

社區高齡者社會支持 與生活滿意度的關係研究： 以自我老化態度為調節變項

黃郁婷* 李百麟**

摘要

本研究旨在探討社區高齡者在自我老化態度為調節變項下，其社會支持與生活滿意度的關係研究。社會支持、生活滿意度、自我老化態度等三者都是高齡族群極為重要的變項，但卻少有合併討論之本土文獻。本研究採用問卷調查法，研究對象為居住於高雄市苓雅區、三民區、鹽埕區、甲仙區及大寮區65歲以上之高齡者，有效樣本為418人。所得資料分別以描述統計、皮爾森積差相關、階層迴歸分析等方法進行資料分析。研究結果發現，高齡者社會支持、生活滿意度與自我老化態度之現況普遍良好；高齡者之社會支持與自我老化態度皆與生活滿意度有正向關係；但高齡者自我老化態度在調節社會支持對生活滿意度的作用並不顯著。各界應加強辦理高齡者與家庭成員可

* 國立高雄師範大學成人教育研究所研究生

** 國立高雄師範大學成人教育研究所教授兼任所長及成人教育研究中心主任（通訊作者），E-mail: orientalpai@yahoo.com

通訊地址：高雄市和平一路116號，聯絡電話：07-7172930轉2682

投稿日期：2019年12月16日；修改日期：2020年1月22日；接受日期：2020年5月5日

DOI: 10.3966/2070106320200600510004

共同參加的活動，增加高齡者社會支持的連結；並積極推廣各種活動，以提
升高齡者正向的自我老化態度，進而提升其生活滿意度，以安享晚年。

關鍵詞：生活滿意度、自我老化態度、社會支持

壹、前言

近年來，隨著臺灣高齡人口增加和生育率降低的人口老化及少子女化現象愈趨明顯，依據國家發展委員會（2018）「中華民國人口推估（2018至2065年）」報告，我國於1993年成為高齡化社會，並於2018年進入高齡社會，預估2026年，我國老年人口占比將超過20%，成為超高齡社會的一員。「老化」對高齡者身心靈影響範圍相當廣泛，在現代快速變遷的科技資訊爆炸時代，高齡者不只要面對因年紀增長而身體老化造成病痛所衍生出的問題，更要面臨漸漸退出職場原來擁有的社會資源逐漸減少的退休生活階段。隨著人生舞臺的轉換，還可能因為退休、喪偶或子女離家等家庭生活環境改變，造成種種身心的衝擊。

貳、文獻探討

國、內外許多研究已發現，社會支持有助於高齡者調適晚年生活，社會支持在高齡者生理及心理健康上扮演著相當重要的角色。Cohen與Wills (1985) 指出，來自於家人與朋友的社會支持，將對個人的身心產生正向影響。在D. C. Siebert、E. J. Mutran與D. S. Reitzes於1999年的研究中也發現，高齡者在朋友間獲得的情感性社會支持能幫助其調適晚年的自我角色認定，並可有效地預測其生活滿意度（引自李嵩義，2007）。國內對於高齡者在社區關懷據點的問卷調查及訪談也發現，高齡者心理對自我老化的態度愈是正向，個體愈可能憑藉自身心理力量來克服面對老年生活帶來的挑戰與困境（龔詠純，2011）。因此，若能了解高齡者的心理需求，助其達到適度的滿足，不但有助高齡者心理健康，更能提升其晚年的生活滿意度。透過諮商與輔導工作者提供高齡者一些策略，協助高齡者提升自我覺察，調適老化歷程中的心理壓力，可以有效紓解高齡者的負向情緒、提升正向情緒，並維持生活品質和滿意程度（林佳靜、陳志賢、謝曜任，2018）。

成功老化的高齡者通常都擁有較長的壽命和較高的生活滿意度 (Levy, Slade, & Kasl, 2002)，在李百麟 (2009) 〈高齡者之生活滿意度與成功老化各因素關係之探討〉中也發現，生活滿意度與成功老化的各變項間（身體健康、心理健康、人際關係、休閒活動及經濟滿意度）均有顯著正相關。由此可見，高齡者在心理上保持良好的心智態度、積極主動有活力的精神、自我接納的態度，對其生活滿意度能有更正向的適應（林麗惠，2012）。

因此，從文獻上可以推論出，高齡者的社會支持程度可以有效預測其生活滿意度。高齡者的社會支持程度愈高，生活滿意度也會愈高，其身心狀態也會更趨近成功老化的定義；反之，若高齡者的社會支持程度愈低，其生活滿意度也會愈低。但在1990年以前，對高齡者成功老化的概念多從活動理論和撤退理論來探究，較少從成功老化的積極功能加以探討；1990年後，成功老化的概念、理論則愈趨成熟，均強調生理、心理與社會三個層面的重要性。我國高齡者對其老化大多呈現何種看法呢？從衛生福利部國民健康署 (2019) 老人狀況調查結果分析中發現，高齡者對其身心健康部分的看法，有34.44%的高齡者認為自己的身心健康狀況很好；有36.62%的高齡者認為普通。在心理健康層面，超過75%的高齡者覺得他們是快樂的，且將近80%的高齡者相當滿意其生活。從這份調查中可以發現，國內的高齡者雖然在晚年面對許多挑戰與困難，但仍有多數高齡者在自我個體之生理、心理上持正面、積極的看法與態度。該調查結果也顯示出，國內高齡者對於自我的老化態度是「自覺有幫助子代的能力」與「經驗豐富」的正向自覺態度（陸洛、陳欣宏，2002）。在西方高齡社會中，已有研究發現，個人對老化的自我態度會影響其福祉 (Logan, Ward, & Spitze, 1992)。正向的自我老化態度有利於高齡者身體健康和幸福情緒 (Freund & Smith, 1999)。此外，以往對於成功老化的定義大多以高齡者「客觀狀態」進行評估，較少以高齡者內心的「主觀感受」加以探討（徐慧娟、張明正，2004；Robert, Lah, & Cuddy, 2003）。因此，一個身心健全，能持續參與社交活動，並擁有豐富社會支持的高齡者，看似處於充滿規劃的晚年生活，也未必代表他滿意現在的老年生活，更不意味著他能在老年生活中找到自我價值與生命意義。因此，根據上述文獻，研

研究者希望透過本研究探討社區高齡者社會支持與生活滿意度的關係，並了解於自我老化態度此變項的調節下，是否會產生不同的效應。故，本研究擬針對高雄市部分行政區之高齡者為對象，探討其社會支持、生活滿意度與自我老化態度之關係。

參、研究方法

一、研究對象

正式問卷因高齡長者樣本的特殊性，受測者較不易接觸，加上填答意願不高與填答品質受限等問題，故本研究以便利取樣方式，選取高雄市之苓雅區、三民區、鹽埕區、甲仙區及大寮區五個行政區，並依據高雄市社會局2019年統計之C級巷弄長照站服務提供單位資料中，隨機抽取此五個行政區登錄在案之C級巷弄長照站進行聯繫。經聯繫接洽後，願意協助施測的單位數量為：苓雅區（共計8處）、三民區（共計10處）、鹽埕區（共計1處）、甲仙區（共計2處）及大寮區（共計5處），協請站內志工協助發放問卷，並隨問卷附上填答說明，根據高齡者當時的情緒狀態，自主填答。

正式問卷共計發出450份問卷，回收444份，問卷回收率98.67%。扣除無效樣本後，得正式有效樣本共418位進行統計，有效回收率為94.14%。

二、研究工具

研究工具採研究者自編之「高齡者社會支持、生活滿意度與自我老化態度量表」，參考衛生福利部國民健康署（2019）的「民國104年中老年身心社會生活狀況長期追蹤調查（新世代）問卷」所設計問卷之概念架構，依據文獻進行問卷核心概念之設計。為提高自編量表之信、效度，於量表編製完成後，敦請5位學者專家審查問卷內容，形成預試問卷，抽取共100位高齡者進行預試後，再經預試結果進行修正，編製為正式問卷。量表包含「基本資料」、「社會支持量表」、「生活滿意度量表」、「自我老化態度量表」共四個部分。

（一）基本資料

主要為了解相關的人口統計背景變項，包含：性別、年齡、教育程度、自覺健康狀況，共4項。

（二）社會支持量表

本量表將社會支持分為「情感性社會支持」（第1～4題）、「工具性社會支持」（第5～7題）兩部分，共7題，無反向題。計分方式為避免高齡者趨中性選擇的特性，採用Likert四點量表評分方式，分為「非常不同意」、「不同意」、「同意」、「非常同意」，依序給1～4分，總分為7～28分。根據受試者對於其社會支持所累積之平均數，判定其社會支持程度，分數愈高表示受試者自覺社會支持程度愈高；反之則否。

社會支持量表以項目分析、探索性因素分析及 α 係數來呈現信、效度分析的結果。其中，社會支持量表的 α 係數為 .91， α 係數95%信賴區間為 [.88, .94]；各分量表中，「情感性社會支持」的 α 係數為 .87，其 α 係數95%信賴區間為 [.82, .91]；而「工具性社會支持」的 α 係數為 .86，其 α 係數95%信賴區間為 [.80, .90]，顯示該量表具有可接受的信度。

（三）生活滿意度量表

共有6題，無反向題。計分方式為避免高齡者趨中性選擇的特性，採用Likert四點量表評分方式，分為「非常不同意」、「不同意」、「同意」、「非常同意」，依序給1～4分，總分為6～24分，依據受試者對其生活滿意度所累積之平均數，判定其生活滿意程度，分數愈高表示受試者自覺生活滿意程度愈高，反之則否。

生活滿意度量表以項目分析、探索性因素分析及 α 係數來呈現信、效度分析的結果。其 α 係數為 .91， α 係數 95%信賴區間為 [.87, .93]，顯示該量表具有可接受的信度。

(四) 自我老化態度量表

共有5題，無反向題。計分方式為避免高齡者趨中性選擇的特性，採用Likert四點量表評分方式，分為「非常不同意」、「不同意」、「同意」、「非常同意」，依序給1~4分，總分為5~20分。根據受試者對於自我老化態度所累積之平均數，分數愈高，代表受試者對自我老化態度愈趨正向；反之則表示受試者對自我老化態度愈趨負面看待。

自我老化態度量表以項目分析、探索性因素分析及 α 係數來呈現信、效度分析的結果。其 α 係數為.91， α 係數95%信賴區間為[.88, .94]，顯示該量表具有可接受的信度。

三、資料處理

本研究以描述性統計 (descriptive statistics) 分析高齡者在社會支持、生活滿意度及自我老化態度之現況；並以獨立樣本 t 考驗及單因子變異數分析不同背景變項的社區高齡者在社會支持、生活滿意度及自我老化態度之差異；再以皮爾森積差相關 (Pearson product-moment correlation) 分析高齡者在社會支持與生活滿意度之相關情形；最後以階層迴歸分析方法 (hierarchical regression) 探討自我老化態度及社會支持對生活滿意度關係之預測力。第一階層先以高齡者的「社會支持」為自變項，以「生活滿意度」為依變項，進行社會支持對生活滿意度之迴歸分析；第二階層加入高齡者的「自我老化態度」；最後再加入「社會支持」與「自我老化態度」的交互作用項來探討「自我老化態度」是否為「社會支持」對「生活滿意度」影響的調節變項。在進行階層迴歸分析前，為了避免多元共線性問題的產生，採用容忍度 (tolerance)、變異數膨脹因素 (variance inflation factor, VIF) 與條件指數 (conditional index) 等數據來判斷進行多元迴歸分析的適用性 (凃金堂, 2015)。

肆、研究結果

一、基本資料

本研究對象的高齡者以65~70歲的女性為主，教育程度以小學學歷為主，多數高齡者自覺健康狀況普通。其背景變項分布情形如表1所示。

表1
不同背景變項的研究樣本分析

背景變項	組別	人數	百分比 (%)
性別	(1)男性	136	32.5
	(2)女性	282	67.5
年齡	(1) 65~70歲	189	45.2
	(2) 71~75歲	106	25.4
	(3) 76~80歲	72	17.2
	(4) 81歲以上	51	12.2
教育程度	(1) 不識字	53	12.7
	(2) 小學	127	30.4
	(3) 國中	48	11.5
	(4) 高中（職）	95	22.7
	(5) 大學（專）	85	20.3
	(6) 研究所以上	10	2.4
自覺健康狀況	(1) 非常不好	4	1.0
	(2) 不好	22	5.3
	(3) 普通	183	43.8
	(4) 好	164	39.2
	(5) 非常好	45	10.8

二、高齡者社會支持、生活滿意度與自我老化態度之現況分析與討論

由表2可知，高雄市高齡者自覺社會支持之整體平均數為3.12，各層面的每題平均數落在2.99~3.22之間，皆高於量表 midpoint。由此可知，高雄市高齡者自覺其社會支持程度屬中等以上，並且其情感性社會支持高於工具性社會支持。此研究結果與大多數之研究發現（汪美伶、陳玉蓮，2014；張玉坪，2014；Charbonneau-Lyons, 2002; Krause & Shaw, 2000）大致相符。

表2

高齡者社會支持、生活滿意度與自我老化態度現況摘要表 (N = 418)

層面	題數	層面平均數	層面標準差	每題平均數
情感性社會支持	4	12.87	1.49	3.22
工具性社會支持	3	8.99	2.37	2.99
社會支持總量表	7	21.85	2.64	3.12
生活滿意度量表	6	18.84	2.42	3.14
自我老化態度量表	5	16.14	2.15	3.23

高齡者生活滿意度的每題平均數為3.14，高於量表 midpoint，由此可知，高雄市高齡者的生活滿意度屬中等以上。此研究結果與大多數之研究發現（張玉坪，2014；黃悅紋，2010）大致相符。

此外，在自我老化態度上，其平均數為3.23，高於量表 midpoint，由此可知，高雄市高齡者的自我老化態度程度屬中等以上。此研究結果也與大多數之研究發現（林志鈞、葉嘉文，2018；翁嘉苓，2010；Ramírez & Palacios-Espinosa, 2016）大致相符。

三、不同背景變項的高齡者在社會支持、生活滿意度及自我老化態度之差異分析

以個人背景變項為自變項，分別以三個研究變項作為依變項，進行獨立

樣本 t 考驗及單因子變異數分析。當單因子變異數分析達顯著水準時，則進行各組平均數的事後比較；若各組變異數是同質時，則以薛費法 (Scheffé's method) 進行事後比較；若各組變異數不同質時，則採用 Games-Howell 檢定進行事後比較。藉此探討不同背景變項的高齡者，在其社會支持、生活滿意度及自我老化態度上，是否有所差異。

(一) 不同背景變項的高齡者在社會支持之差異分析

1. 性別方面

本研究以獨立樣本 t 考驗來檢測不同性別之高齡者在社會支持的差異情形，統計結果如表3所示。

表3

高齡者在「社會支持」的獨立樣本 t 考驗摘要表 ($N = 418$)

變項	男性 ($N = 136$)		女性 ($N = 282$)		$t(416)$	p
	M	SD	M	SD		
情感性社會支持	12.80	1.43	12.91	1.50	-.69	.49
工具性社會支持	8.95	2.25	9.02	2.43	-.17	.86
社會支持總量表	21.75	2.61	21.90	2.66	-.55	.59

由表3可知，不同性別之高齡者在「情感性社會支持」、「工具性社會支持」此兩個分層面及「社會支持總量表」中，男女的平均數均未達顯著差異。

2. 年齡方面

本研究以單因子變異數分析來檢測不同年齡之高齡者在社會支持的差異情形，統計結果如表4所示。

表4

不同「年齡」之社區高齡者在「社會支持」的人數、平均數、標準差與單因子變異數分析

變項	65~70歲 (N = 189)		71~75歲 (N = 106)		76歲以上 (N = 123)		F值	p
	M	SD	M	SD	M	SD		
情感性社會支持	12.93	1.58	12.85	1.51	12.81	1.3	0.24	.79
工具性社會支持	8.71	2.37	9.23	1.55	9.23	2.2	1.08	.34
社會支持總量表	21.78	2.71	21.91	2.86	21.92	2.33	0.14	.87

由表4可知，不同年齡之高齡者在「情感性社會支持」、「工具性社會支持」此兩個分層面及「社會支持總量表」中，其平均數均未達顯著差異。

（二）不同背景變項的高齡者在生活滿意度之差異分析

1. 性別方面

本研究以獨立樣本*t*考驗來檢測不同性別之高齡者在生活滿意度的差異情形，統計結果如表5所示。

表5

高齡者在「生活滿意度」的獨立樣本*t*考驗摘要表 (N = 418)

變項	男性 (N = 136)		女性 (N = 282)		t(416)	p
	M	SD	M	SD		
生活滿意度量表	18.79	2.13	18.86	2.56	-.29	.77

由表5可知，不同性別之高齡者在「生活滿意度量表」中，男女的平均數均未達顯著差異。

2. 年齡方面

本研究以單因子變異數分析來檢測不同年齡之高齡者在生活滿意度的差異情形，統計結果如表6。

表6

不同「年齡」之社區高齡者在「生活滿意度」的人數、平均數、標準差與單因子變異數分析

變項	65~70歲 (<i>N</i> = 188)		71~75歲 (<i>N</i> = 106)		76歲以上 (<i>N</i> = 123)		<i>F</i> 值	<i>p</i>
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>		
生活滿意度量表	18.61	2.47	18.62	2.50	19.37	2.22	4.35	.01

由表6可知，不同年齡之高齡者在「生活滿意度量表」中，其平均數達顯著差異。76歲以上高齡者的平均得分 ($M = 19.37$) 顯著高於65~70歲高齡者的平均得分 ($M = 18.61$)。

(三) 不同背景變項的高齡者在自我老化態度之差異分析

1. 性別方面

本研究以獨立樣本*t*考驗來檢測不同性別之高齡者在自我老化態度的差異情形，統計結果如表7所示。

表7

高齡者在「自我老化態度」的獨立樣本*t*考驗摘要表 ($N = 418$)

變項	男性 (<i>N</i> = 136)		女性 (<i>N</i> = 282)		<i>t</i> (416)	<i>p</i>
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>		
自我老化態度量表	16.10	1.99	16.16	2.23	-.27	.79

由表7可知，不同性別之高齡者在「自我老化態度量表」中，男女的平均數均未達顯著差異。

2. 年齡方面

本研究以單因子變異數分析來檢測不同年齡之高齡者在自我老化態度的差異情形，統計結果如表8所示。

表8

不同「年齡」之社區高齡者在「自我老化態度」人數、平均數、標準差與單因子變異數分析

變項	65~70歲 (N = 189)		71~75歲 (N = 106)		76歲以上 (N = 123)		F值	p
	M	SD	M	SD	M	SD		
自我老化態度量表	16.06	2.22	16.13	2.19	16.28	2.02	0.37	.70

由表8可知，不同年齡之高齡者在「自我老化態度量表」中，其平均數未達顯著差異。

四、高齡者社會支持與生活滿意度之相關性分析

在高齡者社會支持、生活滿意度之相關情形，依表9之資料呈現，在「社會支持」與「生活滿意度」之整體層面的積差相關，皆達到顯著的正相關。其中，「情感性社會支持」與「整體生活滿意度」的積差相關為 $r(416) = .64, p < .001$ ；「工具性社會支持」與「整體生活滿意度」的積差相關為 $r(416) = .51, p < .001$ ；「整體社會支持」與「整體生活滿意度」的積差相關為 $r(416) = .63, p < .001$ 。而「情感性社會支持」的平均數為12.87，標準差為1.48；「工具性社會支持」的平均數為8.99，標準差為2.37；「整體社會支持」的平均數為21.85，標準差為2.64；「整體生活滿意度」的平均數為18.84，標準差為2.42。因此，「高齡者的社會支持與生活滿意度有顯著相關」可獲得支持。

表9

高齡者社會支持及生活滿意度之積差相關分析摘要表 (N = 418)

層面	1	2	3	4
1. 情感性社會支持	—			
2. 工具性社會支持	.59***	—		
3. 整體社會支持	.85***	.92***	—	
4. 整體生活滿意度	.64***	.51***	.63***	—

*** $p < .001$

五、高齡者自我老化態度及社會支持對生活滿意度關係之預測力分析

為探討自我老化態度及社會支持對生活滿意度關係之預測力，以階層迴歸分析方法於第一階層先以高齡者的「社會支持」為自變項、以「生活滿意度」為依變項，進行社會支持對生活滿意度之分析；第二階層再以高齡者的「自我老化態度」為調節變項、「生活滿意度」為依變項進行分析。

進行階層迴歸分析時，預測變項之間的積差相關係數若過高，易導致迴歸係數估計不正確及標準誤易偏高，造成多元共線性的問題。故在進行多元迴歸分析前，先進行共線性檢定。對於多元共線性的判斷，可以採容忍度 (tolerance)、變異數膨脹因素 (variance inflation factor, VIF) 與條件指數 (conditional index) 等數據來判斷 (凃金堂, 2015)。

統計結果在高齡者社會支持對生活滿意度之容忍度為 .63，VIF為1.58，條件指數為1.14；高齡者自我老化態度對生活滿意度之容忍度為 .69，VIF為1.46，條件指數為1.57。可見高齡者社會支持與自我老化態度對生活滿意度的「容忍度」（允差）皆高於 .1，且VIF皆小於10、「條件指數」皆小於30，顯示本研究之自變項間無嚴重的多元共線性問題。接著再進行階層迴歸分析，茲將統計結果整理成階層迴歸分析摘要表，如表10所示。

依表10所示，可將結果分述如下：

（一）階層一

在階層一中放入「社會支持總量表」為自變項，對「整體生活滿意度」的解釋變異量為39%，投入的自變項對整體生活滿意度達顯著水準 ($F(1, 415) = 267.06, p < .001$)，表示支持程度會影響高齡者的生活滿意度；社會支持程度愈高的高齡者，其生活滿意度也愈高。

表10

自我老化態度對社會支持在生活滿意度之階層迴歸分析摘要表 ($N = 418$)

階層 變項	階層內 預測變項	階層一		階層二		階層三	
		β	t 值	β	t 值	β	t 值
自變項	社會支持	.63	16.34***	.30	8.53***	.32	8.40***
	自我老化態度			.58	15.88***	.57	15.64***
	社會支持 $\times$ 自我老化態度					-.028	-.89
F 值		267.06***		340.44***		227.12	
迴歸模 R^2		.39		.62		.62	
式摘要 ΔF 值		267.06***		252.18***		.80	
ΔR^2		.39		.23		.001	

註：所有係數皆為標準化迴歸係數。

*** $p < .001$

(二) 階層二

在階層二中放入「自我老化態度」為自變項，對「整體生活滿意度」的解釋變異量為62%，投入的自變項對整體生活滿意度達顯著水準 ($F(1, 414) = 252.18, p < .001, \Delta R^2 = .23$)，表示高齡者的自我老化態度會影響其生活滿意度；自我老化態度愈正向的高齡者，其生活滿意度也愈高。

六、高齡者自我老化態度在社會支持對生活滿意度關係中之調節力分析

為探討自我老化態度在社會支持對生活滿意度關係之調節力，最後以階層迴歸分析方法進行分析。接續表10，在階層三以高齡者「社會支持」、「自我老化態度」的交叉相乘為自變項，「生活滿意度」為依變項，進行階層迴歸分析，藉以驗證「高齡者自我老化態度在社會支持對生活滿意度關係中之調節有顯著的效果」。

於階層三中放入「社會支持」和「自我老化態度」的交叉相乘為自變項，對「整體生活滿意度」的解釋變異量為62%，投入的自變項對整體生活滿意度的作用未達顯著標準 ($F(1, 413) = 227.12, p > .05, \Delta R^2 = .001$)，表示自變項與依變項關係未達到顯著水準；亦即高齡者自我老化態度在社會支持對生活滿意度關係中之調節作用未達顯著。

伍、討論

本研究試圖探討社會支持、自我老化態度與高齡者生活滿意度之間的關係。但因採問卷調查法進行施測，故受限於量表設計，填答者僅能就量表題目做封閉性填答，無法深入了解填答者更深層的想法，且因研究者無法於每個行政區皆進行採樣，故進行母群體推論時應謹慎小心。

此外，在研究內容上僅針對高齡者之「社會支持」、「生活滿意度」及其「自我老化態度」等三個變項進行相關性探討，但是否有其他變項在其中產生干擾或影響研究結果，則有待未來研究者進一步的探究。

最後茲就本研究之主要發現，歸納討論條列整理如下：

一、高齡者社會支持、生活滿意度與自我老化態度現況

本研究發現，高齡者在社會支持、生活滿意度及自我老化態度的現況良好。從統計資料中可發現，高齡者認為其現在擁有的社會支持程度是足夠的，且對其現在的生活滿意度感受良好，並對其現在的自我老化態度抱持正向的想法。

二、高齡者社會支持與生活滿意度有顯著正相關

高齡者在其社會支持與生活滿意度也有顯著正相關和預測力，顯示高齡者社會支持程度愈高者，其整體生活滿意程度也愈高；反之，若高齡者社會支持程度愈低，其生活滿意程度也愈低。

三、高齡者社會支持及自我老化態度對生活滿意度有正向影響

從統計資料顯示，高齡者社會支持及自我老化態度對生活滿意度的迴歸分析有顯著相關，表示社會支持及自我老化態度對生活滿意度有顯著的預測力。因此，高齡者社會支持或自我老化態度程度會影響高齡者生活滿意度；社會支持程度愈高或自我老化態度愈正向的高齡者，其生活滿意度也愈高。

四、高齡者自我老化態度在社會支持對生活滿意度關係中之調節作用不顯著

從統計資料顯示，高齡者自我老化態度在調節社會支持對生活滿意度的作用上並不顯著，表示高齡者自我老化態度並不具調節社會支持和生活滿意度的作用。研究者推論此研究結果，可能原因分述如下：

（一）與研究對象為社區C級巷弄長照站之高齡者的群體特性有關

此次取樣之高齡者多為身體狀況尚可、社會支持程度佳且自我老化態度正向之社區長輩。因此，在研究的比較上，僅能看出社會支持對生活滿意度之影響及預測力；但在自我老化態度的調節影響下就沒有那麼顯著的差異。

許多高齡者最初是受據點志工邀約並考慮自己需要更健康，希望更了解老年生活的觀念，以及心理被關心的需求，才決定到據點來參與活動。此種依自己對老年生活的角色定位主動參加據點活動，並考量自身能力之後選擇的結果（陳燕禎，2009），可說是高齡者自我老化態度自主性之展現。

然而，正因如此，這群參與社區C級巷弄長照站之高齡者相比起社區中無法參與或因各種因素不願意參與的高齡者，他們可說是擁有較好的社會支持系統。加上受測對象本身個性或因長期參與活動的影響，大多數的高齡者也呈現正向的自我老化態度，也因此研究的比較上，僅能看出社會支持對生活滿意度之影響及預測力；但在自我老化態度的調節影響下就沒有那麼顯著的差異。

（二）高齡者不擅表露自我情感

在華人的社會文化結構常無意中建構出限制高齡者展現自我的環境，導致許多高齡者普遍存有年紀大不應表達太多意見，或不要有太多想法以免造成別人麻煩的思維（邱泯科、傅秀秀，2014）。特別是在和心理相關的自我老化態度填答上趨於保守中立的填答傾向。

（三）變項內容的相互影響

在社會支持變項中，除了「工具性社會支持」，也包含了「情感性社會支持」。研究者推論，高齡者「自我老化態度」和「情感性社會支持」同樣都有觀察高齡者心理感受和反應的部分。在自我老化態度的調節效果上，某些部分可能會被「情感性社會支持」所影響或弱化。因此，未來若探討自我老化態度的調節作用，也許可從自覺身體健康狀況與生活滿意度關係的角度來探究，如此可避免心理議題的重複性。

陸、結論

由上述研究結果可知，社會支持為高齡者生活滿意度的重要影響因子之一，因此，建議政府單位加強辦理高齡者與家庭成員可共同參加的活動，增加高齡者和家庭成員間的社會支持關係；並積極推廣與宣導C級巷弄長照站據點，鼓勵相關民間單位可設立相關場域，增加高齡者的活動參與率，使社會支持系統可以更全面、完善地融入高齡者生活。而在未來研究上，由於C級巷弄長照站之高齡者仍包含衰弱老人、失能或失智症者的特性，故可將高齡者之身體健康或心智狀態也納入研究範圍，或許更能找出變項間的關聯狀況。

參考文獻

一、中文部分

- 李百麟（2009）。高齡者之生活滿意度與成功老化各因素關係之探討。*危機管理學刊*，6（2），25-38。doi:10.6459/JCM.200909_6(2).0003
- [Lee, P.-L. (2009). Life satisfactory and successful aging factors among elders. *Journal of Crisis Management*, 6(2), 25-38. doi:10.6459/JCM.200909_6(2).0003]
- 李嵩義（2007）。高齡學習者學習偏好、社會支持與幸福感關係之研究（未出版之博士論文）。國立高雄師範大學，高雄市。
- [Lee, S.-Y. (2007). *A study on the correlation between the learning preferences of elder learners, social support, and the sense of well-being* (Unpublished doctoral dissertation). National Kaohsiung Normal University, Kaohsiung, Taiwan.]
- 汪美伶、陳玉蓮（2014）。工作壓力對身心健康之影響——社會支持之調節作用。*東吳經濟商學學報*，86，61-92。doi:10.29735/SJEB
- [Wang, M.-L., & Chen, Y.-L. (2014). The effects of work stress on physical and mental health-the moderating role of social support. *Soochow Journal of Economics and Business*, 86, 61-92. doi:10.29735/SJEB]
- 林志鈞、葉嘉文（2018）。新北市退休教師休閒參與、老化態度、社會支持對生命意義之影響。*全球商業經營管理學報*，10，133-146。
- [Lin, C.-J., & Yeh, J.-W. (2018). The effects of leisure participation, attitude toward aging and social support to the meaning of life for retired teachers in New Taipei City. *Journal of Global Business Openration and Management*, 10, 133-146.]
- 林佳靜、陳志賢、謝曜任（2018）。高齡者心理健康問題、心理需求滿足與生活滿意度之相關研究。*臺灣諮商心理學報*，6（1），79-109。
- [Lin, C.-C., Chen, C.-H., & Hsieh, I.-Z. (2018). A study on relationships among the mental health problems, psychological needs satisfaction, and life satisfaction of elders. *Journal of Taiwan Counseling Psychology*, 6(1), 79-109.]

林麗惠（2012）。老年期的家庭與人際關係：社會支持網絡之觀點。*成人及終身教育*，40，24-33。

[Lin, L.-H. (2012). Family and interpersonal relationships of old age: In the perspective of social support networking. *Adult and Lifelong Education Bimonthly*, 40, 24-33.]

邱泯科、傅秀秀（2014）。初探高齡者使用社區照顧關懷據點服務之經驗——以台北市關渡關懷據點為例。*台灣社區工作與社區研究學刊*，4（1），1-40。

[Chiu, M.-K., & Fu, H.-H. (2014). Probing into seniors' experiences of community care centers-a study on the guandu care center case. *Journal of Community Work and Community Studies*, 4(1), 1-40.]

涂金堂（2015）。*SPSS與量化研究*（再版）。臺北市：五南。

[Tu, C.-T. (2015). *Quantitative research with SPSS* (2nd ed.). Taipei, Taiwan: Wu-Nan.]

翁嘉苓（2010）。高齡者參與學習動機和老化態度對參與行為影響之研究（未出版之碩士論文）。國立臺北大學，臺北市。

[Weng, C.-L. (2010). *The effect of participant motivation, attitudes toward aging and participation behavior of elder* (Unpublished master's thesis). National Taipei University, Taipei, Taiwan.]

徐慧娟、張明正（2004）。臺灣老人成功老化與活躍老化現況：多層次分析。*臺灣社會福利學刊*，3（2），1-36。

[Hsu, H.-C., & Chang, M.-C. (2004). Successful aging and active aging in Taiwan: A multi-level analysis. *Taiwanese Journal of Social Welfare*, 3(2), 1-36.]

張玉坪（2014）。中高齡者社會支持與生活滿意度關係之研究（未出版之碩士論文）。國立中正大學，嘉義縣。

[Chang, Y.-P. (2014). *The analysis of the relationship between elders' social support and life satisfaction* (Unpublished master's thesis). National Chung Cheng University, Chiayi County, Taiwan.]

陸洛、陳欣宏（2002）。臺灣變遷社會中老人的家庭角色調適及代間關係之初探。*應用心理研究*，14，221-249。

[Lu, L., & Chen, H.-H. (2002). An exploratory study on role adjustment and

intergenerational relationships among the elderly in the changing Taiwan. *Research in Applied Psychology*, 14, 221-249.]

國家發展委員會（2018）。*中華民國人口推估（2018至2065年）*。取自https://www.ndc.gov.tw/Content_List.aspx?n=84223C65B6F94D72

[National Development Council. (2018). *Population projections for R.O.C. (Taiwan): 2018-2065*. Retrieved from https://www.ndc.gov.tw/Content_List.aspx?n=84223C65B6F94D72]

陳燕禎（2009）。*老人服務與社區照顧：多元服務的觀點*。臺北市：揚智。

[Chen, Y.-J. (2009). *Senior service and community care: From the view of multi-services*. Taipei, Taiwan: Yang-Chih.]

黃悅紋（2010）。*高齡志工學習動機與生活滿意度關係之研究——以雲嘉南地區慈濟基金會為例*（未出版之碩士論文）。國立中正大學，嘉義縣。

[Huang, Y.-W. (2010). *A research on the relationships among elder volunteers motivation and life satisfaction—Taking Tzuchi Charity Foundation of Yunlin, Jiayi, and Tinan area as an example* (Unpublished master's thesis). National Chung Cheng University, Chiayi County, Taiwan.]

衛生福利部國民健康署（2019）。*民國104年中老年身心社會生活狀況長期追蹤調查（新世代）問卷*。取自https://www.hpa.gov.tw/Pages/ashx/File.ashx?FilePath=~File/Attach/1285/File_13687.pdf

[Health Promotion Administration, Ministry of Health and Welfare. (2019). *The Taiwan longitudinal study on aging in 2015*. Retrieved from https://www.hpa.gov.tw/Pages/ashx/File.ashx?FilePath=~File/Attach/1285/File_13687.pdf]

龔詠純（2011）。*高齡者老化態度與成功老化之研究——以社區照顧關懷據點為例*（未出版之碩士論文）。國立臺灣師範大學，臺北市。

[Kung, Y.-C. (2011). *A study of attitudes toward aging and successful aging for older people—An example of community care sites* (Unpublished master's thesis). National Taiwan Normal University, Taipei, Taiwan.]

二、英文部分

- Charbonneau-Lyons, D. L. (2002). Opinions of college students and independent-living adults regarding successful aging. *Educational Gerontology*, 28, 823-833.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310-357.
- Freund, A. M., & Smith, J. (1999). Content and function of the self-definition in old and very old age. *The Journals of Gerontology*, 54B, 55-67.
- Krause, N., & Shaw, B. A. (2000). Giving social support to others, socioeconomic status, and changes in self-esteem in late life. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 55(6), 323-333.
- Levy, B. R., Slade, M. D., & Kasl, S. V. (2002). Longitudinal benefit of positive self perceptions of aging on functional health. *Journals of Gerontology: Psychological Sciences*, 57(5), 409-417.
- Logan, J. R., Ward, W., & Spitze, G. (1992). As old as you feel: Identity in middle and later life. *Social Forces*, 71, 451-467.
- Ramírez, L., & Palacios-Espinosa, X. (2016). Stereotypes about old age, social support, aging anxiety and evaluations of one's own health. *Journal of Social Issues*, 72(1), 47-68. doi:10.1111/josi.12155
- Robert, B. T., Lah, L., & Cuddy, T. E. (2003). Definition of successful aging by elderly Canadian males: The Manitoba follow-up study. *The Gerontologist*, 43(5), 735-744.

The Relationship Between Elders' Social Support and Life Satisfaction: Attitudes Toward Aging as a Moderator

Yu-Ting Huang* Pai-Lin Lee**

Abstract

The purpose of this study was to explore the relationship between elders' social support and life satisfaction, under the moderating effect of their attitudes toward aging. It's important to integrate these three factors and test the inter-relationships among these three factors. The questionnaire investigation was adopted for analysis. The purposive sampling method is applied to 418 (effective samples) elders (age ≥ 65 years) from five districts in Kaohsiung (districts of Lingya, Sanmin, Yancheng, Jiaxian, and Daliao). The collected data were analyzed by descriptive statistics, Pearson's product-moment correlation and hierarchical regression analysis. The findings of the study were summarized as following: the current situations of the elders' perceived social support, life satisfaction and attitudes toward aging were generally positive. Social support and aging attitude were both significantly positive related to life satisfactory. The elders' perceived social support showed positively correlated to their life satisfaction. There were no significant moderating effect was found for aging attitude, between elders' social support and life satisfaction. Elders' support network should be paid more attention,

* Postgraduate, Department of Adult Education, National Kaohsiung Normal University

** Professor, Graduate Institute of Adult Education, National Kaohsiung Normal University (Corresponding author), E-mail: orientalpai@yahoo.com

and activity to increase positive aging attitude was encourage for enhancing life satisfaction for peaceful life at their later life.

Key words: life satisfaction, aging attitude, social support