

教育科學研究期刊 第六十三卷第二期

2018 年，63 (2)，127-161

doi:10.6209/JORIES.201806\_63(2).0006



## 臺北市高齡學習者健康促進、人際互動及生活滿意之研究

陳淑敏

大同大學  
通識教育中心

張澄清

科技部  
人文社會科學研究中心

吳志富

大同大學  
工業設計學系

### 摘要

臺灣自 1993 年起已成為人口老化國家，協助高齡者體認健康之重要性及從事學習活動與社會活動，是積極面對人口老化的重要方針。鑑此，本研究以調查法探究臺北市高齡學習者偏好之學習類別與學習型態，並據此將高齡學習者分為「積極」、「保守」、「知性取向」及「人際取向」四類，其中以人際取向學習者居多、保守學習者最少。分析結果顯示，年齡、教育程度、居住地區及婚姻狀況與學習者類型呈顯著關聯性，其中，未滿 60 歲、國中以下教育程度之分組積極學習者的比例較少；70~74 歲、研究所以上學歷積極學習者比例較高。信義區積極學習者比例較高、松山區則以保守學習者較多。喪偶者呈現較傾向於積極學習者與人際取向學習者。整體而言，積極學習者不論在健康促進行為、人際互動趨向及生活滿意度，皆優於保守與人際取向學習者。基於本研究之發現，建議高齡學習相關資源、方案、規劃、活動和課程，應多方考量學習者的個別特性及地區差異，以增強保守學習者持續參與學習的動機和提升低社經地區民眾的整體參與為積極面對高齡社會之策略。

關鍵詞：人際互動、生活滿意、高齡學習、健康促進、學習型態與類別

## 壹、前言

### 一、問題意識

根據聯合國衛生組織之估計，到了 2025 年超過 60 歲的人口數將達到 12 億；而 2050 年則會有超過 20 億的高齡者，高齡者的全球分布情形，開發中國家占了其中的 75%，而已開發國家超過 80 歲以上的人口數將愈來愈攀高，且衍生嚴重的性別失衡。屆時，所謂高齡化社會（ageing society）的說法，亦將改變為高齡社會（aged society）。面對老化是人類生理發展過程普遍經歷之事，人口老化帶來的隱憂，廣及醫療保健費用大增、國家財政不樂觀、世代輪替不順暢及社會活力不佳等現象，凸顯高齡社會產生的衝擊具普遍性。

雖然醫學科技的進展，已從物理及生理層面對抗自然老化現象，但另一面，是否足以對抗來自於社會對於老化的相關歧視與冷漠，尚存在諸多亟待理解之處。例如，高齡者角色扮演、社會期待與社會責任的重新考量（王政彥，2004）。因此，讓高齡者去除年齡上的不利影響，能夠過著與社會主流連結的生活，擁有其權利與生活是重要的（黃錦山，2004）。

概括地說，高齡者參與社會四種滿足的方向：（一）關係網絡的資源：家庭、社區的支持；（二）生理健康：包括腦和身體；（三）正向的心理狀態：包括自我存在感、幸福、樂觀；（四）活動參與：包括心理和生理的活動投入（Gergen & Gergen, 2002）。亦即，老化歷程面對的轉變是包括生理的、心理的、經濟的、社會的與生命等，由自然過程與社會過程所共構。早在 1950 年代 Havighurst（1952）就已提出高齡者必須具備基本的知能才可稱之為成功的老化，包括：維護健康的知識與技能、心理調適的技巧、經濟管理的知能、社會關係的調整與發展的技巧、休閒生活的知識與技能、第二生涯工作的發展，乃至於生命意義的發現與重建，這樣的論述發展至二十世紀末，持續得到支持（Griffith, 2001; Henry, 1989; Nutt, 2001）。Rowe 與 Kahn（1998）認為無論由生活、工作、社會參與、生命歷程等層面視之，皆有推展高齡學習的必要性，因為高齡教育能提供高齡者所需的生活知能、再工作的新知能、培養高齡者服務的態度、啟迪高齡者體驗生命的意義（黃富順，2004）。魏惠娟（2014）在分析高齡者成功老化條件及策略的研究中，對於高齡者成功老化的建議，提出了積極面對老化、體認健康和經濟層面的重要性、提早進行妥善規劃和主動從事社會活動和學習活動等策略。

臺灣人口高齡化進程上，自 1993 年起 65 歲以上老年人口占總人口比例達到 7%，進入人口老化（ageing）國家，屬於「高齡化社會」；人口老化的壓力至 2017 年高齡人口比率已達 9.85%；依據國家發展委員會（2017）推估人口老化趨勢，顯示在 2018 年老年人口即超過 14%，而臺灣也將從「高齡化社會」再演變為「高齡社會」。概括而言，人口老化於整體層面涉及財政負擔的增加、經濟成長的下降、老人政策的改觀；於個體層面上，涉及商業及消費行為改變、居住型態的改變、教育關懷的轉換等多重的改變。當高齡人口比例成長的趨勢必

然之後，有關高齡學習的討論日益頻繁，高齡學習與終身學習、學習社會、國家發展、政策規劃，甚至國力前景等形成密切的關係。大致言之，可以劃分為兩個軸線，其一將高齡學習的發展繫諸於個體與家庭的關注上，如關心學習動機、學習費用、家庭支持、非正式學習活動，認為高齡學習的發動旨在促成其學習動機，降低學習障礙，促進學習成效。其二則是將高齡學習的議題視為是國家政策的新興目標，而進一步與社會教育、人力資本、社會福利、醫療救助、高齡經濟等途徑加以連結，認為高齡學習的發動宗旨是為了提升國家的競爭力，產業的永續發展，人口結構的活化與社會發展的穩定。事實上，兩種功能皆有其作用和必要之處。

臺灣在 2002 年公告《老人福利法》，有關高齡者學習規範為第 9 條第 4 款：「文康機構：以舉辦老人休閒、康樂、文藝、技藝、進修及聯誼活動為目的」。此法案深具社會福利的觀點，例如，對於居家照顧項目有：居家護理、居家服務、家務服務、友善訪視、電話問安、餐飲服務、居家環境改善等（第 18 條），「老人」與「福利」的連結便是給予照護、生活扶助、物質等補給式的思考，但由「給他魚不如教他釣魚」的思維與規劃，以防患未然，更是教育值得著力之處。

質言之，人類後期生命衰退是文化建構的歷程（Gergen & Gergen, 2002），批判與教育老人學者認為高齡者遭遇老年危機、認同危機、自我與自我解放等關鍵性議題（Phillipson, 2000），甚且，教育老年學與社會老年學之間的對話，乃是必要的連結（Withnall, 2000）。對個體與政策制定者而言，維持高齡者於老化過程的自主與獨立皆是關鍵的目標。如此重要的課題，在實務的高齡學習規劃上，卻也需因應高齡學習者由於其生理、心理、環境及學習經歷的變化和差異，而形成每位高齡者學習的獨特之處。Neugarten（1977）便曾將個體的性格比擬成開展的扇子，意味著個體間的差異隨年齡逐漸擴大。也就是說，高齡學習者並非同質性團體，身心狀況與心理性格等差異會進一步導致多元的學習動機、目的與偏好。在此情形下，倘若無法系統性地辨識和描繪出高齡學習者的特徵，則恐無法規劃出適當的課程內容及教學方法，更遑論獲得理想的學習投入與效果。職是之故，本研究特別關注高齡者在學習類別與學習型態的偏好為何？可否依據學習類別與學習型態的偏好，將高齡學習者區分為數個具有不同特徵的類型？各類型群體的特徵為何？高齡學習者類型與其背景變項是否有關？以及與健康促進、人際互動及生活滿意之關聯性為何？以期能瞭解不同的高齡學習者其觀感和經驗之表現與差異。

## 二、研究目的與限制

本研究係以臺北市高齡者為對象，旨在探討高齡者背景變項、學習者類型、健康促進、生活滿意及人際互動等變數之間的關聯性。具體而言，本研究目的如下：

（一）探討高齡者各類學習主題偏好、各種學習型態偏好、健康促進、人際互動及生活

滿意的表現。

(二) 由學習類別與學習型態等向度探討高齡者的學習特性，進行高齡學習者分群與命名，並進一步描述各類型之高齡學習者的特徵。

(三) 探討背景變項與高齡學習者類型之關聯性。

(四) 分析不同高齡學習者類型在健康促進、生活滿意及人際互動等向度的表現差異情形。

(五) 依研究結果，提出結論和未來規劃方案的建議。

本研究的研究限制在於採取問卷調查之量化研究取徑，雖可探討不同群體背景者的表現趨向，但無法深入探討個別學習者的經驗、感受或觀點。其次為以臺北市為調查地區，仍需審慎評估分析結果能否類推至其他縣市。此外，本研究盡可能地由多種管道蒐集高齡學習者之意見，但多屬於在公共場域實施調查訪問，有關其他鮮少出現或未曾出現於公共學習或健康場域之高齡民眾，不便於接觸，係研究限制之所在。

### 三、名詞界定

本研究名詞界定主要為「高齡學習」與「健康促進」。所謂高齡是指 65 歲以上，主要源於醫療科學技術的快速進展與生育率普遍下降，導致人口結構中 65 歲以上人口的比例快速攀升而形成高齡化社會。高齡學習乃因應高齡化社會而提供高齡者的學習規劃、活動與成果。高齡學習具有高度當代性，可視為成人教育及終身學習的新興議題，不同於老人教育是將高齡者視為需要被教育的對象，高齡學習重視高齡者的學習主體性。高齡學習關切的是提供具有學習屬性的相關活動，促進高齡者認識、適應、理解、規劃其老年生活的相關權能，以提升高齡者的生活品質與生命價值。本研究將「健康促進」定義為：結合自身關注、學習、環境及社會支持等影響因素，使人們良好掌握健康狀態，以增進人際互動（interpersonal interaction）和自我實現（self-actualization），提升個體生活福祉的環境與效果。

## 貳、文獻探討

### 一、以學習作為生涯晚期的發展動能

2002 年世界衛生組織（World Health Organization, 2002）提出積極老化（active ageing）此根本性思維架構，充分地回應將學習回歸個體生命主體與自由的預設，其對於積極老化的定義是：「人們老化過程中所抱有的積極之健康、參與及保障，以實現品質的生活」。讓人們對於老化過程的關注不再僅限於健康，而進一步關注社會、經濟、文化、精神與公民等事務，從而以訴求高齡者對其家庭、同儕、社區與國家的積極貢獻為著眼。

然則，對照於高齡生涯所需面對的挑戰，真實的社會生活圖像中，各式新聞報導或網路

消息，諸多對於高齡者的歧視而引發的抱怨、悲嘆、生病、甚至自殺等等實例，形成某種非常弔詭的論述氛圍。意即社會普遍認為人類生命和壽命的延長代表社會進步，自然有愈來愈多的高齡者，但卻仍潛藏著對此社會結構變化的憂慮、不安與排斥。

在實際社會經驗中，高齡者卻非真正無能無力，以日本為例，日本高齡者在地域農業社會的角色在產業重振，推動地域農業活化的目標下亦有其貢獻的職能（陳建宏，2005），包括：提供地域問題之諮詢顧問及協調、提供傳統技能與祭典文化之傳承、擔任農業經驗不足之新進就農者的諮詢顧問、傳授農業經驗與技術及提供兒童與青年人農業體驗的活動等，由高齡者提供給地域社會或社區組織的貢獻；永續的社區組織活化需雙向地互動才有持續發展的機會，亦即高齡者在地域農業社會中也有其主動投入摸索的事項，如高齡者發揮經驗與技能機會之提供、高齡者自身之意識改革，藉以活用高齡者經驗與技能之方法，促成代間與社區組織間網絡活動雙向活化情形，與高齡者自身「意識」覺醒有其作用。

世界衛生組織積極老化政策架構的三大支柱，分別為社會參與、個人健康和社會安全，考量高齡者的人權、能力、需求及喜好，在社會參與的部分，主要提出三項社會政策的規劃架構：（一）從生命歷程發展的觀點，提供教育和學習機會給高齡者；（二）鼓勵高齡者在老化的過程中，依其個人的需求、興趣和能力，參與經濟發展活動、正式和非正式的工作、並從事志願服務；（三）鼓勵高齡者在老化的過程中，參與家庭和社區生活。成敗關鍵之處在於所有的知識、能力與態度乃需透過教育途徑（education approach）予以改善（Stine-Morrow, Hussey, & Ng, 2015），來增進人們終身的認知健康，對身心健康和開創終身教育的模式有明顯的價值，不應將教育視為是年輕者的權利，而是應貫穿生涯全程的。此為開展本研究探討之論據。

在實際的學習規劃和經驗方面，高齡者由於個性、興趣、需求之不同，偏好的學習活動類別亦有所差異，而不同學者所區分的方式亦不同，Peterson（1983）將學習活動分為一般課程（退休規劃、財務管理、健康醫療等）、特殊課程（適應鰥寡生活、護理之家的選擇等）和其他（旅遊、人文歷史、社區服務、藝術等）。黃國彥（1991）則區分為基本教育（老人心理、老人福利、生活適應等）和專業教育（語文學習、人文社會、手工藝術等）。例如，高齡者由於老化所造成的生理功能衰退，為了預防或延緩老化所帶來的健康問題，希望透過健康保健類課程瞭解老人疾病的預防與照顧、醫療常識及參與健身活動，使得此類課程成為高齡者偏好的學習內容（賴銑慧，1990）。或者投入於人文社會、老人心理、老人福利、語文等，且許多研究指出高齡者偏好語文類的課程，源自於本身對語言的興趣，或藉由充實語言有助於他們應用於出國旅遊的會話（Clennell, 1990; Pevoto, 1989）。而休閒旅遊類則可包含旅遊、下棋、歌唱等，亦是高齡者偏好的學習，參與的過程中學會如何安排閒暇時光，充實退休後的生活（Bryan, 1993; Lamdin & Fugate, 1997）。才藝技能類方面，提供高齡者延續本身興趣，參與此類課程來達到個人的自我實現，或藉以培養嗜好充實生活（Clennell, 1990），此類課程

包括手工藝、調酒、電腦操作、民俗技藝、園藝等（黃國彥，1991；Pevoto, 1989）。而近來高齡學習者在諸多學習活動和內容的差異上，是否有其特別的偏好或表現呢？亟待探討之。

## 二、學習對於高齡者健康促進、人際互動和生活滿意之效益

早期 Maslow（1943）對於學習動機的討論中，關切成人如何開展和進行學習，指出成人學習若能批判反思自身的生活架構，將有助取得更好的生活品質和突破成人生命經驗的限制。在此關懷下，Piercy（2013）的研究就從精神轉化學習理論和精神性的角度，指出成人學習的精神性存在兩個重要的架構面向，一是情感，二是關係中的角色；基於情感和關係是成人精神發展的重要要素，提供成人者安全和放心的學習環境，也才能賦予其探索新的觀念，重新建立和他人的聯結與互動，以作為相互的友善、支持和學習的開展。

成功老化的過程和效果，是高齡學習的核心研究議題，一份香港實徵調查的結果顯示，高齡學習在晚年具有核心意義，但個人特質、學習的參與和障礙使得差異產生，高齡者的興趣、需求、動機和學習偏好皆是影響因素，學習對晚期的健康和滿意具有影響效果（Tam & Chui, 2016）。雖然高齡學習議題具有重要性，但當學者以歐洲成人教育調查資料庫進行分析研究，闡釋 2007～2011 年之間共計 20 個歐洲國家在成人持續進行終身學習上的表現情形（Ilieva-Trichkova, 2016）。研究者發現，歐洲成人參與學習的意願上，在某些國家呈現退步的現象，也發現想要從事成人學習但卻未採取行動者特別地明顯退步；而在過去 1 年當中，若是有參與成人的終身學習者，則比較沒有明顯的退步。亦即，持續的學習和終身的學習並不是一個靜態歷程，相對地，它是一個動態的運作過程，因此，在真實的社會情境中，如何使終身學習擴大參與，使得人們能夠持續地投入於社會和學習中，仍是重要課題。

若是連結至高齡者的健康維護和促進表現方面，Mclarry（2007）以社區教育為基礎的方案來觀察高齡者健康相關知識和行為之變化。該研究以高齡者在糖尿病和大腸相關疾病的量表實施測驗，發現高齡者健康相關知識的成長上較明顯，然而，行為改變上並不盡理想。研究資料顯示，在年齡和性別的差異未達顯著，對於較高齡者健康和參與，應提供廣泛機會來促進高齡者具開放友善之環境和機會進行學習。

除了身體健康之外，在社會網絡建構方面，若是高齡者於社會機構居住時，高齡者在機構中的健康和心理狀態能有良好的表現，但值得注意的是，當高齡者與家庭成員共處時其心靈和社會將能有更正面的效果。亦即社會機構所提供給高齡者的服務，雖然評價亦高，但仍有值得改善和發展之處，政策或方案應更加地鼓勵和教育家人關懷高齡者，而不是愈發仰賴社會機構的職能（AL-Momani, 2016）。相對於機構介入，另有學者分析美國與中國地區高齡者生活的差異，顯示中國對待高齡者生活採取的是集體主義（collectivism），認為高齡生活仰賴家族、社區的支持非常明顯，而美國則有個體主義（individualism）的想法，以政策照護與個體的獨立自主度過高齡生活為要件。其調查還認為中國社會文化對高齡晚期生涯有較正面

的看法；而美國則認為高齡晚期生涯對社會的貢獻有限，故而抱持比較負面的印象（Wu et al., 2005）。

研究趨勢的進展方面，邇來高齡者的人際互動議題引起大學校院的關注，除了源自於高齡社會的快速變化之外，也與大學校院日益重視增進大學生對高齡者處境的關注和瞭解有關，因此，「代間服務」（intergenerational services）隨之而起，相關研究顯示，當高齡者有機會和年輕人學習技能、價值和知識，對於其人際互動具有正面影響（Tam, 2014）。人際互動頻率對於高齡者身心健康的助益，亦在醫療領域獲得證實，Walker（2016）以「敘事之藥」（narrative medicine）為題，發現當提供給在宅休養的高齡者詩（poetry）的療法時，其身心健康皆可受益。

除了外部社會支持的影響外，美國的南卡羅來納（South Carolina）州曾以 902 位 60 歲以上高齡者為對象，探討高齡虐待與情緒徵候之間的關係，發現加入背景、社會和依賴等風險因素後，顯示高齡者所承受的情緒濫用顯著造成身體健康不佳的後果，可見情緒和人際因素對於高齡者人生晚期健康的重要作用（Begle et al., 2011）。人際互動對於晚年健康生活的要義上，曾有研究探討影響高齡者加速死亡（hasten death）的因素，認知自身的愛人責任或者增加口語互動都不會導致高齡者的加速死亡，令人驚訝的是，對於高齡者而言，若是存在衝突的社會支持（conflict of social support）則反而顯著地導致其加速死亡的結果，由此可見人際互動對於高齡者晚年生命和健康具有相當的衝擊程度（Schroepfer, 2008）。

有關高齡者面對老年生活的態度對其生活滿意度表現的影響方面，加拿大 Simon Fraser University 的高齡研究中心曾進行過加拿大與日本高齡學習者的調查比較，調查高齡者的老化態度（ageing attitude），此研究探討人們是否依其身心狀態來判斷是否為高齡？此研究有兩個重要的發現，其一是學習明顯有助於正向心理健康，特別是愈高齡者表現愈明顯；第二個發現是高齡者若具有正向的老化態度，則對其社會參與產生正面效果（Hori & Cusack, 2006）。可見正向的或積極的變化過程，的確足以影響高齡者晚期生活的健康、滿意與交往，但相當值得注意的是，高齡學習若僅仰賴藥物照顧或依賴，並非是最優先和最可防患未然的健康促進途徑，相對地，搭架起人際互動網絡和生活支持系統的心理／社會／情感等內涵，才足以對高齡者健康有積極價值。

從前述理論和相關研究的爬梳後，值得肯定對於高齡者在學習、健康和社會連結之關聯，有其密切的影響關係，那麼，臺灣脈絡下的現象與表現為何？亟待我們從在地實際情況中探索相關因素與作用。

## 參、研究方法

基於文獻分析之結果，本研究試圖為高齡學習者之學習類型與學習類別的偏好，及對其

自身健康促進、人際互動與生活滿意之評價的關聯性，建立實徵性的研究成果。因此，本研究採取橫斷性研究設計，編製各心理構面之調查工具與問卷，選定臺北市高齡者為對象，透過分層抽樣（stratified sampling）調查，蒐集高齡者之偏好、評價及觀感。以下依序說明本研究之架構、假設、工具建構與調查實施、信度與效度分析、樣本代表性分析與加權，以及統計分析策略等。

## 一、研究架構

依據研究題旨和文獻分析之結果，本研究首先依據學習類別與學習型態進行高齡學習者分群，繼而分析背景變項與學習者類型之關聯性，最後則是探討不同學習者類型在生活情況各面向的差異。本研究訂定之架構如圖 1 所示。

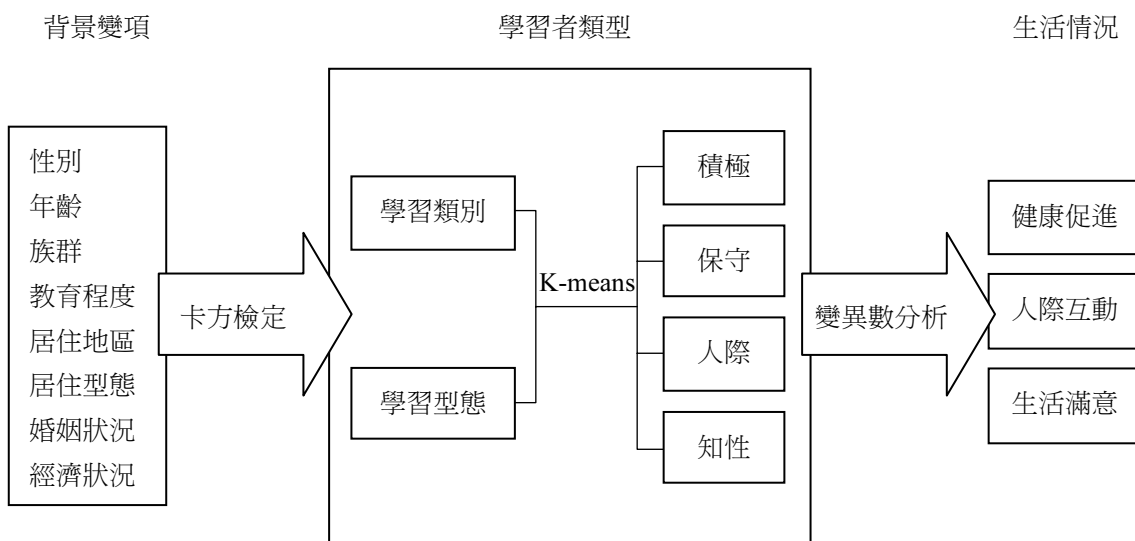


圖1. 研究架構

## 二、研究假設

高齡者學習動機較偏向重視個人及愉悅導向（pleasure-driven），不再視學習為義務（O'Dowd, 2005），是一種由動機引發、目標及計畫擬訂、資源與協助尋求、學習計畫執行及成果評鑑的自主學習過程。而高齡者學習動機計有滿足個人需求及興趣、促進社會交流、應付生活改變及解決具體問題等（Hodkinson, Ford, Hodkinson, & Hawthorn, 2008; Kim & Merriam, 2004; Schaefer, 2009），將影響學習類別與型態的選擇，且根據 Chang 與 Lin（2011）的研究結果指出，年齡、性別、教育程度、經濟情況、職業類型、婚姻狀況等因素將影響高齡者的學習動機。因此，形成研究假設：

假設 1：不同背景變項（性別、年齡、族群、教育程度、居住地區、居住型態、婚姻狀況及經濟狀況等）與學習者類型呈現顯著的關聯性。

Schuller、Preston、Hammond、Brassett-Grundy 與 Bynner（2004）認為學習帶來的根本效益是自信心提升；而 Hammond（2004）則指出學習不僅能增進自尊、自我理解、自我認同、培養獨立思考的能力，由於本研究依據學習主題與學習型態之偏好強度而得的學習者類型，亦隱含了積極與保守的學習態度，且林麗惠與高玉靜（2016）亦指出，不同課程類型將在健康（健康知識、健康狀態）及公民參與（個人、家庭、社區、社會）兩個層面達到不同程度的效果。因此，進一步之研究假設如下：

假設 2：不同學習者類型在健康促進之行為表現具有顯著差異。

假設 3：不同學習者類型在人際互動之意願具有顯著差異。

假設 4：不同學習者類型在生活滿意之評價具有顯著差異。

### 三、研究設計與調查實施

本研究之調查工具，係藉由文獻探討歸納出高齡者學習的幾個重要面向，並以臺北市高齡者為研究的主要對象，由研究者研擬「學習類別偏好」、「學習型態偏好」、「健康促進」、「人際互動」和「生活滿意」等面向之問卷初稿，繼而召集專家焦點座談會議進行討論，與會之各領域專家學者包括：高齡健康（國立中正大學教授一位）、社會調查（國立臺灣師範大學教授兩位）、健康機構營運（大同大學教授一位）等，再依其意見調整與修正，以提升研究工具之專家效度。調查問卷的第一部分為個人基本資料，共有八題，包括性別、年齡、族群、教育程度、居住地區、居住型態、婚姻狀況及經濟狀況；第二部分則針對五面向進行調查，採用李克特式（Likert）四點量表（非常同意、還算同意、不太同意、非常不同意）來衡量受試者的偏好或符合程度。

本研究以臺北市 12 個行政區為問卷調查範圍，為提升調查對象的代表性及異質性，特別鎖定臺北市各行政區之樂齡學堂、樂齡學習中心、健康服務中心、社區大學等多種專為高齡者規劃之健康促進活動公共空間作為收案場域，調查 55 歲以上民眾的意見，並依照臺北市民政局公布之各行政區域 60 歲以上人口之性別分布進行分層抽樣，由研究者將紙本問卷交由受訪者填寫，若是無法獨力完成者，則由經過訪問訓練的助理或研究人員朗誦後填寫。問卷調查於 2016 年 5 月 1 日至 8 月 31 日進行，共發放 1,500 份問卷，回收 1,039 份問卷。總計完成 789 份有效樣本，無效問卷為 250 份，有效樣本比率約為 76%。

### 四、信度和效度分析

本研究之測量工具包含學習類別、學習型態、健康促進、生活滿意及人際互動等五大構

念，檢驗工具之信度時係以 Cronbach's  $\alpha$  值為判定依據，考驗後得到各構念之 Cronbach's  $\alpha$  值分別為 .73、.76、.88、.86、.69，顯示各構念之信度良好。測量工具的效度考驗則採構念效度分析，將刪除各變項之遺漏值後的原始調查結果，以主軸因子、最大變異轉軸法進行因素分析（factor analysis），分析其解釋變異量，並觀察其群組（grouping）之 KMO 值（Kaiser-Meyer-Olkin measure of sampling adequacy），此為取樣適切性量數，代表與該變項有關的所有相關係數與淨相關係數的比較值，數值愈大愈好，一般在 .50 以下則無法接受。值得注意的是，學習類別與學習型態兩個構念，係作為高齡學習者分群之用，後續將利用主成分分析法縮減資料維度，試圖以數量較少的一組線性整合分數來解釋最大程度之測量變數的變異數，故而不適合用來進行構念估計（邱皓政，2010），復因後續將維度縮減後的資料投入 K-means 分析，進行高齡學習者分群，並以縮減後之面向來描述各類學習者的特徵。因此，僅針對健康促進、生活滿意及人際互動面向進行因素分析，探討各題項背後潛藏的抽象特質。因素分析結果顯示，健康促進之 KMO 值為 .87、生活滿意為 .82、人際參與為 .50；累積解釋變異則分別為 50.7%、60.6%、52.0%（如表 1）。整體而言，本研究之調查工具具有良好的信度與構念效度。

表 1

健康促進、生活滿意及人際互動之因素分析摘要

| 向度       | 題項                   | 因素分析 |             |             |                     | KMO |
|----------|----------------------|------|-------------|-------------|---------------------|-----|
|          |                      | 樣本數  | 共同性<br>(初始) | 共同性<br>(萃取) | 因素<br>負荷量 $\lambda$ |     |
| 健康<br>促進 | 我每週至少有三次持續 30 分鐘的運動  | 912  | .34         | .28         | .53                 | .87 |
|          | 我會注重自己的飲食營養          | 912  | .45         | .47         | .69                 |     |
|          | 我會定期做身體檢查，且很清楚知道檢查結果 | 912  | .45         | .50         | .70                 |     |
|          | 我會參加健康保健相關的戶外活動      | 912  | .53         | .60         | .70                 |     |
|          | 我知道如何獲得健康保健的服務或資源    | 912  | .63         | .62         | .78                 |     |
|          | 我會關注健康相關的資訊或報導       | 912  | .61         | .60         | .79                 |     |
|          | 我會注意老人常見疾病的相關知識      | 912  | .43         | .48         | .77                 |     |
| 生活<br>滿意 | 我的生活狀態是平順的           | 934  | .51         | .61         | .78                 | .82 |
|          | 我的健康狀況良好             | 934  | .48         | .57         | .75                 |     |
|          | 我的心靈感受是滿足的           | 934  | .56         | .68         | .83                 |     |
|          | 我對於自己的生活感到滿意         | 934  | .48         | .56         | .75                 |     |
| 人際<br>互動 | 我樂於和親友家人往來           | 928  | .27         | .52         | .72                 | .50 |
|          | 我樂於參與社區或社會的服務        | 928  | .27         | .52         | .72                 |     |

註：各因素負荷量呈現的是轉軸後的數值。

## 五、樣本代表性分析與加權

本研究以受訪者的性別及居住區域進行樣本代表性分析(如表2)，根據 $\chi^2$ 檢定結果顯示，樣本的性別及居住區域之分布情形，相較母群體中的實際分布已達顯著差異，故需對調查樣本予以加權處理。加權處理方式是採用「比例估計法」(raking ratio estimation)，對調查樣本的性別及居住區域兩項同時進行加權，反覆地對樣本結構進行連續性修正，直到樣本結構與母群體間為呈現顯著差異，此時調查樣本已具代表性。此外，也逐一過濾所有問卷，排除無效問卷以減少偏誤。

表 2

調查樣本與母體比例之卡方檢定

| 分析數值         | 松山     | 信義     | 大安     | 中山     | 中正     | 大同     | 萬華     | 文山     | 南港     | 內湖     | 士林     | 北投     | 合計      | $\chi^2$ 檢定結果                                   |
|--------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|-------------------------------------------------|
| 男樣本數<br>(調查) | 19     | 18     | 33     | 21     | 13     | 13     | 32     | 20     | 9      | 10     | 22     | 22     | 232     | 加權前，<br>達顯著差異<br>$\chi^2=163.47$ ，<br>$p < .05$ |
| 男母體數         | 21,682 | 23,675 | 34,574 | 22,769 | 16,506 | 13,193 | 21,450 | 23,953 | 10,406 | 20,996 | 28,705 | 23,572 | 261,481 |                                                 |
| 女樣本數<br>(調查) | 39     | 66     | 64     | 69     | 35     | 28     | 77     | 56     | 17     | 73     | 87     | 84     | 695     |                                                 |
| 女母體數         | 25,753 | 28,021 | 41,275 | 28,026 | 18,932 | 15,005 | 23,867 | 28,407 | 12,272 | 24,221 | 33,608 | 27,822 | 307,209 |                                                 |

註：1.本母體抽樣之樣本分配數係依臺北市政府民政局公告之「臺北市各年底人口數按性別及年齡分統計表」計算之，取自 <http://ca.gov.taipei/ct.asp?xItem=1071180&ctNode=41896&mp=102001>。2.本調查實際發放行政區別，共計 12 區。

本次調查針對受訪者的性別及居住地區進行加權處理後，整體樣本特性已與母群體的分布情形一致，即表示加權後的樣本已具有代表性。調查樣本的受訪者基本資料，包括性別、年齡、族群、教育程度、居住地區、居住型態、婚姻狀況及經濟狀況等，各項組成類屬在加權前、後的人數與百分比如表 3 所示。

## 六、統計分析策略

研究者以原始調查結果確認研究工具的信度與效度後，依臺北市各地區人口的性別分布進行資料加權，後續皆以加權後的資料進行資料分析，各項分析均透過電腦統計套裝軟體 SPSS 17.0 for Windows 進行分析。首先分析個別題項之平均數及標準差，以瞭解高齡學習者之學習類別、學習型態，以及關於健康促進和生活情況之感受。本研究企圖由高齡學習者偏好的學習類別與學習型態，進一步將學習者區分為數組具有明顯特徵的群體。然而，問卷題項中關於學習類別偏好有知識學習、休閒旅遊、心靈成長、藝術文化、聯誼、社區服務及宗教等七個主要類別；關於學習型態則有視覺、聽覺、運動、閱讀、觸覺、遊戲及互動等七個主

表 3

加權前後之樣本分布

| 項目   |          | 加權前 |      | 加權後 |      | 項目       |          | 加權前 |      | 加權後 |      |
|------|----------|-----|------|-----|------|----------|----------|-----|------|-----|------|
|      |          | 人數  | 百分比  | 人數  | 百分比  |          |          | 人數  | 百分比  | 人數  | 百分比  |
| 性別   | 男        | 258 | 25.6 | 452 | 44.8 | 居住<br>地區 | 中正區      | 48  | 4.6  | 58  | 5.6  |
|      | 女        | 751 | 74.4 | 557 | 55.2 |          | 大同區      | 43  | 4.2  | 48  | 4.6  |
| 年齡   | 55~59歲   | 241 | 23.6 | 216 | 21.1 |          | 中山區      | 93  | 9.0  | 86  | 8.3  |
|      | 60~64歲   | 302 | 29.6 | 297 | 29.0 |          | 萬華區      | 112 | 10.8 | 77  | 7.5  |
|      | 65~69歲   | 212 | 20.8 | 229 | 22.4 |          | 信義區      | 84  | 8.1  | 85  | 8.2  |
|      | 70~74歲   | 137 | 13.4 | 142 | 13.9 |          | 士林區      | 114 | 11.0 | 107 | 10.4 |
|      | 75歲以上    | 129 | 12.6 | 140 | 13.6 |          | 南港區      | 26  | 2.5  | 37  | 3.6  |
|      | 閩南       | 673 | 73.7 | 667 | 72.8 |          | 文山區      | 78  | 7.6  | 87  | 8.4  |
| 族群   | 客家       | 64  | 7.0  | 64  | 6.9  |          | 松山區      | 59  | 5.7  | 78  | 7.6  |
|      | 外省       | 163 | 17.9 | 174 | 19.0 |          | 北投區      | 106 | 10.3 | 83  | 8.0  |
|      | 新住民      | 4   | 0.4  | 3   | 0.3  |          | 大安區      | 104 | 10.1 | 130 | 12.6 |
|      | 其他       | 9   | 1.0  | 9   | 0.9  |          | 內湖區      | 86  | 8.3  | 77  | 7.5  |
|      | 初(國)中及以下 | 200 | 19.9 | 185 | 18.4 |          | 其他       | 80  | 7.7  | 80  | 7.7  |
| 教育程度 | 高中(職)    | 265 | 26.3 | 250 | 24.9 | 居住<br>型態 | 單獨居住     | 128 | 12.7 | 125 | 12.3 |
|      | 大學(專科)   | 485 | 48.2 | 503 | 50.0 |          | 僅夫妻兩人同住  | 260 | 25.8 | 269 | 26.6 |
|      | 研究所以上    | 57  | 5.7  | 68  | 6.8  |          | 與(孫)子女同住 | 523 | 51.8 | 526 | 52.2 |
| 婚姻狀況 | 已婚配偶健在   | 709 | 71.0 | 747 | 74.9 |          | 與親戚朋友同住  | 55  | 5.5  | 46  | 4.6  |
|      | 喪偶       | 151 | 15.1 | 122 | 12.3 |          | 其他       | 43  | 4.3  | 43  | 4.3  |
|      | 離婚或分居    | 50  | 5.0  | 47  | 4.7  |          |          |     |      |     |      |
|      | 未婚       | 88  | 8.8  | 80  | 8.1  |          |          |     |      |     |      |
| 經濟狀況 | 相當充裕     | 77  | 7.8  | 75  | 7.6  |          |          |     |      |     |      |
|      | 大致夠用     | 858 | 87.4 | 868 | 88.3 |          |          |     |      |     |      |
|      | 略有困難     | 40  | 4.1  | 35  | 3.6  |          |          |     |      |     |      |
|      | 相當困難     | 7   | 0.7  | 5   | 0.5  |          |          |     |      |     |      |

註：加權前後未達顯著差異 $\chi^2=0$ ， $p > .05$ 。

要型態，以原始題項進行學習者分群，即使可區分出數個組內同質性高，組間差距顯著的群體，但會使得資料維度數量過多，致使各類學習者之特徵不易明確描述。

因此，在區分學習者前，先以主成分分析及直交轉軸進行學習類別及學習型態的資料維度縮減，再以縮減後的因素分數，運用 K-means 分析來區分高齡學習者類型。繼而進行高齡學習者類型與背景變項之交叉分析，以及學習者類型與健康促進、生活滿意度及人際互動面

向之單因子變異數分析。在進行單因子變異數分析時，若變異數同質，則以 Scheffé 法進行事後比較；當違反變異數同質假定時之多重比較法，則改採 Dunnett T3 法，透過調整臨界值來控制族系與實驗面的錯誤機率，使型一錯誤的機率控制在一定的水準之下（邱皓政，2010）。

## 肆、研究結果與討論

以下說明各向度之題項的描述統計、學習類別與型態，進行高齡學習者分群結果、人口統計變項與學習者類型之關聯性，以及不同學習者類型在生活情況各向度之差異情形。

### 一、高齡者對學習類別與型態、健康促進、人際互動和生活滿意之評價

依據調查結果顯示，各個向度所屬之題項的描述統計結果說明如下。高齡者在各類學習類別的偏好表現，詳如表 4 所示，顯示以休閒旅遊類最受到支持，平均數為 3.36；知識學習、心靈成長、藝術文化、聯誼類及社區服務類之平均數分別為 3.35、3.34、3.10、2.95 及 2.89。而宗教類的平均數為最低的 2.66，高齡者認同程度最低。此次調查結果與 Lamdin 與 Fugate（1997）的調查結果類似，高齡者學習內容前三名依序為：音樂／藝術／舞蹈、旅遊相關課程、文學／戲劇／人文課程。

高齡者在各類學習型態的偏好表現，以視覺為主的學習型態最受偏好，平均數為 3.29；聽覺、運動、閱讀、觸覺及遊戲之平均數分別為 3.25、3.18、3.08、3.00 及 2.98，而互動為主的平均數為最低的 2.93，該學習型態最不受高齡者青睞。

高齡者對於各種健康促進之行為表現，以「我會注重自己飲食營養」和「會注意老人常見疾病的相關知識」的符合程度並列最高，平均分數為 3.20；「會關注健康相關的資訊或報導」的符合程度雖次之，平均分數為 3.19，但標準差為 .56 則是最低；再者，「每週至少有三次持續 30 分鐘的運動」與「知道如何獲得健康保健的服務或資源」的平均數，則分別為 3.17、3.04，而自己「會定期做身體檢查，且很清楚知道檢查結果」和「會參加健康保健相關的戶外活動」的平均數則表現最低，皆為 3.01，可見高齡者對於自身身體檢查的關注度相對較低。

在人際互動方面，認為自己「樂於和親友家人往來」之平均數為 3.27，高於「樂於參與社區或社會的服務」之 3.10，可知臺北市高齡者喜於和親友及家人互動勝於參與社區或社會的服務。最後，在高齡者生活滿意面向，受訪者認為「生活狀態是平順」者有最強烈的符合程度，其平均數為 3.27，且有 .50 的最小標準差；認為「對於自己的生活感到滿意」、「心靈感受是滿足的」及「健康狀況良好」的平均數則分別為 3.21、3.19 及 3.13。由此可知，臺北市高齡者對於擁有平順的生活狀態感到認同，心靈滿足和健康狀況的表現正面。

表 4

各向度題項之描述統計摘要

| 向度   | 題項                   | 項目描述統計 |      |     | 尺度描述統計 |     |      |      |
|------|----------------------|--------|------|-----|--------|-----|------|------|
|      |                      | 樣本數    | 平均數  | 標準差 | 平均數    | 標準差 | 偏態係數 | 峰度係數 |
| 學習類別 | 偏好聯誼類                | 886    | 2.95 | .72 |        |     |      |      |
|      | 偏好知識學習類              | 886    | 3.35 | .57 |        |     |      |      |
|      | 偏好心靈成長類              | 886    | 3.34 | .61 |        |     |      |      |
|      | 偏好休閒旅遊類              | 886    | 3.36 | .61 | 3.09   | .40 | .09  | .62  |
|      | 偏好宗教類                | 886    | 2.66 | .76 |        |     |      |      |
|      | 偏好社區服務類              | 886    | 2.89 | .63 |        |     |      |      |
|      | 偏好藝術文化類              | 886    | 3.10 | .69 |        |     |      |      |
| 學習型態 | 以閱讀為主                | 894    | 3.08 | .58 |        |     |      |      |
|      | 以視覺為主                | 894    | 3.29 | .56 |        |     |      |      |
|      | 以聽覺為主                | 894    | 3.25 | .59 |        |     |      |      |
|      | 以觸覺為主                | 894    | 3.00 | .67 | 3.10   | .39 | .25  | .10  |
|      | 以運動為主                | 894    | 3.18 | .62 |        |     |      |      |
|      | 以互動為主                | 894    | 2.93 | .66 |        |     |      |      |
|      | 以遊戲為主                | 894    | 2.98 | .71 |        |     |      |      |
| 健康促進 | 我每週至少有三次持續 30 分鐘的運動  | 903    | 3.17 | .74 |        |     |      |      |
|      | 我會注重自己的飲食營養          | 903    | 3.20 | .61 |        |     |      |      |
|      | 我會定期做身體檢查，且很清楚知道檢查結果 | 903    | 3.01 | .72 |        |     |      |      |
|      | 我會參加健康保健相關的戶外活動      | 903    | 3.01 | .72 | 3.12   | .49 | -.08 | .45  |
|      | 我知道如何獲得健康保健的服務或資源    | 903    | 3.04 | .64 |        |     |      |      |
|      | 我會關注健康相關的資訊或報導       | 903    | 3.19 | .56 |        |     |      |      |
|      | 我會注意老人常見疾病的相關知識      | 903    | 3.20 | .60 |        |     |      |      |
| 人際互動 | 我樂於和親友家人往來           | 916    | 3.27 | .55 |        |     |      |      |
|      | 我樂於參與社區或社會的服務        | 916    | 3.10 | .60 | 3.18   | .50 | .12  | -.11 |
| 生活滿意 | 我的生活狀態是平順的           | 925    | 3.27 | .50 |        |     |      |      |
|      | 我的健康狀況良好             | 925    | 3.13 | .51 |        |     |      |      |
|      | 我的心靈感受是滿足的           | 925    | 3.19 | .52 | 3.20   | .43 | .18  | 1.37 |
|      | 我對於自己的生活感到滿意         | 925    | 3.21 | .54 |        |     |      |      |

概言之，依據尺度描述統計的結果顯示，五個面向的樣本分布除了健康促進略呈現負偏態之外，其餘皆為正偏態，且偏態情形不明顯（ $< .50$ ）；至於分布的集中情形，學習類別略

呈現特殊峰度，而生活滿意的特殊峰度較明顯（ $>1$ ），整體而言，除了生活滿意面向的調查結果略為集中，其餘面向的調查結果呈現常態分布，適於執行推論統計之探討。

## 二、高齡學習者類型的群組分析

前述顯示高齡學習者在其學習類別、學習型態及健康促進之表現情形，本節接續回答之議題為：是否可將高齡學習者進行分群？若可，則其群組化之結果及其特性為何？本節依據高齡學習者對於學習類別與型態之偏好，進一步將學習者區分為數個具有明顯特徵的群體，以利觀察其特性和差異表現。鑑於學習類別與學習型態偏好問卷各自都有七個題項，若以原始題項進行學習者分群，資料維度過多將導致各類學習者之特徵不易明確界定。故在區分學習者前，先以主成分分析及直交轉軸進行學習類別與型態的資料維度縮減，再以分析所得之因素分數，運用 K-means 分析來區分出不同的高齡學習者類型。以下分別說明學習類別與型態資料之主成分分析、高齡學習者分群結果，以及各類學習者之命名依據與特徵表現。

### （一）學習類別與型態之主成分分析

從分析結果顯示，學習類別及學習型態 KMO 值分別為 .71 及 .79，皆適合進行主成分分析，因此，分別抽取了兩個特徵值大於 1 的因素。學習類別之因素 1 及因素 2 分別可解釋 37.7% 及 17.6% 的變數變異量，轉軸後則變為 29.2% 及 26.1%，累積解釋變異量為 55.3%。學習型態之因素 1 及因素 2 分別可解釋 39.5% 及 14.4% 的變數變異量，轉軸後變為 27.2% 及 26.7%，累積解釋變異量為 53.9%。各題項之因素負荷量詳如表 5 所示。

由表 5 可以發現，臺北市高齡學習者在知識學習、心靈成長及休閒旅遊等主題之學習有較高的偏好；學習型態偏好則依序是視覺、聽覺及運動等型態。在學習類別之主成分分析結果顯示，知識學習、心靈成長、休閒旅遊及藝術文化等類別之偏好在因素 1 有較高的負荷量，依據題項特性，將因素 1 命名為「知性取向學習」；其餘之聯誼、宗教及社區服務等類別在因素 2 有較高之負荷量，故將因素 2 命名為「人際取向學習」。學習型態的主成分分析結果則呈現觸覺、運動、互動及遊戲等型態在因素 1 有較高的負荷量，故將其命名為「動態學習」；閱讀、視覺及聽覺等型態在因素 2 有較高的負荷量，故將因素 2 命名為「靜態學習」。

### （二）高齡學習者類型及特徵表現分析

依據高齡學習者在學習類別（知性取向、人際取向）及學習類型（動態、靜態）偏好的因素分數投入 K-means 分析後，可以明顯將高齡學習者分為四個群體，並經 27 次疊代後達收斂，各群體在學習類別與類型之特徵趨向詳如圖 2 所示。

表 5

學習類別及學習型態之主成分分析摘要

| 向度       | 題項    | 主成分分析 |             |                        |                        | KMO |
|----------|-------|-------|-------------|------------------------|------------------------|-----|
|          |       | 樣本數   | 共同性<br>(萃取) | 因素1<br>負荷量 $\lambda_1$ | 因素2<br>負荷量 $\lambda_2$ |     |
| 學習<br>類別 | 聯誼類   | 886   | .56         | .15                    | .74                    | .71 |
|          | 知識學習類 | 886   | .75         | .86                    | .00                    |     |
|          | 心靈成長類 | 886   | .66         | .81                    | .11                    |     |
|          | 休閒旅遊類 | 886   | .33         | .53                    | .23                    |     |
|          | 宗教類   | 886   | .65         | .05                    | .81                    |     |
|          | 社區服務類 | 886   | .58         | .29                    | .70                    |     |
|          | 藝術文化類 | 886   | .34         | .51                    | .28                    |     |
| 學習<br>型態 | 以閱讀為主 | 894   | .54         | .14                    | .72                    | .79 |
|          | 以視覺為主 | 894   | .57         | .15                    | .74                    |     |
|          | 以聽覺為主 | 894   | .58         | .20                    | .74                    |     |
|          | 以觸覺為主 | 894   | .39         | .52                    | .34                    |     |
|          | 以運動為主 | 894   | .60         | .77                    | .01                    |     |
|          | 以互動為主 | 894   | .47         | .59                    | .34                    |     |
|          | 以遊戲為主 | 894   | .63         | .78                    | .16                    |     |

註：各因素負荷量呈現的是轉軸後的數值；網底表示構成某一因素的題項與比重。

表 6 為各學習者類型之差距情形，也就是各類型學習者集群中心點之間的距離。依據不同符號所顯示之高齡學習者特性之後，1、2、3、4 所代表之群組的特徵說明如下：

1.標示為+的群體 1，加權後樣本數為 161，因素分數是四個群體最高的（知性主題、人際主題、動態學習及靜態學習等面向皆高），因此命名為「積極學習者」。

2.標示為□的群體 2，加權後樣本數為 143，群體特徵是不論學習類別是知性主題或人際主題，學習型態屬動態或靜態，偏好表現是四個群體最低的，群體中心點與群體 1 的距離最遠，故命名為「保守學習者」。

3.標示為○的群體 3，特徵是偏好人際主題及動態學習，知性主題及靜態學習稍低，加權後樣本數為 318，為樣本數量最多之群體，命名為「人際取向學習者」。

4.標示為△的群體 4，特徵是偏好知性主題及靜態學習，人際主題及動態學習的偏好較低，加權後樣本數為 188，命名為「知性取向學習者」。

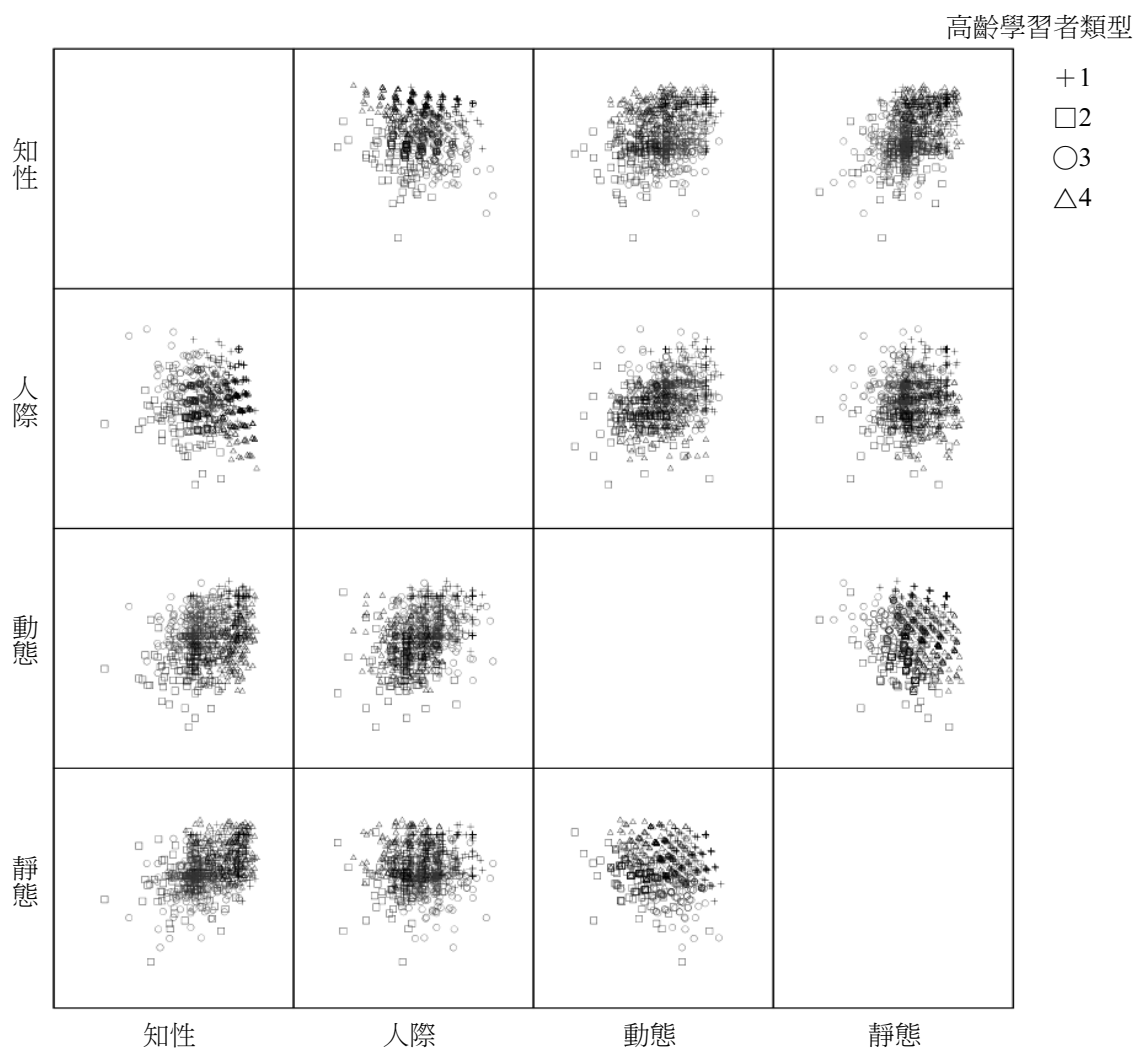


圖2. 不同高齡學習者類型之特徵表現

表 6

各類型高齡學習者之集群中心點的距離

| 學習者類型 | 積極   | 保守   | 人際   | 知性 |
|-------|------|------|------|----|
| 積極    |      |      |      |    |
| 保守    | 3.50 |      |      |    |
| 人際    | 2.16 | 1.79 |      |    |
| 知性    | 2.28 | 2.18 | 2.29 |    |

### 三、背景變項與高齡學習者類型之關聯性分析

#### (一) 高齡學習者類型與性別、年齡、族群及教育程度之關聯性

各個高齡學習者類型依其性別、年齡、族群及教育程度等背景變項，進行交叉分析，詳如表 7 所示，顯示性別 ( $\chi^2=2.12$ ,  $df=3$ ,  $p > .05$ ) 及族群 ( $\chi^2=17.95$ ,  $df=12$ ,  $p > .05$ ) 與學習者類型的關聯性不顯著；年齡 ( $\chi^2=27.72$ ,  $df=12$ ,  $p < .05$ ) 及教育程度 ( $\chi^2=84.55$ ,  $df=9$ ,  $p < .05$ ) 則與學習者類型的關聯性達顯著，Cramer's V 值分別為 .11 ( $p < .05$ ) 與 .19 ( $p < .05$ )。

表 7

高齡學習者類型與性別、年齡、族群及教育程度之交叉分析

| 背景變項            | 高齡學習者類型  |            |           |            | 總和         | 卡方考驗<br>與Cramer's<br>V |
|-----------------|----------|------------|-----------|------------|------------|------------------------|
|                 | 積極 (%)   | 保守 (%)     | 人際 (%)    | 知性 (%)     |            |                        |
| 性別              | 男        | 64 (18.1)  | 68 (19.3) | 141 (39.9) | 80 (22.7)  | .05                    |
|                 | 女        | 92 (21.0)  | 71 (16.2) | 170 (38.7) | 106 (24.1) |                        |
| 年齡              | 55~59歲   | 29 (15.3)  | 36 (19.0) | 75 (39.7)  | 49 (25.9)  | .11*                   |
|                 | 60~64歲   | 50 (20.4)  | 55 (22.4) | 91 (37.1)  | 49 (20.0)  |                        |
|                 | 65~69歲   | 39 (22.3)  | 28 (16.0) | 61 (34.9)  | 47 (26.9)  |                        |
|                 | 70~74歲   | 23 (22.8)  | 17 (16.8) | 34 (33.7)  | 27 (26.7)  |                        |
|                 | 75歲以上    | 17 (19.3)  | 7 ( 8.0)  | 52 (59.1)  | 12 (13.6)  |                        |
| 族群 <sup>#</sup> | 閩南       | 102 (19.5) | 85 (16.2) | 213 (40.6) | 124 (23.7) | .09                    |
|                 | 客家       | 5 (10.9)   | 9 (19.6)  | 15 (32.6)  | 17 (37.0)  |                        |
|                 | 外省       | 29 (20.9)  | 35 (25.2) | 41 (29.5)  | 34 (24.5)  |                        |
|                 | 新住民      | 0 ( 0.0)   | 0 ( 0.0)  | 1 (50.0)   | 1 (50.0)   |                        |
|                 | 其他       | 1 (14.3)   | 3 (42.9)  | 2 (28.6)   | 1 (14.3)   |                        |
| 教育程度            | 初(國)中及以下 | 19 (13.9)  | 14 (10.2) | 96 (70.1)  | 8 ( 5.8)   | .19*                   |
|                 | 高中(職)    | 42 (22.5)  | 30 (16.0) | 76 (40.6)  | 39 (20.9)  |                        |
|                 | 大學(專科)   | 83 (20.1)  | 86 (20.8) | 127 (30.8) | 117 (28.3) |                        |
|                 | 研究所以上    | 13 (24.5)  | 7 (13.2)  | 12 (22.6)  | 21 (39.6)  |                        |

<sup>#</sup>為 8 個 (40.0%) 細格的預期個數少於 5。

\* $p < .05$ .

年齡較輕的分組 (55~59 歲) 呈現最少比例的積極學習者 (15.3%)，較多比列的積極學習者出現在 70~74 歲 (22.8%)；保守學習者則是 75 歲以上分組的比列最低 (8.0%)，60~64 歲的比例較高 (22.4%)；75 歲以上顯著有較多的人際取向學習者 (59.1%)；知性學習者

在 65~69 歲以上有顯著較高的比例 (26.9%)。至於，教育程度與學習者類型的關聯性則是研究所以學歷的分組，呈現較高比例的積極學習者 (24.5%) 與知性取向學習者 (39.6%)；教育程度為高中 (職) 以下，則人際取向學習者偏多；保守學習者在初 (國) 中及以下分組的比例最高。

## (二) 高齡學習者類型與居住地區之關聯性

高齡學習者類型與居住地區之交叉分析結果顯示 (如表 8)，學習者類型的比例與居住地區有關 ( $\chi^2=112.36, df=36, p < .05$ )，Cramer's V 值為 .22 ( $p < .05$ )。居住在信義區的高齡族群，有最高比例的積極學習者 (31.6%)，文山區則有最低比例的積極學習者 (6.3%)；保守學習者在松山區、北投區及大安區占比較高 (26.6%、24.4%、22.9%)，中正區占比最低 (8.5%)；中山區、大同區及萬華區則有較高比例的人際取向學習者 (54.4%、52.5%、52.3%)，最低的大安區僅有 18.1% 的比例；知性學習者占比最高及最低的分別是中正區 (48.9%) 及中山區 (5.9%)。整體而言，大安區的各類學習者分布較為平均，文山區則是極端學習者較少，人際與知性取向所呈現之比例接近。

表 8

高齡學習者類型與居住地區之交叉分析

| 背景變項     | 高齡學習者類型   |           |           |           | 總和  | 卡方考驗與<br>Cramer's V |
|----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----|---------------------|
|          | 積極 (%)    | 保守 (%)    | 人際 (%)    | 知性 (%)    |     |                     |
| 中正區      | 9 (19.1)  | 4 ( 8.5)  | 11 (23.4) | 23 (48.9) | 47  | .22*                |
| 大同區      | 9 (22.5)  | 5 (12.5)  | 21 (52.5) | 5 (12.5)  | 40  |                     |
| 中山區      | 17 (25.0) | 10 (14.7) | 37 (54.4) | 4 ( 5.9)  | 68  |                     |
| 萬華區      | 13 (20.0) | 12 (18.5) | 34 (52.3) | 6 ( 9.2)  | 65  |                     |
| 信義區      | 18 (31.6) | 9 (15.8)  | 18 (31.6) | 12 (21.1) | 57  |                     |
| 士林區      | 18 (22.5) | 14 (17.5) | 35 (43.8) | 13 (16.3) | 80  |                     |
| 居住地區 南港區 | 4 (12.9)  | 4 (12.9)  | 14 (45.2) | 9 (29.0)  | 31  |                     |
| 文山區      | 4 ( 6.3)  | 10 (15.6) | 26 (40.6) | 24 (37.5) | 64  |                     |
| 松山區      | 10 (15.6) | 17 (26.6) | 17 (26.6) | 20 (31.3) | 64  |                     |
| 北投區      | 15 (19.2) | 19 (24.4) | 37 (47.4) | 7 ( 9.0)  | 78  |                     |
| 大安區      | 21 (20.0) | 24 (22.9) | 19 (18.1) | 41 (39.0) | 105 |                     |
| 內湖區      | 10 (21.3) | 9 (19.1)  | 19 (40.4) | 9 (19.1)  | 47  |                     |
| 其他       | 12 (19.4) | 7 (11.3)  | 29 (46.8) | 14 (22.6) | 62  |                     |

\* $p < .05$ .

### （三）高齡學習者類型與居住型態、婚姻狀況及經濟狀況之關聯性

根據表 9 顯示，居住型態及經濟狀況與學習者類型無顯著的關聯性，Cramer's V 值分別為 .05 ( $p > .05$ ) 及 .08 ( $p > .05$ )。婚姻狀況則與學習者類型有顯著關聯性 ( $\chi^2=25.85, df=9, p < .05$ )，Cramer's V 值為 .11 ( $p < .05$ )，其中，喪偶者呈現最高比例的積極學習者 (29.7%)、人際取向學習者 (48.4%) 及知性取向學習者 (7.7%)；未婚者有最高比例是保守學習者 (21.1%)；離婚或分居者多趨向知性學習 (34.2%)。

表 9

高齡學習者類型與居住型態、婚姻狀況及經濟狀況之交叉分析

| 背景變項                  | 高齡學習者類型  |            |            |            | 總和         | 卡方考驗<br>與Cramer's<br>V |
|-----------------------|----------|------------|------------|------------|------------|------------------------|
|                       | 積極 (%)   | 保守 (%)     | 人際 (%)     | 知性 (%)     |            |                        |
| 居住<br>型態              | 單獨居住     | 19 (18.6)  | 21 (20.6)  | 38 (37.3)  | 24 (23.5)  | 102                    |
|                       | 僅夫妻兩人同住  | 38 (19.8)  | 39 (20.3)  | 73 (38.0)  | 42 (21.9)  | 192                    |
|                       | 與(孫)子女同住 | 85 (19.9)  | 67 (15.7)  | 178 (41.7) | 97 (22.7)  | 427                    |
|                       | 與親戚朋友同住  | 7 (17.9)   | 9 (23.1)   | 11 (28.2)  | 12 (30.8)  | 39                     |
|                       | 其他       | 5 (15.6)   | 5 (15.6)   | 15 (46.9)  | 7 (21.9)   | 32                     |
| 婚姻<br>狀況              | 已婚配偶健在   | 109 (18.8) | 104 (17.9) | 227 (39.1) | 141 (24.3) | 581                    |
|                       | 喪偶       | 27 (29.7)  | 13 (14.3)  | 44 (48.4)  | 7 (7.7)    | 91                     |
|                       | 離婚或分居    | 6 (15.8)   | 7 (18.4)   | 12 (31.6)  | 13 (34.2)  | 38                     |
|                       | 未婚       | 11 (15.5)  | 15 (21.1)  | 21 (29.6)  | 24 (33.8)  | 71                     |
| 經濟 <sup>#</sup><br>狀況 | 相當充裕     | 19 (28.8)  | 10 (15.2)  | 18 (27.3)  | 19 (28.8)  | 66                     |
|                       | 大致夠用     | 127 (18.8) | 125 (18.5) | 265 (39.1) | 160 (23.6) | 677                    |
|                       | 略有困難     | 1 (3.6)    | 4 (14.3)   | 15 (53.6)  | 8 (28.6)   | 28                     |
|                       | 相當困難     | 1 (20.0)   | 2 (40.0)   | 1 (20.0)   | 1 (20.0)   | 5                      |

<sup>#</sup>4 個 (25.0%) 細格的預期個數少於 5。

\* $p < .05$ .

### 四、不同高齡學習者類型在健康促進、人際互動及生活滿意之差異

針對不同類型學習者在健康促進、人際互動及生活滿意之得分上，進一步探討其是否有所差別。研究結果顯示（如圖 3~5 所示），整體上皆以積極學習者的平均得分最高，保守學習者的得分最低，知性學習者則在生活情況下的人際互動及生活滿意兩向度中比人際取向學習者得分較高，但人際取向學習者在健康促進的得分略高於知性取向學習者。

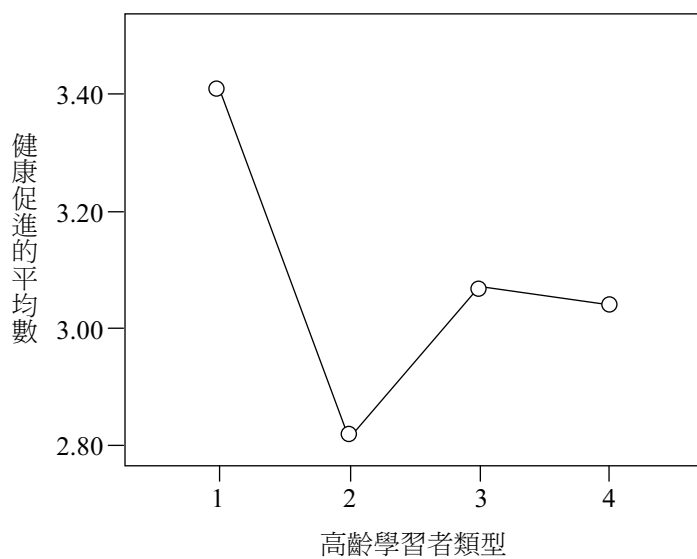


圖3. 不同高齡學習者類型在健康促進的平均得分。1為積極學習者；2為保守學習者；3為人際取向學習者；4為知性取向學習者。

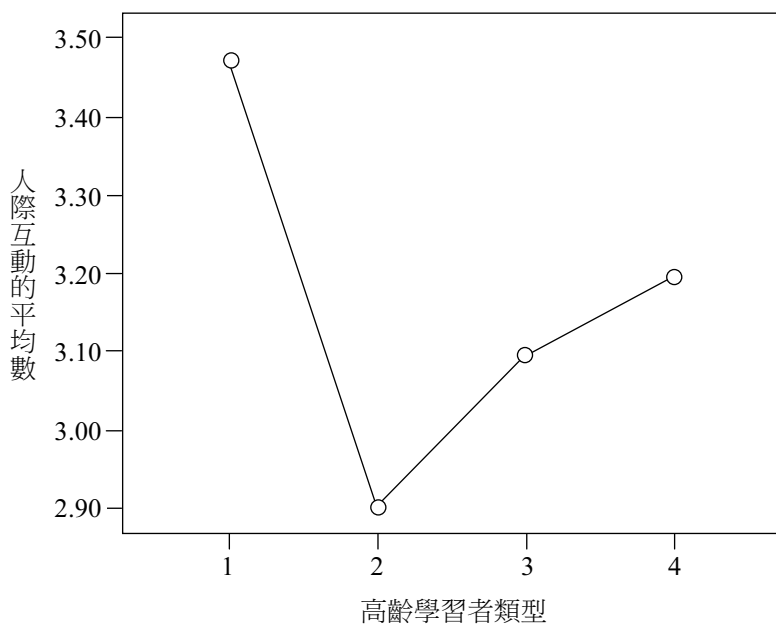


圖4. 不同高齡學習者類型在人際互動的平均得分。1為積極學習者；2為保守學習者；3為人際取向學習者；4為知性取向學習者。

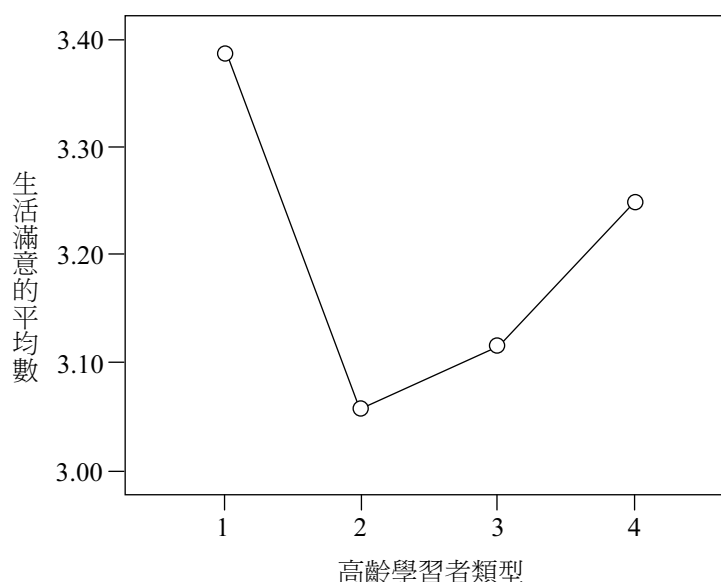


圖5. 不同高齡學習者類型在生活滿意的平均得分。1為積極學習者；2為保守學習者；3為人際取向學習者；4為知性取向學習者。

針對不同高齡學習者類型進行變異數同質性檢定 (Levene,  $F$  test) 顯示，各個高齡學習者類型在不同的潛在變項表現上，包括健康促進 ( $F_{(3,733)} = 10.44, p < .05$ )、人際互動 ( $F_{(3,741)} = 13.41, p < .05$ ) 及生活滿意 ( $F_{(3,742)} = 22.36, p < .05$ ) 等依變項之變異數為不同質，因此在變異數分析時應進行校正，且在事後比較改採適於變異數不同質的檢定法。經過單因子變異數分析 (analysis of variance, ANOVA) 顯示，不同的學習者類型在健康促進 ( $F = 39.06, df = 3, p < .05, \eta^2 = .14$ )、人際互動 ( $F = 39.22, df = 3, p < .05, \eta^2 = .14$ ) 及生活滿意 ( $F = 19.48, df = 3, p < .05, \eta^2 = .07$ ) 均呈現顯著差異，惟效果量偏低，詳如表 10 所示。

進行事後比較發現：（一）健康促進之表現上，積極學習者均顯著優於人際及知性取向學習者，而人際及知性取向學習者顯著優於保守學習者，亦即保守學習者類型顯著低於其他類型學習者。（二）在人際互動的參與，同樣也是積極學習者顯著高於人際及知性取向學習者，而人際取向學習者又顯著高於保守學習者。（三）在生活滿意之評價，積極及知性取向學習者顯著高於保守及人際取向學習者，而積極與知性、保守與人際之間的差異則較不顯著，可見各個高齡學習者類型的確在健康促進、人際互動和生活滿意的表現上具有差異，又以積極學習者的表現為最佳，保守學習者則較不理想。

表 10

## ANOVA 摘要

| 變異來源     |    | 平方和<br>SS | 自由度<br>df | 平均平方和<br>MS | F        | $\eta^2$ | 事後比較<br>Dunnett T3 |
|----------|----|-----------|-----------|-------------|----------|----------|--------------------|
| 健康<br>促進 | 組間 | 24.78     | 3         | 8.26        | 39.06*** |          |                    |
|          | 組內 | 154.99    | 733       | 0.21        |          | .14      | 積極>人際、知性>保守        |
|          | 總和 | 179.77    | 736       |             |          |          |                    |
| 人際<br>互動 | 組間 | 24.04     | 3         | 8.01        | 39.22*** |          |                    |
|          | 組內 | 151.39    | 741       | 0.20        |          | .14      | 積極>人際、知性>保守        |
|          | 總和 | 175.43    | 744       |             |          |          |                    |
| 生活<br>滿意 | 組間 | 10.27     | 3         | 3.42        | 19.48*** |          |                    |
|          | 組內 | 130.37    | 742       | 0.18        |          | .07      | 積極、知性>人際、保守        |
|          | 總和 | 140.64    | 745       |             |          |          |                    |

\*\*\* $p < .001$ .

## 五、討論

離開職場後的高齡者若能持續學習，不僅有助於維繫個人身心靈的健康，亦能提升其生活品質（Boulton-Lewis, Buys, & Lovie-Kitchin, 2006），同時也能大量減低對國家社會的負擔及衝擊。根據一項針對加拿大與日本高齡學習者所進行的調查，發現學習有助於正向心理健康，且在較高齡者的效用愈加明顯；另一方面則是老化的正向態度對於高齡者的社會參與甚有助益（Hori & Cusack, 2006）。本研究將高齡學習者分為積極、保守、知性及人際四種類型，比對後發現 60 歲以下的受訪者有較少比例的積極學習者；而 70 歲以上的受訪者中，保守學習者的比例較低，且 70~74 歲的受訪者有最高比例的積極學習者。值得注意的是，各年齡層都有超過三成以上屬於人際取向學習者，且 75 歲以上竟高達五成以上。由於人際取向學習者偏好人際溝通相關課程，將有助於提升人際溝通技巧，改善人際關係，以正向的態度面對老化的挑戰。75 歲以上的高齡者面對較嚴重的生理退化及周遭親友相繼離開，透過人際互動及友誼支持來維繫自我價值的需求更加強烈。

此外，若由婚姻狀況來檢視學習者類型的分布亦可發現，「已婚配偶健在」及「喪偶」的受訪者，有較高比例是人際取向的學習者，尤其是承受喪偶之痛的高齡者，對於人際互動及友誼支持的需求強烈，將近五成偏好人際互動型態的課程，期望藉由此類型的學習課程來滿足此類情感需求；而「離婚或分居」及「未婚」者，轉而投注心力於知識的探求。正如同黃郁婷與楊雅筠（2006）的研究，試圖探討高齡者之友誼支持與幸福感的關係，研究結果證實了兩者之間的關係，且倘若能擁有較多的友誼支持（如 10 位以上的朋友）則感覺較幸福。

早期關於高齡者學習的相關研究中皆一致發現，經濟條件穩定的高齡者較可能參與學習

(黃富順、林麗惠、梁芷萱、林曉齡, 2008; Chou, Chi, & Leung, 2003), 如黃富順等(2008)針對屆齡退休者的調查結果顯示, 經濟狀況不佳者參與學習活動的意願較低; Chou 等(2003)針對香港民眾的調查結果指出, 目前在職、擁有較多資產、月薪較高、不需仰賴子女奉養或政府接濟者, 退休後持續學習的意願較高。本研究雖嘗試探討經濟狀況與學習類別及型態之偏好的關聯性, 然受訪對象均來自臺北市各行政區樂齡學堂、樂齡學習中心、健康服務中心、社區大學等機構, 或許經濟狀況不佳的高齡者在這類健康促進活動場域出現的機會不高, 因樣本數偏低而導致教育程度與學習者類型的關聯性不明顯, 有待後續研究補足經濟條件不佳之高齡者的資料後再行比較。教育程度與學習者類型之間的關聯性則於本研究中獲得印證, 大致呈現了隨著教育程度提升, 積極和知性取向學習者比例逐漸增加的趨勢, 研究所以教育程度有最高比例的積極和知性取向學習者, 甚至較人際取向學習者的占比還高。由於個人認知興趣、先前成功或失敗的學習經驗, 甚至是退休前的學習習慣, 皆為終身學習的先決條件, 亦可能影響高齡者持續參與學習活動的意願 (Hondkinson et al., 2008; Kim & Merriam, 2004; Lamdin & Fugate, 1997; O'Dowd, 2005), 且若高齡學習者的教育程度較高, 對於知識探求有較高的興趣 (Kim & Merriam, 2004), 此論點則與本研究之結果吻合。

就性別而言, 多數研究均指出女性參與學習活動的傾向高於男性 (林麗惠, 2002; Lamdin & Fugate, 1997; Pearce, 1991), Chang 與 Lin (2011), 以 65 歲以上高齡者的調查資料進行分析, 也發現女性有較高的學習動機與意願。本研究雖未探討學習動機與意願的性別差異, 而是分析不同性別是否有不同學習類別與型態之偏好, 但的確觸及了較多的女性高齡學習者, 間接證實了女性的學習意願較高。陳麗光與陸偉明(2016)認為導致此結果的原因可能是早期臺灣社會中, 女性受教育的機會顯著低於男性, 以致老年時期有較高的學習動機, 甚至在正規高等教育中也有相同的趨勢。本研究結果顯示, 性別與學習者類型的關聯性不明顯, 男性或女性皆以人際取向學習者居多, 或許學習者類型近似於學習風格, 高齡學習者不會因不同性別而傾向特定的學習風格 (王婉如, 2011)。

本研究亦發現臺北市各行政區中, 學習者類型呈現了不同比例的分布情形。由於受訪者整體係以人際取向學習者居多, 故 12 個行政區中多數皆以人際取向學習者占比最高。然而, 其中有三個行政區 (中正區、松山區及大安區) 卻呈現知性取向學習者居多; 信義區的積極學習者竟與人際取向學習者占比相當, 皆值得關注。依據臺北市政府主計處 (2016) 臺北市家庭收支資料庫查詢系統的調查資料, 平均家戶可支配所得前四名依序為大安區、松山區、信義區、中正區, 家戶經濟條件較佳, 似乎有助於支持高齡者進行知性取向學習, 甚至成為積極學習者。

最後, 林麗惠與高玉靜 (2016) 曾以社會效果 (social outcomes) 來衡量高齡者學習的整體效用, 定義了社會效果包含健康及公民參與兩個層面, 其中在健康層面有健康知識、健康狀態兩向度; 公民參與層面則包含個人、家庭、社區、社會四向度, 可完全涵蓋本研究探討

的三面向。該研究之結果指出，不同課程類型展現了不同程度的社會效果，亦可謂呼應本研究之發現，積極的學習者不論是健康促進的行為表現、人際互動的意願，以及生活滿意度的評價，都遠高於其他類型的學習者，且保守學習者在上述三個面向的得分都是最低的。若依據 Schuller 等（2004）的見解，自信心的增長是學習的基本效益，以及 Hammond（2004）認為學習不僅能增進自尊、自我理解、自我認同、培養獨立思考的能力，積極學習者理應獲得更加正面的社會效果。

## 伍、結論與建議

依據本次調查研究結果，高齡者在學習型態、健康促進、人際互動與生活滿意，在不同題項概念確實有不同表現及差異；值得正面看待的是，調查顯示臺北市高齡者對於生活平順和家人親友往來之認同最高，顯示生活與交往的穩定；然而，與健康促進相關者則仍較疏於周延的關照。依據分析結果與討論，本研究之結論與建議說明如下：

### 一、結論

#### （一）高齡者的學習類別和學習型態呈現多元的偏好

高齡者因不同的教育程度、家庭環境、經濟條件、文化背景和生命經驗，有其特殊的取向與表現，此特性反映在學習類別和學習型態的偏好。亦即各類別的學習主題及各型態的學習方式，高齡者之偏好傾向呈現差異。透過交叉分析發現，休閒旅遊、知識學習及心靈成長類最受支持，且個體間的差異小；而宗教類的趨向最低，背景因素的差異也較為明顯。此外，傳統以視覺和聽覺的型態最受歡迎，對於互動或遊戲的學習型態，接受度則比較不高。整體而言，高齡者學習類別和型態的多元偏好，也顯示高齡學習的方案、情境、活動、目的之多樣化，實務上有其必要。

#### （二）可依據學習類別和學習型態的偏好將高齡學習者區分為四種不同學習類型

為了大幅度地探討高齡者偏好之學習類別與型態，本研究在設計研究工具時，便廣泛地納入涉及各種學習主題和學習型態的題項，用以衡量高齡學習者的學習偏好。然而，面對高齡學習者的異質性，本研究仍不放棄將其區分為數個同質性群體的可能性。透過主成分分析，將學習主題區分為知性及人際兩個取向，而將學習型態抽取出動態及靜態的特徵後，得到了可用於描述高齡者學習的屬性或趨向，且經由 K-means 分群之後，的確可將高齡學習者進行有意義的分群，獲得組內同質性高，組間差異明顯的四個群體。依據知性及人際主題取向，靜態及動態學習方式等指標的得分，進一步將四個群體命名為：「積極學習者」、「保守學習者」、「知性取向學習者」、「人際取向學習者」，並繼而探討背景變項與學習者類型的關聯性，以及不同學習者類型在健康促進、人際互動及生活滿意的差異。此以實徵資料作為界定高齡

學習者類型的結果，有助於掌握高齡學習者的差異特性，後續若能依此評估課程設計、教學活動，以及政策擬訂之適用性，具有實質價值。

### （三）高齡學習者類型的趨向關乎其年齡、教育程度、居住地區及婚姻狀況

高齡學習者類型與部分背景變項具顯著關聯性。以年齡而言，60～69 歲的知性取向學習者比例較高；70～74 歲為積極學習者比例最高，75 歲以上人際取向學習者較多。以教育程度來看，教育程度愈高者在學習的積極和知性取向上有較佳的表現，相對地，教育程度偏低者易為保守學習者。

有關居住地區的分析結果，其中值得關注的是信義區有最高比例的積極學習者，中山區、大同區和萬華區有較多比例的人際取向學習者，而知性取向學習者則以中正區的高比例最為醒目。至於婚姻狀況的差異對應到學習者類型的趨向，則是喪偶者較積極投入學習活動，或是偏重人際取向學習主題，顯示積極投入學習活動，應對喪偶後的身心平衡具有正面作用。特別值得一提的是，未婚者多投入知性取向學習，且易傾向為保守學習者，婚姻狀況導致學習者趨向不同學習類型，箇中肇因值得再深入探究。整體而言，高齡學習者的類型的確與某些背景變項有關，而這些差異和趨向的發現，有助於釐清為高齡者提供異質的學習方案、投入健康政策資源配置、建立人際交往網絡等需求，才能讓高齡學習者在健康促進、人際互動與生活滿意的進展有更廣泛的涵蓋層面與實質效益。

### （四）積極的高齡學習者健康促進行為較佳、樂於參與人際互動且生活滿意度高，保守學習者則各層面的評價較為低落

本研究將高齡學習者分為積極學習者、保守學習者、知性取向學習者、人際取向學習者，並檢視不同類別的學習者在健康促進、人際互動和生活滿意的表現情形，分析結果皆呈現顯著差異。整體而言，積極學習者在健康促進、人際互動及生活滿意度，皆明顯高於其他類型的學習者，而保守學習者則是顯著低於其他三種類型的學習者。換言之，針對不同學習者類型，的確值得以差異的方案、機會和資源，引導高齡學習者抱持更為正面、主動和參與的態度，來展現其學習行動的實踐。

## 二、建議

### （一）高齡者社區服務的積極性不高，對於健康促進的關注和投入於戶外相關保健活動的積極性亦有待提升

高齡者對於學習類別和學習型態仍有其偏好的形式和選擇，在社區服務和宗教類兩者較未受到歡迎，其中宗教可能因信仰的有無，使得參與頻率有別；但對於高齡者生活所依的社區服務表現也偏低。對此冷漠現象，教育機構應有其角色職能，例如提供「共學」、「同好」、「志工隊」等形式，讓高齡者有更多的連結網絡以匯聚其共同行動之意願。再者，就健康促

進和戶外健康活動的參與而言，如同 Stine-Morrow 等（2015）所指，乃應從更早的學習或生涯階段即建立民眾對於身心健康的重視與行動，才能於高齡階段持續展現正面的習慣和效果。

## （二）本研究建立之高齡學習者類別，亦值得加入更多的學習要素來探討

本研究分析高齡學習者在學習類別和型態上的偏好情形，進而探討其群組化的可能選項，經過主成分分析和 K-means 等統計策略的運用後，依據各群組的特色和表現，區分為積極學習者、保守學習者、知性取向學習者、人際取向學習者等類別。後續或可依學習議題、學習經驗、學習態度等變項，透過實際調查所得數值，進行類型化的分析，以增進對高齡學習者的樣貌、群集、偏好、表現、意願等面向之瞭解，甚至是納入更多的評估資訊探討學習者之分類架構。

## （三）針對不同背景變項之群體，應更細緻地規劃所提供的學習資源、方案和動機誘因等，以促進資源擴散的效益

本研究發現高齡學習者類型與背景變項有關，包括年齡、教育程度、居住地區和婚姻狀況等而有不同的趨向。值得說明的是，70 歲以上的積極學習者多，75 歲以上看重人際取向學習；特定地區之學習者的學習類型分布不一，如中山區、大同區和萬華等行政區對於人際取向的偏愛；乃至於架構具有參與誘因的友善學習機會和情境給予高齡單身者，皆是值得面對的新興課題。

以大同區的發展而言，該行政區高齡學習者對於人際取向的偏好高，且宗教議題的親近性也高，若欲促進此區域高齡學習者的健康促進、人際互動和生活滿意之表現，則在學習主體或方案的規劃，可採取「漸進混合模式」來推展，亦即以宗教場域或活動作為吸引高齡學習者的引導，但也應在其中融入某些知性的或觀察的學習內容，讓該行政區高齡學習者有更廣博的學習架構，延伸其學習型態和偏好的內容，增進該區高齡者身心健康之綜合效益。綜觀地說，無論是學習資源、空間、對象、機會和方案的提供，應彰顯政策規劃端對差異群體的認識和機會賦予，並增加可觸及的潛在高齡學習者，才能讓資源的配置和投入發揮明確政策效果。

## （四）應以增進保守學習者持續參與學習的動機和提升低社經民衆的參與度為優先

本研究特別將不同的高齡學習者類型進行其健康促進、人際互動和生活滿意交叉分析，發現積極學習者所有面向的表現程度，皆較其他高齡學習者類型有正面的成果，此發現也進一步佐證學習對於健康、人際、身心感受等具有正面的作用（Gergen & Gergen, 2002），且對於身心健康的覺知亦可提升幸福感（吳枚瑛、陳香廷、魯盈謙、洪瑞兒，2018）。倘若以整體社會效果來規劃高齡學習活動或擬訂政策目標，已有許多研究顯示，低社經民眾參與學習活動後，不論是健康或公民參與層面皆可獲得大幅提升。因此，值得我們留意的是，對於低社經或保守的學習者，如何強化學習意識、參與和行動成為核心課題，甚至應特別以此群體

的困境或需求來加以重新評價和賦予，例如，若因經濟條件不佳則可以有「學習券」的設計；若因家人反對，則應從家庭對高齡生涯的再認識提供輔導或資訊；若是受限於資訊不足，但學習應是持續的、終身的、生命全觀的過程（Donelan, 1995），故增進資訊的近用權（access）是必要的。唯有將政策對象的設定、政策方案的實施和政策效果的展現，進行更精準的對焦與設計，才能讓友善高齡學習環境和活躍老化的目標，相輔相成而對社會變遷有良好的回應和貢獻。

### （五）對於後續研究之建議

本研究之調查實施地點為臺北市各行政區，規劃或辦理高齡者參與健康促進之活動場域會出現在此場域的高齡者，應屬樂於參與學習或社會活動之群體，可能有統計調查實施所產生的社會讚許（social desirability）效應，此部分應可透過面談、觀察或訪問研究等加以補實相關成果；再者，後續相關研究選擇其他問卷調查場域，亦可特別針對較為消極參與高齡學習之高齡族群之去處，探討其學習類別、學習型態之偏好，以及健康促進、人際互動與生活滿意之意見，讓資料與分析可呈現更豐富的高齡學習之樣態。

## 參考文獻

### 一、中文文獻

- 王政彥（2004）。高齡社會中老人教育的倫理問題與對策。載於中華民國成人及終身教育學會（主編），*高齡社會與高齡教育*（pp. 31-58）。臺北市：師大書苑。
- 【Wang, C.-Y. (2004). Ethic problems and solutions on the elderly education in the ageing society. In The Association of Adult and Lifelong Education (Ed.), *Aging society and elderly education* (pp. 31-58). Taipei, Taiwan: Shita Books.】
- 王婉如（2011）。高齡學習者學習風格、學習結果與學習遷移關係之研究—以臺中市高齡教育機構為例（未出版碩士論文）。國立中正大學，嘉義縣。
- 【Wang, W.-J. (2011). *A study on the relationship among the elders' learning styles, transfer of learning and learning results for elder educational institutions in Taichung City* (Unpublished master's thesis). National Chung Cheng University, Chiayi County, Taiwan.】
- 吳枚瑛、陳香廷、魯盈謙、洪瑞兒（2018）。探討高雄市青少年自覺健康、身體意象及幸福感之關係。*教育科學研究期刊*，**63**（1），33-67。doi:10.6209/JORIES.2018.63(1).02
- 【Wu, M.-Y., Chen, H.-T., Lu, Y.-Y., & Hong, Z.-R (2018). Relationships between the self-perceptions of health awareness, body image, and well-being among adolescents in Kaohsiung. *Journal of Research in Education Sciences*, 63(1), 33-67. doi:10.6209/JORIES.2018.63(1).02】
- 邱皓政（2010）。*量化研究與統計分析：SPSS（PASW）資料分析範例解析*（第五版）。臺北市：五南。
- 【Qiu, H.-Z. (2010). *Quantitative research and statistical analysis: SPSS (PASW) example of data analysis* (5th ed.). Taipei, Taiwan: Wu-Nan Book.】
- 林麗惠（2002）。高齡者參與學習活動之探究。*成人及終身教育學刊*，**6**，107-129。
- 【Lin, L.-H. (2002). Study on the elders' participation in learning activities. *Journal of Adult and Lifelong Learning*, 6, 107-129.】
- 林麗惠、高玉靜（2016）。高齡教育社會效果之調查。*人文與社會科學簡訊*，**17**（3），47-54。
- 【Lin, L.-H., & Gao, Y.-J. (2016). A survey on the social outcomes of elderly education. *Humanities and Social Sciences Newsletter Quarterly*, 17(3), 47-54.】
- 國家發展委員會（2017）。*中華民國人口推估（105 至 150 年）*。取自 [https://www.ndc.gov.tw/Content\\_List.aspx?n=84223C65B6F94D72](https://www.ndc.gov.tw/Content_List.aspx?n=84223C65B6F94D72)
- 【National Development Council. (2017). *Report on the estimation of population from 2016 to 2061*. Retrieved from [https://www.ndc.gov.tw/Content\\_List.aspx?n=84223C65B6F94D72](https://www.ndc.gov.tw/Content_List.aspx?n=84223C65B6F94D72)】
- 陳建宏（2005）。日本「高齡者在地域農業社會之角色」意向調查結果。臺北市：行政院農業委員會。
- 【Chen, J.-H. (2005). *Opinions survey on the elders' role of the local agricultures in Japan*. Taipei, Taiwan: Council of Agriculture, Executive Yuan.】
- 陳麗光、陸偉明（2016）。我年過 60 歲，我在大學念書：臺灣高等教育中的高齡學習者基本特徵。*教育政策論壇*，**19**（3），99-134。

- 【Chen, L.-K., & Luh, W.-M. (2016). I am 60+ and I study at university: Characteristics of elderly learners at higher education in Taiwan. *Educational Policy Forum*, 19(3), 99-134.】
- 黃郁婷、楊雅筠（2006）。老年人友誼支持與幸福感之研究—以台北市老人服務中心為例。 *社區發展*，113，208-224。
- 【Huang, Y.-T., & Yang, Y.-J. (2006). A study on the relationship between friendship support and well-being of the elderly: A case study of the elderly service centers in Taipei. *Community Development Journal*, 113, 208-224.】
- 黃國彥（1991）。臺灣地區老人學習需求與內涵之研究。教育部委託研究報告。嘉義縣：國立嘉義師範學院。
- 【Huang, G.-Y. (1991). *Study on the elders' learning needs and contents in Taiwan*. Ministry of Education Report. Chiayi County, Taiwan: National Chiayi Teachers College.】
- 黃富順（2004）。高齡社會與高齡教育。載於中華民國成人及終身教育學會（主編），*高齡社會與高齡教育*（pp. 1-30）。臺北市：師大書苑。
- 【Huang, F.-S. (2004). Aging society and elderly education. In The Association of Adult and Lifelong Education (Ed.), *Aging society and elderly education* (pp. 1-30). Taipei, Taiwan: Shita Books.】
- 黃富順、林麗惠、梁芷瑄、林曉齡（2008）。我國屆臨退休及高齡者參與學習需求意向調查研究報告。教育部委託研究報告。新竹市：玄奘大學。
- 【Huang, F.-S., Lin, L.-H., Liang, C.-S., & Lin, X.-L. (2008). *Report on the survey of learning needs of older adults and those who soon-to-be-retired*. Ministry of Education Report. Hsinchu, Taiwan: Hsuan Chuang University.】
- 黃錦山（2004）。高齡社會中高齡人力資源的開發與應用。載於中華民國成人及終身教育學會（主編），*高齡社會與高齡教育*（pp. 53-68）。臺北市：師大書苑。
- 【Huang, C.-S. (2004). Implication and development of the elders human resources in the ageing society. In The Association of Adult and Lifelong Education (Ed.), *Aging society and elderly education* (pp. 53-68). Taipei, Taiwan: Shita Books.】
- 臺北市府主計處（2016）。臺北市家庭收支資料庫查詢系統。取自 [http://210.69.61.217/pxweb2007-tp/dialog/statfile9\\_FI.asp](http://210.69.61.217/pxweb2007-tp/dialog/statfile9_FI.asp)
- 【Department of Budget, Accounting and Statistics of Taipei Government. (2016). *Survey database of the family income and expenditure in Taipei City*. Retrieved from [http://210.69.61.217/pxweb2007-tp/dialog/statfile9\\_FI.asp](http://210.69.61.217/pxweb2007-tp/dialog/statfile9_FI.asp)】
- 賴銑慧（1990）。我國高齡者學習需求及其相關因素之研究（未出版碩士論文）。國立臺灣師範大學，臺北市。
- 【Lai, S.-H. (1990). *Study on the Taiwanese elders learning needs and the relation factors* (Unpublished master's thesis). National Taiwan Normal University, Taipei, Taiwan.】
- 魏惠娟（2014）。老化危機與學習超越。 *新北市終身學習期刊*，7，16-25。
- 【Wei, H.-C. (2014). Crisis of ageing and go beyond by learning. *The Journal of Lifelong Learning of New Taipei City*, 7, 16-25.】

## 二、外文文獻

- AL-Momani, F. F. (2016). The effectiveness of psychological and social services for the elderly in their own institutions from their perspective in Jordan. *Journal of Education and Practice*,

7(20), 23-31.

- Begle, A. M., Strachan, M., Cisler, J. M., Amstadter, A. B., Hernandez, M., & Acierno, R. (2011). Elder mistreatment and emotional symptoms among older adults in a largely rural population: The South Carolina elder mistreatment study. *Journal of Interpersonal Violence*, 26(11), 2321-2332. doi:10.1177/0886260510383037
- Boulton-Lewis, G. M., Buys, L., & Lovie-Kitchin, J. E. (2006). Learning and active aging. *Educational Gerontology*, 32(4), 271-282. doi:10.1080/03601270500494030
- Bryan, V. C. (1993). *Challenges of the older adult learners: Facts and tips for educators*. Retrieved from ERIC database. (ED364661)
- Chang, D.-F., & Lin, S.-P. (2011). Motivation to learn among older adult in Taiwan. *Educational Gerontology*, 37(7), 574-592. doi:10.1080/03601271003715962
- Chou, K.-L., Chi, I., & Leung, A. (2003). Interest in formal learning among soon-to-be-aged adults in Hong Kong. *Educational Gerontology*, 29(9), 723-737. doi:10.1080/716100368
- Clennell, S. (Ed.). (1990). *Older students in Europe: A survey of older students in four European countries*. Retrieved from ERIC database. (ED344083)
- Donelan, B. (1995). Empowerment: As illustrated by a bear, Napoleon, and others. In D. Thursz, C. Nusberg, & J. Prather (Eds.), *Empowering older people: An international approach* (pp. 37-45). London, UK: Cassell.
- Gergen, M. M., & Gergen, K. J. (2002). Positive ageing: New images for a new age. *Ageing International*, 27(1), 3-23. doi:10.1007/s12126-001-1013-6
- Griffith, T. D. (2001). *The relationship between death awareness and successful ageing among older adults* (Unpublished doctoral dissertation). The Florida State University, Tallahassee, FL.
- Hammond, C. (2004). Impacts of lifelong learning upon emotional resilience, psychological and mental health: Fieldwork evidence. *Oxford Review of Education*, 30(4), 551-568. doi:10.1080/0305498042000303008
- Havighurst, R. J. (1952). *Developmental tasks and education* (2nd ed.). New York, NY: Longmans, Green.
- Henry, N. J. (1989). *A qualitative study about perceptions of lifestyle and life satisfaction among older adults* (Unpublished doctoral dissertation). Syracuse University, Syracuse, NY.
- Hodkinson, P., Ford, G., Hodkinson, H., & Hawthorn, R. (2008). Retirement as a learning process. *Educational Gerontology*, 34(3), 167-184. doi:10.1080/03601270701835825
- Hori, S., & Cusack, S. (2006). Third-age education in Canada and Japan: Attitudes toward aging and participation in learning. *Educational Gerontology*, 32(6), 463-481. doi:10.1080/03601270600

685677

- Ilieva-Trichkova, P. (2016). Lifelong learning: Capabilities and aspirations. In N. Popov, C. Wolhuter, J. Kalin, G. Hilton, J. Ogunleye, & E. Niemczyk (Eds.), *Education provision to every one: Comparing perspectives from around the world* (pp. 207-212). Sofia, Bulgaria: Bulgarian Comparative Education Society.
- Kim, A., & Merriam, S. B. (2004). Motivation for learning among older adult in a learning in retirement institute. *Educational Gerontology*, 30(6), 441-455. doi:10.1080/03601270490445069
- Lamdin, L., & Fugate, M. (1997). *Elderlearning: New frontier in an aging society*. Phoenix, AZ: The Oryx Press.
- Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, 50(4), 370-396. doi:10.1037/h0054346
- Mclarry, S. (2007). Journey to healthy aging: Impact of community based education programs on knowledge and health behavior in older adults. *Forum on Public Policy*, 2007(1), 1-14.
- Neugarten, B. L. (1977). Personality and aging. In J. E. Birren & K. W. Schaie (Eds.), *Handbook of the psychology of aging* (pp. 626-649). New York, NY: Van Nostrand Reinhold.
- Nutt, T. E. (2001). *Bridging healthy pathways: Successful ageing and psychological well-being through social networks and learning* (Unpublished doctoral dissertation). Texas A&M University, College Station, TX.
- O'Dowd, M. (2005). Learning from childhood to mature adulthood: What makes people want to learn and keep on learning? *Compare: A Journal of Comparative and International Education*, 35(3), 321-338. doi:10.1080/03057920500212639
- Pearce, S. D. (1991). Toward understanding the participation of older adults in continuing education. *Educational Gerontology*, 17(5), 451-464. doi:10.1080/0360127910170504
- Peterson, D. A. (1983). *Facilitating education for older learners*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Pevoto, A. E. (1989). *An exploratory study of nonparticipation by older adults in organized educational activities*. Retrieved from ERIC database. (ED312445)
- Phillipson, C. (2000). Critical and educational gerontology: Relationships and future developments. In F. Glendenning (Ed.), *Teaching and learning in later life: Theoretical implication* (pp. 33-58). Aldershot, UK: Ashgate Arena.
- Piercy, G. (2013). Transformative learning theory and spirituality: A whole-person approach. *Journal of Instructional Research*, 2, 30-42. doi:10.9743/JIR.2013.2.14
- Rowe, J. W., & Kahn, R. L. (1998). *Successful ageing*. New York, NY: Dell.
- Schaefer, J. L. (2009). Voices of older baby boomer students: Supporting their transitions back into

- college. *Education Gerontology*, 36(1), 67-90. doi:10.1080/17419160903057967
- Schroepfer, T. A. (2008). Social relationships and their role in the consideration to hasten death. *The Gerontologist*, 48(5), 612-621. doi:10.1093/geront/48.5.612
- Schuller, T., Preston, J., Hammond, C., Brassett-Grundy, A., & Bynner, J. (2004). *The benefits of learning: The impact of education on health, family life, and social capital*. London, UK: Routledge Falmer.
- Stine-Morrow, E. A. L., Hussey, E. K., & Ng, S. (2015). The potential for literacy to shape lifelong cognitive health. *Policy Insights from the Behavioral and Brain Sciences*, 2(1), 92-100. doi:10.1177/2372732215600889
- Tam, M. (2014). Intergenerational service learning between the old and young: What, why and how. *Educational Gerontology*, 40(6), 401-413. doi:10.1080/03601277.2013.822201
- Tam, M., & Chui, E. (2016). Ageing and learning: What do they mean to elders themselves? *Studies in Continuing Education*, 38(2), 195-212. doi:10.1080/0158037X.2015.1061492
- Walker, A. S. (2016). Narrative medicine: Community poetry heals young and old. *Community Literacy Journal*, 11(1), 138-145. doi:10.1353/clj.2016.0024
- Withnall, A. (2000). The debate continues: Integrating educational gerontology with lifelong learning. In F. Glendenning (Ed.), *Teaching and learning in later life: Theoretical implications* (pp. 87-97). Aldershot, UK: Ashgate Arena.
- World Health Organization. (2002). *Active ageing: A policy framework*. Geneva, Switzerland: Author.
- Wu, B., Yue, Y., Silverstein, N. M., Alexlrod, D. T., Shou, L. L., & Song, P. P. (2005). Are contributory behaviors related to culture? Comparison of the oldest old in the United States and in China. *Ageing International*, 30(3), 296-323. doi:10.1007/s12126-005-1017-8

Journal of Research in Education Sciences

2018, 63(2), 127-161

doi:10.6209/JORIES.201806\_63(2).0006

# Health Improvement, Interpersonal Relationships, and Life Satisfaction Among Elderly Learners in Taipei

Amy Shumin Chen

General Education Center,  
Tatung University

Cheng-Ching Chang

Research Institute for the Humanities and  
Social Sciences,  
Ministry of Science and Technology

Chih-Fu Wu

Department of Industrial Design,  
Tatung University

## Abstract

Taiwan has been an aging society since 1993. Elderly people should be encouraged to recognize the importance of their health, plan their finances early, and participate in learning and social activities, because these are important strategies for actively facing the aging process. This study explored the preferred categories and styles of learning among elderly people in Taipei. The results showed that elderly people could be divided into four types according to their learning interests: active, conservative, intellectually oriented, and interpersonally oriented. Most elderly learners were interpersonally oriented, and fewest of them were conservative learners. The findings indicated that learners' age, educational level, residential area, and marital status were significantly related to their learning type. Fewer active learners were found among those who were less than 60 years old or who had not completed senior high school. Those who were 70 to 74 years old or who had master's degrees were more active learners. Active learners were more frequently found among elderly people living in Xinyi District, whereas in Songshan District there were more conservative learners. Widowers were more likely to be active and interpersonally oriented learners. Moreover, active learners showed a higher degree of health improvement behavior, interpersonal interaction, and life satisfaction than conservative and interpersonally oriented learners. The authors suggest that differences in learners' characteristics and location should be kept in mind when planning resources, programs, and activities for elderly people. Moreover, as goals for an aging society, it is necessary to

---

Corresponding Author: Cheng-Ching Chang, E-mail: findweber@gmail.com

Manuscript received: Oct. 20, 2017; Revised: Nov. 13, 2017, Apr. 10, 2018; Accepted: Apr. 20, 2018.

increase the motivation of the category of the conservative groups to engage in learning activities and to promote learning participations for those elder learners with lower social and economic status.

**Keywords:** elderly learners, health improvement, interpersonal interaction, learning topics and style, life satisfaction

