

2023 年

保誠兒童幸福指數調查報告

委託單位：保誠人壽保險股份有限公司

執行單位：創市際市場研究顧問股份有限公司

2023 年 9 月

目錄

壹、調查目的	2
貳、研究設計與實施	3
一、研究方法	3
二、網路調查說明	3
三、資料分析方法與檢誤	4
(一)、資料處理	4
(二)、資料檢誤	4
(三)、統計分析	4
參、調查結果分析	7
一、基本資料	7
(一)、受訪者家中小孩年齡區間	7
(二)、受訪者家中6~12歲區間小孩數量	7
(三)、本次調查兒童年齡區間	8
(四)、本次調查兒童性別	8
二、生理健康指數	9
(一)、兒童身高、體重	9
(二)、飲食習慣指標	10
(三)、睡眠活力指標	13
(四)、運動習慣指標	15
(五)、生活習慣／代謝指標	16
三、心理健康指數	18
(一)、兒童心理狀況／心理安全指標	18
(二)、自我認定(自我成就感)／自信指標	21
(三)、情緒管理(表達)指標	23
(四)、人際關係互動表現指標	26
四、教育主題／教養相關指數	29
(一)、教養及學習安排指標	29
(二)、學校學習指標	32
(三)、學習資源／課後輔導指標	34
(四)、數位素養／使用3C習慣指標	37
(五)、休閒活動及3C使用情形	39
五、時事／生活教育指數	41
(一)、性教育、性平教育、身體自主權利教育	41
(二)、預防詐騙教育	41
(三)、熟悉各項救援通聯網絡教育	42
(四)、反霸凌須知及求助方式教育	42

(五)、 菸害防制教育.....	43
(六)、 反毒品教育.....	43
(七)、 網路安全教育.....	44
六、 數位生活指數（從四大指數中擷取相關問題）.....	45
七、 結論.....	46

圖目錄

圖 1 百分比分析報表範例.....	4
圖 2 受訪者家中小孩年齡區間.....	7
圖 3 受訪者家中 6~12 歲區間小孩數量.....	7
圖 4 本次調查兒童年齡區間.....	8
圖 5 本次調查兒童性別.....	8
圖 6 「孩子每日都有吃早餐」.....	10
圖 7 「孩子每日都有攝取足夠水份」.....	10
圖 8 「孩子每日有均衡攝取各類營養」.....	11
圖 9 「孩子每日都會食用危害健康食品」.....	11
圖 10 「孩子每日平均睡足 8 小時」.....	13
圖 11 「孩子每日晚上 10 點前就寢睡覺」.....	13
圖 12 「孩子每日都是充滿活力的、有精神的」.....	14
圖 13 「孩子每日運動 60 分鐘以上」.....	15
圖 14 「孩子落實護眼行動：減少 3C 使用時間，且中間有休息」.....	16
圖 15 「孩子有良好的潔牙習慣」.....	16
圖 16 「孩子每日代謝、排泄規律且正常」.....	17
圖 17 「孩子常笑得很開心、愉快」.....	18
圖 18 「孩子容易感到緊張不安」.....	18
圖 19 「孩子的想法正向、樂觀」.....	19
圖 20 「孩子會主動（願意）分享想法」.....	19
圖 21 「孩子有責任感完成應辦事務」.....	20
圖 22 「孩子對自己感到滿意、有自信」.....	21
圖 23 「孩子學習新事物有熱情、態度積極的」.....	21
圖 24 「孩子情緒穩定、良好」.....	23
圖 25 「孩子能自然表達內心情感、情緒」.....	23
圖 26 「孩子會因情緒不佳而有傷害自己的想法、行為」.....	24
圖 27 「孩子會以哭鬧方式應對或處理負面情緒」.....	24
圖 28 「孩子遇到困難、害怕、沮喪時，會主動尋求父母或師長支持、幫助」.....	26
圖 29 「孩子能在同儕互動間獲得開心的友誼」.....	26
圖 30 「與師長互動佳」頻率.....	27
圖 31 「孩子較常以數位工具與同儕互動，缺乏實際人際相處能力」.....	27
圖 32 「家庭氛圍與互動方式和樂、溫馨」.....	28
圖 33 「家長在孩子行為不好時，會以溝通、討論的方式來導正孩子」.....	29
圖 34 「家長會尊重孩子，鼓勵表達意見」.....	29
圖 35 「家長鼓勵並培育孩子多元學習」.....	30
圖 36 「家長的教育方針與時俱進」.....	30
圖 37 「家長有讓孩子出國學習計劃」.....	31

圖 38 「孩子會主動積極參與學校活動」	32
圖 39 「孩子上課內容可以學以致用」	32
圖 40 「孩子有抗拒上學情形」	33
圖 41 「學校環境安全，孩子安心學習」	34
圖 42 「學校課程接軌國際化、數位及 AI 世代需求」	34
圖 43 「家裡設備足夠足量支援孩子學習」	35
圖 44 「父母或主要照顧者有能力及時間，協助孩子課後學業輔導」	35
圖 45 「孩子會善用數位時代工具」	37
圖 46 「孩子有網際安全意識」	37
圖 47 「孩子 3C 成癮症」	38
圖 48 「孩子在家時的休閒活動」	39
圖 49 「孩子使用 3C 產品或網路目的」	39
圖 50 「孩子每日使用 3C 產品或網路總時數」	40
圖 51 「家長有進行性教育、性平教育、身體自主權利教育」	41
圖 52 「家長有進行預防詐騙教育」	41
圖 53 「家長有進行熟悉各項救援通聯網絡教育」	42
圖 54 「家長有進行反霸凌教育」	42
圖 55 「家長有進行菸害防制教育」	43
圖 56 「家長有進行反毒品教育」	43
圖 57 「家長有進行網路安全教育」	44

表目錄

表 1 問卷規劃	3
表 2 各年齡性別身高、體重及 BMI	9
表 3 數位生活指數統整	45
表 4 保誠兒童幸福指數總表	47

執行摘要

本研究使用「網路問卷調查法」，由台灣 6 至 12 歲小孩家長針對家中一位此年齡段的小孩生活狀況填寫問卷，調查期間自 2023 年 8 月 23 日至 2023 年 9 月 18 日，共回收有效樣本數 1,200 份。

由調查後獲知：保誠兒童幸福指數為 75 分(滿分 100 分)，整體表現屬於「幸福」¹，顯示我國兒童無論在生理、心理、學習資源及環境、教育教養及人際互動關係、生活時事等各面向，都能獲取到成長所需在身、心內外的各項支援與協助。

進一步由調查的指數細項來看，時事生活指數獲最高分 80 分，顯示家長有確實向孩子宣導及講解相關生活時事教育。其次是心理健康指數 75 分，意為兒童在人際互動關係、自我認定(自信)等都有很正向的表現，僅需多留意及引導孩子情緒的疏導及表達方式。排名第三的教育學習指數為 74 分，可知兒童的學習環境是安全、資源足夠的，且父母多能採用與時俱進、正向溝通的教養方式培育孩子；惟需加強兒童的數位素養，以避免 3C 成癮的情形。排名最末的生理健康指數為 72 分，其中兒童在活力表現良好、飲食與作息習慣佳、排泄及代謝規律且正常，但在避免食用危害健康食品，及每日運動 1 小時以上之習慣，若能更加留意改善，將能獲得更好的健康表現。

¹ 81~100 分為非常幸福、61~80 分為幸福、41~60 分為普通、21~40 分為不幸福、0~20 分為非常不幸福。

壹、調查目的

保誠人壽長期關注兒童身心健康與幸福成長等相關議題，於今年（2023 年）針對台灣 6 至 12 歲兒童進行「保誠兒童幸福指數調查」，內容主要包含四大構面：「生理健康指數」、「心理健康指數」、「教育主題／教養相關指數」、「時事／生活教育指數」，藉此調查描繪目前台灣兒童成長的幸福狀況。

「生理健康指數」除藉由基本資料（身高、體重），計算兒童實際身體質量指數（BMI）外，也包含飲食、睡眠／活力表現、運動及生活習慣／代謝狀況。「心理健康指數」則涵蓋兒童心理安全、自我認定／自信、情緒管理（表達）以及人際關係互動表現。「教育主題／教養相關指數」包括在學校及家中學習及相關資源情形，其中更囊括家長對孩子的教養培育、學習歷程安排、數位素養及 3C 使用狀況等。「時事／生活教育指數」則是日常求助網絡、反毒、防止菸害、網路安全以及近期有較多關注的性平教育、詐騙防治、反霸凌等項目的教育宣導情況。

除此之外，值此數位時代、AI 浪潮來襲的當代，兒童在 3C 產品使用情形、相關數位素養等議題，也一一涵蓋在各項指標當中。

期望透過本次調查，將影響兒童幸福成長的各項因素，量化為指數供各界參考，以期了解台灣 6 至 12 歲兒童成長的狀況，並且作為未來衡量台灣兒童幸福指標之量化依據，讓社會各界各方共同為我們下一代主人翁的幸福及健康成長一起努力。

貳、研究設計與實施

一、研究方法

本調查使用「網路問卷調查法」，採用創市際自行開發之專業問卷系統：IX Survey 網路問卷系統。問卷設計完成並建立於線上問卷資料庫後，再邀請 IX: PANEL 會員填答，自 2023 年 8 月 23 日至 8 月 25 日，邀集 100 位前測受訪者填答後，檢視問卷內容有無歧義、解釋不明確等現象。前測調查確認無異常後，維持原問卷繼續進行調查。自 2023 年 8 月 23 日至 2023 年 9 月 18 日完成樣本回收，共回收有效樣本數 1200 份，在 95% 信心水準下，抽樣誤差為 $\pm 2.83\%$ 。

二、網路調查說明

本次調查由 6~12 歲小孩家長，針對家中一位 6~12 歲小孩生活狀況填寫問卷，並控制回收問卷中，小孩性別比例需均分。問卷長度在網路填寫時間於 20 分鐘內，其中包含基本資料與篩選題。問卷設計大綱如下。

表 1 問卷規劃

項目	內容
基本資料	小孩年齡、性別
保誠兒童幸福指數	生理健康指數 <ul style="list-style-type: none">● 身高● 體重● 飲食習慣指標● 睡眠習慣／活力表現指標● 運動習慣指標● 生活習慣／代謝指標
	心理健康指數 <ul style="list-style-type: none">● 兒童心理狀況／心理安全指標● 自我認定（自我成就感）／自信指標● 情緒管理（表達）指標● 人際關係互動表現指標
	教育主題／教養相關指數 <ul style="list-style-type: none">● 教養及學習安排指標● 學校學習指標● 學習資源／課後輔導指標● 數位素養／使用 3C 習慣指標● 休閒活動及 3C 使用情形
	時事／生活指數 <ul style="list-style-type: none">● 時事教育● 生活教育

三、資料分析方法與檢誤

(一)、資料處理

使用專業的網路問卷系統進行問卷回收，系統可支援各種題型，並可彈性設定跳題，將問題清楚傳遞給受訪者，避免誤填邏輯錯誤或遺漏作答，並可即時控管回收情形。

(二)、資料檢誤

完成量化調查後，依據填答時間長度、填答內容以及問卷題項邏輯，針對回收資料進行人工及電腦檢誤，找出不合邏輯的問項結果，進行複查或刪除。

除了上述不合邏輯或不合理之資料檢誤外，也採用 SPSS 統計軟體進行統計分析，檢視各變項之分佈情形，並進行樣本代表性分析，為確保資料品質，調查期間會定期檢視變項分佈情形，監控樣本配置的調整依據。

(三)、統計分析

資料分析採用 SPSS PASW Statistics 18 版進行。

1. 次數分配分析（百分比分析）

百分比分析是以次數分配方式來表示各變項百分比。次數分配係觀察變項內每個值原始資料出現次數；該次數除以總次數可得到對應的百分比。包括基本問項的次數及百分比分配中的主要問項，將逐題呈現主要題目之次數及百分比，能夠直接觀察各題選項答案的分布。

Q7.請問您孩子的性別?(單選)

	次數	百分比
男	600	50.0%
女	600	50.0%
總數	1200	100.0%

BASE：全體的受訪者 N=1200

圖 1 百分比分析報表範例

2. 各項分數及指數計算方式

「保誠兒童幸福指數」的計算方式：指數總分來自四大指數（心理健康、生理健康、教育主題／教養相關、時事／生活教育）的平均分數。每個指數又是由四個指標分數平均計算得之，每個指標包含不同題數的量表題，每一量表題皆會進行得分計算出該指標的分數，每個分數介於 20~100 之間。（量表選項代表分數：非常符合計為 100 分，符合計為 80 分，普通計為 60 分，不符合計為 40 分，非常不符合計為 20 分）

因量表題涵蓋了正向表述與負向表述的題型，因此正向表述題目的計算分數會隨著頻率程度同步增加；負面表述題目即相反，計算分數會隨著頻率程度增加而減少。最後無論是正向表述或負向表述的題型，當分數愈高代表健康程度愈高，符合幸福成長標準；反之則代表愈不健康，不符合幸福成長標準。

計算方式如下：正向五點量表非常符合計為 100 分，符合計為 80 分，以此類推...，再分別乘以該選項人數之後加總，再除以該題回答人數，以獲得該題分數。反之，反向題五點量表計分方式則是非常符合計為 20 分，符合計為 40 分，以此類推...，再分別乘以該選項人數之後加總，再除以該題回答人數，以獲得該題分數。

計算公式：

首先**指標分數**：將每一指標中各量表分數加總後，除以該指標總題數，得出指標分數。

$$\text{指標分數} = \frac{\text{量表一} + \text{量表二} + \dots + \text{量表 N}}{\text{總題數}}$$

其次**指數分數**：將該指數中所有指標分數加總後，除以該指數總指標數，得出指數分數。

$$\text{指數分數} = \frac{\text{指標一} + \text{指標二} + \dots + \text{指標 N}}{\text{總指標個數}}$$

最後**保誠兒童幸福指數**：四大指數分數加總後，除以 4，得出幸福指數分數。

$$\text{幸福指數} = \frac{\text{生理健康指數} + \text{心理健康指數} + \text{教育／教養指數} + \text{時事／生活指數}}{4}$$

3. 信度分析

採用 Lee Cronbach 1951 提出的 Cronbach's α 係數來檢視信度，Cronbach's α 係數大於等於 0.7 具有信度。信度分析時將所有反向題數據反向處理後進行，本次調查各構面皆在 0.8 以上，顯示調查問卷具有可信度，對於調查內容重複測量可以得到一致的結果。

4. 效度分析

效度分析時將所有反向題數據反向處理後進行。Kaiser-Meyer-Olkin 取樣適切性量數皆在 0.8 以上 ($KMO > 0.8$ 代表優良)，顯示調查題目共同因素多，適合進行因素分析。Bartlett 的球形檢定結果皆為顯著 (檢定統計量的 p 值均小於顯著水準 1%)。根據效度分析結果表示：調查問卷可以有效的呈現事實。

因素分析轉軸法使用最大變異法，根據各構面因素負荷量，僅反向題被萃取為另一成份，時事生活指數則只萃取一成份，因此維持原構面題目，不再額外分類。經過因素分析後，四大指數中問項 (量表) 皆足以作為該指數的測量工具。

參、調查結果分析

一、基本資料

(一)、受訪者家中小孩年齡區間

詢問受訪者家中小孩年齡，並排除家中無 6~12 歲小孩者。受訪者家中除了有 6~12 歲小孩之外，16.4%有「5 歲(含)以下」小孩、16.8%有「13~15 歲」小孩，5.4%有「16~18 歲」，1.6%有「19 歲(含)以上」孩子。

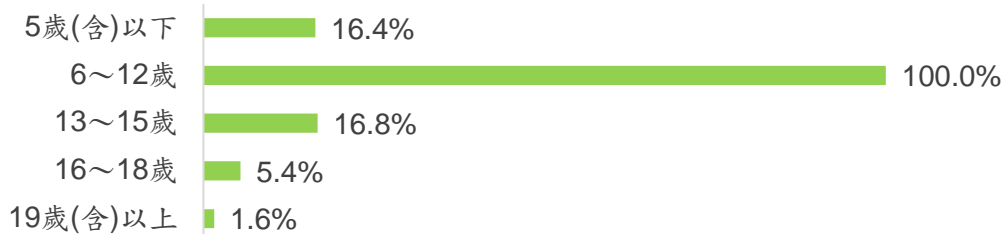


圖 2 受訪者家中小孩年齡區間

(二)、受訪者家中 6~12 歲區間小孩數量

79.1%受訪者家中只有 1 位年齡在 6~12 歲之間的孩子，20.8%有 2 位，3 個(含)以上者僅 0.2%。

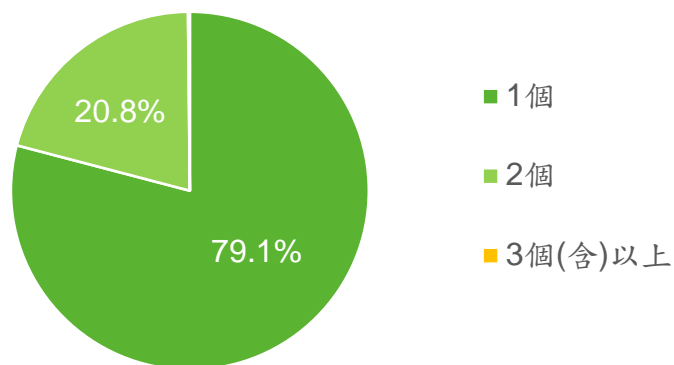


圖 3 受訪者家中 6~12 歲區間小孩數量

(三)、 本次調查兒童年齡區間

本次調查的兒童在各年齡層分布平均，皆為一成到一成五的比例。
(家中有 2 位以上 6~12 歲小孩的家長，請其針對排行較大的孩子狀況填答。)

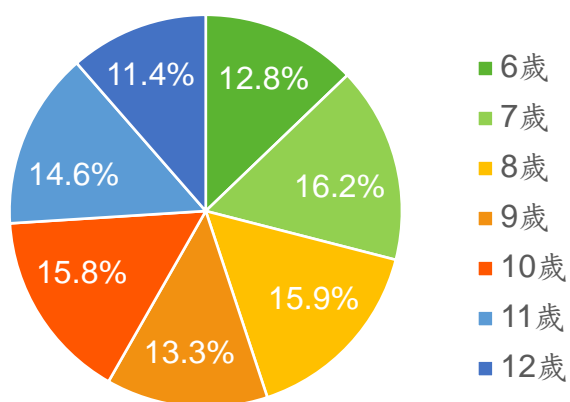


圖 4 本次調查兒童年齡區間

(四)、 本次調查兒童性別

兒童性別比例控制在男女各 50%。

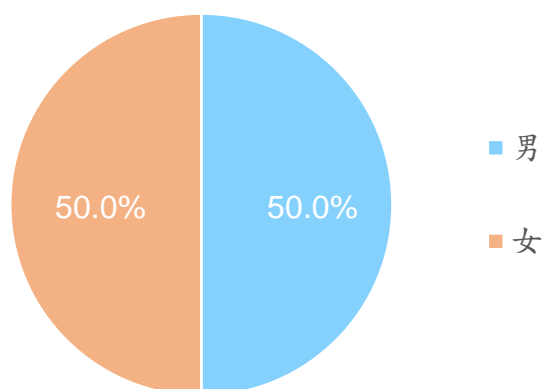


圖 5 本次調查兒童性別

二、生理健康指數

(一)、兒童身高、體重

觀察整體數據 6~12 歲兒童身高平均為 133.8 公分，體重平均為 33.6 公斤，各年齡層受訪兒童的平均身高與體重分佈均在合理的生長曲線範圍內²。全體受訪兒童身體質量指數 (BMI)³ 平均為 18.63，是為在正常範圍內。

值得注意的是：全體 8 歲及 9 歲兒童 BMI 略微低於標準。

($18.5 \leq \text{BMI} < 24$ 即正常範圍)

表 2 各年齡性別身高、體重及 BMI

	身高 (公分)	體重 (公斤)	BMI
全體	133.8	33.6	18.63
6 歲	117.7	26.9	19.38
7 歲	123.0	27.9	18.59
8 歲	128.6	30.4	18.40
9 歲	134.4	32.9	18.17
10 歲	140.2	36.7	18.57
11 歲	144.8	39.2	18.64
12 歲	151.2	43.2	18.74

² 衛生福利部國民健康署新版兒童生長曲線，0-5 歲之體位，係採用世界衛生組織 (WHO 公布之「國際嬰幼兒生長標準」。7-18 歲之體位標準曲線，係依據 1997 年台閩地區中小學學生體適能 (800/1600 公尺跑走、屈膝仰臥起坐、立定跳遠、坐姿體前彎四項測驗成績皆優於 25 百分位值之個案) 檢測資料。

³ 參考衛福部「兒童及青少年生長身體質量指數 (BMI) 建議值」評定。該體位標準是以該年齡層身體質量指數的百分位作為過重或肥胖的切點。當身體質量指數超過該年齡層的 85 百分位時為過重，超過 95 百分位時為肥胖。

(二)、飲食習慣指標

1. 孩子每日都有吃早餐

86.1%兒童偏向符合每天都有吃早餐，其中 45.1%表示非常符合，41%符合。「孩子每日都有吃早餐」符合程度平均獲得 86 分。

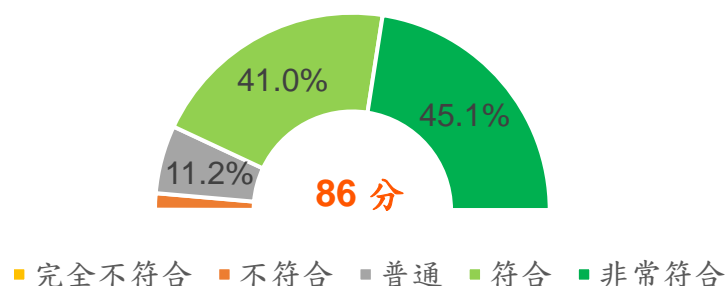


圖 6 「孩子每日都有吃早餐」

2. 孩子每日都有攝取足夠水份 (體重公斤數 x 30c.c.)⁴

62.2%兒童偏向符合每天都有攝取足夠水分，21%表示非常符合，41.2%表示符合。「孩子每日都有攝取足夠水份」符合程度平均獲得 75 分。

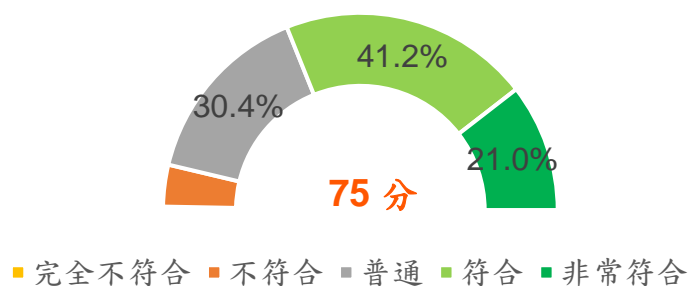


圖 7 「孩子每日都有攝取足夠水份」

⁴ 參考衛福部建議每日飲水量：體重（每公斤）x 30 c.c.

3. 孩子每日有均衡攝取各類營養

有 58.9% 兒童每日均衡攝取各類營養（包含五穀根莖類、蔬菜水果類、肉魚蛋類、奶類、堅果類），其中 18.1% 非常符合，40.8% 符合。「孩子每日有均衡攝取各類營養」符合程度獲得 74 分。

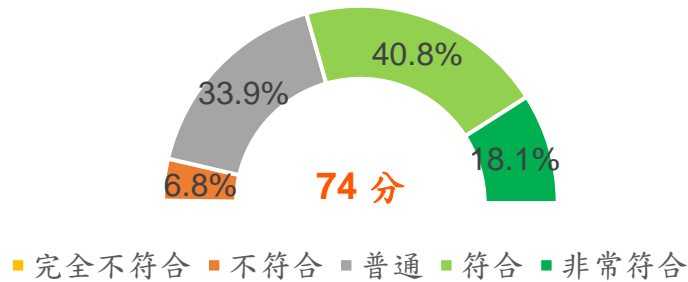


圖 8 「孩子每日有均衡攝取各類營養」

4. 孩子每日都會食用危害健康食品

有 35.5% (9.7%+25.8%) 兒童每日都會食用或飲用加工食品、含糖飲料、油炸食物，40.8% 表示普通。僅 23.7% 兒童較不會食用、飲用這類加工、不健康的食品 (2.9% 完全不食用，20.8% 不食用)。顯示兒童在生活中較難避免食用危害健康食品。「孩子每日都會食用危害健康食品」，僅 56 分 (不及格)。

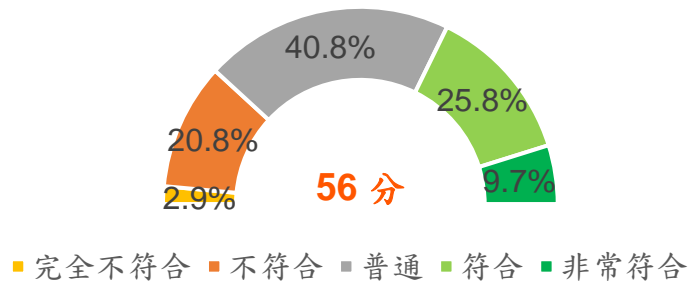


圖 9 「孩子每日都會食用危害健康食品」

小計飲食習慣指標獲得 73 分：符合每天有吃早餐(86 分)的兒童達八成六，是最多兒童有做到符合飲食健康的項目；其次為六成左右的兒童每日有攝取足夠水份(75 分)，及均衡攝取各類營養的飲食習慣(74 分)；至於在每日食用危害健康食品項目得分最低(56 分)，僅近兩成四兒童有做到避免每日食用垃圾食物。

(三)、睡眠活力指標

1. 孩子每日平均睡足 8 小時

72.5%兒童有符合每日平均睡滿 8 小時，其中 27.8%表示非常符合，44.7%表示符合。「孩子每日平均睡足 8 小時」符合程度獲得 79 分。

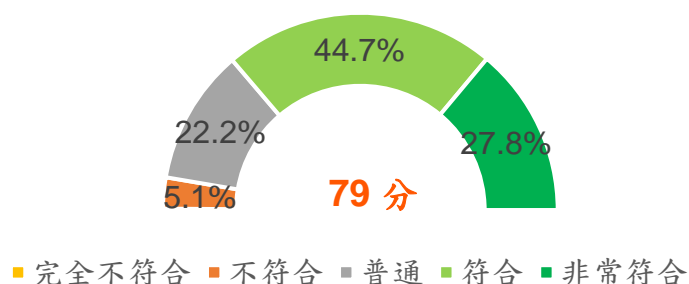


圖 10 「孩子每日平均睡足 8 小時」

2. 孩子每日晚上 10 點前就寢睡覺

54.6%兒童有正常作息，在 10 點前就寢，其中 20.1%為非常符合，34.5%表示符合。「孩子每日晚上 10 點前就寢睡覺」符合程度獲得 70 分。

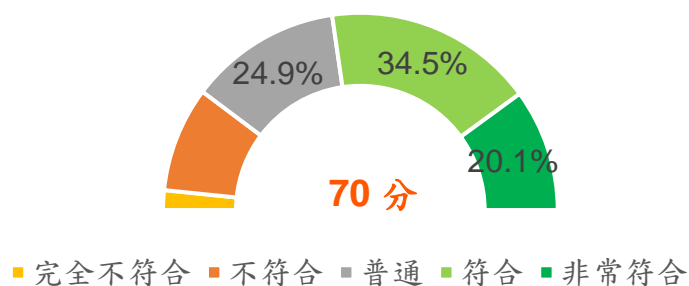


圖 11 「孩子每日晚上 10 點前就寢睡覺」

3. 孩子每日都是充滿活力的、有精神的

79.1%兒童每日是充滿活力、有精神的，不會病懨懨或精神不佳，其中27.6%非常符合，51.5%表示符合。「孩子每日都是充滿活力的、有精神的」整體有81分。

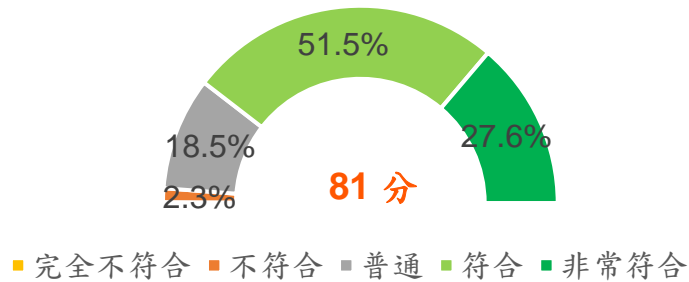


圖 12 「孩子每日都是充滿活力的、有精神的」

小計睡眠習慣／活力表現指標獲得 77 分：在兒童每日都是充滿活力的、有精神的項目表現最佳（81 分），天天精神奕奕的兒童達八成。其次有七成以上兒童每日是能睡足 8 小時的（79 分）；在此指標中，較難做到的是每日在晚上 10 點前就寢睡覺（70 分）項目，偏向符合的兒童僅在五成五左右。

(四)、運動習慣指標

1. 孩子每日運動 60 分鐘以上

43.1%兒童偏向符合每日運動時間加總至少在 60 分鐘以上，其中 13.6%表示非常符合，29.5%表示符合。「孩子每日運動 60 分鐘以上」符合程度有 67 分。

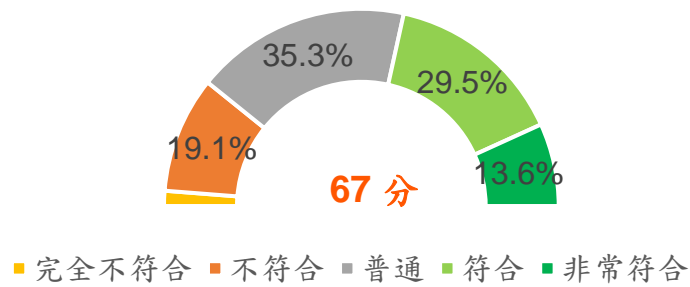


圖 13 「孩子每日運動 60 分鐘以上」

由上小計運動習慣指標獲得 67 分。

(五)、生活習慣／代謝指標

1. 孩子落實護眼行動：減少 3C 使用時間，且中間有休息

僅 35.6% 兒童有符合護眼行動（使用 3C 時間加總少於 1 小時，且用眼 30 分鐘有休息 10 分鐘），其中 10% 表示非常符合，25.6% 表示符合。不符合者占 38.2%（33.7%+4.5%），「孩子落實護眼行動」符合程度僅 61 分（在及格邊緣）。

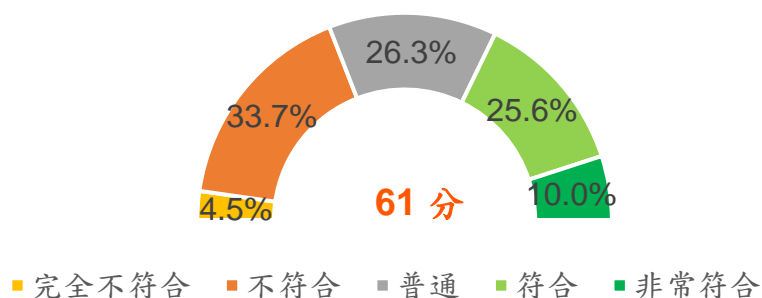


圖 14 「孩子落實護眼行動：減少 3C 使用時間，且中間有休息」

2. 孩子有良好的潔牙習慣

65.4% 有符合口腔衛生保健的潔牙習慣（包含起床後、睡前、用餐後），其中 20% 表示非常符合，45.4% 表示符合。「孩子有良好的潔牙習慣」獲得平均 75 分。

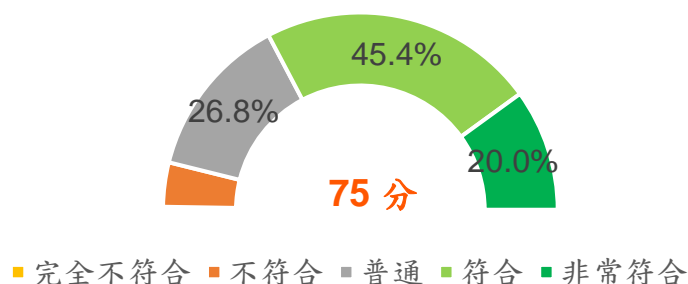


圖 15 「孩子有良好的潔牙習慣」

3. 孩子每日代謝、排泄規律且正常

71.0%兒童有維持正常規律的代謝、排泄，其中 19.2%非常符合，51.8%表示符合。「孩子每日代謝、排泄規律且正常」符合程度獲得 77 分。

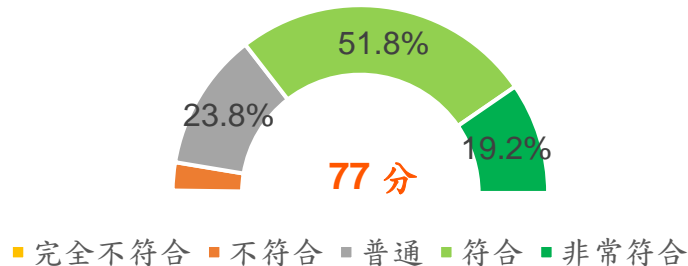


圖 16 「孩子每日代謝、排泄規律且正常」

小計生活習慣／代謝指標獲得 71 份：有七成以上兒童每日代謝、排泄情形規律正常，故在此項獲得較高分數（77 分）；其次有六成五左右兒童有注重口腔保健（75 分）；至於較少兒童執行的護眼行動（61 分），為得分較低的項目。

整體生理健康指數獲得 72 分：以睡眠習慣／活力表現指標（77 分）得分最高，顯示兒童在每日有活力、有精神，並能有充足的睡眠習慣等項目表現較佳。排名第二的是飲食習慣指標（73 分），發現兒童在每日有吃早餐習慣項目符合程度最高，普遍兒童也能攝取足量水份、均衡飲食，但卻較難避免食用到危害健康食品。排名第三是生活習慣／代謝指標（71 分），其中獲知兒童排泄／代謝情形規律正常，也有良好潔牙的習慣，惟在數位 3C 使用時間稍長，護眼行動部份待加強。而運動習慣指標（67 分）分數較低，顯示兒童較難維持每日至少運動一小時以上的習慣。

三、心理健康指數

(一)、兒童心理狀況／心理安全指標

1. 孩子常笑得很開心、愉快

83.8%兒童常保持開心、愉快的正面情緒，其中有 23.3%總是如此，且高達 60.5%表示經常如此。「孩子常笑得很開心、愉快」項目獲得 81 分。

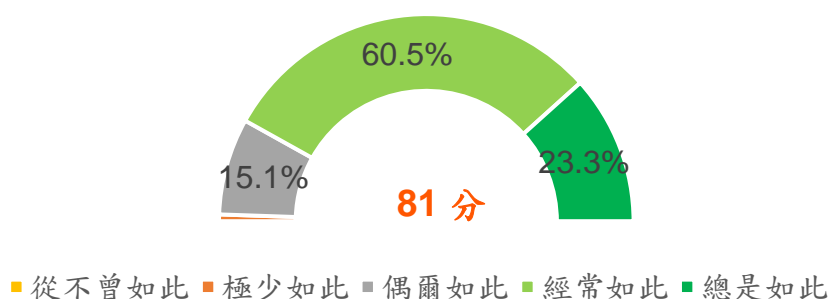


圖 17 「孩子常笑得很開心、愉快」

2. 孩子容易感到緊張不安

僅 34.4%兒童是較少 (32.4%) 或不曾 (2%) 感到緊張不安；45.2%兒童是偶爾會感到緊張不安，14.9%為經常如此感覺，5.5%則為總是如此。「孩子容易感到緊張不安」項目獲得 62 分。

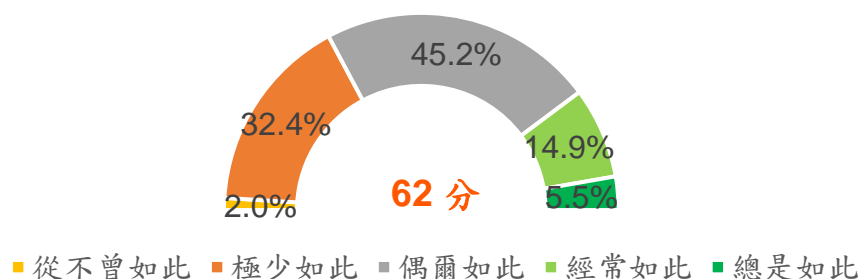


圖 18 「孩子容易感到緊張不安」

3. 孩子的想法正向、樂觀

70.5%兒童的想法是常保積極、樂觀的，認為事情會成功、會有好的結果，其中有 16.6%兒童為總是如此，有 53.9%兒童是能經常保持想法正向、樂觀。「孩子的想法正向、樂觀」平均分數獲得 77 分。

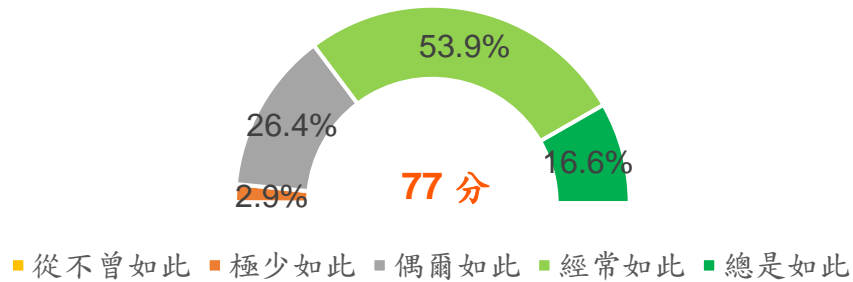


圖 19 「孩子的想法正向、樂觀」

4. 孩子會主動（願意）分享想法

73.4%兒童願意主動分享想法，其中有 19.8%總是如此，53.6%表示經常如此。「孩子會主動（願意）分享想法」有 78 分平均分數。

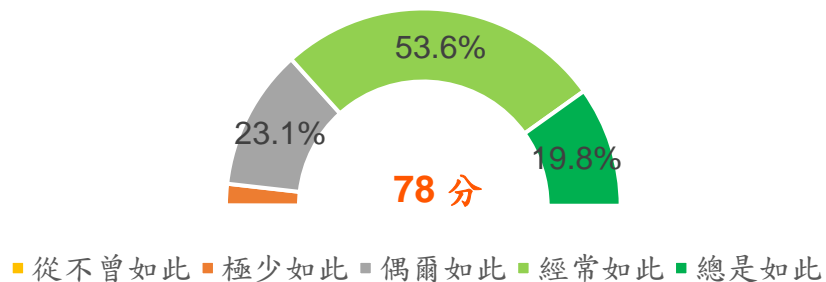


圖 20 「孩子會主動（願意）分享想法」

5. 孩子有責任感完成應辦事務

62%兒童是偏向有責任感的，其中 14.1%兒童總是能完成應辦事務，47.9%為經常如此。「孩子有責任感完成應辦事務」獲得 74 分平均分數。

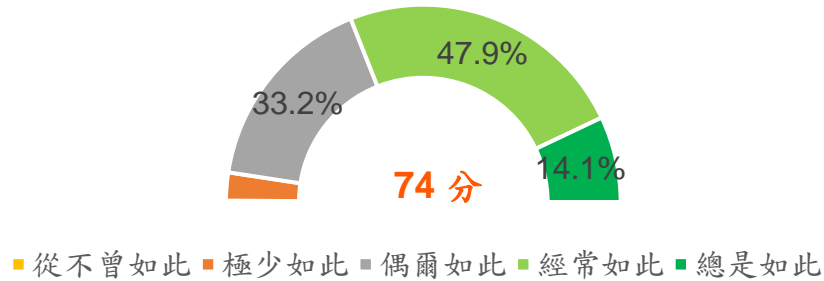


圖 21 「孩子有責任感完成應辦事務」

小計 兒童心理狀況／心理安全指標 獲得 74 分：八成以上兒童能經常笑得很開心、愉快，故獲得最高分（81 分）；其次有七成以上兒童是願意主動分享想法、心情（78 分）、想法正向樂觀（77 分）的；而有六成左右的孩子能有責任感的完成應辦事務（74 分），故此項排名第四；由於有 65.6% 兒童仍是偶爾或偏向容易感到緊張不安（62 分）的，所以為此指標獲分最低的項目。

(二)、自我認定(自我成就感)／自信指標

1. 孩子對自己感到滿意、有自信

70.6%兒童能常常覺得自己很棒，對自己感到滿意、有自信，其中 15.1%總是如此，55.5%為經常如此。「孩子對自己感到滿意、有自信」獲得 77 分。

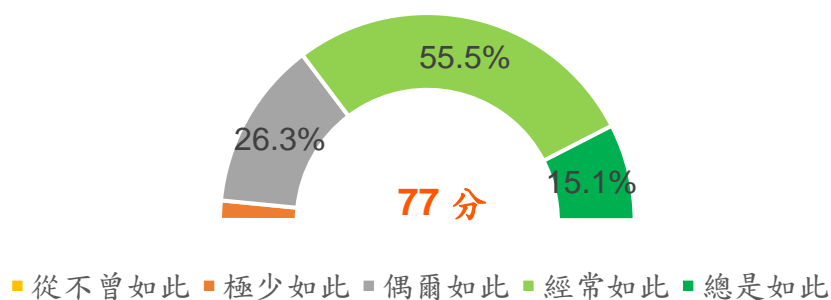


圖 22 「孩子對自己感到滿意、有自信」

2. 孩子學習新事物有熱情、態度積極的

70.7%兒童對學習新事物是有熱情、態度積極的，其中 17.3%總是如此，53.4%經常如此。「孩子學習新事物有熱情、態度積極的」平均獲得 77 分。

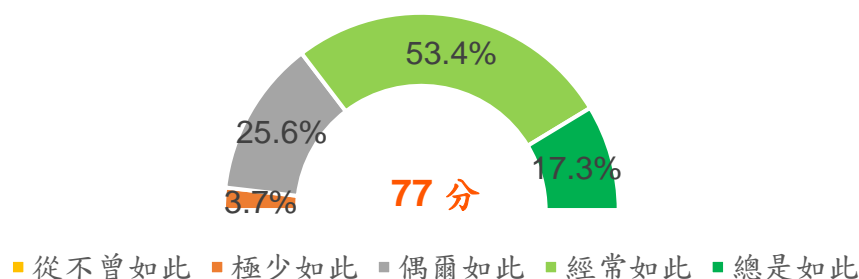


圖 23 「孩子學習新事物有熱情、態度積極的」

小計自我認定（自我成就感）／自信指標獲得 77 分：七成左右兒童對於自己感到滿意、有自信的同時，也能保有熱情、積極學習新事物，故此指標表現出色。

(三)、情緒管理(表達)指標

1. 孩子情緒穩定、良好

81.4%兒童多數時間情緒都是穩定、良好的，其中 16.6%總是如此，更有高達 64.8%經常如此。「孩子情緒穩定、良好」平均分數有 79 分。

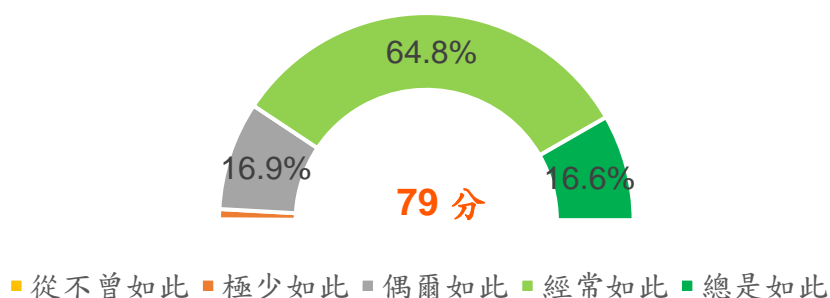


圖 24 「孩子情緒穩定、良好」

2. 孩子能自然表達內心情感、情緒

73.4%兒童能自然的表達內心情感或情緒，其中 17.9%總是如此，55.5%經常如此。「孩子能自然表達內心情感、情緒」平均分數獲得 78 分。

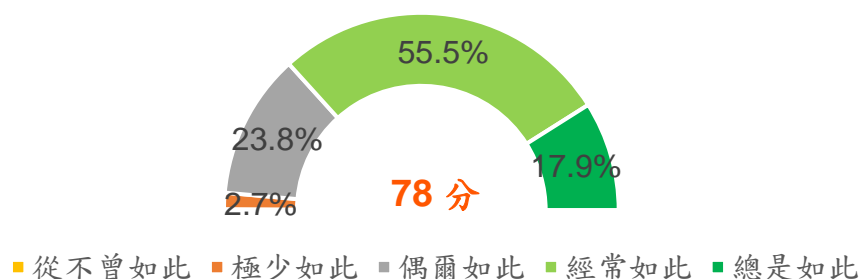


圖 25 「孩子能自然表達內心情感、情緒」

3. 孩子會因情緒不佳而有傷害自己的想法、行為

64.4%兒童是從不曾（37.8%）或極少（26.6%），因情緒不佳而有傷害自己的想法或行為；僅35.7%的兒童偶爾（16.2%）或曾有此（14.2%+5.3%）狀況。整體而言，多數兒童**不會**因情緒不佳產生自我傷害的想法、行為。「孩子會因情緒不佳而有傷害自己的想法、行為」獲得平均分數為75分。

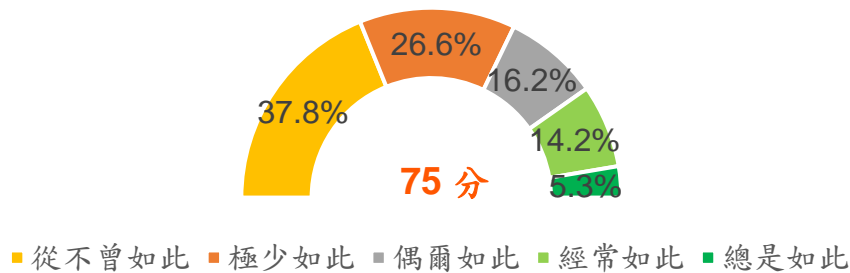


圖 26 「孩子會因情緒不佳而有傷害自己的想法、行為」

4. 孩子會以哭鬧方式應對或處理負面情緒

35.1%兒童不曾（6.9%）或極少（28.2%）在遇到不順心或不合心意時，以哭鬧方式應對或處理；37.9%的兒童偶爾如此，27%的兒童則偏向較常以哭鬧方式處理負面情緒（20.2%+6.8%）。「孩子會以哭鬧方式應對或處理負面情緒」項目獲得62分平均分數。

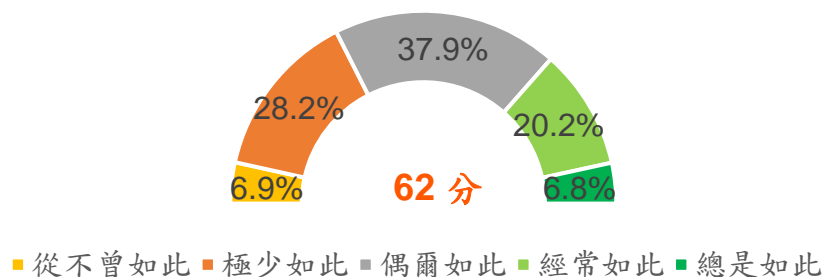


圖 27 「孩子會以哭鬧方式應對或處理負面情緒」

小計情緒管理（表達）指標獲得 73 分：有八成以上兒童的情緒相當穩定、良好（79 分），且有七成以上兒童是能自然的表達內心情感、情緒（78 分）的，故以上兩項有較佳的分數表現。此外，六成以上兒童不曾或極少，因情緒不佳而有自我傷害的想法、行為（75 分）。惟六成五左右兒童，仍偶爾或經常會以哭鬧方式表達負面情緒（62 分），故此項為情緒管理（表達）指標中獲分較低的項目。

(四)、人際關係互動表現指標

1. 孩子遇到困難、害怕、沮喪時，會主動尋求父母或師長支持、幫助

69.5%兒童遇到困難、害怕、沮喪時，會主動向父母或師長求助，其中 15.8%總是如此，53.7%是經常如此。「孩子遇到困難、害怕、沮喪時，會主動尋求父母或師長支持、幫助」獲得 76 分。

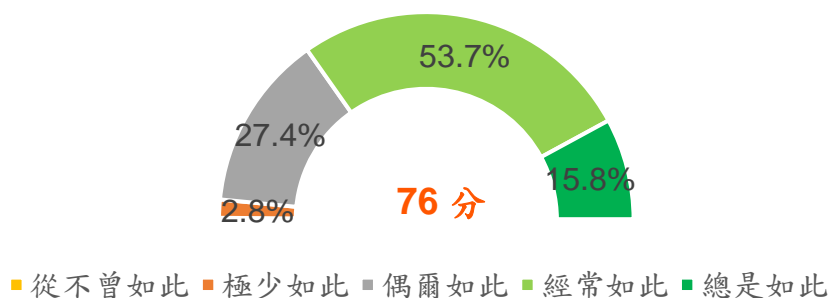


圖 28 「孩子遇到困難、害怕、沮喪時，會主動尋求父母或師長支持、幫助」

2. 孩子能在同儕互動間獲得開心的友誼

高達 80.9%兒童能在同儕的互動中獲得友誼，並且是開心的，其中 20.3%表示總是如此，60.6%為經常如此。「孩子能在同儕互動間獲得開心的友誼」獲得 80 分高分。

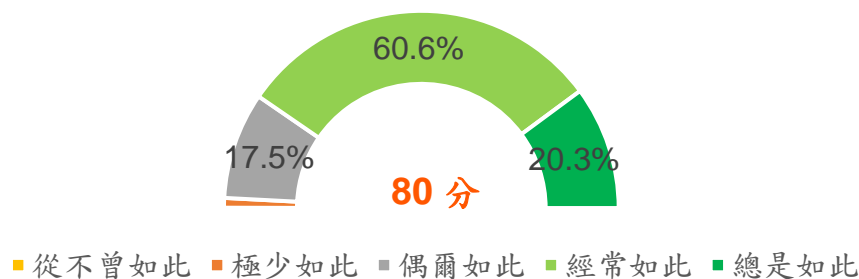


圖 29 「孩子能在同儕互動間獲得開心的友誼」

3. 孩子與老師的互動狀況佳，願意主動幫忙老師

74.8%兒童與老師的互動狀況良好，會主動幫忙，其中 23%總是如此，51.8%經常如此。「孩子與老師的互動狀況佳，願意主動幫忙老師」獲 79 分。

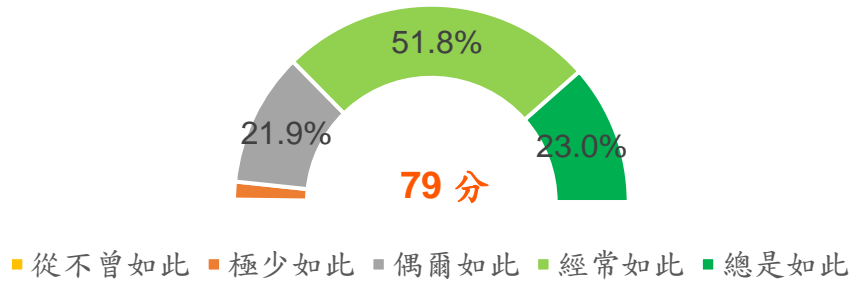


圖 30 「與師長互動佳」頻率

4. 孩子較常以數位工具與同儕互動，缺乏實際人際相處能力

僅 27.2% (6.7%+20.5%) 兒童是較常透過數位工具 (如 LINE) 與同儕互動，24.9% 兒童偶爾如此，47.9% (26.6%+21.3%) 兒童仍是選擇面對面的相處互動方式。「孩子較常以數位工具與同儕互動，缺乏實際人際相處能力」獲得 67 分。

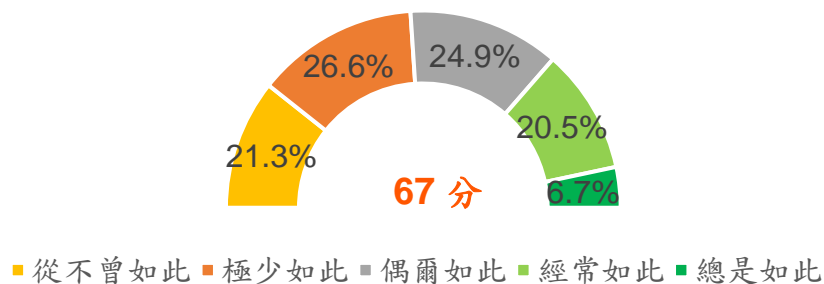


圖 31 「孩子較常以數位工具與同儕互動，缺乏實際人際相處能力」

5. 家庭氛圍與互動方式和樂、溫馨

高達 83.9% 兒童的家庭相處氛圍及互動方式是和樂、溫馨的，其中 26.1% 總是如此，57.8% 表示經常如此。「家庭氛圍與互動方式和樂、溫馨」獲得 82 分的高分。

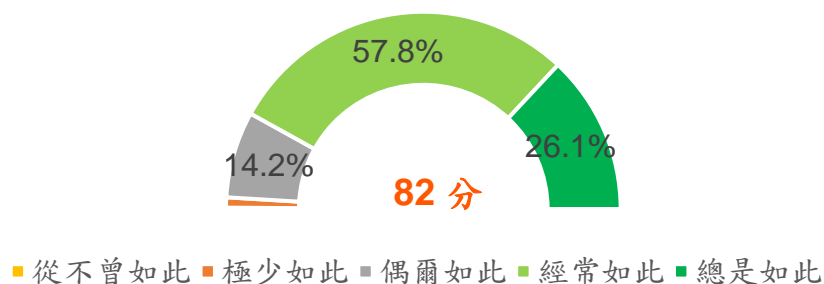


圖 32 「家庭氛圍與互動方式和樂、溫馨」

小計人際關係互動表現指標獲得 77 分：其中家庭氛圍與互動方式和樂、溫馨表現最為良好（82 分），同儕互動能獲開心友誼（80 分），與師長的互動關係也相當不錯（79 分）；至於兒童在遇到困難時，願意主動求助父母、師長的得分略低於前幾項（76 分）。在此指標中，有待加強的是有半數左右的兒童習慣社交平台上的虛擬互動方式，勝於現實的人際相處（67 分）。

整體心理健康指數獲得 75 分：人際關係互動指標（77 分）與自我認定—自我成就感／自信指標（77 分），都有很不錯的表現，顯示多數兒童能獲取來自身旁人際支持（外在）的力量，同時也有自我肯定（內在）的能力，是相對正向且成熟的成長方向。而在心理狀況／心理安全指標（74 分）部份也表現不錯，尤其是孩子能常笑得很開心、愉快的項目；惟有六成五以上兒童，仍有容易感到緊張不安的現象，需多加關心。由情緒管理（表達）指標（73 分）可知，多數兒童情緒是相當穩定，且能自然表達內心情感和情緒的；僅六成五的兒童會選擇用哭鬧方式表達負面情緒，是需要再多加引導的部份。

四、教育主題／教養相關指數

(一)、教養及學習安排指標

1. 家長在孩子行為不好時，會以溝通、討論的方式來導正孩子

82.5%家長會在孩子行為不好時，以溝通、討論的方式來導正孩子，其中21.8%表示非常符合，高達60.7%表示符合。「家長在孩子行為不好時，會以溝通、討論的方式來導正孩子」獲得81分的平均分數。

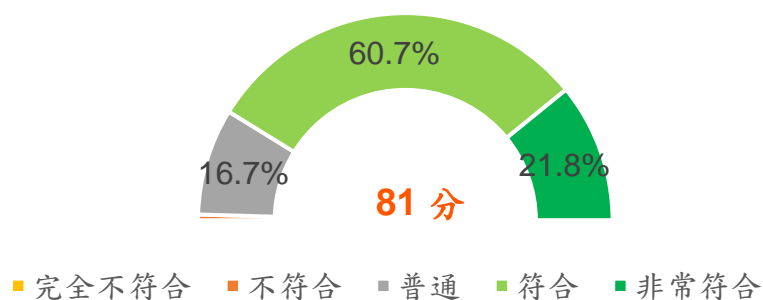


圖 33 「家長在孩子行為不好時，會以溝通、討論的方式來導正孩子」

2. 家長會尊重孩子，鼓勵表達意見

84.4%家長會尊重孩子的意見，並鼓勵其表達出來，其中23.6%表示非常符合，60.8%表示符合。「家長會尊重孩子，鼓勵表達意見」獲得81分。

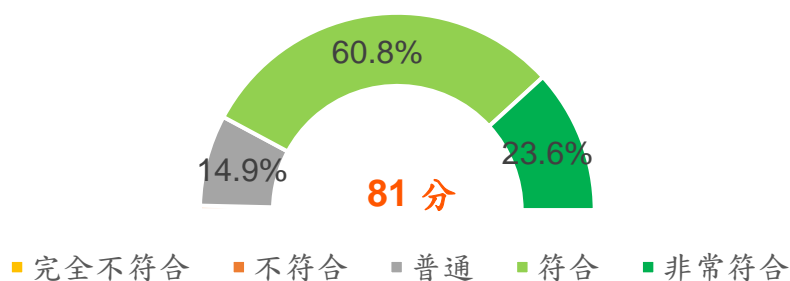


圖 34 「家長會尊重孩子，鼓勵表達意見」

3. 家長鼓勵並培育孩子多元學習

76.2%家長有鼓勵並培育孩子多元學習，其中 19.7%表示非常符合，56.5%表示符合。「家長鼓勵並培育孩子多元學習」獲得 79 分平均分數。

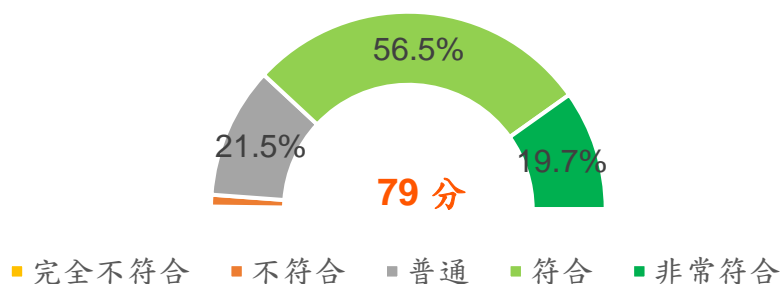


圖 35 「家長鼓勵並培育孩子多元學習」

4. 家長的教育方針與時俱進

59.1%家長的教育方針有與時俱進，能符合國際化、數位時代、AI 世代的教育（學習）規劃，其中 14.6%表示非常符合，44.5%表示符合。「家長的教育方針與時俱進」平均分數獲得 74 分。

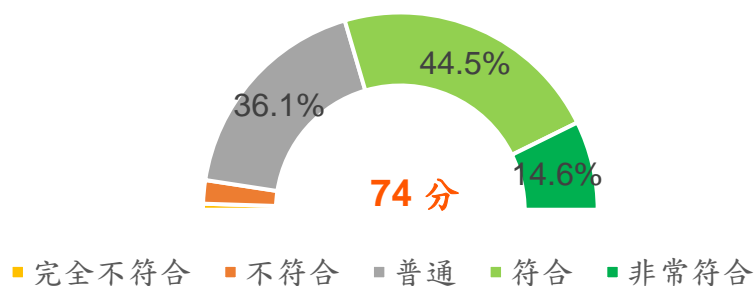


圖 36 「家長的教育方針與時俱進」

5. 家長有讓孩子出國學習計劃

44.5%家長有計劃或考慮未來讓孩子出國學習的相關事宜，其中 11.8%表示非常符合，32.7%左右表示符合。「家長有讓孩子出國學習計劃」平均獲得 66 分。

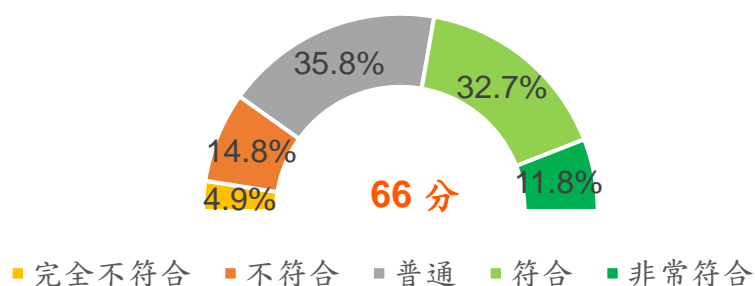


圖 37 「家長有讓孩子出國學習計劃」

小計教養及學習安排指標獲得 76 分：超過八成家長是相當開明、尊重孩子，並鼓勵孩子表達意見（81 分），另一方面也會使用溝通、討論方式導正孩子的錯誤（81 分），是表現較佳的兩項，同時七成六家長用心培育且鼓勵孩子多元學習（79 分）。而六成左右家長的教育方針有符合與時俱進（74 分）的時代需求。此外，偏向有計劃送孩子出國學習（66 分）的家長，約在四成五左右，是此指標中獲分較低的項目。

(二)、學校學習指標

1. 孩子會主動積極參與學校活動

51.5%兒童會主動參與學校活動(動、靜態)，其中 11.7%為總是如此，39.8%為經常如此。「孩子會主動積極參與學校活動」平均獲得 70 分。

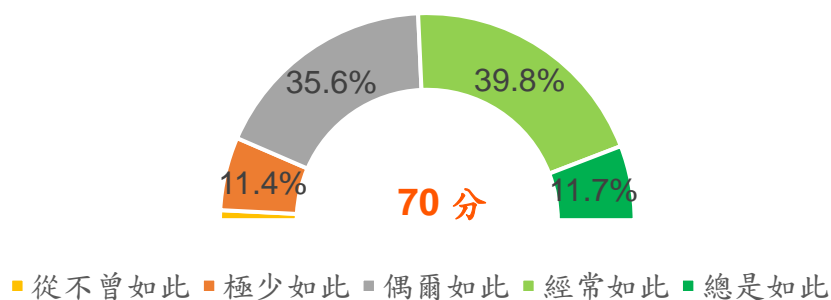


圖 38 「孩子會主動積極參與學校活動」

2. 孩子上課內容可以學以致用

71.3%兒童對於學校上課的內容可以充分理解和應用，其中 14.8%表示總是如此，56.5%為經常如此。「孩子上課內容可以學以致用」獲得 76 分。

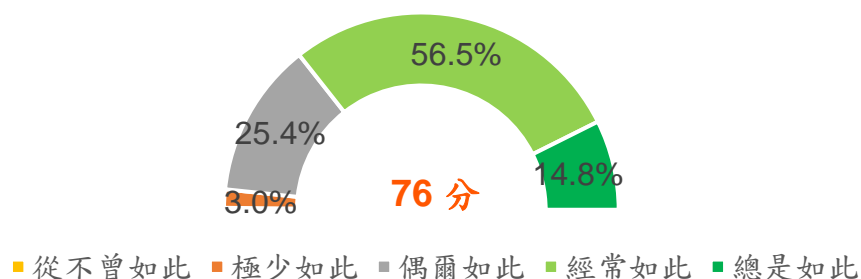


圖 39 「孩子上課內容可以學以致用」

3. 孩子有抗拒上學情形

僅 17.5% (4.7%+12.8%) 的兒童在要出門上學前，常會有不明原因的身體不舒服，而偶爾如此的兒童也只占了 17.2%。65.3% 兒童不曾 (21.4%) 或極少 (43.9%) 有這樣的情形。「孩子有抗拒上學情形」項目獲得 73 分的分數，表示絕大多數兒童是喜歡上學的。

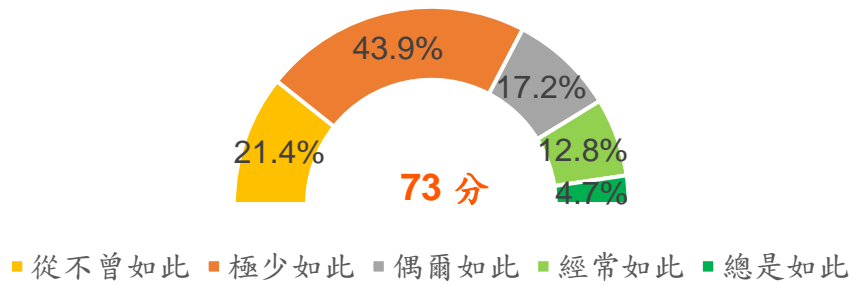


圖 40 「孩子有抗拒上學情形」

小計學校學習指標獲得 73 分：有七成以上兒童，能將學校上課內容學以致用 (76 分)，且有六成五以上兒童是喜歡上學的 (73 分)，而有五成以上兒童會主動積極參與學校活動 (70 分)。

(三)、學習資源／課後輔導指標

1. 學校環境安全，孩子安心學習

82.7%家長認為校園環境是安全的，孩子可以安心在校學習，其中 22.8%認為非常符合，59.9%表示符合。「學校環境安全，孩子安心學習」獲 81 分。

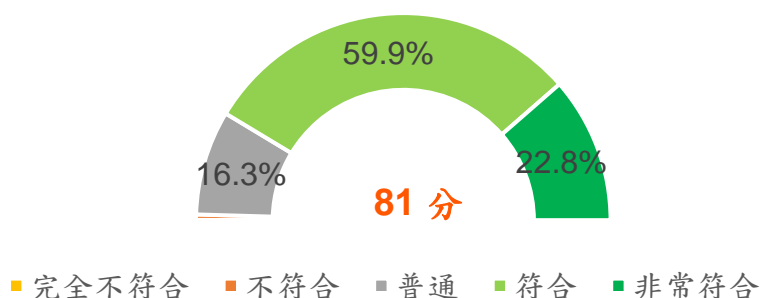


圖 41 「學校環境安全，孩子安心學習」

2. 學校課程接軌國際化、數位及 AI 世代需求

59.8%家長認為學校課程的安排，能兼顧到培養孩子國際觀、學習數位時代及 AI 世代技能的需求，其中 13.5%表示非常符合，46.3%表示符合。「學校課程接軌國際化、數位及 AI 世代需求」獲得 74 分的平均分數。

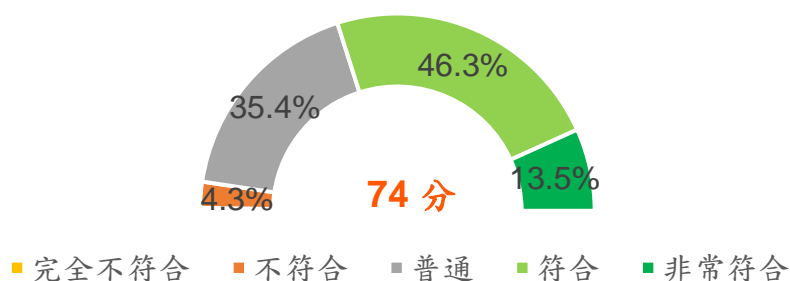


圖 42 「學校課程接軌國際化、數位及 AI 世代需求」

3. 家裡設備足夠足量支援孩子學習

76.2%家長表示家裡的軟、硬體設備是足夠足量的，能達到支援輔助孩子學習的目的，其中 22.3%表示非常符合，53.9%為符合。「家裡設備足夠足量支援孩子學習」平均分數為 79 分。

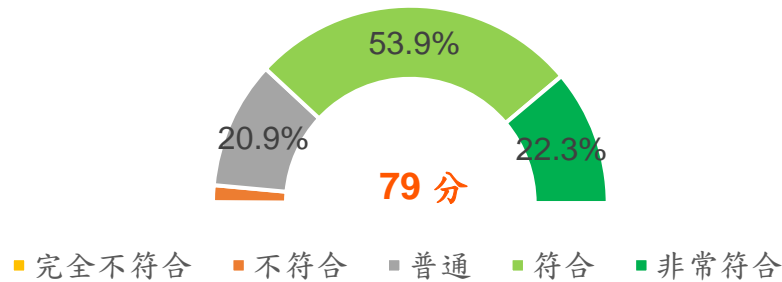


圖 43 「家裡設備足夠足量支援孩子學習」

4. 父母或主要照顧者有能力及時間，協助孩子課後學業輔導

73%的父母或主要照顧者有能力及時間，協助孩子課後學業輔導及解答功課疑問，其中 18.6%非常符合，54.4%表示符合。「父母或主要照顧者有能力及時間，協助孩子課後學業輔導」獲得 77 分平均分數。

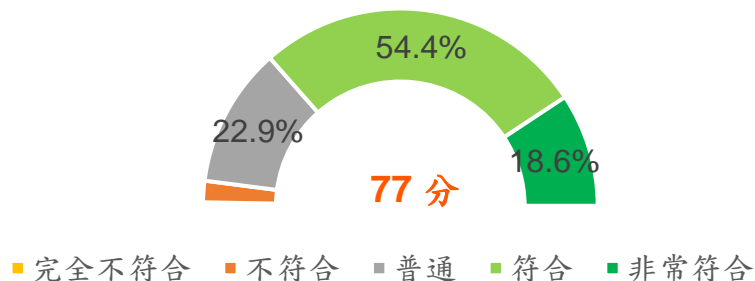


圖 44 「父母或主要照顧者有能力及時間，協助孩子課後學業輔導」

小計學習資源／課後輔導指標獲得 78 分：此為相對獲分較高的指標，尤其是八成以上家長認同學校環境安全，孩子能安心學習（81 分），且有七成六家裡設備足夠足量支援孩子學習（79 分），七成三父母或主要照顧者有能力及時間，協助孩子課後學業輔導（77 分）；而在此指標中獲分稍微較低的是學校課程接軌國際化、數位及 AI 世代需求（74 分）項目。

(四)、數位素養／使用 3C 習慣指標

1. 孩子會善用數位時代工具

64.1%兒童會善用數位工具、線上學習平台獲取資訊，吸收新知，豐富視野，其中 13.3%總是如此，50.8%經常如此。「孩子會善用數位時代工具」平均分數有 74 分。

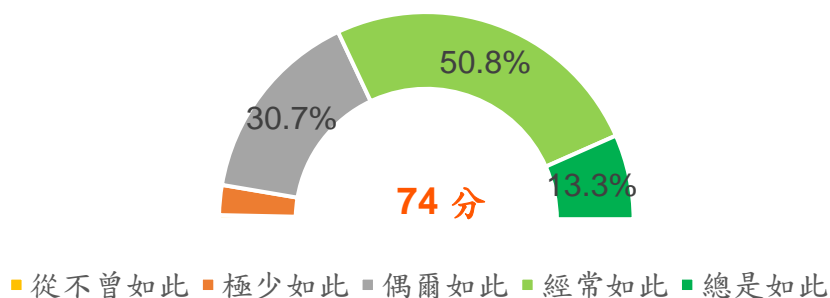


圖 45 「孩子會善用數位時代工具」

2. 孩子有網際安全意識

54.8%兒童有網際安全意識：知道重視個資保護、能辨識網路霸凌、能避免網際犯罪、色情內容等不當行為，其中 12.1%總是如此，42.7%經常如此。「孩子有網際安全意識」獲得 70 分的平均分數。

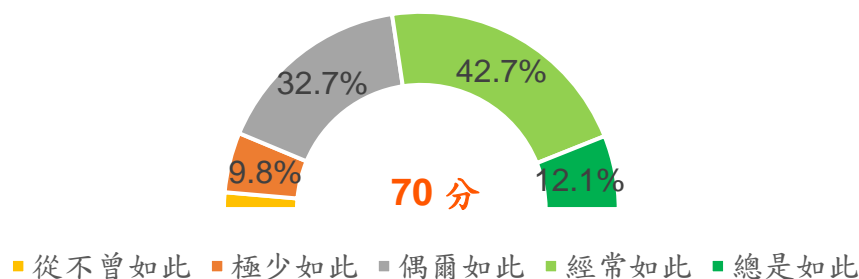


圖 46 「孩子有網際安全意識」

3. 孩子 3C 成癮症

家長認為孩子有 3C 成癮情形，且明顯有影響到身體及心理健康者為 28.3% (7.3%+21%)，偶爾如此者占 33.7%；38.1% 兒童不曾 (11.4%) 或極少 (26.7%) 有 3C 成癮情形。「孩子 3C 成癮症」項目獲得 63 分。

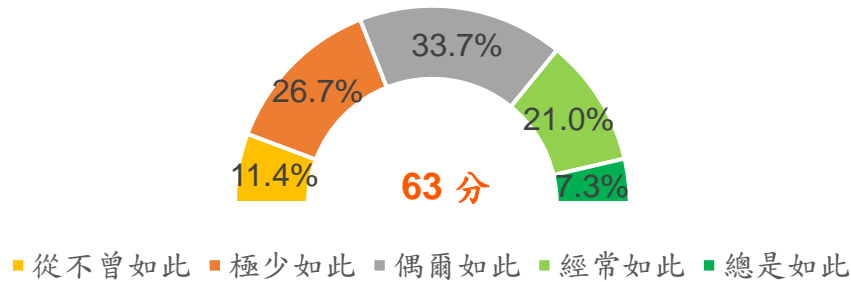


圖 47 「孩子 3C 成癮症」

小計 數位素養／使用 3C 習慣指標 獲得 69 分：此指標的整體分數是相對偏低分的。有六成以上家長表示孩子能善用數位時代工具 (74 分)，五成以上認為孩子有網際安全意識 (70 分)；惟兒童在 3C 成癮情形 (63 分) 需要多留意控制。

(五)、 休閒活動及 3C 使用情形

1. 孩子在家時的休閒活動

兒童在家時間除了寫功課、預複習課業之外，有 57.7% 兒童最常進行的休閒活動是使用 3C 產品，其次 53.7% 是看實體電視，排名第三的是閱讀實體書 (40.8%)。其他也有 37.6% 會進行戶外活動／運動／舞蹈學習、28.9% 是學習活動 (音樂、棋藝、繪畫等才藝)，28.3% 會玩桌遊等各種益智遊戲、19.6% 進行實作活動 (各種 DIY、烘培等)。

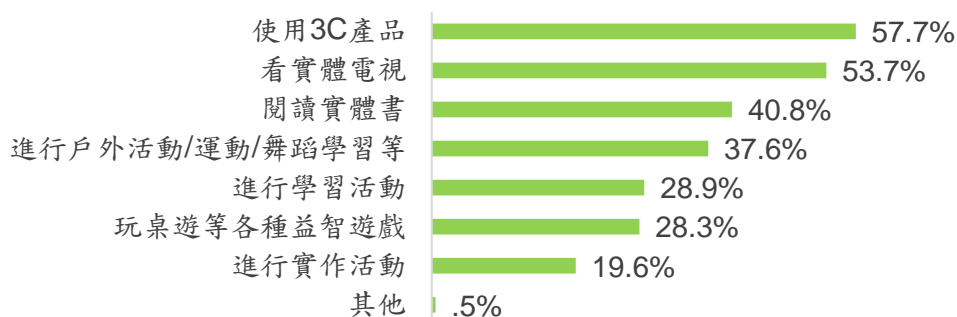


圖 48 「孩子在家時的休閒活動」

2. 孩子使用 3C 產品或網路目的

針對有使用 3C 產品的兒童，深入了解使用內容發現，高達 74.7% 是在觀看或經營網路影片、影音平台 (YouTube、TikTok 抖音等)，其次有 69.7% 是玩遊戲，以上兩項是兒童使用 3C 產品或網路最主要的目的。其他有 28.9% 也會使用通訊軟體、聊天 (LINE 等)，21.7% 會瀏覽或經營網路社群活動 (FB、IG 等)，20.2% 會使用數位工具或學習功能 App (學習樂器、語言、手作等)，有 11.4% 會收聽線上音樂，8.1% 會使用其他娛樂功能 App (唱歌等)。

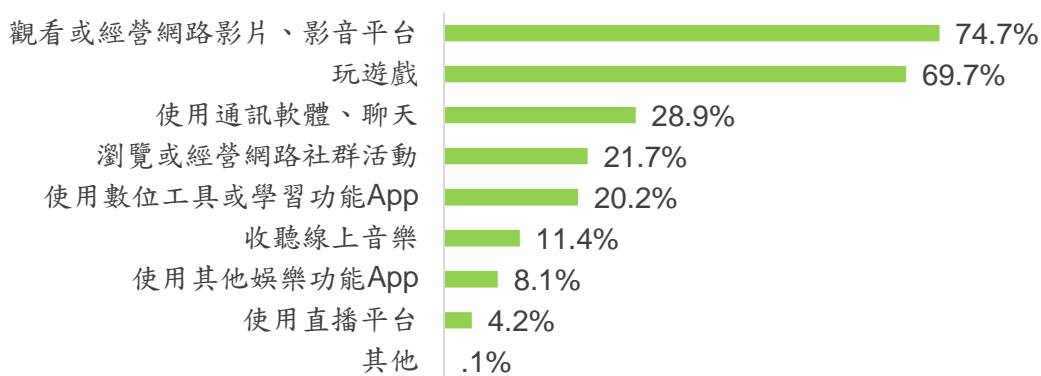


圖 49 「孩子使用 3C 產品或網路目的」

3. 孩子每日使用 3C 產品或網路總時數

計算後得知，兒童每日使用 3C 產品或網路的總時數，平均落在 1.25 小時。51% 兒童的使用時間是在 60 分鐘之內 (7.2%+43.8%)，19.4% 是 61-90 分鐘，15.2% 是 91-120 分鐘，而超過 2 小時的兒童在 14.5% (6.6%+2%+5.8%)。

兒童每日 3C 產品或網路使用總時數

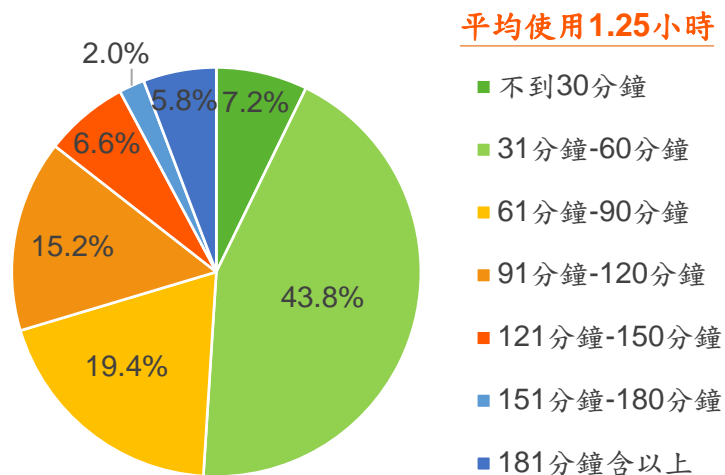


圖 50 「孩子每日使用 3C 產品或網路總時數」

整體教育主題／教養相關指數獲得 74 分：學習資源／課後輔導指標(78 分)及教養及學習安排指標 (76 分)，兩指標獲分較高，顯示兒童獲得來自學校及家庭，在學習上的協助及資源足夠，且能有開明、尊重、符合時代需求的教養理念培育孩子。而透過學校學習指標 (73 分) 也發現，多數兒童能將學校所習得知識學以致用，並樂於上學。而由數位素養／3C 使用情形指標 (69 分) 顯示，多數兒童能善用數位工具學習，但仍要多注意 3C 成癮情形、留心孩子使用 3C 或網路的目的及時數。

五、時事／生活教育指數

(一)、性教育、性平教育、身體自主權利教育

72.5%家長有對兒童進行性教育、性平教育、身體自主權利教育，其中 21.9% 表示非常符合，50.6%表示符合。「家長有進行性教育、性平教育、身體自主權利教育」平均獲得 78 分。

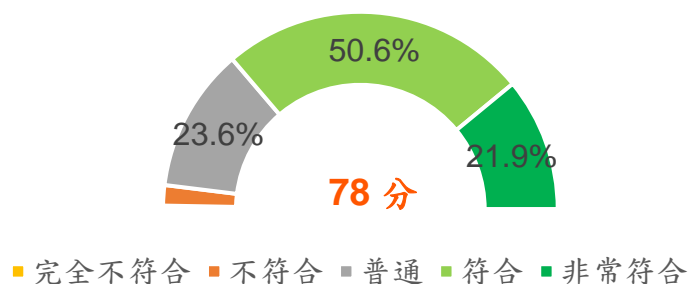


圖 51 「家長有進行性教育、性平教育、身體自主權利教育」

(二)、預防詐騙教育

74.6%家長有對孩子進行預防詐騙教育，其中 23.3%表示非常符合，51.3%表示符合。「家長有進行預防詐騙教育」平均分數為 79 分。

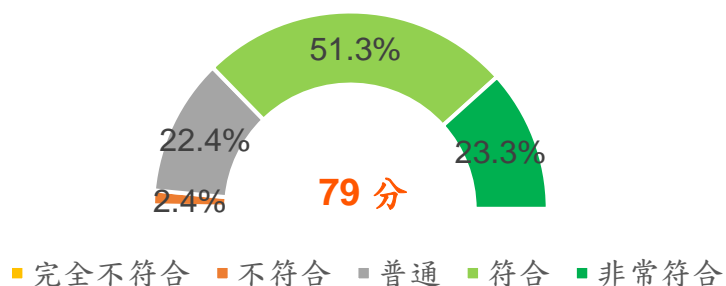


圖 52 「家長有進行預防詐騙教育」

(三)、熟悉各項救援通聯網絡教育

77.5%家長有對孩子進行熟悉各項救援通聯網絡教育（如：警察 110、消防 119、家暴 113、反詐騙 165），其中 25.3%表示非常符合，52.2%表示符合。「家長有進行熟悉各項救援通聯網絡教育」平均分數為 80 分。

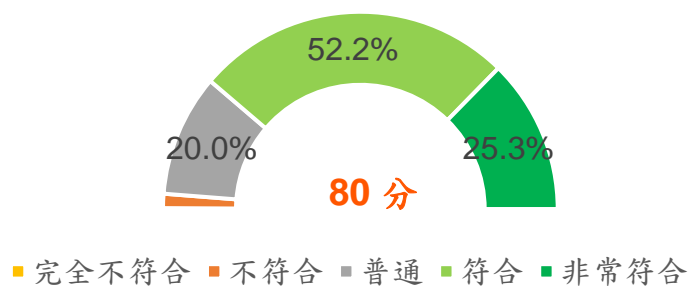


圖 53 「家長有進行熟悉各項救援通聯網絡教育」

(四)、反霸凌須知及求助方式教育

84.2%家長有教育孩子各種反霸凌須知及求助方式，其中 30.2%表示非常符合，54%表示符合。「家長有進行反霸凌教育」獲得 83 分平均分數。

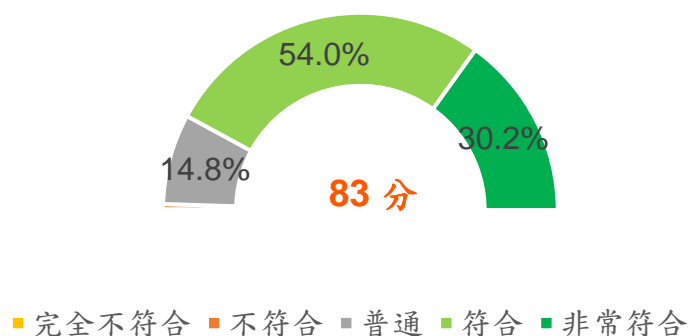


圖 54 「家長有進行反霸凌教育」

(五)、 菸害防制教育

74.8%家長有對孩子進行菸害防制教育，其中 27.3%表示非常符合，47.5%表示符合。「家長有進行菸害防制教育」獲得 79 分。

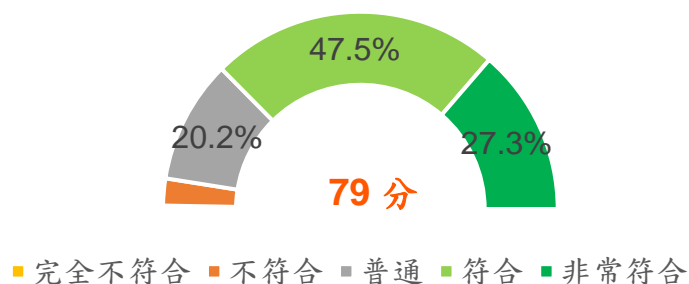


圖 55 「家長有進行菸害防制教育」

(六)、 反毒品教育

75.1%家長有對孩子進行反毒品教育，29.1%表示非常符合，46%表示符合。「家長有進行反毒品教育」平均分數為 80 分。

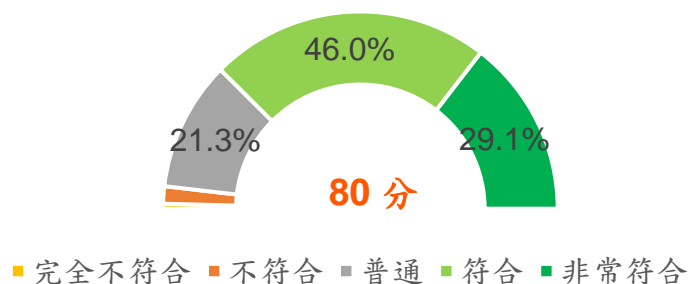


圖 56 「家長有進行反毒品教育」

(七)、網路安全教育

73.6%家長有對孩子進行網路安全教育，包含避免侵權、詐騙、色情暴力等不當內容，其中 24%表示非常符合，49.6%表示符合。「家長有進行網路安全教育」獲得 79 分的平均分數。

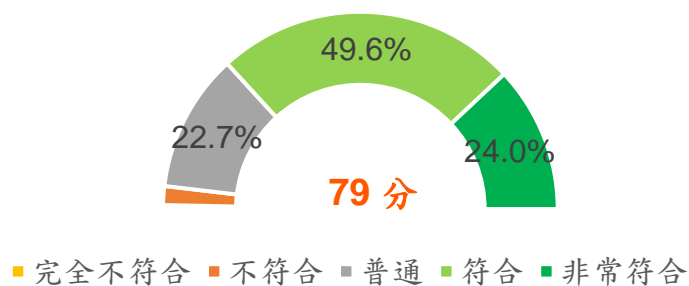


圖 57 「家長有進行網路安全教育」

整體時事／生活教育指數獲得 80 分：各項教育中，以家長進行反霸凌教育（83 分）做得最落實。其他各項家長進行教育宣導得分情形為：反毒品教育（80 分）、熟悉各項救援通聯網絡教育（80 分）、防詐騙教育（79 分）、菸害防制教育（79 分）、網路安全教育（79 分）、性教育、性平教育（78 分）。

六、數位生活指數（從四大指數中擷取相關問題）

此次調查特別將四大指數中，與數位、3C 相關的內容，額外再統合計算出「數位生活指數」獲得 71 分。由各問項分數（主訴）的排序可知，整體數位生活方面，以網路使用安全教育(79 分)及軟、硬體設備足以支援兒童學習(79 分)兩項獲分最高，足見多數家長已做好成為數位時代父母的準備工作。然 3C 成癮情形(63 分)及較少執行的護眼行動，仍是家長需要再多協助兒童改善的部份。

表 3 數位生活指數統整

主訴	問卷問項	分數	數位生活指數
時事教育： 網路使用安全教育	我有對孩子進行 網路安全教育，包含避免侵權、詐騙、色情暴力等不當內容	79	71
軟、硬體設備 能支援課程學習	家裡的軟、硬體設備是足夠足量的，能達到支援輔助孩子學習的目的，如：電腦設備	79	
學校課程接軌國際 化、數位化	學校課程的安排能兼顧到孩子培養國際觀、學習數位時代及 AI 世代技能的需求	74	
善用數位時代工具	孩子會善用數位工具、線上學習平台獲取資訊，吸收新知，豐富視野	74	
網際安全意識	孩子有網際安全意識：知道重視個資保護、能辨識網路霸凌、能避免網際犯罪、色情內容等不當行為	70	
網路社交	孩子較多時候是透過數位工具（如 LINE）與同儕互動，缺乏實際人際相處能力	67	
3C 成癮症	孩子有 3C 成癮情形，且明顯有影響到身體及心理健康	63	
護眼行動	孩子每日看電視、玩電動、打電腦、用手機的時間加總少於 1 小時，且用眼 30 分鐘有休息 10 分鐘	61	

七、結論

本次調查保誠兒童幸福指數為 75 分 (滿分 100 分)，四大指數中，以時事生活指數 80 分表現最為突出，顯示在日常生活中，家長有注意相關提醒，並針對時事給予兒童機會教育。

心理健康指數有 75 分，表現在平均水準上。兒童人際關係的互動表現、自我認定 (自信) 都有不錯的分數，心情也能常保愉快。透由此指數觀察家長需多留意及引導孩子情緒的疏導及表達，如此則有助於兒童認知及調和自我內在狀態，並進一步學習與自我相處之道，應可減少孩子容易感到緊張不安，或是以哭鬧方式應對負面心情的機率。

教育主題／教養相關指數有 74 分，雖略低於整體平均一些，但仍可知道，兒童在學習上能獲得足夠的協助及資源支持。家長以開明、尊重、與時俱進的觀念與方式教養孩子，兒童普遍也能將學校習得知識學以致用。而藉此指數與數位生活指數 (71 分)內容再次印證：值此數位時代，兒童如何在善用數位資源、良好的數位素養與人際互動關係中，找到一個身心健康的平衡點，是父母與孩子都需要更多自我覺知，與互相提醒的地方。

生理健康指數獲得 72 分，是四大指數中總平均分數相對較低的，原因在：兒童仍較難避免食用到危害健康食品，且僅四成左右兒童有每日運動 1 小時以上的習慣，此兩部份是有待加強及改善之處。但除上述原因外，其實多數兒童每日都是充滿活力且有精神的、作息習慣良好、飲食習慣均衡、排泄及代謝規律且正常，大致上都是偏向健康發育成長的生活方式。

總結來看，保誠兒童幸福指數 75 分 (滿分 100 分)，整體表現屬於「幸福」。顯示我國兒童無論在生理健康、心理健康、學習資源及環境、教養及人際互動關係、生活教育等發展，都是偏向健康、富足而正向的，所以是生活在幸福的成長環境中。透過整體社會、學校、家長共同對兒童教育、身心茁壯發育的重視，加上兒童自我的用心學習、開心成長，定能共創更適時、適性、適人的幸福成長環境。

透過此調查結果—保誠兒童幸福指數是 75 分為「幸福」的，可知我國兒童幸福成長是 ing 進行式，讓我們一同期待未來主人翁的表現吧。

表 4 保誠兒童幸福指數總表

保誠兒童 幸福指數	構面			指標		
	名稱	分數	排序	指標	分數	排序
75	時事/ 生活教育指數	80	1			
	心理健康指數	75	2	人際關係互動表現指標	77	2
				自我認定(自我成就感)/ 自信指標	77	2
				兒童心理狀況/心理安全指標	74	4
				情緒管理(表達)指標	73	5
	教育主題/ 教養相關指數	74	3	學習資源/課後輔導指標	78	1
				教養及學習安排指標	76	3
				學校學習指標	73	5
				數位素養/使用 3C 習慣指標	69	7
	生理健康指數	72	4	睡眠活力指標	77	2
				飲食習慣指標	73	5
				生活習慣/代謝指標	71	6
				運動習慣指標	67	8