

天主教輔仁大學社會學系學士論文

指導老師：翁志遠

異性戀大學生膚色焦慮及其影響因素之研究

A Study of Skin Color Anxiety and Related  
Factors on Heterosexual College Students

學生：張幼勤撰

中華民國一一零年十月

天主教輔仁大學社會學系學士論文

異性戀大學生膚色焦慮及其影響因素之研究

A Study of Skin Color Anxiety and Related  
Factors on Heterosexual College Students

學生：張幼勤撰

指導老師簽名：

中華民國一零九年十月

系所章戳：

## 謝詞

轉眼間就到了大四，還記得在大三時找指導教授時的徬徨無助，還有對自己的題目感到沒有信心，感謝翁志遠教授最後願意接受我成為他的指導學生，也謝謝教授在這段時間上為我解答許多問題與提供我許多對於論文方向的建議，讓我能一步步完成學士論文的撰寫與最終的發表。

謝謝幫助我填寫問卷的所有受測者們，有你們的填寫才有今天這本論文的產生，另外也感謝小組的成員們，雖然寫論文的過程是痛苦與枯燥乏味的，但有妳們的陪伴與支持，在這段旅程中增添不少趣味。

回顧寫論文的這一年，雖然覺得自己有許多做得不夠好、不夠完美的地方，不過也看到了自己在這段旅程中慢慢地進步當中。

最後還是謝謝一路以來幫助我的教授、同學、朋友、家人們，我才得以順利完成學士論文的撰寫。

## 摘要

在 covid-19 疫情爆發的這幾年，許多產業都受到影響，但根據市調公司 Strategy R 的分析，美白市場的規模還是在逐年上升，預期 2026 年市場規模將高達 118 億美元，顯示了相較於其他受到影響的產業，美白市場依舊熱絡，也突顯了全球對美白的追求是有增無減的。看回台灣，根據相關研究指出，在青少年女生對於身體意象的困擾中，膚色已躍升成為第三名，顯示青少年們對於膚色的關注也是越來越多。因此本研究以異性戀大學生作為主要研究對象，旨在探討膚色焦慮的現況與社會成因，和性別角色取向的調節作用。本研究採量化研究之問卷調查法，並以 SPSS 統計軟體進行分析，樣本人數共 192 人。

研究主要發現：

- 一、年級與膚色歧視對膚色焦慮沒有顯著影響。
- 二、社會因素與膚色焦慮有顯著正相關：當社會因素中的重要他人和媒體的影響越大時，膚色焦慮程度也越高。
- 三、性別角色的調節效果：性別角色取向（當兩性化相較於女性化時）會調節重要他人或媒體對膚色焦慮的影響，但效果有限。

關鍵字：

膚色焦慮、重要他人、媒體、膚色歧視、性別角色取向、調節作用

## **Abstract**

Many industries have been affected in the past few years of the covid-19 epidemic. However, according to the analysis of the market research company Strategy R, the scale of the whitening market is still increasing year by year. It is expected that the market size will reach 11.8 billion US dollars in 2026, showing the comparison in other affected industries, the whitening market is still hot, highlighting the unabated global pursuit of whitening. Looking back to Taiwan, according to relevant research, skin color has jumped amid the troubles of teenage girls with body image. Becoming the third place shows that teenagers are paying more and more attention to skin color. Therefore, this study takes heterosexual college students as the main research object, aiming to explore the current situation and social causes of skin color anxiety, and the moderating effect of gender role orientation.

This research adopts the questionnaire survey method of quantitative research, and analyzes with SPSS statistical software. The sample size is 192 people.

The main findings were as follows:

Firstly, grade and colorism have no significant effect on skin color anxiety.

Secondly, there is a significant positive correlation between social factors and skin color anxiety: the higher the influence of significant others and media, the higher the degree of skin color anxiety.

Last, gender role orientation has a regulatory effect: Gender role orientation (when androgyny compared to feminine) will regulate the influence of significant others or media on skin color anxiety, but the effect is limited.

### **Keywords:**

skin color anxiety, significant others, media, colorism, gender role orientation, moderating effect

# 目錄

表目錄.....	VI
圖目錄.....	VI
壹、緒論.....	1
一、研究動機.....	1
二、研究目的.....	2
貳、文獻探討.....	3
一、膚色焦慮與身體意象.....	3
(一)身體意象的起源與定義.....	3
(二)身體意象的測量.....	3
(三)影響身體意象之因素.....	4
二、性別角色取向.....	7
(一)性別角色.....	7
參、研究架構、方法與步驟.....	8
一、研究架構.....	8
圖 1 研究架構圖.....	8
二、研究問題與假設.....	9
三、研究方法與對象.....	9
四、研究工具說明.....	9
五、資料處理與分析.....	10
肆、研究結果分析.....	11
一、描述統計分析.....	11
(一)背景變項描述性統計.....	11
(二)各量表之信度分析.....	11
二、女性膚色焦慮研究發現.....	12
(一)背景變項之描述性統計.....	12

(二)	主要變項之描述性統計.....	13
(三)	背景變項在膚色焦慮上之差異.....	13
(四)	重要他人、媒體與膚色歧視對膚色焦慮之逐步多元迴歸分析.....	14
(五)	調節效果.....	15
三、	其他研究發現.....	19
伍、	結論與建議.....	21
一、	研究發現.....	21
(一)	個人背景變項.....	21
(二)	重要他人、媒體與膚色歧視對膚色焦慮的解釋力.....	21
(三)	性別角色取向的調節效果.....	21
二、	實質建議.....	21
三、	研究限制與未來研究建議.....	22
(一)	研究限制.....	22
(二)	未來研究建議.....	23
陸、	參考資料.....	24
附錄、	正式問卷.....	27

## 表目錄

表 1 主要變項之描述統計 .....	13
表 2 年級在膚色焦慮上的變異數分析摘要表 .....	14
表 3 重要他人、媒體與膚色歧視與膚色焦慮之逐步多元迴歸分析摘要表 .....	14
表 4 重要他人、性別角色取向(以兩性化為對照組)對膚色焦慮之交互作用摘要表 .....	15
表 5 媒體、性別角色取向(以兩性化為對照組)對膚色焦慮之交互作用摘要表 .....	17
表 6 女生膚色認知各項目之描述性統計表 .....	19
表 7 男生膚色認知各項目之描述性統計表 .....	19
表 8 女生性別角色在異性膚色偏好上的變異數分析摘要表 .....	20
表 9 男生性別角色在異性膚色偏好上的變異數分析摘要表 .....	20

## 圖目錄

圖 1 研究架構圖 .....	8
圖 2 重要他人與性別角色交互作用圖 .....	16
圖 3 媒體與性別角色交互作用圖 .....	18



## 壹、緒論

### 一、研究動機

發生於 2020 年 5 月 25 日的佛洛伊德事件，因遭警察長時間壓住頸部而導致其缺氧死亡，引發全球譁然，「Black Lives Matter」運動也藉此在全球各地群起抗議，在此波反種族歧視的抗議浪潮中，美國嬌生宣布將在亞洲與中東停售部分美白產品，因為有人批評這樣會助長白就是美的審美觀，嬌生也表示健康的皮膚就是最美麗的皮膚，不過這樣的宣言對消費者而言似乎不太買單，根據市調公司 Strategy R 的研究，發現儘管在 COVID-19 疫情的肆虐下，2020 年全球皮膚美白市場達到 86 億美元，而預計到 2026 年也將達到 118 億美元的市場規模，而看回我們的鄰國中國與日本，身為世界第二大經濟體的中國，也預計在 2026 達到 24 億美元，有 8% 的複合年增長率，日本也有 2.9% 的增長率，這也再再顯示全球美白市場的商機是越來越大，也代表人們對膚色美白的追求有增無減。

看回臺灣，臺灣兒福聯盟在 2014 年一項對於台灣青少年身體形象態度的調查中，發現青少年身體形象的平均分數只有 70 分，且有二成左右的青少年覺得自己本身的外表身材不及格想要改變，其中也發現相較於男生，女生對外表有更低的滿意度，這些顯示出台灣青少年對於自身身體有較低的滿意程度，另外值得注意的是，台灣青少年女生最不滿意自己的身體部位，前三名依序為：腿（48.3%）、腰腹（33.7%）、膚色（27.4%），點出除了身體四肢的體態外，膚色也是讓青少年們困擾的一項問題，且身處於青少年時期，根據 Erikson 的社會心理發展理論，將面臨自我認同與角色混淆的階段，若能在此階段讓青少年對自身身體有更多瞭解與正面的看法，將有助於其人格朝向健全的方向發展。

而過往關於身體形象的研究大多以身體意象為主，也就是探究一個人對於他自身身體的想法、感受與所做出的行為，而影響身體意象的因子有個人特質、社會因素或文化等因而產生改變，在顏美智、黃德祥（2009）針對台灣高

中職學生身體意象的相關因素時，發現從青少年的背景因素如性別、身體質量指數、個人特質如自尊，到社會因素如雙親、同儕與媒體的影響，皆對身體意象具有顯著的預測作用，另外至於因身體意象所導致的行為，目前研究大多都和厭食症，暴食症作連結，蕭芳惠、林薇（1998）在對台北市女高中生體型意識及飲食異常的研究中，發現女高中生的厭食症、暴食症傾向接受到體型意識的影響，其中又以期望體型敘述、自我認知體型敘述與自我認知體型圖形為影響病症最主要的因素，所以我們能得知身體意象有其複雜的成因與其可能和病症所產生的連結。

另外過往關於身體意象的研究都是關注於整體體型，且大多都以多向度自我身體關係量表(MBSRQ)作為量表工具，不過其中關於身體各部份的滿意程度的問題，是以身體中較大部位去做區分，例如臉、頭髮、上軀幹、下軀幹等等，之中的每一項皆包含身體中的不同部位，像是臉就包含了五官與膚色，無法做到更細緻的區分與後續分析，故此研究將會聚焦在膚色的部分，針對已知的青少年膚色困擾進行研究。

## 二、研究目的

本研究主要目的在探討大學生身體意象中的膚色部分與膚色所帶來的焦慮，也探討大學生的社會因素（重要他人與媒體）、性別角色取向和膚色歧視對膚色焦慮的影響。綜上所述，本研究之研究目的分述如下：

1. 探討我國大學生膚色焦慮的現況。
2. 探討我國大學生的社會因素：重要他人、媒體、和膚色歧視對膚色焦慮的影響。
3. 探討性別角色取向是否能調節社會因素和膚色歧視對於膚色焦慮的影響。

## 貳、文獻探討

### 一、膚色焦慮與身體意象

#### (一)身體意象的起源與定義

身體意象起源於學者 Schilder，採用心理學和社會學的理论架構進行研究，他把身體意象定義為「個體心中對於自己身體的描繪，換句話說，就是個體怎麼看自己的身體外型 (Schilder, 1950)」(梨世鳴譯，2001)。Slade

(1994) 則認為身體意象有兩部分組成，一為身體知覺 (body percept)，是個體評估自己身體的準確度，另一則為身體概念 (body concept)，是個體對身體所產生的態度或感受。而後期學者例如 Grogan (1990) 則認為應包含不同層面，而將身體意象定義為個體對於自身身體的知覺(對身體大小的估計)、想法(對自己外表的評估)與感受(對自己身形的感覺)。國內學者黃曬莉、張錦華

(2005) 整理了有關身體意象的研究，發現大多研究都採取社會心理學的觀點，也就是身體意象是一種個體的心理與行為之特性，而又受到社會文化因素的影響，是個體和社會互動而生的產物，另外關於身體意象的定義，黃曬莉、張錦華 (2005) 的研究發現大多數學者皆認為身體意象是一組包含認知、感受和行為意象的一種對身體的態度，認知可以是體型的誤認或理想體型、感受為身體滿意度或挫折度，而行為則是體重關切或身體改變等。所以可以發現身體意象的定義從關於自身的描繪到如今是由多面向所組成的一種態度。

#### (二)身體意象的測量

目前對於身體意象的測量，大多都使用問卷量表方式進行，而國內學者常用的量表有：(1)身體關注量表(2)身體意象量表(圖像法)(3)多向度自我身體關係量表。陳俐君 (2008)。而在前言筆者有所提到，這些量表大多都以身體中較大部位去做區分，像是臉就包括五官和膚色，也就無法真正評斷筆者將研究的膚色，另外像是身體意象滿意度量表，是對身體各部位的滿意度進行測量，也就是只有感受的部分，而身體意象評量表，則是將理想與現實的差異當作身

體意象的評斷標準，是認知的部分，最後多向度自我身體關係量表，關注的則是身體的全部，不過也多了像是健康、體能或疾病上的評價，研究者認為這些不太適用在膚色上，故本研究將依黃曬莉、張錦華（2005）對身體意象的定義：認知、感受與行為，作為代表膚色焦慮的評斷標準，進行題目編寫，而本研究將此三面向進行操作型定義，認知定義為「理想膚色與自覺膚色的差距」、感受定義為「膚色滿意」、行為定義為「膚色改變」，以進一步探討台灣大學生膚色焦慮的程度與影響因子。

### **(三)影響身體意象之因素**

Slade (1994) 指出，身體意象至少會受到以下七個因素之影響：身體體驗的感官輸入歷史、體重變化的歷史、文化和社會規範、個人對體重和體型的態度、認知和情感變化、個人的精神病理和生物學變化。根據 Slade 的研究我們可以得知，個人的心理、生理、認知、態度或社會文化等皆是影響身體意象的因素，而社會文化為過往較常拿來用在實證研究上做研究的因素，故本研究也將關注社會文化並以此做一個在膚色上的初探。關於身體意象研究之人口變項經常以性別、年齡、BMI 做代表，根據黃曬莉、張錦華（2005）的研究，發現人口變項中只有性別與年齡此兩自變項對身體意象有顯著差異，故本研究將放入性別與年齡當作人口變項進行研究。

故本研究主要以性別、年齡、重要他人與媒體和膚色歧視來探討個人身體意象(膚色焦慮)的差異。

以下將針對本研究主要因素進行文獻回顧：

#### **1. 性別**

女性的身體意象長時間皆屬於一種父權結構下的建構，女性的身體處於一種被觀看、被評價的角色，當然隨著文化背景的不同，會有不同的評斷標準，像是從唐朝的楊貴妃、中國社會長期存有的裹小腳文化，到現今社會要求女性要有纖細或前突後翹的身材等等，在社會對女性的規訓、自我監控與自我內化

下，使女性對自我身體越來越客體化、商品化，Susie Orbach (1993) 說到在  
這個消費的社會中，女性從小被教導自己的身體可以賦予商品的生命，使身體  
商品化。在這樣的文化下，也使得女性有更高機率對自己身體有負面感受，或  
有因身體意象而產生的困擾，像「心因性厭食症」的症狀出現。而國內研究像  
是顏美智、黃德祥 (2009)，發現不同性別的青少年在身體意象或身材重視上有  
顯著差異，皆以女性大於男性，李幸玲 (2004) 也有同樣發現。

雖然許多研究中皆顯示女性的身體意象困擾大於男性，也時常只把女性納  
入研究的對象，但不代表男性皆無身體意象困擾，相較於女性追求纖細苗條的  
身材，男性追求的是身材的壯碩的體態，在王玉慧等 (2016) 男性身體意象的  
研究中，整理了西方男性理想中的體態，發現西方男性希望擁有大量的肌肉、  
少量的脂肪和 V 字形上身的理想體型。在男子氣概的建構下，肌肉量多寡或整  
體身材是否高壯成為男性是否有男子氣概的一項評斷標準，使得男性也出現負  
向情緒、飲食失調或是類固醇使用的現象。Olivardia et al (2004) 發現美國  
男大生，對於自身肌肉的不滿會與憂鬱症、飲食病症、低自尊和使用表現增強  
藥物(如類固醇)有顯著正相關。

## 2. 年齡

黃曬莉、張錦華 (2005) 整理外國部分研究指出，生命週期或年齡層的不  
同會對身體意象有不同的影響。Levine 和 Smolak (2002) 的研究比較青少年在  
早期與晚期的身體滿意度，發現早期的身體滿意度會下降，而到中晚期後會慢  
慢增加，而其原因為青春早期身體外表仍然在變化中，故相比晚期其滿意度  
較低。看回國內，楊淑昭 (2011) 發現不同年級的國中生，在外表評價上上有  
顯著差異，九年級學生評價高於七年級學生、八年級學生評價高於七年級學  
生。另外賈文玲 (2001) 比較國高中生的身體意象則發現，15 歲的身體意象比  
16 歲更為正向，而 18 歲的身體意象又比 15 歲更為正向。而吳美慧 (2006) 的  
研究則發現，國中生身體各部位滿意度，為七年級生顯著高於八年級生和九年

級生，綜合以上研究可發現各年齡在身體意象上有顯著差異，但差異的方向卻不盡相同，故本研究將放入年齡變項以探討大學生的年級對膚色焦慮之情形是否有顯著差異，若有，其差異的方向為何。

### 3. 重要他人

根據 Slade 提出的會影響身體意象之因素中，文化與社會規範也是許多研究拿來驗證的因素之一，個體最先進入的環境便是家庭，家庭對於一個人的影響可以說是無遠弗屆的，而當小孩長大後將會進入學校，與同儕間的相互比較與壓力也會影響著一個人的身體意象。在顏美智、黃德祥（2009）的研究發現，同儕與父母的影響分數越高，則高中職學生的身體意象越差。陳俐君（2008）的研究，同儕影響和父母影響會對身體意象困擾有顯著影響力。王麗瓊（2001）的研究也發現重要他人（父母和同儕之影響）對身體意象的評價有 12.2% 的解釋力，其中以「受同儕的嘲笑」為重要的解釋變項。張維揚（2003）的研究發現大學生受重要他人的看法影響愈嚴重者，其身體滿意度越低。

### 4. 媒體

媒體更是一項影響身體意象的因素之一，因為媒體在社會上所塑造出來所謂理想之體型，使得人們受此社會壓力進而對自己的身體產生負面影響，在王麗瓊（2001）的研究發現媒體對身體意象的評價有 30.7% 的解釋力，其中又以媒體上塑造出的標準身材所產生的「社會壓力」為重要的解釋變項。黃曬莉、張錦華（2005）的研究則發現，越是相信瘦身廣告的人其身體滿意度越低，顯示媒體的認同或批判也會影響身體意象。張錦華（1997）也發現，對媒體廣告認同度越高的人，對其身材感受的挫折感越高。

### 5. 膚色歧視

膚色歧視（Colorism）是對於淺色皮膚的偏好，一詞來自於 Alice Walker，她把它定義為，基於膚色而對同種族人具有偏見或優惠待遇的情況。而與種族歧視不同的是，例如在公司，有種族歧視的人不會雇用黑人，但有膚色

歧視的人會僱用黑人，不過會偏袒膚色較淺的黑人。(Norwood, 2015)

而關於膚色歧視的測量方法，Harvey 等人 (2017)，開發了膚色歧視的量表，以自我概念、印象形成、隸屬關係、吸引力、地位提升五個項目，做為評估美國黑人社區的膚色歧視之程度。不過此量表和研究都是以美國黑人為主要研究對象，但看回台灣，我們並沒有如此多元的族群，大部分皆是黃皮膚的亞洲人，故使用此量表可能無法真正符合台灣真實樣貌，但又該如何解釋台灣的膚色偏好呢，研究者認為在台灣則是男女有別，像女生膚色深不討喜，男生膚色淺不討喜，加入性別因素以探究台灣膚色歧視之程度。

## 二、性別角色取向

### (一)性別角色

性別角色指的是我們的社會文化期待一個人表現出符合他生理性別的行為模式，例如：傳統社會期待身為男性要獨立的、果斷的或有領導能力的等等的樣貌；而身為女性則要順從的、依賴的、富情感性的等等的樣貌。Bem (1974) 發表了性別角色量表(BSRI)，提出男性化、女性化、兩性化與未分化的概念。而擁有兩性化特質的人，因為能適時調整採取工具性或情感性的因應行為，所以在社會適應上優於其他性別較刻板化者 (李美枝、鐘秋玉，1996)，另外盧勤，蘇彥捷 (2003) 針對 Bem 性別角色量表，進行在中國文化下的修訂，使其適用於華人社會，而本研究也將採取用此量表進行測量。

#### 1. 性別角色的測量

測量方法大致有三種：

(1)平衡模式:也稱作為 t 考驗法，是將同一個受測者的男性化分數和女性化分數差異的方向與大小，來決定受測者的性別角色。

(2)相加模式:此模式以男性化分數與女性化分數的中位數作為分界，將性別角色類型分為兩性化(男性化與女性化分數皆高於中位數)、男性化(男性化分數高

於中位數，女性化分數低於中位數)、女性化(女性化分數高於中位數，男性化分數低於中位數)、未分化(男性化與女性化分數皆低於中位數)。

(3)交互模式:以男性化分數，女性化分數，男性化 x 女性化分數作為預測變項，其他行為特質作為效標變項進行迴歸分析。(李美枝、鐘秋玉，1996)

而本研究將採取大部分研究所使用的相加模式，進行性別角色的測量。

## 2. 性別角色取向與身體意象

在楊淑昭(2011)的研究發現，青少年的性別角色若為兩性化，其身體意象滿意度最高，而未分化者則是最低。在徐世秋(2009)的研究也發現，高中職學生不同性別角色會在身體意象中有顯著差異，其中以兩性化之性別角色對身體意象滿意度最高，其次分別為男性化、女性化、未分化。故研究者認為性別角色取向中的兩性化為一保護因子，會調節社會因素與膚色焦慮間的關係。

## 參、研究架構、方法與步驟

### 一、研究架構

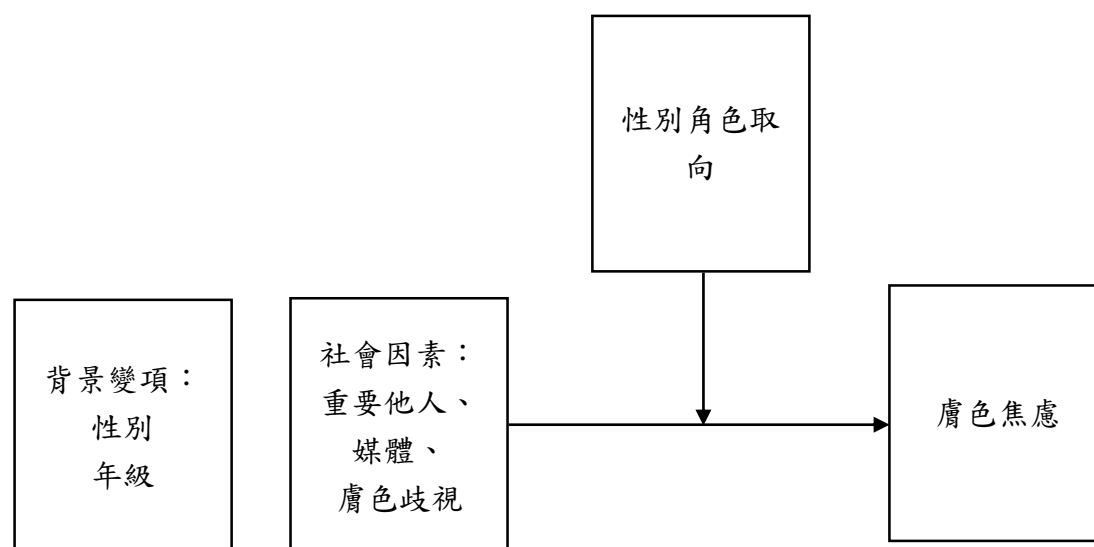


圖 1 研究架構圖



## 二、研究問題與假設

**問題一：重要他人、媒體和膚色歧視與膚色焦慮是否有顯著相關？**

假設 1：重要他人、媒體和膚色歧視與膚色焦慮有顯著正相關。

**問題二：性別角色取向是否會影響社會因素對膚色焦慮的預測效果？**

假設 2：性別角色取向對社會因素與膚色焦慮之關係具有顯著的調節效果。

假設 2-1：女性性別角色取向為兩性化者，社會因素與膚色焦慮之關係具有緩衝效果。

假設 2-2：男性性別角色取向為兩性化者，社會因素與膚色焦慮之關係具有緩衝效果。

## 三、研究方法與對象

### (一) 研究對象

就讀全臺灣公私立大學之異性戀大學生。

### (二) 問卷調查法

採用問卷調查研究法，以便利抽樣方式在網路上發放問卷。此問卷共包含五個部分：個人基本資料、重要他人的影響、媒體的影響、膚色焦慮、膚色歧視。發放時間為 110 年 9 月 29 日至 110 年 10 月 17 日，共計 19 天，共蒐集 237 份樣本，有效問卷為 192 份，有效率為 81%。

## 四、研究工具說明

(一) **重要他人**：參考王麗瓊（2001）問卷題目，包括「同儕的評價」、「父母的評價」、「和同儕的比較」、「受同儕嘲笑的經驗」四個項目，進行修改。

(二) **媒體**：參考王麗瓊（2001）問卷題目，包括「認同度」、「批判懷

疑」、「社會壓力」、「比較」四個項目，進行修改。

- (三) **膚色焦慮**：採用黃曬莉、張錦華（2005）對身體意象之定義，包含三個面向：「認知」、「感受」與「行為」，進行題目編寫。另本研究把膚色焦慮預設成女生追求美白，男生追求黝黑，而分數越高代表其膚色焦慮越重，故在膚色焦慮的「認知」中，女性為「自覺膚色-理想膚色」，男性為「理想膚色-自覺膚色」，分數越大代表女性越想追求美白、男性越想追求黝黑，也代表其膚色焦慮越重，最後再將三面向分數個別標準化後加總，成為膚色焦慮的分數。另本研究將膚色焦慮定義為認知、感受與行為，而其中的行為是膚色改變行為，共有四題，其中兩題為變白之行為，另兩題為變黑之行為，分數從「從未使用」的一分，到「經常使用」的五分，而研究者認為四題所加總的分數若超過 13 分則為不太可能之行為，故將 13 分以上之問卷視為廢卷處理。
- (四) **性別角色取向**：採用盧勤、蘇彥捷（2004）針對 Bem 編制的性別角色量表，在中國文化下進行修訂後之量表，男性化共 13 題，女性化共 9 題。依中位數劃分法，區分為 1:兩性化、2:男性化、3:女性化、4:未分化。男性量表相加後的平均數為其男性化分數、女性量表相加後的平均數為其女性化分數，然後在算出男性化分數與女性化分數的中位數，再依此中位數去劃分為四種性別角色。
- (五) **膚色歧視**：參考 Harvey et.al（2017）所開發之膚色歧視量表，包含「自我概念」、「印象形成」、「隸屬關係」、「吸引力」、「地位提升」五個項目，加入性別概念進行修改與編寫。

## 五、資料處理與分析

本研究使用 spss 進行資料處理與分析。以單因子變異數分析，檢視個人背

景的不同，在膚色焦慮是否有差異、以逐步多元迴歸探討社會因素、膚色歧視與膚色焦慮之間的預測力，並以階層迴歸分析檢測社會因素、膚色歧視與性別角色取向的調節效果。

## 肆、研究結果分析

本研究在探討異性戀大學生「背景變項」、「重要他人」、「媒體」、「膚色歧視」、「性別角色取向」與「膚色焦慮」之間的關係。

### 一、描述統計分析

#### (一) 背景變項描述性統計

1. 性別：男性為 55 人(28.6%)，女性為 137 人(71.4%)，樣本多集中於女性。
2. 年級：大一為 11 人(5.7%)，大二為 19 人(9.9%)，大三為 27 人(14.1%)，大四為 110 人(57.3%)，大五或以上為 25 人(13%)，樣本多集中於大四。
3. 性別角色取向：兩性化為 58 人(30.2%)，男性化為 40 人(20.8%)，女性化為 38 人(19.8%)，未分化為 56 人(29.2%)，眾數為兩性化。

#### (二) 各量表之信度分析

##### 1. 性別角色取向

本研究針對性別角色取向量表進行兩個部分的信度分析，一為男性化分數，共 13 題，另一則為女性化分數，共 9 題。男性化分數其 Cronbach' s alpha 值為 0.901，具良好信度；女性化分數其 Cronbach' s alpha 值為 0.854，具良好信度。

##### 2. 重要他人

研究者參考過往研究之量表，進行題目修改與編寫，全量表共 10 題，進行

信度分析，Cronbach' s alpha 值為 0.871，具良好信度。

### 3. 媒體

研究者參考過往研究之量表，進行題目修改與編寫，全量表共 9 題，進行信度分析，Cronbach' s alpha 值為 0.899，具良好信度。

### 4. 膚色歧視

研究者參考過往研究之量表，加入性別影響後進行題目修改與編寫，全量表共 9 題，進行信度分析，Cronbach' s alpha 值為 0.812，具良好信度。

### 5. 膚色焦慮(男性怕變白之焦慮)

研究者參考過往研究對身體意象的定義，認知、感受與行為，進行題目編寫，全量表共 6 題，進行信度分析，Cronbach' s alpha 值為 0.167。

### 6. 膚色焦慮(女性怕變黑之焦慮)

研究者參考過往研究對身體意象的定義，認知、感受與行為，進行題目編寫，全量表共 6 題，進行信度分析，Cronbach' s alpha 值為 0.739，具良好信度。爾後將能把認知、感受與行為轉化為 Z 分數，得到女生之膚色焦慮。

因本研究預設男女在膚色焦慮中會呈現不同的面向，即男性追求黝黑，女性追求白皙，故本研究將依性別分為兩個部分做結果分析，第一部分為男性的膚色焦慮，第二部分為女性的膚色焦慮，惟在上述男性的膚色焦慮之信度中，發現信度低，無法有效解釋男性膚色焦慮之現況，故後續研究將把重點放在女性身上。

## 二、女性膚色焦慮研究發現

### (一) 背景變項之描述性統計

1. 年級：大一為 9 人(6.6%)，大二為 13 人(9.5%)，大三為 19 人(13.9%)，大四為 83 人(60.6%)，大五或以上為 13 人(9.5%)，眾數為大四。

2. 性別角色取向：兩性化為 42 人(30.7%)，男性化為 29 人(21.2%)，女性化為 30 人(21.9%)，未分化為 36 人(26.3%)，眾數為兩性化。

## (二) 主要變項之描述性統計

	個數	最小值	最大值	平均數	標準差
重要他人	137	10	43	23.47	7.76
媒體	137	9	42	23.61	7.59
膚色歧視	137	9	35	18.74	5.98
膚色焦慮 女	137	-8.44	11.56	.0000	3.99

\*p<.05 \*\*p<.01 \*\*\*p<.001 N=137

表 1 主要變項之描述統計

表 1-1 是針對研究架構中的各主要變項，檢驗其平均數、標準差、最小值與最大值，作一概略性描述。其中膚色焦慮女，因為是由三種概念（認知、感受與行為）組成之變項，但三者表現其焦慮程度的分數計算並不相同，所以此變項為將三者標準化後，組成的一新變項，故其平均數為 0。

## (三) 背景變項在膚色焦慮上之差異

本研究有一背景變項為年級，根據先前研究，年齡會影響其身體意象的差異，但不為本研究的主要觀察變項，故先以單因子變異數分析檢驗是否年級真的會影響本研究之依變項-膚色焦慮，爾後分析才能再將其當作控制變項，繼續進行其餘分析。

變異來源	SS	df	MS	F	p	$\eta_p^2$
年級	82.52	4	20.63	1.30	.27	.04
誤差	2083.09	132	15.78			
總和	2165.61	137				

N=137

表 2 年級在膚色焦慮上的變異數分析摘要表

以單因子獨立樣本 ANOVA 分析年級對膚色焦慮之效果，結果如表 2。結果發現：不同年級在膚色焦慮上沒有顯著差異， $F(4, 132)=1.30$ ， $p=.27$ ， $\eta_p^2=.04$ 。顯示不同年級的女大生在膚色焦慮程度上沒有顯著差異。故後續分析將不會放入年級當作控制變項。

#### (四) 重要他人、媒體與膚色歧視對膚色焦慮之逐步多元迴歸分析

投入變項	多元相關係數R	決定係數 $R^2$ 累積解 釋量	決定係數 $R^2$ 增加解 釋量	F值	$\beta$ 係數	t值
媒體	.639	.408	.408	93.01***	.385***	
重要他人	.700	.490	.082	64.31***	.383***	

\* $p<.05$  \*\* $p<.01$  \*\*\* $p<.001$  N=137

表3 重要他人、媒體與膚色歧視與膚色焦慮之逐步多元迴歸分析摘要表

本研究以重要他人、媒體與膚色歧視為自變項，而以膚色焦慮為依變項，用逐步多元迴歸進行預測分析，以了解各變項的聯合預測力、何種自變項對膚色焦慮最具影響力，與何種自變項無法有效預測依變項，結果如表 3。

由表 3 可得知，對膚色焦慮有預測力之變項為媒體 ( $\beta=.385$ ， $p<.001$ ) 與重要他人 ( $\beta=.383$ ， $p<.001$ )，顯示這兩變項越高時，膚色焦慮程度也越高，

而 F 值皆達顯著水準，表示其自變項能合計解釋依變項，多元相關係數為 0.7，聯合解釋變異量為 0.49，即此兩個變項能預測大學生膚色焦慮 49% 的變異量。就個別變項的解釋力來看，媒體對膚色焦慮的解釋力最佳，其解釋量為 40.8%，而後才是重要他人，解釋量為 8.2%，另外因膚色歧視被排除，故假設一只有部分成立。

### (五) 調節效果

接著檢測調節變項（性別角色取向：以兩性化為參考組）的調節效果。

	膚色焦慮	
	$\Delta R^2$	$\beta$
Step1	.423***	
Z分數(重要他人)		.631***
女性化		.098
男性化		-.026
未分化		.096
Step2	.039*	
Z分數(重要他人)		.619***
女性化		.116
男性化		-.030
未分化		.078
重要他人*女性化		-.173*
重要他人*男性化		.062
重要他人*未分化		.080
$R^2$	.463*	
N	137	

\*p<.05 \*\*p<.01 \*\*\*p<.001

表 4 重要他人、性別角色取向(以兩性化為對照組)對膚色焦慮之交互作用摘要表

以階層回歸檢驗：重要他人和性別角色取向對膚色焦慮之效果，分析結果如表 4。分析結果顯示，重要他人和性別角色取向的主要效果能解釋膚色焦慮變異的 42.3%， $F(4, 132) = 24.233$ ， $p < .001$ 。而在控制了主要效果後，重要他人\*性別角色取向的交互作用可增加 3.9%的膚色焦慮變異， $F(3, 129) = 3.155$ ， $p = .027 < .05$ 。而在交互作用中，只有重要他人\*女性化的交互作用對膚色焦慮有顯著解釋力（ $\beta = -.173$ ， $p = .026 < .05$ ）。

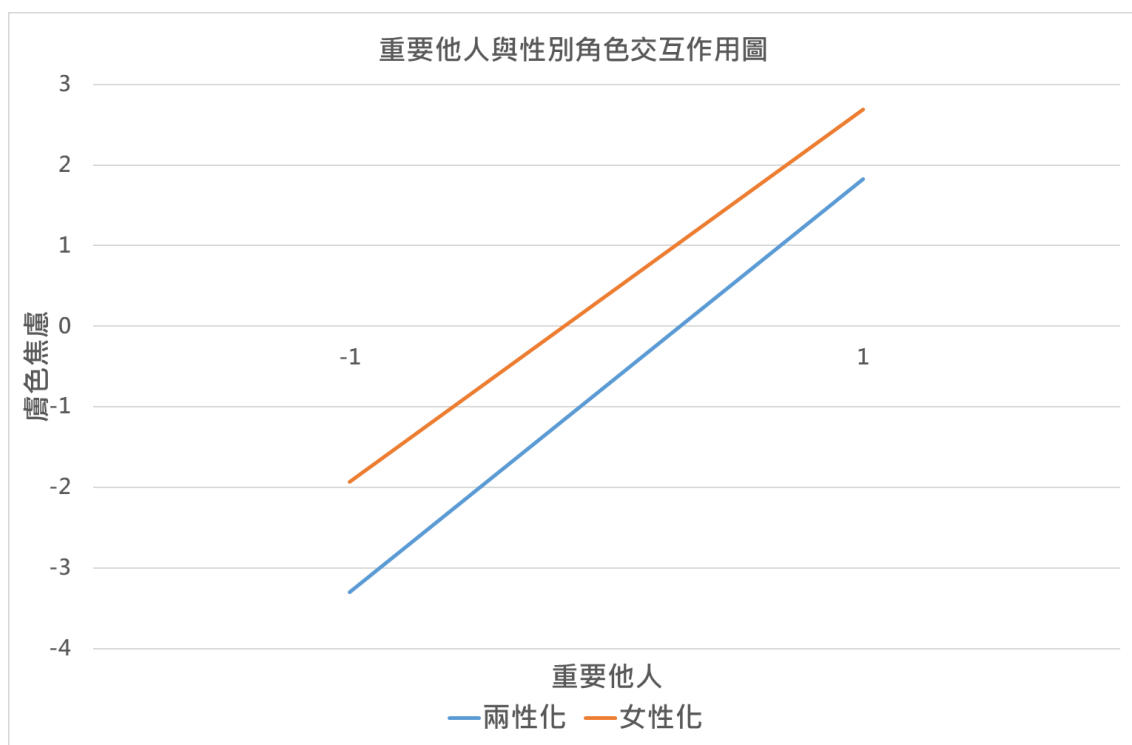


圖 2 重要他人與性別角色交互作用圖

進一步繪製交互作用圖，如圖 2，可以發現兩性化之斜率較女性化大，且在重要他人影響較大時，兩者漸漸靠近，故可以發現在重要他人影響沒那麼大時，性別角色在重要他人到膚色焦慮之間有滿大的保護效果，即兩性化角色的膚色焦慮較女性化的低上許多，但當重要他人影響較大時，性別角色的影響就慢慢變小，也就是保護效果遞減，只剩外在的重要他人影響較為重要。



	膚色焦慮	
	$\Delta R^2$	$\beta$
Step1	.421***	
Z分數(媒體)		.629***
女性化		.072
男性化		.010
未分化		.119
Step2	.034 <sup>+</sup>	
Z分數(媒體)		.617***
女性化		.114
男性化		.009
未分化		.102
媒體*女性化		-.159*
媒體*男性化		.069
媒體*未分化		.076
R <sup>2</sup>	.454 <sup>+</sup>	
N	137	

<sup>+</sup>p<.01 \*p<.05 \*\*p<.01 \*\*\*p<.001

表 5 媒體、性別角色取向(以兩性化為對照組)對膚色焦慮之交互作用摘要表

以階層回歸檢驗：媒體和性別角色取向對膚色焦慮之效果，分析結果如表。分析結果顯示，媒體和性別角色取向的主要效果能解釋膚色焦慮變異的42.1%， $F(4, 132) = 23.967$ ， $p < .001$ 。而在控制了主要效果後，媒體\*性別角色取向的交互作用可增加3.4%的膚色焦慮變異， $F(3, 129) = 2.658$ ， $p = .051 < .01$ ，為邊際顯著。而在交互作用中，只有媒體\*女性化的交互作用對膚色焦慮有顯著解釋力（ $\beta = -.159$ ， $p = .049 < .05$ ）。

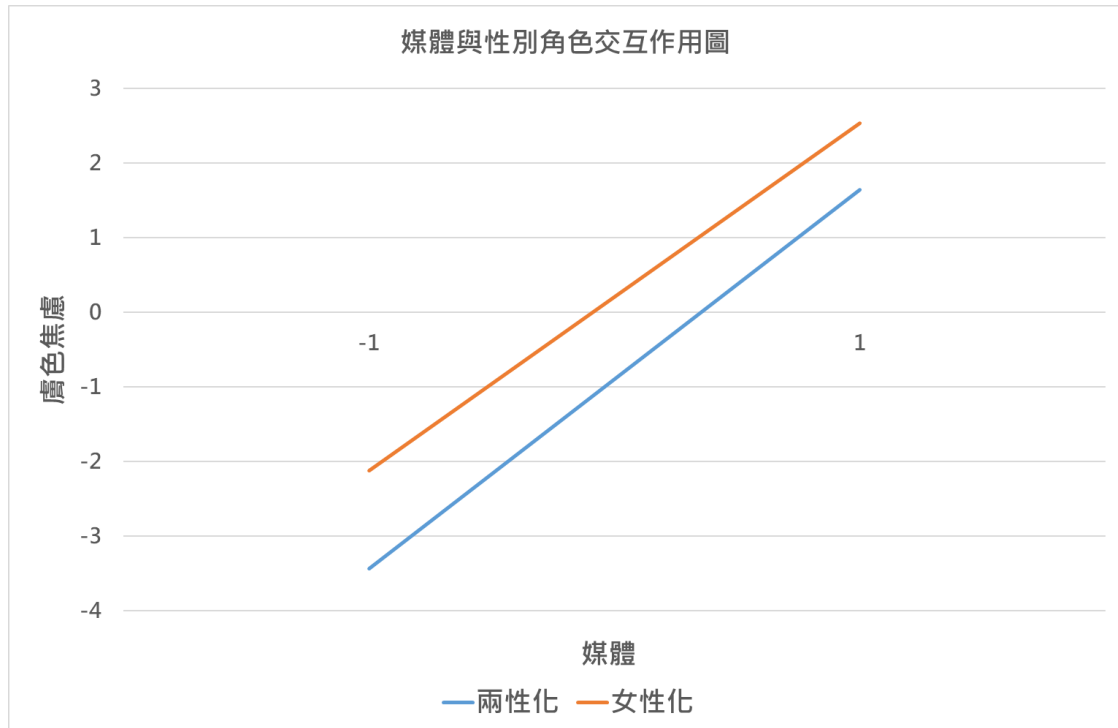


圖 3 媒體與性別角色交互作用圖

進一步繪製交互作用圖，如圖 3，可以發現兩性化之斜率較女性化大，且在媒體影響較大時，兩者漸漸靠近，故可以發現在媒體影響沒那麼大時，性別角色在媒體到膚色焦慮之間有滿大的保護效果，即兩性化角色的膚色焦慮較女性化的低上許多，但當重要他人影響較大時，性別角色的影響就慢慢變小，也就是保護效果遞減，只剩外在的媒體影響較為重要。

由上述兩部分的分析，可以發現性別角色取向的確會調節重要他人或媒體對於膚色焦慮的影響，不過只限於當兩性化為參考組時的女性化才有調節效果，且都只有在自變項程度低時，性別角色的作用才較大，是一個保護遞減效果，另外假設二只有部分成立，因為當性別角色為男性化或未分化時，相較於兩性化，此兩種性別角色在重要他人、媒體到膚色焦慮的這段關係中沒有顯著的調節作用。

### 三、其他研究發現

關於膚色認知中的理想膚色和自覺膚色，研究者除了問這兩題外，也多加了一題：「請問您對於您異性另一半膚色的偏好為？」由淺至深共 10 個分數，以更深入了解現今大學生對異性膚色偏好的看法與性別角色是否對異性膚色偏好有顯著差異。

	最小值	最大值	平均數	標準差
理想膚色	1	7	2.21	1.274
自覺膚色	1	7	3.37	1.465
異性膚色偏好	1	9	4.12	1.632

N=137

表 6 女生膚色認知各項目之描述性統計表

	最小值	最大值	平均數	標準差
理想膚色	1	8	3.35	1.590
自覺膚色	1	8	3.73	1.880
異性膚色偏好	1	5	2.44	1.214

N=55

表 7 男生膚色認知各項目之描述性統計表

表 6 與表 7 為男女在膚色認知個項目上的描述性統計，可以發現男女的自覺膚色的平均數皆大於自我的理想膚色的平均數，可能皆為想追求淺膚色，不過女生的差距較大。而在異性膚色偏好方面，女生的平均為 4.12，大於男生之理想膚色平均 3.35，可看出女生期望另一半的膚色深於男生期望自己的膚色；而男生的異性膚色偏好平均為 2.44，大於女生之理想膚色平均 2.21，可看出男生期望另一半的膚色沒有女生期望自我的膚色那麼淺。

接著探討性別角色在異性膚色偏好上是否有顯著差異，研究者認為女生若是女性化，男生若是男性化，將會更依循傳統性別角色的偏好，即女生對男生另一半的膚色偏好會顯著深於其餘三者；男生對女生另一半的膚色偏好會顯著淺於其他三者。

變異來源	SS	df	MS	F	p
性別角色	15.05	3	5.02	1.92	.129
誤差	347.09	133	2.61		
總和	2684	137			

N=137

**表 8 女生性別角色在異性膚色偏好上的變異數分析摘要表**

變異來源	SS	df	MS	F	p
性別角色	2.11	3	.702	.463	.710
誤差	77.42	51	1.52		
總和	406	55			

N=55

**表 9 男生性別角色在異性膚色偏好上的變異數分析摘要表**

而關於男女的性別角色在異性膚色偏好上的差別，F 值分別為女生 1.92，男生 0.463，p 值皆大於 .05，可發現無論男女，其性別角色在異性膚色偏好上沒有顯著差異。

不過以上針對膚色認知的研究，雖然皆由淺至深劃分 10 個等級，但提供的膚色圖只是讓受測者當參考使用，並不真正劃分為 10 種膚色（附錄有正式問卷可參考），所以每位受測者可能會產生在選擇上的誤差，也可能造成最後分數與實際上有落差，若未來有類似膚色相關的研究，建議可將膚色作更精準的區分，像是利用膚色色卡或使用膚色檢測器的方式，以提升關於膚色認知的真實性。

## 伍、結論與建議

本章根據前述研究結果提出發現、實質建議、限制以及未來研究之建議。內容分為三節討論，第一節為研究發現，第二節為實質建議，第三節為研究限制與未來研究建議。

### 一、研究發現

#### (一) 個人背景變項

性別：因男性膚色焦慮的量表信度不足，無法做出性別上的分析。

年級：年級對膚色焦慮的影響未達顯著差異，顯示出膚色焦慮是普遍性的不會因為年級的不同而有所改變。

#### (二) 重要他人、媒體與膚色歧視對膚色焦慮的解釋力

在逐步多元迴歸中則得知，只有媒體與重要他人能顯著預測膚色焦慮，共 49% 的變異量，且媒體的解釋力最高，有 40.8%，可得知媒體與重要他人的分數越高，膚色焦慮的程度越大，與先前許多關於身體意象的研究有相似的結果，而因排除膚色歧視，故假設一只有部分成立。

#### (三) 性別角色取向的調節效果

從階層迴歸分析中得知，在重要他人或媒體對膚色焦慮的影響中，性別角色對其有調節作用，不過只限於當性別角色取向為女性化且兩性化為參考組時，才具有調節效果，且效果有限，故假設二只有部分成立。

### 二、實質建議

研究中可得知，社會因素會對膚色焦慮造成影響，在前言中也提及過兒福聯盟的研究，在青少年身體意象困擾中，女性的膚色困擾位居第三，也再再提醒我們膚色的影響已越來越重，尤其是對現今年輕人來說，故研究者對學校、教育機構與家庭提出幾項建議。

(1)在現今媒體推崇單一美的年代，應鼓勵學生培養其思辨與批判能力。

就本研究可以發現媒體是影響膚色焦慮的重要因素之一，在現今媒體過度強調白就是美的主流論述中，若無良好的思辨與批判能力，容易將媒體上的論述照單全收，導致其對外貌或膚色的身體意象困擾，故學校或家庭應要培養孩子的媒體識讀的能力，學習適當的質疑媒體中一些不恰當的資訊，以建立對膚色或外貌的正確認知。

(2)鼓勵同儕間彼此欣賞，而非競爭與比較。

就本研究可以發現重要他人也是影響膚色焦慮的因素之一，可發現同儕間的相互比較也會影響到其膚色焦慮的程度，故在教育系統中，應要讓學生們學習欣賞而非競爭與比較的眼光看待同儕的膚色或外表，也可藉由一些課堂上的小活動，讓學生們分享自己對自身膚色或外表的感受與經驗，並且學習同理他人的感受而非取笑或批評。

(3)加強父母的親職教育，以建立小孩對外表的正確認識。

就本研究可以發現重要他人也是影響膚色焦慮的因素之一，可發現父母對小孩外表的評價或看法也會影響到小孩膚色焦慮的程度，故父母應建立正確的關於膚色或身體外表的概念，協助子女對自我身體有正確的認識，在子女有身體意象困擾或膚色焦慮時，也能利用知識從旁提供支持與協助。

### 三、研究限制與未來研究建議

#### (一) 研究限制

(1)研究代表性不足

本研究為問卷調查法，並且為便利抽樣在線上發放問卷，且樣本多集中於女性、大四生，導致樣本代表性不足。

(2)問卷設計存有缺陷

關於男性的膚色焦慮量表的信度低，可能代表著男性在膚色的追

求上異質性高，有追求深色也有追求淺色的膚色，或是題目取樣不當，題數過少等問題。

## (二) 未來研究建議

綜合上述研究限制，對未來的研究建議為：

- (1) 樣本按母體比例進行隨機抽樣，且可增加更多的年齡層，將膚色焦慮這個概念對不同年齡進行實證研究。
- (2) 研究應更精確區分不同追求的人群，可先進行質化訪談，再依訪談結果設計成正式問卷與增加題數，以增加量表之信度。

## 陸、參考資料

Johnson & Johnson drops skin-whitening creams

(<https://www.reuters.com/article/us-johnson-johnson-whitening-idUSKBN23Q2BZ>)

Skin Lighteners Global Market Trajectory & Analytics

<https://www.strategyr.com/market-report-skin-lighteners-forecasts-global-industry-analysts-inc.asp>

The importance of Photo type & Risk Assessment

<https://pastiche-training.com/the-importance-of-photo-type-risk-assessment/>

2014 年台灣青少年身體形象暨整形態度調查報告

[https://www.children.org.tw/news/advocacy\\_detail/1227](https://www.children.org.tw/news/advocacy_detail/1227)

Bem, S. L. (1974). The measurement of psychological androgyny.

Journal of Consulting and Clinical Psychology, 42(2), 155 - 162.

Slade, P. D. (1994). What is body image? Behaviour Research and Therapy, 32(5), 497 - 502.

Orbach, S. , 1993 . Hunger strike : the anorectic's struggle as a metaphor for our age, London : Penguin .

Olivardia et al , 2004 . 〈Biceps and Body Image: The Relationship Between Muscularity and Self-Esteem, Depression, and Eating Disorder Symptoms. 〉 . 《Psychology of Men & Masculinity》 5(2): 112-120 .

Kimberly Jade Norwood , 2015 . 〈"If You Is White, You Is White, You' s Alright. . . . Stories About Colorism in America〉 . 《Washington University Global Studies Law Review》 (14) :585-607 .



Levine, M. P., & Smolak, L. (2002). Body image development in adolescence. In T. F. Cash & T. Pruzinsky (Eds.), *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice* (pp. 74-82). New York: Guilford Press.

Sarah Grogan 著、黎世鳴譯，2001，《身體意象》。台北：弘智文化。

蕭芳惠、林薇，1998，〈臺北市高中女生的體型意識及飲食異常傾向之研究〉。

《衛生教育學報》。(11): 107-127。

顏美智、黃德祥，2009，〈高中職學生個人特質、社會因素與身體意象之相關研究〉。《人文暨社會科學期刊》。5(2): 1-16。

黃曬莉、張錦華 (2005)。〈台灣民眾的身體意象及其預測因子：人際壓力、媒體信任作為中介變項〉。《中華心理學刊》。47(3): 269-287。

尤媽媽 (2002)。〈大學生體型及其身體意象相關因素之研究—以中原大學新生為例〉。國立臺灣師範大學衛生教育研究所碩士論文。

李美枝、鐘秋玉 (1996)。〈性別與性別角色析論〉。《本土心理學研究》。(6): 260-299。

盧勤、蘇彥捷 (2003)。〈對 Bem 性別角色量表的考察與修訂〉。《中國心理衛生雜誌》。17 (8) :550-553。

李幸玲 (2004)。〈高雄市高職學生自尊身體意象及性行為之研究〉。中國文化大學生活應用科學研究所碩士論文。

賈文玲 (2001)。〈青少年身體意象與自尊、社會因素關係之研究〉。中國文化大學兒童福利研究所碩士論文。

陳俐君 (2008)。〈青少年身體意象困擾及其影響因素之研究〉。國立交通大學教育研究所碩士論文。

王麗瓊 (2001)。〈國中生身體意象之相關因素分析研究〉。國立臺灣師範大學衛生教育學系在職進修碩士班碩士論文。

- 張錦華 (1997)。〈女為悅己者容？瘦身美體廣告的影響研究台灣塑身廣告效果〉。中華傳播學會 1997 年會論文。
- 楊淑昭 (2011)。〈青少年性別角色、身體意象與同儕關係之相關研究〉。大葉大學教育專業發展研究所碩士在職專班碩士論文。
- 徐世秋 (2009)。〈台北市高中職學生性別角色、社會影響因素與身體意象關係之研究〉。中國文化大學青少年兒童福利研究所碩士論文。
- 吳佳慧 (2014)。〈國中生社會文化因素與身體意象、自尊之相關研究-以屏東縣某國中為例〉。樹德科技大學人類性學研究所碩士論文。
- 吳美慧 (2006)。〈內省智能、偶像明星及重要他人對國中生身體意象的影響~以台南市為例〉。臺灣師範大學人類發展與家庭學系在職進修碩士班碩士論文。
- 張維揚 (2003)。〈北區某醫學校院學生身體意象對減重意圖之影響及其相關因素之探討〉。臺北醫學大學醫學科學研究所碩士論文。
- 梁永昌 (2015)。〈青少年身體意象、學業成就對參與休閒活動之影響-以台中市某國中為例〉。朝陽科技大學休閒事業管理學研究所碩士論文。

## 附錄、正式問卷

「異性戀大學生膚色焦慮現象之研究」調查問卷

您好：

感謝您點進此問卷！

我是輔仁大學社會學系的學生，目前正在進行學士論文的研究，將研究異性戀大學生的膚色焦慮現象，而此問卷的問題是想了解您對於您自身膚色的一些感受和想法或為了膚色所做出的行為，請詳讀題目後根據您自身經驗回答。

若您符合 1. 大學生 2. 異性戀，方能參與此次研究，所有資料將保密並且僅供此次研究使用，請放心作答。

再次感謝您的參與和提供寶貴的資料!!

輔仁大學社會學系  
指導教授：翁志遠教授  
學生：張幼勤  
中華民國 109 年 9 月

請問您是否為異性戀？

是 否（請停止作答）

### 第一部分：基本資料

請問您的年級？

大一 大二 大三 大四 大五或以上

請問以下對於您自身的描述是否符合？	非常 不符 合	不符 合	符合	非常 符合
自立的				
堅守自己信念的				
獨立的				
武斷的				
個性強的				
有力的				
分析能力強的				
有領導能力的				
果斷的				
有立場的				
進取的				
有競爭心的				
有雄心的				
受人讚賞的				
忠誠的				

有同情心的				
對他人的需要敏感的				
善解人意的				
憐憫他人的				
樂於撫慰受傷害情感的				
熱情的				
溫柔的				

### 第二部分：重要他人

以下的題目想要了解你的父母、同學、朋友對你的膚色所作的評價與比較，對你自身所產生的想法與感受。這些題目沒有標準答案，請依據你個人的實際感受，選擇一個最符合你的答案。	非常不同意	不同意	普通	同意	非常同意
我的膚色若能更白皙一點，我會擁有更多朋友					
我的同學與朋友都很重視自己的膚色深淺					
我會在意同學朋友對我的膚色的評價					
我的父母會對我的膚色深淺作評價					
我會在意父母對我膚色的評價					
我會將自己的膚色與同學朋友做比較					
看到同學朋友的膚色很白皙，我會想跟他一樣					
我會覺得自己的膚色不夠白皙，而被別人以異樣眼光看待					
我會覺得自己的膚色不夠白皙，而被別人以異樣眼光看待					
朋友或同學會以我的膚色取相關的綽號					

### 第三部分：媒體

以下的題目想要了解電視偶像明星的膚色，對你自身所產生的想法與感受。這些題目沒有標準答案，請依據你個人的實際感受，選擇一個最符合你的答案。	非常不同意	不同意	普通	同意	非常同意
我希望自己有像媒體上出現的偶像明星(例如王心凌，太妍)一樣的白皙膚色					
女生的膚色如果像媒體上的女明星(例如王心凌，太妍)一樣白皙，她們比較具有吸引力					

男人的膚色如果像媒體上的男明星(彭于晏，張孝全)一樣黝黑，他們比較具有吸引力					
我的膚色如果像媒體上的偶像明星(例如王心凌，太妍)一樣白皙，我將會對自己感到更滿意					
當自己的膚色看起來不像偶像明星(例如王心凌，太妍)般白皙時，我會感覺自己沒有吸引力					
看到媒體上出現膚色白皙的樣貌，會讓我想要改變自己的膚色					
媒體所展現出的白皙膚色，會讓我注意到自身的膚色					
我會將我的膚色與偶像明星(例如王心凌，太妍)的膚色作比較					
我會將我朋友的膚色與偶像明星(例如王心凌，太妍)作比較					

#### 第四部份：膚色焦慮

請問您自我的理想膚色為？(若最左邊為1，最右邊為10)



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

請問您自覺您的膚色為？(若最左邊為1，最右邊為10)



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

請問您對於您異性另一半膚色的偏好為？(若最左邊為1，最右邊為10)



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

以下題目是想了解您對自身膚色的認知、感受與行為。這些題目沒有標準答案，請依據你個人的實際想法，選擇一個最符合你的答案。	非常不同意	不同意	普通	同意	非常同意
請問您對於您的膚色滿意嗎？					

若我的膚色不是我所理想的，我會對自己感到不自信					
我會時常關切我自身的膚色					
我會使用美白相關產品（如粉底液、美白乳液等等）					
為了怕曬黑，我會選擇放棄一些戶外活動					
我會使用助曬機或相關助曬產品					
我會做日光浴					

### 第五部分：膚色歧視

以下題目是想了解您對於膚色的看法。這些題目沒有標準答案，請依據你個人的實際想法，選擇一個最符合你的答案。	非常不同意	不同意	普通	同意	非常同意
我認為我的膚色會影響我的自尊					
我認為膚色較淺的女生容易與人相處					
我認為皮膚白皙的男生沒有男子氣概					
若附近有膚色較深的女生我會感到不舒服					
我的大多數朋友傾向於相同的膚色					
在選擇另一半時，我偏愛深色的膚色而不是淺色的膚色					
我認為膚色較淺的女生會使其更有吸引力					
我認為女性若是皮膚黝黑會在面試工作上不順利					
我認為男性若是皮膚白皙會在工作升遷上不順利					