

中高齡者樂觀特質與人際關係之相關研究—以南投地區為例

段伴虬 *林易春

南開科技大學 福祉與服務科技管理學系

1. 研究背景與目的

Bandura (1988)認為樂觀是一種普遍化的自我效能，當個體面對環境時，對自己的因應能力具有高度自信，同時認為樂觀特質是面對生活情境時有正向的期待，對解決問題的能力具有信心，能適當因應處理。人際關係的建立與持續對老年人的身、心、行為、情緒和以其為中心的社會關係人格的健全與改善有正面的影響力，有助於壽命的增長、延緩身心功能的退化和疾病的預防（林黎凱，2008）。本研究主要在探討中高齡者的樂觀特質與人際關係的相關性。中高齡者能以樂觀坦然的態度面對老化，經營自己的老年生活，維持健康適應晚年生活邁向成功老化及減少社會的成本負擔，是值得關切的議題，因此本研究從正面的觀點思考，假設長者能保有樂觀精神、與人互動有正向溝通，則必能享受人生，所以引發研究者想探究老人的樂觀特質與人際關係的相關性之動機。

基於上述的研究背景與動機，本研究欲探討中高齡者的樂觀特質與人際關係的相關性，擬提出研究目的有以下四點：

- (1) 瞭解中高齡者樂觀特質與人際關係的現況；
- (2) 瞭解不同背景變項（性別、年齡、教育程度、居住狀況、目前職業、健康狀況、經濟狀況）的中高齡者其樂觀特質的差異情形；
- (3) 瞭解不同背景變項（性別、年齡、教育程度、居住狀況、目前職業、健康狀況、經濟狀況）的中高齡者其人際關係的差異情形；
- (4) 瞭解中高齡者的樂觀特質與人際關係之間的相關情形。

2. 研究方法

本研究依據林彩惠(2013)年的問卷為基礎，以南投地區為問卷調查對象，共發放 214 份問卷回 204 份，有效問卷共 200 份。本研究採用問卷調查法，使用 SPSS 22.0 統計軟體，進行統計分析，包括敘述性統計、信度分析、變異數分析、相關分析、以及迴歸分析來驗證假設。

每份問卷包含基本資料、樂觀特質、人際關係三個部分。第一部分基本資料共 7 題包含性別（男、女）、年齡（45~54 歲、55~64 歲、65~74 歲、75 歲以上）、教育程度（國小含以下、國中、高中職、大專含大學、研究所含以上）、居住狀況（獨居、僅夫妻同住、與家人同住、其他）、職業（農漁牧、工、商、軍公教警、服務業、管家、無含已退休）、健康狀況（非常好、好、普通、不好、非常不好）、經濟狀況（非常好、好、普通、不好、非常不好）等；第二部分樂觀特質共 10 題，分為正向思考（3 題）、勇敢面對困境（4 題）、充滿希望（3 題）三個構念；第三部分人際關係共 12 題，分為人際互動（4 題）、友誼支持（4 題）、與人親近（4 題）三個構念。第二部分樂觀特質與第三部分人際關係共 22 題，每題分為 4 個選項：完全不符合（1 分）、有一點符合（2 分）、大部分符合（3 分）、完全符合（4 分）。

3. 結果與討論

本研究受訪者(N200)第一部分基本背景資料統計結果為:性別(男占55%,女占45%);教育程度(國小含以下占24.5%,國中占18%,高中職占23%,大專含大學占29.5%,研究所含以上占5%);居住狀況(僅夫妻同住占19%,與家人同住占73%,其他8%);目前職業(工占11%,商占10%,軍公教警占16%,服務業占24.5%,管家占7.5%,無含已退休占31%);健康狀況(非常好16%、好21%、普通42.5%、不好18%、非常不好2.5%)、經濟狀況(非常好5.5%、好15%、普通74.5%、不好5%)。

第二部分樂觀特質三個構念平均數分別為正向思考(2.6217 偏向大部分符合)、勇敢面對困境(2.9888 接近大部分符合)、充滿希望(2.8750 接近大部分符合);第三部分人際關係三個構念平均數分別為人際互動(2.8088 接近大部分符合)、友誼支持(2.9950 接近大部分符合)、與人親近(3.0250 大部分符合),由以上數據可知中高齡者整體樂觀特質表現具有中上水準,就其構念而言,其中以「勇敢面對困境」的表現情形最好,而「正向思考」的表現較差。中高齡者整體人際關係表現具有中上水準,就各構念而言,其中以「與人親近」的表現最好,「人際互動」較差。

不同本背景資料呈現於第二部分樂觀特質與第三部分人際關係之分析結果如下:

- (1) 不同性別($t=.300, p=.787$)、年齡($F<3,196>=.694, p=.557$)、居住情形($F<2,197>=1.858, p=.159$)、職業($F<5,194>=1.739, p=.127$)對於整體樂觀特質無顯著差異;不同健康狀況($F<4,195>=4.061, p=.003$ 非常好>好>普通>不好>非常不好)、經濟狀況($F<3,196>=3.535, p=.016$ 好>普通>非常好>不好)其整體樂觀特質則有顯著差異。由以上數據可知中高齡需有基本健康與經濟為基礎,才有較好的樂觀特質表現。
- (2) 不同性別($t=-.505, p=.773$)、年齡($F<3,196>=1.295, p=.277$)、教育程度($F<4,195>=6.881, p=.008$)對於整體人際關係無顯著差異;不同居住情形($F<2,197>=5.598, p=.004$ 與家人住>其他>僅夫妻同住)、不同職業($F<5,194>=4.044, p=.002$ 服務業>無>軍公教警>管家>工>商)、不同健康狀況($F<4,195>=7.270, p=.000$ 非常好>好>普通>不好>非常不好)、不同經濟狀況($F<3,196>=9.401, p=.000$ 非常好>好>普通>不好)其整體人際關係則有顯著差異。由以上數據可知中高齡需有基本健康與經濟為基礎,才有較好的樂觀特質表現。不同職業以服務業表現最佳,也許是和服務業的工作性質常和他人互動有關。
- (3) 根據本研究結果樂觀特質與人際關係的皮爾森基差相關係數($r=.703^{**}, p=.000$),呈高度正相關,達顯著水準。建議中高齡者尊重並接納他人,透過社會接觸與人交往建立和諧友誼關係。近日發生不少隨機殺人事件,從小培養樂觀的態度,發展新的人際網路彌補家庭功能的喪失,也能避免社會悲劇一再重演。

參考文獻

1. Bandura, A. (1988). Self-efficacy conception of anxiety. *Anxiety research*, 1(2), 77-98.
2. 林黎凱(2008)。老人的幽默感、自我概念與其人際關係之相關研究。取自:
<http://handle.ncl.edu.tw/11296/ndltd/04325319288785257248>
3. 林彩惠(2013)。中高齡者樂觀特質與人際關係之相關研究—以彰化地區為例。南開科技大學碩士論文,南投。