資訊概論期中報告

**應有盡有的世界，你快樂嗎？**

**調查報告**



〈高中時插畫作品〉

班級：竹視傳一C

學號：1005445135

姓名：侯孟辰

指導老師：王曉今

中國科技大學 視傳達設計系

中華民國一○○年十月三一日星期一

目錄

1. 調查動機與目的
2. 主題背景分析
3. 問卷分析
4. 結論與建議
5. 調查動機與目的

**當世界文明越來越豐富飽和的時候，人是否快樂？**

**當我們生活擁有更大的便利性，我們是否快樂？**

**如果可以放縱一次，你想做些什麼？**

本次問卷調查想從中了解現代人的快樂與不快樂是哪些地方，而每個人又是如何解放自己壓抑的情緒，快樂的定義是什麼？不快樂的定義是什麼？都是本問卷目的宗旨。

1. 主題背景分析

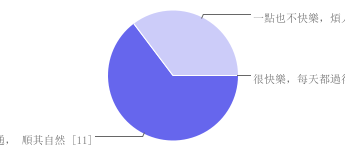
觀察人的情緒及心裡想法是我的興趣，可以從中了解每個人心裡的隱性情感，有些奔放；有些保守。在這資訊爆炸的時代，抱著純真想法的人已剩下不多了，弱者強食的趨勢越來越嚴重，每個人快樂與不快樂的燃點也越來越不一樣，紓解寂寞悲傷的方式，也有更多方向選擇。

希望可以從問卷當中，了解當下每個人快樂指數，更能明白如何在這混亂環境下，找到快樂。

1. 問卷分析

###### 問卷資料網址: [https://docs.google.com/spreadsheet/viewform?formkey=dFdoT3hOaDdtbXRuZ0dGRUxLNGdwd0E6MQ](http://www.facebook.com/l.php?u=https%3A%2F%2Fdocs.google.com%2Fspreadsheet%2Fviewform%3Fformkey%3DdFdoT3hOaDdtbXRuZ0dGRUxLNGdwd0E6MQ&h=FAQEMcbWOAQFGwMaAWpaD1viSbObsILj9tVLxRVHAHcEBBw)

**第一題:活在這世界，你認為你快樂嗎？**

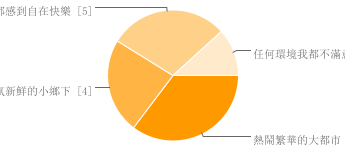


|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 很快樂，每天都過得很充實 |  | **0** | 0% |
| 普普通通， 順其自然 |  | **11** | 65% |
| 一點也不快樂，煩人的事情一堆。 |  | **6** | 35% |

分析:從第一題可以了解大多數的人都是抱著順其自然的心態過日子，好處是生活壓力較低、情緒與思考較為理性，缺點就是可能會衍生出消極的心境。

**第二題:**

**怎樣的環境使你覺得快樂自在？**

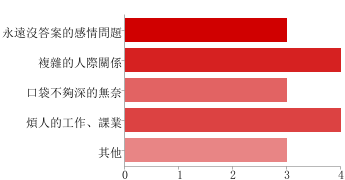


|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 熱鬧繁華的大都市 |  | **6** | 35% |
| 空氣新鮮的小鄉下 |  | **4** | 24% |
| 任何環境都感到自在快樂 |  | **5** | 29% |
| 任何環境我都不滿意 |  | **2** | 12% |

分析:此題調查比例較為平均，大都市和小鄉下都有人喜愛，任何環境都自在快樂的比例在佔了不少，只要少數人對於任何環境不滿意，可能是適應力不佳，或者是情緒較為低落。

**第三題:**

**常常造成你不快樂的是什麼事情**

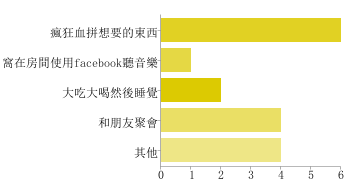


|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 永遠沒答案的感情問題 |  | **3** | 18% |
| 複雜的人際關係 |  | **4** | 24% |
| 口袋不夠深的無奈 |  | **3** | 18% |
| 煩人的工作、課業 |  | **4** | 24% |
| 其他 |  | **3** | 18% |

分析:大多數人還是比較煩惱於複雜的人際關係以及煩人的工作、課業，而這兩者是息息相關的，通常前後兩者其一不快樂會間接連鎖效應，例如:人際關係不好導致工作不順利；工作不順利導致沒有心力維持人際關係等組合類型。

**第四題:**

**做什麼事情可以使你快樂？**



|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 瘋狂血拼想要的東西 |  | **6** | 35% |
| 窩在房間使用facebook聽音樂 |  | **1** | 6% |
| 大吃大喝然後睡覺 |  | **2** | 12% |
| 和朋友聚會 |  | **4** | 24% |
| 其他 |  | **4** | 24% |

分析:瘋狂購買自己想要的東西，果然是最能直接滿足自己慾望〈快樂〉的方式，而做其他事情以及和朋友聚會的比例也名列第二，表示不少人還是需要心靈上的滿足〈聊天、抱怨、八卦〉

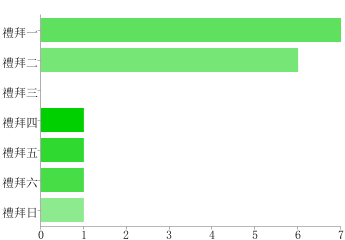
**第五題:**

**不快樂也許是太壓抑，如果讓你放縱一次，你最想做什麼？**

夜店 哭 搶劫 旅行 百貨公司所有東西都不用錢~ 去唱KTV狂罵髒話~ 甚麼都不做在天上飛?! 搭著火車到陌生的城市逛逛出國 裸奔 大叫大哭跟朋友大玩 環島 做我自己想做得事情, ,誰都不可以阻擋

分析:這題調查是填充題，可以從中看見每個人內心想做的事情，與其說放縱，不如說是想好好熱血一下。

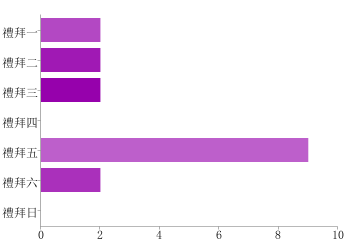
**第六題:一個禮拜裏面，哪天讓你心情最不好？**



|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 禮拜一 |  | **7** | 41% |
| 禮拜二 |  | **6** | 35% |
| 禮拜三 |  | **0** | 0% |
| 禮拜四 |  | **1** | 6% |
| 禮拜五 |  | **1** | 6% |
| 禮拜六 |  | **1** | 6% |
| 禮拜日 |  | **1** | 6% |
|  |  |  |  |

分析:由此可見，放完週休二日第一、二天最痛苦，可以說是全世界最悲劇的日子。

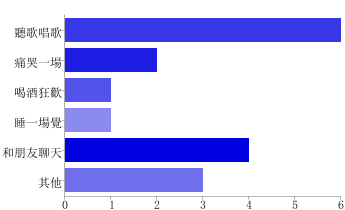
**第七題:一個禮拜裡，哪天讓你心情超級好**



|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 禮拜一 |  | **2** | 12% |
| 禮拜二 |  | **2** | 12% |
| 禮拜三 |  | **2** | 12% |
| 禮拜四 |  | **0** | 0% |
| 禮拜五 |  | **9** | 53% |
| 禮拜六 |  | **2** | 12% |
| 禮拜日 |  | **0** | 0% |

分析:禮拜五的魅力果然無法擋，使人最快樂的日子，莫非是他了！

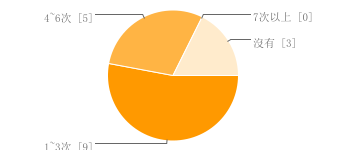
**第八題:如果不快樂你怎樣發洩自己壓抑的情緒？**



|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 聽歌唱歌 |  | **6** | 35% |
| 痛哭一場 |  | **2** | 12% |
| 喝酒狂歡 |  | **1** | 6% |
| 睡一場覺 |  | **1** | 6% |
| 和朋友聊天 |  | **4** | 24% |
| 其他 |  | **3** | 18% |

分析:聽音樂、唱歌果然是治癒心情不好的好方法，可以藉由音樂洗淨心上的灰塵，用歌唱釋放出悲傷能量。

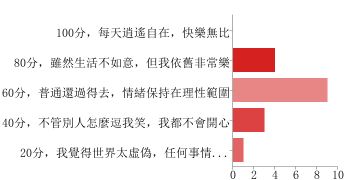
**第九題:你每天發自內心的笑有幾次**



|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1~3次 |  | **9** | 53% |
| 4~6次 |  | **5** | 29% |
| 7次以上 |  | **0** | 0% |
| 沒有 |  | **3** | 18% |

分析:大多數人每天至少可以獲得1~3次以上的快樂能量，有少數人是一點快樂能量都沒有。

第十題:你認為你的快樂有幾分？



|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 100分，每天逍遙自在，快樂無比 |  | **0** | 0% |
| 80分，雖然生活不如意，但我依舊非常樂 |  | **4** | 24% |
| 60分，普通還過得去，情緒保持在理性範圍 |  | **9** | 53% |
| 40分，不管別人怎麼逗我笑，我都不會開心 |  | **3** | 18% |
| 20分，我覺得世界太虛偽，任何事情都沒辦法使我快樂 |  | **1** | 6% |

分析:原來現代人是沒辦法每天擁有快樂的心情，大多數人都處於普通還過得去，情緒保持在理性範圍的生活下〈60分〉，有少數人快樂分數偏低〈20分、40分〉屬於這族群的人要十分小心控制自己的情緒。

**四、結論與建議**

**從此份問卷調查中，可以得知將近七成的人都抱著較為順其自然的方式過日子，相對的獲得的快樂有限。而不快樂的原因大多數都是人際關係和課業、工作，可見這是現代人生活維持的重心。**

**而最不快樂的日子〈禮拜一〉、最快樂的日子〈禮拜五〉是大家非常有默契的共識，禮拜一的時候記得彼此打氣加油，禮拜五的時候一起出去好好玩一場吧！**

**快樂與不快樂是一體兩面的，普通生活方式也許安穩，但如果缺乏刺激會導致空虛，衍生出不快樂的元素；相對的，太過於刺激火熱的生活方式，也容易造成迷失放縱。**

**感謝大家填寫這份問卷，讓你我更了解。**