

第三章 研究歷程與方法

質性研究具有現象陳述、研究者本身即為研究工具、重視脈絡關係甚於結果、以歸納方式進行資料分析、關切「意義」等特質（潘淑滿，2003）。本研究所要探討的是肥胖兒童參加減重班的動機，藉由他們的經驗分享，深入瞭解他們的減重動機與體型意識，以及影響他們減重動機及體型意識的相關因素，希望能藉由研究直接呈現兒童的生活經驗，並努力捕捉被研究者的聲音、情緒、感受與行為，所以採質化的研究取向。以下分別介紹研究場所—向日葵小學、研究者的角色與定位、研究資料的蒐集與分析方式、研究倫理的考量及本研究之限制等。整個研究歷程以圖 3.1-1 呈現。

第一節 研究場所

壹、研究場所的物理情境

本研究的活動場域選定在台北縣的一所公立小學（以下即以向日葵小學稱之），校內設有廚房，聘請專任營養師負責學校午餐製備及營養教育工作。活動地點即在學校午餐辦公室與鄰近廚房的教師休息室。

向日葵小學是一所新興學校，成立至今即將屆滿十年，於九十二學年度參與教育部實施的「輔導學校實施學生體重控制計畫」，由校長擔任總召集人，營養師（研究者稱她為萍萍）負責承辦規劃，招募對象為符合各年齡 BMI 值屬肥胖或過重的 9-10 歲學生，經家長同意後，錄取 25 至 30 名，成立「體適能增強班」，執行時間由 92 年 9 月至 92 年 12 月，為期 4 個月。課程包含營養課程與活動課程兩部份，營養課程主要由萍萍講授，另外也聘請外界專業人員做專題演講；活動課程

則由該校的一位體育老師（研究者稱她為莉莉老師）帶領。

在與萍萍討論之後，選定訪談進行的空間便是教師休息室，當時決定在這間休息室進行訪談的理由為：(1) 鄰近廚房位置，方便與萍萍聯繫；(2) 平日較少人使用，屬於比較安靜的空間，利於訪談的進行；(3) 內部空間寬敞，只有幾張桌椅，可方便移動位置。教師休息室的空間配置平面圖如圖 3.1-2 所示。

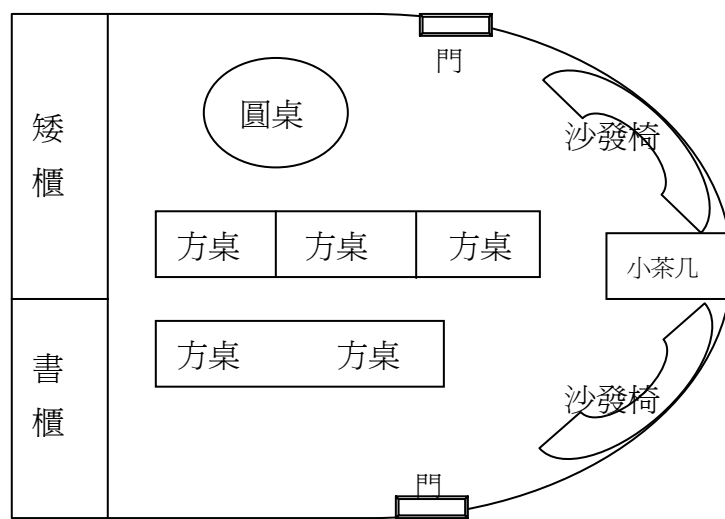


圖 3.1-2 教師休息室空間配置平面圖

貳、如何進入研究場所

首先，研究者先拜訪萍萍，向她說明本研究之計畫、目的為何以及進行的方式，聽完研究者的陳述後，萍萍爽朗地答應並樂意協助研究進行。

利用半天的時間，向她說明研究進行的細節，研究對象的條件（需男、女童各 5 名），對象的選取上，由於該校體重控制計畫原就以三、四年級為對象，參與者年齡差距不大，因此本研究僅以性別為分野。Rosebium 和 Lewis（1999）的研究亦指出影響體型意識的因素，性別

和成熟時間才是重要的影響因素，而年齡只是間接或是指標性的影響。萍萍也提供體重控制計畫成果報告作為參考，描述當時承辦計畫的情形，從發文申請、教育部行文核准、擬定計畫、招募學童、執行、撰寫計畫等過程，讓研究者對該校執行狀況有概括的瞭解。

根據「體適能增強班」學童名單，請萍萍將訪談通知單（見附錄一）和同意書（見附錄二、三）交給各班導師，再請班導師交給學童帶回去給家長，詢問家長是否同意讓孩子參與研究。同意書回收後有 5 名男童與 4 名女童的家長同意孩子們參與，但僅有 2 位家長本人願意接受訪談。由於尚缺 1 名女童，萍萍想到有一名「體適能增強班」女童是學校行政人員的小孩，因此她再次與該名行政人員溝通後，順利招募到 10 名研究對象，5 名男童，5 名女童。

研究者選擇了某一天的中午，與孩子們來個午餐聚會，由於教師休息室當天有人使用，因此此次聚會借用會議室，孩子們邊用餐，由萍萍帶著我進入會議室，向在場的學童們介紹研究者是台灣師範大學的研究生，接下來的兩、三個月會常常來這裡跟他們進行訪談。研究者展現大姊姊的親切，初次相見歡，與學童更詳細的介紹自己，也請學童們自我介紹，相互認識，初步瞭解他們的一些生活活動及想法，感覺自己還蠻容易與小朋友打成一片，也縮短了原本與他們建立關係所需耗費的時間，不過秩序上還好有萍萍否則難以招架，也帶了見面禮給他們，希望往後的訪談能夠順利。心想：「我覺得這次對我來說是一個更大的挑戰，比之前在作青少年體型意識的時候，會更加棘手一些，不過我想從這些小朋友當中，也是可以收集到不錯豐富的資料，…，我相信應該是可以勝任這樣的工作。」（札 931217，相見歡）。除了學童外，訪談對象還包含授課教師（萍萍與莉莉老師），以及 2 位家長。透過萍萍與莉莉老師碰面，並說明計畫的目的與進行方式，莉莉老師也是爽朗的答應配合，並訂下了訪談的時間。

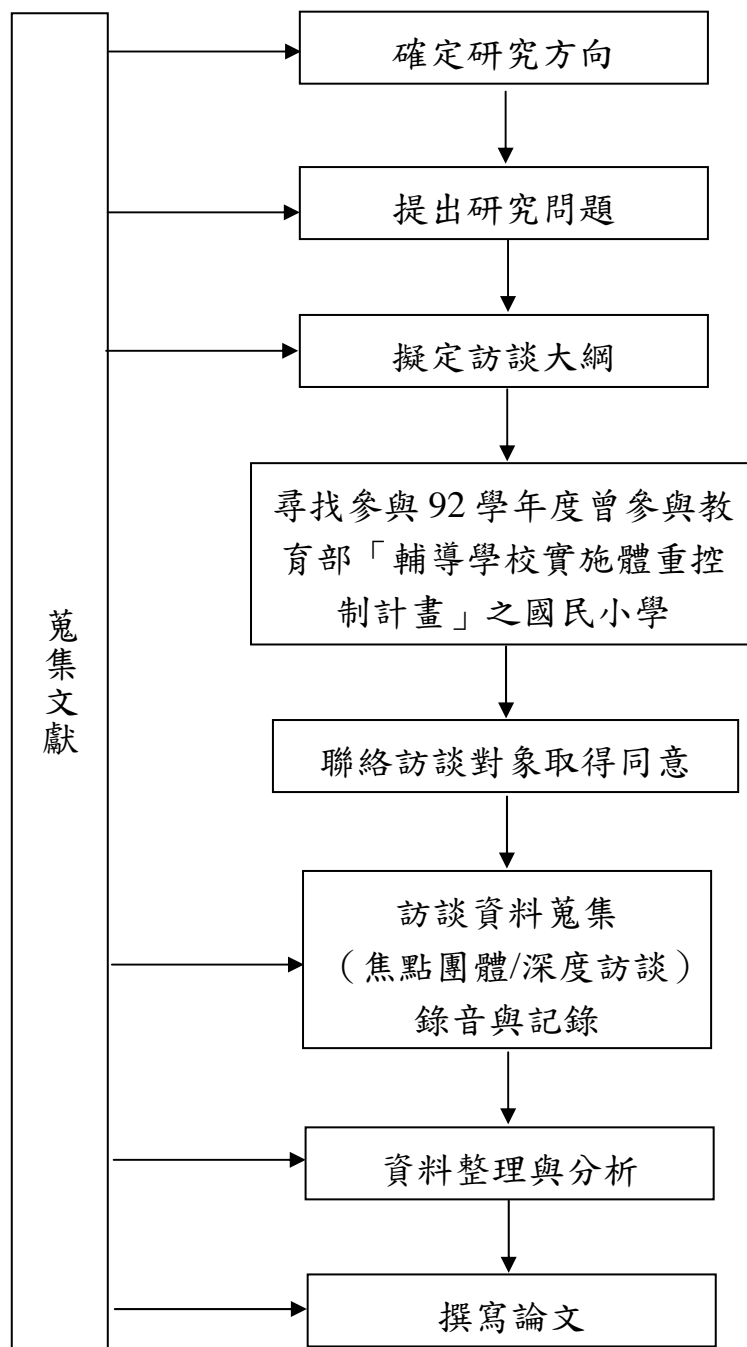


圖 3.1-1 研究流程圖

第二節 研究者的角色與定位

對質性研究而言，研究者本身便是一個重要的研究工具，而整個研究的進行、完成與自身的生命經驗有密不可分的關係。因此，研究者本身的背景經驗，以及在研究過程中所扮演的角色（訪談者、資料收集者、文字轉譯者與資料分析者）都會影響整個研究的結果。以下將分別說明研究者的生命經驗及擔任各個角色時的性質與任務。

壹、研究者的自身經驗

原生家庭中，全家都是「胖子」，自小學二、三年級起，便與「胖」成為不可分離的好姊妹，永遠是班上女生第一胖，胖讓自己覺得自卑，不太敢主動與人交談，記得剛升上國小三年級的時候，開學第一天，同學們分散成各個小團體聊天，自己則獨自站在一旁，考慮了很久才鼓起勇氣走向前，「我…我可以跟你們聊天、做朋友嗎？」，同學們楞了好久才說「可…可以阿！」這時才鬆了口氣！通常都是先與自己體型相近的同學玩在一塊，之後才會漸漸認識一些瘦的同學。自己當時想瘦嗎？其實並沒有想要變瘦的念頭，只想到為什麼跟別人不一樣！只覺得大家都喜歡跟瘦瘦的小朋友玩。

家人都有想瘦的念頭，不過只有研究者成功了！本身也曾經受到媒體的蠱惑，好幾次想要撥電話至宣稱可以拯救虎背熊腰的瘦身熱線，不過…礙於荷包緊縮，所以放棄了！使得臃腫的身材從小一直維持到高二，“93公斤”！雖然嘴巴說不在乎，其實內心很掙扎，因為想瘦卻苦無辦法…。當時迷上籃球，變得非常喜歡打籃球，高三便跟班上志同道合的同學，相約早上一起打籃球，大約40分鐘；晚餐可能不吃或是少吃，再去打30分鐘的籃球，好不容易，節食加運動的策略，

讓我甩掉 5 公斤！升大學的暑假利用同樣的方法持續減了 5 公斤。

上了大學，可能愛漂亮、想交男朋友、想穿小 size 的衣服…等，讓自己下定決心跟肥胖說拜拜。剛開始嘗試了各種減肥方式，如優酪乳加綠茶粉、養樂多加綠茶粉、水果減肥法、減肥茶等，不過都沒效。最後因為本身所學領域的緣故，採用營養學者的建議，就是維持均衡飲食只是食物量變少，多運動。在飲食方面，每種食物少量攝取，少吃油炸食物，不喝加糖飲料只喝白開水、不吃零食；運動方面，每天 30 下仰臥起坐、慢跑 1000 公尺。如此持續了 2 年多，減輕了 25 公斤，變成標準身材（身高 172，體重 57 公斤），到現在已維持了近 4 年。可是還是一直想要瘦，總是對自己的體型不滿意。

親戚朋友們對於胖胖的小孩，雖覺得可愛，可是在言語上卻經常刺激，傷害我們幼小的心靈，而且大人之間也會比較。記得從前親戚們總是說「這樣的身材，只有你們林家才有的！」，聽起來好不舒服，這種感覺不是一般沒有肥胖經驗者所能體會的。由於這樣一個切身經驗，讓研究者對此研究議題感到興趣，希望從參加減重班兒童的觀點，了解他們的減重動機與體型意識，以及影響他們減重動機與體型意識的相關因素為何。

貳、研究者的角色定位

對於接觸質性研究不久的研究者來說，方法、技術上都尚在萌芽階段，碩一升碩二的暑假旁聽過「質性研究法」，92 年第 2 學期修習「質的研究法」，課程當中學習到訪談的技巧、分析資料，完成一篇小型的質性研究報告。

由於自身對於減重動機與體型意識的立場，可能難以避免影響本

研究的論點，因此有必要說明研究者的角色定位為何。研究者是以一個局外人的角色進入現場，傾聽並觀察兒童對於此議題的看法，期望在幾次的訪談中破除階級地位的芥蒂，以一個朋友的身分深入了解他們內心想法，但是也無法免除身為研究生與大姊姊的身分帶給他們的壓力，所以並不主動參與他們熱烈的討論，希望他們能互相激盪而不被研究者所牽制。

一、身為一個訪談者

本研究最主要的資料收集方式為焦點團體訪談與一對一深度訪談。訪談者的談話技巧將會影響到收集資料的品質，加上若受訪者為男性，而訪談者為女性，因此性別的不同可能對訪談的進行有所影響，例如在討論體型意識的議題時，可能受訪者會因為在意異性看法而使陳述內容有所保留，所以必須加強訪談技巧來克服。

研究者曾在 92 年 11 至 12 月間，參與「青少女體型意識與節食行為計畫」之焦點團體訪談工作，在其中汲取部分經驗。在進行正式訪談前，邀集受訪對象清楚說明研究目的、參與者的權利與義務等，並簽署訪談同意書（詳見附錄二、三），以取得受訪者的信任並建立良好關係。在實際訪談過程中，表現出專心聆聽、親切有禮與尊重的態度，使受訪者較自在地與研究者互動。

二、身為一個資料收集者

資料收集的部分除了訪談內容外，在進行正式訪談前，先讓受訪者填寫兒童基本資料表（見附錄四）。每次結束訪談後，則以省思札記（見附錄五）作紀錄，以補充訪談內容所不足之處，並對訪談過程進

行檢討與建議。對於訪談內容語意模糊或不清楚之處，則詢問當事人，以真實呈現當事人感受與心境。

三、身為一個文字轉譯者

每次訪談過後，便將錄音帶繕打成逐字稿，以便日後進行資料分析。錄音帶與逐字稿均嚴守資料保密原則。

四、身為一個資料分析者

進行資料分析時，盡量保持中立客觀，針對逐字稿內容進行。分析，資料分析過程，在本章第四節有較詳細的說明。

第三節 資料的蒐集

在這一節中，將說明資料收集的時間、方式與過程，最後呈現本研究如何做信賴度的考量。

壹、研究進行的時間

本研究從 2004 年 12 月中旬至 3 月底完成了 17 次訪談，包含了 4 次的焦點團體訪談，男童團體與女童團體各 2 次；13 次的一對一訪談，9 名學童（敬啟由於社團及課業無法配合訪談）、萍萍、莉莉老師與 2 位家長。訪談時段安排在星期一、四、五的中午 12：30～13：30 午休時間，或是 8：00～8：30 的早上空堂時間，這些時段的選擇考量原因為：（1）學童表示午休時間他們沒有習慣睡午覺，所以可以配合訪談，如此安排較不會影響到學童正常的課室活動；（2）每次的訪談大約都會在 13：30 結束，讓學童回到教室。下午課程 13：40 分開始，因此對他們上課不至於造成影響。（3）有些時候安排在早上空堂時間，則是先與該班導師商討，有時是自習課、或是彈性時間，在班導師認為該時段沒有安排任何課程，不影響孩子學習的情形下，讓他們接受訪談。

歸納來說，從訪談前的準備、展開訪談，至資料完全蒐集完畢，從 2004 年 11 月上旬至 2005 年 3 月下旬左右，共歷時約四個多月。

貳、蒐集資料的方式

本研究蒐集的資料包含了男、女童的焦點團體訪談、10 位學童、萍萍、莉莉老師與 2 位家長的一對一訪談、訪談同意書、基本資料表、

省思札記及訪談大綱，以下針對各項蒐集資料的方法予以詳細說明。

一、訪談

本研究使用訪談法，訪談旨在發現被訪談者的觀點，蒐集特定問題或事件之資料。訪談方法包括焦點團體法與一對一深度訪談法。焦點團體是以研究目的，選取某些符合特定條件成員所組成的團體來進行訪談，使參與團體成員就研究者欲討論的議題，表達他們的經驗、看法或觀點，透過團體互動與討論的過程，收集參與團體討論成員之口語及非口語訊息（周雅容，1997；潘淑滿，2003）。一對一深度訪談是在自然情境下，研究者與被研究者透過雙向溝通的互動過程，透過積極的傾聽與融入，收集有關口語或非口語的訊息（潘淑滿，2003）。

1. 學童

在研究過程中研究者先採取焦點團體法，藉由團體訪談的過程，減低學童的防禦心理，激發他們討論的更多的相關議題。團體訪談可以在短時間內針對焦點問題提供大量言語互動的機會，但是較缺乏個別性，換言之，整個訪談過程中多了團體成員的互動、討論歷程，但較無法涉及深入的個別想法；而體型意識的部分，關於身體經驗、認知，通常較私密，團體訪談可能無法深入探索，所以輔以一對一訪談法彌補焦點團體所不足之處。

團體訪談以半結構式訪談大綱進行資料收集；一對一訪談則以半結構式訪談大綱開始，隨後採開放性訪談方式，依據受訪者在團體訪談中之陳述，如團體訪談過程中闕漏處或團體訪談分析後所形成之重要議題，再深入探討，以求資料之蒐集更詳實而周延。男、女童分別進行 2 次的團體訪談，依團體氣氛及成員互動情形，每次訪談時間約

為 40-60 分鐘不等；一對一深度訪談則依個別差異有所調整，訪談時間約為 30-50 分鐘。

表 3.3-1 受訪男童之基本資料

名字	全全	謙謙	宇宇	敬敬	翔翔
年齡	11 歲 (五年級)	11 歲 (五年級)	10 歲 (四年級)	10 歲 (四年級)	10 歲 (四年級)
身高	151.5	147.6	146.1	151	140.5
體重	56.3	52.2	53.9	60	47.7
個人簡介	理個小平頭，有點小暴牙，平常喜歡打電腦，看電視，喜歡說笑話、唱歌	戴付眼鏡，長相斯文，皮膚白嫩，喜歡看小說，有個人主見，說話條理分明	外表憨厚，聲音有磁性，講話速度較慢，喜歡球類運動與上網，和敬敬同班	眼睛小小的，講話速度慢，容易和婷婷打鬧，喜歡打電腦玩遊戲，和宇宇同班	個子小小理個小平頭，五官輪廓深，說話速度快，喜歡看書，跟婷婷同班

表 3.3-2 受訪女童之基本資料

名字	瑱瑱	庭庭	璇璇	婷婷	涓涓
年齡	10 歲 (四年級)	10 歲 (四年級)	10 歲 (四年級)	10 歲 (四年級)	10 歲 (四年級)
身高	138.3	160	132.4	140.9	138.1
體重	44.1	63	42.7	44.9	42.5
個人簡介	個性害羞，講話小聲，剪個男生頭，喜歡騎腳踏車，和涓涓同班	個子很高，五官輪廓深，喜歡聽音樂和唱歌，幼稚園跟婷婷同班	個子嬌小，靦腆害羞，五官很美，參加國樂社，平日練習書法，喜歡看書和彈琴	喜歡綁兩個辮子，活潑開朗，容易和男生打罵，聲音宏亮，很好動喜歡打躲避球	眼睛小小，及肩的短髮，說話條理分明，不急不徐，喜歡玩電腦和逛街，和瑱瑱同班

2. 萍萍與莉莉老師

以半結構式的問題瞭解萍萍與莉莉老師對於學童們參與減重班歷程的觀感、本身對於學童們體型的看法，以及教授減重班課程時，與學童互動中是否有察覺學童對於減重或體型的關注等。

表 3.3-3 受訪教師之基本資料

名字	萍萍	莉莉
職務	學校營養師	體控班活動課程老師 (宇宇和敬敬的導師)
個人簡介	留著俏麗短髮，戴著金屬框的眼鏡，個性爽朗，熱心助人，營養工作經歷豐富。	留著短髮，戴付膠框眼鏡，很開朗的老師，平日喜歡運動，如有氧舞蹈、拳擊、爬山、跑步等。

3. 家長

本研究亦設計一些半結構性的問題來訪談家長，目的在於希望透過家長平日對學童的觀察，瞭解學童是否想要減重，在意自己的身材嗎，參與減重班後，學童對於減重與體型的看法有何改變？父母是學童平日最親近的人，也是互動、相處時間最多的人，這方面資料的獲得，對研究者在瞭解學童整體的減重歷程與體型看法，是十分寶貴的。

表 3.3-4 受訪家長之基本資料

名字	涓涓的媽媽	璇璇的媽媽
職務	廚工	老師
個人簡介	身材矮胖，為人親切、開朗，平常假日會與家人一起爬山、郊遊，到戶外放鬆心情。	留著長髮，戴付眼鏡，很有氣質，具有營養的背景，對於璇璇的身材覺得頗難為情。

針對此三類訪談對象皆採半結構性的訪談，主要是由於訪談大綱可使訪談進行更順暢，且有一個基本的脈絡與輪廓可循，在引導式問題之後會緊隨著開放性的問題，用以詢問受訪者的內在想法（潘淑滿，2003）。訪談的同時，根據受訪者所提供的訊息，再配合訪談大綱的問題作彈性的調整。

表 3.3-5 訪談日程表

日期	時間	事項
931130	10:00-12:00	與萍萍第一次接觸，商談訪談事宜，收集體控班相關資料。環顧校園以瞭解學校的背景。
931217	10:20-11:10	訪談莉莉老師
	11:20-12:00	訪談萍萍
	12:30-13:10	與 10 位學童的第一次接觸（相見歡）
931220	12:40-13:40	訪談 5 位女童（第一次焦點團體）
931223	12:30-13:40	訪談 5 位男童（第一次焦點團體）
931230	12:30-13:40	訪談 4 位女童（第二次焦點團體）；璇璇上國樂
940106	12:30-13:30	訪談 5 位男童（第二次焦點團體）
940107	12:30-13:30	分別訪談謙謙與全全（一對一）
940304	13:30-14:20	訪談璇璇（一對一）
940310	11:00-11:40	訪談涓涓的媽媽（一對一）
	12:50-13:35	訪談涓涓（一對一）
940317	12:30-13:00	訪談瑱瑱（一對一）
	13:00-13:20	訪談璇璇的媽媽（一對一）
940318	8:00-8:30	訪談宇宇（一對一）
	9:30-10:00	訪談庭庭（一對一）
940321	12:15-13:15	分別訪談婷婷與翔翔（一對一）
940325	8:00-8:30	Happy Ending！（10 位學童的焦點團體）

二、基本資料表

基本資料表內容包含受訪者的背景資料、身高、體重及對自己身體外觀的簡易評量（見附錄四），身體外觀簡易評量的部分則參考林宜親（1997）根據 Cash（1994）The Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire，MBSRQ 內容所翻譯的「多向度身體和自我關係量表」中的身體各部位滿意度子量表。本表在訪談進行之前填答，除了可以收集資料，也能緩和受訪者的情緒，使其放鬆心情，慢慢進入訪談的情境中。在一對一訪談時，則進一步詢問學童填答不滿意的原因。

三、省思札記

省思札記包括對受訪者的描述、對訪談場地的描述、訪談後的感想與自我覺察（見附錄五）。每次訪談結束後隨即紀錄，藉此檢討訪談的過程與內容，以利下次訪談之進行，並輔助資料分析。

四、訪談大綱

依據研究目的、問題與國內外相關文獻擬定半結構式的訪談大綱（見附錄六），大綱內容則參考蕭芳惠（1994）翻譯的飲食障礙調查表（Eating Disorder Inventory, EDI）當中的體型不滿意子量表與林宜親（1997）所翻譯的「多向度身體和自我關係量表（MBSRQ）」。訪談大綱之制定是為了協助研究者順利進行訪談，使訪談內容依照研究的架構進行，但有適當的彈性讓受訪者深入的回應問題。

第四節 資料的分析

質性研究最重要在於從大量的資料中找出對研究事物有意義的內容，並為資料所呈現的實質內容建立出架構，因此最終目的並非是蒐集資料，而是分析、詮釋以及呈現發現的結果（吳芝儀、李奉儒譯，1995）。在研究的過程中，資料的蒐集和分析是一個循環的過程，兩者同時持續進行，以確認所蒐集到的資料是否相互矛盾，需要進一步蒐集更多的資料（黃瑞琴，1997）。茲將資料的整理與分析之具體做法說明如下：

壹、資料整理

質性研究的主要特徵之一即資料的多元性與豐富性，本研究所蒐集的相關資料包括：訪談逐字稿、文件資料、省思札記。錄音帶之轉譯，詳細紀錄每次訪談對象、時間、地點，全程轉譯錄音內容。

整理訪談逐字稿的自訂格式為每次的訪談稿首頁均加註受訪日期、時間、地點等，且為保護受訪者隱私，受訪者所提及的人物均以*來表示。逐字稿中對於受訪者模糊不清的用詞或涵義，則與受訪者再次確認，不妄下判斷。

貳、資料分析

採內容分析法，透過系統化的分類，將訪談逐字稿資料逐漸由繁化簡，根據研究問題、變項的特質將資料分類，發展出譯碼架構（潘淑滿，2003）。進行分析時，將同一類別的主題放在一起分析歸納，形成較大的主題，最後形成脈絡。

訪談對話引用中每句話均有一個資料碼，以訪談日期與兒童編號所組成，其資料碼說明如下：

1.焦點團體訪談

931108，XX1G

931108：訪談日期（年/月/日）

XX：兒童的名字（代稱）

1G：第一次焦點團體訪談（2G 則為第二次焦點團體訪談）

2.一對一訪談

931108，XX

931108：訪談日期（年/月/日）

XX：受訪者名字

叁、資料的檢核（信賴度的考量）

當論及本研究的信賴度時，研究者主要採取不同資料檢核的策略。對於研究者所訪談的 10 位學童，瞭解他們的減重動機與體型意識，研究者運用焦點團體訪談學童、現場錄音紀錄、非結構式訪談萍萍、撰寫省思札記等多樣方式蒐集相關的資料。此外，針對學童焦點團體訪談內容中了解到一些情況，透過學童的個別訪談，企圖更深入瞭解孩子的減重動機與體型意識，同時也加入了半結構式訪談萍萍、莉莉老師以及 2 位家長，意圖從他們與孩子生活上密切的接觸與互動，瞭解他們對於孩子的減重與體型的看法，藉由不同資料來源及途徑使資料更能反映真實。

研究者在蒐集資料的過程中，將訪談、文件資料不斷分析比較，且將研究者所做的初步結論與受訪者討論，是否符合他們心中真正的想法，以確認資料的正確性；引用資料時，為了避免推論性的描述，除具體詳實的描述資料蒐集時的情境，也採取直接引用原始資料或直接引述當事人的話語的方式，對於模糊或不清楚的地方，則詢問當事人，減少研究者主觀的價值判斷介入。

第五節 研究倫理的考量

本研究首先徵求參與者的同意，並簽署正式的同意書。研究者將學童同意書（見附錄二）及家長同意書（見附錄三）交給萍萍幫忙發放，由萍萍委託參與「體適能增強班」學童的各班導師將學童同意書發給孩子，而家長同意書則請孩子帶回去給家長。家長同意書上清楚說明活動的相關事宜，讓家長自己評估是否願意讓孩子參與訪談，以及自己是否願意接受訪談。無論家長同意與否，都請家長在同意書上勾選，然後由孩子帶來學校交回。倘若學童願意接受訪談，但家長幾經評量不願意讓孩子加入，則不納為本研究的研究對象。最後經統計之後，有 10 位家長同意讓孩子參與且學童本身也樂於參加，當中僅有 2 位家長願意接受訪談。

在正式簽署同意書之後，研究者才開始進行研究資料的蒐集。訪談的過程中，研究者同意研究參與者可隨時提出退出本研究的要求，尊重他們的權益。此外，研究者亦徵求學童、家長、萍萍與莉莉老師的同意，是否能讓研究者在訪談過程中錄音，同時向他們說明本研究蒐集的所有資料僅作為研究之參考，他們的名字會以匿名處理，相關資料並不會外洩。

Spradley 和 McCurdy (1987) 認為誠實是指坦白地告訴當事人，你想來瞭解他們的生活方式，但誠實並不表示你必須向他們解釋研究目的與方法的每一個詳細細節，而解釋應盡量簡單，若當事人問你問題，就誠實但同時也簡單地回答（引自涂嘉新，2005）。因此，研究進行之初，僅簡單地與學童說研究者要做一項研究，主要想瞭解你們當初參與「體適能增強班」的點點滴滴，以及你們對自己身材的看法，這樣的解釋學童們並沒有太大的疑慮。此外，在其他相關的倫理議題

方面，研究者絕對尊重參與者的個人隱私，尤其在最後資料的處理與呈現，以匿名的方式與不透露學童的私人資訊來達到保密的原則。在萍萍、莉莉老師與 2 位家長的一對一訪談結束後，研究者贈與小禮物表達感謝之意；學童則是在第一次相見歡時，先贈與小小禮品，歡迎他們參與本研究，而在最後一次的 Happy Ending 的焦點團體時，再次贈與禮品，感謝他們的熱情參與。

研究者與受訪學童的關係經歷了一些轉變，在訪談者與受訪者的關係、平等的伙伴關係、長者與年幼者的關係等不同角色與關係中找尋自己的定位，思考自己該說什麼、該做什麼。這些關係與角色在不同的時空、互動情境與氣氛中穿插出現，並無特定的預設、僵化的形式，研究者期以平等的伙伴關係與學童對話，訪談過程中雙方對話稀鬆自然，但是學童仍是以「大姊姊」、「老師」等身分界定研究者，因此無法完全達到雙方對等客觀的立場。