

某工專夜間部吸菸男生之戒菸意圖、戒菸行為 及其影響因素之研究

魏米秀* 呂昌明**

本研究之主要目的在於運用 Ajzen 的計劃行為理論來預測並解釋某工專夜間部吸菸男生之戒菸意圖及戒菸行為。同時也比較理性行為理論與計劃行為理論二者在解釋戒菸行為上的適用性。本研究在結構式問卷施測兩個月以後，以電話訪問的方式追蹤戒菸行為。結構式問卷施測共得175份有效問卷，行為追蹤則完成了147名。

研究結果發現：在控制原菸量的影響力之後，本研究對象的戒菸行為（減菸量）可由戒菸意圖、知覺行為控制和戒菸經驗加以預測。而對戒菸的態度、主觀規範和知覺行為控制則可有效地解釋戒菸意圖。整體而言，本研究結果支持計劃行為理論的假設，並發現計劃行為理論應用在戒菸行為上，比理性行為理論更為合適。

關鍵語：戒菸行為、戒菸意圖、計劃行為理論、理性行為理論

壹、前言

「吸菸有害健康」早已廣為科學界所承認，民國78年臺灣地區由於吸菸引起的死亡人數有19,072人，佔當年死亡人數的18.7%；而男性肺癌死亡人數中，更有高達95%是與主動或被動吸菸有關的（行政院衛生署，民82）。

世界衛生組織把限制吸菸的活動歸類為三個等級的傷害預防（引自陳光耀，民73）：(1).第一級預防(Primary prevention):保障年幼民眾不為吸菸所害，以及讓沒有疾病症狀的吸菸者戒菸。(2).第二級預防(Secondary prevention):鼓勵高危險吸菸者或開始有疾病症狀的癮君子戒菸，並且保障不吸菸的人。(3).第三級預防(Tertiary prevention):使已經患有吸菸相關疾病的吸菸者戒菸。由此可看出鼓勵吸菸人口儘早戒菸也是十分重要的反菸策略之一。

根據研究，20至25歲是日後吸菸習慣養成的關鍵時期（洪錦珠，民77；黃蔚綱等，民77；陳紫郎，民78），此時期大約相當於我國的大專生。依洪錦珠(民77)及黃蔚綱等(民77)的研究發現：國內大專日間部男生吸菸率約為30%。這些青年學生的吸菸行為尚未十分牢固地建立，且尼古丁在其體內的危害情形也較輕微(Black & Babrow, 1991)，正是控制菸害的「一級預防」中所欲積極介入的對象。

* 國立台灣師範大學衛生教育研究所

** 國立台灣師範大學衛生教育研究所副教授

本研究即以某工專夜間部有吸菸習慣的男生為對象，運用Ajzen (1985,1988) 的計劃行為理論(A Theory of Planned Behavior)來預測並解釋其戒菸意圖及戒菸行為，期瞭解促使其產生戒菸行為的因素，以做為推行反菸衛生教育的參考。同時也探討理性行為理論(A Theory of Reasoned Action)與計劃行為理論二者在解釋戒菸行為上的適用性。

貳、理論架構

一、理性行為理論

Fishbein及Ajzen(1980)認為人們是否採行某項行為的行為意圖是該行為發生與否的立即決定因子 (Immediate Determinant)。而影響行為意圖的兩大因素則為：(1)對採行某行為的態度，及(2)影響個人採行該行為的主觀規範。其觀點可以下列公式表示：

$$B \sim B I = (A b) W_1 + (S N) W_2$$

B=個人的某項行為(Behavior)

B I=個人採行該行為的行為意圖(Behavior Intention)

A b=個人對採行該行為的態度(Attitude toward the behavior)

S N=個人對採行該行為的主觀規範(Subjective Norm)

W₁、W₂=實証所得標準化複迴歸係數

態度的定義為：個人對採行某項行為的正向或負向的評價。而此態度的形成可從個人對採行某項行為可導致某些結果的信念(稱行為信念)及對這些結果的評價來解釋，可以下列公式表示：

$$A b = \sum_{i=1}^n B_i E_i$$

其中B_i=對採行該行為後，所導致結果i之信念

E_i=個人對行為結果i的評價

n=行為信念的數目

而主觀規範乃指個人對是否採行某項行為的社會壓力的知覺。主觀規範是規範信念(Normative Belief)和依從動機(Motivation to Comply)的函數。規範信念是指個人知覺到重要他人認為他應不應該採行某項行為的壓力；依從動機則指個人是否願意依從重要他人認為他應不應該採行該行為的意願。可以下列公式來表示：

$$S N = \sum_{j=1}^m N B_j \cdot M C_j$$

其中NB_j=個人覺得參考對象j認為他應不應該採行該行為的信念

MC_j=個人依從參考對象j的動機

n=重要參考對象的數目

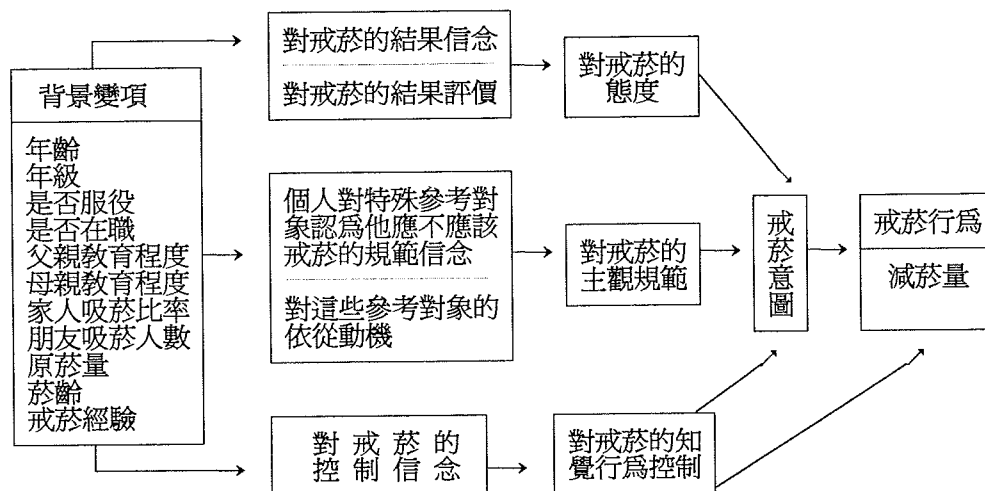
而外在變項(External Variables)，諸如：人口學特質等對行為、行為意圖的影響，則是透過態度、主觀規範的相對重要性，及其決定因素(行為信念、結果評價、規範信念和依從動機)而間接地產生影響。

二、計劃行為理論

計劃行為理論乃是理性行為理論的延伸。理性行為理論原有的基本假定是：行為的發生乃是基於個人的意志控制(Volitional Control)。然而，在實際情形下，許多因素均會影響個人意志控制的程度(Ajzen, 1985)。Ajzen因此在態度、主觀規範之外，增加了一個「知覺行為控制」(Perceived Behavioral Control)，其定義為：個人對於完成某行為的容易／困難程度的可能性的信念。知覺行為控制不但與態度、主觀規範一樣，為構成行為意圖的一項動機力，而間接地影響行為；它也可不經由行為意圖，直接影響行為的產生。

三、研究架構

吸菸是一種上癮行為，對大多數的人而言，戒菸並不能完全由自己控制（陳紫郎，民78；Ajzen, 1985），因此計劃行為理論應比理性行為理論更能解釋及預測戒菸行為。本研究即採用Ajzen(1985)的計劃行為理論發展出研究架構如圖一。



圖一 研究架構

參、研究方法

一、研究對象

本研究以某工專夜間部(三專)八十一學年度第一學期在學的全體男生為抽樣母群。其中有吸菸習慣的男生方為本研究結果欲推論之母群。本研究以班級為抽樣單位，所抽得班級內的所有男生均為調查樣本，共抽得26個班，826人。在結構式問卷施測時到場實際受測者有654人，其中有178名吸菸者，扣除3份廢卷後，共得175份有效問卷。兩個月後以電話訪問進行行為追蹤，共完成了147名。

二、研究工具

本研究首先編擬開放式引導問卷，在正式樣本外，以簡單隨機集束抽樣抽出該校七個班級的男生施測。問卷回收後，先將受測者所填答的信念按頻率高低依序排列，再篩取累加頻率為總頻率前70%的信念為顯著信念(Salient Beliefs)。而後依據文獻探討及開放式引導問卷結果編擬結構式問卷，經預試修改後完成。正式問卷除了基本資料外，其餘均以7點量表計分。計分方式並依照Ajzen和Fishbein(1980)對於理性行為理論的指引來操作。

重要問卷內容概述如下：

- (1)結果信念(11題)如：戒菸會使我省錢是--非常有可能(3)~非常不可能(-3)。
- (2)結果評價(11題)如：戒菸會使我省錢是--非常好(3)~非常不好(-3)。
- (3)態度(5題)如：我認為在未來兩個月內從事戒菸活動對我而言是--非常好(3)~非常不好(-3)。
- (4)規範信念(7題)及依從動機(7題)如：我覺得我的父母認為我戒菸是--非常應該(3)~非常不應該(-3)；而就應不應該戒菸而言，我依從他們的意願是--非常願意(7)~非常不願意(1)。
- (5)主觀規範(2題)如：我覺得在我的日常生活中，大多數對我重要的人，認為我在未來兩個月內從事戒菸活動是--非常應該(3)~非常不應該(-3)。本量表兩個子題的相關值為.61。
- (6)控制信念(7題)如：我認為當我情緒低潮時會妨礙我戒菸是--非常有可能(3)~非常不可能(-3)。
- (7)知覺行為控制(3題)如：對我來說，在未來兩個月內要戒菸成功是--非常容易(3)~非常困難(-3)。
- (8)行為意向(4題)如：我打算在未來兩個月內從事戒菸活動是--非常可能(3)~非常不可能(-3)。

除了主觀規範之外，其餘各分量表的 Cronbach α 值均在.76~.92之間。

在結構式問卷施測兩個月以後，由研究者以電話訪問的方式進行行為追蹤。電話訪問內容包括：目前吸菸情形、這兩個月中是否經歷過與戒菸或吸菸有關的特殊事件？

肆、結果與討論

一、研究對象背景資料

研究對象的年齡分佈多集中於20-25歲之間，但差異相當大(18.9-44.8歲)。約有一半的受試者(54.0%)已服過兵役；有一半以上(64.4%)目前有兼職工作。研究對象原來的每日吸菸量平均為14.01支，平均菸齡為5.49年。有半數以上(58.9%)的受試者曾經有戒菸的經驗，其中最長的戒菸天數大多不超過一個月。在本研究對象中，沒有人曾參加過任何的戒菸班。大部分(70.9%)受試者家中有一個以上吸菸的家人，絕大部分(96.6%)的受試者均擁有吸菸的朋友。

二、戒菸行為及其影響因素

對於戒菸行為，本研究採用減菸量為衡量的指標。其值是以原來平均每日吸菸量(支)減去兩個月後的平均每日吸菸量的差值來代表。在前後施測兩個月間，受試者中有44名(30.1%)仍維持原來的菸量；菸量減少者則有71位(48.6%)，其中最多減了40支/天；另外31名受試者(21.2%)的菸量則有增加的情形，其中最多增加了12支/天。所有受試者減菸量的平均值為2.5支/天，標準差為7.5支/天。

本研究中的重要變項之間的相關矩陣列於表一。分析戒菸行為的影響因素時，首先以減菸量為依變項，以戒菸意圖為自變項進入迴歸模式中分析，則戒菸意圖約可解釋減菸量的總變異量的5.2%($F=7.90$ $p<.01$)(見表二)。此項結果已初步符合理性行為理論的假設。但是當在戒菸意圖之後，再加入知覺行為控制為第二個自變項進行迴歸分析時，則知覺行為控制並不如計劃行為理論所言能有意義地增加對減菸量的解釋量($F\text{-change}=1.25$ $p>.05$)。至此，如僅以單純的減菸量為依變項，則戒菸意圖仍是其立即的、最佳的影響因子。

在本研究中，原菸量與減菸量的相關達.454($p<.001$)，亦即減菸量的多寡將可能因為其原來菸量水準不同而有所不同。因此，較好的方式是在以「改變分數」為依變項的同時，能控制「原來分數」。接下來將加入原菸量為控制變項，在排除原菸量的影響之後，再進行複迴歸分析。在表二的中間部分可看出：當以原菸量為控制變項，而後加入戒菸意圖為第一個自變項時， R^2 增加了5.7%($F\text{-change}=11.15$ $p<.01$)，代表在考慮原菸量的影響下，戒菸意圖可以有意義地解釋減菸量，戒菸意圖愈強，減菸量愈大。進一步加入知覺行為控制為第二個自變項時， R^2 增加了.039 ($F\text{-change}=8.02$ $p<.01$)。亦即在考慮原菸量的影響時，知覺行為控制可以在戒菸意圖之外，有意義地增加對減菸量的解釋量，知覺行為控制愈強，減菸量愈大。此時，整個複迴歸模式(包括控制變項)對減菸量總變異的解釋量可達30.3%。

至此，本研究資料支持計劃行為理論的架構，亦即知覺行為控制這個新變項的加入，對於增加戒菸行為的解釋力是有作用的。因此，要促進本研究對象戒菸行為的發生，除了要促使其產生戒菸意圖之外，也要加強其對戒菸的知覺行為控制。學校應提供給學

生戒菸的機會(如：開設戒菸班、戒菸團體)、教導學生有關戒菸的技術，以克服菸癮對人所產生的牽制作用，並增強其對戒菸成功的可控制感和自信心，如此對於促進學生的戒菸行為將有正面的效果。

表一 重要變項的相關矩陣 (人數:146)

變項名稱	戒菸意圖	態 度	主觀規範	知覺行為控制	減菸量
戒菸意圖	1.00				
態 度	.531***	1.00			
主觀規範	.363***	.562***	1.00		
知覺行為控制	.543***	.419***	.341***	1.00	
減 菸 量	.228**	---	---	.204**	1.00

[註] ** : $p < .01$ *** : $p < .001$

依照理性行為理論，「測量意圖」與「觀察行為」之間所發生的未預期事件是可能影響兩者相關強度的原因之一。在本研究中，有49人(33.6%)自我報告在兩個月間曾經歷過與戒菸相關的未預期事件(如：身體不舒服、工作或課業壓力、他人勸戒…等)。研究者便將受試者依未預期事件發生的有／無分為兩組，分別進行相關分析，以檢視未預期事件對於行為實踐的干擾作用。結果發現：曾發生未預期事件者($n=49$)，其戒菸意圖、知覺行為控制與減菸量的相關均降低為不顯著的程度；反觀未曾發生未預期事件者($n=96$)，其減菸量與戒菸意圖($r=.267$ $p < .01$)、知覺行為控制($r=.230$ $p < .05$)則都可達到顯著的相關。由此結果可推知未預期事件對於行為的實踐的確存有某種程度的干擾作用。

在其他社會人口學因素以及經驗等外在變項中，只有戒菸經驗與減菸量的相關達顯著水準($r=.232$ $p < .01$)，有戒菸經驗者的減菸量顯著比不曾戒菸者的減菸量高。因此選取戒菸經驗此一外在變項進入複迴歸中進行Partial F-test。結果發現戒菸經驗的加入，使得 R^2 有意義地增加了4.7%($F\text{-change}=10.16$ $p < .01$)(見表二)。代表戒菸經驗可以不需要透過行為意圖及知覺行為控制，而能直接影響減菸量。在進行戒菸教育時，對於沒有戒菸經驗者，應設法使其體認實際戒菸時所可能遭遇到的情境，並教導其克服的技術。Bentler & Speckart(1979, 1981)曾經針對理性行為理論提出一個改良的模式，其中加入了先前行為(prior behavior)為自變項，並認為先前的行為會直接影響行為意向和行為。對個體而言，先前行為代表生活的習慣和經驗，其對於未來行為的實踐具有一定程度的影響力。本研究結果支持此一論點。因此在以理性行為理論或計劃行為理論為架構的研究，最好能將先前行為納入研究變項中，以得到更充足的訊息。

表二 減菸量的複迴歸分析

(人數:146)

步驟	自變項	β	R	R ²	F	R ² - change	F- change
STEP1	戒菸意圖	.228**	.228	.052	7.90**		
STEP2	戒菸意圖	.166*					
	知覺行為控制	.110	.245	.060	4.58*	.008	1.25
STEP1	原菸量 (控制變項)	.446***	.454	.206	37.30***		
STEP2	原菸量	.460***					
	戒菸意圖	.240**	.513	.263	25.54***	.057	11.15**
STEP3	原菸量	.505***					
	戒菸意圖	.101					
	知覺行為控制	.247**	.550	.303	20.53***	.039	8.02**
	原菸量	.505***					
	戒菸意圖	.048					
	知覺行為控制	.284**					
	戒菸經驗	.221**	.591	.349	18.93***	.047	10.16**

[註] *:p<.05 **:p<.01 ***:p<.001

三、行為意圖及其影響因素

在本研究中，行為意圖的時間元素均配合測量行為的時間，以「未來兩個月」為主。受試者增加菸量的意圖明顯趨於負向(Mean=-1.64)。其次，減少菸量(Mean=0.34)和戒菸意圖(Mean=-0.78)則分別傾向微量的正向及負向。而維持原菸量的意圖則是分數最高(Mean=1.23)，且明顯趨於正向者。

以態度和主觀規範為自變項來預測戒菸意圖的結果，此二變項可以有意義地解釋戒菸意圖總變異量的28.6%(見表三，F=33.98 p<.001)。其中主觀規範的迴歸係數呈不顯著狀態，這可能是因為主觀規範與態度間有相關存在(r=.562 p<.001)，受到態度比較強勢的影響，導致只需以態度即可涵蓋主觀規範的說明力而能充分解釋戒菸意向的變異。其次，將知覺行為控制於態度、主觀規範之後加入複迴歸模式中成為第三個自變項，結果使得整個模式的解釋量顯著地增加了11.7%(F-change=33.25 p<.001)。此結果與計劃行為理論的假設一致，也就是除了態度、主觀規範之外，知覺行為控制的加入可以有意義地增加對戒菸意圖的說明力。

當我們以簡單相關檢視戒菸意圖與各外在變項間的關係時，只有先前的戒菸經驗與戒菸意圖達顯著低程度的相關 ($r=.179$ $p<.05$)。不曾戒菸者對於戒菸意圖的評估顯著比曾經戒菸者抱持較為負向的看法。但進一步將戒菸經驗加入複迴歸模式中時，它卻無法有意義地在模式內變項之外增加對戒菸意圖的解釋力。可見得戒菸經驗雖然與戒菸意圖有相關，但其影響是透過模式內的變項而間接影響戒菸意圖，並非直接的影響。此現象與理性行為理論對於行為意圖的看法相符合(Ajzen & Fishbein,1980)。

表三 戒菸意圖的複迴歸分析

(人數:173)

步驟	自變項	β	R	R ²	F	R ² - change	F- change
STEP1	態度	.491***					
	主觀規範	.071	.534	.286	33.98***		
STEP2	態度	.362***					
	主觀規範	.017					
	知覺行為控制	.381***	.635	.403	38.04***	.117	33.25***

[註] 1. r值為自變項與戒菸意圖的簡單相關

2. ***: $p<.001$

四、態度、主觀規範、知覺行為控制與其構成信念間的關係

理性行為理論認為態度可由結果信念(B_i)和結果評價(E_i)的單題乘積和來構成。研究結果，態度與 $\sum B_i * E_i$ 的相關為.199($p<.05$)，達顯著水準。 $\sum B_i * E_i$ 分數愈高，其對戒菸的態度便愈趨正向。此結果與國內諸多研究各種健康行為所得的結果(如：李碧霞(民81)研究授乳行為， $r=.48$ ；楊雪華(民80)研究體重控制， $r=.53$ ；劉翠媚(民79)研究乳房自我檢查， $r=.55$ 等)相較之下，本研究的態度與 $\sum B_i * E_i$ 的相關度有稍微偏低的傾向，這種現象值得繼續研究探討。

理性行為理論認為主觀規範可由規範信念(NB_j)與依從動機(MC_j)的單題乘積和($\sum NB_j * MC_j$)來預測。對這兩個變項進行積差相關分析的結果，其相關值為.485($p<.001$)，達顯著程度，與理論假設一致。再以其單題乘積($NB_j * MC_j$)為指標，以檢視各參考對象對於受試者主觀規範認知的影響情形。結果發現：在所有參考對象中，「朋友」的規範程度有明顯偏低的情形。受試者大多認為其朋友們對於其採行戒菸活動的贊同度並不很高(Mean of $NB_j=.79$)，而受試者又頗為願意依從這些朋友們對於戒菸的意見(Mean of $MC_j=4.21$)，因此導致對朋友的規範認知只呈微弱的正向。因此戒菸衛生教育活動應重視並運用此種同儕壓力，並妥善運用其影響力，以使之成為促進戒菸意圖的助力。

本研究依Ajzen(1988)的理論進行知覺行為控制與控制信念相關分析的結果，其相關值為 $-.111(p=.147)$ ，雖未達顯著程度，但相關的方向與假設相符合，即控制信念分數愈高，代表生活事件妨礙其戒菸的可能性信念愈強，則其知覺行為控制將愈差。未來在獲取控制信念的顯著信念時，最好能一併詢問有關「促進」和「阻礙」的因素，或可篩取出更具代表性的控制信念。

五、有/無戒菸意圖者在各信念上的差異比較

本研究的各組信念在概念上均具有整體性，故利用多變項的Hotelling T^2 來考驗整體的信念是否有差異。如有差異，再以95%同時信賴區間，找出造成差異的子信念。結果顯示有/無戒菸意圖者在規範信念($\Lambda=.90$ $F=2.27$ $df=7/138$ $p<.05$)及依從動機($\Lambda=.76$ $F=6.37$ $df=7/139$ $p<.001$)兩類信念上達整體性的顯著差異。而結果信念、結果評價和控制信念則無顯著差異。

進一步分析規範信念各子信念的差異情形(見表四)，結果發現有兩種參考對象——不吸菸者和師長的規範信念達顯著差異。有戒菸意圖者對這兩種參考對象的規範信念都明顯地比無戒菸意圖者更偏於正向。也就是有戒菸意圖者自覺其師長和不吸菸者對其戒菸的贊同程度更為強烈。而在依從動機上的差異情形(見表五)，有戒菸意圖者對於所有參考對象(父母、家人、朋友們、女朋友、公益團體、不吸菸的人、師長)的意見都比無戒菸意圖者更願意依從。

表四 有/無戒菸意圖者在規範信念的95%同時信賴區間考驗

項 目	有戒菸意圖組 Mean(S.D.)	無戒菸意圖組 Mean(S.D.)	95% 信賴區間
父 母	2.44(.80)	2.11(1.17)	-.20~.88
家 人	2.17(.96)	1.73(1.31)	-.18~1.05
朋 友 們	1.10(1.43)	.65(1.43)	-.29~1.18
女 朋 友	2.19(1.05)	1.77(1.44)	-.25~1.10
公益團體	2.19(1.22)	1.73(1.65)	-.32~1.23
不吸菸的人	2.00(1.22)	1.19(1.59)	.05~1.56*
師 長	2.00(.89)	1.23(1.54)	.08~1.46*

[註]1.人數:有戒菸意圖組 $n=52$ 無戒菸意圖組 $n=94$

2.規範信念計分範圍:-3~+3

3.*: $p<.05$

表五 有/無戒菸意圖者在依從動機的95%信賴區間考驗

項 目	有戒菸意圖組 Mean(S.D.)	無戒菸意圖組 Mean(S.D.)	95% 信賴區間
父 母	5.21(1.32)	3.80(1.68)	.61~2.21*
家 人	5.21(1.32)	3.74(1.66)	.68~2.27*
朋 友 們	5.15(1.39)	3.58(1.65)	.77~2.38*
女 朋 友	5.58(1.43)	3.85(1.88)	.84~2.61*
公益團體	4.92(1.52)	3.25(1.71)	.83~2.51*
不吸菸的人	4.87(1.53)	3.25(1.66)	.79~2.44*
師 長	4.98(1.51)	3.40(1.68)	.75~2.41*

[註] 1. 人數: 有戒菸意圖組n=52 無戒菸意圖組n=95

2. 依從動機計分範圍: 1~7

3. *p<.05

從規範信念與依從動機的差異情形來看，這種生活中重要他人對於促發研究對象戒菸意圖的正向影響，是衛生教育者所樂見的，也是可透過學校與家庭的聯繫合作來共同努力的教育方向。但是，對於那些依從度較低的學生，參考對象所能發揮的影響力較為有限，或許應在教育活動進行時，將此對象篩選出來，而更著重於態度和知覺行為控制方面的加強，以發揮較大的教育效果。

總結本研究結果，在控制原菸量的影響力之後，本研究對象的戒菸行為(減菸量)受其兩個月前的戒菸意圖和知覺行為控制的影響。戒菸意圖愈正向、知覺行為控制愈正向，其減菸量會愈大。另外，先前的戒菸經驗也會直接影響戒菸行為，有戒菸經驗者的減菸量較多。而對戒菸的態度、主觀規範和知覺行為控制可以有效地解釋本研究對象的戒菸意向，對此三個概念的填答愈正向者，其戒菸意圖也愈趨正向。依本研究結果，對戒菸行為(減菸量)和戒菸意圖的解釋力而言，計劃行為理論優於理性行為理論。

本研究對象對戒菸的態度與結果信念(B_i)、結果評價(E_i)的交乘積和($\sum B_i * E_i$)呈正相關。主觀規範也與規範信念(NB_j)、依從動機(MC_j)的交乘積和($\sum NB_j * MC_j$)呈正相關。有/無戒菸意圖者在規範信念及依從動機兩類信念上達整體性的差異。其中，有戒菸意圖者對於「不吸菸的人」和「師長」二者的規範信念，以及對所有參考對象的依從動機都顯著較無戒菸意圖者更為正向。

參考文獻

一、中文部份

行政院衛生署(民82年)。菸害宣導參考資料。

李碧霞(民81年)。孕產婦授乳行為之研究－理性行為論之驗證。國立臺灣師範大學衛生教育研究所碩士論文。

洪錦珠(民77年)。全國五專(工專)學生吸菸行為態度問題之研究。華夏學報,22:8489-8696。

陳光耀(民73年)。透過立法對抗世界性吸菸流行。公共衛生11(1):1-5頁。

陳紫郎(民78年)。無菸生活與健康促進。行政院衛生署，國民健康生活促進研討會資料彙編：115-126頁。

黃蔚綱、邱志彥、吳昭原(民77年)。臺灣地區大專學生的抽菸態度行為及其影響因素調查研究。臺灣省公共衛生研究所。

楊雪華(民80年)。大學生體重控制意向研究。國立臺灣師範大學衛生教育研究所碩士論文。

劉翠媚(民79年)。臺北市公共衛生護理人員執行乳房自我檢查意向之研究。國立臺灣師範大學衛生教育研究所碩士論文。

二、英文部份

Ajzen, I. (1985). From intentions to actions: A Theory of Planned Behavior. in Kuhl, J.; & Beckmann, J. (Eds.): Action control from cognition to behavior. Berlin Heidelberg Springer-Verlag, 11-39.

Ajzen, I. (1988). Attitudes, personality, and behavior. Chicago: The Dorsey Press.

Ajzen, I. ; & Fishbein, M. (1980) . Understanding attitudes and predicting social behavior. Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice-Hall, Inc.

Bentler, P.M.; & Speckart, G. (1979). Models of attitude-behavior relations. Psychological Review, 86(5): 452-464.

Bentler, P.M. ; & Speckart, G. (1981). Attitudes "cause" behaviors: A structural equation analysis. Journal of Personality and Social Psychology. 40(2): 226-238.

Black, D.R. ; & Babrow, A.S. (1991). Identification of campaign recruitment strategies for a stepped smoking cessation intervention for a college campus. Health Education Quarterly, 18(2): 235-247.

A STUDY ON INTENTION AND BEHAVIOR TO QUIT SMOKING OF MALE STUDENTS IN A JUNIOR COLLEGE

Mii-Shiow Wey; Chang-Ming Lu

Abstract

The purpose of this study was to predict and explain the male students' intention and behavior to quit smoking by manipulating the Ajzen's Theory of Planned Behavior (TPB), as well as to compare the Theory of Reasoned Action (TRA) with TPB to understand which one was more feasible on explaining the adaptation of behavior to quit smoking.

This study has followed up 147 subjects' behavior to quit smoking by telephone interview two months after questionnaire survey was conducted. The main findings were : (1)the intention to quit smoking, perceived behavioral control and experience on quitting smoking could predict subjects' behavior to quit smoking after controlling the influence of average number of cigarettes smoked per day;(2)the attitude toward quitting smoking, subjective norm and perceived behavioral control could explain the subjects' intention to quit smoking;(3)the results of this study supported the hypothesis of the TPB and revealed that the TPB was more feasible than TRA on predicting behavior to quit smoking.

key words: quit smoking, behavior intention,
the Theory of Planned Behavior,
the Theory of Reasoned Action