

東海大學社會工作學系
博士論文

指導教授：彭懷真博士

我居故我在~
獨居老年母親居住方式的轉換歷程

I live, therefore I am : Decision-making
process of residence transference in
elderly mothers living alone

研究生：吳家慧

中華民國一〇六年一月

東海大學社會工作學系
博士論文

指導教授：彭懷真博士

我居故我在~
獨居老年母親居住方式的轉換歷程



I live, therefore I am : Decision-making
process of residence transference in
elderly mothers living alone

研究生：吳家慧

中華民國一〇六年一月

東海大學社會工作學系博士班

研究生 吳家慧 博士學位論文

我居故我在~獨居老年母親居住方式的轉換歷程

業經審查及口試合格

論文審查及口試委員

指導教授：	彭懷真	106年1月13日
審查教授：	陳瑋惠	106年1月8日
審查教授：	羅香亭	106年1月8日
審查教授：	張振斌	106年1月8日
審查教授：	張宏秋	106年1月8日
系主任：	吳秀珍	106年1月8日

論文摘要

面臨高齡少子社會，在「老有所終、在地老化」的照顧理念需從了解長者如何抉擇居住方式的思考切入。

依此探討角度，本研究選擇獨居老年母親為研究對象，希望藉由研究鼓勵比男性長壽、易因喪偶而獨居、性別和年齡上較常受到歧視與挑戰的研究對象能積極表達對居住方式轉換選擇的想法，並依此研究結果增加家屬以及社會大眾欲瞭解長者意見時的參考依據。

研究以質性研究為研究設計，敘事分析為分析方法。研究對象在敘說人生中與居住方式轉換有關的故事時重新對感受和回憶再做統整，也藉機看見自己對某事件的看法和思考邏輯，甚至在過程中想通了堅持與執著的理由，也有人因此得到某些解答。研究者也把自己的老人工作經驗和故事進行對照並產生新的發想，這過程對研究者與研究對象來說都是獨一無二的經歷，也讓研究者和研究對象在互動中有了新的刺激與反思。

研究結論得出獨居老年母親的「居住方式轉換思考層次」，七個層次分別為

- 1.空間-研究對象目前都有屬於自己的有形居所空間，但並非提供母親們一處空間，就能達到老有所終的效果。老人住進子女的家，除了有形空間，子女家庭原本的界限和互動是否有足夠的彈性才是重要的無形空間，這些都是老人能否成功融入新居所的關鍵。

- 2.型態-型態之於居所，就如同靈魂之於身軀。有自己形塑出的型態的居所才能開始有家的認同。型態沒有一定準則，但它一定要符合個人規則才有張力。每一個型態，隱藏一個習慣，也可以追溯出養成背景，後面應該也有獨特的回憶所帶來的熟悉與安全感。對女性而言，要離開熟悉型態的空間所帶來的安全感並不容易，因此女性對於自己創造的型態有所堅持，不輕易放棄已經爭取到的空間與型態主權，使得女性較易在委屈和不甘心的情緒中反覆掙扎難以變動。

- 3.主權-這裡的主權代表在居所內自主自決的權利，不受他人箝制，也不被他人束縛，所以主權的喪失常常代表著個體的解體滅亡。當人失去生活空間的主導權，也是將積極生活動力一併帶走的開始。

- 4.角色-角色，代表著某種社會位置，該位置擁有某種權利義務與行為規範。社會對這個位置有一種普世但不一定正確的期望，也會附帶給予框起一個無形空間。女性角色存在有扮演家中犧牲自我與照顧責任的義務和行為規範，生存的空間易被限縮或侷促在某個範圍裡。

5.規範-大致分成兩種，一種是白紙黑字有法定依據，一種是約定俗成靠道德束縛。法定依據內容甚為明確，道德依據要參考個人條件例如時代背景、家庭教育、生活經歷等經歷。不論是哪一種，規範都像是傀儡身上的繩子，左右角色，也操控行為。

6.人際關係-人因互動而有了依賴和互助的社會關係。母親們自己建立和現居環境的信任度和安全感，穩定的生活現況讓她們可以從子女的狐疑和擔心裡突破重圍捍衛自己獨居的選擇。人在環境中被社會化，從小就開始學習甚麼叫「擁有」，開始建立與人、與地方之間的認同，這些累積會是影響母親們思索居住轉換與否關鍵。

7.自我意識-華人家庭的利他精神與孝道倫理與尊重老人自我意識的拿捏與糾結在六位母親的故事裡看得透徹，但也看到按照自我意識生活的老年母親所擁有的強韌生命力，這大大的提醒了自我意識要放進老人居住轉換思考的重要性。

此思考層次順序可能由空間至自我認知，也可能從自我認知到空間，依此發現也整理出思考層次圖。此外，研究對象在思考居住方式轉換時是如何在七個層次階段裡整理出結論？每一個階段的結論又是如何影響下一個階段的思考並得出最後答案？也對應出每一位研究對象現在的人生與對未來居住方式轉換選擇的答案。

關鍵詞：獨居、老年母親、居住方式轉換、存在

Abstract

Facing the aging society with low-birth rate, the care concept of 'security for the aged till death' and 'aging in place' should take place from how the elderly choose their living arrangements.

Following the concept, the researcher chooses the elderly mother who lives alone as the target participant in this research, because elderly women seem to live longer than men, and they have higher chances to live alone after their husbands dead, also, the female gender and older age seem to suffer more discrimination and challenges. The researcher would like to encourage them to express their thoughts about living arrangements through this research. Furthermore, the researcher is willing to share the results as the references to push families and society to understand the opinions from the elderly.

The researcher uses qualitative research as research design and narrative analysis. When the participants talk their lives and the events about switching live arrangements, they are able to recall and integrate their memories and the feelings, also to see their opinions for some specific events and thinking logic. Through the processes, they even are able to understand the reasons of why they insisted in something. Furthermore, some of them got solved about their doubts. In the other side, the researcher takes her working experiences and stories in elderly welfare to compare and then creates new concepts. The process is a unique experience for both the researcher and the participants, also the interactions between the researcher and the participants bring the new stimulations and reflections.

The results bring out seven thinking levels of living arrangements by the elderly mothers, which are:

1. Space

The participants all have their own physical accommodation space. However, it does not mean if providing mothers the physical accommodation space could achieve the 'security for the aged till death'. Besides physical space, when the elderly live in their adult children's home, the more important factor is the invisible space of whether the boundaries and interactions are flexible enough in the adult children's home. This is the key point of successful inclusion in the new accommodations for elderly.

2. Styles

Style for the living place is like the soul for the body. Having one's own living style is the start point of the home-identity. There is no specific principle for the living style, but it should meet to the personal principle. Each style shows the owner's specific habit, also brings out the owner's background and the unique, familiar memories and securities. For women, it is not easy to leave the familiar space and security. That's why women usually insist their own style and not easy to give up their space and sovereign right which they have fight to. It is also the reason to make women easy to be struggled under the frustrated and unreconciled mood.

3. Sovereign rights

Here refers to the power of self-determination, and not be controlled or bounded by others in their accommodation. Losing the power usually refers to the disintegration of individual. When people lose the power to control their living space, it is usually a start to lose the energy for active living.

4. Roles

Roles mean some social status, and the status responses to some power, obligation, and norms. The society gives the status a well-known but may be incorrect expectation, also builds an invisible space. The roles and the norms of women in the family usually play as self-sacrifice and the responsibilities to care families. The living space is easy to be limited in some specific areas.

5. Norms

The norms are usually divided into 2 kinds. One is legal basis, and the other one is moral basis. The former one is based by law and clear. The moral basis one depends on personal conditions which are like the grown background characteristic of times, family education, life experiences, and so on. Both of the 2 kinds of norms are like the strings tied on the dolls to control the roles and behaviors.

6. Relationships

The social relationship is from the human beings' interaction and interdependency. The mothers built their own living space with their own security and the sense of trust. The stable living conditions help them to fight for the choices of living alone when their adult children worry and disbelieve. People are socialized from the environment. People learn what is 'own-something' since

childhood, and start to build the identity of people-between-people and people-in-place. The accumulations affect the participants about whether switching the living arrangement.

7. Self conscious

The stories from the 6 participants show out the struggle between altruistic spirit, filial piety, and the self conscious about respect to elderly in Chinese family. However, the stories also show out the strong live power by the mothers who follow their own self conscious. This reminds the researcher the importance of self conscious to affect the thinking of elderly living arrangement.

The orders of thinking levels may start from space to self conscious, and also may in the opposite orders from self conscious to space. The researcher follows the results to create the graph of thinking levels. Besides, how the participants conclude their living arrangement within the 7 levels and how each level affects the next level reflect the answers from the choices of their life by each participant and their living arrangements for future.

Keywords: lives alone , elderly mother, switching the living arrangement, being

致 謝

整體來說，這六年半就是一個自我實現的過程，在預期內達標的成功經驗更支持自己相信，不論成就夢想的過程有多艱難，只要持續發揮恆毅力，就能夠夢想成真。

感謝我的指導教授**彭懷真老師**，是他帶我走到夢想的殿堂。對一個很愛給自己壓力，總是擔心自己做得不夠好的學生，他給了最大的包容、最多的鼓勵和最精準的指導。我不曾感到孤單，因為在挫折無助時，他永遠站在我的前面帶著我渡過風雨，然後告訴我該把目光投向何處，感謝細數不完，未來將化為行動，傳承與回饋這份恩情。

感謝論文的口試委員。**張宏哲老師**是我在老人服務領域的啟蒙老師，在沒有進博士班前，許多老人領域的專業知能都來自於他的指導，他總是給予我最大的肯定，讓我在長照界發展更有信心；**羅秀華老師**是我能夠考上博班的重要貴人，是她用無與倫比的溫暖力量支持和陪伴我走過考試的焦慮和渡過多次的人生考驗；**張振成老師**是我在輔大求學時的系主任，他總是細心關心我的專業發展，更常常給我中肯又受用的建議，感謝三位老師來見證我在東海的學習成果。此外，**陳琇惠老師**是我在學校常常聽聞的美女老師，但可惜在求學期間沒有更多的接觸，只能在此感謝她對我論文的精闢指導與溫暖鼓勵。

感謝在東海教過我的老師。整個求學過程我選最多的就是**蔡啟源老師**的課，老師教學認真投入，在嚴謹的外表下有顆關懷學生的心，總是希望學生不要虛度光陰，學習能更符合專長，而我也因為這些提醒，有了完美的修課計畫，沒虛度辛苦的修課時光，真的很感謝。另外還有**吳秀照主任**、**簡春安老師**、**王篤強老師**、**呂朝賢老師**、**鄭怡世老師**和**黃聖桂老師**，雖然自己沒能多上到這幾位老師的課，但老師們在我求學期間遇到瓶頸和困難時都曾無私地提供我協助，非常感謝。此外，要特別感念已經仙逝的**賈廷詩老師**，謝謝他耐心的教導英文底子不夠好的我，他的泱泱風範會一直留在學生的心中。

感謝論文故事中的**阿姨們**，謝謝您們用自己的故事成就這份論文。

感謝系辦的**大霞**、**宜椿**、**雅俐**和**培元**在我求學過程中行政上的協助，讓原本對東海不熟悉的我能夠有效率且踏實的達到博士養成的所有規定。

感謝一路陪伴我的同學、學長姊和學弟妹。入學前總是聽說博士班不容易有同窗情誼，但我就這麼幸運的和同班同學**秉賢**、**江清**、**春梅**成了一輩子的好

朋友，他們各自在社工界不同領域有卓越的發展與表現，我一直跟著沾光。

感謝優秀的**杰榆學長**總是像自家大哥般的照顧著我，我的成長軌跡上始終有他提攜與關懷的身影。也因為他，我得以認識「台灣非營利組織領導力發展協會」的眾多好夥伴們，謝謝大家在我打拚學位的過程中給予的支持鼓勵。

感謝我的老東家「中華民國紅心字會」。尤其是**品宜秘書長**、**雅青副秘書長**、**文正主任**和**若欣主任**，他們總是持續關心和心疼著像多頭馬車的我，如今順利畢業，我知道他/她們的開心不會亞於我。

感謝一直保持聯繫的輔大系秘書**文蘭**與學弟妹們。更感謝**誼方**常常分享博論撰寫心得與技巧；**淑真**在我人生重大事件中從未缺席，有她在，我的焦慮就會減輕許多，功能堪比生命中的鎮定劑，所以定要永遠彼此陪伴。

感謝大學死黨**淑美**、**惠玲（詩云）**、**明雅**。一路跌跌撞撞到今天，沒有你們支持就難以有現在的我。在你們面前，我總能自在地訴說自己的負面情緒而不用擔心被評價，謝謝你們包容最真的我。

感謝中正國宅銀髮族服務中心的大家，尤其是**嘉琪**和**怡茹**，多年合作情誼讓我累積許多實務與督導專業知能，謝謝你們總在我需要的時候給予協助。

感謝曾經有緣分一起工作的夥伴，尤其謝謝**苑倚**在投稿文章研究取樣上的協助，是我能完成學業的重要助力。

感謝現在的事業夥伴**國強**，很多人都覺得創業的決定也太勇敢，但公司的股東和我們都知道為了台灣長照的未來一定要拚這一遭，期待和你大展身手。

感謝我的家人。為了完成夢想，陪伴父母的責任我總是不夠盡心，成就自己之餘最感謝的還是妹妹們的體諒和分擔。感謝小少女**瑋昕**，漸漸長大的妳總是懂得適時對我表達你的關心和鼓勵，也祝福你順利考上理想的大學。

感謝的重頭戲來了。博士的養成不易，我記得剛入學的時候，王篤強老師告知我們一定要「保命」，而接下來的這些年，工作和求學兼顧的我也真的有拿命在拚搏的感覺。所以，每一個打拼的博士生背後一定有一個偉大的人在看顧才能走完這一段路。感謝**政傑**像超人般的在日常生活、心情調適、糾結疏導、搞笑解悶、陪伴散心、文書排版等等需要上照顧和幫忙著我，他提供了一個溫暖而安全的家讓我能自在的窩在自己的世界學習和發呆，對他的感謝難以言喻，沒有他，我也不可能健康快樂的走到這裡。

最後，感謝自己的堅持與努力，讓我能成為自己想成為的人～

家慧 於家中溫暖書房 106.01.16

目錄

第壹章 緒論.....	1
第一節 背景緣起	1
第二節 研究重要性	12
第三節 研究問題與目的	13
第貳章 文獻探討	14
第一節 女性與老年母親	14
第二節 家與居所	23
第三節 獨與獨居	38
第四節 轉換與歷程	48
第參章 研究方法	63
第一節 研究方法選取	63
第二節 敘事分析	65
第三節 研究者的位置	71
第四節 研究對象	74
第五節 資料收集方法	77
第六節 研究嚴謹度與倫理	79
第肆章 研究發現	84
第一節 故事的尋找與啟發	84
第二節 故事的影響與對照	86
第伍章 結論與討論	126

第一節 主角「人生豪宅」的房間.....	126
第二節 居住轉換思考七層次.....	129
第三節 統整是存在的主題.....	155
第陸章 建議與展望.....	157
第一節 研究是找出「我在」的媒介.....	157
第二節 研究思索出的未來建議.....	159
第三節 研究尚難以突破的限制.....	161
參考書目.....	162
附錄一：訪談大綱檢核表.....	176
附錄二：邀請函.....	177
附錄三：保證書.....	178
附錄四：訪談內容確認表.....	179

圖目錄

圖 1-1 2009 年與 2013 年理想居住方式:「僅與子女同住」比例變化比較圖	6
圖 1-2 2009 年與 2013 年理想居住方式:「僅與配偶同住」比例變化比較圖	6
圖 1-3 2009 年與 2013 年理想居住方式:「獨居」比例變化比較圖....	6
圖 1-4 2014 年男女喪偶人數比較圖	8
圖 2-1 醫療、保健、福利與建築四合一的居住環境體系圖.....	33
圖 2-2 老年母親居住方式轉換歷程圖	49
圖 3-1 研究進行流程圖	64
圖 3-2 研究者社工生涯發展與論文發想過程圖.....	72
圖 3-3 居住方式轉換歷程示範圖	78
圖 4-1 華定阿姨家系圖	86
圖 4-2 華定阿姨居住轉換歷程圖	91
圖 4-3 小玉阿姨家系圖	93
圖 4-4 小玉阿姨居住轉換歷程圖	96
圖 4-5 珍阿姨家系圖	98
圖 4-6 珍阿姨居住轉換歷程圖	102
圖 4-7 Rose 阿姨家系圖	104
圖 4-8 Rose 阿姨居住轉換歷程圖	109
圖 4-9 May 阿姨家系圖.....	111
圖 4-10 May 阿姨居住轉換歷程圖.....	115
圖 4-11 阿月阿姨家系圖	117
圖 4-12 阿月阿姨居住轉換歷程圖	123
圖 5-1 研究對象人生豪宅房間圖	128
圖 5-2 居住轉換思考層次圖	131

表目錄

表 2-1 美國老人住宅特色表	30
表 2-2 日本老人機構分類說明表	31
表 2-3 我國老人照顧機構分類說明表	32
表 2-4 老人健康狀況與適合居住型態對應表	34
表 2-5 去機構化的時機與概念表	35
表 2-6 獨居正負向看法表	45
表 2-7 老人居住方式主要轉換因素表	50
表 2-8 轉換結果表	55
表 2-9 生命歷程觀點關注表	57
表 3- 1 研究對象資料表	76

第壹章 緒論

第一節 背景緣起

壹、從我與身邊人的故事出發

這是一段發現自我、肯定自我和實現自我的歷程~對研究對象是，對研究者更是

我自己的故事~

「我在」意識的覺醒與紮根~接觸社工專業之時

記憶中，進入社工系求學前的我生命是很飄忽不著根的，專科時常常在課堂中發呆，想著我是誰?為甚麼會來到這個世界?來了要做什麼?而這些都是當時身邊的師長、同學、朋友、家人認為沉重又無趣且沒有人想跟我討論的話題。他們總說，把書念好，有一技之長，找個好工作將來嫁個好丈夫才是女人完美的人生。但我不知道他們口中的這些完美目標與我存在的價值有何關聯?我總是感到寂寞，也想像不出自己的未來。

因為一次同學的邀約，我有了到醫院擔任志工的機會，在職前訓練時，第一次看到穿著白袍散發專業光芒的社工，在聽他分享專業價值、倫理精神時，我忽然有一種終於知道自己生命可以怎樣存在的頓悟，也開始想：「如果有能力實踐這些理念該有多好」、「我要如何成為這樣的人」、「我該如何開始第一步」，那時終於感覺看見自己未來人生的藍圖，也有了實現它的動力。

這股動力，讓我插班考上了大學社工系，至此之後每天上課不再恍神，像塊海綿似的努力吸收這些覺得好有意義的知識，在堆疊社工知識與累積實習經驗的日子裡，我看見自己的社工樣貌逐步在成形，我很肯定這是我想要的我，人生裡「我在」的感覺越來越清晰。

「我在」意識的落實與困境~進入社工職場之後

進入職場後，努力想要協助案主找到面對自己人生課題的動力，因為相信感受到「我在」才能讓案主願意為了自己改變，但這個目標總在自我價值這一關被挑戰，除了因為案主的自我存在感總是低落，我這個已經是社工的助人工作者也

不斷被自己挑戰。總是想問自己：「社工專業領域中，我在哪裡」、「我站在什麼位置上和案主工作」、「我有真正幫助到案主還是在滿足自己的成就感」尤其當我在職場上看到案主因為順應福利制度、服務者、照顧者而逐漸失去自我意識、失去積極生活動力的時候，困惑與無奈感越發明顯。

這些問題所造成的專業認知困境在進入老人服務領域後整個大爆發。因為我始終認為，老人服務的終極目標該是「老有所終」，而讓她/他能夠住在自己認同的住所裡終老是「老有所終」的重要條件。但在我的工作經驗裡，卻常常看到是子女在決定老人的居住方式，而老人自己是安靜沉默的。

我常常會想，她/他是不是寧願待在鄉下熟悉且自在的空間裡渡過餘生，也好過住在難以尋求認同和沒有安全感的新環境裡？老人為何不和子女提出自己對居住方式的期待而願意把居住方式的選擇權交給子女？不過，我總是難以得知答案，因為我常聽到老人說以子女的意見為意見，也習慣隱藏和忽略自己的想法，而這其中，又以老年母親尤甚。

我試圖了解造成這個現象的原因，發現女性平均餘命高於男性、可能守寡的年份也高於男性，需要長期照顧的年份也會比較長，但因為女性較常扮演家中照顧者的角色，更為瞭解照顧者的辛苦，所以在自己需要被照顧時反而不願意為難子女而傾向配合。但這樣的配合並不保證帶來雙贏的結果，因為其中可能夾帶的委屈感常常是破壞兩代親情的主因。於此，我很希望做些什麼讓老年母親能夠重新檢視自己對居住方式選擇的看法並勇於表達和溝通，子女可以因此了解母親的思考，即便現實生活中還有許多面向要顧慮，不一定就此能找到兩全其美的辦法，但這過程可以讓老年母親感覺被尊重，就會有效減少委屈感，這不僅對兩代溝通有幫助也可避免老年母親因抗拒轉換而造成的生命凋零。

「我在」意識的推展與研究~進入管理與學術之後

因為想要做些什麼的動力促使我進入老人服務機構擔任管理職，帶領同仁扮演政策與長者之間的橋樑、規劃讓老人表達意見和積極參與的方案，也努力考上博士班，加強學術能力以便讓尋找答案過程更具有研究價值和實務貢獻。

於是乎，我開始了這份研究，我想藉由它來歸納出老人在面臨居住方式轉換時候的思考，也選擇讓研究對象能真正感受到「我在」並盡情去詮釋與發揮的研究方法，讓研究對象也能在敘說的過程中發現自我、肯定自我、以及完成自我夢想，而研究的完成，也將是我成就自我、實現自我的甜美果實。

身邊朋友的故事~

美美的爸爸是突然過世的，所以家裡人一直很難接受，也很傷心。在喪事辦完後，美美思量著突然喪偶的媽媽今後獨居實在令人擔心，所以姊妹商討後就決定讓姐姐接媽媽到桃園與媽媽最疼愛的外孫同住。但在告知美美媽這個安排後她不說反對但也不搬家，只有在美美姐說需要幫忙時才會去住上幾天就又回自己家。家人看到媽媽這種不溝通不反對也不行動的態度，還真不懂媽媽到底在想什麼？怎麼安排她的生活她才願意開心接受？

目前獨居的陳媽媽說，早年先生交了女友無故離家後，就獨自拉拔孩子到現今各自婚嫁。以前小孩嗷嗷待哺沒有空想到自己，也無暇面對先生離家背叛的苦。現在老了，小孩大了，會很想要過自己想過的生活。但子女一直盛情邀約同住，說甚麼他們會擔心，還要她”順便”幫忙帶孩子。陳媽媽真的覺得自己辛苦一輩子了，想要輕鬆安靜過生活，但子女就是不理解，覺得她找麻煩，她很想堅持做自己，但不知怎麼表達子女才聽得懂不再干涉……。

三則分別以研究者自身、研究者朋友的子女、母親角度來敘說的故事，內容點出為難，也顯示出需要。為難的是親情關心與自我意識抵觸時的掙扎，顯示的是處理關鍵在於需求出現時，母親與子女間溝通需要無障礙。要減少掙扎、排除障礙，子女必須先理解母親在面臨居住方式轉換時心裡思慮的過程。本文以質性研究的敘事分析來探討獨居老年母親在居住方式轉換過程時的思考狀態，並希望藉此鼓勵比男性長壽、更易因喪偶而獨居、在性別和年齡上較常受到歧視與挑戰的老年母親能積極表達想法，以增進子女在瞭解長者相關想法時的參考依據。

本研究的研究對象的居住方式界定在獨居，此居住方式為目前老人服務中最被關注且優先協助的對象。選取母親角色，是看見一個家庭若失去母親，功能可能會式微或解組（彭懷真，2014），這顯示了母親對家庭的重要性與凝聚能力。此外，也希望探究在具孝道觀念的華人家庭裡，擁有崇高地位且受到家人尊重的母親，是否就能擁有自己居住方式轉換的主控權？還是母親對家人的愛反而造成選擇上的包袱？從釐清這些大哉問和想要實踐「老有所終」的理念出發，以研究者自身以及自製的訪談大綱為工具，陪伴研究對象回憶與敘說關於居住方式轉換的人生故事並歸納出轉換時的思考層次。而除了從故事看緣起，接下來以相關數據來探討研究開始的原由。

貳、佐證各種資料

一、人口老化之現象

人口老化現象已是全球問題，一些提前面臨老化問題的國家在多年前就開始規劃因應，近年來，全球各國老化速度排名開始出現變化，不僅從歐洲轉移至亞洲，我國也在老化速度名列前茅。以下就我國人口老化情形與各國家進行比較說明。

一、我國狀況

薛承泰（2012）在「2025 年人口結構議題」之專題報告中所提及的高齡與少子之相關數據中載明全世界老人人口共 8.1 億人，占總人口約 11%，而我國自 1993 年起邁入高齡化社會後，65 歲以上老人所占比率也持續攀升，2014 年底達 12.0%，到了 2025 年將攀升至 20.3%（內政部，2016a）。衡量人口老化程度之老化指數為 92.18，近 10 年間已增加 36.7 個百分點。我國老年人口比率從 1993 年的 7.1% 上升到 2014 年底的 12.51%，5.41% 的成長幅度花了 20 年的時間，但從 2014 年到 2018 年，老年人口比率就從 11.3% 成長到 14.6%，短短 4 年漲幅已有 3.3% 之多。更令人憂心的是預估從 2018 年到 2025 年短短 7~8 年時間就可再成長 5.5%，使老年人口比率來到 20.1%，老化速度之快，已經讓因應的時間相對縮短許多。

二、跨國比較

行政院經濟建設委員會¹於 2013 年指出，2010 年日本已是全球老年人口所占比率最高國家。以全球高齡化狀況來看，前 30 名中，除日本、喬治亞及加拿大外，其餘均為歐洲國家。而台灣、香港、韓國及新加坡等亞洲國家雖尚未列入前 30 名，但順位已由老化程度最後者，排名大幅往前進，預估於 2060 年，全球老年人口所占比率最高之國家為卡達，而台灣將排名第 2 位並超過韓國、日本及香港，全球老化程度最高地區將從歐洲轉至亞洲。

國際以 65 歲以上老年人口占總人口比率作為高齡化之指標，超過 7% 稱為「高齡化社會（ageing society）」，超過 14% 者為「高齡社會（aged society）」，超過 20% 者為「超高齡社會（super-aged society）」。以此標準，歐洲國家雖最早邁入高齡化及高齡社會，但與亞洲國家相比，高齡化轉變為高齡，再轉變成超高齡的歷程相對緩慢。西亞國家（即中東地區）雖較晚開始老化，老化歷程卻是全

¹ 已於 2014 年更名為國家發展委員會

球最短與最快之地區。我國至 2015 年底老化指數為 92.18，雖較全世界之 30.77 及開發中國家之 21.43 為高，但較已開發國家之 106.25 低。與其他主要國家相比，較日本 200.00、德國 161.54、加拿大 100.00、法國 94.74、英國 94.44、南韓 92.86 為低，但比美國及澳洲 78.95、紐西蘭 75.00、新加坡 68.75、中國大陸 58.82、馬來西亞 23.08、菲律賓 11.76 為高。我國及韓國的老化速度並列第 5 位，老化速率同為 8 年，較新加坡的 9 年、香港 10 年及日本的 11 年都要來得短（內政部，2016a）。這些數據都在提醒我國需針對高齡社會型態思考更積極之因應。

二、人們對理想居住方式看法改變

高齡化和少子化對國家社會的影響甚鉅。從出生率來探，我國在 2008 年平均總生育數只剩下 1.05 人，遠低於美國 2.1 人、法國 1.9 人、英國 1.8 人，甚至還少於鄰近的新加坡 1.4 人、日本 1.3 人，以及韓國的 1.1 人，2015 年雖有稍微回升至 1.175 人（內政部，2016a），但已成為世界上生育率倒數的國家。這樣的少子化加上高齡化將使老人擁有的子女數逐漸下降，老人和子女共居的客觀可能性也會跟著降低。推估未來老人想與家人同住都將因無子女或子女數太少而難以如願。

此外，比較 2009 年（內政部，2009）與 2013 年（衛生福利部，2013）之「老人狀況調查」資料，從 65 歲以上老人理想居住方式所選出的三大理想選項中可發現以下幾個現象：

一、「僅與子女同住」的選項已經連續兩次蟬連冠軍，但可明顯看出不論是男性或女性選此選項的比例都已經往下降，尤其在女性部份，已從 2009 年的 74.13% 降到 2013 年的 68.5%（詳見圖 1-1）。

二、在「僅與配偶同住」選項，從 2009 年到 2013 年女性想要與配偶同住的比例都明顯比男性低許多，男性多維持在 20% 以上，女性只在 10% 附近徘徊（詳見圖 1-2）。

三、從 2009 年到 2013 年 65 歲以上老人選擇獨居為理想居住方式的比例上升，女性也比男性的比例要高（詳見圖 1-3）。

從以上數字分析可發現，台灣女性長者的理想居住方式正在變化，只不過數字僅能呈現「量」，無法呈現選擇「與子女同住」、「與配偶同住」或「獨居」時老人思考的自我意識與思考邏輯、她/他們的主觀意識會被那些人事物影響？影響的程度？過程會有什麼心情轉折，這些都是影響居住選擇的關鍵，也是想要達到老有所終的老化社會應該要儘快關注的重點。

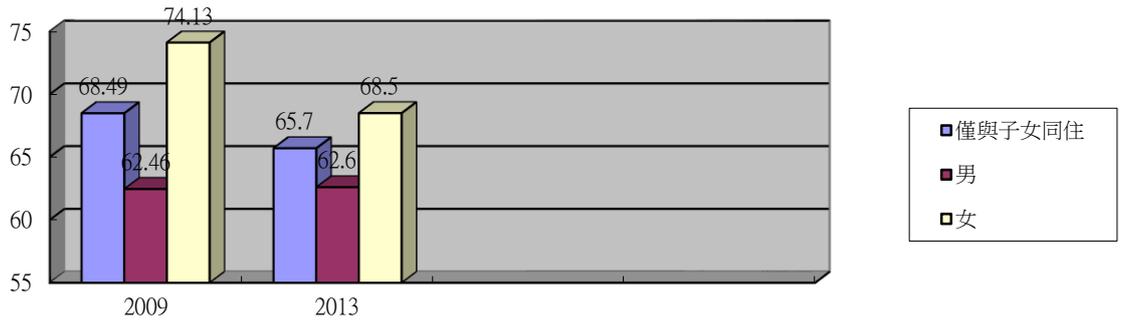


圖 1-1 2009 年與 2013 年理想居住方式:「僅與子女同住」比例變化比較圖
資料來源：內政部（2009）、衛生福利部（2013）

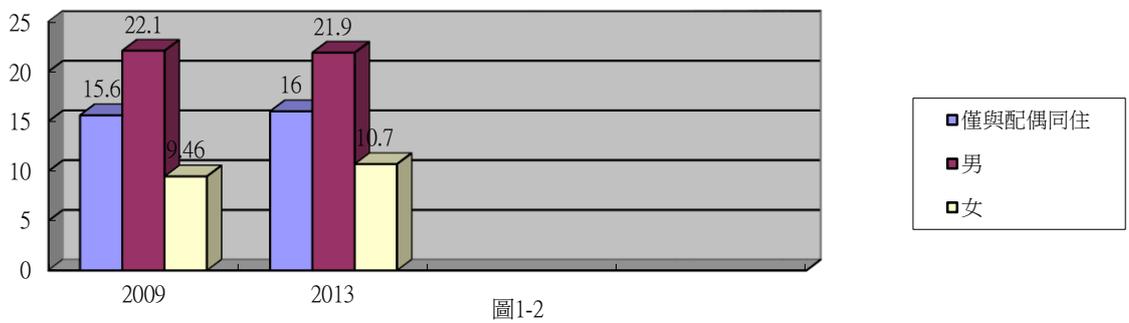


圖 1-2 2009 年與 2013 年理想居住方式:「僅與配偶同住」比例變化比較圖
資料來源：內政部（2009）、衛生福利部（2013）

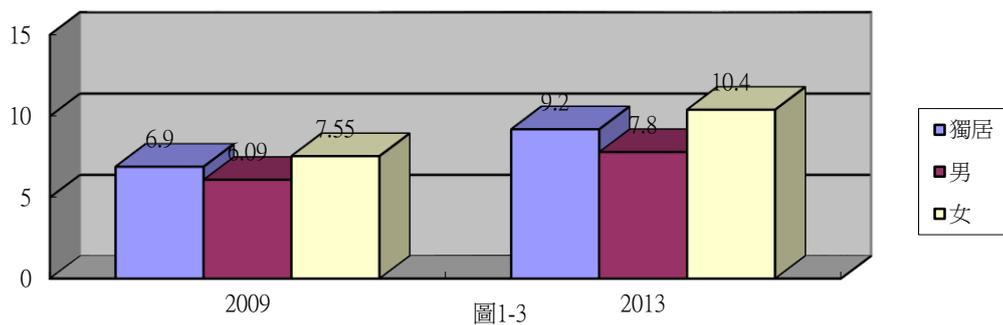


圖 1-3 2009 年與 2013 年理想居住方式:「獨居」比例變化比較圖
資料來源：內政部（2009）、衛生福利部（2013）

參、真誠關懷女性長者的挑戰

苗栗縣一名獨居老年母親日前因摔斷了腿，女兒將之接至台中照顧。同住過程老婦顧慮旁人眼光，擔心久住會影響女兒一家和樂，故在 17 日上午趁女兒與女婿外出上班後，偷偷收拾行囊打算獨自返回苗栗老家，但因不熟悉路況而迷途，經警方協助才讓母親返回女兒家。而老母親經過這番折騰，還有女兒女婿的再三勸說，才打消再返回老家獨居的念頭。(王煌忠，2015)

從這則新聞中看到母親面臨居住方式轉換時被傳統觀念制約的狀態，故事最終歡喜收場，但母親心裡的糾結卻也真實存在難以完全消除，這感受也不會只是個案。根據 2013 年公佈之『老人狀況調查』，其中呈現 65 歲以上老人對老年生活的擔心狀況，女性有 53.7%，高於男性的 49.9%。擔心的問題以「自己的健康問題」者佔 29% 最多，其次為「自己生病的照顧問題」及「經濟來源問題」。探究女性長者比男性長者擔憂比例為高的原因如下：

一、平均餘命較長

根據內政部(2016b)的最新統計，台灣男性平均餘命已達 77.01 歲、女性 83.62 歲，內政部「國民生命表」配合每十年辦理一次的戶口普查結果計算，第十次的統計資料為 2009 年至 2011 年，與第九次（1999 年至 2001 年）的資料比較，男嬰增加了 2.17 歲，女嬰增加 2.84 歲，10 年間男嬰平均每年增加近 0.2 歲、女嬰每年增加近 0.3 歲，如果這個發展趨勢不變，國人的平均壽命還會繼續上升。也有近 8 成的男性和 9 成的女性能活超過 65 歲、超過半數的男性能活過 79 歲、女性能活過 85 歲。65 歲男性平均還能再活 17.57 年，65 歲女性可再活 20.83 年。女性的平均餘命較長，需要被照護的時間、經濟需求、生活挑戰也因而更多。

二、喪偶比例較高

根據內政部統計，截至 2015 年底（詳見圖 1-4）女性長者喪偶人數遠遠高過男性長者(內政部，2016c)。根據林娟芬（1999）針對婦女晚年喪偶的研究發現，在老年喪偶的母親和子女關係中，母親會擔心自己成為子女的負擔，會覺得自己是一個沒有用的人，在和子女相處的過程中容易過度敏感覺得被嫌棄，也擔心會被子女遺棄或送到養老院等。關於居住面臨轉換的恐懼，如同前面所提及的案例，女性長者會比男性更需要在心理情緒方面被關注。



圖 1-4 2014 年男女喪偶人數比較圖

資料來源：內政部（2016a）

三、雙重歧視問題

老年母親易因年齡和性別而面臨雙重歧視，以下針對此狀況進行說明：

（一）概念意涵

「歧視」是把跟自己相似的「我群」和特質與自己不同的「他群」區隔，對於他人僅因身分或歸類與自己不同，而非個人的表現就給予不同的對待，這就是歧視。歧視總是以其他族群的犧牲為代價來提高自己族群的利益(彭懷真, 2013)。而所謂的「雙重歧視」指的就是同時有兩種以上的歧視使權益更被罔顧和邊緣化的現象。

老年母親位居政治、經濟、或教育等社會結構上位之機會小，是社會結構與權位的少數者，這使得老人和女性容易成為弱勢者而使相關權益被犧牲，社會觀感也反映出某一種歧視。例如在研究者的實務工作經驗中常發現獨居女性長者會需要在居所門口擺男鞋以避免鄰居的議論和好奇，此舉動在某種程度上就反應女性長者生活在雙重歧視社會裡的壓力與辛苦。

（二）現實衝突理論

談到歧視，理論中以「現實衝突論」最常被提及。該理論主張資源有限會導致團體成員之衝突，因而造成偏見和歧視，前者屬於個人對於某些族群的刻板印象或負面觀點，後者則是結構性的不平等對待與否定權益，尤其當資源有限的時候，有共同利益者會形成小團體排斥團體外的人，此理論可以用來解釋女性長者為何會面臨雙重歧視。例如在「性別」方面，成令方（2004）提到兩個重要的概念，一為「父權體制」，一為「異性戀霸權」。父權體制指的是某個社會被稱為是父權的，這社會由男性主宰，認同男性和以男性為中心。而異性戀霸權指的是某個社會以異性戀為主宰，認同異性戀和以異性戀為中心。父權體制和異性戀霸權

其實是一體的兩面，彼此相互維繫並鞏固現況，使得許多女性對自己性別不夠認同，對於政府許多政策都是以男性觀點來制訂的覺知不足。

此論述也可以應用在「年齡」。由於社會是以「非老人」為主的結構，雖然 65 歲以上的老人和失能人口快速成長，而且女性多過男性，但性別友善的長照環境卻一直停滯不前，依舊有諸多需改善的空間。

(三) 問題現況

1. 性別

根據統計，2015 年 5 月女性的勞動參與率是 50.74%，雖已較十年前 2005 年的 48.12% 成長了 2.62 個百分點，但男性 2015 年 5 月勞動參與率是 66.91%，還是明顯比女性高出許多(行政院，2016)。人會因為工作而獲得報酬，讓貧窮的機率降低，但女性因就業歷史、育兒、照顧老人等家庭責任中斷就業、或是收入較低與較早退休，收入增進與升遷機會明顯少於男性，導致女性進入老年階段後成為高貧和近貧的機率提高，收入不平等就是導致此結果的主因。此外，喪偶或離婚的婦女族群在進入老年之後更成了貧困的高危險群，以下根據 2011 年 15~64 歲婦女生活狀況調查數據(內政部，2012)進一步說明：

- (1) 就業中斷：婦女目前沒有工作者佔 50.61%，其中原因為「照顧小孩」者佔 12.30%。
- (2) 照顧老人、負擔家庭責任：當家中有 65 歲以上老人需要照顧，主要照顧者是婦女「本人」的比例為最高佔 39.51%，其次才是「外籍幫傭」佔 18.47%；就算是次要照顧者，還是「婦女本人」比例最高，佔 21.12%。
- (3) 職業收入、退休情形：女性除了上述原因而比男性的就業率低以外，就算進入就業市場也未能與和男性同工同酬。根據統計資料顯示，2015 年 3 月女性的平均薪資為 38,908 元，男性為 46,599 元，兩性的薪資明顯存有落差，女性薪資只有男性的 8 成(勞動部，2016)。男女性被社會刻板認定各適合從事某部分工作的概念，也造就了女性在多元發展上的限制。

再探 65 歲以上靠自己工作收入或營業收入生活者，男性佔 11.9%，女性佔 4.5%；靠自己儲蓄利息或租金投資所得的男性佔 19.9%，女性佔 14%；靠自己退休金、撫卹金、或保險給付生活的男性佔 29.0%，

女性佔 11.3%。在本人及配偶資產調查部分，男性自己會保存資產者佔 57.8%，高於女性的 46.8%；保存之資產類型中，以存款佔 43%為最高，其次為房子、土地或其他不動產。就以上資料觀察，男性運用多元方式保存資產的比例比女性高，男性習慣投資、有產出能力、不用依賴配偶或子女，掌握自主權能力自然容易高於女性。

- (4) 特殊家戶的性別差異：根據 2015 年統計，低收入戶以男性為戶長的戶數有 89,167 戶，女性只有 57,212 戶，數據是男性多於女性。但婚姻暴力虐待、未婚懷孕、子女重大傷病需照顧的特殊境遇家庭就以女性為戶長者居多。2014 年申請特殊境遇的家庭共有 11,794 戶，其中女性就佔了 10,521 戶，男性 1,273 戶，比例十分懸殊(衛生福利部，2016)。

2. 年齡

家庭內「代間」與「代內」資源移轉仍為台灣老人的主要生活經濟來源，對女性長者尤是。以 2013 年「老人狀況調查」資料顯示，65 歲以上老人的經濟來源，女性以「子女或孫子女奉養」為經濟來源的重要度佔 53.6%，數字明顯較男性的 39.8% 高出許多。評估原因為女性因負擔家中教養責任所以能有比父親更為多的時間與子女相處，關係自然緊密，依賴子女的習慣較易養成。而父親因形象問題較不願依賴子女，加上男性經濟來源多元和擁有較多存款，也減少了依賴需求。

上述情形皆反應出女性長者對於子女依賴的程度較男性長者大。然而我國少子化情形將使得家庭子女數減少，且至 2014 年底，女性長者離婚比例逐年增加，喪偶人數 698,425 人也比男性的 182,361 人多出好幾倍(內政部，2016c)，這些原因都使得未來女性在老年階段更缺乏來自配偶或子女的經濟挹注，對老年女性的經濟安全都會造成不利之影響。

另從人力資本論來探，老人缺乏市場所需要的工作能力與條件。勞動部近年固然致力於中高齡就業的開發，但社會和工作環境普遍被老人的健康問題所導致的身心障礙、難以勝任工作挑戰與承擔工作負荷的刻板印象所影響，對接納老年人就業排斥，這種觀念無法在短時間內明顯改善，老人也無法從就業市場獲得足夠保障生活的薪資。此外，女性長者若為了家庭而缺乏外出工作經驗以及技能的累積，導致自己退休生活無足夠存款而子女又無能力照顧時，其經濟與生活會掉到貧窮線之下就不足為奇了。

因為這樣的雙重歧視，女性長者的貧窮問題比男性更需要被重視和協助。歧視觀念若能轉變，當可有效治本。使女性不再理所當然得單獨背負起家庭照顧者的責任、勞動市場能同工同酬、女性在家中地位能與男性平等、女性不再需要犧牲自己來成全家庭、性別友善的公共政策能落實在各個領域使男女平等，去除單方霸權應是最治本之道。

第二節 研究重要性

縱觀第一節所述，社會面臨快速老化、老年人口激增，其中又以長期面臨雙重歧視之女性長者人數較男性長者為多、餘命較長、需照護時間久。因應高齡社會與長照需求人口激增，政府積極推動的長照 2.0 版也已於 2016 年 11 月上路，規劃重點在於落實健全社區照顧，讓老人能在自己熟悉的環境下終老，延緩進住機構的時間，其中，提高使用率和選擇自主是重要的預期目標。但當服務更多元，選擇更為自由時，使用者本身的想法和意願就更有被理解和激發的必要。長期照顧不只服務使用者，照顧者也是重要關注的服務對象。本研究的重要性在於找出協助子女或其他照顧者了解老年母親在居住方式選擇時的自我意識思考邏輯運作，避免子女因不理解母親的想法和選擇，而忘記了對母親的尊重與同理。因此，在社工實務和研究上分具下列之重要性：

一、社工實務方面

研究者認為，老人服務的終極目標就是達到老有所終，對華人老人來說「居住」是不可忽略的重要條件，而老人生命週期重要事件的發生對居住安排的影響確實不可忽視（陳正芬、王彥雯，2010）。這些重要事件的發生，不論是個人和家庭的決定、生活調適、心理情緒與轉換適應，都是個體的壓力來源。因此老人的照顧者需要耐心應對，家庭成員要能溝通、同理、確認意見被充分表達跟理解，這都對提升老人照顧服務品質有所幫助。

從實務的觀點看來，探討老年母親居住轉換歷程的主觀內在認知與情緒反應，並進一步瞭解這些歷程的背後動力，可使擬出的個別照顧服務計畫更為專業，服務更落實尊重個別化與貼近現實需求。

二、研究方面

過去有關獨居老人的研究主要聚焦在老人獨居的相關因子、獨老的需求、獨居長者的服務使用探討等主題，較少聚焦在了解獨老對於自己的居住安排和居住方式轉換的想法，尤其甚少聚焦女性。此外也有相關研究或論著進行老人遷居過程與其生活適應、心理健康狀態等之探討（邱美汝、陳玉敏、李月萍，2007；陳芷如、徐亞瑛，2000；黃源協，2007；葛雅琴，2001；蔡尚穎，2007；謝佳容、蕭仔伶、劉淑娟，2007），但研究對象皆為住在機構裡面的老人，與本研究有研究對象與目的有異，故本研究可有助於填補此類文獻上的部分空缺。

第三節 研究問題與目的

本研究將老年母親定義為「60歲以上有子女之女性」，居住狀況為「目前獨自居住者」但不包括「有子女同住但是同住者常有24小時不在」或者「配偶同住，但有身體功能不佳或失能」者。而居住方式以「衛生福利部」、「老人狀況調查」中所指的居住方式類型來定義。例如「和父母同住」、「和配偶同住」、「和子女同住」、「獨居」等等，而不單指居所位置的變化。所敘說的歷程為研究對象有記憶以來，所有居住方式轉換的過程。例如結婚後從原生家庭搬至夫家或是生育後開始有子女同住等情形。

研究欲透過真人敘說的研究來達到具象化理解的效果，使華人家庭傳承千年的反哺思源文化能被下一代有意願的保留。讓高齡少子的社會即便親子無法用同住的方式促進代間交流，也能分別在各自適合且認同的居所裡維繫有品質且無障礙的親子互動，減少因為溝通問題造成的被遺棄感和怨懟感。

具有女性性別的母親，生活中一定程度需要也期待配偶與子女的協助與看顧，但因母性使然，易在面臨抉擇時習慣性忽視自己的需要而選擇配合家人，但真要付諸行動時卻因違背本意又顯得消極，這種矛盾狀態常令雙方陷入互動瓶頸，造成轉換過程的情感摩擦。

因此，本研究的研究問題聚焦在瞭解獨居老年母親居住方式轉換時的心情、感受與思考、探究她們對這段過程的詮釋以及擁有可自主運用的居所對她們來說所代表的意義。並期待獨居老年母親透過敘說覺察自己的思考與自我意識、能達到鼓勵參與及主動表達的效果，以便讓自己與子女的關係因有效溝通而能夠維繫與連結，能在晚年時享有天倫之樂，能在自己安心認同的住所裡終老，減少因抗拒轉換而有的生命凋零，且研究結果能提供子女家人在安排老年母親居住方式時之參考等目的。

第貳章 文獻探討

本章聚焦探討研究對象的女性與母親角色、獨與獨居的狀態、家和居所囊括的意義以及轉變創造歷程的現象。以下各分此四節進行。

第一節 女性與老年母親

林麗珊（2001）指出，自 1970 年代開始，許多社會學家對過去社會所建構的性別（gender）概念進行解構。原本傳統的二分法，將性別區分成陽剛與陰柔兩種對立的屬性或特質，但這種二分法的歸類容易成為性別歧視的根源，因此常常受到批判。這種概括的論述和不具彈性的歸類形成深遠的影響，社會認定男性和女性各有特定的屬性和特質，把性別固定在社會的角色、功能、職責的框架裡，這概念隨著人類在社會、政治和經濟等群體生活層面發展時，失衡的結構性問題因而產生。根據人類學的研究，性別歧視起源於歷史上長期的父權（patriarchy）社會，社會結構體現了性別二分法的框架，提供合理化的情境，將男性和女性的性別角色予以區分，也就是男性主導經濟法務以及政治的社會。這樣的父權源自於兩性在生理上的不同，例如：男性體力強壯體型碩大，在工業社會中居於主導的地位，女性有生育的能力，可擔負養兒育女之責任。依此論述，本節將深入分析女性性別與老年母親角色在社會中的特殊性與這兩項條件對居住方式轉換歷程之思考會形成的影響。

壹、女性

角色幾乎代言了台灣女性的自我，文化則是主導女性角色展演的主要動力，而家庭是女性自我的主要劇場（許敏桃，2001）。有兩個論點可說明形成男女差異之原因，一是主張男性與女性的差異是天生固定不變的本質論；一是主張男性與女性雖然在生理上有差異，但這些差異都是社會化歷程、社會性期待所建構與形塑出來的。兩種不同看法雖然各有特色，但社會建構理論早已經成為性別論述的主流。因此，探討研究對象被社會化歷程所建構出的形象甚為重要，以下分點論述之：

一、華人女性

描述與分析華人女性的文獻有很多。林麗珊（2001）從女性主義觀點出發，對中國歷史文化中被塑造的女性典範有精闢的論述和批判，她引述易經「天道為乾、地道為坤，乾為陽，坤為陰，陽成男，陰成女」的名句，說明傳統文化如何形塑男女角色和權力結構的刻板印象。包括男性應該剛強主動積極，女性應該柔順被動消極，在家中父親才是一家之主，母親應該帶領家人服從父親領導，男性統治，女性被統治，所以才會有「女子無才便是德」的說法，傳統的女性，根本沒有獨立性可言，一生都要依附在男性身上。

易中天（2012）剖析華人女性，內容主要提及與男性相比，華人傳統社會中女性多出了一種人數最多、最受推崇也最有女性特徵的「賢妻良母」。「賢妻良母」的傳統最早可追溯到周代。周代以後，不只男性會拿此來要求女性，女性自己也將之奉為主臬。易中天特別指出，對女性要求做到賢妻良母不是主要問題，主要問題出在沒有相對要求男性要是「賢夫良父」，所以賢妻的女性總獨自背負家中教育與經營家族複雜人際關係的重責大任，不僅要孝順公婆、照顧姑嫂妯娌、順從丈夫、除了要能生育子女，還得要生到男孩，生的孩子還必須有出息。此外，華人女性大多更樂意當「良母」而不是「賢妻」，易中天認為這種心理可能是女性的天性，也可能是後天和母親的學習而來。而研究者認為可能與「良母」是社會支持的形象和子女比丈夫容易掌握也有關係。

以上兩位學者都提及女性地位與角色被社會文化建構的過程與狀態，也指出女性角色的弱勢或權力結構的不對等，女性養成扮演被統治的角色、自我綑綁與犧牲，完全屈服於夫權或父權之下的習性，生活中從夫從子、守貞盡節，都成了女性的專利和對女性追求高評價的標竿。

二、性別歷程

父母會對不同性別的嬰孩給予不同的標籤，孩童也會經由觀察模仿學習大人的行為，從電視、書籍、網路等資訊裡面不斷灌輸「何謂男性」或者「何謂女性」的詮釋與定義。例如，女性多以母親、家庭主婦、教師、秘書、護士等角色出現，形象也多是被動、無助、柔弱、需要被保護。這樣的傳統文化讓女性從小就被教導要學會照顧人與犧牲奉獻，因此女性若比較男性化，會比男性比較女性化來得容易被社會接受，這與社會傳統認為男性比女性好，要有照顧人的能力有關。當女性理解自己是女性，就會開始將社會對女性要

求的形象加以內化，從內在形塑自己的行為，開始只做女性可以做的事，只能有女性該要有的態度、行為或選擇。

在華人的社會文化裡，這些概念和形象被當作優質女性的標準。在過去的二、三十年，許多女性在公領域嶄露頭角，民法親屬篇與兩性工作平等法的修改也提升了女性的家庭地位，保障了基本工作權。但是傳統父權文化對女性照顧家庭的期望，並未因婦女外出工作而加以鬆綁，女人的工作機會仍然深受養育子女照顧家庭的責任所限制，加上托育資源不足，長照品質有待加強，致使婦女在外出工作回家後還要擔負繁重家務、照顧幼小、孝敬父母的責任，壓力相對比男性沉重。

前面曾提及成令方（2004）討論女性處境有父權體制與異性戀霸權兩個重要的概念在影響，由這兩個概念來探女性處境，似乎就不難理解「女性要擔負家中房貸但房子卻是男性手足所有，一但家中男性手足結婚，女性就要離家另覓居所而女性自己也心甘情願」的社會現象了。再進一步以歷程觀點來探，社會化的過程所形塑和內化的性別形象、刻板印象或價值觀，除了會影響生命早期的歷程，也衝擊到生命每個階段，影響每個階段中的角色、功能和抉擇，當然，老年階段也不會例外。

不過上述的論點引發研究者反思，在華人社會價值裡「女主內」為應當，致使女性投入家中事務之精神與時間普遍比男性多，就算有上述體制所造成的劣勢處境，但就心理分析的女性主義觀點來探，女性也因此培養出發展深度關係的能力、得到子女較多的尊重與在家中較崇高的地位，具有反過來影響或控制先生、子女的優勢。若依此優勢，老年母親在家中發生重大事件時應該是有機會成為主導者的，更何況是關於自身的事。但從女性主義先驅西蒙波娃文獻之觀點就可發現，女性被社會認定為第二性，在成長與被教養的過程中，必須學會照顧人與服侍人，使得「自我存在」意識薄弱，常會為了別人而活，具犧牲奉獻的精神，對自我的「想要」與「需要」都會處於被壓抑狀態，使女性自尊低落，也較為消極，並且限制自我期許，也造成女性不易成為主導，傾向配合和顧全大局，並認定這才是展現女性美德、顯現母親之愛的偉大情操的價值觀。

利翠珊（2005）在針對華人文化中婚姻關係所進行的研究裡提及，華人重視男方世系而輕女方，女性在結婚之後進入男方家庭，會失掉原有家族的姓氏以及財產的繼承權。李敏龍、楊國樞、文崇一等（2005）則針對華人文

化中，「忍的心理與行為」來做相關的研究和探討，他們以影響華人文化深遠的儒家思想和佛教文化來探究華人的忍耐心理，其中勸戒婦女的諺語例如「嫁雞隨雞、嫁狗隨狗」，反應出華人看婚姻關係時，要求女性重視忍耐和順從的思維方式。

賴文珍（2013）認為女性從原生家庭到進入婚姻的過程充滿規範性的安排，在富有秩序感的緊密規範中自小就心甘情願自動自發地許下要進入婚姻家庭的美夢，然後開始承擔來自父權結構嚴密設計規範安排中的一連串角色責任，例如妻子、媳婦和母親。

三、溝通模式

日常生活中，語言溝通是表達心意、協商意見、表現自我、建立形象的重要工具，故要探究居住方式轉換思考可先對溝通模式進行瞭解。

薩提爾模式提及冰山觀點，說明了人類行為內在經驗與外在歷程的不一致而引起的種種困境，因此追求內外歷程一致的過程。我們從外在冰山水面上看得到的是行為，但無法看穿內在冰山水面下還有的價值觀如感受、觀點、期待、渴望與自我，所以在這樣的過程中，「事件」或「故事」都是表象，在這表象之下，內在心理的轉化，引發人對同一故事不同的詮釋，進而改變生命的意義（林沈明瑩、陳登義、楊蓓譯，1998）。

Maltz & Borker（1982）提出一種解釋性別與語言、言談關係的研究取向，內容著重在男女分屬不同次文化社群，言談溝通模式自然不同的論點。研究指出溝通模式是從小在同性遊戲團體中學習養成的，男性女性各有偏好的習慣和語言表達模式。這樣的差異，使得雙方溝通時需要技巧，必要時也需要專業從旁協助。

四、親密關係

在居住方式轉換的歷程中，家人之間的關係所表述的意見具有影響力，就如同親密關係不只是彼此互動的描述也包含權利與責任，能夠明定實際活動的進度。例如女性有權提出離婚，伸張權利的同時也限制了男性強行宰制的能力，有助於將脅迫轉為平等溝通（黃淑玲、游美惠主編，2012）。在異性戀的脈絡中，親密伴侶之間若是共同生活，家務分工模式就會落入女性主責的傳統，男性負責對外或大事之決策。此外，在壓力議題上，男女面對與處理的方式各異，男性會因需要集中注意力而變得孤立，女性需要表達感受而變得情緒化；男性會想要集中精神處理問題來讓自己感覺舒坦，女性則希望

透過談話來讓自己情緒得到抒發。但研究者認為這樣的差異只是用來參考，每個人都有其成長背景和養成的應對模式，個別化應該才是造成差異的主因。

五、勞動狀況

社會文化價值對女性的勞動型態有許多認定，這也是女性社會地位與經濟狀況會比男性差的原因。事實上女性的勞動參與型態比男性複雜，除了公領域，還有家務及照顧勞動的私領域，這都佔掉女性許多時間，私領域的工作不僅勞心勞力並且無酬，還常被視為是理所當然，不平等的狀態始終存在。

近年來台灣女性投入就業市場的比率已逐年攀升，但位階還是集中在基層，除了因為資方常認為女性生涯發展會以家庭為重所以不願託付重任以外，女性自身也常認為工作只是過渡期，結婚或生子後就會以家庭為主，不願承擔重責或經營職涯。而全心投入職場的女性常會被冠以女強人、孤獨、寂寞、強勢等負面評價。故此，男性與工作責任、工作複雜度和權利關係劃上等號，女性就與只要暫時工作，不負擔重要責任，只願意從事簡單容易上手的工作的形象（張晉芬，2013）。如此一來，女性社會地位不高、經濟狀況偏差，需要依賴的社會形象就更為固著。

六、照顧角色

社會建構論認為經濟制度、醫療照顧與社會福利制度是造成女性成為照顧者的主因，經濟制度讓男性認為養家是男性的責任，只要負擔起這樣的責任就算扮演好了男性與父親的角色，甚至有的男性或女性會認為只要負擔家用，妻子就不應該干涉丈夫在外的行為。此外，「男主外、女主內」的傳統性別分工讓女性長久以來都被視為是照顧者理所當然的人選，當家裡面有人需要被照顧，首被指派或自願者通常是妻子、媳婦或女兒。但當這些女性需要被照顧時，又把家庭需要擺前面，不願家人辛苦而選擇獨自面對，這些價值觀與思考邏輯都可能和本研究欲探討主題有密切關聯。

貳、老年母親

許敏桃（2001）在台灣漢人婦女研究發現，漢人的老年期會以社會文化角色之任務進階來做為界分，生理年齡反而不突顯。他認為老年的起點會因人而異，可能是 57 歲也可能是 61 歲。台灣漢人女性長者的發展分成社會文化所賦予的家

庭任務完成、身體尚健康擁有家庭權力高峰的「上坡期」以及生活掌控感下降需要依賴人並感孤寂的「下坡期」，若結婚或無生育子女者會以同齡友人之狀況做參照。因此比起男性，女性較常以家庭角色的進階例如從母親變外婆來做為是否進入老年期的判定標準。這個論點突顯女性與男性對老年期的認定差異，也讓研究者想要探究老年母親角色從以下幾個面向會顯現出的特殊狀況，分析整理如下：

一、母職

母親，是世界上第二古老的職業，她不問地位、信仰、健康、政治立場、國籍、種族、婚姻狀況、經濟條件，是自古至今規模最大的在職訓練計畫（林靜華譯，2011）。也就是說，母愛雖是天性，但要做好母親的角色卻絕對是需要學習的，且學習需要延續到老年期會遇到的居住議題。而所謂的好，除了法令規定、道德約束、家庭觀念等不同面向外，母親在意之處也是關鍵因素。從母親的觀點看母職，從母職的觀點看居住方式轉換，互為影響互相改變的情形，希望藉由本研究看出其中的脈絡。

二、健康情形

Zimmer（2003）認為對女性長者而言健康事件較可能影響居住安排，例如已婚、健康不良的女性長者傾向與子女同住。此外，女性長者平均餘命高於男性，較有可能成為喪偶者，失去原本情感上、生理上相互支持的對象，需再尋求新的生理照料與情感支持。女性在健康出狀況或喪偶後更缺乏資源，無能力獨立居住，需依賴子女的撫養，更可能轉換居住方式與子女同住，也擁有用操持家務來交換庇護的能力（胡幼慧、周雅容，1996）。

根據上述，女性長者似乎比男性長者擁有較多與子女共住的理由，不過女性長者也較容易因婆媳相處問題或不願家人辛苦等原因而選擇獨居或進入機構，不一定就會轉換到子女家中。

三、教育狀況

2014年65歲以上女性長者有1,501,517人、男性長者有1,307,173人。女性長者大學畢業者有50,331人、男性長者有135,271人，研究所畢業的女性長者有6,149人、男性長者有25,836人；不識字者數字落差更大，男性長者26,481人、女性長者241,102人（內政部，2016c）。總括來說，女性長者高等教育人數比男性長者少，女性長者不識字的人數比男性長者要多，這樣的差異可能是導致老年母親在重大事件發生時不表達意見和想法的原因。

四、角色定位~關係中的自我

「關係中的自我」理論認為，傳統老年婦女生活以丈夫為主，當丈夫去世後，易因此喪失生活重心，產生失落感，並對未來感到恐懼，有的甚至有輕生念頭。此外，「互相依賴」(interdependence) 才是女性發展的最終目標，「同理」(empathy) 及「互相」(mutuality)，及「有彈性的界域」(flexible boundary) 是達成「互相依賴」的必要能力。「強調關係的自我」(relational self) 才是女性性別角色的最大特徵 (Jordan & Kaplan & Miller & Stiver & Surrey, 1991)。尤其是女性和男性的關係，是「關係中的自我」(Self-in-Relation) 理論探討的重要焦點之一 (Stiver, 1991)。

劉珠利 (2003) 認為女性從小就被訓練和鼓勵要照顧別人，當女孩表現出「照顧」、「同理」別人情緒的行為時，通常會得到母親的鼓勵，進而增強了行為表現。因此，絕大多數的女性，終其一生，都未曾以「自主」和「分離」，當作是自我發展的目標，女性在兩性關係中，習慣性扮演照顧者的角色，而男性就扮演被照顧者的角色。

接續對女性在角色與關係之間的詮釋，以下進一步針對老年母親角色會有的優劣勢進行討論與分析：

(一) 優勢

許敏桃 (2001) 認為在漢人孝道倫理裡還有「反哺回饋機制」時，老年期的到來代表地位的提升，此時老年母親的角色就有其正面優勢。而以「生命歷程觀點」的「雙重危機」來探，老年母親年輕時照顧小孩和家庭因而未能全心投入職場，雖使晚年經濟不夠安全，但因犧牲自己去擔負教養的責任，而和孩子從小就開始培養感情也因而得到子女更多的情緒忠誠，也因需要兩邊兼顧而有機會去累積角色轉換經驗，可保有角色的連續性。育兒的經驗也讓年老母親具備幫忙照顧孫子女之功能而被家人珍惜，此點也是工業化社會所需要的功能 (蘇麗瓊，2012)。

(二) 劣勢

Glick & Fiske (1996) 將性別歧視區分為兩種，分別是「親善型的性別歧視 (Benevolent Sexism; 簡稱 BS)」與「敵意型的性別歧視 (Hostile Sexism; 簡稱 HS)」。BS 主觀上對女性抱持正面情感傾向幫助女性或親近女性。例如認為女性就應該被照顧、聽家人安排，認定這麼做都是為了女性好；而 HS 與偏見的概念雷同，是一組貶抑女性的信念態度和刻

板印象，並伴隨敵意的情緒（Glick & Fiske,1996），認為老年母親要是不幫忙帶孫子就是違反傳統性別角色。但不論是親善的還是敵意型的都是歧視，對老年母親表達自我意識與重視自我需求來說都是阻力。

不過在少子化的社會，上述的優弱勢將會發生變化，子女的不婚不生會讓對下一代繁衍有強烈使命感的老年母親較易和子女產生衝突，加上因為不婚不生，照顧孫子女能力的優勢也將消失，老年母親的「下坡期」會更早到來，老年母親的劣勢就要多過於優勢，子女在照顧老年母親上就可能會有更多的摩擦與衝突出現。

五、經濟狀況

女性因育兒照顧老人等家庭責任使得就業中斷、收入較低、退休金相對減少，這些都是導致女性老年近貧率高的原因，而喪偶或離婚又會讓狀況雪上加霜（黃久泰等譯，2012）。

以下摘要 2014 年內政部國民生活狀況意向調查報告內容，將我國老年女性經濟狀況進一步說明：

(一)「子女或孫子女奉養」為老年母親經濟來源者有 53.6%，數字明顯較男性之 32.9% 高出許多，評估原因為女性優勢（因負擔教養責任故與子女關係緊密）與女性經濟依賴、男性尊嚴（父親顧慮形象不願依賴子女）與男性經濟自主之相對因素有關。

(二)男性「自己會保存」資產者占 57.8%高於女性之 46.8%；在保存的資產類型中以「存款」43%為最高，其次為「房子、土地或其他不動產」。

以上資料皆呈現女性經濟自主能力相對男性為低的現象，也呼應「貧窮女性化」所述的女性劣勢。

六、人際關係

社會建構女性形象並呈現在人際關係中，讓女性的社會地位與人脈常常是依著丈夫的需求或人際而建立，妻子的法律地位也依附丈夫無法自主（彭懷真，2014）。這種關係經營的結果，導致女性難以脫離「女子在家從父、出嫁從夫、夫死從子」的狀態，更呼應華人文化與價值觀對人際關係的深度影響。

七、文化價值

胡幼慧、周雅容（1996）曾於員林的鄉鎮進行過四個焦點團體，研究當時政策與老人理想的三代同堂居住模式對女性長者來說是較符合「社會支持

論點」還是「依賴論」所推演的各種困境?其研究結果整理如下：

- (一)父系文化的規範：即便認為女兒比較關心自己，但老年母親還是會選擇和兒子住，因為文化觀念限制造成了老年母親和女兒親情阻隔的困境。
- (二)經濟依賴的無奈：同時在經濟上需要依賴兒子的老年母親要用分攤家事以交換生活依賴，但具婆婆角色的老年母親也會產生侍奉媳婦的不平衡與無奈感。
- (三)被迫遷徙的無助：兒媳移居都市造成老年母親必須跟著離開熟悉的生活圈，會有類似「坐監服刑」的生活錯覺，假使遷徙的次數頻繁例如輪住在不同子女家，將會產生更多生活適應上的困境。
- (四)自主意識的萌芽：老年母親雖然在傳統規範下認同「從子」的三代同堂安排，但言詞中已溢出對經濟自主老人共住或老人公寓等福利措施的嚮往。

此研究是將近 20 年前完成的，結論就已經指出老年母親對居住方式的認知與期待已不若以往，這讓研究者更為期待本研究能探究出在關係中之自我認知與行動歷程上的變化是如何影響著居住方式轉換的選擇。

第二節 家與居所

獨居老人向來是租屋市場不受歡迎的族群，據統計，有 9 成房東不願租給老人，崔媽媽基金會於 2014 年更首度發現，竟有房東將年齡門檻下修到 45 歲，讓許多中壯年人開始面臨無房可租的困境，紛紛感嘆「房子買不起就算了，連租也租不到……」（潘幸惠，2014）

誠如報導，獨居老人是台灣房東最為排斥的租屋族群。若老人買不起也租不到，又無子女或朋友家可共住，將對老人的生活產生巨大影響。彭懷真（2014）認為老人的生涯規劃中最重要的一項就是居住，老年時的居住狀態影響其身心調適、人際關係、生活滿意度、福利資源等面向。且居住需求不僅在居所，根本的焦點在於老人對居所能不能產生家的認同感。故本節聚焦探討家的意義、老人居所型態以及家與居所之間的連結，也深入說明老年女性在這些議題裡的特殊認知與需求。

壹、家

幾千年來，華人對於家庭原本就有清楚、嚴格，包括家、房、戶、室、家族、家系等複雜的分類安排。以母親為例，角色裡存有原生與己生兩個家庭，在這三代之中，出現的人有多少，交錯的關係就有多複雜，而所謂的家也會因為直系、旁系、姻親等關係產生各種不同組合。

呂寶靜（2002）指出，在社會學分析中，家被視為是一個 place，也被解說成「對於一個地方所給予的符號的依附」。依附是指人們與環境的關係，但在關係的發展中，人們的特性比環境的特徵更具影響力。也就是說，住宅和家的意義是有區別的，住宅是環境中的一部分，而家則是指人們與環境關係的一種形式，一種人們對住宅主觀的、情感的關係或體驗，為了更釐清這種所謂的主觀情感的抽象概念，以下針對家的各種說法進行探討，以茲更釐清關於家的議題。

一、相關意涵

聯合國的《國際家庭年宣言，1994》（中華民國幸福家庭促進會，1994）曾揭示，家庭是最小的民主單位，也是社會的核心，其宣傳的主題為「在社會的核心建立最小的民主單位」，已充分表明家的重要性。儘管社會變遷已使家庭的角色及功能有所改變，但它仍是提供家庭成員，尤其是幼兒及兒童生長、進步的關鍵，也是照顧老、弱、身心障礙者的力量，更是文化保存、

傳遞的最重要途徑。更廣義地說，家庭能夠教育、訓練、激勵及支持各個成員，為成員的未來成長貢獻力量，也提供每個成員發展的基本資源。

我國民法親屬編第六章第 1122 條，「稱家者，謂以永久共同生活為目的而同居之親屬團體」以及第 1123 條「家置家長。同家之人，除家長外，均為家屬。雖非親屬而以永久共同生活為目的同居一家者，視為家。」（法務部，2016a）

根據家庭學的基本概念有 family（家庭）、a family consists of two or more people related by birth（生育）、marriage（婚姻）、adoption（領養）in the same housing unit（居住單位）等等；美國統計局（2011）定義，家庭是至少有兩個因為生育、結婚、領養而有所關連的人，住在同一個地方。Rapoport（1995）整理關於家的層面，特別提及家是一組與他人的關係、與較大的社會團體還有社區之關係、也是一種對自己形象和自我認同的描述的看法。

Lewin（2001）提出對家的描述，包含家是提供安全感、歸屬感、擁有掌控權可提供庇護的一個實質空間、可映照出個人觀點與價值之鏡子、可傳遞或代表擁有人的人格特質和品味以及社會地位、是發揮影響力和改變力量的場所、提供永恆和連續性、家庭關係和友誼交流和活動的中心。

Fogel（1992）指出家對老人的好處，包含獲得獨立、保有隱私和對住家環境物理特徵之控制、對某一特定住家環境之熟悉度可讓人們較容易安排生活作息、住家座落在熟悉社區，擁有朋友和鄰居構成的支持網絡、家是招待朋友、家人和從事類似休假的活動之場所、家是意義的重心、個人一生中重要和美好回憶的生命事件之發生場所。此外，對自有房屋者而言，家除了是地位的象徵，也是實質的資產。對許多老人來說，擁有一個熟悉和具安全感的居所，是對居所產生家的連結的重要因素。

隨著社會變遷，家庭模式開始變化，其中最具代表性的，就是多元家庭之議題。以多元成家家屬制度草案中所提：「家之本質，無非係以永久共同生活為目的，相互扶持照顧之成員間所組成團體，現代社會以永久共同生活為目的，視彼此為家人的團體非必為親屬，例如無血緣關係之友伴家庭、病友團體、靈修團體等等，均希望成為適例」。這訴求讓「家」的定義有了更多元的討論。

簡至潔（2011）認為在親屬架構下哪些人是家人很清楚明確，但一無婚姻，所有稱謂就變得名不正言不順。如今社會上有許多不願、無法、尚未進

入婚姻的人，他們也都希望用自己的方式建構家。例如與寵物組成的家、男女朋友組成的家、自己一人的家，這些期待都表達需求，也開始挑戰傳統社會長久以來所認定的家的定義。

依研究者看法，上述家庭新定義對老年母親來說具有正向意義，這使得老年母親能選擇的家庭組合變多元，也越能不受既定文化規範或角色定位限制，可以自由組成如友伴團體、靈修團體等樣貌的家，成員發揮彼此照顧的功能，可達尊重個人需求和確保人身安全兩方面良好的平衡。

二、關於空間

一個實質空間是家的重要條件，空間的環境會影響個性、習慣、態度和人際互動，也呼應上述 Rapoport (1995) 所提的家與社區的關係。個人或社會團體(不一定是家庭成員)共居在此，是社會經濟的單位，也是國家統計的單位，由共同居住在一個住所(該住所可以是獨家住宅、共同住宅、公寓或其他形式)的人口組成，可能有家庭以外的人，彼此不一定都有婚姻和血統關係(彭懷真，2014)。

生態理論認為生物因素就是自然生態環境，環境因素則由生活環境推廣至外在的世界環境，這些環境可分為四層：

1. 微觀系統：個人及其家庭。
2. 中介系統：個人及家庭外的各種非正式支持對象例如鄰居、同事、親友。
3. 外部系統：個人及家庭外的各種正式支持資源。
4. 鉅視系統：系統的最外層，也會影響到其他系統例如文化風俗價值觀。

生態理論主張四層的環境會影響個人，這提醒研究者在探究獨居老年母親在居住方式轉換的思考，將四個層次的元素納入訪談大綱並於研究結果分析時探究其對研究對象在居住方式轉換選擇與思考的影響。

畢恆達(2004)提到婚姻讓女性脫離了自己的血親家庭系統，正式被納入一個父系家庭中成為一個外來者，所以必須重新在這個家中找到一個空間據點。因為每一個人都需要一個熟悉的生活空間，即使摸黑，身體還會知道燈的開關在哪，抽屜在哪，這種主體感才能讓人安心自在。所以如果轉換了新環境這些親密感受都會失去，對生活會造成極為不良的影響。

婦女一旦離開家庭空間，會發現自己在公共空間無處可去，因為女性長久以來被劃入私領域，對於公共空間容易感到陌生疏遠與恐懼不安，離開了家，會容易讓女性有被公共空間排斥的無地自容感(畢恆達，2004)。

恐懼感再加上年老的失落感，雙重的危機讓原本獨居的長者不會願意因輕度失能就放手熟悉的獨立自在空間。更何況如果子女是採輪流照顧，要老人配合子女生活的方式，會讓老年母親更難適應，也易失去自尊，失去生活動力。

三、「房」與利他

提及華人的「家」，不能不提到「房」的概念。這房，不是房間，是指兒子相對於父親身份而存在的房，傳統女性會認為「房」是家很重要的脈絡，所以會去努力想要維繫房之間的相處並遵循利他觀念，以下針對上述概念進一步說明：

(一) 房

建立在系譜關係上的成員資格，無須涉及諸如同居、共財、共爨或其它任何非系譜性的功能因素，也不受世代的限制。簡單說，房就是父子關係，有幾個兒子，就有幾房。

房，是華人熟悉的觀念，是指兒子相對於父親的身份。「家族」則是相對於房的用語，指兄弟間各自獨立的房聯合起來，構成以其父親為共同祖先的家族團體（陳其南，1990、莊英章，1994）。華人的文化設計都是配合父子軸，「房」為中心意識（彭懷真，2014）。

「家族」一詞，通常涉及較大的繼嗣群或宗教祭祀群，著重於系譜關係下的家族或儀式認同，較接近所謂「聯邦式家庭」。

「家」和「室」常放在一起，家通常與男人相連，室則是指女人。男人有妻子叫「有室」，女子有夫叫「有家」。

(二) 利他

Zimmer (2005) 認為，在民間與學者觀點裡，華人的家庭是無私、是利他的 (altruistic)。利他主義的觀點認為家庭成員有義務對無法工作或無法照顧自己的家庭成員提供支持，就算沒有回報也要持續，因為他們的生存與整個家庭幸福的關聯是密切的。利他主義觀點也可以用來解釋華人的代間關係，以及老年父母與其子女或其他家庭成員同住數量偏高的原因 (Hermalin, 2002; Zimmer & Kwong, 2003)。

Becker (1991) 認為家庭有所謂的利他資源，家庭的經濟行為和一般市場行為不同。市場行為是自利的，但父母身為家長，卻樂於把資源提供給子女，也把子女的幸福快樂視為個人的「效益」，是「利他」的

實踐。此外，像是丈夫賺錢，願意把錢交給妻子管，也是一種超越「自利」的行為，而妻子沒有亂花錢，把這些錢妥善地運用，也是在創造資源的價值。

只是，隨著人口結構的改變，上述家的觀念一直面臨衝擊。Aykan & Wolf (2000) 的研究就指出，對已婚子女而言，同住已不是規範，經濟持續的發展及伴隨而來的社會變遷將減少親子同住之盛行。屆時，老人本以為會有的家族利他價值式微了，子女實際可提供的協助與老人期待有了落差，身心沒有準備好的老人在生活中就會產生重大失落與困難。

四、home=house+X

討論了意涵和空間，對家的了解即進入將空間轉換成「家」的過程，也就是對家的依附關係之發展。家的依附關係是維持老人情緒和身體健康所需的養分，依附與老化過程中的生理、心理、社會等層面有關，對家的依附是老人維持獨立生活的強烈動機。家不僅是住宅而已，還包括住宅內部及其周遭環境的一切、包括人對人和事件的回憶，有符號上、情緒上、文化上、政治上和生物上顯著的重要性 (Swenson, 1998)。

呂寶靜 (2002) 認為，在通俗的用法中，家是對住屋、住所或鄰里甚至整個大城市正向的評價。也就是說，一個實質空間具備某些屬性讓人們感受到家的感覺。對老人而言，家充滿著一生的回憶，與個人生命史緊緊相扣。只是這所謂的評價，評價人是誰？而此評價是否隨著時空背景和社會文化不同會有所改變？故在 home=house+X 的這公式裡，X 除了代表一個實質的住宅空間、構成家的諸多要素，也可能是感情、資源、所有權和時間 (Rapoport, 1995)。

五、家庭動力

家庭中某個角色能夠成立，端賴其他成員的協助與默許，因此不能忽略其他成員在某個角色形成過程中所扮演的參與性。而家中某一成員的行為，必關係到其他成員的發展，才能保持平衡狀態。家庭動力中維持平衡的方法，也就是系統中的「規則」，當這個規則形成後，就很難改變，所有的成員會不斷地重複規則下的行為 (王行, 2002)。

雖然家庭裡的每個人都參與及創造了這個系統，彼此是互相關聯的，但本研究欲探知母親是如何在固定且有重複規則的家庭動力下思考自己的居住方式轉換而思考時會有甚麼感受和想法，從敘說中重新發現有哪些不適合

的規則卻一直成為思考或選擇的限制，使研究對象及其子女都能有更進一步地領悟，找到自己真正想要的生活。

貳、居所

居所包含每日生活的經驗，是敘事裡的一條線索，在訴說自己的故事時，透過夢想，生活中的居所共同穿透且維繫了先前歲月的珍貴，因此居所是整合人類思想記憶和夢想的偉大力量之一，沒有了它，人們不過只是一個離散的存在（Bachelard, 1969）。

居所對老人來說，意義更為特殊。陳政雄（2006）認為人到了老年，身心健康每況愈下，居家環境愈發不便，但老人還是希望留在家中生活，縱使到了不得不搬的時候，也希望能夠搬到較為熟悉的地方。

梁碧雲（2006）認為對於身體日漸老化、能動性漸弱的「獨居老人」來說，能夠擁有心理或環境的「安全感」是非常重要的。「獨居老人」在物理處境空間上是獨自一人，更期盼在居住空間裡就能夠擁有安心、適意的生活氛圍，加上獨居比群居老人更易對無法自主的居家環境產生不安與焦慮，對生活的掌控失去信心，所以更需要被關注。這種不安感類似原本以為居住在醫院附近能讓自己方便就醫，但卻發現頻繁的救護車聲響反而誘發了對死亡的焦慮；或是以為有電梯就不用費力上下樓梯，殊不知密閉的電梯更令自己心生恐懼。所以，不管是居住的環境、抑或天災人禍，當老人對於環境失去了安全感、感到不被尊重，或深感生命缺乏意義時，便會開始懷疑自己存在的價值，更會直接影響到生理健康。

蘇麗瓊（2012）提到居所對老人來說相當重要。因為居住不只是空間，更重要的是對「家」的依附感。老人對「家」的看法，不只是具有房屋的物質形式，也常是自我認同的符號象徵，與特定場所的依附連結，產生跟這個場所的有意義關係，同時編入自我認同的一部分，經由長時間的情緒投入成為一個重要的場所。因此，多數人隨著年紀漸長會越發希望留在原有感情有熟悉度的房子裡居住。如房子是老人所有，更能額外帶來資產創造出的安全感（Karherine, 2006）。

但老人會因為不同原因而有居住方式轉移的需求，上述居所的意義，蘊含個別化，會視個人意見而有不同標準。而現今社會少子化與傳統觀念式微，老人的居所選擇也開始不排除有機構式居所選擇的可能性，且這樣的居所會有條件上明確的界定，與上述個別化居所的優缺不一樣。故以下整理我國與美、日為老人設計的機構類型與讓住民對機構認同上的條件及老年母親可能選擇的居所型態。

一、我國、美國、日本之老人機構類型

我國在長期照護方面的經驗多來自美國與日本，故以這兩個國家的老人居所類型與服務內容進行整理：

(一)美國

Gordon (1998) 依照各類型老人住宅特色研究者自行整理表 2-1，可從中看到機構的類型也是以老人的身體健康狀況為主要分類標準。

(二)日本

研究者因職務常有和日本長期照顧事業體接觸或共同研討取得相關研究資料的機會。以下選擇日本大和房屋工業股份有限公司 2014 年在台發表的「日本老人居住產業現況趨勢」資料由研究者自製成表 2-2 來呈現日本的老人居所類型。日本因為有介護保險，故服務的內涵與入住條件都已介護保險的分類來界定。

(三)我國

1.老人照顧機構

此業務中央統籌由衛生福利部負責，分屬不同司署，至地方後分由衛生局與社會局管轄，研擬已久的長期照護服務法已於 2015 年 5 月 15 通過（法務部，2016b），屆時將會將機構做管理權責上的統整。故先以目前分類，法源為老人福利法（法務部，2016c）的資料由研究者自行製成表 2-3 說明我國的老人照顧機構類型。

表 2-1 美國老人住宅特色表

類型	服務對象	服務內容
高齡住宅	獨立生活能力較強的老人	提供居住、相關活動
集合式老人住宅	獨立生活能力較強的老人	便利性服務設施
協助生活住宅	為較虛弱的老人而設計，通常需要每日照護的協助，但無持續性的醫療技術照顧	生活起居照護
持續照護之退休社區	獨立生活能力較差的老人	社區提供多種居住選擇，隨著入住保證金以及每月管理費的不同，提供不同的服務等級，結合居住、便利服務、照護及健康醫療服務
照護之家	無生活能力的老人	提供生活起居照料等物理性照護，以提供專業之醫療照護

資料來源：Gordon (1998)

表 2-2 日本老人機構分類說明表

類型	入住條件	服務內容
自費老人之家	原則上須 65 歲以上才能入住	1.老人會在此類機構住宿，由機構提供餐食、照護、家事協助、健康管理等單項或多項服務 2.依長輩需照護的程度將此類機構分為「附照護」、「住宅型」「健康型」
介護老人福祉機構	65 歲以上隨時需要照護且難以居家照護者	1.屬於長照保險當中所指的三種機構型長照服務之一 2.服務的機構稱為「特別養護老人之家」
介護老人保健措施	在 2015 年之後僅限「需照護 3」以上者才能入住	屬於長照保險當中所指的三種機構型長照服務之一，是在長照保險制度的規範下提供服務的機構
介護療養型醫療措施	65 歲以上者病情穩定但難以居家照護者	屬於長照保險當中所指的三種機構型長照服務之一，長照保險制度規範下提供服務的機構又稱療養病床
附服務型老人住宅	以協助入住者返家進行居家照護為原則	1.僅限老人使用的出租型住宅 2.照護服務戒護需另請外部業者提供 3.在日本又稱付費型的高齡住宅
團體家屋	65 歲以上長者病情穩定但須復健或長期療養之(2014 年有考慮廢除，但尚未廢除)	1.在照服員的協助下讓患有失智症的老人過團體生活的機構 2.又稱為「失智症對應型共同生活照護」
其他	基本上限 60 歲以上單身者入住以簽約型態租賃合約為主	1.銀髮專用分割出售型大樓住宅 2.低收費老人之家 3.養護老人之家 4.Silver Housing 5.生活支援 House

資料來源：橘智雄（2014）、日本厚生省（2015）

表 2-3 我國老人照顧機構分類說明表

名稱	服務對象與服務內容	類型	主管單位
護理之家	主要由護理人員負責，提供身體功能嚴重依賴，必須 24 小時照護的失能者。提供專業醫療及護理服務，如抽痰、氣切、氧療、藥物注射、插管灌食、鼻胃管、導尿管、造瘻口護理等。	護理機構	衛政
長期照顧機構			
長期照護型	以罹患長期慢性病，且需要醫護服務之老人為照顧對象	老人福利機構	社政
養護型	以生活自理能力缺損需他人照顧之老人或需鼻胃管、導尿管護理服務需求之老人為照顧對象	老人福利機構	社政
失智照顧型	以神經科、精神科等專科醫師診斷為失智症中度以上、具行動能力，且需受照顧之老人為照顧對象	老人福利機構	社政
安養機構			
	以需他人照顧、無扶養義務親屬或扶養義務親屬無扶養能力，且日常生活能自理之老人為照顧對象。	老人福利機構	社政

資料來源：法務部（2016c）

2. 老人住宅

內政部營建署（2008）曾針對整體住宅政策及住宅法草案介紹以及高齡化社會與老人住宅之開發狀況進行說明，內容包含自 2004 年開始施行之「老人住宅基本設施及設備規劃設計規範」、內政部於 2004 年間依行政院核定之「促進民間參與老人住宅建設推動方案」以及促進民間參與公共建設法規定，以相關優惠措施鼓勵民間運用自有資金投資興建老人住宅，這些都與老人公寓與老人安養機構同屬提供老人安居之設施之一。

此外，關於老人住宅的規劃原則，老人福利法於 2007 年修正時即以「規劃在地老化、社區化服務及多元連續性服務」，用小規模、融入社區及多機能為規劃原則，其相關內容如下：

(1)小規模

引導民間配合社區化、在地老化政策，並強調依全人照顧、在地老化、多元連續服務原則規劃老人照顧服務，讓老人在自己熟悉的社區中，方便取得所需的服務，故訂定適合老人安居之住宅規模應在 200 戶以下。

(2)融入社區

鼓勵中小型老人住宅設立於一般社區中，藉由利用社區既有基礎公共設施及生活機能，使老人可輕易獲得交通、文化、教育、醫療、文康、休閒及娛樂等服務。如此可節省重新興設基礎公共設施及生活機能之資源，亦有助於老人建立社區支持網絡，使其便於參與社區相關事務，增進老人之福祉。

(3)多機能

住宅設施宜配合老人多元需求，設置因應老人身體機能之構造的設備，使住宅發揮多種居住用途機能，並尊重老人及其家庭成員或主要照顧者之居住安排（同住或近鄰居住）需求，以達成維繫、發揚傳統孝道精神。

(4)綠建築

綠建築係目前建築發展之主要趨勢，老人住宅規劃宜符合基地綠化、保水、節能、減廢綠建築指標，以符合世界潮流趨勢。根據圖 2-1 陳政雄(2006)老人理想居住圖，可看到老人住宅以生理需求為出發的設計。

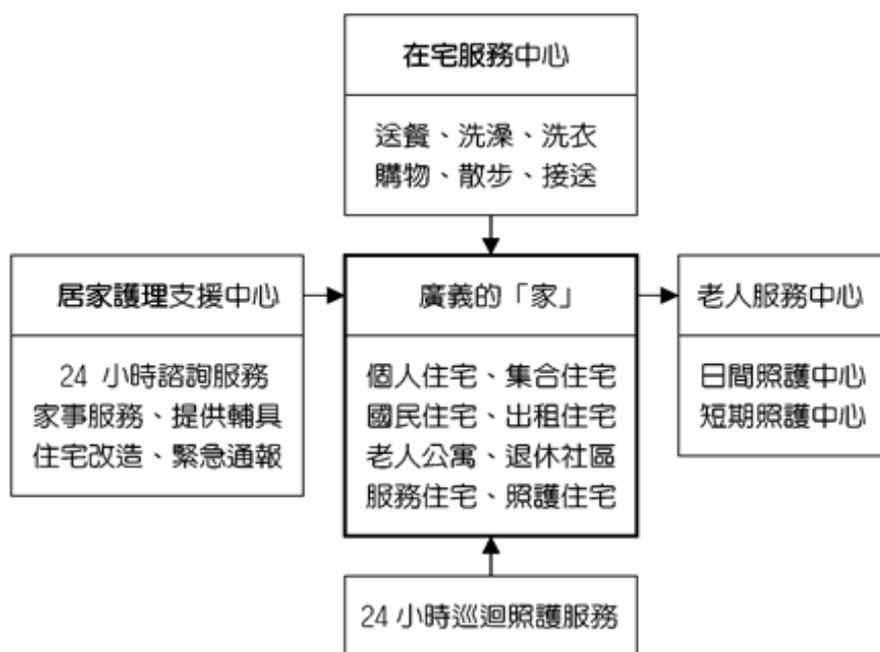


圖 2-1 醫療、保健、福利與建築四合一的居住環境體系圖

持續探討，親子同住的狀況如果隨著社會變遷會開始慢慢減少，其他的居住方式選擇理應要隨之增多，才能因應需求。在這些急需增加的需求中，

常被忽略的是針對複雜性需求的設計（彭懷真，2012）。其實老人居所需依身心狀況去劃分不同型態，社會也有責任提供多元選項供老人選擇。隨著老人的年齡漸增，所衍生出的能力退化問題越多的同時，留在室內的時間勢必變長，也更需要居所具備多元的無障礙設施來補足無法外出該有的活動。而究竟該如何依健康狀況來規劃適當居所，研究者整理陳世堅（2000）、莊朝榮（2005）資料，自行製成表 2-4 進行說明，從表中可以看到是單方向從生理上的健康、障礙、臥病來做不同的機構類型建議。

但除了注意生理，也不能忽略心靈層面。彭懷真（2012）認為老人理想居所該顧慮的心理條件包含：

1. 連結家庭與服務的社區化

服務住宅與照顧住宅應該分佈在可與家庭或熟悉環境保持互動、情感能持續交流的地方，這樣的條件可以延長老人居住在社區裡的時間。

2. 去機構化

在西方，機構化照顧的興起是在十九世紀時受到達爾文主義以及移民政策的影響，針對阻礙社會進步的人採取的集中照顧方式（王國羽，2007），但這種模式在人道主義興起後就被挑戰，並陸續開始了去機構化的風潮。

表 2-4 老人健康狀況與適合居住型態對應表

身心狀況		健康期	障礙期		臥病期
移動程度		可跑跳走	需拐杖輪椅等輔具		臥床
分布比率%		75%	20%		5%
生活能力		可自理		需別人照顧	
居住安排與 居住型 態	居家	一般住宅	服務住宅	照顧住宅	轉介到機構
		老人住宅			
		終身住宅			
機構	安養	養護		長期照護	醫院
	老人之家	養護之家		護理之家	安寧病房

資料來源：陳世堅（2000）、莊朝榮（2005）

現今，社區照顧的目的仍為減少機構式照顧，就算因生理退化而需要入住機構時也應避免全控的照顧模式，機構照顧提供的所有服務應是開放、富彈性、非結構式的，且不能成為一套固定的模式。

去機構化所著重的除了情境，也包含整個供給模式，是改掉全體一致的集體生活，轉變成以長者為中心所提供的服務。將機構塑造成像家的居所，而不只是一個收容且看不見個人需求的地方，這照顧精神是許多國家都致力實現的。以下舉例丹麥、瑞典、日本以及我國去機構化的時機與相關概念，研究者自行整理製成表 2-5。可從表中資料看出前三個國家都是在進入高齡社會時開始積極去除機構化，比較起來我國更快速的積極實踐此理念。

表 2-5 去機構化的時機與概念表

國家	時間點	當時高齡化率	概念
丹麥	1987	15%	取消新建機構，原有機構都要住宅化
瑞典	1980 年代	16%	否定機構設施為主的照護理念
日本	2004	17%	戒護保險開辦支援或照護個人自主自立的照護需求，取消集體照顧方式
台灣	第一波 1960 年代 第二波 1970 年代 第三波 2010 年代	11%	機構過於限制機會與生活型態，應讓住民有自己的選擇

資料來源：陳政雄（2006）、王文娟（2011）、彭懷真（2012）

3. 單元化

目的在縮小照顧服務的規模與距離，依據老人身心狀況分組，依差別得到應得的照顧，滿足個別化需求，服務人員也可依專長發揮把能力用在最適當的單元。

4. 個室化

瑞典在 1980 年提出此理念，將機構的設施融入家的元素，尤其是在寢室部分，讓老人家可以帶自己的東西到寢室擺設，也讓老人自己選擇自己的

盥洗或衣物清潔用品，使其在團體生活中也能保有個人隱私與個人選擇權。

5.開放性的空間感

運用室外的自然光線，把戶外的景觀帶進來室內空間，創造不壓迫且感覺空曠的視野，營造開放性的空間感，可以使人的生活充滿朝氣、與外界自然變化。以日本機構做法為例，機構將交誼廳面對院子的牆改成大面落地玻璃窗，不僅能將光線與景觀映入室內，還可讓無法外出的長者直接感受窗外的四季變化與動植物生長，這些光線、溫度、動植物的生命成長都有讓老人感受生命力的正面影響。

6.社區交流空間

在公共空間設置社區交流的場所，讓社區居民可以進入機構與住民自在交流互動。以日本機構為例，機構將內部餐廳與泡湯區開放，用物美價廉的方式吸引附近居民，這些入內消費的居民年齡層分布廣，可讓老人在日常生活中自然與社區居民互動，機構氛圍跟著活絡，也有效減少社區鄰避問題。此外，直接邀請社區居民或是鄰近學校、公司或店家到機構擔任服務志工，讓經過基本訓練的居民了解機構運作也學習和老人相處，不僅減少許多因未知而產生的猜疑，也能為自己和家人的未來預作準備。

總結以上 6 點，老人居所的規劃方式與服務理念會是老人能否重新適應新環境的關鍵。就如日本機構能讓住民房間裡掛上老人以前的畫作、擺放過世先生的照片和祭拜用的小香爐，這都是日本機構讓住民認同機構為家的重要關鍵。

二、因歷程變化的居住型態轉換(搭配 P49 老年母親居住方式轉換歷程圖)

老年母親的居住型態大致以婚姻狀況來做區隔，結婚、離婚或同居會產生不同的居住型態發展。婚姻中，有單獨和丈夫同住或與公婆、父母、子女同住，這樣的組合也就是所謂的擴展家庭、折衷家庭與核心家庭，但隨著父母公婆丈夫的身體變化與存歿、子女獨立或子女需要，母親居所安排可能又會回到只與丈夫同住或是單獨與子女同住、最後自己一人獨居或是進住機構。若離婚，就可能經歷獨居、與子女、與親友同住的轉換，也會因同住親友存歿或子女獨立或需要與存歿而轉換成獨居或進住機構。

此外，也有子女住附近或是朋友住附近的獨居居所型態。排除住附近也無提供照顧資源的例子，有子女或朋友住附近的獨居類型，老人對子女或朋友的依賴與子女和朋友對老人生活的協助或干涉就可能存在。總而言之，在

探究家對老人的重要性以及如何讓居所變成家的元素時，深入瞭解老年母親對居住方式轉換過程經驗的詮釋、前次經驗如何影響下次轉換的選擇、對家和居所之間的連結的選擇順序以及轉換歷程的心情等等面向都是重要的，因為這些都是影響老年母親在轉換過程中的思考。

第三節 獨與獨居

此節關注研究對象的居住現況-「獨居」，獨居之所以變成一個需要關注的議題，其因出於「獨」所帶給人們的感受以及可能產生的後續效應。故以下就「獨」本身先進行探討，再進一步聚焦於「獨居」來論述。

壹、獨

「獨」，是非常主觀的感覺，其表現方式也有很多，西方詮釋「獨」的工具，多幻化在文字與哲學家的論點裡。像是英文的 individual 個人的或個人，此字原意是不可分的 (indivisible)，可以用來表示聖父、聖子、聖靈三位一體或已結婚者等的「不可分離」；isolation 隔離、孤立、絕緣、離析；social isolation 社交孤立、社會隔離、社會隔絕；lonely 孤獨、寂寞；lone 幽靜孤寂；solitude 孤獨隱居荒僻的地方；alone 獨自、單獨、孤獨的。經驗科學與科學方法之父亞里斯多德在「目的因」的概念中也提及「獨」的另一觀點，認為獨本身不是重點，造成獨的原因與選擇獨的目的才是。

而在華人世界裡，「詩詞」是很能將獨的情緒感受、相關意境用簡潔有力方式點出並雋永流傳的重要工具與文化產物。因此，本節選擇具備「獨」意境的詩詞作品作為分析獨的正負向感受前的引言，並指出這些詩詞所表達的意義與本節內容的關聯。

一、負向感受

(一) 空虛感

秋陰時晴漸向暝，變一庭淒冷。佇聽寒聲，雲深無雁影。更深人去寂靜，但照壁、孤燈相映。酒已都醒，如何宵夜永？

詩詞傳神的描述的是人去樓空後頭腦愈發清醒，孤寂越發明顯的心靈狀態。王文華在 2015 年曾於網路文章中分享自己在廣播節目裡做過的一個測試，方法是讓聽眾用假名 call in 進電台說自己的秘密，結果引起熱烈回應。王文華事後分析其中主因是許多人想跟陌生人分享秘密，想形塑一個能獲得大量的「讚」的形象來證明自己的存在與被認同，更希望藉由大量的關注來去除孤獨感。

這是科技發達所養成的互動習慣，而生在同一個社會裡的老人她/他們

的存在感和被認同感若也要用這類方法來獲得是較為辛苦的，因為難以跟上日新月異的互動方式是許多老人漸漸被社會排除的原因。在研究者的實務經驗裡，老人學習新的溝通方式的意願與動力還是來自想增加與家人的互動，但老人會自認無用而不願透露相關需要來增加子女麻煩，若家人沒有主動發掘協助，學習機會較少和學習新事務能力較弱的老人就難以跟上溝通的步伐，等到和旁人的互動漸少，老人「獨」的感受自然變強烈，「空虛感」也就著因應而生，身心靈疾病也可能產生，延伸許多照顧問題。

（二）恐懼感

昔鬪賓王結罝峻祁之山，獲一鸞鳥。王甚愛之，欲其鳴而不能致也。乃飾以金樊，饗以珍羞，對之愈戚，三年不鳴。其夫人曰：「嘗聞鳥見其類而後鳴，何不懸鏡以映之。」王從其言。鸞睹形感契，慨然悲鳴，哀響中霄，一奮而絕。

國王得到一隻青鸞三年不鳴，有人告訴國王，青鸞看見自己的同類便會鳴叫，於是國王便「懸鏡照之」，青鸞看到自己的影子後卻悲鳴而死。在歐洲中世紀，對孤獨的利弊有極為對立的立場，公元開始之後的幾個世紀，人們相信瘟疫和傳染疾病導致大量人口死亡是因為自己有罪，因此求救和懺悔的慾望強烈。當時，基督被看作是一切身體和心靈苦痛的救世主，基督教的信仰聖經裡肯定在沙漠獨處的狀態是先知領受上的意旨。但從第四世紀到十四世紀的社會開始，人們普遍認為孤獨的生活會使個人必須單獨面對自然界的野獸與成群的強盜或蠻族的迫害而過於危險，還進一步主張應該立法禁止獨居式的隱修。特別的是，當時對於女人也有獨處的禁令，人們認定女人獨處心中一定是在想邪惡的事，甚至以此作為獵殺女巫的理論基礎（傅凌、墨壘，2003）。

亞里斯多德認為，人是一種社會性動物，「獨」代表「神」或是「野獸」的狀態。他關心人們如何面對社會施加於自身的壓力，而不是人如何面對他自己，對城邦時代的希臘人來說，沒有什麼比遭到流放而孑然孤獨更悲慘的事。

十七世紀與十八世紀正在歷經個人意識覺醒，是許多學者認為「獨」具有極大害處的時代。對個人而言，孤獨會造成自身的無知與野蠻使自己憂鬱而亡，會削弱智力與想像力，認為孤獨的生活是一種缺乏勇氣的表現。對社

會而言，孤獨成了仇恨和嫉妒的源頭，社會也可能因此解體。當時出版的百科全書也將孤獨定位為一種怯懦逃避與沒有任何價值與意義的生存狀態，並認定獨對社會沒有貢獻也沒有益處（傅凌、墨壘，2003）。故此，工業大革命前的社會沒有人會想到要獨立在家庭之外或有所謂的私人問題，當然也就沒有獨立人格的概念。

觀古鑑今，人們早就不用擔心野獸、強盜、蠻族會帶給獨居者危機，但大眾對獨居狀態的恐懼依舊，也一樣對女性獨居有許多臆測和議論。鄭景鐘（2006）所整理的獨居老人的負向概念裡的個性孤僻、不受束縛、不易溝通、不願與子女同住、被棄養、教育程度不高、缺乏支持等等的詮釋中，可以發現雖然時代已經演變，但固有價值觀依舊發揮影響力，獨立人格的概念一旦被放到大眾利益裡就容易被忽視，或是被某種標籤歸類，為了形塑共同的樣子，而犧牲個人獨立的樣貌。

（三）絕望感

相見時難別亦難，東風無力百花殘。春蠶到死絲方盡，蠟炬成灰淚始乾。

李商隱的無題，清楚詮釋被迫分離的痛苦、無奈和無力。「獨」本身不一定令人傷感，但若又不是出於自願，絕望感就會被加乘，生存意志也容易被削弱，這對於社會工作專業服務是一個非常重要的提醒，需要正視「傷害來自於非自願與強迫，而不一定是獨本身」。康德認為「人生最可怕的莫過於一個人的意志在別人的支配之下」，所以如何停止被支配，讓獨可自主減少負面影響就是一個重要的議題。

周朝時，姜太公因滅紂有功被封於齊國，齊國有兩隱士不想做官，不做天下的臣子，不與諸侯親近，當時曾做過隱士的姜太公卻把兩人以「不臣天子、不友諸侯，無恐其亂法易教也」的理由處死，這是齊國的隱士喪失個人自由的代表性事件，此事尤其突顯當時個人意識在與國家利益抵觸時，必定被犧牲的結果。而將上述討論概念衍生至本研究，研究者期待透過探看獨居老年母親在居住方式轉換過程中自願與非自願的選擇會有的感受、情緒與認知，藉由研究者的筆觸將之清楚陳述。

(四) 自憐感

尋尋覓覓，冷冷清清，悽悽慘慘戚戚。乍暖還寒時候，最難將息。三盃兩盞淡酒，怎敵他，晚來風急？雁過也，正傷心，卻是舊時相識。滿地黃花堆積，憔悴損，如今有誰堪摘？守著窗兒，獨自怎生得黑。梧桐更兼細雨，到黃昏，點點滴滴。這次第，怎一個愁字了得。

李清照的「聲聲慢」將她的晚年寡居生活的淒苦，用秋日的景物旁觀，隱喻心中的孤單和痛苦。第一句意味著她內心的空虛，因為一個人百般無聊的時候會一直不停的尋覓，若有所思，盼望能找出一些東西來彌補心中的空虛感受。夏婉雲（2012）在分析李清照的「聲聲慢」時認為，孤獨的內涵是精神能量之轉移、取代和昇華。所以是主動、積極的面對面，由自己意想所形成的，自我設計出的生活形態和生存狀態的孤獨不是寂寞，是比寂寞的層次還要再高的。

孤獨可分高孤獨和低孤獨。那些在光陰中就能消解掉的孤獨被稱為「低孤獨」，經由自覺所形成且會繼續不斷發展的孤獨，被稱為「高孤獨」。「低孤獨」的依賴性是根深蒂固的。它必須糾纏住另外一個人，才能夠把自己從孤獨中解脫出來，久而久之，便會失去獨立性、偏離自我和自由。「高孤獨」則是一種不易為他人所困惑，能掌握自我方向的力量，此種孤獨，也正是追求生活意境會需要的資源。

談及「低孤獨」，在華人老年母親的身上不難看到。台灣 2015 年一部探討老年母親的電影《醉·生·夢·死》就是在描述此現象。影評劉凱西描述片中母親年輕的時候仰賴老公，老公跟其他女人跑了，就把所有心力放在孩子身上，當兩個孩子想獨立，自己在經濟上、精神上卻已嚴重仰賴子女後，又用酗酒來麻醉自己的憂慮與哀傷，又自憐，又以令人頭皮發麻的碎念方式和子女互動，最後孩子只能一個個逃離，這種母親，這種依賴，終究導致周遭所有人的悲劇。

不過影評也提到，華人社會訓練女人依賴已經有數百年，這早已是大多數女性的一種慣性，很多女人不承認依賴老公小孩，只願意說是「為家人付出」。然而，付出本身就是一種依賴，因為很多女人根本沒想過自己，用所謂的「付出」，就將自己的一生倚靠在家人身上，把精華歲月奉獻給老公小孩當成是人生唯一的目標。等小孩長大後離家，母親開始面臨空巢期，害怕失去就開始用各種方法拴住孩子，許多親子或婆媳相處問題就從此開始，做

婆婆的潛意識覺得媳婦搶走了自己的孩子，而當媳婦生了孫子，又想把孫子搶過來繼續「付出」。不停介入下一代生活的原因，就是因為找不到自己的生活重心，必須仰賴家人的緣故，這樣的依賴與心裡一直填不滿所產生的孤獨，自憐感產生也就不足為奇。

二、正向感受

(一) 力量感

辛苦遭逢起一經，干戈落落數周星。
山河破碎風拋絮，身世飄搖雨打萍。
惶恐灘頭說惶恐，零丁洋裡嘆零丁。
人生自古誰無死，留取丹心照汗青。

死亡為大多數人所恐懼，文天祥在浩瀚的零丁洋中，只能悲歎自己的無力回天與孤苦伶仃，但這樣的孤獨悲愴讓他的心裡生成「人生自古誰無死？我要留一片愛國的丹心映照汗青」的強大力量，此種境界，大眾不易追隨，於是他獨身前進，所以孤獨油然而生。孤獨與寂寞不同，因為有了「理想」的陪伴而感到充滿力量，這點也與前面提及的「高孤獨」有異曲同工之妙。

春秋戰國時代，儒家把個人和社會的關係作了深入詮釋。例如禮記特別強調「是故君子慎其獨也」，意旨君子在別人看不到的地方也要警戒謹慎，在別人聽不到的地方也常惶恐畏懼。沒有比隱暗處更顯現的，也沒有比細微處更顯著的，所以君子在獨處時會特別謹慎，這個時候的「獨」，功能變成了「磨練心志」。

魏晉南北朝時代，隱居成為主流價值，有人專為隱退之人提供住所，「獨」考驗他們與自然和諧共處的能力，其中，陶淵明就是一個為世人熟知的例子。陶淵明不為五斗米折腰故辭官，隱居生活從他的「歸去來兮辭」中「悅親戚之情話，樂情書以消憂。農人告余以春及，將有事於西疇。或命巾車，或棹孤舟」可清楚探知。他選擇聆聽自己心聲，離開官場，獨善其身，這時候「獨」的功能是讓人「獲得無比安適恬逸的穩定力量」。

在西方，希臘時代最早指出群體生活的重要性，但卻也最早指出孤獨與個體的價值。蘇格拉底被稱為最早點醒個人意識的哲學家(傅凌、墨壘,2003)。他常藉著縝密的論證去證明一個人概念的矛盾與荒謬，其目的是讓他人了解不經思辨就全盤接受正統思想的危險性。此外，他所提出的「共相、共名」

假設，認為人天生有歸類、超越與追求能力，更是提供了社工價值裡個別化重要性的支持。而不論理論有多麼清楚，當運用到個人狀況時都須以個人特質為主，理論只是用來當作人類行為的參考而不是要人去適應理論(簡春安、趙善如，2008)。

此外，蘇格拉底認為行為標準應該以自己的良知而不是群眾的認知為依歸。但人是生活在群體中，華人社會的群體力量更是強大，故本研究中，也會瞭解研究對象對所謂的「行為標準」的看法與對其人生的影響程度。

(二) 豁達感

花間一壺酒，獨酌無相親；
舉杯邀明月，對影成三人。
月既不解飲，影徒隨我身；
暫伴月將影，行樂須及春。
我歌月徘徊，我舞影零亂；
醒時同交歡，醉後各分散。
永結無情遊，相期邈雲漢。

李白對獨的詮釋在《月下獨酌》中有很清楚的呈現。從無知心人陪伴的孤獨到邀請月影和身影作伴的自我娛樂，讓人看到了獨的瀟灑。獨讓人豁達的能力，也對獨生成新的想像與期待。

夏婉雲(2012)詮釋赫爾對獨的正向概念。認為寂寞使人發現自己，孤獨使人內省，必須全然孤獨才能退回自我深處，人際間的親密與依附雖對人的健康與幸福有相當大的影響，但並不表示只有親密關係會賦予生命意義，獨處的能力也有其不可忽視的重要性。一個成熟的人要能有獨處的能力，能獨處是內在安全感的一個表徵，獨可以培養想像力，獨處能力有助於適應生活變遷，也有助於領悟。

從宗教的觀點來探，佛教認為世上繁華都是虛妄如鏡花水月，人已經被幻象所迷不容易從躁動的慾望解脫所以不能回歸內心，一個人獨處時心靈一片空明。道教的修練齋法「絕群離偶」與「孤影夷豁」的意思是去山裡獨處不要貪戀浮華，讓心靈沉潛到深處還他一個安靜，把孤獨想成是舉杯邀明月對影成三人，讓孤獨變成一種難得的寂靜。

以上這些正向感覺，顯示出「獨」的功能，提醒了獨居老年母親的生活裡，「獨」的存在必也有其正向之處，對於晚年期的統整任務也有幫助。

從東西方對獨的正負向感受詮釋，除可探出文化差異，也可看到獨的正負能量。梁碧雲（2006）曾對獨居老人之孤獨經驗進行研究，當時得到「獨居老人仍害怕孤獨死在屋內、屍身腐爛、發臭的恐怖意象，可見面對與接納不可逆的老化現象，並做好身後事的安排會是獨居老人與照顧者在面對獨的時候需要面對的事」的結論。研究者也欲透過本研究看見在照顧政策、個人經歷、社會狀態都已經演變的十年後的今天，獨居老年母親自己對獨的感受的詮釋與看法。

貳、獨居

一、相關意涵

我國各縣市對於老人獨居的認定因服務內容與補助標準而有些許差異，老人是否符合獨居標準也會視子女是否住在同層、同棟、同社區或同縣市來分別訂定，而會如此劃分應與華人家庭利他功能的觀念價值有關聯。此外，獨老身份可享有權益，例如訪視問安、醫院掛號費減免，也得要盡義務例如被追蹤評估與定時的監控，因此對於獨居的看法與服務的制定就出現了正負兩極的看法。

二、正負看法

對於「獨居」老人的正負向看法，研究者針對學者所進行的相關研究自製表 2—6 進行說明。

獨的負向感受會衍生對獨居的負向看法，同樣的，能感受到獨所帶來的正向力量也能對獨居產生正向看法。換句話說，個人與社會如何看待「獨」，對「獨居」的詮釋就會跟著有差異，也左右了福利政策的擬定方向。但不論如何，獨居所連帶的「獨」的狀態與聯想，引發許多研究者的研究動機，也是本研究設定獨居者為研究對象的原因。

表 2-6 獨居正負向看法表

負向看法	正向看法
世界衛生組織（WHO）視為以下特質 1.高風險群 2.個性孤僻 3.不受束縛 4.不易溝通 5.不住機構又不願與子女同住 6.被棄養 7.教育程度不高 8.需領補助 9.缺乏支持 10.憂鬱、孤單以及睡眠問題比率較高 11.未滿足需求較高的族群	1.具自理能力 2.獨居不一定孤苦無依、不一定需要經濟協助 3.感情獨立 4.自我滿足、不必依賴他人 5.有能力獨居者的健康狀況比其他居住型態較好，否則無法維持獨居的生活形態 6.會發展出較佳的因應機制及緊急狀況處理能力 7.可以不是問題，只要有家屬親友可提供經常性的協助

資料來源：周千清（2004）、周麗華（2002）、施教裕（1998）、葉若分（2003）楊培珊（2001）、Allen（2001）、Desai, Lentzner; Kennedy（2001）、Lima、LaPlante & Harrington（2004）、Weeks（2001）

二、相關因素

Wister & Burch（1989）認為在獨居的因素中，有幾項因素與個人狀態相關，分別為經濟能力可維持獨立自主的生活、生育子女數少，可提供同住的子女數減少、個人強調獨立與隱私等，經由以上因素的啟發，研究者想透過研究得知我國老年母親的個人因素，例如子女與父母的關係、子女的居所地點和型態、對經濟狀況的認定等，以便能更深入理解老年母親對獨居的認定與居住感受。

Machizawa & Lau（2010）探索在歷史和社會文化下老人的心理需求，包含獨立需求、文化連結需求、社交連結需求、感覺有用需求、維持自尊和尊嚴需求，這樣的需求在其他年齡層雖也都適用，但對於生理功能逐漸衰退，心理不斷面臨統整過程的認同或失望的老年期格外重要。家庭關係會是老人能否安度晚年的重要資源與影響因素。只是老人期待子女關心又不想變成家庭包袱的矛盾心情，在不擅情感表達與交流的華人老人身上經常發生，社會文化，使得家庭整體的需求凌駕老人個人需求之上。老人犧牲自己想法與意

見，過分在意形象，選擇以社會期待的行為替代心理需求（林秀娥，2011），使得家庭因素經常左右老人居住的選擇。

在文化因素方面，張淑蘭（2009）形容達悟老人在喪偶、生病或是沒有行動能力之後會主動要求他們的子女為他們在部落裡搭蓋小房子獨居。在達悟族的觀念裡，雖沒有與子女住在同一屋簷下，但子女住在對面或是旁邊只是「分開居住」但關係還是緊密，很正常也很為族人接受，這樣的觀念來自於達悟族的靈魂觀、性別界限與房屋繼承法，非常具有獨特性。但若以漢人的文化來看，母親生病還未接來同住有違社會期待與孝順規範，主要決策者得承受家族壓力和責難，此觀念差異突顯研究需瞭解研究對象文化背景的重要性。

三、公共政策

老人能否安全獨居，與其照顧需求是否獲得滿足有關。Shea , Davey ,Femia , Zarit & Sundstrom (2003)認為每個國家的長期照護政策取向各異，而其照護政策勢必會直接或間接影響家庭之照顧責任與老人需求。此外，Wister et al., (1989)認為獨居因素中有一為社會因素，所謂社會因素指的是居住安排的措施與服務增加居住方式與居住環境也影響老人的日常生活活動與社交參與意願，故以下針對獨居與公共政策相關議題進行討論：

（一）獨居人數

在居住議題裡，「獨居」是所有居住狀況中最被關注的一種型態，獨居被認定有福利資源介入協助的必要，但服務介入時的「尊重自主」與「適切時機」的評估會需要專業技巧拿捏。

從衛生福利部全國獨居老人人數及服務概況表（衛生福利部，2016）可得知，截至2014年上半年全國獨居老人人數為47,752人，其中男性21,911人，女性25,841人。進一步比較2009年與2013年兩次調查的差異，獨居的比例增加了1.9%、65歲以上獨居的比例又比64歲以下提高、女性長者期待與配偶同住的意願又比男性長者低10%以上，也就是說女性長者比男性長者更容易放棄與配偶同住而選擇其他居住方式。

（二）觀念變遷

隨著晚婚、少子、女性投入就業市場、女性自主性提高，可以預見相關比率或差異的數字會日漸成長。但僅從數字上的變化，很難了解獨居老人在居住方式轉換之間所面臨的心理狀態，例如越來越多獨居者認為這只是選擇

無關乎子女是否孝順（葉光輝，1997；楊培珊，1999），此想法也顯示社會觀念的演變。

葉光輝（1997）在近 20 年前預測了台灣老人會有「空巢自主」時代，並將之定義為「在物質或外在客觀條件允許下，子女成家後將主動或被要求離開原生家庭獨立生活，當子女都不在身邊，年老的父母也要學習獨立，但同時可以享受更多的自我空間與時間，不再把含飴弄孫當作人生樂事，取而代之的是以掌控自我的嗜好活動空間與作息安排為滿足」，本研究剛好可探知這樣在 20 年後的今天這樣的時代是否已經來臨，可進行一個時代變化的比較。

（三）發展情形~以台北市為例

台北市老年人口數截至 2016 年 7 月為 410,342 人，人口老化比率是 15.19%（台北市政府社會局，2016），高過全國老化比率，加上台北市的社會福利政策普遍優於其他縣市，故以台北市為例進行討論。

台北市截至 2016 年 8 月 31 日列冊的女性獨居長者有 2,188 人，男性有 2,581 人。鄭景鐘（2006）的研究指出，原本臺北市獨居老人定義是從居住生活上談起，獨居定義沒有價值判斷，說的是一種居住型態，認為以三代同堂的照顧角度來比較，老人若獨居會是一種需要被照顧的狀態，加上社會後續發生獨居長者死在家中無人及時協助的悲劇事件，臺北市政府評估服務須積極介入協助，故獨居變成為政策議題，遂於 1998 年至 2002 年開始廣義定義「獨居」，也使得獨居的意涵多了一層社會問題的意識形態（鄭景鐘，2006）。此後，臺北市政府投入運用大量志工人力電話問安、關懷訪視、安裝緊急救援系統提供列冊獨居長者服務，發展以「親子關係是否疏離」為判準的獨居定義。

四、女性獨居

80 歲陳花文是社區居民口中「唐婆婆」，1951 年與丈夫接下社區內第 1 間雜貨鋪，15 年前高齡 95 歲丈夫過世，家人勸她乾脆把店收了，和家人一起住，但陳花文說「選擇獨居在雜貨店為的不是錢，是回憶還有居民間情誼」……………。（許智鈞，2015）

Erikson 的生命週期第 8 階段老年期，任務包括因應退休、面對死亡、和喪偶之後的獨居（林哲立、邱曉君、顏菲麗譯，2007），女性平均餘命大

男性 6 歲以上，因喪偶而獨居的可能性比男性高。此外，根據 2012 年老人生活狀況調查顯示，女性就算未喪偶，想要與配偶同住的比例也比男性低，想要獨居的比例也比男性高，這些都顯示女性選擇「獨居」的可能性會高於男性。

根據統計，老年女性需長照服務的平均年數多達 8 年，經濟來源又多靠子女奉養（58%）與政府津貼（33%），父母的住宅代間轉移又以兒子為主要繼承者（許秉翔，2002；王君茹，2003），老年母親的女兒角色不容易繼承到房產，這些狀況都使女性到了老年後若獨居在經濟較易成為弱勢（簡宏哲、蕭至邦、陳竹上、范道莊，2013），會需要較多的福利挹注與服務協助其生活。

探討女性獨居，需了解家對獨居老年婦女的意義。Swenson（1998）研究此議題時顯示三種型態之建構包含家是自我的中心、家是照顧的中心場所、家是向外延伸的中心，家是提供婦女自我界定的中心、家也是婦女和其家庭成員孕育的場所，提供在領域內活動的行為情境以及領域外活動的起點。家對婦女而言，可增強自我感和自我認同，也讓她們覺得自己是被需要且有用處的，家給予她們擁有自我領土的感覺。

此外，女性身體的需求從孩提開始，終其一生多以家庭生活為中心，雖會隨其年齡增長而增加活動範圍，但戀愛結婚後還是繞著家庭轉，故情緒發洩更依賴身邊的可及之物。就任何一位女性而言，室內的擺放就是一個女性心性的寄託，對自我身體的敏感與細膩性遠超過男人（畢恆達，2004），會更需要一個能讓其有安全感的家的居所。而老年女性經濟上較依賴他人協助，對家又有比男性更為細膩或私人感情的要求，再加上母親角色，選擇居住方式上的考量的影響因素就更複雜，不過複雜度也更突顯了自主意識與需求表達空間的重要。

第四節 轉換與歷程

居住轉換次數與經驗因人而異，即便經歷同樣轉換過程也會對類似經歷產生認知與詮釋上的差異，本節將就老年母親與居住方式可能的轉換與生命歷程進行探討，以研究者自行繪製之圖 2-2 來呈現老年母親因為結婚或同居而展開的一連串因婚姻制度、對父權的服從或生育子女以自身狀況等原因而有的轉換。

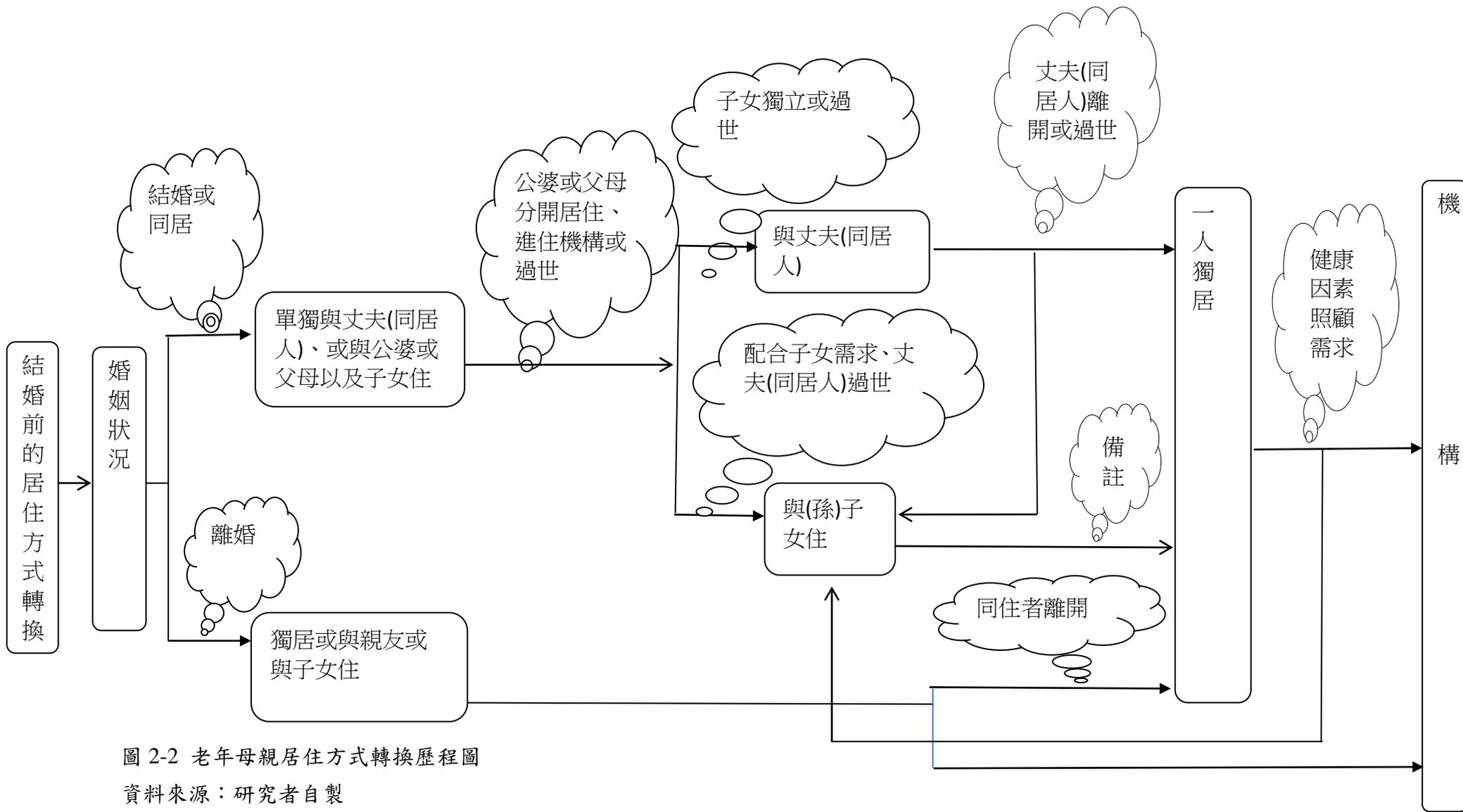


圖 2-2 老年母親居住方式轉換歷程圖

資料來源：研究者自製

備註：相處問題、(孫)子女離開或死亡、想要獨處、居住空間等

1. 歷程 2. → 轉變 3. 可能因素

壹、轉換

本研究所指的轉換，為獨居老年母親居住方式的變更過程，而轉換的動力與能量始於轉換的因素，故以下針對轉換因素、整合相關文獻與轉換過程的態度理論進行整理說明。

一、相關因素

隨著社會變遷，在快速工業化、都市化的影響下，家庭功能式微，老年父母是否選擇與子女共住的因素也可能開始變化，以下就陳正芬（2006）、張桂霖、張金鵠（2010）等研究中所提及之老人居住方式轉換因素重點，由研究者自行製表 2-7 進行說明：

表 2-7 老人居住方式主要轉換因素表

研究者與提出年份	觀點依據	轉換與否的因素	分析內容重點
羅紀琮（1987） 徐良熙、林忠正（1989） 陳肇男、史培爾（1990） 陳肇男（1993） Chen（1996）	無	A 教育程度 B 子女因素	A-教育程度愈高，越有獨立自主想法，愈傾向選擇獨立自主的生活 B-高教育者較可能有較廣、較好的社會網絡，經濟較佳，子女反依賴其生活，故可能傾向和子女同住
羅紀琮（1987） 徐良熙、林忠正（1989） Stinner（1990） Chen（1996） Wilmoth（1998） 謝美娥（2004）	工業化論	年齡	1.愈年輕，愈不傾向和子女同住 2.不同年齡的人，所經歷的社會環境不同，因此對於居住的偏好與價值亦有不同，選擇也因此不同 3.居住在機構的失能老人平均年齡較居住在社區者大
葉光輝（1997）	孝道	慣性	以孝順邏輯與社會觀感為指標
Cameron（2000） Gibler（2001）	無	性別	1.男性老人較偏好與子女分住，也較有意願居住於老人住宅 2.女性老人較有意願與子女同住
Logan & Bian（1999） Raymo & Kaneda（2003）	交換理論	老人有無住宅所有權	1.住宅所有權人的改變可能影響老人居住安排的轉換 2.老人本身若握有住宅所有權較吸引子女同住

研究者與提出年份	觀點依據	轉換與否的因素	分析內容重點
Michael (1980) Davanzo & Chan (1994) Shah (2002) Raymo & Kaneda (2003)	工業化或現代化的假說	城鄉差異	1.都市的老人較為重視隱私與獨立，因而傾向獨居或僅與配偶同住 2.同住規範的信仰鄉村比城市強，但研究也顯示居住鄉村的老人比居住都市的老人更偏向與子女分住，其原因可能為鄉村土地取得較容易，老人可以選擇讓子女鄰近居住即可
Zimmer (2005)	孝道與利他主義的觀點	健康與婚姻狀況	無偶及健康不良者較傾向與子女同住。健康和婚姻狀況發生改變會成為轉換的因素，而女性長者比男性長者更易因健康因素轉換。
陳正芬 (2006)	無	非正式支持網絡的狀態	照顧需求是否獲得滿足是關鍵
Martikainen (2008)	無	社經狀態健康	物質的社經指標（如收入高低、有無擁有住屋）主導居住安排轉換的結果，其中僅有部分係由慢性疾病狀況所造成
張桂霖、張金鶚 (2010)	交換理論	自主權與經濟權的改變	從資源、互惠的角度，相對於前後期均無自主權、經濟權的老人有以下幾種情形 1.前期無而後期有的老人，轉換與子女住的可能性較高 2.前期有而後期無者，轉換成與子女同住的可能性較低

資料來源：陳正芬 (2006)、張桂霖、張金鶚 (2010)

以上整理呈現出國內外學者對於轉換因素的看法，雖然資料有年份上的距離，但歷程的變化與各個因素的探究絕對值得參考，也可做為研究結果的比較。

二、整合重點

「金窩銀窩比不上自己的狗窩」是大眾耳熟能詳並可引起華人共鳴的俗語，此語意也點出居住方式轉換過程的適應、學習和挑戰。而轉換能否成功，在於如何把對家的認同例如安全感、熟悉感、融入感、紮根感於新的居所，此過程對調適能力較差的老人是嚴峻的考驗，因適應的時間越長，越容易衍生出其他生心理問題，故協助老人對新環境儘快產生認同感甚為重要。

吳瓊滿、陳喬男、陳素惠、戴金英、吳宏蘭、林伯岡、陳蕙玲、劉紋妙、楊其璇譯（2011）認為家對個人包含三個意義。研究者從此三個意義中發現老人於整合新舊環境時會觀察兩者差異以及對其感官的刺激，以下就此發現進行說明：

（一）社會文化的秩序或以社會中心為過程

需要與家人或其他想要同住的人共同發展生活期待與標準，所以對於轉換中的老人而言會有重新擬定和適應新標準的挑戰。

（二）生活歷程或以個人為中心的過程

環境反應個人的生活歷程以及對家中特徵的了解，老人會對眼下的環境賦予意義。例如家中牆壁的塗鴉代表著子女小時候的成長、一棵種在院子裡的老樹證明家庭演變、家人在此空間走動的身影和談話聲音等等，都是老人對環境特殊的回憶與情感，雖無比珍貴卻也是居住轉換時的阻力，因此，在期待新舊居住環境能成功整合的同時，也必須先協助老人從新環境找到與舊環境能有的認同連結。

（三）身體方面或以身體中心為過程

老人駕馭舊環境的便利性在轉換新環境後也要能持續存在。例如對開關位置、家具的擺設、氣氛、聲音的感受與舊環境差異越少，老人適應狀況將越好。

三、理論探討

本研究雖不以理論的驗證為重，但以下整理部分闡述轉換在與「自己」、「他人」和「環境」之理論上的看法，來協助研究更深入思考。

（一）與自己

認知失調理論指出，在一般情況下，個體的態度與行為是相協調的，因此不需要轉變。但假如兩者出現了不一致，如做了與態度相違背的事，或沒去做想做的事，就會產生認知失調。認知失調時個體會心理緊張並力圖去解除，以重新恢復平衡。

為了正確理解失調論的含義，必須注意與「認知」有關的概念。認知被定義為認知結構中的「要素」，一個要素即一個認知。它們是一個人意識到的一切或是一個人對自己的行為、心理狀態、人格特徵的認識，也可以是對外部客觀事物的了解。總之，它是事實、信仰、見解或別的一切事物，若某種事實存在，但個體並沒有意識到，那就不能成為一個人的認知，任何兩種認知都有可能是一致、不一致，或不相關的。只有在兩者既相關，又不一致的情況下，才會導致失調。

在個體的認知結構中，要素之間的一致或不一致完全是由個體的心理意義來決定。換句話說，認知的一致與否並不決定於客觀邏輯，是決定自個體的主觀邏輯。就一個個體來說，如果由一個認知可以推出另一個對立的認知，那麼兩個認知就不協調。實際上，這兩個認知在邏輯上並非一定不一致，只是因為個體依照自己的主觀邏輯去體驗到了兩種認知的差異，從而產生了失調。例如一位老人有以下兩種認知，包含「和女兒同住就是命不好」，「我想與女兒同住」，此時老人就會認知失調。因為「和女兒同住是命不好的」應該會搭配「我不應該和女兒同住」的認知，但老人的另一個認知卻是「我想與女兒同住」，所以就產生了認知衝突。「和女兒同住就是命不好」明顯是老人的主觀邏輯，不屬客觀，但如果這樣的認知失調存在老人心中，其居住方式轉變的選擇也必然受其左右。

失調的程度是認知要素的重要性功能。對個體來說，要素的重要性或價值越大，由要素引起的失調程度也越高，例如，損失一百元所引起的失調就無法與損失一萬元所引起失調相比。決定失調的程度時，必須考慮認知結構中所有與失調有關的認知要素。前面我們談到的失調只包含兩個認知，實際上，每一種失調都牽涉到兩個以上或更多。

失調程度並非沒有極限，「存在於兩個認知要素之間的最大失調等值於對較少抵抗元素變化的總體抵抗力量」，如果失調程度超出這一最大極限，那麼較少抵抗元素的變化就會發生困難，失調也就不能解決。由於其他因素的限制，失調並不能達到它的最大值。個體往往會通過增加新的認知元素以減輕失調的強度。而以本研究所探討的居住方式轉換來舉例，新的認知元素是否能順利產生是老人在轉換過程需要協助程度的重要影響因素。就一位獨居老年母親來說，這能力是否具備或需要時就馬上發揮作用？而新的認知元素要如何創造以避免過度失調？都會是本研究裡可以探究的重點。

（二）與他人

社會交換理論源自於所謂的功利主義思想，最重要的主題就是人類為了讓他們看重的結果最大化而受激勵並採取行動。在交換理論下，家庭被視為是個人的集合，但家中有許多事物都是被正式或非正式的規範所控制著，在這些限制下任何的選擇都可透過行動者的動機來了解，而動機可能是多面向或不具意識的。

以社會交換理論來看轉換，過程是依據兩種比較水準來分析。首先老人會先將利益與其他的轉換做比較，相對於其他的轉換若被認為是剝削，那他對此轉換的滿意度就會偏低，引發不願意轉換的決定。但除了個人動機外還有許多被正式和非正式規範所控制的狀況，所謂「不願意轉換」的決定也可能會被這些規範給控制住。

在第二種比較水準中，老人會計算在轉換之外可能會有的選擇的相關報酬與成本，但這些相關的報酬與成本會隨著個人的生命歷程而改變，此時對轉換前的狀況的滿意度與轉換後所需要負擔的成本的考量會隨著已經經歷的時間長短而變化，依照此論點的說法，假設老人在衡量是否進行居住方式轉換時具備以下條件，可能會有各自以下不同結果出現，針對此論點研究者自行製表 2—8 進行說明。

（三）與環境

包含平衡理論與生態觀點的生活模式。

1. 平衡理論

弗里茨·海德(F.Heider)提出了改變態度的“平衡理論”，又被稱為“P-O-X 理論”，P 與 O 各代表一個人，X 是第三者或態度對象。平衡理論假定 P—O—X 之間的平衡狀態是穩定的，排斥外界的影響，不平衡狀態是不穩定的，會使個人產生心理上的緊張。這種緊張消除僅在他們之間的關係發生改變，恢復平衡狀態時才成功。綜言之，海德爾的平衡理論考慮的是一個人會在自己的認知架構內，組合彼此間對人、物的態度。海德爾所感興趣的一致性是在人與其他人之間的關係，以及與環境之間關係的看法。人類普遍有一種平衡、和諧的需要，一旦在認知上有了不平衡與不和諧性，心理上就會產生緊張的焦慮，從而促使他們的認知結構想要向平衡和諧的方向轉化。以本研究為例，老年母親在決定是否要進行居住方式轉換的過程中為了取得此理論所述人類普遍有一種平衡和諧的需要，會想要靠自己的認知架構內對人對物的態度幫忙，而可以想見的是，人們都喜歡完美的平衡關係，當不喜歡的不平衡感出現就會去影響轉換選擇與結果。

表 2-8 轉換結果表

可能情況	可能結果
轉換符合成本且對現狀滿意度低	順利轉換
轉換不符成本且對現狀滿意度低	可能因成本問題不轉換但會有情緒與感受上的問題
轉換符合成本但對現狀滿意度高	對不喜歡變動的老人來說沒有轉換的必要，但可能被其他正式或非正式規範干擾
轉換不符成本且對現在滿意度高	不轉換

資料來源：張桂霖、張金鶚（2010）

平衡理論涉及一個認知對象與二個態度對象之間的三角形關係。例如，用符號 P 來表示認知的主體，用符號 O 與 X 表示二個態度對象。O 與 X 稱為處於一個單元中的二個對象。認知主體 P 對構成一體的兩對象 O 與 X 的評價是帶有情緒性的，包含喜或惡、贊成或反對。通常，認知主體對單元中兩對象的態度是趨向一致的，如在婆媳關係中婆婆喜歡媳婦，則對媳婦的決定也很讚賞；不喜歡媳婦，則認為她的想法都是有問題的。為此，當認知主體對一個單元內兩對象看法一致時，其認知體系呈現平衡狀態；但當兩對象有相反看法時，就產生不平衡狀態。例如，喜歡兒子，但對他所選的老婆不贊同，不平衡的結果引起內心的不愉快和緊張，消除不平衡狀態的辦法是認同兒子選的老婆，或不再對兒子抱有期待，轉變遂產生。

2.生態觀點的生活模式

所提出的相關理念與重點為以下三部份：

(1) 適應-壓力-因應

自然界中，所有的生物為了發展和生存就必須從環境中獲取足夠的刺激與資源。同樣的，環境也會因為個體的支取和付出而變得愈趨複雜，而使整個生命體系展現出不同風貌。環境變遷，當事人的內外在資源系統不能應付而產生不平衡狀態時就會產生壓力，這壓力對每個人的影響不一，在面對壓力時也會積累不同的因應經驗，讓自己在較為困難的情境條件下能因應，以此來觀看獨居老年母親的居住議題當可探究不同人對轉換所面臨的適應壓力的因應之道。

(2) 人際關係、認同/自尊、能力

若無人際關係，人從出生後就無法生存，不論是哪一個年齡層的人，沒有良好的人際關係就容易被孤立。認同是透過環境中重要他人的觀點、角色認定、評價、以往經驗、對自己未來的展望所構成的，而能力指的是面對問題與危機是否能因應得宜。本研究的研究對象在敘說自己的人際關係也會呈現出因應能力，應可探出對居住選擇的影響。

(3) 環境

環境影響每個人的成長，性格也是經過成長才會逐步形成。而環境包含社會環境、生理環境、空間和空間行為。當人實際面對的距離大過於自己所設定的範圍時就會產生疏離感，距離過小就會覺得擁擠，非常主觀也甚為重要。

貳、生命歷程

歷程的探究分為個人和家庭兩部分，以下以生命歷程觀點與家庭生命週期來說明個人和家庭的發展歷程。

一、生命歷程觀點

生命歷程觀點與本研究欲探究的研究問題相符，故將此觀點進行重點說明：

(一) 關注重點

整理鄭凱云（2011）對生命歷程觀點的闡述，研究者自行製表 2-9 進行說明。

在研究者的實務工作經驗中常有機會發現上述狀況。例如「不只是一個人的行為以及自我的看法，還包括其所處的結構系統」，這情形在獨居女性長者身上尤甚，「獨居」的生活型態與「女性」的性別讓所處的結構意見常常凌駕個人的自由意志之上，這也是研究者認為老年母親的聲音需要被聽見的原因。

表 2-9 生命歷程觀點關注表

關注重點	說明
年齡分化	社會制度與歷史包覆下與年齡相連的階段變遷或轉換的一連串的接續
時間、脈絡、過程和意義對人類發展和家庭生命的重要性	歷史和社會的改變會對人類行為產生影響，強調從心理社會兩部分狀態探討
歷史條件與變動對個人與家庭生命發展重要性要有察覺能力	若未能察覺就無法敏感到歷史對個人的影響，易產生代溝或理解分析上的困難
分析的核心就是生命的制度性建構	制度脈絡包括家庭、學校、工作、勞動市場、教會、政府等在其中的每個人享有共同歷史，在不斷變動的社會脈絡中隨著時間與空間增加互動
在特定歷史脈絡下，個人生命歷程和社會結構相互作用的過程	特別注意個人生命歷程中階段變遷對後續歷程的影響
不是決定論	關心其所處的結構系統，這樣的邏輯表明了對人的差異與不同文化的重視與尊重
尊重人的自由選擇機制	相信人有能力改變
不會以單一角度下結論	提供政策面與服務輸送的策略與方法
從脈絡的過程的及動力的角度研究個人及家庭生命歷程改變	更能協助助人者從微視及鉅視面瞭解個人家庭的發展

資料來源：鄭凱云（2011）

（二）重要概念

蔡旻真（2011）與鄭凱云（2011）針對生命歷程的重要概念進行闡述，以下分別說明：

1. 生命週期（life cycle）：

指分明、清楚的生命階段（life stage），可應用於人群組織、社團或家庭，用來表達這些個人或團體所經歷的一連串的變遷時期。在個人常被用來描述從出生到死亡連續的生命事件，從婚姻、子女出生、子女離家、配偶死亡等，生命重複一個世代轉換到下一個世代，這樣的生命週期，主要以家庭循環著名，階段的轉換並非由年齡來定義，而是由角色來界定。相較於生命歷程概念，「生命週期」更具制式相同的生命階段。

2.生命幅度 (life span) :

應用於個人，指個體從出生至死亡的期程時間，也指與年齡密切相關的生活和特性的持續時間，與生命歷程概念比起來較不具跨越時間與空間的特性。簡單來說，生命幅度是指人存活的時間的長短，愈長壽者，生命幅度愈寬廣。

3.生命歷史(life history) :

通常指一生中事件與活動的年表，結合教育、工作、生命、家庭與居住等紀錄資料。這些紀錄資料可由有形的檔案或訪談資料中獲得，回顧生命歷史，以年齡事件為基礎，紀錄事件發生的年齡與日期，以獨特的事件與歷史分析方式，描繪展開的生命歷程，並以時間的差異來評估因果關係的影響，如結婚事件發生在不同年齡的身上，會有不同的影響，個人生命歷史發展會受到該結婚事件早或晚的影響。

4.群體 (cohorts) :

所謂的群體指的是一群生於同一歷史階段的人，他們以相同的順序及年齡在同一文化中經歷特定之社會事件，例如嬰兒潮世代。群體的大小會影響教育、工作及家庭生活的機會，而這些群體會發展出一些策略來適應他們所面臨的環境，而不同的社會化也會塑造出不同的群體樣貌(Hutchison,2005)，像是東西方國家的老人族群所面臨的環境就不盡相同，在同一時期的群體，也可能因為文化、社經地位、教育程度不同而有差異。在本研究中，群體的年齡條件設限 60 歲以上，六位研究對象生活的時代有重複有早有晚，但基本都屬同一個世代，而文化社經地位教育程度的不同也會呈現內容豐富的結果，這些都是本研究想要多加探討的地方。

5.轉變 (transitions) :

轉變指的是在生命歷程中所經歷的角色與功能變化，而這些改變都與家庭歷程有關。基本上轉變是由社會所組織的。也就是說，社會規範建構了一定順序的轉變，不同時代會定義出不同的轉變時機。例如結婚的適當時機或是中年成熟的定義，而轉變的概念像是代表了導致居住方式轉換的某個必經過程的來臨。像是家人因結婚或工作而搬離等等。

6.軌道 (trajectories) :

不同於生命歷程的「轉變」，軌道是一個人生活中長期穩定與改變的模式，通常包含多重的轉變。個人與家庭都活在多重的面向中，也就是說，我

們的生活是由不同的彼此交互的軌道所組成，其中包括居家生活、工作、學校、健康醫療軌道等，而軌道間又都是環環相扣的。

7.生活事件 (life events)：

指的是突然間的改變，可能造成永久性嚴重的傷害，發生後會引起壓力，需要時間調適，此部分類似因突發疾病或喪偶而驟然被迫的居住方式轉換，而觀點裡所提到的壓力與調適需求都是本研究重視的部分。

8.轉捩點 (turning points)：

在生命歷程的軌道中造成長期改變的生活事件稱之為轉捩點。生命歷程的觀點認為，軌道很少是順暢、可預期的，在進展的過程中很可能中斷、不連續，轉捩點往往會造成軌道的轉向。以獨居老年母親為例，再婚或再就業都會影響生命歷程角色與生活模式，而影響可能是正面的，也可能是負面的，轉捩點可能導致生活脫軌、也有可能引導生活進入常軌。而有幾種類型的生理事件可被歸類為轉捩點，包含封閉或開放機會的生活事件、對一個人的環境造成長久改變的事件、改變一個人自我概念、信念或期待的事件。當然，決定事件是否為一轉捩點與一個人對事件重要性的評價有很大的關係。例如離婚對 A 來說是造成改變的轉捩點，對 B 很可能沒有太大意義。

在一個人的生命歷程中，其所處的群體會影響生命週期的樣貌，而這些生命週期又串聯起整個生命歷程。軌道是預期要走的路，但因為發生一些重要轉捩點因此改變了軌道方向，措手不及沒有預期的生理事件也可能導致人生重大轉變而讓整個生命幅度增寬或變大進而改變了整個生命歷史。獨居老年母親因為年齡與性別等條件讓這些概念都經歷了一定時間的發展，彼此也產生關連與影響裡面的豐富、曲折與精彩將是最值得被探究之處。

(三) 重要原則

研究者以 Ferraro (2001) , Bengtson, Elder & Putney (2005)、馬慧君、張世雄 (2006)、蘇麗瓊 (2012) 之論述整理出下列 7 項原則及內涵如下：

1.生命幅度發展原則 (The Principle of life-span Development)：

強調人類發展與老化是一生的過程 (life-long processes)，而早期生命階段發展出的關係、事件和行為會影響其後續生命的關係、身分地位和福祉。有一項長期研究就指出，父母給小孩的豐富情感愛護會让其成年時擁有較高的自尊。個人的改變和延續代表生命幅度發展概念，而生命階段轉變或事件的發生也將持續影響生命，不同世代也有不同的生命經歷。換句話說，人的

一生前後關連，先前發展的事件影響後面人生，而這前後關係將延續一生。

2. 人性動能原則 (The Principle of Agency) :

強調個人的動能、計畫和努力的信念會影響生命結果。換句話說，生命歷程觀點確信個人是建構自己生命的動能者，在家庭背景、生命階段、結構性安排和歷史條件供給的機會和限制下，個人仍能做出選擇。人的動能會不顧社會力量的限制而建構自己的生命歷程 (Ferraro, 2001)，所以在歷史與社會所建構的環境與機會中，儘管個人受到時間、空間與社會網絡的侷限，仍會依照自己的偏好選擇去行動。也就是說個體有動力去追求生命中特定目標與發展，以達成個人對於生命的期許與理想，而家庭生命也具有動能，其反應在協商折衝過程，例如在決定老人的照顧方式時。

3. 時間與空間的原則 (The Principle of Time and Place) :

強調社會和歷史脈絡對個人生命的重要性。意即個體的生命歷程是受到所處生命中歷史時間與空間所形塑。不同的歷史時間與文化背景影響生命歷程的發展，像是歷史事件，戰爭、大蕭條或歷史動亂都會影響個人的心理、家庭互動和世界觀。這些歷史事件和狀況創造出可供選擇的機會或無可選擇的限制，終而影響了生命方向。在研究者的實務工作經驗中很清楚可以看見同樣時代背景的老人因有共同的回憶也較易有共同的價值觀和束縛，可在類似的反應和行為裡找出共同回憶。

4. 時機的原則 (The Principle of Timing) :

強調階段變遷的重要以及社會脈絡下個人能夠選擇的時機。個人生命階段變遷 (life transitions)、生命事件和行為模式發展的前因和後果，會因個人生命的時機點而有所不同。例如人在碰到一個符合個人或家庭生命發展階段的適當時機點，就會產生好的發展。

5. 連結關係的原則 (The Principle of Linked Lives) :

強調生命的交互牽連 (interconnectedness)，也就是說，個人生命一定會與他人的生命發生接觸與連結，特別是透過親屬連帶 (bonds of kinship) 代代相連。生命就是包覆在與他人的關係下並受到影響，隨著時間發展經由時間、空間與制度的變動與他人發生關連。舉例來說，經濟不景氣，會對家庭成員產生多重且連鎖的影響效應，如母親需外出工作貼補家用及籌措子女學費，就會改變日常家庭生活次序和關係中的權力平衡，而家中祖父母的退休計畫也可能因需協助照顧幼年孫子而改變。在人與人相互依賴的過程中，社

會歷史事件對人的影響是透過彼此共享的關係網絡來傳遞，共享的關係網絡也會因歷史事件狀況調整生命歷程，這種動態關係會透過個體延續，使不同的生命經驗與生活目標可相互配合協調。

6.異質與變異原則 (The Principle of Heterogeneity or Variability)：

結構或過程的異質性與變異性是生命歷程的重要原則。生命歷程觀點強調歷史脈絡的影響，但同代(generations)或世代(cohorts)並不是同質性的人群總合體，他們會因性別、社會階級、家庭結構、種族和宗教等面向之不同而有所差異。適應生命歷程變遷的能力會因這些因素相關的經濟狀況或文化資本(如財富、教育)或社會資本(如家庭社會支持)之不同而有所差別，多元隨年齡老化而增加，生命愈長久，這些因素影響老化過程愈大。

7.政府干預原則 (The Principle of governmental intervention)：

福利國家制度的安排對個人的生命有決定性的引導效果。德國生命歷程研究深受美國研究思潮的影響，更發展出寬廣的理論思考，也非常重視制度面對個人的影響，所以除了在社會結構的歷史情境外，也關心個人生命歷程對社會福利制度的影響。福利國家制度對個人生命歷程有形塑的效果，影響老年經濟安全甚大 (Semeeding, 2008)。楊培珊、張宏哲 (2000) 以行動研究探討台北市獨居長者照顧模式，即清楚指出政府政策有計劃的結合民間資源介入獨居老人照顧，協助獨居長者社會支持網絡的建立，對其生命歷程有相當的干預效果。

二、家庭生命週期

是一個描述生命轉變的概念，受到諸如離婚、再婚、提早退休等原本傳統年齡階段應有的表現所影響，過程也是流動的。

準備孩子報到、迎接孩子出生、養育孩子長大...是多數家庭的寫照。與兒女的關係因此成夫妻最關心、最用心的一環。家庭生命週期通常以最年長子女的年齡做為階段劃分，以其出生及成長來觀察家的改變。

(一) 子女離家前的家庭

分有新婚期、養育幼兒期、孩子學齡前後期與子女青少年期。家庭從建立屬於夫妻認同到第一個孩子的誕生直至孩子成長進入學校，開始經歷所謂的「混亂期」，而在孩子開始正式進入家庭外的社會化機構「學校」時，父母必須協助孩子建立家庭以外的關係，讓孩子在同儕的互動中學習，等到孩子長到青少年了家庭才再經歷第二次的「混亂期」，此時青少年認同對象從

對父母轉向同儕，父母需特別重視家庭內界線的彈性與親子關係的轉換。

（二）子女離家後的家庭

俗稱「發射中心期」，也稱空巢期。子女陸續因就業、工作或結婚離家，父母亦須重新協商、檢視並調整夫妻次系統，聚焦回二人關係上。

（三）中老年家庭

退休到夫婦兩人都死亡。這家庭生命週期的最後一個階段，最重要的是接受代間角色的轉變，隨著家庭生命的進展，成員的角色與功能出現替換，老一代的長者傳承智慧，也必須面對配偶或其他關係的失落，也為自身的死亡做準備。

中老年家庭佔家庭生命週期約 40% 的時光。在這後半生，兒女已長大，父母重新兩人世界的生活。本研究的研究對象的居住方式轉換與上述家庭發展週期所處的期程有極大相關，只是週期年紀沒有一定，例如有人 20 歲新婚，有人 40 歲才新婚，而家庭週期的轉換也是造成居住方式轉換的主要原因。

第參章 研究方法

研究結果的呈現方式有很多種，研究者以選擇出能讓獨居老年母親盡情表達、能呈現出其思考脈絡與轉換經驗想法、能完整記錄與呈現研究對象敘說內容的研究方法為重要準則。

本研究從獨居老年母親敘說自己人生中和居住方式轉換經驗有關的故事開始，她們在敘說故事的過程裡又重新對該事件的感受和回憶做了一次統整，也藉機看見自己對某件事情的想法和思考邏輯，甚至在過程中明白了自己堅持的理由或是執著的焦點，更有的人因此理出某種自我能接受的解答。這過程對研究者與研究對象來說都是獨一無二的經歷，也在彼此的互動中各有了新的刺激與反思。

依上所述，本章將分成六節，分別從選擇質性研究為研究設計、敘事分析為分析方法、研究者的立場、研究對象、資料收集方法、研究嚴謹度與倫理的內容進行說明。

第一節 研究方法選取

壹、選擇質性研究

本研究之研究目的在於探究研究對象居住方式轉換過程的主觀感受與思考脈絡，故關於研究對象之個別化、存在主體意識、因人而異的社會真實主觀經驗對本研究來說相形重要，所以客觀、可測量、可實驗、或永恆不變的科學真理就不在本研究關注的範圍。質性研究所具備的特性與本研究目的相符，以下分別說明：

一、深度與意義

強調了解深度，探求特殊人生經驗意義（趙碧華、朱美珍編譯，2003）。

二、重視研究過程、意義和研究的場域

專注於資料的詳盡和特性，強調以研究對象為中心，嘗試去了解當事人對人、事、物和環境所賦予的意義，接納當事人個人主觀意識的存在，並將研究結果置於社會和歷史的脈絡情境中（邱怡玟，2009）。

三、關注重點為研究對象

重點並不在驗證假設或證實理論，而是希望對該議題或問題有初步認識與理解，焦點也不在於建議可能的假設，包括不進行事前相互關係的假定、

不設定操作變項、不提出驗證假設或研究問題，而是直接依據受訪對象自身表達與陳述來做主要參考架構。

四、真切反應研究問題

發掘研究是否受到社會倫理道德文化影響以及個人的主觀解釋和認知，也期待蒐集更豐富與深入的經驗資料（Deborah & Padgett,1998.cf.,王金永等譯，2000）。

質性研究會讓研究者經歷像是一艘船航行於大海上，有時順利，有時受挫停航無法前進但最終會突破進而成功航行的狀態，此等回饋十分吸引人，但質性研究也被要求有全神貫注的態度，投入的過程讓研究者對質性研究充滿熱情、感到認同並期待經由探索的過程帶回寶貴的回饋，此與研究者進行本研究的理念和態度相同，故選擇以質性研究為本研究激發出更多寶貴的回饋。

貳、研究流程

本研究將依圖 3-1 之流程依序進行研究，圖示如下：

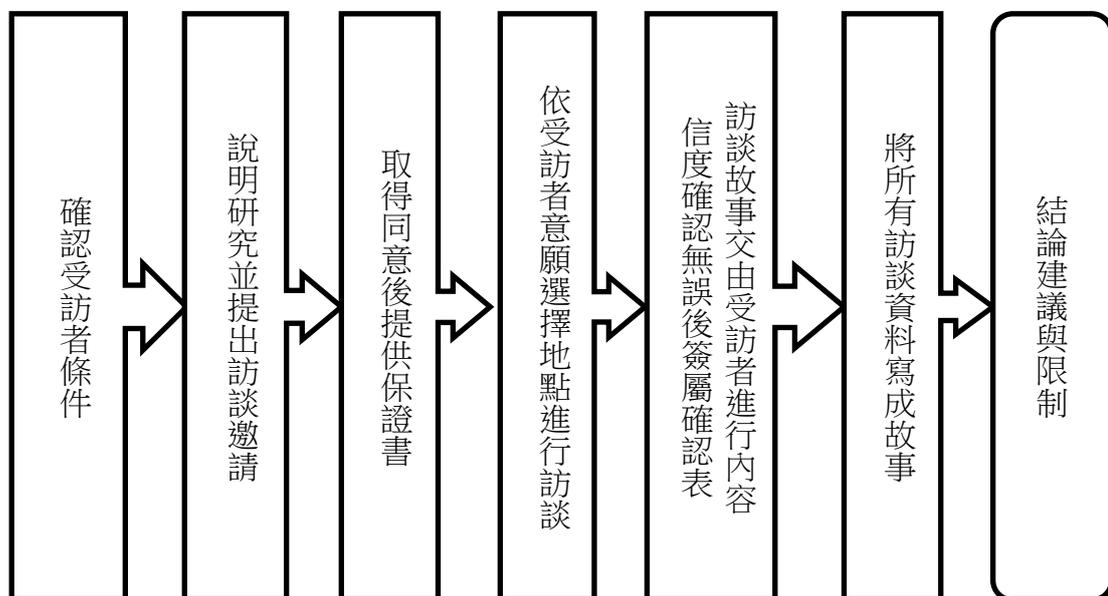


圖 3-1 研究進行流程圖

資料來源：研究者自製

第二節 敘事分析

社會科學研究者進行訪談或利用文獻所獲得的口述或文字資料大多具有敘事的性質，因此社會科學研究者有必要了解敘事（蕭阿勤，2015）。以下針對本研究選擇敘事分析的原因來進行說明。

壹、相關意義

蕭阿勤（2015）認為敘事是在傳達人們社會存在的時間經驗，以及在這種經驗過程中的認同建構。我們不只說故事，故事也在「說我們」，故事總是能自我反省並訴說著關於自身的種種。敘事不只是一種認知工具，不只是組織，它呈現對現實認識之基本方式，更構成我們存在的本身。

故此，蕭阿勤（2015）對敘事有精闢說明，研究者針對其詮釋的重點重整分述如下：

一、到處是題材

社會化過程中，與重要他人互動、在家庭成長、進入學校學習、認識社會、國族與世界、發展自我認同等，都是一篇篇故事，都可以敘述。

二、故事就是歷程

綜合來說，「故事(story)是一種以敘事方式(narration)所達成的產物」。故事就是經驗生命歷程，敘說者藉由說故事來理解自己行為，在故事中重新詮釋過去也就是在重建意義、重建自我認同去面對現在與未來。

三、藉由「說」來建構

人們會不斷將過去的生活經驗與事件融合到敘事內容當中，這種歷程就像是在「說故事」，而聽者也隨著生活經驗的鋪陳，試著了解說者的生命世界，透過「聽故事」的專注來建構說者的生命故事圖像。因此對當事人來說，經驗世界透過語言的描繪就形成有意義的存在，而閱讀者、聽者就是依循這些存在來辨認生命。

四、透露彼此的關聯

研究故事能夠幫助我們瞭解個人存在或社會運作的重要特質。人們從自己的角度理解所經歷的事物，用特殊的方式串連經驗與事件而加以情節化，在故事中夾雜對過去、現在、未來的認知或期望，無疑就在以敘事呈現自己對於時間的獨特經驗，將時間個人化，再依此建立個人時間的區域，又建構

自我的認同，將自我的過去、現在、未來連結在一起，甚至可將自我與大的社會與歷史聯繫起來，把個人小齒輪和時代大齒輪變得有關連。

五、說與不說的涵義

敘事會由當事人自己決定內容，包括哪些事情是可以說的、想說的，那些事情是不可以說的、不想說的，而那些沒有被說出口的內容，必定有其特殊意義，也會在心中留下痕跡。

六、重視整體的影響

敘事不應把經驗或事件當做單一的孤立現象來理解，不必把事件放在一個特定而孤立的範疇中來尋求其意義。敘事強調的是必須在時間與空間上，將某個事件放在與其他事件的關係中，才可辨識這個事件的意義。不過為了尋求秩序與意義，在安排清楚的事件開頭、中間、結尾的情節化過程中，敘事不是簡單地反映現實，而須選擇、重組、簡化現實。

七、重新概念化

主要牽涉到社會存在的時間經驗，以及在這些經驗過程中的認同建構。Somers & Gibson (1994) 將敘事定義為「深植在時間空間裡，由具有因果關係性質的情節化所構成的一群關係」。敘事性與時間性兩者密不可分，相互依傍，人類所經驗的時間特性一旦要用語言表達，只有藉著說故事，亦即呈現敘事性的方式，才能充分展現。

八、形式特徵

敘事或故事的基本特質是：「以具有清楚開頭、中間、結尾的序列來安排事件的一種論述的形式」。對於生活經驗或事件，有頭有尾的序列來安排陳述，使生活經驗或事件的陳述中的「情節」成為敘事中最重要的特徵。而故事若只是平鋪直敘會不吸引人，最好能再加上「情結」，例如家庭裡某些家人的恩怨是非才更有張力。「情節化」或「情節賦予」，是使生活經驗或事件的陳述具有「敘事性」的最重要關鍵。情節的賦予把經驗或事件轉變成連續故事中的一幕又一幕，使表面獨立的事件具有整體意義，才能將敘事的各部分聯繫起來，成為一個具有內在意義的整體。

九、文化概念

人們不可能脫離時間而存在，但時間卻不停的往前推移，人們可能經歷新的現在和未來，因此新的敘事理解與認同也可能在這種時間推進中逐漸浮現。在敘事的歷程與認同的建構中，人們對過去、現在與未來的感受和看法

三者彼此形塑，互相影響，彼此關係並不是固定的，主觀感受與客觀存在的界線也會變得模糊而消融，故敘事既是創造意義的重要方式也是人們建構文化的重要管道。

除上述蕭阿勤之論述，蔡敦浩、王慧蘭、劉育忠（2011）也提出敘事就是運用語言文字，將研究對象的某些生活經驗呈現為故事，研究者再從故事的詮釋中發掘意義歸納道理，甚至淬鍊出學術上或實務上過去未曾觸及的智慧結晶的過程。這些故事可以是訪問結果、觀察結果，或是當事人的獨白，也可以是從多人角度來進行的多重驗證，可以運用既存學理來引導訪問的方向，也可以放鬆研究者現有的主觀框架，任由研究對象完全從自己的觀點自由發揮。Labov 也對敘說提出具體定義，認為敘說就是一種再呈現，個人在其敘說裡建構了過去的經驗和行動，用以宣稱他們的認同以及形塑他們的生命（王勇智等譯，2003）。

關於說故事，彭懷真（2014）認為要認識自己的原生家庭和家族，的確是透過故事最容易。而誰的故事最多？通常是年紀大的人。因為故事有賴時間去累積，活得時間愈長，故事自然愈來愈多了。如果要選出家族中誰最會講故事呢？「阿嬤」當選的機率最高。所以台灣有很多很多「阿嬤的故事」。在本研究中，收集來的文本資料就是運用敘事分析將最有能力敘說故事的母親或是阿嬤受訪者對本身居住方式轉換經驗的詮釋，整理她們對轉變原因的看法與適應過程的感受和對這些經驗的理解與詮釋，並收集她們描述過程中會出現的人事物與這些人事物對她們的意義。例如在詢問「是什麼原因造成居住方式轉換」的問題時受訪者如何將這種詢問原因的問題用個人生命經驗的角度來回答，看她們如何用敘說來呈現自己生命的各種經歷建構過程，在過程中重新理解自己的過去與現在自我與家庭、工作、社會之間的關係來詮釋自己居住方式轉換的選擇。

貳、理論基礎

Riessman（1993）把這種經驗世界的再次呈現分為五個層次，來說明研究者與經驗再呈現間的關係過程，以下進行說明：

一、關注此經驗

經驗的再呈現是意識層面的活動，包含對原始經驗所產生的意念和圖像的反射回憶與重新組合的樣貌。在本研究中，「獨居」、「老年」、「母親」等

角色與身分條件都可能影響關注的方式與層次。

二、訴說此經驗

一個人如何用言語表達出事情的原委、組織和次序，而其中有無特別用意或所選擇的地點和時機有無值得探討的空間都是重點。獨居老年母親在敘述自身居住轉換經驗時，有沒有可能因為期待研究者的支持而選擇某些或忽略某些訊息？這些都會是敘事分析奧妙的地方。

三、轉錄此訴說之經驗

研究者是訪談者，直接參與在對話當中，過程還需要錄音再轉成研究資料，當中選擇甚麼要記錄？什麼要捨棄？一些語助詞、情緒性字眼或是非語言行為例如猶豫或顫抖或失神等狀態要不要詳實記錄？而記錄下來的原因是甚麼？要誠實表達與反應的重點是為何？這麼多層面的思考，拿捏之間就很像攝影師在聚焦鏡頭，也是研究者詮釋的實踐。本研究要訪談的對象為長者，訪談過程中會出現的反應與專注力恐因身心健康狀況與時段而有差異和限制，皆需要研究者的詮釋能力去真實反應與呈現。

四、分析經驗

如何全盤收錄、資料捨棄、段落切割、重點凸顯以決定資料風格，研究者想要用什麼立場經驗與理論角度切入分析都會是本研究最後呈現樣貌的重要關鍵。

五、閱讀經驗

讀者閱讀時的感受與詮釋不會都一致，不同的年齡、教育背景、同理能力以及人生經驗都會造成影響，但這也非研究者能完全想像到的範圍。但思考可能的讀者（有需要的讀者）會怎麼看文本或會從那些角度切入，是研究者進行敘事分析不能忽略的環節。而本研究會以長者、長者家屬、專業工作人員等之需求為重。

參、分析重點

胡幼慧(1996)將敘事分析進行時注意的重點進行整理，以下摘錄說明：

一、敘說結構

所謂言詞完整結構應包含摘要、場景(人地時境)、事件或行動、評價、解決方式、結尾，所以敘說結構會因為不同的研究者而有不同的變化。在本研究中，會將各種敘說時的場景、正反事件、行動、反應、情緒、評價、最

後決定等等都完整分析。

二、意義及情境之結構

通常人在詮釋一件事時不會只敘說事件本身，會包含對這些事情的看法與認定的意義。是好事?是壞事?浪漫的?可悲的?會營造他認定的調性的氛圍並取捨要敘說的內容。

三、真實性

真實性對敘事分析者有不同的意義，不是只如實證主義者在乎如何證明真實性的問題，敘事分析在乎的是敘說者為何如此建構他認為的事實，以敘說出來的事實建構來探究問題。

四、分析的訣竅

研究者在分析的過程中能逐漸發現、澄清、與確認受訪者真正要說的是什麼?而這些看見也必須依賴先前的理論視角。

五、效度與限制

因為敘事分析的重點不在故事本身正確與否，而是重在研究者是否將研究對象認為的事實正確呈現，故對敘事分析的評價標準就不會在效度與事件真實性的概念下決定，應該以研究者分析或解釋是否值得信任與否為評價標準，而這個值得與否的標準包含資料和解釋能讓研究對象接受和同意、資料與理論之間的說服力、與國際標準或社會主題能相互呼應、具有實用價值等。

此外，因為本研究欲從受訪者跟居住方式轉換有關的生命故事來達到研究目的，故以 Lieblich 等人（1998）所提出的整體-內容敘事分析模式來呈現收集到的資料，包含反覆閱讀文本資料、紀錄對受訪者最初的整體印象、決定特殊焦點與主題、標示不同主題、找出分析結論，就是要反覆閱讀收集到的資料確認意義從中找出不同脈絡再給予主題找出結論。

根據以上對敘事分析重點的說明，研究者將會把訪談收集到的文本分為研究對象所陳述的事實、研究對象對所陳述事實的解釋與認知以及研究者的解釋(二度詮釋)三部分來進行結果分析。

肆、分析步驟

一、基本資料收集

關於研究對象的基本資料瞭解如年齡、婚姻狀況、子女數，目前居住型

態等，資料的收集除有助研究者確認對方是否符合研究條件外也讓研究者有基本的認識，訪談時也有助研究者對所敘說的內容有深入的理解。

二、進行訪談

開始訪談時研究者會先說明提供給研究對象的保障，例如內容保密、可隨時暫停等訪談原則，之後就以「半結構」方式參考訪談大綱進行。訪談非以嚴格形式進行，而是非常具有彈性的提示，按照研究對象敘說的情況，隨狀況調整問題的順序與發問方式，讓研究對象安心敘說自己居住轉換歷程的生命故事。在此過程裡研究者若有不理解的地方也可提出詢問並請研究對象再予解釋或澄清。若研究對象敘說到某個階段不知如何繼續時，研究者也會參考研究大綱的內容來進行訪談，協助研究對象敘說生命故事時能順利。此外，為了文本的確實呈現，研究者會在取得研究對象的同意下進行錄音，讓研究者於訪談過程中可以先重點記錄，以便全神貫注傾聽回應發問與應對。

三、聽錄音檔撰寫故事

研究者將負責聽錄音檔謄寫故事的工作，此過程可協助研究者在撰寫研究結果時能更為掌握文本內容與進行主題歸納，也可清楚把訪談當天研究對象的相關語助詞、非語言行為、訪談環境或其他人對研究對象的影響都清楚記錄並進行分析，確保更能掌握研究之確實性。

四、描述文本

研究者會將所有研究對象的訪談結果謄寫成故事後自行反覆閱讀進行確認並將內容依訪談大綱主題與研究目的進行整理與呈現再依三角檢定的程序確認資料的可靠性。

五、進行主題歸納與編碼

將故事內容以貼近研究對象的感受與習慣用辭書寫，透過分類歸納找出其中具代表性的內容再給予主題，歸納出來的主題研究者會再進行有意義的分析說明並運用編碼分析的功能去檢閱訪談收集來的資料。本研究逐字稿文本之編碼原則為：研究對象的化名+第幾位受訪者-第幾次訪談-該段落為該訪談第幾段落，例如 Rose 為第一位受訪者的化名，只進行一次訪談，取其訪談文本的第二段話編碼方式即為 Rose1-01-02。

第三節 研究者的位置

胡幼慧（1996）認為敘事分析重點在於研究者將「生活故事和對話」的表達本身視作「研究問題」而予以剖析。也就是說，研究者不僅將所聽到的故事、說辭、對話視作社會真相，還當作是經驗的再次呈現，語言已不只是透明的傳達或反應工具而已，也是一種表達行動。若能讓受訪者用說故事的方式重新建構過往的經驗和理解，那研究者就不只是在問或在聽，而是一個積極的參與者，一起重新建構了這些改變，這樣的過程不會是一次就完成了的狀態，而是需要來回與受訪者互動並再敘說再詮釋才能漸漸找出新的意義。所以，研究者是促發敘說的居中者，需透過與研究對象相互主觀性的互動，仔細聆聽、理解然後再詮釋。於此，以下針對研究者進行研究的能力與觀看研究主題和研究對象的立場分別呈現，以說明研究者執行此研究任務的能力與立場。

壹、研究者進行研究之能力

研究者的社工生涯發展與論文發想就如圖 3-2，以下再就研究與實務經驗的累積分別說明：

一、老人服務的研究經驗

包含攻讀碩士學位時所累積的研究經驗、擔任老人服務機構主管多年，帶領與教導部門主管從事敘事研究、因執行公務而有多次擔任相關老人研究訪員之經歷，這些相關研究經驗皆能增進研究者與長者溝通之能力，有能力成為「能使受訪者用說故事的方式重新建構過往的經驗和理解，不只是在問或在聽，而是一個積極的參與者，一起重新建構了這些改變」的人，具備讓本研究順利進行的能力。

二、老人服務的實務經驗

研究者具醫院內科、公營老人服務中心社工、管理公辦民營老人中心、日間照顧服務中心與擔任集中式住宅銀髮服務中心之顧問等等的實務工作經驗，累積能夠引發研究對象較深層思考與敘說內心的答案的能力，具在短時間內與受訪者建立信任關係使受訪者對訪談感到興趣的能力。

除此，研究者在進行研究的過程中將隨時提醒與檢視自己在研究中所佔的位置。研究者的專業養成雖然能夠使研究對象願意接受研究，但也必需謹記研究對象才是主角的原則，如實將研究對象所述紀錄並進行分析，不影響和主導研究對象的答案，是非常重要的研究守則。

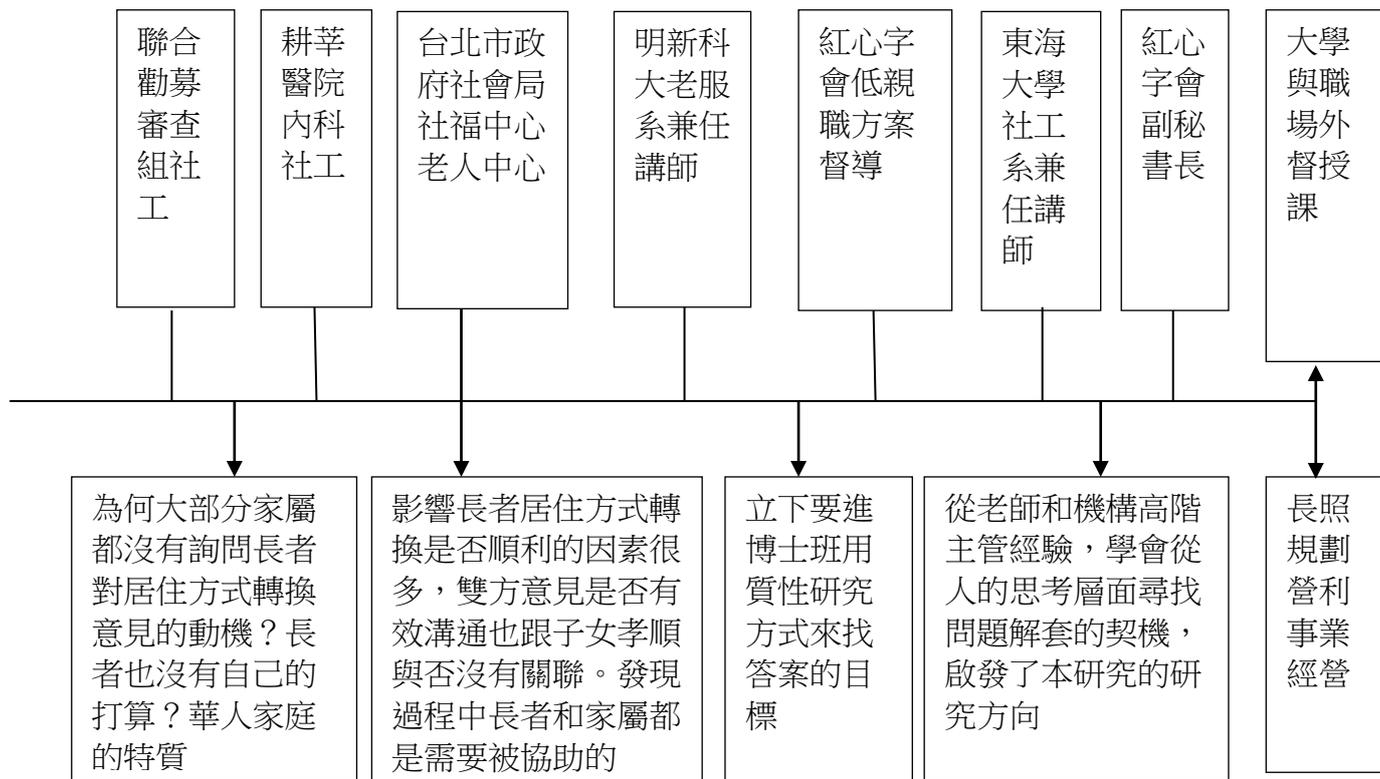


圖 3-2 研究者社工生涯發展與論文發想過程圖

資料來源：研究者自製

貳、研究者對研究主題的看法

本研究在研究緣起與研究重要性中皆有提到台灣高齡狀況與老化速度，平均餘命延長、少子化等現象對老人的影響。研究者從事老人服務工作十餘年，如何讓老人能夠老有所終一直都是研究者關心的議題。對華人長者來說，「住」是老有所終的重要條件，因此研究者特別關注跟「住」有關的議題。尤其對獨居老年母親來說，住不只是找到居所這麼簡單，她們要的是一個能讓她「安心認同」的住所。

華人家庭中，老年母親在選擇居住方式時子女家人的意見深具影響力，因為他們在意彼此的想法，也希望情感的連結和延續，這是老有所終的其中一部份。但也因為這樣，讓選擇的過程變得複雜，老人想要「住的安心」但子女只要老人「住的安全」，這之間的落差如何取得平衡會是老人與子女之間的溝通重點，但在溝通前，老人和子女家人都需要先了解老人在面臨居住

方式選擇時的思考脈絡，以便進行有效溝通，只是研究者在實務工作中發現要親子間有效溝通不是易事。這激發了研究者想要邀請獨居老年母親將腦中與心中抽象的思考藉由敘說故事表達出來，再由研究者透過文字來詮釋整理的想法。

參、研究者觀看研究對象的立場

研究者在觀看研究對象時有以下幾個角度要特別說明：

一、關於溝通

研究者與研究對象皆是透過其子女或朋友也就是所謂的「正式守門人」介紹而認識進而進行研究，研究者不僅要對研究對象實踐研究倫理，也要與正式守門人進行必要的溝通，以確保彼此都完全瞭解研究進行的步驟和方法，避免任何溝通上的誤會。

二、關於女性長者

研究者相信女性長者在居住安排上也有許多個別化需要和想法，那些對性別和對年齡的歧視不該繼續存在，她們的聲音和意見應該被聽見並且被尊重，她們也需要被支持和鼓勵參與跟自己有關的事務。

三、關於對獨居的看法

研究者認為，獨居不是一個問題，獨居只是一種居住型態，而這樣的居住型態對老年母親來說不會只有壞處而沒有好處，所以研究者在聆聽故事的時候，將更開放的去理解研究對象對自己獨居狀態的詮釋和未來安排。

四、關於高齡社會來臨的因應

全球都在為人口高齡狀況思考應對之道，但研究者認為老人身上還是有許多可以開發的人力資源，她/他們也可以成為社會發展助力而不全然只會是阻力。所以相信老人資源開發的必要性、瞭解或同理老人對議題的思考方向和內容，讓不同年齡層的人彼此能夠更能溝通合作，是研究者觀看研究對象很重要的立場。

第四節 研究對象

研究對象指的是有意願並且能對研究提供詳實資料的人或團體或組織，以下就本研究的邀請條件、選樣方式與數量進行說明。

壹、邀請條件

在界定受訪對象的年齡範圍時最常見的依據即為老人福利法中所規定的65歲。但研究者認為老人年齡具有彈性且法令規範的年紀也曾有過修改，相關研究也支持女性對自己年長與否的思考點較容易是取決於與居住方式轉變之家庭重要事件的發生(例如子女婚嫁或孫子出生)。本研究希望有更多元的情境與脈絡文本可收集，以豐富研究內容達到研究目的，故把研究對象年齡定為60歲以上。

年長獨居常帶給社會大眾孤獨與封閉的刻板印象，這樣的觀感對於獨居者、負有照顧責任的家屬缺乏公平性，但社會輿論會帶給政策制定者帶來壓力，以致於把服務或照顧的策略建構在「確保孤獨與封閉所帶給人的恐懼與失職感能夠因而消失或被減少」上。但從社工專業角度來看獨居服務，服務思維需立基在「案主自決」、「去標籤」、「如何關心但不掌控」，「了解老人的主觀感受與詮釋」上，因為，單滿足「照顧方」的需要和焦慮就已經偏頗了。為了支持這樣的理念，本研究認為獨居長者的聲音更應該被聽見，她們自主選擇的照顧方式能更被尊重。

而為了聽見研究對象真正的聲音與了解其思考脈絡，研究者認為需在研究對象還沒有因生心理限制而失去生活主導權之前收集到訪談資料，而本研究以日常生活活動能力如可自己穿脫衣服、如廁、步行、上下樓梯等與工具性日常生活活動能力如能自己烹調、外出購物活動、洗衣服、處理財務者為研究對象的生理條件。

在華人老人在居住方式轉換的過程中，子女的意見對老人是具有影響力的，因為他們大多在意彼此，也希望情感有所連結。女性平均餘命高於男性、平均守寡的歲月也多於男性，這些都是讓老年母親獨居比例高於男性的生理因素。此外，在心理因素上，從鉅視面的華人社會價值觀來探，所謂的「女主內」，讓女性在家中的時間比起男性多，母親的角色比父親能得到子女更多的認同，老年母親更有協助家務或照顧孫子女的功能，因此讓女性所謂「在

家從父、出嫁從夫、夫死從子」的家庭地位得以有機會翻轉，子女會看重母親在家中的地位而不是只看見一位要順從家庭的女性。但這樣的地位翻轉是否發揮在居住轉換需求上？還是女性在當了母親後「自我存在」的意識依然薄弱？依舊遵循家人意見、犧牲奉獻、習於壓抑？上述種種都是母親角色較易產生的人生議題，故會聚焦於此角色來進行。而在尋找 60 歲以上的受訪對象的過程中，研究者是從身邊的人脈資源來尋找符合條件且願意對本研究目的認同、具有敘說自己居住方式轉換歷程的意願與表達能力，重視自己發聲的機會，並期待此議題能藉由研究被深入發掘的長者。

貳、選樣方式與數量

研究對象需為有意願也有能力提供詳細與誠實資料的人、單位或社區組織，而在本研究中是以「人」為取樣單位。

一、選樣方式

研究者以立意取樣法 (purposeful sampling) 選取符合條件之受訪者，Neuman (王佳煌、潘中道、郭俊賢、黃瑋瑩、邱怡薇譯, 2002) 指出立意取樣是一種在特殊情況下被接受的取樣種類，是使用專家的判斷或心中特定的目的來選取個案。這種方法通常使用在質性研究，在立意中本研究對研究對象的選擇採用「深度取樣」，要找出典型或充分作為代表的受訪者 (簡春安、鄒平儀, 2004)。故本研究以立意取樣的方式來選取對象，將依取樣條件在自身人脈網絡中選取適合之受訪者。

二、選樣數量

關於訪談人數是否足夠的判斷標準, Irving Seidman (2006.c.f., 李政賢譯, 2009)。分別有以下兩點可確認。在充足度部分，是否有充足的人數，其涵蓋的場域與人員屬性範圍足以充分反應母群體的全貌，讓未被選到的人也能在其中找到連結。此外在資訊飽和度部分，就是訪談到了某個階段之後，訪談聽到的都是之前已經聽到過的資訊，再也沒有收集到新的的時候。研究者可以事先決定選取的樣本應該涵蓋那些條件與屬性，並且設定希望先訪談到的目標人數，在開始訪談後，會有一個時間點訪談者自己會覺得無法再獲得任何新的資訊，訪談開始無趣累人時就可以停止。

依據以上的說法，研究者邀請 6 位研究對象，受訪者的簡易資料如表 3-1：

表 3-1 研究對象資料表

化名	年次(年齡)	受訪時 居住地	婚姻狀況	子女數	獨居主因
Rose	35 年次(70 歲)	台北	離婚	2	小女兒成家
華定	44 年次(61 歲)	台南	喪偶	親生 1 繼子 2	孫子女回高 雄上小學
小玉	39 年次(66 歲)	嘉義	喪偶	2	兒子至外地 工作
珍	37 年次(68 歲)	南投	喪偶	2	先生過世
May	27 年次(78 歲)	台北	離婚	4	經濟問題
阿月	29 年次(76 歲)	台北	未婚(曾同 居)	3	工作轉換

資料來源：研究者自製

第五節 資料收集方法

本研究以深度訪談方式進行資料收集，從獨居老年母親本身的詮釋來理解其居住轉換歷程之經驗與故事。

壹、深度訪談

Irving Seidman (2006.c.f., 李政賢譯, 2009) 認為深度訪談的目的在於渴望去理解認識他人的生活經驗以及他們對這經驗所賦予的意義。對研究對象感興趣是訪談技術根本預設的重要關鍵。訪談提供了一種進階脈絡化意義的通路，也就是說藉由通路可進入他人行為脈絡從而瞭解意義。

楊國樞、文崇一 (2012) 指出，深度訪談指的是希望透過訪談取得一些重要因素，而這些重要因素並非單純用面對面式的訪談就能得到結果。深度訪談有別於單純訪談，其目的在於透析訪談的真正內幕、真實意涵、衝擊影響、未來發展以及解決之道。一般而言，深度訪談要比一般訪談花費更多的時間，但是其所得到的結果更具深入描述事物的本質的能力，可做為進一步分析的依據，其基本素養動力主要是來自訪談者熱切探求事實的心。因此，必須分析整個採訪的環境，包括外在環境、內在的資源等，都要研究得相當透徹。若欲進行深度訪談，首先須具備的要素是訪談者要能融入情境，但是又不能失去客觀性。

以前面所述的各項重點，研究者在進行相關訪談前會先以論文說明與訪談大綱、保證書等資料對受訪者或正式守門人也就是研究者和研究對象的介紹人，當面說明研究的目的與意義並解釋訪談大綱，在受訪者同意受訪後，再由其自行決定研究化名、訪談地點、訪談時間後再進行訪談，以期受訪者能更自在地深入敘說，引發其和居住轉換有關的生命故事，表達出真正的情感與想法。而訪談開始的時間與長短和次數會以受訪者狀況與資料飽和度為主。

本研究的訪談大綱為研究者自行設計的工具，也製作訪談大綱出處之檢核表(如附錄一)，內容會涵蓋文獻、研究者欲探討的問題等面向。訪談過程中訪談者會單獨面對面以受訪者習慣的語言進行，以求達到正確表達之原則，過程中也會儘量以語言和非語言行為鼓勵受訪者陳述，並請受訪者要站在自身立場思考與詮釋。

訪談過程雖需要錄音以確保資料收集內容不會因記憶能力而漏失，但會事先取得受訪者同意，每次訪談都會確認意願方才進行，也會進行重點的紀錄，以便與錄音內容兩相確認以求能夠深度描寫。此外若需要進行下一次訪談也會先依據前一次的訪談內容進行必要調整以確保下次能馬上進入重點，也會檢視受訪者對話內容的一致性。

貳、居住方式轉換歷程

獨居老年母親的居住方式轉換歷程內容會輔以研究者自繪之轉換歷程圖協助詮釋，以圖 3-3 來說明各項指標意涵：

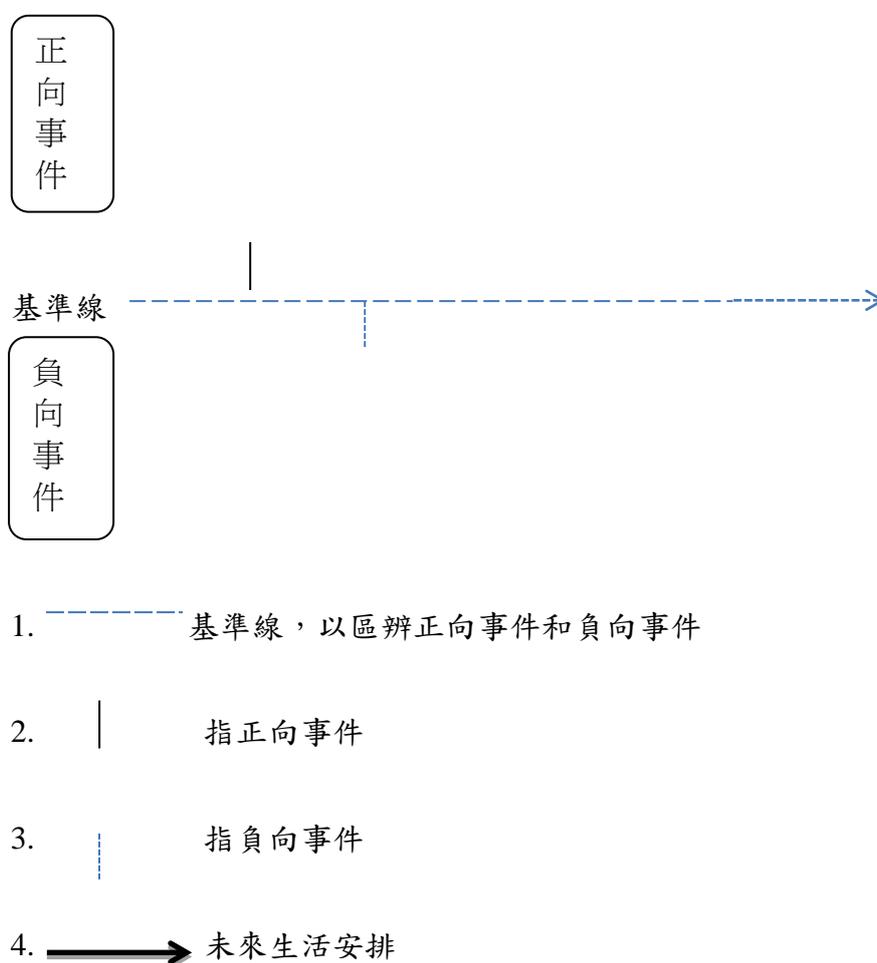


圖 3-3 居住方式轉換歷程示範圖

資料來源：研究者自製

第六節 研究嚴謹度與倫理

質性研究的精神在於探討人的主觀經驗，最重要的就是與研究品質有著密切關係的「嚴謹度」。當我們討論質性研究信度的時候，最基本的重點在於能夠清楚說明資料的來源，亦即釐清其中有哪些陳述乃是出自研究對象的說法，而哪些陳述又是來自研究者本身推敲的詮釋。研究者如何重新檢核，對於訪談及處理文本的程序的說明，都應該盡量具體而明確，以便能夠針對不同訪談者或觀察者個別的程序做法，進行對照比較(李政賢、廖志恒、林靜如譯，2007)。

壹、嚴謹度

依據上述，質性研究的信效度或嚴謹度的掌握，強調的是資料來源的可靠程度、資料蒐集過程的可信賴程度、資料的真實度、資料被轉換成文字的精確程度等，而研究者可透過完整清楚的說明資料來源、資料蒐集過程、資料檢核方式與歷程等方式，明確的交代研究資料獲取與確認之歷程，以減低資料偏誤或缺漏的可能性，提升研究資料的可信性。簡言之，研究是否值得信任為最重要的原則，其中也重視研究者的角色與位置，需要有意識的自省自覺，故以下針對可靠性、確實性、可信賴性或確認性、可轉換性以及研究者的角色進行說明如何提升本研究的嚴謹度。

一、可靠性

所謂的可靠性是指個人經驗的唯一性與重要性。如何取得可靠性的資料是過程中的重點。研究者在研究報告中清楚說明資料蒐集來源與歷程，包括受訪者的徵求、篩選、訪談方式與過程、特殊事件、資料轉騰文字稿方式、寫故事方式、分析歷程、三角校正歷程與研究參與者檢核過程。本研究讓受訪者自行選擇受訪地點與時間，每一次的訪談都會再次徵求同意或做不違反研究目的的必要調整，以求能讓受訪者在安心的環境和信任的氛圍中陳述自己的想法。研究者也會確實保留研究過程的資料以提供判斷可靠性的參考，希望藉由清楚透明的歷程說明，讓所有參閱研究的人更清楚研究資料從無到有的過程，同時也作為研究者反思之用，提升研究的可靠性。

二、確實性

質性研究資料的真切，研究結果是不是真的能夠反應研究對象的主觀經驗與文化價值觀。研究者所擬的訪談大綱首先會對原由和文獻理論出處進行

檢核(詳見附錄一)確認後，以大綱為參考進行試訪，完成後進行必要修正，確認沒有問題才正式進行訪談。在確認正式受訪者時也會再確認其意願與各種條件皆符合才建立研究關係，而研究者在謄寫訪談故事及文本分析之後，將故事交給受訪者進行檢核並簽屬內容確認表(詳見附錄四)，以確保研究者充分理解受訪者的語意，並完整的描述與分析詮釋受訪者的主觀經驗，在檢核過程中也可以刺激受訪者新的想法，藉機使研究資料更加豐富。

三、可信賴性或確認性

主要強調研究者能在研究過程中排除偏見、維持中立，結果要是訪談的結果而不是研究者的偏差所形成的。本研究會注意包括訪談中對受訪者的印象、非語言現象、發生的特殊事件都儘可能逐一記錄，作為補足研究資料之用，同時也提供給研究者、受訪者做為資料檢核。此外，研究者也欲運用研究者三角檢測法(Investigator Triangulations)也就是請受訪者檢視外會另找一位對敘事分析了解的講師來參與文本分析正確性的確認，再加上用理論三角檢定法以不同觀點去詮釋收集來的資料，藉此提升研究資料的完整與真實程度(Denzin & Lincoln, 2005)。

四、可轉換性

指研究者將受訪對象在原始資料中所呈現的感受與經驗能確實真切的轉換成文字，陳述的意思也到位，並可運用在其他具備同樣條件的個案上，所以前面才會提到需要徵求受訪者同意錄音，事後還會請受訪者針對整理出來的文本進行確認，就是希望能達到可轉換性。

貳、倫理考量

倫理(ethics)一詞在韋氏字典中的界定為「符合某一專業/群體的行為標準」，所謂的倫理是該群體成員間在某時段的共識，所以從事社會科學研究，需了解所屬學術群體對知識探索的看法，探索人類行為現象的目的是崇高的，但取得知識的過程不能不擇手段，研究自由與被研究者的權益保障要兩全(余漢儀, 2006)，遵守研究倫理是重要觀念，需時時檢視並奉為圭臬。

尤其是質性研究，研究倫理更為重要，質性研究是研究者帶著局內人的觀點，與研究對象產生密切互動的關係。研究者在進行資料蒐集的過程，往往會因為研究的需要及研究者身分的關係，有機會深入研究對象的生活領域，深入了解研究對象的生活經驗與內在世界。因此，在研究過程中總是潛藏著許多的不確定性的危險及不可避免的傷害(潘淑滿, 2003)。然而，進行研

究的人卻可能會因為熱衷於研究的進行，而看不到其中潛藏的問題，這情形在任意的研究過程都可能會產生，需要非常小心，尤其是社會工作專業的研究，在尋找研究對象時常需要靠彼此的熟悉度與信任感才有可能同意，這樣的關係能載舟亦能覆舟，需十分謹慎。

不過倫理兩難的情境很難避免，只能發揮敏感度在研究的過程中確認並檢查研究對研究對象的影響。因此，本研究遵照以上倫理原則以下列工具或原則進行研究：

一、取樣的倫理

在最初想要研究此題目時，研究者本想從政府列冊的名單中選取，但考量研究者為機構主管，這樣的邀請很難去除利益衝突之類的倫理議題，加上列冊名單取得也有許多倫理考驗，故研究者借助無遠弗界的網路，將自己的聯絡方式與研究主題、研究目的傳達給身邊人脈了解，徵求有意願的潛在受訪者，研究者再積極確認與說明並進行邀請動作。因為這樣的過程，讓潛在的研究對象能夠站在出於對研究题目的興趣和有討論意願的前提才答應受訪，而不用因為研究者本身的主管角色權威或握有受訪者所需資源才勉為答應。

二、邀請函（詳見附錄二）

於口頭邀請受訪者的同時附上書面之邀請函與進行研究說明，讓受訪者能更為清楚並有時間仔細思考接受訪談的意願，並誠心接納受訪者在閱讀完相關文件後所提出的建議並作適度修正。

三、保證書（詳見附錄三）

通常一般研究較常使用同意書來讓潛在研究對象可以在充分了解研究目的的情形下選擇同意或拒絕。但畢恆達（2006）在論述同意書的用處時曾闡述謝世忠（1987）提過自己從事原住民運動研究的經驗，認為給受訪者保證書，內容保證受訪者的權益會受到尊重，保證資料的保密、也保證研究者會對一切始料未及的各種後果負起責任，讓受訪者保存並可隨時據此向研究者提出各種質疑。謝世忠認為，讓受訪者簽同意書代表簽名者要對訪談負責，這對受訪者並不公平，而保證書是由研究者負責，意義不同。在本研究中，研究者也希望秉持這樣的倫理精神，運用主動提供保證書給受訪者的心意，讓受訪者免除要同意的壓力，在儘量輕鬆舒服的心理狀態中得到知無不言後隱私資料會被保密的承諾。而保證書內一樣可以說明同意書中所該說明的內

容，包含研究者資料（姓名、連絡電話、就讀校系等）、研究參與者的權益（保留回答的權利、中途撤銷的權利、有任何不舒服不愉快的感受都可暫停或取消等）、參與者的隱私與保密方式、資料處理方式（錄音檔、故事、論文報告等）等，這是研究中身為既得利益者的研究者希望充分表達的誠意。

四、隱私與保密

畢恆達（2006）在說明隱私權和保密時闡述了許多重要的意義與提醒，其提到隱私權涉及的對象是人，個人可以控制他人獲得訊息的機會。而保密指涉的對象是資料，是指研究者如何處理資料以把關其他人獲得訊息的機會，如果保有隱私權是受訪者的權利，當她決定不告知隱私的訊息時，研究者需要做的不是加強其保護而是解除其防衛。本研究進行的是質性研究，訪談內容本來就免不了會收集到受訪者的隱私，所以才需要讓受訪者同意並有研究者提供的相關保證，這些做法都是希望讓受訪者在信任研究以及研究者的狀況下能解除防衛，願意暢所欲言。

除此之外，隱私就是屬於私人領域中不可以或不願意被公開的資訊，不論是哪一種資料，只要受訪者不願意被公開就需要被尊重，就算會影響到研究的信效度，研究者也只能更換受訪者而不能任意侵犯受訪者的權利。在本研究進行試訪時，就遇到上述狀況，受訪者在訪談中透露關於前夫的個性或是兩人在婚姻中的溝通問題之相關訊息受訪者是不願意被公開的，研究者在與受訪者確認後將不願意公開的敘說刪除，即是為了尊重受訪者與嚴守此研究倫理。

五、潛在的傷害與風險

質性研究本身可能遭遇狂風巨浪（生氣的受訪者或持反對立場的人），也可能一帆風順（密集而快樂地訪問以及引人入勝的主題）。在研究資料蒐集的過程中，無法避免發生一些意外事件導致受訪者受到潛在傷害，例如訪談內容使受訪者者回想起過去痛苦的經驗因而情緒低落，或是擔心自己的言論或想法會傷及家人，此時就算時間緊迫，研究者也要暫停訪談工作，重視當下受訪者的需要，可能是暫時讓受訪者安靜休息，也可能需要研究者提供適度的支持幫忙，待受訪者情緒恢復並同意繼續訪談後才能再進行訪談工作。總之過程中研究者不能勉強受訪者談論不想談論的內容，也不能因個人好奇心而探問與研究目的不相關之私人問題。研究者在訪談過程中需注意小心用詞，並提醒受訪者擁有拒答的權利，使受訪者可以在自由意識下選擇回答內容的深度與廣度。

訪談過程中也實際發現受訪者在提及家人的負面個性或行為時會出現行為矛盾。例如在敘說的過程為證明提供訊息的真實性而主動提供很多資料，但又會要求研究者不要撰寫入研究中。研究者觀察到這之中的衝突，也就需要給予安撫與協助再澄清或是鼓勵受訪者想說再說，也提醒受訪者對文本內容有再確認的機會。此外，研究者也會嘗試與受訪者溝通找出一個較能讓受訪者接受又可以呈現事實的陳述方式來進行必要文本的保留討論，但最後決定權還是在受訪者手上。

六、平等互惠的關係

在研究過程中，研究者與受訪者為平等的關係，研究者不可對受訪者施加任何壓力或權力脅迫，在訪談的過程中也是以互為主體性之原則進行對話，參與者有權利知道一切與研究相關的歷程，也有權利拒絕參與以及修正文本資料，即使參與者中途撤銷約定、不願參與研究，也不需要承受任何懲罰或責難。在本研究中，研究者與研究對象之間並沒有職務上或任何利益上的關係，可完全免除職位權利之間的顧慮。此外，研究者也會思考在研究過程中受訪者可以平等獲取的利益為何？例如於研究過程中激發研究對象感受與思考自己未來人生關於居住轉換或與子女互動之間相關議題、成長改變或自我覺察等，這都是研究者須細心關心的道德倫理。

七、誠實的呈現研究發現

研究者應忠於研究資料所呈現的內容，不可因自身利益製造掩蓋、捏造、扭曲原始的研究資料，對於研究資料的不同想法與意見可以透過研究後記或與教授討論的方式來表達思考的過程，對於研究資料應秉持誠實之原則，最重要的是對於受訪者的珍惜與尊重，研究者對於研究倫理的遵守不應只停留在原則上，原則僅是倫理考量的最低限度，研究者將以最真誠的態度尊重與關心研究對象，增加其在研究中可能的收穫，並避免可能發生的傷害。

但不可諱言是，研究者運用了自身人脈的協助，人脈關係中還是具有「鼓吹」的動力，不過研究者已一再表示會尊重受訪者個人的意願，也會請居中介紹的人脈務必尊重潛在受訪者的意願，已儘量避免勉強之情事發生，加上研究者與受訪者之間實無實質利害關係，已經把倫理顧慮降到最低，也已儘量確保受訪者在意願充足的狀況下愉快受訪。

第肆章 研究發現

研究始於想要瞭解生命故事的期待，而期待的背後也都藏著研究者自己和這個課題有關的生命經歷，本章將分成兩節來呈現這些。第一節分享研究者找故事的動力、第二節陳述故事並分析影響和進行研究者實務經驗對照。

第一節 故事的尋找與啟發

固定抽空探視好友獨居媽媽的習慣已經維持好些年了，甚至在連續陰雨天時還會走探得更勤些，因為總是擔心老人家的心情會隨天氣變化起伏，也掛念她獨自生活難免會有的負向感受因天氣氛圍流動得更為強烈。

好友和媽媽之間因為一些誤會已經疏離許久，這些年來兩人連同桌吃飯次數都少得可憐。我是這家人的好友，又是個社工人，不是看不出兩人疏離關係下對彼此的掛念。但關係多年未曾破冰，匆匆光陰也不會停頓，老人家的日漸衰弱與越發明顯的照顧需求，並不會因為母女關係疏離就自動消弭、反而成了生活中終究會爆開的一顆炸彈。

關於照顧，精神科醫師鄧惠文曾於2011年4月12日播出的某談話性節目裡針對「照顧需求產生時東西方反應差異」進行分析。她說：「西方人若生病了，至少有5成以上的人會趕快自己思考照顧計畫的安排。但大部分華人都會期待和要求另一半或家人要對自己不離不棄，要負起安排規劃的責任，就算這樣的期待會讓照顧者負荷過重，華人家庭的利他精神也會用家族力量要求某個家人擔任照顧者或是某個家人自己就會跳出來扛起照顧責任」（〈請你停止情緒勒索我〉，2011）。

除此，當老人的照顧需求產生時，因應照顧所需要進行的居住轉換過程不會因為和子女的血緣親情或情感緊密程度就能影響處理的速度。以朋友和媽媽的狀況為例，隨著獨居母親更為年老，照顧方式的決定越發不能逃避，到時要面臨的，就是和母親必須達成居住轉換的共識，這對關係冰凍的兩人來說，會造成一個不小的危機，但也可能是兩人關係的轉機，這之中影響的關鍵點就來自兩人的母女親情與是否能有效溝通。

說到親情，自小聽長輩提醒婚姻和生育對老年生活保障的重要性，尤其強調女人需要婚姻，丈夫和子女可讓女人老年生活有所依靠和保障。這些從小被耳提面命的價值在研究者從事老人服務的歷程中其實被消磨不少，因為體會到「子孫

滿堂」和「孤獨與否」之間其實並沒有一定關聯。有婚姻子女不保證一個人不會孤獨，有婚姻子女也可以選擇獨居，獨居也可能是女性長輩做自己的開始，雖然社會中也不乏因為沒有家人或朋友而被迫獨居的老人。各種居住選擇都有其個人的思考脈絡和行為邏輯或支持資源，這些所謂的脈絡、邏輯和資源，都可以從生命故事中探知。

最終，朋友和母親的糾結關係提醒了我對自己老年生活的思考。直接間接服務過這麼多獨居長輩，聽到的獨居原因多傾向於「結果論」，但我相信這不是關鍵，人生過程居住方式轉換所養成的居住習慣與認知才是影響老年時居住方式選擇與適應順利與否的重點。當我想像著自己老年時會「一個人住」？「跟伴侶同住」？「跟家人同住」？「跟朋友同住」？還是「跟很多不同地方來的人同住」？最終會因為甚麼理由抉擇出自己的老年居住方式？甚麼空間和氛圍才能讓我覺得有安全感和歸屬感？居住方式的選擇權如何掌握在自己的手上？如何避免身不由己？這些問題的答案都牽引著我對老年生活選擇與關注的重點，也影響著我規劃老人服務工作時的方向。

所以研究者認為，要談「選擇」，不能只看結果，要進入「過程」才能探究脈絡。聽聽幾位獨居的老年母親對自己人生經驗中居住轉換和抉擇過程回憶的詮釋，並進一步探究經驗如何影響她們在居住方式上的選擇，將是從「過程」了解「結果」的好方法。擁有婚姻或情感對象和子女的她們，經歷的居住轉換會更為多元，但相對也會有更多選擇上要考慮和權衡的因素，這些都必然讓故事內容豐富。

故事裡的母親現在都獨居，她們有的經濟無虞子女孝順、有的經濟拮据與子女存有心結、有的仍活躍工作自給自足與子女不常聯絡。她們和家人的關係各有親疏不同，對未來也有不同的期盼和想像，目前居住狀況與各種人際關係仍在影響她們對未來居住方式選擇與安排的考量。

而我這個聽故事的人，在旁邊聽著看著發現不是每一個母親都明白自己一路走來如此選擇的緣由和對自己未來的影響，有的還在敘說過程中發現自己說的話前後出現矛盾，會很害羞的笑笑表示不好意思。但我明白這就是母親們此刻想要表達的，所以自然而然的就說出了某個連她自己都不常想到或不知道的想法，而這些，就是研究者真正想要收集到的文本。

第二節 故事的影響與對照

六個故事裡各有其重要的人生「課題」，每一個故事的敘說都可以看見「課題」對未來出現居住轉換需求時思考的影響，也進一步和研究者的實務經驗進行對比與分析。

壹、關於「聽話」的人生故事~華定阿姨

女人到了這個年紀後就不需要再找個男的來「貼纏」，有好朋友一起住比較好，華定的媳婦都很羨慕，也想要有一個能相互照顧一起同住不會覺得不自在的好朋友。而華定也真的已經和認識很久的好友約定，以後購卡老時就要鬥陣住。

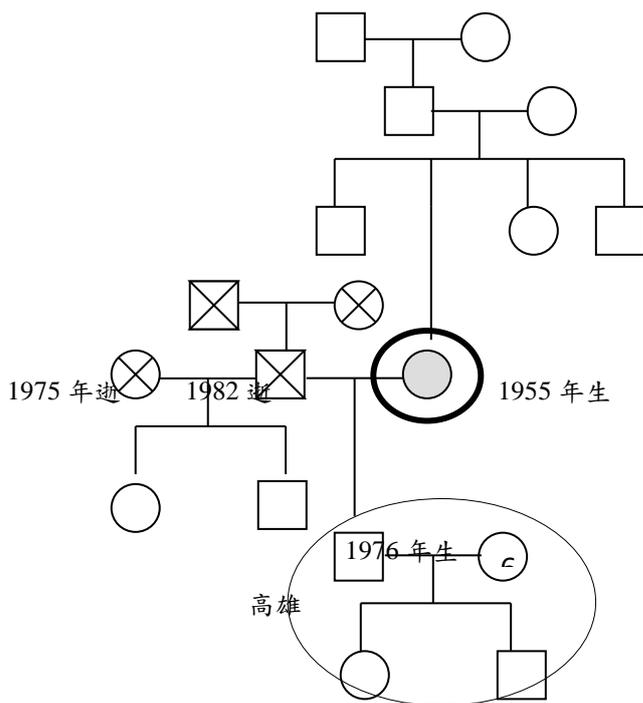


圖 4-1 華定阿姨家系圖

在社區從事老人服務工作時，發現許多獨居女性長者都不想和鄰居過度熟識，一來怕招致過多關注，二來也不想被同情。像華定這樣與鄰居熟識、積極交友、持續工作的女性長者並不多。更特別的是，她預先為自己未來的生活找好自己選擇的家人，一步一步的建構著自己心中想要的老年居住方式。

華定家是間位在鄉里主要幹道巷內的三層樓透天厝，主要幹道上有鄉公所、派出所、衛生所、小雜貨店、肉菜攤聚集，生活機能強，也是她主要的生活圈。透天厝的一樓有客廳、主臥室、廚房和餐廳；二樓是兒、媳、孫回家時可住的客房與整齊擺放各式衣物的更衣室；三樓有可遠眺山上老家的陽台、雜物間和供奉先生牌位的神明廳。家門口放置工作工具和採收回來需整理的農物，庭院大小約可停一台車子。

這個家的客廳很特別，櫃子、牆上有各式自製手工藝品擺設突顯個人特色。不常上鎖的客廳大門透露出這空間是朋友鄰居常自由進出聚會聊天說地的地方。就算朋友沒有來訪，華定也常常在客廳藉由電話給予或接受朋友們的關心。在我和她相處的一上午，關心問候她身體或生活近況的電話就有三通，整個客廳充滿著貼心與溫暖氛圍。

華定身體健康硬朗，沒有任何慢性疾病。在離家約兩公里外有個自己的菜園，菜園裡高麗菜、萵苣、白菜、大頭菜、青花菜、青椒、馬鈴薯、豆子、韭菜、玉米等作物種類豐富得很，這些農作物可以是她的生財工具也可以是用來敦親睦鄰的禮物，農物也是她生活成就感的來源。除了工作，她也常登高一呼就找齊一台遊覽車的人數共同出遊，也和朋友一起加入老人會館辦的唱歌班和敲鑼班，生活十分多采多姿。

這樣積極樂觀活躍有生產力的女性出生在還需要「保護養女運動委員會」這類組織的年代。那時大多家庭生活都清苦，一般老百姓生活水平連小康都談不上。鄉村大半人家都養著家禽家畜，沒有洗衣機，媽媽姐姐們都在河邊洗衣服，學校教室的外牆會有「愛國家好國民，反攻大陸」之類的標語。

高雄旗山是她的出生地，小學五年級結束前都是跟阿公阿嬤鬥陣住，她的媽媽因為忙頭路所以大多獨自住在杉林鄉²山上的山寮，空間約莫是可讓小家庭住的大小。華定求學時除了功課很好個性也乖巧，學校老師都很疼愛她，這讓她從小就相信「乖就得人疼」的定律。

華定在小學六年級時與弟弟妹妹一起搬去和媽媽住(哥哥開始入社會工作)，完成國小學業後就進入職場，開始逐工作而居。那些年她做過「合板³」和「食品工廠」的作業員。當時同住的人數與宿舍環境狀況不一定，她記不是很清楚，只記得工作很辛苦，回到宿舍倒頭就睡，沒有時間想太多，更別提甚麼娛樂或是和朋友出去玩。但這麼辛苦工作賺錢，華定還是有被爸爸誤會不認真工作並在工廠宿舍對她拳打腳踢的悲傷經驗。(說到這段回憶時訪談才進行約莫八分鐘，這

²2010年改為杉林區

³一種工地工作的名稱

是她語氣哽咽眼眶含淚的開始)。雖然爸爸本來就曾打他們，但這次因為生病休息還被爸爸毆打的經驗讓她難以忘懷，所以那時的華定常會問自己是不是還不夠聽話？爸爸為何會對她動手？已經把每個月所得都盡數交給爸爸，為何還是沒能得到爸爸的疼愛？這些疑問，她到現在都還是沒有答案。

印象中爸爸常不在家，從大人那聽來的原因是「他在外面養查某⁴」。爸爸不疼媽媽，就算難得到媽媽工作的山寮，稍不如意還會對媽媽拳打腳踢。所以媽媽常會和華定說：「如果有一天媽媽死了，一定就是被妳爸爸打死的」。在華定的印象裡，爸爸打媽媽時，他們都只能躲在門後，因為當時還「細漢」的他們，沒有能力保護媽媽，年少累積的無奈和害怕到現在多少都還殘留心中難以散去。

因為對爸爸是這樣的印象，所以長大後的華定找工作時就儘量不讓爸爸知道確切地點。她曾到過台北萬華區求職，但過不了兩個月就又搬回去高雄加工區，這樣的遷移經驗讓一向強調自己是乖乖牌的她談起時還津津樂道，她說這股勇氣的實踐代表著爸爸不再能夠掌控她的工作所得。但當我反問華定：「這樣一來不就得一直搬家？」她笑笑地說：「那有搬家？不需要搬，因為沒家可搬，所有的家當只有自己和『幾件裳』遷來遷去而已」。那時的她認為自己是沒有家的，漂流移動對她來說反而是一種對抗權威改變生活的機會，所有的無奈和害怕以及對爸爸的憤怒彷彿也因為這樣的反抗而得到安慰和紓解。

華定持續以在外地工作但地點不曝光的方式躲著爸爸，連婚後回家偷看媽媽和阿公阿嬤都是趁著爸爸不在家時進行，回想起那時對爸爸的懼怕，對照起兩人現在偶爾會見個面的聯繫，心裡還是感到唏噓的！

和父親的關係疏離，但家庭的價值觀和父母的要求依舊左右她人生的選擇。她認為交友和婚姻都要聽父母安排，這觀念就像鐵律般的規範了華定的自主意識，最終她的婚姻還是由媽媽決定，讓她在 21 歲時嫁給 32 歲喪偶一年並留有一個 5 歲的女兒和 3 歲的兒子的先生，而且華定還是到了洞房花燭夜時才真正看清楚先生的長相。

自己年初嫁人，年尾就生了兒子。當初先生也是為了兩個與前妻生的小孩需要人照顧才想要找一個「款內底的」⁵，這是華定早有心理準備的挑戰，也覺得既然嫁了就不能怕辛苦。那時白天她跟先生一起外出工作，公公會負責照顧小孩，三代同住在山上三合院式的房子裡，不過華定除了要幫忙 3 甲多農地的農務還要負責家務，其實生活過得十分辛苦，但有先生疼愛和可愛小孩的日子還是讓她覺得滿足。

⁴ 養小老婆

⁵ 台語「找一個處理家務、照顧家庭的人，也泛指妻子」

只是好景不常，在先生 39 歲，她才 27 歲時先生就往生了(這是華定第二次飆淚)。關於先生過世的原因，華定說表面是因為剪芒果鬚⁶不小心摔落地面而亡，但真相是先生為了替她擋公公棍子已經先受了傷，所以才會在工作時不舒服跌落地面。想起先生對她的好，她哽咽地說著先生在她坐月子時還會幫忙洗衣服，但兩人緣淺，華定也因此開始過著單親的生活。

提起先生的好，就會連帶憶起與公公相處時的委屈。公公在先生還在世的時候就會欺負和騷擾她，像是拿會讓人發癢的葉子撒在床鋪上讓她睡後全身發癢、任意謾罵、拿磚塊或椅子丟她。(華定 哽咽的說，講到這些苦情真的覺得自己很可憐)，甚至在先生過世後，公公還把家中的神明廳鎖住不讓華定和孩子進入祭拜，讓當時的她只能跪在護鎮⁷外告知先生情況。諸如此類的刁難在先生過世後持續上演，她只好無奈的選在先生對年⁸時帶子女們離開山上另外建立屬於自己的家。但她在心中和先生約定，要先生跟著她到新的住所，她也會永遠祭拜他。

華定離開公公家時兒子只有 9 歲，兩人先租了個小房子，再靠每天打零工努力存錢請做建築的同事幫忙蓋了現居，到現在也住了 20 幾年。她邊摸著客廳牆壁邊說這房子的建造歷史，表示建造過程都是自己監工選料和設計的，連兒子都沒有參與意見，建築材料也都用得比一般房子還要好。更幸運的是當時的同事朋友都願意跟她起的會讓她能籌錢把房子蓋到第三層。華定笑著說：「蓋這房子搞到都沒有錢了啊，但現在自己有房子，有兒媳孫就夠了，沒錢沒關係啊！」

因為擁有靠自己雙手打拼出一間房子的成功經驗，加上算命先生曾跟她說：「妳年輕時會比較辛苦，沒有老公可以靠需要靠自己，但差不多 50 多歲後以後就會好了」，這讓住在鄉下年紀漸長的她保持活躍生活的態度。她從來都不愁沒工作做，而且不同季節還會有不同的活來預定她的工時。她的人生哲學是：「人說走一步算一步、呷一歲算一歲、到係勒時拿那勒棋，麥想那麼多，不然這樣很難過日」。「以後若呷老ㄟ時陣，囡仔那麥甲我帶去就甲我帶去，阿那沒我就麥住這」。所以現在的華定對於兒子媳婦提出到高雄同住的邀請其實不常接受，就算是孫子出面邀請，她也住沒兩天就會回自己家，家人都對她沒辦法。華定很了解自己不喜歡住在白天大家出門，自己就沒伴了的高雄兒子家，在台南的家裡生活可以有許多選擇。華定很驕傲地說為了能夠獨立生活，她做了很多預備，像當初刻意把主臥房間規劃在 1 樓，房間大到同齡好朋友來同住也絕無上下樓的問題。所以她打定主意除非自己「不能煮不能吃」而「兒子又有主動開口邀請」才會答

⁶ 芒果鬚減掉才能把果實用果袋包起來

⁷ 門檻

⁸ 過世周年

應去兒子家長住。

這樣積極有自己想法的華定在交友觀上也很有自己想法。她說女人有適合的對象就應該趕快結婚，但如果沒有就不要結了，不用害怕自己一個人，只要身體顧好、有老本，可以每天自己安排生活，這樣就能生活得很快樂。自己有工作做就用心做，照顧好自己身體，可以自己來自己來，儘量不要麻煩到囡仔，體諒兒孫的辛苦，這樣生活就很好過了。

尤其女人到了這把年紀就不需要再找個男的來「貼纏⁹」，有好朋友一起住比較好，她說連媳婦都會很羨慕她，也想要有能這樣相互照顧可以一起住的好朋友。她也已經和一個認識很久叫阿南的朋友約定好，以後呷老時就要鬥陣住。這朋友現在和自己媳婦兒子同住在附近，和華定同年喪夫，只比她大一歲，彼此家人都認識，兩人現在已經有甚麼好東西都彼此分享，也偶爾會同住幾天，嘗試互相照顧的生活，對往後互助的生活都已經很期盼。

提及阿南，華定也帶我去見了她這位超級好朋友。阿南比起華定顯得文靜些，但看到我時最感興趣的話題依舊是「結婚了沒？怎麼不結婚」？我笑著問阿南是否要勸我趕進度？她卻說恰恰相反，她覺得沒結婚正好，感情麻煩，結婚更麻煩。我開玩笑地和她說，我看我搬來跟妳們住好了，妳們好支持我，我爸媽都怕我以後一個人沒有照顧，華定和阿南馬上說：「那就學我們找好朋友同住彼此照顧就好啊」，看著她們的笑容和堅定的眼神，我更看好這樣的安排有實現的機會也可能成為長者居住選擇的示範。

最後華定又帶我回到她的家，她開心又驕傲細訴她的每個房間的故事，最後來到可以遠眺山上家的陽台邊停駐，我們兩人靜靜看著遠方，時間也彷彿暫止，我猜想此刻她心中應該有無限感慨吧！我也默默向上天許願，期盼小時候就受過那麼多考驗的華定能一直健康快樂，能有更多的老人家像她一樣被兒媳尊重疼愛、可以過著自己想要過的生活與實現自己想要的居住方式，永遠這麼活潑可愛。

離開華定和阿南許久，我依舊難以忘懷她們對自己未來生活安排篤定和充滿信心的神情。好朋友同住彼此扶持也是在地老化的實現。只是兩人年紀相仿，其中有一人或同時兩人身心有了變化而無法再同住，另一人的失落感與被剝奪感一樣有需要調適的問題，一樣得承擔陪伴者消失的風險。但誰又能永遠陪伴誰呢？加上我們對朋友和對另一半的要求不同，期待不同，或許更能對共同生活中各種適應上的挑戰較能釋懷和接受。

⁹ 意指糾纏

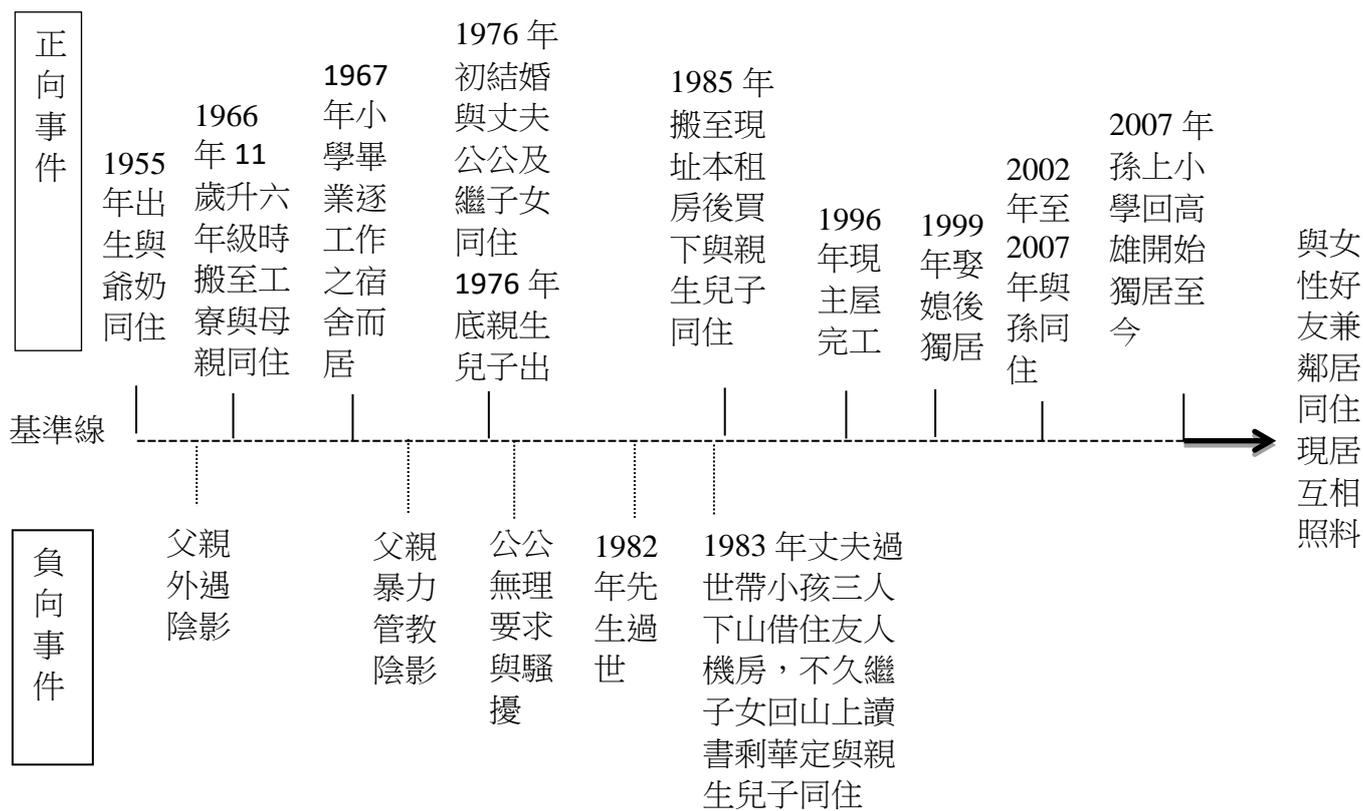


圖 4-2 華定阿姨居住轉換歷程圖

一、居住方式轉換歷程對其老年生活居住安排的影響

華定有被家暴與類單親的童年生活，父親的角色不是缺席就是暴力，但她始終認定當乖孩子的價值，努力工作滿足父親要求、聽話接受母親認可的婚姻。這些都讓華定年輕時的居住選擇較為依附(依附母親、工作、丈夫)而缺乏自我意識的表達。婚後，公公有著與父親類似的暴力行為，也因此讓華定年紀輕輕就守寡，她在失去所有依附的同時，也開始體會自己正處於需要為母則強，抵抗父權威脅的人生關鍵，這危機促使她決定靠自己的力量生活，而有自己的房子讓居住穩定就是她人生化危機為轉機的重要一步。

現在的華定，帶著在居住方式轉換上的成功經驗勇敢追尋自己的人生夢想。她積極工作、交友和學習。在她的身上看不到中高齡失業、感受不到撤離理論中所提到的身心日漸衰竭，從現存社會角色人際關係及價值體系中慢慢脫離的狀態。她實踐行動力提早籌劃並始終勇於表達自己對未來居住模式的想法。不想倚賴任何人的準備好實現夢想的條件與籌碼。更可貴的是，這樣正向積極的獨居老年母親不是住在資源相對充沛的城市，而是生活在資源相對短缺的鄉村，而她的居住轉換歷程和人格特質應是培養出如此令人敬佩的生活智慧的重要原因之一。

二、故事與研究者老人服務經歷的對照

在老人服務中心擔任社工時，有機會近距離從情境外看長者對自己居住方式選擇的思慮過程。男性長者到了老年時對家人的依附愈發強烈，女性長者卻恰好相反。這除了和女性長者理解照顧壓力，人都需要喘息空間有關，也跟她們想要在為家庭付出青春時光後再次找回自我人生有關。只不過想歸想，真的能付諸行動從自我需求角度思考的女性長者畢竟還是少數。

華定的故事讓我看到了一個實踐，一個從小順從、無法選擇自己命運的小女孩是如何一步步把失去依靠的危機化為自己人生的轉機，不僅將之實現在相對保守的生活圈還發揮自我影響力吸引朋友一起來圓夢。華定將老年生活過得精采自在，她所散發出來出來的光芒與能量一點都不輸給年輕人，甚至可以成為許多年輕人的模範。

貳、關於「執著」的人生故事~小玉阿姨

小玉對兒女的照顧一直十分全面，尤其是對兒子，這讓她和兒子兩人的感情很緊密，但媽媽越投入，兒子就越隨興，也對交友結婚不積極。兒子可能是覺得不用再多一個女人來照顧自己，而媽媽凡事謹慎與兒子較為自由自在的個性在生活上也互補，兒子對媽媽也依賴，造就了現在的相處模式。

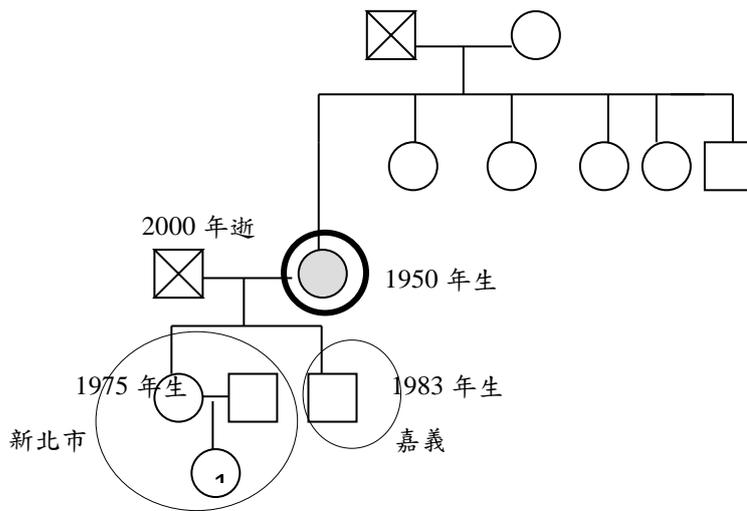


圖 4-3 小玉阿姨家系圖

近十二月的天氣難得晴朗，出火車站時，冬陽灑在身上甚是溫暖。本想趁等待時間找個舒適角落閉上眼享受片刻暖意，卻看到小玉已經提早到車站焦急地尋找我的身影，臉上認真且慎重的表情給了我深刻的第一印象。

我們順利到小玉家後，掛念未完家事的她，和我說了一聲就逕自在家中各處忙了起來。初次和這個家見面的我，真心地認為這房子已經乾淨到就像新屋，不要說看不到一點灰塵，連廁所的空氣都瀰漫一股洗好衣服後的清香，讓我差一點就想離題和她討教維持家中整齊清潔的撇步。這是我對這個家的第一印象，但看來還不到小玉滿意的程度，就看她按部就班地確認家中狀態都到達她的標準後才肯坐下休息，並她說這些動作早就是她日常生活的習慣。高標準的維持居住環境，成了第二件讓我佩服且印象深刻的事。

跟著小玉做家事的腳步開始觀察這個家。兩層樓的透天厝，一樓有客廳、為了女兒女婿孫女一家三口回家可住而隔出的房間、比客廳還大的廚房以及夏天可種點作物的後院；二樓有兩間房，一間主臥，一間兒子的房間以及起居室，小玉

習慣用布幔蓋住起居室的藤椅以確保乾淨。常在廚房活動的小玉，也習慣邀請來訪朋友坐在飯桌聊天，反而較少選擇在客廳。

談及自己的過往人生，小玉說自己出生在嘉義縣竹崎鄉，爸爸是計程車行老闆，媽媽是家庭主婦，原生家庭是三層樓的透天厝，家中經濟都還過得去，小玉從小就沒吃過什麼苦。初中畢業後順利到衛生所擔任雇員，23歲時相親結婚後專職當家庭主婦到現在。女兒和兒子分別在1975年和1983年誕生在這個家，先生也在兒子出生後由文具行老闆當選了村長。一家人在1981年前都是住在做生意的平房裡，之後才搬到現在居住這間房子，而當初做生意的平房早就已經出租，與現居距離很近，所以小玉的生活圈也一直都在這附近。先生因病過世後，女兒出嫁兒子外地求學工作，自己獨居在此未再轉換過。

談及獨居，小玉最常掛在嘴邊的說法是：「一個人生活也不錯」，但其實她最期待的居住方式是三代同堂，與兒孫同住的熱鬧是她很盼望的家庭氛圍，也是一種她認為的安全感。所以她總是期盼孩子趁年輕快結婚、多生小孩，以確保子女們老後都有伴能互相照顧，這種想法是出自母親對子女的關愛，但也透露出有伴同住是她自己老年生活的盼望，只是一開始要小玉承認這盼望，是需要一些信任和勇氣的。

為了有伴的安全感，小玉在先生過世後是曾勇敢嘗試過交友的。這個朋友在家裡最需要協助時提供許多幫忙和關心，並贏得兒女對他的尊敬與認同。但小玉說兩人的年紀有段差距，興趣不合，觀念不同，認真交往了10年後兩人還是分開了。這段沒能修成正果的黃昏之戀留下了後遺症，小玉開始擔心左鄰右舍對女人交友的議論，所以在那之後也就沒有再積極交朋友。

聊到此，小玉坦白的說其實一個人生活也很好的念頭只有在白天才會出現，白天在衛生所和基金會當志工、到公所與朋友聊天唱歌、偶爾外出遊覽、忙家事、打打電動等等事情都很容易消磨時間，但到了晚上較會胡思亂想的她，常在睡到一半醒來後就無法入眠，然後過往人生中不愉快的回憶就常會趁這個時候恣意騷擾，這樣的循環，讓她在夜晚總感到特別寂寞。

小玉的身形嬌小，體重只有43公斤，之前都還有49公斤的，在這一年就瘦了6公斤。她說自己容易緊張腸胃也不太好，很希望自己能再長胖些，但這些年出現頭部會不定時自主輕微晃動的不明疾病讓她很煩心，看過許多醫生找不出病因只能歸究是心理壓力。小玉知道壓力只能靠自己排解和調適，也就鼓勵自己，每天要自力救濟勤做頭頸運動，放鬆心情，堅強面對並保持著樂觀，才能讓自己恢復健康。

小玉認為自己的人生雖不盡如意，但兒子的生活她可是參與得很有成就感。舉凡兒子學校的選擇、外出生活租房、就業面試、工作離職等小玉都參與其中。現在的新目標是幫兒子尋找適當的結婚對象及幫忙女兒買房子。但兒子到現在還樂於單身，女兒也不希望小玉把買房子的責任往身上扛，讓她對兒女的關心只好轉移到家人相聚時的品質。例如兒女返家時她會要求得知確切到家時間，以便能讓子女們吃到最熱最新鮮的食物，或是會不斷確認子女外出後是否返家等生活事，女兒貼心，這些要求都會儘量配合，但比起女兒，兒子面對母親關心的反應就較為大而化之。

這樣對子女人生有想法並實際參與的小玉卻說對自己未來居住和照顧沒有計畫，只知道要努力保持身體健康就不用擔心未來沒有人照顧，也說萬一有一天身體出狀況或真的太老了，子女也無法照顧，她會選擇到養護中心住。但當問到對養護中心的要求時，小玉又說會把決定權交給子女，認為子女會做最好的安排，也相信弟弟都會聽姐姐的，不擔心未來兩人會對自己的照顧安排有歧見。

子女是小玉生活的重心，女兒雖住在台北，但每星期都會抽空電話問候，也力邀小玉北上同住並幫忙照顧外孫女，或是在高雄買屋，讓她有空時可南下度假或未來同住。但小玉知道自己不會習慣這樣的居住轉換，縱然並不擔心和女兒一家同住會有壓力，但終究顧慮自己帶孫的體力和捨不得現居。不過自己也不想要找親朋來同住，擔心自己要求不少的個性會與同住者有摩擦，所以現階段獨居是最好的選擇。

說到底，小玉就是希望兒子趕快結婚，期待媳婦願意專心在家和她一起照顧孫兒，她認為自己的經濟能力可以讓兒子一家只要單薪即可維持生活。此刻，小玉對自己居住方式的期待愈趨具體，敘說時也眼神發亮，語調興奮，相對於在說「一個人住也好」時的眼神黯淡和低落語氣是有非常明顯的差別的。

離開小玉家後，我還持續接到她確認我交通是否順利的電話，並附帶補充剛剛沒想到的想法，並對來電打擾致歉。此時，我更深刻體會到外人拜訪對她規律生活帶來的影響，而她的仔細敘說、認真回應，又讓我對她留下了深刻的第三個印象。

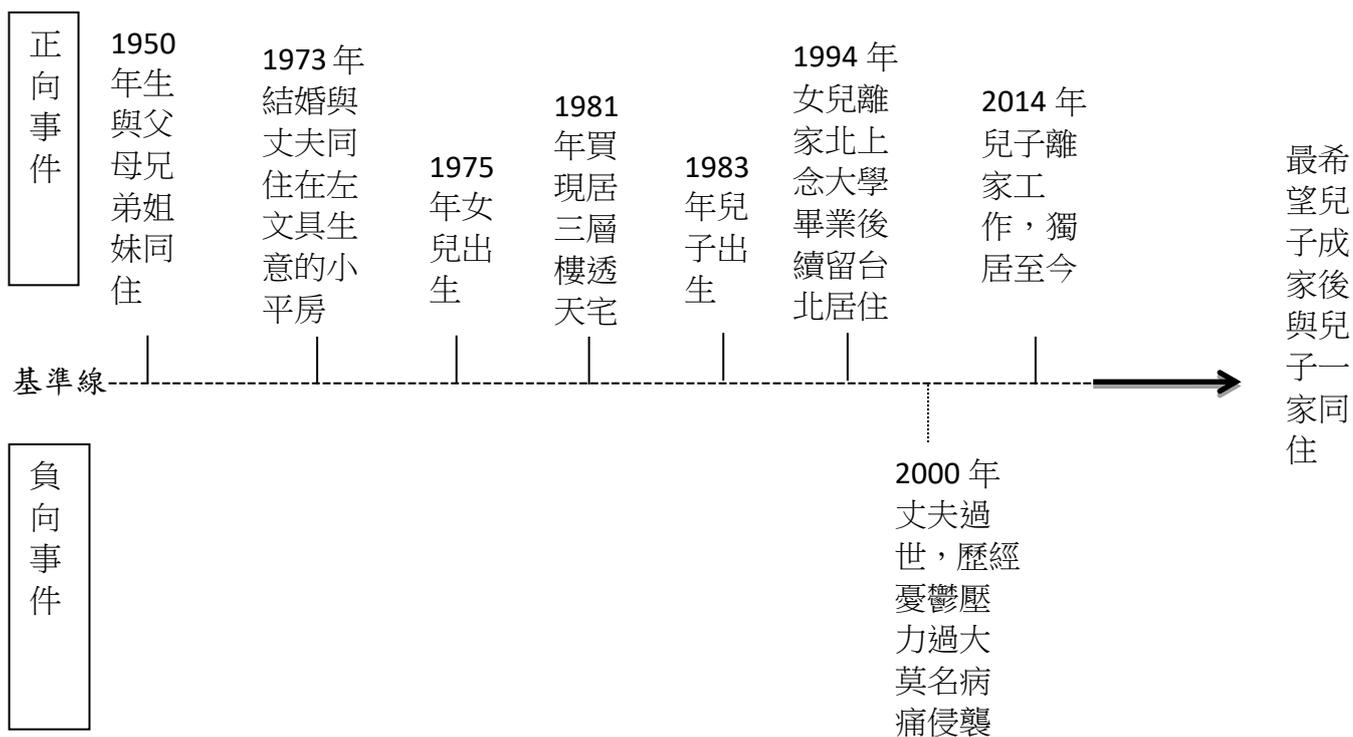


圖 4-4 小玉阿姨居住轉換歷程圖

一、居住方式轉換歷程對其老年生活居住安排的影響

比起其他五個故事，小玉的成長過程算是比較順遂的。但或許因為這樣，她希望人生如自己期待的動機就更強烈。這點與其它五個故事裡的獨居老年母親想要掌握人生自主權的想法雖有類似之處，但裡面有更多希望他人配合的期待，包含居住選擇。

舉例來說，小玉希望兒子娶妻生子然後與之同住是她最期待的老年居住方式，但兒子目前沒有結婚意願，所以即便小玉再努力，只要她想要影響的是別人，就會沒有辦法掌握進度，也無法要求他人完全配合她期待的人生，就算這個人是他的子女。但也因為這樣，小玉的居住方式選擇就會處在不確定的狀態，而越不穩定，小玉就越執著越無法放鬆，出現的後遺症就是身體健康亮紅燈以及和子女互動的壓力愈發明顯。

在傳統家庭的父權觀裡，客廳通常是用來展示社會地位以及男性休閒需求而設計。小玉的廚房大過客廳，甚至順應她完成家事的動線，在廚房裡擺放了洗衣機，小玉習慣邊做家事邊在廚房和朋友或家人聊天，也在廚房用準備餐食的方式確保每個孩子回到家可以享受到熱騰騰的飯菜，這些依著她的需要所規劃出的空間設計讓小玉對這個家產生認同感和也展現她的自主權。只是這樣個別化需求的空間規劃也提醒著小玉，「媳婦」這一個她期待能加入這個家庭的女人恐怕不那麼容易適應，這個擔心又形成了另外一個不穩定，所以小玉的身心就容易產生一些不舒服的反應。

二、故事與研究者老人服務經歷的對照

小玉的故事讓我憶起和高齡志工一起工作的經驗。這些高齡志工生活條件普遍經濟無虞個性樂於付出分享，也較具指揮型性格。長輩們容易有一種假設，認為自己的生活條件和生活方式是正確和成功的，所以為了下一代好，希望他們能照著和自己同樣的路去走以避免跌倒。且子女若能照著他的方式取得成功，就能再次驗證自己的價值，使得他對自己的人生能更為認同與統整，安全感也更為具足。但如果子女並未接受建議，這些自我肯定的長者就較易出現嚴重失落感，開始懷疑自己的人生並出現統整危機。其實，長輩們如果可以在考慮自己的居住方式選擇時單純的以自己的需求角度出發，讓自己開心後，子女開心連帶親子關係也能夠更為輕鬆自在。

參、關於「分寸」的人生故事~珍阿姨

珍不只不讓朋友感到負擔，連和子女的相處也不例外。她顧慮女兒在台北有忙不完的公事和家事，所以她總是報喜不報憂的回應子女的關心，不想增加子女的心理負擔。珍知道自己嚴守分寸的個性是被媽媽養成的。在她的觀念裡，兒子、女兒家也還是別人的家，她需要有自己的空間真的放鬆，所以現在獨居很開心，自己照自己的方式生活，不用顧慮分寸的拿捏或擔心被評價。

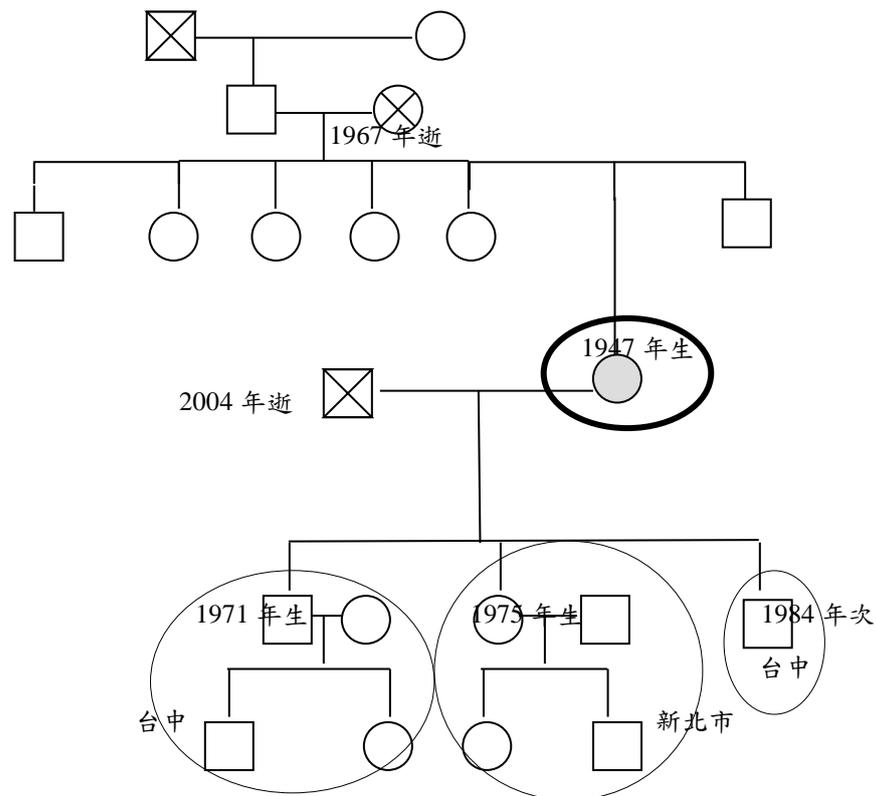


圖 4-5 珍阿姨家系圖

那天下午，我們在珍的女兒女婿為雙方母親準備的孝親房子裡見面。這房子就在女兒女婿家樓上，當時女兒買這間房子就是希望能將獨居在南投的母親和婆婆接來就近照顧。

珍說自己其實在女兒詢問其意見時就回絕過了，因為她不需要增加女兒的經濟負擔，雖然最後還是拗不過女兒置產孝親的決定，但不忘提醒女兒自己本就無意長住，只在她有需要時才會來台北幫忙，所以要把主臥套房留給婆婆，一間客房讓她北上時住就好。

說到不常北上，珍說自己非常喜愛且習慣自己家鄉的一切。小時候跟家人同住在大前院，能曬稻穀也讓小孩盡情跑跳三合院裡，有記憶以來年紀大她很多兄姊都已經離家在外地工作，珍自小就只和妹妹同一間房，只在過年時才會感覺到大家庭的熱鬧。

長大後，開始工作但十分戀家的珍最遠也只短暫到過高雄工作。借住在姊姊家的她適應得很不好，每天想家想到哭，現在回想起來是覺得有趣，但當時日子可是萬般難熬，就因為這麼戀家，沒幾個月珍就離職回到草屯。

有了上次的經驗，珍再找工作就選擇離家近的台中，大概一個月回家一次，工作內容是住在雇主家中負責家務。珍每個月將所得盡數交給媽媽，再由媽媽發給她生活費，媽媽是很有威嚴的人，只要她眼睛一瞟，所有的小孩都不敢亂動。不過珍不怕，因為她很自豪自己會看大人眼色，行為都很自動自發，所以從小就是媽媽最疼愛的小孩，不像姐姐們都是給媽媽打大的，尤其是三姊，被媽媽打得最慘，她到現在都還印象深刻。

回想起那段順利在台中工作都沒有適應問題的日子，珍覺得是因為工作需要所以名正言順可以住在雇主家，她一直不喜歡麻煩別人，所以當初在高雄工作時需要借住姐姐家就讓她備感壓力。但台中工作結束後，珍就轉職回到中興新村的消費合作社，居住方式也轉變成和爸爸、大哥、妹妹一起住在中興新村人事處配給大哥的宿舍裡，兩房一廳格局的房子裡，大哥一間，爸爸和妹妹及自己共用一房，爸爸單獨睡，自己和妹妹同睡。

回到家鄉工作後的她遇到了自己的真命天子。當時先生的職業是分局刑警，男大女小的他們年紀有 16 歲的差距，珍的大哥對這段姻緣不太贊同，她重視照顧一家的大哥的意見，所以也曾拒絕過這段感情。但先生清楚表示若娶不到她，就會離開南投轉調深山從此消失，她被先生的誠意感動，也心疼先生寄人籬下的成長過程，更欣賞他靠自己努力考上警察的毅力，所以最後兩人還是突破萬難取得家人祝福後在 1970 年終成眷屬。那年珍 23 歲，新房離娘家走路也只要 3 分鐘路程，一樣是公家宿舍，兩房一廳，這些相同都讓珍減少了許多居住轉換適應的不安和擔心。

倆人的長子在 1971 年出生，三人過了段小家庭的甜蜜小日子，直到 1973 年先生被調到台北台灣銀行，三人搬離宿舍，她才帶著兒子到草屯的二姊家借住。二姊家是三層樓的透天厝，她和孩子住在三樓。她白天上班，孩子就託給保母，先生固定一個星期回台中團聚一次。

珍說自己對那段借住的日子回憶不多，可能是因為覺得是段過渡期，加上日子忙碌也沒有心力去想太多，更沒有想過要搬到台北與先生同住，雖然先生當時也不確定能不能調回中部，也想藉機全家遷居台北，但珍不想離開草屯，也不想轉換工作，最終還是先生妥協在 1975 年調回中興新村台銀當駐衛警，一家人又搬入台銀宿舍，並於當年 10 月生下長女。

珍再次回到熟悉的公家宿舍，變化的是這次的宿舍有三房，剛好適合已經有子有女的一家，她們在這宿舍從 1975 年住到 2001 年。對珍來說，這方圓百哩都是她從小到大再熟悉不過的人事物，自己也好像根本沒搬過家，而她很驕傲自己一直是個這麼道地的南投人！

2001 年先生退休，必須歸還這充滿回憶的公家宿舍，全家才搬遷到 1993 年已購置的房子，也就是珍現在獨居的家。房子選在離二姊家騎車沒 5 分鐘的地方，珍心念的是以前受二姊照顧很多，現在二姊和二姊夫都過世了，外甥們也都在美國，她每個月幫忙二姊一家收收信繳水電費和看顧房子，在心裡認定這是自己的責任，也像是在表達對二姊的回報和感謝。

珍的現居有客廳、餐廳、衛浴、廚房還有一間放雜物，一間讓兒子們回家過夜時輪流住，一間自己的主臥共三間房間。珍說女兒的婆家也在南投，回來多不會在家過夜，所以也沒特別留房間給女兒。

平順的日子在珍的先生罹癌而自己也在 1999 年時因全心照顧罹癌先生，吃睡品質不好的狀況下跟著生病時開始出現波瀾。珍在覺得身體不對勁時是獨自跑去檢查，在醫院得知自己罹癌時還能忍著沒哭，直到回家確定獨自一人時才大哭宣洩。那段時間的悲傷情緒是靠兒子的積極陪伴與朋友親戚的醫療專業協助才得以平復。但不知是幸還是不幸，那次開刀，醫生又主動發現她胸部的異物，積極轉診治療才讓一切都得以積極處理。

面對這接踵而來的健康挑戰，復原的過程對珍來說是一個壓力調適的考驗，期間還不時萌生放棄的念頭。但還好有個一起做香功的忘年之交鄰居兼好友常鼓勵她要走出來，並經常主動打電話邀約她外出散心，對她非常好，甚至也主動邀請珍同住彼此照顧，但珍就是覺得朋友再好也不能麻煩人家，自己又沒什麼可回報對方，心裡會過意不去，也不想欠人情債所以婉拒。總之，守著朋友之間的分寸，依舊是珍行為抉擇的重要依據。但也因為這段經歷，珍愈發感覺在草屯生活的安心和安全感，發生事情她也會知道要去哪裡找人幫忙，可以不用麻煩子女。

珍不只不願意麻煩朋友，也不喜歡打擾子女。她掛念女兒在台北公事家事兩頭燒，身為母親的她希望孩子們生活輕鬆愉快，報喜不報憂的回應子女關心是她習慣用來安撫子女的方式。

這麼為彼此著想的兩代人，兒子對她未來的居住和照顧沒有表達過什麼意見，女兒則是積極買了房子邀請她到台北同住。這些心意珍都明白，但自己的朋友都在草屯，來台北除了上市場逛逛、到圖書館看看報紙以外沒什麼事可做。在台北沒有朋友，和草屯的生活差異甚多，也會改變她習以為常固定又規律的生活模式，這對開過兩次刀後體力不易維持的珍來說是很耗精氣神的。生病這幾年來珍努力守護自己術後的健康，自己準備餐食，嚴守著癌症患者應該遵守的生活規則，直到最近才肯讓自己較為放鬆。她希望能用嚴守病人該守的分寸來換得健康的身體，能再次相信自己一輩子都相信的價值，為自己爭取一個公道。

最後，談到未來，珍喃喃自語般地說：「除非到了自己不能照顧自己時，那再隨兒女安排吧。只是我想到時陣他們應該都沒有閒，某迪卡也會叫我送去老人院……」她非常清楚表示不到非不得已不會離開草屯家的念頭，因為留在這塊土地生活對她來說意義非凡。而且自己和先生都使用過居家服務，對居家服務留下非常好的印象，屆時若有需要她也非常願意自費，會積極使用這項服務或其他照顧資源。

珍說自己在孫子大了後就不太愛去大兒子家了，因為大兒子家是三層樓透天厝，行動有許多不方便。而女兒家也還是有要尊重女婿的壓力。雖然自己當年也常接爸爸回家住，希望能多照顧爸爸，但照顧的辛苦她知道，所以實在不想再增加子女負擔。

珍不知道屆時照顧自己的擔子會落在哪個子女身上？她說就交給子女他們自己商量吧！自己的個性原本就溫和，很少發脾氣，以前先生在家時就是家裡的部長，自己都是配合就好。

珍知道自己嚴守分寸的個性是被媽媽養成的，在她的觀念裡，兒子、女兒家也還是別人的家，她需要有自己的空間能真的放鬆，所以現在獨居很開心，自己照自己的方式生活，不用顧慮分寸的拿捏或擔心被評價。

珍的女兒曾說過非常感謝媽媽願意到台北來幫忙，她準備這房子，最大的願望就是希望有天能接媽媽同住，讓媽媽在她們全家的包圍下享福。珍和子女都很愛彼此，但女兒的心意和珍的心聲是兩個完全相反的方向，這沒有對錯，只是暫時無法一致。

故事說到這裡，窗外突然傳來似雨滴敲打窗戶的聲音，讓珍嚇了好大一跳，認定是下雨了，開始匆忙飛奔到天台收衣服，健步如飛完全不輸年輕人，我看著她的背影，彷彿看到那個堅信守分寸就會得到疼愛的小女孩，小女孩就算老了，還是不敢逾了她心中認定要遵守的矩，還是對自己那麼嚴格，依舊不願意自私一點，對自己好一點，讓子女多愛她一點……。

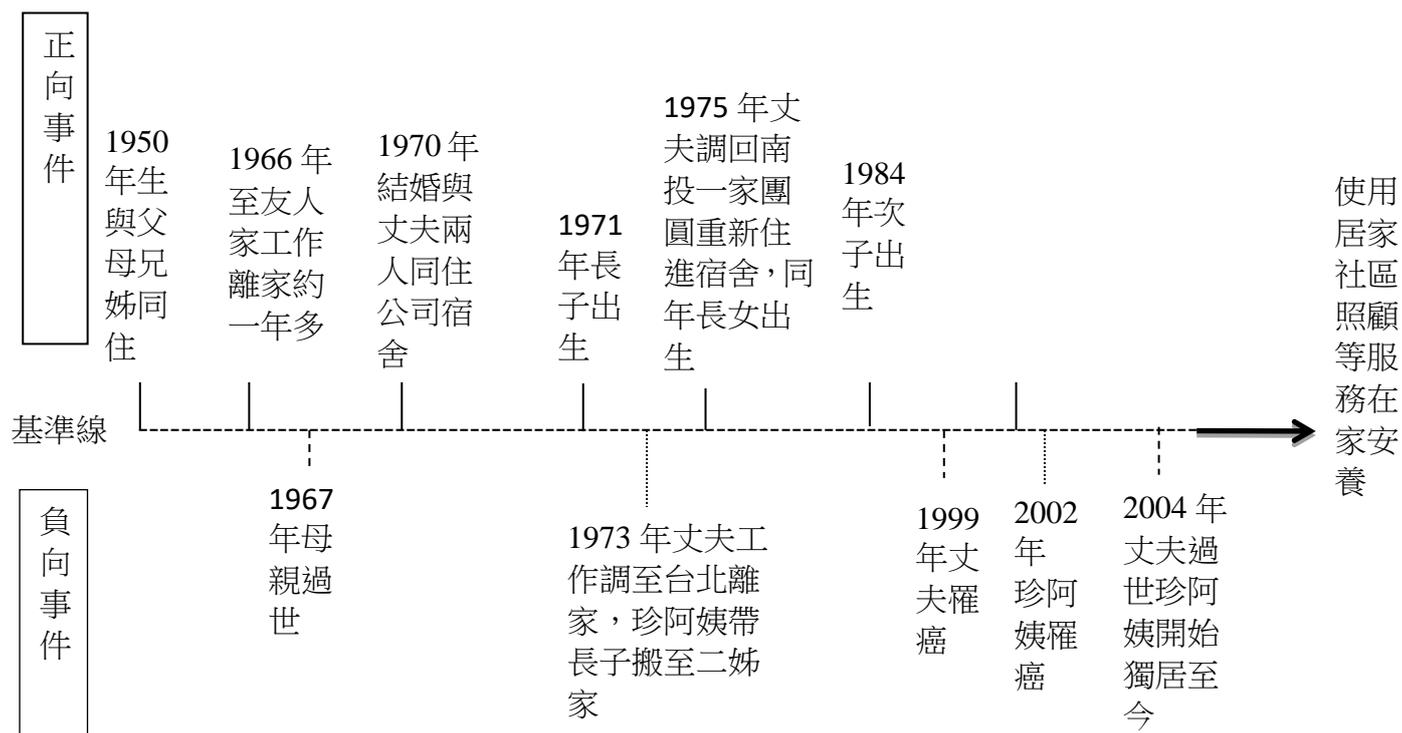


圖 4-6 珍阿姨居住轉換歷程圖

一、居住方式轉換歷程對其老年生活居住安排的影響

女性在面對一個完全陌生也不是一開始就喜歡的空間，會產生強烈的不安全感，就算不得已得更換環境，女性也會期待藉由對於空間的掌控能力來增加對此空間的認同感(畢恆達，2004)。女性因為時常扮演配合的角色，人生中會有比男性更多的居住轉換機會。但女性配合是配合，心裡不一定能調適得好。珍從小戀家，幾次遷徙也只是因為配合父親和大哥，所以只要是她能自己選擇的，例如工作、婚姻，不離開原本的生活圈是她居住選擇的大原則，這點從當初珍的先生外調到台北，她也沒有意願跟隨，寧願在草屯邊工作自己帶小孩可窺出端倪。

除此之外，若搬到女兒在台北準備的孝親房，珍對這個大空間(台北)和小空間(孝親房)是陌生的，個性強調分寸的她又無法運用掌控權來增加對此空間的認同感，反而讓不安全感覆蓋，導致了她執著想要在草屯老家養老的結果，就算孝順又有能力的女兒在己身家中具有空間經營的權利，能夠公平地留下一間房間給珍，但她還是一再表達放棄。這種選擇和思考的邏輯，如果沒有從珍的人生居住轉換過程去探知，其實不容易完全察覺和明白，子女在照顧上較易感受期待落空的挫折，兩代情感也容易受影響。

二、故事與研究者老人服務經歷的對照

在服務老人的經驗中，也遇過子女費心安排長者居住但長者無法領情的狀況。當時在情境外並同時有子女角色的我，心裡難免會浮現這長者真是「身在福中不之福」的想法，因為相較許多子女對父母是用錢照顧、用電話照顧、有事找不到家屬、想跟子女見面還要騙自己生病的狀況，子女會想把父母安排在自己身邊照顧，並且有經濟能力付諸行動的實在可貴。在實務工作中，我甚至遇過有女兒為了把生病的母親接去照顧和丈夫鬧到快離婚，那時案女的無助和辛苦，回想還是歷歷在目。因為這些工作經歷，會覺得子女有照顧意願，另一半認同，經濟上能支撐，那長者的晚年就很難不幸福美滿了。但這思考背後所存的假設是長者有子女照顧就會幸福，該與社會工作「以案主需求為重」的工作價值不盡相同了。珍的故事提醒了我，如果要討論如何適當安排長者的居住，瞭解長者對空間的認同邏輯才是最重要的關鍵，而不是有子女願意照顧，長輩就該接受和應當歡喜。

肆、關於「掌握」的人生故事~Rose 阿姨

省吃儉用終於圓了在台灣買房子的夢想，但卻因此引來前夫對自己的不信任，為了證明清白做了許多的澄清也都無法撼動前夫的誤解。Rose 看破這一切，覺得不如就依自己意願，選擇離婚不妥協回上海，因為自己的努力與打拚不容被質疑，一個人也可以圓滿。

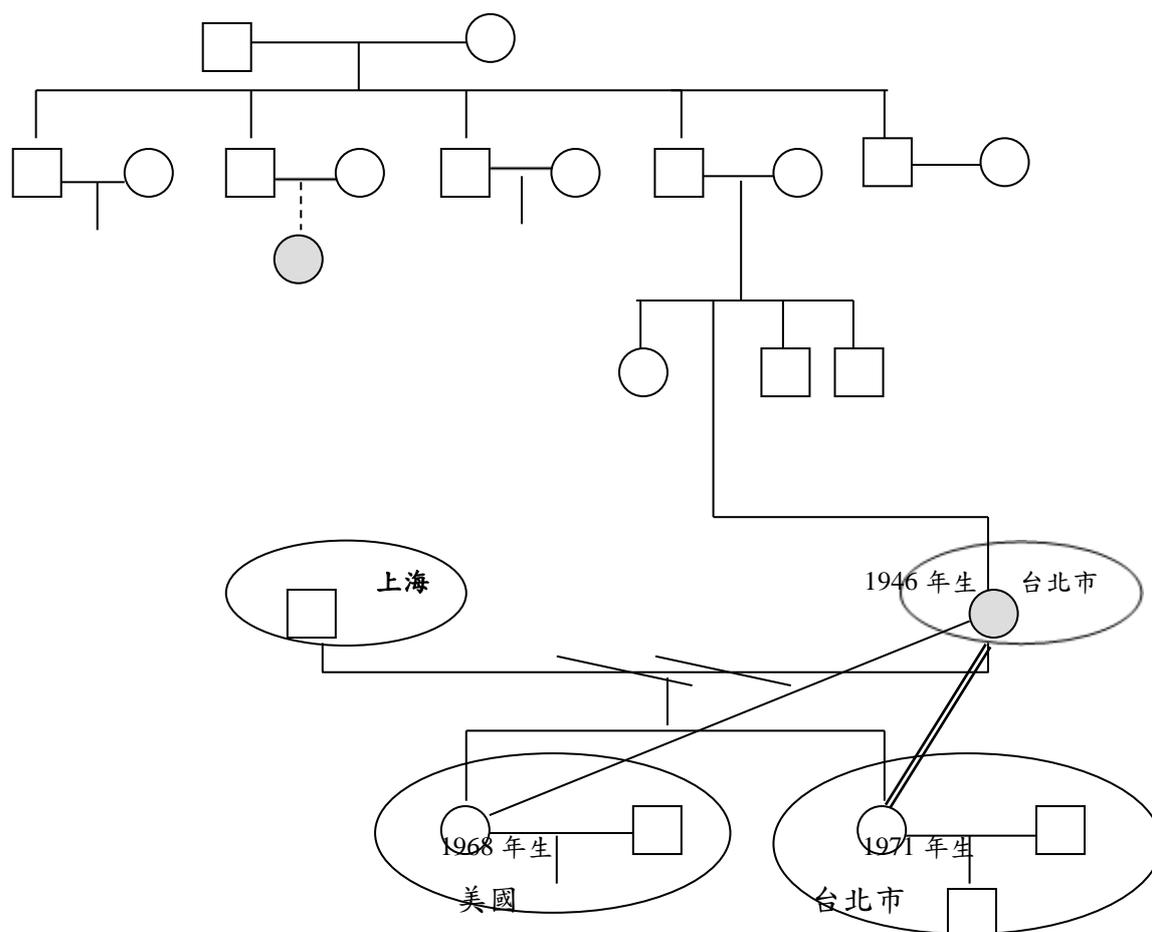


圖 4-7 Rose 阿姨家系圖

Rose 是特地請了半天假來赴約的，簡單的藍色 polo 衫搭配長褲，直挺俐落嬌小的身形從背影看起來就是個年輕人。精神奕奕的她不受下午時段慵懶氛圍以及上午工作辛苦所影響，緩緩的敘說起屬於她的人生故事。

她出生在 1946 年台北市的「加蚋」，「加蚋」是現在萬華區東園街的舊稱。

街裡其中一間四合院就是她剛出生時的家，這個四合院到現在都在，不過前陣子家人決定都更，可能近期就要拆掉了。

祖母共生育六個兒子，生父是祖母的第五個兒子，當初因為二伯父這房無生育，祖母跟 Rose 的生母說：「這胎若生的是兒子，你們就自己留著，但如果是女兒，就直接過繼給老二吧」。就這樣，Rose 成了二伯父的女兒¹⁰，因為是大家庭，大家當時都住在一起，她由生母照顧到 2 歲約 1948 年才離開台灣隨父母到了上海定居，這是她出生後的第一次居住方式轉換，但這轉換對當時還很小的 Rose 來說沒有任何印象，後來包含求學、婚姻、學校教書工作她都是在上海完成。

記憶中父母很疼愛自己，所以自己從未對身世有過懷疑，家庭生活也一直和樂平順，直到 12 歲的某天接到學校取消其擔任歡迎外賓任務的通知，回到家才知道父親因為擔任過日本人翻譯所以被無端定罪。從此，他們一家成了「黑五類」，過了好長一段小心翼翼的日子。

父親離家後，一直是個家庭主婦的母親需要 Rose 承擔家中支柱的角色，大小事都要 Rose 處理和負責，這樣的成長經驗對於她老年時的居住生活選擇具有潛移默化的影響。而最終，關於自己的身世，Rose 是在高中時透過老師的說明得知的。她沒多描述得知這樣訊息時的心情，但說了當時理性詢問母親的景況，當母親告訴她：「妳終究就是我們這家族的骨肉」時，打開了她心中的結，內心也能跟著接受與釋懷。

因為黑五類身分，Rose 母親常常覺得孤單無助，很沒有安全感，當時的社會也真的很恐怖。不過這逆境反而激發了 Rose 不想被人看輕的鬥志，高中畢業後還一邊教書一邊積極取得大學學位。但家中不時有人查探或是放話要抄家的威脅從未停歇，母親擔心方華正盛的 Rose 安危，積極為她安排婚事。回想當時，Rose 說：「當時母親的強勢，讓自己只能是個乖乖牌，加上是黑五類的子女，所以沒想過能為自己爭取些甚麼。」就這樣，她遂了母親的意，在 21 歲時嫁給前夫，因為這段過去，Rose 常感嘆自己沒有經歷過所謂的人生黃金期。但時光一去不復返，從她 12 歲到來台定居前的這一段人生，黑五類的身份讓她在學業、婚姻、工作上都得比別人辛苦，像是自己喜歡英文想考海關學校，也因為黑五類身分成份不好所以被拒於門外。

大女兒在她婚後一年也就是 1968 年出生，但一出生就交由 Rose 的母親 24

¹⁰ 應 Rose 要求，二伯父母皆稱父母；親生父母皆稱生父母。Rose 對自己的化名和對親生父母與養父母的稱謂皆有非常明確的堅持

小時照顧，夫妻倆的居住方式也沒因小孩出生而變化。直到 1971 年 Rose 有了第二個女兒，大女兒才被帶回家中同住，成了一家四口的居住方式，從那時一直到 1990 年大女兒大學畢業到日本唸書，家中才減少成三位，這之間家中人口數的變化對 Rose 來說沒有感受到生活上的太大差別。

1992 年時，在台灣的親弟弟擔心父親年邁，急著將 Rose 來台居住的申請辦好(申請來台灣依親需要一等親協助，而 Rose 戶口上的登記並不是生父這一脈)，加上她想要在生父身上彌補生母在世時未能多相處的遺憾，所以決定離開上海到台灣定居，而生父也在她回台不到一年就過世了。

初來台時，Rose 與生父與弟弟、弟媳與姪子們同住在弟弟家，大小女兒和先生都在上海同住。不過她在弟弟家才住了二個星期就找到工作，經濟上很快就可自給自足，Rose 不想麻煩弟弟一家太久，與生父及弟弟一家同住了一個月後就搬至上海朋友在板橋的空屋。她回想當時在告知家人想要搬出獨住的決定時，家人曾問自己住不會寂寞嗎？她回說：「沒關係，我從小就是自己一個人，已經很習慣」，家人聽了她這樣的回答後也就只能尊重。但當深入問 Rose 為何在從小到大都有與家人同住的狀況下還是常會說「自己已經習慣一個人」的原因時，她說這問題很多人問過她，包括有人會問她恨不恨生父把她送給二伯父？但她都說自己從來不想太多，或許是因為從小住在上海，想法和台灣的人不一樣，也認為自己會很多事，就算當初跟先生同住時，家中連砌磁磚鋪地磚的粗活都是自己在處理，所以她覺得生活中不需要一定要有人陪，清靜很好，可以想做甚麼做甚麼，一點都不以為苦。

在板橋朋友家借住的幾年間，Rose 順利申請讓女兒來台同住，並於 1996 年在台灣買了房子。Rose 說當時有很多人都對她這樣的決定感到擔憂，很直接地問她怎麼能保證自己有能力負擔房貸？關於這點她從未自我懷疑，永遠相信自己「這個班沒有就上別的班阿」她從不擔心自己的能耐。但努力買房子卻讓 Rose 和先生信任關係出現裂縫，先生認定 Rose 能在台灣買房一定是有人金援，最後還跑到 Rose 老家住處吵鬧，讓 Rose 非常難過。

回想當年，先生的不信任讓她一個人在板橋不知道哭掉多少眼淚，最後也毅然決然的讓這段婚姻於 1997 年結束，並強調從那時起便很不想再回想起那一段過去。Rose 說：「婚姻結束也好，現在一個人多輕鬆」，但當又討論到能這樣正向解讀是否與自身個性有關時，Rose 也無奈表示真的是如此，並說：「難道要天天哭嗎？」。因為在台灣買房子而引起前夫的不信任，為了證明清白也請在台灣定

居的大姑來了解自己在台的生活情形，但都無法改變前夫的誤解。最後，Rose 看破這一切，選擇離婚依自己意願在台灣圓夢不妥協回上海，因為自己的努力與打拼不容質疑¹¹。爾後，大女兒搬回上海居住，小女兒一直與她同住到 2002 年嫁人離家，此後，Rose 就獨居在現居所至今約 14 年。

Rose 在父親被抓走自己變成黑五類子女後就明白就算再努力也難以有好的發展，所以從小就認為自己是一個人，只有靠自己，別人沒法幫忙。後來有機會來到台灣，終於脫離黑五類的陰影，圓夢就變成現在人生中很重要的一件事，而擁有一間自己的房子更是她的夢想，因為這樣就可以過著自己想要的不被打擾的獨居生活，更重要的，這意味著可以終結被過繼、被安排結婚等等不是本意的人生。

既然房子是 Rose 的夢想，她當然也會掌握自己房子的選擇權。她沒有和任何家人先告知或商量，資金完全獨立支出，僅簡單詢問好友夫妻一點意見就下定主意。即便購屋後有親友認為房子單價過高或坪數過小，Rose 也很明白自己要的條件是交通與生活機能，因為這些條件才能讓需要日夜兼兩份工作的她日夜出入都較有安全感與方便，Rose 只做自己有把握的事，不想靠任何人，這樣的個性也來自於過往那些對自己有利也有弊的好壞經歷，也造就現在做甚麼事都要比別人認真，會把握機會，對於緣分或未來的事都能看淡的她。

Rose 一生轉換過多次居所，和不同家人同住過，但回想起來都沒有太多的記憶和感受，她想可能是年輕時因為忙生活、忙工作、忙小孩就已經夠累了。一直到住進靠自己日夜努力買下來的房子時，她才終於有了家的認同感，因為這個房子的一磚一瓦，都證實了她的努力是真實且沒有白費。

在這小天地裡，Rose 除了注重家中清潔，上班前也會掃地拖地將家事都先做好，因為當初就設定好要過不靠女兒女婿幫忙的生活模式，所以她特別挑了有完善管理機制和有管理員可以協助住戶進行相關維修的社區環境。所以現在和女兒們的互動關係就是彼此關心但生活各自獨立，假日有空時會和小女兒一家出遊，這樣的生活模式讓現在的 Rose 很滿意也很適應。

但想到自己必然會更衰老的未來，終有一天也會需要有人照顧，也曾想過是不是要回到有很多舊識的上海養老。但 Rose 明白自己的人生終歸得要自己決定與負責，把照顧期待放在同樣也已老化的友人身上是有風險的決定，所以在 2015

¹¹文稿中原本有一些 Rose 敘述自己和前夫的負面描述應 Rose 要求刪除，表示只願意口述告知研究者但不同意出現文本中只要遇到與先生的感情問題的詢問便保留

年時就曾和在台灣同樣獨居的朋友到安養中心和老人公寓參觀，瞭解機構的環境和照顧方式，以便有天需要時，能有一個夠寬廣、可以隨時接近大自然、擁有好的空氣和視野的公共空間、有專業人員提供服務和照顧、私人住房有與現在自己的家坪數接近、費用能負擔，有認識的人住在隔壁的機構可入住。但現在自己行動還自如，在城市裡的獨居生活過得還很愜意，所以不到需人照顧的身體狀態就是不會考慮入住任何一家機構，即便環境已經都符合她的期待也是一樣。

對於這個入住機構的安排 Rose 還是顧慮常來往的小女兒的意見。她終究還是希望小女兒能和自己能有共識，畢竟和小女兒一家的互動是她晚年生活裡很開心且重要的事，所以住到機構後也希望小女兒一家能方便探視。但小女兒始終覺得住在養護機構不如請人在家照顧方便，所以她考慮居家或社區的照顧資源，像是居家照顧服務就是她考慮的服務項目之一。但 Rose 還是覺得小女兒應會尊重自己的決定，屆時自己若真的選擇入住機構，小女兒也真的因為機構太遠而減少探視，Rose 說她也會尊重並且自己做好心理調適。

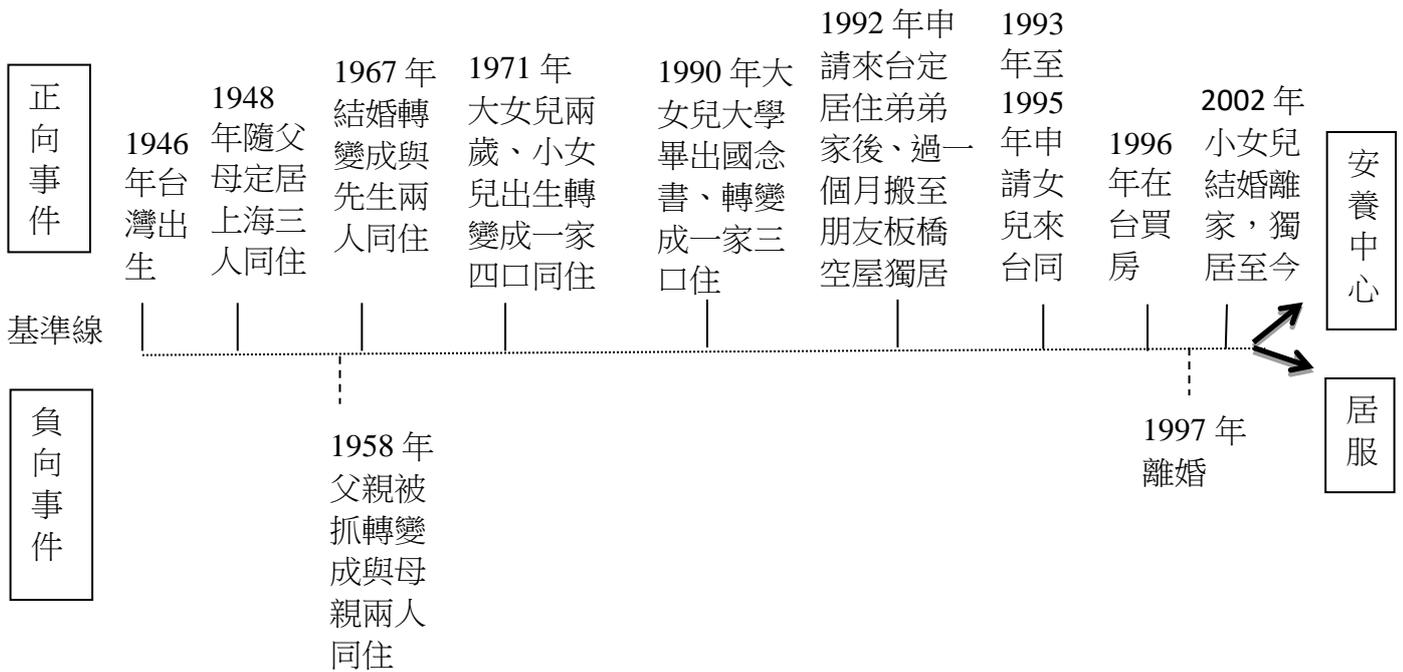


圖 4-8 Rose 阿姨居住轉換歷程圖

一、居住方式轉換歷程對其老年生活居住安排的影響

在我們的空間語彙裡，有主臥室有父母房、書房、客房、起居室等等，但很少聽到女主人房，有獨立的空間才能有尊嚴(畢恆達，2004)。

Rose 的成長經驗特殊，她的生活經歷過政治迫害，人生經歷了多次努力到手的東西也會無故被拿走的無奈。這讓她渴望能在自由公平的國度證明自己的能力，靠己力在台灣買房子安居是她證實自己能力很重要的開始，這夢想不容被質疑，因為這是她人生圓滿的關鍵。而前夫沒能悟出 Rose 這些心思，也沒能跟上 Rose 的腳步，她用選擇與觀念不同的伴侶分道揚鑣的來證明自己夢想的不妥協，所以她始終能清楚表達會以自己的需求來選擇居住方式，就算身邊的人有意見，也都不能影響或抵觸。

Rose 對自己老年時的生活有較實際且具體的想法和規劃，真正付諸行動的為自己選擇居住方式上的選擇。她很清楚自己要的是甚麼，必須犧牲或妥協的是甚麼。也或許是過去的經驗讓她只清楚的只相信自己，婚姻對她來說屬於無法自己掌握的事，也就無需過於執著了。

二、故事與研究者老人服務經歷的對照

實務工作中會遇到一種特質的長者，他們經濟獨立自主、能發揮專長做志工、也偶有工作邀約、能安排好自己的生活、也充分社會參與、樂於學習，他們的優點多到說不完。跟他們互動時，會覺得自己是去學習而不是去提供服務的，在工作中遇到這類特質的長者會覺得自己一定是有燒好香才會這麼幸運。但與之工作一段時間後，會慢慢發現他們對自己的表現都頗為要求，很重視外在形象，不輕易示弱，也不主動告知需求。有幾次長者被惡質鄰居欺負，還是鄰里長通報社福單位我們才知道。這種情形在女性長者身上尤甚，光明面看來是她們韌性比男性強，為人著想的人格特質更為明顯，選擇居住方式首要的條件就是不要麻煩到別人，但從相反角度看，這類女性長者不願被人看扁，想要用自己的力量證明自己的動機是更為強烈的，社工在服務這類案主時，會佩服她們，但也會心疼她們，許多複雜的情緒交雜，也常常陷入要尊重還是要介入的兩難。

伍、關於「否定」的人生故事~May 阿姨

現在的 May 只有一個中彩券的夢想，因為中了彩券後她的人生就可以有更多選擇，就可以過開心的生活，也不再是失敗的人生了。但如果真讓她中了彩券，這間房子在她的心中的地位就完全不一樣了，一間會讓人中彩券的房子怎麼可以不繼續住呢，說到底 May 是不會搬離開這裡了

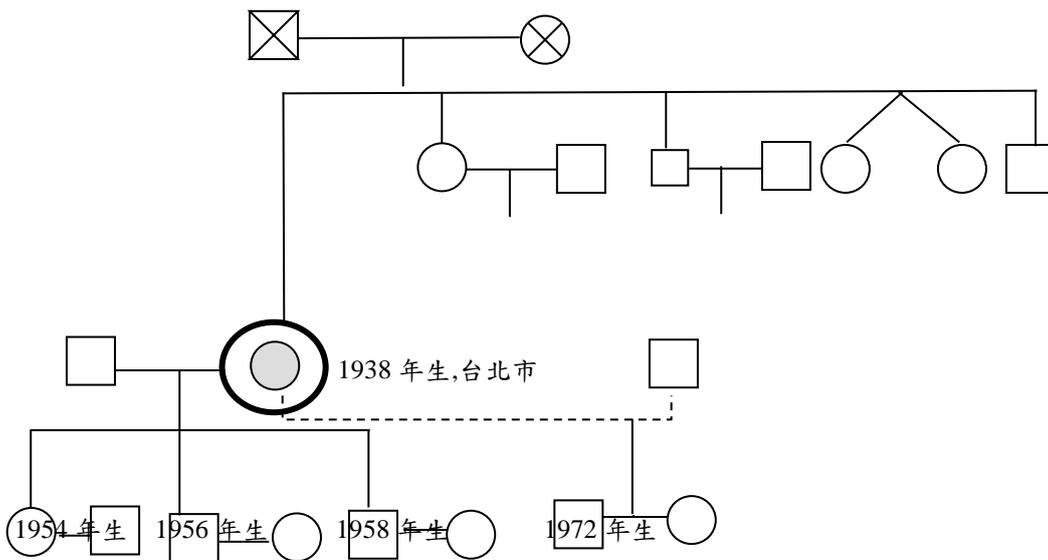


圖 4-9 May 阿姨家系圖

在下著大雨的午後來到 May 住處。這個家就 10 坪大，空間有限，走道卻還堆了好幾個未拆封的紙箱。電視前擺了張有靠背的躺椅，她平常就這麼坐著，電視是她生活中很重要的伴侶，它會整天被開著，但主人其實很少在意它在賣力演出些甚麼。

May 說要不是因為這個機會，以前的事她很少再提起。但憶起小時候，她是滿臉笑意的訴說自己可是在花蓮瑞穗這個好地方出生的。爸爸本為彰化人，是到花蓮找大哥才因緣際會認識了住在花蓮的媽媽並入贅定居花蓮的。May 的爸媽在婚後依外婆的要求搬到外婆家附近的茅草屋居住，12 歲前的 May 就和爸媽弟弟妹妹過著一般平凡的家庭生活。

但日子在媽媽生二弟意外身亡後起了變化。少了媽媽的家亂了步調，爸爸鎮日外出工作才能維持家計，家中的事就全部由她這個還小的大姊一肩扛起。此時，

掉入回憶裡的她沒有再多提及 12 歲就失去媽媽的感覺，因為對自己 15 歲還沒長大就被爸爸賣掉的往事實實在太耿耿於懷。她說，爸爸非常隨便的就把她嫁給花蓮卓溪鄉山上一個開雜貨店的人家。結婚時自己都還沒有生育能力，還是婆婆用補品催經讓她能夠儘快懷孕的，所以沒多久她就當了媽媽，在還很懵懂的年紀就接連有孩子出生需要她的照顧。

那時日子每天都過得忙碌，除了照顧小孩、做家事、還要照顧雜貨店的生意。和公婆住在一起的一家人，房子是用芒草鋪的屋頂，牆壁是用木板釘成的，直到婆婆過世，公公的二房容不下他們這大房的兒媳，他們才獨立搬到附近租茅草屋生活。當時租的房子很小，廚房要與人共用，就約 10 坪大小的空間。也是從那時起，May 開始學做生意，附近的原住民賣什麼她就買甚麼來賣，然後再轉賣給大盤商。努力到了 1958 年終於用自己存款在原處買了一塊保留地蓋了房子，有 20 坪大，老三也在這個新房子裡出生。

第一次擁有自己的房子的 May 很開心，生活也難得有了安全感，而且新房子住了一年多後，公公還因為愧疚感，出錢用較好的材料幫他們擴建到了 50 坪，讓倉庫、店面、住家都一應俱全。有了倉庫能囤貨的家，讓她的生意做得更有聲有色，生活也獲得大幅改善。

只是好景不常，公公在 1965 年左右過世，先生因為回公公家協助雜貨店生意而變心愛上了那裏的番婆，還提出三人一起住的要求，她忍無可忍在 28 歲時離了婚，三個小孩先生一個都不要，她也擔心小孩跟著繼母會被虐待，所以三個全帶在身邊。說起這段往事，May 說當時的她真的覺得天都黑了一邊，都不知道自己是怎麼撐過來的。

離婚後，May 還住在山上一段時間。那時門前的路她只讓前夫經過，但如果搶她老公的番婆只要經過她就見一次打一次，她說這就是她的個性，只要覺得自己有理的事就會據理力爭，不會逃避。雖然事隔多年，May 想起丈夫被搶時心中的憤怒依舊讓她咬牙切齒，只是靜下心想想，前夫都已經過世十多年了，自己即使有再多的怨恨和情緒也都枉然，不如不要再提起。

離婚後帶著孩子在山上的生活和工作雖都算平順，但她擔心孩子一直待在上山缺乏刺激，而且每天都要走一個多小時的路去上學也不是辦法，所以在 1968 年時她又在瑞穗市區用 6 萬 5 千元買了間 30 坪大的木造平房，舉家遷移到市區生活。但搬到市區的 May 沒辦法再做原本熟悉的生意，找不到工作沒收入的她靠吃老本過活，每天都得擔心未來的日子要怎麼過下去。

在那個年代的女人帶著孩子，有很多會選擇再嫁來尋找下一個可以依靠的肩膀。但那時也還很年輕的 May 說自己從來不考慮，因為她不相信會有男人真心愛她的孩子。而決定不靠男人的她，有天居然牙一咬，就做了到台北當煙花女子的決定，打算在台北用最快的速度賺錢寄給大女兒讓她獨自一人在瑞穗照顧弟弟們。那時她怕自己反悔，還立刻北上請牌，抽了血做了檢查，才回花蓮等待錄取通知。

只是她回到家就又後悔了，因為光想到幾個孩子在木造房子裡面可能發生的危險，像是發生火災時孩子連逃生都不懂，自己就算在台北多賺到一些錢，但想到沒有媽媽照顧的孩子可能變成七逃困仔那就真是得不償失，那時她的腦袋頓時清醒了許多，就放棄了到台北工作的念頭。

但生計問題依舊存在，直到朋友介紹她到花蓮市區當汽車經銷商，她這才破釜沉舟的把房子賣掉搬到花蓮市租了店面賣車。那時的家就是店面兼住家，只在房子裡加蓋出小閣樓睡覺。雖然很簡陋，但也幾乎燒光她的存款，更急需業績填補財務漏洞。

也就在那段時間，出現了一個對 May 很好但已婚的男客戶，他很關心 May 一家的生活並不顧家人反對對她展開熱烈追求。也因為這樣，男客戶的媽媽和太太常到店裡大鬧。May 無意搶人老公，但被吵鬧到無法好好做生意的困境激起了她的好勝心，所以後來男客戶真離了婚，她就和他成了男女朋友，並索性離開花蓮搬到台北的南機場租房子生活，也讓三個孩子獨立離家學技藝。

後來風波漸息，她和男友再回到花蓮吉安租屋生活做房仲生意，兩人的孩子也在 1972 年出生。只是生活沒有因此一帆風順，為了阻斷男友的風流韻事，May 一家在 1976 年又回到南機場買房子住，但男友依然故我，所以 May 也在孩子約七八歲時趁男友去菲律賓工作把南機場房子賣掉到南港購屋，做起賣運動器材的生意，也徹底和男友分手。

May 說自己很喜歡南港的房子，和前夫的兩個孩子也都在那裡娶媳婦的，只是最後房子被媳婦騙走，其中原由與曲折她不想再提，只不斷的喃喃自語說：「做人不能這麼夭壽，騙別人的東西是會遭到報應的」。失去南港房子後的 May 搬到台中逢甲大學附近和小兒子租房子同住，也是那段時間玩股票輸掉了老本，才又搬回南機場租屋獨居，在 3 年前住進現居。

對於住進排了很久才入住的國宅，May 沒有喜悅。她會選擇這裡只是因為租金便宜。她不斷強調自己是玩股票輸了老本，生活才會變得困難，也不斷說著自

己老了，沒有用了也不想去麻煩兒女的話。她不想要打開整理三年前搬過來的紙箱，只在需要用什麼的時候才去箱裡翻找。自己也不是沒有努力過想要敦親睦鄰，但樓上會吵鬧的鄰居，收了她的禮還是我行我素。現在，生活中有任何問題 May 都不想求助了，因為她自覺人生已經走了一大段，甚麼人沒見過，爭不贏的事她不想浪費力氣，所有的不順遂也都是因為自己歹命。

如今，May 只有一個中彩券的夢想，她深信有錢可以讓人生更美好，更開心，也能遠離失敗。原以為她是想要靠發財後能另覓住處，結果她卻想如果真中了彩券，這間房就是一間會讓人發財轉運的好房子，所以屆時她也不會離開，得好好守著！

總之，橫豎未來好不好，May 都不打算搬離開這裡了，會繼續這樣下去，然後偶爾做做中獎夢來轉移低落心情了。

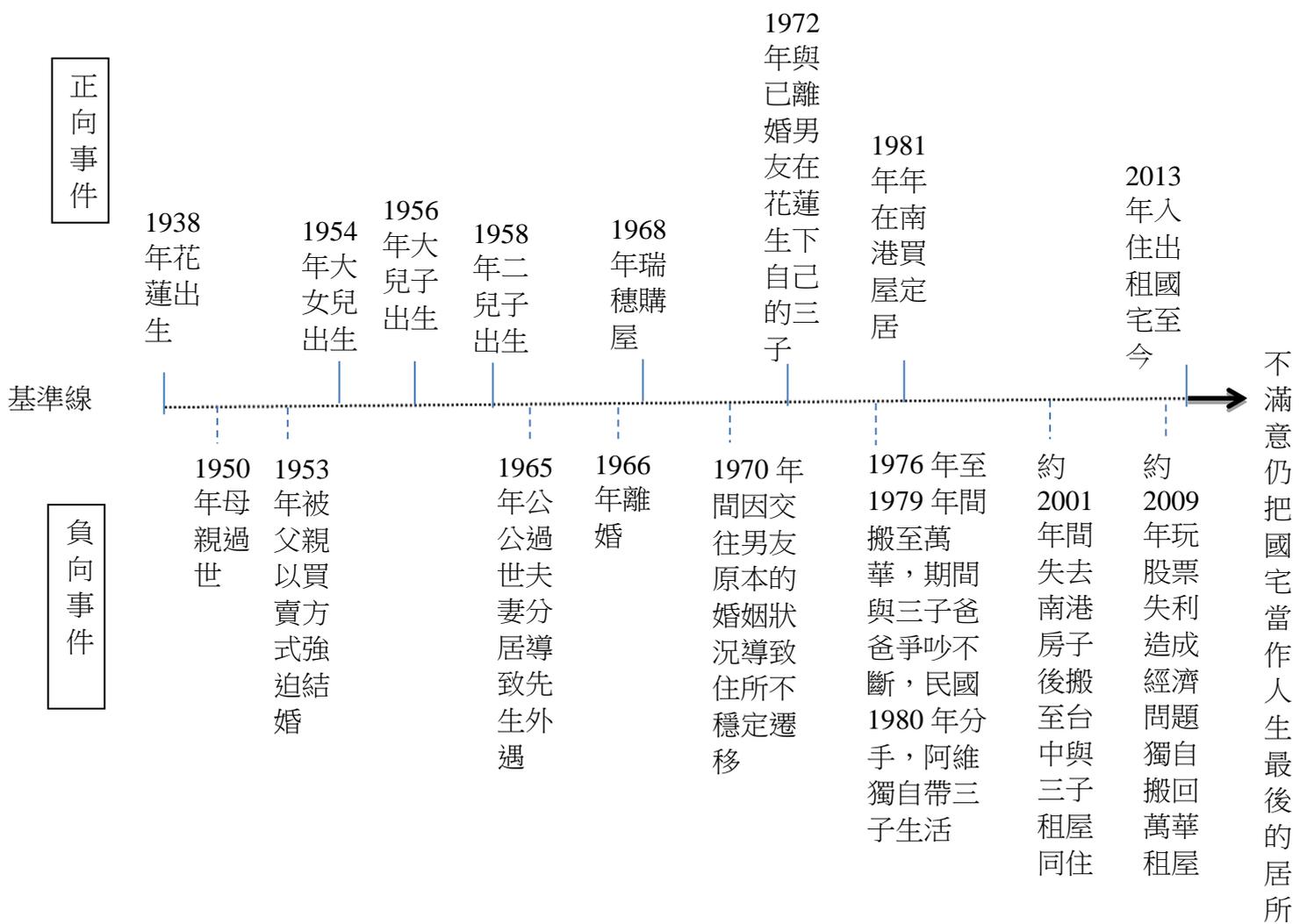


圖 4-10 May 阿姨居住轉換歷程圖

一、居住方式轉換歷程對其老年生活居住安排的影響

仔細看 May 的居住轉換歷程，幾乎沒有照著自己期待規劃過的經驗。小時候理所當然由父母安排，在還需要父母呵護的青少女期就被迫成為人妻與人母。等自己有了小孩後，居住方式的考量皆以如何掙錢生活為主要的考量。婚姻出問題後，孩子成了生活重心，居住方式完全依孩子需要在考量。待孩子大些，自己交了男友又為其花蓮台北兩邊搬遷，直到現在只剩自己獨居，居所選擇的權利她依舊覺得不是自己的，認為完全是經濟因素使然。這樣的居住轉換經歷讓她覺得十分無奈，想起自己一輩子都在遷就家人，到了晚年仍然無法有自己期待的居住方式，只能勉強用過一天算一天的心情生活。

May 在居住方式選擇的考量上因為過往經驗而不以自己的需求或期待為考量的重點，這個特質在她還有對象可以寄託的時候不明顯，但在對象消失後就會突顯。她認定自己沒有居住方式的選擇權，也無法對把權力交出去的決定釋懷，這之間所產生的矛盾和衝突，形成了 May 老年生活的主要氛圍，也決定了她晚年生活的心情。

二、故事與研究者老人服務經歷的對照

覺得自己的人生被牽制，一輩子身不由己導致活在怨懟的老年生活模式中是老人服務經驗中蠻常聽見的說法。以前的社會人口多資源少，有不少家庭中女兒的發展和夢想因為家庭因素被犧牲，等她們自己當了媽媽，又想要犧牲自己來成就孩子，感覺是希望讓孩子為自己重活一遍，可以因為孩子的發展而讓自己少一些遺憾。

但等到母親年老，不論子女是否如她預期的發展，他們都要去建立屬於自己的家庭和人生，母親終究要有獨自面對失落人生的勇氣。在老人中心工作時，有位女性長者始終讓我難忘，因為我每次家訪，她都表達希望子女探視，但每次和她的子女連繫，子女都說如果沒有特殊狀況發生就等過節再說。子女無法理解母親的需求，母親無法釋懷自己一輩子為了家人犧牲卻換得獨老，這樣的生活過得鬱鬱寡歡，情緒起伏不定，親子關係緊繃，雙方感情也難以維繫。

陸、關於「原諒」的人生故事~阿月阿姨

她說姊妹以前聊天時都會說最擔心她這個妹妹，但現在看她能這樣生活，做了很神聖的志工工作、能自給自足、也持續學習，生活中充滿感謝，都替她很高興。而她心中除了無法原諒陳，和兒子們的關係因此無法很親近外，也已經沒有什麼好不開心的。以前她常常問老天爺為何讓她這麼歹命？但現在的她對擁有的一切都感到很幸福很知足

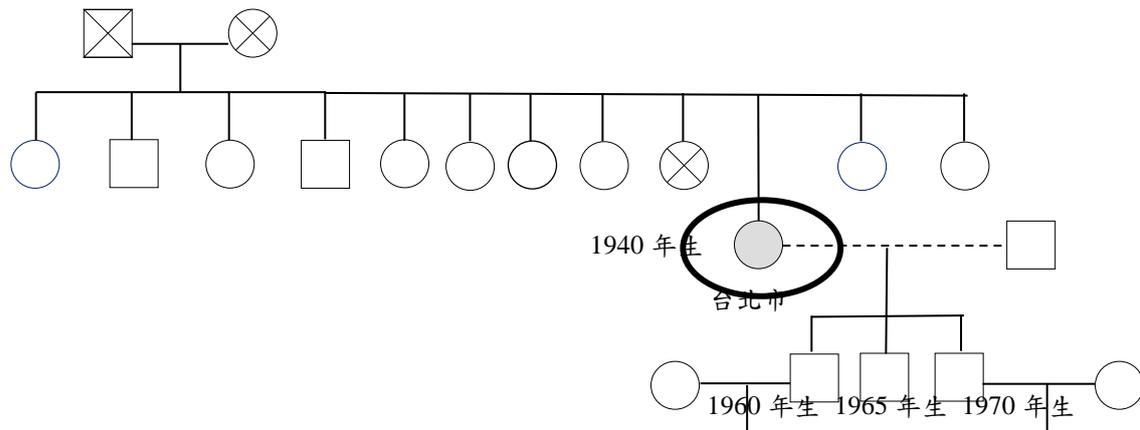


圖 4-11 阿月阿姨家系圖

初次見面，高雅妝容、合身洋裝、漂亮項鍊、入座謹慎、輕聲細語、苗條身型、優雅姿態，讓人第一眼就對她印象深刻。

出生在台南新化的大戶人家，家裡擁有很多田，很多長工，府邸是間很大的三合院。她的三公祖是台南唯一的文秀才，新化大部分的廟門柱上的匾額所提的字都是三公祖寫的，諸如此類家族的光榮歷史說不完，一說到這些，她是倍感驕傲和光榮的。

母親生了十女二男共十二個子女，自己本是第八個女兒，但前面有一個姊姊夭折，所以大家就都喊她「七小姐」。小時候台灣還沒光復，常有空襲，求學前的生活她和兩個妹妹都是被大人安排躲在防空洞裡渡過的。防空洞中有簡單睡舖，飲食都由媽媽備好送進來。那時候的她不懂得害怕，只知道大人都在上面做事，小朋友的責任就是好好躲在洞裡不可以出來，所以那時，防空洞就是她很重要的一個家。

等念書的年紀到了，讀書費用不是問題，卻因父親觀念傳統，本來不讓女兒受教育，但因為母親總被父親罵是「青盲牛¹²」，所以母親堅持讓她們姊妹至少讀到小學畢業。只是，書讀不多對她來說仍是個遺憾，自覺因此沒有即時準確表達感受的能力，也間接錯過許多美好。所以，現在的她持續保持學習，始終還是想彌補這人生缺憾。

畢業後她開始學裁縫，學成後就被師傅留在店裡當助手。那時她住在師傅家，回憶起來日子是充實愉快的，大家都對她很好，那裡就像是自己家一樣。

13歲的她和一般女孩很不同，習慣在中午休息時間跑到開元寺¹³，在裡面和她們一起念經。她覺得她們的生活比起婆媳吵架的左右鄰居要平靜快樂許多。那時的她就常思考：「人為何要結婚？幹嘛自找罪受」的問題，甚至還動過出家念頭，連飲食都吃起了方便素，只是命運的安排總是不由人，後來人生的發展完全不如她當時想像。

不久，母親希望她能靠自身技術賺錢，所以她搬回家中開始做起修改衣服的生意。母親的打算她是明白的，身為台南的女兒，嫁妝要豐厚才不會被婆家瞧不起，母親把她的工作所得存起來，再補上自己為每個女兒分別積累的就可以「嫁妝一牛車」了。她清楚母親心心念念的就是要按照台南的習俗，把每一個女兒的嫁妝、每一次坐月子、每一個外孫兒的出生周歲、滿十六歲時的禮物都備齊，希望出嫁女兒都能得到婆家疼愛。這是母親對女兒們的心意，讓她感到身在這個家的幸福，也一直潔身自愛的遵守父母對她行為的叮嚀與教誨。

在家工作一段時間後，15歲時二姊介紹她到屏東潮州一家美容兼做新娘禮服的店工作。那時一樣是幾個女孩共睡房間地鋪，持續將收入寄回家的開心充實日子。後來禮服師傅的工作淡旺季太明顯，忙時太忙，清閒時又太無聊，所以她依美髮師傅的建議改學美髮，才讓工作負擔能平衡些。但也因為這個決定興起到台北進修的打算，才讓她遇到了人生中的劫難，現在再回想起，心中實在唏噓。

當年荳蔻年華的她，愛慕者眾多，常有情書寄到店裡，她完全沒放在心上，還會調皮地把來信貼在牆上讓大家共賞。但唯獨有個人的來信她收到時會覺得心裡甜甜的，嘴角不自覺上揚，這人就是家鄉那個大她五歲的大哥。她記得他是南一中畢業的。情竇初開的她雖還不太懂得「愛」是甚麼，但就覺得他是自己唯一想嫁的人，因此她對其他人愛慕者都保持著距離，沒有太多交集。

¹² 意指文盲

¹³ 專門照顧不出嫁殘疾女孩的寺廟

直到 17 歲那年，因為嚮往台北，隻身到了桃園美容院做美髮師傅，居住照慣例是在老闆的店裡。當時出脫的更為標緻的她，追求者更是不斷，就算知道她在家鄉有男友，也無法讓追求者大退堂鼓，這讓隻身在外地的她有些不知所措，但也只能更小心翼翼的與不熟的人保持距離，等待家鄉大哥退伍後到家裡提親，讓她可以像姐姐們一樣風光嫁人。

然而這個願望因為陳¹⁴的出現而幻滅。和陳的相遇是某次下班到陳家的雜貨店買餅乾，被陳看到後就託美髮店老闆從中介紹，她不好意思完全不給老闆面子才開始有互動的。她很快就發現陳死纏爛打的個性，但她不知道該如何應付這種狀況，就連她依陳要求拿出情書證明自己有男友也逼不退陳。陳不僅把她的信扣留，還把信都寄回去給在台南的鄰居大哥。她很氣陳冒犯的舉動，但因為老闆總是在旁幫著陳，她也只好勉強適應陳時不時出現糾纏的日子。

只是戒心降低了，可怕的事情就發生了。有次陳不斷邀請她去參觀寺廟，並一再保證會維護她的安全，她想想這人應該不會那麼壞，就答應單獨出遊，也就因為這次的不小心，讓陳有了侵犯她的機會，這次幸運之神也沒有眷顧她，她因此失去了自己一直很小心保護的名節……。

被侵犯後，陳持續不斷的騷擾讓她快要崩潰，她害怕全天下的人都知道了她被侵犯的事實，所以她不敢再待在原本的店裡工作。但她也不敢回家，因為她曾經看過家鄉是怎麼處置未婚就失貞的女子，她覺得自己很髒，配不上家鄉的鄰居大哥，所以寫了一封信讓他死心，倆人斷了聯絡。她想擺脫陳，覺得跟著這樣的人很可怕，但她不知道茫茫人海哪裡有她容身之處，每天只有以淚洗面，多次都想要自我了斷卻沒有勇氣，在六神無主的狀況下也只能任由陳擺佈她的人生。

陳後來安排她到三重某家美容院工作，每天監控她的工作和生活，所得也都被陳拿走，更要求她住到陳家負責工作賺錢與包辦家事，晚上卻只有一方隨意在地上鋪塊草席的開放空間給一張薄被可睡覺，連有人要去廁所都會走過她的身邊，即便天氣寒冷也如常。

她原本是個從未做過家事的大小姐，更是個有賺錢能力的專業師傅，從未想過自己的人生會在一夕間變了調。她不想過這樣的生活，但無處可去的她不知道該怎麼辦。她每次一想到家鄉的姊姊們都可以風風光光出嫁就悲從中來，家鄉鄰居都說她是最乖的，但發生事情後她常常怨嘆自己不是乖，是最軟弱，太笨太聽話，才會一直忍受委屈任人欺凌。

¹⁴ 性侵阿月阿姨的人，也是阿月阿姨孩子們的父親

原本以為自己的委屈求全可以換來陳和陳的家人的疼惜，但其實他們都看不起她，對她很不好，還會言語嘲諷謾罵。她在這種形同禁錮的日子裡也曾吞過30多安眠藥想要結束生命，但就是沒有成功，這樣想要自我了斷的日子一直到她懷了老大才結束。但因為懷孕無法工作，沒有收入付給陳家父母，陳只好帶著她離開到台南租屋居住，那年，她才快滿19歲。

租屋處是陳的表妹介紹的一個小套房，她還記得那房子原本是要蓋起來做浴室用的，所以只用簡單木板和紙板搭建，住起來其實很不安穩。當時回到台南後她有鼓起勇氣試圖和家人聯繫，但如自己所料父親知道後的大發雷霆讓她嚇得再也不敢回家，也認命的帶著孩子繼續和陳共同生活。

陳幾乎沒有在工作，但三餐卻都要求要吃好的。那時她白天在藥廠包藥，晚上下班幫客人燙頭髮希望多掙生活費，就這樣一直住到老大9個月才因為難以忍受陳的表妹訕笑她和陳沒結婚就同居，倆人才又搬到台北士林。她說她最記得陳的表妹罵她「好魚不會游入安平港」¹⁵，她覺得很委屈難過，但也自覺理虧，見不得人，很丟臉，加上事後知道一直被找麻煩是因為沒有給陳的表妹介紹費，所以那年才21歲的她只能任人欺凌。。

後來陳的爸爸知道這些事，要陳帶她搬回士林，一家租了個有三房兩廳的房子，但還是沒有床，依舊鋪毯子在水泥地睡覺。也因為回到熟悉的士林，一直沒工作的陳開始隨父親做廣告宣傳車的工作，但陳有了收入，也沒有拿回家，還因為這份工作交了新女友，開始不常回家。那年她快30歲，肚子裡還懷著老三，心灰意冷之餘帶著兩個孩子搬到台北市中山區。說到小兒子，當時為了生活，她有想要墮胎，但她連去手術的錢都沒有，和陳家父母求援的結果只換來老人家指責的說：「拿小孩是三條溪水都洗不清的罪孽」。她聽了覺得很悲憤，也決心不讓自己身上再有汙穢的事情發生，才咬牙把老三生下。

回想起這段的過去，她哽咽說著還好那時自己的姊妹有偷偷幫忙她照顧老大老二，懷著孕的她外出工作還要趁中午趕回家煮飯。過度的身心負荷一度讓她當時以為自己會在生老三時死去，而這個死絕對是陳家造成的。所以她堅持要和陳家保持關係，讓陳家要給自己一個交代。但老天垂憐，她生老三時產程很順利，又順利渡過了一個難關。

她很恨陳，自己身上的汙穢都是陳造成的。而陳侵犯了她，卻始終沒有負責任地給她一個正式的名份。沒有名份讓她不敢回家見父親，連父親過世都沒回台

¹⁵ 暗指沒結婚就生孩子是不要臉女人

南奔喪。還好兄姊妹們和她說，父親雖然罵她丟臉，但臨死前還是千叮嚀萬囑咐要他們要照顧她這個妹妹，所以現在兄弟姊妹都有保持聯絡，彼此也會關心，這也是她努力過好生活的重要動力。

這些就是令她傷心的人生過往，她的居住方式從被陳侵犯後沒有自主過，她遺憾自己只有兒子沒有女兒，因為她想像著女兒會更能體會她的痛苦，不會一味的倒向只會帶他們玩樂喝酒的父親。她和兒子們的感情本來是很好的，但兒子長大後和陳能喝酒聊天相處愉快就讓她心裡很過不去。前些年，她和兒子們因此冷戰，打電話給兒子時，三兒子完全不接，大兒子和二兒子也是過了幾天才會回電話，母子關係幾近冷凍。

不過這狀況在今年開始有了改善，感情破冰的原因是因為她開始主動去關心兒子的工作和生意，有機會見面時也會主動表達當初無法給他們更好的生活和教育讓他們成長過程有許多辛苦的狀況表示歉意。現在和兒子們的互動關係已經改善許多，看到她的來電就算沒有馬上接，過不久也會回電。但她沒打算修復和陳的關係，因為他實在帶給她太多痛苦，有生之年她都沒有辦法釋懷，也無法原諒。

雖然和兒子們誤會冰釋，但她依舊很滿意現在自己的獨居生活並沒有想要與兒子同住或要他們幫忙甚麼。她期待過著自由自在凡事不用與人商量的生活，這些年人壽業務和看護工作讓她認識很多老闆和教授，從工作中她得到許多肯定、成就感和啟發，也因此有機會參加老人中心的劇團，藉著戲劇把自己悲苦情緒發洩出來，理解到「每個人有每個人的苦」，把握剩下的人生，才是她現在最想要做的。

四年前，她排隊住進了國宅。很多人嫌國宅又舊又小，但她卻覺得住在這裡是人生最美好的時光。10 坪大的房間擺設雖簡單，但擁有自主權的感覺讓她很有安全感。她在客廳做點心到陽明山賣，在那泡溫泉的老朋友都會來光顧，再也不會有人干涉和禁錮的日子她過得開心又自在。

如今，她會到醫院當志工，在國宅參加手語社，晚上也去社大學日語。未來，如果身體健康有變化，病痛苦還有救，她相信醫院的志工團員們會彼此照顧，但假如真的嚴重，自己也已經簽屬好放棄急救同意書，不會造成別人的負擔，加上現在住的國宅很棒，有專業人員有好鄰居，相較以前的苦日子，現在的生活已經非常感恩。

想到以往姊妹們在聊天時都會說最擔心她這個妹妹，現在看她能快樂生活，持續投入神聖的志工服務、能自給自足、也持續學習，生活中充滿感謝，都替她

很高興。而現在的她除了無法原諒陳，和兒子們的關係需要慢慢修復外，好像沒有什麼好遺憾的了。就算自己的婚紗夢沒有機會實現，想著自己把兒子的婚禮辦得風光也算是間接彌補到了，如果真還要說有什麼願望想實現，那大概就是能再見到當年的鄰居大哥然後跟他道個歉吧！

最後，她謝謝有機會能讓她分享自己的人生故事，雖然「丟臉」還是她形容人生過程中很常出現的字眼，但她努力走出陰暗迎向陽光人生的勇氣和行動力，已經足以讓人覺得勵志和感動。

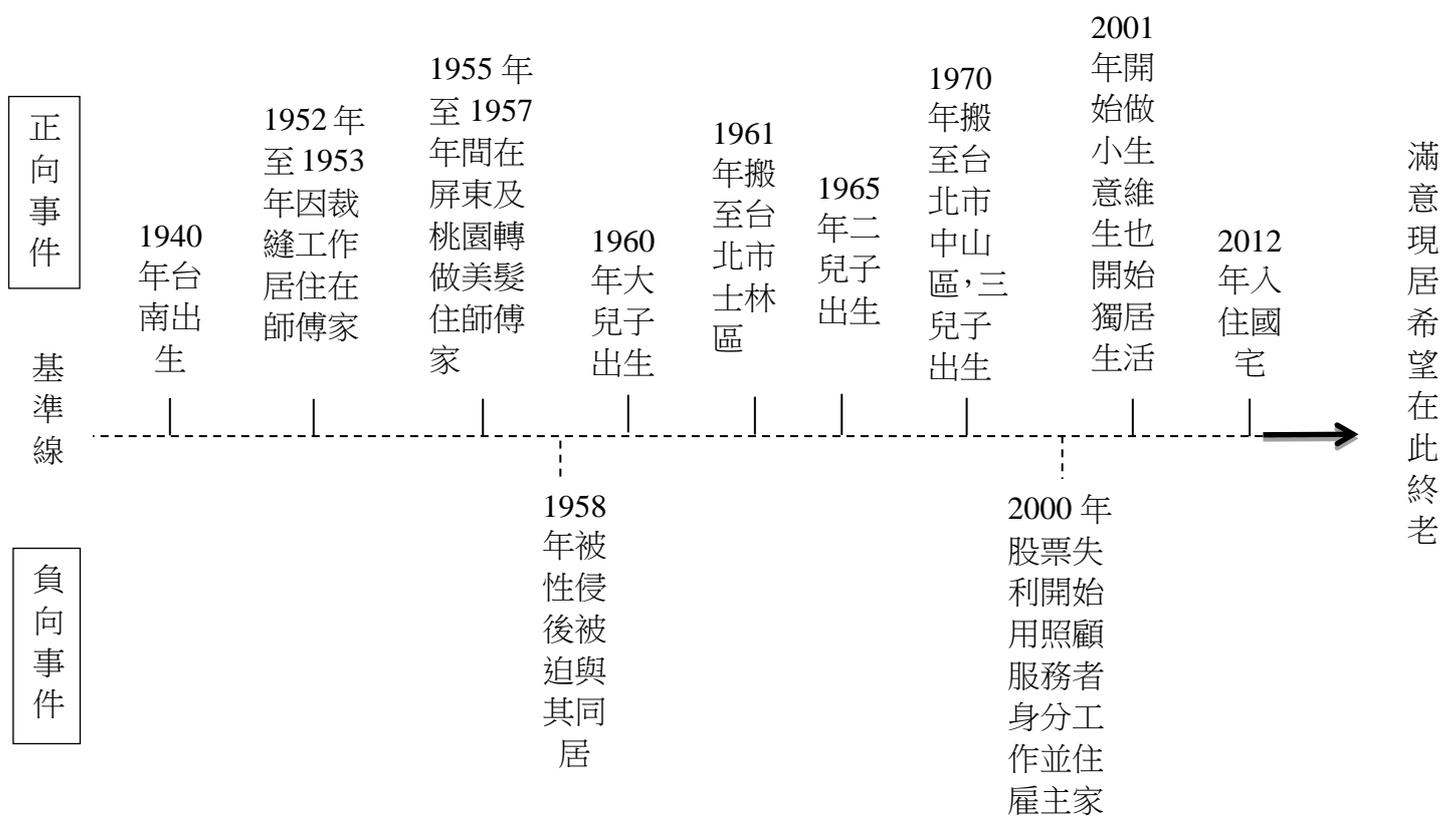


圖 4-12 阿月阿姨居住轉換歷程圖

一、居住方式轉換歷程對其老年生活居住安排的影響

在大戶人家出生的阿月，好相處的個性讓她在青少女時期容易適應在不同店家和女同學們睡通鋪的居住方式。她與人相處愉快也能專心習技，個性特質是她可以嘗試不同居住方式的正向條件。但因為遭遇惡意侵犯，讓一向循規蹈矩的她完全六神無主，韌性的個性反倒成了鄉愿的去適應不合理的悲苦生活的推手，讓她在諸多不公平的對待下卻還依舊堅持，執著地想要一個道歉或是一個交代，在期望換得認同的同時也禁錮了自己多年。但也因為堅忍的個性，讓她在夢醒後，有能力設定停損點，於兒子結婚後可以放下一切獨居生活，開始積極接觸與學習新事物，發揮良好的適應能力去累積自主的資源和能量。

阿月人生經歷了許多悲苦，在當時缺乏支持資源的社會和價值觀，讓她有很長一段時間覺得自己只能選擇和加害人生活並生育後代的人生。但隨著社會風氣的轉變和進步，加上她有找到自己人生希望的能量和意願，於是靠自己的能力找到目前的居所，在這空間重新找回自給自足、積極學習的人生。現在她的眼中，只看到擁有的，不會花時間去想失去的，勇敢和以前的自己說再見。就像在《原諒他，為什麼這麼難》一書中所提到的：「一般來說，人們大多很誠實，都正直到會為了自己的過錯而懲罰自己，即使是個沒愛心的小動作都能讓我們產生罪惡感。而取得原諒能把我們拉回高功能狀態，帶我們回到更真實、更純粹」（郭庭瑄、荷童譯，2016）。我想阿月是從原諒自己的那一刻起產生了愛自己的力量，這轉變在她的人生發揮極大功能，讓她能把一間 10 坪大的 house 小套房，住成了一棟堅固而溫暖的 home 城堡，這種看待人生的智慧和坦然敘說的勇敢，相信也沒有幾人能及。

二、故事與研究者老人服務經歷的對照

選擇老人為服務對象的我，經常被問到選擇此領域的原因。我想，喜歡聽長者的人生故事是我投入的主因，尤其是藉由這些故事敘說得知她/他們年少的動盪與對比現在的恬靜安適之間的落差，更加深我想要藉機更了解這樣的人生發展脈絡的動機，也因為我是女性，在服務女性長者時所聽到的故事會讓我更有感觸和共鳴。

在建立信任關係時，瞭解她/他們的基本資料時不能忽略的就是她/他們的居住遷移還有家庭成員狀況，這些經歷往往能幫助我從中找出可以介入的重點或是評估出處遇計畫的阻助力進而擬定出可行的策略。但老人服務裡的倫理兩難狀況很多，長者總是會有自己的執著和盲點，我們不能不理會長者過不去的狀態，但也心急於他們的人生過一天少一天，總是希望他們的遺憾能夠少一些，晚年的日子可以不糾結，釋放自己不再苦痛。但解鈴總須繫鈴人，很多時候，需要當事人

自己有意願，資源才有辦法介入。自助人助，月阿姨的人生故事讓人學到，不論過往多麼不堪，人生永遠都有重新開始的權利，而這樣的實現與她現在居住的小套房有密不可分的關係，因為這個 home 提供了她安全感與自主權可以靠自己力量活得精彩，讓長者如此活躍老化、社會參與、人力運用的人生，就是所有投入老人服務工作者的最大祝福啊！

第五章 結論與討論

第一節 主角「人生豪宅」的房間

六個故事寫完了，好像跟著走過了六個人生。雖然文長如電影般常礙於片長，無法像寫小說那般洋洋灑灑。

母親們都是出生在 1940 及 1950 年代前後的女性，這年代出生的人參與了臺灣從貧到富的快速成長期，從她們幼年時的物資匱乏到壯年後的台灣錢淹腳目，時代變遷出現了幾個與婦女有關的重點發展。例如個人主義抬頭女權運動興起、傳統觀念束縛力減弱，取而代之的是較為寬容自由的社會氛圍、教育水準漸高、婦女就業動機從貼補家用，提升到學以致用、開始追求個人成長層面，比起老一輩更獨立自主、生育子女數變少、自己具有基本經濟能力、面對退休的態度有別於以往農業社會等待含飴弄孫等等，這些變遷都讓此世代女性一生都在新舊觀念的拉扯與試圖達到認知平衡。

在簡單了解後，我們走到了那個年代的入口，但又該如何打開時光隧道的大門以進入母親們的人生回憶？回顧文獻，研究支持「家」對華人的重要性，也說明獨居女性長者將住所認定成家的關鍵。在六個母親的居住方式轉換故事中，她們表達出擁有家中空間自主權對自己的重要性，表面上她們用獨居來達到目的，但心理層面上她們想藉由自主權來反應某些心理的需求。也就是說，她們不一定要獨居，但子女對她們的照顧計畫或其他居住選擇都會讓她們產生失去獨居好處的不安全感，使她們不想輕易改變現在的生活模式。

畢恆達（2004）提及女人對於家其實有很多夢想，有的希望有間大大的廚房可以邊煮飯邊陪小孩玩、有的希望客廳不是以電視為主角，而是親子心靈交流或是可以喝茶聊天之處、希望臥房除了是夫妻彼此親密共處之處也能有個人獨立私密的空間、希望家中有一個屬於自己的地方可以做自己想做的事，希望家是一個能提供每位成員可以不被干擾的空間。然而，談到女人對私密空間的需要時會發現，女性在家中習慣退讓，總是想把最好的空間留給家人甚至是客人，自己卻在角落忙得團團轉，且這種退讓的外顯行為和內心堅持在六個獨居媽媽的居住方式轉換故事中依舊不難看見。

所以要分析六個母親內心對居住方式選擇的想法，研究者欲藉由作家 Lucy Danziger & 精神科醫師 Catherine Birndorf, M.D 在 2010 年所合著的《The Nine Rooms of Happiness》（中譯：在幸福的九個房間）一書中對女人一生的描述方法來

進行整理。這是一本透過空間探索情緒想法根源，兩位作者花了近兩年的時間在美國各地與數百位女性進行訪談後用個別實例整理出普遍情緒的書。書中提到「女人的一生有如一棟房間眾多的豪宅。客廳是正式接待訪客之用的，在最裡面的私密房間，靈魂孤單的守候永不會出現的腳步聲」。在人生豪宅裡面，各空間都對應著女人某一部分的心理想法，呈現出女性人生抉擇的脈絡與原由。

這六位獨居老年媽媽，在回憶人生居住選擇的過程時自然敘說出她們在「人生豪宅」裡最在意的空間如圖 5-1。像是華定阿姨待在客廳的時間多，她重視「與朋友相聚給予支持並接受回饋」，因此「朋友」這個角色在她的居住方式的選擇中扮演著重要的角色，彼此成為彼此選擇的家人。珍阿姨一直很在意自己的形象是否守分寸，這樣的檢視就像是一個不斷流連浴室確認自己狀態是否得當的女性，在「過於注重自己形象」的同時就會忘了「多花一點時間愛自己，難免因此錯失了認識真正自己的機會」。Rose 阿姨勇敢追夢，從不期待「用感情來彌補自己的不足」而是用「靠自己就能圓滿自己」的信念去擁有自己想要的私密臥室空間。小玉阿姨一生致力「掌握家裡的一切和每一個人的狀態」，希望給予家人最多的照顧和幫忙，在專注把家裡整理得一塵不染時卻忘了「溫情比家中整潔重要，完不完美其實不是重點」。她的廚房比客廳要大，在家裡的活動也繞著廚房轉，在意自己是否能於子女返家時抓準時機點端上熱騰騰的飯菜，這些廚房大小事都成了小玉阿姨人生的重點，無心專注人生裡其他的不一樣。May 阿姨的居住型態總是與工作內容相關，她也是所有媽媽中創業當老闆次數最多的人，但如今「失敗」卻是她對自己人生所下的結論，與子女的互動也疏離，現居是自己所選卻也無法產生歸屬感，認定自己已經失去對居住的選擇權，但現在的住所卻是她就算中了樂透發了大財也不要搬離的地方。她其實需要肯定自我價值，對金錢和人生的焦慮都要在人生豪宅的工作室裡解決。阿月阿姨努力讓自己的人生走出充滿可怕回憶的地下室，選擇「不躲在回憶裡，不讓陰影影響自己到任何角落的自由」，勇敢改變人生的她，珍惜現在快樂且有目標的人生，她也對自己選擇的居所感到十分滿意，認為這就是老天對她作好的安排。

每個故事都可以看出她們現在選擇獨居生活的脈絡。每個阿姨看待人生轉折的角度不同、選擇面對的態度不同、自覺的收穫不同、對未來的期待也不同。聆聽這些故事，我心疼她們的堅強、驚訝她們的韌性、佩服她們的豁達當然也看見她們的執著，這些都將成為砥礪我思考出更貼近老人需求服務的重要訊息。

以下，讓我們一起走入時光隧道，進入這些主角們在人生旅途中笑淚交織所

造就的居住歷程，用故事參與她們獨一無二的人生！

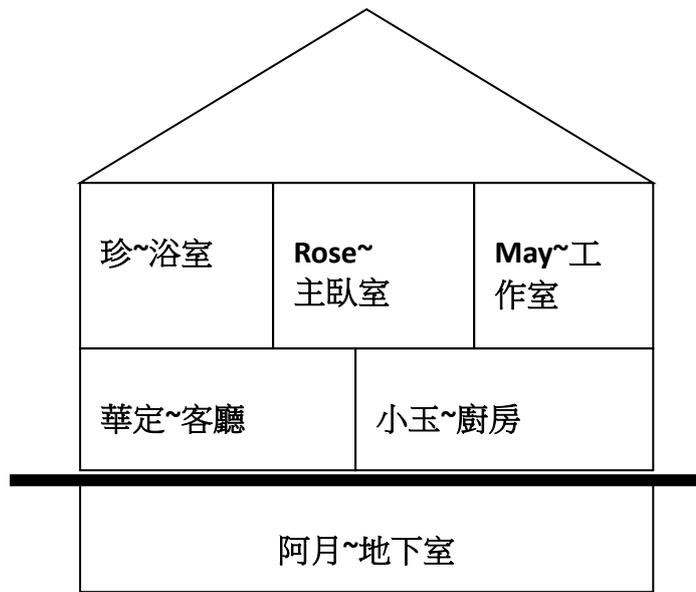


圖 5-1 研究對象人生豪宅房間圖

資料來源：研究者自製

第二節 居住轉換思考七層次

回到研究的最深關切來看。獨居老年母親們重視自己居所的程度與狀態在故事中已是清晰可見，呈現出一種就算有子女安排好新居或邀約同住，母親也還是不一定領情的結果。原因為何？研究者用以下問答整理出脈絡，釐清思考的主軸。

空間：

為何重視自己的居所？因為需要有自己的空間！為何需要有自己的空間？

型態：

因為可以在這空間裡創造自己習慣的型態（大廚房、小客廳、在客廳擺躺椅、在臥室擺書桌，隨自己任性，隨自己所愛）！那為何需要生活在自己熟悉的型態裡？

主權：

因為這樣才感覺到生活是有主權的！如何決定可以擁有甚麼樣的主權？

角色：

因為角色啊（身為女性、母親、照顧者、情感對象）！如何決定這個角色的主權範圍？

規範：

受從小習得和被灌輸的社會家庭規範影響最多！

人際關係：

如何呈現？我的人際關係選擇和運作會告訴你答案。

自我意識：

這就是我想要的生活方式！

換一個方向問這個問題，邏輯也相同，我們一樣用以下問答來呈現。

自我意識：

為甚麼不搬去和子女同住？

人際關係：

因為不想費心處理人際關係！為何不想處理人際關係？

規範：

因為社會和家庭規範都教導我們該如何與人相處還要利他(但這樣我就要委屈自己了，我不願意)！那為何要守規範？

角色：

因為我有角色身分啊(我是個女性、母親、照顧者、情感對象)！那為何要堅守著這個角色身分？

主權：

因為這樣才能宣示角色有的主權！那為何需要主權？

型態：

因為這樣才有辦法維護自己想要的生活型態！那為何需要自己的生活型態？

空間：

因為每個人都需要自我的空間！如何擁有真正的自我空間？就是擁有一個可以自己做主的居所。

在文獻中曾整理出居住方式轉換的可能原因包含教育程度、年齡、慣性、性別、住宅所有權、城鄉差異、婚姻狀況、健康狀況、非正式支持網絡狀態、社經地位、自主權等等因素，大都屬於外在歸因。本研究結果有別於此，集中內在歸因發現並整理出研究對象的內在思考脈絡，以圖 5-2 來呈現：

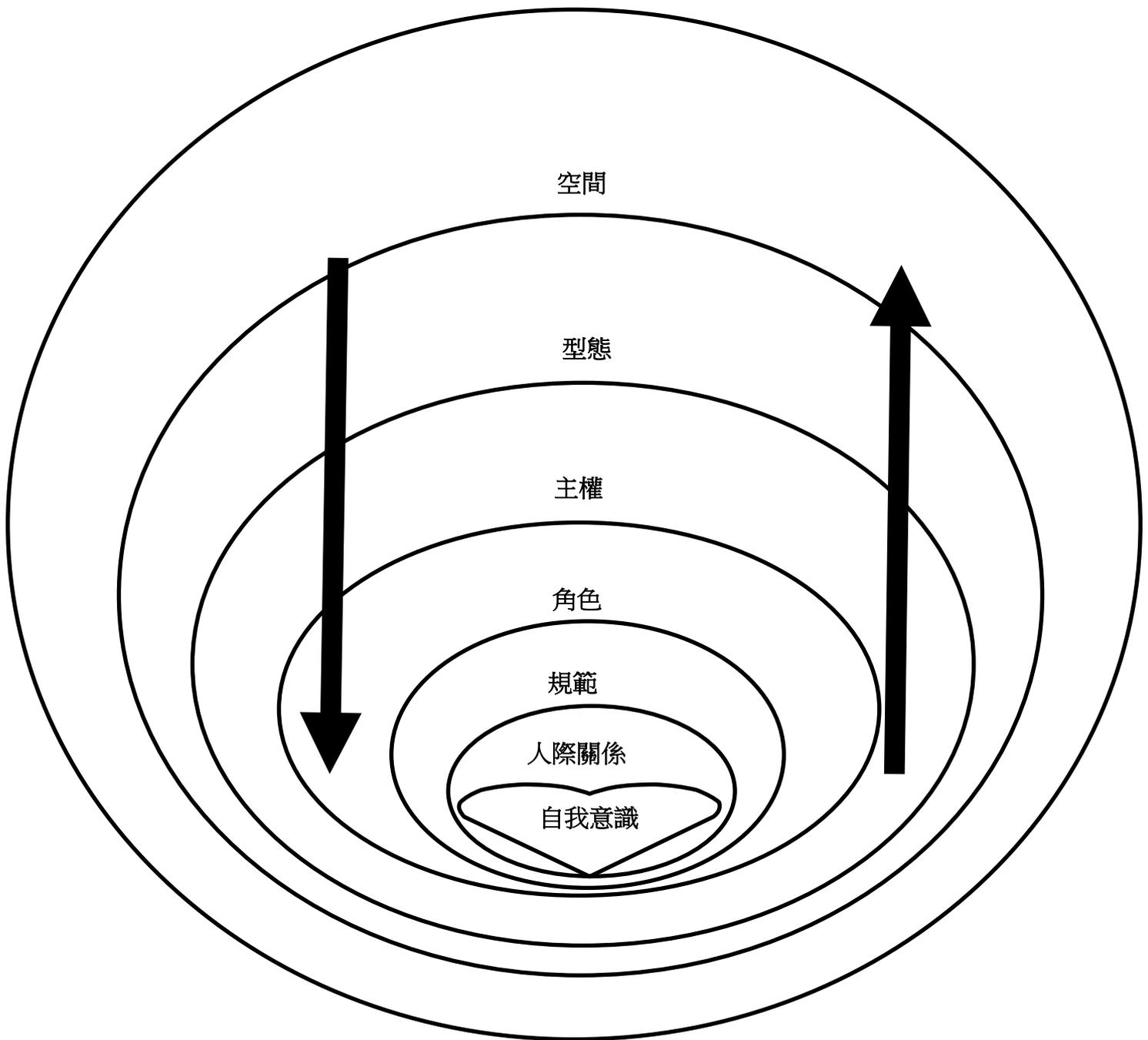


圖 5-2 居住轉換思考層次圖

故事裡，母親們不約而同用居所穩定作為根基來發展自我、尋找自己定位、尋求自我肯定並完成或待完成自我夢想，呈現出「我居故我在」的自我意識。研究者以上述所提到的居住方式轉換思考邏輯為出發點，觀看六位有著不同人生經

歷的母親是如何安排和決定自己的人生路。從「空間」、「型態」、「主權」、「角色」、「規範」、「人際關係」、「自我意識」面向探究這樣的思考脈絡在母親身上所形成的助力(走出來)與阻力(走不出來)的影響，歸納出來的結果將與文獻所提過的相關論點進行對話，最終以 Satir 的冰山理論以及《The Nine Rooms of Happiness》(中譯：在幸福的九個房間)一書中提及的女人內心的房間(第十個房間)來統整母親們透過居所穩定來達到的自我認定狀態。

壹、空間：有形無形都重要

不論居住空間是三層獨棟樓房、是一層公寓還是一間套房，六位母親都有自己的有形居所空間，空間也讓母親們可以安身立命而暫時沒有居住方式轉換的想法。但並非提供母親們一處空間，就能達到同樣的效果，舉例一個老人住進子女家，除了房子裡留有老人的私人空間外，子女家庭中原已形成的界限和互動方式是否讓老人覺得有自在和包容的無形空間感才是重要的，無形空間的給予是老人能否成功融入新居所的關鍵。但空間的調整過程對兩代來說都不是易事，和子女孝順與否也沒有直接關聯，倘若再加上長輩較缺乏安全感或個性較為操控都可能會再增加彼此同住的困難度。

關於兩代對空間的認知，有一篇文章是這麼形容紐西蘭的兩代關係的。文中提及紐西蘭的孩子到外地唸了一年大學暑假回家，會發現他的房間已被母親改裝成書房，他的床被塞進地下室車庫。有的孩子前腳剛搬進大學宿舍，父母後腳就把同個城市裡的自家房子賣了，兩老搬到澳洲去頤養天年。還有一對姊弟，分別上了大學和技術學院之後，父母就駕船出港，四海遨遊去了。當然這樣的自由與獨立也不是沒有代價，如此長大的紐西蘭人，到了老年，也極為獨立，他們堅決不要成為兒女的負擔，即使老伴已去，老人仍寧願自己獨居。政府也鼓勵他們儘量保持獨立，這個國家因此沒有快被壓垮的老媳婦，沒有肩挑重擔無可分勞的老女兒（尹萍，2010）。

紐西蘭人的做法在華人看起來應該覺得不可思議，在華人家庭裡，家人即便離家，甚至已經往生，他們的個人空間也常會被父母完整保留，試圖用有形空間去證明離家或往生的家人的存在，在心中也留下了無形空間給很少或不會再回來的家人，華人較難接受缺乏家人情感和人倫道理的做法，這是中西方的差異，也突顯對空間的不同認知和應對的不同。

一、母親對空間的表達

珍的女兒雖提供了有形空間的孝親房給珍，但珍也必須和親家母同住，在這空間裡珍不只要顧慮自己對分寸的標準，還要顧忌自己和親家母的關係是否會影響到女兒和親家母的關係或親家母會怎麼看她這個住在女兒家的岳母？又會如何展現屬於一個婆婆的主權？如何突破一個家有兩個女主人狀態？這些顧慮都可能對在意分寸的珍帶來北上生活的挑戰與壓力。所以珍選擇用心領的方式謝謝女兒。而她對無形空間感的沒有把握，也選擇不解釋以免徒增和女兒間不必要的誤解（珍擔心女兒會以為自己希望在台北獨住因而再去置產增加經濟負擔）。光是這些考量，已經讓居住轉換思考複雜許多，所以珍始終對女兒準備的孝親空間無意培養認同感。

我其實在女兒詢問買厝意見時就沒答應了，因為不想要增加女兒的經濟負擔，雖然最後還是拗不過女兒的決定，但還是有提醒女兒自己不想長住，只在有需要時才會來台北幫忙，所以要把套房留給婆婆，一間客房讓我來台北時住就好（珍 3-01-02）。

華是兒媳一家熱情邀約同住的例子。她不僅擁有自宅有形的小空間與在環境大空間的生活能力，也有自主來去自己家與兒子家的移動能力，因此沒有居住方式轉換的意願，也沒有改變的動力。

我的菜園在兩公里外，有高麗菜有萵苣白菜大頭菜青花菜青椒馬鈴薯豆子韭菜玉米，有人要買就買，沒我嘛願意送給厝邊。（華定 2-01-19）

我會自己去高雄兒子家也會自己返來台南。我對公車時刻非常熟悉，外人是摸不透阮這區ㄟ公車時間的，但是我攏就清楚。（華定 2-01-21）

我無愛住高雄，因為大樓門一扣起來大家去上班，我就沒伴了，而我在自己家就自在還可以去種菜有開心農場，而我去高雄最多住兩眠三眠就想回台南了。（華定 2-01-05）

May是六位中唯一明確表示討厭現居有形小空間與環境大空間的人，她承認自己因為經濟狀況欠佳導致必須離開家搬到現址獨居。也因為此種無奈，三年前打包搬來的紙箱她到現在也不願拆開整理。她討厭這裡，但卻表達以後經濟狀況

若改善，證明現居是寶地，那她也絕對不要轉換居所的看法。看來，是 May 自己「選擇了一種沒有選擇的選擇」，她讓自己想像出來的無形空間綁住了自己可能的轉換機會，也失去了轉換有形空間的可能。

對於住進排了很久才入住的國宅，我沒有開心。我會選擇這裡只是因為租金便宜，要不是自己玩股票輸了老本，生活變很困難，自己老了沒有用了才住這裡。我已經搬過來三年了，連當初搬來的紙箱都不想打開，只在需要用什麼的時候才去翻找。(May6-01-13)

我只有一个中彩券的夢想，有錢可以讓人生更美好，更開心，也能遠離失敗。但我如果真中了彩卷，就證明這是一間會讓人發財轉運的好房子，所以我也不會搬離開得好好守著！（May6-01-14）

Rose 的故事敘說出對有形空間和無形空間頗為明確的要求，即便家人有所質疑都不會輕易改變，而她對於有形空間上的要求都是為了能創造支持自己可無後顧之憂打拼的無形空間。她身體健康、行動自如時需要的有形小空間只要套房大小且社區管理良好，而大環境要交通便利且夜晚燈火通明為首要條件。

說到買房子，我在選擇時也是自己決定，我甚至沒有和任何家人先報備或商量，因為覺得他們在經濟上也無法幫我忙，別人建議的又不一定適合自己，但當時的確有跟工作的老闆夫婦討論過，因為覺得他們夫婦都是老師，也是非常好的朋友和恩人，跟我的想法會比較接近，但當彼此意見有出入時，我還是以自己的想法為主。而買後親友們認為房子單價過高或坪數過小時，我也認為房子的交通與生活機能可給需要日夜兼兩份工作我安全感與方便，大小根本不是考量的重點，我只做自己有把握的事，想要靠誰誰都靠不住。(Rose1-01-12)

說起自己買的家就很開心，我家雖然是新房子，但買時建商已經裝潢好，我沒再裝潢但已經覺得很好。我對所謂的裝潢風格沒有太多要求，但一定每天都會維持家中清潔，在上班前就會掃地拖地將家事先做好。我對樓梯間的清潔與公共安全也很重視，當初就花了很多時間在挑同一層不要太多住戶的大樓，環境管理一定要做得完善，所以也要求大樓要有管理員來維護，也能協助一些我不擅長的水電問題，不用麻煩到女兒或女婿。然後房子也要交通便利夜晚時燈火通明，這樣才可以讓我工作晚歸時不用害怕。(Rose1-01-14)。

二、與空間有關的文獻對話

女性與空間的文獻帶我們看到了因華人社會傳統，女性比男性有更多的居住方式轉換經歷，不論是因為婚姻制度還是對父權的服從，母親們的故事呈現出女性遵從後沒得到報酬的絕望，卻也看見因絕望所產生的作用力。華定年少時的確畏懼父親，也努力配合父親要求，但當她發現父親並未疼惜她的「聽話」，她就開始選擇逃離，想辦法轉換空間讓自己有了無形的自由空間。喪夫後，面對公公的騷擾和刁難，原本也畏懼離開熟悉空間、離開先夫牌位的她，被逼到了絕境仍然可以頭也不回帶著孩子靠自己雙手另闢空間。Rose 小時候就被過繼，因而生活在沒有自由的國度，環境的大空間讓她絕望，她不惜一切回到自由的台灣來找回她要的無形自主空間、女性之於空間可以做到配合、可以利他犧牲自己需求，但不能被視為理所當然，也不能被過度忽視，這些都是母親們用自己的生命故事提供出來的證明。

貳、型態：個別需求的展現

型態之於居所，就如同靈魂之於身軀，家中有了自己想要擺設的家具、便於自己生活的動線、自己感到舒服的溫度和燈光等等都是讓人對自己的居所產生家的認同的關鍵。型態沒有一定準則，但它一定要符合個人規則才有張力。在研究者的實務經驗中常看到長者家中的特殊型態，例如一把橫在走道上的椅子、一張貼在大門上的黑白大頭遺照、一個永遠放在餐桌上發黃的小學書包、一套放在客廳沙發上的枕頭被單、一組放在客廳的炒菜鍋與瓦斯爐...，每一種型態背後藏著一個習慣，也可以追溯出一種養成背景，後面應該也有著獨特的回憶，更珍貴的還是這型態所帶來的熟悉，熟悉再帶來的安全感。對女性而言，要脫離熟悉型態的空間所帶來的安全感並不容易，這使得女性對於自己創造的型態有所堅持，不輕易放棄已經爭取到的空間與型態，較易在委屈和不甘心的情緒中反覆掙扎不願變動。

一、母親對型態的表達

華定可以把一間大房間只當作更衣室、可以把自己的作品擺放家中每個角落，可以把主臥室設在一樓，可以任意布置與設計，更重要的是她可以給先夫一個能遙望山上家鄉的神明廳，這多麼令華定為自己感到驕傲和安慰。

我帶你參觀我自己監工起出來ㄟ厝，客廳這些布置都是我自己做ㄟ，我廚房

有兩個大冰箱，裡面裝好多東西。我睡覺的房間故意放在一樓，有一間很大間的房間放衣服，啊我就很愛穿水水啊。阮子和媳婦孫回來麻有一間大房間倘囷。三樓是放阮先生ㄟ神主牌ㄟ神明廳，我特別選的，因為在這裡可以看見阮以前和先生住的山上舊家，每擺看著就會感覺真驕傲安慰。(華定 2-01-23)

小玉知道自己個性比較嚴謹，也知道自己有比較多的規矩，但在她的空間裡，沒有人可以評價或阻止她，她可以盡情維持自己對家中型態的想法、可以依照自己做家事的習慣將洗衣機擺在廚房或任何她方便達成任務的地方。她喜歡一切都在自己期待中的狀態的感覺，這讓她對生活感到安心。

我也沒想要找親朋好友來同住，我這個人要求比較多的個性我擔心會有摩擦啦，我東西想怎麼擺有我的習慣，這樣我比較放心，一個人住比較簡單啦。(小玉 4-01-11)

阿月的空間雖小，但她可以將客廳變成廚房製作出生財工具以維持自己的生計，空間對她來說不用很大，但要是能為她所作主的，這讓她的經濟保持活絡，也能因此充滿自信。

十坪大的房間擺設雖簡單，但可以自由運用的感覺讓我覺得空間很足夠很有安全感。我在客廳做點心到陽明山賣，在那泡溫泉的老朋友都會來跟我買，再也不會有人干涉和禁錮的日子我過得開心又自在。(阿月 5-01-25)

May 家被幾個裝滿東西的大紙箱佔去大部分空間，但她不在意，因為她就是想這樣擺著。不喜歡這個空間的她，至少可以選擇家中擺放東西的方式，無須經過他人同意，也不必顧慮他人喜好，此種感覺，彷彿讓她的不舒服也有了個發洩的管道。

我知道走道還堆了好多個未拆封的大紙箱，把走道都佔滿了，我也知道還有東西要整理，但我就是想要這樣擺著不想動，任何人也管不著。(May6-01-01)

二、與型態有關的文獻對話

畢恆達(2004)表示女性從小就以家庭為中心，就算戀愛結婚還是以家庭為重，對任何一位女性而言，室內的擺放就是一個女性心性的寄託，女性對自我身體的敏感與細膩性遠超過男人。但研究者因而開始思考在型態要求上的「男女大

不同」，重點應該不在男女性別，而是每個「個人」原本就存在不同。因為如果每個人能尊重他人有自己想要的居所型態與追求的權利，或許可以鼓勵出更多誠實的表達，也可以少走一些溝通的冤枉路。

在日本電影《海街日記》中，兩個從小沒有生活在一起的同父異母姊妹從各自家園外在相似的一片風景的大環境找到彼此情感的連結點，也修補了多年未能建立關係的缺憾，兩人從類似的「型態點」，形成連結的「情感面」，這就是型態在關係上的神奇力量。不過就如文獻所提及生活環境反應個人的生活歷程以及對家中特徵的了解，老人就會對當下的環境賦予意義。這讓老人對型態的眷戀不全然都是正向影響，有時型態會被拿來做逃避或抗拒改變的藉口，讓原本該正視的問題被忽略，在居住方式轉換過程中形成阻力，這也是老人在居住方式轉換過程中需要被關注的狀況。

參、主權：我的生活我作主

在《目送》(龍應台，2008)一書中提到：「80 歲的爸爸，平常以開車到處遊玩為樂趣，也想要環島，但不論多小心，仍然會出小意外，子女們為了安全考量要求他搭乘交通工具別自己開車，父親照做了，但從交出車鑰匙的那一天開始，他也不再出門了……」。

這裡的主權代表在居所內自主自決的權利，不受他人箝制，也不被他人束縛，所以主權的喪失常代表著個體的解體滅亡。當人失去生活空間的主導權，也是將她/他積極生活動力一併帶走的開始。研究者在醫院內科擔任社工時常見到家屬聚精會神地聚集討論長者出院後的居住問題，但不論病人當時的意識清醒與否，都甚少看見家屬去詢問長者(病人)自身的意見。這個現象讓研究者擔心，常不厭其煩提醒家屬，先聽聽長者(病人)的意見，將來的適應會比較順利。但家屬的回答通常都是「這樣太費事」或是「問她/他不會有結論」。家屬多認為長者不懂或是沒有想法，尤其在當事人是女性長者時。子女多認為在記憶中，母親會以丈夫子女意見為重，少有自己的聲音，而母親們常掛在嘴上的：「交給兒女決定」，讓家人更為認定可以代其做主。

一、母親對主權的表達

故事裡的華定、珍、小玉都表達過讓子女作主自己人生「最後」的居住方式的說法，但母親們對主權的表現其實就清楚展現在這所謂的「最後」的定義裡。雖然從敘說中發現故事中的兩代都還沒有意願對這所謂的「最後」進行清楚確認，

但母親們在敘說這「最後」時的眼神充滿無奈，是非常不期待這無法自己作主的「最後」到來的。

人若真的到了沒有辦法照顧自己的時候就要去住兒子家了，如果自己已經不能煮不能吃，兒子又跟我說：「媽媽，跟我來去高雄住好不好」我就會去了。但如果以後真的不行去了高雄就是這樣了，就不想要想太多了，人如果要走了就不要捨不得，該走就要走了。不過不到不能自己煮自己吃，我都想住在自己台南厝。(華定 2-01-16)

除非到了自己不能照顧自己時，那再隨兒女安排吧。只是我想到時陣他們應該都沒有閒，某迪卡也會甲我送去老人院.....」阮不到非不得已不會離開草屯厝家，因為留在這生活對我來說有特別的意義。(珍 3-01-17)

我只知道要努力保持身體健康就不用擔心未來沒有人照顧需要搬離開家，萬一有一天身體出狀況或真的太老了，子女也無法照顧，不得已阮才會選擇到養老中心住，去哪一間就給子女選，反正要相信他們會做最好的安排。(小玉 4-01-10)

但母親們還是如此表達，或許是因為人對生命未知的無力與惶恐，也可能是在跟自己信心喊話，認為身為母親，子女還是面臨「最後」時的依靠，這也突顯了女性在華人傳統觀念裡還是需要強調自己主權以便維護自己選擇，卻也不敢完全棄守夫從子的鐵律。相較於女性，男性毋須刻意表達主權，因為大多家庭本來就視男性為主權者，一個始終擁有主權的人，何需特別強調自己握有主權，此點也呈現出華人社會的性別差異。

此外，六位母親執行主權的動力與她們目前的身體狀況也有關。珍有癌症病史，強調自己當初癒後的心理調適與鄰居朋友的陪伴和支持有相當大的關係。珍敘說居住轉換過程時情緒最大的起伏也在這一段，當她說起如果沒有鄰居朋友的陪伴自己不知要怎麼渡過的時候聲音也明顯是哽咽的。她本來就戀家，從小到大沒離開過草屯這個區域，讓自己生活中充滿這種熟悉和安全感幫助她渡過先生外派需獨自照顧兒子的辛苦，也緩解了癌症所帶給她生命的惶恐與不安。珍一生嚴守扮演各種角色時的分寸，嚴以律己的個性讓她不願意因自己的病體去依賴人，但接受自己依戀家園土地。這種沒有麻煩到任何人就會有的安全穩定感對珍來說是非常重要的，她會以草屯的家為未來需要任何照顧時尋求資源的基地，並且願意與當地資源配合，是她堅持生活主權的助力。

面對這款打擊，復原的過程對我來說有夠辛苦，有時都想放棄不想堅持啊。還好我厝邊有一位道陣做香功的好朋友常常鼓勵我要走出來，時常主動卡電話厚阮叫阮出去行行哩，對阮非常好，嘛有主動邀請我作伙住互相照顧，但我就是感覺朋友再好也不能麻煩人家，自己又沒什麼可回報，心內會過意不去，也不想欠人情債。不過因為這些朋友，厚我感覺在草屯生活安心有安全感，發生代誌我嘛ㄟ仔影要去哪裡找人幫忙，攏ㄟ盪賣麻煩別人。(珍 4-01-14)

阮自己和先生都使用過居家服務，對阮南投的居家服務有非常好的印象，屆時若有需要我嘛願意自費，會想辦法使用這項服務或其他照顧。(珍 4-01-17)

相對於珍的居住轉換歷程，Rose目前的身體都硬朗健康，所以也可以接受更多居住轉換的可能性，即使現在所居住的自有套房對她的人生來說也意義非凡，但她的主權呈現方式，就是保持了解和考慮不同可能。

說到未來，我也知道會有需要人幫忙照顧的時候，所以我連自己的身後事都已經想好要樹葬，而我去年沒工作的時候曾跟一個喪偶的也已經是老人的學生到過至善安養護中心參觀，我也獨自到恆安安養護中心以及朱崙老人公寓去了解過，最後我自己和朋友都在至善安養中心留了資料，因為這裡居住的環境夠大、可以不用出門就接近大自然、空氣好、視野好、有專業人員提供服務和照顧，有什麼事會有人知道，以及個人房坪數大概 10~15 坪，與我現在的家坪數接近，費用也還能負擔，還能跟認識的人住在隔壁這些都是我在乎的，此外最最重要的是我看到住在裡面的人感覺很快樂很健康，這點讓我很有安全感，自己如果住進來應該也可以很開心。(Rose1-01-15)

但我覺得其實也可以考慮居家照顧服務，這樣不用離開家也方便小女兒來看我，然後也不用讓陌生人 24 小時住在家裡，想到這我覺得挺開心的，這樣應該就可以平衡我和女兒之間的想法了。(Rose1-01-17)

此外，像是華定邀請朋友同住、Rose不惜離婚以捍衛自己在台灣購屋建構家園的決定、May用離婚表達自己拒絕與其他女性和自己丈夫共同居住的可能、珍喜歡住在草屯，不論重要他人有任何變動她都不動，這些都是她們堅持自己主權的經歷。

我覺得女人年紀有了就不要找個男的來「貼纏」，邀請好朋友一起住比較好，連媳婦都會跟我說很欣羨，伊麻想要有ㄟ盪相互照顧甚至鬥陣住的好朋友，我的好友是兒媳都認識的，大家感情都很好。(華定 2-01-15)

因為在台灣買房讓在上海的先生認定我一定有人幫忙，否則靠我自己不可能有能力，他甚至還跑到我母親家去吵鬧。當時他的不信任讓我非常難過，我一個人板橋不知道哭掉多少眼淚，所以就毅然決然決定結束這段婚姻。(Rose1-01-10)

我公公在民國 54 年左右過世，先生因為回公公家協助雜貨店生意而變心愛上了那裏的番婆，先生還問我能不能把番婆帶回家住，我忍無可忍，就在 28 歲時離了婚。(May6-01-06)

但從她們行使主權的過程也讓研究者重新檢視所謂的界限議題。如同前面所提《目送》的片段，子女為何覺得有權利要求父親改變喜歡的生活模式?而父親又為何願意妥協配合?個體在界定自我和他人或外界關係的有形無形防線時，願意讓其他人或外界進入的程度是怎麼界定出來的?研究者認為此答案除了跟互動雙方的角色、習慣、價值甚至利益都存有關係外，更牽涉家人信任與家庭動力的問題，須從多元面向探究。

在研究者的實務工作經驗中，常有機會聽到母親說：「要不是為了孩子，我早就離婚了」、「要不是為了這個家，我早就.....」，在故事裡，也可看到母親們為了子女的需求而願意去調整自己的界限，也犧牲自己的主權。例如 May 曾為了子女放棄已經穩定的生意從山上搬到山下，卻因此失去工作能力，經濟困頓到差點要為了子女賣身。

我擔心孩子一直待在山上的缺乏刺激，而且每天都要走一個多小時的路去上學也不是辦法，所以我又在瑞穗市區用 6 萬 5 千元買了間 30 坪大的木造平房搬到市區生活。但搬到市區我就沒辦法再做原本熟悉的生意，找不到工作沒收入只能靠吃老本過活，每天都得擔心未來的日子要怎麼過下去。(May6-01-07)

在那個年代的女人帶著孩子，會選擇再嫁來尋找下一個可以依靠的肩膀。那時我也還很年輕但自己從來不考慮，因為我不相信會有男人真心愛我的孩子。但決定不靠男人的結果，是有天居然做了到台北當煙花女子的決定。(May6-01-08)

珍認為母親該在女兒家庭工作兩頭燒時給予幫忙，即便這必須讓她離開舒適的家去住在不適應的台北數天。

自己的朋友都在草屯，來台北除了上市場逛逛、到圖書館看看報紙以外沒什麼事可做。要不是不忍心女兒工作家事忙不過來所以來幫忙幾天，不然我在台北沒有朋友，這裡又和草屯的生活差很多，又會改變我固定規律的生活，這對開過兩次刀體力不好的我是很耗神的。(珍 3-01-16)

獨居的小玉希望挹注自己的資源協助子女的居住方式，所以寧願在希望未達成前獨自忍耐夜晚寂寥和孤獨害怕。

我就是希望兒子趕快結婚，期望媳婦願意專心在家和我一起照顧孫兒，我的經濟能力可以讓媳婦不用去賺錢。但兒子現在連對象都還沒有，我也只能先一個人住，雖然晚上會覺得寂寞孤單有時還會有點害怕，但到了白天也就還好了。(小玉 4-01-12)

阿月恨極了陳，但為了兒子對父愛的需求還是選擇自己調適，並主動和兒子修復關係。

和兒子感情變好是因為我開始主動去關心他們的工作和生意，有機會見面時也會主動和他們說當初沒有給好生活和教育讓他們很辛苦我很抱歉。現在和兒子們已經好很多，看到我打電話就算沒有馬上接也會回電。但我沒打算修復和陳的關係，因為他實在帶給我痛苦太多，在世我都沒有辦法忘記，也不會原諒。(阿月 5-01-23)

但母親們認為自己犧牲去達到的極限是子女們樂意接受的嗎?本研究未直接了解子女想法，但從母親敘說中也看到她們的子女雖知道母親對居住方式有自己想法，但還是認定自己有擔負規劃或介入母親居住方式安排的責任。這種行為除了呈現出華人支持和讚許子女介入父母親生活界限的行為，並把這行為認證為孝順，也表達出子女們認定的界限。

此外，溝通界限上的困境也不難看見。華人母親易被傳統觀念所束縛，自覺沒有遵守或做不到就會產生罪惡感。如跟已婚女兒同住會覺得有失分寸但跟已婚兒子同住就是老有所終，難免就會覺得選擇獨居更為單純些。珍強調女兒所準備

的孝親房的主臥室一定要留給女兒婆婆這樣才不失分寸，而她自己雖然接受了一間房為北上時暫時的居所，但也無意對這個要跟女兒婆婆合住的空間建立歸屬感，當然也吸引不了珍進行居住轉換的行動。Rose與小女兒對未來照顧和居住方式想法存有差異，小女兒覺得未來Rose若需要人照顧，請外傭到家裡同住是最佳選擇，但Rose不喜歡有陌生人進出自己的獨立生活空間，她寧願住在有獨立房間但外面有專業人員的養老院，關鍵點就在於她對於空間界限的在意。

我小女兒覺得我想去的機構太遠，不方便她來看我，而且小女兒覺得住在安養中心的費用不如請外勞在家照顧，但我就覺得家裡不大，多一個人在家裡很不方便，而且行動不便後困在都市的家裡會很不開心，所以我不很贊同女兒的想法，但因為她的想法對我還是有影響，所以以後還是再和女兒商量商量好了，現在暫時不想想，但到時若還是意見不同，真的到了要決定的時候，我還是會傾向住到機構，因為我對外勞的照顧沒有信心，而且我覺得我小女兒還是會尊重我的決定，就算到時候小女兒真的因為我選擇到比較遠的機構生活而減少來看我，那我也會尊重女兒，也不會難過。(Rose1-01-16)

從六位母親的敘說中，看到她們對漸老失能後因應照顧方式可能面臨的「居住轉換」準備動力不足。六人中只有Rose接觸過照顧資源也進行預定，珍因為照顧先生和自己開刀後有短暫使用過居家照顧服務的經驗。華人總是不想談這些，覺得忌諱，所以會重複來不及如自己意願安排的狀態，眼睜睜等到自己無法自主了，在把主權交給子女的同時，也來不及改善子女的照顧負擔又無法避免子女手足因照顧問題所產生的嫌隙，而此種困境所帶來的副作用最終受害者也還是老年母親自己，只可惜母親們在身體健朗時都還沒有把握自己的主權去預做未來空間因應的思考與準備。

母親對主權的要求，明顯的影響著她們居住轉換選擇的差別，母親與子女都是成人，每一個體本來就會存有個別想法，但彼此想法不同關係依然可以親密。就像華定、珍、小玉、Rose所述，子女會尊重她們的決定，而她們對子女也有一定程度的信心。雖然，即便是血緣親情，彼此想法的溝通也不可能永遠無礙，但如前面所述，彼此間的信任讓彼此存有默契也讓母親敘說出真實感受。

二、與主權有關的文獻對話

家對於個人意義的論點中有一「協助老人整合」觀點，其中包含與想要同住的人共同發展生活期待與標準（吳瓊滿、陳喬男、陳素惠、戴金英、吳宏蘭、林

伯岡、陳蕙玲、劉紋妙、楊其璇譯，2011)。對故事裡的兩代來說，在思考居住方式轉換時是否就包含了這個考量？子女雖是從原生家庭獨立出去的，但若換父母倒過來進入子女的己身家庭生活就完全是兩回事，但或許因為傳統觀念、文化價值與血緣親情，讓兩代間都覺得一家人同住合情合理，但其實大家都對「同住的人共同發展生活期待與標準」這一點沒有把握，也對相處時可能會有的生活摩擦感到害怕，所以寧願保持安全距離，不作同居的安排，也顯現出一種對擁有無形空間的不確定感，這些都不是再好的有形空間可以完全彌補或取代的。

主權的行使乃至堅持也與經濟能力有關。在老人狀況調查(衛生福利部,2013)文獻提及老年女性在經濟上會需要依賴配偶或子女，若要獨居也容易陷入經濟困境。六個故事裡的母親靠工作、儲蓄、自有屋或是尋得便宜可永久租賃的居所來擺脫經濟上的束縛，所以才更有力量支持自己居住選擇主權的行使。

肆、角色：人生的定位

角色代表著某種社會位置，每個位置都會被賦予權利義務也被要求遵循行為規範。社會對每個位置都有某種普世但不一定正確的期望，也會附帶圍起一個無形空間。例如，在華人傳統根深蒂固的觀念裡，女性角色是被動、無助、柔弱、需要被保護，需要靠父親、丈夫、兒子才能有所依歸，並扮演家中犧牲自我與照顧責任的角色。女性因為這樣的角色或社會的位置，生存的空間被限縮在某個範圍裡，如同前述被框起的無形空間。

獨居老年母親的角色多元。在**性別角色**部分，每個人都應該發揮個人資質的最大效益，而不是讓性別決定一切。研究者出生時的台灣正在推行十大建設，這個政策的成功，使台灣渡過石油危機，經濟成長率也得以繼續，國家各項外銷政策持續施行，使台灣與南韓、香港及新加坡一同躋身為亞洲四小龍持續發展至今，貢獻其中的人民無分男女性別，一起享受也共同承擔。但如今職場上依舊存有男女同工不同酬，女性因婚姻、生育或家庭照顧問題工作權被歧視或阻擋，職涯中斷的結果導致依賴的宿命，也更強化弱勢形象。

從**母親角色**看女性，從小就被強調要會照顧家人與犧牲奉獻，從故事中，可看出她們在居住上的選擇是有獨立自主、對環境有掌握能力，知道生活所需資源的優勢的。她們雖對自己失能後的照顧缺乏具體想法，但聊及子女或家人的需要都可以洋洋灑灑一大篇。身為華人母親，利他的觀念清楚可見，愛子女的天性也在母親們的居住轉換思慮中始終存有影響力。比如說有時候，母親會習慣把子女

的需要當成是自己的需要，或把自己的需要說成是子女需要，彷彿自己這樣才理所當然。在訪談中也看到，母親們會習慣性先思考自己是否有所貢獻才考慮是否可以和子女同住或維持互動。母親為了子女常常願意調整自己的堅持，雖然還是會展現出自主權，但因為母愛，能調整的幅度有時無限大，相對的如果子女希望母親轉換的說法是為了母親好，母親對主權的堅持就會變得難以撼動。

最後從情感角色看六個故事的主角，其中一位未婚、兩位離婚、三位喪夫，有四位在成年期已經單身。追求情感寄託是人的天性，華人女性的擇偶標準在年齡上是男大女小，女性平均餘命又大男性7歲以上，守寡的結果不是意外，女性得獨自渡過失去另一半的生活好多年，更何況還要面臨婚姻或感情裡可能出現的其他考驗，所以母親們生活上寄情有薪工作或無償志工比寄情感對象要多。

阮感覺如果沒有適合結婚的對象就攏總不要結婚了。獨身嘸免驚，身體顧侯好、經濟好有老本、就沒有關係，也不用怕寂寞，就每天到人家家坐，或公園聊天，像我這樣就很快樂，有工作做就做，沒有就到別人家吃飯或揪朋友到自己家吃飯。所以自己會安排自己生活、有經濟能力、有自己可以住的房子、身體好就會快樂，尤其是身體要自己會照顧，該看醫生就要去看醫生就可以。(華定 2-01-20)

坦白說其實一個人生活也很好的念頭只有在白天才會出現，白天在衛生所和基金會當志工、到公所與朋友聊天唱歌、偶爾外出遊覽、忙家事、打打電動等等事情都很容易消磨時間，但到了晚上就比較會胡思亂想，我常在睡到一半醒來後就無法睡著，然後以前人生中不愉快的回憶就會在這個時候想起，所以晚上會感到特別寂寞。(小玉 4-01-07)

難道到了老年，工作成就感已經能夠取代情感需求? Erikson 老年期的生命發展任務不是親密關係但也不是工作，只是隨著時代變遷，女性在各方面都有更大的空間，也有更多的選擇。選擇情感對象時考量的要比工作要多得多，副作用也少得多 (彭懷真，2012)。老年母親所面臨的狀況也大同小異，所以難免會關起風險高的情感大門轉而尋找風險低又能給自己安全感的工作場域去尋求寄託。

距今約 31 年前，台灣熱播過一部外國影集叫做「黃金女郎」。劇情描述白蘭琪喪偶後徵求室友，與蘿絲、桃樂絲和母親蘇菲亞等四人同住共度退休生活且積極追求第二春的生活故事。她們的生活多采多姿，外表不受年齡限制隨自己喜好打扮，親情、友情、愛情生活都豐富。劇情不只歌頌追求情感自由也探討失敗後

自我心靈的成長與修復，主角們的情感發展不被壓抑或被要求噤聲，老年生活何等活絡且豐富。這與華人社會對女性情感角色的諸多束縛與壓力有著強烈的對比，所以在當時的台灣社會形成了一股收視熱潮。但看戲歸看戲，中西方觀念依舊存有差異，母親們的年代雖然已經沒有貞節牌坊的要求，但大膽追愛勇於一再嘗試的心態在她們的人生裡還是需要勇氣的。研究者曾經看過一個真實案例，一位經濟無虞子孫滿堂的女性長者在先生過世後就一直期待著自己能夠中風，等到真的中風後被送進了醫院就堅持不讓醫護人員插管治療，一心希望自己跟先生一樣中風後就死去，這樣的狀況顯示出這位女性長者的情感始終依附先生，不給自己的情感角色有其他可能，甚至也沒有屬於自己的角色。

一、母親對角色的表達

女性因為社會化的結果，扮演社會所範定的角色，即使也有追求自我的空間和自主性，卻也很甘願的為子女或家人留置空間，這樣的作法很難不回頭又影響到生活的自主性。

在性別角色中，六個故事的媽媽們從小被教導行為要有分寸、要有女孩子樣、要以他人需求為主。我們的社會、宗教都要求女性性情溫順、要當男性的賢內助，要成就他人而不要求勝出頭，這些對角色的要求讓女性像是一個被長輩要求在客廳表演才藝並需獲得稱讚的孩子，如同華定強調的乖巧、Rose行為的條理、珍強調的本分、小玉對生活態度的嚴謹。但媽媽們有被父親家暴、被公公騷擾、被父親賣掉、被長輩出讓、被友人性侵害、先生外遇、照顧先生自己卻罹癌、喪夫後怕人言可畏不敢勇敢交友等傷痛、無奈或無從選擇的經歷，這些事件讓她們的命運因此變化，居所也跟著轉換。但從她們的敘說裡，依然可以看到她們試圖藉由居所的穩定來找回身為這個性別從小所缺乏的肯定與抉擇權的軌跡。例如華定經歷被父親家暴、被公公騷擾、喪夫、被趕出夫家後，努力掙錢蓋了屬於自己的房子並進而有能力穩定生活去建構出自己想要的人生。在這個居住空間裡她有自主權，不會有人對她施暴，也不會有人阻擋她祭拜先夫，從小就居所不穩定的歷練讓她在失去先生保護被公公騷擾時能用自己的力量重新找回的居所穩定，此種成功經驗不是憑空而來的，是長期遭受性別歧視而產生的韌性特質讓她擺脫身為女性的宿命，也為自己走出不一樣的路。

又如被當時的友人陳性侵害的阿月，因為貞操觀念誤了自己一生，生活從天堂掉到了地獄，數十載的人生都在盲目追求社會價值觀裡所認為女性需要得到的名份，即便這個對象並非良人而是狼人。在阿月所敘說出的故事裡，被侵害的事

實與居住上的委屈是有關聯性的。因為自己沒能照顧好身為女性最重要的籌碼，所以她必須跟著加害人生活以確保沒有人可以輕賤自己，但這卻造成了反效果，讓自己一直生活在充滿輕賤她的人的生活圈裡。加害人與其家人從來無意提供適當居所讓阿月安穩生活，而阿月執著想要加害人負責的舉動，也反應出她認知這是為自己討回一點公道的方法。現在已經轉念的阿月，終於靠自己找到一個滿意的住所，擺脫了性別的宿命，不再執著想要討一個交代或答案。雖然，她的言語中還是透露出覺得丟臉和不潔的自我評價，但她努力運用現有能力的找回當初那個靠自己雙手掙錢的快樂，不再被社會價值觀對性別的不合理要求所綑綁，讓自己活得像個人，像個自己期待的人，這些實踐都可以從決定居所方式，創造自己的新人生中得到證明。

母親角色裡，小玉擔心無法擔負照顧孫女的責任所以不考慮與女兒一家同住、珍會擔心自己沒有甚麼可回饋的所以拒絕、阿月和 May說自己幫不上兒女甚麼，所以也不會期待兒女給予協助。

兒女是我生活的重心，女兒雖住在台北，但每星期都會打電話給我，也一直要我去台北一起住順便幫忙照顧孫女，或是考慮在高雄買屋，讓我有空時可去高雄度假或以後一起住。但我知道自己不習慣這樣改變，不是和女兒一家住不慣，是怕我已經帶不動孫女的也捨不得現我ㄟ厝。(小玉 4-01-11)

雖然和兒子們誤會冰釋，但我現在很滿意獨居生活並沒有想要與兒子同住。我喜歡過著自由自在凡事不用與人商量的生活，也不會期待他們幫我什麼。(阿月 5-01-24)

我就是自己玩股票輸了老本，生活才會變得困難，反正自己老了，沒有用了也不想去麻煩兒女了 (May6-01-13)

許多女性，對於自己母親以外的身分缺乏信心，即便有工作，經濟獨立，但母親的角色永遠是第一順位。不少職業婦女在工作不如意時就會想要回家單純當一個媽媽。但其實大多數母親都知道，家庭主婦的辛苦絕不比外出工作輕鬆。

不與子女同住，但自己獨居的家卻儘量留有子女的空間。六位獨居老年母親，擁有掌握家中格局方位、布置收納、乾淨整潔標準的主權，但她們不論子女回家的次數是否頻繁都會在家中留有獨立空間給子女。留空間給子女的行為或許是一個訊號，是一個獨居老年母親與子女間關係維持的連結，當母親若出現居住轉換

需求時感到徬徨需要有人討論，會出現言語或行為的試探。試探後母親們將收集到的訊息用來協助自己的意識達成平衡，最終做出一個決定。Rose 的居住轉換思考脈絡就是這樣一個過程。她積極思考自己未來居住轉換可能的選擇，也探知小女兒對她決定的看法，在確認兩人想法的落差後，理性做出選擇並接受此決定對兩人關係可能的改變。小玉用的是另外一種探知，她希望藉由家人對自己的依賴來證明自己的重要性。在敘說中，小玉肯定自己獨居生活中正向積極的部分，例如自己開車購物、自己安排旅遊的能力，也明白獨居帶來的優點。但她期待的居住轉換不在地點也不在空間而是對象，這點突顯了她身為母親角色的傳統期待，跟兒子一家同住的觀念讓她暫時不會考慮與女兒同住的居住轉換建議，會繼續獨居，在現居等待與兒子三代同堂的可能性。只是身為現代母親，小玉很明白這結果無法完全由她掌控，所以總是需要常常對自己心理建設，避免未能如願時會過於失望，但也不願把這樣的壓力轉嫁到子女身上。這，就是母親。

情感角色中，May 在離婚後交過男友還為了他轉換居所。小玉喪夫後穩定交往男友十年但因為居住等相處問題和平分手，但也因為顧忌鄰人眼光而沒再交友。華定沒有特別提及情人，但強調她的交友態度和立場。阿月對自己的初戀情人念念不忘，到現在都還沒放棄得知他消息的盼望，希望有生之年能見上一面。Rose 絕口不提情感，甚至連與前夫的相處的過往都不想再提。感情最大的考驗就是相處，當然也關乎居住。誰願意為了誰遷就住所？雙方又願意為這段感情改變自己的居住方式多少？感情裡面的枝微末節也存在著關鍵的影響。

我也想要有個伴，在先生過世後我有勇敢交過朋友的。他在我家最需要協助時提供許多幫忙和關心，我兒子女兒也很尊敬他。但我們年紀有差，興趣又不合，觀念不同，交了 10 年還是分開了。之後我就擔心厝邊對女人一直交友會說閒話，所以之後也就沒有再交朋友了。（小玉 4-01-06）

我剩下的願望就是能再見到當年的鄰居大哥跟他道個歉，那人生應該就沒有甚麼好遺憾了。（阿月 6-01-27）

但也因為這決定讓我在上海的先生認定我在台灣一定有人幫忙，否則靠我一個人絕不可能在台灣買房子，還跑到我母親住處去吵鬧。我先生對我的不信任讓我很難過，一個人在板橋不知道哭掉多少眼淚，所以就讓這段婚姻於 1997 年結束，而且從那時起便很不想再回想起這一段過去。我覺得婚姻結束也好，現在一

個人多輕鬆，不然難道要天天哭嗎？。(Rose1-01-10)

二、與角色有關的文獻對話

文獻對女性角色的形容雷同，也針對這些刻板印象帶給女性的不公平有許多探討。但有些女性，自己對於母親以外的身分缺乏信心，即便自己是有工作的，但母親的角色與位置在其心中永遠是第一順位，這也與文獻所提及女性在「賢妻良母」的追求中良母是更被實踐的觀點一致。研究者曾遇過幾位在職場上表現優秀的女性，在工作遇到挫折時都很喜歡說：「工作有何了不起，大不了就回家當媽媽」，甚至習慣在職場中表達只是把工作當成跳板，結婚回歸家庭才是她的願望。其實，回家當媽媽是另一種生活挑戰，與在外工作的辛苦可以比擬，兩者沒有一定優劣，但不應作為女性逃避工作困境的方法。愛護自己，營造自己的人生多元可能，除了相夫教子以外的興趣，重視自我價值也是人生的重要課題，這些該為自己做到的，應該不分性別都重要，而不侷限在女性。

此外，老年母親在決定居住方式轉換時為了取得平衡理論所述的「人類普遍有一種平衡和諧的需要，會需要靠自己的認知架構內對人對物的態度幫忙」。身為母親，最期待的就是在堅持主權時又能和子女取得完美的平衡關係。故事中的母親多不想造成子女的照顧負擔，但卻都重視子女對自己照顧安排的看法並努力求得平衡，在母親的認知架構裡，她們對子女的態度，也始終影響著老年母親居住方式轉換的抉擇。

不過，六位母親雖在意子女的意見，但卻沒有被理論上「敵意型的歧視」所綁架，不會認為自己沒有幫忙帶孫子就是違反傳統。就算還是擔心子女生活，也多只願意短時間幫忙不願成為主要照顧者，在她們扮演的母親的角色裡，已經可以看到跳脫傳統束腹放手做自己的實例。

伍、規範：行為的約束

所謂的規範大致分成兩種，一種是白紙黑字有法定依據，一種是約定俗成靠道德束縛。法定依據內容甚為明確，道德依據要參考個人條件例如時代背景、家庭教育、生活經歷等經歷。不論是哪一種，規範都像是傀儡身上的繩子，左右角色，也操控行為。故事裡母親的時代背景對她們的性別與角色有諸多約定俗成的道德束縛，有的現在看來難以理解，但對母親們的影響卻有一輩子那麼深遠。

一、母親對規範的表達

華定認為身為女兒就聽父親的話賺錢就該交給父親、認為婚姻乃父母之命、結婚後面對會欺負她的公公她也先選擇忍耐。

我那時收入很少，一個月要是能有個五千塊就很了不起了，每次爸爸都會在發薪日到工廠跟我拿錢，我都乖乖給。(華定 1-01-04)

珍認為身為岳母，住到女兒女婿家是有違規範的，就算到女兒家小住，也是因為女兒需要幫忙。到鄰居朋友家串門子，也強調自己範定的時間一到就回家不會多留。這就是珍為自己人生樹立的規範，謹慎並避免越線。

我不只不願意麻煩朋友，也不喜歡打擾子女。我會掛念女兒在台北公事家事兩頭燒，身為母親總是希望孩子們生活輕鬆愉快，所以只有在女兒忙時上台北幫忙，而報喜不報憂的回應子女關心是她習慣用來安撫子女用的方式。(珍 3-01-15)

但我就是覺得朋友再好也不能麻煩人家，我白天去串門子幾小時吃飯時間我就回自己家了，自己又沒什麼可回報，心裡會過意不去，也不想欠人情債。總之，守著朋友之間的分寸，是我做事的原則。(珍 3-01-14)

May經歷過前夫外遇，自己也差一點當了別人第三者的人生。她對自己這兩段完全相反經歷的敘說方式也強調規範，例如看到前夫女友經過家門就會毫不留情的毆打她，自己被已婚男客戶家人懷疑是第三者時，她就索性在男客戶離婚後以答應交往來達到她所謂的報復。May說過，只要是她自己認為對的，她絕對不饒人且會據理力爭，她也可以為了所愛走天涯改變居所，這就是她心中所謂的規範。

離婚後，我還住在山上一段時間。那時門前的路我只讓前夫經過，但如果搶我老公的番婆經過我就見一次打一次，這就是她的個性和規矩，我只要覺得自己有理的事就會據理力爭，沒有在怕的。(May5-01-06)

阿月用一輩子跟在侵害自己的同居人身邊的行為來表現自己對規範的遵守，直到同居人有其他對象，小孩也長大，自己才有機會擺脫規範的束縛重新生活。

小玉知道自己的生活有許多行之有年的規範，旁人不容易理解也難以配合，自己也沒有意願調整，所以就算她害怕夜晚的孤獨，也不願意嘗試與朋友同住。

Rose 曾經被自己國家歸類為黑五類子女，動輒得咎的人生讓她對任何事都小心謹慎，嚴守規範之餘也察言觀色小心應變人生，這已經是一種根深蒂固的內化行為。但也因為這樣，當她有機會自由決定自己的人生時，打破婚姻約定俗成的規範勇敢追尋自己人生理想的樣貌，也看出她對自己人生規範的重新定義。

二、與規範有關的文獻對話

交換理論文獻提及當居住轉換符合成本但對現狀滿意度高時，不喜歡變動的老人就沒有轉換的意願，但可能被其他正式或非正式規範干擾（張桂霖、張金鶚 2010）。研究者認為人心思有其複雜之處，母親們用謹守規範來獲得認同，得到關注，也希望藉此交換世俗標準認為值得的結果，像是得到子女的奉養與陪伴，藉此證明自己是一個值得被肯定的人。但如果母親心裡真正想要的與世俗要求或子女期待的並不那麼一致，母親為了遵守規範選擇隱匿不表達意見，導致的後果也只能自己苦吞，並會增添許多兩代相處問題。

陸、人際關係：自主的資源

人因互動而有了依賴和互助的社會關係。母親們自己建立和現居環境的信任度和安全感，穩定的生活現況讓她們可以從子女的狐疑和擔心裡突破重圍捍衛自己獨居的選擇。其實，人在環境中被社會化，從小就開始學習甚麼叫「擁有」，開始建立與人與地方之間的認同，這些累積會是影響母親們思索居住轉換與否關鍵，而不應該由子女或其他重要他人甚至是社會對老人獨居狀態的恐懼來左右。

一、母親對人際關係的表達

因著對「獨」的認知不同，所以對獨居的感受就不同，能接受，也就更能適應。華定、阿月、Rose 和小玉都持續工作或擔任志工，在自己生活圈中建立人脈和新的關係。她們都肯定志工或工作伙伴是老年期的重要資源。故獨居要不感到孤獨，交往不同年齡層的朋友或持續有新的人際關係經營是重要關鍵。不過母親們對於人際關係的界限當然還是有異。例如珍強調自己是靠朋友支持才得以渡過病後憂鬱的低潮，這種被照顧的感覺是生活中很重要的支持。但她並沒有接受與朋友同住互相照顧是可以的選擇，反而會覺得這樣會佔了朋友便宜。但華定就持不一樣的看法，良好的人際關係讓她找到好友規劃將來同住，也對這樣的居住方式充滿期待。

會造成這種相異，研究者歸納在珍和華定的想法中存在著兩個差異。其一是珍認為自己是被朋友邀請同住的人，所以會產生佔便宜的罪惡感，而華定是邀請

朋友到家裡住的人，相對上少了這種心理負擔。其二，珍認為住到人家家裡就是被別人照顧是佔人便宜，卻沒有將同住其實是彼此照顧的狀態納入考慮，因此認為不能同住。華定覺得朋友同住是很好的彼此照顧方法，與佔便宜無關，所以會積極安排。同樣擁有好的人際關係的兩人，因為對人際關係中的「照顧」有不同解讀，居住方式選擇也就出現了差別。

May不喜歡現在的住所和鄰居，在她獨居的生活中，電視是最常陪伴她的朋友，沒有動力和意願改變現狀的她，生活中的負面情緒就明顯比其他獨居老年母親要多一些。因為欠缺人際關係的經營和建立，讓她的支持系統無法拓展，沒有照顧別人的機會，別人也沒有照顧她的機會，生活中的孤寂與無助感容易滋長，居住轉換的可能性也跟著無法增長，研究者認為這樣的老人家，該是獨居老人服務裡最需要協助的一群。

二、與人際關係文獻的對話

人際關係會受到過去經驗的影響，受虐或被疏忽的人比較無法信賴他人，也可能因此傾向選擇獨居以減少與人互動的機會，但故事裡的母親有好幾位從小就受過不少磨難，老年的人際關係經營依舊精采，這也是復原力和生命力的展現。

生態觀點的生活模式提出人際關係與認同、自尊、能力之間的關係，認為若無人際關係就會被孤立因而無法生存。好的人際關係可以讓人因此獲得自尊，也因此培養出面對問題與因應危機的能力。

柒、自我意識：生命的意義

「這是我油盡乾枯前的期望：不想穿紙尿布，但又如何對子女說出口？」這句話是一位老教授曾跟我告知，這是他一生最想說，卻說不出來的話，最終他更不打擾家人，閉上眼睛在睡夢中靜靜一人走了。有時候在想，我們的老人們就是如此，這一生都為了子女。」(黃軒，2014)。

「伯伯不是需要人照顧他，而是要人有耐心聽他說話，而且慢慢地聽，甚至要用寫的，才知道他的需求是什麼；而不是一味用自己觀點，認為他老、他有中風過，行動不便，就以主觀認知：他就是老、就是不便，也就不安全了；把紙尿布穿上，以為這是照顧老人家的最佳方式，豈不知這是讓陳伯伯最有挫折的生活品質。」(黃軒，2014)。

這是慈濟醫院黃軒醫師所著文章片段，重點在提醒子女尊重老人自主意識的重要。這種溝通遺憾的存在，除了子女一心想要盡力防止老人受傷外，整個社會輿論壓力對於老人獨自處在沒有照顧的狀況十分撻伐也是主因。

在西元 2001 年間，台北市政府老人服務中心負責獨居長者服務的研究者感受過那種社會大眾對獨居老人死在家無人知曉，延遲多天才被發現事件的恐懼。那之後，民眾對獨居老人訊息的通報很積極，政府也持續投注大量人力物力財力來建構社區服務網絡，但這種「寧可錯管不可放過」的工作原則，使得許多獨居長者開始被網絡監視和管控，至此獨居成了一種原罪，更變成了一種困擾。為了消除輿論壓力，整個社會形成了一股看似關注實則忽視老人自我意識的照顧態度與氛圍，再加上華人家庭的利他精神與孝道倫理，讓老人的家人也在尊重老人自我意識和遵循社會道德倫理規範間苦惱困惑不已。這種糾結，在六人故事裡看得透徹。但自我意識代表著生命力的存在，提醒了自我意識要放進老人居住方式轉換思考的重要性。

西元 2005 年間，研究者與某老人集中式住宅合作進行「老人人力資源開發方案」，內容為訓練平均年齡 80 歲以上的高齡志工擔任問卷訪員，訪談對象也是老人。參與訓練之長者能全程出席並討論熱烈。這狀況超乎工作人員預料，評估發現讓老人願意積極參與的重要關鍵在於訓練讓他們和所住社區有了連結，與左右鄰居有了關係，更重要的還有感到自我有價值和貢獻，更激發了積極規劃餘生的念頭。

相對歐洲許多國家，挪威老人可謂老當益壯，60 到 64 歲的老人當中，其就業率仍高達 6 成（歐盟國家平均只有 3 成）；67 歲以上的老年人，則仍有 3 成以上寧可從事時薪工作，也不願鎮日領取退休金而閒賦在家；甚至有為數不少挪威人直到 75 歲才開始領取人生第一筆退休金。挪威是一個極為注重個人生活品質，從不強調將青春歲月全拿來打拚賺錢的社會，老來之後卻反向操作，只要體力尚可，他們反而鼓勵老年人不必太早退休，這當然是為了透過活絡的社交活動，維持個人身心健康之故。在獨立自主的餘生中，盡可能不讓自己和社會脫節，亦是挪威老人獨有的養生之道，除了仰仗國家提供系統性的照護措施之外（政府年金全球基金、居家護理人員、養老院），挪威老人們自己其實也過得非常努力。（李濠仲，2016）

一、母親在自我意識的表達

母親們自我意識，就像《在幸福的九個房間》一書中所提及的第十個房間。代表著一個在心中永遠屬於自己的空間。其實每個人都需要找到自我，在生活中讓自己感覺自由、感覺放鬆、感覺舒坦。一個人若失去感知的能力和意願，等於失去自我意識，生活會找不到方向，也會不知道自己為甚麼活著。母親們從小看著自己的女性長輩依附於男性與家庭，以為這就是女人該有的樣子，在經歷世代變遷與生活考驗，自我意識跟著成長，她們開始思考「我是誰」、「什麼事會讓我快樂」、「我想要住在哪裡」、「我想要跟誰住」、「我對人生還有那些期待」，過程的衝撞雖然辛苦，卻也讓生命因此不同。

住鄉下的華定和住城市的阿月以及 Rose 都持續工作，自給自足的經濟能力支持她們有能力掌握居住轉換的自由。華定在喪夫後沒有任何後援的狀況下憑自己力量蓋了間可以讓自己和先夫共同遙望老家的安定處所。阿月被貞操觀囚禁了一輩子，到老決定重拾手藝靠自己轉換到安身立命的居所，動力來自找回想要的自己。小玉持續和兒女拔河，希望兒子能依照她的規劃結婚後返家同住，她相信自己的經濟能力可以支持她從獨居轉換成三代同堂的居住方式，和願意當家庭主婦的媳婦一起照顧孫子，用自己提供的人力財力來實現。這份期待的成敗關鍵看似在未來的媳婦身上，但小玉積極參與兒子的生活決策、讓兒子習慣自己的照顧並在經濟上做好準備，夜晚的孤獨寂寞就都可以自我調適，執著的背後都是自我意識爆發出來的能量。

不過堅持自我意識也是有負向情緒需要承受的。故事的主角有一位遭性侵後不得已選擇與加害人同居、一位因理念問題離婚、一位先生外遇離婚、三位喪夫，獨居老年母親在敘說回憶時都還是哽咽或眼眶泛紅的。六人中有一共同點，就是不願意針對相對人或當時的情境有更多的敘說，清楚表示提及會難過或不舒服。自我意識的存在需要追溯過去，檢視自己一路走來的經歷，有些事件即便已經發生數年或十數年，甚至事件相對人都已經過世，但被埋在內心深處的感受還深刻影響。就像華定努力擁有自己的房子就是為了能有一個安穩供奉先夫的家、因為疼愛她的先夫給了她人生中很寶貴被疼愛的記憶，這讓華定知道自己也有被愛的權利與資格，也讓她日後生成靠自己生活的勇氣。又例如 May，先生外遇讓她勇敢離婚，也讓她勇敢追愛，她為了愛情多次居住轉換，即便對方的表現並未如她所願，也沒能讓她安定，May 埋怨的依舊是自己的選擇而不是旁人的辜負，她自豪自己有敢做敢當的人生標準和規範。阿月的人生被性侵事件轉變，整個訪談過

程阿月一再強調她對陳的恨，但超級可貴的是，阿月積極社會參與，一次加入老人劇團分享自我的機會讓她的觀念轉變，開始樂觀看待人生，也學會珍惜身邊的資源並持續開發自己的潛力來改善居住品質與母子關係。她能看到恨對她人生的影響和破壞，沒有被過程中這麼多的「習得無助感」打敗。這些都是許多在生活中遭遇重大事件就委靡不振或與人拒絕往來的人不容易做到的。在研究者的服務經驗中，不時會看到老人沉浸在自己的回憶中受苦，生活原本能夠有許多選擇的，也因為受苦的狀態讓當事人看不見，最後在居住上出了問題，在轉換的過程裡又覺得自己被虧待或被遺棄，追根究底，還是自己為難自己。

二、與自我意識相關文獻對話

文獻曾提及葉光輝（1997）在近 20 年前預測了台灣老人會有「空巢自主」時代，在 2016 年的今天，在六位獨居老年母親的生活中的確看到了「在物質或外在客觀條件允許下，父母將主動要求子女成家後離開原生家庭獨立生活，年老的父母自己也學習獨立，以掌控自我的嗜好活動空間與作息安排為滿足」的狀況，每天含飴弄孫的生活不再是首選，自我的需求被有意識的強調。

Satir 的冰山理論強調外在行為和內在的情感與自我認定感的不一致，也是左右或操控外在行為的動力。要瞭解一個人，不能單看所表現出來的行為來決定，必須更深層的去瞭解內在想法（林沈明瑩、陳登義、楊蓓譯，1998）。這也是本研究的初衷，但較為不一樣的，是本研究在居住方式轉換的自我意識思考脈絡裡看見了主權規範和角色的思考層次，反思要達到 Satir 五種自由境界時身為母親角色會有的阻力和困境。

但時代在變，母愛雖有其天性，隨著母親對自我意識的察覺，她們開始試圖在符合母親角色與遵循自我意識兩者間尋求平衡以達到自主生活的目的，這一切可以從自主的居所空間發展至發掘自我意識，也可以從自我意識的察覺進而產生動力去維護自主空間（如圖 5-1），這也就是「我居故我在」的表徵。

第三節 統整是存在的主題

Erikson 在超過 90 歲時與也已經 90 多歲的妻子藝術家 Joan 寫了《Erikson 老年研究報告》(Erikson, Erikson,& Kivnick,2000)。他透過此份研究所訪視的對象檢視老人對其他七個心理社會主題及人生任務的看法(彭懷真,2014)。研究者也藉此七個主題來總結六位母親的人生並給予提醒。

壹、生產繁衍 vs. 頹廢遲滯

六位母親都有子女健在,其中五位母親的子女也已經婚嫁並繁衍後代,所以在人生回憶的敘說內容裡沒有太多這方面的失落。對照起來,還在煩惱兒子何時才要結婚的小玉阿姨的失落感就特別明顯,她無法從兒子的生產繁衍得到安慰,只好將注意力繼續放在兒子身上並因此左右了她自己的居住方式和轉換意願。這樣的情況未來會如何發展沒有人能直斷,但可以想見的是小玉阿姨的身心必然需要一直承受壓力,這狀況和她老年生活想要放鬆、健康過生活的願望是背道而馳的,而這也是所有背負相關煩惱的老人需要有所自覺的地方。

貳、親密 vs. 孤立

關於這個生命課題,在第五章探討角色的情感角色部分已進行闡述,這裡要特別再提醒的是,不論老年母親已經多麼積極的與他人建立新的更親近的關係,都還是要從肯定自我價值開始。畢竟,人的一生就是會不斷面臨分離,如何能運用老人累積的智慧和豁達來面對,是人生統整是否成功的關鍵。

參、自我肯定 vs. 角色混淆

這是一個關於「我在」議題,因為感覺不到「我在」也就無法肯定,也會找不到自己的角色定位。故事裡的母親雖生長在社會變遷快速的年代裡,面臨多重角色的規範與要求,但其實隨著傳統觀念束縛的式微,母親們已經開始從居所穩定來肯定自我、發展自我和實現自我。未來,希望母親們能夠漸漸突破障礙嘗試從不同面向來實現自我價值,讓不同世代都能看見長者累積和散發出來的能量。

肆、勤勉 vs. 自卑

獨居老年母親們各有不同讓自己經濟自主以維護生活主權的方式,這些在故事裡面都可清楚看見。幾位母親不以老化作為自卑的藉口,持續積極投入市場,

勤奮的靠著自己的本事過生活。而從事志願服務的母親，也在無私付出的過程去除了老化可能會帶來的自卑感。相對起來，May 阿姨因為無法解決的經濟問題而自卑的情形就極為明顯，甚至在敘說的過程中不斷自我否定，這些情緒都很容易扼殺長者的健康，長者自己和照顧者皆須留意才能避免生命因而過度快速凋零。

伍、主動 vs. 罪惡感

人生走到老年，或多或少會發生讓自己感到悔恨並來不及改變和挽回的事，有的老人會抓著這些後悔不肯走出來，然後怨天怨地讓人不敢靠近。而這部分做得最好的莫過於阿月阿姨了，她的生命從被加害人侵犯後一百八十度扭轉，人生黑暗了好多年，沒有人可以讓這一切重來，但她卻做到了。她把握自己的老年生活，把以前無法實現的都實現了，把一般人認為最難改變的老年期過得多采多姿，也讓罪惡感不能在她的人生裡囂張肆虐，成就了自我主宰的人生實例。

陸、自主 vs. 羞愧懷疑

六位老年母親用獨居方式維護她們自主自決的生活，沒有因為老年期的到來而放手，而且只要想到可能有放手的那天到來時就會覺得心情低落，所以她們努力維護健康，也積極地延緩那一天的到來。此外，堅守她們心中的規範以避免出現自己覺得羞愧的行為也是她們生活的重心，這些生活態度都是她們能擁有現在的老年生活的原因。

柒、基本信任 vs. 不信任

老年母親再怎麼堅強與自主，還是會希望能有信任的人在身旁，但話說回來，誰不需要呢？故事裡的母親只有華定為自己找到像家人一樣可以信任的朋友，其他母親就算人際關係再好也只願意信任子女，這樣的狀況的確增添了老年母親的不安全感，在和子女意見分歧時恐會因為害怕失去而妥協。不論如何，在現今高齡少子的社會裡，累積可以信任的人際關係會是讓生活有安全感的重要資源，也是樂活老年必要的經營。

第陸章 建議與展望

六位老年母親的人生回憶和研究者想要陪伴老人尋找「我在」意識的動力共同創造了這一份研究。到此，研究接近尾聲了，回顧訪談與撰寫歷程，研究者跟著她們經歷老年期生命統整的過程，經由敘說一起察覺「自我」曾在人生的哪個階段走失，又曾因甚麼原因尋回，又或者，一直還在尋回的狀態，但不論如何，研究對象和研究者的人生故事都還是要持續往下展演的。

所以，在最後的這個章節裡，研究者以研究的回顧和提出研究建議及限制的方式來展望老人服務的未來，以下分別說明。

第一節 研究是找出「我在」的媒介

研究從研究者最關注的「居所」議題開始，針對研究方法與研究對象的選擇思索過許多可能，最後以發聲機會明顯少於男性的「女性」，華人家中經濟、地位較為弱勢但卻又因具孕育下一代的責任而有可能翻轉家中地位的「母親」，最為社會大眾關注的居住形式「獨居」等三個條件皆俱足者為研究對象，在了解其居住方式轉換的思考邏輯後進而制定相關服務政策。但經口試委員提醒研究者「經歷與需求的感受和想要有的服務提供之間不一定有關聯」後，研究目的便聚焦於研究對象思考的探討，這是研究形塑過程極重要的轉折與調整。

研究中期，邀請受訪對象、建立與受訪者的信任關係、讓受訪者願意針對主題暢所欲言並表達出當下內心的想法和相關意見。研究者特別請她們回溯自己人生的正負向事件，以便歸納這些事件對其思考邏輯的影響。六位研究對象所敘說的人生正向事件大致可歸納為自己、子女、孫子女的出生、求學、畢業、求職、結婚與買房。在負向事件中包含了家暴、外遇、離婚、騷擾、性侵、倒債、分手、罹癌、罹病、喪夫等歷程。這些正負向事件也多造成研究對象的居住方式轉換，且在她們的人生歷程中留下美好、遺憾或痛苦的回憶，並造就了她們獨特的人格特質和如同故事標題所提及的聽話、執著、原諒、否定、分寸和掌握的人生課題。

在研究後期，研究對象因為在敘說過程後又與研究者一起檢核文本的可信度，所以再次經歷回憶的統整。過程中有些研究對象表達感謝，覺得很有成就感或是發覺自己獲得成長。但有的研究對象因重新憶起某些深藏內心的回憶因而感到心情低落，所以研究者於訪談結束後主動聯繫研究對象或其子女(介紹人)表達關心，並再三承諾文本一定會讓研究對象感到認同才使用，以取得研究對象的信任和

除心中焦慮為後期的重要任務。

此外，本研究雖然著重於歸納思考層次，但訪談文本中也呈現了研究對象的子女、孫子女、朋友、與工作和經濟在其居住方式轉換過程選擇中所佔的位置與不同於以往的研究結果的影響狀態。以下分別說明之：

(一)子女

研究對象清楚表達子女意見的張力主要發揮在「研究對象無法自己作主」之後，並強調不會輕易交給子女自己居住方式轉換的決定權。

(二)孫子女

此角色對本研究的研究對象的居住方式轉換影響不明顯，研究對象多只表達願意在子女需要協助時視自己狀況給予幫助，不會因為接收照顧孫子女的責任而去轉換自己的居所。

(三)朋友

六位研究對象與朋友的關係親疏有異，但也表達出朋友在其人生經歷重大考驗或思慮居住方式轉換時發揮了「遠親不如近鄰」的功能。所以研究對象雖不一定能接受與朋友同住的居住方式，但不可否認朋友的陪伴與提供意見會具有一定的支持力量。

(四)工作和經濟

研究對象持續投身職場，未投入職場者也經濟無虞。換句話說，研究對象雖為老人但目前都能自給自足，現居所除了提供生活穩定，也具備讓她們持續有生產力的配套條件，這讓研究對象更有自主能力，因而缺乏居住轉換的動機。

第二節 研究思索出的未來建議

研究的思考架構是以研究對象的角度來觀看認知規範、溝通互動、空間界限、權力決定等面向的內涵，再歸納出研究對象於居住方式轉換過程中會經歷空間、結構、主權、角色、規範、人際關係最後到自我意識的思考層次。研究者從這些層次裡面觀看到研究對象人生中的正負向事件是如何形塑她們對空間、型態、主權、角色的看法，她們在經營人際關係時會執著遵守的規範以及所如何影響老年生活型態的經營。這樣的研究結果有別於過往多從外在因素如子女、經濟、工作、教育、房屋自有等因素的研究，提醒勿以二元論的邏輯去理解老人居住方式轉換時的思考脈絡，例如有無子女？子女是否孝順？經濟狀況好與不好？老人有無工作？老人教育程度高低等等。本研究提醒老人在決定居住方式轉換的過程時是會經過多層次的思考脈絡，其中思考的層次存在，但對各層次的執著程度會有變化。例如研究對象在考慮是否進行居住方式轉換時會在意空間和型態等問題，但若是能跟自己想要同住的人同住時在意的標準就可能會有鬆動的空間。最後針對不同對象，研究者提出以下建議：

(一) 針對老人服務工作者

隨著超高齡社會的即將來臨，華人的家庭和孝道觀念會更受到現實挑戰，如何在子女數降低、老人平均餘命提高、女性意識抬頭、居住空間緊縮、生活型態轉變等狀況下協助老人都能老有所終？本研究所提出的思考層次可以協助老人「理解自己的堅持」、「得知心理上過不去的關鍵」，以及讓「主要照顧者有理解老人思考邏輯的脈絡可以依循」。雙方對居住方式轉換選擇結果趨於一致的比例提高，雖不一定因此達到圓滿，但絕對會是老人得到尊重，感到有生命自主權的開始。從事老人服務的實務工作者可藉由協助家庭中子女瞭解老人思考層次來創造老年生活的自尊感，有效減少老人因為心理排斥的快速凋零，相對也降低子女壓力，讓老人對自己晚年生活安排的決定能積極參與並共同承擔，也降低社會對高齡生活的排斥與恐懼，以期達到真正的順老人心意的孝順。

除此，實務工作者需借助頻繁與老人互動的機會，磨練出「保持聽見的意願」、「培養聽懂的能力」、「理解政策的兩難」、「找出可能的平衡」、「提供實務的發現」、「避免機器式服務」的專業服務技巧來協助老人與主要照顧者之間的溝通，從思考層次裡找到關鍵問題來協助雙方理解居住方式轉換的阻力和助力，方可讓服務工作更人性也更為順暢。

(二)針對老人服務組織

任何人在適應新的空間和型態時多少都會需要協助，只是程度上的差異而已。了解老人居住方式轉換時思考的脈絡，可以和家屬一起協助老人釐清想法，減少轉換過程的阻礙避免老人消極抗議造成的生命流逝，也能從理解思考層次來發想協助老人適應轉換過程的方案或服務設計。例如老人於轉換過程出現適應問題與人際關係問題時，從思考層次去了解 and 突破會比責備或要求老人改善外顯行為要來得有效。

(三)針對老人服務政策

雖然社會政策的制定是以滿足大多數民眾需求為考量，但執行過政策或參與過政策制定過程的專業人員都明白，政策制定不能忘了被服務者的需求。而且需求的被重視程度也不應該純以數量來取勝，而應該是一種尊重本意的精神。

服務一直都是一個團隊的事，我們都不能忘了，被服務的長者也在這團隊裡面，長者的聲音被有效聽見且被當作制定政策考量時要確認的因素。如此，政策的樣貌將才會更人性化一些，執行起來也能更順利一些。

(四)針對老人服務研究

「男女差異」是個持久發燒的熱門話題，而這樣的二分法也總是引導人們對某一個現象或某一個狀態做性別上的劃分。本研究在女性與老年母親的文獻即已提到二分法是性別歧視的根源，獨居老年母親又是飽受雙重歧視的族群，因此，強調找出母親這個角色在面對居住方式轉換時可能會引發的主權議題思考，將角色重要性凌駕於性別之上，使重點放在突顯每個人原本就不同。不同不是因為性別，而是因為個別化，期待往後研究能考慮這個觀點，拓展相關差異問題的思考層次與範圍，減少因性別劃分帶來的歧視與限制。

第三節 研究尚難以突破的限制

一、敘述方式

故事須依研究對象當下真實的感受，想要敘說的內容，根據選擇回應的順序來確切進行鋪陳與撰寫。但研究者在文本的收集和撰寫過程中，發現少數內容若撰寫的過於精準清楚會增加研究對象情緒上的負擔(例如抱怨子女或父母的敘述)，故於訪談結束和文本內容確認時都會再三徵詢研究對象的意見。確認後，有的研究對象對精準陳述表示認同，但有的研究對象就會要求修飾或是部分刪除，因此研究者因應研究對象要求在部分文本的撰寫上以潤飾或換句話說的方式來取得研究對象對文本的認同，這是為尊重研究對象意見而有的限制。

二、敘說內容

研究者與部分研究對象的子女認識，有些子女也是促成研究者和研究對象合作的人，在深度訪談時，研究對象難免會因為顧慮這層關係而對故事的敘述有所保留，或是無法完全真實回應心裡想法。而研究者也會因為這層關係對於訪談訊息裡所察覺到的負向個性或情緒於撰寫時再三斟酌，雖然並未損及研究的真實性，但在收集到的資料中難免多偏重在研究對象正面的個性與情緒，較少負向情緒的探究。

參考書目

中文資料

- 內政部 (2016a)。《2015 年底人口結構分析》。網址：
http://www.moi.gov.tw/stat/news_content.aspx?sn=10225
- 內政部 (2016b)。《2015 年簡易生命表》。網址：
http://www.moi.gov.tw/stat/news_content.aspx?sn=11087
- 內政部 (2016c)。《2015 年性別統計指標》。網址：
<http://sowf.moi.gov.tw/stat/gender/list03.html>
- 內政部 (2012)《2011 年婦女生活狀況調查》網址：
http://www.moi.gov.tw/stat/news_content.aspx?sn=6548
- 內政部營建署 (2008)。〈整體住宅政策及住宅法草案介紹：高齡化社會與老人住宅之開發實現〉。《社區發展季刊》，121，14-25。
- 內政部(2009)。《老人狀況調查報告》。台北：主計總處。
- 中華民國幸福家庭促進協會(1994)。《國際家庭年特刊》。台中：中華民國幸福家庭促進協會。
- 日本厚生勞動省。資料檢核日期 2016 年 01 月 15 日。網址：
<http://www.mhlw.go.jp/>
- 王煌忠 (2015 年 05 月 27 日)。不忍拖累女兒 七旬老婦深夜打包離家。蘋果即時新聞。
取自：<http://www.appledaily.com.tw/realtimenews/section/new/>
- 王佳煌、潘中道、郭俊賢、黃瑋瑩、邱怡薇譯 (2002)。《當代研究法：質化與量化途徑。Neuman, W. L. 著, *Social Research Methods: Qualitative & Quantitative Approaches*》。台北：學富文化。
- 王行 (2002)。《家族歷史與心理治療：家庭重塑實務篇》。台北：心理。
- 王金永等譯，Deborah K.Pedgett.原著 (2000)。《質化研究與社會工作 *Qualitative Methods in Social /work Research*》。台北：洪葉。
- 王勇智等譯，Catherine Kohler Riessman.原著 (2003)。《敘說分析 *NARRATIVE ANALYSIS*》。台北：五南。
- 王國羽 (2007)。〈居家中老年智障者的照顧問題：性別、居住安排與相關論述〉。《身心障礙研究季刊》，5(1)，1-29。
- 王文娟 (2011)。《中高齡智障者雙老家庭之居住模式建構》。台中：東海大學社會工作研究所博士論文。
- 王君茹 (2003)。《家產繼承性別偏好的台灣經驗：族群、世代、婚姻狀況

- 與社會結構位置》。台北：國立台北大學社會學系碩士論文。
- 尹萍（2010）。紐西蘭：十二歲的界限。天下雜誌。網址：
<http://www.cw.com.tw/>
- 台北市政府社會局。資料檢核日期 2016 年 06 月 15 日。網址：
<http://www.dosw.gov.taipei/>
- 行政院（2016）。《人力資源統計年報資料查詢》網址：
<http://www.dgbas.gov.tw/ct.asp?xItem=18844&ctNode=4943>
- 行政院經濟建設委員會人力規劃處（2013）。〈全球人口老化之現況與趨勢〉。
《台灣經濟論衡月刊》，12(7)，27-34。
- 呂寶靜（2012）。台灣日間照顧與居家服務展望。臺灣因應高齡社會來臨的
政策研討會。台北：台灣大學。
- 呂寶靜（2001）。《老人照顧：老人、家庭、正式服務》。台北：五南
- 呂寶靜（2002）。〈家對老人的意義〉。《行政院國家科學委員會專題研究計
畫成果報告》。未出版。
- 朱美珍（1992）。〈社會科學研究中有關質的探討〉。載於許臨高(主編)，《質
化研究在社會工作界的應用—論見彙編》(64-86)，中華民國社區發展
研究中心。
- 伊慶春、朱瑞玲主編（1989）。《臺灣社會現象的分析：家庭、人口、政策與
階層》。台北：中研院三民主義研究所。
- 成令方（2004）。〈都是異性戀父權惹的禍〉。《性別平等教育季刊》，25，
131-139。
- 李濠仲（2016）。獨居老人在挪威—沒讓座這件事。風傳媒。取自
<http://www.storm.mg/lifestyle/158744>
- 李政賢等譯，Irving Seidman 原著（2009）。《訪談研究法 (Interviewing
as Qualitative Research: A Guide for Researchers In Education
& Social Sciences)》。台北：五南。
- 李政賢、廖志恒、林靜如譯，Uwe Flick. 原者（2007）。《質性研究導論》。
台北：五南。
- 李敏龍、楊國樞（2005）。〈忍的心理與行為〉。載於楊國樞、黃光國、楊中
芳（主編），《華人本土心理學》。台北：遠流。
- 李奕農（2006）。《老人住宅之市場區隔：以台北縣市為例》。台北：國立
台北大學不動產與城鄉環境學系碩士論文。
- 余漢儀（2006）〈社會研究的研究者與倫理〉。載於嚴祥鸞(主編)，《危險與
秘密-研究倫理》(1-30)。台北：三民。

- 余淑雲 (2006)。《孤鳥也有一片天：由口述歷史看女性長者獨居經驗》。
台北：國立台北護理學院護理研究所。
- 利翠珊 (2005)。〈婚姻關係及其調適〉。載於楊國樞、黃光國、楊中芳 (主編)，《華人本土心理學》(331-362)。台北：遠流。
- 何道珍、曾菊香、黃慈惠 (2003)〈老人營養餐飲服務介紹〉。《南區老人諮詢服務中心雙月刊》，12，2-8。
- 何逸塵譯，HAKOZAKI 原著(1981)。《孤獨心態的超越》。臺北：巨流。
- 法務部 (2016a)。《全國法規資料庫民法》。網址：
<http://law.moj.gov.tw/LawClass/LawAll.aspx?PCode=B0000001>
- 法務部 (2016b)。《全國法規資料庫長期照顧服務法》。網址：
http://law.moj.gov.tw/News/news_detail.aspx?id=114581
- 法務部 (2016c)。《全國法規資料庫老人福利法》。網址：
<http://law.moj.gov.tw/LawClass/LawContent.aspx?PCODE=D0050037>
- 吳淑瓊、王正、呂寶靜、莊坤洋、張媚、戴玉慈、曹愛蘭 (2003)。建構長期照護體系先導計畫執行現況與檢討報告。推動照護革命-建構長期照護體系先導計畫暨實驗社區成果觀摩研討會。
- 吳姿儀、李奉儒 (1995)。《質的評鑑與研究》。台北：桂冠。
- 吳瓊滿、陳喬男、陳素惠、戴金英、吳宏蘭、林伯岡、陳蕙玲、劉紋妙、楊其璇譯，Sue V.Saxon、Mary Jean Etten、Elizabeth A. Perkins 原著 (2011)。《老人生理變化：概念與應用》。台北：華騰。
- 吳玉琴 (2012)。〈照顧服務人力的培育與留任〉。《社區發展季刊》，141，113-130。
- 吳玉琴、呂寶靜 (2010)。〈老人保護社會工作人力之探討〉。《社區發展季刊》，129，200-214。
- 吳敏欣 (2010)。《受暴婦女充權歷程之研究》。台中：東海大學社會工作研究所博士論文。
- 林麗珊 (2001)。《女性主義與性別關係》。台北：五南。
- 林靜華譯，Erma Bombeck.原著 (2011)。《媽媽這一行-世上第二古老的職業》。台中：好讀。
- 林沈明瑩、陳登義、楊蓓譯，Virginia Satir,John Banmen,Jane Gerber,Maria Goromim 原著 (1998)。《薩提爾的家族治療模式》。台北：張老師文化。
- 林哲立、邱曉君、顏菲麗譯，Jose B. Ashford Craig W. LeCroy Kathy L. Lortie 原著 (2007)。張宏哲(主編)，《人類行為與社會環境》。台北：雙葉。

- 林娟芬 (1999)。《婦女晚年喪偶適應之研究》。香港：香港中文大學社會福利博士論文。
- 林秀娥 (2011)。《獨居老年長者之心理需求探究》。南投：暨南大學輔導與諮商研究所碩士論文。
- 易中天 (2012)。《中國的男人與女人》。台北：馥林文化。
- 邱美汝、陳玉敏、李月萍 (2007)。長期照護機構老人的生活適應及影響因素。實証護理，3 (2)，119-128。
- 邱怡玟 (2009)。《外籍看護工參與失能老人家庭照顧之研究》。台中：東海大學社會工作研究所博士論文。
- 周千清 (2004)。《農村地區獨居老人社區照顧服務輸送評估：以台南縣新大同社會社區照顧網為例》。台北：台北大學社會工作學系碩士論文。
- 周麗華 (2002)。《從認養獨居老人看台北市社區內志願服務團體之發展模式》。台北：世新大學社會發展研究所碩士論文。
- 美國統計局 (2011)。網址：<http://www.census.gov/>
- 施教裕 (1998)。〈獨居老人：社區關懷之相關課題探討及省思〉。《社會福利》，138，10-26。
- 胡幼慧 (1996)。〈轉型中的質性研究〉。載於胡幼慧(主編)，《質性研究：理論、方法與本土女性研究實例》(7-26)。台北：巨流。
- 胡幼慧、周雅容 (1996)。〈婦女與三代同堂：老年婦女的經濟發展依賴與居住困境探索〉。《婦女與兩性學刊》，7，27-57。
- 許智鈞 (2015)。共和眷村老雜貨舖 吹熄燈號。中時電子報。取自 <http://www.chinatimes.com/>
- 許敏桃 (2001)。〈台灣老年婦女心理社會發展〉。《護理雜誌》，48，5-10。
- 許秉翔 (2002)。《當前台灣住宅的代間移轉》。台北：台灣大學建築與城鄉研究所博士論文。
- 徐良熙、林忠正 (1989)。〈家庭結構及社會變遷的再研究〉。載於伊慶春朱瑞玲(主編)，《台灣社會現象的分析：家庭、人口、政策與階層》(25-55)，台北：中央研究院三民主義研究所。
- 莊秀美 (2005)。〈團體家屋模式運用於失智症：老人照護服務模式之探討〉。《東吳社會工作學報》，12，75-113。
- 莊朝榮 (2005)。〈探討我國老人住宅之市場規模〉。《台灣經濟研究月刊》，28(10)，13-18。
- 莊英章 (1994)。《家族婚姻：台灣北部兩個閩、客村落之研究》。台北：中央研究院民族學研究所。

- 柯則宇 (2013)。《老人居住型態的探討：主觀意願與客觀條件的影響》。
台北：東吳大學社會系研究所碩士論文。
- 夏婉雲 (2012)。〈李清照詩詞中孤獨意涵的詮釋學觀點〉。《世新中文研究
集刊》，8，111-138。
- 馬慧君、張世雄(2006)。〈變遷社會中的女性：一個生命歷程的研究觀點〉。
《國際文化研究》，2 (2)，59-97。
- 高婉瑜 (2009)。〈兩性拒絕行為的比較研究：以台南市為例〉。《興大人文
學報》，42，143-170。
- 梁碧雲 (2006)。《獨居老人之孤獨經驗研究：以新竹市四位老人為例》。
嘉義：南華大學生死學研究所碩士論文。
- 張淑蘭 (2009)。《從獨居到分開居住：以三位達悟老婦人為例》。花蓮：
慈濟大學公共衛生研究所 (原健組) 碩士論文。
- 張麗珍 (2009)。《顏面燒傷者自我認同的轉變歷程》。台中：東海大學社
會工作研究所博士論文。
- 國家發展委員會 (2013)。《全球人口老化之現況與趨勢》。網址：
<http://www.ndc.gov.tw/cp.aspx?n=4AE5506551531B06>
- 陳肇男、史培爾 (1990)。臺灣地區現代化過程中對老人的居住安排之影
響，人口變遷與經濟社會發展研討會論文集，臺中：中國人口學會。
- 陳肇男 (1993)〈臺灣地區鰥寡老人之居住安排〉。《中國社會學刊》，17，
163-179。
- 陳政雄 (2006)。〈老人住宅整體規劃理念〉。《台灣老年醫學雜誌》，1(3)，
122~138。
- 陳正芬、王彥雯(2010)。〈從生命週期觀點檢視台灣老人居住安排的模式
與轉變〉。《台灣社會福利學刊》，8(2)，279 - 328。
- 陳正芬 (2006)。《從老人居住安排與未滿足需求論我國長期照顧政策》。
嘉義：中正大學社會福利研究所博士論文。
- 陳燕禎、林義盛 (2010)。〈社區照顧關懷據點之實踐經驗：社會工作者的
田野觀察〉。《社區發展季刊》，132，385-403。
- 陳琇惠(2011)。〈老人老年所得保障制度的演變與發展〉。《社區發展季刊》，
133，123-138。
- 陳芷如、徐亞瑛 (2000)。〈承命生根之過程：臺灣機構化失能老人遷居的
心路歷程〉。《護理研究》，8 (6)，614-628。
- 陳世堅 (2000)。《社政與衛政平行整合的長期照顧系統模式之建構：合作
與分工運作之探討》。台中：東海大學社會工作學系博士論文。

- 陳其南 (1990)。《家族與社會：台灣與中國社會研究的基礎理念》。台北：聯經。
- 陳燕禎 (2009)。《老人服務與社區照顧》。臺北：威仕曼。
- 郭庭瑄、荷童譯，Jim Dincalci 原著 (2016)。《原諒他，為什麼這麼難》。台北：商業週刊。
- 畢恆達 (2004)。《空間就是性別》。台北：心靈工坊。
- 畢恆達 (2006)〈社會研究的研究者與倫理〉。載於嚴祥鸞(主編)，《危險與秘密-研究倫理》(31-91)。台北：三民。
- 畢恆達 (2000)。〈從環境災害過程中探索家的意義：民生別墅與林肯大郡的個案分析〉。應用心理研究，8，57-82。
- 黃源協 (2007)。〈破除長期照護機構住民的失落感-從服務品質談起〉。長期照護雜誌，11 (2)，125-131。
- 萬文隆 (2003)。〈深度訪談在職性研究上的運用〉。《生活科技教育月刊》，4，17~23。
- 師豫玲、鄭文惠、蘇英足、李宜衡 (2009)。〈台北市老人服務中心的發展與變革：從文康休閒到區域整合服務〉。《社區發展季刊》，125，22-30。
- 曾瀝儀、張金鶚、陳淑美 (2006)。〈老人居住安排選擇：代間關係之探討〉。《住宅學報》，15(2)，45-64。
- 勞動部 (2016)。《勞動條件及就業平等性別統計資料》。網址：
<http://www.mol.gov.tw/introduction/2089/2093/2522/>
- 網路節目 (2011)。請你停止情緒勒索我。非關命運。取自
<https://www.youtube.com/?gl=TW&hl=zh-tw>
- 黃軒 (2014) 那一段包尿布的日子。康健雜誌網。取自
<http://www.commonhealth.com.tw/>
- 黃源協 (2000)。《社區照顧：台灣與英國經驗的檢視》。臺北：揚智。
- 黃惠璣主編 (2011)。《老人服務與照護》。臺北：威仕曼。
- 黃淑玲、游美惠主編 (2012)。《性別向度與台灣社會》。台北：巨流。
- 黃久秦、白惠文、陳毓璟譯(2012)。《社會老人學 II：社會取向，Nancy R. Hooyman & H. Asuman Kiyak 著，Social Gerontology: A Multidisciplinary Perspective，2011》。台北：華騰。
- 楊國樞、文崇一等 (2012)。《社會及行為科學研究法(上)》。台北：東華。
- 彭駕驛、彭懷真 (2012)。《老年學概論》。台北：威仕曼。
- 彭懷真 (2013)。《社會問題》。台北：洪葉。
- 彭懷真 (2014)。《老年社會學》。台北：揚智。

- 趙碧華、朱美珍編譯 (2003)。《研究方法：社會工作暨人文科學領域的運用》。台北：學富文化。
- 萬育維譯，Mike Nolan、Sue Davies & Gordon Grant 編 (2004)。《老人照護工作-護理與社工的專業合作》。臺北：洪葉。
- 傅凌、墨壘著 (2003)〈中西方歷史和一個人思想相關筆記〉。載於黃秀如 (主編)，《一個人 Alone》(52-57)。台北：網路與書。
- 葉光輝 (1997)。「年老父母居住安排的心理學研究:孝道觀點的探討」。《中央研究院民族研究所集刊》，83，121-168。
- 張桂霖、張金鵠 (2010)。《老人居住安排與居住偏好之轉換：家庭價值與交換理論觀點的探討》。《人口學刊》，40，41-90。
- 葉若分 (2003)。《以行動研究法探討獨居老人需求滿足的過程》。台北：陽明大學社區護理研究所碩士論文。
- 葛雅琴 (2001)。《臺地區老年人遷居安養、養護機構生活適應之研究》。東海大學社會工作研究所碩士論文。
- 楊培珊 (1999)。「台北市獨居老人生活暨需求概況調查：以文山區為例」。《台大社會工作學刊》，27，143-188。
- 楊培珊、張宏哲 (2000)。「台北市獨居長者照顧模式之研究」。台北市政府社會局委託研究。
- 楊培珊 (2001)。「台北市獨居長者照顧服務經驗之反：一個行動研究的報告」。《台大社會工作學刊》，5，103~150。
- 劉凱西 (2015)。女人該獨立，還是該仰賴。優活健康網。取自 <http://www.uho.com.tw/>
- 麥天心 (2013)。《陪你到老：從改變信念做好長者照護工作》。新北市：賽斯。
- 蔡敦浩、王慧蘭、劉育忠 (2011)。《敘說探究的第一堂課》。台北：鼎茂。
- 蔡尚穎 (2007)。「長期照護機構住民的精神層面議題」。《長期照護雜誌》，11 (2)，116-124。
- 蔡旻真 (2011)。《永不止助！五位老人醫院志工之生命故事》。台北：政治大學社會工作研究所碩士論文。
- 鄭凱云 (2011)。「從生命歷程觀點看危機家庭隔代教養者之困境」。《家庭教育雙月刊》，34，6-27。
- 鄭景鐘 (2006)。《獨居老人概念建構歷程之探討：以台北市獨居老人服務照顧方案為例》。台北：台北大學社會工作學系碩士論文。

- 潘幸惠 (2014 年 07 月 12 日)。逾 45 歲大叔有錢租不到屋。中時電子報。
取自 <http://www.chinatimes.com/>
- 潘淑滿 (2003)。《質性研究：理論與應用》。台北：心理。
- 薛承泰 (2012)。台灣 2025 年人口結構議題之專題報告。中國國民黨中央
常務委員會。
- 張晉芬 (2013)。《勞動社會學》。台北：政大。
- 龍應台 (2008)。《目送》。台北：時報文化。
- 蔡啟源 (2012)。〈我國老人保護工作之檢視〉。《社區發展季刊》，137，
266-275。
- 衛生福利部 (2016)。《社會福利統計年報表》網址：
http://www.mohw.gov.tw/cht/DOS/Statistic.aspx?f_list_no=312&fod_list_no=4181
- 衛生福利部(2013)。《老人狀況調查報告》。台北：統計處。橘智雄 (2014)。
日本老人居住產業現況。新北市銀髮居住產業國際交流暨產業媒合研討
會。新北市：新北市政府。
- 薛承泰、徐麗君 (2005)。〈高齡化社會與台北市老人福利措施〉。《社區發展
季刊》，110，14-22。
- 賴文珍 (2013)。〈女性與婚姻暴力〉。《社區發展季刊》，142，143-155。
- 劉珠利 (2003)。〈台灣年輕女性的兩性關係：從關係中的自我理論的觀點來
探討〉。《社區發展季刊》，101，56-69。
- 謝美娥 (2004)。〈失能老人的資源、居住安排、居住決定的掌控力與生活
品質：一個量化的初探〉。《社會政策與社會工作學刊》，8(1)，1-49。
- 謝世忠 (1987)。〈民族誌道德與人類學家的困境：臺灣原住民運動研究的
例子〉。《當代》，20，20-30。
- 謝佳容、蕭仔伶、劉淑娟 (2007)。〈老年住民在長期照護機構中的心理健康
促進與情緒調適〉。《長期照護雜誌》，11 (2)，132-140。
- 蕭阿勤 (2015)。〈敘事分析〉。載於瞿海源、畢恆達、劉長萱、楊國樞(主編)，
《社會及行為科學研究法：質性研究法》(133-166)。台北：東華。
- 簡春安、鄒平儀 (2004)。《社會工作研究法》。台北：巨流。
- 簡春安、趙善如 (2008)。《社會工作哲學與理論》。台北：巨流。
- 簡至潔 (2011)。〈重新書寫家的定義〉。載於台灣伴侶權益推動聯盟、婦女
新知基金會 (策劃)，《我的違章家庭-28 個多元成家故事》(33-36)。
台北：女書。
- 簡宏哲、蕭至邦、陳竹上、范道莊 (2013)。〈建構在地老化服務網絡：談

社工專業與社會住宅社區化之結合〉。《社區發展季刊》，141，401-412。

簡慧娟、莊金珠、楊雅嵐(2013)。〈我國長期照顧十年計畫現況與檢討〉。《社區發展季刊》，141，6-18。

蘇麗瓊(2012)。《獨居未婚女性老人生命歷程與老年準備之探索研究》。台中：東海大學社會工作研究所博士論文。

顧淑馨譯，Lucy Danziger、Catherine Birndorf,M.D.原著(2010)。《幸福的九個房間》。台北：時報文化。

羅紀琮(1987)。〈近十年來臺灣地區老人家庭結構變遷的研究〉。《臺灣經濟預測》，18，83-107。

原文資料

- Aykan, H. & Wolf, D. A. (2000). Traditionality, Modernity, and Household Composition. *Research on Aging*. 22(4):395-421.
doi :10.1177/0164027500224004
- Bengtson, Vern L., Elder, G. H. Jr, & Putney, N. M. (2005). The Life course Perspective on Ageing: Linked Lives, timing, and History. In Johnson, Malcolm L. (Ed.), *The Cambridge Handbook of Age and Ageing* (493-509). New York: Cambridge University Press.
- Bachelard, G. 1969: *The Poetics of Space* (1957). Boston: Beacon Press.
- Bengtson, V. L. & Allen, K. R. (1993). The life course perspective applied to families over time. In P. G. Boss, W. J. Doherty, R. LaRossa, W. R. S. K. Steinmetz (Ed.), *Sourcebook of family theories and methods :A contextual approach*. New York and London: Plenum .
- Becker, Gary S. (1991) *A treatise to the family*. Harvard University Press.
- Bachelard, G. 1969: *The Poetics of Space* (1957). Boston: Beacon Press.
- Cameron, A. L. 2000. "The Residency Decision of Elderly Indonesians: A Nested Logit Analysis." *Demography* 37:17-27.
- Chen, C.N. (1996). "Living Arrangements and Economic Support for the Elderly in Taiwan." *Journal of Population Study* 17:59-82.
- Davanzo, J. and A. Chan. (1994). "Living Arrangements of Older Malaysians: Who Co-Resides With Their Adult Children?" *Demography* 31:95-113.
- Denzin, N.K., & Lincoln, Y.S. (2005). *The Sage handbook of qualitative research* (3rd ed.). Thousand Oak, CA: SAGE.
- Desai, M. M., Lentzner, H. R., & Weeks, J. D. (2001). Unmet need for personal assistance with activities of daily living among older adults. *The Gerontologist*, 41(1), 82-88. doi: 10.1093/geront/41.1.82
- Easterlin, R., Schaeffer, C. & Macunovich, D. (1993). Will the baby boomers be less well off than their parents? Income, wealth and family circumstances over the life cycle in the United States. *Population and Development Review*, 19, 497-522.
- Erikson, E. H., Erikson, J. M., Kivnick, H. Q. (2000). *Vital Involvement in old Age*. Norton.
- Ferraro, Kenneth F. (2001). *Aging and Role Transitions*, In Robert H. Binstock & Linda.

- Fogel, Barry S.(1992) "Psychological Aspects of Staying at Home." *Generations*, 16 (2):15-19.
- Glick, P. & Fiske, S. (1996).The Ambivalent Sexism Inventory: Differentiating hostile and benevolent sexism.*Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 491-512.
- Gordon P.A., (1998).Senior's Housing and Care Facility: Development, Business & Operations, 3rd Edition, Washington D.C.: ULI- the Urban Land Institution.
- Gibler, K. M. and E. Lee. 2001. "Seniors Housing in a Changing Asian Society: South Korea." *International Real Estate Review* 4(1):118-134.
- Hermalin, A. I. (2002). "Theoretical Perspectives, Measurement Issues, and Related Research," Pp. 101-141 in *The Well-Being of the Elderly in Asia*, edited by Hermalin, A. I. AnnArbor: University of Michigan Press.
- Huberman, A. M., & Miles, M. B. (1994).*Qualitative data analysis* (2nded.)Thousand Oak ,CA: SAGE.
- HutchisonE. D. (2005). The life course perspective: A promising approach for bridging the microand macro worlds for social workers. *Families in Society*, 86(1), 143-152.
- Jordan, J. V., Kaplan, A. G., Miller, J. B., Stiver, I. P., Surrey, I. P., & Surrey, J. L. (1991)*Women's Growth in Connection Writings from the Stone Center* New York : The Guildford Press.
- Jordan, J.V. (1991) *The Meaning of Mutuality*. . In Jordan, V. J., Kaplan, A. G., Miller, J. B., Stiver, I. P., & Surrey, J. L. (eds.)*Women's Growth in Connection Writing from the Stone Center*. P. 81-96. New York : The Guildford Press.
- Karherine H. Leith (2006). "Home is where the heart is...or is it?"A phenomenological exploration of the meaning of home for older women in congregate housing. *Journal of Aging Studies* 20, 317-333.
www.sciencedirect.com.
- Kennedy, J. (2001). Unmet and Undermet need for activities of daily living and instrumental activities of daily living assistance among adults with disabilities. *Medical Care*, 39 (2), 1305-1312.
- K.George (eds.), *Handbook of Aging of aging and the Social Sciences* (6thed.) (pp.313-329) . San Diego : Academic Press.

- LaPlante, M. P., Kaye, H. S., Kang, T., & Harrington, C. (2004). Unmet need for personal assistance services: estimating the shortfall in hours of help and adverse consequences. *The Journal of Gerontology*, 59(2), S98-S108.
- Lewin, Fereshteh Ahmadi (2001) "The Meaning of Home among Elderly Immigrants: Directions for Future Research and Theoretical Development." *Housing Studies* 16(3):353-370.
- Liebich .A., R Tuval-Mashiach & Zilber T. (1998).is and Interpretation A new model for Classification of Approach to Reading ,Analysis and Interpretation. *Narrative Rresearch : Reading ,Analysis and Interpretation* (pp.1-20) .Thousand Oaks, Calif : Sage.
- Lima, J. C., & Allen, S. M. (2001). Targeting risk for unmet need: Not enough help versus no help at all. *Journal of Gerontology: Social Sciences*, 56B(5), S302-S310.
- Logan, J. R. and F. Bian. 1999. "Family Values and Coresidence With Married Children in Urban China." *Social Forces* 77:1253-1282.
- Maltz, D. and Borker, R.: 1982, 'A cultural approach to male-female miscommunication', in J. Gumperz (ed.), *Language and social identity*, Cambridge University Press, Cambridge, pp. 196-216.
- Michael, R. T., R. F. Victor, and R. S. Sharon. 1980. "Changes in the Propensity to Live Alone: 1950-1976." *Demography* 17: 39-53.
- Machizawa, S.,& Lau, D. T.(2010).Psychological Needs of Japanese American Elders :Implication for Culturally Compertent Lnterventions. *Journal of Cross-Cultural Gerontology*, 25(2), 183-197.
doi : 10.1007/s10823-101-9117-7.
- Martikainen, P., E. Nihtila, and H. Moustgaard. 2008. "The Effects of Socioeconomic Status and Healthon Transitionsin Living Arrangements and Mortality: A Longitudinal Analysis of Elderly Finnish Men and Women From 1997 to 2002." *The Journals of Gerontology* 1.63B(2): S99-S109.
- Miller, J. B. (1991) The Construction of Anger in Women and Men. In Jordan, V. J., Kaplan, A. G., Miller, J. B., Stiver, I. P., & Surrey, J. L. (eds.)*Women's Growth in Connection Writing from the Stone Center*. P. 181-196. New York : The Guildford Press.
- Moloney, Margaret F.1997"The Meanings of Home in the Stories of Older

- Women." *Western Journal of Nursing Research* 19(2): 166-17.
- Pendry, E., Barrett, G., & Victor, C. (1999). Changes in household composition among the over sixties: a longitudinal analysis of the health and lifestyles surveys. *Health and Social Care in the community*, 7(2), 109-119.
- Riessman C. K. (1993) *Narrative Analysis*. Newsbury Park, CA: Sage
- Raymo, J. M. and T. Kaneda. 2003. "Changes in the Living Arrangements of Japanese Elderly: The Role of Demographic Factors," Pp.27-52 in *Demographic Change and the Family in Japan's Aging Society*, edited by Traphagan, W.J. and J. Knight. New York: State University of New York Press.
- Raymo, J. M. and T. Kaneda. (2003). "Changes in the Living Arrangements of Japanese Elderly: The Role of Demographic Factors," .27-52 in *Demographic Change and the Family in Japan's Aging Society*, edited by Traphagan, W.J. and J. Knight. New York: State University of New York Press.
- Rapoport, Amos (1995) "A Critical Look at the Concept 'Home'." 25-52, in *The Home: Words, Interpretations, Meanings, and Environments* edited by David N. Benjamin, David Stea and David Saile. Aldershot: Avebury.
- Semeding, T., Q. Gao, Samders P., & Wing, C. (2008). *Elder Poverty in An Aging World Conditions of Social Vulnerability and Low Income for Women in Rich and Middle Income Nations*. Luxembourg Income Study Working Paper Series Working Paper No.497. September 2008.
- Swenson, Melinda M. (1998) "The Meaning of Home to Five Elderly Women." *Health Care for Women International* 19(5): 381-393.
- Silverman, D. (2000). *Doing qualitative research: A practical hand book*. London: SAGE.
- Stone, D.A. (2002), *Policy Paradox-The Art of Political Decision Making*, Norton & Company, NY
- Shea, D., Davey, A., Femia, E. E., Zarit, S. H., Sundstrom, G., Berg, S., et al. (2003). Exploring assistance in Sweden and the United States. *The Gerontologist*, 43 (5), 712-721.
- Shea, D., Davey, A., Femia, E. E., Zarit, S. H., Sundstrom, G., Berg, S., et al. (2003). Exploring assistance in Sweden and the United States. *The Gerontologist*, 43 (5), 712-721.
- Stinner, W. F., B. Yongchan, and P. Luis. 1990. "Disability and Living Arrangement among Elderly American Men." *Research on Aging* 12:339-363.

- Shah, N. M., K. M. Yount, M. A. Shah, and I. Menon. 2002. "Living Arrangements of Older Women and Men in Kuwait." *Journal of Cross-Cultural Gerontology* 17:337-355.
- Somers, Margaret R., & Gibson, D. (1994) Reclaiming the epistemological "Other": narrative and the social construction of identity. In Craig Calhoun (ed.), *Social theory and the politics of identity* (pp.37-99) .Oxford, UK: Blackwell.
- Stiver, I. P. (1991) The Meanings of 「Dependency」 in Female-Male Relationships. In Jordan, V. J., Kaplan, A. G., Miller, J. B., Stiver, I. P., & Surrey, J. L. (eds.) *Women's Growth in Connection Writing from the Stone Center*. P. 143-161. New York : The Guildford Press.
- Wister, A. V., & Burch, T. K. (1989). The family environment and learning the parental home *Journal of Marriage and the Family*, 51, 605-613.
- Wilmoth, J. M. 1998. "Living Arrangement Transitions among American's Older Adults." *The Gerontologist* 38(4): 434-444.
- Zimmer, Z. and J. Kwong. (2003). "Family Size and Support of Older Adults in Urban and Rural China: Current Effects and Future Implications." *Demography* 40:23-44.
- Zimmer, Z. (2005). "Health and Living Arrangement Transitions among China's Oldest-Old." *Research on Aging* 27(5): 526-555.

附錄一：訪談大綱檢核表

問題	原由	出處
您是否喜歡目前的居住方式?喜歡的和不喜歡的原因為何?	瞭解個人對獨和獨居的認知與感受 瞭解文化因素的影響	獨的正負向力量 獨居因素探究
現在的居住方式與您心中的理想居住方式是否相符?	瞭解文化層次 瞭解個人層次	呂寶靜(2004)家對老人的意義
您有記憶以來的居住方式的轉換原因以及過程(正負向事件)為何	欲瞭解居住方式轉換次數與大致情況	生命歷程觀點
轉換當時有哪些人事物會影響您的決定當時的感受為何? 例如未來失能或生病後對您居住方式選擇會造成的影響?	欲瞭解個人生命經歷、原生家庭歷程、己身家庭歷程的影響	生命歷程觀點 家庭生命歷程發展
轉換時哪些人的反應或意見會對您產生影響?這些人與您的意見相左時您會如何抉擇?抉擇有無面臨困境?	欲瞭解有哪些人事物會影響到母親對居住方式轉換的選擇	1 胡幼慧、周雅容(1996)陳正芬(2006)、張桂霖、張金鵲(2010)等之研究 2.獨的正向力量 引述~蘇格拉底認為一個人的行為標準應該以自己的良知而不是群眾的認知為依歸
子女孫子女有無參與討論?過程當中哪位家人是主要的協助者或處理者?您與家人的溝通順利?您如何以母親角色與子女孫子女溝通?	家庭動能的過程	生命歷程觀點
1 通常新的居住方式需具備何種條件才能讓您產生「家」的認同感? 2 何人幫忙適應如何幫?	瞭解中介層次	包含畢恆達(2000)對女性對家的意義的研究等等~ 呂寶靜(2004)家對老人的意義

附錄二：邀請函

獨居老年母親居住形式轉換歷程之研究邀請函

親愛的 xxx 女士您好:

我是東海大學社會工作系的博士班學生吳家慧，因為致力於長者服務，所以目前正在進行「獨居老年母親居住方式轉換歷程」的研究，會邀請您是因為您寶貴的生命經驗與我的研究內容相符，故需要您的支持與參與這份研究才能得以完成，在此先表達對您滿滿的感謝之意，因為有您的同意接受訪談，此份研究才得以順利進行並產生意義和價值，並更進一步的在未來為所有台灣的女性長者制定更好更貼近需要的照顧服務。

這份研究是用深度訪談的方式進行的，在進行訪談前我會先給您一份保證書，內容載明對您所提供的資料進行保密並只使用於學術用途，也確保整個過程都會依照您的意願去拿捏討論的速度，並在您覺得安全舒適的環境下進行，途中若您覺得想要暫停或中斷訪談，我皆會尊重您的意願不會強迫並與您商量如何調整。

此外，在訪談的過程中，我會以訪談大綱為參考與您所述內容來提出問題請教您，請依個人觀點親身經歷輕鬆講述即可，過程中若您覺得有任何需要調整或協助的地方也都歡迎表達。

最後，非常感謝您提供的經歷，這些資料對我的研究還有整個國家照顧政策都將會有非常重大的幫助。

千言萬語 滿滿感謝！

東海大學社會工作系博士生 吳家慧 敬上

附錄三：保證書

感謝您接受東海大學社會工作研究所博士生吳家慧之「獨居老年母親居住方式轉換歷程之研究」訪談，整個訪談與研究過程本人將給予以下保證：

一、本人將以受訪者自決之方式決定研究者名稱，並保證訪談收集的資料只限使用於本論文研究報告與未來撰寫文章之用。

二、在訪談過程中，若觸及個人隱私或不愉快的經驗過程，一定視受訪者意願決定是否繼續進行或選擇性回答。

三、訪談過程會進行錄音，僅為了詳細不失真的紀錄受訪者的想法與意見，所有檔案資料會在研究進行完畢後進行銷毀。

四、整個訪談過程絕對尊重自由意志且在受訪者未受任何脅迫的狀況下進行。

五、逐字稿整理完畢後將會再交給受訪者進行真實度檢定。

保證人:吳家慧 (連絡電話: _____)

簽名: _____

日期:民國 _____ 年 _____ 月 _____ 日

附錄四：訪談內容確認表

本人 xxx（化名）接受東海大學社會工作研究所博士生吳家慧之博士論文訪談之邀請，並確認「獨居老年母親居住方式轉換歷程之研究」的訪談文稿內容與本人原意相符，於此證明！

確認人：

日期： 年 月 日