

## 第二章 文獻探討

本研究的文獻探討將分成四個部分來進行，第一部份探討生活滿意度的意涵及相關因素；第二部份探討高齡者社會參與的意涵及相關研究；第三部份是探討社會參與增進高齡者生活滿意度的理論基礎，藉著社會老年學的觀點來支持高齡者社會參與與生活滿意度之間是有關係存在的；第四部份則是檢視相關實證研究，以瞭解高齡者社會參與與生活滿意度的關係為何，以及相關的面向有哪些。

### 第一節 生活滿意度的意涵及相關因素之探討

隨著高齡化社會的來臨，高齡者的生活適應及其對生活的感受，隨即成為老年學領域的重要議題。由於生活滿意度向來被視為高齡者生活品質的一項重要指標（黃璉華，1992），為了深入瞭解生活滿意度的概念，本節將依次說明生活滿意度的意涵及影響生活滿意度的相關因素，意涵包括了生活滿意度的定義、內涵及測量方法；而在相關因素上，則使用社會人口變項、情境變項及社會參與作為生活滿意度的分析架構。

#### 壹、生活滿意度的意涵

##### 一、生活滿意度的定義

生活滿意度是個人對自己整體生活體驗品質的主觀評估（蔡長清，1998），若用在老年學的領域上，則可以作為老人全面生活品質的預測因素，以及作為老年階段成功適應的主要指標（黃國彥、鍾思嘉，1987；黃璉華，1992）。因此，瞭解高齡者的生活滿意度即能得知老人是否成功老化，檢證及尋找生活滿意度的相關因素，更能進一步協助高齡者適應老年生活。

在探討生活滿意度的相關議題時，研究者採用的名詞相當多，如「士氣」、「主觀幸福感」、「心理福祉」、「生活適應」、「生活品質」、「生活滿意度」等，有學者對各名詞進行比較，認為不同名詞具有其特殊意義，不應相等視之（Henry, 1989；林麗惠，2001）；惟 Horley 提出細究這些名詞是有其不同之處，但它們之間的相關性很大，具有一些共同性，因此可視為同義互通（引自李再發，2003：53）。而本研究則認為選用的名詞雖不盡相同，但大多是在測量高齡者在老年階段是否能成功適應生活及對生活是否感到滿足、快樂，其意義是相互一致的，故本研究將「生活適應」、「生活品質」這些概念涵蓋於「生活滿意度」之中。

有關生活滿意度的定義，不同的學者有不同的觀點，茲將國內外學者對生活滿意度的界定臚列於後，以作為本研究定義生活滿意度的參考。

國外學者方面，Lemon 等人（1972）指出，生活滿意度是「個人對其整體生活情況感到滿足和喜悅的程度」；Brandmever（1987）認為，生活滿意度是「個人邁向期望目標過程中的一種判斷性或認知評估，藉以瞭解內在感受和真實情況之間的差異程度，以界定個人是否適應良好」；Henry（1989）認為生活滿意度是指「個人對目前生活的所有狀況，及其追求的期望目標，是否達成一致的整體評估過程，其所評估的是一種長期生活之下的結果」；Hollis（1998）指出生活滿意度係「個人對其經濟、體力、情緒、心理各社會因素等層面，是否適應良好的主觀判斷」。

國內文獻方面，黃心珍（1995）指生活滿意度是「個人對其整體生活感到滿足快樂的程度，及所追求的目標是否達成之主觀評估結果」；劉淑娟（1999）認為生活滿意度是「個人對生活主觀的適應、快樂、滿足、安寧狀態，並能夠反映出對生活的感受」；林麗惠（2001）認為生活滿意度是「一個多面向的概念，係個人對目前生活的主觀評估過程，包括對整體生活適應感到滿足快樂的程度，及其生命過程中期望目標和實際成就之間的一致程度」。

綜合上述對生活滿意度的界定可以發現，雖然各學者對生活滿意度所下的定義或有差別，但實際上可以分析出幾個共同的因素，包括：強調主觀的評估過程、對整體生活的內在感受、期望目標與實際生活之間的一致程度等。根據這些因素提出本研究對於生活滿意度之定義，生活滿意度係指：透過高齡者的內在主觀感受，來瞭解其對整體生活快樂滿足的程度，及個人期望目標和真實情況間一致的程度。

## 二、生活滿意度的內涵及測量方法

高齡者是否成功適應老年生活，可藉由對生活滿意度的評量加以瞭解，至於如何評量生活滿意度，就涉及了生活滿意度內涵的界定及測量的方法，目前對生活滿意度的內涵分成兩種概念（賴爾柔，1998），一種是將生活滿意度視為一個單面向的概念，另外一種則以多層面的概念來看生活滿意度，兩種各有學者支持，以下就單面向及多層面的概念加以說明。

### (一) 生活滿意度是單面向的概念

主張生活滿意度可以用單一層面來測量的學者，有的直接用單一問題來訪問受訪者，例如許伊琍等人（1992）所做的研究中，直接請受訪者對其目前的生活滿意度，分別以滿意、尚可、不滿意來表示；另外，蔡長清（1998）請受訪者針對生活滿意度量表內，十對語意完全相反但均表示生活滿意度概念的語詞，依其主觀知覺在 1—5 分之間選擇一個評分，以代表對自己實際生活的滿意程度之看法。

有的學者則是使用多道題目所構成的問卷來測量，並將所有問題的答案加總起來，以代表一個人的生活滿意度。例如 Gregg（1996）以十道題目來表示生活滿意度的情形，並請受試者就每一道題目，以非常同意到非常不同意來表示自己的意見，根據這十道題目所得的總分，即代表受試者的生活滿意程度，而不再將生活滿意度予以細分不同層面；另外，陳肇男（1999）則使用 1989 年台灣省家庭計畫研究所所進行的「台灣老人健康與生活狀況調查」中生活滿意度量表，將十道題目進行因素分析，形成三個因素，其中因素一即包含六道題目，並可解釋 33.4% 的變異量，因此決定只抽取一個因素，將此六項態度<sup>2</sup>建構成一個生活滿意度的綜合指標。

### (二) 生活滿意度是多層面的概念

主張生活滿意度是多層面概念的學者，認為生活滿意度包含不同的面向，應分開測量才屬恰當。其中以 Neugarten, Havighurst and Tobin（1961）所發展的「生活滿意度量表 A」（Life Satisfaction Index A, LSIA）最具代表性且被廣泛使用，此一量表共有 20 個選項，由填答者以同意或不同意來作答，共包含五種心理滿意的層面：熱心對冷漠（zest vs. apathy）、決心與毅力（resolution and fortitude）、目標的一致性（congruence between desired and achieved goals）、自我概念

（self-concept）、情緒傾向（mood tone）；另外，Salamon & Conte（1984）針對高齡者的生活滿意度也設計了「Salamon-Conte 老年生活滿意度量表」（Salamon-Conte Life Satisfaction in the Elderly Scale, SCLSES），此一量表係由 40 個自陳的題項所組成，量表中含括八個分量表：日常活動、生活意義、目標、情緒狀態、自我概

---

<sup>2</sup>此六項態度的內容為：「你的一生，比多數你認得的人更順利」、「你對你的一生感到（有）滿意」、「即使可能（再來一次、重新來過），你也不願改變你過去的人生」、「這些年是你一生中最好的日子」、「你對你做的事感覺有意思」、「你這一生可以說大部分都符合你的希望」。

念、自覺健康程度、財務安全性和社會接觸，這八個分量表分別代表生活中八個不同面向，並以此來測量生活中所感受到的生活滿意度（林麗惠，2001；劉靜軒，2005）。

國內現有的文獻亦有將生活滿意度以多層面來測量，像是程又強（1986）所編制的「生活滿意度量表」，就認為生活滿意度應包含六個層面：對生活的熱衷程度、成就感、老化的態度、對生活的接受程度、自我概念、與家人相處；黃國彥與鍾思嘉（1987）因考量本國的國情，以 Neugarten 等人編制的生活滿意度量表為主，再加上與家人、兒孫們相處和諧與否的題目，經因素分析得到三個因素，分別是：接納現實、情緒狀態、家人相處；林麗惠（2001）則從生活品質是一個多層面的概念、及每個人對生活滿意度的感受不同，難以用單一層面涵蓋所有的面向為由，主張生活滿意度應為一多面向的概念，並歸納六個層面作為生活滿意度的評量，分別為：日常生活的樂趣、目標達成程度、情緒狀態、生活的意義性、自我概念以及社會互動程度。

## 貳、影響生活滿意度的相關因素

個人對生活滿意度的感受，會因為許多因素受到影響，為了瞭解這些因素，國內外均進行了相關的研究（Spreitzer & Snyder, 1974；Larson, 1978；Liang, 1982；Hollis, 1998；黃國彥與、鍾思嘉，1987；陳肇男、林惠生，1995；林麗惠，2001），本研究參酌國內外相關研究結果，發現影響高齡者生活滿意度的社會人口變項包括：性別、年齡、教育程度、經濟狀況、健康狀況、婚姻狀況、居住安排等。由於高齡者的生活滿意度情形，將可能因為這些變項之不同而有差異，因此，本研究擬將這些變項納入研究設計中。

然上述的架構僅考慮到「個人層次」的影響，而忽略了「情境因素」的討論，從生態理論的觀點來看，個人乃是生活於情境之中，環境具備有不同的生活情境、文化背景，對於個人的生活感受會造成影響。而居住地的都市化程度通常是用來表示情境特性的重要變項，城鄉地區在資源狀況、資訊流通、社會規範的控制力、社會支持網絡上的差異（黃春太，2001；余月嬌，2004），通常會影響個人對生活的滿意程度（Larson, 1978；Fernandez and Kulik, 1981），因此有必要將「情境因素」納入探討高齡者生活滿意度的因素中。

以下將社會人口變項及情境變項的影響分述如後：

## 一、社會人口變項

### (一) 性別

有關性別與生活滿意度的關係，就如 Larson (1978) 所言，並沒有一致性的結果。有些研究指出不同性別的高齡者，在生活滿意度方面並沒有顯著差異

(Liang, 1982; Hollis, 1998; 林麗惠, 2001); 但也有不少研究提出高齡者的生活滿意度有明顯的性別差異，像是 Spreitzer & Snyder (1974) 發現女性高齡者的生活滿意度較男性高，主要的原因是因為男性在晚年期面臨伴隨退休而來的工作角色退出，使其生活滿意度降低。陳肇男與林惠生 (1995) 亦發現相同的結果，其認為主因乃是因為女性預期壽命較長，當面臨寡居所帶來的衝擊時，隨著歲月的流逝，將逐漸淡化此一衝擊對生活滿意度的影響。

### (二) 年齡

有關年齡與生活滿意度的關係，有研究提出年齡與生活滿意度並沒有顯著的關係 (Spreitzer & Snyder, 1974; Hollis, 1998; 林麗惠, 2001); 不過也有研究指出高齡者的生活滿意度在年齡上有明顯的差異。Larson (1978) 回顧 1980 年代之前的三十年間，在美國所做的相關研究指出：隨著年齡的增長，生活滿意度也將隨之下降，不過，當其他因素 (如收入減少、健康惡化、寡居等) 被控制以後，大多會降低年齡的影響力。另外，Chen (2001) 以台灣高齡者為對象，進行老化與生活滿意度的研究，研究結果顯示 65 歲以上的高齡者，隨著年齡的增長其生活滿意度會降低，但在控制一些受老化的影響因素後，70 歲以上的高齡者隨著年齡的增加，其生活滿意度反之上升，此發現意味著年齡並非決定老人生活滿意度的關鍵因素，而是年齡伴隨而來的健康及經濟變化，才是主要的影響效果。另外，陳肇男和林惠生 (1995) 的研究卻發現年齡越高生活滿意度也越高，他們認為原因乃是因為隨著年齡的增長，讓高齡者越來越能看淡人生的無常變化，這種隨遇而安的心態，有助於高齡者微笑看待人生，進而提高其生活滿意度。

### (三) 教育程度

大多數的研究傾向支持高教育程度者，生活滿意度較高。譬如曾美玲 (1992)、李孟芬 (1993)、陳肇男與林惠生 (1995) 的研究即提出教育程度越高

的老人，其生活滿意度及生活適應越佳，其理由為教育程度較高的人，可能有較多的資源及管道以抒發生活壓力，提升生活品質；不過 McClelland 卻有不同的發現，其研究結果指出：在控制其他變項之後，教育程度對生活滿意度產生負面影響，亦即教育程度越高，生活滿意度越低，這個解釋可能是因為教育程度越高的高齢者，承受各方而來的壓力較大，對生活情境所要求的品質較高，因此容易有挫折感和不滿情緒（引自簡素枝，2004：56-57）。另外 Larson（1978）的研究則有別於上述結果，研究指出教育程度對生活滿意度有影響力，只是影響效果較小，而且是非線性的，在各個不同的教育程度中，以中等教育程度高齢者的生活滿意度最高。由上述的討論可知，教育程度對生活滿意度是具有影響力的，惟關係如何值得再進行探討。

#### （四）經濟狀況

許多研究均強調經濟狀況對高齢者生活滿意度的重要影響，一般而言，經濟狀況良好，則生活滿意度較高。像國外 Chatfield（1977）的研究結果即指出，經濟上的安全感對於生活滿意度的重要性，認為退休者生活滿意度的降低主要肇因於收入的減少，而且較高的收入有助於降低健康問題對生活滿意度的影響；國內方面，朱坤連（1995）、蔡長清（1998）、賴永和（2001）以老人為研究對象，研究結果都認為收入對老年生活適應有顯著影響，經濟狀況越好，生活品質越佳，生活滿意度越好。另外，黃國彥與鍾思嘉（1987）的研究更將收入和自覺經濟狀況共同納入對生活滿意度的分析，結果卻發現收入並沒有顯著的影響力，反而是自覺的經濟滿意感更具影響力，因此研究中建議，以個人自覺經濟狀況來分析應更具意義。

#### （五）健康狀況

健康狀況是影響老年生活滿意度的關鍵因素，一般研究均指出，健康狀況與生活滿意度呈正相關，亦即健康狀況良好者，生活滿意度較高。Larson（1978）將過去三十年裡，與美國老年生活滿意度有關的研究加以整理指出：健康對生活滿意度是獨立的、最重要的決定性因素；Willits & Donald（1988）的研究結果顯示，隨著年齡的增長，伴隨著多種的慢性疾病及功能能力減少等健康問題，不僅限制個人的活動及生活型態，並且會降低個人的生活滿意度。周玉慧等（1998）也有相同的發現，其研究指出罹病程度、日常生活依賴度兩大類持續性生活壓力越大的老人，其生活滿意度越差。老年期是生理變化最大且加速衰退的階段，若

不能保持健康，身體病痛出現的頻率增加，生活品質將會受威脅，唯有具備身心健康的條件，才可能有滿意的老年生活。

#### （六）婚姻狀況

多數研究指出不同婚姻狀況的高齡者，在生活滿意度上有顯著差異，結果均顯示「已婚有偶」的老人其生活滿意度往往比「喪偶」或「未婚」者好（Larson, 1978；黃國彥、鍾思嘉，1987；林麗惠，2001）。其原因可能是配偶在老年生活不但能彼此有所照應，更提供子女獨立成家後的精神支持，因此晚年有配偶陪伴者，通常對生活也較滿意。

#### （七）居住安排

陳肇男（2001）認為對老年人而言，居住安排是社會支持的良好指標，在台灣，也有研究指出居住安排對生活滿意度具有顯著影響力。黃國彥與鍾思嘉（1987）、黃心珍（1995）的研究結果均一致同意，與家人同住者傾向有較高的生活滿意度；林麗惠（2001）將居住狀況分成獨居、僅夫妻兩人同住、固定與某些（孫）子女同住、到子女家輪流住、三代同堂五種，其中以三代同堂者其生活滿意度為最高，可能的原因為當高齡者在老邁的過程中，若能三代同堂，在生活上將會有所依靠，不論在日常起居或經濟來源方面，都不需要自己費心打理，另外，老年人在傳統社會的薰陶下，兒孫滿堂代表著命好與福氣，若能三代同堂，不但能去除心理上的孤單寂寞感，也能因此而在精神上有所寄託，進而提高其生活滿意度。

### 二、情境變項—居住地

目前對於生活滿意度的研究，多以個人層次為重點，因為大多數的實證研究取樣，都只有在某一地區或某一縣市，所以無法看到居住地區對生活滿意度的影響，然而，目前已有研究發現這兩者確實是存在相關的。根據 Fernandez & Kulik（1981）之研究，居住地的背景（neighborhood context）會對生活滿意度造成影響，結果顯示居住在鄉村的人會比居住在城市的人對生活感覺滿意，且居住在生活水準較高（a high cost of living）的地方，其生活滿意度也會較低。甚者，居住地更隱含著生活情境對生活滿意度之影響（Larson, 1978），亦即老人與周遭的人際互動越良善，則其生活將越滿意；或者，老人生活周遭的趣事越多，則其生活越滿意。

綜合上述影響生活滿意度的因素，可將其歸納成兩大類，包括社會人口變項，如健康、經濟資源、社會支持（居住安排、婚姻狀況）等，及情境因素，如居住地，惟這樣的討論尚欠缺對心理層面的探討，根據 Diaz (1988) 的研究指出，高齡者的主觀自我概念亦是瞭解生活滿意度的重要來源，當高齡者能肯定自我、認為自己是有價值時，通常也會有較高的生活滿意度。一般認為，高齡者受到老化的影響，在扮演工作及家庭角色上的影響力逐漸變小，加上退休後收入減少、社會地位降低，容易使高齡者的自我概念嚴重減退，而導致生活滿意度降低，要提升高齡者的自我概念，就必須使其肯定自我價值與意義。社會參與即是高齡者展現自我、獲得成就的重要管道，透過與社會的連結、互動，可以使老人重新獲得角色，並發揮其影響力，對於自我概念的提升，當然大有助益，進而能擁有較高的生活滿意度，由此可知，社會參與亦是影響高齡者生活滿意度的重要因素。究此，形成本研究分析生活滿意度的三大影響因素，分別為：社會人口變項、情境因素、及社會參與。而社會參與的內涵及與生活滿意度的關係，將於之後做更詳細的探討。





## 第二節 高齡者社會參與的意涵及相關研究之探討

爲了對高齡者的社會參與能有全面且周延的瞭解，本節擬先說明社會參與的定義及類型，再討論高齡者社會參與的意涵，最後藉著相關研究的整理以瞭解影響高齡者社會參與的因素有哪些。

### 壹、高齡者社會參與的意涵

#### 一、社會參與的定義及類型

要瞭解社會參與首先必須先對「參與」一詞下個定義，楊國樞認爲「參與」是指一個人在某一團體中，投注個人的思想、行爲及其他資源，以使團體受到影響，而產生某種預期結果的活動。而「社會參與」可以說是個人在整個社會運作過程中，投入自己的意見、行爲及其他資源，以便在產出方面發生效果，使自己的努力能對社會具有某種程度的影響，從而產生預期的效果（林振春，1998）。社會學辭典（1991）將「社會參與」定義爲：個人在社會團體中的參與；有時候只限於指在自願組織中的參與，特別是指參與個人專門職業或職業工作情境以外的某些社區活動或計畫。Morgan 等人（1987）則將「社會參與」定義爲：在社會情境中（social milieu）的參與程度。

關於人類社會的和（或）關於組織或群體中的人際互動都屬於「社會的」，只要與個人間或團體間的交互關係有關的活動，都可以說是社會參與的一種，因此，社會參與的內容是相當廣泛的，就如蕭新煌（1995）所言，從一般性的社區參與到社會網絡活動，從參與跟職業和工作有關的團體到純粹與工作無關的社會組織活動，都算是個人參與社會的各層面。許多學者爲了有組織地瞭解社會參與的內容，特將社會參與的內涵加以歸納分類，以下將分別整理他們不同的看法。

陳艾妮（1988）指出社會參與可分成四類，即政治參與、社區參與、社團參與、社會運動與集體行爲；一個人要參與社會各項活動，必須具備參與條件，包括自主性、參與能力及參與意願。Booth（1972）的「性別與社會參與」研究中，社會參與是指社團活動、朋友關係、親屬關係。Lavson & Hooyman（引自萬育維，1993：91）則將社會參與分成五大類別：休閒旅遊、宗教活動、志願服務、進修學習與政治參與。

## 二、高齡者的社會參與

社會是由個體集合而成的，沒有人能離群索居，必須與人群共同生活，所以人從出生開始，到接受學校教育、進入職場工作、加入各類社團、參加政治及文化活動等都是希望與社會有所連結，進而達到與人交流互動的效果。就此而言，社會參與可以說是人類基本的需要。然而，對老年人來說，因為身體的老化及角色的退出（如職業或養育子女的角色），使他們容易被社會或被自己隔離，故，持續與社會保持互動，繼續將自己投入社會團體中，對高齡者來說更為重要且更具意義。

許多學者也肯定社會參與對高齡者的重要性，並鼓勵不論是老人或是社會均應將他們視為社會的一份子，充分參與社會生活。曾中明（1993）即認為社會中有老年人的一份，所以社會大眾應視他們為社會的一份子，因此，老年人雖已自工作角色撤退，仍應視自己為社會的一份子，應有均等參與社會的機會與權利。社會亦有責任且有計畫地協助老年人參與社會事務，並確認其目標是要發揮老年人作為一個公民和社會一份子應有的功能，延續其對社會的影響與貢獻。呂寶靜（1995）也提出高齡者身為社會的一份子，應得以充分參與社會生活，以平等分享社會中教育的、文化的、宗教的、娛樂的、休閒的…等等的資源，並維持社會關係，以獲得愛與被愛、尊重、自我實現等較高層次的需求滿足。

至於高齡者社會參與的類型，由於受限於體力和性向，所以社會參與不如年輕人廣泛，林勝義（1993）認為一般以休閒旅遊居多，其他的社會參與主要有四種型態，包括：宗教活動的參與、進修研習的參與、社會服務的參與、及行政工作的參與。呂寶靜（1995）及許玢妃（1997）則將台灣地區高齡者社會參與情形分為休閒活動、進修學習活動、及志願服務等三方面。李再發（2003）研究高雄市國小退休教師的社會參與，將社會參與分成宗教活動、社會服務、社團參與、進修學習與運動休閒。在國外學者方面。Smits, Rijsselt, Jonker, and Deeg（1995）在探討社會參與與老人認知功能的研究中，則將社會參與分成社團參與、社會文化參與、及媒體的使用三類。另外，Utz 等人（2002）在研究喪偶對老年人社會參與的影響時，宣稱其社會參與的測量是一個多面向的建構，將社會參與分成正式及非正式的社會角色，而「正式的社會參與」指的是參與志願服務、社團活動、宗教活動，而「非正式的社會參與」包括與朋友、鄰居、親戚的互動情形。

根據上述對社會參與的定義及分類，可以將社會參與歸納為(1)「非正式的社會參與」：即是與朋友、親屬、鄰居的互動、(2)「正式的社會參與」：即是參與自願組織、團體、活動、(3)「獨自進行的活動」：如閱讀、看電視、業餘的愛好、爬山等休閒活動。惟對高齡者的休閒活動(張隆順，1982；陳宇嘉、吳美玲，1984；何麗芳，1992；陳曉蘭，1992；蔡長清，1998)及非正式社會支持(林三衛，1997；呂寶靜，2000；曾竹寧，2000)的議題過去已有相當多的討論，而探討高齡者參與社團活動的議題仍不多見，且本研究認為參與社會上的組織、團體、活動更能表現出高齡者渴望與社會有所連結，較符合本研究的目的，因此本研究探討的社會參與僅聚焦於高齡者「正式的社會參與」。故本研究所謂之高齡者的社會參與乃係指，高齡者主動、對外地參與社會上正式的組織、團體、活動，在當中投入自己的意見、行為，以保持與社會的密切互動，並維持社會關係，使生活品質得以提升。

## 貳、影響高齡者社會參與因素之相關實證研究

高齡者的社會參與深受個人背景變項的影響，具備不同的個人特質，在社會參與上即有不同的表現，目前針對社會參與的相關研究仍不多見，大多是單獨以社會參與中的某類活動作為研究的主題，因此，可藉由探討社會參與中各類活動的實證研究，以歸納整理出影響老人社會參與的因素。

Liang 等人(1980)發現，基本變項中的教育、經濟與活動參與有關。林惠生(1993)檢視台灣地區六十歲以上老人的社團性活動參與率，發現性別、年齡、教育程度、婚姻狀況、健康狀況、經濟狀況均會對參與率造成影響。蔡啓源(1995)研究影響高齡者持續參與志願服務之因素中，發現女性擔任高齡志工的比例不亞於男性高齡者、65-69 歲參與志工的比例最高、佛教徒、已婚、住在都市地區、平均月收入在 15000 元以下、高中以下教育程度、現或曾任公、教職、或家管、自認健康狀況良好之高齡者，較會參與志願服務工作。曾美玲(1992)研究台中市六十五歲以上居家老人，發現男性、已婚、有配偶、健康狀況良好、受過高等教育，較傾向於繼續投入在社會之中。許玢妃(1996)針對高雄市 365 位六十歲以上的老人進行社會參與研究，發現從事社會參與之高齡者，男性比女性多，年齡與參與率成反比，以小學和大專教育程度居多，退休前以從事軍公教職業較多，大多身體狀況良好、與家人同住、社經地位較高。Harwood 等(2000)以老年男性作為研究對象，發現社會參與程度較高的人具備年齡較低、高社會階級、

擁有房子及車子、已婚、健康等特性。Menec（2003）的研究則發現，性別、年齡、身體健康狀況（含 ADL、IADL、發病率、自評健康）均與參與活動的程度有關。

綜合上述的實證研究，可知性別、年齡、教育程度、經濟狀況、健康狀況、婚姻狀況、居住安排均會影響高齡者社會參與的行為，另外，居住地的不同也會使資源可近性產生差異，進而影響到高齡者的社會參與（張隆順，1982），因此亦將此變項納入探討。以下將分別討論這些社會人口變項及情境變項對高齡者社會參與的影響效果。

## 一、社會人口變項

### （一）性別

許多研究支持性別是影響社會參與的重要因素之一，以志願服務的參與率來說，蓋洛普於 1989 年針對六十五歲以上的美國老年人口調查其參加社會服務的比率，女性的參與率有 17.7%，而男性則為 15.8%，顯見女性的志願服務參與率較男性高（劉弘煌，1996）；但也有研究指出，男性老人對於服務性、公益性的正式組織有較多的參與（陳曉蘭，1992）。而在社團參與上，Tiger（1969）認為男性基於生物性的遺傳和社會學習來的習性，在正式的自願性社團、非正式的朋友團體、及工作團體會比女性發展出更強及更穩定的聯結；Babchuk & Booth（1969）卻發現男性在自願性社團的參與，相較於女性是較多變化且較不穩定的。從上述的研究可以知道性別確實會影響社會參與的行為，因此本研究乃將其納入探討。

### （二）年齡

關於年齡與社會參與的研究顯示：老人的社會參與行為會隨著年齡的增加而遞減（廖素嫻，2003）。這原因可能是因為老人隨著年齡的增加，健康情形越來越差，所以限制了活動的參與；另一方面則可能是隨著年齡越來越大，老人逐漸自原有的社會角色中「撤離」，所以對各項活動的參與也逐漸減少。陳曉蘭（1992）也認為年齡與社會參與程度及範圍有負向的影響，也就是隨著年齡越大，活動的參與程度越低、範圍也越小。至於活動的類型，黃國彥、鍾思嘉（1984）的研究亦發現，七十四歲以下的高齡者較多動態活動，七十五歲以上的高齡者其活動較偏向靜態（引自陳曉蘭，1992：17）。

### （三）社經地位

許多實證研究顯示社經地位是影響老人社會參與的一項重要因素。林勝義（1990）綜合 Bull & Aucoin 的研究指出，社經地位較高的人比低社經地位的人較喜歡加入志願性工作，原因可能是他們具有中產階級的特點：有較高的生活滿意度、收入、教育及生活方式等的優勢，而使他們容易傾向於關懷別人，從而樂於參與志願工作。

社經地位的討論將「教育程度」及「經濟狀況」合併看待，雖然社經地位高，教育程度與經濟狀況也相對較高，但兩者在影響社會參與的效果及原因上卻不相同。高教育程度，對參與正式、非正式組織、參與志願服務、及參加學習活動均有正向的影響（Robertson, 1988；劉弘煌，1996；林麗惠，2001），其原因可能是，教育程度的高低除了代表教育年限的長短外，也意味著個體社會化機會的多寡，許多社會活動的參與均需要一些技能，而學校教育正是提供這些技能學習和演練的場所；此外，教育也是一種認知擴張的過程，教育程度的高低通常也反映出對資源訊息的掌握能力，因此影響了高齡者參與社會活動的多寡。就「經濟狀況」而言，郭麗安（1982）研究指出高齡者晚年的社會活動和娛樂方式，都受其經濟狀況的影響；參與學習活動的高齡者通常也以經濟狀況不錯者居多（林麗惠，2001）；但在參與志願服務的研究上，經濟狀況與參與率並非成正比，Percy（1984）認為經濟狀況對是否參與志願服務，有程度上的影響：經濟狀況太好、太差者會忙於處理財務而無暇參與，只有生活上無匱乏者較會參與。

### （四）健康狀況

健康狀況在社會參與的影響上是非常明顯的，因為許多社會活動的參與，是需要一些體力及行動能力的，因此健康狀況的好壞常可以影響老人是否有能力去參與該項活動。故不論從事何種社會參與，若沒有良好的身體健康，就不會有動機、條件、能力去參與（Sundeen, 1988；Russell, 1990；廖素嫻，2003）。

### （五）婚姻狀況

沈桂枝（2001）在探討「活動型老人之社區參與行為與社會支持之相關研究」中發現，婚姻狀況是老人社區參與程度的重要預測變項之一。已婚、配偶仍健在者可能受到配偶的鼓勵，而會有較高的志願服務參與率或擁有更強的社會參與動機（蔡啓源，1995；林珠茹，2002）。然而，在 Utz 等人（2002）所進行的「喪偶

對老年人社會參與的影響」研究中發現，喪偶者在非正式的社會參與程度上較非喪偶者高，但在正式的社會參與程度上，則不因喪偶事件而有所變動；社會參與程度在配偶死亡前會下降，這是因為要照顧身體狀況每況愈下的配偶，而減少與社會的互動，但在配偶死亡後社會參與程度即會提升，因為會增加親友們提供的支持。

#### （六）居住安排

有關居住安排與社會參與的研究顯示：與家人同住的老人，其社會參與的程度會比獨居者高（許玢妃，1996；廖素嫻，2003）。這表示與家人同住的老人，其家庭關係可能較緊密、家庭支持高，因而較有心力及時間參與社會活動。

#### 二、情境變項—居住地

國內外的研究中，很少有人將居住地區納入解釋變項中，因大多數的實證研究，幾乎都只集中在某個區域，所以無法突顯居住地區的影響效果。然而，居住在城市或鄉村會有不同的人際關係網絡及資源，對於高齡者的社會參與勢必造成影響。張隆順（1982）曾以社區為抽樣單位，研究老人對社區內老人俱樂部舉辦的休閒活動的參與情形，研究者比較都市社區（縣轄市以上）和鄉村社區（鄉鎮）老人在休閒活動參與上的差別，結果發現鄉村社區的老人比都市社區的老人多參與社區舉辦的休閒活動，其差異並達顯著水準。

### 第三節 社會參與增進高齡者生活滿意度的理論基礎

爲了進一步瞭解高齡者社會參與與生活滿意度的關係，本節擬從「社會老年學觀點」作爲論述高齡者社會參與與生活滿意度關係之理論基礎。老化是一種漸進的過程，綜合了老年之生理機能、心理能力和社會關係等變遷現象，故個人進入老年期後，即面臨這方面的衝擊，而引起對老化之調適問題。爲了提升個人的生活滿意度及促進老人成功的老化（successful aging），社會學家提出許多關於老化的理論，其中有不少支持老人應持續的社會參與，才能獲得良好調適的論調，包括活動理論、角色理論、連續理論、及老年次文化理論，茲分別敘述如後。

#### 一、活動理論（Activity Theory）

活動理論是由 Cavan, Burgess, Havinghurst, and Glodhammer 於 1949 年所提出（Utz, Carr, Nesse, and Wortman, 2002），是最早被用來說明老年人成功的適應及成功老化的老年社會學理論之一。其主要的論點乃認爲老年是中年期的延伸，主張老人應與中年時代同樣從事社會上的工作及參與社會活動。老人雖然面臨身體健康情形的改變，但是老年人仍生活在家庭與社會層面，身心的社會需求仍與中壯年一樣（鄭淑子，1996）。而且社會活動是生活的基礎，對各個年齡的人來說都是這樣的，對於一個正在變老的人，活動變得尤其重要，因爲其健康和社會福利都有賴於繼續參加活動（德克爾著，沈健譯，1988）。

雖然老年人面臨生理、健康狀況的改變，但是他身心的社會需求基本上並無太大的改變。當一個人從中年轉變到老年生活，並非就要從社會中撤退出來或隔離，他只不過是把以往的舊角色拋棄而換以新的角色。因此，老年人乍看之下雖然是退隱，但事實上仍是活躍的，只是活躍的方式不同而已（蔡文輝，1985）。正如 Blau（1973）對活動理論所下的定義：「…進入老年期的人，擁有自選性角色（optional role）的資源越大，他/她就越能抵禦因退出責任性角色（obligatory role）所產生的沮喪」。所以個體不能因爲年齡的老化而退縮到社會的角落，仍然必須盡力維持中年期的態度與活動，並發覺適當的活動來取代必須放棄的活動，以保持心理、社會的良好適應。

一般人認爲退休易造成老年人健康、心理、及社會病症的產生，但是若老年人面對退休生活時能有正向的反應（如持續的活動參與），那麼退休對老年人所造成的負面影響則能爲其正向反應給消弭掉（Rudman, 1989；引自葉俊郎，1993：

17)。蘇文璽（1992）針對高雄市退休人員所做的老年生涯規劃調查中發現，社會參與與老人生活適應間有顯著正相關，即社會參與高者其生活適應相對地也越良好。Okun, Stock, Haring, and Witter（1984）所做的後設分析結果中也發現，不論是參與正式或是非正式的活動，都能有較好的心理健康。Havighurst 於 1963、1968 年發表的堪薩斯市成人生活研究（Kansas City Studies of Adult Life），指出參加志工組織、教堂和休閒組織協會各項活動的老人，能夠顯示多元且豐富的創造性角色（productive roles）和自我定位。這些研究結果都支持了活動理論的看法，亦即高齡者若能積極參與社會活動，將可滿足其心理性與社會性的需求，並增進生活的適應與生活滿意的程度。

以活動理論的觀點來看，老年人在心理和生理上仍有繼續活動的需求與必要，透過持續的參與社會活動，才能保持身體的健康、獲得新的人際關係，以提升生活品質。

## 二、角色理論（Role Theory）

Cottrell 曾於 1942 年運用角色理論來解釋個人在老化過程中的調適。隨著年齡的增長，人們會不斷地面臨許多社會地位和社會角色的更換，當進入老年時，必須拋棄成年人所扮演的典型角色，而代之以老年人的新角色，角色理論相信在這轉變過程中，老年人丟棄了很多原有的角色（Phillips, 1957；引自徐麗君、蔡文輝，1985：48）。這樣的角色喪失（role losses）通常會減損對於社會的認同及自尊（Rosow, 1985），面對這種角色轉型，愈能調適其老年角色的變遷，並認同其老年角色的老人，會有較正向的老化態度與滿足的晚年生活。

一般而言，個人年紀越老，其角色資源會越枯竭，像是子女離家、親友死亡、喪偶、退休等，面對這樣的角色變化可能導致下列兩種反應：一種是消極的退出，亦即扮演 Burgess（1951）所提出的「無角色之角色（roleless role）」，也就是不參加社會任何活動，只履行無意義的社會職能；另一種是積極的調適，接受老年會喪失許多重要角色的事實，但也同時會建立其他新角色，以維持與社會的互動（傅家雄，1991）。Thoits（1983）認為在社會上扮演一定的角色會帶來許多好處，除了帶給人們表現各種技能的機會外，更能獲得社會支持、資源、及社會刺激，而這些能幫助個人維持生理及心理的健康。因此，進入老年期後，應面對角色轉變的事實，並尋求一個新的、有意義的角色，以彌補生活上的空白，重建生活意義及自我認同。



角色理論假設個人面臨老化時能夠調適良好的關鍵，即是建立在其本身如何接受在老年時期角色之變化，且能夠做好調適。而參與社會活動便是一個獲得新角色的重要途徑，透過與社會的持續互動發展出新的角色、新的社會期待，這樣不只能滿足老年人對身體、心理、及社會健康的需求，對整體社會而言，也能對人類社會經驗的累積與智慧的傳遞發揮了正向功能。

### 三、連續理論（Continuity Theory）

連續理論是從 Robert Havighurst 於 1963、1968 年發表的堪薩斯市成人生活研究（Kansas City Studies of Adult Life）中所發展出來的理論。該理論認為，隨著年齡增長，個人面對老化時朝向維持一致的生活型態，並積極尋找可以取代過去角色的相似生活型態與角色，此是老人於環境中維持老化適應的典型方式。也就是說，個人老化時改變不大，而且其人格特質與成年生活保持相似。個人的生活滿意度由當前的活動或生活型態與其生活經驗的一致性所決定（Atchley, 1972；Neugarten, Havighurst, and Tobin, 1968；引自 Hooymann & Kiyak 著，林歐貴英、郭鐘隆譯，2003：418）。

高齡者在成熟階段有其穩定堅實的價值觀、態度、規範及習慣，這些均會融入其人格與社會適應中，因此老年時期只要延續中年時期的嗜好、習慣，或是尋找一些替代性的活動以代替失去的或變遷的角色，即能獲得成功的老化。高齡者從工作崗位撤離後，會產生過多的空閒時間，根據連續理論的說法，老人仍然具有參與活動的需求，若能以社會參與來填補這個失去的角色，將能持續擁有活躍的生活方式，減少孤寂，並享有充實愉快的晚年生活。

### 四、老年次文化理論（Subculture of Aging Theory）

老年次文化理論是 Rose 於 1965 年提出，討論的重點不是高齡者應否持續在崗位上，更著重關注的是現實中已撤退下來的老年人的情形。他與活動理論的觀點是有所出入的，它同意老年人不再有中年期的理想與行為，高齡者群體會發展出獨特的老年次文化，這是有異於其他人口的行為標準。而老年次文化的形成是因為老年人客觀和自認身心衰退，生理與心理適應新環境的能力也不如年輕人，於是便不可能與年輕人共同活動，卒之老人和老人之間會逐漸形成老人自己的圈子。隨著個人心態變化與圈子的形成，他們有自己的話題和共同的觀點、態度、行為，而這些又與其他年齡人口的行為規範和想法有異，因此便自然形成老年次

文化<sup>3</sup>。

Matras (1990) 也認為當社會裡老年人口逐漸地成長，加上老人生理、經濟生活等共同特質、工業社會中退休制度的建立，阻礙老年人與社會的連結而造成老年團體意識的產生，以及老年群體的階層化，促使老年人為非老年群體所刻意忽視等種種因素，使得老年人增加與其他老年人互動的機會，當彼此間發生互動的機會，較其他不同類屬 (category) 的成員所發生的機會來的多，次文化乃因而產生 (引自葉俊郎，1993：18)。

因為屬於同一類屬，不僅容易吸引彼此產生互動，在互動的模式中也能輕易的就發展出相互依賴的關係，對於喪失原有角色 (例如退休)，又被隔離於主流文化外的老年人來說，同儕團體是最能讓他們獲得認同及支持的地方。許玢妃 (1997) 即用老年次文化理論來看參與老人活動場所活動的高齡者，認為參與者因彼此年齡、身心狀況相近，自然建立特有的社會角色及獨立的自我概念，然後一起排遣時間，學習新知，獲得彼此互動的機會，再從互動中建立相互依賴、扶持的關係，而形成新的支持網絡。

目前許多老人團體的活動或老人社團的成立，其目的乃是提供老年人有彼此互動的機會，基於共同的特質與志趣形成一次文化體系，藉由次文化中的同儕團體力量以維繫他們的自我概念和社會認同，並在這相互認同與支持的互動模式中，增進自我肯定與精神生活的滿足。

從以上各種老化適應的理論中，可以瞭解到「活動理論」主張大部分的老年人均不願喪失社會的角色，因此應盡量繼續或延長中年期的種種活動和交際，才能保持活力，獲得新的人際關係，以提升生活滿意度。「角色理論」指出社會地位及社會角色會隨著年齡的增加而有所轉變，老年人除了要接受這樣的變化外，還需建立其他新角色，以維持與社會的互動。「連續理論」認為高齡者的價值觀、態度、嗜好、習慣仍是中年時期的延續，應繼續從各種社會活動中展現其持續的生命活力。「老年次文化理論」認為從同儕團體的互動中能產生相互依賴的關係，在這樣相互認同與支持的互動模式下，可以增進自我肯定與精神生活的滿足。總之，當一個人邁入老年時，本身各種社會資源都逐漸流失的情況下，唯有持續、積極的從事社會參與，才能擁有健康、滿意的老年生活。

---

<sup>3</sup> 孝恩文化基金會雙週評論，「高齡次文化群」

<http://www.xiao-en.org/page03.phtml?v=e&sec=6&artid=200504150002>，94年6月22日

#### 第四節 高齡者社會參與與生活滿意度關係之探討

在老年學的研究領域中，期待藉由社會參與以豐富高齡者的生活，使其生活更有意義，是許多研究者關切的議題。根據上節的理論基礎及歸納社會參與與生活滿意度的相關研究後，不難發現高齡者的生活滿意度與社會參與間確有關係存在。然而，這兩者的關係究竟為何，需要更進一步的探討。為了深入探究高齡者社會參與與生活滿意度之關係，以下將先說明社會參與與生活滿意度之研究取向及相關研究，再歸納出社會參與與生活滿意度的相關面向。

林麗惠（2001）將關係的研究取向分為「差異取向」及「相關取向」二類，本研究在歸納現有相關研究後發現，社會參與與生活滿意度之關係，亦可以這兩類取向來分析之。差異取向的學者分別以參與者和未參與者為對象，以進一步釐清二者在生活滿意度之差異情形，此一研究取向的旨趣，在於探究生活滿意度是否會因有無社會參與而有所不同，亦即著重於生活滿意度「差異」的比較；另外，也有學者主張以社會參與的不同面向，來瞭解與生活滿意度的關係為何，此即為「相關」取向。以下將分別就這二種取向來說明高齡者社會參與與生活滿意度的關係。

##### 壹、差異取向

差異取向的相關研究結果，大都支持有社會參與的高齡者，在生活滿意度方面高於未參與者。Brandmeyer（1987）即針對 113 位 55 歲以上的高齡者進行研究，其中 69 位有參與學習活動，另外 44 位則未參與，透過生活滿意度量表 Z(LSIZ)，來瞭解有無參與學習活動是否在生活滿意度上有差異，研究結果確實支持了參與學習活動者生活滿意度會較無參與者高；Morrow-Howell 等人（2003）所進行的「志願服務對老人福祉的影響」研究上亦有相同的結果，研究者以「過去一年有無參與志願服務工作」的問題將老人區分成有參與及無參與兩組，而福祉則以自評健康、功能性依賴、憂鬱當作測量的指標，有參與者不論是在哪方面，均與無參與者有顯著差異，亦即有參與志願服務者的福祉較無參與者高；國內則有簡素枝（2004）所進行的「嘉義縣市高齡學習參與者與非參與者在人際關係、生活滿意度之比較研究」，在 430 份有效問卷中，有參與者為 240 位，無參與者則有 173 位，在「日常活動」、「情緒狀態」、「自我概念」、「與家人相處」四個生活滿意度層面中有參與者的平均數皆比未參與者高，但僅有「與家人相處」的層面有達顯著。

## 貳、相關取向

在參酌國內外之相關研究，歸納出與生活滿意度相關之社會參與面向，包括：參與類型、參與量及參與程度，以下就各面向分別敘述之。

### 一、參與類型

社會參與的內容相當廣泛，爲了有系統的瞭解，許多學者特將社會參與加以分類，不同類型的社會參與因具備不同的內涵，當然對生活滿意度的影響也會有所不同。Longino (1982) 即使用 Lemon 等人 (1972) 對社會參與的分類：非正式活動（同朋友、親屬、鄰居）、正式活動（參與自願組織、團體）、獨自進行的活動（如閱讀、看電視、業餘的愛好等），來瞭解不同的活動型態對生活滿意度的影響，結果顯示非正式活動與生活滿意度較有關聯，而正式活動卻與生活滿意度成負相關，這可能的解釋爲，不滿意生活的人會往外尋找更多的正式活動，以求彌補心中的缺憾；另一種可能是參與正式團體活動本身會引起不滿足感（引自何麗芳，1992：40）。Hoyt 等人 (1980) 從活動理論觀點深入探討有關老年活動參與型態與生活滿意度各層面之關係，結果發現不論是正式活動、非正式活動或消遣嗜好型活動皆與生活滿意度之「情緒傾向」(mood tone) 有明顯關聯，他認爲老年人之所以參與活動，是爲了要排遣寂寞、孤單及無聊感，而這與情緒有關；此外，非正式及正式活動與「熱心對冷漠」(zest vs. apathy) 有關，其解釋是因爲人際互動之關係與本身是否積極投入社會有關。Morrow-Howell 等人 (2003) 爲了瞭解社會參與的類型與老人福祉 (well-being) 的關係，將社會參與分成宗教、教育、政治、老人團體及其他五類，但除了宗教與老人福祉層面中的「功能性依賴」有關外，其餘則沒有顯著相關。在志願服務的類型中，Van Willigen (2000) 也發現與宗教有關的組織是最能帶給老人參與者好處的。

國內文獻方面，陳肇男及林惠生 (1995) 爲了瞭解哪一種社團活動之參與對生活滿意度的影響力較大，將宗教、政治及老人社團納入迴歸分析中，結果發現老人社團參與對生活滿意的影響力最大。何麗芳 (1992) 則將休閒活動分成「健身型」、「社交服務型」、「學習型」、「嗜好型」及「消遣型」，其中以「健身型」及「社交服務型」之休閒活動對生活滿意度最有影響，其次爲「學習型」之休閒活動，最後爲「嗜好型」的休閒活動，而「消遣型」活動則對生活滿意度無顯著影響。

## 二、參與量

參與量是指高齡者投入社會參與的時間，一般來說，參與量越多，生活滿意度也會越高。對於參與量的測量，大多是使用「參與的頻率」來表示，蔡長清（1998）即以「從沒有做」、「很少做」、「有時候做」、「常常做」來指出該項活動參與量的多寡，結果發現擁有較高生活滿意度的退休老人，其休閒參與量一般也會比較高（ $r = .383, p = .000$ ）。Toseland & Sykes（1977）研究參與學習活動與生活滿意度之關係，其研究結果指出，參與學習活動的頻率是預測高齡者生活滿意度的最重要變項，亦即，高齡者參與學習活動的頻率越高，生活滿意度也將越高（引自林麗惠，2001：68）。這樣的結果也在 Culter 的研究中得到印證，Culter（1979）以 170 位 65 歲以上的志工團體參與者為研究對象，以生活滿意度量表 A 為調查工具，藉以瞭解參與志工活動的頻率與生活滿意度之關係，研究結果顯示，經常參與志願服務工作者的高齡者，擁有較高的生活滿意度。Jang 等人（2004）於「社會參與在生活滿意度上扮演的角色」研究中，將社會活動的頻率分成「過去一年從來沒有」、「一個月少於 1 次」、「一個月 1 到 4 次」、「一個月 5 次以上」及「每天」，其結果顯示，對於擁有疾病又失能的老人來說，社會參與的頻率越高，其生活滿意度也越好（ $r = 0.34, P < .001$ ），但對有疾病卻沒有失能老人，這兩者的關係並無達到顯著，這表示社會參與對有疾病又失能的老人來說，相較於有疾病卻沒有失能的老人更具有意義。

除了參與的頻率之外，「參與的時數」也是用來測量參與量的指標之一，而且有時候會比頻率更能測出與生活滿意度的關係。吳郁銘（2004）在「活動型老人休閒運動參與與生活滿意度」研究中，分別以參與頻率及參與時數來看與生活滿意度的關係，其中參與頻率與整體生活滿意度是沒有顯著相關的，但是參與時數卻與整體生活滿意度達顯著正相關。黃國彥、鍾思嘉（1987）的研究結果也指出，社會活動參與時間越多的高齡者，在生活滿意度的分量表「情緒狀態」上之得分，較參與時間少者為滿意。但也有研究指出參與時數對老人的正向效果並非線性關係，Van Willigen（2000）認為參與志願服務對老人的正向效果，會在每年參與 100 個小時以後逐漸減弱，亦即呈現 U 形相關，這顯示了參與應量力而為，參與時間太多反而會帶來壓力。

此外，參與量除了可以用時間來測量外，「參與類型的數量」亦常被使用來表示參與量，也就是說，參與類型的數目越多，即代表參與量越多。陳肇男及林

惠生（1995）以七類社團性活動建構一個綜合性老人社團活動指標，對每一種社團活動，凡是有參加的老人，其代號為 1，否則為 0，將七種社團活動之參與情形予以累計，分數越高表示社團活動越多；將之與老人生活滿意度做迴歸分析後發現，社團活動多的老人對生活顯著較為滿意。Oman 等人（1999）也發現，參與兩個以上的志願服務組織其帶來的正向效果，比只參與一個時要高。Menec & Chipperfield（1997）在「持續在老年生活活動」的研究中，則利用 18 項休閒活動的項目來測量老人的活動參與量，分數範圍為 0—18 分，分數越高表示參與量越多，其結果也顯示，活動參與量越多生活滿意度也越高。但也有研究發現兩者沒有顯著的關係，Morrow-Howell 等人（2003）將志願組織的類型分成五種，每參與一種即以 1 分計算，無參與者給予 0 分，最高為 5 分，其與老人福祉（well-being）間並無顯著相關。

### 三、參與程度

參與依其決策的影響力有層次上的差別，Bagnall（1989）即將成人參與社區教育活動的形式分成三種類型（引自林振春，1998：74-75）：

- （一）出席（presence）：意指民眾個人參加社區內所辦的教育活動，當一位活動參與者或一項產品的消費者。
- （二）涉入（involvement）：包括個人性的涉入與社會性的涉入，「個人性的涉入」意指個人對教育活動結構的投入，對活動本身會表示個人的意見或看法；「社會性的涉入」意指個人會與參加活動的其他參與者產生互動性的行為，包括情感上的分享與集體行為的投入等。
- （三）控制（control）：意指個人或團體對社區教育活動的內容、過程和目標或結果等的控制或操縱。此時的社區居民不只是要求自我導向的教育活動，更產生引導他人參與教育活動，或是由他們來決定社區內所該辦理的教育活動內容和方式。

吳坤良（1999）爲了瞭解老人社區參與的實際情形，綜合了上述 Bagnall（1989）的類型及 Arnstein（1969）所提的八種參與程度，歸納爲出席、涉入、控制和全心投入四個向度，對「出席者」而言即是參與程度較低的，「涉入者」能分享參與心得，而「控制者」主導活動設計、規劃活動，甚至領導是社區參與程度較高的，至於「全心投入」於社區活動或社區發展者，並能與社區榮辱與共、休戚相

關，在社區總體營造上，富有使命感或歸屬感，是最高的參與程度。

一般而言，社會參與程度越高，生活滿意度就越高。根據吳坤良（1999）「老人的社區參與動機、參與程度與生活適應之相關研究」結果，整體社區參與程度和整體的生活適應有正相關存在，且達顯著水準；同時整體社區參與程度與生活適應之各層面「個人心理適應」、「家庭生活適應」、「社區生活適應」均有正相關存在，由此發現，參與程度越高，老人的生活適應越好。另外，劉劍華（2002）也使用吳坤良（1999）社區參與程度的分類法，探討「社區健康營造之老年人其社區參與程度及健康促進生活方式對生活品質之相關研究」，結果亦發現社區參與程度與整體生活品質有顯著正相關；同時社區參與程度與生活品質各層面「生理」、「心理」、「社會」、「環境」也都達到顯著正相關。

綜合上述國內外的相關研究得知，社會參與與生活滿意度的相關面向，包括：參與類型、參與量及參與程度。爲了瞭解國內高齡者社會參與與生活滿意度之關係，實有必要將上述面向納入本研究中，以深入瞭解不同參與面向與生活滿意度的關係。

