

中國文化大學生活應用科學研究所

碩士論文

台北縣市單身者的寂寞感與
社會支持之相關研究



指導教授：黃郁婷 博士

研究生：李佳蓉

中華民國 99 年 1 月



中國文化大學生活應用科學研究所
Graduate Institute of Applied Science of Living
Chinese Culture University

碩士論文
Master Thesis

台北縣市單身者的寂寞感與
社會支持之相關研究

The Relationships between Loneliness and Social Support of
Singles in Taipei



指導教授：黃郁婷 博士 (Huang, Yu-Ting, Ph.D.)
研究生：李佳蓉 (Lee, Chia-Jung)

中華民國 99 年 1 月
Jan, 2010



謝誌

時光荏苒，論文在撰寫此篇謝誌之時即將步入尾聲，四年來的磨練，親身體驗從無到有的整個歷程，深刻了解箇中滋味，回首過往，心中滿懷感謝。

研究所就讀期間，承蒙師長的鼓勵與指導銘謝在心，而撰寫碩士論文首先要感謝指導教授黃郁婷老師，在寫作方向引導、思考與設計上的啟發及不厭其煩的指正與教導，口試時，感謝黃秀香教授、郭妙雪教授給予諸多寶貴意見，讓我受益良多也使本論文更趨周詳。

研究過程中，感謝辛苦栽培我、一路支持我的父母親和家人，特別是妹妹佳燕，在我陷入困境時能為我打氣與關懷，讓我能無後顧之憂的寫作論文，還要感謝生命中的貴人倍崙，一直以來的陪伴和鼓勵，竭盡所能給予協助，給我莫大的助益，同時也要感謝好友靜宜、依婷、梁琦、莓春、若馨、紀惠、敏祚、振資、世銘、興輪重機車友們、還有填寫問卷的每一位夥伴，您們的協助是致使我完成這篇論文最大的動力。

最後僅將本論文獻給所有關心、鼓勵及幫助我的親朋好友，感謝在這歷程中陪伴我走過每一階段。



中文摘要

現代人平均初婚年齡的逐年增長，離婚率也比以往來得高，單身人口在社會上越來越多，以往社會上有許多偏見，認為單身者是寂寞、無助、孤僻甚至是不健康的，是否單身者的寂寞感真的較高，而單身者的社會支持狀況如何，是否會影響到其寂寞感感受？本研究希望透過調查，瞭解單身者在社會支持與寂寞感的現況，並探討社會支持與寂寞感之間的關係。

本研究採問卷調查法，以台北縣市 25~65 歲單身者為研究對象，採用「立意取樣」與「滾雪球」的方式進行，取得有效樣本 560 份。研究工具包括：個人背景資料調查表、寂寞感量表、社會支持量表。所得資料以次數分配、百分比、平均數、標準差、單一樣本 t 檢定、獨立樣本 t 檢定、單因子變異數分析、薛費事後比較、皮爾森積差相關、強迫進入法多元迴歸進行分析。本研究結果如下：

一、台北縣市單身者之寂寞感總平均值為 1.92 分，顯著低於理論中點 2.5，顯示台北縣市單身者在整體寂寞感上並不特別強烈。

二、台北縣市單身者之「社會支持」總平均值為 3.12 分，顯著高於理論中點 2.5，結果顯示台北縣市單身者認為自己能得到良好的社會支持。

三、性別、長期或短期單身、教育程度、有無固定工作、職業等級、社經地位、有無交往對象、好友個數、互動頻率在單身者的寂寞感上有顯著差異。其結果顯示「男生」、「長期單身」、「低教育程度」、「無固定工作」、「低職業等級」、「低社經地位」、「無交往對象」、「好友個數少」及「好友見面頻率少」者之寂寞感相對較高。

四、性別、教育程度、工作狀況、職業等級、社經地位、好友個數、見面頻率等變項在單身者社會支持感受上有顯著差異。其結果顯示「男生」、「低教育程度」、「無固定工作」、「低職業等級」、「低社經地位」、「好友個數少」且「見面次數少」者，社會支持較低；另外單身類型中「非自願單身」的「情緒性支持」感受優於「自願單身」；「短期單身」者在「實質性支持」感受上優於「長期單身」。

五、「寂寞感」與「社會支持」具有顯著中度負相關性。「與男女朋友感情狀況」與「寂寞感」具有顯著之低度負相關，「與男女朋友感情狀況」與「整體社會支持」具有顯著低度相關性；「家人關係」與「寂寞感」具有顯著之低度負相關，「家人關係」與「社會支持」具有顯著之低度相關性。

六、「家人關係」、「知心好友個數」、「好友見面頻率」、「社會支持」四個變項可以解釋台北縣市單身者「寂寞感」40.1%的變異量；「知心好友個數」、「與男女朋友感情狀況」、「社會支持」三個變項可以解釋有固定交往對象之台北縣市單身者「寂寞感」48.3%的變異量。「社會支持高」、「與交往對象感情越好」、「知心好友個數多」、「家人關係良好」以及「好友互動頻率較頻繁」者寂寞感較低。

關鍵字：單身者、寂寞感、社會支持

Abstract

The average age of first marriage and the divorce rate are getting higher in recent years, and there are more and more single people in modern society. However, there are many prejudices or stereotype about singles. People think singles are lonely, helpless, unsociable and even not mentally healthy. Is that true that singles feel lonelier? How is the social support of singles, and its influence on loneliness? Therefore, this study tries to figure out the current status of the social support and loneliness of singles, and the relationships between social support and loneliness.

Based on survey method, this study focuses on singles between 25 and 65 years old in Taipei. Data are collected by purposive and snowball sampling, and 560 effective samples are received. The research instrument includes background questionnaire, loneliness scales, and social support scales. Data are analyzed by descriptive statistics, one- sample t-test, independent sample t-test, one-way ANOVA, Scheffe Method, Pearson product-moment correlation, and multiple regression. The results are as follows.

1. The average loneliness of singles in Taipei is 1.92, significantly lower than theoretical midpoint 2.5. It shows that singles in Taipei do not feel specific lonely.
2. The average social support of singles in Taipei is 3.12, significantly higher than theoretical midpoints 2.5. It shows that singles in Taipei feel that they can get well social support.
3. Gender, length of being single, educational level, with or without

steady job, level of occupation, socioeconomic status, with or without girlfriend/boyfriend, number of close friends, and frequency of contact with close friends affects singles' loneliness. It shows singles having the characters in below feel more loneliness than others including male, being single for a long time, lower level of education, without steady job, lower level of occupation, lower socioeconomic status, no girlfriend/boyfriend, fewer close friends, and fewer contact with close friends.

4. Gender, educational level, with or without steady job, occupation, socioeconomic status, numbers of close friends, and frequency of contact with close friends affect the social support of singles. It shows singles having the characters in below get less social support than others including male, lower level of education, without steady job, lower level of occupation, lower socioeconomic status, fewer close friends, and fewer contact with close friends. This study also shows that non-voluntary singles feel better emotional support than voluntary singles. Short-time singles feels better substance support than long-time singles.
5. Loneliness and social supports has significantly middle negative correlations. Relationship with girlfriend/boyfriend and loneliness has significantly low negative correlation. Relationship with girlfriend/boyfriend and has significantly lower negative correlation between social support. Family relationships and loneliness has significant low negative correlations. Family relationships and social support has significantly low negative correlations.
6. Family relationships, number of close friends, frequency of contact

with close friends, and social support have 40.1% explanations of loneliness of singles in Taipei. Number of close friends, relationships with girlfriend/boyfriend, and social support has 48.3 % explanations of loneliness of singles having steady girlfriend /boyfriend. Singles having the characters as follows feel less loneliness than others such as better social support, good relationships with girlfriend/boyfriend, having more close friends, good family relationships, and more contact with close friends.

Key words: single, loneliness, social Support.





目 錄

第一章 緒 論	1
第一節 研究背景	1
第二節 研究動機	3
第三節 研究目的	7
第四節 研究問題	8
第五節 名詞釋義	9
第二章 文獻探討	11
第一節 單身者相關研究之探討	11
第二節 寂寞感之探討	16
第三節 社會支持之探討	41
第四節 寂寞感與社會支持之相關研究	63
第三章 研究方法	67
第一節 研究架構	67
第二節 研究假設	71
第三節 研究對象	73
第四節 研究工具	76
第五節 實施程序	83
第六節 資料處理與分析	86
第七節 研究限制	93
第四章 研究結果與分析	95
第一節 台北縣市單身者背景變項、寂寞感與社會支持現況.....	96
第二節 台北縣市單身者背景變項對寂寞感之差異分析	113
第三節 台北縣市單身者背景變項對社會支持之差異分析 ...	130
第四節 寂寞感與社會支持之相關性	148

第五節 背景變項與社會支持對寂寞感之預測	150
第六節 綜合討論	159
第五章 結論與建議	171
第一節 結論	171
第二節 建議	175
參考文獻	179
附錄一 專家效度考驗	200
附錄二 預試問卷	210
附錄三 正式問卷	218
附錄四 問卷授權書.....	226
附錄五 個人背景變項相關矩陣.....	229
附錄六 迴歸分析 VIF 值列表.....	230



表目錄

表 1-1-1 我國婚姻狀況統計表摘要.....	1
表 2-1-1 單身者類型.....	11
表 2-2-1 寂寞感定義表.....	18
表 2-2-2 寂寞感分類表.....	26
表 2-2-3 單一向度寂寞感衡量量表.....	37
表 2-2-4 多向度寂寞感衡量量表.....	38
表 2-3-1 社會支持定義列表.....	43
表 2-3-2 社會支持型態分類.....	49
表 2-3-3 社會支持測量.....	61
表 3-1-1 職業類別表.....	69
表 3-3-1 預試問卷信度.....	74
表 3-4-1 寂寞量表題目.....	76
表 3-4-2 社會支持量表題目.....	78
表 3-4-3 職業類別表.....	80
表 3-4-3 二因子社會地位指數.....	81
表 3-5-1 研究實施甘特圖.....	85
表 3-6-1 統計考驗方法一覽表.....	87
表 3-6-2 個人背景變項合併設定.....	90
表 4-1-1 台北縣市單身者個人背景變項現況表.....	99
表 4-1-2 台北縣市單身者與男女朋友感情狀況之平均數、標準差..	102
表 4-1-3 台北縣市單身者與男女朋友感情狀況之次數分配、百分比.....	102

表 4-1-4 台北縣市單身者家人關係之平均數、標準差.....	103
表 4-1-5 台北縣市單身者家人關係之次數分配、百分比.....	103
表 4-1-6 台北縣市單身者兩性關係、家人關係與理論中點之 t 檢 定分析表.....	104
表 4-1-7 台北縣市單身者寂寞感之平均數、標準差	105
表 4-1-8 台北縣市單身者寂寞感之次數分配、百分比	106
表 4-1-9 台北縣市單身者寂寞感量表與理論中點之 t 檢定分析表 ..	107
表 4-1-10 台北縣市單身者社會支持之平均數、標準差	108
表 4-1-11 台北縣市單身者社會支持之次數分配、百分比	110
表 4-1-12 台北縣市單身者社會支持量表與理論中點之 t 檢定分 析表.....	112
表 4-2-1 台北縣市單身者「性別」對「寂寞感」之 t 檢定分析表..	113
表 4-2-2 台北縣市單身者「年齡」對「寂寞感」之單因子變異數 分析表.....	114
表 4-2-3 台北縣市單身者「婚姻經驗」對「寂寞感」之 t 檢定分 析表.....	115
表 4-2-4 台北縣市單身者「單身者類型」對「寂寞感」之 t 檢定 分析表.....	116
表 4-2-5 台北縣市單身者「教育程度」對「寂寞感」之單因子 變異數分析表	117
表 4-2-6 台北縣市單身者「工作狀況」對「寂寞感」之 t 檢定分 析表	118
表 4-2-7 台北縣市單身者「職業類別」對「寂寞感」之單因子變 異數分析表	119
表 4-2-8 台北縣市單身者「收入狀況」對「寂寞感」之單因子變	

異數分析表	120
表 4-2-9 台北縣市單身者「社經地位」對「寂寞感」之單因子變異數分析表	121
表 4-2-10 台北縣市單身者「居住狀況」對「寂寞感」之單因子變異數分析表.....	122
表 4-2-11 台北縣市單身者「有無固定交往對象」對「寂寞感」之 t 檢定分析表.....	123
表 4-2-12 台北縣市單身者「交往時間」對「寂寞感」之單因子變異數分析表.....	123
表 4-2-13 台北縣市單身者「好友個數」對「寂寞感」之單因子變異數分析表.....	124
表 4-2-14 台北縣市單身者「與好友見面頻率」對「寂寞感」之單因子變異數分析表	125
表 4-2-15 台北縣市單身者背景變項對「寂寞感」之差異性分析總表.....	126
表 4-2-16 與男女朋友感情狀況、家人關係與寂寞感相關性分析.....	129
表 4-3-1 台北縣市單身者「性別」對「社會支持」之 t 檢定分析表	130
表 4-3-2 台北縣市單身者「年齡」對「社會支持」之單因子變異數分析表.....	131
表 4-3-3 台北縣市單身者「婚姻經驗」對「社會支持」之 t 檢定分析表.....	132
表 4-3-4 台北縣市單身者「單身原因」對「社會支持」之 t 檢定分析表.....	133
表 4-3-5 台北縣市單身者「單身原因」對「社會支持」之單因子	

變異數分析表.....	134
表 4-3-6 台北縣市單身者「工作狀況」對「社會支持」之 t 檢定 分析表.....	135
表 4-3-7 台北縣市單身者「職業類別」對「社會支持」之單因子 變異數分析表.....	136
表 4-3-8 台北縣市單身者「收入狀況」對「社會支持」之單因子 變異數分析表.....	137
表 4-3-9 台北縣市單身者「社經地位」對「社會支持」之單因子 變異數分析表.....	138
表 4-3-10 台北縣市單身者「居住狀況」對「社會支持」之單因 子變異數分析表.....	139
表 4-3-11 台北縣市單身者「有無固定交往對象」對「社會支持」 之 t 檢定分析表.....	140
表 4-3-12 台北縣市單身者「交往時間」對「社會支持」之 t 檢定 分析表.....	140
表 4-3-13 台北縣市單身者「知心好友個數」對「社會支持」之單因子 變異數分析表.....	142
表 4-3-14 台北縣市單身者「好友見面頻率」對「社會支持」之單因子 變異數分析表.....	143
表 4-3-15 台北縣市單身者背景變項對「社會支持」之差異性分 析總表.....	144
表 4-3-16 與男女朋友感情狀況、家人關係與社會支持相關性分析	147
表 4-4-1 寂寞感與社會支持相關性分析.....	148
表 4-5-1 台北縣市單身者的背景變項、社會支持對寂寞感之強迫進入 多元迴歸分析	151

表 4-5-2 台北縣市單身者的背景變項、社會支持對寂寞感之強迫進入多元迴歸分析（有交往對象）	152
表 4-5-3 台北縣市單身者的背景變項對寂寞感之強迫進入多元迴歸分析	153
表 4-5-4 台北縣市單身者的背景變項對寂寞感之強迫進入多元迴歸分析（有交往對象）	154
表 4-5-5 台北縣市單身者的背景變項對社會支持之強迫進入多元迴歸分析	156
表 4-5-6 台北縣市單身者的背景變項對社會支持之強迫進入多元迴歸分析（有交往對象）	157



圖目錄

圖 3-1-1 研究架構圖.....	68
圖 4-1-1 研究結果總圖.....	95

