



臺灣幼兒發展調查資料庫建置計畫 (KIT)

十週年記者會

陪孩子走向幸福：臺師大揭曉臺灣兒童幸福感調查

三 日 一





幸福感小調查：你 / 我 幸福嗎？

幸福感小調查請掃我 



臺師大KIT歷年政策建言里程碑

105-106年：
幼兒發展調查資料庫
建置計畫

108年：
幼兒發展
向前走

110年：
《家·園》
共育

111年：
善用3C·陪伴第一

112年：
看見臺灣
幼兒情緒

113年：
睡好、睡飽
寶寶發展好

114年：
「動」見成長
「作」育未來

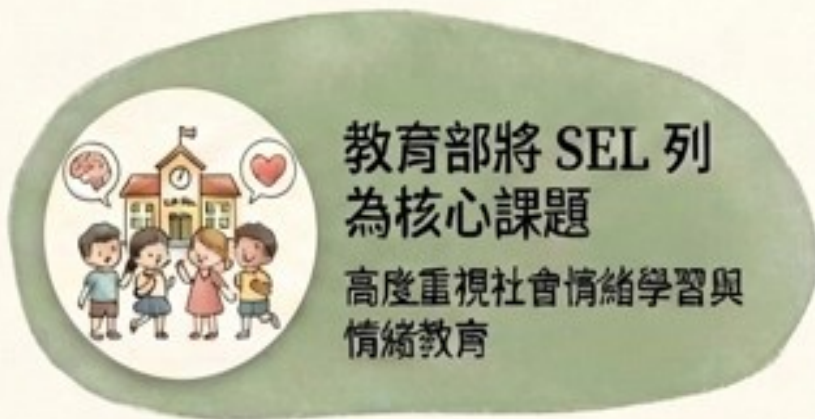
115年
陪孩子
走向幸福





守護下一代：為何「兒童主觀幸福感」至關重要？

政策引領



權利保護

社會挑戰



研究缺口



研究目標

幸福現況

- 臺灣的孩子過的幸福嗎？孩子的主觀感受為何？

長期關連

- 臺灣兒童主觀幸福感與那些生活環境因素有關？有什麼樣的關係？

內部差異

- 臺灣相對高幸福感、低幸福感兒童的生活環境有何差異？

提供
政策
建議



樣本來源(KIT)

- 針對臺灣102.4.1至103.3.31出生幼兒進行分層兩階段抽樣
- 每年追蹤、具全國代表性、長期追蹤樣本 (105年~)





兒童主觀幸福感調查題目 (ISCWeB國際兒童主觀幸福感調查)



*題目來源：ISCWeB國際兒童主觀幸福感調查(Children's Worlds: International Survey of Children's Well-being, ISCWeB) 第三波問卷題目；該國際調查目前已進行至第五波，全球共有四十餘國參與，<https://iscweb.org/>



一、猜猜看：臺灣的孩子過得幸福嗎？

- 滿分10分，猜猜看是那一個？





臺灣小5兒童幸福感大公開

8.19

總平均 (滿分10分)

整體而言，臺灣的孩子們普遍滿意現狀，
展現高度的幸福感。

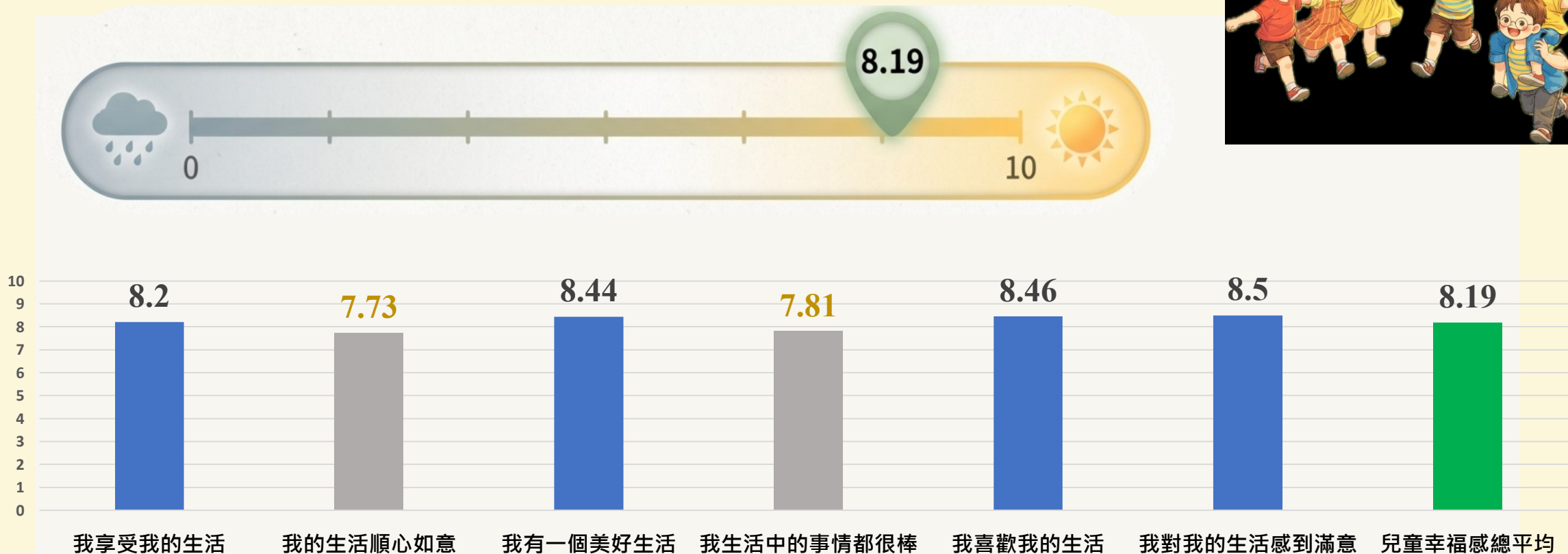


臺灣幼兒發展調查資料庫

Kids in Taiwan: National Longitudinal Study of Child Development & Care (KIT)



臺灣小5兒童幸福感



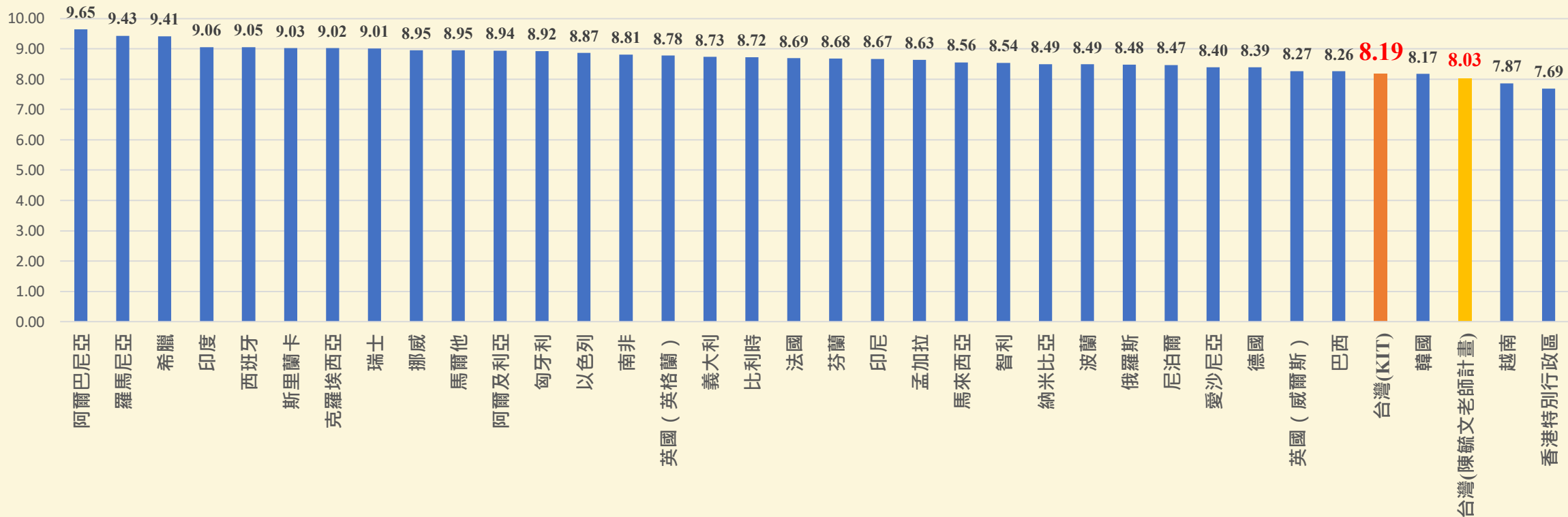
雖然臺灣兒童普遍滿意現狀，
但在面對生活中的「順心如意」與「事情都很棒」方面，感受略有落差。



各國10-12歲兒童幸福感

1. 兒童幸福感調查時間和樣本年齡不太一樣 (ISCWeB: 2017/9-2018/3, KIT:2024/2-8, 2025/2-8)
- 2 僅供參考，國家內部的差異更為重要

• 各國 10-12 歲兒童幸福感平均值



註：11點量尺(0-10分)：共六題總分之平均; 資料來源：陳毓文老師國際團隊數據(<https://isciweb.org/>)

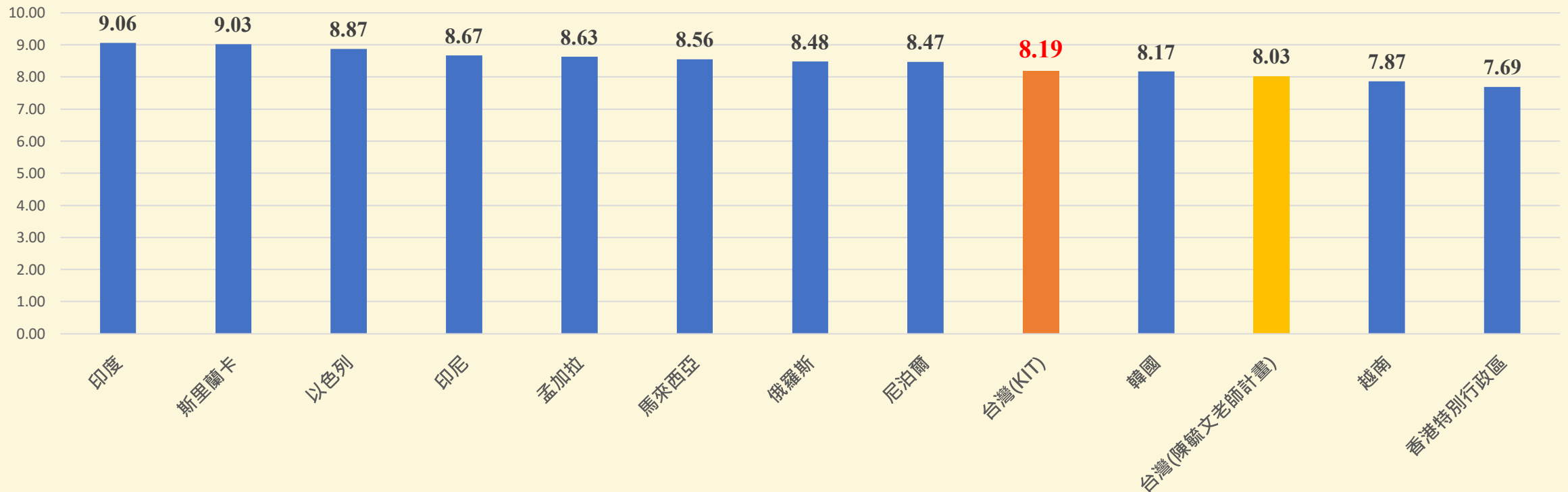




各國10-12歲兒童幸福感

1. 兒童幸福感調查時間和樣本年齡不太一樣 (ISCWeB: 2017/9-2018/3, KIT:2024/2-8, 2025/2-8)
- 2 僅供參考，國家內部的差異更為重要

- 亞洲地區10-12 歲兒童幸福感平均值 (含亞太、亞西)

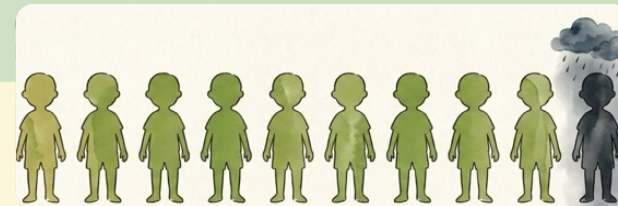


註：11點量尺(0-10分)：共六題總分之平均; 資料來源：陳毓文老師國際團隊數據(<https://iscweb.org/>)

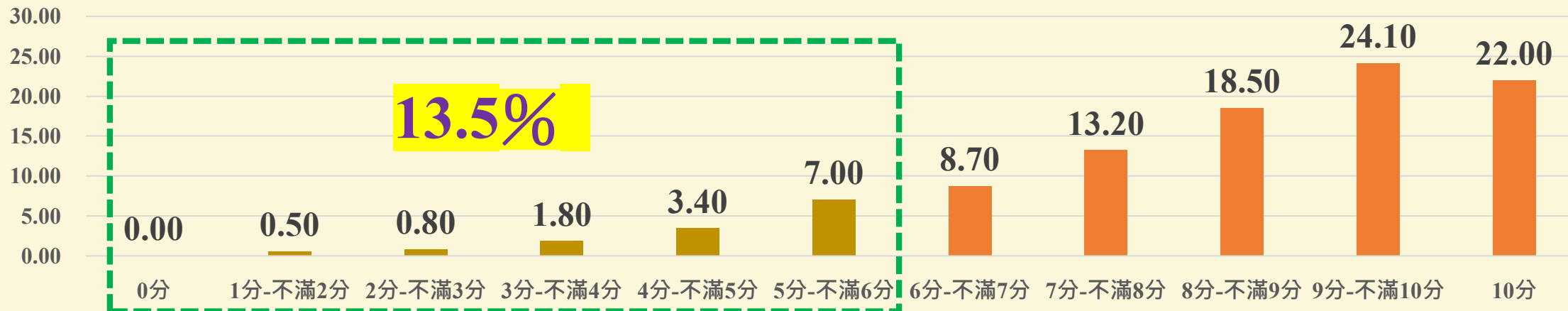




臺灣小5兒童幸福感



兒童幸福感總平均百分比分佈



13.5%



10位孩子中有1位正在經歷
我們看不見的辛苦

這群孩子特別需要
家庭、學校與政策共同支持



研究目標

幸福現況

- 臺灣的孩子過的幸福嗎？孩子的主觀感受為何？

長期關連

- 臺灣兒童主觀幸福感與那些生活環境因素有關？有什麼樣的關係？

內部差異

- 臺灣相對高幸福感、低幸福感兒童的生活環境有何差異？

提供
政策
建議



二、猜猜看：兒童幸福感與那些生活環境因素有關？有什麼樣的關係？



家庭社經



家長情緒
(快樂、憂鬱)



親子互動
(如共餐聊天)



環境多樣



親子關係
(親密、衝突)



同學關係



3C時間



規律運動



生活環境與兒童幸福感的長期關係



家庭社經 ≠ 兒童幸福感

五年級兒童家庭社經與其主觀
幸福感呈「無顯著相關」



生活環境與兒童幸福感的長期關係

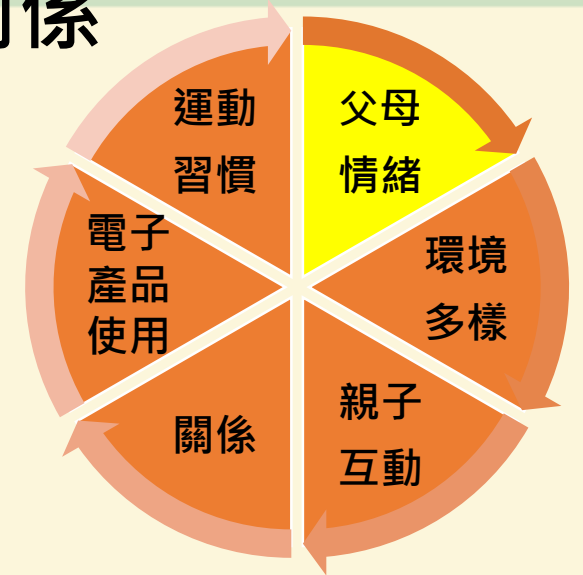


探討因素		學齡前	小1與小3	小5
父母情緒	父母憂鬱	✓	✓	✓
	父母快樂	✓	✓	✓
環境多樣	環境多樣	✓	✓	✓
親子互動	父母回應	✓	✓	✓
	父職參與	✓	✓	✓
	母職參與	✓	✓	✓
	用餐互動		✓	✓
關係 (親子、同儕)	同儕互動			✓
	親子親密		✓	✓
	親子衝突		✓	✓
電子產品使用		✓	✓	✓
運動習慣			✓	✓

*註：斜線表示該波無調查

父母憂鬱、父母快樂與兒童幸福感的長期關係

- 父母**憂鬱**情緒與小5兒童幸福感呈顯著**負相關**
→ 父母憂鬱情緒愈高，孩子幸福感愈低；
- 父母**快樂**情緒與小5兒童幸福感呈顯著**正相關**
→ 快樂父母，幸福孩子
- **長期關係**：從孩子3歲開始到小5皆呈現一致的趨勢



類型	小5兒童幸福感
3歲 父母憂鬱	**
5歲 父母憂鬱	**
小1 父母憂鬱	***
小3 父母憂鬱	***
小5 父母憂鬱	***

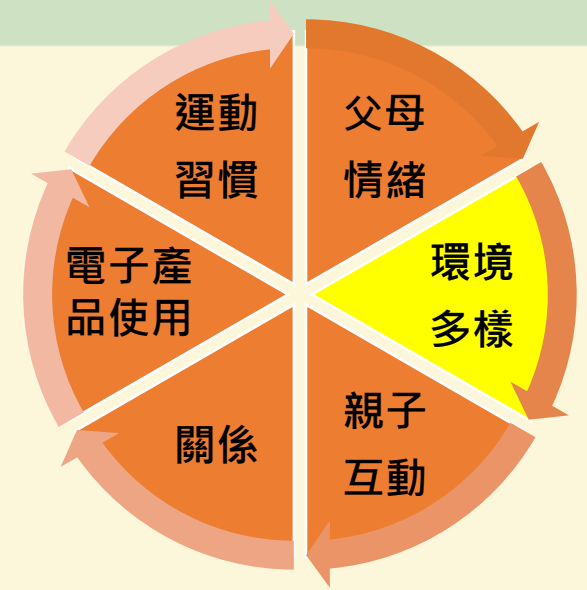
類型	小5兒童幸福感
5歲 父母快樂	**
小1 父母快樂	***
小3 父母快樂	***
小5 父母快樂	***

註：** $p < .01$, *** $p < .001$, 綠色為顯著正相關, 紅色為顯著負相關



環境多樣與兒童幸福感的長期關係

- 環境多樣與小5兒童**幸福感**呈顯著**正相關**
- 家庭生活經驗愈豐富的孩子，其主觀**幸福感**愈高
- **長期關聯**：從孩子**3歲**開始到小5皆呈現一致的趨勢



什麼是高多樣性的環境？

- ✓ 去戶外走走 (公園、市場、廟口)
- ✓ 接觸大自然 (種植、觀察生物)
- ✓ 藝文與閱讀 (圖書館、書店、看展演)
- ✓ 人際串聯 (拜訪親友、邀請朋友來家裡)

類型	小5兒童幸福感
3歲 環境多樣	**
5歲 環境多樣	**
小1 環境多樣	***
小3 環境多樣	***
小5 環境多樣	***

註：** $p < .01$, *** $p < .001$, 綠色為顯著正相關



親子互動與兒童幸福感的長期關係

- 親子互動 (父母回應、父母職參與-如教導孩子常規、與孩子一起玩、用餐互動或聊天) 與小5兒童幸福感多呈顯著**正相關**

→ 父母愈能回應孩子、參與其生活與活動，並在日常用餐中保持互動與對話，

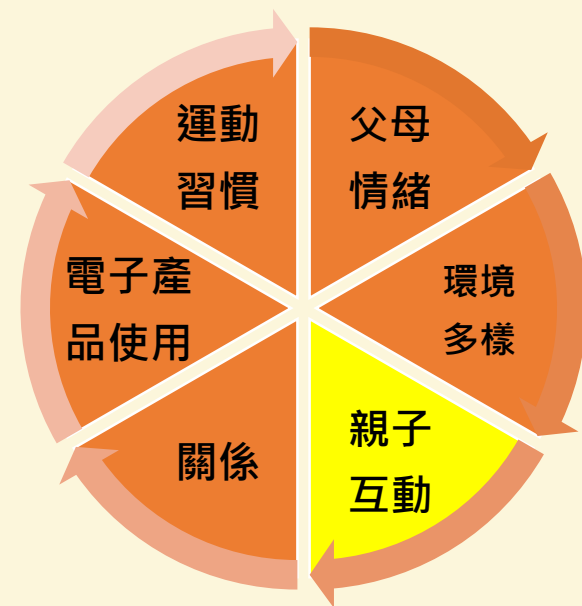
孩子愈感到幸福

- 長期關係**：從孩子3歲開始到小5呈現一致的趨勢

類型	小5兒童幸福感
3歲 母職參與	***
5歲 母職參與	▲
小1 母職參與	**
小3 母職參與	***
小5 母職參與	***
3歲 父職參與	***
5歲 父職參與	***
小1 父職參與	***
小3 父職參與	***
小5 父職參與	***

類型	小5兒童幸福感
3歲 父母回應	**
5歲 父母回應	*
小1 父母回應	**
小3 父母回應	***
小5 父母回應	***

類型	小5兒童幸福感
小1 用餐互動	***
小3 用餐互動	***
小5 用餐互動	***



註：* $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$, ▲ = 未達顯著差異 ($p \geq .1$)，綠色為顯著正相關



關係（親子、同儕）與兒童幸福感的長期關係

- 親子親密、同儕互動與小5兒童幸福感呈顯著正相關
- 親子衝突與小5兒童幸福感呈顯著負相關
- 親子關係越親近，孩子的幸福感越高；親子衝突越多，孩子的幸福感則較低
- 能順利與朋友互動、容易建立友誼的孩子，其幸福感較高
- 長期關係：從孩子小1開始到小5呈現一致的趨勢

類型	小5兒童幸福感
小1 親子親密	**
小3 親子親密	***
小5 親子親密	***
小1 親子衝突	***
小3 親子衝突	***
小5 親子衝突	***
小5 同儕互動	***

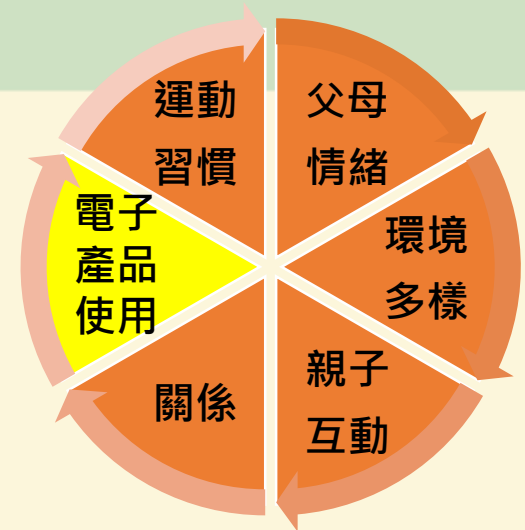


註：** $p < .01$, *** $p < .001$, 綠色為顯著正相關, 紅色為顯著負相關



電子產品使用與兒童幸福感的長期關係

- **電子產品**（例如：電腦、平板、手機，不含電視）使用時間與小5兒童**幸福感**多呈顯著**負相關**
- **長期關係**：隨年齡增加而趨於顯著，特別是在**假日與學齡後階段**



類型	小5兒童幸福感
3歲 電子產品使用	▲
5歲電子產品使用	*
小1電子產品使用（平日）	▲
小3電子產品使用（平日）	+
小5電子產品使用（平日）	***
小1電子產品使用（假日）	*
小3電子產品使用（假日）	*
小5電子產品使用（假日）	***

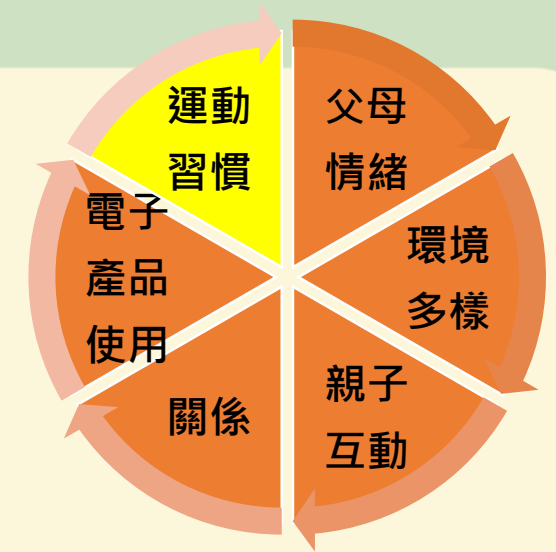
註：+ $p < .1$ (趨近顯著), * $p < .05$, *** $p < .001$,
▲ = 未達顯著差異 ($p \geq .1$) 紅色為顯著負相關

年齡	電子產品	電視	合計(小時)
3歲	0.71	1.63	2.34
5歲	0.54	1.08	1.61
小1（平日）	0.64	0.97	1.61
小3（平日）	0.76	0.86	1.62
小5（平日）	1.03	0.87	1.9
小1（假日）	1.35	2.11	3.46
小3（假日）	2.06	2.17	4.23
小5（假日）	3.05	2.49	5.57



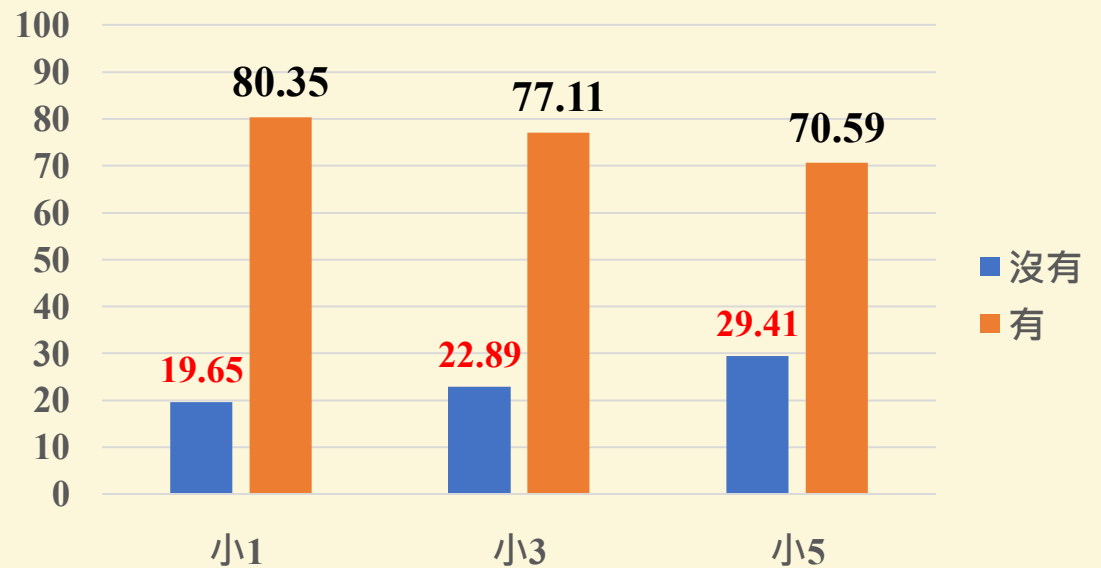
運動習慣與兒童幸福感的長期關係

- 運動習慣與小5兒童幸福感多呈顯著**正相關**
→ 課後有規律運動習慣的孩子，其幸福感較高
- 長期關係：隨年齡增長，關聯更加清晰



類型	小5兒童幸福感
小1 運動習慣	▲
小3 運動習慣	***
小5 運動習慣	***

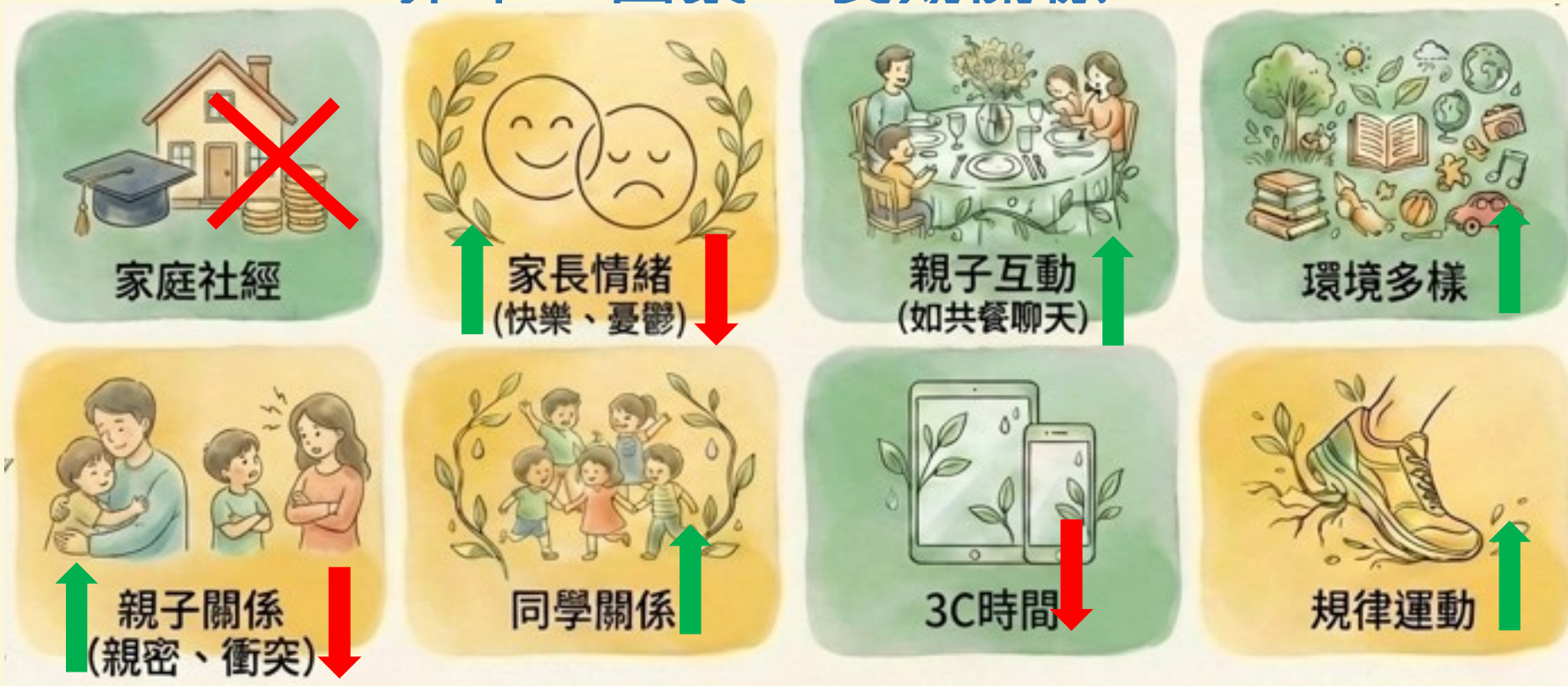
註：*** $p < .001$, ▲ = 未達顯著差異 ($p \geq .1$), 綠色為顯著正相關





二、猜猜看：兒童幸福感與那些生活環境因素有關？有什麼樣的關係？

非單一因素，長期關係





研究目標

幸福現況

- 臺灣的孩子過的幸福嗎？孩子的主觀感受為何？

長期關連

- 臺灣兒童主觀幸福感與那些生活環境因素有關？有什麼樣的關係？

內部差異

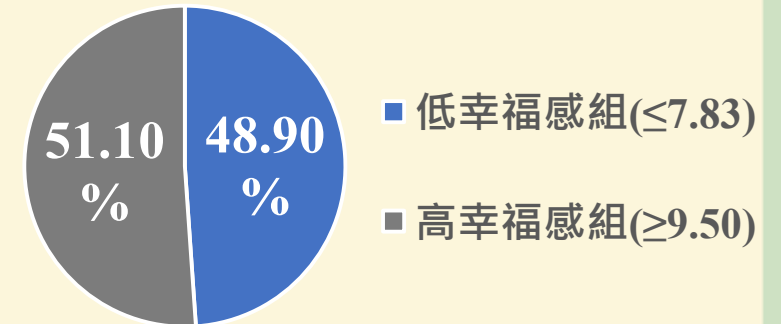
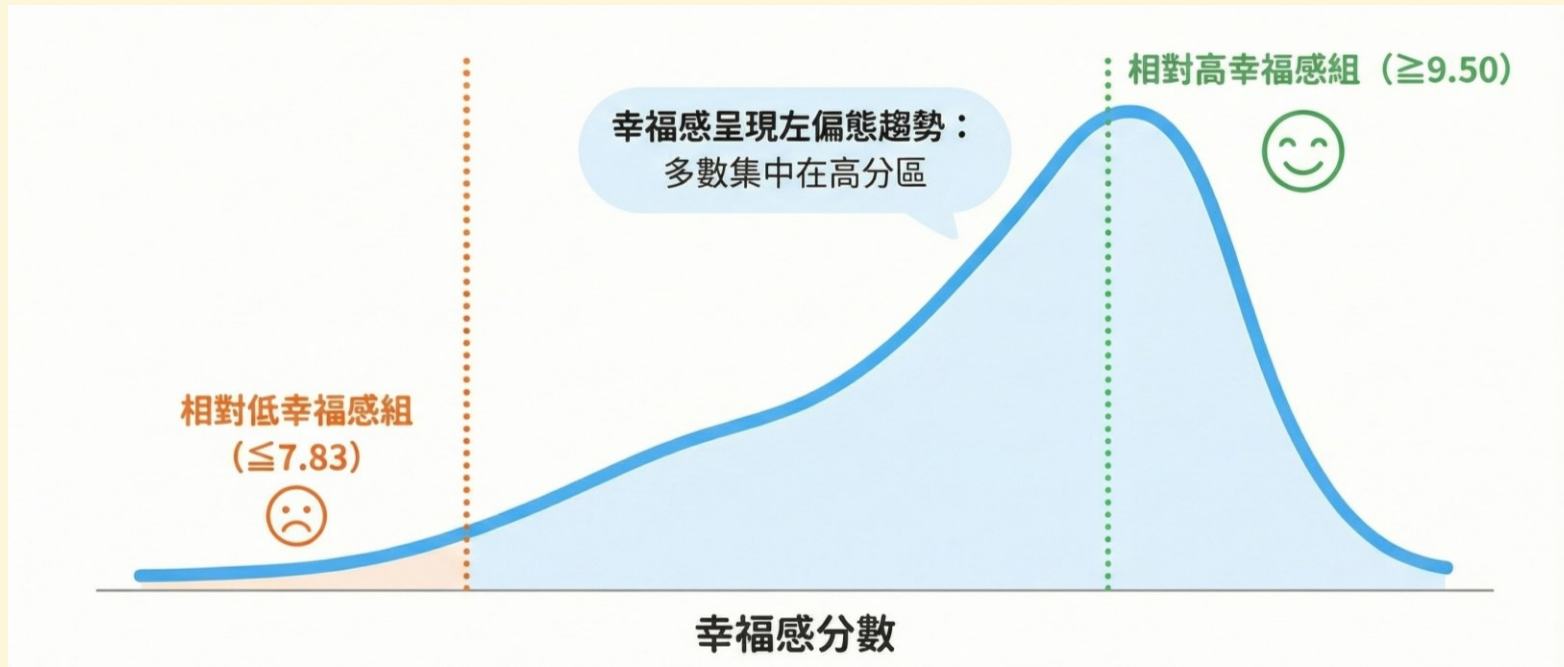
- 臺灣相對高幸福感、低幸福感兒童的生活環境有何差異？

提供
政策
建議



三、臺灣相對高幸福感、低幸福感兒童生活環境的差異

- 依小5兒童幸福感平均分數之第 33 與第 67 百分位數進行分組
- ≤ 7.83 者歸為相對低幸福感組； ≥ 9.50 者歸為相對高幸福感組



幸福感分組占比 ($n = 1692$)

高平均背後的隱形落差？



臺灣相對高幸福感、低幸福感兒童生活環境的差異

從幼兒期3歲開始到小5的差異

高幸福感兒童 (前33%)	低幸福感兒童 (後33%)
父母快樂程度顯著較高	【父母狀態】 父母憂鬱感顯著較高
經常出遊、閱讀、環境多樣	【家庭環境】 刺激單一、缺乏多樣性體驗
頻繁共餐聊天、父母參與度高	【親子互動】 缺乏實質互動與陪伴
同儕互動佳、親子關係緊密	【人際關係】 親子衝突頻率顯著較高
具備規律運動習慣	【生活習慣】 平假日皆過度依賴 3C 產品





臺灣相對高幸福感、低幸福感兒童生活環境的差異

構面		3歲	5歲	小1	小3	小5
父母本身因素	父母憂鬱	***	**	***	***	***
	父母快樂		**	***	***	***
環境多樣	環境多樣	*	***	**	***	***
親子互動	父母回應	*	+	***	***	***
	父職參與	**	**	***	***	***
	母職參與	**	+	***	***	***
	用餐互動			***	***	***
關係	同儕互動					***
	親子親密			**	***	***
	親子衝突			***	***	***
電子產品使用	平日	▲	*	+	*	***
	假日			+	+	***
運動習慣				▲	***	***

註：「綠色」：高幸福感組顯著高於低幸福感組，「紅色」：高幸福感組顯著低於低幸福感組
⁺ $p < .1$ (趨近顯著), * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$, 「▲」 = 未達顯著差異





研究目標

現況

- 臺灣的孩子過的幸福嗎？孩子的主觀感受為何？

關聯(長期)

- 臺灣兒童主觀幸福感與那些生活環境因素有關？有什麼樣的關係？

差異

- 臺灣相對高幸福感、低幸福感兒童的生活環境有何差異？

提供
政策
建議

~ 政策建議：二核心、三面向、四解方 ~

兒童政策典範轉移：正視育兒壓力，投資家庭關係

過去：偏重「發放津貼
(經濟補助)」

未來：邁向「投資關係」與
「正視家長心理健康」

二核心

互動陪伴，幸福加倍：
深化親子關係

快樂父母，幸福孩子：
強化家長心理支持


「政府資源整合三大面向：【財務支持】×【心理支持】×【空間優化】」





解方一：降低優質陪伴的經濟門檻， 讓高質量互動**普及化**

高品質陪伴



★ 發放「親子同樂券」

參考動滋券模式，每年定額補助。
限定用途於：共食、共讀、運動
與戶外體驗等。

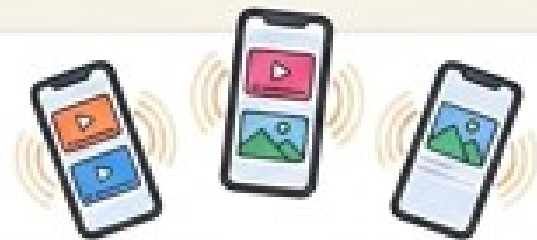
推動「家庭卡」

參考國際作法，整合大眾運
輸與公共場域，實施親子同行
免交通費。

讓高品質的親子互動，成為普及的國民權利。

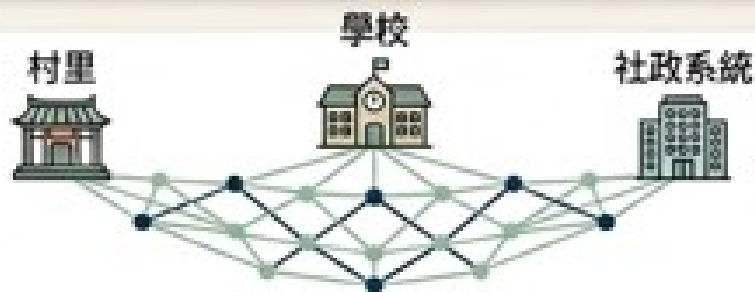
解方二：運用數位賦能，建構主動式家庭支持網

日常賦能：
數位推播，精準育兒



將親職資源轉化為短影音與圖像化內容，透過社群平台推播情境式教養（如：3C管理、親子溝通）。

風險防護：
主動防護，協助高壓家庭



串聯村里、學校與社政系統，主動辨識高壓力家庭，提供預防性訪視與客製化支持。

解方三：**快樂的父母**，才有幸福的孩子

專屬心理諮詢

將「現行15-45歲青壯世代心理健康支持方案」，針對「**12歲以下兒童家長**」增設專屬「育兒專項諮詢」。

育兒喘息服務升級

擴充托育資源，補助社區辦理家長支持團體，降低長期照顧壓力，預防親職倦怠與家庭衝突。

解方四：空間優化，打造「全齡化兒少」育樂中心

現有公共親子館多數僅針對 6 歲以下幼兒設計，大齡兒童（國小學童）面臨缺乏安全、具啟發性的公共活動空間。

現況痛點

政策建議

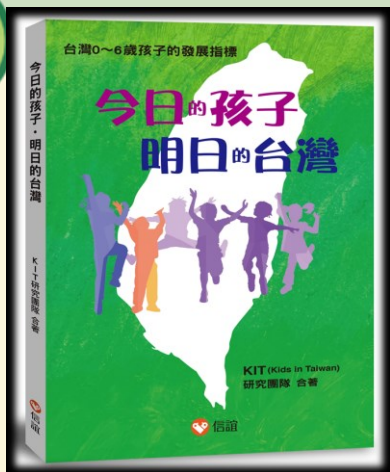
政府應延伸服務年齡，廣設適合學齡兒少與家長共同使用的室內外複合式運動與探索空間，讓各年齡段的孩子都能在優質環境中與家長互動成長。

0歲

6歲

12+歲

年齡



孩子是未來的主人翁

讓我們一起為孩子的幸福努力



💰 財務支持

資源不再是陪伴的門檻

❤️ 心理支持

緩解父母的焦慮與壓力

🏠 空間優化

給親子更多互動成長的場域



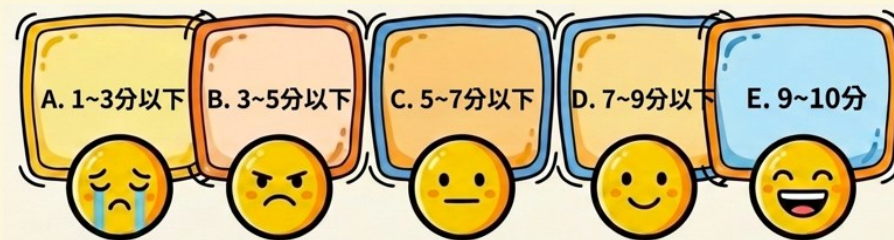
幸福感小調查：你 / 我 幸福嗎？

調查結果統計請掃我 



現場來賓幸福感總平均

?



臺灣幼兒發展調查資料庫建置計畫十週年記者會

感謝您的參與！了解更多 KIT 最新研究



KIT網站



KIT臉書



KIT LINE

