

家庭發展階段與家庭結構對 中年世代生活滿意度的影響

洪晟惠

國立臺灣師範大學
人類發展與家庭學系博士生

周麗端*

國立臺灣師範大學
人類發展與家庭學系副教授兼系主任

摘要

中年世代是相較於其他生命階段較少受到研究的時期，然而，國內外文獻與調查都指出，中年人的生活滿意度是所有年齡層的低點，因此，著實需要多加關心中年世代的生活。本研究關注中年世代的家庭發展階段、家庭結構與生活滿意度，研究目的有三：1.探討中年世代的生活滿意度狀況，2.瞭解不同家庭發展階段與家庭結構中年世代的生活滿意度，3.分析中年世代的家庭發展階段、家庭結構對生活滿意度的影響。

本研究以個人背景為控制變項，家庭發展階段、家庭結構為自變項，生活滿意度為依變項，使用方便抽樣找尋符合三明治形象的中年世代受試者(40至60歲、父母其一尚存、已婚、至少擁有一個不限年齡子女、與配偶子女同住)進行問卷調查，問卷共計發出730份，回收499份，有效問卷共333份。

結果顯示中年世代只能說是還算同意其生活為滿意；相較於家庭發展階段第四階段(空巢期階段)，中年世代位於家庭發展階段第一階段(子女學齡前階段)、第二階段(子女青少年階段)、第三階段(子女送出階段)時，生活滿意度顯著較低；中年世代的家庭結構是折衷家庭或核心家庭(是否和父母共同居住)，對其生活滿意度並無顯著影響。

依據研究結果，本研究分別針對中年世代、政府、學校、企業、家庭生活教育專業人員等對象提供關於家庭發展階段與家庭結構的建議，期望能提升中年世代的生活滿意度。

關鍵字：中年世代、家庭發展階段、家庭結構、生活滿意度

*本篇論文通訊作者：周麗端，通訊方式：t10011@ntnu.edu.tw。

壹、緒論

大多數的中年人，在進入中年期之後，除了要面對進入中年時期的自己與配偶，還要面對開始進入青少年期或年輕成人階段的子女，以及開始進入老年階段的父母，因此，如何配合子女而調整自己作為父母的角色、如何面對年老父母而重新定義自己作為子女的意義，乃成為三民主義時代無法逃避的挑戰，其一方面困於現狀，另一方面擔心未來，再一方面又有教養子女、奉養父母的職責，因此，當傳播媒體與一般大眾提及中年時，就常聯想到「中年危機(midlife crisis)」(周玉慧、黃朗文，2007)，相較於其他時期而較少受到研究的生命週期階段---成人中期(張慧芝譯，2002)，是否真的存有許多危機，值得探究。

在進一步搜尋相關資訊後發現，無論國內外的中年世代，都是對生活感到最不滿意的族群，國外針對歐洲8個國家(比利時、丹麥、法國、德國、義大利、愛爾蘭、荷蘭、英國)人民的生活滿意度調查指出，生活滿意度的低點平均值是49.1歲(Blanchflower & Oswald, 2009)，此歲數正好位於中年世代階段，從我國內政部的國民生活狀況調查報告結果中也是得知，相較於30歲以下的年輕族群與65歲以上高齡族群，中年人的生活滿意度常是該年度的低點，而且男性生活滿意度常比女性為高(內政部統計處，2000，2001，2005，2006，2007，2008，2009，2010)。

然而，位於成人中期的中年世代，一直都是整體生命週期中，較少受到研究的階段(張慧芝譯，2002)，環視國內生活滿意度的研究對象，常為學生(許嘉甫，2010；曾文志，2007；黃英忠、鍾安宜、翁良杰、張文菁，2005；黎士鳴、謝素真，2009)與高齡者(李百麟，2009；李志恭，2009；林淑敏、李宗派，2005；張家銘，2009；張蕙麟，2007；連雅棻、黃惠滿、蘇貞瑛，2008；陳淑美、林佩萱，2010；葉淑娟、施智婷、莊智薰、蔡淑鳳，2004)，另有針對特定族群像是：員警(曾中正、張清標，2008；黃俊彥，2006)、外籍勞工(曾慈慧、沈進成、林銘昌，2008；曾慈慧、辛純靚、沈進成，2008)、養生機構住民(林聖宗、王月鶯、王瑋榛、黃秀卿，2008；張家銘、王瑋榛，2008)、運動參與者(邱思慈、陳聰廉，2005；張家銘、李一民、陳聰廉，2006；楊惠芳，2008)、疾病患者(成和玲、余伍洋，1993；劉淑娟，1999)等，專對中年世代所做的生活滿意度研究不多，以生活滿意為關鍵字在華藝線上圖書館搜尋國內期刊，僅得篇名含有中年的研究一篇(張家銘、徐欽賢、李宜錫，2004)，但是，中年世代卻又是生活滿意度的低落族群，所以，應該有更多的研究關注中年世代的生活滿意度，因此，本研究欲進一步深入探究中年世代的生活滿意度狀況，並分析影響中年世代生活滿意度的因素。

貳、文獻探討

一、中年世代

中年世代意指位居中間年齡層的世代，也就是人口結構夾在老年與年輕世代之間的中年世代口合，如此上下世代包夾的形象，使得中年世代也常被稱為三明治世代，而此世代常需面對本身進入中年階段或子女進入成人階段或父母進入老年階段等議題討論(Ward & Spitze, 1998)。

各學者們在研究中，對於中年所指涉的年齡範圍，會依研究興趣而有所不同(周玉慧、黃朗文，2007)，有人認為可以將之界定在35或40到60歲，亦有人主張中年期是從40到65歲(江文慈，2009)，像是Erikson以40至60歲界定成年中期階段(引自黃慧真譯，1994)，Levison以45歲至60歲劃分成年中期(引自陳如山，2003)，Gould則認為43歲至50歲屬於中年期(引自郭祥益，1996)，至於國內學者周玉慧與黃朗文(2007)以較寬鬆的方式定義中年期範圍為35至65歲，李良哲(1997)只以短短5歲的間距(50到55歲)定義中年人，因為該研究欲比較中年人與年輕成年人(30到35歲)、過渡期成年人(40到45歲)對生活課題的關心種類與關心程度的差異。

各學者對中年的歲數範圍分期，以周玉慧與黃朗文(2007)的定義歲數為最長(35至65歲)，不過，從Levinson對中年人的時期劃分可以得知，時期與時期之間，存有轉換過渡期(引自陳如山，2003)，因此，過長的年齡範圍，將導致關注焦點的繁雜，不只需要關注該時期的特色，亦需要兼顧與前後時期轉換過渡時的特點，然而，過小的年齡界定範圍，卻又不容易完整看到整个人生歷程中階段的樣貌，除非是為了特殊的研究設計，像是李良哲(1997)為了將中年人與年輕成年人、過渡期成年人所關心的生活課題做詳細比較，而只用50到55歲短短5年定義人生中期階段，以凸顯中年人的特質，若非如此，則不應將年齡範圍縮得過小，過大或過小的年齡界定範圍，對於中年人整體特色的研究，都不是適當的作法，因此，本研究決定取其中庸之道，以中間值的年齡界定範圍定義中年人，也就是以心理學者Erikson所提之第七階段成年中期的40歲至60歲(引自黃慧真譯，1994)做為本研究中年世代的年齡定義範圍，其年齡範圍距離30至35歲的年輕成人(李良哲，1997)與65歲以上的老年時期(黃慧真譯，1994)都各有一段距離，避開了階段與階段之間轉換期關注焦點繁雜的問題。

本研究除了要以40歲至60歲做為定義中年世代的年齡範圍，也還要設定父母至少其一尚存、已婚、至少擁有一個不限年齡的子女、且與配偶子女同住等條件，使研究對象更符合中年的三明治世代形象。

二、生活滿意度的定義

生活滿意度是指個體對於生活的滿意程度，包括對自己及對生活的幸福感受(Young, Miller, Norton, & Hill, 1995)，如此的感受是存在個人心中的抽象概念(簡春安, 1991)，並非絕對的事實，而是以個人主觀經驗為認定的標準(柯瓊芳, 1998; Young et al., 1995)，個體在認知與評價生活滿意度的過程中，常會將自己的生活與同儕團體、親近朋友或是與自己過去的生活相互比較(柯瓊芳, 1998)，由此產生個體對生活滿意程度的主觀認定。

另外，Diener、Emmons、Larsen與Griffin(1985)非常強調應該要從整體角度看待生活滿意度，認為生活是一個不可分割的概念，因此，本研究對生活滿意度的定義是個體對自己與整體生活的滿意程度的主觀感受。

三、生活滿意度的測量

Diener等人(1985)非常強調應該要詢問受訪者的整體生活評估，而非分成各層面詢問，再將各面向得分加總形成生活滿意度總分，因為個體在認知與評價生活滿意的過程中，將自身環境與適切標準進行比較，然而，用來進行比較的適切標準因人而異，各有一套個人標準，舉例來說，雖然健康、活力等都是大家渴望的，但是每個人對這些項目又會有不一樣的標準，即使同一受試者，也可能隨著生活滿意度各分量表不同，而測得不同的生活滿意度，因為生活滿意程度的標準會因人而異，所以分成各層面測量，恐會面臨各層面標準不一的現象，面對如此同一時刻、不同得分的窘境，Diener等人才會非常強調要詢問受訪者的整體生活評估，而非將各面向分量表的得分，加總成生活滿意度的總分。

再者，生活滿意度於本研究為依變項，且定義為個體對自我整體生活的主觀評價，針對如此的結果評價，羅國英(1995)認為相較於過程的測量，結果評價應使用籠統的測量方式，而非特定的測量方式，此籠統與特定的概念，是羅國英對於家庭測量內涵的四種概念向度之一(結果與過程、描述與評價、籠統與特定、分析的單位)，一個家庭概念變項的籠統或特定，在於是否指涉特定的人、情境、行為層面，這是一種程度上的區別，當家庭現象以特定的測量方式進行評價時，其結果很可能籠罩在對家庭籠統評價的影響之下，因此，羅國英(1995)建議在家庭測量中，結果評價比較適合以籠統的方式進行。

綜上所述，為了避免各面向標準不一的窘境，再加上結果評價適合使用籠統的測量方式，本研究選擇使用單向度的方式評估生活滿意度，並以Diener等人(1985)所提出整體概念的生活滿意量表(the Satisfaction with life scale, SWLS)測量中年世代的生活滿意度，得分越高，代表受試者的生活滿意度越佳。

四、影響生活滿意度的因素

(一) 家庭發展階段

家庭發展相關概念的提出，最早可追溯至1777年鄉村社會學者對家庭生命週期的研究，一般為人所熟知的家庭發展理論則是萌發於1930至1950年代，由Evelyn Duvall及Reuben Hill在1948年提出家庭發展概念，其後Duvall在1957年的《家庭發展》一書，系統性的陳述了家庭發展理論，使此理論之建構漸趨成熟，家庭發展理論將家庭視為個體，主張每一個家庭均循著固定、可解釋的階段邁進，此理論最大的特色是提供概念架構，用以描繪家庭自初始到終結的發展歷程，而家庭發展理論的核心概念架構是家庭生命週期，Duvall在1957年所提出的家庭生命週期八階段論，是最為人熟知、引用的說法，此八階段分別為：建立階段(新婚無子女)、初為父母階段(家有新生兒到未滿3歲)、子女學前階段(最大子女滿3歲到未滿6歲)、子女學齡階段(最大子女滿6歲到未滿12歲)、子女青少年階段(最大子女滿12歲到未滿20歲)、子女送出階段(子女陸續遷出家中)、中年父母階段(子女全部遷出、進入空巢階段)、退休階段(生計負擔者退休至二老去世)，家庭生命週期的八階段，又可再區分為三個主要時期：建立期(包括建立階段)、擴張期(初為父母階段、子女學前階段、子女學齡階段、子女青少年階段)、收縮期(子女送出階段、中年父母階段、退休階段)(引自周麗端，1999；引自林如萍，2001)。

針對上述的家庭生命週期八階段論，在本研究中將以家庭發展階段稱之，因為本研究關注的對象為擁有至少一位子女者，所以，將扣除上述家庭發展階段的建立階段，至於剩下分屬於擴張期與收縮期的七個階段，再因考量中年世代可能多座落於家庭發展階段中間階段，因此只詳細區分家庭發展階段的中間階段(子女青少年階段、子女送出階段)，而將擴張期前段的階段(子女學前階段、子女學齡階段)精簡合併成子女學齡前階段，也將收縮期後段的階段(中年父母階段、退休階段)精簡合併成空巢期階段，更動過後的~~家庭發展階段~~以第一至第四階段重新命名之，第一階段為子女學齡前階段，包含子女學前階段、子女學齡階段，第二階段是子女青少年階段，第三階段是子女送出階段，第四階段為空巢期階段，包含中年父母階段、退休階段。

在Duvall家庭發展階段八階段的分期中，最大子女年齡是依據之一，於是子女年齡與生活滿意度的關聯，亦可視為家庭發展階段與生活滿意度的關聯，雖然有研究認為家庭發展階段與生活滿意度沒有關聯(邱錦詳，2004；莊惠敏，2002)，不過也有相關研究指出家庭發展階段與生活滿意度之間存在顯著關聯，陳慧芳(2006)針對女性軍訓教官的研究發現，最幼子女是高中、大學的年齡時，其生活滿意度高於子女年齡在未滿3足歲、3到6足歲、小學等三階段的父母，許秋鈺(2008)針對國小教師的研究則是發現，最大子女年齡在18歲以上者，其生活滿意度顯著高於最大子

女年齡在3-6歲、7-12歲者，從上述研究中可歸納出，身處於後段家庭發展階段者，其生活滿意度較前面階段良好，有可能是因為在後段的家庭發展階段，子女接近成年，有自己的主張與生活模式，父母親的職責角色負擔逐漸減輕，在工作上又已不再是生澀的打拼階段，較為輕鬆的親職角色加上穩定的經濟能力，使得身處在後段家庭發展階段者，其生活滿意度較好(許秋鈺，2008)。

(二) 家庭結構

上述的家庭發展階段，僅有包含中年世代與子女的同住情形，至於中年世代是否與父母同住則未納入考量，然而，中年世代的特質之一，就是身為三明治世代而被包夾在老年世代與年輕世代之間(Ward & Spitze, 1998)，雖然以家庭結構戶數的觀點來評斷，核心家庭的比率仍然遠遠超過其他類型(章英華，1994；楊文山，2009)，不過隨著高齡化社會來臨，老年人口比例的增加，將會有越來越多比例的家庭走到老年人生命週期與成年子女再生家庭發展階段的再度聚合時期，而改變居住型態成為代間同住的家庭結構，因為當老年人的年齡增長而逐漸衰弱時，成年已婚子女會基於提供密集照顧協助的便利性而與老年人再度合組家戶，使得老年人的年齡和子女同住的居住型態之間呈現曲線相關關係，也就是說當老年人本身的生命週期與成年子女的再生家庭發展階段走到了再度聚合的時期，就有可能改變居住型態而成為代間同住的家庭結構(陳正芬、王彥雯，2010)，因此，面對高齡化社會的來臨，更應多加考量中年世代與老年父母的同住情形所帶來的家庭結構變化，因為老年人生命週期與成年子女家庭發展階段的聚合時期，很有可能出現在成年子女的中年階段，所以，探討中年世代議題，不能只是關注其與子女的同住情形，也應該多加關注中年世代與父母之間的同住與否；以距今約20年前的1983年已婚育齡婦女生第一胎的平均年齡22.1歲(行政院主計處，2005)推算代與代之間約略相距20年，所以當身為成年子女(第二代)的中年世代進入中年階段，其子女(第三代)進入成年階段，而其父母(第一代)則是進入老年階段，因此，中年世代進入中年階段時，也將同時面臨不同世代生命週期轉換而聚合出不同家庭生命週期；面對老中青三代的生命週期轉換，中年世代的生活滿意不能僅以家庭發展階段觀察之，更要輔以是否與父母同住等家庭結構探討之。

然而，代間同住與否以及生活滿意度之間關連的研究，多是關注高齡者或中老年人等群體，也就是研究大多關注和子女同住與否對老年父母生活滿意度的影響，相關研究指出與子代同住會提高中老年人的生活滿意度(呂雅惠，2010；陳淑美、林佩萱，2010)，至於代間同住對於中年子代生活滿意度的影響研究則較為缺乏，有鑑於高齡化社會中，老年人口比例的增加，再加上老中青三代的生命週期轉換聚合多發生在中年階段，因此，本研究欲以代間同住與否的核心家庭(未與父母同住)、折衷家庭(與父母同住)等家庭結構，搭配子女年齡與中年世代自身發展交織而成的家庭發展階段，探討中年世代身為三明治角色時，父母與子女對其本身帶來的影響。

(三) 個人背景

1. 性別

生活滿意度在不同性別的個體之間存在差異，有些研究結果指出男性的生活滿意度比較高(林玉屏，2008；郭榮發，2007；Joerg & Goebel, 2010)，林玉屏(2008)認為，現今社會女性受到角色衝突的影響仍較男性為大，所以容易在工作與家庭之間面臨取捨的困境，而且女性通常較男性負擔較多的家務，進而處理個人事務的時間相對較少，因此，容易造成女性生活滿意度較低的情形。

不過亦有些研究則指出女性才是生活滿意度較高的群體(余思科，2007；林佳樺，2008；邱明宗，2007；Amato & Afifi, 2006)，邱明宗(2007)認為男性工作事業心較女性為強，再加上男性背負著照顧家庭與維持經濟等多重壓力，所以比女性的心理負擔大，於是生活滿意度較低。

另外，亦有許多研究結果指出性別與生活滿意度之間沒有關聯(朱美珍，2002；林怡欣，2004；邱思慈、陳聰廉，2005；張家銘等人，2004；許思源，2007；許秋鈺，2008；陳彥丞，2008；楊惠芳，2008；Broman, 1991；Connidis & McMullin, 1993；Dixon & Sagas, 2007；Ellison, 1990；Zhang, 2010)，Zhang(2010)解釋，隨著女性地位的提升，性別平等已經深植人心，無論男女都想而且也追求了高品質的生活。

從上述眾多研究結果中可得知，性別與生活滿意度之間的關聯，沒有一致的結論，雖然有許多研究認為性別與生活滿意度沒有關聯，不過，也有研究發現性別之間有著不同的生活滿意度，而且，我國內政部國民生活狀況的調查報告結果也顯示：中年男性生活滿意度總是低於女性，而且多年以來皆是如此(內政部統計處，2000，2001，2005，2006，2007，2008，2009，2010)，因此，本研究欲再次探究中年世代的性別與生活滿意度之間關聯。

2. 社經地位

相關研究發現經濟狀況與社會地位等情形與生活滿意度有顯著關聯，張家銘等人(2004)的研究指出不同經濟情況者，其生活滿意度達顯著差異，對經濟收入感到安全者比感到不安全者有較高的生活滿意；余思科(2007)的研究發現社會地位與生活滿意度有顯著正向相關，當社會地位越高時，生活滿意度就越佳；林玉屏(2008)則是指指出不同經濟狀況者，其生活滿意度有顯著差異，經濟狀況相當充裕者，其生活滿意度高於大致夠用、略有困難、相當困難者，而經濟狀況大致夠用者，其生活滿意度亦高於略有困難與相當困難者；綜合上述研究，社經地位與生活滿意度有著正向關聯，本研究欲再次檢視，而本研究所指稱之社經地位將以Hollingshead於1957年發表Two factor index of social position的社經地位計算方式：教育程度乘以4加上職業類別乘以7加權計算之(引自林生傳，2000)。

綜上所述，影響中年世代生活滿意度的因素有家庭發展階段、家庭結構以及屬

於個人背景的性別、社經地位，過去以性別、社經地位的研究已有較多著墨，但關注於家庭發展階段與家庭結構的研究較為缺乏，因此本研究在迴歸分析時，將個人背景設定為控制變項，以期能深入探究在控制了中年世代的性別、社經地位等個人背景之後，家庭發展階段與家庭結構對生活滿意度的影響。

參、研究方法

本研究以個人背景為控制變項，家庭發展階段、家庭結構為自變項，生活滿意度為依變項，個人背景變項包含有性別、社經地位兩項，家庭發展階段分成子女學齡前階段、子女青少年階段、子女送出階段、空巢期階段，家庭結構則是分成折衷家庭、核心家庭。

本文的研究目的有三：1.探討中年世代的生活滿意度狀況，2.瞭解不同家庭發展階段與家庭結構中年世代的生活滿意度，3.分析中年世代的家庭發展階段、家庭結構對生活滿意度的影響；依據研究目的延伸出三個研究問題：1.中年世代的生活滿意度狀況為何？2.中年世代的生活滿意度與家庭發展階段、家庭結構有否關聯？3.控制個人背景後，家庭發展階段、家庭結構是否可以解釋中年世代的生活滿意度？順著上述的研究目的與研究問題，本研究有兩項假設：1.不同家庭發展階段、家庭結構的中年世代，其生活滿意度有顯著差異，2.在控制個人背景後，中年世代的家庭發展階段、家庭結構，對其生活滿意度有顯著解釋力。

本研究聚焦於40至60歲的中年世代，截至2011年2月，內政部的人口靜態統計顯示，臺灣40歲至59歲的人口數量共為7百1拾2萬3千8百1拾9人(內政部戶政司統計處，2011)，然而此類受試者並不存在特定的機構或組織，所以較難以隨機抽樣方式接觸到受試者，因此，本研究欲以「方便抽樣」的方式，從研究者認識的人際網絡以及街頭訪問等，找尋符合本研究對象條件的受試者(40歲至60歲、父母其一尚存、已婚、至少擁有一個不限年齡的子女、與配偶子女同住)，進行問卷預試與正式施測。

問卷初稿編製完成之後，先經專家效度審核，針對內容進行內容效度分析，依照本研究之研究目的、問題、假設、架構、對象等資料內容，逐題檢視本問卷題目是否適切；而後，依據專家學者及指導教授的建議，將不適切的題項刪除或修正，形成預試量表，進行預試；預試之後，依照預試問卷整體填答情形與施測時所遇問題增刪問卷字句，而後再將有效問卷電腦編碼進行項目分析，並與指導教授討論，增修成正式施測時所使用的正式施測問卷。

本研究以問卷調查法收集所需資料，研究工具問卷由研究者參考Diener等人(1985)所提出的「生活滿意度量表」(the Satisfaction with life scale, SWLS)以及黃宗堅、謝雨生、周玉慧(2004)所提出的「家人關係互動量表」，而後加上「個人基本資料」編製成「家人關係與生活滿意度問卷」，研究者選取本研究所需之題項進行後

續分析：生活滿意度、家庭發展階段、家庭結構、個人背景(性別、社經地位)。

Diener等人(1985)所提出測量整體概念的「生活滿意度量表」(the Satisfaction with life scale, SWLS)，原量表共有5個題項(1.我目前的生活已接近我理想的狀態。2.我現在的生活狀況很好。3.我滿意我目前的生活。4.我已經得到我想要的重要事物。5.如果人生可以重新來過，我還是想過現在的生活。)，本研究經原編者同意後將之翻譯使用；本量表採用李特克式(Likert)4點量表方式計分，從數字1到4，分別代表不同意到同意(1：非常不同意、2：不同意、3：同意、4：非常同意)；本研究將受試者在各題的回答分數加總，取其平均分數，分數越高、代表受試者越滿意其生活；在預試問卷回收後的項目分析中，採極端值比較法以t-test檢驗5個題項的前27%高分組與後27%低分組達顯著，同質性檢驗法以雙變數相關分析5題得分與量表總分皆達顯著相關，Cronbach's α 係數為.872，任一題項目刪除後的Cronbach's值 α 係數都只會降低、不會升高，由此可知該量表5題項的可靠信度。

個人基本資料蒐集了中年世代的家庭發展階段、家庭結構與個人背景中的性別、社經地位；其中，家庭結構是以同住家人種類詢問之，而後再區分成折衷家庭、核心家庭兩類型，性別是提供受試者男性與女選項勾選，社經地位則是詢問教育程度(加權乘以4)與職業等級(加權乘以7)而後計算之，社經地位的遺漏值以平均數差補法處理之。

至於家庭發展階段則是以最大子女(或獨生子女)生日、生計負擔者退休與否、子女同住與否等題項詢問之，使用最大子女年齡區分家庭發展階段，因為家人關係會隨著最大子女的成長而首先使父母感受到家人關係的變化，而且Duvall所提出的家庭發展理論中的家庭發展階段本身也是以此做劃分(Duvall, 1977)，因此首先以最大子女年齡區分樣本，挑選出最大子女年齡未滿12歲者，列為第一階段(子女學齡前階段)，再挑選出最大子女年齡滿12歲到未滿20歲者，列為第二階段(子女青少年階段)，接著挑選出家庭生計主要負擔者已退休的家庭，列為第四階段(空巢期階段)，然後剩下的樣本就全部劃分為第三階段(子女送出階段)。

預試問卷共計回收234份，將歲數超出限制與漏答過多者剔除後，有效問卷共有127份，有效率約54.27%，經過預試問卷發放的經驗之後，本研究正式問卷共計發出730份問卷，回收499份，回收率約達68.36%，將歲數超出限制、漏答過多、沒有與家人同住者剔除後，有效問卷共有333份，回收問卷中的有效問卷率約達66.73%。

問卷回收後所得結果以統計套裝軟體IBM SPSS Statistics 19進行資料分析，使用的統計方法包括：描述統計、t檢定、單因子變異數分析、迴歸分析。

肆、結果與討論

一、樣本描述

(一) 個人背景

在333位中年世代的填答者中，性別有效樣本330位，男性138位，所佔比例為41.8%，女性192位，所佔比例為58.2%，女性比例為多；社經地位分佈從11到55，平均為33.19，標準差為11.13，遺漏樣本以平均數差補法處理，各社經地位分佈如下表1，後續分析不會以社經地位分組，而會以各社經地位得分投入統計分析。

表1 樣本個人背景分佈情形

全體樣本 (n =333)	次數	百分比	有效 百分比	最小值	最大值	平均數	標準差
性別	330						
男性	138	41.4	41.8				
女性	192	57.7	58.2				
有效總和	330	99.1	100.0				
遺漏值	3	0.9					
社經地位	333			11	55	33.19	11.13
11-20	53	15.9	15.9				
21-30	83	24.9	24.9				
31-40	96	28.8	28.8				
41-50	85	25.5	25.5				
51以上	16	4.8	4.8				
遺漏值	0						

(二) 家庭發展階段與家庭結構

在333位中年世代的填答者中，家庭發展階段共有311個有效樣本，以身處於家庭發展階段第三階段(子女送出階段)的樣本數為最多，共有132個樣本，佔整體樣本的42.4%，而以家庭發展階段第四階段(空巢期階段)的樣本為最少，有26個樣本，佔整體樣本的8.4%；至於家庭結構共有333個有效樣本，多數未與父母同住，核心家庭樣本有240個，所佔百分比為72.1%，與父母同住的折衷家庭樣本有93個，所佔百分比為27.9%(表2)。

表2 樣本家庭結構與家庭發展階段分佈情形

全體樣本(n =333)	次數	百分比	有效百分比
家庭發展階段	311		
子女學齡前階段	41	12.3	13.2
子女青少年階段	112	33.6	36.0
子女送出階段	132	39.6	42.4
空巢期階段	26	7.8	8.4
有效總和	311	93.4	100.0
遺漏值	22	6.6	
家庭結構	333		
折衷家庭	93	27.9	27.9
核心家庭	240	72.1	72.1
有效總和	333	100.0	100.0
遺漏值	0	0	

(三) 生活滿意度

本量表共計有5題，採整體加總計分方式，在333個中年世代樣本中，有效樣本的得分情形最高為4分、最低1分，平均得分為2.722分；另外，生活滿意度的平均得分顯著高於理論中點的2.5分；表示中年世代對生活滿意度的觀感傾向滿意，不過其平均數未達3分(3分選項為「同意」)，因此，回應研究問題1(中年世代的生活滿意度狀況為何?)，則中年世代只能說是還算同意其生活為滿意(表3)。

表3 生活滿意度得分情形

量表名稱	人數	遺漏值	最低分	最高分	平均數	標準差	t ^a
生活滿意度	329	4	1.000	4.000	2.722	0.565	7.135***

平均每題得分：理論最低分為1分、最高分為4分、理論中點為2.5分。

^a：平均數與理論中點之統計考驗。

***p<.001

二、不同家庭發展階段、家庭結構的生活滿意度分析

為考驗假設1：不同家庭發展階段、家庭結構的中年世代，其生活滿意度有顯著差異，下列將進行家庭發展階段與生活滿意度的單因子變異數分析，以及家庭結構與生活滿意度的檢定分析。

(一) 不同家庭發展階段的生活滿意度

首先進行Levene的變異數同質性檢定，檢定結果皆未達顯著，表示本研究樣本的生活滿意度在各家庭發展階段組之間屬於同質，適合進行F檢定；接著進行單因子變異數分析，發現身處於不同家庭發展階段之中的中年世代，其生活滿意度有顯著差異($F=2.854$, $p<.05$)，事後比較得知，位於第四階段(空巢期階段)的中年世代，其生活滿意度得分顯著高於位在第一階段(子女學齡前階段)的中年世代，表示當中年世代位在第四階段(空巢期階段)時，其生活滿意度顯著比位於第一階段(子女學齡前階段)時得分為高，此結果支持假設1(不同家庭發展階段、家庭結構的中年世代，其生活滿意度有顯著差異)之中，不同家庭發展階段的中年世代，其生活滿意度有顯著差異的論述(表4)。

本研究結果與莊惠敏(2002)、邱錦詳(2004)所指出家庭發展階段與生活滿意度無關的研究結果相異，而與陳慧芳(2006)、許秋鈺(2008)的研究結果相似；陳慧芳(2006)的研究指出當最幼子女是高中、大學的年齡時，其生活滿意度高於子女年齡在未滿3足歲、3到6足歲、小學等三階段的父母；許秋鈺(2008)的研究指出最大子女年齡在18歲以上者，其生活滿意度顯著高於最大子女年齡在3-6歲、7-12歲者；本研究的發現則是相較於第四階段(空巢期階段)的中年世代，位在第一階段(子女學齡前階段)的中年世代，其生活滿意度顯著較低，可能是因為相較於位於第四階段(空巢期階段)的中年世代，位於第一階段(子女學齡前階段)的中年世代，還有年齡尚小的孩子需要照顧，因此，照顧小孩子所花費的時間與精力降低了其生活滿意度。

表4 家庭發展階段與生活滿意度之F檢定分析摘要表

家庭發展階段	人數	平均數	標準差	來源	SS	df	MS	F值	Scheffe
子女學齡前階段	41	2.5366	.47421	組間	2.740	3	.913	2.854*	4>1
子女青少年階段	111	2.7351	.54216	組內	96.957	303	.320		
子女送出階段	129	2.7287	.61988	總和	99.696	306			
空巢期階段	26	2.9462	.50772						
總和	307	2.7238	.57079						

* p<.05

(二) 不同家庭結構的生活滿意度

分析結果發現中年世代的生活滿意度在不同家庭結構之間的差異未達顯著，表示中年世代是否有與父母共同居住的生活滿意度沒有顯著差異，此結果不支持假設1(不同家庭發展階段、家庭結構的中年世代，其生活滿意度有顯著差異)之中，不同家庭結構的中年世代，其生活滿意度有顯著差異的論述(表5)。

過往研究發現與子女同住的折衷家庭結構對於中老年人生活滿意度有所助益(呂雅惠，2010；陳淑美、林佩萱，2010)，不過，不同家庭結構與中年子代的生活滿意度之間卻沒有關聯，可能是因為與父母共同居住雖然有不少具體與抽象的收穫，但也同時要付出許多心力，因此兩相中和之後，是否與父母共同居住等折衷家庭、核心家庭結構，並不會與中年世代的生活滿意度有所關聯。

表5 家庭結構與生活滿意度之t考驗分析摘要表

家庭結構	人數	平均數	標準差	t值
折衷家庭	93	2.652	0.532	-1.425
核心家庭	236	2.750	0.576	

三、影響生活滿意度的迴歸分析

為考驗假設2：在控制個人背景後，中年世代的家庭發展階段、家庭結構，對其生活滿意度有顯著解釋力，下列將進行家庭發展階段、家庭結構與生活滿意度的迴歸分析。

(一) 變項的共線性分析

在進行迴歸分析之前，需要先考慮各必項之間是否存有共線性問題，本研究將以相關係數以及容忍度(Tolerance)與變異數波動因素考驗(VIF)(陳正昌、程炳林、陳新豐、劉子鍵，2009)等數值檢驗之，而在此檢驗之前，會先將屬於類別變項的家庭發展階段，進行轉化而成虛擬變項，以空巢期階段為參照組，將之與子女學齡前階段、子女青少年階段、子女送出階段三者進行比較，至於性別的部分，直接以男性代表數值為1、女性代表數值為2，家庭結構直接以折衷家庭為1、核心家庭為2投入迴歸分析中。

檢視各變項之間的相關係數(表6)，發現各解釋變項之間有顯著相關但相關係數未達.70，而且容忍度與變異數波動因素考驗結果亦顯示變項之間沒有共線問題，倘若變項之間有共線問題，則其容忍度的數值會小於0.1、變異數波動因素考驗的數值會大於10(陳正昌、程炳林、陳新豐、劉子鍵，2009)，然而本研究各變項的數值皆未達共線情形，因此，不會刪除任何一項解釋變項，全數投入生活滿意度的迴歸分析中，共計投入生活滿意度迴歸分析的控制變項有個人背景的性別、社經地位，以及家庭發展階段、家庭結構等2個解釋變項。

表6 生活滿意度與個人背景、家庭結構、家庭發展階段關係數矩陣

	1	2	3	4(1)	4(2)	4(3)	5
1.生活滿意度	1	0.109	.212**	-.129*	0.015	0.007	0.079
2.性別		1	---	---	---	---	---
3.社經地位			1	0.034	.111*	-0.085	-0.024
4.家庭發展階段(參照組：空巢期階段)							
(1)子女學齡前階段				1	---	---	---
(2)子女青少年階段					1	---	---
(3)子女送出階段						1	---
5.家庭結構							1

備註：性別男性為1、女性為2；家庭結構折衷家庭為1、核心家庭為2。

**p<.01, * p<.05

(二) 生活滿意度的解釋因子

本研究以個人背景的性別、社經地位當作控制變項，投入生活滿意度迴歸分析的模式一中，接著才在模式二中投入家庭發展階段、家庭結構等兩個解釋變項；迴歸分析結果發現家庭發展階段是生活滿意度的顯著有效解釋變項，結果說明如下：

在迴歸分析的模式一中，投入控制變項的個人背景：性別、社經地位，有效解釋生活滿意度的情形達顯著($F=10.913$, $p<.001$)，可解釋的變異量是6.1%；到了迴歸分析的模式二，投入家庭發展階段與家庭結構，有效解釋生活滿意度的情形亦達顯著($F=5.656$, $p<.001$)，整體可解釋的變異量是8.3%，扣除控制變項後的可解釋變異量是2.2%，其中，家庭發展階段相較於參照組第四階段(空巢期階段)，第一階段(子女學齡前階段)($\beta=-0.264$, $p<.01$)、第二階段(子女青少年階段)($\beta=-0.225$, $p<.05$)、第三階段(子女送出階段)($\beta=-0.213$, $p<.05$)皆達顯著水準，家庭結構($\beta=0.044$, $p>.05$)則是未達顯著水準，表示在多個解釋變項內，家庭發展階段第一階段(子女學齡前階段)、第二階段(子女青少年階段)、第三階段(子女送出階段)是相較於第四階段(空巢期階段)可解釋中年世代生活滿意度的顯著解釋變項，至於家庭結構則不是可以解釋生活滿意度的顯著解釋變項，此結果只支持假設2中關於家庭發展階段部分的論述(表7)。

表7 生活滿意度之迴歸分析摘要表

解釋變項/效標變項	生活滿意度(n=304)					
	模式一			模式二		
	b	β	t	b	β	t
個人背景						
性別	.182	.156	2.728**	.166	.143	2.499*
社經地位	.013	.248	4.335***	.013	.263	4.607***
家庭發展階段(參照組：空巢期階段)						
子女學齡前階段				-.441	-.264	-3.155**
子女青少年階段				-.267	-.225	-2.187*
子女送出階段				-.246	-.213	-2.045*
家庭結構						
				.057	.044	.782
R ²	0.068			0.101		
Adjusted R ²	0.061			0.083		
F	10.913***			5.656***		
ΔF	10.913***			2.763*		

備註：性別中，男性為1、女性為2；家庭結構折衷家庭為1、核心家庭為2。

*** $p<.001$, ** $p<.01$, * $p<.05$

本研究發現家庭發展階段與生活滿意度之間存在顯著關聯，家庭發展階段第一階段(子女學齡前階段)、第二階段(子女青少年階段)、第三階段(子女送出階段)都是可以解釋中年世代生活滿意度的有效解釋變項，相較於家庭發展階段第四階段(空巢期階段)，家庭發展階段第一階段(子女學齡前階段)、第二階段(子女青少年階段)、第三階段(子女送出階段)對生活滿意度有顯著負向影響，表示正處於家庭發展階段第一到第三階段(子女學齡前階段到子女送出階段)的中年世代，可以解釋其生活滿意度比第四階段(空巢期階段)為低，其中，第一階段(子女學齡前階段)的解釋力最高，依次為第二階段(子女青少年階段)、第三階段(子女送出階段)，表示相較於第四階段(空巢期階段)，中年世代位於第一階段(子女學齡前階段)時，其生活滿意度相對最低落，次低落的是第二階段(子女青少年階段)，再次低落的則是第三階段(子女送出階段)，也就是說相較於位在家庭發展階段第四階段(空巢期階段)的中年世代而言，其生活滿意度在初期階段較低、後期階段較高，而本研究結果與陳慧芳(2006)、許秋鈺(2008)等人的研究結果相似，都是指出身處於後段家庭發展階段者，其生活滿意度較好，可能是因為父子軸之下的華人父母的生活重心時常圍繞在孩子身上，因此依據子女年齡所界定的家庭發展階段遂成為影響中年世代生活滿意度的因素，當孩子年紀尚小時，需要父母諸多的照顧，便影響到父母的生活而對生活滿意度產生負向影響，而後隨著孩子逐漸長大，父母逐漸卸下親職角色的重責，生活滿意度自然也隨之提升，所以，相較於家庭發展階段第四階段(空巢期階段)，家庭發展階段前三階段(子女學齡前階段、子女青少年階段、子女送出階段)對生活滿意度的負向影響解釋力隨著家庭發展階段而逐漸遞減。

至於家庭結構，本研究則是發現其與生活滿意度之間沒有存在顯著關聯，表示中年世代居住於折衷家庭或核心家庭並不會對其生活滿意度有影響，此結果不同於過往研究認為代間同住對於中老年人生活滿意度有所助益(呂雅惠，2010；陳淑美、林佩萱，2010)，是否與父母同住等不同的折衷或核心家庭結構，並不會對居住於其中的中年世代生活滿意造成影響，也就是說，中年世代是否和父母共同居住，對其生活滿意度並無影響，可能是因為與父母共同居住的好處與壞處兩相中和，於是對中年世代的生活滿意度影響便不顯著。

伍、結論與建議

一、結論

(一) 中年世代的生活滿意度還算滿意

本研究想要了解中年世代的生活滿意度狀況為何？研究發現中年世代的生活滿意度大致良好，其於生活滿意度量表中的平均得分顯著高於理論中點的2.5分，表示中年世代對生活滿意的觀感傾向滿意，不過其平均數未達3分(3分選項為「同意」)，因此，中年世代只能說是還算同意其生活為滿意。

(二) 相較於家庭發展階段第四階段(空巢期階段)，中年世代位於家庭發展階段第一階段(子女學齡前階段)、第二階段(子女青少年階段)、第三階段(子女送出階段)時，生活滿意度顯著較低。

本研究想要了解中年世代的生活滿意度與家庭發展階段有否關聯？研究發現家庭發展階段在單因子變異數分析中，是生活滿意度的顯著變項，表示身處於不同家庭發展階段之中的中年世代，其生活滿意度有顯著差異，位於第四階段(空巢期階段)的中年世代，其生活滿意度顯著高於位在第一階段(子女學齡前階段)的中年世代，支持了研究假設1(不同家庭發展階段、家庭結構的中年世代，其生活滿意度有顯著差異)中關於家庭發展階段的論述。

本研究也想要了解在控制個人背景後，中年世代的家庭發展階段是否可以解釋中年世代的生活滿意度？研究發現在階層迴歸分析中，家庭發展階段是中年世代生活滿意度的顯著解釋變項，相較於第四階段(空巢期階段)，位於家庭發展階段第一階段(子女學齡前階段)、第二階段(子女青少年階段)、第三階段(子女送出階段)的中年世代，其生活滿意度比較低，支持了研究假設2(在控制個人背景後，中年世代的家庭發展階段、家庭結構，對其生活滿意度有顯著解釋力)中關於家庭發展階段的論述；其中，第一階段(子女學齡前階段)的解釋力最高，依次為第二階段(子女青少年階段)、第三階段(子女送出階段)。

(三) 中年世代的家庭結構是折衷家庭或核心家庭(是否和父母共同居住)，對其生活滿意度並無影響。

本研究想要了解中年世代的生活滿意度與家庭結構有否關聯？研究發現家庭結構在t檢定中，不是生活滿意度的顯著變項，表示身處於不同家庭結構之中的中年世代，其生活滿意度沒有顯著差異，拒絕了研究假設1(不同家庭發展階段、家庭結構的中年世代，其生活滿意度有顯著差異)中關於家庭結構的論述。

本研究也想要了解在控制了個人背景之後，中年世代的家庭結構是否可以解釋中年世代的生活滿意度？研究發現在階層迴歸分析中，家庭結構也不是中年世代生

活滿意度的顯著解釋變項，拒絕了研究假設2(在控制個人背景後，中年世代的家庭發展階段、家庭結構，對其生活滿意度有顯著解釋力)中關於家庭結構的論述。

二、建議

(一) 對中年世代的建議

1. 生育子女前應做好因應準備，以期順利調適子女成長帶來的挑戰

本研究發現相較於家庭發展階段第四階段(空巢期階段)，中年世代位於第一階段(子女學齡前階段)、第二階段(子女青少年階段)、第三階段(子女送出階段)，其生活滿意度相對較為低落，也就是在子女還需仰賴父母養育的階段時，都會對中年父母的生活滿意度造成負面影響，所以建議中年世代在生育子女之前，即做好因應準備，像是：瞭解兒童發展、學習親職教育等，以期順利調適養育子女所帶來的挑戰，降低對其生活滿意度的負面影響。

2. 與父母共同居住並不影響其生活滿意度

依據本研究結果，中年世代是否與父母共同居住組成，並不影響其生活滿意度的高低，因此，中年世代可考慮與父母共同居住組成折衷家庭，一方面讓父母享受天倫之樂，另一方面讓孩子可以有更多祖孫互動的機會，進而懂得敬老尊賢，如此對於中年世代本身無特別影響、但卻能造福父母與子女的居住型態，值得中年世代多加考慮選擇。

(二) 對政府的建議

1. 使用各式政策、教育從旁輔助中年世代男性、社經地位低者的生活經營能力，以提升其生活滿意度

有鑑於研究結果指出中年世代只能說是還算同意其生活為滿意，且男性、社經地位低者，其生活滿意度較為不良，可能因為該族群缺乏經營生活的能力與資源，因此，當政府關注此議題時，可使用各式政策、教育從旁輔助該族群，使個體能力增加，個體便更有能力找尋資源、經營生活，進而提升自我生活滿意度。

2. 以政策鼓勵中年世代與父母共同居住，讓家庭共享三代情

有鑑於本研究結果發現是否與父母同住，並不影響中年世代的生活滿意度，因此，政府可以大力倡導與父母共同居住的折衷家庭在現代社會的優勢，並藉由政策的引導，鼓勵中年世代與父母共同居住，如此除了可以讓老年人在家庭有所依靠，讓下一代在每日家庭生活中，擁有向祖父母學習傳統文化的機會，讓家庭三代共享三代情的天倫之樂，更能讓家庭私領域減緩政府公領域面對高齡化社會的負擔。

(三) 對學校的建議

1. 提供各式親職教育講座，以協助家長提升生活滿意度

根據本研究顯示，相較於家庭發展階段位於第四階段(空巢期階段)的中年世代，第一階段(子女學齡前階段)、第二階段(子女青少年階段)與第三階段(子女送出階段)都會對生活滿意度有負面影響，而且中年世代位於第一階段(子女學齡前階段)時，其生活滿意度相對最低落，次低落的是第二階段(子女青少年階段)，再次低落的則是第三階段(子女送出階段)，其中最低落與次低落的兩階段，都是位於國高中與小學、幼稚園等學校求學階段，因此，各級學校可以多加舉辦親職教育講座，扮演從旁提供家長學習資源的角色，以提升學生家長的親職知能，順利減緩學生家長因為子女而對生活所產生的負面影響，也能使學童擁有更懂得經營親子關係與家庭生活的父母，才能擁有一個安穩溫馨的成長環境。

2. 提供因應第三階段(子女送出階段)的預備教育，以協助中年世代為下一個家庭發展階段預作準備

依據本研究結果，相較於家庭發展階段位於第四階段(空巢期階段)的中年世代，中年世代位於第三階段(子女送出階段)時，其生活滿意度較為低落，然而，當中年世代位於第三階段(子女送出階段)時，其子女不一定還在學，但是學校仍可提供預備教育給位於子女青少年階段而即將步入子女送出階段的父母，比如在高中職家長會中，安排「子女離家心態預備講座」，介紹子女送出階段時期的家庭狀況，邀請家庭生活教育專業人員提供理論與實務上的經驗分享，使高中職家長提早意識到子女長大離家之後需要因應的議題，而得以事先預備好正向的心態，迎接子女長大離家的現況，藉由講座將可協助中年世代為下一個家庭發展階段預作準備，進而提升其較為低落的生活滿意度。

(四) 對企業的建議

1. 表揚工作傑出且家庭經營多年(家庭發展階段第四階段：空巢期階段)的優秀員工，以促進其他員工效仿而增進生活滿意度

根據本研究結果，家庭發展階段為生活滿意度的顯著解釋變項，如果企業能定期表揚工作傑出且家庭經營多年(家庭發展階段第四階段)的優秀員工，一方面鼓勵了家庭發展階段位於前段的員工努力工作並認真經營家庭，引起員工效仿之心而增進其生活滿意度，另一方面還能藉此展現企業友善家庭形象，達到建立企業良好形象的益處。

2. 企業提供家有子女的員工家庭支持

本研究發現相較於家庭發展階段第四階段(空巢期階段)，中年世代位於第一階段(子女學齡前階段)時，其生活滿意度相對最低落，次低落的是第二階段(子女

青少年階段)，再次低落的則是第三階段(子女送出階段)，因此，企業應該要發揮社會責任，照顧支持家有子女的家庭，特別是針對生活滿意度相對最低落的第一階段(子女學齡前階段)家庭，企業應配合政府實施友善家庭的政策，如育嬰假、留職停薪等，更進一步可以主動提供員工便於平衡工作與家庭的環境，像是附設托育、減少加班等，避免工作過度影響家庭，讓中年世代本來就低落的生活滿意度更加低落。

(五) 對家庭生活教育專業人員的建議

1. 使用家庭發展階段概念設計家庭生活教育方案，確切滿足各階段中年世代的學習需求

根據本研究結果，家庭發展階段為生活滿意度的顯著解釋變項，因此，家庭生活教育專業人員應該針對身處於不同家庭發展階段的家庭與中年世代，為其量身訂作適合施行的家人關係知能方案，以提供更多符合不同家庭發展階段個體需求的家庭生活教育方案。

2. 致力於設計吸引男性中年世代參與的家庭生活教育方案，以提升中年世代的生活滿意度

本研究發現，中年男性相較於女性其生活滿意度顯著較差，然而，男性本來就較少參與家庭生活教育活動，因此，家庭生活教育專業人員應多加留心設計可以吸引男性族群參與的家庭生活教育方案，可以從活動主題內容、行銷宣傳管道等方面著手，將方案訊息更多傳達至男性，也吸引更多男性參與。

3. 破除與父母同住帶來麻煩的迷思，以消除中年世代心中對與父母同住的疑慮

有鑑於本研究結果發現與父母同住並不會對中年世代的生活滿意度有負面影響，因此，家庭生活教育專業人員應設法破除存與父母同住帶來麻煩的迷思，讓人們瞭解到，即使三代同堂，也不會對中年世代的生活滿意度有負向影響，徹底消除中年世代心中對與父母同住的疑慮，以其創造更多三代同堂的和樂家庭。

三、限制

(一) 研究對象

在家庭發展階段中，因為缺乏初為父母階段的樣本，子女學前階段、中年父母階段、退休階段的樣本也略顯不足，因此將家庭發展階段前段組別合併、後段組別也合併，使得無法探究位於家庭發展階段前後段中年世代的生活滿意度細部現象，日後若欲瞭解家庭發展階段對生活滿意度的關聯，可以擴大樣本的條件，以獲得家庭發展各階段之豐富樣本。

(二) 研究方法

本研究聚焦於中年世代，此類受試者並不存在特定的機構或組織，所以較難以

隨機抽樣方式接觸到受試者，因此，本研究以方便抽樣的方式，從研究者認識的人際網絡以及陌生拜訪洽談，找尋符合本研究對象條件的受試者，然而，此抽樣方式無形之中限定了填答者的身份，無法達到隨機抽樣的代表性；未來可試著使用次級資料庫的資訊，以進行更具代表性的研究分析。

(三) 研究變項

本研究雖然發現在控制了性別、社經地位等變項之後，家庭發展階段可以顯著有效解釋生活滿意度，但是其解釋力頗低，可解釋的變異量僅達2.2%，究其原因可能是還有其他關鍵影響因素；根據Lansford、Ceballo、Abbey與Stewart(2001)的研究，相較於家庭結構與福祉之間的關聯，家人互動歷程才是關係著個體福祉的關鍵因素，因此，家人關係很有可能是影響生活滿意度的關鍵因素，日後研究可多加著手探究中年世代的家人關係對其生活滿意度的影響。

參考文獻

一、華文部分

- 內政部戶政司統計處(2011)。人口靜態統計。2011年3月25日，取自 <http://sowf.moi.gov.tw/stat/month/m1-06.xls>
- 內政部統計處(2000)。中華民國八十九年臺閩地區國民生活狀況調查報告。臺北市：作者。
- 內政部統計處(2001)。中華民國九十年臺閩地區國民生活狀況調查報告。臺北市：作者。
- 內政部統計處(2005)。中華民國九十二年臺閩地區國民生活狀況調查報告。臺北市：作者。
- 內政部統計處(2006)。國民生活狀況調查報告。臺北市：作者。
- 內政部統計處(2007)。國民生活狀況調查報告。臺北市：作者。
- 內政部統計處(2008)。96年國民生活狀況調查報告。臺北市：作者。
- 內政部統計處(2009)。97年國民生活狀況調查報告。臺北市：作者。
- 內政部統計處(2010)。98年國民生活狀況調查報告。臺北市：作者。
- 成和玲、余伍洋(1993)。住院精神病患生活滿意度之探討。護理研究，1(3)，269-278。
- 朱美珍(2002)。民生主義社會政策與軍人家庭關係之研究--已婚軍官角色衝突及其生活滿意之分析。國立政治大學中山人文社會科學研究所博士論文，未出版，臺北市。
- 江文慈(2009)。不惑之惑：中年人的心理危機與轉機。諮商與輔導，277，22-27。

- 李良哲(1997)。國內中年人關心的生活課題之探討研究。**教育與心理研究**，**20**(1)，141-180。
- 行政院主計處(2005)。**國情統計通報**。2011年11月3日，取自 <http://www.stat.gov.tw/public/Data/5531617771.pdf>
- 呂雅惠(2010)。**台灣地區中老年人長期生活滿意度研究**。臺北大學統計學系碩士論文，未出版，台北市。
- 李百麟(2009)。高齡者之生活滿意度與成功老化各因素關係之探討。**危機管理學刊**，**6**(2)，25-38。
- 李志恭(2009)。高雄市旗津區老年人自覺健康狀況與生活滿意度之結構模式分析。**嘉大體育健康休閒期刊**，**8**(1)，12-24。
- 余思科(2007)。**工作價值之契合對工作士氣與生活滿意度之影響**。國立中央大學人力資源管理研究所碩士論文，未出版，桃園縣。
- 周玉慧、黃朗文(2007)。中年生活感受與憂鬱之關係：以情緒支持為中介。**人文及社會科學集刊**，**19**(4)，439-471。
- 周麗端(1999)。**家庭理論與應用**。載於周麗端、吳明燁、唐先梅、李淑娟(編著)，**婚姻與家人關係**(頁26-57)。臺北縣：空大。
- 林玉屏(2008)。**社大學員情緒智力與生活滿意度關係之研究**。玄奘大學教育人力資源與發展學系碩士論文，未出版，新竹市。
- 林生傳(2000)。**教育社會學**(第三版)。臺北市：巨流。
- 林如萍(2001)。**家庭發展理論**。載於黃迺毓、林如萍、唐先梅、陳芳茹(編著)，**家庭概論**(頁82-97)。臺北縣：空大。
- 林佳樺(2008)。**運動健身俱樂部之服務品質、顧客滿意度與會員生活滿意度之相關性研究—以臺南市為例**。南華大學旅遊事業管理學系碩士論文，未出版，嘉義縣。
- 林怡欣(2004)。**國小教師A型性格工作壓力與生活滿意之相關研究**。國立嘉義大學家庭教育研究所碩士論文，未出版，嘉義市。
- 林聖宗、王月鶯、王瑋榛、黃秀卿(2008)。**養生機構住民休閒滿意與生活滿意影響關連性之研究**。**休閒暨觀光產業研究**，**3**(1)，24-36。
- 林淑敏、李宗派(2005)。**台中縣社區榮民老人社會支持與生活滿意度之探討**。**臺灣老人保健學刊**，**1**(1)，72-87。
- 邱明宗(2007)。**登健行者的人格特質、休閒滿意對登山行為及生活滿意度的影響—以臺中市大坑地區為例**。大葉大學休閒事業管理學系碩士論文，未出版，彰化縣。
- 邱思慈、陳聰廉(2005)。**台南縣瑜珈運動參與者的休閒滿意度、工作滿意度與生活滿意度之研究**。**運動休閒管理學報**，**2**(2)，37-47。
- 邱思慈、陳聰廉(2005)。**臺南縣瑜珈運動參與者的休閒滿意度、工作滿意度與生活**

- 滿意度之研究。**運動休閒管理學報**，2(2)，37-47。
- 邱錦詳(2004)。**臺南縣育有子女的國小女教師家庭壓力、因應策略及其生活滿意度之研究**。國立嘉義大學家庭教育研究所碩士論文，未出版，嘉義市。
- 柯瓊芳(1998)。爲什麼他們生活比較滿意？歐體十二國的比較研究。**國立政治大學社會學報**，28，1-23。
- 張家銘(2009)。嘉義市老年人休閒運動參與程度、心流體驗、生活滿意、憂鬱程度之相關研究。**體育學報**，42(3)，113-129。
- 張家銘、王瑋榛(2008)。養生機構住民心流體驗、休閒滿意、生活滿意與忠誠度之影響關係研究。**北體學報**，16，104-116。
- 張家銘、李一民、陳聰廉(2006)。瑜珈運動參與者之滿意度、工作滿意與生活滿意之關係實證研究。**臺灣體育運動管理學報**，4，112-128。
- 張家銘、徐欽賢、李宜錫(2004)。中老年人參與太極拳休閒運動之滿意度與生活滿意之相關研究。**生物與休閒事業研究**，2(1)，17-26。
- 張慧芝(譯)(2002)。D. E. Papalia, S. W. Olds, & R. D. Feldman著。**人類發展---成人心理學(Human Development)**。臺北市：桂冠。
- 張蕙麟(2007)。高雄市退休高齡者休閒參與、休閒滿意度及生活滿意度關聯模式之建立與分析。**嘉大體育健康休閒期刊**，6(2)，102-109。
- 莊惠敏(2002)。**雙生涯家庭婦女角色衝突、工作負荷與生活滿意度之研究**。國立高雄師範大學成人教育研究所碩士論文，未出版，高雄市。
- 許思源(2007)。**新竹科學園區員工生活滿意度模式之實證研究**。國立臺北市立教育大學體育學系碩士論文，未出版，臺北市。
- 許秋鈺(2008)。**國小教師親職壓力與幸福感之相關研究**。國立新竹教育大學人資處輔導教學碩士班碩士論文，未出版，新竹市。
- 許嘉甫(2010)。大專院校學生生活型態對幸福感之影響。**運動休閒餐旅研究**，5(3)，135-151。
- 連雅棻、黃惠滿、蘇貞瑛(2008)。社區獨居老人人格韌性、社會支持與生活滿意度相關性研究。**長期照護雜誌**，12(2)，161-178。
- 郭祥益(1996)。**中年期成人發展任務之研究**。國立高雄師範大學成人教育研究所碩士論文，未出版，高雄市。
- 郭榮發(2007)。**國人休閒滿意度與生活滿意度關聯性之研究**。朝陽科技大學休閒事業管理系碩士論文，未出版，臺中縣。
- 陳正昌、程炳林、陳新豐、劉子鍵(2009)。**多變量分析方法---統計軟體應用**。臺北市：五南。
- 陳正芬、王彥雯(2010)。從生命週期觀點檢視台灣老人居住安排的模式與轉變。**台灣社會福利學刊**，8(2)，67-116。
- 陳如山(2003)。人格的發展與適應。載於黃富順、陳如山、黃慈(編著)，**成人發展**

- 與適應**(頁191-214)(修訂再版)。臺北縣：空大。
- 陳彥丞(2008)。宗教志工志願服務行為、休閒參與、與生活滿意度相關之研究。大葉大學休閒事業管理學系碩士論文，未出版，彰化縣。
- 陳淑美、林佩萱(2010)。親子世代的財務支援、照顧需要對老人居住安排與生活滿意度影響之研究。**住宅學報**，19(1)，29-58。
- 陳慧芳(2006)。女性軍訓教官工作壓力、社會支持與生活滿意度之研究。國立嘉義大學家庭教育研究所碩士論文，未出版，嘉義市。
- 章英華(1994)。臺灣的家庭研究：從家戶組成到家人關係。**社區發展季刊**，68，35-40。
- 曾中正、張清標(2008)。基層員警之工作壓力、休閒參與、休閒滿意度與生活滿意度之探討－以台南地區為例。**運動知識學報**，5，293-304。
- 曾文志(2007)。大學生對美好生活的常識概念與主觀幸福感之研究。**教育心理學報**，38(4)，417-441。
- 曾慈慧、沈進成、林銘昌(2008)。菲律賓與泰國勞工休閒活動與生活滿意度比較之研究。**社會與區域發展學報**，1(1)，27-59。
- 曾慈慧、辛純靚、沈進成(2008)。泰國勞工在台之休閒行為與生活滿意度影響關係之研究。**運動與遊憩研究**，2(4)，38-65。
- 黃宗堅、謝雨生、周玉慧(2004)。家人關係的測量與分類：以青少年原生家庭成員互動為例。**中華心理學刊**，46(4)，307-328。
- 黃俊彥(2006)。基層警察運動休閒參與、運動休閒滿意和生活滿意度之研究－以台北縣基層警察為例。**運動休閒管理學報**，3(1)，127-138。
- 黃英忠、鍾安宜、翁良杰、張文菁(2005)。國際交換學生海外適應與生活滿意度關係之研究：社會支持觀點。**中山管理評論**，13(4)，959-981。
- 黃慧真(譯)(1994)。D. E. Papalia & S. W. Olds 著。**發展心理學(Human Development)**。臺北市：桂冠。
- 楊文山(2009)。臺灣地區家戶組成變遷與家人關係。**人文與社會科學簡訊**，10(2)，20-27。
- 楊惠芳(2008)。嘉義市社區參加元極舞者之休閒運動參與程度、心流體驗與生活滿意之研究。**運動休閒管理學報**，5(2)，107-119。
- 葉淑娟、施智婷、莊智薰、蔡淑鳳(2004)。社會支持系統與老人生活滿意度之關係－以高雄市老人為例。**中山管理評論**，12(2)，399-427。
- 劉淑娟(1999)。罹患慢性病老人生命態度及生活滿意度之探討。**護理研究**，7(4)，294-306。
- 黎士鳴、謝素貞(2009)。大學生生活滿意度量表之信效度。**長庚護理**，20(2)，192-198。
- 簡春安(1991)。國內婦女生活滿意度調查報告。**當代社會工作學刊**，1，87-99。

羅國英(1995)。家庭研究中的測量問題：文獻探討。東吳社會工作學報，1，37-90。

二、英文部分

- Amato, P. R., & Afifi, T. D. (2006). Feeling caught between parents: Adult children's relations with parents and subjective well-Being. *Journal of Marriage and Family*, 68(1), 222-235.
- Blanchflower, D. G. & Oswald, A. J. (2009). The U-shape without controls: A response to Glenn. *Social Science & Medicine*, 69(4), 486-488.
- Broman, C. L. (1991). Gender, work-family roles, and psychological well-being of blacks. *Journal of Marriage and the Family*, 53(2), 509-520.
- Connidis, I. A. & McMullin, J. A. (1993). To have or have not: Parent status and the subjective well-being of older men and women. *The Gerontologist*, 33(5), 630-636.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Dixon, M. A., & Sagas, M. (2007). The relationship between organizational support, work-family conflict, and the job-life satisfaction of university coaches. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 78(3), 236-247.
- Duvall, E. M. (1977). *Marriage and family development*. NY: Lippincott.
- Ellison, C. G. (1990). Family ties, friendships, and subjective well-being among black americans. *Journal of Marriage and the Family*, 52(2), 298-310.
- Joerg Dittmann, J. & Goebel, J. (2010). Your house, your car, your education: The socioeconomic situation of the neighborhood and its impact on life satisfaction in Germany. *Social Indicators Research*, 96, 497-513.
- Lansford, J. E., Ceballo, R., Abbey, A., & Stewart, A. J. (2001). Does family structure matter? A comparison of adoptive, two-parent biological, single-mother, stepfather, and stepmother households. *Journal of Marriage and the Family*, 63(3), 840-851.
- Ward, R. A., & Spitze, G. (1998). Sandwiched marriage: The implications of child and parent relations for marital quality in midlife. *Social Forces*, 77(2), 647-666.
- Young, M. H., Miller, B. C., Norton, M. C., & Hill, E. J. (1995). The effect of parental supportive behaviors on life satisfaction of adolescent offspring. *Journal of Marriage and the Family*, 57, 813-822.
- Zhang, L. (2010). Urbanites' life satisfaction research in China: A case study of quality of life in eight cities. *Asian Social Science*, 6(5), 19-26.

Effects of Family Development Stages and Family Structures on Life Satisfaction of Middle-aged Generation

Cheng-Huei Hong¹, Li-Tuan Chou²

Abstract

Compared with the other life stages, the middle-aged generation stage is the stage that little research has focused on. However, previous literature and survey, both domestic and foreign, pointed out that the life satisfaction is the lowest for the middle-aged generation of all age levels. Therefore, the life of middle-aged generation certainly requires more concerns. This research focuses on the middle-aged generation's family development stages, family structures, and life satisfaction. There are three purposes of this study: 1. To investigate the middle-aged generation's life satisfaction conditions. 2. To understand their life satisfaction conditions in terms of different family development stages and family structures. 3. To analyse the effect of their family development stages and family structures on their life satisfaction.

This study analyzes personal background as a control variable, family development stages and family structures as independent variables, life satisfaction as a dependent variable. A questionnaire survey was carried out in a convenience sample. Participants had to meet the requirements for target respondents: 40- to 60-years-old, married, having at least one living parent, and having at least one child at any age, living with spouse and children. Out of the 730 copies of questionnaires distributed, 499 copies were collected, 333 was effective.

The results indicated that middle-aged generation is generally content with their life. Where family development stages are concerned, the adults at the first stage (the stage before families with school-aged children), the second stage (the stage of families with teenagers), and the third stage (the stage of families launching young adults) experience significantly lower life satisfaction, as compared with the middle-aged adults at the fourth stage (the stage after empty nest). Where family structures are concerned, middle-aged adults living in stem families or nuclear families do not show significant difference in life satisfaction.

According to the results, suggestions about family development stage and family structures were provided for middle-aged adults, the government, schools, enterprises, family life educators, and etc., hoping to enhance the life satisfaction of middle-aged adults.

Keywords: middle-aged generation, family development stages, family structures, life satisfaction

¹ Ph. D Student, Department of Human Development and Family Studies, National Taiwan Normal University.

² Associate Professor & Chairperson, Human Development and Family Studies, National Taiwan Normal University. (Corresponding author)