

第八節 小結

在前述七節中，研究者分別整理了受訪老人之個人特質、個人能力、獨居生活狀況、對獨居生活的評價等資料，並進行不同概念之間的相關性分析，以瞭解不同特質、能力的獨居老人在生活狀況以及對獨居生活評價的差異性。在本節裡，研究者將依研究問題為主軸，依序摘要說明各節之研究結果如下。

一、獨居老人之個人特質

本研究之受訪老人中，女性略多於男性，但兩者數量相距不大。出生地在大陸地區者較多。老人之平均年齡為 79.84 歲，其中又以 80 歲至 84 歲長者所佔比例最多。在婚姻狀況方面，配偶過世者佔多數；其次是未婚者。女性受訪者的婚姻狀況多為配偶過世；男性受訪者以未婚者為最多。將近八成的老年長者有子女、乾子女或是養子女；此外，四分之三的受訪者目前是自己一個人住。教育程度方面，以「未就學、小學、私塾」的人數最多，普遍教育程度偏低。受訪老人的宗教信仰則以「佛教」為多。

在獨居因素方面，受訪老人之平均獨居年數為 19.46 年，當初會選擇獨居的原因，以「子女離家」、「配偶過世」、「沒有親友可以同住」最多；目前仍繼續獨居的原因，則以「不想和別人一起住」、「沒有親友可以同住」、「子女離家」為主。

二、獨居老人之個人能力

受訪老人居住在現在的住所之平均年數為 28.42 年，房屋所有權以「自己(配偶)的」為多，長者多半認為居住在目前住所對其生活和出入來說是方便的。在經濟狀況方面，長者生活費用的來源以「政府津貼或補助」、「退休金(俸)」、「子女提供」最多；主要的來源亦以此三項為主。有四成的受訪老人每月可用的生活費用在 10,000 元以下。在自覺經濟狀況方面，認為「剛剛好足夠」者最多；其次是「稍微吃緊尚能維持生活」。超過九成以上的受訪老人自述有一種以上的疾病，疾病之類型前五項為「視力不好」、「高血壓」、「心臟病」、「肢體功能受限」、「牙齒不好」。大多數的老年長者覺得自己的健康狀況是「偶有小病，但還不錯」、其次則是「很好，身體硬朗」。

在平日生活需要協助時，將近七成的受訪老人能夠找到協助者，並以尋求「政府服務」、「子女(養孫子女)」、「鄰居」最多。在緊急狀況時，超過八成的長者能夠找到協助者，而「鄰居」是最主要的協助者；其次為「子女(直系親友)」和「其他親友」。受訪老人平常大多能有人談話、聊天，對象則多是和「鄰居」、和「朋友」。此外，其所接受的資源類型仍以非正式資源為主。

三、獨居老人之生活狀況

在日常生活功能方面，九成以上的受訪老人能自行處理「吃飯」、「洗澡」、「穿衣」、「上下床」、「上廁所」、「室內走動」等活動。在工具性日常生活功能方面，八成五以上的長者能自行處理各項活動，即使稍有困難，仍能使用輔具完成。四分之三的長者需要定期前往醫院看診拿藥，頻率多為「一個月一次」，前往醫院的方式以「自己搭交通工具」、「自己步行」、「自己騎車、開車」為主。就醫需要協助的長者中，以「子女」提供協助最多。有超過三成的長者在過去一年曾有住院的經驗，在住院期間，「子女（養孫子女）」照顧者最多；「沒有人照顧」的老人佔第二。住院期間，大多沒有人能夠幫忙照顧家裡。出院後亦是「沒有人照顧」者最多。

受訪老人幾乎皆有休閒活動，活動類型之前六項為「看電視」、「外出散步」、「找人聊天」、「作運動」、「閱讀書報」、「聽收音機」。約四成老人會外出參與社會活動，參加的活動類型以「社會福利機構」舉辦之活動最多，時間多半是「不定期」的。沒有去參加社會活動的長者，因為「不想去參加」之原因最多。有家人的受訪老人中，幾乎每天與家人有來往的佔了將近四成，並以「見面」為主。過去半年內，超過八成的受訪老人家人曾經來探視；而約五成的老年人有去探視家人。在和親友的來往狀況方面，七成左右的長者是與親友有來往的，方式以「見面」為主；頻率則是「不定期」者較多。此外，約二成的老人沒有和鄰居來往，而在與鄰居保持來往的長者中，則是幾乎每天都和鄰居見面者最多。

受訪老人普遍不擔心安全問題、緊急狀況、生病照顧問題。在孤寂感受部分，七成老人不會覺得「有心裡話不知道要找誰說」；六成老人不覺得「孤單」；五成五的長者不覺得「希望有人作伴」。此外，在正向的心理情緒狀況中，亦呈現較佳的狀態，有八成認為老年生活是輕鬆自在的；七成以上的老人有時或經常覺得自己是快樂和沒有牽掛的。

四、獨居老人對獨居生活的評價

受訪老人對於生活的正向評價，大多表示同意的看法。八成以上的長者同意「靠自己生活比較實在」、「自己是獨立自主的」、「生活很自由」、「老年人應該住在自己的家裡」。七成五以上的老人同意「自己一個人，可以隨意安排想做的事情」。而在「自己一個人住很好」一項中，有六成的老人表示同意。在負向評價方面，74.3%的老人不同意「不想讓一些朋友知道自己一個人住」。將近六成不同意「和別人一起住，生活會過得比較好」一題。除此之外，對於「年老了，不應該自己一個人住」的看法，呈現較分散的回答，表示同意和不同意的老年人皆約四成左右。大多數的長者仍認為「老年人獨居，是不得已的選擇」。對於目前的

生活，有超過五成的長者表示滿意。而 54.5%的受訪老人仍會選擇「獨居」作為其老年的生活型態。

五、獨居老人之個人特質與其生活狀況、對獨居生活的評價之關係

(一) 獨居老人之個人特質與其生活狀況之關係

由表八 - 1 可以看到受訪老人之個人特質與其生活狀況間的關係。在居家生活方面，研究者僅就年齡一項，與長者之日常生活功能、工具性日常生活功能進行相關分析，可以發現，老人之年齡和工具性日常生活功能間具有相關性。在生理照顧狀況中，受訪老人的「性別」、「出生地」、「同住者狀況」的不同，在其就醫是否需要協助有著不同的需求狀況。而「性別」、「同住者狀況」亦和長者是否有人可以協助有關。在過去一年曾經生病住院的受訪老人中，在其住院期間有無照顧者，則與長者的「子女狀況」、「同住者狀況」呈現顯著相關。「同住者狀況」也關係著老人住院時，家裡是否有人能協助照顧。此外，長者的「婚姻狀況」會和出院後有無照顧者有關。在休閒活動方面，僅有「婚姻關係」一項，與老人有無參與社會活動呈現顯著相關。

在人際互動狀況方面，受訪老人之個人特質與其和親友、鄰居來往的狀況沒有顯著的相關性。在與家人來往部分，長者的「性別」、「婚姻狀況」、「子女狀況」、「宗教信仰」的不同，會呈現和家人不同的互動關係。為了瞭解受訪老人與家人的來往情形，研究者針對有家人的受訪者，增加了兩個題項。在「過去半年來，家人是否前來探視」一題中，可以發現受訪老人的「性別」、「婚姻狀況」、「獨居年數」、「教育年數」會與家人前來訪視的情形有關。而在「是否去探視家人」一題中，則與老人之「性別」、「獨居年數」有關。

在心理情緒方面，受訪老人會否擔心安全問題，與其「性別」、「出生地」呈現顯著關係。「獨居因素」不同的長者，在擔心生病照顧問題中的回答亦不同。在孤寂感受部分，可以發現，受訪老人是否有「心理話不知道和誰說」、「覺得孤單」的感受，都和不同的獨居因素有關。此外，長者的「宗教信仰」則和「希望有人作伴」相關。在正向的心理情緒部分，受訪老人之「性別」、「出生地」、「子女狀況」、「獨居因素」皆和老人本身認為老年生活是否輕鬆自在的彼此關聯。「獨居因素」的不同，亦會讓老年人在覺得沒有牽掛一項中，有不同的感受。而「教育年數」則和長者覺得快樂與否有關。

表八 - 1 獨居老人之個人特質與生活狀況關係表

	居家生活		生理照顧				休閒活動		人際互動					心理情緒									
	日常生 活功能 (n=169)	工具性 活功能 (n=169)	就醫是 否需要 協助 (n=127)	是否有 人協助 (n=49)	住院 期間照 顧者 (n=57)	住院時 家裡照 顧者 (n=57)	出院後 照顧者 (n=57)	有無參與 社會活動 (n=169)	與家人 來往 (n=169)	與親友 來往 (n=169)	與鄰居 來往 (n=169)	家人前 來探視 (n=107)	去探視 家人 (n=107)	擔心安 全問題 (n=137)	擔心緊 急狀況 (n=168)	擔心生 病照顧 問題 (n=168)	心裡話 不知和 誰說 (n=167)	希望有 人作伴 (n=169)	覺得 孤單 (n=169)	覺得輕 鬆自在 (n=168)	覺得 快樂 (n=168)	覺得沒 有牽掛 (n=168)	
性別			✓	✓					✓		✓	✓	✓									✓	
出生地			✓											✓								✓	
婚姻狀況							✓	✓	✓		✓												
子女狀況					✓				✓													✓	
同住者狀況			✓	✓	✓	✓																	
宗教信仰									✓									✓					
教育年數											✓											✓	✓
年齡	✓																						
獨居因素															✓	✓			✓	✓			✓
獨居年數											✓	✓											

註：✓表示兩變項關係至少達 $p < 0.05$ 之顯著水準，空白處表示未達顯著水準或無法以 V 值檢視

(二) 獨居老人之個人特質與其對獨居生活的評價之關係

在對生活的評價方面，共分為四個部分，分別是正向的主觀看法、負向的看法、滿意感、理想居住型態。研究者將正向看法中的六個題項，「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」進行加總，所得之分數即為受訪老人對獨居生活的正向評價分數。並將老人之個人特質分別與評價中的四大部分進行相關性分析。在正向評價方面，受訪老人目前的「同住者狀況」、「教育年數」和「獨居因素」不同，會形成有差異的正向評價。在負向看法中，亦由四個題項加以瞭解，分析其相關性可以發現，受訪老人的「同住者狀況」與其認為「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」有關。「宗教信仰」亦與「和別人一起住，生活會過得比較好」呈現顯著相關。而受訪老人之「獨居因素」的不同，在其回答「年老不應該自己住」、「和別人一起住，生活會過得比較好」時，會有不同的答案。受訪老人是否滿意現在的生活，與其「出生地」、「婚姻狀況」、「宗教信仰」、「教育年數」、「獨居因素」相關，而老人理想的居住型態，則和「性別」、「同住者狀況」、「獨居因素」有關（詳見表八-2）。

表八-2 獨居老人之個人特質與其對獨居生活的評價之關係

	正向評價	負向評價			滿意感	理想型態
	正向看法	不想讓朋 友知道自 己一人住	獨居是 不得已的	年老不該 自己住	和別人住 生活較好	滿意現在 生活 理想居住 型態
	(n=167)	(n=167)	(n=167)	(n=167)	(n=169)	(n=169)
性別						√
出生地					√	
婚姻狀況					√	
同住者狀況	√		√		√	√
宗教信仰					√	
教育年數	√				√	
獨居因素	√			√	√	√

註：√表示兩變項關係至少達 $p < 0.05$ 之顯著水準，空白處表示未達顯著水準或無法以 V 值檢視

六、獨居老人之個人能力與其生活狀況、對獨居生活的評價之關係

(一) 獨居老人之個人能力與其生活狀況之關係

在受訪老人的個人能力方面，可分為居住情境、經濟狀況、健康狀況、資源網絡四部分，依據表八-3 的整理可以知道，在受訪老人目前居所的「生活便利性」與長者在就醫時是否需要協助有關；「出入方便性」則與其日常生活功能成顯著相關。居住情境中「居住所有權」不同的受訪老人，在參與社會活動的狀況上亦呈現不一樣的狀況。

在受訪老人的經濟狀況方面，可分為主要經濟來源和自覺經濟狀況兩部分。在將生活狀況各面向與經濟狀況分別進行相關分析後發現，長者「主要經濟來源」的不同，在其出院後有無照顧者、與鄰居來往、擔心生病的照顧問題、覺得快樂等，都會呈現不同的情形。在「自覺經濟狀況」方面，則和就醫是否需要協助以及心理情緒中的覺得輕鬆自在、快樂、沒有牽掛等呈現了顯著的相關性。

受訪老人之自覺健康狀況更與生活狀況中的許多項目，產生了密切的關聯性。包括居家生活中的日常生活功能與工具性日常生活功能、生理照顧中的就醫是否需要協助、與親友的來往狀況，以及心理情緒中的正向情緒，包括覺得輕鬆自在、快樂、沒有牽掛等。此外，在進行長者的自覺健康狀況與心理情緒中的擔心問題之相關分析時，由於過多細格內的數值小於 5，因此，研究者使用了交叉表來瞭解健康狀況與擔心問題間的分布情形。結果亦如第六節的說明，自覺健康狀況不同的長者間，在各項擔心問題中的回答狀況呈現些許差別。

在資源網絡方面，包括受訪老人於平日生活、緊急狀況有無協助者，以及是否有能夠談話、聊天的對象。資源網絡與生活狀況的相關分析裡，亦因為過多的細格內數值小於 5，而無法使用正確 V 值進行討論。是故，在第六節內，研究者使用了交叉表來探討其分布情形。而在能夠獲得正確檢定值的相關分析結果可以知道，受訪老人於「緊急狀況時是否有協助者」與其就醫時有無協助者、鄰居來往狀況、感覺孤單呈現顯著的相關。「是否有生活協助」者一項，則和受訪老人希望有人作伴的回答有關。

表八 - 3 獨居老人之個人能力與生活狀況關係表

	居家生活		生理照顧			休閒活動		人際互動				心理情緒										
	日常生 活功能	工具性 生活功能	就醫是 否需要 協助	是否有 人協助	住院 期間照 顧者	住院時 家裡照 顧者	出院後 照顧者	有無參與 社會活動	與家人 來往	與親友 來往	與鄰居 來往	家人前 來探視	去探視 家人	擔心安 全問題	擔心緊 急狀況	擔心生 病照顧 問題	心裡話 不知和 誰說	希望有 人作伴	覺得 孤單	覺得輕 鬆自在	覺得 快樂	覺得沒 有牽掛
居住情境																						
居住所有權							∨															
生活便利性	∨		∨																			
經濟狀況																						
主要經濟來源							∨				∨				∨							∨
自覺經濟狀況			∨																			∨
健康狀況																						
自覺健康狀況	∨	∨	∨																			∨
資源網絡																						
生活協助者																						∨
緊急狀況協助					∨						∨											∨

註：∨表示兩變項關係至少達 $p < 0.05$ 之顯著水準，空白處表示未達顯著水準或無法以 V 值檢視

(二) 獨居老人之個人能力與其對獨居生活的評價之關係

整理受訪老人之各項個人能力與對生活的評價間之關係，由表八-4 可以知道，在居住情境中的「生活便利性」、「出入便利性」皆和長者對於生活的正向看法有關；「居住所有權」則與長者希望怎麼住呈現顯著相關。在受訪老人的經濟狀況方面，「主要經濟來源」是自有的或是他人給予的不同，在生活上會有不同的滿意感受。而「自覺經濟狀況」則和正向評價、滿意感相關。在負向評價方面，由於相關分析後的交叉表呈現過多細格內數值小於5的情形，因此，研究者將自覺經濟狀況重新分組，分別為自覺經濟狀況較佳、自覺經濟狀況較差兩組，再與負向評價進行相關分析。根據所得結果可以發現，長者自覺其經濟狀況為較佳或較差的，在「老年人獨居，是不得不的選擇」和「年老了，不應該自己一個人住」兩題項中的回答有所不同。在受訪老人的健康狀況方面，可以發現，「自覺健康狀況」的不同，老人在正向評價、滿意感都有不同的看法。而資源網絡中的「平日協助者」和正向評價有關；「有無緊急狀況協助者」則與是否滿意目前生活相關。

表八-4 獨居老人之個人特質與其對獨居生活的評價之關係

	正向評價	負向評價		滿意感	理想型態		
	正向看法	不想讓朋 友知道自 己一人住	獨居是 不得已的	年老不該 自己住	和別人住 生活較好	滿意現在 生活	理想居住 型態
居住情境							
居住所有權							√
生活便利性	√						
出入便利性	√						
經濟狀況							
主要經濟來源						√	
自覺經濟狀況	√		*	*		√	
健康狀況							
自覺健康狀況	√					√	
資源網絡							
生活協助者	√						
緊急狀況協助						√	

註 1：√ 表示兩變項關係至少達 $p < 0.05$ 之顯著水準，空白處表示未達顯著水準或無法以 V 值檢視

註 2：* 表示至少達 $p < 0.05$ 之顯著水準，但分組方式不同

七、獨居老人之生活狀況與其對獨居生活評價之關係

在受訪老人的居家生活狀況方面，分別將日常生活功能、工具性日常生活功能逐一與正項看法之六個題項進行差異性分析。由表八-5 可以知道，受訪老人的兩項生活功能皆與「隨意安排自己想做的事」自己是獨立自主的」、「一個人住很好」呈現顯著差異。而工具性日常生活功能的不同，在題項「靠自己生活比較實在」、「生活很自由」中的回答亦有所差異。

表八-5 獨居老人之居家生活狀況與對獨居生活的正向評價之關係

	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	✓			✓	✓	
IADL	✓		✓	✓	✓	✓

註：✓表示兩變項關係至少達 $p < 0.05$ 之顯著水準，空白處表示未達顯著水準或無法以 V 值檢視

在生活狀況與其他生活評價方面，從表八-6 可以發現，老年長者本身日常活動能力的狀況，在「老年人獨居，是不得不的選擇」、「年老了，不應該自己一個人住」有顯著差異。在生理照顧狀況中的日常就醫時是否需要協助部分，除了與正向評價、負項評價有關，在「理想居住型態」一項中也有不同的回答。休閒活動則與覺得「年老了，不應該自己一個人住」、「理想居住型態」呈現顯著相關。在人際互動方面，僅有與鄰居來往的狀況，顯示具有差異的生活評價。

從表中亦可以看出，受訪老人的心理情緒狀況與其對獨居生活的評價多半具有相關性。在正向評價方面，僅有「擔心緊急狀況」一項未達顯著水準，其餘皆呈現相關。而在孤寂感受的情緒狀況更是明顯可見與生活評價間的關係。以「覺得孤單」來說，除了在「不想讓一些朋友知道自己一個人住」一項的回答沒有特別的相關性外，與其他生活評價皆有顯著相關。

表八-6 獨居老人之生活狀況與其對獨居生活的評價之關係

	正向評價	負向評價			滿意感	理想型態	
	正向看法	不想讓朋 友知道自 己一人住	獨居是 不得已的	年老不該 自己住	和別人住 生活較好	滿意現在 生活	理想居住 型態
居家生活							
日常生活功能				√			
工具性日常功能		√		√			
生理照顧							
就醫需要協助否	√		√	√		√	
休閒活動							
參與社會活動				√		√	
人際互動							
鄰居來往狀況	√				√	√	
心理情緒							
擔心安全問題	√			√	√		
擔心緊急狀況					√		
擔心生病照顧	√		√	√			
心裡話	√		√	√	√	√	
希望有人作伴	√		√	√	√		
覺得孤單	√		√	√	√	√	
覺得輕鬆自在	√		√	√		√	
覺得快樂	√					√	
覺得沒有牽掛	√		√	√		√	

註：√表示兩變項關係至少達 $p < 0.05$ 之顯著水準，空白處表示未達顯著水準或無法以 V 值檢視