

受試者同意書

論文題目：敦煌養生舞對成年女性的情緒及壓力影響之研究

研究者：薛宇凡

指導教授：蘇俊賢 博士

研究單位：中國文化大學舞蹈研究所

本研究之目的在於透過相關文獻的搜集與資料的整理，以「敦煌養生舞」為課程教材之主軸，以舞蹈課程介入方式來探討其對成年女性情緒及壓力影響，其中具體的研究目的有二：一、探求目前國內成年女性在敦煌養生舞課程介入後，其「情緒指數」上的差異情形。二、探求目前國內成年女性在敦煌養生舞課程介入後，其「壓力指數」上的差異情形。

依實驗研究規定，於本研究檢測過程中，研究者應將參與本研究之益處與可能發生之危險向受試者說明清楚，且應盡全力保護受試者之健康與權益，並隨時回答受試者之問題。受試者若改變意願時，可隨時退出本研究的測驗而不受任何的限制，但請先告知研究者。

1. 益處：參與本研究測驗之受試者可以藉此了解自己的體能狀況。
2. 本研究之測驗內容均為身體侵入性之舞蹈課程。
3. 在受測前、後若有任何的身體不適，請立即告知研究者，切勿勉強接受檢測。
4. 在接受檢測的期間內，請依每次約定的時間，並著運動服裝到達施測地點。

本研究所獲得資料僅供研究之用，未經許可不對外公開。

本研究需要您的合作與參與，最後由衷的感謝您的配合。敬請在表下姓名欄位簽名，表示同意且願意遵守受試者須知與同意書內容各項有關之規定。

受試者：_____ 簽名

日期：中華民國_____年_____月_____日

附錄二 財團法人董氏基金會之發函



聯絡人及電話：謝秉廷 02-2776-6133=207
E-mail：hpt@jtf.org.tw

受文者：中國文化大學

發文日期：中華民國 97 年 12 月 15 日

發文字號：董氏心衛字第 97121259 號

主旨：覆 貴校舞蹈研究所研究生薛宇凡同學申請使用本會「台灣人憂鬱症量表」於其碩士論文研究中，復如說明，請 查照。

說明：

- 一、覆 貴校校藝字第 0970004098 號函
- 二、本案同意 貴校舞蹈研究所研究生薛宇凡同學申請使用本會「台灣人憂鬱症量表」於其「敦煌養身舞女性的情緒及壓力影響之研究」之論文研究中，印刷使用時，敬請完整註明本量表名稱與董氏基金會心理衛生組提供。
- 三、有關「台灣人憂鬱篩檢問卷之發展及研究成果」，請逕洽「高雄長庚醫院醫學研究發展部」提出申請。
聯絡人：林錦玉小姐 聯絡電話 07-731-7123*8149
- 四、敬請 貴校於前項研究完成後提供一份予本會留查。

正本：中國文化大學

財團法人董氏基金會



台北市復興北路57號12樓之3 E-MAIL: dyenjtf@ms12.hinet.net
12F-3, NO.57, FU SHIN, N. RD.TAIPEI, 10559 TAIWAN, R.O.C.
TEL: (02) 2776-6133 FAX: (02) 2752-2455

第一頁 共一頁

附錄三 財團法人長庚紀念醫院之發函

正本

財團法人長庚紀念醫院

函

地址：台北市敦化北路 199 號
電話：(03)3196200-3645
聯絡人：行政中心醫學研究發展部張鳳書
傳真：03-3196102

受文者：中國文化大學

發文日期：中華民國 98 年 3 月 25 日

發文字號：(98)長庚院北科字第 016 號

速別：

密等及解密條件或保密期限：普通

附件：國科會臺會綜三字第 0980012043 號

主旨：貴校舞蹈學系薛宇凡研究生引用國科會專題計畫之研究成果「台灣人憂鬱篩選問卷之發展」乙案，復如說明，請查照。

說明：

- 一、復 貴校 97 年 12 月 10 日校藝字第 0970004098 號函。
- 二、本院同意 貴校舞蹈學系薛宇凡研究生依來函所示方式，非營利引用國科會專題計畫研究成果「台灣人憂鬱篩選問卷之發展」。
- 三、請於其量表內註明使用李昱醫師之研究成果，並已獲得本院及國科會授權使用之標示文字。

正本：中國文化大學

副本：行政院國家科學委員會、中國文化大學舞蹈學系薛宇凡研究生



院長 王 世 傑

附錄四 敦煌養生舞對成年女性的情緒及壓力影響之研究－憂鬱量表

問卷

研究測試者姓名		性別	女	研究項目	<input type="checkbox"/> 前測 <input type="checkbox"/> 後側
婚姻狀況	<input type="checkbox"/> 已婚 <input type="checkbox"/> 未婚 <input type="checkbox"/> 離異 <input type="checkbox"/> 對象已歿			填表日期	98 年 月 日
身 高	公分	有無子女	<input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無	年 齡	<input type="checkbox"/> 18-35 <input type="checkbox"/> 36-50 <input type="checkbox"/> 51-65
體 重	公斤	有無收入	<input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無	職 業	<input type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 家管 <input type="checkbox"/> 就業

※請您根據最近一星期內以來，身體與情緒的真正感覺，勾選最符合的一項！根據您實際的狀況，從(是或否)來回答每一題。

	沒有或極少 (每週一 天以下)	有時候 (每 週 1-2 天)	時 常 (每 週 3-4 天)	經 常 (每 週 5-7 天)
1. 我覺得想哭。.....	0	1	2	3
2. 我覺得心情不好。.....	0	1	2	3
3. 我覺得比以前容易發脾氣。.....	0	1	2	3
4. 我睡不好。.....	0	1	2	3
5. 我覺得不想吃東西。.....	0	1	2	3
6. 經常覺得胸口悶悶。.....	0	1	2	3
7. 我覺得不輕鬆、不舒服(不爽快)。.....	0	1	2	3
8. 我覺得身體疲勞虛弱、無力。.....	0	1	2	3
9. 我覺得很煩。.....	0	1	2	3
10. 我覺得記憶力不好。.....	0	1	2	3
11. 我覺得做事時無法專心。.....	0	1	2	3
12. 我覺得想事情或做事時，比平常要緩慢。...	0	1	2	3
13. 我覺得比以前較沒信心。.....	0	1	2	3
14. 我覺得較會往壞處想。.....	0	1	2	3
15. 我覺得想不開，甚至想死。.....	0	1	2	3
16. 我覺得對什麼事都失去興趣。.....	0	1	2	3
17. 我覺得身體不舒服。.....	0	1	2	3
18. 我覺得自己很沒用。.....	0	1	2	3

附錄五 敦煌養生舞對成年女性的情緒及壓力影響之研究－壓力量表

問卷

<input type="checkbox"/> 01 總是覺得頭重重，腦袋昏昏沉沉的			<input type="checkbox"/> 16 舌頭經常長白色舌苔，但以前並不會			
研究測試者姓名		性別		女	研究項目	<input type="checkbox"/> 前測 <input type="checkbox"/> 後側
婚姻狀況		<input type="checkbox"/> 已婚 <input type="checkbox"/> 未婚 <input type="checkbox"/> 離異 <input type="checkbox"/> 對象已歿		填表日期		98 年 月 日
身高	公分	有無子女	<input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無	年齡	<input type="checkbox"/> 18-35 <input type="checkbox"/> 36-50 <input type="checkbox"/> 51-65	
體重	公斤	有無收入	<input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無	職業	<input type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 家管 <input type="checkbox"/> 就業	
※請您根據最近一星期內以來，身體與情緒的真正感覺，勾選最符合的一項！根據您實際的狀況，從(是或否)來回答每一題。						
<input type="checkbox"/> 02 眼睛比以前更容易疲勞			<input type="checkbox"/> 17 對工作提不起勁，注意力也無法集中			
<input type="checkbox"/> 03 有時會鼻塞，有時鼻子怪怪的			<input type="checkbox"/> 18 有時早上起床時仍覺得不舒暢，好像前一天的疲累還未完全消除			
<input type="checkbox"/> 04 有時會頭暈，但以前並沒有此情形			<input type="checkbox"/> 19 稍微做點事就立刻感到疲憊			
<input type="checkbox"/> 05 常感覺站起來時會頭暈，而且還會瞬間頭暈眼花，站不穩			<input type="checkbox"/> 20 夜裡難以入睡			
<input type="checkbox"/> 06 以前喜歡吃的東西，現在並不覺得那麼想吃，對食物的喜好逐漸改變			<input type="checkbox"/> 21 常常作夢，但以前並不會			
<input type="checkbox"/> 07 嘴破的情形比以前更容易發生			<input type="checkbox"/> 22 有時會有心悸的症狀，以前並不會			
<input type="checkbox"/> 08 經常喉嚨痛			<input type="checkbox"/> 23 常會突然覺得喘不過氣來，好像缺氧一樣			
<input type="checkbox"/> 09 體重下降，有時會沒有食慾			<input type="checkbox"/> 24 半夜一、二點時會醒過來，之後就再也睡不著			
<input type="checkbox"/> 10 有時會耳鳴，但以前並沒有此情形			<input type="checkbox"/> 25 有時覺得胸口好像被勒緊般地疼痛			
<input type="checkbox"/> 11 覺得胃裡的食物沒有被消化，常覺得胃怪怪的			<input type="checkbox"/> 26 不太想與人接觸，變得有點退縮，覺得麻煩，但以前並不會			
<input type="checkbox"/> 12 肚子發脹、疼痛及腹瀉、便秘交替出現			<input type="checkbox"/> 27 容易為一點小事就生氣，覺得煩躁不安			
<input type="checkbox"/> 13 肩膀酸痛			<input type="checkbox"/> 28 手腳常覺得冰冷，以其不太會有此情況			
<input type="checkbox"/> 14 背部和腰部常感到疼痛			<input type="checkbox"/> 29 容易流汗，尤其是手掌及腋下			
<input type="checkbox"/> 15 比以前更容易疲勞，而且此疲勞好像不太能消除			<input type="checkbox"/> 30 常感冒，而且不容易好			

附錄六 敦煌養生舞對成年女性情緒及壓力影響之研究一

課程實施前後個人狀態記錄

<p>一、請問就指上敦煌養生舞的前後比較您的生活壓力、工作壓力等等有改善嗎?</p> <p>請詳述之。</p>
<p>二、請問就指上敦煌養生舞的前後比較您的負面情緒、憂鬱情形等等有改善嗎?</p> <p>請詳述之。</p>
<p>三、請問您對敦煌養生舞的「教材內容」及「教學方法」您滿意嗎?請詳述之。</p>
<p>四、請問敦煌養生舞給您最大的收穫及受益的是什麼?請列舉詳述之。</p>
<p>五、請問您願意與其他朋友分享這堂課程嗎?為什麼?</p>



附錄七 敦煌養生舞對成年女性情緒及壓力影響之研究一

課程實施前後隨班教師觀察課程之記錄

※請隨班老師填寫此問卷時，以觀察員的身分敘述在課程體驗期間所觀察到學員的具體變化，並回答以下問題？

1. 就您觀察到的學員在學習”敦煌養生舞”期間，前後在生活壓力上有無變化？
2. 就您觀察到的學員在學習”敦煌養生舞”期間，前後在課程情緒上有無改善？
3. 就您觀察到的學員在學習”敦煌養生舞”期間，前後在學習其他舞蹈課程上有無正面的幫助？請詳訴之。
4. 就您觀察到的”敦煌養生舞”，是否適合該學習對象年齡層？您對此養生舞的教學內容及教學方法覺得滿意嗎？
5. 就您觀察到的學員在學習”敦煌養生舞”期間，所收穫到或是最大受益的方面是什麼？

【此問卷僅供”敦煌養身舞對成年女性情緒及壓力影響之研究”此論文做參考】