

常到戶外玩耍或早睡的小孩感覺較有自尊感。

2009 年 8 月 19 日產經新聞
台北駐日經濟文化代表處文化組

福岡縣相關單位自去年 12 月開始，利用 3 個月的時間針對縣內 1 萬 3 千位國中 2、3 年級及國小 4、6 年級學生進行大規模問卷調查有關自尊感與日常生活之相關情形得知，能經常到戶外玩耍或早睡的小孩子較感覺到人生之價值，顯得有自尊感。專家認為「自尊感帶來人生夢想與希望，它可從孩子日常生活習慣與玩耍中得到答案。」

問卷項目包括「你認為平常做什麼事都不順嗎？」「你認為自己與其他同學一樣什麼事都會」等 10 項。結果小學生方面高達 42% 每天在戶外玩耍 1 小時以上者認為自己很有自尊感。相對的，在戶外玩耍不到 1 小時的學生只有 29% 有如此認為。

調查另外指出，約有 45% 之小學生晚上 10 時以前睡覺。34% 小學生熬夜。至於國中生之情形也差不多。

