一年中，您多久喝一次酒？)，c8 選項的值為(1)從未、(2)一年一兩次、(3)每月少於一次、(4)每月二到四次、(5)每週二到三次、(6)一週超過四次，將值 997、998、999 設為遺漏值，c9 選項的值為(1)從未、(2)一次或少於一次、(3)二到四次、(4)每週二到三次、(5)一

週超過四次，將值 997、998、999 設為遺漏值。

其他變項的處理，包含教育程度、職業 1 及職業 2。a8(請問您的教育程度是？)，其選項的值為(1)無、(2)自修、(3)小學肄業、(4)國(初)中、(5)初職、(6)高中普通科、(7)高中職業科、(8)高職、(9)士官學校、(10)五專 、(11)二專、(12)三專、(13)軍警專修班、(14)軍警專科班、(15)空中行專、(16)空中大學、(17)軍警官學校、(18)技術學院、科大、(19)大學、(20)碩士、(21)博士、(22)其他____、(997)拒答、(998)漏答、(999)不適用。重新編碼後，將(1)無、(2)自修、(3)小學肄業、(4)國(初)中、(5)初職、(22)其他____編為(1)國中以下，將(6)高中普通科、(7)高中職業科、(8)高職編為(2)高中職，將(9)士官學校、(10)五專 、(11)二專、(12)三專、(13)軍警專修班、(14)軍警專科班、(15)空中行專、(16)空中大學、(17)軍警官學校、(18)技術學院、科大、(19)大學編為(3)大專院校，將(20)碩士、(21)博士編為(4)碩博士，將(22)其他兩個樣本:夜間部國中、高中肄業編為(1)國中以下。

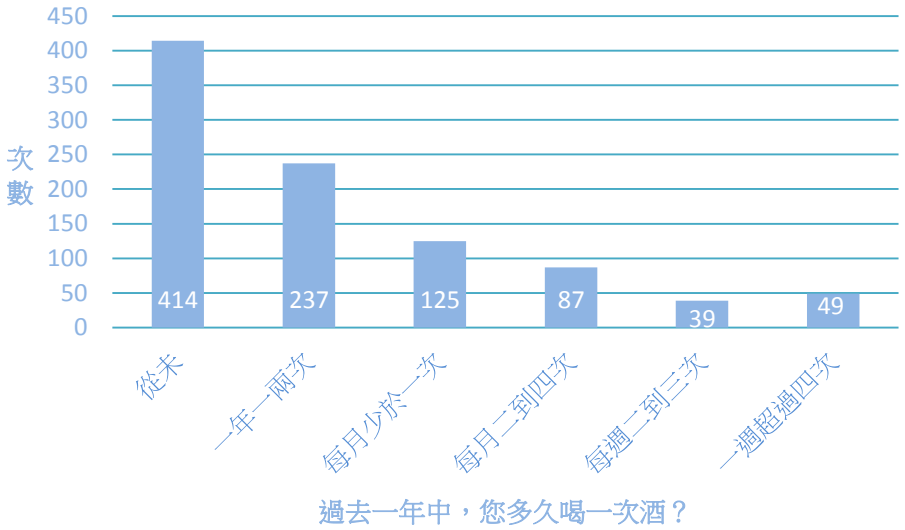
職業變項 b7_a_4 (第一個工作：行業？)，其選項為(1)農、林、漁、牧業、(2)礦業、土石業、(3)食品製造業、(4)工業製造業、(5)水電燃氣業、(6)營造業、(7)批發、零售、國貿、餐旅、(8)運輸、倉儲、通信、(9)金融、保險、不動產、工商服務、(10)公共行政、社會服務、個人服務(含教育、大眾傳播、醫療保健……)、(11)其他不能歸類之行業、 (997)拒答、(998)漏答、(999)不適用。重新編碼後，將((1)農、林、漁、牧業、(2)礦業、土石業合併為(1)第一級產業，(3)食品製造業、(4)工業製造業、(5)水電燃氣業、(6)營造業合併為(2)第二級產業，(7)批發、零售、國貿、餐旅、(8)運輸、倉儲、通信、(9)金融、保險、不動產、工商服務、(10)公共行政、社會服務、個人服務(含教育、大眾傳播、醫療保健……) 合併為(3)第三級產業，而(11)其他不能歸類之行業、 (997)拒答、(998)漏答、(999)不適用，皆設為遺漏值。

變項 c10_a(喝酒是件好事)、c10_b(喝酒後人會有不好的行為)、c10_c(喝酒能讓心情變好)、c10_d(喝酒對身體有負面影響)、c10_e(喝酒是好的紓解情緒的管道)各有四個選項，分別為(1)非常不同意、(2)不同意、(3)同意、(4)非常同意，將值 997、

998、999 設為遺漏值，將變項 c10_b(喝酒後人會有不好的行為)、c10_d(喝酒對身體有負面影響)重新編碼成(1)非常同意、(2)同意、(3)不同意、(4)非常不同意。最後將這五個變項(c10_a、c10_b、c10_c、c10_d、c10_e)相加，變成一個新變項:酒精態度，數值越高代表對飲酒這件事的觀感越好。

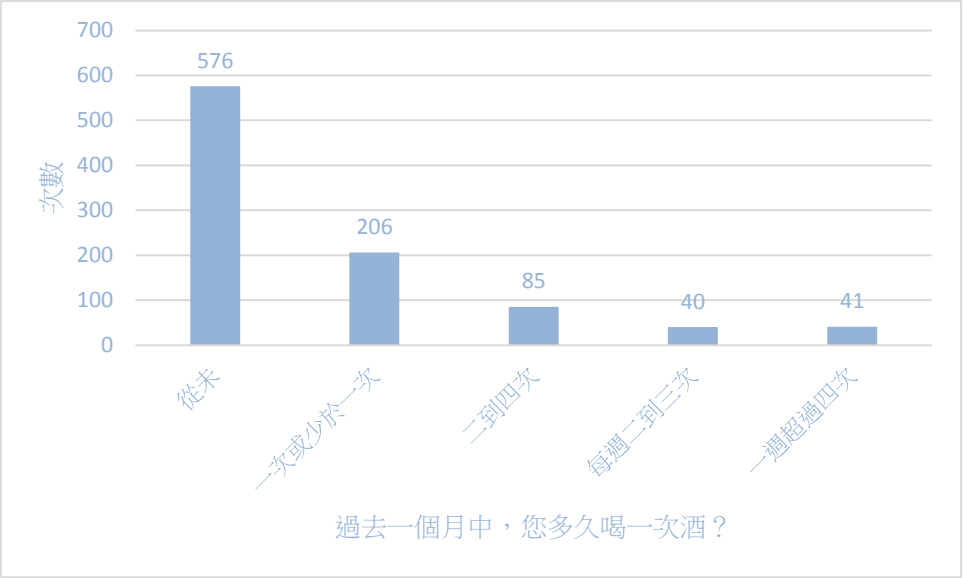
# 四、資料分析與討論

由於我們依變項，一年的飲酒量及一個月的飲酒量，這兩個變項都是類別變項，因此不適用於 SPSS 的描述統計的分析表格，所以我們以次數分配表為描述的基準，更加清楚。




註:n=950，遺漏值=1

從上圖可以清楚看出，三鶯地區居民過去一年從未喝酒的人數最多，有 414 人，其次為喝酒一年一兩次，有 237 人，而最少為喝酒每周二到三次，有 39 人。




註:n=948，遺漏值=3

從上圖可以清楚看出，三鶯地區居民過去一個月之中從未喝酒的人數最多，有 576 人，其次為一個月喝酒一次或少於一次，有 206 人，而最少為喝酒每週二到三次，有 40 人。

可以從一年的飲酒量及一個月的飲酒量的次數推測出，多數三鶯地區的居民在日常生活中並沒有飲酒的習慣

| | 自我評價 | 家庭 | 朋友 | 經濟 | 伴侶 |
|---|---|---|---|---|---|
| 樣本數 | 747 | 747 | 747 | 747 | 747 |
| 平均數 | 3.02 | 3.26 | 3.19 | 2.67 | 2.88 |
| 標準差 | 0.43 | 0.48 | 0.43 | 0.57 | 0.73 |

而我們的自變項皆為等距變項，因此由平均數為描述基準。自我評價的滿意度的平均數為 3.02，即對自己評價為滿意以上，標準差為 0.43，變異很低，很集中在平均數附近，即為三鶯地區的人絕大多數都對自己滿意。家庭滿意度的平均數為 3.26，為對自己自身家庭滿意度為滿意以上，標準差為 0.48，變異很低，集中在平均數附近，即三鶯地區的居民絕大多數都對家庭滿意。交友狀況的平均數為 3.19，為對自己交友狀況為滿意以上，標準差為 0.43，變異很低，集中在平均數附近，即三鶯地區的居民絕大多數都對自己的交友狀況滿意。經濟滿意度的平均數為 2.67，為對自己的經濟狀況為滿意與不滿意的中間，各項滿意度最低的，標

準差為 0.57，變異低，集中在平均數附近，即三鶯地區的居民絕大多數都對自己的經濟狀況不算太滿意。伴侶滿意度的平均數為 2.88，為對自己與伴侶的關係為滿意但些微以下，標準差為 0.73，變異是所有變項的最大值，但還是集中在平均數附近，即三鶯地區的居民絕大多數都對與伴侶關係還算滿意。

由於我們所使用的文獻都是有特定的樣本，像是國中生、大學生等等，而我們的樣本是不特定的條件的三鶯居民，因此我們先看看我們所預測的飲酒量與生活中各層面的滿意度是否有所相關。

| | 一年飲酒量 | 一個月之內飲酒量 |
|---|---|---|
| | r | r |
| 性別 | -.292*** | -.267*** |
| 年齡 | -.077* | -.039 |
| 教育程度 | .027 | -.004 |
| 職業1 | .122*** | .107** |
| 職業2 | -.126*** | -.103** |
| 自我評價 | -.029 | -.043 |
| 家庭 | -.024 | -.079* |
| 朋友 | .002 | .006 |
| 經濟 | .002 | .002 |
| 伴侶 | -.006 | -.011 |

*表示p<0.05　**表示p<0.01　***表示p<0.001

職業1:第一級產業與第二級產業相比

職業2:第一級產業與第三級產業相比

其中與一年飲酒量及一個月飲酒量有顯著相關的自變項為，性別、職業１及職業2；只與一年飲酒量達顯著相關的自變項為年齡；只與一個月飲酒量達顯著相關的自變項為家庭。以下為這些相關的分析。

性別與一年的飲酒量(r=-.292)及一個月的飲酒量(r=-.267)有低度的負相關，即男性比女性在這一年及在這一個月喝比較多酒。職業 1 與一年的飲酒量(r=.122)及一個月的飲酒量(.107)有低度的負相關，表示職業為第二級產業的人與職業為第一

級產業的人相比之下，在這一年及這一個月喝比較多酒。職業 2 與一年的飲酒量(r=-.126)及一個月的飲酒量(r=-.103)有低度的負相關，表示職業為第一級產業的人與職業為第三級產業的人相比之下，在這一年及這一個月喝比較多酒。

年齡與一年的飲酒量有低度的負相關(r=-.077)，即為年紀越小的人比年紀大的人在這一年喝比較多酒。

家庭滿意度與一個月之內的飲酒量有低度的負相關(r=-.079)，並達到統計上的顯著 ，即家庭生活滿意度低的人比家庭生活滿意度高的人在這一個月內喝比較多酒。

在確定有相關的關係後，我們分別跑一年的飲酒量及一個月的飲酒量，與其生活各層面滿意度的迴歸模型。

| | 模式一 | | 模式二 | |
|---|---|---|---|---|
| | b | Beta | b | Beta |
| 性別 | -.816*** | -.279 | -.823*** | -.281 |
| 年齡 | -.009* | -.086 | -.008* | -.083 |
| 教育程度 | .012 | .007 | .010 | .006 |
| 職業1 | .033 | .010 | .039 | .012 |
| 職業2 | -.269 | -.087 | -.265 | -.086 |
| 自我評價 | | | -.031 | -.009 |
| 家庭 | | | .051 | .017 |
| 朋友 | | | .041 | .012 |
| 經濟 | | | .002 | .001 |
| 伴侶 | | | -.003 | -.007 |
| F | 16.542*** | | 8.259*** | |
| $R^2$ | .100*** | | .101 | |
| Adjusted R2 | .094 | | .089 | |
| R2 Change | .100 | | .000 | |

說明：*表示 p<.05　**表示 p<.01　***表示 p<.001

職業 1:第一級產業與第二級產業相比

職業 2:第一級產業與第三級產業相比

依變項:一年的飲酒量

| | 模式一 | | 模式二 | |
|---|---|---|---|---|
| | b | Beta | b | Beta |
| 性別 | -.576*** | -.259 | -.569*** | -.255 |
| 年齡 | -.004 | -.054 | -.003 | -.043 |
| 教育程度 | -.024 | -.018 | -.021 | -.016 |
| 職業1 | .195 | .081 | .212 | .088 |
| 職業2 | .019 | .008 | .038 | .016 |
| 自我評價 | | | -.025 | -.010 |
| 家庭 | | | -.130 | -.056 |
| 朋友 | | | .120 | .047 |
| 經濟 | | | .025 | .013 |
| 伴侶 | | | -.003 | -.007 |
| F | 16.542*** | | 8.259*** | |
| $R^2$ | .100*** | | .101 | |
| Adjusted R2 | .094 | | .089 | |
| R2 Change | .100 | | .000 | |

說明：*表示 p<.05　**表示 p<.01　***表示 p<.001

職業 1:第一級產業與第二級產業相比

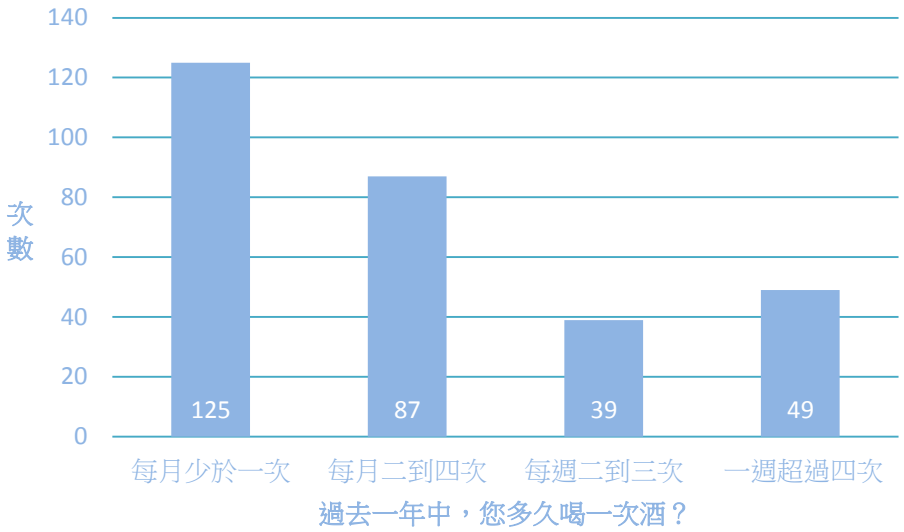
職業 2:第一級產業與第三級產業相比

依變項:一個月的飲酒量

我們預設，不論是長時間，在我們的研究中設為一年，或是短時間，設為一個月，生活滿意度皆有可能會影響三鶯居民的飲酒頻率狀況，但在迴歸分析之後發現，兩者的模型都並未呈現顯著，且兩者模型中之所有變項也呈現不顯著的狀態。而我們推測，此迴歸模型呈現不顯著的原因是因為我們的樣本中包含了太多沒有飲酒習慣的人，即為無效樣本，而測不出生活滿意度是否會影響飲酒行為，所以導致統計出來的結果呈現不顯著的狀態。

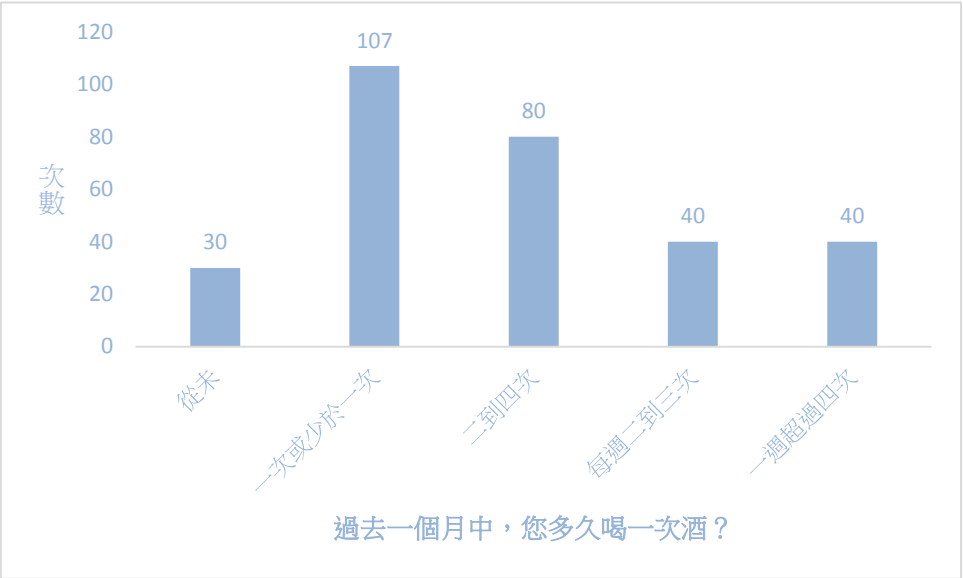
因此我們排除沒有飲酒習慣的樣本，只取有飲酒習慣的人做為樣本。

而我們取的樣本為，在過去一年的飲酒量中，勾選每個月少於一次、每月二到四次、每週二到三次、及一週超過四次作為有飲酒習慣的樣本。




註:n=300

從上圖可以清楚看出，三鶯地區有飲酒習慣的居民過去一年喝酒每月少於一次的人數最多，有125人，其次為喝酒每月二到四次，有87人，而最少為喝酒每周二到三次，有39人。




註:n=298，遺漏值=2

從上圖可以清楚看出，三鶯地區有飲酒習慣的居民過去一個月喝一次或少於一次喝酒的人數最多，有 107 人，其次為喝酒每月二到四次，有 80 人，而最少為在

這個月內從未喝酒，有 30 人。

| | 自我評價 | 家庭 | 朋友 | 經濟 | 伴侶 |
|---|---|---|---|---|---|
| 樣本數 | 242 | 242 | 242 | 242 | 242 |
| 平均數 | 3.01 | 3.26 | 3.19 | 2.70 | 2.89 |
| 標準差 | 0.43 | 0.51 | 0.44 | 0.54 | 0.69 |

而有飲酒習慣的樣本被取出後，去除了遺漏值後，我們取了 242 個樣本作為觀察值。而這 242 位具有飲酒習慣的三鶯居民的自我評價平均值為 3.01，表示滿意，標準差為 0.43，即為集中於平均數附近，即這些有飲酒習慣的三鶯居民多數對自己的評價為滿意以上。家庭滿意度的平均數為 3.26，表示滿意，標準差為 0.51，即為集中於平均數附近，即這些有飲酒習慣的三鶯居民多數的家庭滿意度為滿意以上。交友狀況的平均數為 3.19，表示滿意，標準差為 0.44，即為集中於平均數附近，即這些有飲酒習慣的三鶯居民多數對交友狀況為滿意以上。經濟的滿意度平均數為 2.70，表示滿意介於不滿意之間，標準差為 0.54，即為集中於平均數附近，即這些有飲酒習慣的三鶯居民多數的經濟滿意度為不太滿意。伴侶滿意度的平均數為 2.89，介在滿意與不滿意之間，標準差為 0.69，即為集中於平均數附近，及這些有飲酒習慣的三鶯居民多數對於他們與伴侶間的情感不太滿意。

由於有特定的條件下我又重新選取了樣本，因此我又跑了一次相關，來看有飲酒習慣的三鶯居民的飲酒行為是否與生活滿意度各層面的自變項有所關係。

| | 一年飲酒量 | 一個月之內飲酒量 |
|---|---|---|
| | r | r |
| 性別 | -.170** | -.188** |
| 年齡 | .145* | .101 |
| 教育程度 | -.240*** | -.214*** |
| 職業1 | .083 | .055 |

| | | |
|---|---|---|
| 職業2 | -.094 | -.055 |
| 自我評價 | .006 | -.046 |
| 家庭 | -.068 | -.187** |
| 朋友 | .043 | .020 |
| 經濟 | -.154** | -.083 |
| 伴侶 | -.096 | -.034 |

*表示 p<.05　**表示 p<.01　***表示 p<.001

職業 1:第一級產業與第二級產業相比

職業 2:第一級產業與第三級產業相比

其中與一年飲酒量及一個月飲酒量有顯著相關的自變項為，性別及教育程度；只與一年飲酒量達顯著相關的自變項為年齡及經濟；只與一個月飲酒量達顯著相關的自變項為家庭。以下為這些相關的分析。

性別與一年的飲酒量(r=-.170)及一個月的飲酒量(r=-.188)有低度的負相關，即有飲酒習慣的男性比有飲酒習慣的女性在這一年及在這一個月喝比較多酒。教育程度與一年的飲酒量(r=-.240)及一個月的飲酒量(r=-.214)有低度的負相關，即有飲酒習慣且教育程度越低者，在這一年及這一個月喝越多酒。

年齡與一年的飲酒量有低度的正相關(r=0.145)，即為有飲酒習慣的人，年紀越大者比年紀越小者在這一年喝比較多酒。經濟滿意度與一年的飲酒量有低度的負相關(r=-0.154)，即有飲酒習慣的人，經濟生活滿意度越低者，在這一年內喝比較多酒。

家庭滿意度與一個月之內的飲酒量有低度的負相關(r=-0.187)，即有飲酒習慣的人，家庭生活滿意度越低者，在這一個月內喝比較多酒。

刪除了無效樣本，即未有飲酒習慣的人之後，迴歸分析結果呈現顯著，在模型一中我們放入控制變項(性別、教育程度、年齡、職業)，其模型一呈現顯著，模型一解釋力為 8.6%，代表控制變項對於一年內飲酒量解釋了 8.6%總變異量並達到

了統計上的顯著水準，但在我們於模型二中加入了生活滿意度的測量變項(自我評價、家庭、朋友、經濟、伴侶)後，整體模型呈現不顯著的狀態，代表著在長期狀態下，整體生活滿意並未對飲酒量產生顯著影響。

| | 模式一 | | 模式二 | |
|---|---|---|---|---|
| | b | Beta | b | Beta |
| 性別 | -.390* | -.157 | -.358* | -.144 |
| 年齡 | .004 | .047 | .008 | .091 |
| 教育程度 | -.279** | -.208 | -.256** | -.191 |
| 職業1 | .056 | .025 | .218 | .097 |
| 職業2 | -.024 | -.011 | .134 | .060 |
| 自我評價 | | | .034 | .013 |
| 家庭 | | | -.125 | -.058 |
| 朋友 | | | .303 | .120 |
| 經濟 | | | -.234 | -.116 |
| 伴侶 | | | -.036 | -.100 |
| F | 4.479** | | 3.235** | |
| $R^2$ | .087** | | .123 | |
| Adjusted R2 | .067 | | .085 | |
| R2 Change | .087 | | .036 | |

說明：*表示 p<.05　**表示 p<.01　***表示 p<.001

職業 1:第一級產業與第二級產業相比

職業 2:第一級產業與第三級產業相比

依變項:一年的飲酒量

在模型一中(以下以 M1 為稱呼)，我們放入控制變項(性別、教育程度、年齡、職業)。M1 整體解釋力為 8.6%($R^2$=0.086,p<0.01)。其中我們發現性別(p<0.05)、教育程度(p<0.05)為顯著。性別的 b 值為負數，代表男性的飲酒量甚於女性並在統計上達到顯著水準；教育程度的 b 值為負數，代表著教育程度越低的人其飲酒量越高，並在統計上達到顯著水準。

在模型二中，我們加入生活滿意度的測量變項(自我評價、家庭、朋友、經濟、伴侶)，雖然整體模型出現不顯著的結果，但在其中的經濟變項接近顯著(p=0.082)，

由於我們測量的樣本數很小，所以我們能夠相信經濟在長期狀態下能夠對飲酒量產生影響，其 b 值為負數，代表著經濟狀況越差，飲酒量會越多，此飲酒型態多為借酒澆愁。

刪除了無效樣本，即未有飲酒習慣的人之後，迴歸分析結果呈現顯著，在模型一(以下以 M1 為稱呼)中我們放入控制變項(性別、教育程度、年齡、職業)，其模型 M1 呈現顯著，M1 模型解釋力為 7.8%，代表控制變項對於一個月內飲酒量解釋了 7.8%總變異量並達到了統計上的顯著水準。但在我們於模型二(以下以 M2 為稱呼)中加入了生活滿意度的測量變項(自我評價、家庭、朋友、經濟、伴侶)後，整體模型呈現不顯著的狀態，代表著在短期狀態下，整體生活滿意也並未對飲酒量產生顯著影響。

| | 模式一 | | 模式二 | |
|---|---|---|---|---|
| | b | Beta | b | Beta |
| 性別 | -.475** | -.180 | -.412* | -.156 |
| 年齡 | .001 | .006 | .005 | .058 |
| 教育程度 | -.295** | -.207 | -.277** | -.195 |
| 職業1 | .209 | .087 | .365 | .152 |
| 職業2 | .195 | .082 | .386 | .163 |
| 自我評價 | | | .022 | .008 |
| 家庭 | | | -.500** | -.218 |
| 朋友 | | | .388* | .144 |
| 經濟 | | | -.022 | -.010 |
| 伴侶 | | | -.011 | -.030 |
| F | 4.011** | | 3.158** | |
| $R^2$ | .079** | | .121 | |
| Adjusted $R^2$ | .059 | | .083 | |
| R2 Change | 0.79 | | 0.42 | |

說明：*表示 p<.05　**表示 p<.01　***表示 p<.001

職業 1:第一級產業與第二級產業相比

職業 2:第一級產業與第三級產業相比

在 M1 模型中，我們放入控制變項(性別、教育程度、年齡、職業)。M1 整體解釋力為 7.8%($R^2$=0.078,p<0.01)。其中我們發現性別(p<0.05)、教育程度(p<0.05)為顯著。性別的 b 值為負數，代表男性的飲酒量甚於女性並在統計上達到顯著水準；教育程度的 b 值為負數，代表著教育程度越低的人其飲酒量越高，並在統計上達到顯著水準。

雖然整體模型並不顯著，但是其中個別的自變項確有與依變項顯著的發現。在 M2 模型中，我們加入生活滿意度的測量變項(自我評價、家庭、朋友、經濟、伴侶)，而其中家庭(p<0.01)、朋友(p<0.05)達到了統計上的顯著水準，代表著在短期時間中，家庭與朋友會對飲酒量產生顯著的影響。而這兩變項對於飲酒量影響的狀況並不相同。家庭的 b 值為負數，代表著當家庭關係越差，飲酒量相對會越多，此飲酒型態多為借酒澆愁；朋友的 b 值為正數，代表著當朋友關係越好，飲酒量相對會越多，此飲酒型態多為把酒言歡，以飲酒當作娛樂消遣的飲酒型態。

我們刪除了無飲酒習慣的人之後，跑出來迴歸，雖然在個別的的自變項上有顯著的結果，但在整體模型上卻不顯著，我們推測是因為伴侶的變項有太多人是勾選”不適用”，使得將整體模型的顯著力拉低到不顯著，因此我們試著將個別變項也不顯著的伴侶排除後，看看其他層面的生活滿意度是否會具有顯著影響。

刪除了無飲酒習慣的樣本即伴侶的變項後，迴歸分析結果呈現顯著，在模型一中我們放入控制變項(性別、教育程度、年齡、職業)，其模型一呈現顯著，模型一解釋力為 8.7%，代表控制變項對於一年內飲酒量解釋了 8.7%總變異量並達到了統計上的顯著水準，但在我們於模型二中加入了去除伴侶的生活滿意度的測量變項(自我評價、家庭、朋友、經濟)後，整體模型呈現不顯著的狀態，代表著在長期狀態下，自我評價、家庭、朋友、經濟這些層面並未對飲酒量產生顯著影響。

| | 模式一 | | 模式二 | |
|---|---|---|---|---|
| | b | Beta | b | Beta |
| 性別 | -.390* | -.157 | -.371* | -.149 |
| 年齡 | .004 | .047 | .007 | .080 |
| 教育程度 | -.279** | -.208 | -.245** | -.183 |
| 職業1 | .056 | .025 | .197 | .087 |
| 職業2 | -.024 | -.011 | .093 | .042 |
| 自我評價 | | | .029 | .011 |
| 家庭 | | | -.138 | -.064 |
| 朋友 | | | .320 | .127 |
| 經濟 | | | -.250 | -.124 |
| F | 4.479** | | 3.293** | |
| $R^2$ | .087** | | .113 | |
| Adjusted R2 | .067 | | .079 | |
| R2 Change | .087 | | .027 | |

說明：*表示 p<.05　**表示 p<.01　***表示 p<.001

職業 1:第一級產業與第二級產業相比

職業 2:第一級產業與第三級產業相比

依變項:一年的飲酒量

在模型二中，我們加入去除伴侶的生活滿意度的測量變項(自我評價、家庭、朋友、經濟)，雖然整體模型出現不顯著的結果，且個別自變項也並無顯著的結果，但在其中的朋友變項及經濟變項接近顯著(p=0.076、p=0.063)，由於我們測量的樣本數很小，所以我們能夠相信朋友及經濟在長期狀態下能夠對飲酒量產生影響，而其朋友之 b 值為正的代表著當朋友關係越好，飲酒量相對會越多，此飲酒型態多為把酒言歡，以飲酒當作娛樂消遣的飲酒型態；而其經濟之 b 值為負數，代表著經濟狀況越差，飲酒量會越多，此飲酒型態多為借酒澆愁。

刪除了無飲酒習慣的樣本即伴侶的變項後，迴歸分析結果呈現顯著，在模型一中我們放入控制變項(性別、教育程度、年齡、職業)，其模型一呈現顯著，模型一

解釋力為 7.9%，代表控制變項對於一個月內飲酒量解釋了 7.9%總變異量並達到了統計上的顯著水準。在我們於模型二中加入了去除伴侶的生活滿意度的測量變項(自我評價、家庭、朋友、經濟)後，整體模型呈現顯著的狀態，模型二解釋力為 12%，代表著在短期狀態下，自我評價、家庭、朋友、經濟這些層面對於一個月內飲酒量解釋了 12%總變異量並達到了統計上的顯著水準。

| | 模式一 | | 模式二 | |
|---|---|---|---|---|
| | b | Beta | b | Beta |
| 性別 | -.475** | -.180 | -.416* | -.157 |
| 年齡 | .001 | .006 | .005 | .055 |
| 教育程度 | -.295** | -.207 | -.274** | -.192 |
| 職業1 | .209 | .087 | .358 | .149 |
| 職業2 | .195 | .082 | .374 | .157 |
| 自我評價 | | | .020 | .007 |
| 家庭 | | | -.504** | -.219 |
| 朋友 | | | .393* | .146 |
| 經濟 | | | -.027 | -.012 |
| F | 4.011** | | 3.496*** | |
| $R^2$ | .079** | | .120* | |
| Adjusted $R^2$ | .059 | | .086 | |
| R2 Change | 0.79 | | 0.41 | |

說明：*表示 p<.05　**表示 p<.01　***表示 p<.001

職業 1:第一級產業與第二級產業相比

職業 2:第一級產業與第三級產業相比

依變項:一個月的飲酒量

在模型二中，我們加入去除伴侶的生活滿意度的測量變項(自我評價、家庭、朋友、經濟)，整體模型顯著，其中家庭及朋友的個別自變項有顯著的結果。家庭之 b 值為負數，代表著家庭滿意度越差，飲酒量會越多，此飲酒型態多為借酒澆愁。朋友之 b 值為正的代表著當朋友關係越好，飲酒量相對會越多，此飲酒型態多為把酒言歡，以飲酒當作娛樂消遣的飲酒型態。

而在文獻探討及研究假設提到，我們在文獻中所看到兩個理論，自我醫療理論及社會學習理論，這兩個理論都可以解釋飲酒行為的原因，但我們希望可以以一個理論去判斷影響三鶯人飲酒的原因，因此我們以對酒的觀感作為判斷基準，而樣本為有飲酒習慣的三鶯居民，看兩者的相關。

| | 一年飲酒量 | 一個月之內飲酒量 |
|---|---|---|
| | r | r |
| 酒精觀感 | .172** | .127* |

*表示p<0.05　**表示p<0.01　***表示p<0.001

結果為酒精觀感和飲酒量呈現顯著的低度正相關，意即對酒精觀感越好會喝越多酒。表示三鶯地區具有飲酒習慣的人對於酒精觀感越好，在這一年及及這一個月的喝越多酒。可以判斷在三鶯地區有飲酒習慣的人視飲酒行為為正面的，因此視酒為正面的事物，與適用自我醫療的受訪者較相近，因視為較正面的事物，而將飲酒視為好的宣洩管道，而因此越喝越多。

# 五、結論

第一篇研究中有提到青少年飲酒行為與其生活滿意度之間的關係，也就是我們的依變項以及自變項，雖然我們的研究年齡最低限制是 18 歲以上的人，但是仍然可以做為參考。第二篇研究中有探討飲酒行為的變化與生活品質的關係，只是在我們的研究中生活品質為我們的自變項，飲酒為依變項。因此我們可以以「社會學習理論」來解釋，社會學習理論主要是著眼於觀察學習和自我調節在引發人的行為中的作用，重視人的行為和環境的相互作用，班杜拉認為是探討個人的認知、行為與環境因素三者及其交互作用對人類行為的影響。因此我們可以參考此文獻中生活滿意度與飲酒之間關係的概念。第三篇研究中有探討飲酒因素與壓力調適有關，相對而言，當生活滿意度愈高壓力也就相對而言愈少，因此，此文獻可以作為我們研究的參考。在社會學習理論又分成四個概念，觀察學習、交互決定論、

自我調節理論及自我效能理論，我們主要使用的概念為自我調節理論及自我效能理論，我們的研究主要探討個人的生活滿意度是如何影響人的飲酒行為，前兩者是外部人事物的社會化作用，因此造成人的飲酒行徑，而後兩者是個人自我心理層面的認知判定而改變飲酒的行為，與我們研究有較大的相關。第四篇研究中有探討飲酒行為與生活滿意度之間的關係，與我們研究中的依變項與自變項都相同，因此此文獻可以作為我們研究的參考。

綜合這四篇文獻探討我們提出了我們的研究假設，生活滿意度越高，受訪者飲酒頻率傾向越少，並運用社會學習理論及自我醫療理論解釋兩者的關聯的原因。

但是研究結果生活滿意度與飲酒頻率並不顯著，首先可能的原因是一年的時間太長，使不常飲酒的人即使逢年過節有小酌也一時間無法反應而覺得自己過去一年未曾飲酒，需要追問才能使受訪者想起，但我們多數並未追問的情況下，我們可能低估有喝酒的樣本數，致使改變方式只挑出有喝酒的受訪者使得樣本數減少許多，其次，我們所找到一篇美國的研究論文來支撐我們的研究假設，雖然很契合我們的依變項和自變項以及我們所期望測出的結果，但是未考慮台灣與美國兩國間的文化差異，及其樣本的抽樣差異，而導致結果與文獻有落差。

我們研究顯示，由於三鶯多數居民的生活各個層面的滿意度都是偏滿意居多，只有經濟及伴侶層面的滿意度較低，但是在未重新抽樣時，跑完回歸的結果並不顯著，因此我們推測，是因為多數三鶯居民並不飲酒的關係，使得並無顯著的結果。而後我們選取有飲酒習慣的三鶯居民作為樣本，也與大樣本一樣，經濟與伴侶的滿意度是偏低，跑完回歸後，依變項是一年的飲酒量或一個月的飲酒量的模型都不顯著，但令人意外的是，雖然整體模型不顯著，但是在一個月的飲酒量的迴歸模型中，滿意度高的家庭自變項與滿意度高的朋友自變項分別有負的顯著結果及正的顯著結果。表示，家庭狀況如果滿意度越低，一個月的飲酒量會越高，表示三鶯地區有飲酒行為的人，雖然平常對於家庭狀況是滿意的，但一對家庭狀況不滿意時，便很容易受到家庭滿意度的變化而飲酒。而朋友的狀況完全與我們的假設脫節，朋友滿意度顯示，如果對交友狀況越滿意，越容易有飲酒行為。但是整

體模型依然不顯著，這次我們推測是因為伴侶滿意度的關係，因有許多人並沒有伴侶，使得將整體模型的顯著力拉低，因此我們試著將伴侶排除在模型之外，再做一次有飲酒行為樣本的迴歸分析。

去除了伴侶後，一年的飲酒量的迴歸依舊不顯著，但是一個月的飲就量的迴歸整體的模型顯著，可以確定伴侶確實在生活滿意度個層面並不會影響飲酒的行為，且在一個月的顯著模型中，家庭及朋友的變項皆為顯著，且與伴侶還在模型中的結果一致，是家庭滿意度如果越低，飲酒行為便會增加，而朋友滿意度越高，飲酒行為便會增加。

我們原本預測，會是滿意度偏低的經濟及伴侶會比較顯著的影響飲酒行為，但我們所做出來的結果卻是，家庭及朋友會影響飲酒行為，且並非都為滿意度低才會飲酒行為，家庭為滿意度低才會影響飲酒行為，但朋友是滿意度高影響飲酒行為，除了是出乎我們意料之外的兩個變項外，方向也出乎我們意料。我們推測，由於許多人並不會真的對自己的經濟狀況滿意，總是希望經濟在更好，因此就算滿意度較低，也不使人覺得非得做一些事來平衡自己不滿意的心態。而伴侶是因，如果不滿意伴侶的話，很可能以溝通、分手、離婚、分居等作為消除這種不滿一的手段，而不是以飲酒去平衡可以自己解決的問題。而出乎我們意料的家庭，我們推測，是因為家庭狀況涉及的家人數目比起只有一個伴侶的狀況來的複雜，因此很難以可以解決不滿伴侶的方式去解決家庭的狀況，因此在不難解決問題的情況下，許多人在對於家庭不滿意時以喝酒作為宣洩的管道。至於朋友的話，我們推測，如果對自我的交友狀況越滿意，表示朋友與其之間的感情緊密、其交友圈較大，比起交友狀況不滿意的人，更有可能會有因朋友聚會而飲酒的行為，因此有了與我們預設相反的結果。

在得出三鶯居民還是會因生活滿意度影響飲酒行為後，我們試圖將以一個理論去解釋這樣的情況。在得出有飲酒習慣的人對於酒精的觀感是正向時候，我們便可以得出三鶯有飲酒習慣的人是酒精為一種自我醫療的媒介，以舒緩自我為主因，將酒視為一種治療的方式，也因為是正面的評價，因此朋友聚會也會飲酒作樂。

雖然我們的研究結果具有顯著的發現，然而，我們試著推測為何在測試回歸這麼多次後才得出這樣的結果。我們猜想，是因生活滿意度降低的抒發管道有很多種，不只只有喝酒這一個選項，可能三鶯的居民在生活滿意度下降時，會有其他的宣洩方式，所以測出的結果有所偏差。

我們由原本的結果發現，其實三鶯地區的居民對於周遭發生不順遂的事，借酒發洩的情況相當少，酒的替代物可能很多，或許我們未來的研究方向不一定單看飲酒為抒發管道，可以找其他行為來探討三鶯地區居民遇到生活不順遂時的紓解管道。

# 六、參考文獻


姜逸群、賢雅文 2000 年 12 月 〈國中生飲酒者與未飲酒者在生活狀況上之比較研究〉《衛生教育學報》。

林美足、柯慧貞 2002 年 〈家庭功能與男性酒精依賴患者之飲酒行為與生活品質之相關性研究〉《成功大學行為醫學研究所學位論文》。

李金治 2013 年 3 月 〈飲酒行為的探討〉《金門縣衛生局》

James G Murphy、Meghan McDevitt-Murphy、Nancy Barnett 2014 年 11 月 〈Drink and be merry? Gender, life satisfaction, and alcohol consumption among college students.〉《Psychology of Addictive Behaviors》