

第七節 獨居老人之生活狀況與其對獨居生活評價之關係

獨居長者的生活狀況、對目前生活的評價可能與其個人特質和個人能力有關，同樣地，生活狀況的不同，也可能會對目前的居住型態有不一樣的看法。本節主要在瞭解受訪老人之生活狀況與其對獨居生活評價兩者間的相關性，並將其關係分為四個部分加以說明。

一、獨居老人之生活狀況與其對獨居生活正向評價關係之描述

在受訪老人的居家生活方面，主要於瞭解研究對象之 ADL 和 IADL 的功能狀況，是否與其對生活的正向評價有關。研究者將受訪老人日常是否執行此項功能與執行時的困難程度，以量化的數字加總。其中，受訪老人若是須由自己處理活動，以「1」分計；未由自己執行者，以「0」分計。在自行處理的困難程度方面，完全不困難者，為「1」分；「稍有困難，但可自行處理」者，為「2」分；「有時需要輔具」，為「3」分；「有時需人協助」，為「4」分；「完全無法自行處理」，為「5」分。將兩項分數進行處理，以計算每位長者的 ADL 和 IADL 的平均數。平均數範圍為 1 分至 5 分，分數越低代表其日常生活、工具性日常生活功能越佳；反之，自行處理的能力則越低。此外，在正向的主觀看法方面，共有「可以隨意安排自己想做的事」、「老年人應該住在自己的家裡」、「靠自己生活比較實在」、「自己是獨立自主的」、「一個人住很好」、「生活很自由」六個題項。表七-1 即使用單因子變異數分析，分別將受訪老人之 ADL 和 IADL 分數與六項正向評價進行分析。由表所得數據可知，在日常生活功能方面，受訪老人自行處理能力的不同，其在是否同意「可以隨意安排自己想做的事」、「自己是獨立自主的」、「一個人住很好」等看法中具有差異性。在工具性日常生活功能方面，具有不同 IADL 能力的長者，在「可以隨意安排自己想做的事」、「靠自己生活比較實在」、「自己是獨立自主的」、「一個人住很好」、「生活很自由」等正向評價的回答則呈現不同的結果。表七-2 可以看出不同 ADL 和 IADL 得分與正項看法之間的詳細分布狀況。

表七-1 獨居老人之居家生活與對生活之正向看法關係表

	項		目			
	隨意安排想 做的事	應該住在自 己家裡	靠自己生活 較實在	自己是獨立自 主的	一個人住 很好	生活很 自由
ADL	$F= 5.128^{**}$	$F= 0.580$	$F= 1.727$	$F= 9.653^{***}$	$F= 4.786^*$	$F= 1.868$
IADL	$F= 4.894^{**}$	$F= 0.738$	$F= 3.182^*$	$F= 11.214^{***}$	$F= 5.553^{**}$	$F= 4.770^*$

註：* $p < 0.05$ ** $p < 0.01$ *** $p < 0.001$

表七 - 2 獨居老人之居家生活與對生活之正向看法分析表

項	目														
	隨意安排想做的事			靠自己生活較實在			自己是獨立自主的			一個人住很好			生活很自由		
	同意	沒意見	不同意	同意	沒意見	不同意	同意	沒意見	不同意	同意	沒意見	不同意	同意	沒意見	不同意
	平均數			平均數			平均數			平均數			平均數		
ADL	1.37	1.47	1.94				1.37	1.68	2.54	1.35	1.39	1.74			
IADL	1.45	1.54	1.97	1.45	1.76	1.74	1.43	1.84	2.49	1.41	1.50	1.81	1.46	1.84	2.07

註：空白處表示未達顯著水準

在生活狀況的其他部分，研究者給予「可以隨意安排自己想做的事」、「老年人應該住在自己的家裡」、「靠自己生活比較實在」、「自己是獨立自主的」、「一個人住很好」、「生活很自由」六個題項量化數字，並加總計算。在答項的給分方面，回答「同意」以 1 分計；「沒有意見」以 2 分計；「不同意」以 3 分計，所得分數範圍在 6 分至 18 分之間，分數越低代表對獨居生活的正向評價越高；反之，分數較高則表示正向評價越低。

依據表七 - 3 的結果顯示，在生理照顧方面，受訪老人在就醫是否需要協助與其對生活的正向評價間有顯著差異性。受訪老人在就醫時需要別人提供協助者，正向評價分數越低；反之則越高。在人際互動方面，僅有與鄰居來往一項與正向評價達顯著水準，表示與鄰居有來往互動的受訪老人，對於生活的評價較高；而沒有與鄰居來往的受訪者，則顯得評價略低。

心理情緒部分，共分為九個題項，使用單因子變異數分析分別與正向評價總分進行討論，發現在九項感受中，僅有擔心緊急狀況問題一項和正向評價之關係未達顯著水準。由此可知，當受訪老人對於「安全問題」、「生病照顧問題」是處於不擔心的情況時，其對於生活之正向評價相對地會較高。除此之外，當受訪老人的孤單感受，諸如「心裡話不知道和誰說」、「希望有人作伴」、「覺得孤單」等負向情緒的感受越少，或是正向情緒的「覺得輕鬆自在」、「覺得快樂」、「覺得沒有牽掛」感受較頻繁時，其對於生活的評價就越高。

表七 - 3 獨居老人之生活狀況與對生活之正向看法關係表

項目	正向主觀看法
生理照顧狀況	
就醫是否需要協助	$t=-2.944^{**}$
有無就醫協助者	$t=-0.444$
有無住院照顧者	$t=0.301$
照院期間家裡有無照顧者	$t=-1.305$
出院有無照顧者	$t=-1.063$
休閒活動狀況	
有無社會活動	$t=-1.264$
人際互動狀況	
與家人來往狀況	$F=0.798$
與親友來往狀況	$F=3.698$
與鄰居來往狀況	$F=3.331^*$
家人是否來訪視	$t=-.582$
是否去訪視家人	$t=-.010$
心理情緒狀況	
擔心安全問題	$F=3.599^*$
擔心緊急狀況問題	$F=2.803$
擔心生病照顧問題	$F=3.837^*$
心理話不知道和誰說	$F=5.183^{**}$
希望有人能作伴	$F=3.204^*$
覺得自己是孤單的	$F=3.745^*$
覺得老年生活是輕鬆自在	$F=13.224^{***}$
覺得自己是快樂的	$F=11.565^{***}$
覺得沒有牽掛	$F=12.220^{***}$

註： $*p<0.05$ $**p<0.01$ $***p<0.001$

二、獨居老人之生活狀況與其對獨居生活負向評價關係之描述

在負向的生活評價方面，分別與受訪老人之生活狀況進行討論，由表七 - 4 整理各項相關結果。可以發現，受訪老人工具性日常生活功能 (IADL) 的不同，在「獨居不得已」、「年老不應該自己住」兩項看法中有不同回答。而心理情緒 (擔心問題、孤寂感受、正向心理情緒) 部分仍多與對獨居生活的負向看法有關。其中尤以孤寂感受之相關性最為明顯，包括「心理話不知道和誰說」、「希望有人作

伴」、「感覺孤單」都與對獨居生活的負向感受「老年人獨居是不得已的」、「年老不應該自己一個人住」、「和別人一起生活過得較好」間呈現了顯著的相關性。

表七 - 4 獨居老人之生活狀況與對生活之負向評價關係表

	項			目
	不想讓一些朋友 知道自己一個人住	老人獨居， 是不得不的選擇	年老了，不應該 只有自己一個人住	和別人一起住， 生活過得比較好
居家生活狀況				
日常生活功能	$F= .419$	$F= 2.977$	$F= 3.393^*$	$F= 2.185$
工具性日常生活功能	$F= .398$	$F= 5.655^{**}$	$F= 6.194^{**}$	$F= 2.449$
生理照顧狀況				
就醫是否需要協助	$V= .120$	$V= .245^*$	$V= .238^*$	$V= .213$
有無就醫協助者		$V= .080$	$V= .206$	$V= .145$
休閒活動狀況				
有無社會活動	$V= .048$	$V= .146$	$V= .190^*$	$V= .051$
人際互動狀況				
與家人來往狀況	$V= .122$			$V= .069$
與親友來往狀況		$V= .109$	$V= .092$	$V= .150$
與鄰居來往狀況		$V= .064$	$V= .088$	$V= .197^*$
家人是否來訪視			$V= .195$	
是否去訪視家人	$V= .072$		$V= .086$	$V= .097$
心理情緒狀況				
安全問題		$V= .182$	$V= .208^*$	
緊急狀況		$V= .152$	$V= .130$	$V= .175^*$
生病照顧問題		$V= .185^*$	$V= .217^{**}$	$V= .135$
心裡話		$V= .195^*$	$V= .211^{**}$	$V= .184^*$
希望有人作伴	$V= .132$	$V= .177^*$	$V= .231^{**}$	$V= .174^*$
覺得孤單		$V= .316^{***}$	$V= .262^{***}$	$V= .228^{**}$
覺得輕鬆自在	$V= .081$	$V= .170^*$	$V= .177^*$	$V= .088$
覺得快樂	$V= .075$	$V= .139$	$V= .108$	$V= .116$
覺得沒有牽掛		$V= .171^*$	$V= .188^*$	$V= .136$

註 1：* $p < 0.05$ ** $p < 0.01$ *** $p < 0.001$

註 2：空白處為 25.0%之細格小於 5，故無法以 V 值檢視

進一步分析各項與負向生活評價有關的生活狀況，在表七-5、表七-6、表七-7、表七-8的交叉表中，可以看出擁有不同生活狀況的受訪老人，對負向之生活評價有不一樣的想法。在生理照顧方面，日常就醫需要協助的受訪老人，有七成以上認為獨居是不得已的；而在不需要協助的老年長者中，比例有下降的趨勢，約五成的長者認為獨居是不得不的選擇。此外，需要協助的長者也有較高比例認為「年老了，不應該一個人住」。在參與社會活動部分，沒有參與活動的長者中，有36.5%同意「年老了，不應該自己一個人住」；在有參與社會活動的長者的比例更高，有將近一半的長者同意這項看法。在與鄰居來往的關係中，沒有和鄰居來往的長者中，有42.4%認為「和別人一起住，生活會過得比較好」，與不同意此看法的48.5%比例相差不多。而與鄰居有來往的受訪老人裡，則有將近六成的老人不同意「和別人一起住，生活會過得比較好」這項看法。

表七-5 獨居老人之生活狀況 - 就醫、休閒、人際與對生活之負向評價關係表
(單位：%)

項 目	老年人獨居， 是不得不的選擇			年老了，不應該 只有自己一個人住			和別人一起住， 生活過得比較好		
	同意	沒意見	不同意	同意	沒意見	不同意	同意	沒意見	不同意
就醫是否需要協助									
不需要	50.0	9.2	40.8	35.5	21.1	43.4	19.7	22.4	57.9
需要	73.5	8.2	18.4	59.2	10.2	30.6	38.8	14.6	46.9
有無參與社會活動									
沒有	75.2	10.4	34.4	36.5	16.7	46.9	24.0	17.7	58.3
有	67.6	4.2	28.2	50.7	21.2	28.2	28.2	15.5	56.3
與鄰居來往狀況									
沒有來往	66.7	6.1	27.3	48.5	21.2	30.3	42.4	9.1	48.5
有來往	59.0	8.2	32.8	41.0	17.9	41.0	21.6	18.7	59.7

在擔心問題方面，在擔心緊急狀況部分，不會擔心的長者有 61.2% 不認為和別人一起住，生活會過得比較好；而在經常擔心緊急狀況問題的長者中，雖然仍以不同意者為多，但比例亦有下降的趨勢。在擔心生病照顧問題部分，經常擔心的老人皆有高比例認為「老年人獨居，是不得不的選擇」、「和別人一起住，生活會過得比較好」此兩項看法（詳見表七 - 6）。

表七 - 6 獨居老人之生活狀況 - 擔心問題與對生活之負向評價關係表 (單位：%)

	項									目			
	不想讓一些朋友 知道自己一個人住			老人獨居， 是不得不的選擇			年老了，不應該 只有自己一個人住			和別人一起住， 生活過得比較好			
	同意	沒意見	不同意	同意	沒意見	不同意	同意	沒意見	不同意	同意	沒意見	不同意	
擔心安全問題													
不會擔心	8.1	11.1	80.8	51.5	6.1	42.4	33.3	49.2	17.5	18.2	15.2	66.7	
有時擔心	23.8	9.5	66.7	76.2	4.8	19.0	47.6	38.1	14.3	23.8	28.6	47.6	
經常擔心	17.6	35.3	47.1	82.4	0.0	17.6	52.9	11.8	35.3	35.3	17.6	47.1	
擔心緊急狀況問題													
不會擔心	8.3	13.2	78.5	54.5	9.1	36.4	38.0	18.2	43.8	24.0	14.9	61.2	
有時擔心	17.4	13.0	69.6	73.9	8.7	17.4	47.8	21.7	30.4	17.4	34.8	47.8	
經常擔心	21.7	21.7	56.5	78.3	0.0	21.7	60.9	17.4	21.7	43.5	8.7	47.8	
擔心生病照顧問題													
不會擔心	11.4	12.2	76.4	52.8	8.9	38.2	35.0	19.5	45.5	24.4	14.6	61.0	
有時擔心	9.1	13.6	77.3	77.3	4.5	18.2	50.0	27.3	22.7	18.2	31.8	50.0	
經常擔心	9.5	28.6	61.9	85.7	4.8	9.5	76.2	4.8	19.0	38.1	14.3	47.6	

在受訪老人的孤寂感受方面可以發現（詳見表七-7），經常覺得「有心裡話不知道要和誰說」的老年長者，在「老年人獨居，是不得不的選擇」、「年老了，不應該只有自己一個人住」兩項看法中，皆有超過七成的老人表示同意。在「和別人一起住，生活會過得比較好」一項中，經常和有時覺得有心裡話不知道和誰說的老年長者，呈現了較為分散的回答狀況，亦即回答同意與不同意者各佔一半。但是在不會覺得有心裡話問題的長者中，則有超過六成的受訪老人並不認為和別人一起住較好。在「希望有人作伴」一項，亦呈現相似的結果，亦即經常和有時覺得希望有人作伴的長者裡，皆有較高比例同意「老年人獨居，是不得不的選擇」、「年老了，不應該只有自己一個人住」此兩項看法。但是在「和別人一起住，生活會過得比較好」一項中，回答呈現了較為分散的情形。在「感覺孤單」一項裡，有高達九成的經常覺得孤單的老年長者，同意獨居是不得已的；而有時覺得孤單者，亦有八成表示贊同。

表七-7 獨居老人之生活狀況 - 孤寂感受與對生活之負向評價關係表(單位：%)

	項			目					
	老年人獨居，是不得不的選擇			年老了，不應該只有自己一個人住			和別人一起住，生活過得比較好		
	同意	沒意見	不同意	同意	沒意見	不同意	同意	沒意見	不同意
有心裡話不知道和誰說									
不會覺得	53.9	7.0	39.1	35.7	19.1	45.2	20.9	15.7	63.5
有時覺得	72.7	18.2	9.1	36.4	31.8	31.8	31.8	31.8	36.4
經常覺得	75.0	3.6	21.4	71.4	7.1	21.4	42.9	10.7	46.4
希望有人作伴									
不會覺得	52.2	6.7	41.1	25.6	22.2	52.2	17.8	20.0	62.2
有時覺得	60.6	9.1	30.3	51.5	18.2	30.3	18.2	24.2	57.6
經常覺得	77.3	9.1	13.6	70.5	11.4	18.2	47.7	4.5	47.7
覺得孤單									
不會覺得	43.6	8.9	47.5	29.7	18.8	51.5	15.8	15.8	68.3
有時覺得	80.6	6.5	12.9	51.6	22.6	25.8	32.3	19.4	48.4
經常覺得	91.4	5.7	2.9	71.4	14.3	14.3	48.6	17.1	34.3

在正向的心理情緒方面，由表七-8 可以知道，當老年長者在「覺得輕鬆自在」與「覺得沒有牽掛」兩項情緒狀況中，是經常感覺或有時感覺正向感受時，其對「老年人獨居，是不得不的選擇」、「年老不應該只有自己一個人住」的負向評價，多半選擇不同意。相反地，當受訪老人不覺得生活輕鬆自在、沒有牽掛時，則有較高的比例認為「老年人獨居，是不得不的選擇」、「年老不應該只有自己一個人住」。

表七-8 獨居老人之生活狀況 - 正向心理情緒與對生活之負向評價關係表

(單位：%)

	項			目		
	老人獨居，是不得不的選擇			年老不應該只有自己一個人住		
	同意	沒有意見	不同意	同意	沒有意見	不同意
覺得輕鬆自在						
不會覺得	78.8	6.1	15.2	63.6	9.1	27.3
有時覺得	55.8	13.5	30.8	46.2	17.3	36.5
經常覺得	56.1	4.9	39.0	31.7	23.2	45.1
覺得沒有牽掛						
不會覺得	80.0	5.0	15.0	65.0	10.0	25.0
有時覺得	61.8	8.8	29.4	32.4	26.5	41.2
經常覺得	51.6	8.6	39.8	36.6	19.4	44.1

三、獨居老人之生活狀況與滿意目前生活關係之描述

在受訪老人是否滿意目前的生活方面，與鄰居來往的情形與生活滿意感受之間有相關性存在。而於其他的生活狀況部分，心理情緒狀況仍與生活滿意感受呈現顯著的相關。由此可知，受訪老人日常生活是否有著「有心裡話不知道要和誰說」的孤寂感受，或是，感覺「輕鬆自在」、「快樂」或是「沒有牽掛」的正向情緒，都會形成對目前生活不同的滿意狀況（詳見表七-9）。

表七 - 9 獨居老人之生活狀況與是否滿意現在的生活關係表

是否滿意現在的生活	
居家生活狀況	
日常生活功能 ADL	$F= .489$
工具性日常生活功能 IADL	$F= .382$
生理照顧狀況	
就醫是否需要協助	$V= .166$
有無就醫協助者	
休閒活動狀況	
有無社會活動	$V= .065$
人際互動狀況	
與家人來往狀況	
與親友來往狀況	$V= .180$
與鄰居來往狀況	$V= .227^*$
家人是否來訪視	
是否去訪視家人	
心理情緒狀況	
擔心安全問題	$V= .162$
擔心緊急狀況	$V= .099$
擔心生病照顧問題	$V= .065$
覺得有心裡話不知和誰說	$V= .217^{**}$
希望有人作伴	$V= .143$
覺得孤單	$V= .247^{***}$
覺得輕鬆自在	$V= .351^{***}$
覺得快樂	$V= .419^{***}$
覺得沒有牽掛	$V= .318^{***}$

註 1：* $p < 0.05$ ** $p < 0.01$ *** $p < 0.001$

註 2：空白處表示 25.0%之細格小於 5，故無法以 V 值檢視

進一步分析上述各項與受訪老人滿意生活有關的心理情緒狀況，從表七 - 10 可以發現，當老年長者感受的正向情緒越多時，其對於生活的滿意度越高。在不覺得「有心裡話不知道和誰說」、「孤單」的老年長者中，皆有超過六成的長者表示滿意現在的生活。而經常覺得「有心裡話不知道和誰說」、「孤單」的老年長者，則僅有三成左右是滿意現在的生活的。在正向心理情緒方面，經常覺得「輕鬆自在」、「快樂」、「沒有牽掛」的受訪老人皆有七成以上滿意現在的生活；而正向情緒感受較少的長者，有將近一半的人對於現在生活的滿意與否是沒有意見的，此外，約有兩成五至三成的長者對是不滿意現在生活的。

表七 - 10 獨居老人之生活狀況 - 心理情緒狀況與滿意現在生活分析表

變項／類別	是否滿意現在的生活						Cramer's V值
	滿意		普通		不滿意		
有心裡話不知道和誰說							V= .217**
不會覺得	73	(62.4)	38	(32.5)	6	(5.1)	
有時覺得	12	(54.5)	9	(40.9)	1	(4.5)	
經常覺得	9	(32.1)	12	(42.9)	7	(25.0)	
覺得孤單							V= .247***
不會覺得	68	(66.7)	31	(30.4)	3	(2.9)	
有時覺得	15	(46.9)	13	(40.6)	4	(12.5)	
經常覺得	11	(31.4)	16	(45.7)	8	(22.9)	
覺得輕鬆自在							V= .351***
不會覺得	7	(21.2)	16	(48.5)	10	(30.3)	
有時覺得	27	(50.9)	24	(45.3)	2	(3.8)	
經常覺得	60	(73.2)	20	(24.4)	2	(2.4)	
覺得快樂							V= .419***
不會覺得	5	(13.2)	22	(57.9)	11	(28.9)	
有時覺得	27	(51.9)	24	(46.2)	1	(1.9)	
經常覺得	62	(79.5)	14	(17.9)	2	(2.6)	
覺得沒有牽掛							V= .318***
不會覺得	10	(24.4)	21	(51.2)	10	(24.4)	
有時覺得	18	(52.9)	13	(38.2)	3	(8.8)	
經常覺得	66	(71.0)	26	(28.0)	1	(1.1)	

註：** $p < 0.01$ *** $p < 0.001$

四、獨居老人之生活狀況與其理想居住型態關係之描述

受訪老人的理想居住型態乃指，老年長者希望的居住方式，由於希望居住的型態之回答有七項之多，答案較為多元，爲了方便進行相關性的分析，研究者將各答項加以重新分組，即將獨居、僅和配偶同住合併爲一組；選擇其他居住型態者爲另一組。在經由相關分析後可以發現（詳見表七 - 11），受訪老人在就醫時是否需要協助、有無參與社會活動會和其希望的居住方式有所關聯。此外，心理情緒狀況中的「感覺孤單」一項，亦與老年長者希望與誰同住的期待有相關性存在。

整理上述各項受訪老人之生活狀況與對獨居生活的評價，可以發現兩者間的相關性。在對生活的正向評價方面，平日需要定期前往醫院看診拿藥的老年長者中，若是前往醫院是需要人協助的，其對於生活的正向看法較差；反之，不需要他人協助的長者，對獨居生活有較高的評價。另外，在日常生活與鄰居有來往的受訪老人，對於目前的生活抱持的正向感受也較好；相反地，沒有與鄰居來往的長者，在正向看法的認同度也較低。受訪老人的心理情緒狀況，與其對生活的正向感受也有極高的相關性，經常感到「輕鬆自在」、「快樂」、「沒有牽掛」的老人，對目前生活的感覺較好。而經常擔心「安全問題」、「生病照顧問題」，或是常「有心裡話不知向誰說」、「孤單」、「希望有人作伴」等孤寂感覺的受訪老人，則有較低的正向感受。在對生活的負向看法方面，同樣地，受訪老人的心理情緒狀況大多與其對生活的負向評價有關係。其中在受訪老人「覺得孤單」的部分，更與負向的看法有明顯的關聯性。在是否滿意現在的生活方面，經常覺得「輕鬆自在」、「快樂」、「沒有牽掛」的受訪者，會與那些從來不覺得此些正向情緒的長者有對生活不同的滿意感受。此外，經常覺得「有心裡話不知道和誰說」以及「孤單」的長者，也與從來沒有這些感覺的老人間呈現不同的生活滿意感。在理想居住型態方面，在受訪老人日常就醫是否需要有人協助、有沒有參加社會活動、是否覺得孤單的不同情形下，都會產生不同的居住期望。

表七 - 11 獨居老人之生活狀況與理想居住型態關係表

		希望怎麼住
居家生活狀況		
日常生活功能 ADL		$F= -1.361$
工具性日常生活功能 IADL		$F= -1.868$
生理照顧狀況		
就醫是否需要協助		$V= .185^*$
有無就醫協助者		$V= .025$
有無住院照顧者		$V= .043$
照院期間家裡有無照顧者		$V= .030$
出院有無照顧者		$V= .000$
休閒活動狀況		
有無社會活動		$V= .162^*$
人際互動狀況		
與家人來往狀況		$V= .129$
與親友來往狀況		$V= .016$
與鄰居來往狀況		$V= .047$
家人是否來訪視		$V= .059$
是否去訪視家人		$V= .039$
心理情緒狀況		
擔心安全問題		$V= .127$
擔心緊急狀況		$V= .076$
擔心生病照顧問題		$V= .120$
覺得有心裡話不知和誰說		$V= .027$
希望有人作伴		$V= .136$
覺得孤單		$V= .192^*$
覺得輕鬆自在		$V= .042$
覺得快樂		$V= .025$
覺得沒有牽掛		$V= .101$

註：* $p < 0.05$