

第四章 結果分析與討論

本章旨在呈現針對研究問題所蒐集而得的資料之分析結果，運用 SPSS for Windows 統計套裝軟體對回收的資料做分析，並進行討論。全章共分為五節，其內容分別為第一節：受試者背景資料；第二節：月經經驗調查結果；第三節：參與態度調查結果；第四節：不同背景變項在參與態度之差異性考驗；第五節：不同月經經驗在參與態度之差異性考驗。

第一節 受試者背景資料

本研究彙集台北市八年級國中女學生，共計459份樣本進行人口統計分析。本節就回收之有效樣本，依不同背景資料的特性，以次數分配與百分比描述如下表4-1-1：

本研究背景變項之結果如下：受試者的年齡最小為13.3歲，年齡最大者為14.7歲；年滿14歲者共300人，佔全體有效樣本數的65.4%。居住情形以和父母同住者最多，共383人，佔83.4%；其次依序為只與母親同住者共46人（10.0%），只與父親同住者共16人（3.5%），與其他親人同住者共14人（3.1%），其中與其他親人同住者以父系親人居多。本研究受試者母親之教育程度以高中（職）221人最多，佔48.1%；其次依序為大專（學）共145人（31.6%），國中共55人（12.0%），研究所共18人（3.9%），國小共11人（2.4%），遺漏值為9人（2.0%）。父親之教育程度以高中（職）194人最多，佔42.3%；其次依序為大專（學）共137人（29.8%

), 國中共53人 (11.5%), 研究所共43人 (9.4%), 國小共11人 (2.4%), 遺漏值為21人 (4.6%)。母親職業以其它的人數最多, 有168人, 佔全體有效樣本數的36.6%, 備註欄多數填寫家庭主婦; 其次依序為從商共154人 (33.6%), 公41人 (8.9%), 教28人 (6.1%), 工26人 (5.7%), 遺漏值42人 (9.1%)。父親職業以商為最多, 有180人, 佔39.2%, 其次依序為其它95人 (20.7%), 工83人 (18.1%), 公58人 (12.6%), 教13人 (2.8%), 遺漏值30人 (6.6%)。父母親學經歷部分受試者有遺漏填答之情形, 推測其遺漏原因與居住情形有關, 未與父親或者母親同住而不知其學歷及職業, 因此未作答。(表 4-1-1)

表4-1-1 家庭狀況之分佈情形 (n=459)

	類別	人數	百分比%
年齡	未滿14歲	159	34.6
	年滿14歲	300	65.4
居住情形	父母親	383	83.4
	父親	16	3.5
	母親	46	10.0
	其他親人	14	3.1
母親教育程度	研究所	18	3.9
	大專/大學	145	31.6
	高中(職)	221	48.1
	國中	55	12
	國小	11	2.4
	遺漏值	9	2.0
父親教育程度	研究所	43	9.4
	大專/大學	137	29.8
	高中(職)	194	42.3
	國中	53	11.5
	國小	11	2.4
	遺漏值	21	4.6
母親職業	工	26	5.1
	商	154	33.6
	公	41	8.9
	教	28	6.1
	其它	168	36.6
	遺漏值	42	9.1
父親職業	工	83	18.1
	商	180	39.2
	公	58	12.6
	教	13	2.8
	其它	95	20.7
	遺漏值	30	6.6

本研究之體育課任課老師性別分佈情形以女性教師較多，共332人，佔全體有效樣本數的72.3%，男性教師127人，佔全體有效樣本數的27.7%。家人談論青春期生理保健次數的分佈情形以談論次數達五次者最多，共130人，佔全體有效樣本數的28.3%；其餘談論次數依序為三次者共85人（18.5%），一次者共80人（17.4%），二次者共77人（16.8%），從未與家人討論者共73人（15.9%）；最少的統計人數是談論次數達四次者，共10人，佔2.2%。受試者青春期生理保健最常討論的對象之分佈情形以母親為最多，共321人，佔69.9%；其餘最常討論的對象依序為同學或朋友共129人（28.1%），姊妹共66人（14.4%），沒有和任何人討論者共29人（6.3%），老師共23人（5.0%），其他人共11人（5.0%），父親共10人（2.2%），最低為校護共8人（1.7%），選取其他人為討論對象者，皆為家中其他親人。結果顯示青少年青春期生理保健主要討論對象以母親最多，此結果與國內外的研究結果一致（陳彰惠、洪志秀，1986；黃琪瑜，1986；陳秀玲，1999；Beausang et al., 2000；蘇琍敏，2002；歐陽美蓉，2004）。（表 4-1-2）

表4-1-2 青春期生理保健討論分佈情形 (n=459)

	類別	人數	百分比%
教師性別	男	127	27.7
	女	332	72.3
談論次數	一次	80	17.4
	二次	77	16.8
	三次	85	18.5
	四次	10	2.2
	五次	130	28.3
	從未討論	73	15.9
討論對象	父親	10	2.2
	母親	321	69.9
	姊妹	66	14.4
	同學或朋友	129	28.1
	老師	23	5.0
	校護	8	1.7
	無	29	6.3
	其他人	11	5.0

月經知識共13題，每題1分，滿分為13分，研究對象得分介於0-13分之間，由表4-1-3得知平均答對題為9.44題，標準差為2.26，平均答對率為72.67%。答對率最高的前三題分別為第13題「月經來時，無論經血量的多寡，最好都能定時更換衛生棉」(94.6%)、第3題「月經來是因為卵子未受精，而子宮內膜剝落的關係」(89.5%)及第8題「女性懷孕時不會有月經」(88.2%)。答對率最低的三題分別為第5題「剛開始有月經的2-3年，月經來潮的時間不規則是不正常的」(22.2%)、第6題「月經週期可分成月經期 增生期 排卵期 和剝落期四個階段」(52.7%)及第12題「月經來時，最好不要運動，以免流出更多經血」(56.2%)。結果顯示研究對象大多對行經期衛生有正確的觀念，也知道月經與

懷孕之間的關係。研究對象對月經初來潮的2、3年間月經規則度較不穩定的了解最低，僅佔總答對人數的22.2%，此一結果可能影響女學生行經期的情緒，尤其當月經沒有在預期時間到來時可能會有擔心的情緒反應，誤認為自己的身體生病了；第12題「月經來時，最好不要運動，以免流出更多經血」，答對率為56.2%，此題答錯的女學生可能會將錯誤認知反映在體育課的行為表現上，進而影響行經期體育課參與態度。整體月經知識平均答對率與歐陽美蓉(2004)調查結果相比雖已從56.8%提高為72.67%，但結果仍差強人意，顯示女學生月經知識仍待加強。

(表 4-1-3)

表4-1-3 月經知識答對率分佈情形

題項	內容	答對率
01.	女性在青春期的身體變化，是因為人體內「女性賀爾蒙」的作用。	81.5
02.	女生有了月經，代表她開始具有懷孕的能力。	86.1
03.	月經來是因為卵子未受精，而子宮內膜剝落的關係。	89.5
04.	女性通常大約21-35天會有一次月經，每次來經約3-7天。	85.2
05.	剛開始有月經的2-3年，月經來潮的時間不規則是不正常的。	22.2
06.	月經週期可分成月經期、增生期、排卵期、和剝落期四個階段。	52.7
07.	月經的成份有血液、剝落的子宮內膜組織及子宮分泌物等。	75.2
08.	女性懷孕時不會有月經。	88.2
09.	月經從陰道的開口流出來的。	77.1
10.	月經快來前或月經期間如果出現腹痛，就表示身體有毛病。	65.1
11.	月經來時，不可以洗頭，以免感染。	70.8
12.	月經來時，最好不要運動，以免流出更多經血。	56.2
13.	月經來時，無論經血量的多寡，最好都能定時更換衛生棉。	94.6
平均值：9.44		標準差：2.26
		平均答對率：72.67%

註：題號加底線（5、10、11、12）者為反向計分題。

第二節 月經經驗調查結果

一、來經情形

本研究受試者已有月經人數共449人，佔97.8%，另有10人尚未來經，佔2.2%。初經來潮時間分佈在國小三年級至國中八年級，受試者的初經平均年齡為12.12歲（標準差為1.0），以小學六年級（約12-13歲間）最多，有191人，佔已來經總人數的42.5%；其餘依序為七年級共127人（28.1%），五年級共71人（15.8%），八年級共32人（7.1%），四年級共26人（5.8%），人數最少者為國小三年級有3人（0.7%）。此部分與歐陽美蓉（2004）的研究結果比較，得知台北市女學生初經年齡提早至國小三年級，且初經時間以國小六年級最多。（表 4-2-1）

表4-2-1 初經時間分佈情形

	類別	人數	百分比%
來經情形 (n=459)	未來經	10	2.2
	已來經	449	97.8
初經時間 (n=449)	國小三年級	3	0.7
	國小四年級	26	5.8
	國小五年級	71	15.8
	國小六年級	191	42.5
	國中七年級	127	28.1
	國中八年級	32	7.1

二、初經來潮的心理經驗

本研究已來經之受試者在初經來潮知道是月經者有343人，佔76.4%。初經來潮的第一告知對象以母親最多，共347人，佔77.3%，其他對象依序為姊妹共20人（4.5%），同學或朋友共19人（4.2%），父親共4人（0.9%），老師僅佔2人（0.4%），有22人（4.9%）在初經來潮時未告訴任何人，沒有任何一位研究對象告訴校護，結果顯示母親仍然為研究對象最信任且最親密的對象。初經來潮的情緒反應以緊張為最多，共163人，佔總人數36.3%，在正向情緒反應部份依序為沒有感覺119人（13.1%），預期的40人（8.9%），高興者僅佔20人（4.5%）；負向情緒反應依序為緊張163人(36.3%)，被嚇到148人(33.0%)，擔心121人(26.9%)，害怕91人（20.3%），奇怪89人（19.8%），難過26人（5.8%），羞恥15人（3.3%）；此與蘇琍敏(2002)研究結果相似，初經來潮第一個告知對象為母親，情緒反應以負向情緒為主，以緊張佔多數；顯示整體的情緒反應偏向負向。（表 4-2-2）（表 4-2-3）

表4-2-2 初經來潮的心理經驗分配情形 (n=449)

	類別	人數	百分比%
初經來時是否知道是月經	知道	343	76.4
	不知道	106	23.6
初經來潮時第一個告知對象	老師	2	0.4
	媽媽	347	77.3
	爸爸	4	0.9
	姐妹	20	4.5
	同學或朋友	19	4.2
	校護	0	0.0
	沒有告訴任何人	22	4.9
	忘記了	21	4.7
	其它	14	3.1

表4-2-3 初經來潮情緒反應 (n=449)

	類別	人數	百分比%
正向情緒反應	高興	20	4.5
	預期的	40	8.9
	沒有感覺	119	26.5
負向情緒反應	難過	26	5.8
	被嚇到	148	33.0
	害怕	91	20.3
	緊張	163	36.3
	擔心	121	26.9
	奇怪	89	19.8
	羞恥	15	3.3
	忘記了	75	16.7

三、來經狀況

已來經之受試者月經週期規則度以「有時規則、有時不規則」者最多，共268人，佔59.7%；很規則者共103人，佔22.9%；不規則者共78人，佔17.4%，此結果與蘇俐敏(2002)研究相似。現在行經期的情緒反應以「沒有感覺」者佔最多人數，共280人，佔62.4%。（表 4-2-4）

結果顯示，初經與現在來經之情緒反應最高者分別為「緊張」與「沒有感覺」，人數分別為163人（36.3%）及280人（62.4%）；蘇俐敏（2002）指出青少年在初經來潮後到最近月經來潮之間，正向情緒與負向情緒都會有所變化，負向情緒會逐漸降低，正向情緒反應則會先升高而降低；與本研究顯示研究對象來經情緒反應中正向情緒有提升的趨勢有相同之處。推論其提升因素為研究對象隨著來經次數的增加，月經處理經驗隨之增加，因此往後面對行經期的狀況時逐漸能以正面的情緒去面對。

表4-2-4 現在的來經狀況分佈情形（n=449）

	類別	人數	百分比%
月經週期規則度	很規則	103	22.9
	不規則	78	17.4
	有時規則有時不規則	268	59.7
情緒反應	高興	11	2.4
	害怕	47	10.5
	緊張	85	18.9
	擔心	116	25.8
	羞恥	9	2.0
	沒有感覺	280	62.4
	其它	43	9.6

四、行經期不適反應

探討受試者在每次「月經快來之前到月經結束」這一段時間的經驗，結果顯示月經生理不適之總體情形尚屬輕微，生理不適反應以「下腹痛」最多，共383人，達85.3%有此情形；在情緒反應部分以勾選「容易發脾氣」為最多，共296人，佔65.9%。其中下腹痛、容易發脾氣、容易疲倦及想睡等反應，發生頻率介於偶爾到經常之間（平均值分別為1.32、1.10、1.03及1.02），其餘各項反應介於從未到偶爾之間（表 4-2-5）。完全無不適反應者有14人，佔全體有效樣本數的3.1%；每一項不適反應都有之受試者，共9人，佔全體有效樣本數的2.0%。（表 4-2-6）

表4-2-5 行經期不適反應狀況分佈情形（人數/百分比%）(n=449)

類別	從未	偶爾	經常	每次	平均數	標準差
情緒反應						
容易發脾氣	153/34.1	149/33.2	95/21.2	52/11.6	1.10	1.00
容易沮喪	302/67.3	75/16.7	45/10.0	27/6.0	.54	.90
容易緊張	270/60.1	103/22.9	45/10.0	31/6.9	.63	.92
注意力不集中	214/47.7	143/31.8	58/12.9	34/7.6	.80	.93
想睡	189/42.1	120/26.7	80/17.8	60/13.4	1.02	1.06
想哭	338/75.3	66/14.7	27/6.0	18/4.0	.38	.77
容易疲倦	171/38.1	137/30.5	94/20.9	47/10.5	1.03	1.00
全身無力	240/53.5	115/25.6	58/12.9	36/8.0	.75	.96
痛反應						
下腹痛	66/14.7	225/50.1	103/22.9	55/12.2	1.32	.87
全身痠痛	236/52.6	120/26.7	61/13.6	32/7.1	.75	.94
腰酸背痛	235/52.3	125/27.8	56/12.5	33/7.3	.74	.93
頭痛	297/66.1	106/23.6	35/7.8	11/2.4	.46	.74
自主神經系統反應						
頭昏眼花	288/64.1	101/22.5	36/8.0	24/5.3	.54	.85
食慾不佳	230/51.2	139/31.0	57/12.7	23/5.1	.71	.87
水分滯留反應						
下半身浮腫	381/84.9	42/9.4	14/3.1	12/2.7	.23	.63
乳房脹痛	319/71.0	69/15.4	37/8.2	24/5.3	.47	.85
想吃東西	245/54.6	111/24.7	55/12.2	38/8.5	.74	.97
長青春痘	252/56.1	106/23.6	58/12.9	33/7.3	.71	.95
拉肚子	304/67.7	93/20.7	40/8.9	12/2.7	.46	.76
容易餓	264/58.8	110/24.5	43/9.6	32/7.1	.65	.92

表4-2-6 行經期不適反應狀況總數分配情形 (n=449)

不適反應總數	人數	百分比
無不適反應	14	3.1
共一項	32	7.1
共二項	36	8.0
共三項	19	4.2
共四項	26	5.8
共五項	17	3.8
共六項	25	5.6
共七項	34	7.6
共八項	18	4.0
共九項	17	3.8
共十項	29	6.5
共十一項	31	6.9
共十二項	18	4.0
共十三項	26	5.8
共十四項	20	4.5
共十五項	22	4.9
共十六項	15	3.3
共十七項	12	2.7
共十八項	19	4.2
共十九項	10	2.2
全部不適反應都有	9	2.0

五、月經來潮自我改變

此部分共有五題，第五題為反向題，已來經者依個人現在情形回答，尚未來經者預測初經來潮前與初經來潮後自己的改變；結果顯示，未來經者與已來經者第1題「個性從稚氣轉變成較成熟」皆介於無意見至同意之間 (M=3.40/ M=3.13)；第2題「身體的活動能力逐漸提升」，未來經者為無意見至同意之間 (M=3.40)，已來經者則介於不同意至無意

見之間 (M=2.97); 第3題「體育課程的態度從被動轉變成主動參與」, 未來經者為無意見 (M=3.00), 已來經者則介於不同意至無意見之間 (M=2.91); 第4題「越來越喜歡需要思考的體育活動類型」, 未來經者為無意見至同意之間 (M=3.50), 已來經者則介於不同意至無意見之間 (M=2.97); 第5題「沒月經時我的活動力較高, 月經一來活動力就自然降低」, 未來經者與已來經者皆介於不同意至無意見之間 (M=2.80), 已來經者則介於不同意至無意見之間 (M=2.42/M=2.42)。從結果發現, 女學生對來經前及來經後自己的改變整體態度在尚未來經之受試者顯示介於不同意至無意見之間 (M=2.80), 已來經者顯示介於無意見至同意之間 (M=3.11); 經獨立樣本t檢定得知: 未來經者與已來經者在月經來潮自我改變未達顯著差異 (t=.696、p=.087)。(表 4-2-7)

表4-2-7 月經來潮自我改變分佈情形

無月經 (n=10)		平均數	標準差
題號	內容		
1.	從稚氣轉變成較成熟	3.40	.84
2.	身體的活動能力逐漸提升	3.30	1.05
3.	體育課程的態度從被動轉變成主動參與	3.00	1.05
4.	越來越喜歡需要思考的體育活動類型	3.50	1.08
5.	沒月經時我的活動力較高, 月經一來活動力就自然降低	2.80	.78
整體月經來潮自我改變		2.80	.68
有月經 (n=449)		平均數	標準差
題號	內容		
1.	從稚氣轉變成較成熟	3.13	.90
2.	身體的活動能力逐漸提升	2.97	.88
3.	體育課程的態度從被動轉變成主動參與	2.91	.88
4.	越喜歡需要思考的體育活動類型	2.97	.88
5.	沒月經時我的活動力較高, 月經一來活動力就自然降低	2.42	.97
整體月經來潮自我改變		3.11	.57

註: 題號加底線 (5) 為反向計分題。

t=.696、p=.087

六、體育課請生理假的頻率及因素

體育課請生理假頻率的情形，從未請過生理假者共179人，佔39.9%，請過生理假的受試者以很少請生理假的人數最多，共152人（33.9%），其次依序為偶爾97人（21.6%），常常18人（4.0%），每次都請假的人數最少，共3人（0.7%），請假人數在第二天出現最多，共183人，佔67.8%，其它依序為第一天112人（41.5%），第三天106人（39.3%），第四天42人（15.6%），第五天20人（7.4%），第七天以後16人（5.9%），第六天14人（5.2%）。結果顯示請生理假的情形集中在前三天，從第四天開始請假人數明顯減少，討論其可能原因是第三天之後經血流量及經期不適的症狀已明顯降低，因此，請生理假的情形銳減。請生理假的因素以下腹痛最多，共214人，佔79.3%，其它依序為容易疲倦100人（37.0%）、腰酸背痛73人（27.0%）、全身無力62人（23.0%）、乳房脹痛24人（8.9%）、家長要求22人（8.1%）、肌肉僵硬12人（4.4%）、其它12人（4.4%）、受同學影響10人（3.7%）。（表 4-2-8）

表4-2-8 體育課請生理假的頻率及因素分佈情形

	類別	人數	百分比%
體育課請生理假的頻率 (n=449)	每次	3	0.7
	常常	18	4.0
	偶爾	97	21.6
	很少	152	33.9
	從來沒有	179	39.9
在第幾天請假 (n=270)	第一天	112	41.5
	第二天	183	67.8
	第三天	106	39.3
	第四天	42	15.6
	第五天	20	7.4
	第六天	14	5.2
	第七天以後	16	5.9
請假因素 (n=270)	下腹痛	214	79.3
	腰酸背痛	73	27.0
	全身無力	62	23.0
	肌肉僵硬	12	4.4
	乳房脹痛	24	8.9
	容易疲倦	100	37.0
	受同學影響	10	3.7
	家長要求	22	8.1
	其它	12	4.4

七、行經期上體育課心理感受度反應

本研究受試者在行經期上體育課的心情方面，自覺不輕鬆者較多，共316人，佔70.4%，自覺輕鬆者僅有133人（29.6%）。行經期上體育課自覺不輕鬆的因素以勾選「擔心經血外漏」最多，共267人，佔84.5%，其次依序為經痛178人（56.3%）、自己會莫名緊張90人（28.5%）、男同學特別注意我，共17人（5.4%）、其它15人（4.7%）。結果顯示「擔心經血

外漏」、「經痛」為受試者行經期上體育課自覺不輕鬆之主要原因。(表 4-2-9)

表4-2-9 行經期上體育課心理感受度反應分佈情形

	類別	人數	百分比
上課心情是否輕鬆 (n=449)	是	133	29.6
	否	316	70.4
行經期上體育課心情 不輕鬆的因素 (n=316)	擔心經血外漏	267	84.5
	男同學特別注意我	17	5.4
	自己會莫名緊張	90	28.5
	經痛	178	56.3
	其他	15	4.7

八、影響生理假請假觀念之對象

「行經期上體育課請生理假」的觀念，受影響的主要對象在未來經之受試者中以勾選「家人」為最多，共有四人，佔40%；其次依序為：「健康教育老師」、「自己的想法」、「班導師」、「同學」、「體育老師」及「校護」。在八項選項中都沒有任何人選擇「其他」作為影響對象，因此在表格中並「其他」的任何數據。(表 4-2-10)

表4-2-10 請生理假觀念之影響對象分佈情形調查表 (未來經者)(n=10)

		順位一	順位二	順位三	順位四	順位五	順位六	順位七	順位八	遺漏值
體育老師	人數	-	1	2	-	2	1	3	-	1
	百分比	-	10	20	-	20	10	30	-	10
健康老師	人數	3	1	2	1	1	2	-	-	-
	百分比	30	10	20	10	10	22.2	-	-	-
同學	人數	-	3	3	2	1	-	1	-	-
	百分比	-	30	30	20	11.1	-	11.1	-	-
家人	人數	4	3	1	-	1	-	1	-	-
	百分比	40	30	10	-	11.1	-	12.5	-	-
班導師	人數	1	-	1	4	-	3	-	-	1
	百分比	10	-	10	40	-	33.3	-	-	10
校護	人數	-	-	-	2	3	1	2	-	2
	百分比	-	-	-	20	33.3	11.1	25	-	20
自己想法	人數	2	2	1	1	1	2	1	-	-
	百分比	20	20	10	10	11.1	22.2	12.5	-	-
其他	人數	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	百分比	-	-	-	-	-	-	-	-	-

- : 表示無研究對象選擇

在已來經之研究對象中，最多人選擇「自己的想法」，共有186人，佔總人數48.3%；第二順位為「家人」，共82人，佔21.3%。其他對象依序為「同學」、「健康教育老師」、「其他」、「體育老師」、「校護」及「班導師」。兩組相較發現第一順位分別為「家人」及「自己的想法」，選擇差異原因推論是未來經者尚未有月經經驗，月經的想法多數是受家人影響，因此家人為第一選擇；而已來經之研究對象，隨著行經經驗的增加，自己能在想法及行動上自我調整及決定，因此「自己的想法」為第一個選擇。

體育課程的授課老師皆為體育老師，但是從統計結果中可以發現到研究對象未將「體育老師」列入影響自己請生理假觀念的主要影響者，

由此推論體育老師並未於課堂上強調亦或教導女學生行經期必須請生理假的觀念。(表 4-2-11)

表4-2-11 請生理假觀念之影響對象分佈情形調查表(已來經者)(n=449)

		順位一	順位二	順位三	順位四	順位五	順位六	順位七	順位八	遺漏值
體育老師	人數	15	26	43	51	52	54	50	3	155
	百分比	3.3	5.8	9.6	11.4	11.6	12.0	11.1	0.7	34.5
健康老師	人數	33	45	48	71	61	31	9	-	151
	百分比	7.3	10.0	10.7	15.8	13.6	6.9	2.0	-	33.6
同學	人數	50	85	84	37	23	19	13	-	138
	百分比	11.1	18.9	18.7	8.2	5.1	4.2	2.9	-	30.7
家人	人數	82	98	50	16	18	18	24	2	141
	百分比	18.3	21.8	11.1	3.6	4.0	4.0	5.3	.04	31.4
班導師	人數	4	7	26	60	56	78	49	1	168
	百分比	0.9	1.6	5.8	13.4	12.5	17.4	10.9	0.2	37.4
校護	人數	6	18	29	44	45	56	75	1	175
	百分比	1.3	4.0	6.5	9.8	10.0	12.5	16.7	0.2	39.0
自己想法	人數	186	46	35	17	25	13	16	-	111
	百分比	41.4	10.2	7.8	3.8	5.6	2.9	3.6	-	24.7
其他	人數	20	-	-	1	1	3	2	11	411
	百分比	4.5	-	-	0.2	0.2	0.7	0.4	2.4	91.5

- : 無研究對象選擇

九、請生理假時的方式

本研究受試者在體育課請生理假方式的分佈情形，未來經者及已來經者的選擇中，人數最多者為「自己主動請假」，顯示女學生有高比例人數能主動向體育老師提出這部分的需求，正面的態度高；未來經者其它的請假方式依序為「不主動說，等老師問」、「請同學代請」、「家長寫請假卡」；已來經者其它的請假方式依序為「家長寫請假卡」、「請同學代請」、「不主動說，等老師問」。已來經者在請假方式排序上較未來經者的態度大方且主動。討論其原因可能是以來經的女學生有實際的請假

經驗，而隨著請假經驗的增加間接改變自己請假的態度，從害羞轉變成主動。此項結果符合李美枝（1982）及陳文俊（1983）提出的態度是由經驗中學習所形成的，是社會化的結果。

請生理假使用何種名詞，未來經的受試者以「生理假」這一個名詞最多人選擇，此結果和已來經的受試者相同；「月經來了」在已來經者的選擇位居第二，未來經者無人填寫；兩組最末位選項「其它」的註解中，有部分受試者填寫「那個來了」，原因可能是認為向體育老師請生理假是件羞於啟齒的請求，推論使用此名詞之受試者其參與態度可能偏向負面。

請生理假方式的學習對象，其中「家人」為受試者主要的學習對象，分別有6人及143人，各佔60%及31.8%；擔任傳授月經知識的「健康教育老師」在此部分未見高比例選擇。（表 4-2-12）

表4-2-12 請生理假的方式分佈情形

類別	未來經組 (n=10)		已來經組 (n=449)		
	人數	百分比%	人數	百分比%	
請假方式	自己主動請假	8	80	312	69.5
	不主動說，等老師問	3	30	17	3.8
	請同學代請	3	30	38	8.5
	家長寫請假卡	1	10	104	23.2
	其他	1	10	26	5.8
請假名詞	月經來了	0	0	72	16.0
	生理假	6	60	136	30.3
	MC來了	2	20	73	16.3
	其它	1	10	54	12.0
	遺漏值	1	10	114	25.4
學習對象	體育老師	1	10	29	6.5
	健康老師	4	40	56	12.5
	家人	6	60	143	31.8
	同學	3	30	86	19.2
	班導師	1	10	12	2.7
	校護	0	0	11	2.4
	其他	0	0	65	14.5

第三節 行經期體育課參與態度調查結果

本節依據研究目的，探討台北市國中女學生行經期體育課參與態度量表反應情形，並藉由資料的分析找出台北市國中女學生行經期體育課參與態度各構面反應情形。

一、行經期體育課參與態度量表反應情形

針對問卷中各構面進行統計分析，彙整研究對象對各問項評分之平均值及標準差，每個問項均按同意程度的高低分成五個等級，在進行分析時予以量化，按照對題項的認同程度由低至高給予1-5分，其結果如表4-3-1所示。在參與態度上，以第一題「參與體育課可以促進身心健康」、第十題「參與體育課可以欣賞到同學精湛的球技」、第二題「參與體育課可以養成規律的運動習慣」、第五題「我現在體育老師的評分方式很公平」、第十一題「參與體育課可以和同學切磋球技」、第四題「參與體育課可以帶給我樂趣」等六個問題平均數較高，分別為4.28、4.17、4.09、4.07、4.02及4.01，而相對的在第十三題「行經期會降低我在體育課的運動表現」、第十二題「行經期不適合參與體育課的活動」、第十五題「行經期參與體育課的活動會讓經血大量增加」、第十四題「行經期總是會影響我上體育課的情緒」、第十六題「參與體育課的活動會增加我在行經期的生理不適」和第十七題「體育課的活動可以減輕行經期的身體不適」等六個問項則較低，其平均數分別為2.43、2.57、2.71、2.72、2.82、2.88。

表4-3-1 女學生行經期體育課參與態度答題優先順序

題項	內容	平均數	標準差
01	參與體育課可以促進身心健康	4.28	.77
10	參與體育課可以欣賞到同學精湛的球技	4.17	.78
02	參與體育課可以養成規律的運動習慣	4.09	.81
05	我現在體育老師的評分方式很公平	4.07	.87
11	參與體育課可以和同學切磋球技	4.02	.87
04	參與體育課可以帶給我樂趣	4.01	.91
07	我現在體育老師上課時的教學氣氛很輕鬆	3.99	.87
09	參與體育課可以了解彼此並增進同學間的感情	3.95	.86
03	參與體育課可以培養我運動能力進而得到成就感	3.88	.90
08	我現在體育老師總是在課堂上鼓勵同學努力表現	3.88	.86
18	我現在的體育老師總是很體諒女同學在行經期的上課表現	3.81	.88
06	我現在體育老師的教學方式讓我對課程內容有很大的興趣	3.74	.87
19	我現在的體育老師回應請生理假的態度不會讓同學心裡覺得不舒服	3.71	.99
21	體育老師的性別不會影響您請生理假的決定	3.58	1.06
22	我認為隨著行經期次數的增加，自己越來越能適應行經期參與體育課的活動	3.55	.89
20	體育老師在課堂上會說明行經期的運動注意事項	3.30	.89
17	體育課的活動可以減輕行經期的身體不適	2.88	.96
16	參與體育課的活動會增加我在行經期的生理不適	2.82	.99
14	行經期總是會影響我上體育課的情緒	2.72	1.17
15	行經期參與體育課的活動會讓經血大量增加	2.71	.96
12	行經期不適合參與體育課的活動	2.57	1.07
13	行經期會降低我在體育課的運動表現	2.43	1.08

註：題號加底線（12、13、14、15、16）者為反向計分題。

由以上結果可以發現，女學生行經期體育課的參與態度較傾向於參與體育課可以促進身心健康、養成規律的運動習慣及欣賞到同學精湛的

球技；而較不傾向於行經期適合參與體育課活動、參與體育課可以減少在行經期的生理不適及增加運動表現。

二、女學生行經期體育課參與態度量表各構面反應情形

本研究在「行經期體育課參與態度量表」的編製過程中，經過嚴謹的信、效度檢驗，並以因素分析方法萃取出五個主要因素，再加以命名，結果獲得之構面可分為「教師教學態度」、「經期活動限制」、「體育課程獲益」、「同儕關係」及「個人主觀觀點」。

由表4-3-2可知，女學生行經期體育課參與態度是中立趨向正面的，整體參與態度要素平均數為3.58；若就整個參與態度構面觀之，以「體育課程獲益」的正面程度最高，平均數達4.06，其次依序是「同儕關係」、「教師教學態度」、「個人主觀觀點」，最低的則是「經期活動限制」，平均數分別為4.05、3.79、3.34、2.65。其中「經期活動限制」之平均數介於中立偏負向，顯示女學生行經期體育課受此因素影響，將使參與態度降低。

表4-3-2 女學生行經期體育課參與態度之構面

構面名稱	題號	平均數	標準差
教師教學態度	(5、6、7、8、18、19、20)	3.79	.63
經期活動限制	(12、13、14、15、16)	2.65	.84
體育課程獲益	(1、2、3、4)	4.06	.70
同儕關係	(9、10、11)	4.05	.71
個人主觀觀點	(17、21、22)	3.34	.67
整體參與態度要素		3.58	.47

第四節 行經期體育課參與態度之差異性考驗

一、不同性別體育教師之女學生體育課參與態度差異比較

由表4-4-1得知，不同性別體育教師與女學生在「教師教學態度」、「經期活動限制」、「體育課程獲益」及「同儕關係」等問題之間達顯著差異。在「教師教學態度」方面：女教師（ $M=3.90$ ）在女學生行經期體育課參與態度之影響顯著高於男教師（ $M=3.51$ ）；在「經期活動限制」方面：女教師（ $M=2.70$ ）在女學生行經期體育課參與態度之影響顯著高於男教師（ $M=2.49$ ）；在「體育課程獲益」方面：女教師（ $M=4.14$ ）在女學生行經期體育課參與態度之影響顯著高於男教師（ $M=3.86$ ）；在「同儕關係」方面：女教師（ $M=4.11$ ）在女學生行經期體育課參與態度之影響顯著高於男教師（ $M=3.92$ ）。不同性別體育教師與女學生體育課參與態度差異性考驗，如表4-4-1所示。

表4-4-1 不同性別體育教師與女學生體育課參與態度間之獨立樣本t考驗摘要表（ $n=449$ ）

構面名稱	性別	人數	平均數	標準差	t值	p值
教師教學態度	女	327	3.90	.57	5.340	.000***
	男	122	3.51	.71		
經期活動限制	女	327	2.70	.83	2.371	.018*
	男	122	2.49	.86		
體育課程獲益	女	327	4.14	.65	3.548	.000***
	男	122	3.86	.77		
同儕關係	女	327	4.11	.68	2.520	.012*
	男	122	3.92	.70		
個人主觀觀點	女	327	3.35	.66	.813	.416
	男	122	3.29	.68		

* $p < .05$ *** $p < .001$

分析結果顯示，不同性別體育教師的台北市國中女學生在行經期體育課程參與態度上有顯著差異。不同性別體育教師的女學生在教師教學態度、經期活動限制、體育課程獲益及同儕關係等因素之間有顯著差異，女性體育教師的女學生參與態度顯著高於男性體育教師的女學生。劉照金與周宏室（2002）指出體育教學中的教師因素、課程內容、運動參與、體育經驗對學生的體育態度具有顯著的影響程度。Aicinena(1991)認為體育教師的行為會影響學生對體育課的態度。趙坤景（2004）認為體育教師如果具備良好的教學特質（如教學技巧、運動專長、教學熱誠），將有助於提高學生對體育課的滿意度。陳偉瑀（2003）指出，女性體育教師在教學過程中較男性體育教師採取較多關懷及鼓勵的態度，對體育課程較為用心及嚴謹，女生較男生知覺到體育教師較多的教學活動指導內容。

台北市國中女學生可能較能認同女性體育教師的上課方式及給分標準，包含在上課情境中營造輕鬆的氣氛及鼓勵同學努力表現，讓女學生對體育課程有較高的參與興趣。在教學過程中，女性體育教師可能也比男性體育教師有更多行經期運動注意事項的貼心提醒，使女學生在請生理假的過程中心裡不會有不舒服的感覺；女學生因此認為行經期適合參與體育課的活動，體育課的運動表現不因行經期而降低，上課的情緒較不受行經期影響。因此，女學生經由女性體育教師教導後，在參與體育課程活動促進身心健康、養成規律的運動習慣、獲得參與樂趣及得到成就感等益處的行動及觀念高於男性體育教師。另一方面，女學生藉由參與體育課程活動過程中與同學切磋球技，同時欣賞同學精湛的球技及增進同學間的感情。

二、父母親教育程度與女學生體育課參與態度之差異比較

由於研究所畢業的樣本數過少，在差異性考驗上可能會有推論上之誤差，因此將之併入大學（專）；國小（含）以下畢業的樣本數過少，因此將之併入國中。經獨立樣本單因子變異數分析結果發現，母親不同教育程度之女學生與「教師教學態度」、「體育課程獲益」及「個人主觀觀點」等問題之間達顯著差異。在「教師教學態度」方面：母親學歷為國中以下（ $M=3.90$ ）之女學生行經期體育課參與態度顯著高於大學（專）以上學歷（ $M=3.70$ ）；在「體育課程獲益」方面：母親學歷為高中學歷（ $M=4.14$ ）之女學生行經期體育課參與態度顯著高於大學（專）以上學歷（ $M=3.93$ ）；在「個人主觀觀點」方面：母親學歷為國中以下學歷（ $M=3.48$ ）之女學生行經期體育課參與態度顯著高於大學（專）以上學歷（ $M=3.21$ ）。而父親不同教育程度之女學生在「教師教學態度」、「體育課程獲益」及「個人主觀觀點」等三項參與態度因素達顯著差異。在「教師教學態度」方面：父親學歷為高中學歷（ $M=3.91$ ）之女學生行經期體育課參與態度顯著高於大學（專）以上學歷（ $M=3.65$ ）；在「體育課程獲益」方面：父親學歷為高中學歷（ $M=4.16$ ）之女學生行經期體育課參與態度顯著高於大學（專）以上學歷（ $M=3.98$ ）；在「個人主觀觀點」方面：父親學歷為高中學歷（ $M=3.42$ ）之女學生行經期體育課參與態度顯著高於大學（專）以上學歷（ $M=3.22$ ）。母親教育程度與女學生體育課參與態度差異性考驗，如表4-4-2所示；父親教育程度與女學生體育課參與態度差異性考驗，如表4-4-3所示。

表4-4-2 母親教育程度與女學生體育課參與態度間之單因子變異數分析摘要表 (n=441)

構面名稱	變項	平均數	標準差	變異數分析						
				變異數來源	平方和	自由度	平均平方和	F值	p值	事後比較
教師教學態度	G1	3.70	.61	組間	3.084	2	1.542	3.858	.022*	G3 > G1
	G2	3.84	.66	組內	175.110	438	.400			
	G3	3.90	.55	總和	178.195	440				
經期活動限制	G1	2.70	.86	組間	.815	2	.408	.566	.568	
	G2	2.61	.85	組內	315.647	438	.721			
	G3	2.63	.78	總和	316.462	440				
體育課程獲益	G1	3.93	.70	組間	4.408	2	2.204	4.560	.011*	G2 > G1
	G2	4.14	.69	組內	211.732	438	.483			
	G3	4.14	.68	總和	216.141	440				
同儕關係	G1	3.99	.66	組間	1.514	2	.757	1.580	.207	
	G2	4.10	.69	組內	209.909	438	.479			
	G3	4.13	.72	總和	211.423	440				
個人主觀觀點	G1	3.21	.58	組間	4.056	2	2.028	4.631	.010*	G3 > G1
	G2	3.38	.72	組內	191.820	438	.438			
	G3	3.48	.61	總和	195.877	440				

*p < .05 ; G1 : 大學 (專) 以上、 G2 : 高中、 G3 : 國中以下

表4-4-3 父親教育程度與女學生體育課參與態度間之單因子變異數分析摘要表 (n=429)

構面名稱	變項	平均數	標準差	變異數分析						
				變異數來源	平方和	自由度	平均平方和	F值	p值	事後比較
教師教學態度	G1	3.65	.64	組間	6.574	2	3.287	8.268	.000****	G2 > G1
	G2	3.91	.63	組內	169.353	426	.398			
	G3	3.87	.58	總和	175.927	428				
經期活動限制	G1	2.74	.86	組間	3.939	2	1.969	2.752	.065	
	G2	2.54	.81	組內	304.891	426	.716			
	G3	2.73	.87	總和	308.830	428				
體育課程獲益	G1	3.98	.68	組間	2.965	2	1.483	3.038	.049*	G2 > G1
	G2	4.16	.70	組內	207.907	426	.488			
	G3	4.10	.71	總和	210.873	428				
同儕關係	G1	3.99	.67	組間	2.289	2	1.145	2.386	.093	
	G2	4.15	.69	組內	204.373	426	.480			
	G3	4.04	.72	總和	206.663	428				
個人主觀觀點	G1	3.22	.58	組間	3.995	2	1.998	4.440	.012*	G2 > G1
	G2	3.42	.75	組內	191.650	426	.450			
	G3	3.39	.64	總和	195.646	428				

*p < .05 ****p < .001 ; G1 : 大學 (專) 以上、 G2 : 高中、 G3 : 國中以下

父母親不同教育程度的台北市國中女學生在行經期體育課程參與態度上有顯著差異，結果顯示，母親教育程度不同之台北市國中女學生在教師教學態度、體育課程獲益及個人主觀觀點等因素之間達顯著差異，在「教師教學態度」及「個人主觀觀點」方面：母親學歷為國中以下之女學生行經期體育課參與態度顯著高於大學（專）以上學歷者；在「體育課程獲益」方面：母親學歷為高中學歷之女學生行經期體育課參與態度顯著高於大學（專）以上學歷者；父親教育程度不同之台北市國中女學生在教師教學態度、體育課程獲益及個人主觀觀點等因素之間達顯著差異，父親學歷為高中之女學生在行經期體育課參與態度顯著高於大學（專）以上學歷者。趙曲水宴（1993）指出，母親教育程度越高時，較能分享生理知識與月經感受。母親的教育程度越高，溝通的態度越自在開放時，女兒的月經態度越正向（歐陽美蓉，2004）。胡蘭沁（1993）指出影響台南地區大專生休閒活動類型的選擇會受到父親教育程度的影響。

推論研究對象父母親教育程度是大學（專）以上者對體育課程的認同度較低，可能因素為現今社會常態中有一現象，高知識份子對子女學業上的要求嚴謹，因此在教育孩子的過程中將日常時間都分配在學習才藝及課業上，體育活動則被認為是一項非重要學習的科目，無形之中孩子和父母親的觀念逐漸相同。

三、父母親社經地位與女學生體育課參與態度之差異比較

為避免在差異性考驗上可能會有推論上之誤差，因此將教與公兩項職業合併。經獨立樣本單因子變異數分析結果發現，母親的職業與女學生「教師教學態度」、「經期活動限制」、「體育課程獲益」、「同儕

關係」及「個人主觀觀點」等問題之間未有顯著差異。而父親的職業在「教師教學態度」、「經期活動限制」等問題之間達顯著差異。在「教師教學態度」方面：父親職業為公教人員（ $M=3.97$ ）之女學生行經期體育課參與態度顯著高於勾選選項答案為其它的女學生（ $M=3.70$ ）；在「經期活動限制」方面：父親職業為公教人員（ $M=2.92$ ）之女學生行經期體育課參與態度顯著高於父親從商（ $M=2.56$ ）之女學生。母親職業與女學生體育課參與態度之差異性考驗，如表4-4-4所示；父親職業與女學生體育課參與態度之差異性考驗，如表4-4-5所示。

表4-4-4 母親職業與女學生體育課參與態度間之單因子變異數分析摘要表（ $n=407$ ）

構面名稱	變項	平均數	標準差	變異數分析					
				變異數來源	平方和	自由度	平均平方和	F值	p值
教師教學態度	G1	3.85	.65	組間	2.464	3	.821	2.099	.100
	G2	3.70	.67	組內	157.638	403	.391		
	G3	3.90	.63	總和	160.102	406			
	G4	3.83	.56						
經期活動限制	G1	2.40	1.04	組間	3.696	3	1.232	1.654	.176
	G2	2.65	.86	組內	300.125	403	.745		
	G3	2.81	.90	總和	303.822	406			
	G4	2.60	.80						
體育課程獲益	G1	4.05	.71	組間	1.747	3	.582	1.176	.318
	G2	3.99	.75	組內	199.530	403	.495		
	G3	4.16	.63	總和	201.277	406			
	G4	4.09	.68						
同儕關係	G1	3.78	.71	組間	2.217	3	.739	1.571	.196
	G2	4.08	.64	組內	189.539	403	.470		
	G3	4.08	.73	總和	191.756	406			
	G4	4.07	.69						
個人主觀觀點	G1	3.37	.88	組間	2.977	3	.992	2.273	.080
	G2	3.23	.68	組內	175.895	403	.436		
	G3	3.36	.56	總和	178.871	406			
	G4	3.42	.63						

G1：工 G2：商 G3：公教 G4：其它

表4-4-5 父親職業與女學生體育課參與態度間之單因子變異數分析摘要表 (n=419)

構面名稱	變項	平均數	標準差	變異數分析						
				變異數來源	平方和	自由度	平均平方和	F值	p值	事後比較
教師教學活動	G1	3.89	.60	組間	3.462	3	1.154	2.984	.031*	G3>G4
	G2	3.78	.67	組內	160.495	415	.387			
	G3	3.97	.58	總和	163.957	418				
	G4	3.70	.55							
經期活動限制	G1	2.58	.84	組間	6.765	3	2.255	3.125	.026*	G3>G2
	G2	2.56	.87	組內	299.522	415	.722			
	G3	2.92	.92	總和	306.287	418				
	G4	2.65	.71							
體育課程獲益	G1	4.11	.68	組間	2.466	3	.822	1.748	.157	
	G2	4.02	.71	組內	195.131	415	.470			
	G3	4.23	.67	總和	197.597	418				
	G4	4.05	.63							
同儕關係	G1	4.11	.72	組間	.703	3	.234	.498	.684	
	G2	4.07	.66	組內	195.076	415	.470			
	G3	4.11	.72	總和	195.778	418				
	G4	4.00	.66							
個人主觀觀點	G1	3.36	.70	組間	.686	3	.229	.527	.664	
	G2	3.33	.66	組內	180.176	415	.434			
	G3	3.40	.58	總和	180.862	418				
	G4	3.28	.65							

*p < .05 ; G1 : 工 G2 : 商 G3 : 公教 G4 : 其它

父親從事不同職業在台北市國中女學生行經期體育課程參與態度上有顯著差異，結果顯示，父親職業不同之台北市國中女學生在教師教學態度及經期活動限制等因素之間達顯著差異，在「教師教學態度」方面：父親為公教人員之女學生行經期體育課參與態度顯著高於其它類別者；在「經期活動限制」方面：父親為公教人員之女學生行經期體育課參與態度顯著高於父親從商者。陳桂菊（2001）研究指出，家庭社經地位不同，會影響到家庭休閒活動的實施；陳淑湘（1999）的研究發現，青少年在休閒活動的選擇也會因為家庭社經地位而有所不同。本研究

結果呈現母親職業對女學生沒有影響，推論可能原因為母親原本對體育活動的參與程度就不高；而父親的職業為公務人員或教師時，對女學生在教師教學態度及經期活動限制有較高的態度，推論可能原因為父親與體育老師一樣是公教人員時，女學生因父親職業的關係，對體育教師有較高的認同度，另一可能原因為公教人員工作時數固定，於上班時間之外有更多時間陪同家人從事體育活動。

四、月經知識與女學生體育課參與態度之差異比較

經獨立樣本t考驗結果顯示，不同月經知識得分之女學生與「教師教學態度」及「同儕關係」等問題之間達顯著差異。在「教師教學態度」方面：高月經知識得分（M=3.86）之女學生行經期體育課參與態度顯著高於低月經知識得分者（M=3.71）；在「同儕關係」方面：高月經知識得分（M=4.13）之女學生行經期體育課參與態度顯著高於低月經知識得分者（M=3.86）。月經知識與女學生體育課參與態度之差異考驗，如表4-4-6。

表4-4-6 月經知識與女學生體育課參與態度間之獨立樣本t考驗摘要表（n=288）

構面名稱	得分	人數	平均數	標準差	t值	p值
教師教學態度	高	165	3.86	.64	2.011	.045*
	低	123	3.71	.61		
經期活動限制	高	165	2.75	.89	1.904	.58
	低	123	2.56	.76		
體育課程獲益	高	165	4.13	.69	1.343	.153
	低	123	4.01	.70		
同儕關係	高	165	4.13	.73	3.105	.002**
	低	123	3.86	.70		
個人主觀觀點	高	165	3.37	.65	1.252	.212
	低	123	3.28	.62		

**p < .01

月經知識得分不同在台北市國中女學生行經期體育課程參與態度上有顯著差異。結果顯示，不同月經知識得分之台北市國中女學生在教師教學態度及同儕關係等因素之間達顯著差異；在「教師教學態度」及「同儕關係」兩方面：高月經知識得分之女學生行經期體育課參與態度顯著高於低月經知識得分之女學生。歐陽美蓉（2004）指出月經知識與月經態度成正相關，知識越高，月經態度越正向；江書良（2002）針對台北縣國中生的休閒運動行為研究中，指出學業成績的不同使得在休閒運動參與上有差異；王宗吉（1999）研究指出，學業成績優良青少年在休閒運動的參與程度上顯著高於學業成績中等級較差的青少年；張少熙（2000）研究指出，學業成績優良的學生在休閒運動參與程度上顯著高於成績中等或不佳的學生。推論月經知識高得分的女學生較月經知識低得分的女學生認同可經由參與體育課程活動過程可與同學切磋球技，同時欣賞同學精湛的球技，進而增進同學之間的感情。

第五節 不同月經經驗在行經期體育課參與態度之差異性考驗

一、初經時間與女學生體育課參與態度之差異比較

由於三年級及四年級兩項的樣本數過少，在差異性考驗上可能會有推論上之誤差，因此將兩項合併成四年級。經單因子變異數分析結果顯示，不同初經時間之女學生與「體育課程獲益」等問題之間達顯著差異。在「體育課程獲益」方面：初經來潮時間在七年級（ $M=4.24$ ）之女學生行經期體育課參與態度顯著高於初經來潮時間為六年級（ $M=4.01$ ）之女學生；初經時間與女學生體育課參與態度之差異考驗，見表4-5-1。

表4-5-1 初經時間與女學生體育課參與態度間之單因子變異數分析摘要表 (n=449)

構面名稱	變項	平均數	標準差	變異數分析						
				變異數來源	平方和	自由度	平均平方和	F值	p值	事後比較
教師教學態度	4	3.77	.64	組間	1.427	4	.357	.878	.477	
	5	3.91	.63	組內	180.503	444	.407			
	6	3.75	.67	總和	181.931	448				
	7	3.80	.56							
	8	3.82	.64							
經期活動限制	4	2.60	.71	組間	4.718	4	1.179	1.661	.158	
	5	2.83	.90	組內	315.324	444	.710			
	6	2.58	.85	總和	320.042	448				
	7	2.70	.83							
	8	2.48	.75							
體育課程獲益	4	3.96	.54	組間	5.824	4	1.456	3.002	.018*	7>6
	5	4.07	.82	組內	215.376	444	.485			
	6	4.01	.67	總和	221.200	448				
	7	4.24	.59							
	8	3.87	.96							
同儕關係	4	3.91	.72	組間	2.091	4	.523	1.077	.367	
	5	4.09	.72	組內	215.412	444	.485			
	6	4.01	.67	總和	217.503	448				
	7	4.14	.69							
	8	4.10	.75							
個人主觀觀點	4	3.20	.70	組間	3.018	4	.755	1.685	.152	
	5	3.43	.56	組內	198.851	444	.448			
	6	3.30	.66	總和	201.869	448				
	7	3.41	.65							
	8	3.17	.90							

*p < .05 ; 4 : 三及四年級

初經時間不同在台北市國中女學生行經期體育課程參與態度上有顯著差異。結果顯示，不同初經時間之台北市國中女學生在體育課程獲益方面達顯著差異，七年級之女學生行經期體育課參與態度顯著高於六年級之女學生。蘇俐敏（2002）指出，當青少女對月經的主觀心理準備度越高，包含生理發展、月經知識、處理及經驗分享等，越能減少初經

來時焦慮感的發生，在初經來潮時的負向情緒越低，正向情緒反應越高。七年級女學生參與體育課程的獲益顯著高於六年級女學生，推論可能原因為七年級女學生在此時已有許多同學已有來經經驗，經由平日與同學的生活分享，無形中提高了對月經的心理準備度，行經期參與體育課活動的正向預期心理相對提高。

二、請生理假頻率與女學生體育課參與態度之差異比較

由於請假頻率每次及常常兩項的樣本數過少，在差異性考驗上可能有推論上之誤差，因此將兩項合併成G1（常常）；偶爾及很少兩項合併成G2（偶爾）；G3為從未請假。經單因子變異數分析結果發現，不同請生理假頻率與女學生在「教師教學態度」、「經期活動限制」、「體育課程獲益」及「同儕關係」等問題之間達顯著差異。在「教師教學態度」方面：從未請生理假（ $M=3.85$ ）及偶爾請生理假（ $M=3.80$ ）之女學生行經期體育課參與態度顯著高於常常請生理假（ $M=3.20$ ）的女學生；在「經期活動限制」方面：從未請生理假（ $M=2.85$ ）之女學生行經期體育課參與態度顯著高於偶爾請生理假（ $M=2.54$ ）及常常請生理假（ $M=2.13$ ）的女學生；在「體育課程獲益」方面：從未請生理假（ $M=4.10$ ）及偶爾請生理假（ $M=4.09$ ）之女學生行經期體育課參與態度顯著高於常常請生理假（ $M=3.48$ ）的女學生；在「同儕關係」方面：從未請生理假（ $M=4.10$ ）及偶爾請生理假（ $M=4.06$ ）之女學生行經期體育課參與態度顯著高於常常請生理假（ $M=3.63$ ）。請生理假頻率與女學生參與態度間之差異性考驗，如表4-5-2所示。

表4-5-2 請生理假頻率與女學生體育課參與態度間之單因子變異數分析摘要表 (n=449)

構面名稱	變項	平均數	標準差	變異數分析						
				變異數來源	平方和	自由度	平均平方和	F值	p值	事後比較
教師教學態度	G1	3.20	.83	組間	8.038	2	4.019	10.308	.000***	G3 > G1
	G2	3.80	.63	組內	173.893	446	.390			G2 > G1
	G3	3.85	.58	總和	181.931	448				
經期活動限制	G1	2.13	.98	組間	15.588	2	7.794	11.418	.000***	G3 > G1
	G2	2.54	.80	組內	304.454	446	.683			G3 > G2
	G3	2.85	.83	總和	320.042	448				
體育課程獲益	G1	3.48	1.06	組間	7.564	2	3.782	7.895	.000***	G3 > G1
	G2	4.09	.67	組內	213.636	446	.479			G2 > G1
	G3	4.10	.65	總和	221.200	448				
同儕關係	G1	3.63	.76	組間	4.217	2	2.109	4.410	.013*	G3 > G1
	G2	4.06	.69	組內	213.286	446	.478			G2 > G1
	G3	4.10	.67	總和	217.503	448				
個人主觀觀點	G1	3.17	1.08	組間	.603	2	.301	.668	.513	
	G2	3.34	.60	組內	201.266	446	.451			
	G3	3.34	.69	總和	201.869	448				

*p < .05 **p < .01 ; ***p < .001 G1 : 常常 G2 : 偶爾 G3 : 從未

不同請生理假頻率在台北市國中女學生行經期體育課程參與態度上有顯著差異。結果顯示，不同請生理假頻率之台北市國中女學生在教師教學態度、經期活動限制、體育課程獲益及同儕關係等方面達顯著差異。在「教師教學態度」、「體育課程獲益」及「同儕關係」等方面，從未請生理假及偶爾請生理假之女學生行經期體育課參與態度顯著高於常常請生理假之女學生；在「經期活動限制」方面，從未請生理假之女學生行經期體育課參與態度顯著高於偶爾請生理假及常常請生理假之女學生。從未請生理假之女學生可能認為行經期參與體育課活動並不會受到任何影響，包含不會降低活動能力表現、不會影響上體育課情緒，而體育課的活動不會使自己的經血大量增加及增加行經期的生理不適

。從未請生理假及偶爾請生理假的女學生在體育課程中可能比常常請生理假的女學生容易獲得較高的成就感及樂趣，因此在身心方面都有較佳的表現；身心狀況較佳的女學生在參與態度上也會表現出比較積極健康的一面。

學生喜歡在體育課時可以和動作技術層面、價值觀、生活習慣或共同興趣相近的朋友在一起活動 (Aicinene, 1991)；因此推論從未請生理假及偶爾請生理假的女學生在活動的過程中與同儕之間有比較高的良性互動，因此，即使行經期略有身體不適，也會因為想和同學一起活動而降低請生理假的頻率。相反的，因為在體育課程活動中沒有志同道合的同伴，因此行經期只要稍有不適即會要求請生理假。

三、行經期上體育課心理感受度與女學生體育課參與態度間之差異比較

經獨立樣本t考驗結果顯示，不同的行經期上體育課心理感受度與女學生在「經期活動限制」、「體育課程獲益」、「同儕關係」及「個人主觀觀點」等問題之間達顯著差異；在「經期活動限制」方面：覺得輕鬆 (M=3.13) 之女學生行經期體育課參與態度顯著高於覺得不輕鬆 (M=2.44) 的女學生；在「體育課程獲益」方面：覺得輕鬆 (M=4.22) 之女學生行經期體育課參與態度顯著高於覺得不輕鬆 (M=4.01) 的女學生；在「同儕關係」方面：覺得輕鬆 (M=4.17) 之女學生行經期體育課參與態度顯著高於覺得不輕鬆者 (M=4.01)；在「個人主觀觀點」方面：覺得輕鬆 (M=3.53) 之女學生行經期體育課參與態度顯著高於覺得不輕鬆者 (M=3.25)。不同的行經期上體育課心理感受度與女學生參與態度間之差異性考驗，如表4-5-3所示。

表4-5-3 行經期上體育課心理感受度與女學生體育課參與態度間之獨立樣本t考驗摘要表 (n=449)

構面名稱	感受	人數	平均數	標準差	t值	p值
教師教學 態度	輕鬆	133	3.87	.60	1.730	.084
	不輕鬆	316	3.76	.64		
經期活動 限制	輕鬆	133	3.13	.78	8.452	.000***
	不輕鬆	316	2.44	.78		
體育課程 獲益	輕鬆	133	4.22	.62	2.926	.004**
	不輕鬆	316	4.01	.72		
同儕關係	輕鬆	133	4.17	.65	2.111	.035*
	不輕鬆	316	4.01	.70		
個人主觀 觀點	輕鬆	133	3.53	.61	3.982	.000***
	不輕鬆	316	3.25	.67		

*p < .05 **p < .01 ***p < .001

不同行經期上體育課心理感受度在台北市國中女學生行經期體育課程參與態度上有顯著差異。結果顯示，不同行經期上體育課心理感受度之台北市國中女學生在經期活動限制、體育課程獲益、同儕關係及個人主觀觀點等方面達顯著差異；在「經期活動限制」、「體育課程獲益」、「同儕關係」及「個人主觀觀點」等四個方面：覺得輕鬆之女學生行經期體育課參與態度顯著高於覺得不輕鬆之女學生，覺得輕鬆之女學生自身運動表現及情緒比較不受行經期影響。蘇俐敏（2002）指出青少年經歷數次的月經週期後，漸漸能掌握與預測月經的時間，對伴隨月經而來的生理不適、行為限制等也漸能適應，因此更不容易因為月經而緊張害怕。學生喜歡在進行體育課時，可以和好朋友一起活動，在活動分組時，學生會選擇和運動能力相近或較佳的同學或好朋友為伴，因此認為體育課提供學生一個社交機會的管道，不論男生或女生皆有相同的傾向（Stewart et al, 1991；Aicinene, 1991；楊聯琦，1992；卓旻怡，1999；趙坤景，2004）。運動能力較佳者，在同儕中較易得到較高的社會地

位，體驗更多的社交成功，有更多正面的同儕關係（Smoll, 1974），反之，缺乏運動技巧者，則常常受到排擠或拒絕（Cowel, 1970）；因此，覺得輕鬆的女學生個人的運動能力表現可能是比較好的，在體育課的活動過程中和同儕互動也是比較好的，因此行經期上體育課情緒並沒有差異，在同儕之間的互動不受影響。

四、月經規則度與女學生體育課參與態度之差異比較

經單因子變異數分析結果發現，不同月經規則度與女學生在「體育課程獲益」及「同儕關係」等問題之間達顯著差異。在「體育課程獲益」方面：月經週期規則（ $M=4.23$ ）之女學生行經期體育課參與態度顯著高於月經週期不規則者（ $M=3.96$ ）；在「同儕關係」方面：月經週期規則（ $M=4.17$ ）及月經週期有時規則有時不規則（ $M=4.09$ ）之女學生行經期體育課參與態度顯著高於月經週期不規則者（ $M=3.80$ ）。月經規則度與女學生對參與態度間之差異性考驗，如表4-5-4所示。

表4-5-4 月經規則度與女學生體育課參與態度間之單因子變異數分析摘要表 (n=449)

構面名稱	變項	平均數	標準差	變異數分析						
				變異數來源	平方和	自由度	平均平方和	F值	p值	事後比較
教師教學態度	G1	3.90	.67	組間	2.300	2	1.150	2.855	.059	
	G2	3.68	.68	組內	179.630	446	.403			
	G3	3.79	.60	總和	181.931	448				
經期活動限制	G1	2.72	1.01	組間	.869	2	.434	.607	.545	
	G2	2.65	.77	組內	319.173	446	.716			
	G3	2.62	.79	總和	320.042	448				
體育課程獲益	G1	4.23	.68	組間	3.914	2	1.957	4.017	.019*	G1 > G2
	G2	3.96	.76	組內	217.285	446	.487			
	G3	4.04	.68	總和	221.200	448				
同儕關係	G1	4.17	.71	組間	6.852	2	3.426	7.254	.001**	G1 > G2
	G2	3.80	.73	組內	210.651	446	.472			G3 > G2
	G3	4.09	.65	總和	217.503	448				
個人主觀觀點	G1	3.44	.67	組間	1.449	2	.724	1.612	.201	
	G2	3.29	.77	組內	200.420	446	.449			
	G3	3.31	.63	總和	201.869	448				

*p < .05 ; **p < .01 ; G1 : 規則 G2 : 不規則 G3 : 有時規則, 有時不規則

分析結果發現：不同月經規則度在台北市國中女學生行經期體育課程參與態度上有顯著差異。結果顯示，不同月經規則度之台北市國中女學生在及同儕關係等方面達顯著差異；在「體育課程獲益」方面；月經週期規則之女學生行經期體育課參與態度顯著高於月經不規則之女學生；在「同儕關係」方面；月經週期規則及有時規則有時不規則之女學生行經期體育課參與態度顯著高於月經不規則之女學生；此結果可能原因為月經週期規律的女學生月經不會突然開始，在體育課活動過程中能夠安心的運動，且藉由活動的過程中培養運動能力及獲得成就感。因此，規律的月經週期能夠建立比較正面的預期心理，不規律的月經週期可能較易造成女學生的忐忑不安。

五、行經期上體育課心理感受度與與體育課請生理假頻率之差異考驗

經卡方考驗 (Chi-Square) 分析結果發現，不同行經期上體育課心理感受度與體育課請生理假頻率達到顯著差異 ($\chi^2=9.025$, $p < .05$) (表 4-5-5)

表4-5-5 行經期上體育課心理感受度與體育課請生理假頻率之卡方考驗
(請生理假個數/請生理假頻率總數百分比%) (n=449)

	常常	偶爾	從未	χ^2	p值
輕鬆	4/3.0	62/46.6	67/50.4	9.025	.011*
不輕鬆	17/5.4	187/59.2	112/35.4		

* $p < .05$

行經期上體育課心理感受度覺得不輕鬆的女學生在常常請生理假情形高於覺得輕鬆者；行經期上體育課心理感受度覺得不輕鬆的女學生在偶爾請生理假情形高於覺得輕鬆者；行經期上體育課心理感受度覺得輕鬆的女學生在從未請生理假情形高於覺得不輕鬆者。因此，女學生因為覺得行經期上體育課不輕鬆而想在體育課請生理假，相反的，因為女學生行經期上體育課覺得輕鬆而覺得不需要請生理假，顯見請生理假頻率與行經期上體育課心理感受度有明顯相關。推論自覺不輕鬆的女學生行經期上體育課的壓力較大，擔心在激烈的活動過程中造成經血外漏，因此戰戰兢兢，進而影響自己上課的心情。

六、行經期不適症狀與體育課請生理假頻率之差異考驗

經卡方考驗 (Chi-Square) 分析結果發現，不同行經期不適症狀與體育課請生理假頻率達到顯著差異 ($\chi^2=17.828$, $p < .000$) (表4-5-6)

表4-5-6 行經期不適症狀與體育課請生理假頻率之卡方考驗
(請生理假個數/請生理假頻率總數百分比%) (n=260)

	常常	偶爾	從未	χ^2	p值
症狀多	6/4.5	88/66.2	39/29.3	17.828	.000***
症狀少	3/2.4	54/42.5	70/55.1		

***P < .001

分析結果發現：行經期不適症狀多的女學生常常請生理假的頻率高於症狀少的女學生；偶爾請生理假的女學生，症狀多者高於症狀少者；從未請生理假的女學生，症狀少者高於症狀多者。女學生因行經期不適症狀而影響請生理假頻率，顯示請假頻率與行經期不適症狀有明顯相關。

七、月經規則度與體育課請生理假頻率之差異考驗

由表4-5-7可知，不同月經規則度與體育課請生理假頻率之差異，經卡方考驗 (Chi-Square) 得知，未達到顯著差異。

表4-5-7 月經規則度與體育課請假頻率之卡方考驗
(請生理假個數/請生理假頻率總數百分比%) (n=449)

	常常	偶爾	從未	χ^2	p值
規則	7/6.8	52/50.5	44/42.7	3.445	.486
不規則	5/6.4	44/56.4	29/37.2		
有時規則有時不規則	9/3.4	153/57.1	106/39.6		

女學生體育課請生理假頻率不因月經規則度而有顯著差異。