

# 本文章已註冊DOI數位物件識別碼

## ▶ 如何編製一份問卷以：以“健康相關生活品質”問卷為例

How to Construct a Questionnaire: Using the "Health-Related Quality of Life" Questionnaire as an Example

doi:10.6594/JTOTA.1998.16.01

職能治療學會雜誌, 16, 1998

Journal of Occupational Therapy Association R.O.C., 16, 1998

作者/Author：姚開屏(Kaiping Grace Yao);陳坤虎(Kuen-Hu Chen)

頁數/Page：1-24

出版日期/Publication Date：1998/09

引用本篇文獻時，請提供DOI資訊，並透過DOI永久網址取得最正確的書目資訊。

To cite this Article, please include the DOI name in your reference data.

請使用本篇文獻DOI永久網址進行連結:

To link to this Article:

<http://dx.doi.org/10.6594/JTOTA.1998.16.01>



*DOI Enhanced*

DOI是數位物件識別碼（Digital Object Identifier, DOI）的簡稱，是這篇文章在網路上的唯一識別碼，用於永久連結及引用該篇文章。

若想得知更多DOI使用資訊，

請參考 <http://doi.airiti.com>

For more information,

Please see: <http://doi.airiti.com>

請往下捲動至下一頁，開始閱讀本篇文獻

PLEASE SCROLL DOWN FOR ARTICLE



# 如何編製一份問卷： 以「健康相關生活品質」問卷為例

姚開屏<sup>1</sup> 陳坤虎<sup>2</sup>

摘要

問卷是社會及行為科學研究中，最常被用來收集資料的方法之一。本篇以第一作者在民國八十五年職能治療學會雜誌中發表的文章「從心理計量的觀點看測量工具的發展」為藍圖(姚開屏, 1996a)，從古典測驗理論的角度，並實際用本篇第二作者所進行的國科會資助大專生研究計畫——編製「健康相關生活品質」問卷為例(陳坤虎, 1997)，來說明編製一份問卷的過程。

關鍵詞：量表編製、題目分析、信度、效度、健康相關生活品質

問卷是行為及社會科學中常被使用的研究方法之一，其應用的範圍甚廣，不只應用於傳統的智力測驗上，也在醫療單位、人事工商組織、學校教育、臨床及輔導諮商等方面。問卷主要的功能不外乎評估、診斷及預測。在問卷廣被使用的今天，如果被隨意地濫用，不僅無法精確的測量到我們所欲測的行為特質，甚至對受測者也可能造成某種程度的傷害，故在編製問卷時，我們必須非常謹慎地考慮許多的編製過程中所需注意的要素，其中最主要的即是問卷的信度與效度。

本篇第一作者在民國八十五年職能治療學會雜誌中曾發表「從心理計量的觀點看測量工具的發展」(姚開屏, 1996a)，現以該篇為藍圖，

從古典測驗理論的角度，並實際用本篇第二作者所進行的國科會資助大專生研究計畫——編製「健康相關生活品質」問卷為例(陳坤虎, 1997)，說明如何編製一份問卷。本篇共分成三部份，第一部份是問卷編製的一般原則及步驟，內容主要是介紹在編製一份問卷時，需要有的基本概念及認識，我們將介紹編製問卷的步驟及每一步驟所需注意的事項；第二部份是說明當我們資料收集後，如何進行題目量化的分析；在第三部份中，我們以「健康相關生活品質」問卷為實例，來說明整個問卷編製及資料分析的過程。

## 問卷編製的一般原則及步驟

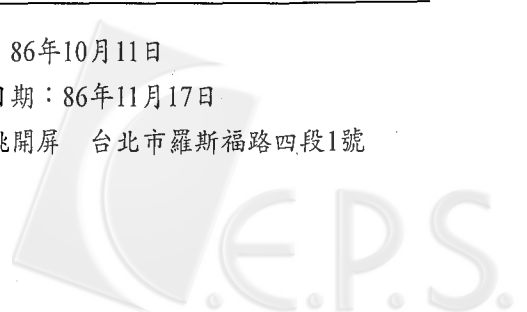
國立台灣大學心理系<sup>1</sup>

國立台灣大學心理系研究生<sup>2</sup>

受文日期：86年10月11日

接受刊載日期：86年11月17日

通訊者：姚開屏 台北市羅斯福路四段1號



編製一份好的問卷，必須要有周詳的計畫及符合科學的方法，否則隨意編製一份問卷是無法精確的測量到我們所想要測量的主題或特質，以下就以心理計量的角度來看問卷編製的流程(姚開屏，1996a)：

### (1)確定研究的主題：

- a.確定測量的範圍與目的：指在編製之前需釐清測量的目及它所包含的範圍。例如我們可能要研究的是一般人的生活品質，我們也可能是要研究智障兒童在語言上的發展。總之，在問卷編製之前，研究目的及範圍應先確立。
- b.確定測量的對象：在編製問卷之前，我們根據研究的目的確定問卷的施測對象為何，例如施測對象是一般民眾或者是特殊群體等。此外，施測對象的選擇也需考慮其性別、年齡、教育程度、生活背景等因素。例如施測對象為一般人，但仍需考慮其年齡的界線為何、居住地有無限制、教育程度高低的選擇等。以編製「健康相關生活品質」問卷為例，此問卷的目的是要測量與健康相關的生活品質，而施測對象為年齡在 16 歲以上的不同性別或教育背景的一般人。

(2)分析研究主題的特質或行為是由那些元素所構成：當研究主題確定之後，研究者必須藉由幾種不同的管道或資訊來分析研究的主題是由那些元素組成的，以便建立此測量主題的架構。所使用的方法可能有：

- a.文獻探討：所謂文獻探討是指蒐集過去至今有關研究該主題的相關資料，藉由文獻探討讓我們了解過去相關研究的內容、結論與建議，藉此可幫助我們對該主題有進一步的了解，也有助於對該主題概念的澄清和理論的

建構。

- b.詢問專家的意見：在進行問卷編製時，詢問專家的意見是相當重要的，因為專家通常對此研究主題有較深入的研究或探討，因此可以提供許多有關的資訊及建議，以便讓研究者對此研究主題有更深入的了解。以「健康相關生活品質」問卷為例，在這方面的專家可包括有心理學家、公共衛生學者、醫療人員、社工人員等等。
- c.實際進行觀察：研究者也可透過自己對研究主題的實際觀察來收集相關的資料。在實際觀察時，可記錄自己觀察的結果是否與文獻中或專家的說法有不同，藉此可幫助研究者修正研究的方向或發現新的研究問題。
- d.受試對象的反應：我們可經由問未來的施測對象對該研究主題的看法及反應，來看是否還有其他的因素影響研究主題的特質或行為，因此可用訪談的方法問些開放性的問題。例如要了解受測者的生活品質，我們可詢問類似下列的問題，如「你認為有那些方面影響你的生活品質」，藉此收集編製或修改問卷的資料。

由此觀之，研究者必須對研究主題有清楚的定義，並且建構研究主題的理論架構，以便日後檢證或修正原先的理論架構。以「健康相關生活品質」問卷為例，一般測量與健康相關生活品質的問卷，多半都包含身體的健康狀態、心理的健康狀態、社會的健康狀態等三個向度，而世界衛生組織(World Health Organization, WHO)則對與健康相關生活品質有更詳細及廣泛的定義(WHO,1995)，大致可分為六個向度(domain)：1.身體向度(physical domain)，2.

心理向度(psychological domain)，3.自理層次(level of independence)，4.社會關係(social relationship)，5.環境(environment)及 6.心靈／宗教／個人信念(spirituality / religion / personal beliefs)。因此「健康相關生活品質」問卷的定義就以 WHO 對生活品質的定義為根據，而建構出五向度的理論架構，分別為心理健康狀態、身體健康狀態(含自理層面)、社會健康狀態、環境狀態及個人的信仰或信念，而這樣的理論架構已經包含了所有有關對健康相關生活品質定義的範圍。

### (3)擬定問卷架構：需考慮以下幾點：

- a.施測方式：考慮施測的方式要以個人或者以團體的方式進行施測。例如貝氏嬰兒成長量表(Bailey Scales of Infant Development)是以個人施測的方式進行施測。
- b.題目的形式：在選擇用何種題目的形式進行施測時，我們必須以研究目的為主要考量。題目形式通常可分為兩種，一為建構式的形式，如填充題、簡答題、申論題，另一為選擇式的形式，如選擇題(含 5 點李克氏量尺，Likert's scale)、是非題(true/false)、配合題等。
- c.各向度的比重：編製問卷的題目時，必須依照研究的目的及各向度的重要性來決定各向度的比重。例如「健康相關生活品質」問卷就以身體、心理及社會三個向度較為重要，因此所分配之題目比重較多。
- d.問卷題數的多寡：問卷需依照研究的目的來斟酌題數的多寡，題數太多時會造成測驗時間冗長，容易導致受試者配合的意願降低，而隨便回答題目，然而題數太少時又可能無法真正測量到我們想要研究的特質，因此題

數的多寡必須適中為宜。

- e.度量(scaling)的方法：在編製問卷時，度量的方式也需加以考慮。有些人習慣用李克氏偶數點量尺(如：非常喜歡、喜歡、不喜歡、非常不喜歡)，但也有些人習慣上用奇數點量尺(如：非常喜歡、喜歡、普通、不喜歡、非常不喜歡)。度量方式選擇並沒有絕對的對錯或好壞，不過仍有些原則可以依循，例如可參考過去類似研究，看其信、效度的高低來選擇度量方式，另外也必須考慮在資料分析時是否會遭遇困難或受測對象的特質等，有關於此議題的討論，請參閱本文第一作者於民國八十五年職能治療學會雜誌的討論(姚開屏，1996b)。另外，使用越多的點數，測量的精確程度是否因此而增加？這觀念不見得對，因為受測者的心智程度若無法區別到如此細微的差別，反而會降低了測量的準確度、可信度。例如欲測量老年人或教育程度較低的人對某件事情的看法，則最好使用的量尺點數不要太多，但對其他類型的人則可用較多的點數來測量。由此知量尺點數的選擇需視受試者的心智能力而定(姚開屏，1996b)，一般而言用 5 至 7 點李克氏量尺作為度量的方式最好(Comrey, 1988)。「健康相關生活品質」問卷就以 5 點李克氏量尺為度量方式，量尺標示為：完全符合、大部分符合、普通、少部分符合、完全不符合。另外，問卷中各題目所使用的測量量尺最好盡量一致，如此除了減少受測者在回答問題上的不便外，也避免後來資料分析及解釋上所產生的困擾。例如問卷的某些部分用五點量尺，某些部分用四點量尺，則在計算問卷總分時，是否可將兩量尺的分數作數學運算，

是值得商榷的。

(4)寫題、審題：編寫題目是一門藝術 (art)，好的題目可使受試者較容易回答，而不好的題目則會使受試者不知如何回答。編寫的題目需考慮以下幾點：

- a. 題目需清楚易懂：例如「我喜歡棒球」，非常清楚明確。
- b. 題目需只有單一中心主題：一個題目只能問單一主題，不能問兩個或以上的主題。例如「我喜歡棒球及游泳」，這題所問的有兩個主題，一為是否喜歡棒球，另一為是否喜歡游泳。如果受測者只喜歡其中一項，則就不知該如何回答此題目。
- c. 題目需避免模糊的陳述：例如「我常常玩棒球」，『常常』的定義不是很清楚，且依每個人的認知而有所差異，故避免使用。這樣的語詞有：通常、經常、偶而、很少、大概等。
- d. 題目需避免雙重否定：例如「我不是不喜歡棒球」，容易造成受測者混淆題目的意思。
- e. 題目要簡短、扼要，避免太過冗長。
- f. 題目應避免使用困難的字彙、俗語或專業用語。
- g. 需考慮受測者的閱讀能力來編寫題目的內容及所用的字詞。
- h. 需考慮受測者的生理能力：例如殘障人士如何回答題目。
- i. 題目儘量避免用負向字(negative word)：如「我今天不快樂」，『不』就為負向字。
- j. 正向題目及反向題目最好各半：正向題目如「我喜歡棒球」，反向題如「我討厭棒球」，而不是「我不喜歡棒球」。
- k. 所問的問題是受試者可以圈選的，也就是說

每一個人都有可回答的答案。

- l. 避免太普遍或太不可能的問題：如「我喜歡好人」，這種題目幾乎所有的受試者都會有肯定的答案，所以不適合當作題目，除非有特殊的目的，例如要檢驗受試者是否認真回答問題，就可用如「我出生在土星」等類似題目參雜於問卷中，來檢測受試者回答的認真程度。
- m. 盡量避免使用敏感性或侵犯隱私的問題：除非有特別的目的或需要，應盡量避免使用不必要的敏感性問題，如「你是否有性幻想」。
- n. 不用假設或猜測的語句：如「假如我有一百萬，我會去旅行」，這類題目是屬於假設性問題，但並不一定是受試者現今真實的情況，所以應盡量避免使用此類題目。
- o. 避免「暗示性」的問題或字眼，例如：你最近有沒有回「家」。
- p. 避免使用「社會期許」(social desirability)問題：如「我會遵守交通規則」。

以上是編寫題目時所需注意的要點，除此之外，初期編寫題目時，題目庫(item pool)的題數要越多越好，因為初期所編寫的題目要經過審題及量化分析的過程，刪去許多不適當的題目後，才成為最後的問卷題目。另外，對問卷題目可採用隨機排列題目的方式進行編排，又可将性質類似的題目歸類放在一起，並將同類性質的題目作隨機排列。而問卷题目的編排也需考慮美觀性及方便性，以吸引受試者樂意及方便回答問卷。

在審題方面，根據寫題的原則來刪改或修正原先設計的題目，例如考慮题目的文字是否通暢而容易回答，語句之文法、用詞是否正確，有無不必要的重覆性問題，或有無不符合



此研究主題的題目等。在審題時，也可參考專家或一般受測者的意見。另外，編製者在編寫題目完成後幾天，可再回來重讀題目，看題目是否通暢、語法及用語是否適當。

(5)預試：預試的目的在於了解題目的優劣。題目的選取不可僅憑問卷編製者的臆測而決定，必須根據經由實際的預試所獲得的客觀性資料加以分析後，由所得的結果而選取題目。預試的方法是抽取研究母群中小部分的樣本來施測，藉此了解問卷題目的編製是否適當。在預試的過程中，有下列幾點是必須考慮：

- a. 樣本必須具有代表性：預試的樣本應取自將來正式施測時的母群體，取樣時應具有代表性，人數不必太多，亦不可太少，文獻中有談及從數十人至數百人的差別，另外，也有以問卷總題數的 5 ~ 10 倍的人數為標準。但有些研究主題的母群體本身就不大，因此抽樣的受測者人數也因研究的母群體小而變少，例如：研究愛滋病者、燒傷病者、智障兒童等，母群體就比較小，而研究一般人的健康相關生活品質，則母群體就比較大。
- b. 施測時的情境，如環境、氣氛、指導語及施測程序等要與將來正式施測時相同。
- c. 預試的實施，應使受測者有足夠的時間作答，讓我們大致了解作答一份問卷所需的時間，這可作為日後正式施測時評斷受試者配合度的指標，如一般人需花 35 分鐘才能完成問卷，但有人只用 15 分鐘就完成測驗，這可能顯示出受試者輕率作答，這時此筆資料就需考慮其正確性。
- d. 施測人員必須紀錄預試時受測者的各種反應，如受測者反應題目太多、太難、題目不

清或其他相關問題，作為日後修改問卷時的參考依據。

- (6)題目分析：題目分析最主要的目的是就收集到的預試資料加以分析，以找出適合問卷測量目的之題目。分析的方式大致可分成質的分析與量的分析兩種。質的分析主要考量題目的內容或形式是否適當，也就是考慮題目的適合性(即題目的內容是否包含在此研究範圍)及形式的流暢性(即題目的文字是否正確通暢)，這一方面可請專家來檢驗。量的分析主要是用心理計量的方式來分析題目的難度及區辨力等特性，將於後詳加說明。
- (7)修正：一份好的問卷通常需要重覆地修正，使問卷的題目能有效的反應受測者的真實情況。問卷題目的選取標準主要是依照題目的難度及區辨力分析的結果。通常我們會選擇區辨力高的題目，如此才能區分不同程度的受測者，另外，我們會選取難度適中的題目，太容易或太難的題目，都不適於被選取，不過仍須視研究的目的而定。理論上，當我們刪除或修改一些題目之後，我們必須回到(5)預試、(6)分析、(7)再修正，而此過程可能需重覆許多次，使得問卷達到被接受的程度。
- (8)信度：所謂「信度」是指用同一問卷或量表重覆測量某項持久的特質時，得到相同結果的程度，或指前後兩次施測的分數一致的情形，或指問卷題目間是否具有相同特質的程度。信度通常可分成 a. 施測者間信度、b. 複本信度、c. 再測信度、d. 內部一致性。在許多編製量表的書籍中皆會談到上述的概念，讀者可參見本文第一作者的報告(姚開屏，1996a)。
- (9)效度：所謂「效度」是指是否能真正測量到我們想要測量特質的程度。一般而言，效度可分

成 a.內容效度、b.效標關連效度、c.建構效度。在許多編製量表的書籍中皆會談到上述的概念，讀者也可參見本文第一作者的報告(姚開屏，1996a)。

(10)交叉檢驗(cross validation)：此步驟非常的重要，但卻常在問卷編製時被忽略。進行此步驟的理由是當我們預試時，有可能因為某種原因而使得我們抽樣的樣本有點誤差，爲了了解我們預試所得之結果的正確性，我們可以再從研究的母群中抽樣另一群具有代表性的樣本進行施測，而將此次的結果與前一次預試的結果做比較，看兩次分析的結果在難度、區辨力及信、效度上是否一致。如果相當接近，則表示問卷題目的設計頗佳，倘若差距太大，則需找出造成差異的原因，並予以修正。

(11)常模的建立：從測量的原理來看，心理測驗可分爲常模參照測驗(normed-reference tests)及效標參照測驗(criterion-referenced tests)。常模參照測驗是指個體測驗的得分可與整體的常模分數(norm)做比較，例如：個人在生活品質問卷上的得分與常模相較，看此人在群體中生活品質的好壞。而效標參照測驗則有絕對的效標參照標準，測驗的分數只與效標參照的分數做比較，而不與其他人做比較，這種方式常被用在教育測驗方面及部分醫療測量方面。例如：小學二年級的學生應該學會兩位數加法；一個八個月大的嬰兒應可不必扶持而自己做得很穩。常模的功用是可以得知一個人在團體中的相對地位如何，常見的常模形式有百分等級(percentile rank)、標準分數(standard score)、成長分數(如年齡當量、年級當量等)及常態化標準分數

(如常態化 T 分數、離差智商、標準九分數)，「百分等級」說明了一個人在團體中的表現勝過百分之多少的人；「標準分數」表示一個人的表現相距群體的平均值多少個標準差；「成長分數」表示個體在正常發展過程上的相對發展程度，而「常態化標準分數」與標準分數的概念相似，唯一的差別是將原先的分數經過常態化的處理，而成爲常態化的標準分數特別值得注意的是，樣本的選取是否具代表性影響到常模的好壞。另外，並不是所有的量表或問卷都需建立常模，常模之建立與否端視問卷應用的目的而定。

(12)施測手冊的編寫：一份良好的量表或問卷需有施測手冊，讓施測人員或解釋施測結果的人知道此問卷編製的過程、信度、效度、常模、施測的方式、施測的程序、施測時必須注意的要點、計分方式及如何解釋問卷結果。手冊的內容必須簡單易懂，任何施測人員或解釋施測結果人員使用，皆有一致的結果，以符合標準化的要求。

## 題目量化分析

(1)描述統計(descriptive statistics)資料分析：當我們資料收集完成後，分析資料的第一步必須做的是描述統計的分析，包括求各變項/題目的平均數、中位數、眾數、標準差、變異數、峰度、偏度，以及各變項/題目間之相關等。我們常會忽略描述統計的重要性，而直接做推論統計的分析，但實際上描述統計的結果可提供很多有關問卷內容的訊息，因此當在分析資料初期，我們不可忘記需先做描述統計的分析(姚開屏，1996b)，以了解各題目的特性。例如：用

李克氏 5 點量尺 (回答 "5" 為完全不符合, 回答 "1" 為完全符合)的題目為「我最近對藥物或毒品產生依賴」, 假設所有受試者回答此題的平均分數為 4.88, 標準差為 0.26, 這表示所有的受測者幾乎傾向回答完全不符合, 且分佈很集中, 這表示此題目的性質很難反映出受測者對藥物或毒品有無依賴的情形。從上述例子來看, 描述統計的資料可以作為選題或刪題的初步指標。

(2)難度(item difficulty, P)分析: 所謂「難度」是以答對或通過人數的百分比來定義 (Anastasi, 1988)。一般而言, 試題難度的分析有很多種方式, 我們可從以下兩種題型來看:

(a)二分計分型題目(dichotomous scored item): 所謂「二分計分型」是指題目的計分方式是以答對或答錯、是或否、通過或不通過、有或沒有某種特質等二分形式來計分, 通常以符號 0 和 1 來表示。另外, 也可將李克氏多點量尺型式的量尺二分化, 以李克氏四點量尺為例, 可將前兩點視為"0" (沒有某種特質), 而後兩點視為"1" (有某種特質), 這樣就可用此型式的難度分析方式。題目難度通常以全體受試者在某一題目上答對、或通過、或擁有某特質的百分比(percentage passing)表示之, 公式如下:

$$P = \frac{R}{N} \times 100\%$$

$P$  = 題目之難度

$R$  = 通過該題的人數

$N$  = 全體人數

例如: 在 300 名預試受測者中, 答對某題目或擁有某特質者有 135 人, 此題目難度為:

$$P = \frac{135}{300} \times 100\% = 45\%$$

從上述的定義來看, 所謂「題目的難度」可視為題目的容易度(item easiness), 因為  $P$  值越大表示題目越容易, 反之  $P$  值越小則代表題目的難度越高。另外從統計二項分配的原理來看, 當  $P = 0.5$  會使第  $i$  題變異量  $P_i(1-P_i)$  達到最大, 也就是使受測者之間的差異會變最大, 這表示此題目比較可能區別出不同程度的受試者, 這也就是為什麼前面我們會提過會選取難易度適中的題目。太容易的題目 ( $P$  值趨近於 1) 多半的受測者皆會或皆有某特質, 而太難的題目 ( $P$  值趨近於 0) 多半的受測者皆不會或皆沒有某特質, 則此種題目無法區別受測者之不同特性, 並不適合被選用。一般說來, 當我們考慮到測驗的目的、題目的類型及題目間相關性等因素時, 我們選取題目的難度範圍通常設定在 0.3 到 0.7 之間。

(b)李克氏多點量尺型式: 如果問卷使用的量尺為此種型式, 則我們可先找出此量尺的難度比較標準, 也就是先算出此量尺之中點值。一個好的題目應該受測者回答的平均值接近於量尺中點值, 若題目平均值太接近於量尺的兩個極端值時, 表示此題目無法有效的區分受測者。以「健康相關生活品質」問卷為例, 此問卷所使用的量尺為五點, 所以當某一題目的平均值趨近 5 或趨近於 1 時, 就表示受測者傾向回答題目的某一邊, 而另外一邊幾乎沒有人回答, 因此題目沒有區分性, 並不適合被選用。如題目「我最近有自殺的念頭」, 假設平均值為 4.87, 表示幾乎所有的受測者沒有此題目所要問的行為或特質, 因此我們可考慮修正或刪除此題。



(3)區辨力(item discrimination, D)分析：所謂「區辨力」是指在某一問卷所欲測量的行為特質裡，一個題目能區辨出兩個或兩組受試者間差異的程度。一般而言，題目區辨力的分析也有很多種方式，茲列舉常見的兩種方式。

(a)區辨力指標(index of discrimination)：此種方法適用於二分計分型的題目。理論上，問卷分數高的受測者要比問卷分數低的受測者較可能答對某題或擁有某特質，否則此題目並不能反應出受測者的特質，因此並非是個良好的題目。此種方法計算的過程如下，我們先將受測者依照問卷總分的高低依次排列，然後各取得分最高與最低的 27 % 受測者， $P_H$  表示高分組通過某題人數百分比， $P_L$  表示低分組通過某題人數百分比，之後將  $P_H$  減去  $P_L$ ，就可得該題區辨力的指標。計算公式如下：

$$D = P_H - P_L$$

例如：高分組通過某題目的百分比為 66%，低分組通過該題目的百分比為 20%，則該題區辨力(D) = 0.66 - 0.20 = 0.46

這種方法是比較高、低分組的受試者在個別試題上通過人數的百分比，D 愈大表示題目愈能區辨出高、低分組的受試者，並且個別題目與問卷總分的一致性愈高。下面是依照 D 的大小來選取題目的簡單原則：

$D \geq 0.40$	此題非常優良
$0.30 \leq D \leq 0.39$	此題良好，修改更佳
$0.20 \leq D \leq 0.29$	此題尚可，仍須修改
$D \leq 0.19$	此題不良，必須修改

(b)區辨力相關指標法：二分計分型的題目也可用相關法來算出題目的區辨力，通常使用的

相關法如：雙列相關(biserial correlation coefficient)、點值雙列相關(point-biserial correlation)、 $\psi$  相關(phi coefficient)或四分相關(tetrachoric correlation coefficient)，以了解是否問卷總分高的受測者答對某題目或擁有某特質的比例較高。另外，如果題目的量尺為李克氏多點量尺的型式，則我們可以用皮爾森相關法(Pearson correlation)，算出某題分數與問卷的總分相關有多高，假設相關高到某一程度，則表示此題與整份問卷特性的走向是一致的，換句話說，此題有良好的區辨力；反之，如果某題與問卷的相關太低，則表此題區辨力低，為不合適的題目。

(4)因素分析(factor analysis)：因素分析最主要的目的是經由分析題目間的相關性，以找出較少的因素(factors)來解釋這些題目間的關係，因此這種方法可用來作問卷建構效度的分析。另外，因素分析法也可被用來做題目的選擇，幫助我們了解一組題目彼此間是否同質(homogeneous)，如果答案是肯定的，則表示某因素影響了此組題目，這些題目可被考慮編入問卷中。例如：在心理健康狀態的向度中，有一組題目為「我不喜歡自己」、「我很滿意自己的外表」、「我對自己很有信心」及「我覺得自己很有價值」等，經過因素分析之後，在抽取出的某因素中，這四題的正(負)因素負荷量很高，表示此組題目可能受該因素的影響，換句話說，此組題目同質性高，我們可將該因素命名為「自我形象」(self image)，由於這個因素與原先問卷設計時的理論架構符合(見表一)，因此這些題目可被包括在問卷中。



表一、健康相關生活品質問卷各向度及次向度刪題前後之題數

向 度	次 向 度	刪題前	刪題後
一 身體健康狀態	1. 疼痛	2	2
	2. 身體不適	5	3
	3. 體力	2	2
	4. 疲倦	2	1
	5. 病徵	4	4
	6. 自理能力	4	2
	7. 生命徵象功能	7	4
	總計		26
二 心理健康狀態	1. 認知/知覺	10	4
	2. 情緒	14	10
	3. 自我形象	8	7
	4. 態度/行爲	1	1
	總計		34
三 社會健康狀態	1. 職業	2	2
	2. 社會角色	9	4
	3. 社會互動	8	5
	4. 社會支持	4	2
	5. 社會調適	2	1
	6. 社會活動	2	2
	總計		27
四 環境狀態	1. 安全性	1	1
	2. 住家環境	5	2
	3. 交通條件	1	1
	4. 環境污染	2	2
	5. 媒體	3	3
	6. 便利性	3	2
	7. 休閒空間	1	1
	總計		16
五 個人的信仰或信念	1. 價值觀	13	6
	2. 幸福感	1	0
	3. 安全感	1	1
	4. 意義性	2	2
	5. 歸屬感	2	1
	6. 人生目的	2	2
	總計		21
六 綜合自我評估	總計	8	8
七 個人基本資料			

綜合以上的討論，一個問卷在編製完成後，為考驗整個測驗是否具有評估、診斷與預測的功能，而成為有效的研究工具，應該注意下列幾項特點：(簡茂發與郭生玉，1978)

(1)適切度(relevance)：其中包括了

(a)代表性(representation)：對欲測量的行為特質所設計的題目應具有充分的代表性，而題目的數目則依問卷的目的做合理的規劃，且題目對欲測量特質的內容分配比例也應適當。

(b)客觀性(objective)：從題目的編選、施測的步驟到題目的分析、修正及結果的解釋皆需有客觀的標準。

(c)標準化(standardization)：對施測的情境、施測指導語等應有清楚的規定。而在問卷分數的解釋上須有先前建立好的常模(norms)做為依據。

(2)信度(reliability)：信度是測量工具最基本的條件，因而問卷編妥後，首先需考慮其信度的高低，以瞭解其可靠性。

(3)效度(validity)：測驗的效度在於考驗其能否測量所欲測的行為特質。若一種測量工具的效度甚低，則無法發揮其測量的功能，故問卷編製之後，考驗其效度是極為重要之事。

## 以「健康相關生活品質」問卷為實例

此節將說明編製「健康相關生活品質」問卷的過程，並就前二節所討論的內容以此實際的例子做說明，內容包括有 A. 問卷的架構及題目內容，B. 資料的收集，C. 題目的分析及篩選，D. 信度分析，E. 效度分析，F. 常模的建立。

A. 問卷的架構及題目內容：

此問卷以 WHO 對「健康相關生活品質」的定

義為主，建構出此份問卷的理論架構，此架構共分為五個向度，分別為心理健康狀態、身體健康狀態(含自理層面)、社會健康狀態、環境狀態及個人的信仰或信念。此份問卷的內容設計就以這五個向度為基礎，再加上受測者的綜合自我評估及個人的基本資料部份，故修正前的問卷共可分成七個部份，第一部份心理健康狀態(有 34 題)、第二部份身體健康狀態(有 26 題)、第三部份社會健康狀態(有 27 題)、第四部份環境狀態(有 16 題)、第五部份個人的信仰或信念(有 21 題)、第六部份綜合自我評估(有 8 題)及第七部份個人基本資料(請見附錄的問卷)。

另外，此份問卷中每個向度下還包含次向度(sub-domain)，而問卷題目的設計就是以次向度所涵蓋的範圍為標準，編製符合此範圍的題目。例如在「身體健康狀態」向度上，分成七個次向度，有 1. 疼痛(pain)、2. 身體不適(discomfort)、3. 體力(energy)、4. 疲倦(fatigue)、5. 病徵(symptoms)、6. 自理能力(independence)、7. 生命徵象功能(vital function)等，我們就以此七個次向度的範圍，來編製「身體健康狀態」向度的題目，其餘的向度及相對的次向度內容請參見表一。

為了要瞭解受測者在每一個向度上對自己健康狀態的整體認知程度，我們在第六部份設計了受測者自我的綜合評估題目共七題，除了要求受測者對問卷的前五部份做綜合的自我評估外，我們也要求受測者對自己整體「健康狀態」及「生活品質」的滿意程度做自我評估。

此外，本問卷較特別的設計是第六部份的第八題——排序題(ranking)，此題的目的是要了解受測者本身覺得其生活品質受哪一方面的影響最大。本題的排序項目除了包括前五個向度(身體健康狀態、心理健康狀態、社會健康狀態、環

境狀態、個人的信仰或信念)外，還加上「物質或經濟狀況」及「時間分配的狀況」兩個向度。受試者排出由最會影響自己生活品質的向度，到最不會影響生活品質的向度。

本問卷的第七部份「個人的基本資料」收集了受測者的基本資料，包括有受測者的性別、年齡、教育程度、職業、宗教信仰、婚姻狀況、目前患有哪些疾病及生活習慣等。這些基本資料有助於我們對受測者基本背景的了解及測驗結果的解釋。

此份問卷各向度的比重，是以心理健康狀態、身體健康狀態及社會健康狀態為主，因為在有關的研究中，多以此三個向度為理論架構，因此所佔的比重也較重，而環境狀態及個人的信仰或信念所佔的比重較輕。

#### B.資料的收集：

當初編製此份問卷的目的最主要是要發展出一份適用於一般大眾的健康相關生活品質問卷，因此理論上所使用的樣本須從台灣廣大母群中，以隨機取樣的方式選取出來，但由於國科會提供給大學生之研究經費不足，並且研究時間僅約半年，因此無法做到真正大規模的隨機取樣。當初編製此份問卷資料的收集，是以居住在台北縣、市的一般民眾為受訪對象，受訪時間為 85 年 9 月至 10 月兩個月，共發出 300 份問卷，回收的有效問卷有 239 份。雖然此樣本的隨機性值得懷疑，但本篇只是應用此問卷來展示編製問卷的過程及方法，因此樣本的性質優劣應該不是重點，接下來就以此 239 份有效問卷進行資料分析，展示編製一份問卷的過程。

#### C.題目的分析及篩選：

在前面第二節已經提過題目量化的分析的方式，我們現在以實際的例子來說明如何進行問

卷題目量化的分析，及如何篩選題目。

1.綜合評估：評斷題目的好壞，必須綜合評估幾個標準(例如：各題目平均數、標準差、難度、區辨力、題目因素分析的因素負荷量等)來決定題目是否應該被刪除或是被保留。有些題目可能在一些指標上顯示是良好的題目，但在另一些標準中卻顯示可能是不適用的題目，這些題目有可能考慮被刪除。例如第四部份環境狀態第 2 題，題目為「我很滿意與鄰居的相處」，雖然在平均數(其值為 3.19)及標準差(其值為 0.98)等指標上都為不錯的題目，但卻與環境狀態整體總分的相關性低為 0.11，顯示與整體環境狀態的走向並不一致。另外，在題目的因素分析方面，我們也可看到此題在環境狀態的因素負荷量僅 0.14(見表二)，顯示此題的內容與環境狀態題目的內容並不一致，所以我們綜合評估各種指標後，考慮刪除此題。最後再次提醒，一個题目的好壞不可以只憑單一指標來選取或刪除，必須綜合評估幾個指標後，才能進行篩選。

2.根據题目的難度：在此份問卷中，前五部份的題目是採用李克氏五點量尺，因此題目難度的比較標準為 3，分析的結果如果题目的平均數過高(大於 4.5)或過低(小於 1.5)將被考慮刪除，因為如果题目的平均數過高或過低，表示所有受試者在回答此題時，都會有偏向某一邊的傾向，這表示此題目大多數人皆有或皆無此現象。舉例來說，在此份問卷中受測者回答「我最近有自殺的念頭」，此题目的平均值為 4.87，這表示受試者幾乎都傾向回答「完全不符合」，也就是說大部份的受試者皆沒有想要自



表二、環境狀態向度題目的因素負荷量，及刪去該題後向度之 Cronbach's alpha

題	目	因素負荷量	刪去該題後之 Cronbach's alpha
1.	我不滿意周遭環境的空氣品質。	0.49	0.69
2.	我很滿意與鄰居的相處。	0.14	0.73
3.	我居住的地方時常停水或停電。	0.35	0.72
4.	我居住的地方垃圾污染嚴重。	0.64	0.69
5.	我居住的地方水質很差。	0.55	0.70
6.	我居住的地方水土保持良好。	0.31	0.71
7.	我不滿意周遭環境的交通狀況。	0.38	0.71
8.	我很滿意最近的天氣狀況。	-0.06	0.74
9.	我生活周遭環境有很多的噪音。	0.42	0.70
10.	我覺得周遭的治安環境良好。	0.43	0.70
11.	我覺得最近的社會風氣很不好。	0.38	0.70
12.	我很不滿意目前的政治生態。	0.52	0.69
13.	我認為目前傳播媒體(例如：電視,廣播,報紙等)的報導不公正或不健康。	0.37	0.71
14.	最近我覺得住家的附近有有良好的娛樂休閒空間。	0.30	0.71
15.	最近我覺得居住地方的排水系統良好。	0.42	0.70
16.	最近我居住的附近有工廠或建築工業的污染。	0.44	0.70

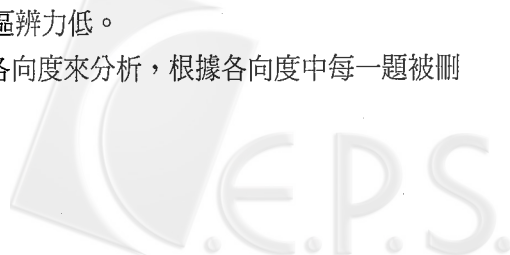
\* 刪題前環境狀態向度之 Cronbach's alpha = 0.72

殺的念頭。一個好的題目我們希望它的各選項受測者皆能比較平均的選取，所以像上述的題目將會被視為不是很好的題目，有可能會被考慮刪除或修改題目的內容。另外，從題目的變異量大小也可反應出受測者是否傾向在量尺某範圍內回答，如果變異量太小，我們將很難區分開不同人在此題的表現，所以也會考慮將此題目刪除或修改題目的內容。

3. 根據題目的區辨力：因為「健康相關生活品質」問卷是用五點量尺的形式來評量，所以題目的

區辨力是以皮爾森相關性的高低為指標。我們分開各向度來分析，分別求出每一題目與該向度總分的相關，看該題是否有區辨的能力。例如此份問卷第三部份社會健康狀態的第 14 題，題目為「最近親友、同學或同事不太需要我的幫忙」，此題與整體社會健康狀態總分的相關非常低，其值為 0.12，這表示此題目與整體社會健康狀態的走向是不一致的，也就是說此題區辨力低。

4. 分開各向度來分析，根據各向度中每一題被刪



去後，該向度整體的 Cronbach's alpha 的值(內部一致性指標)的變化來評估：原則上如果刪去某一題目後，該向度整體的 Cronbach's alpha 上升，則此題目將被考慮刪除，例如問卷第四部份環境狀態的第 2 及第 8 題(見表二)，因刪去該題後使得整體環境狀態的 Cronbach's alpha 上升，因此這些題目可能考慮被刪除，但如果刪去某題後整體的 Cronbach's alpha 並未上升太多，則可能無刪除此題的必要，不過仍須綜合考慮其他的指標後決定。反之，如果刪去某題後，整體的 Cronbach's alpha 下降很多，則表示該題目與整體向度具有一致性，應該被保留於問卷中。有時候我們會發現修正前原始題目向度的 Cronbach's alpha 比刪題修正後題

目向度的 Cronbach's alpha 還高一點(見表三)，例如身體健康向度、心理健康向度、社會健康狀態及個人的信仰或信念向度，這是因為我們除了綜合評估各題目分析結果的表現外(例如題目的平均數、標準差或因素分析的結果)，也考慮到最後的題目總數、各向度題目分配的的比重及問卷題目精簡的需要，因此就會發生上述原始題目向度的 Cronbach's alpha 比修正後題目向度的 Cronbach's alpha 稍高的情形，不過本問卷刪題後的各向度整體 Cronbach's alpha 值仍在合理範圍之內。一般而言，問卷各向度 Cronbach's alpha 的值最好大於 0.8 以上。

表三、各向度刪題前後題數及其 Cronbach's alpha

	刪題前題目數	刪題前的 Cronbach's alpha	刪題後題目數	修正後的 Cronbach's alpha	修正後各向度題目 的百分比
身體健康狀態	26	0.84	18	0.82	22.5%
心理健康狀態	34	0.92	22	0.91	27.5%
社會健康狀態	27	0.86	16	0.81	20.0%
環境狀態	16	0.72	12	0.75	15.0%
個人的信仰或信念	21	0.98	12	0.97	15.0%
前五向度的 題數總和	124		80		100%
綜合自我評估	8		8		
總題數	132		88		

5. 根據題目因素分析的方法：因素分析的主要目的是藉由分析題目間之相關矩陣，以找出少數幾個因素來解釋題目間之相關性，題目若是受某因素影響，其對此因素之因素負荷量應該大。如果在我們的研究向度中，某一題的因素負荷量顯示該題並不屬於原本設計的向度中

，則我們就會考慮將此題刪除或修改題目的內容，例如在第四部份「環境狀態」的第二題及第八題，因素分析的結果顯示(見表二)，其對環境狀態的因素負荷量很低，這都可說明此兩題可能並不屬於「環境狀態」這個因素。

6. 考慮題目的重覆性及問卷的精簡程度：有一些

題目看起來似乎是在問同一件事情，而分析他們之間的相關也非常的高，通常可能高達 0.8 或 0.9 以上，爲了精簡問卷題數，遂考慮刪除此些題目之一題，例如『我的信仰或信念能幫助我改善不良的習慣』與『我的信仰或信念能幫助我改變我的行爲』，此兩題相關高達 0.81，這表示此兩題所問的內容很相似，因此在評估其他的刪題指標之後，我們就刪掉前者，而保留後者，使得問卷更精簡。

7.考慮各向度的比重：爲了瞭解受測者對於生活品質各向度重要性的看法，我們要求受測者對所提供的七個生活品質向度作排序(見問卷第六部分第八題)，經由排序分析的結果，依其重要性來作爲各向度題目數比重的參考，我們只考慮與本問卷直接相關的五個向度。排序分析的結果顯示，身體健康狀態的題目比重占 26.3%，心理健康狀態的題目比重占 25.5%，人際關係狀態的題目比重占 19.5%，環境健康狀態的題目比重占 15.7%，而個人的信仰或信念的題目比重占 13.0%。所以在決定問卷各向度題目比重時，大約以此比重爲參考，另外加上其他的選題、刪題等指標綜合評估後，結果此問卷各向度題目的百分比變爲身體健康狀態 22.5%，心理健康狀態 27.5%，人際關係狀態 20.0%，環境健康狀態 15.0%，個人的信仰或信念 15.0%(見表三)。

綜合以上各種分析之後，我們將前五部份的題數從原來的 124 題刪除或修改爲 80 題，再加上第六部份的綜合自我評估 8 題，共計 88 題，這比較符合一般測驗長度的標準，如果多進行幾次的預試、分析及修正之後，測驗題數仍有可能再縮減，以使測驗題數達到更精簡的程度，但在本篇文章中，我們只做一次預試以

展示如何編製問卷及進行題目的分析。

#### D.信度分析：

在信度分析方面，我們將問卷中的前五個向度進行內部一致性(internal consistency)分析，此種分析可分爲兩部份，第一部份爲 Cronbach's alpha 法，此部份曾於前面討論刪題標準時提及，第二部份則爲折半信度 (split-half reliability)。另外，複本信度及再測信度則因研究時間受限之故而沒有施行，因此不在此討論。

##### 1.Cronbach's alpha：

我們可以發現在修正前原始題目的第一部份到第五部份各向度之 Cronbach's alpha 其值均大於 0.8(見表三)，只有環境狀態部分之值小於 0.8，不過其值仍有 0.72，顯示這份問卷的 Cronbach's alpha 還算不錯，也就是說此份問卷在刪題前已顯示出良好的內部一致性。經過刪題修正後(由 124 題修改爲 80 題)，各向度之 Cronbach's alpha 有些雖因精簡題目之故而下降一點，但在身體健康狀態向度之 Cronbach's alpha 仍有 0.82，心理健康狀態向度之 Cronbach's alpha 爲 0.91，社會健康狀態向度之 Cronbach's alpha 爲 0.81，環境狀態向度之 Cronbach's alpha 爲 0.75 及個人的信仰或信念狀態向度之 Cronbach's alpha 爲 0.97。顯示將原始問卷修正過後的題目仍有不錯的內部一致性。

##### 2.折半信度：

我們將問卷修正後的題目，各向度中之奇數題及偶數題分開，然後計算折半信度。作法是將奇數題之題目得分相加之總分與偶數題之題目得分相加之總分求相關，即可得折半信度係數，這種方法只需施測一次即可得相關係數，問卷題數愈長所得折半信度愈可靠。此份問卷中，在身體健康狀態方面的折半信度爲 0.78，在心理健康

狀態方面的折半信度為 0.88，在社會健康狀態方面的折半信度為 0.78，在環境狀態方面的折半信度為 0.63，而在個人的信仰或信念分面的折半信度為 0.94。顯示前五部分的折半信度，只有環境狀態較低，此結果與 Cronbach's alpha 所得的內部一致性結果相似。

### E. 效度分析：

在效度分析方面，我們採用 1. 專家效度、2. 同時效度、3. 因素分析，做為我們探討效度分析的方法。

#### 1. 專家效度：

我們另外編製一份測量專家效度的問卷，請五位專家對此份問卷的每一個題進行評估，評估的內容包括 A. 題目內容的「適合性」，即根據各向度的範圍，評估該向度的題目是否適合被歸於此向度的程度；B. 文字編排及內容的「流暢性」，即評估該向度內的題目唸起來是否流暢；C. 對該題給予評論。這五位專家以五點量尺的度量形式對各題作前述之適合性及流暢性的評估並對各題目給予建議。專家評估的結果認為，所有的題目在適合性及流暢性表現上皆「完全符合」或「大部份符合」，只有一些題目的文字內容需要修改或刪除，例如『我的信仰或信念能幫助我對生活有盼望』，專家建議改成『我的信仰或信念能使我對生活有希望』。

#### 2. 同時效度：

同時效度是效標關聯效度的一種，「同時效度」係指問卷分數與當前的效標資料間的相關性。為了檢驗前五向度的題目是否具有此種效度，我們以問卷第六部份『綜合自我評估』中第一至第五題為效標，而使用對比樣本法(contrast group)將效標的分數依其平均值分成兩半，即分成高分及低分兩組，分析這兩組在相對的修正後

五個向度得分上有無差異，結果發現高分及低分組在各向度得分上都有顯著性的差異(大部份的  $p$  值均小於 0.001)，這說明修正後的題目能有效的測量該向度原本想要測量的概念。

#### 3. 因素分析：

前面談過，因素分析最主要的目的是尋找少數的因素來解釋變相間的相關。我們使用修正後的問卷題目進行因素分析，估計共通性(communality)的方法我們是採用反覆性主因子法(iterated principle factor)的方式，並採用斜交轉軸法(oblique rotation)中 promax 方法。分析結果大致能清楚的取出有五個因素，這五個因素可解釋 51.42% 的變異量，所抽取出的五個因素與原先我們編製問卷的理論架構是相同的，即為身體健康狀態(解釋變異量為 9.03%)、心理健康狀態(解釋變異量為 13.11%)、社會健康狀態(解釋變異量為 11.97%)、環境狀態(解釋變異量為 4.05%)及個人的信仰或信念(解釋變異量為 13.26%)等五個因素。我們可計算這五個因素之間的相關性，發現心理健康狀態與身體健康狀態及社會健康狀態相關性較高，另外，個人的信仰或信念也與社會健康狀態相關性較高。通常因素分析的目的是用來檢驗當初對研究主題所建立的理論架構是否正確，如果分析所取出的因素不能反映原先的理論架構，則我們有可能要對原先建立的理論架構或題目進行修正及再分析。以上的因素分析方法是屬於探索性因素分析(exploratory factor analysis)，這方法通常是用在當我們對因素之個數、結構、性質不太清楚時。如果我們基於理論的考量或過去的研究，而對變項間的因素數目及結構有所假設，則可用驗證性因素分析(confirmatory factor analysis)來評量該因素結構的適合度，關於此方面，讀者可參閱結構方程模型



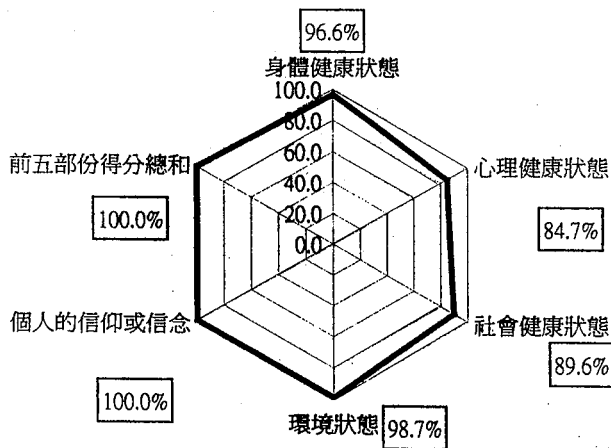
(structural equation modeling)的相關書籍及文獻。

#### F.常模的建立：

在建立常模方面，我們採用常模參照測驗的概念，將 239 份有效樣本建立百分等級常模。常模建立的過程是將所有的受測者在「健康相關生活品質」問卷中，前五個向度的各向度得分及此五個向度的總得分先求出，接下來將受測者的各個分數依序排列，並求出他們在各向度得分及問卷總得分之相對的百分等級位置，這樣常模的建立就可以完成。但要注意常模的建立是在該份問卷已經有良好的信、效度後始建立，也就是說，常模的建立必須經過多次的問卷分析及信、效度的評估之後才可開始建立，絕非只經由一次的問卷的分析之後就建立。本篇只採用一次的分析後就進行常模的建立，純為展示方法使然。另外，為了展示此份問卷個人在健康相關生活品質表

現的情形，我們抽出兩個樣本，用雷達圖畫出他們的各次向度健康相關生活品質在所有樣本中之相對位置。

樣本甲：我們選取在基本資料中目前患有疾病數為零的受測者，將他的各項分數與常模比對，看他在常模分數中的相對位置，並以雷達圖表示(見圖一)，我們可以看出他的第一至第五部份的得分以及此五部分的總分，相對於其他的受測者而言均很高，這也表示此受測者自認為很健康或對健康相關生活品質很滿意。另外，比較起來此受測者的個人信仰或信念、環境狀態及身體狀態等三個向度得分要較社會健康狀態及心理健康狀態向度的得分要好。因此藉由此種分析方式，我們除了可看出受測者在此份問卷上相對於常模分數的位置外，也可看出受測者在健康相關生活品質上，各向度間的比較情形。



圖一、常模分析樣本甲之雷達圖

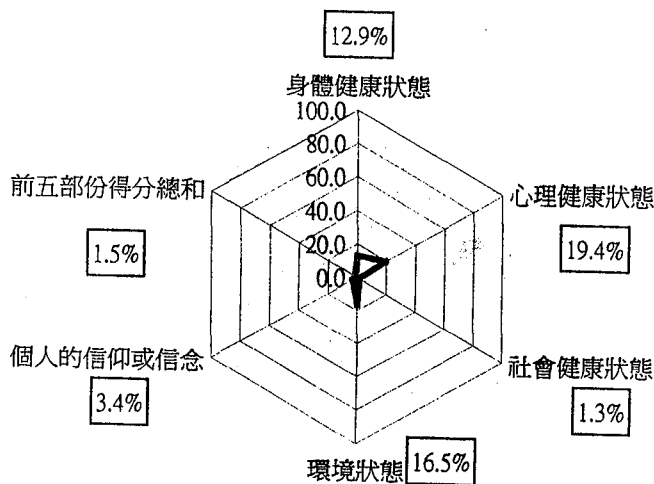
樣本乙：同上，我們選取在基本資料中目前患有疾病數為五的受測者，將他的各項分數與常模比對，看他在常模分數中的相對位置，並以雷達圖表示(見圖二)。我們大致可從圖中了解此樣

本在各部份的得分相對於其他的受測者皆偏低，此結果表示此受測者相對其他人而言，並不滿意自己的健康相關生活品質狀態。

## 結語

本篇說明了一般編製問卷的過程及需注意的事項，另外也以編製「健康相關生活品質」問卷

為實例來展示此過程。由此我們可以了解編製問卷的過程是非常嚴謹，且必須符合科學的精神，唯有如此才能達到欲測量的目的。



圖二、常模分析樣本乙之雷達圖

## 參考文獻

- 姚開屏(1996a): 從心理計量的觀點看測量工具的發展。職能治療學會雜誌, 14(1), v-xxi。
- 姚開屏(1996b): 給職能治療研究者的一點建議 (II): 方法篇。職能治療學會雜誌, 14(2), 103-113。
- 陳坤虎(1997): 健康相關生活品質問卷之研究。行政院國科會支持大專學生參與專題研究計劃, NSC 86-2815-C-002-117-H。
- 簡茂發、郭生玉(1978): 測驗的編製。楊國樞、文崇一、吳聰賢、李亦園(編著): 社會及行為科學研究法(上冊)(頁 439-461)。台北: 東華。
- Anastasi, A. (1988). Psychological testing (6th ed.). NY: Macmillan.
- Comrey, A. L. (1988). Factor-analytic methods of scale development in personality and clinical psychology. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 56, 754-761.
- World Health Organization (1995). The World Health Organization quality of life assessment (WHOQOL): Position paper from the World Health Organization. Social Science and Medicine, 41(10), 1403-1409.

## 附錄：健康相關生活品質問卷

(以下為原始問卷，題目之前打☆者，表示經過題目分析後，需刪除的題目)

您好！首先十分感謝您抽空回答此問卷。此份問卷是有關於健康相關生活品質的問卷，請依照您最近一、兩個星期的情況(若題目描述的情況是從以前即有而延續至今，也將其視為最近的情況)，在問卷上圈上您認為最能代表您最近情況的數字，題目本身並沒有任何的標準答案或對錯；請注意題目會有正向的描述(例如：例題二)或負向的描述(例如：例題一)，所以請您仔細的閱讀每一題目，然後作答。請您務必回答所有的題目，謝謝。

國立臺灣大學心理學系  
中華民國八十五年九月

作答方式請參照如下：

- 如果您覺得題目的描述完全符合您的情況，請把 1 圈起來
- 如果您覺得題目的描述大部分符合您的情況，請把 2 圈起來
- 如果您覺得題目的描述普通符合您的情況，請把 3 圈起來
- 如果您覺得題目的描述少部份符合您的情況，請把 4 圈起來
- 如果您覺得題目的描述完全不符合您的情況，請把 5 圈起來

例題：

- |                  |       |   |   |   |   |   |
|------------------|-------|---|---|---|---|---|
| 1.我最近會呼吸困難或呼吸急速。 | ..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2.我最近的心情愉快。      | ..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 完全符合             |       | 大 | 普 | 少 | 完 |   |
| 符合               |       | 部 | 通 | 部 | 全 |   |
|                  |       | 份 | 通 | 份 | 全 |   |
|                  |       | 符 | 符 | 符 | 符 |   |
|                  |       | 合 | 合 | 合 | 合 |   |

## 第一部份 心理健康狀態

此部份的題目乃有關您最近的心理健康狀態，請依次回答下列所有的題目，不要有任何的遺漏，您的資料對我們很重要，謝謝。

- |                                     |       |   |   |   |   |   |
|-------------------------------------|-------|---|---|---|---|---|
| 1.我最近心情很好。                          | ..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2.我最近睡眠的品質良好。                       | ..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| ☆ 3.我最近總覺得有人要害我。                    | ..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4.我最近覺得很容易生氣或暴躁。                    | ..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| ☆ 5.我最近無法認出我原先認識的人或地方。              | ..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6.我覺得對未來充滿希望。                       | ..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7.我最近常感到擔心不安。                       | ..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8.我最近時常緊張兮兮。                        | ..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9.我不喜歡自己。                           | ..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| ☆ 10.我很滿意自己的外表(例如：面貌、體重、身材)。        | ..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| ☆ 11.我最近覺得自己很有罪惡感。                  | ..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 12.我覺得沒有人關心我、了解我或愛我。                | ..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 13.我覺得很寂寞、孤單。                       | ..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 14.我對自己很有信心。                        | ..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| ☆ 15.我最近在出門前會一直重覆的去檢查瓦斯、門鎖，以避免發生危險。 | ..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 16.我最近時常忘記事情。                       | ..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| ☆ 17.我最近有說話上的障礙(例如：口吃)。             | ..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| ☆ 18.我最近無法理解或判斷事情。                  | ..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 19.我最近無法集中注意力。                      | ..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 20.我最近思想紊亂。                         | ..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 21.我很滿意最近的生活。                       | ..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| ☆ 22.我最近會害怕自己或親人會發生不幸的事或突然死去。       | ..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 23.我最近感到非常的焦慮。                      | ..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |





第三部份 社會健康狀態

此部份的題目乃有關您最近在人際互動上的社會健康狀態，請依次回答下列所有的題目，不要有任何的遺漏，您的資料對我們很重要，謝謝。

- 1. 我與親友、同學或同事之間聯絡(例如：通信、電話)的次數減少了。..... 1 2 3 4 5
- 2. 我受邀或邀請他人外出的次數減少了。..... 1 2 3 4 5
- 3. 我覺得與他人在言語、書信或肢體動作(眼神、手勢)上溝通良好。..... 1 2 3 4 5
- 4. 最近親友來訪或我去拜訪親友的次數減少了。..... 1 2 3 4 5
- 5. 最近與親友、同學或同事間相處愉快。..... 1 2 3 4 5
- 6. 當我遇到困難時有親近的親友、同學或同事幫助我。..... 1 2 3 4 5
- 7. 最近我得不到親友、同學或同事的支持。..... 1 2 3 4 5
- 8. 最近親友、同學或同事對我友善。..... 1 2 3 4 5
- 9. 最近親友、同學或同事對我的要求或期望過高。..... 1 2 3 4 5
- 10. 當我心情不好時會有親近的親友、同學或同事幫助我。..... 1 2 3 4 5
- 11. 最近親友、同學或同事時常對我責難或責備。..... 1 2 3 4 5
- 12. 最近我跟親友、同學或同事產生爭執或衝突。..... 1 2 3 4 5
- 13. 整體上親友、同學或同事對我還算滿意。..... 1 2 3 4 5
- 14. 最近親友、同學或同事不太需要我的幫忙。..... 1 2 3 4 5
- 15. 我可以正常的參與社交活動或從事休閒活動。..... 1 2 3 4 5
- 16. 我沒有做好原來該做的事。(例如：上課、上班、做家事等)..... 1 2 3 4 5
- 17. 最近我做事的效率很好。..... 1 2 3 4 5
- 18. 我無法負起照顧家人或親戚的責任。..... 1 2 3 4 5
- 19. 朋友、同學或同事有需要時我無法提供適當的幫助。..... 1 2 3 4 5
- 20. 我無法達到現階段想要達成的目標。..... 1 2 3 4 5
- 21. 我很滿意最近工作上的成就或課業上的表現。..... 1 2 3 4 5
- 22. 最近我的財務狀況出了問題。..... 1 2 3 4 5
- 23. 最近我對自己的收入感到滿意。(例如：薪水、零用錢等)..... 1 2 3 4 5

- 完全符合..... 1
- 大部份符合..... 2
- 普通符合..... 3
- 少部份符合..... 4
- 完全不符合..... 5

- ☆ 24. 最近我與他人約時間，他人或自己常會遲到。..... 1 2 3 4 5
- ☆ 25. 我可以正常的參與社交活動或從事休閒活動。..... 1 2 3 4 5
- 26. 我能容易的取得或知道社會上的資訊。..... 1 2 3 4 5
- 27. 我能容易的適應現代的社會。..... 1 2 3 4 5

第四部份 環境狀態

此部份的題目乃有關您最近對周遭環境的看法，請依次回答下列所有的題目，不要有任何的遺漏，您的資料對我們很重要，謝謝。

- 1. 我不滿意周遭環境的空氣品質。..... 1 2 3 4 5
- ☆ 2. 我很滿意與鄰居的相處。..... 1 2 3 4 5
- ☆ 3. 我居住的地方時常停水或停電。..... 1 2 3 4 5
- 4. 我居住的地方垃圾污染嚴重。..... 1 2 3 4 5
- 5. 我居住的地方水質很差。..... 1 2 3 4 5
- ☆ 6. 我居住的地方水土保持良好。..... 1 2 3 4 5
- 7. 我不滿意周遭環境的交通狀況。..... 1 2 3 4 5
- ☆ 8. 我很滿意最近的天氣狀況。..... 1 2 3 4 5
- 9. 我生活周遭環境有很多的噪音。..... 1 2 3 4 5
- 10. 我覺得周遭的治安環境良好。..... 1 2 3 4 5
- 11. 我覺得最近的社會風氣很不好。..... 1 2 3 4 5
- 12. 我對目前傳播媒體(例如：電視、廣播、報紙等)的報導不公正或不健康。..... 1 2 3 4 5
- 13. 我認爲目前傳播媒體(例如：電視、廣播、報紙等)的報導不公正或不健康。..... 1 2 3 4 5
- 14. 最近我覺得住家的附近有良好的娛樂休閒空間。..... 1 2 3 4 5
- 15. 最近我覺得居住地方的排水系統良好。..... 1 2 3 4 5
- 16. 最近我居住的附近有工廠或建築工業的污染。..... 1 2 3 4 5

- 完全符合..... 1
- 大部份符合..... 2
- 普通符合..... 3
- 少部份符合..... 4
- 完全不符合..... 5

第五部份 個人的信仰或信念

此部份的題目乃有關您最近個人的信仰或信念，此處信仰或信念的定義是包括相信有神(一神或多神)或相信無神或相信自己的價值觀，因此請依次回答下列所有的題目，不要有任何的遺漏，您的資料對我們很重要，謝謝。

完全符合 1 2 3 4 5  
大部分符合 1 2 3 4 5  
普通符合 1 2 3 4 5  
少部分符合 1 2 3 4 5  
完全不符合 1 2 3 4 5

- 1. 我的信仰或信念能幫我解決日常生活上遇到的各樣事情。..... 1 2 3 4 5
- 2. 我的信仰或信念能在我生病時幫助我。..... 1 2 3 4 5
- 3. 我的信仰或信念在我無助時能給我信心去面對困難。..... 1 2 3 4 5
- 4. 我的信仰或信念能幫助我解除罪惡感。..... 1 2 3 4 5
- 5. 我的信仰或信念能幫助我改善我的個性。..... 1 2 3 4 5
- 6. 我的信仰或信念能幫助我肯定自我存在的價值。..... 1 2 3 4 5
- 7. 我的信仰或信念能幫助我改變不良的習慣。..... 1 2 3 4 5
- 8. 我的信仰或信念能幫助我確定我的人生觀、價值觀或未來的目標。..... 1 2 3 4 5
- 9. 我的信仰或信念能幫助我改變我的想法。..... 1 2 3 4 5
- 10. 我的信仰或信念能幫助我改變我的行為。..... 1 2 3 4 5
- 11. 我的信仰或信念能幫助我對生活有盼望。..... 1 2 3 4 5
- 12. 我的信仰或信念能幫助我了解生命的意義。..... 1 2 3 4 5
- 13. 我的信仰或信念能幫助我面對死的問題。..... 1 2 3 4 5
- 14. 我的信仰或信念能幫助我知道如何去與人相處。..... 1 2 3 4 5
- 15. 我的信仰或信念能幫助我了解作人、做事的道理。..... 1 2 3 4 5
- 16. 我的信仰或信念能幫助我有力量去面對周遭的人、事、物。..... 1 2 3 4 5
- 17. 我的信仰或信念讓我隨時都覺得很平安。..... 1 2 3 4 5
- 18. 我的信仰或信念能幫助我在心靈上找到寄語或歸屬的地方。..... 1 2 3 4 5
- 19. 我的信仰或信念能在我需要安慰時給我幫助。..... 1 2 3 4 5
- 20. 我的信仰或信念能幫助我對生活有盼望。..... 1 2 3 4 5
- 21. 我的信仰或信念能讓我很快樂。..... 1 2 3 4 5

第六部份 綜合自我評估

請依您最近的情況，回答下列題目；「0」端代表生活品質最差的狀態，「100」端代表生活品質最佳的狀態，根據此觀點，請在下列的長條圖中，以箭頭及數字的方式，標出您的情況，謝謝。

例如：整體而言，我對身體健康的滿意程度。  
1. 整體而言，我對身體健康的滿意程度。



2. 整體而言，我對心理健康的滿意程度。  
最差 0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100 最佳

3. 整體而言，我對人際關係間互動的滿意程度。  
最差 0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100 最佳

4. 整體而言，我對周遭環境的滿意程度狀態。  
最差 0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100 最佳

- (6)地址：(現在) \_\_\_\_\_  
(永久) \_\_\_\_\_
- (7)電話：(住家) \_\_\_\_\_ 傳真/fax: \_\_\_\_\_  
(服務機關或學校) \_\_\_\_\_
- (8)身份證號碼(ID No.): \_\_\_\_\_
- (9)教育程度：1. 不識字 2. 識字，但未上學/國小 3. 國中/初中  
4. 高中/高職 5. 五專 6. 二、三專 7. 大學 8. 碩士  
9. 博士 10. 其他 \_\_\_\_\_
- (10)職業：1. 學生 2. 軍 3. 公 4. 教 5. 農 6. 林 7. 牧 8. 漁  
9. 工 10. 商 11. 自由業 12. 服務業 13. 家管  
14. 退休 15. 無 16. 其他 \_\_\_\_\_
- (11)宗教信仰：1. 無 2. 佛教 3. 道教 4. 基督教 5. 天主教 6. 無神論  
7. 回教 8. 信有神但沒有特定宗教 9. 其他 \_\_\_\_\_
- (12)婚姻狀況：1. 已婚 2. 未婚 3. 離婚/分居 4. 喪偶  
5. 其他 \_\_\_\_\_
- (13)每週上課或工作日數：1. 1日 2. 2日 3. 3日 4. 4日 5. 5日  
6. 6日 7. 7日 8. 0日 9. 無能力上課或工作  
10. 其他 \_\_\_\_\_
- (14)醫藥費用來源：1. 全民健保 2. 自費 3. 商業醫療保險  
4. 其他 \_\_\_\_\_ (可複選)
- (15)每月固定收入狀況：1. 無收入 2. 15,000 元以下 3. 15,000-30,000 元  
4. 30,000-45,000 元 5. 45,000-60,000 元  
6. 60,000 元以上
- (16)目前與您居住的人：父母 兄弟姊妹 祖父母 親戚 朋友  
同學、同事 子女 配偶 其他 \_\_\_\_\_  
(可複選) 請問包括您在內，共有多少人？ \_\_\_\_\_ 人
- (17)請問您目前患有哪些疾病？(可複選)

5. 整體而言，我對信仰或信念上的滿意程度。  
最差 \_\_\_\_\_ 最佳 \_\_\_\_\_
- 0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100
6. 綜合以上所述，整體而言，我對健康狀態的滿意程度。  
最差 \_\_\_\_\_ 最佳 \_\_\_\_\_
- 0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100
7. 整體而言，我對生活品質的滿意程度。  
最差 \_\_\_\_\_ 最佳 \_\_\_\_\_
- 0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100

8. 請就您自己覺得以下哪一方面最會影響您的生活品質，請在空格內依次排名 1,2,3,4,5,6,7；最重要的寫(1),次重要的寫(2),依次類推(3)、(4)、(5)、(6)，最不重要的寫(7)。

( ) 身體健康狀態 ( ) 心理健康狀態 ( ) 人際關係狀態 ( ) 環境健康狀態  
( ) 個人對信仰的心靈狀態 ( ) 物質或經濟狀況 ( ) 時間分配的狀況

第七部份 個人基本資料

- (1)性別：1. 男 2. 女 填寫日期： \_\_\_\_\_
- (2)姓名： \_\_\_\_\_
- (3)年齡：1. 10-19 歲 2. 20-29 歲 3. 30-39 歲 4. 40-49 歲 5. 50-59 歲  
6. 60-69 歲 7. 70-79 歲 8. 80 歲以上
- (4)生日：民國(前) \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日 請圈選(陽曆/陰曆)
- (5)籍貫： \_\_\_\_\_ 省(市) \_\_\_\_\_ 縣(市)

(18)生活習慣：

- 總 經 偶 很 從  
是 常 爾 少 不
- 1.飲食：  
1)定時、定量-----      
2)在外用餐-----
- 2.熬夜：-----
- 3.運動：-----
- 4.休閒活動：-----
- 5.抽煙：-----
- 6.吃檳榔：-----
- 7.喝酒：-----
- 請問都喝哪幾種牌子的酒
- 8.睡眠：請問您通常幾點睡？(早上/晚上) \_\_\_\_\_ 點 平均約睡 \_\_\_\_\_ 小時
- (19)最近生活上有無發生讓您高興或沮喪的事情。(例如：親人死亡、意外災害、金榜題名等)

(20)對於回答此問卷的題目，其難易程度。1.  困難 2.  容易 3.  普通

(21)大概花多少時間完成此問卷：\_\_\_\_\_ 分鐘。

您覺得此問卷如此長度適當嗎？ 1.  太短 2.  有點太短 3.  剛好  
4.  有點太長 5.  太長

(22)謝謝您回答此問卷，最後是否可以給我們您對此問卷的建議，謝謝。  
您的建議：

謝謝您的合作

請查閱一下答案或資料有無漏填的地方，再次謝謝您的合作！





# How to Construct a Questionnaire: Using the “Health-Related Quality of Life” Questionnaire as an Example

Kaiping Grace Yao<sup>1</sup> Kuen-hu Chen<sup>2</sup>

## *Abstract*

*Questionnaire is one of the most popular data collection instruments in the studies of social and behavioral sciences. On the basis of the viewpoints of the first author's paper published in the Journal of the Occupational Therapy Association of the R.O.C.(1996a), this article demonstrates the process of constructing a questionnaire by using the second author's research project on "health-related quality of life".*

**Key words:** scale construction, item analysis, reliability, validity, health-related quality of life

---

Department of Psychology<sup>1</sup>,  
National Taiwan University  
Department of Psychology<sup>2</sup>,  
National Taiwan University (graduate student)

Received: Oct.11,1997  
Accepted for publication: Nov. 17, 1997  
Address reprint request: Kaiping Grace Yao No.1  
Roosevelt Rd, Section 4, Taipei.

