

## 壹、前言

健康是一項非常重要的人力資本，它是知識、技能和工作經驗等形式的人力資本得以存在的基礎。由於人力資本與人不可分割，其他形式之人力資本都必須受限於人的體能與精神狀態，因此，身心健康狀態直接影響人力資本效能的發揮 (Schultz, 2004)。隨著科技與社會的快速發展，人際、環境與社會適應困難漸趨明顯，使得人們的心理問題逐一浮現，焦慮、抑鬱、無安全感、沮喪等現象成為社會的特徵。這種心理問題，會改變人力資本的質量，降低勞動能力，影響個人生活與醫療資源。人類是具有生物性與社會性的生命體，不僅有生理活動，亦存在心理活動與對社會的適應，這些心理能力不僅對健康具有同等效益，而且相互影響，往往在疾病的發生與治療中產生明顯作用。這樣的認知，促使人們了解健康不僅是身體的鍛鍊，也包括理想的心理健康狀態（張維揚，2008）。

心理出現不健康狀態會對社會帶來損失，對此，學者嘗試估算出各種可能成本。例如：Berto、D'Ilario、Ruffo、Di Virgilio與Rizzo (2000) 估計，憂鬱沮喪 (depression) 在美國的成本高達437億美元，在英國為4億英鎊，此處所涉及的各種直接與間接成本包括個人與社會醫療、藥物成本。Thomas與Morris (2003) 估計，英國每年因為憂鬱沮喪導致的社會成本高達90億英鎊，這些成本尚不包括生活品質下降、身心痛苦的成本。基於憂鬱沮喪成本非常高昂，因此，降低人們的心理疾病，將帶來顯著的個人與社會報酬。是以，改善心理健康的研究亦具有相當意義。

過去，有關心理健康的研究大多由傳染或病理學方向，探討個性、生活事件、工作等對心理健康的影響 (Kendler, Kessler, Neale, Heath, & Eaves, 1993; Mazure, Bruce, Maciejewski, & Jacobs, 2000)，近年來，亦有學者開始關注學校教育與心理健康之間的關係 (Fujiwara & Kawachi, 2009)。至二十世紀後期，各國在教育支出上明顯成長，學校教育及國民健康狀況有了相當程度的改善 (Schultz, 2004)。鑑於教育支出的增加、保健知識的提高，以及國

民身體健康狀況的日漸改善，學者開始認為教育對國民健康具有實質效益 (Grossman, 1972)。教育除了可以直接增加勞動生產力外，也有助於提高個人健康的認知與行為，間接提高生產效益，文獻上大多肯定教育對健康之正向價值，而且在不同年齡、性別、國家間有相同的結論 (Arendt, 2005; Berger & Leigh, 1989; Elo & Preston, 1996; Mustard, Derksen, Berthelot, Wolfson, & Roos, 1997; Taubman & Rosen, 1982)。

過去在探討人力資本提高時，大多著眼於教育的投資，然而，健康與教育都是人力資本改善的重要內容，教育投資和健康投資是兩種相互關聯的人力資本。在強調教育投資重要性的同時，也必須注意健康投資的重要性。健康的投資行為，包含飲食均衡、運動休閒與良好衛生習慣，能使人們更健康、有更好的生活品質 (黃久美、郭鐘隆、鄭其嘉、鄭雅娟、林正昌, 2007; Muhlenkamp & Sayles, 1986)。但是，其在教育、健康關係中，扮演何種角色與顯著性的強弱，仍值得繼續探討。

目前中學教師具有碩士以上學歷之人數大為提升，高學歷的影響效果，已開始引起學者的注意，本研究擬由教師之學歷影響健康狀況面向來探討，利用調查資料觀察學校教育年數、健康行為等對中學教師心理健康狀況的實質影響。

## 貳、文獻探討

依人力資本論者的看法，教育與健康都是人力資本的重要特徵 (Furnée, Groot, & Maassen van den Brink, 2008)，這兩項的增加都會改善個人生產能力，提高所得，帶動一國社經的發展。其中，教育是一項投資，可提升個人的生產能量，創造就業機會，產生投資效益；而健康可決定個人在所有工作和非工作活動上的時間與人力資本效能，因此對個人或國家具有重大的價值。健康的觀念，不論是從世界衛生組織 (World Health Organization, WHO)、醫學、社會學、心理學的角度來看，它的內容範圍大致都涵蓋三個層面，即生理、心理及社會關係。因此，現代人的健康，包括人的身體、心