

你是你身體的主人嗎?—— 大專生性別與身體意象之相關研究

江承曉* 沈姍姍**

*嘉南藥理科技大學青少年兒童福利系

**嘉南藥理科技大學醫務管理系

摘 要

本研究的目的旨在了解大專青少年的身體意象，身體意象與性別的相關及其他相關研究。本研究以台南、高雄地區之大專院校學生為母群體，採分層集束抽樣，隨機抽取台南、高雄地區總共十所學校，以郵寄方式寄發本研究之量表，委託抽樣學校之教師以班級為單位，進行團體施測，共得到有效樣本1147人。

本研究有以下幾點結論：1.大專青少年之實際體型(BMI)，為正常或過瘦者，佔大部分，然而大專生之身體意象卻呈現負向感受，經常或總是覺得自己太胖。有大部分的大專生，不滿意自己的身材及身體各部份比例。2.大專生之實際體型與自我身體意象，有顯著的差異存在，實際體型越瘦對自己的身體意象越好。3.性別與身體意象，有顯著的差異存在，女性顯著較男性不滿意自己的身材與外表。顯示社會上對身體外表要求苗條過瘦的價值觀，明顯反應在女性身上。

關鍵詞：身體意象、實際體型、大專青少年

前 言

你是你身體的主人嗎？你是自在的接受你的身體嗎？台灣近幾年來，流行減肥、塑身、豐胸、美容，有關身體減重雕塑的廣告，持續不斷的出現在各種媒體廣告之中，蔚然而成一個有組織系統的行業，雖然收費昂貴，效果無法確實預測，卻仍有許多的消費者，尤其是女性消費者，投入大量的金錢、時間與心力，只為塑造出心目中，一個理想的身體形象。而這股流行風潮，不只流行在成年人的身上，也已經影響到青少年的生活了。

減肥是為健康的考量嗎？時至今日，健康已不是唯一的考量了，許多身材適中，體重正常的人，仍不免為廣告中「我不胖，只是局部走樣」，「作一個讓人無法一手掌握的女人」，等詞句誘惑，業者更從以往傳統的減肥，控制體重的目標，更前進美言為塑身美容，吸引更多人投入此流行行列

ABSTRACT

Body Image and Gender in Junior College Students

Cheng-Hsiao Ching* and Shan-Shan Shen**

**Department of Youth and Children's Welfare,*

***Department of Hospital and Health Care Administration,*

Chia-Nan University of Pharmacy and Science,

Tainan, Taiwan 71710, R.O.C.

ABSTRACT

The purpose of this study was to understand junior college students' body image and to investigate the relationship of body image and social adaptation behavior. Data were collected from a sample of 1147 junior college students across from different grades from of ten schools at southern Taiwan in this study.

Results of this study showed that most of the junior college students had expected themselves with more slim body figure in spite of their actual body figure. There were significant differences between body image and body figure. Females had more negative body image.

Key words: body image, body figure, junior college student.