

本論文獲行政院客家委員會
100 年客家研究優良博碩士論文獎助

客家高齡婦女之成功老化感知探討

摘要

隨著生命預期的延長、生育率降低、及少子化的影響，台灣早在 1993 年底就邁入聯合國所定義的高齡化社會，且高齡化趨勢日益劇增。如何幫助台灣老人能擁有好的老年生活，成功老化的倡議便顯得十分重要，而在促進之前，瞭解老人主觀所欲追求的理想老年元素為必要的第一步。雖有學者指出人們對於成功老化的想法會隨著文化而不同，但相關的研究並不多，是以，本研究以 Torress 提出的成功老化文化相關理論為理論架構，以了解客家高齡婦女之成功老化感知，其研究問題有二：(1)客家高齡婦女認為成功老化包含哪些要素？(2)客家文化如何形塑客家高齡婦女對成功老化的感受與看法？

本研究以新竹縣竹東鎮為研究場域，深度訪談十位客家高齡婦女後發現：客家高齡婦女所欲的成功老化之要素包含：(1)身體健康、(2)足夠的經濟能力、(3)被孝順的感受、(4)家庭圓滿、及(5)善終。再者，本研究也發現：客家文化中存在的四種價值觀：(1)強調勤勞的社會規範、(2)重視家庭的核心價值、(3)以子為中心的孝道觀、及(4)傳統與現代文化交纏形塑出對善終的期望，形塑客家婦女對成功老化的觀點

關鍵字：成功老化、高齡女性、客家文化

Hakka elderly women's perceptions of successful aging:

A qualitative exploration

ABSTRACT

The purpose of this study was to explore the perceptions of successful aging from Hakka women's perspectives. Two research questions guided this study: (1)How do Hakka elderly women define successful aging? (2)How do Hakka cultures shape the perceptions of successful aging of Hakka older women? A qualitative design was employed and the final interviewees were 10 older Hakka women who aged 65 and over and lived in Chu-tung township in Hsinchu County.

This study helped build an understanding of what successful aging means by asking older adults themselves. For these older Taiwanese women, successful aging was defined as (1) being healthy, (2) having enough finance, (3) children's showing filial piety , (4)being harmonious in family, (5) having a good death. Four cultural factors were found relevant to the perceived successful aging: (1) regarding hard-working as a social norm, (2) regarding family as a core value, (3) emphasizing filial piety, (4) traditional and modern culture intertwined and shaped the expectation of a good death.

Key Word : Successful aging ; Elderly women ; Hakka culture

目錄

第壹章 緒論.....	1
第一節 研究背景與動機.....	1
第二節 研究目的與研究問題.....	4
第三節 研究重要性.....	4
第四節 研究限制.....	5
第貳章 文獻探討.....	7
第一節 成功老化理論.....	7
第二節 女性與成功老化.....	20
第三節 客家文化與客家婦女.....	30
第參章 研究設計與實施.....	40
第一節 研究設計.....	40
第二節 參與者標準與招募個案.....	44
第三節 資料收集.....	47
第四節 資料分析.....	52
第五節 信效度.....	53
第六節 研究者的角色.....	56
第七節 研究倫理.....	57
第肆章 研究發現.....	59
第一節 研究參與者的背景資料.....	59

第二節	客家高齡婦女對於成功老化的感知.....	64
第三節	客家文化對客家高齡婦女成功老化感知之形塑.....	76
第伍章	討論.....	89
第一節	成功老化的定義.....	90
第二節	文化與成功老化感知之關聯性.....	93
第陸章	結論與建議.....	99
第一節	結論.....	99
第二節	實務之建議.....	102
第三節	未來研究之建議.....	103
參考文獻.....		105
附錄.....		113
附錄一.....		113
附錄二.....		114
附錄三.....		116
附錄四.....		117
附錄五.....		119

表目錄

表 1：65 歲以上老人對目前的整體生活之滿意情形.....	26
表 2：65 歲以上老年人主要經濟來源.....	27
表 3：65 歲老年人受教育情況.....	27
表 4：65 歲老年人罹患慢性病或疾病狀況.....	28
表 5：65 歲以上老人對自己目前健康與身心功能狀況之看法.....	28
表 6：65 歲以上老年人婚姻狀況調查.....	29
表 7：參與者基本背景資料表.....	60
表 8：成功老化要素的定義及其重要性.....	75

圖目錄

圖一：問題意識圖.....	3
圖二：Rowe 與 Kahn 成功老化模式.....	12
圖三：Crowther 等人提出的正向靈性.....	13
圖四：Baltes 與 Baltes 的選擇、補償、最適化模式.....	15
圖五：Torres 文化相關理論架構.....	16
圖六：Peck 女性自我定義模式.....	23
圖七：台灣各族群分布狀況.....	31
圖八：客家文化價值觀與客家高齡婦女所欲之成功老化元素的關連性.....	89

第壹章 緒論

第一節 研究背景與動機

由於現代化及醫學進步的影響，人類不斷使用最新科學或醫療技術延長壽命，以台灣為例，1941 年時人們的平均餘命是 47.9 歲，而到 2009 年台灣人平均餘命為 78.99 歲(內政部，2011)，較 1941 年多出 31.09 年的生命長度，又台灣 65 歲以上的人口，於 1993 年年底突破 7%，台灣自此邁入聯合國世界衛生組織所定義的高齡化社會，至 2009 年底 65 歲老年人口數達總人口數的 10.63%，(內政部，2011)。隨著越來越多老年人口比例與平均餘命的增長，人們期待「活得久」之餘也能夠「活得好」，成功老化(successful aging)的相關研究便在此期待下如雨後春筍般蓬勃發展。

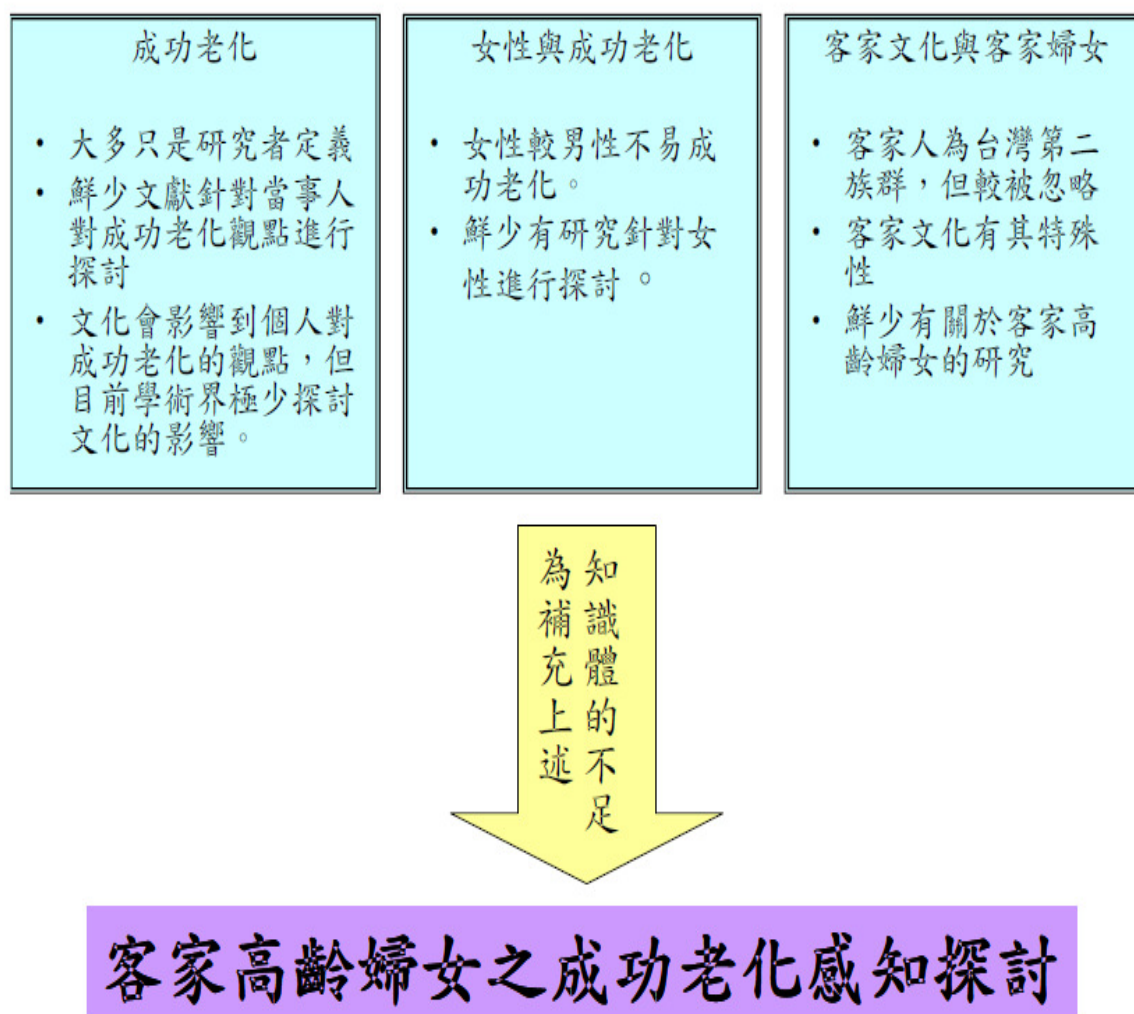
成功老化在學術領域中並沒有一個統一的定義，較為人所知的模式為，Rowe 及 Kahn 於 1987 年提出的成功老化模式，主張成功老化包含三個要素：(一)避免疾病及疾病相關失能、(二)高認知及生理功能、(三)積極的參與生活。由於老化為自然現象，身體機能的衰退是大多數人無法避免的事實，若是以 Rowe 及 Kahn 的成功老化定義，來當作評估標準時，會排除掉許多自評狀況良好的老年人。現今成功老化的定義與概念大多還是由研究者來界定，概念本身太過於以客觀標準去衡量，但是每個人認為的「成功」及怎樣才算是成功老化並不一樣，故在界定成功老化的定義時，更應該正視老年人的想法，給予老年人更寬廣的觀點看見成功老化與自己的相關性(Bowling & Dieppe, 2005)。

不論國內外，女性皆為老年人口中的主要族群，根據內政部統計處 2008 年的資料，台灣男性平均餘命為 75.5 歲，而女性則高達 82 歲，比男性多出 6.5 歲，女性在晚年隨著年紀增長，健康及功能逐漸衰退之餘，喪偶亦會導致女性比男性面臨更為嚴峻的老年生活，加上男女於教育、薪資、工作機會等男女所累積的資源差異，而對老年生活產生影響，因此性別便成為成功老化重要的預測因子之一。目前國內外已有許多研究指出：女性比男性更難成功老化（Palmore, 1979； Amasa et. al, 2000； Norman, McCluskey & Ashcraft, 2002； Hsu, 2005），但時下許多相關研究皆將男女老人混為一談，未能區隔因性別而導致的老化過程及老年期待的不同，是以，筆者認為將研究對象聚焦在高齡婦女有其必要。

台灣是一個由閩南人、外省人、客家人、原住民所組成的多元族群（multi-ethnic）社會，根據行政院客家委員會 2008 年全國客家人口基礎資料調查顯示：台灣客家人口數約莫為 427.6 萬人，占全國人口數中的 18.6%，僅次於閩南人，屬於台灣第二大族群，但長期以來客家人卻在政治及公共領域上被當作隱形人看待（施正鋒、吳珮瑛，2001），調查數據亦顯示客家人口趨向高齡化，然目前國內卻極少針對客家老年人進行研究，更凸顯以客家老年人當作樣本進行研究的必要性。

在 Rowe & Kahn 的成功老化定義成為主流的大環境下，少數學者提出人們對成功老化的感受與看法為社會建構的產物，其中 1999 年 Torres 提出成功老化文化相關理論架構（Culture-relevant Theoretical Framework of Successful

Aging)，探討成功老化議題中極少研究到有關文化影響的部分，主張成功老化觀點會受到文化影響而產生差異，由於目前成功老化相關研究皆以Rowe & Kahn 的成功老化模式為主，強調以生理、心理功能為標準來作為定義，將不同文化下的老年人視為同質性的群體，忽略了不同文化下的老人對理想老年的期盼可能會有所不同。本研究採取質性研究方法，實地去聆聽老年人自身說法，希冀可以補充國內外成功老化研究中較為缺少的文化觀點，綜觀上述，本研究發展出問題意識圖（圖一），將以客家高齡婦女為對象，探討其對於成功老化之感知。



圖一：問題意識圖

第二節 研究目的與問題

本研究具體目的如下：

- 一、 探討客家高齡婦女對於成功老化的感知。

依據研究目的，本研究將擬出以下問題，帶領整個研究之進行：

- 一、 客家高齡婦女認為成功老化應包含的要素？
- 二、 客家文化如何形塑客家高齡婦女對成功老化的感受與看法？

第三節 研究重要性

本研究的重要性分別從理論面與實踐面進行闡述。在理論面上的研究重要性分為四大項，說明如下：

- (1) 以高齡婦女視角探討成功老化：在國內外極少有文獻是從女性的角度出發去探討成功老化，大多以男性為範本或是將男女老人視為一體、混為一談。本研究對象以女性為主體，希望可以補充現有文獻上的缺失。
- (2) 補充國內外成功老化研究中較為缺少的文化理論：目前學術界在針對成功老化的議題上，還是以 Rowe & Kahn 的成功老化模式為主流，鮮少探討到文化與成功老化的相關性，本研究針對台灣的客家文化，希望可以提供文化與成功老化之關聯的知識體。
- (3) 補充國內外較為缺少針對客家高齡婦女研究：在台灣有關客家領域

中，大多針對文化、文學、行銷、媒體、產業...等主題進行研究，但極少以老年人當作研究對象。在學術論文方面除了謝桂珠在 1985 年發表的客家老人的生活需求與滿意之研究，至今在學術論文上，並沒有以客家老年人為主的研究，更遑論是針對客家高齡婦女，期待本研究可以提供另一個思考的面向，補充台灣客家研究的範疇。

- (4) 瞭解客家高齡婦女對於成功老化感知：綜合以上，希望可以透過本研究，瞭解客家高齡婦女欲追求的成功老化要素之真實想法。

本研究在實務方面的重要性為：

- (1) 提供台灣當局政府擬定政策之參考：本研究透過質性深度訪談，瞭解到客家高齡婦女的親身說法，瞭解她們理想的老年狀況為何後，根據她們的想法，提供政府作政策上建立之參考，像是：健康照護、社會福利、老人教育政策...等，讓有關老年人的法令，制訂的更符合老人實際的需求。

第四節 研究限制

本研究以客家高齡婦女為研究主體，在研究參與者的選取標準上訂定四個條件：(1) 65 歲；(2) 客家籍；(3) 配偶為客家人；(4) 可使用國語與閩南話，以深度訪談方式收集資料，研究地點在新竹縣竹東鎮。在研究過程中，受到語言、80 歲以上個案取得不易兩個因素，使本研究受到限制。

一、 語言

根據行政院客委會(2008)的資料顯示，客家民眾在家庭當中以使用國語交談的比例（93.1%）最高，其次是使用閩南話（65.3%）交談，又加上研究者不是客家人，亦不會說客家話，為了避免造成因語言帶來溝通上的障礙，讓整個訪談能更加流暢的進行，因此將可使用國語與閩南話作為參與者標準之一。雖然研究者使用國語可以達到溝通的效果，但是在建立關係上就比較困難，客家參訪者發現研究者無法用客家語溝通時，難免顯得互動上有些生疏，因此可能無法收集到較深入的資料。另外，客家話為客家高齡婦女的母語，雖然她們也會講國語或閩南語，但總是沒有像講客家話一樣那麼流利與自在，在講述過程中會造成思緒較為不順暢，亦或是無法用確切的國語或閩南語來精準描述她們想表達的想法，因此語言為本研究限制之一。

二、 80 歲以上個案取得不易

根據研究者實際走訪的經驗，在新竹縣竹東鎮及芎林鄉的 65 歲以上老年人，會使用國語來配合聽不懂也不諳客語的年輕人，但 80 歲以上的婦女會講國語的比例就大幅減少，他們大多使用日語及客家語，研究者的不諳客語導致受訪者年齡的限制，雖然研究者致力於尋找會講國台語的 80 歲以上客家高齡婦女，但是在研究過程中並沒有出現符合條件的對象，本研究參與者最年長的僅為兩位 77 歲的客家阿婆，80 歲甚至是 90 歲以上的客家老年婦女，受到文化規範的影響程度可能高於本研究參與者，或許更將能看到文化形塑老人成功老化的觀點的痕跡。

第貳章 文獻探討

第一節 成功老化理論

老化（aging）是人類必經的過程，老化雖然並非疾病，卻隨著年齡自然而然的產生，老化常常給予人一個負面的形象，例如：生理功能逐漸退化、心智功能衰退、日常生活能力降低，人們甚至認為老化導致增加了醫療照護及負擔（李玉嬋，2007），而成功老化的概念就是因應老化的負面形象而生，力圖顛覆人們對老化的迷思：老化並非是一種悲觀的痛苦過程，成功老化是可以追求的一種理想（吳建勳，2006）。

成功老化的概念早在 1940 年便出現在美國社會科學的領域，1980 年代到 1990 年代，開始在心理及行為科學領域發展，另外也因為美國高齡人口的增加，帶動社會、經濟、健康照護各領域開始紛紛投入成功老化議題中並發展其理論（林麗惠，2007）。涉及成功老化議題的學科範圍可說是廣泛且跨領域的，由於成功老化所包含的元素歧異性很大，每個人所認為的成功老化不一樣，所以目前學術界對成功老化的定義並沒有一個統一的說法。

雖然學術界對成功老化的定義，並沒有一定的共識，Bowling（2007）使用PubMed, PsycINFO及SocioFile的資料庫，關鍵字只使用成功老化一詞，不使用其他相似名詞（正向老化或積極老化）以避免混淆，搜集到2055篇有關成功老化研究的文獻，其中排除掉文獻過於短的文章，例如：新聞、書信、書的摘要等；或是過度偏向生理學或動物學的文章，例如：只探討人類怎麼

邁向成功老化的過程，卻沒有給成功老化下一個定義；另有個人主觀或是有文獻回顧卻沒有研究方法的文章亦排除，最後共排除170篇，以最後保留的1885篇內容將其成功老化的定義分為五大類，分別是社會功能類、生活滿意類、心理類、生物類、及個人對成功老化觀點類（Bowling, 2007），以下就其各特徵一一闡述。

（1）社會功能類：此類主張良好的社會功能為影響成功老化的重要因素，而所謂社會功能包含社會參與、社會角色、參與活動、社會網絡、與他人正向關係等，認為有正向的社會功能將是引領老年人達到成功老化。

（2）生活滿意類：生活滿意度常常與成功老化混為一談，此分類認為生活滿意度與成功老化間存在正相關，生活滿意度越高，越接近成功老化，有關於生活滿意度的測量指標包含個人目標、自我接受、情緒、幸福感。

（3）心理科學類：此類模式著重在探討個人成長、創造力、自我效能（self-efficacy）、自主性、依賴性、發展策略、目標的感知、自我接受、自我價值感等，認為這些心理類因素都會影響到成功老化。而在此類中，適應力被認為是成功老化的一大關鍵（Bowling, 2007; Baltes & Baltes, 1990, 1996）。

（4）生物醫學類：此模式討論的議題有長壽、身理、心理健康、健康及認知功能，其發展出成功老化指標包括：長壽、免於失能、生命餘命、良好的健康、疾病與慢性病狀況、遠離危險因子（抽菸、喝酒）、高度自主性、認知和心理功能（Bowling, 2007; Rowe & Kahn, 1987, 1997）。

(5) 個人對成功老化觀點：成功老化除了上述幾個模式外，此類模式認為成功老化不能只是研究者的觀點，應要去聆聽老年人自己對於成功老化的看法，(Bowling, 2007; Torres, 1999)，當事人的說法可以看出其背後的社會規範及價值觀 (Bowling, 2007; Torres, 1999, 2003；Duay & Bryan, 2006)。

雖然每個學者對成功老化的定義大不相同，但共通的一點，都是希冀找出讓晚年生活幸福、快樂、活躍的關鍵點，破除對老化的迷思，增進老年生活福祉。而在介紹完上述由 Bowling 歸納出成功老化定義的五種類型後，以下將介紹三個在學術界上廣受討論的成功老化的定義模式，分別是：Rowe & Kahn (1987) 提出的成功老化模式 (successful aging model)、Baltes & Baltes (1990) 提出的選擇補償最適化模式 (selection, optimization, and compensation；SOC model)、Torres (1999) 文化相關理論架構 (a culturally-relevant theoretical framework)。

一、三個常見的成功老化模式介紹

醫療進步及科技發達的情況下，延長了人類的壽命，高齡化成為現今社會的趨勢之一，而人們常抱持著不正確的態度來描述老年人，例如：以衰弱、臥病在床的形象來刻化老年人，甚至認為老年人是無用的、無貢獻的，但事實上真的是如此嗎？為了找出老化的正向意義，麥克阿瑟基金會 (John D. & Catherine T. MacArthur Foundation) 在 1984 年召集以 Rown 和 Kahn 為首的老年學領域專家，希冀找出老化正向概念，提升美國老年人晚年生活品質

(Griffith, 2001)。之後，在 1990 年 Baltes 及 Baltes 認為面臨老化的普遍性，若要達到成功老化，其關鍵在於能否適應老化而產生的喪失 (loss)，因為每個人會遇到的衰退是不一樣的，適應的策略也不一樣，所以 Baltes 及 Baltes 發展出選擇、補償、最適化模式，主張成功老化的策略應該是由個人來發展，而不是由研究者來定義。1999 年 Torres 首先提出文化會影響到人們對於成功老化的看法，提供對成功老化內涵的另一種不可忽略的角度，以下逐一簡述三個成功老化重要理論之內容。

(一) Rowe 與 Kahn 成功老化模式

Rowe 與 Kahn (1987) 將正常老化 (normal aging) 區分為「一般老化」(usual aging) 和「成功老化」(successful aging)，老人通常被歸類成有疾病與正常兩個群體，但是被視為「正常」的老人其實經常存在疾病的高風險因素，但這些因素卻被視為老化正常現象而輕忽，例如：身體器官功能衰退；血壓、血糖上升等危險因素增加，這些都被視為一般老化的特徵，但 Rowe 與 Kahn 認為上述危險因子雖並非無害，但若藉由運動、飲食、戒煙等生活習慣的修正，便可以減少風險與提升生活品質，因此 Rowe 與 Kahn (1997)，主張成功老化必須維持三種關鍵行為或特徵 (圖二)：避免疾病與失能 (avoiding disease and disability)、高認知與身體功能 (high mental and physical function)、積極的參與生活 (active engagement with life)，分別進一步說明如下：

(1) 避免疾病與失能

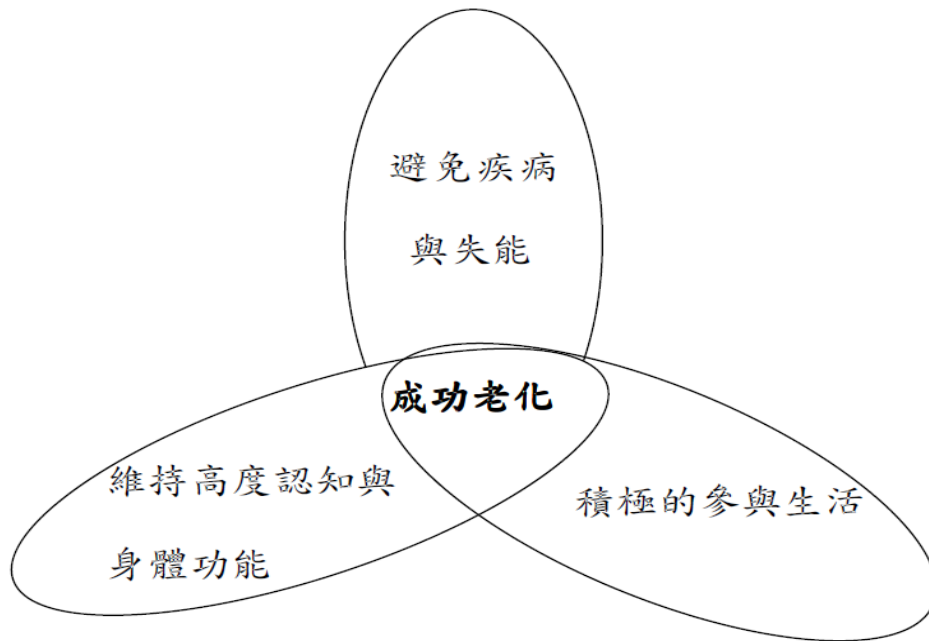
現代醫學慢慢由重於治療轉變為預防與治療並重的情況，但對於許多可預防的疾病症狀（例如血壓、血糖、膽固醇、骨質流失、心臟病、中風、糖尿病等），經常忽略或輕忽其存在，甚至有些輕微的指數上升被視為「正常」的老化來處理，直到這些產生嚴重的疾病後才開始被發現與治療，因此平日應著重於預防，避免疾病及因疾病導致的失能，才能達到成功老化。

(2) 維持高度認知與身體功能

身體功能是指能持續住在自己的家中、照顧自己、處理日常所有的事情，包括穿衣、洗衣、家事、購物、準備食物。在美國甚至以能不能開車當作是獨立自主的標準，又，在心智方面，則是無記憶上的障礙，而且在言語溝通上能清楚表達自己意思。

(3) 積極的參與生活

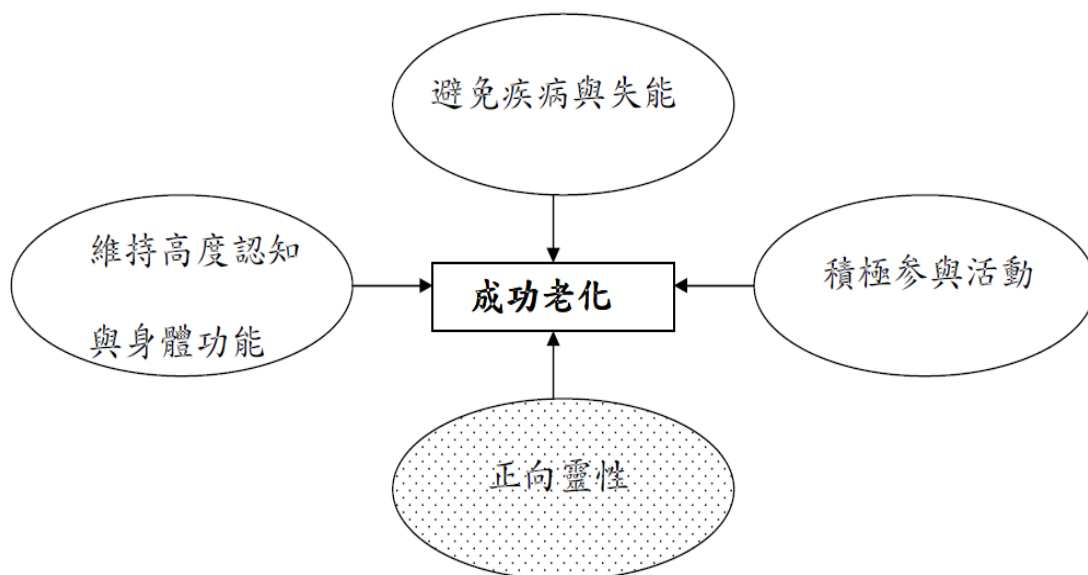
Rowe 與 Kahn 主張的參與包含兩個部份：「人際關係互動」及「生產力的行為」，人際關係參與如：與他人交流、情感支持；生產力的行為則包括持續有給薪或是無給薪的工作或服務。Rowe 與 Kahn 認為維持與他人親近的關係、維持有意義與刺激生活的活動是成功老化很重要的成分。



圖二：Rowe 與 Kahn 成功老化模式

資料來源：(Rowe & Kahn, 1997)

Crowther, Parker, Achenbaum, Larimore, & Koenig (2002)提出將「正向靈性」因子加入 Rowe 與 Kahn 的模式的重要性，除了上述 Rowe 與 Kahn 提到的三要素外，描述宗教、和正向靈性有助於個體成功老化，增強原本 Rowe 與 Kahn 的模式，加入正向靈性概念在 Rowe 和 Kahn 的模式之中，主要是原因是認為原本 Rowe 與 Kahn 模式忽略了靈性層面 (Crowther et. al, 2002)，許多研究結果發現，正向靈性與安適感、減少憂鬱與壓力等有關，例如：參加宗教志工服務與長壽有關、信奉宗教可以減少不健康的行為（如物質濫用、酗酒）。為他人祈禱可以提升生活品質。由於正向靈性有助於健康促進，再加上宗教與靈性活動往往為老人生活中的一部分，是以上述學者主張將此元素加入，以便 Rowe 和 Kahn 原本的模式更具完整性(圖三) (Ardelt & Koenig, 2007)。



圖三: Crowther 等人提出的正向靈性

資料來源：（Crowther et. al, 2002）

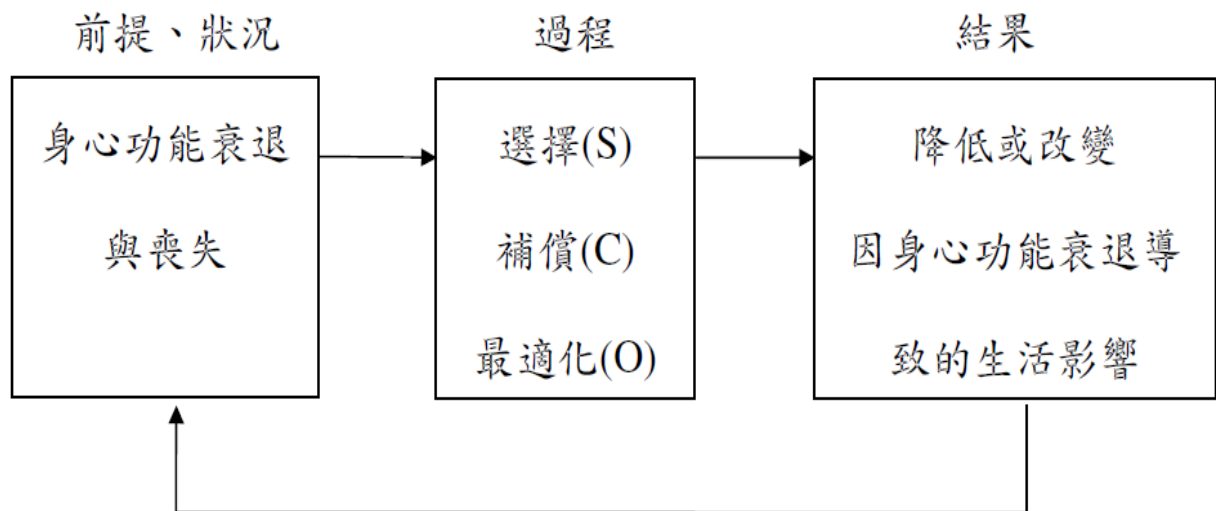
（二）Baltes 與 Baltes 的選擇、補償、最適化模式

另一個在老年學領域經常被討論的成功老化模式，是 Baltes 與 Baltes 在 1990 年提出的選擇、補償、最適化模式（圖四），在此理論中，他們認為身心功能的衰退本來就是老年生活中不可避免的，因此成功老化的目標應該放在加大老年過程中的「得」、減少「失」的產生，而因為每個人面臨的老年生活狀況不一，個人認為的成功老化也不一樣，故 Baltes 與 Baltes 主張成功老化的目標應依據個人重要排序與社會期待而訂立，並藉 SOC 策略來完成目標。

此模式主要組成要素有三種：選擇（selection）、最適化（optimization）、補償（compensation）。（1）選擇：是指當老年生活身心功能開始衰退或是體力有限的時候，不能像從前一樣什麼事情都可以完成，這時候就要去選擇在

生活中最迫切需要去做或是個人最想去做的事情，當作首要完成的目標，而將其他比較不重要的事情捨棄或當作次要目標。為什麼要選擇生活事件，原因是因為當能力有限時，我們就必須集中能力來達成他們的目標，藉由聚焦在特定目標與活動，幫助老年人保持資源或健康，舉例：假如一個全能運動員每天都做十項運動，但是到了老年時，體力逐漸不如從前，可以從十項中選擇重要的幾項，這樣就可以集中體力，繼續從事運動。(2) 補償：在日常生活中，發現因老化造成功能上的衰退時，導致無法再進行某樣活動，這時候可以藉由工具或科技，來達到繼續再從事某件事的期望與需要。例如：老年人因退化而膝蓋無力，沒有辦法靠自己力量上下樓梯，可藉由輔具（拐杖、支撐架）來幫助老年人還可以繼續獨立上下樓梯。(3) 最適化：將個人能力與資源做調配，便發揮到最大效益，以便滿足日常生活功能要求（Baltes & Baltes, 1990; Baltes & Carstensen, 1996）。選擇、補償、與最適化可以被視為一個整合的適應策略，也可以將其視為各自分開的過程，每一個組成都會影響成功的發展。Baltes 與 Baltes 認為晚年時身體功能的衰退是不可避免的，但是老年人若是能藉由科技或是工具的協助，發展出屬於自己的適應策略，便可以讓老年生活達到最適化（Freund & Baltes, 1998; Baltes & Baltes, 1990; Baltes & Carstensen, 1996）。舉例而言，對一個可以獨立開車的老年人而言，雖然體力逐漸衰退，但可以將開車路程或時數縮短（選擇），讓自己有時間休息，另外對於視力衰退，仍可配一副眼鏡（補償），讓視力處於正常值，達到開車最佳狀態（最適化），在面對老化時許多功能的喪失，為了適應並減少其所帶來

的衝擊，Baltes 與 Baltes 發展出適合運用在個人的成功老化概念，而其核心重點就是藉由 SOC 策略以促進適應。



圖四: Baltes 與 Baltes 的選擇、補償、最適化模式

(資料來源：Baltes & Baltes, 1990)

(三) Torres 的文化相關理論架構

Torres (1999) 基於 Kluckhohn (1950) 的文化變異理論發展出文化相關理論架構，認為文化價值取向會影響到人們對成功老化的了解。Kluckhohn 認為在面對挑戰或問題時，人們會發展出解決問題的方式，而解決方式會受到文化影響，因此從解決問題的答案中，可以了解到其價值取向。Kluckhohn (1950) 所提出五個價值取向包含：人性 (human natures)、人與自然 (man-nature)、關係 (relations)、時間 (time)、活動 (activity)。在對「人性」方面有三種類型：善、惡、混合；「人與自然」的價值取向則有：控制、臣服、

和諧；「關係取向」有三個型態：重視旁系、重視個人、重視宗族；三種型態的「時間」的價值取向包含：重視過去、重視現在、重視未來；「活動」的價值取向包括：活躍、停滯、活躍到停滯間的過渡（Kluckhohn, 1950）。Torres 以 Kluckhohn 的理論為基礎，擴大加入政治、經濟、宗教之三元素於原始理論的基礎中（圖五），提出成功老化的文化相關架構，主張若要真正瞭解成功老化為何，必須先了解探討對象的文化背景。



圖五：Torres 文化相關理論架構

資料來源：（Torres, 1999）

二、文化與成功老化的相關研究

本研究根據 Torres 文化架構相關理論，認為文化與個人的成功老化感知具相關性。文化的產生是人或一個社會共同持有的風俗、價值、信仰、知識形成，文化的存在是一種事實，但不表示文化之間一定有必然雷同，文化間不但有相似性，同時也具有歧異度（瞿海源、王振寰主編，2008）。而目前成功老化的相關研究，其成功老化大多是研究者來定義，也忽略了文化對其的影響，以下將介紹以文化觀點顯現成功老化感知的相關研究，包括：伊朗-瑞典、愛基斯摩、拉丁美洲、台灣、西肯亞、阿拉斯加所從事的研究探討，以幫助瞭解文化對成功老化的影響。

Torres（2002）針對在瑞典長期居住的伊朗籍移民進行研究，研究結果發現，伊朗籍在還沒移民前因未受到伊朗文化影響，重視家庭間的互動關係，但在移民後，受到瑞典文化的影響，由於瑞典文化強調的是個人的概念，因此對於晚年如何才算成功老化的感知，也隨著文化影響，從原本重視家庭關係逐漸變成重視個人獨立自主性，由此證明文化的確與個人成功老化的觀點是有關聯性（Torres, 1999, 2001, 2002, 2003, 2006）。

Collings（2001）以質性研究方法，訪談了 38 位愛基斯摩人，結果發現成功老化對加拿大愛基斯摩人來說，是面對晚年生活的正向態度，包括重視老年人傳承智慧及知識，是能夠讓老年人達到成功老化的因素之一，另外在晚年健康因素是相當重要的，愛基斯摩人似乎認為老年的健康和功能會下降，

這是需要去面對的事實，對於男性，那些在老年過得特別好的老年人，並不是有良好的健康，而是對於健康狀態的下降，應付的比其他人好，拒絕放棄。對於女性而言，健康就沒這麼重要，態度和家庭構成因素似乎更重要(Collings, 2001)。

Beyene & Mayen (2002) 質性深度訪談83位拉丁美洲老年人了解說對於老化和安適看法的影響因素。訪談時間大約超過1小時或1.5小時，訪談採取結構性問題和開放式問題，問題集中在健康、疾病經驗、維持日常生活、能力、在家庭和朋友間扮演角色、關於自我照護、對於老化的觀點、經濟地位、使用健康照顧及社會資源。研究結果顯示，拉丁美洲傳統價值觀為”respeto”，尊重人的經驗或服務經驗。拉丁美洲人尊重老人的歷史、傳統、和價值觀，使得老年人在家庭中扮演重要角色，拉丁美洲老年人持續在社會中貢獻知識和經驗，並獲得高度尊重。另外，拉丁美洲認為家庭比個人還重要，與美國重視個人的文化有很大的不同，美國文化強調個人獨立，但拉丁美洲文化中認為社會支持是影響個人安適重要因素(Beyene & Mayen, 2002)，因此拉丁美洲老年人視「被尊重」且「獲得家庭支持」為成功老化的象徵。

Chen (2007) 以 14 位台灣高齡志工婦女的成功老化觀點所進行的質性研究中發現，台灣高齡志工婦女對於成功老化的看法包含：健康、不必擔心經濟問題、維持好的情感關係（朋友，家庭）、持續對社會有貢獻、善終五項。其中作者認為「善終」受到台灣傳統文化影響形塑而產生的成功老化觀點，

相較於西方文化對長壽的追求，該研究發現對台灣高齡志工婦女來說，「善終」比長壽更重要，活的長壽但是沒有健康、幸福、和意義對她們來說反而是痛苦的。該研究作者認為台灣人對於死亡和長壽的看法，受到傳統哲思與宗教的影響，其中佛教提到人生就像是苦海；道家說生死都一個自然發生的過程，不需刻意追求。傳統哲思強調「成事在天」、「生死由命、富貴在天」，認為生死都是天的安排，這些皆是文化對人們期待的理想老年元素之影響（Chen, 2007）。

Maria（2008）西肯亞文化在過去一個世紀到現今，由於全球化的影響，體驗到因政治影響所帶來經濟、文化和社會變遷，例如：金錢、商品作物和薪資、勞動方式等，導致家庭型態與居住安排的改變，年輕人紛紛從農村遷移到都市，使得西非洲老年人面臨生活上的改變，對於老年人來說，他們在家庭地位和家庭上的支持逐漸衰退、凋零，另外在老年人照顧方面，假如一個家庭是貧窮的，在小孩子與老年人照顧中做選擇，他們會選小孩子，不會去關心說父母親是不是有吃飯或父母親有沒有穿暖，雖然在西肯亞的多數家庭認為扶養父母是他們的責任，但是社會上還是期望「老年人可以照顧自己」，有些老年人發現自己成人孩子有愛滋病，他們照顧自己之外，還需要照顧他們孫子（Maria, 2008）。

Lewis（2009）在針對阿拉斯加人的研究中，使用質性深度訪談，訪談問題包括：成功老化是什麼及你認為何謂「成功老化」這個概念是從哪裡發現

的，研究結果證明文化信仰是與成功老化相關，對於阿拉斯加老年人而言：(1) 成功老化是個人責任；(2) 老年人需要傳承成功老化的秘訣；(3) 對於不成功的老化定義為沒有活動力、沒辦法控制酒藥癮、放棄自己。因為阿拉斯加的健康保健概念大多由老年人傳承，受到文化價值觀影響，因此老年人認為成功老化在於要維持好自己身體狀況（是自己責任），並且將經驗傳承給下一代。

綜合以上：可以發現在不同文化下在看待家庭關係、居住型態、價值觀念、及對老年生活的安排及成人子女對老年父母的照顧觀念、皆有異同之處，但是現今關於成功老化的研究，卻極少有文獻重視到文化與成功老化的關係，由上述實證研究便可明顯看出，如果只是用西方文化的框架下去論述各文化下成功老化的要素及內涵並不合宜的，故若要瞭解人們對成功老化的看法與定義之前，必須先瞭解其所處的文化

第二節 女性與成功老化

女性不僅是平均餘命比過往增長，相對男性，也更為長壽，從女性高齡者與男性的性別比來看，高齡女性的人數亦比高齡男性多，因此女性活得長，人數又較多，如何幫助女性能達到成功老化，便顯十分重要，可惜現今主流學術領域還是以男性為範本，或將男女老人混談為老人(Chen, Kim, Moon, & Merriam, 2008)，忽略了老人本身的異質性，較少專門針對女性進行研究，本節將針對女性的發展歷程、女性與成功老化及台灣女高齡女性的生活狀況一

一敘寫。

一、 女性發展歷程

長久以來學術研究及主流的知識內容皆以男性為主體，忽略了兩者在發展工作與心理發展上的截然不同，以下本段將針對「女性與發展歷程」，以說明針對女性探討成功老化的重要性。

佛洛伊德認為，人格在七歲前就已經決定一生，佛洛伊德認為成年後人格的反應，都是經由兒童時期的經驗來的（危芷芬、陳瑞雲譯，1996）。艾利森（Erikson, 1982）卻認為，人格是一直不斷在發展，貫通生命全程，影響到我們在面對生活事件時如何去調適及適應改變。在 1982 年艾利森提出的八階段人格發展理論，每個階段個體都要經歷兩個對立衝突的鬥爭，經歷及克服衝突後，達成任務發展目標，便可以在該階段建立成功的基礎。在艾利森八階段中，最後一個階段為老年期階段，老年個體必須解決自我統整與失望之間的衝突，隨著生命終結的意義不斷增長，進入老年階段，這個階段的任務是檢驗和評估人們的生活及成就，證明其生命的意義，這個過程包括回憶和積極地尋求對自己人生的成就與肯定，這此階段要靠得是智慧，克服絕望，達到自我統整（徐俊冕譯，1997）。

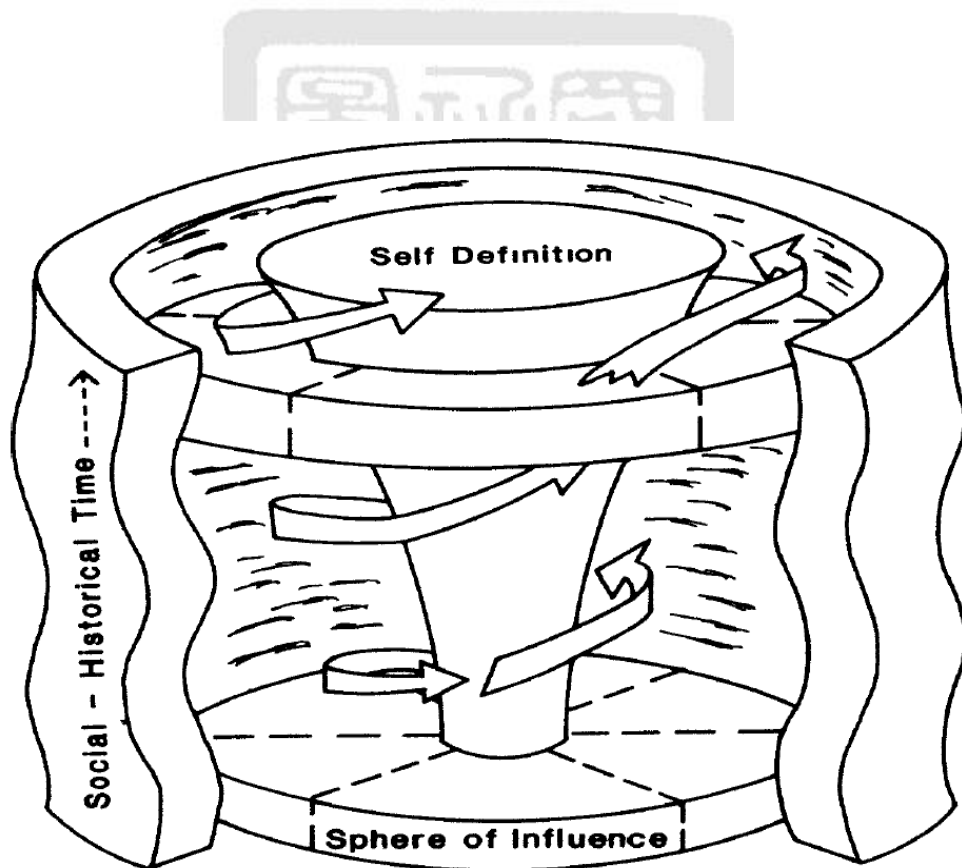
艾利森這個經常被提及的人格發展理論乃以男性為樣本，認為女性與男性的人格成長就該是相同的，忽略掉性別間可能有的發展差異，就如同有些文化認為老年人是無性的，在男性與女性步入老年階段，由於已經盡了撫養孩子的責任，他們對性別角色的區分就喪失了（Galiey, 1987），有些學者更主

張：男性和女性在青少年、壯年、中年的人格差異，會隨著年齡增長朝較大相似性移動（Sinnott, 1986; Turner, 1982），但隨著人類壽命的延長，學者們陸續發現事實並不是如此，除了老化所帶來的生理變化外，高齡女性更容易在生活上角色的改變，如：喪偶、獨居...，而這些發展歷程角色改變，對於女性而言，意味著與男性不同之發展任務與發展需求。

Norman、McCluskey、Ashcraft（2002）以初老及老老兩組高齡婦女當作研究對象，透過心理測量量表，期待補強艾利森所提出的發展理論，加入高齡婦女的發展歷程，並且去探討家庭角色及就業角色對婦女的影響。研究結果發現：初老組的年輕高齡婦女（65~80 歲）與老老組的高齡婦女（80 歲以上）在分數上並不一致，以此證明高齡婦女會因年齡階段的不同，呈現不一樣的結果。在身分定義（identity）、信任（trust）、整體正向感（total positive）和整體一致想法（total resolution summary），初老組高齡婦女分數都比老老組高齡婦女分數高；而老老組高齡則是在整體負向感分數較高。作者認為此差異原因是因為 80 歲以上老老高齡婦女因為面臨喪偶的情況比初老組多，因喪偶影響讓他們對身分定義和信任感的得分，另外因為身體上的限制及老老婦女覺得生活上會有資源喪失的問題，可能導致老老組高齡婦女對自己生活產生疑慮和恐懼的心態，由此實證研究可知：即便同樣是女性，會因年齡階段的不同亦有不同發展任務與課題，更何況是男性與女性間的發展任務。

在缺少以女性為主體的發展狀況下，派克（Peck）在 1986 年提出女性在成年期自我發展理論（圖六），此理論描述婦女與社會關係會形成一個螺旋狀

向上升的漏斗，在這個社會的大環境中，不斷互動，透過對自我的重新定義及認識，達到改變時的適應。從圖中可以看到，在女性自我定義的外圈是社會，Peck 解釋女性是屬於較依賴的個體，女性周遭的社會情況，影響到女性對自我的定義；而男性就比較獨立了，男性比較不在意周遭人的眼光，因此女性的發展是較男性更會受到社會環境影響，不過學術界鮮少針對女性期初期發展歷程，認為男性與女性人格發展應該是相似的，但 Peck 主張男性與女性的發展特色的確有不同 (Peck, 1986)，不可相提並論。



圖六：Peck 的女性自我定義模式

資料來源：(Peck, 1986)

二、 女性與成功老化的相關研究

在成功老化的預測因子中，包括教育程度、高社經地位、工作滿意度、生活滿意度 (Palmore, 1979)、社區參與、身體活動以及精神健康 (Strawbridge et. al, 1996)、自主性、年齡 (Amasa et. al, 2000) 及性別 (Palmore, 1979; Amasa et. al, 2000; Norman, McCluskey & Ashcraft, 2002; Hsu, 2005)，這些常被討論的因子，然在上述眾多因子中，年齡和性別是目前學者最有共識的成功老化因子。

文獻中性別是被當作是成功老化的預測因子之一，不過性別與成功老化的關係會隨著測量工具改變，若是以長壽當作成功老化的測量因子，女性在此表現是比男性好的，但是長壽就能代表達到成功老化嗎？筆者認為長壽只是成功老化其中一個因素，不能因此斷定女性晚年生活就比較好。學者認為高齡女性相較於高齡男性較不易成功老化 (Palmore, 1979; Amasa et. al, 2000; Norman, McCluskey & Ashcraft, 2002; Hsu, 2005)。Ohsako (1999) 發表的文章中，使用德國、日本、韓國、瑞典、英國、美國六國報告書中，發現男性比女性較感到滿足與快樂，而且這些國家中的報告書呈現，男性的健康狀況也比女性佳。Strawbridge等人 (1996) 在Alameda County Study中，選取的356個年齡為65-95歲的男性及女性，測驗時間由1984年至1990年，為一個六年縱貫測驗研究，目的在探討成功老化的預測因子，以生活功能評估量表 (ADL)、工具性日常生活量表(IADL)與心理健康來測成功老化，研究結果顯示

男性比女性較易成功老化 (Strawbridge, et al., 1996)。Hsu (2005) 1989、1993、1996、1999 的「台灣地區老人保健與生活問題長期追蹤調查系列研究」，以 ADL、IADL、認知功能、憂鬱程度、社會支持、生產力量表去測量成功老化，結果發現女性在 ADL、IADL、認知功能、憂鬱程度、生產力的表現皆差於男性，並以此證明女性較男性更難成功老化。

針對上述女性較男性不易成功老化的研究發現，研究者紛紛提出其觀點，文獻中解釋女性生命中最重要的是家庭責任為主，當晚年時獨自一個人的狀態，沒有配偶陪伴或支持的狀況時，老年女性將更可能感受到社會隔離。(Mean, Dempster-McClain, & Williams, 1992)。另外 Hsu (2005) 認為女性擁有較少人力及社會資本，是造成健康狀況性別差異的主要原因 (Hsu, 2005)。由於早期男女權力不平等，造成社會資源分布不均，導致男女底層上的不同 (Hsu, 2005)，例如：受教權，早年女性是沒有受教權利，導致女性從事的工作又多以勞動為主的工作，甚至是僅能依賴丈夫生活，變成是附屬丈夫的角色，如此資源不均的問題都會直接或間接影響到老年生活的品質。

三、台灣高齡女性的生活狀況

在人口背景資料中，1999 年時，女性的平均餘命為 78.93 歲，至 2008 年止，女性的平均餘命已來到 81.94 歲 (內政部，2009)，將近十年間女性的平均餘命增加了 3.01 歲；同年內政部的人口資料顯示：而與男性相比，2008 年公布男性與女性平均餘命，男性為 75.59 歲；女性為 81.94 歲，女性較男性多

出 6.35 歲；從性別比的角度來看，根據 2008 年內政部資料，100 位女性高齡者對上 95.7 位男性高齡者，可以得知女性是處於較男性長壽且老年人數比例較男性高，而上兩節針對女性的發展歷程及女性與成功老化間的關係後，本段將探討台灣高齡女性的生活狀況。

高齡婦女由於年齡和性別因素，更受到雙重歧視，處於一個弱勢狀態，此由根據內政部 94 年「老人狀況調查」分析中，便可略知端倪。首先從老年人生活滿意度調查中，目前的整體生活之滿意情形，男性老人之滿意度（很滿意及還算滿意）為 81.3% 高於女性之 77.0%（表 1）。

表 1：65 歲以上老人對目前的整體生活之滿意情形

項 目 別	總計	很滿意	還算滿意	不太滿意	很不滿意	無意見、很難說 或拒答
總計	100.00	21.80	57.34	10.68	3.23	6.95
性別						
男	100.00	23.42	57.87	9.77	3.38	5.56
女	100.00	20.18	56.81	11.59	3.08	8.34

單位：人%

資料來源：內政部 94 年老人狀況調查分析

從老年經濟層面，男性來自「自己的工作或營業收入」、「自己的儲蓄、利息、租金或投資所得」、「自己的退休金、撫卹金或保險給付」之重要度分別為 17%、13.5% 及 23%；女性來自「配偶提供」、「子女奉養（含媳婦、女婿）」、「政府救助或津貼」之重要度分別為 7.6%、65.8% 及 36.7%，從統計資料可以得知高齡女性在老年經濟方面處於依賴的狀態，鮮少是可以獨立自主（表 2）。

表 2：65 歲以上老年人主要經濟來源(單位：重要度)

性 別	自己工作 或營業 收入	配偶 提供	自己儲蓄、 利息、租金 或投資所得	自己退休 金、撫卹金 或保險給付	子女奉養 (媳婦、女婿)	向他人 借貸	政府救助 或津貼	社會或親 友救助	其他
總計	11.8	4.4	10.8	14.2	53.4	0.1	33.3	0.6	0.4
男	17.0	1.2	13.5	23.6	41.0	0.1	30.0	0.5	0.2
女	6.6	7.6	8.0	4.7	65.8	0.1	36.7	0.6	0.6

註：重要度=(1×主要的比率+1/2×次要的比率)×100

資料來源：內政部 94 年老人狀況調查分析

從教育程度層面來看（表 3），65 歲以上女性不識字比例 46.4% 遠高於男性之 14.6%；而國（初）中以上程度者女性僅有 12.4%，遠低於男性之 40.0%（內政部，2005）。

表 3：65 歲老年人受教育情況(單位%)

性 別	總計	不識字	小學 (含修、 私塾)	國(初)中	高中(職)	專科	大學院校 及以上
總計	100.0	30.5	43.4	9.5	8.5	3.4	4.7
男	100.0	14.6	45.5	12.5	13.3	5.7	8.5
女	100.0	46.4	41.3	6.6	3.7	1.1	1.0

資料來源：內政部 94 年老人狀況調查分析

健康層面來看女性罹患慢性或重大疾病的比例占 70.1% 高於男性之 60.3% (表 4)；另外從老年人健康自評的調查來看，女性認為自己健康很好及還算好的占 23.15%，而男性認為自己健康很好及還算好的比例占 40.72%，可以看到男女生自評健康狀況的差距，又 65 歲以上女性認為身體狀況不太好及很不好占了 36.5%，高於男性的 22.23% (表 5)。不論從客觀的罹患疾病調查或是老年人自評，高齡女性的健康狀況皆差於男性 (內政部，2005)。

表 4：65 歲老年人罹患慢性病或疾病狀況 (單位%)

性 別	總計	無慢性或重大疾病	有慢性或重大疾病	很難說或拒答
總計	100.0	34.4	65.2	0.4
男	100.0	39.5	60.3	0.2
女	100.0	29.4	70.1	0.6

表 5：65 歲以上老人對自己目前健康與身心功能狀況之看法 (單位%)

項 目 別	總計	很好	還算好	普通	不太好	很不好	很難說	拒答
總計	100.00	11.58	21.86	36.62	22.83	6.69	0.43	0.00
性別								
男	100.00	15.41	25.31	36.75	17.89	4.34	0.29	0.00
女	100.00	7.74	18.39	36.49	27.76	9.04	0.56	0.00

資料來源：內政部 94 年老人狀況調查分析

在內政部 2005 年 65 歲以上老年人婚姻狀況（表 6），男性喪偶比例為 21.98%，女性則是高達 55.5%，可以看到女性喪偶的比例是男性的兩倍以上，女性晚年喪偶比例可以說是每兩位高齡婦女就有一位是喪偶者，比例高達高齡女性總人數的一半。

表6：65歲以上老年人婚姻狀況調查（單位%）

項 目 別	總計	有配偶 或同居	喪偶	離婚或分居	未婚
91 年調查	100.00	58.04	34.71	2.99	4.26
94 年調查	100.00	57.53	38.48	2.48	1.50
性別					
男	100.00	71.63	21.98	3.97	2.42
女	100.00	43.42	55.00	1.00	0.59

資料來源：內政部 94 年老人狀況調查分析

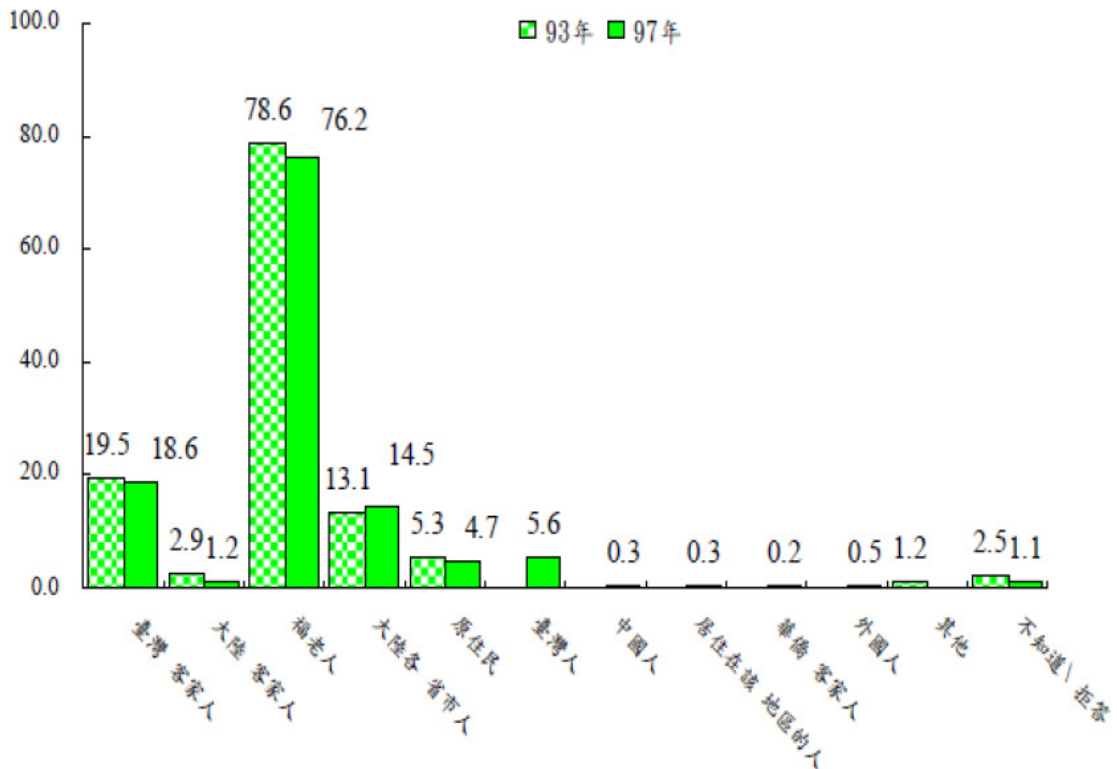
根據上述內政部 94 年老人狀況調查分析，不論從教育程度、健康、經濟、生活滿意度，女性的狀況都是遠不及男性（內政部，2005），更能證明高齡婦女在社會中的確有受到不平等對待，而女性在晚年又更容易遭遇到喪偶的狀況，加上女性的平均餘命不但高於男性，還有逐漸增加的趨勢，導致女性晚年更有機會面臨到資源少的情況下，卻過著為期較長的老年生活，因此更顯見有必要將研究對象鎖定高齡婦女，找出高齡女性成功老化的要素，提供政府政策擬定之參考必要。

第三節 客家文化與客家婦女

臺灣係為多元族群組成的社會，其中較為人所知的包括：福佬人、客家人、大陸省市人、原住民。在早期客家族群的身分認定方式各學門眾說紛紜，2010年台灣頒布了「客家基本法」，在該法中明確定義客家人的身分認定方法：係由「客家血緣」或「客家淵源」、「熟悉客語」、「深受客家文化薰陶」，或「自我認定」，讓民眾由以上條件，進行多重主觀判斷自己是否為客家人，自己認為符合兩個以上條件者，也認定屬於客家人，便可算是客家人(行政院客委會，2011)。根據行政院客委會2008年以電話訪問，並依據受訪家戶成員結構進行戶中採樣，從家戶成員中再以電腦隨機方式選取受訪者接受訪問，所進行的全國客家人口基礎資料調查研究，全國總計訪問51,803份有效樣本中，自我多重認定的臺灣客家人口為18.6%（行政院客委會，2008），為台灣第二大族群（圖七），然而一般人對於客家人的印象，頂多是對於客家族群的文化特徵有刻板印象（施正鋒，2006），客家文化相較於閩南文化的普遍性，還是屬於一種台灣社會的次文化（Subculture），即指和社會主流文化相異的文化（蔡文輝，李紹嶸，2006）。

台灣的客家人隱而不顯，因此常被稱做是社會的隱形人，其理由是雖然客家為台灣第二族群，卻與第一族群的閩南人在台的比例（閩南人為76.2%）相差有一大段距離，再者學術領域中，雖然從2000年至今已有許多學術論文及專題研究報告以客家族群當作研究對象，但是針對客家老年人部分，只有謝

桂珠（1985）的一篇研究論文<客家老人的生活需求與滿意之研究>，更遑論是針對高齡婦女進行的研究，故希冀藉本研究，能以高齡婦女為主角，客家文化為輔，去探索客家高齡婦女對成功老化的感知。



圖七：台灣各族群分布狀況

資料來源：行政院客委會2008年全國客家人口基礎資料調查研究

一、台灣客家文化淵源與特色

談起客家，每個人都知道客家人的存在，卻少提起其特色為何（劉還月a，1999；湯韻旋，2008），另外《台灣客家文化史》一書中也提到，客家族群就像是個「門神族群」，主張原住民有法令保護，閩南及外省人也有一定的勢力，唯有客家人，常受到不合理的對待及資源分配不均的問題（尹章義，2003）。長期以來，由於社會大眾對客家文化的不理解，常常產生錯誤的刻板印象，例如：客家人都很小氣、客家人都很吝嗇、小心眼、頑固..等諸如此類負面印象（王雯君，2005；劉還月，1999a）。台灣強調未來要走向多元族群融合，近年來客家意識抬頭，客家人長期受到閩南文化壓迫下，漸漸想找回客家傳統文化價值觀、對族群的自我認同感、及權利（丘昌泰、蕭新煌主編，2007；施正鋒，2006），客家意識甦醒是近年來的趨勢。

客家（Hakka）是「客而家焉」的意思，客家民族最早並不是在中國南部出現，所謂客家人，如字面上所示的意思，就是（做客的人們）。據說，他們本來就不是中國南方的人，而是為了逃避歷代中原戰亂集體南下的北方漢民族。經過多認遷徙，最後才遷到嶺南「作客」的（高宗熹，1997），而客家也自稱「客家人」，是一支系統分明、受注意的一個漢族裡的支派（羅香林，1992）。客家人來台大約是在清康熙20年代以後，最早是由安平港登岸後到達府城（劉還月，1999a）。

根據史料記載，客家人最早較有規模來台，應該是鄭成功的騎下一劉國軒部將，劉為中國福建汀洲府客家人，其子弟兵多為同鄉人士，而後隨著劉

南征北討，直到明鄭滅亡時，這些部將被遣回原籍，但仍有少數人落籍於六堆地區，只是人數不多。清康熙 22 年，清廷派施琅征討鄭克塽，結束明鄭時期，正式將台灣納入清朝版圖，設台灣府一府，下轄台灣、鳳山與諸羅三縣。清廷治理台灣之初，曾頒布三條中國人民渡台禁令，其中「粵地屢為海盜淵藪，以積習未脫，禁其民渡台」條令，使得客家人無法來台（劉還月，1999a）。

雖然有渡台禁令，但是中國閩粵沿地客家人民受生活所迫，仍不斷冒險偷渡來台，來到台灣的時間也比閩南人稍為晚一點，許多平原已被閩南人所占，當時客家人偷渡來台大多從安平港上岸，來到府城（今台南市）但是府城大多被閩南人占據，只好離府城更遠的地方墾荒闢地（劉還月，1999a），南下淡水溪墾居。在清康熙 65 年，朱一貴事件作亂，當時鳳山的客家人組成六堆義軍協助清廷平亂，因此清廷論功解除客家人來台的禁令，這批來台的客家人，由於台灣墾地北移緣故，他們來台路線也逐漸北移，客家人來台後，歷經清朝、民國初期、日據時代、國民政府來台，客家人主要分布在桃竹苗為多，在南部地區以高雄縣六堆地區為客家人集中區，其餘在花蓮、台東也有一些客家人的分佈（梁榮茂，2004）。

客家人來台灣由於人數較少，又較晚來台灣，因此墾拓的地區大多以丘陵山區地或貧瘠之地為主，當遭到戰亂或天災，客家先民便不斷被迫遷移與流離，因此造成客家人具有比別的民族多一點堅持與毅力，為了理想及目標努力下去，也更能承受最大的毅力和耐力來抵抗外來族群的欺侮，客家人常被喻為有「硬頸的精神」：即使刀架在脖子上要砍頭了也不服輸、有理就該

堅持，擇善固執（鍾肇政，1999）。

在高宗熹（1997）出版的《東方猶太人：客家人》一書中，提到胡文虎認為客家文化有四大精神，分別是刻苦耐勞、剛健弘毅、勤劬創業、團結奮鬥的四大精神。刻苦耐勞的精神是指客家祖先多次遷移南下中國南部地區，忍耐艱苦的生活，不以窮因為恥；剛健弘毅是指客家先民在開墾的過程中，不斷遷移遠離其故鄉，雜居於其他民族間，並多半於較貧瘠的丘陵地開墾，生活不但辛苦，有時候還會受到其他民族的攻擊，因此崇尚武精神，必須保護自己，客家人守義勇往，男性剛毅沈著，女性無中國傳統女性纏足之習；勤劬創業指的是遠離故鄉發展的客家人士，在外鄉也保有勤勞的精神，客家男性勇於創業，能冒著風險開創大業；團結奮鬥精神係指客家先民在多難的環境中，必須聲應氣求，一致團結起來對抗外侮或外界壓力。

賴珣（2005）發表的文章中提到客家人是遭受戰亂、匪禍、飢荒，而離鄉背井長途轉徙。到了可以謀生的地區，就要從事一連串開墾的辛苦工作，由於較晚遷移至各地，以致物質相當匱乏，生活不得不節儉刻苦「客家」的典型文化特徵，以團結、奮鬥、吃苦耐勞和強烈的內部凝聚力及自我認同意識的居民共同體就是客家精神。

劉還月（1999b）的著作中提到客家人傳統文化為藍衫精神、敬文明畏自然、晴耕雨讀：吸汗、不怕髒的藍衫代表是客家人堅毅、勇敢、吃苦耐勞、奮發的精神；敬文明畏自然代表的是客家人對於自然環境的尊重，甚至帶著

感恩的心，小心翼翼的用著大自然給予的恩賜；晴耕雨讀代表客家人晴天的時候就去耕種，下雨了就去讀書，客家文化向來是重視教育，另外客家先民也教育著子孫，要維持樸實的性格，好好讀書即可，政治是客家人不願碰的一個地帶。

宗教在客家文化很重要的一部分，客家人對於宗教信仰觀念較為濃重，非常注重祭祖概念，原因為（1）客家人秉承儒家「孝道」傳統價值觀，相當看重「孝道」；（2）為客家先人創業艱巨，客家人感念先人辛苦開墾，因此祭拜祖先對客家人來說是一種展現不忘本的精神。除了祭拜祖先外，客家人宗教信仰為佛道教，通常信奉觀世音菩薩與佛祖。在客家傳統文化中，家庭是客家人生活的中心，家庭的功能包括在綿延種族、經濟的共享、對外敵的共同防衛以及扶養老弱孤寡，祭祀祖先、教育子弟等。就是因為客家人以家庭為中心，主張個人應對家庭忠誠，忠於家庭和孝順父母，成了家族內每一份子必須遵守的行為規範（吳永章，2000；賴珪縝，2005）。

客家人具有重視教育及文化的族群特質，可以從客家傳統文化中「敬惜字紙」的價值觀裡發現，在傳統習俗中，客家人對於寫在紙上的字非常敬重，只要是寫上文字的紙，不可能隨便亂丟棄，而是要小心翼翼的收集起來，拿到專門焚燒字紙的「惜字亭」加以焚燒，他們認為這個動作可以讓文字轉變成神，重新飛回到天上（劉還月，1999b），客家人也常以「晴耕雨讀」、「詩書傳家」當作家傳祖訓，客家人認為教育可以是上階級流動的一種途徑，考取科名、入仕為官，成為客家人向外發展的一個出路，不過受教權通常只有

客家男性所有，女性是不被允許接受教育。(吳永章，2000；張典婉，2004；賴珣，2005)。

雖然不同學者提出的客家傳統文化特色不盡相同，不過堅毅、刻苦耐勞、勤奮、節儉這些特色是大部分學者所認同的，認為是客家文化核心精神（高宗熹，1997；吳永章，2000；張典婉，2004；賴珣，2005；羅香林，1992；陳運棟，1988；楊國鑫，1993；劉煥雲，2003；房學嘉，2002；廖開順，2008）。客家人由於歷史的緣故，在不斷遷移的結果下，塑造出這些鮮明的特色，而在客家文化中，客家女性的角色扮演著極為重要的角色（張典婉，2004），接下來的章節將介紹客家文化對於女性的傳統規範為何。

二、客家婦女傳統規範

客家婦女的形象是相當鮮明有特色的，大英百科全書描述客家女性是「精力充沛的勞動者」，而美籍傳教士羅伯史密斯也在 1905 年於美國雜誌發表〈中國的客家〉一文中提到：「客家婦女是我所見到的，比任何婦女都值得稱讚的婦女，在客家社會中，一切艱苦的日常工作，幾乎全由她們來承擔...，客家婦女對她們的丈夫是非常順從和尊敬...，因為有勞動的需求，因此客家婦女沒有纏足的陋習」（羅香林，1992；陳運棟，1988；張典婉，2004）。客家族群由於多次大規模的移民歷史，要求客家婦女必須要和男人一樣。翻山越嶺，以腳板走遍天下，客家婦女從宋朝後就沒有纏足的習俗，由於雙腳的解放，使得客家婦女動作更敏捷，因此客家婦女有「健婦」之稱（陳運棟，1998）以不纏足、不束胸，大腳婆形象擔任了壯碩、堅忍如男子般的角色（樊

絡平，2008），在客家傳統文化中，男性主要以耕讀傳家為主，以讀書取得仕途為人生主要目標，將家中田事、家務事全部丟給女人去做（張典婉，2004），因此人們普遍認為客家女性以大量的勞動及素樸的勤儉形象為客家婦女的特色（羅香林，1992）。

客家女性深受傳統規範的影響，從小就一直受到男性及客家傳統環境教育成「家頭教尾」、「田頭地尾」、「灶頭鍋尾」、「針頭線尾」的能幹女性。「家頭教尾」指的是規範女性養成早起、勤勞節儉的習慣，不論是家中內外整潔、洗滌打掃、伺候長輩、養兒教子各種家中事物皆要井然有序；「田頭地尾」的意思是，凡舉播種耕田、駕牛犁田、除草施肥、收割、翻土任何田中事，也是女性負責；「灶頭鍋尾」指的是煮飯做菜，砍柴燒火等技能女性也必須得心應手；「針頭線尾」指的是縫紉、刺繡、補修、紡織等女紅，都必須學會，客家女性受到傳統文化規範，塑造其刻苦勤儉、勞動能幹的形象（羅香林，1992；陳運棟，1979、1998；張典婉，2004）。

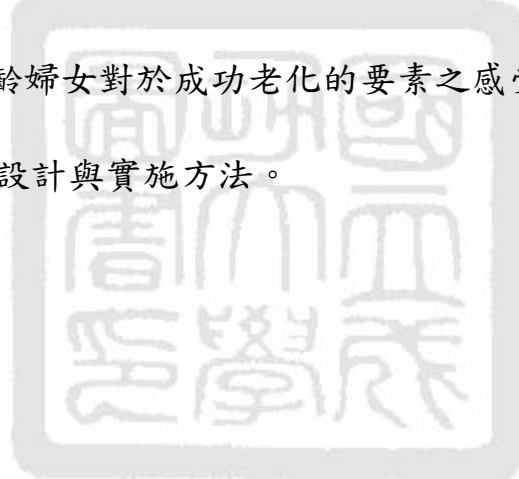
從台灣客家文學中尋找客家婦女的身影，由於客家婦女生活在父權社會的道德標準，當筆者試圖由客家文學中尋找客家婦女角色時，發現客家婦女常常被塑造是受虐者、弱勢、童養媳、扛起生活家計的農婦、寡婦等角色（張典婉，2001、2004），例如鍾理和（1995）在《笠山農場》一書中，筆下的啊喜嫂便是一位丈夫早年去世的寡婦，但丈夫除了四堵牆並沒有留給她什麼財產，啊喜嫂靠著她兩隻瘦弱的手，不分晝夜勞作獨自養活他六個孩子長大（鍾理和，1995）。在李喬（1980）《寒夜三部曲》中的燈妹，從小就是童

養媳，在婆家不時遭受到體罰及欺凌，燈妹受不了這般不受尊重的對待，因此想要尋短，還被婆家給阻止，原因只是要借重燈妹的勞動力，當作僕役利用，可見在本書中燈妹的地位是多麼卑微。江文瑜（1998）主編的《阿媽的故事》，其中一篇由鍾肇政執筆的文章「先生娘和她六個孩子」裡的主角先生娘是一位客家婦女，結婚後丈夫跑去大陸發展，帶走其中兩位，丟下她與剩下四個孩子，家計頓時落在她一人肩上，除了孩子還要撫養婆婆，開始了無盡的勞動工作。

上述的客家文學中裡的客家婦女角色，不外乎強調女性的勞動經驗及勤勞的特質。而學者對於婦女勤勞具有截然不同的看法：羅香林及陳運棟將婦女勤勞視為美德的展現，然而張典婉（2004）《客家女性》一書中提出，雖然客家婦女的勤奮、順從、高勞動力是所被讚嘆的，但她認為這只不過是由父權為中心，從優勢團體角度去標榜弱勢族群的美德，強化女性附屬的低落地位，客家女性雖然是家庭的重心、擔任許多勞務和責任，其勞動比起客家男性，甚至是有過之而無不及，但卻沒有因此帶來社會上或是婚姻上兩性平等的權力，在父權的掌控下被無情的剝奪，並禁止其發聲（樊洛平，2008），不論是站在美德的角度歌頌客家婦女勤勞，亦或是認為勞動是對婦女的壓迫，客家女性勤勞的特質是無庸置疑的。

本節主要是針對客家文化的淵源、文化精神、客家婦女的傳統規範進行闡述，客家人早期經過不斷的遷移，培養出堅毅、刻苦耐勞、勤奮、節儉的人格特質，而客家文化中，客家婦女的形象鮮活，扮演著勞動者的角色，但

是客家婦女遭受的社會規範，導致她們在社會中地位較男性是處於較低下的。綜觀本章文獻探討，由於（一）現今成功老化的定義大多還是以研究者自行定義為主，鮮少以老年人的觀點出發；（二）國內外研究多顯示高齡女性不論是在健康、經濟、教育程度、生活滿意度的狀況都遠不及男性，使得女性晚年生活處於更不利的情況，較男性不易成功老化；（三）成功老化的相關研究也鮮少將文化因素納入考量，有必要從當事人所處的文化系統，尋找成功老化的內涵。（四）客家文化為台灣文化中較不被關注的次文化，針對客家高齡婦女為主的研究少之又少，為補充上述知識的不足，本研究將以質性研究，藉此瞭解客家高齡婦女對於成功老化的要素之感受及看法，而在第三章，將會論述詳細的研究設計與實施方法。



第參章 研究設計與實施

為了深入探討當事人對成功老化的看法及其想法的緣由，本研究將以質性研究設計進行。本章將依序說明研究設計、參與者標準與招募個案、資料收集、資料分析、信效度、研究者的角色、研究倫理。

第一節 研究設計

由於質性研究在自然的情境下採用多種資料搜集方法對社會現象進行整體性的探究，透過與研究對象互動對其行為及意義建構獲得解釋性理解（陳向明，2009：15），基於考量：（1）成功老化為個人主觀的感受與看法（2）從文化角度去了解個人對成功老化觀點較適合用質性研究。本研究採取質性研究方法，透過深度訪談得知客家高齡婦女對於成功老化的感知，以下就質性研究的緣起、理論基礎、定義、特點進行闡述。

一、質性研究歷史發展

在社會科學領域中，有量性與質性兩大研究方法，但當今社會科學仍然是以量性研究為主體，甚至對質性研究感到相當陌生，事實上質性研究除了在社會科學發展上有舉足輕重的貢獻外，也經過多次知識論上的演變，從單純的「現象探索和描繪」到「理論建構」（胡幼慧，2008：3）。

質性研究發源來自於許多不同的理論傳統和科學領域，根據斯密斯的觀點，質性研究最早可追溯到人類發展之地-古希臘，質性研究中的民族誌（ethnography）的字根”ethno”，就是來自希臘字”ethnos”，意指「一個民族」、

「一個文化群體」，在早期民族誌研究是西方較發達的國家對世界上一些較原始的文化產生興趣，想要更瞭解該文化的研究方式（陳向明，2009：33），自1920年代，美國社會學芝加哥學派（the Chicago School）開始將質性研究運用在都市地區居民的生活狀況，在1960年代因對傳統知識中的基礎假設、前提、及產生包括詮釋學、現象學、俗民方法論、女性主義等另類的知識產生觀點，催化了質性研究的興起（潘淑滿，2003：14）。

而台灣在1990年代後質性研究才逐漸起步，主要受到幾項因素影響：第一，在1990年代後許多前往歐美國家接受質性研究學術訓練的學者回國，開始在國內使用質性研究當作研究方法，並在國內開設有關質性研究理論及實作相關課程；第二，國內許多研究者開始針對女性議題進行研究，開始使用質性研究探討女性經驗及歷程之相關主題（潘淑滿，2003：14）。雖然台灣現今已有越來越多人投入質性研究中，但是許多人還是像是透過一層紗來看質性研究，對質性研究感到模糊不清，到底什麼是質性研究？質性研究只能用訪談嗎？訪談跟聊天又有什麼不一樣？以下將針對質性研究的定義及特性進行說明。

二、質性研究的定義與特點

目前科學研究方法可分為質性和量性兩種，量性研究主要是從演繹邏輯（deductive logic）得到一個結論，而質性研究主要是歸納邏輯（inductive logic），亦即：質性研究認為社會現象的真實性，主要是由日常生活中不斷互

動過程共同建構一個主觀經驗，這種主觀經驗會受到不同時空背景因素影響，由於質性研究用以探討社會現象，而社會現象又包羅萬象，所以質性研究不是來自一種哲學、一個社會理論或一類研究傳統，質性研究像一把大傘、是一個跨學科、超學科的研究領域（陳向明，2009，引自 Y. Lincoln, N. Denzin, 1994：576）。

質性研究包含範圍極廣，要對質性研究下一個統一的定義其實相當困難，Denzin 與 Lincoln 及 Emerson 皆主張質性研究是在一種極為自然的情境下，針對研究的現象運用一種或多種收集資料方式，在資料收集過程中，必須以被研究者立場出發，瞭解被研究者主觀的感受、知覺、想法，進而理解這些現象或行為之外所包含的意義（潘淑滿，2003，P16）。另外，陳向明於 1996 提出質性研究的定義，他認為質性研究是以研究者本人為研究工具，在自然的情境下採用多種資料搜集方法對社會現象進行整體性的探究，使用歸納方法分析資料、形成理論，透過與研究對象互動對其行為及意義建構獲得解釋性理解（陳向明，2009）。

雖然對於質性研究的定義學者們意見不一，但對於質性研究的特點，有相似的看法，陳向明（2009）提出質性研究方法主要的特點包括：「自然主義的傳統」、「對意義的解釋性理解」、「研究是一個演化發展過程」、「使用歸納法」、「重視研究關係」共五項，以下一一解釋。

（1）自然主義的傳統：由於質性研究主張個人思想與行為以及社會組織運作

是與他們所處社會文化情境分不開的，如果要了解個人和社會組織，瞭解的過程中，必須在豐富、複雜、流動的自然情境中進行。

(2) 對意義的解釋性理解：質性研究的主要目的是透過研究者自己親身的對個案的個人經驗的體驗，與建構意義上的解釋，除了從個案角度出發，瞭解他們的思想、情感、價值觀念和知覺規則，研究者還要了解自己是如何獲得對個案意義的解釋，自己與個案互動對理解個案行為有何作用、自己對個案行為理解的解釋是否確切。

(3) 演化發展的過程：質性研究是一種不斷演化的過程，在研究過程中，研究者是「社會現實」的拼湊者，將某一時空發生的事情拼湊成一幅圖畫給讀者，因此需要在研究過程中進行細緻的反省和報導。

(4) 使用歸納法：質性研究採取歸納法來分析資料，研究結果的重點著重理解特定社會情境下的社會事件，不能推論到樣本以外的範圍。歸納的步驟組成為：研究者將自己投入實地發生的各種事情中以了解情況、尋找當地人使用本土概念，理解當地文化，孕育自己的研究問題、擴大自己對研究問題的理解、對有關人和事進行描述和解釋、創造性地將當地人的生活經驗組成一個完整的故事。

(5) 重視研究關係：質性研究以研究者為工具，必須非常重視與研究對象間的互動與良好關係，另外在研究過程中，質性研究對倫理道德問題相關關注，研究者需要事先徵求被研究者的同意，對他們提供的資訊保密，恰當的處理

敏感性資料。

本研究主要針對客家高齡婦女，以深度訪談方法瞭解其對成功老化的看法。於搜集及閱讀相關文獻、確定研究主題及研究方法後，決定研究對象的標準，而後開始訪談問題大綱的擬訂、測試、與修改。由於本研究涉及到研究者與受訪者間的研究倫理關係，通過研究計畫書審查後，已完成人體試驗委員會（IRB）所舉辦線上考試，並申請人體試驗委員會的審查，審查通過後開始以深度訪談方式來收集資料，並同時分析資料，而資料分析有初步結果後開始進行受訪者檢驗及同儕辯證以提供分析資料的補充與修正，並將修改後的研究發現撰寫成論文，其研究程序，詳見附錄一。

第二節 參與者標準與招募個案

本節就採樣方法與參與者標準、研究地點的選擇、與招募個案個別敘述。

一、採樣方法與參與者標準

本研究採取立意採樣搭配滾雪球方式尋找適合的研究參與者，所謂「立意採樣」是指事先設定符合研究目的的受訪者標準來取樣，其目的是希望選取到最能提供研究者對研究主題詳盡且豐富瞭解的受訪者。而滾雪球採樣是用來選擇知情人士或決定性個案的操作方式（陳向明，2009），當研究者透過管道找到知情人士後，將請知情人士依本研究事先設定的參與者標準來推薦受訪者。

成功老化的感知不該是由研究者來定義，本研究主張讓個人提出自己對成功老化的看法，才能真正貼近人，研究者以客家高齡婦女為研究主體，在研究參與者的選取標準訂定四個條件：(1) 65 歲以上；(2) 客家籍；(3) 配偶為客家人；(4) 可使用國語與閩南話，以下就上述標準分別說明設定原因。

(1) 65 歲以上

一般慣將 65 歲以上（含 65 歲老人）設定為高齡者，由於我國政府以 65 歲為法令強迫退休年齡（勞基法），另外老人福利法也開宗明義將老人定義為 65 歲以上者（內政部社會司，2009），因此本研究以 65 歲年齡作為參與者標準之一。

(2) 客家籍

台灣於 2010 年頒布「客家基本法」，該法第二條第一款明確定義「客家人」，包括：「客家血緣」、「客家淵源」或「自我認定」(行政院客委會，2011)，讓民眾由以上條件，進行多重主觀判斷自己是否為客家人，自己認為符合兩個以上條件者，認定屬於客家人，便可算是客家人。本研究根據「客家基本法」提出客家人的定義方式，作為本研究參與者的選取標準之一。

(3) 配偶為客家人

為避免客家婦女與非客家籍的丈夫通婚後，產生不同文化間潛移默化的影響，導致對成功老化的看法受到其他文化的價值感所牽動，因此本研究特此排除配偶不是客家人的受訪者，希冀從客家高齡婦女的真正價值觀，來瞭

解其對成功老化的觀感。

(4) 可使用國語與閩南語

根據 2008 年行政院客委會的資料顯示：客家人口為我國第二大族群，但是客家民眾使用客語的比重卻偏低。客家民眾在家庭當中以使用國語交談的比例（93.1%）最高，其次是使用閩南話（65.3%）交談，使用客語交談的比例（37.8%）明顯較國語或是閩南話低，又加上研究者不是客家人，故研究者以可使用國語與閩南話為參與者標準，避免造成因語言帶來溝通上的障礙，讓整個訪談能更加流暢的進行。

二、研究地點的選擇

由於研究對象鎖定為客家高齡婦女，為更呈現客家文化真實樣貌，本研究理想的研究地點應為以客家文化為主體的區域，針對以上考量本研究於新竹縣竹東鎮此客家鄉鎮，找尋符合前述參與者標準的受訪者。而選擇此研究地點原因如下：

首先，根據行政院客委會 2008 年的客家狀況調查結果顯示，以客家人口密度及人口數進行分類，竹東鎮屬於高密度高客家人口地區，客家人數約 80 萬人，占總人口 82.5% 的比例；選擇如此高密度的客家鄉鎮為研究地點，希望藉由質性研究看出客家文化如何影響客家高齡婦女對成功老化感知影響的脈絡。

其次，此地點的選擇同時考量研究執行上的方便性及有效性。由於研究

者正巧有親友居住於此，考慮到研究者對客家高齡女性及客家文化的不熟悉，不論在收集資料過程或是尋找可能受訪者的需要上，皆需停留在該場域較長的時間，以加大資料收集的正確與豐富度。

三、招募個案

研究者透過三種方式來招募受訪個案，其一，由於研究者的親友為客家人，請親友幫忙發布消息，達到招募效果。其二，研究者前往 新竹縣竹東社區關懷據點中的量血壓服務站，並向服務站內的志工及前來量血壓的當地民眾解說本研究的目的及參與者標準後，詢問是否有意願參與研究。其三，詢問已參與本研究的受訪者，請她們推薦符合本研究參與者標準的適合人選，作為招募個案的方法之一。在提供誘因方面，本研究在訪談進行結束後會，準備 150~200 元間的小禮物，贈與受訪者，以表對受訪者提供資料的感謝。

第三節 資料收集

本研究目的在於探討客家高齡婦女對於成功老化的感知，本節將研究資料來源、訪談提綱的設計、進行訪談的方式、決定資料搜集完畢的時機、訪談者受訪者的關係等五項之內容來描述。

一、研究資料來源

一般而言，質性研究的資料來源有三項：包括訪談、文件、及觀察，由於本研究想要了解的是受訪者真實的感受與經驗，是無法透過文件及觀察得知，必須由訪談來得到第一手資料，因此本研究將以訪談作為主要的收集資

料來源。訪談與日常生活談話很不一樣，訪談是有一種特定目的和一定規則的研究性交談，而日常談話的目的性較弱。形式比較鬆散，質性研究訪談有主要以下具體功用：(1) 瞭解受訪者的所思所想，包括他們的價值觀念、情感、感受和行為規範；(2) 瞭解受訪者過去的生活經驗及耳聞目睹的有關事件，並了解他們對這些事件的意義解釋；(3) 對研究對象獲得一個比較廣闊、整體性的視野，多重角度對事件過程比較深入、細膩的描述；(4) 使受訪者感到更加有力量，因為自己聲音被聽見了，自己做的事公開了，因此有可能影響到自身文化解釋和建構（陳向明，2009）。

本研究採用深度訪談法的半結構訪談當作研究工具，所謂深度訪談是指「研究者『尋訪』、『訪問』被研究者並且進行『交談』和『詢問』的一種活動，是一種研究性的交談，研究者透過口頭談話的方式從被研究者那裡搜集到第一手資料」（陳向明，2009，P.221），透過語言就參與者實際接觸，在訪談過程中，得知受訪者個人的經驗價值與感受。

而質性訪談分為無結構式、半結構式訪談，其中半結構式訪談的特點為：在訪談中研究者可依事先擬定之訪談提綱進行訪問，以便對訪談有一定的控制，但也同時允許受訪者積極參與，因本研究者為研究新手，因此將以研究問題與研究目的為本，從中發展訪談問題，藉此幫助發掘參與者對該主題的看法及觀點，不過研究者會尊重受訪者個人經驗，給予彈性的空間，以受訪者自身的角度，去闡述對事情的看法。

二、訪談提綱的設計

研究者根據兩個研究問題，輔以運用 Patton (2003) 提出之訪談問題設計技巧來設計訪談提綱（詳見附錄二）。訪談提綱在訪談過程中，僅是提供一個參考，其在實際訪談後，還是會保持彈性，順著受訪者的話來進行。

三、進行訪談的方式

本段描述訪談前置作業、訪談進行中及訪談結束後三階段所預備與留意的步驟，說明如下：

（一）訪談前置作業步驟：

（1）打電話給可能的受訪者確認是否符合本研究所設定的受訪者標準：當有民眾願意接受訪談後，研究者會親自打電話給可能的受訪者，並針對擬訂出的受訪者標準去進行詢問，確認可能受訪者符合標準後才會開始約訪談的時間與地點，避免發生實際訪談前才發現受訪者不符合參與者標準的窘境。

（2）簡單說明研究目的：告知受訪者本研究的目的為何，提供受訪者一個大致上的概念。

（3）約訪談時間地點：確認受訪者符合標準後，開始與受訪者討論訪談的時間與地點的安排，時間與地點皆以受訪者的便利性為優先考量，請受訪者選擇自己熟悉的環境，以降低訪談時的緊張度。

（4）說明訪談過程須注意的事項：向受訪者說明訪談時間長度大約為 1 個半小時到 3 小時間，另外向受訪者說明，為了研究需要，必須在訪談過程進行

錄音。

(5) 檢查訪談過程中需要工具：與受訪者以電話聯繫並完成上述說明後，在訪談出發前，必須檢查這些訪談器材是否有攜帶，包括：錄音筆（兩隻）、電池（多個）、訪談同意書（一式兩份）、訪談筆記、水、衛生紙、手機、受訪者地址及聯絡電話、地圖、小禮物、訪談大綱、手錶或時鐘、記錄的筆、相機。

（二）訪談進行之步驟：

(1) 說明研究目的及訪談進行過程：向受訪者再次說明本研究的目的是什麼，研究想要了解的核心在哪裡，並說明訪談會如何進行。

(2) 研究同意書（詳見附錄四）：為顯示研究的保密度與嚴謹度，在訪談進行前說明研究倫理（詳見第七節），並請受訪者簽上同意書，表示同意受訪。

(3) 填寫個人資料表（詳見附錄三）：本研究擬定了受訪者的個人資料表，以便研究者在進行研究前對受訪者有初步的了解。

(4) 錄音：請求受訪者同意後，開始錄音。

(5) 致小禮物：在訪談結束後再次感謝受訪者的參與，並將小卡片與禮物交給受訪者，聊表心意。

（三）訪談結束要立即執行的：

(1) 檢查錄音：訪談後首要之務，就是確認錄音的狀況與品質，雖然科技的工具很便利，但不能太仰賴科技工具。如果發現錄音有出狀況時，便可當下

思考解決的對策，才不會造成當開始打逐字稿時，才發現錄音狀況出問題的窘境。

(2) 整理與補充訪談進行中的觀察與反思：在訪談的過程中，任何觀察及反思都要趁記憶猶新時，將其寫在訪談筆記中，不但可以幫助自己促使研究者思考與反思，還可以加深研究者對訪談的印象。

(3) 補充資料：當發現有收集資料不完整或受訪者語意不清的狀況，將儘速打電話給受訪者，進行資料補充與釐清。

四、決定資料搜集完畢的時機

質性研究的資料飽和度乃取決於搜集到的資料是否充足，而怎麼判斷資料有沒有達到飽和？可以從訪談中發現。訪談到了某個階段之後，當訪談者聽到都是之前受訪者已提供的資訊，無新資訊出現時（李政賢譯，2008），研究者便判斷資料已達到飽和，此時資料蒐集的工作便可以停止。

五、訪談者與受訪者的關係

由於研究者為女性，而本研究的研究對象鎖定在客家高齡婦女，許多文獻已指出當女性訪談女性時，有收集資料的優勢與劣勢。雖然女性訪談女性感覺起來比較容易，卻會因為訪談者與受訪者教育、年齡、社經地位、專業背景、家庭狀況、文化背景等背景特徵的不同，而致訪談過程的平等難以達成（Tang, 2002；Merriam, Johnson, Lee, Kee, Ntseane & Muhamad, 2001）。因此，仍要積極建立與受訪者建立良好的關係，以得到當事人真正的經驗與分

享，而要達到建立訪談關係有以下方法：(1) 讓受訪者知道自已的研究目的；(2) 若是在雙方在文化背景不同的情況下，研究者可以說明自身所處的文化是如何看這個問題，反問受訪者所處的文化是如何看待；(3) 在訪談中分享相關的經驗，拉近與受訪者之間的距離；(4) 瞭解女性細膩的變化 (Tang, 2002)；(5) 以自我表白的方式，以個人經驗做出發點，營造讓受訪者願意談的情境 (嚴祥鸞, 1997)；(6) 訪談者尊重受訪者的完整性，不要去質疑受訪者的選擇、評價、動機、個人價值 (楊長苓, 2000)；(7) 問有意義的問題、理解他們話題中影射的內涵、真實的呈現研究內容，徹底的瞭解文化 (Merriam, Johnson, Lee, Kee, Ntseane & Muhamad, 2001)。

第四節 資料分析

資料的分析與整理，亦指在收集資料後，資料呈現雜亂無序，透過系統化及條理化的歸納，將資料逐漸抽象化的一個步驟 (陳向明, 2009)，本研究的資料來源來自受訪者的訪談內容，因此在訪談完後會將內容完整呈現成逐字稿，一旦逐字稿完成，便可開始進行資料分析，資料整理與分析同步進行的好處，在於可以對搜集到的資料有一個系統性的了解，另外也可以為下一步資料搜集提供方向與聚焦。

在拿到資料後，首先筆者會仔細閱讀原始資料 (逐字稿、訪談筆記) 熟悉資料內容，接下來研究者隨即開始進行開放性編碼 (open coding)，在編碼上盡量保持受訪者原汁原味的語言，以便更真切體會受訪者的思想及感

受，促進分析在接近受訪者意義架構下進行。登錄完成後匯集起來，用主題分析法，並將所有編碼內容與研究主題相關，分析和進行各編碼之對照、比較與相互關係瞭解後，依相似性形成類別（category），最後將各類別，再依相似性發展更抽象化的主題（Theme），而過程是不斷來來回回的歸類、修改命名與比較，企圖找出最能傳達受訪者概念的主題。

第五節 信效度

本節就質性研究的內在效度（Internal validity）、外在效度（External validity）、及信度（Reliability）進行探討。

根據 Merriam（1995）提出質性研究的內在效度指的是研究結果與被研究者認為的事實是否一致，而增強內在效度的策略有五種：包括「三角檢驗法」、「受訪者檢驗」、「同儕驗證」、「釐清研究者的主觀性、假設、偏見」、「待在研究場域足夠久的時間」，以便確認對某現象有深度的了解，下面就本研究中使用增強內在效度的方法一一說明：

（1）三角檢驗法：係指藉由多種方式取得資料的方法來確認其真實性，譬如：多個研究者、收集多種資料類型（訪談、文件、觀察）、多個資料來源（問不同相關人）等，在研究過程中，筆者透過觀察及詢問相關人的方式，做為三角檢驗的辦法，譬如：筆者透過觀察受訪者的表情、講話語氣或回應方式來確認受訪者講述內容的正確性，若對受訪者講述的內容存有疑問時，會對照受訪者的兒子或朋友等相關人士的說法，以確認受訪者講述內容的正確性。

(2) 受訪者檢驗：為求研究發現能夠貼切的詮釋受訪者的感受，筆者將整理的逐字稿及資料分析後得到的初步發現郵遞給受訪者，由她們來檢驗初步發現及逐字稿是否有理、可信、具真實性。由於本研究之參與者平均受教程度及識字能力較為低，因此筆者於郵寄後的三天內，親自打電話給受訪者，一方面確認其是否收到逐字稿及初步發現內容的文本，二方面以口頭說明內容及檢驗方式。筆者根據受訪者給予的回饋，以修正及增補初步的研究發現，避免研究者自我主觀的解釋。

(3) 同儕檢驗：在分析資料的過程中，與有質性研究背景的老師及同學不斷討論，要求有質性研究背景的同儕檢查研究者分析的資料，並針對資料分析與解釋給予意見。同儕人數：質性研究背景的老師有一位，同學則有三位。本研究在編碼(code)形成類別階段(category)，與同儕及老師進行討論，檢驗此階段的歸類及命名是否合理，並根據同儕意見進行資料分析修改。從類別(category)到形成主題(theme)的階段則是與老師討論，不斷修改主題命名及類別歸類方式，以找出最適合表達受訪者想法的主題。

(4) 釐清研究者的主觀性、假設與偏見：呈現研究者對研究抱持的偏見、傾向、假設等，研究中需要在研究過程中不斷檢視。筆者於前導研究時，先寫下自己與研究相關的經驗與看法或假設，並與老師與同學討論，試圖懸置可能的主觀性。在收集資料的過程中，撰寫訪談日誌，將訪談中的心得及過程記錄下來，另外筆者也會將訪談內容謄打為逐字稿，因此筆者透過閱讀訪談日誌及訪談逐字稿，以檢視是否存在個人的偏見及假設，倘若發現具有偏見，會立

即改善，以免影響收集及分析資料的真實性。

(5) 待在研究場域足夠久的時間：在研究過程：2010 年 3 月至 2010 年 9 月間，筆者經常性的往返台南及竹東，每個月大約有一星期到兩星期的時間待在新竹縣竹東鎮收集資料及觀察，並且常利用居住於竹東時，參加地方廟會、客家文化節活動、並且到竹東鎮社區活動中心認識當地志工及民眾，一方面建立人脈、招募個案，二方面透過參加活動來觀察客家人互動方式及風俗習慣，以對客家人有初步的了解。

外在效度在量性研究指的是研究的可通則化。質性研究目的是在對某現象或經驗進行深度探索而非普遍通則化，故外在效度由讀者決定（reader or user generalizability），而增強外在效度的策略：包括對於研究每個過程詳盡的描述、樣本盡量達到多元豐富。故除第一項外，本研究者也致力尋找年齡、工作經驗、教育程度...人口背景不同的受訪者進行採樣及訪談，作為增強外在效度的策略。

信度在量性研究中指的是可複製性，但在質性研究中可複製性不是重點，質性研究所主張的信度為使研究結果與收集到的資料一致（consistency）。增強信度的策略：「三角檢驗法」、「同儕驗證」、「審核路徑」三者，以下就此一一說明：

(1) 三角檢驗法：在內在效度與外在效度中的內容已作闡述，故省略。

(2) 同儕檢驗：在內在效度中的內容已作闡述，故省略。。

(3) 審核路徑指的是研究者必須詳細描述資料如何進行收集、分析類別如何產生、整個研究中的所有決定如何發生 (Merriam, 1995)，在本研究中，筆者將資料收集方式分為訪談前置作業及訪談過程作業兩部分進行說明，另外本文也描述增強信效度及資料分析的方法，讓其他研究者作為操作手冊來複製本研究方法。

第六節 研究者的角色

質性研究中，訪談者為研究工具，故進行自我主觀及偏見的檢視，將有助於更客觀得呈現研究資料。研究者過去在大學時期修習過人類學的課程，在人類學課程中有提到文化的相關議題，並對其深感興趣，加上外公目前定居在新竹，他的周遭有很多客家人，因此對客家文化這個主題自然而然產生好奇。但因為研究者為閩南人，可能受到閩南文化傳統價值觀影響，而自己卻渾然不知。因此受訪者回答的內容與價值觀衝突時，盡量保持中立，真實的記錄受訪者所敘述的故事，在當下，必須留意自己情緒上的反應，然後知道自己對哪些想法是抱持著不認同的立場，反省自己為什麼不認同那想法。另外是閩南人的緣故，不清楚到底實際上客家文化與閩南文化有多麼的相似或異同，因此研究者要非常小心過度強化兩者文化間的不同，認為客家文化就應該是怎麼樣，故隨時提醒自己，只要忠實呈現客家文化即可，不要加強個人價值觀，放大比較閩南與客家文化的不同。

在個人優勢方面，因為研究者本身不是客家人，因此保持好奇心，會對

很多不了解內容進行追問；在劣勢方面沒有與客家人相同經驗，產生共鳴會較為困難，另一個較大的缺點，在於研究者從小居住在閩南環境，閩南人對於客家人一些歧視的稱呼，自然而然學了起來，例如：「客人仔」(台語)、「客婆」(台語)，其實對客家人來說這些都是極不禮貌的稱呼，這些都是研究者需要小心避免的地方，以免造成受訪者不悅的感受，影響資料搜集的豐富度及深度。

第七節 研究倫理

在質性研究中十分重視研究者與受訪者之間的關係，雙方是建立在互信及平等上，為了保障受訪者的權力，研究者更應該保持著一顆嚴謹與審慎的心，慎重注意在訪談過程中會牽涉到倫理的議題，避免抵觸而違反了研究倫理。本段描述訪談前置作業、訪談進行中及訪談結束後三階段需預備與留意的研究倫理步驟，說明如下：

(一) 訪談前置作業的研究倫理步驟：

(1) 通過成功大學人體試驗委員會考試：當本研究計畫通過時，研究者曾研讀有關研究倫理的知識，並且報考成功大學醫學院附設醫院人體試驗委員會所舉辦的考試，通過後領取合格證書。

(2) 申請人體試驗委員會審查：準備相關備審資料，將研究計畫交由人體試驗委員會審查，審查通過後才開始進行收集資料的工作，附錄五為成功大學醫學院附設醫院人體試驗委員會所頒發的「同意臨床試驗證明書」。

(3) 打電話給個案：訪談個案前，研究者會以電話聯繫並說明研究如何進行，詢問可能的受訪者是否有參加意願，並保證在訪談中收集到的資料絕不外洩，僅供本研究所使用。另外向受訪者提出訪談中有錄音需要，請求其同意。

(二) 訪談進行中的研究倫理步驟：

(1) 再次說明：在訪談進行的一開始，會在詳細解說一次關於本研究進行方式與倫理議題。

(2) 允許退出研究：當受訪者在訪談過程中感到身心狀況的不舒服，本研究一切以受訪者為考量，允許受訪者有隨著退出研究的權力。

(3) 簽同意書（詳見附錄四）：請受訪者簽同意書，代表同意接受訪談，並願意遵守同意書內的規定。

(三) 訪談結束後的研究倫理步驟：

(1) 資料匿名：為了保護當事人，當研究資料呈現時，其受訪者的名字一律匿名，保護受訪者的隱私權，絕對不公開。

(2) 忠實呈現資料：在資料分析及撰寫研究發現時，絕不捏造事實，誠實的呈現受訪者的想法及觀念。

第肆章 研究發現

本研究以了解客家高齡婦女之成功老化感知為目的，其研究問題有二：(1)客家高齡婦女認為成功老化包含哪些要素？(2)客家文化如何形塑客家高齡婦女對成功老化的感受與看法？本章共有三節，第一節為研究參與者的背景資料；第二節為客家高齡婦女對於成功老化的感知；第三節為客家文化對客家高齡婦女成功老化感知之形塑。

第一節 研究參與者的背景資料

為增進訪談的深度，本研究於正式訪談前邀請參與者填寫基本資料問卷(見附錄3)，本小節之內容源自於該問卷之整理及訪談間參與者提供的敘述。本研究共有10位客家高齡婦女受訪，最年輕的參與者為65歲，最年長的為77歲。婚姻狀況皆為已婚，其中2位鰥寡。除了兩位喪偶者外，所有的受訪者皆與配偶及子孫同住。宗教信仰方面，10位參與者皆為佛道教。參與者婚前職業大多在家中幫忙農事，退休前職業部份除有4位是家庭主婦外，退休前職業包括工廠作業員、公務員、顧守工地、種植竹筍到市場販賣，亦即約為家庭管理及勞動性質取向各半。

教育程度部分有7位小學畢業，其他則包括受日本教育、未受過正規教育，高中畢業。經濟來源大多是子女、政府年金、配偶，且以子女提供為多數，少數有自己的存款。而這些受訪的客家阿婆中，除了1位因曾乳癌開刀而覺得自己健康狀況不好，其餘的大多自評健康狀況良好且自覺好命，研究者將詳細的個人資料另整理成表6。

表 7：參與者基本背景資料表

匿名	曾	秀	枝	森	宜	順	嬌	春	鳳	玉
年齡	71	65	67	67	66	77	77	71	68	67
婚姻狀況	已婚	已婚	已婚	鰥寡 11 年	已婚	已婚	鰥寡 14 年	已婚	已婚	已婚
居住狀況	配偶 子孫 (同住)	配偶 子孫 (同住)	配偶 子孫 (同住)	子孫 同住	配偶 子孫 (同住)	配偶 子孫 (同住)	獨居	配偶 子孫 (同住)	配偶 子孫 (同住)	配偶 子孫 (同住)
宗教	佛道教	佛道教	佛道教	佛道教	佛道教	佛道教	佛道教	佛道教	佛道教	佛道教
教育程度	小學教育	小學教育	高中教育	小學教育	小學教育	日本教育	小學教育	未受教育	小學教育	小學教育
婚前職業	工廠作業員	幫忙家中農事	文書事務	服務業	幫忙家中農事	服務業	林務局公務員	幫忙家中農事	幫忙家中農事	幫忙家中農事
退休前職業	工廠作業員	家庭主婦	家庭主婦	工廠作業員	家庭主婦	顧守工地	林務局公務員	種植並販賣竹筍	家庭主婦	工廠作業員
經濟來源	◎子女 ◎政府	◎子女 ◎政府 ◎配偶	◎自己存款 ◎配偶	◎子女 ◎政府 ◎自己存款	◎子女 ◎政府 ◎配偶	◎自己存款 ◎政府	◎子女 ◎政府	◎配偶 ◎政府	◎子女 ◎政府	◎子女 ◎政府
自評健康狀況	非常好	普通	好	非常好	好	非常好	好	普通	不好	非常好
醫生診斷疾病	高血壓	肝病	無	無	無	牙齒胃 不好	高血壓	無	乳癌開刀	無
自評好命與否	普通	好命	好命	好命	好命	好命	好命	好命	普通	好命
自評快樂與否	快樂	快樂	快樂	快樂	快樂	快樂	快樂	快樂	普通	快樂

從 2010 年三月到 2010 年十月為止，研究者陸續以訪談方式進行資料收集，為了讓讀者更對受訪的客家阿婆有所認識，以下將描述這十位客家阿婆的個人特質。

曾阿婆

「曾阿婆」是第一位參與本研究的阿婆，今年 71 歲，身體相當硬朗，長期居住在新竹的她，因兒子到台北工作後，為了要幫忙兒子媳婦分擔家務，三年前便開始了新竹及台北的往返生活，一星期中有五天在台北的她表示，照顧兒孫生活起居，是她目前最重要的工作。

秀阿婆

起先訪談秀阿婆時，得到的回應總是「不知道，要怎麼講，我不會講」，所以第一次訪談後是帶著很濃厚的挫折感離開，第二次去訪談時，赫然發現，這只是秀阿婆一種習慣性的回應方式，如果再繼續深問，就有很多豐富的生命故事出現，這是屬於秀阿婆獨有的謙虛方式。

枝阿婆

枝阿婆是本研究學歷最高的參與者。我們在阿婆當志工的地方見面，那時的她，穿著整齊的服裝，臉上化著濃淡適宜的妝，頭髮梳的服貼有型，舉手投足充滿著自信，與人相處保持和藹、禮貌的態度。

森阿婆

第一次見到森阿婆時，她帶著一位強裸中的小弟弟前來接受我的訪談，年紀 67 歲的她，有個職業裸母的身分，那是她幫人家帶著小孩。第二次約訪

地點是在森阿婆的家裡，她熱心的向我展示利用四色牌組合做成的各種裝飾品及桌椅。除了手巧外，印象中森阿婆是一位講話很快，動作很迅速的長輩。

宜阿婆

記得首次看到宜阿婆時，她不苟言笑的望著我，讓我一度認為她是一個嚴肅且難以聊天的阿婆。實際訪談後才發現，宜阿婆大方又熱情，她常常會去買一些串珠等手工藝材料，編成包包或是手鍊，送給左鄰右舍，或買一些五色線，編成可避邪的手環或項鍊，拿去廟裡與人結緣，是一個很願意跟人分享的阿婆。

順阿婆

順是本研究中唯一受過日本教育的阿婆，讀了日本書兩年，國民政府前來接收台灣後，就沒有繼續念下去。77 歲的順阿婆不識字、不會講國語，訪談時靠著年輕時因工作需要學成的流暢閩南語跟我溝通，她現在有一個顧守工地的工作，因為工地靠山區，她在此闢了一塊田，種植絲瓜、胡瓜、地瓜等，她說能夠每天到山上活動，是人生一大享受。

嬌阿婆

嬌是一位以種菜為嗜好的阿婆，她本來與兒媳一同居住，但是由於在兒媳家及菜園間往返的路上出車禍，讓她警惕到交通的危險性，因此愛種菜的嬌阿婆便決定在菜園附近買一間套房定居，讓她可以繼續種菜，她也是十位受訪者中唯一獨居的阿婆。

春阿婆

當我去找春阿姨進行訪談的時候，她正拿著刀俐落的將準備拿去賣的竹筍一片片的剝下皮，當問起她為什麼年紀大了還要繼續挖竹筍、賣竹筍，77歲的她說：從年輕做到現在習慣了，有種竹筍就要去把竹筍挖起來賣才不會老掉，老掉了浪費。能言善道的春阿婆，曾經當作村長，專門替村民處理一些難解決的糾紛，村裡的人都各訴我，春阿姨是一位很有領導能力的阿婆。

鳳阿婆

跟鳳阿婆約訪時，她剛好種完菜回到家，她每天早上六點會去菜園澆水、除草，大約早上十點才會離開菜園，保持勞動習慣的鳳阿婆一度讓我覺得她的健康狀況良好，直到問到身體狀況後，才知她曾經為了乳癌開刀，她是唯一自評健康狀況不好的受訪者，訪談中也發現她比別人更在意健康。

玉阿婆

玉是一位有個嬌小的身材配上可愛娃娃臉的阿婆，讓人猜不出她的年紀，看起來精神飽滿的她，提到了一段年輕辛苦的歷程。她說年輕時候，老公賺的錢不夠養家，因此她也必須要出外工作，來補貼家庭開銷，等孩子都成家立業後，現在她最主要的休閒活動就是去種菜。

第二節 客家高齡婦女對於成功老化的感知

本研究以上述十位客家高齡婦女為研究參與者，資料分析後發現大部分的參與者認為其成功老化必須包含的要素為：(1)身體健康、(2)足夠的經濟能力、(3)被孝順的感受、(4)家庭圓滿、及(5)善終，以下針對各要素進行說明。

一、身體健康

這十位客家阿婆都在第一時間回答其晚年好命或是理想老年所需的必要元素為身體健康。以 77 歲但仍在顧守工地的順阿婆說：「我覺得身體健康就最好，你如果身體沒有健康，不行，健康第一重要，我拜神我都拜健康就好」，她對健康的看法可代表這些客家阿婆的心聲。

關於身體健康的定義，這些客家阿婆認為身體最健康的狀況是無病，但是她們普遍認為隨著年紀的增長，身體多少還是會有一些疾病，這是一種常態現象，也認為如果用有沒有病痛來評斷身體健康與否並不恰當，因此阿婆們評論身體要能稱得上健康，必須要符合行動自如的條件，像是能夠自己一個人照顧自己的生活起居、出門能夠不需要別人的陪伴、行動不會受到身體狀況限制，就可認定身體是處於健康的狀態，就如同曾患乳癌的鳳阿婆說：

身體健康就是哪裡都可以去呀，比如說我們今天起來，我們要去身體的狀況不好，就不方便啦這樣子，如果身體好，我們起來就很方便，要走就趕快要走了，你要是不健康，你在家裡坐著你就沒有用呀，你自己要吃穿都靠別人那就很難熬，健康的話最起碼自己能吃能穿能到處去呀。

對這些參與者而言，身體健康對其理想老年生活的重要性乃基於個人及

家庭層面的考量，個人層面指的是個人因健康而能隨心所欲的活動；且強調「動」可以讓她們體會生活的樂趣，甚至部分參與者表示身體健康比錢更為重要，因為假如沒錢但身體健康，她們還是可以保持生活獨立自主，隨處去玩，但如果身體不健康，有錢也只能在家裡待著，人生頓時失去意義。家庭層面則包含不依賴家人並可持續為家庭付出。而身體健康於家庭層面的考量會在本章的第三節作較詳盡的探討。

本研究受訪的十位客家阿婆大多表示，她們透過運動、勞動等方式來維持健康，類似客家俗語：「要活就要動」的概念。少數受訪者表示以吃藥控制疾病及重視食品品質來達到保健。運動包含走路、爬山、打槌球、游泳等。吃藥控制則是當身體有慢性病，要按時吃藥達到控制疾病來讓身體維持健康。重視食品品質則是參與者提到：年紀大了應少吃油炸物、化學飲料。此外，客家阿婆們亦藉由包粽子、做粿、做米糕、種菜等勞動性行為來保健，她們認為這種勞動一方面可以活動筋骨，另一方面，覺得自己做的食物，吃起來比較安心。即使兒子幾番相勸，都還是種了很多菜的嬌阿婆提到其開始種菜的機緣，便是透過勞動以維持健康的例子，她說：

去菜園有時候你去拔草啦，去除一下草，也可以...也算是一種健康的那個，如果你不去動的話，這個骨頭會比較不好，會僵掉耶....。我怎麼開始會種菜，我以前我一個親戚住南部，他種菜賣的啦！那很大株啊，菜很漂亮，那菜一點點洞都沒有。我看到另一邊這個菜怎麼那麼醜，他講我自己吃的，我反應很快，你那個好壞心唷，他講有什麼辦法，你北部的人啊，

菜不漂亮、不嫩，不要買啊，我開始..就退休就開始種菜呀，吃的安心呀!!

二、足夠的經濟能力

談到如何才能老年好命時，除了身體健康外，受訪的客家阿婆們最常見且最快提及的就是經濟能力，於訪談的過程中，本研究參與者常表示：「所謂錢不是萬能，但是沒有錢萬萬不能」的看法，對於她們而言，老年生活好命與否，經濟能力具有相當大的影響力，早期台灣還在農業社會時代時，人們可以過著自給自足、以物易物的生活，但身處今日社會，不論買任何物品，都需要錢，由秀阿婆所說：「錢，當然重要，沒有錢走不出去ㄟ，你沒錢不能買呀，買鹽、買糖、買米，沒有錢就不能動呀，就不能生活呀」。便可清楚的看到受訪的阿婆們對於錢的強調。

至於要到達怎樣的經濟程度才會好命？大多受訪的客家阿婆們表示：錢不是越多越好，只要夠用即可，並且認為錢過多還會帶來壞處，譬如老年人過世之後，若留下過多的財產，可能會造成子女或配偶間為了爭奪錢而傷害感情。高學歷的枝阿婆提到：「錢自己夠用就好，你那麼多要幹嘛，你那麼多，以後你死掉了，那你錢怎麼辦，人家說人在天堂，錢在銀行，留給子孫打滿堂」。便很傳神的傳遞了受訪者認為錢夠用就好的主張與考量。她們也強調：要滿足生活上的開銷才叫夠用，且不管配偶有錢或是子女會給予其金錢上支助，最重要的是自己本身一定要有錢，要存老本，以支撐生活吃、住、穿、日用品等所需開銷。

根據本研究參與者的說法，老年人自身需要有足夠經濟能力包含個人層面

及家庭層面的兩個理由，個人層面的因素包含：(1)維持生活自由度，(2)保有老年尊嚴，(3)提供安全感。家庭層面的因素則：(1)不造成家人經濟上負擔，(2)給子女作經濟上的後盾。個人層面部分，為了要讓自己生活不因錢而受限制，自己有錢可以自己決定錢如何開銷，以滿足自己的需求，就像當祿母的森阿婆說的：「我自己有錢不用跟子女拿，也不用跟子女講，我自己去自己做自己可以決定的事情」。是以，對於這些客家阿婆而言，要有老本的目的就是在維持生活自由度。個人層面的另一考量則是保有老年尊嚴，雖然本研究的客家阿婆經濟狀況大多附屬於配偶及子女，但她們還是認為平常配偶及子女願意自發性提供生活費，當然是最好的一個狀態，但阿婆們多表達希望起碼有自己的老本可以運用，不用每每都得跟子女或配偶伸手拿錢，她們認為主動伸手拿錢是有損自尊的行為，且需要看別人的臉色讓她們覺得心理上不舒服。獨居的嬌阿婆表示：

會存老本，我聽很多人講啦，我以前上班啊，同事大家辦公桌這樣齣~兩對兩對面坐，我同事她們鄰居有一個是沒有錢的老人家，跟兒子拿錢，就感冒啊，拿一天的藥要三百、還是三百五，以前大概要兩百五這樣子，他兒子怎麼應他，他兒子講，剛拿錢沒有幾天又要拿，昨天、前天才拿，吃兩天，又要拿，你講，這樣難道不會傷心嗎？

除了上述兩個考量外，阿婆們認為「必須要有老本」的第三個個人層面的考量就是認為老本可以為她們帶來安全感。由於大多的參與者皆沒有獨立

的經濟能力，在經濟上為附屬角色，當提供者不再提供經濟來源或是因經濟負擔造成無法提供金錢時，自己若有老本便顯得很重要，她們認為假如隨著年齡增長，身體出現疾病後，若是身上還有點老本，就算配偶、子女不提供錢，她們還是可以拿老本來支付自己因疾病所需的費用，因此存老本對於客家高齡婦女而言，是基於未雨綢繆的心態，目的在提供自己經濟上的安全感，就像種竹筍的春阿婆說：「一定要存一點錢啦，一定要存一些老本呀，假如說兒子女兒不給你，我們就有錢可以用呀，就不用每天出去要跟人家伸手拿錢，假如說以後老的話自己身體沒有多好，也要一筆錢呀，要去看醫生呀....」。

三、被孝順的感受

本研究的十位客家阿婆對於老年好命的觀點，被孝順的感受亦為一個相當重要的因素。在傳統客家文化中，孝順的奉行責任由兒子來擔當，本研究的若干阿婆仍存在這些觀念，像是受過日本教育的順阿姨及高學歷的枝阿姨皆表達：「孝順為兒子的責任，兒子是應當的」。但基於不是所有的參與者都認同這樣子的觀點，客家阿婆們大多表示時代在改變，男女孝順的角色已經不在像以前那麼壁壘分明，現今社會，女兒也可以盡孝道，因此研究者還是將成功老化的要素訂定於被孝順的感受，而非兒子孝順。

有「被孝順的感受」是亦為本研究的十位客家阿婆對於晚年好命的重要元素，就像重視健康的鳳阿婆說：「孝順很重要呀，我們年輕時辛辛苦苦把小孩養大，如果長大不孝順，心裡真的會很難過，會哭，會想別人的子女都很孝順，怎麼我們的子女都不孝順，會哭真的會哭....」。

這群客家阿婆對於孝順的具體內涵包括：同住、表現支持性行為、及不讓父母擔心。同住是指三代同堂的居住安排。支持性行為包含工具性支持及情感性支持，工具性支持就像是日常生活照顧、提供三餐、提供經濟支持、交通接送、生病照護等實務上的奉養行為；情感性支持則是包含：關心、尊重、陪伴、順從等情感上的提供，就像顧守工地的順阿婆說：

我媳婦如果有去外國、出國，他有買東西，就說媽媽這個拿來吃，出國會買粉（化妝品），我孫女出國會買胭脂（化妝品），什麼都會買給我，會買給我，衣服褲子我說我很多啦，沒有買那麼多，他說那買粉（化妝品）給你啦，抹粉抹這個抹（摸臉，指皮膚）有比較細，呵呵兒子有給我們吃，有買東西給我們，有給我們吃，買的菜說，媽媽這個拿來煮，這樣就孝順囉，生病叫我孫子載我去給醫生看，這樣就孝順囉，有給妳吃，拿錢給妳，這樣最孝順了...。

愛種菜的嬌阿婆也提到子女讓她覺得自己有被孝順的行為：

女兒很貼心，什麼芝麻小事都知道，小小孩時我們自己養大的，一打電話，像我(老)大女兒，媽媽你不舒服吼~我說沒有啦，她說妳不要騙我，講話都不一樣啦，沒有什麼大聲啦，沒有什麼元氣。她就知道，我的小孩子很聽話，不會大聲小聲頂我，不會啦，很聽話，像我搬來這裡住，我想要搬來這裡種菜，我兒子不肯我下來種菜啦，騎摩托車出車禍啊，他就哭，妳知道嗎？我兒子女兒真的很孝順。

除了同住及提供支持性行為外，不讓父母親擔心也是孝順的一種顯現，這群客家阿婆表示不讓父母擔心的具體行為包括：工作穩定及不學壞。其中，工作穩定的要求主要是針對兒子，客家文化強調男人一定要有工作，現今社會失業率不斷攀升，她們期望兒子能擁有一份穩定的工作，才能負責養家餬口。不學壞則是指不做對社會有害之事，像是吸毒、殺人、搶劫等不良行為，若子女學壞，一方面父母親會替子女擔心，另一方面則會導致父母的自責，對參與者而言，都是不孝的表現。

孝順的重要性是屬於個人層面，本研究十位客家阿婆都提到，她們辛苦養育子女，期盼子女能在老年期回饋自己，提供上述支持性行為，工具性支持是可以被取代，例如：政府政策提供年金保障經濟生活等，但這些客家阿婆更在乎的是心靈上的感受，那種由後代提供的情感性支持是她們更為重視的，若後代不孝，譬如：忽視、棄養、頂撞父母等，她們就會產生負面情緒，譬如：傷心、難過、氣憤、寂寞等；反之假如後代提供情感性支持，她們便會感到安心、開心、欣慰、溫暖、愉快等諸如此類的正向情緒。娃娃臉的玉阿婆說：

我老人家，我怕寂寞啊。是不是他問我們心裡都會覺得很開心，小孩子會關心我們，我們老人家不是覺得，嘿~小孩子會問我們...我們...不是覺得很開心嗎？我們有那溫暖的感覺，會這樣子啊，如果小孩子都不理你，不關心你，那不是會很傷心，一定會傷心啦，從小小養到大，怎麼可以不理我們老人家，一定會難過。

四、家庭圓滿

受訪的十位客家阿婆中，家庭圓滿也是備受重視的一個成功老化要素，家，對她們而言是一個重要的存在，是一個生活的核心，就像曾阿婆說：「家庭圓滿很重要呀....，有誰會希望家庭不圓滿，那你為誰辛苦為誰忙，大家不都是為了家庭在付出....」。大多數阿婆們口中的家庭，成員包括：配偶、兒媳、女兒、女婿、孫子女等，是一個三代的概念。再者，要滿足家庭圓滿，首先必須滿足家庭的「硬體」條件，她們表示需要有一個屬於自己的房子，認為有自己的房子可以遮風蔽雨，帶來踏實的心理感，阿婆們表示，她們年輕時，丈夫和自己共同為了家庭努力打拼，將賺的錢一點一點存起來，絲毫不浪費，除了要支付子女教育費用及婚嫁費用外，另一個大目標就是要買一塊地，蓋一棟屬於自己的房子，她們認為跟別人承租房子，生活較不安定外，還必須看承租人的臉色過日子，有損尊嚴，這些客家阿婆認為，租房子亦是一種浪費錢的行為，因為每個月將租金繳出去，但錢繳的再多，房子終究不是自己的，因此多數的參與者皆表示：有自己房子的對家庭的重要性，其中強調一定要有房子的秀阿婆說：

你沒有房子你要怎樣住？年輕的時候拼命存錢，老了就可以蓋房子這樣子，你一定要有遮風避雨的嘛，那就不用常常搬房子呀，搬家呀，就比較好呀，有一個固定房子可以住，就不用想下個月要去哪喔，有房子你就不用呀，就很穩啦，你跟別人租房子，租再久也不是你的，人家叫你搬你就搬，不給你住就不給你，還是要弄一棟房子，我們自己的房子。

對於這些客家高齡婦女而言，如何才算是家庭圓滿，可分為期盼的理想現象和家庭氣氛良好的追求這兩個面向去說明。期盼的理想現象是指客家阿婆希望能與後代同住、希望配偶健在，但是她們也知道這不是自己能夠決定或要求的，即便沒有達到其理想的現象，她們也能夠接受。受訪的客家阿婆多認為後代同住很重要，她們覺得每天都可以看到家人，她們才能感受到家庭的溫暖且有不孤單與寂寞，像枝阿婆說：「家庭幸福喔，目前我來講是跟我兒子媳婦一起住，要不然家庭不幸福，你活在這個世界上就沒有意思啦，變成你自己一個人呀對不對，那不是很孤單寂寞」。

而針對配偶健在，超過半數的客家阿婆表示：假如兒子因為工作而必須搬出去住，在有配偶的狀態下，兩老還可以一起作伴，互相扶持照顧，就算跟後代一起同住，白天子孫大多出外上班或念書，如果沒有配偶，空蕩蕩的家裡就只剩一個人，心裡就會容易產生像是孤單、寂寞等負面情緒，所謂年輕夫妻老來伴，配偶可以提供客家高齡婦女情感上的支持，例如：陪伴、聊天；另外，阿婆們也認為配偶可以與她們一同商量事情並提供意見，喪偶的森阿婆表示：

老伴去世是我的一個缺陷，有的人像他老伴還在，就比較滿足，就比較幸福啦~就比較好，真的，像我老伴在的時候我就更幸福，只是不好的就是我老公不在了，像有老伴，假如你去哪裡，像小孩子留在家裡或他要去上班，像要去哪裡，我們就可以去兜風啦，這不是很快樂嗎？找他去兜風，下午..就玩一下午，睡個中午，然後晚啦，又過一天啦這樣不是很快樂？

人生快樂就這樣子啊，真的，我的缺陷就是沒有老伴啦。

此外，要達到家庭圓滿，客家高齡婦女強調家庭氣氛良好的必要性，阿婆們期望家庭成員間相處要融洽，包括：父母與子女關係良好、兄弟姊妹彼此相處和樂不爭吵，倘若家庭成員彼此關係不好，老年人心裡就會不舒服，會產生擔心、難過等負面情緒。和藹的宜阿婆底下的敘述，充分顯示家庭圓滿對這群客家高齡婦女具體意涵與重要性：

我覺得我家...我就覺得很不錯了，兄弟姐妹都很好，跟父母關係也都很好，我覺得這樣就很不錯，像我小孩他都...我...哥哥都會講說ㄟ...跟弟弟講說...我很想買一條褲子怎樣怎樣的話，弟弟都會說好啊，我們一起去買啊，家庭不圓滿的老年人喔，會鬱卒...，心情很鬱卒...真的，因為看到子女不和氣有沒有，他也會很不好受，很辛苦啊，不和氣就不好啊，是會計較的家庭啊，會不和氣的家庭就會這樣就不好了啊，就做父母的人好像...如果像兄弟不好的話，妯娌不好的話，做父母的不知道要靠哪邊，就很不好做人了。

五、善終

本研究受訪的客家阿婆超過半數認為善終是成功老化要素之一，她們覺得死亡乃是人生必經過程，倘若能長壽最好，但一旦身體出現病痛，她們希望能好死。怎樣的死亡方式是客家阿婆們期望的呢？她們表示在睡夢中不知不

覺死去是最理想的一種方式，若真的有病痛，也希望不要久病，或希望能得到快速死亡的疾病，像是心臟麻痺、心肌梗塞等，不要得到像是中風或是變成植物人，需要久病臥床的疾病，就像森阿婆說：「對對..我的想法就這樣子，像我老公就生病就走了就很好」。

追求善終的原因，客家高齡婦女從個人及家庭層面來思考，個人層面是認為人生病到了末期，譬如因身體功能衰退導致行動不便，甚至是癱瘓或臥病在床，那時候生活起居一切仰賴他人之手，連大小便都無法自理時，依靠別人的感覺，讓她們覺得失去尊嚴，這樣勉強活著的人生也沒有樂趣，就如同獨居的嬌阿姨說：

唉唷~喔~到病床睡著唷~隨給人家去擺佈啦，有什麼尊嚴？像請那些外勞什麼呀，現在我們自己身體健康，要跑就跑，我自己會打理啊，有的像病到不能起床的，就要請人家來這樣子...唉啊~不如馬上走不是比較好嗎？那時候你自己想走也不能走，要死也不會死，留半條命，有什麼用。

本研究以十位客家高齡婦女為受訪對象，研究發現：她們認為要達到她們期待的理想老年生活，須包含：(1)身體健康、(2)足夠的經濟能力、(3)被孝順的感受、(4)家庭圓滿、(5)善終為五個必備的元素。研究者將客家高齡婦女認知的成功老化要素的定義及其背後的重要性整理成下表(見表 8)。而客家文化如何直接或間接形塑上述要素，將是第三節闡述的重點。

表 8：本研究客家高齡婦女感知中的成功老化要素定義及其重要性

本研究受訪之 客家高齡婦女 認為的成功老 化要素	本研究受訪之客家高齡 婦女對成功老化要素的 定義	其要素之重要性	
		個人層面	家庭層面
身體健康	◎無病 ◎行動自如	◎可隨心所欲的活動	◎不依賴家人 ◎便允許為家庭付出
足夠的經濟 能力	◎滿足生活開銷所需	◎維持生活自由度 ◎保有老年尊嚴 ◎提供經濟上安全感	◎不造成家人經濟上負擔 ◎給子女作經濟上的後盾
被孝順的感受	◎同住 ◎表現支持性行為 ◎不讓父母擔心	◎正向情緒	
家庭圓滿	◎有自己的房子 ◎配偶健在 ◎後代同住 ◎家庭氣氛融洽	◎正向情緒	
善終	◎睡夢中不知不覺死去 ◎不拖病(不久病)	◎保持自主及尊嚴	◎不拖累後代

第三節 客家文化對客家高齡婦女成功老化感知之形塑

本研究以十位客家高齡婦女當作研究對象，本節將針對客家文化如何形塑客家高齡婦女對成功老化的感知來進行探討，而其研究發現乃源自於受訪者提供的訪談資料及研究者閱讀文獻而來。研究發現，客家文化中存在四種價值觀：(1)強調勤勞的社會規範，(2)重視家庭為核心價值，(3)以子為中心的孝道觀，(4)傳統與現代文化交纏形塑出對善終的期望，影響著客家婦女對成功老化觀點，以下針對這四種價值觀進行探討。

一、 強調勤勞的社會規範

根據文獻，客家的「客」字代表的是客家人處處為客、處處為家、居無定所，長久以來客家人一直生存在土地貧瘠、耕地不足、偏遠山區的地方，客家人為了有一個更好的生活環境，不得已被迫遷徙，但每到一個新環境又必須重新進行開墾，如此不斷為安頓家園而開墾的艱辛過程，培養出客家人刻苦耐勞的精神（劉還月，1999a）。客家人在面臨資源貧瘠、外來民族欺辱不斷的情況下，勞動事務不再只是男子的責任，客家婦女因此被要求必須投入勞動中，必須以勤勞來換取食物以求溫飽，她們為謀取生存養成了刻苦耐勞、勤勞儉樸的性格，高學歷的枝阿婆說：

客家人跟外省人及閩南人比，客家人還是很勤勞，還是很節儉，客家的婦女要煮飯、要洗衣服，也要去幫忙工作，田裡的也要幫忙，山上的，以前要砍柴呀，山上有種什麼樹木，就是要砍柴回來呀，要砍回來燒的呀，要煮飯呀，或是要種番薯、種稻，那個婦人家通通都嘛上山去，都嘛要出

去工作，你不可能只有在家裡養豬呀，煮菜啊，不可能的事。等於你家裡的事情做完了，你山上的事情你還是要做，要幫忙，以前農業社會呀，都要靠山上做的，才有好吃呀，沒有做沒有辦法吃啦。

根據受訪者的描述，客家女性終其一生「沒閒」，保持勞動的原因有以下三點：(1)勞動成為習慣，(2)不勞動會被貼上懶惰標籤，(3)勞動為換取身體健康的工具。這些年齡分佈在 66~77 歲之間，大約是民國 23~35 年間出生的客家阿婆們，在回憶年幼時的生活時，反覆提及她們因處於經濟貧困、物資貧乏的時代，於孩童時期就開始幫忙做家裡的勞動事務，像是農耕、採茶、砍材等，女性嫁為人婦後，勞動力從娘家轉移至夫家，男性負責農事，女性不只要負責家務事，農事也要盡一己之力，因此家庭分工變成是男主外，女內外兼顧的狀態，女性從孩童起長久處於勞動狀況的結果，使客家婦女的勤勞行為因習慣而易延續至老年期，不因年齡增加而產生停止勞動的想法，甚至不做事會覺得「不舒服」，勞動已經成為客家婦女一種長期以來的習慣。患肌腱炎的宜阿婆，提到年輕時必須要自己砍木材燒火，切豬菜養豬，由於手大量勞動，導致年紀大時得了肌腱炎，手指無法自己控制任意開合，必須去開刀，看診時醫生說：「這一看就是客家人的手」，而她也說：

客家人什麼都自己做，可能是傳統，傳統下來，每一個人都很會做事情，採茶啊，種田啊，還要去挖地瓜那些，還要去砍柴啊，以前我小時候，就像我小學的時候，就常常跟媽媽一起去，跟著去砍柴這樣子，因為以前沒

有瓦斯啊，就燒那個木頭的啊，從小我們就做到大這樣，我就是小學就開始做到現在，已經習慣了，我媽媽到84歲過世喔，他過世前還有種菜，因為你又不是說七老八十了，走不動了不會做，會動就要做呀，我的個性就跟我媽媽一樣，就待在家裡沒做什麼像一個廢人一樣，就覺得啊，你是什麼都不做，就坐在家裡，就覺得那...這個人就已經很像沒有用了。就覺得不好，我覺得不好，我還是覺得習慣這樣去做。

再者勤勞亦為重要的社會規範，婦女若勤勞便會深受大家喜愛，反之倘若女性不保持勞動習慣，則會被周遭人指責、看不起，甚至冠上一個懶惰的標籤。這種賦予勤勞／勞動為正向評價的社會規範並不會因為客家婦女隨著年齡的增長而消失或減少，只要身體還能動，就必須繼續付出勞動力。重視健康的鳳阿姨說提到她鄰居的例子便可清楚看到客家文化對勤勞或保持勞動的重視：

不勤勞就什麼都不做啊~一直待在那裏，享清福啊~早上坐到下午，下午坐到晚上，晚上睡覺睡到第二天..就不勤勞，都在家裡啊，都沒有做...比較懶，就身體會不好，懶!很懶，很懶惰，人家看她沒有啊(看不起她)，什麼都不做，比較不會跟她講話，像我附近的老人家就這樣子，沒有人要跟她講話，就懶啊~什麼東西都不做，人家就不會喜歡她啦。

勤勞為客家族群重要的行為規範，從訪談中看到：此一價值無形之中影響客家高齡婦女維持健康做法，一般老年人的保健方法不外乎是運動，譬如：爬山、走路等，本研究多位參與者每每視種菜、挖竹筍為運動，都是她們用來保持身體健康的方式，當祿母的森阿婆甚至表示她並不缺錢用，她去餐廳幫忙洗碗、端菜、打掃；過年過節特地熬夜做粿去賣，都只是為了身體健康，是在運動，她覺得多做事的話，臨終前若有病，比較不會久拖，可以死得比較輕鬆容易，在她的觀念裡，太享受的老年人是不會長壽，不動的話身體會漸漸衰退，而勞動在她們眼中是維持健康的方法之一。

以上顯現客家社會強調勤勞的規範，重視「動」的狀態，身體健康就變成是客家高齡婦女成功老化中的必要元素，唯有保持身體健康，才能支持她們繼續勤勞，也唯有繼續勤勞，才能使她們在客家社會中被視為一種良好典範的婦女。

二、重視家庭為核心價值

客家人堅守中國傳統文化中「家」的精神，客家社會有句俗語：「沒有老婆不成家」，由此可知婚姻與家庭在客家文化結構中的重要性，而在如此系統下，受訪之客家阿婆認為家庭圓滿才算是成功老化的觀點，似乎是很合理的。當詢問這群客家阿婆對其而言成功老化的必要元素為何，隨處可見這種以家庭為核心的價值影響，本研究發現，身體健康、足夠的經濟能力、善終這三個成功老化要素，都受到家庭為核心的價值觀之形塑。針對身體健康對其理想老年的重要性時，受訪的阿婆不僅強調，身體的健康可以帶給自己隨心所

欲的活動；更同時強調身體健康有助於她們：(1)不依賴家人，(2)繼續為家庭付出，這兩個家庭層面的重要性。阿婆們認為身體健康除了可以帶給她們行動獨立，更重要的是獨立自主象徵她們能夠不依賴家人，當身體不適造成生活無法自理，必須仰賴家人照顧時，她們會覺得自己失去了用處，覺得自己的存在變成是家人的負擔，這是參與者不願見到的，像宜阿婆說：「我現在最大的願望就是把自己身體照顧好，他們上班他們也忙呀，年輕人有年輕人的事情要做嘛，總不能一天到晚依賴著年輕人，這樣兒子就比較有負擔」。

家庭層面除了不依賴家人外，客家阿婆認為身體健康的另一好處就是還能繼續展現一己之力，照顧自己的家庭，特別還是希望能夠長久為孩子付出，譬如：替孩子打理家務事或是幫忙帶孫子。為照顧老公和兒子一家於新竹與台北間往返的曾阿婆說：

健康的老年人呀，最基本我們可以為孩子做事，我們會跟他帶孩子，帶小朋友去讀書呀，幫孫子穿衣服打點什麼的，我們又不用人家照顧，可以照顧他，可以照顧家庭，這是很好的事情。能夠幫的就盡量幫，能夠付出就付出。像我們能夠幫的，到兒子媳婦下班有沒有，我就煮的好好，煮一桌菜給你吃，大家回來會有飯吃對不對呀，人家都說能者要多勞嘛。

而由訪談資料亦可見，重視家庭的文化價值的確形塑客家阿婆們對於足夠的經濟能力的重視。對她們來說：足夠的經濟能力在個人層面的重要性是希望能夠維持生活的自由度，想買什麼東西就可以買；於家庭層面的重要性

包含：(1)不造成家人經濟上負擔，(2)給子女經濟上的後盾。本研究受訪的客家阿婆的經濟狀態大多是附屬於家人，她們表示配偶或子女給自己多少錢就拿多少錢，不會過度要求子女要達到某種程度的金額，原因是她們認為子女有自己的家庭與有孩子要照顧，不希望自己在經濟上又帶給子女負擔，甚至有部分參與者表示，她們寧願在年紀大的時候，從事農業工作或是打零工來賺取老年生活費，也不要跟子女拿錢，她們的說法是，老年人也沒有什麼太大的開銷，自己有能力就去做，不要麻煩子女，就像賣竹筍的春阿婆說：

我賣竹筍的錢都存下來，要自己積一點錢，我娘家爸爸，他有五個兒子呀，媳婦拿兩千三千給他，時常聽媳婦她們在講，老人家很會用錢、花錢喔，我自己想說，我們會做一直做，做完存下來，我們也不要跟兒子拿，兒子一家人要生活呀。

此外，另一個足夠的經濟能力對於家庭層面的重要性是：給予子女經濟上的後盾。本研究參與的客家阿婆認為錢的重要性不只是為自己帶來好處，她們希望可以給予子女經濟上後盾的期盼，更增強有錢的必要性，這些客家阿婆存錢有一部分的考量是為了給子女當後盾，就如同秀阿婆說：「錢沒有用完啦就存起來啦，之後要給子女呀，如果他要開工廠還是買房子就給他，你不存起來的話，錢通通都用掉的話，子女什麼都沒有呀！」。便可說明錢要給子女當後盾的想法。

再者，從本研究受訪的十位客家阿婆的訪談資料也發現，善終亦受到這種

重視家庭的文化價值的影響。對她們來說：善終在個人層面的重要性是要保持自尊、不要病痛；於家庭層面的重要性則是不要帶給子女照顧上的負擔，客家阿婆認為久病可能會造成子女或照顧上的負擔，久病象徵子女要花很多時間和精力來照顧老年人，子女有自己的家庭，自己的生活，不應該帶給子女太多負擔，她們也認為因為自己身體需要照顧而拖累、麻煩到後代，心理會覺得有所虧欠，因此善終變成是她們期望的一個成功老化要素之一，得過乳癌的鳳阿婆說：

生病的時候就快點走嘛，當然不要連累子女呀！子女他有他的事業、他的時間啊，你不能常常依賴子女呀，久病無孝子，子女有他自己的事業，他的工作，他有他自己的想法，你這樣連累子女，我覺得我們老人家也是覺得很虧欠啦~心裡還是會不安啦~生病差不多..時間到了就可以跑了走了。

三、以子為中心的孝道觀

客家人秉承儒家孝道觀，遵循兩代間反哺互養的方式，亦即父母本身對未有謀生能力的兒女進行輔養及教育，當父母隨著年齡逐漸衰退或喪失勞動力後，子女有奉養、扶助報答父母的社會責任。本研究訪談的十位客家阿婆強調同住、提供支持性行為、及不讓父母擔心的具體行為，便是孝順此種傳統價值的展現，她們也提到在客家傳統文化中，這些孝順行為的提供者，必須為兒子負責，顧守工地的順阿婆提及兒子和女兒奉養父母角色的差異，便可清楚看出此文化價值：

一定要有兒子才好，有後代呀，那如果妳沒有兒子，那樣不行啦，我上一代公婆都是我們在照顧呀！生病就叫醫生來看，我公婆都嘛我們在伺候的，兒子每樣都會喔，載我去看病，每一樣都會呀，拿給我們吃，每一樣都會呀，兒子每一樣都要做，應該的呀，兒子應該的，呵呵呵，女兒不是應該的，之前我公婆都嘛我們在伺候的，女兒很少來呀，沒有她的事情呀，作兒子就要負責，要顧老年父母呀，那女兒嫁出去囉，妳女兒來，沒有常常來，孝順也有限呀，呵呵呵呵，是不是這樣說。

上述以子為中心的觀念亦表現在：客家社會以父系為中心，早期視「生子為添丁」，具有溺女嬰的現象產生(陳運棟，1991；吳永章，2002)，客家父母生活困苦無力扶養小孩時，就將女孩賣出去給別人當童養媳或養女，若只生女生的情況下也會去招贅等社會行為與現象上。

在本研究參與者出生的那個時代，這種重男輕女的觀念依然存在，她們表示在她們那個年代如果沒有生兒子會被公婆、先生責罵，自己心裡也會有壓力，認為一定要生個兒子來傳宗接代才可以，有兒子對她們而言象徵著自己老年時有人可以扶養，也代表完成傳宗接代、接續香火的責任。再者，傳統文化中，客家人認為女兒是嫁出去的人，如潑出去的水，因此娘家父母的孝順責任與女兒無關，也因此女兒被認為是賠錢貨、沒有用處，就如同秀阿姨說：「沒有生兒子別人都不喜歡你呀，老公也不喜歡你呀，婆婆也不喜歡你呀」，以及嬌阿婆也提到她：「我生三個女兒後，連五次流產只為生這個兒子，

我想沒有一個兒子啊，不行唷！身體搞的差一點沒有命喔！」。便是客家文化中以子為大的文化如何影響婦女生活的最佳例證。

由於傳統客家文化中，兒子是孝順的提供者、有傳宗接代的責任，在如此的文化價值下，受訪的客家婦女中，有些阿婆仍強調有兒子孝順為其成功老化的必要指標之一，便顯得理所當然，在本研究的訪談間亦可見這樣的傳統價值，受到社會變遷、家庭結構、人口結構的改變而變形，例如為生子差點流產的嬌阿婆就表示：「現在的人誰管你呀，你有兩、三個女兒，這樣你還會再生嗎？」。便可看出男女地位漸漸趨於平等，不再是以子為中心。在孝順內涵方面，傳統上孝順的提供者僅限兒子，傳統女兒嫁出去以後只需對夫家的公婆盡孝道，本研究參與者表示，在她們那個年代，連回娘家都是一件很困難的事，會被周遭的親朋好友、左鄰右舍指指點點，認為一定是嫁不好才回娘家，婆婆也會指責回娘家的行為，更遑論是對娘家父母盡孝道，在傳統上是不允許的，但現在社會這種規範逐漸消失，到本研究參與者的下一代，女兒也可以展現孝道，提供工具性支持及情感性支持，林務員退休的嬌阿婆提到：

以前的人也沒有像現在這麼好啦~哪裡有常回娘家!沒有~唉唷，怕人家講話啊，只有過年啦、過節啦，有特別的事情才有去回娘家，以前女生結了婚，很少還跟自己的父母住，很少。沒有像現在的人，以前不准啊，那裡有那麼好啊~不行!現在的人才這樣子，以前的人會講話，那鄰居會滴滴嘟嘟，會講話，說什麼嫁去婆婆那邊應該不好，又合不來怎麼樣，才回娘家

來住，會這樣講。現在的人比較不會了，比較開放，像我，我不管我媳婦，妳要去哪裡，她講，譬如說她明天要回娘家，他娘家台北，他是閩南人，她講「我明天要回娘家回台北」，我講：「好啊，妳去啊!」。現在很多女兒扶養爸爸媽媽以前沒有，那不應該，養他們是兒子的事情啊，現在就都可以了啦，女兒養爸爸媽媽也是有啊。

本研究超過半數受訪的客家阿婆們也表示，不再強求一定要同住及提供工具性的支持，重視的是情感性的支持，倘若子女因為經濟或外來因素必須搬離老年父母，自立門戶，她們也是可以接受，只求子女要透過電話，繼續表達關心，提供情感性的支持，來展現孝順行為，就如同會做手工藝品的宜阿婆說：

不用說綁他綁的死死的，沒必要，我小兒子也住台北嘛，他假日也空就會回來呀，沒有必要要把年輕人綁得死死的，他不自由也不好呀，我常跟我兒子講說如果你有事情，你有空才回來，沒空就打個電話回來，只要你知道我們老人家身體狀況怎樣，我們也知道你在那邊生活的怎樣，就好啦，有回來沒回來我覺得沒差。

儘管如此，同住方面還可以看到傳統客家文化的影響，超過半數的受訪者認為跟女兒同住是一個很奇怪的行為，她們可以接受不跟兒子同住，選擇只與配偶一同居住，有阿婆甚至提到寧願到安養院去住，也不要跟女兒住，

原因是她們覺得女兒嫁出去後自成一家，是「別人家」，不應該去「別人家」打擾，再者，怕女兒婆家的人會有意見，甚至女婿會不高興，所以她們還是不願意跟女兒同住。高學歷的枝阿婆說：

我只有一個兒子，目前我跟我兒子媳婦還有孫女一起住，你說兒子媳婦，盡孝道，跟你公公、婆婆住在一起，那是應當呀，那如果沒有生兒子的怎麼辦，就只有生女兒的，很多人也都去養老中心呀或是出去外面住呀，我們這個娘家的媽媽、爸爸去女兒那邊住，我是認為不好啦，因為女兒他嫁出去，嫁出去就是要跟他(女婿)的爸爸媽媽住在一起呀，等於女兒要跟她的公公婆婆呀，她也有她的家呀，你這做父母的去她們家住，我是覺得不太妥當，這樣你會增加女兒的困擾呀，他婆婆、公公怎麼樣想，女婿怎麼樣想，對不對，到底兒子、女兒還是有分啦，嫁出去就是要跟他(女婿)的爸爸、媽媽住在一起呀。

綜合上述可知：客家族群遵循客家傳統文化，孝順是兒子的責任，是以，客家高齡婦女在如此的文化價值下，便形成視「孝順」為其成功老化要素的觀點，對這些高齡婦女來說，孝順內涵包含後代必須提供同住、支持性行為及不讓父母擔心，但隨著社會變遷，客家高齡婦女的觀念也慢慢改變，生活變得更獨立自主，對孝道內涵也只要求情感性支持即可，而孝順提供者也從僅限兒子變成兒女皆可，成功老化的要素受到文化的影響，從必須有兒子的孝順，轉變成強調被孝順的感受。

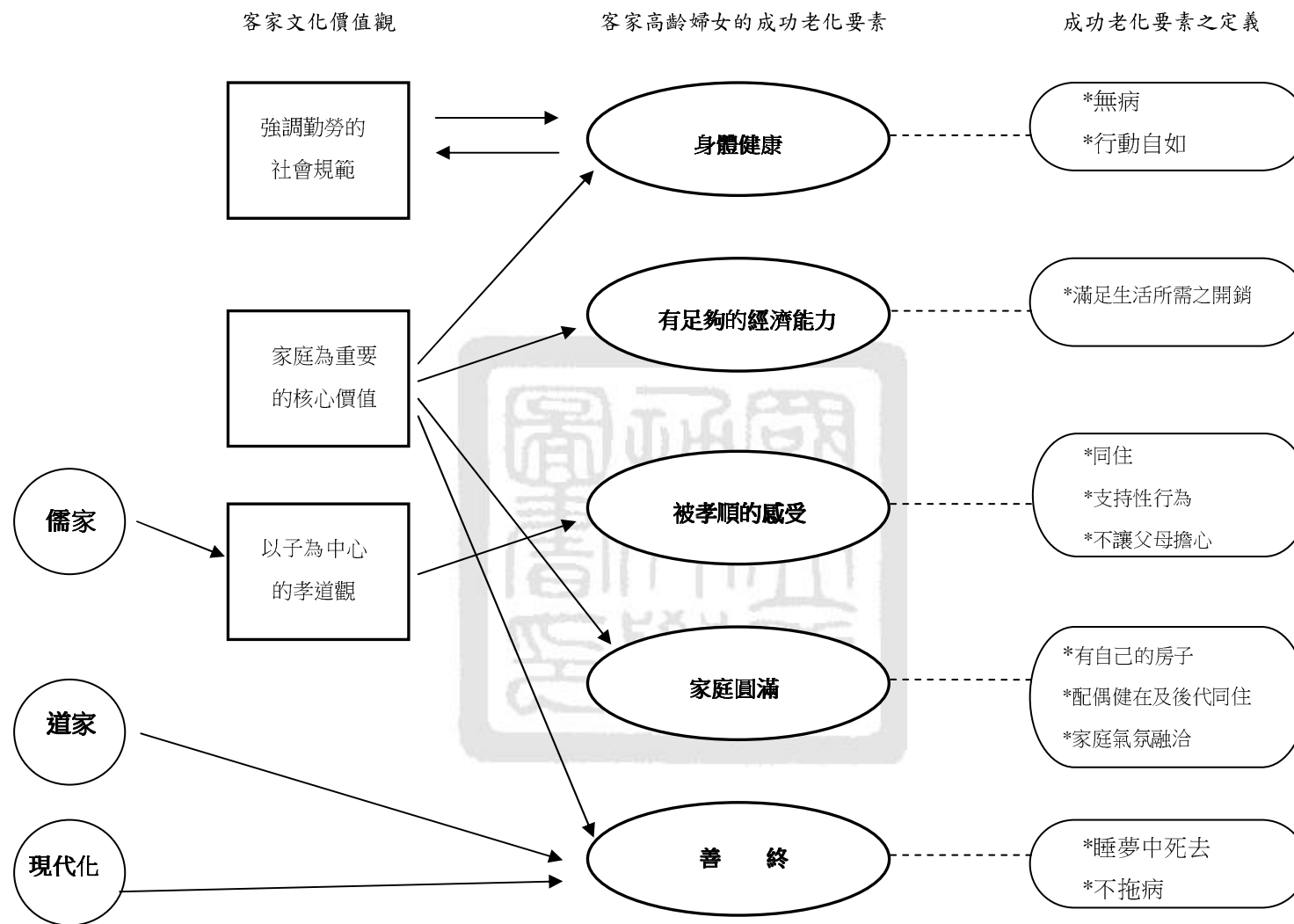
四、傳統與現代文化交纏形塑出對善終的期望

分析訪談資料後發現，客家高齡婦女認為善終是她們成功老化的必要元素之一，乃是受到傳統文化及現代化影響。傳統文化包含道家哲思及以家庭為核心的價值觀。客家人崇儒重道，儒家反映在客家人對於孝道的重視，而道家則影響客家高齡婦女對於死亡的態度，道家老莊哲思認為：生死是每個人都要走的坦途，應該要生而不喜、死而不悲(劉仲容、鄭基良，2006)。這種強調順應自然，不強求的概念，反映在客家婦女對於死亡的態度上，她們認為死亡是每一個人必經之路，該來就來，該走就走，所以不需要強求一定要長壽，不會特別作什麼事情讓生命延長，最理想的死亡方式就是在睡夢中自然的死去，得乳癌的鳳阿婆提到：

我就是說我現在身體健康就好，隨時要那一時要走都可以，我不會想要有人說吃多老多老，我不會，我說我如果到七十歲以上，七十歲了有沒有齣，我隨時走都可以，平平安安得走就可以了，不用說這樣來拖病來拖什麼東西，像我媽媽很好走，她早上起來有沒有，就是那椅子這樣坐著有沒有，一個襪子穿進去，一個襪子還沒穿進去，這樣就走了，也不知道是什麼病呀，他就是老人家呀，七十歲了有沒有，自然走的呀，很好呀，呀就是這樣坐著有沒有齣（全身放鬆後仰坐著），那就很好走呀，我覺得那樣子很好，不知道我也沒有這麼好。

而客家婦女認為不久病為其所欲善終的定義，亦是受到客家文化以重視家庭為核心的價值觀影響，除了不想讓自己承受太多痛苦外，另一個重要的原因是不希望造成子女照顧上的負擔。再加上受到現代化的影響，出現了久病無孝子的概念，她們認為子女須要靠工作養家餬口，不可能有辦法長期照顧生病的老年人，最後可能淪於被送去安養院，這是客家高齡婦女不願見到的，所以她們追求有病痛後不要拖病，最好是能夠快速死亡。由此可知從傳統道家哲思及以家庭為核心的行徑、現代化兩者交纏影響後，形塑出客家高齡婦女認為善終為成功老化的必要元素之一。

綜合本章之研究發現，客家高齡婦女認為成功老化之要素，包含：身體健康、足夠的經濟能力、被孝順的感受、家庭圓滿、善終，其中每個要素擁有各自的定義、個人與家庭層面之考量，也有其達成的策略，然而參與本研究客家高齡婦女所追求的成功老化的要素乍看之下好像沒有受到文化影響，但一旦細究後便可發現這些要素跟客家文化存在的四種價值觀：強調勤勞的社會規範、重視家庭為核心價值、以子為中心的孝道觀、傳統與現代文化交纏形塑出對善終的期望，息息相關。譬如：本研究發現身體健康及足夠的經濟能力，都是一般人常見的生活期盼，但是對於這群客家婦女而言，身體健康及足夠的經濟能力除了對自己的老年生活有利外，更多的是那種想為家庭及孩子付出的考量，受訪者認為成功老化的要素：被孝順的感受、家庭圓滿、善終，亦是獨特文化下所形塑的產物。研究者本根據研究發現將客家文化價值觀與本研究客家高齡婦女所欲之成功老化元素的關連性，以圖八表示。



圖八：客家文化價值觀與本研究客家高齡婦女所欲之成功老化元素的關連性

第伍章 討論

本研究目的為探討客家高齡婦女對於成功老化的感知，依據研究目的，擬出兩個研究問題，帶領整個研究之進行：(1)客家高齡婦女認為成功老化包含哪些要素？(2)客家文化如何形塑客家高齡婦女對成功老化的感受與看法？本研究使用訪談法來收集資料，共有十位客家高齡婦女為研究參與者，研究發現這群客家高齡婦女之成功老化感知包括：(1)身體健康、(2)足夠經濟能力、(3)被孝順的感受、(4)家庭圓滿、(5)善終。而客家文化存在四種文化價值影響著客家高齡婦女對成功老化的感知，包括：(1)強調勤勞的社會規範、(2)重視家庭的核心價值、(3)以子為中心的孝道觀、(4)傳統與現代文化交纏形塑出對善終的期望。

本章共有二節，分別為：(1)成功老化的定義；(2)文化與成功老化感知之關聯性，以本研究之發現與既有文獻間，進行對照與討論。

第一節 成功老化的定義

由於成功老化的定義涉及人們主觀性的看法，加上老年人異質性高，故至今成功老化在學術界並沒有統一的定義，目前較為所知的為 Rowe & Kahn(1987, 1997)的成功老化理論及 Baltes & Baltes (1990) 的選擇、補償、最適化模式，學者們大多參考這兩大主流模式來瞭解與測量成功老化，即便已依據上述理論產生許多研究結果，但亦有發現研究者對成功老化的主觀性的定義與當事人實際上觀點之不同，有鑑於此，本研究以質性研究的設計，試圖瞭解老人本身的看法。

本研究以十位客家高齡婦女為參與者，研究發現她們追求的成功老化要素包含：(1)身體健康；(2)足夠經濟能力；(3)被孝順的感受；(4)家庭圓滿；(5)善終，其中，如同國內、外大多數研究之結果，身體健康為所有參與者皆提及的成功老化要素(Rowe & Kahn, 1997; Palmore, 1979; Strawbridge et al., 1996; 黃富順, 1995; 林麗惠, 2006ab; Chen, 2007; 徐、張, 2004)，在 Rowe & Kahn(1997)提出的成功老化三元素理論中，其中一項為避免疾病及疾病相關失能，然而台灣老年人平均有 1~3 種慢性病，像是高血壓、糖尿病等，若以 Rowe & Kahn 的成功老化理論作為標準，鮮少人能符合其條件。雖本研究的十位客家阿婆皆表示，無病(避免疾病)是一個最理想的狀態，也是她們期待的，不過對這些客家阿婆而言，更重要的是要保持獨立自主的行動力，有病沒關係，起碼要能動、能走、能照顧自己，這才是她們想要的成功老化，這種想要維持獨立自主的想法跟 Rowe & Kahn(1997)的成功老化的第二個要素：高認知及生理功能，在概念上是一致的。

Rowe & Kahn 的第三個要素為積極參與生活，其定義有二：跟家庭跟朋友保持密切的關係、及繼續參與有生產力的活動。本研究的參與者雖沒有直接提到社會參與對她們老年的重要性，但是訪談過程中經常提到對於家庭關係的重視；另外，參與本研究的十位客家高齡婦女在日常生活中，將種菜、做粿等勞動性行為視為維持健康的策略，也將菜或粿拿去賣，亦或是照顧家庭及孫子，都是參與生產力活動的展現，所以本研究受訪的客家高齡婦女也符合 Rowe & Kahn 的第三個要素。由上述可知，本研究結果，在本質上與 Rowe

& Kahn 的成功老化理論模式是完全符合的，本研究雖然用 Torres 的理論來看文化對成功老化要素之影響，但是也同時驗證 Rown & Kahn 的成功老化三要素理論。

此外，本研究大多數的受訪者亦提到足夠的經濟能力為成功老化的要素之一，足夠的經濟能力的重要性，在於提供老年的安全感，與 Gregg(1987)認為經濟會影響老年生活安適感的概念雷同，至於要有錢到怎樣的程度才會好命，受訪的客家阿婆們大多表示只要能夠滿足生活所需之開銷即可，跟 Chen(2007)和 Hsu(2007)針對台灣老人所進行的成功老化研究結果相似。本研究發現中的成功老化要素，除了上述提到身體健康及足夠的經濟能力之外，被孝順的感受與家庭圓滿對於這十位客家高齡婦女而言，也是達到其理想老年不可或缺的要素，此與不少文獻指出家庭關係對於成功老化的影響結果相符(Fallon,1997；Huang, 2003；Hsu, 2007；Chen, 2007；林麗惠，2006b)。其中，Hsu(2007)，針對 584 位居住在苗栗的老年人進行調查，以瞭解其對成功老化的看法，研究結果發現：除了健康外，老年人最重視的是家庭與社會支持，而受測者提到社會支持大多源自於孩子，包括：同住、關心、聆聽心聲等，這種概念與本研究客家高齡婦女之成功老化感知要素中的「被孝順的感受」類似。

目前成功老化要素的研究中，Ohsako(1999)針對西方國家所做的成功老化調查結果發現，老人普遍將長壽視為是成功老化的要素之一，但本研究的受訪者超過半數認為：假如生病的話，她們不想要長壽，強調不要拖病，在乎

的是要「好死」(good death)，也就是善終的觀念，而 Chen(2007)與 Hsu(2007)同樣以台灣老人為研究對象，其研究結果亦發現善終被視為是成功老化的要素之一，此結果似乎可以看出成功老化的要素與老人所處的文化有關。

第二節 文化與成功老化感知之關聯性

本研究以 Torres(1990)的文化架構理論為理論基礎，試圖瞭解客家高齡婦女的成功老化感知。成功老化的定義，不應以研究者的角度為主體，而要去聆聽老年人自己對於成功老化的看法 (Bowling, 2007; Torres, 1999 ; Chen, 2007)，再者，部份研究亦支持老人所身處的文化會影響其對成功老化的看法 (Bowling, 2007; Torres, 1999, 2003 ; Duay & Bryan, 2006)，由此可知，欲了解某一老人族群對成功老化的感知，以通則性的定義涵括與理解其對理想老年元素的追求，並不恰當，是以，本研究以深度訪談的方式來瞭解客家高齡婦女對於成功老化的看法。本研究發現受訪客家高齡婦女對於成功老化的要素包括：(1)身體健康、(2)足夠經濟能力、(3)被孝順的感受、(4)家庭圓滿、(5)善終，其中被孝順的感受及善終這兩個成功老化元素，因東西方文化差異，與現有以西方價值為主體的研究較為不同，以下試探討此二項內涵。

本研究受訪的十位客家高齡婦女皆認為被孝順的感受是好命老年不可或缺的要素之一，如此的觀點，研究者認為是受到客家文化遵循儒家的道德思想，進而反映在客家人極為重視孝道(吳永章，2002)的價值觀之影響，客家人的觀念裡認為，人在年幼時受到父母親的照顧而成長，當父母隨著年齡漸增而身體逐漸衰退，因而喪失勞動力後，子女則有奉養父母的社會責任，此為

一種回饋的概念，是必須遵守的行為規範(賴珣，2005)。西方文化則是認為生育及教育子女，都是他們在對社會盡責任和義務，也不會覺得子女對父母有孝順和奉養的義務(肖群忠，2002)，當邁入老年時期，人應為自己的生活負責，強調獨立自主的生活。本研究受訪的十位客家高齡婦女雖也同樣強調獨立自主的重要性，但她們表示當身體功能衰退而無法自理時，孩子就有負擔照顧的責任，而西方老人因病無法獨自生活時，他們仰賴社會福利資源及機構式照顧，但在本研究中，客家高齡婦女大多表示無法接受機構式的照護，甚至認為子女將老年人送去機構是一種不孝的展現，因此被孝順的感受便成為客家高齡婦女認知的成功老化的要素之一，其象徵的是她們晚年生活的保障。由上述可知，因孝道而形塑出的成功老化要素與西方國家相比，顯示其文化的獨特性。

除孝道觀外，超過半數的受訪者皆認為善終為成功老化的要素之一，筆者透過文獻及受訪者的指述可推論此乃受到道家思想的影響，老莊哲思提到：生死的變化如白晝和黑夜的轉化，是每個人都要走的坦途，應該要生而不喜、死而不悲(劉仲容、鄭基良，2006)，這種強調順應自然、不強求的概念，反映在客家婦女對於死亡的態度上，她們認為死亡是每一個人必經之路，該來就來、該走就走，所以不強求一定要長壽，也不會特別作什麼事情讓生命延長，這種順應自然的態度，相似於 Torres(1998)提出之「人與自然」的價值取向中「和諧」的型態，與西方文化強調的是人定勝天的概念，屬於 Torres 的「人與自然」的價值取向，是較偏向「控制」的型態(Chen, 2007)截然不同，這種

人定勝天的概念，亦可解釋西方人認為人是可以靠運動、生物科技、醫學等來使壽命延長，是以，在 Ohsako(1999)針對西方國家所做的成功老化調查結果亦發現，其將長壽視為是成功老化的要素之一，便可看出他們對於追求長壽的重視，以及因文化而引起東西方老年人對於死亡看法的不同。

瞭解老人對於壽命長短與善終的期待是如何受到文化價值影響後，以下試述客家文化中強調孝道的價值觀之轉變，及其改變如何影響到受訪者對於成功老化元素的觀點。本研究發現在現代化的影響下，客家文化對孝順價值觀有以下三項轉變：(1)孝順提供者的轉變、(2)孝順內涵的轉變、(3)傳統權威式孝道的轉變。根據本研究受訪的十位客家高齡婦女表示：傳統文化中孝順行為的提供者為兒子，女兒嫁出去如潑出去的水，只需承擔婆家父母的孝順責任，由於女兒嫁出去後不具有實質功能性，在早期生女兒常視為賠錢貨，生兒子便成為早期客家高齡婦女好命與否的指標，但是隨著現代化、人口結構改變、少子化等社會變遷的影響，客家高齡婦女不再認為孝順僅能由兒子提供，轉變成兒女皆可提供，在本研究中，兒子孝順雖仍被提及為成功老化的要素之一，但是亦有受訪者表示，女兒、兒子都很重要，她們重視的是被孝順的感受。再者，傳統孝順的內涵包括：子女須提供支持性行為、與父母同住、不讓父母擔心，但是隨著社會變遷的影響，本研究的客家高齡婦女表示不再要求孩子一定要同住，支持性行為也從工具性支持及情感性支持兩者皆要，變成僅要求情感性支持即可，甚至有部分的受訪者表示她希望能獨立自主，自己照顧自己，並在經濟上不依賴子女，這點與 Chen(2007)針對台灣高

齡志工婦女成功老化之要素的研究結果一致，由上述可證明，文化受到社會變遷改變，進而使客家高齡婦女對好命的追求及期望也跟著改變，再次證明文化的確會影響個人對成功老化要素的看法。

此外，孝道因社會變遷導致變型中的第三點：傳統權威式孝道，亦可於本研究結果中發現轉變成是互益性孝道。客家文化傳統上是權威式的孝道，亦指將孝順父母視為理所當然，是子女必須要負的責任與義務。但是隨著現代化、西方化、人口結構改變、產業結構改變的影響下，這種權威式的孝道逐漸轉為互益性的孝道，亦即父母與子女共同付出並各取所需，為互益的關係(肖群忠，2002)。在本研究中的確也呈現這種現象，許多客家阿婆會幫子女打理家裡、照顧孩子來換取孝順行為，就像本研究中受訪者提到：「我們幫孩子把家裡顧好好的，他們自然就會孝順我們」，而在訪談過程中亦發現成年子女也會透過提供母親生活費的方式，來換取母親來照顧自己的家庭。因此研究者推論：客家高齡婦女如此重視身體健康，其中一項考量是要幫孩子做事，這種考量，除了是婦女重視家庭的展現，研究者認為另一個考量，或許是希望能擁有身體健康，來支持她們為孩子做事，進而換取子女之孝順行為。

上述為西方文化與東方文化下，及客家傳統文化與社會變遷後文化前後老人對於成功老化看法之比較，接下來將以 Chen(2007)針對台灣高齡志工婦女之成功老化感知的探討，作台灣文化及本研究客家文化間的成功老化要素之比較。Chen 以 14 位台灣高齡志工婦女作為研究對象，參與者族群包含外省人、客家人、閩南人、原住民，其對於成功老化的感知包括：(1)維持身體健

康、(2)不用為經濟煩惱、(3)與家人和朋友保持良好互動、(4)持續貢獻社會、(5)善終。除了持續貢獻社會可能因該研究將受訪對象鎖定在高齡志工婦女，與本研究結果相異外，其成功老化的要素與本研究相似。

在 Chen(2007)的研究中提到，台灣高齡志工婦女受到社會變遷的影響而造成代間關係的轉變，包括：保持獨立、不再視期望與孩子同住為必要、與孫子的關係與傳統相比較不密切。保持獨立指的是不管健康與否，都希望自己能照顧自己，在財政上也希望能保持獨立，不跟孩子拿錢，對照本研究參與的客家高齡婦女亦有這種傾向。在不再視期望與孩子同住為必要的部分，Chen 的研究指出，雖然台灣高齡志工婦女認為與孩子同住是一個理想狀態，但是她們也知道孩子有自己的事業，若因工作而導致無法跟她們同住，她們也能接受，而本研究的客家高齡婦女雖一樣有這種想法，但是在實際情形中，受訪者僅有一位是獨居，其餘皆與孩子居住，研究者推論可能原因有二：(1)文化規範、(2)選擇的研究地點。所謂文化規範指的是客家人較為重視孝道傳統，因此兒子將同住視為理所當然，譬如受訪者提到：「我兒子當初要開工廠就有考慮到要在家附近的，他說要跟我們住」。另外還有一個原因是本研究選擇以新竹竹東鎮當作是研究地點，竹東鄰近竹科、新竹市，工作機會較為多，所以兒子比較少因工作而必須離開老年父母。

雖然本研究客家婦女大多表示她們可以接受孩子搬出去住，但是她們認為跟女兒住是一件很奇怪的事情、是不應該的，就像謝桂珠(1985)針對客家老人生活滿意度調查中顯示：認為與兒子同住為理想安排有 87.7%，但認為跟女兒

同住為理想安排則僅有 5.9%，可以看出比例懸殊上的差異，研究者推論客家人在居住安排上還是較為傳統的，在 Chen(2007)的研究中受訪者沒有特別強調要與子或與女同住，這點是本研究與 Chen 的研究較為相異之處。

在 Chen(2007)的研究中最後一項代間關係的轉變為「與孫子的關係」，Chen 的受訪者認為，她們不會像以前一樣覺得孫子很重要，也不會覺得帶孫子是自己的責任，但是參與本研究的客家高齡婦女大多都有顧孫子的經驗，更有受訪者表示：兒子、女兒的小孩全都是她一手帶大的，再問到其對於老年還需要帶孫的想法時，她們都是非常樂意且甘之如飴，認為有孫子與她們作伴讓生活增添樂趣，甚至有受訪者認為帶孫子是一種「享受」。



第陸章 結論與建議

本研究目的為瞭解客家高齡婦女對於成功老化的感知，研究問題有二：(1)客家高齡婦女認為成功老化包含哪些要素？(2)客家文化如何形塑客家高齡婦女對成功老化的感受與看法？以新竹縣竹東鎮為研究場域，深度訪談十位客家高齡婦女。本章綜述本研究之結論並對未來相關研究提出建議。

第一節 結論

本研究以十位客家高齡婦女做為研究參與者，其年齡分布在 65 到 77 歲間，本研究發現：客家高齡婦女認為有五大成功老化的必要元素包括：(1)身體健康；(2)足夠的經濟能力；(3)被孝順的感受；(4)家庭圓滿；(5)善終。

對於受訪者而言，身體健康是最常被提及的成功老化要素，參與者同意無病就是身體健康，但是也認為隨著年紀的增長，身體出現疾病是常態現象，因此對她們而言，只要還能保持行動自主，能自己照顧自己的生活起居，便算是健康。本研究受訪者所強調的健康，不論是在本質上或背後的考量及採用的策略，皆符合 Rowe & Kahn(1987, 1997)此一成功老化主流的理論。本研究參與者亦提到對於經濟的重視，認為錢可以帶給他們安全感，她們只要求錢能支撐生活所需開銷即可。「被孝順的感受」被全體受訪者視為是成功老化的要素之一，而她們所要求的孝順內涵包括子女與其同住、子女提供支持性行為、及不讓父母擔心。全部的受訪者亦指出家庭圓滿也是客家高齡婦女追求的成功老化要素之一，她們所定義的家庭圓滿是要有一個自己的房子、與後代同住、配偶健在及家庭氣氛融洽。而大多的受訪者則認為：在睡夢中不

知不覺死去是最理想的死亡方式，倘若真的有病痛，若能得到上述其一，則是她們所期待的善終。

除成功老化元素之外，本研究也發現：客家高齡婦女對於成功老化的觀點，受到了以下四種文化價值觀的影響：(1)強調勤勞的社會規範；(2)重視家庭的核心價值；(3)以子為中心的孝道觀；(4)傳統與現代文化交纏形塑了對於善終的期望。客家文化中將女性勤勞的行為視為美德，勞動是客家婦女一種長期以來養成的習慣，勤勞亦為重要的行為規範，倘若婦女不保持勞動習慣，則會被周遭人指責，甚至冠上懶惰的標籤形象，因此，客家社會強調勤勞的、重視「動」的狀態，使得身體健康就變成客家高齡婦女成功老化中的必要元素。此外，客家人相當堅守中國傳統中「家」的精神，此種價值觀形塑了婦女認為家庭圓滿才算是成功老化的觀點，研究資料顯示：客家高齡婦女在追求的成功老化要素時，往往將家庭層面的考量納入其中。再者，客家高齡婦女受到儒家孝道的影響，形塑出她們認為「被孝順的感受」是成功老化的要素之一，但是隨著現代化、人口結構、少子化等社會變遷的影響，客家高齡婦女原本認為孝順僅能由兒子提供，轉變成是兒女皆可提供，且對孝順的要求方面，不再強求孩子一定要同住或提供支持性行為，也僅要求情感性支持即可。最後，客家高齡婦女受到道家傳統文化及現代化之影響，善終成為她們追求成功老化的必要元素之一。

根據上述的研究發現，研究者提出兩個結論：(1)文化會形塑人們對於成功老化的看法；(2)需求的滿足為客家高齡婦女達到成功老化的關鍵。

一、文化會形塑人們對於成功老化的看法

經過本研究結果跟既有文獻作討論與呼應後，不論是從客家文化與西方文化的比較，或是客家文化與台灣文化比較，甚至拿傳統與現代化後的客家文化與客家文化來比較，皆可以發現：成功老化的確是社會建構的產物，有其因文化不同而相異之元素，然而，儘管文化的不同，不管是比較東方老人和西方老人對於成功老化的追求上、或是處於台灣同一個大環境下所進行的成功老化研究，亦可看到老人們對成功老化要素的追求有其相同及相異的地方。

二、需求的滿足為客家高齡婦女達到成功老化的關鍵

馬斯洛提出個體動機是由多種不同層次與性質的需求所組成的，而各種需求間有高低層次與順序之分。需求層次理論將人的需求劃分為五個層次，最低層為生理的需求、依序為安全的需求、感情的需求、尊重的需求、自我實現的需求(莊耀嘉譯，1990)，而本研究結果與馬斯洛的需求理論具關聯性，譬如：客家高齡婦女認為有足夠的經濟能力為成功老化的要素之一，是基於經濟能力可讓她們有得吃、有得穿，以求溫飽，這些概念符合馬斯洛需求理論底層的生理需求。另外，足夠經濟能力可以提供經濟上的安全感；被孝順的感受則是讓受訪者不用擔心晚年生活；身體健康可以讓她們不用依賴別人等，這些皆可作為客家高齡婦女追求安全感的證據。再者，客家高齡婦女重視家庭關係、及子女及配偶提供情感性的支持也是感情的需求的展現。又，孝順的內涵中包括：子女不可對父母大小聲及尊重視為，這點可用來證明客家高齡婦女有尊重的需求。最後，在本研究結果中一再顯示她們對家庭的重

視及希望為家庭付出的渴望，透過對家庭付出來滿足最高層的自我實現需求，因此筆者認為客家高齡婦女感知的成功老化要素可看到她們需求滿足的追求，需求的滿足為客家高齡婦女達到成功老化的關鍵。

第二節 實務之建議

本研究受訪的十位客家高齡婦女感知中的成功老化要素包含：(1)身體健康、(2)足夠的經濟能力、(3)被孝順的感受、(4)家庭圓滿、(5)善終，研究者根據上述成功老化之要素，針對政府政策面提出實務之建議作為參考。

1. 由於健康和經濟這兩大要素，影響到客家高齡婦女的晚年好命與否，政府應該連結社區資源，邀請具有專業背景的人員：包括醫療人員、理財專員等，來進行健康及經濟這兩方面相關知識的宣導，例如：保健新知、防詐騙訊息、退休規劃等相關議題的講述。
2. 善用高齡人力：客家高齡婦女的付出往往僅限於自己的家庭，因此政府深入去瞭解她們是否有參與志願服務的意願，並針對其專長和興趣來建立各種志願服務的組織。尤其客家阿婆保有豐富的文化傳統，譬如：傳統客家民謠、客家俗語、生活經歷等，應該善用阿婆的經驗，來進行客家文化傳承。
3. 關懷獨居老人：在本研究中可看到客家高齡婦女對家庭的重視，因此對於獨居老人而言，或許工具性支持可以透過社福政策來補償，例如：年金、送餐服務等，但社福人員也必須注意獨居老人是否有接收來自子女或朋友的情感性的支持，倘若獨居老人並無與子女連繫也亦無友

誼間互動，社福人員不僅為提供實物上的幫助，也是注意提供情感性支持，譬如：電話、訪視關懷。

4. 加強宣導安寧緩和醫療條例：根據本研究結果，善終為客家高齡婦女之成功老化要素之一，而善終的定義為希望好走、能夠在臨終前不拖病，因此研究者認為當客家高齡婦女開始出現不可治癒的重大疾病時，例如：癌症等，應需瞭解 DNR 的內容。DNR 指的是 2000 年 6 月 7 日我國立法實施「安寧緩和醫療條例」，在臨終時選擇或拒絕心肺復甦術(Do Not Resuscitate, DNR)的權力。但許多民眾還不了解何謂 DNR 條例，也不瞭解簽署 DNR 的必要性為何，因此政府應加強宣導相關知識，讓民眾瞭解此條例的意義不在於抹殺生命，而是在於讓人在生命末期得到安適，且避免造成醫療資源的浪費，並讓客家高齡婦女在臨終前得到安適。

第三節 未來研究之建議

本節針對研究對象部分，以語言、族群、性別這三方面來提出對未來研究的建議。

一、 語言

本研究以居住在新竹縣竹東鎮的 65 歲以上客家婦女為研究對象，其參與者標準為配偶為客家人及會使用國台語。研究者待在研究場域的經驗中發現，新竹縣竹東鎮 65 歲以上老年人，會使用國語來配合聽不懂也不諳客語的

年輕人，但 80 歲以上的客家婦女大多使用日語及客家語溝通，因為研究者不諳客語，導致選擇受訪者時受到年齡的限制，雖然研究者致力於尋找會講國台語的 80 歲以上客家高齡婦女，但是在研究過程中並沒有出現符合條件的對象，本研究參與者最年長的僅為兩位 77 歲的客家阿婆。80 歲甚至是 90 歲以上的客家老年婦女，受到文化規範的影響程度可能高於本研究參與者，產生的研究發現可能更可以看到文化形塑老人成功老化的觀點的痕跡。因此研究者建議，未來欲從事相關研究者，若能流利的使用客語來進行訪談為佳，如此便可招募較年老的客家婦女，增加研究的深度以補充本研究因語言而造成受訪者年齡層不夠廣泛的資料不足。

二、族群

台灣為多元族群，其中較為人所知的有四大族群：大陸外省市人、客家人、福佬人、原住民，未來欲從事台灣文化與成功老化感知間關聯性的研究，可以從外省文化及原住民文化作為探討主題，並且針對不同文化如何影響著人對成功老化的看法來做比較。

三、性別

本研究以客家高齡婦女為研究主題，未來若有興趣從事相關研究者者，可以從客家男性的角度來了解其所定義的成功老化，在先前文獻中也發現性別為影響成功老化感知差異的因子之一，若能納入客家高齡男性的看法，並比較男性與女性對於成功老化的感知相同相異之處，更能全面性的了解客家老人對於成功老化的看法。

參考文獻

一、中文文獻

尹章義（2003）。*臺灣客家史研究*。臺北市：台北市政府客家事務委員會。

王雯君（2005）。閩客族群邊界的流動：通婚對女性族群記憶與認同的影響。

中央大學客家社會文化研究所碩士論文。

丘昌泰、蕭新煌（2007）。*客家族群與在地社會：臺灣與全球的經驗*。臺北市：

智勝文化。

危芷芬、陳瑞雲譯（1996）。*女性心理學*。臺北市：五南。

江文瑜編（1998）。*阿母的故事*。臺北市：元尊文化。

行政院內政部（2005）。老人狀況調查報告。

<http://www.moi.gov.tw/stat/bbs02.aspx>

行政院內政部統計處 <http://www.moi.gov.tw/stat/>

行政院社會司 <http://www.moi.gov.tw/dsa/>

行政院客家委員會（2008）。全國客家人口基礎資料調查

<http://www.hakka.gov.tw/mp.asp?mp=1>

吳永章（2000）。*客家傳統文化概說*。南寧市：廣西教育出版發行。

吳建勳（2006）。追求「成功老化」新模式。《今周刊》，507，66-71。

李玉嬋（2007）。從成功老化談預防疾病與促進健康生活型態的醫療。諮商工

作。諮商與輔導，260，43-50。

李政賢譯 (2008)。質性研究。台北市：五南圖書。(原著初版年：1999)

李喬 (1980)。寒夜三部曲。臺北市：遠景。

房學嘉 (2002)。客家源流探奧。臺北市：武陵。

肖群忠(2002)。中國孝文化之研究。台北市：五南。

林麗惠 (2006 a)。台灣高齡學習者成功老化之研究。人口學刊，33，133-170.

林麗惠 (2006 b)。高齡者參與志願服務與成功老化之研究。生死學研究，4，
1-36。

徐慧娟、張明正 (2004)。台灣老人成功老化與活躍老化現況：多層次分析。

台灣社會福利學刊，2(3)，1-36。

黃富順 (1995)。成功的老化。成人教育辭典 (頁 118)。

台北市：中華民國成人教育學會。

施正鋒 (2006)。台灣的族群政治與政策。臺中市：新新臺灣文教基金會。

施正鋒、吳珮瑛 (2001)。台灣客家族群與政治。台灣史學雜誌，1，142-185。

胡幼慧主編 (2008)。質性研究：理論、方法及本土女性研究實例。臺北市：
巨流出版。

莊耀嘉譯(1990)。馬斯洛。台北市：桂冠。

徐俊冕譯(1997)。成人心理學：發展與老化。臺北市：五南

高宗熹（1997）。*客家人：東方的猶太人*。臺北市：武陵。

張典婉（2004）。*台灣客家女性*。台北市：玉山社。

張典婉（2002）。*台灣文學中客家女性角色與社會發展*。世新大學社會發展研究所碩士論文。

梁榮茂等撰稿（2004）。*臺灣客家族群史*。南投縣：國史館臺灣文獻館。

陳向明（2009）。*社會科學質的研究*。台北市：五南圖書。

陳運棟（1988）。*客家人*。臺北市：東門。

陳運棟（1989）。*台灣的客家人*。臺北市：臺原出版。

湯韻旋（2008）。台灣客家人“隱而不顯”及其文化危機中的族群反應。*人文社會學*，28，28-32。

賀超（2007）。客家文化與現代文明。*江西社會科學*，1，145-148。

楊長苓（2000）。質性研究工作仿系列一：訪談法（1）。*婦女與兩性研究通訊*，56，2-7。

楊國鑫（1993）。*台灣客家*。臺北市：唐山。

廖開順（2008）。論河洛文化的根性特徵及客家文化的根性精神。*歷史月刊*，244，P49~56

劉煥雲（2003）。客家學初探。*漢學論壇*，2，125-147。

劉還月（1999a）。*台灣客家風土誌*。臺北市：常民文化出版發行。

劉還月（1999b）。*台灣的客家族群與信仰*。臺北市：常民文化出版發行。

劉仲容、鄭基良(2006)。 *生死哲學概論*。國立空中大學出版。

樊洛平（2008）。客家視野中的女性形象形塑及其族群文化認同。 *台灣研究集刊*，99，56-65。

潘淑滿（2003）。 *質性研究：理論與應用*。臺北市：心理。

蔡文輝、李紹巖編著。(2006)。 *社會學概論*。臺北市：三民。

蔡文輝(2005)。 *婚姻與家庭：家庭社會學*，五南圖書，台北市

賴珣璵（2005）。淺談客家文化。 *體育學刊*，5，91-104。

謝桂珠（1985）。客家老年人的生活需求與滿意之研究。中國文化大學家政學研究所碩士論文。

鍾理和（1995）。 *笠山農場*。高雄市：派色文化發行。

鍾肇政（1999）。 *台灣人三部曲*。桃園縣：桃園縣立文化中心。

瞿海源、王振寰主編（2008）。 *社會學與台灣社會（精簡本）*。臺北市：巨流出版。

羅香林（1992）。 *客家研究導論*。臺北市：南天。

嚴祥鸞（1997）。訪談的倫理與政治：女性主義社會者的自我反思。 *婦女與兩性期刊*，8，199-220。

二、英文文獻

- Amasa, B. F., Msrie, R. H., Kurt, C. S., Atwood D. G., Linda, S. N., Paul, K. J. (2000). Sustained personal autonomy: A measure of successful aging. *Journal of Aging and Health*. 12(4) ,470-489.
- Ardelt, M. & Koenig, C.S. (2007). The importance of religious orientation and purpose in life for dying well: Evidence from three case studies. *Journal of Religion, spirituality & Aging*, 19(4), 61-79.
- Baltes, P. B., & Baltes, M. M. (1990). Psychological perspectives on successful aging: The model of selective optimization with compensation. In P. B. Baltes & M. M. Baltes (Eds.), *Successful aging: Perspectives from behavioral science* (pp. 1-34). New York: Cambridge University Press.
- Baltes, M. M., & Carstensen, L. L. (1996). The process of successful ageing. *Ageing and Society*, 16, 397-422.
- Beyene Y., Becker G.I & Mayen N.I . (2002). Percetion of aging and sense of well-being among Latino elderly. *Journal of Cross-Cultural Gerontology* 17: 155–172.
- Bowling, A., & Dieppe, P. (2005). What is successful ageing and who should define it? *British Medical Journal*, 331(7531), 1548-1551.
- Bowling, A. (2007). Aspirations for older age in the 21st century: what is successful aging? *Aging and human development*, 64(3), 263-297.
- Chen, Li-Kuang. (2007). Older Taiwanese women: Learning and successful aging through volunteering. *Unpublished doctoral dissertation, The University of Georgia at the adult education*.
- Chen, L.-K., Kim, Y. S., Paul, M., & Merriam, S. B. (2008). A review and critique of the portrayal of older adult learners in adult education journals, 1980-2006. *Adult Education Quarterly*, 59(1), 3-21.
- Collings, P. (2001). "If you got everything, it's good enough": Perspectives on successful aging in a Canadian Inuit Community. *Journal of Cross-Cultural Gerontology*, 16(2),127-155
- Crowther, M. R., Parker, M. W., Achenbaum, W. A., Larimore, W. L., & Duay, D. L. & Bryan, V. C.(2006). Senior adult's perception of successful aging. *Educational Gerontology*, 32, 423-445.
- Erikson, E. H. (1982). The life cycle completed: A review. New York: W. W. Norton.

- Freund, A. M., & Baltes, P. B. (1998). Selection, optimization, and compensation as strategies of life management: Correlations with subjective indicators of successful aging. *Psychology and Aging, 13*(4), 531-543.
- Fallon, P. E. (1997). An ethnographic study: personal meaning and successful aging of individuals 85 years older (Doctoral dissertation, Texas Woman's University, 1997). *Dissertation Abstracts International*, 58, 4490.
- Gailey, C. W. (1987). Evolutionary perspective on gender hierarchy. In B. B. Hess & M. M. Feree (Eds.), *Analyzing gender* (pp. 32-67). Newbury Park, CA: Sage Publications.
- Gregg, D. W. (1992). Human wealth-span: The financial dimensions of successful aging. In N. E. Cutler, D. W. Gregg, M. P. Lawton (Eds.), *Aging, money, and life satisfaction: Aspects of financial gerontology*. p. 169-182. NY: Springer.
- Griffith, T. D. (2001). The relationship between death awareness and successful aging among older adults. Unpublished doctoral dissertation, The Florida State University.
- Huang, C. Y. (2003). Taiwanese elders: Successful aging and physical activity (Doctoral dissertation, University of the Incarnate Word, 2003). *Dissertation Abstracts International*, 64, 1579.
- Hsu, Hui-Chuan. (2005). Gender Disparity of Successful Aging in Taiwan. *Journal of Women & Health*, 42:1, 1-21.
- Hsu, Hui-Chuan. (2007). Exploring elderly people's perspectives on successful ageing in Taiwan. *Ageing & Society* 27, , 87-102.
- Kluckhohn, F. (1950). Dominant and substitute profiles of cultural orientations: their significance for the analysis of social stratification. *Social Forces*, 23(4): 376-393.
- Koenig, H. G. (2002). Rowe and Kahn's model of successful aging revisited: Positive
- Lewis, J. (2009). "Successful aging through the eyes of Alaska Natives." The health and wellbeing of Alaska Native Elders. *Unpublished doctoral dissertation, University of Alaska Fairbanks, Department of Psychology*.
- Maria G. Cattell. (2008). Aging and Social Change Among Abaluyia in Western Kenya: Anthropological and Historical Perspectives. *Journal of Cross-Cultural Gerontology* 23:181-197
- Mean, P., Dempster-McClain, D., & Williams, R. M. (1992). Successful aging: A life-course perspective on women's multiple roles and

- health. *American Journal of Sociology*, 97(6), 1612-1638.
- Merriam, S.B. (1995). What Can You Tell From An N of 1?: Issues of Validity and Reliability in Qualitative Research. *Journal of Lifelong Learning*, 14, 51-60.
- Merriam, S.B., Johnson-Bailey, J., Lee, M.-Y., Kee, Y., Ntseane, G., & Muhamad, M. (2001). Power and positionality: negotiating insider/ outsider status within and across cultures. *Int. J. of lifelong education*, 20(5) 405–416.
- Norman, S. M., McCluskey-Fawcett, K., & Ashcraft, L. (2002). Older women's development: A comparison of women in their 60s and 80s on a measure of Erikson's developmental tasks. *International Journal of Aging and Human Development*, 54(1), 31-41.
- Ohsako, T. (1999). *Learning and social participation by senior citizens in Japan: Analysis of major issues from an international perspectives*. Paper presented at the How adults learn, Workshop III: Older Adults.
- Palmore, E. (1979). Predictors of successful aging. *The Gerontologist*, 19(5), 427- 431.
- Patton, M.Q. (2003). *Qualitative Research & Evaluation Method*. Sage. 3rd.
- Peck, T. A. (1986). Women's self-definition in adulthood: From a different model. *Psychology of Women Quarterly*, 10, 274-285.
- Rowe, J. W., & Kahn, R. L. (1987). Human aging: Usual and successful. *Science*, 237(4811), 143-149.
- Rowe, J. W., & Kahn, R. L. (1997). Successful aging. *The Gerontologist*, 37(4), 433-440.
- Sinnott, J. D. (1986). Sex roles and aging : Theory and research from a systems perspective. Contributions to human development. New York: Karger.
- Strawbridge, W. J., Cohen, R. D., Shema, S. J., & Kaplan, G. A. (1996). Successful aging: Predictors and associated activities. *American Journal of Epidemiology*, 144(2), 135-141.
- Tang, N. (2002). Interviewer and interviewee relationships between women. *Sociology*, 36(3), 703-721.
- Torres, S. (1999). A culturally-relevant theoretical framework for the study of successful ageing. *Ageing and Society*, 19, 33-51.
- Torres, S. (2001). Understandings of successful ageing in the context of migration: The case of Iranian immigrants in Sweden. *Ageing and Society*, 21, 333-355.

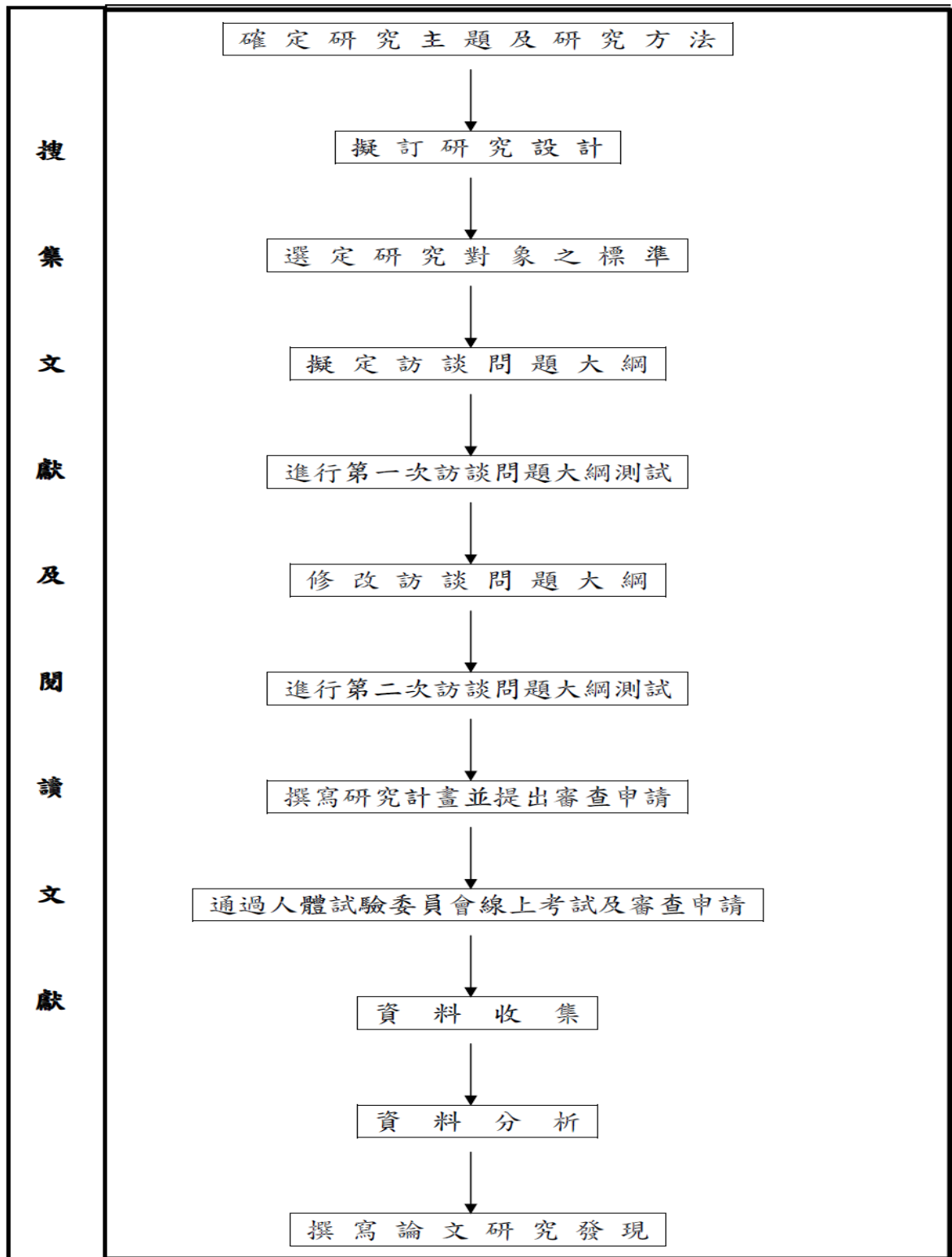
- Torres, S. (2002). Relational values and ideas regarding "successful aging". *Journal of Comparative Family Studies*, 33(3), 417-424.
- Torres, S. (2003). A preliminary empirical test of a culturally-relevant theoretical framework for the study of successful aging. *Journal of Cross-Cultural Gerontology*, 18(1), 79-100.
- Torres, S. (2006). Different ways of understanding the construct of successful aging: Iranian immigrants speak about what aging well means to them. *Journal of Cross-Cultural Gerontology*, 21, 1-23.
- Turner, B.F. (1982). Sex-related differences in aging. In B.B Wolman(Ed.), *Handbook of developmental psychology*(912-936). Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.



附錄

附錄一

研究程序圖



附 錄 二

訪談提綱設計

- 1.研究題目：客家高齡婦女之成功老化感知探討
- 2.研究目的：探討客家高齡婦女對於成功老化的感知。
- 3.研究問題：
 - a.客家高齡婦女認為成功老化應包含的要素？
 - b.客家文化對客家高齡婦女成功老化感知之型塑？
- 4.訪談問題設計原則：具體、開放、清楚、白話、生活化
- 5.訪談問題類別：Patton(問經驗和行為；問感受；問意見與價值；問知識；問感官；問人口背景資料)、角色扮演、模擬類
- 6.訪談問題設計

序	訪談問題	NO 研問	類型	追問	備註
1	請問您一天中從起床到睡覺，時間上都怎麼安排？	a	經驗行為		知道他一天的安排，去看受訪者大部分把時間花在哪裡，推敲受訪者重視的地方（例如：家庭、個人健康...），與成功老化的關聯。
2	對您而言，什麼是您這個年紀最棒的事？	a	意見價值		知道受訪者其老年生活重視的元素為何
3	對您而言，什麼是您這個年紀最糟的事？	a	意見價值		知道受訪者其老年生活重視的元素為何

4	請問您認為怎樣的老年生活才算好命？或是好的/理想的/滿意的老年生活？	a	意見價值	要追問為什麼那樣認為&客家文化的可能相關性。	
5	請問如果一個年輕的人想要在老的時候能夠好命，您會建議他做哪些準備？（或留意哪些事？）	a	角色扮演	要追問為什麼那樣認為&客家文化的可能相關性。	
6	如果重新回到過去，假如您現在四十歲，那您會怎樣去準備老年的生活？	a	模擬類	要追問為什麼那樣認為&客家文化的可能相關性。	
7	想像您已經八十歲了，您希望那時候的自己是怎樣的？（過著怎樣的生活）	a	模擬類	要追問為什麼那樣認為&客家文化的可能相關性。	
8	您認識的人裡面有誰讓您覺得他活的很好命？為什麼那樣認為？	a	意見價值		
9	如果還有改善空間的話，您會怎麼做讓您的老年生活更讓您自己滿意？	a	意見價值		
10	您認為您的母親，算是一位好命的女性嗎？為什麼這樣認為？	a.c	意見價值	追問回答內容中有哪些為客家傳統價值	
11	請問您對孝順的看法是？您認為孩子怎麼樣才叫做孝順呢？	b.c	經驗行為 意見價值	可以問問以前人怎麼說，現在還是這樣想嗎？	

附 錄 三

參與者基本人口背景資料

日期：

1. 姓名：_____ 出生年月：民國____年____月
2. 婚姻狀況：☐已婚 ☐離婚 ☐分居 ☐鰥寡（____年） ☐從未結婚
3. 居住狀況：☐獨居 ☐與配偶同住 ☐與子女同住
☐與配偶、子女同住 ☐其他_____
4. 居住縣市：_____
5. 宗教：☐佛教或道教 ☐基督或天主教 ☐回教 ☐無 ☐其他_____
6. 過去職業：_____ 退休年齡：_____
7. 教育程度：☐未曾受過教育 ☐小學教育 ☐中學教育 ☐高中
☐大專/大學 ☐研究所及研究所以上
8. 目前經濟來源（可複選）：☐自己退休金 ☐自己存款
☐配偶給予 ☐子女給予 ☐政府每月補助 ☐其他_____
9. 您自認為您的健康狀況：☐非常好 ☐好 ☐普通 ☐不太好 ☐很不好
10. 您目前已被診斷的疾病有哪些：_____
11. 您認為您算不算好命？：☐非常好命 ☐好命 ☐普通
☐不太好命 ☐很不好命
12. 您認為您快樂嗎？☐非常快樂 ☐快樂 ☐普通快樂
☐不太快樂 ☐很不快樂

附 錄 四

受試者訪談同意書

1.研究計畫名稱：客家高齡婦女之成功老化感知探討

2.研究計畫目的：

您好，您受邀參加客家高齡婦女之成功老化感知探討之研究，研究主持人鄭鈺靜小姐將向您說明本研究並回答您所提出的所有問題。請您詳細閱讀下列資料，並對不瞭解的地方提出問題。您可以自行決定是否參加本研究，如果您拒絕參加本研究，並不會造成您權益上的損失。本研究目的探討客家高齡婦女對於成功老化的感知。若您同意參加本研究，我將安排時間與您進行訪談。

3.預計執行的期限:自 99 年 2 月至 100 年 2 月

4.需參與之過程：

若您同意參加本研究，將安排您參與訪談，約需要花費一個半小時至三小時。

5.危險、利益或好處（Risk & Benefits）：

您在受訪過程中有告知任何身心不適的情形，我將立即中止訪談，並竭盡所能增進您的身心舒適感。

6.機密性（Confidentiality）：

基於保護參與者的緣故，您的姓名與提供的資訊，文中一律隱匿，本人會用假名方式來呈現您的姓名。另外您提供的一切資訊僅提供本研究使用，本人絕不外洩，希望您能放心的敘說真實的意見與想法，以增加研究資料的正確性

7.拒絕參加或隨時退出權利（Right to Refuse or Withdraw）：

您可以決定是否參加本研究，並於過程中可隨時撤銷同意及退出計畫參與，不須任何理由且不會引起任何不愉快或影響。

8. 損害賠償：

若發生由計畫執行所引起之傷害時，國立成功大學將依法負損害賠償責任。

9.與計畫有關問題詢問（Questions）：研究過程中可隨時向 鄭鈺靜 小姐聯絡（聯絡電話：

0987700021)，如您對參與研究的相關權益有疑問，您可以和成大醫院人體試驗委員會聯絡（聯絡電話：06-2353535 轉 3635）。

10. 主要主持人或共同主持人已詳細解釋有關本研究計畫中上述研究方法的性質與目的，及可能產生的危險與利益。

研究人員簽名：_____

日期：_____年_____月_____日

受試者已詳細瞭解上述研究方法及其所可能產生的危險與利益，有關本試驗計畫的疑問，業經計畫主持人詳細予以解釋。本人同意接受為人體研究計畫的自願受試者。

受試者簽名：_____

日期：_____年_____月_____日

法定代理人簽名：_____ (如適用)

日期：_____年_____月_____日

有同意權人簽名：_____ (如適用)

日期：_____年_____月_____日

同意臨床試驗證明書

Institutional Review Board
National Cheng Kung University Hospital
138 Sheng-Li Rd, Tainan 704, Taiwan R.O.C.
TEL: 886-6-2353535 ext.3662 FAX:886-6-3028049

國立成功大學醫學院附設醫院 108th
人體試驗委員會
台灣.台南市勝利路138號
E-mail:ncycl@mail.ncku.edu.tw

同意臨床試驗證明書

計畫名稱：客家高齡婦女之成功老化感知探討

計畫編號/本會編號：-- / ER-99-018

內容/版本：

· 試驗執行期間自民國 99 年 2 月至民國 100 年 7 月

1. 計畫書：第一版 2010/1/20

2. 受試者同意書：第二版 2010/10/27

計畫主持人：陳麗光 老師（老年學研究所）

共同主持人：鄭鈺靜

此期中報告已於民國 99 年 11 月 18 日經本院人體試驗委員會審核通過，本會組織與執行皆遵照 ICH-GCP 規範，有效期限至民國 100 年 7 月 31 日，特此證明。依照 GCP 規定，計畫每屆滿一年，主持人應主動向本會提出期中/結案報告，計畫主持人若未依規定於應繳交期限到期後三個月內繳交報告者，本會將保留審核權。若有嚴重不良反應(SAE)應按規定通報；該計畫任何部份若欲更改，亦需向本會提出申請。

此致

國立成功大學醫學院附設醫院
人體試驗委員會
主任委員

中 華 民 國 九 十 九 年 十 二 月 三 日