

青少年寂寞感、社會支持與生活滿意度之研究

廖育佑、謝智玲

E-mail: 325847@mail.dyu.edu.tw

摘要

本研究旨在探討青少年的寂寞感、社會支持與生活滿意度之關係。首先探討不同背景變項青少年寂寞感、社會支持與生活滿意度之差異情形；其次探討青少年寂寞感、社會支持與生活滿意度之相關情形；接著分析青少年的寂寞感與社會支持對生活滿意度之預測效果；最後分析社會支持對生活滿意度之效果是否受到寂寞感之中介。本研究採用問卷調查法，以分層隨機取樣方式，抽取中部六縣市國中小各十班、共六百二十位國小五、六年級及國中一、二、三年級之青少年為受試樣本。研究工具包括寂寞感量表、社會支持量表、及生活滿意度量表；以SPSS12.0統計套裝軟體進行描述性統計分析、T檢定、單因子變異數分析、皮爾遜積差相關分析、及逐步多元迴歸分析。本研究有下列主要發現：(一)不同性別之寂寞感有顯著差異，社會支持與生活滿意度則無顯著差異；不同年級之寂寞感、社會支持與生活滿意度均有顯著差異；不同家庭狀況之寂寞感與社會支持有顯著差異，生活滿意度則無。(二)寂寞感與社會支持及生活滿意度有顯著負相關；社會支持與生活滿意度有顯著正相關。(三)寂寞感可負向預測生活滿意度；社會支持可正向預測生活滿意度；社會支持可負向預測寂寞感。(四)青少年的社會支持與生活滿意度之關係受到寂寞感的中介。

關鍵詞：青少年、寂寞感、社會支持、生活滿意度

目錄

封面內頁 簽名頁 中文摘要.....	iii	英文摘要.....	iv
謝.....	vi	目錄.....	vii
.....	ix	表目錄.....	x
.....	1	第一章 緒論.....	1
.....	1	第一節 研究動機.....	1
.....	1	第二節 研究目的.....	4
.....	4	第三節 研究問題.....	5
.....	5	第四節 重要名詞釋義.....	5
.....	5	第五節 研究範圍與限制.....	7
.....	7	第二章 文獻探討.....	9
.....	9	第一節 寂寞感的內涵與相關研究.....	9
.....	9	第二節 社會支持的內涵與相關研究.....	13
.....	13	第三節 生活滿意度的內涵與相關研究.....	19
.....	19	第三章 研究方法.....	24
.....	24	第一節 研究設計.....	24
.....	24	第二節 研究對象與取樣方法.....	28
.....	28	第三節 研究工具.....	31
.....	31	第四章 研究結果.....	47
.....	47	第一節 青少年寂寞感、社會支持、與生活滿意度之現況.....	47
.....	47	第二節 不同背景變項之青少年其寂寞感、社會支持、生活滿意度之差異情形.....	50
.....	50	第三節 青少年的寂寞感、社會支持與生活滿意度之關係.....	58
.....	58	第四節 青少年的寂寞感、社會支持與生活滿意度間之預測分析.....	61
.....	61	第五節 青少年的寂寞感在社會支持與生活滿意度間之中介效果.....	63
.....	63	第五章 結論與建議.....	71
.....	71	第一節 結論.....	71
.....	71	第二節 討論.....	77
.....	77	第三節 建議.....	88
.....	88	參考文獻.....	91
.....	91	附錄一 寂寞感量表.....	108
.....	108	附錄二 社會支持量表.....	110
.....	110	附錄三 生活滿意度量表.....	113

參考文獻

- 一、中文部份 井敏珠(1992)。已婚職業婦女生活壓力與因應策略、社會支持與工作適應之關係，未出版之博士論文，國立政治大學社會學研究所，台北市。內政部營建署(2010)。區域計畫地理資訊，2010年8月29日，取自：<http://gisapsrv01.cpami.gov.tw/fcu-gis/default.asp>
- 王文琪(1994)。國中生學習困難、學習壓力、社會支持與生活適應的關係，未出版之碩士論文，國立政治大學教育研究所，台北市。王以仁(1989)。我國大學生寂寞感之相關研究，國立政治大學教育研究所博士論文，未出版，台北市。王建楠、吳重達(2006)。青少年之身心發展及行為表現，基層醫學，21(11)，326-332。王政彥(1989)。性別、學院、溝通、恐懼與寂寞之關係研究，測驗與輔導，97，1931-1936。生命教育期刊(2006)。台灣生命教育的省思，2007年2月23日，取自：http://www.mwr.org.tw/life_edu/periodical_5.htm
- 吳月霞(2006)。國小高年級單親兒童親子互動、社會支持與其幸福感之研究，未出版之碩士論文，國立嘉義大學家庭教育研究所，嘉義。吳明隆、涂金堂(2006)。SPSS與統計應用分析(二版四刷)，台北市：五南書局。吳靜吉(1987)。害羞、寂寞、愛，台北：遠流出版社。李欣瑩(2001)。桃園市國中生主觀生活壓力、社會支持、因應行為與身心健康之關係研究，未出版之碩士論文，國立台灣師範大學衛生教育研究所，台北市。李欣瑩、姜逸群(2001)。桃園市國中生主觀生活壓力、社會支持、因應行為與身心健康之關係研究，衛生教育學報

, 15, 115-132。汪俐君(2003)。學前身心障礙子女母親親職壓力與社會支持相關因素之探討, 未出版之碩士論文, 國立台灣師範大學特殊教育研究所, 台北。屈寧英(2004)。高中生生活壓力、社會支持、行為模式與幸福感相關性之研究 - 以台北市立某女子高級中學為例, 未出版之碩士論文, 國立台灣師範大學衛生教育研究所, 台北。林珊如, 黃芳銘, 黃國彥及「台灣學生身心發展小組」小組成員: 洪若烈, 江羽慈, 常善媚, 葉好貞, 陳俐君, 陳中興, 黃博煜(2007)。2007年「台灣學生身心發展研究」初步報告, 教育研究與發展期刊, 3(4), 51-78。林麗惠(2002)。高齡者參與學習活動與生活滿意度關係之研究, 國立中正大學成人及繼續教育研究所博士論文, 未出版, 嘉義縣。林麗玲(1988)。智障者母親社會支持與心理調適之研究, 未出版之碩士論文, 私立東海大學社會工作研究所, 台中。邱珮怡(2000)。國中轉學生社會支持、制握信念與學校適應關係之研究, 國立成功大學教育研究所碩士論文, 未出版, 台南。邱瓊慧(1988)。對國中生休閒活動應有的認識, 諮商與輔導, 30, 21-24。邱瓊慧(2000)。成年前期女性寂寞經驗與適應歷程, 彰化師範大學輔導與諮商學系碩士論文, 未出版, 彰化。青輔會(2005)。青少年政策白皮書綱領, 台北市: 行政院青輔會。洪冬桂(1986)。我國大學生生活適應問題、因應行為、求助偏好及其相關因素之研究, 未出版之博士論文, 國立台灣師範大學教育研究所, 台北。高明珠(1998)。國小兒童親子關係、內外控人格傾向、社會支與其生活及學習適應相關之研究, 未出版之碩士論文, 國立台南師範學院國民教育研究所, 台南。張佩娟(2004)。國中輔導教師社會支持與其輔導角色實踐相關之研究, 未出版之碩士論文, 國立高雄師範大學輔導研究所, 高雄。張春興(2007)。教育心理學: 三化取向的理論與實踐(修訂二版)。台北市: 東華。莊元好(2002)。臺北市國小高年級兒童電腦遊戲行為與創造力、寂寞感之相關研究, 中國文化大學兒童福利研究所碩士論文, 未出版, 台北市。陳冠中(2000)。背景變項、父母管教方式、手足關係與高中生寂寞之相關研究, 國立政治大學教育學系碩士論文, 未出版, 台北市。陳淑芬(1992)。升大學補習班重考生壓力源、社會支持與生活適應之研究, 未出版之碩士論文, 私立東海大學社會工作研究所, 台中。陳淑敏(1989)。歸因方式、自我坦露與高中生之寂寞, 國立高雄師範大學教育研究所碩士論文, 未出版, 高雄市。陳麗婉(1989)。自我意識、自我坦露與寂寞感之關係研究, 政治大學教育研究所碩士論文, 未出版, 台北。傅瓊儀(2002)。以結構方程模式探討制握信念及社會支持在國中生壓力知覺的作用, 教育心理學報, 34, 61-82。單小琳(1990)。教師的社會支持及其相關因素之探討, 台北市立師範學院學報, 21, 23-154。曾雪婷(2005)。青少年社交技巧、寂寞感與電子遊戲行為之相關研究, 國立高雄師範大學教育學系碩士論文, 未出版, 高雄市。曾肇文(1996)。國小學童學校壓力、因應方法、社會支持與學校適應之相關研究, 未出版之碩士論文, 國立新竹師範學院國民教育研究所, 新竹。黃于娟(1994)。性別、依附風格與自我坦露、幽默、撒嬌之關係, 國立政治大學教育學系碩士論文, 未出版, 台北市。黃俊勳(1999)。國中學生與犯罪少年社會支持與刺激忍受力之相關研究, 未出版之碩士論文, 國立彰化師範大學教育研究所, 彰化。楊雯齡(1996)。國小兒童社會地位與寂寞感之相關研究, 私立文化大學兒童福利學系碩士論文, 未出版, 台北市。群團社會福利基金會(2007)。95年度台中市少年生活狀況調查, 2007年1月19日, 取自: <http://www.chionyuan.org.tw/activity/> 臺中市向晴家庭福利服務中心(2008)。97年個案輔導服務統計分析, 取自: http://single.children.org.tw/about/about_04_desc.php?id=25 蔡姿娟(1999)。國中生社會支持、生活適應與寂寞感之相關研究, 國立高雄師範大學教育學系碩士論文, 未出版, 高雄市。蔡嘉慧(1998)。國中生的社會支持、生活壓力與憂鬱傾向之相關研究, 未出版之碩士論文, 國立高雄師範大學教育研究所, 高雄。蔡鳳薇(2006)。大學生親子互動與其寂寞感之相關研究, 國立臺中教育大學諮商與應用心理學系碩士論文, 未出版, 臺中市。鄭照順(1997)。高壓力青少年所知覺的家庭、社會支持及其因應效能之研究, 未出版之博士論文, 國立高雄師範大學教育研究所, 高雄。鄭麗慧(2007)。高雄市國民小學教師生命意義感與生活滿意度關係之研究, 高雄師範大學教育學系碩士論文, 未出版, 高雄。韓貴香(2004)。生活滿意與需求的關係: 需求階層理論在台灣社會的初步體驗, 玄奘社會科學學報, 2, 1-19。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, 87-89。簡素枝(2004)。嘉義縣市高齡學習參與者與非參與者在人際關係、生活滿意度之比較研究, 國立中正大學成人及繼續教育研究所碩士論文, 未出版, 嘉義縣。羅立人(1999)。大學生依附風格與寂寞感之相關研究, 彰化師範大學輔導學系碩士論文, 未出版, 彰化。蘇宜芬(1990)。談孤單, 測驗與輔導月刊, 103, 2060-2062。

二、英文部份 Baker, J. J. A., Dilly, L. L. J., Aupperlee, J. J. L., & Patil, S. S. A. (2003). The developmental context of school satisfaction: Schools as psychologically healthy environments. *School Psychology Quarterly*, 18, 206 – 221. Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1173 – 1182. Bennett, D. H., & Morris, I. (1983). Support and rehabilitation. In F. N. Watts & D. H. Bennett (Eds.), *Theory and practice of psychiatric rehabilitation* (pp.189-211). New York: Chichester. Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Separation, anxiety and anger*. New York: Basic Books. Brennan, T. (1982). Loneliness at adolescence. In L. A. Peplau & D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy* (pp. 269 – 290). New York: Wiley & Sons. Brennan, T., & Auslander, N. (1979). Adolescent loneliness: An exploratory study of social and psychological predisposition and theory. *Behavior Research and Evaluation Corp.*, 30, 256-260. Caplan, G. (1974). *Support system and community mental health*. NY: Behavioral. Cassel, J. (1974). Psychological processes and stress: Theoretical formulations. *International Journal of Stress Service*, 4, 471-482. Chipuer, H. M., Bramston, P., & Pretty, G. (2003). Determinants of subjective quality of life among rural adolescents: A developmental perspective. *Social Indicators Research*, 61, 79 – 95. Cobb, S. (1976). Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic Medicine*, 38(5), 77-79. Cohen, S., & Wills, T.A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98 (2), 310-357. Colvin, M., Cullen F. T., & Thomas V. V. (2002). Coercion, social support, and crime: An emerging theoretical consensus. *Criminology*, 40, 19-42. Cotterell, J. (1996). Social relations, social networks and social influences in adolescence (pp. 21 – 98). London: Taylor & Francis Inc. Cutrona, C. E. (1982). Transition to College: Loneliness and the Process of Social Adjustment. in Peplau & Perlman. (Eds.), *Loneliness: A Sourcebook of Current Theory, Research and Therapy* (pp. 291-309). NY: John Wiley & Sons, Inc. Cutrona, C. E., & Russell, D. W. (1990). Type of social support and specific stress: Toward a theory of optimal matching. In B. R. Sarason, I. G. Sarason, & G. R. Pierce. (Eds.), *Social support: An interactional view*, (pp.319-366). New York: John Wiley & Sons. Diener, E. (2000). Subjective well-being. *The science of happiness and a proposal for a national index*. *American Psychologist*, 55, 34 – 43. Diener, E., & Fujita, F. (1995). Resources, personal strivings,

and subjective well-being: A nomothetic and idiographic approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 926 – 935. Diener, E. (1994). Assessing subjective well-being: Progress and opportunities. *Social Indicators Research*, 31, 103-57. Duru, E. (2005). Turkey Turkish students studying at higher levels of language in America loneliness, and loneliness level in comparison with the sample for the study of some psycho-social variables. *Education and Science*, 30, 16-26. Farmer, T. W., & Farmer, E. (1996). Social relationships of students with exceptionalities in mainstream classrooms: Social networks and homophily. *Exceptional Children*, 62, 431 – 450. Fogle, L. M., Huebner, E. S., & Laughlin, J. E. (2002). The relationship between temperament and life satisfaction in early adolescence. Cognitive and behavioral mediation models. *Journal of Happiness Studies*, 3, 373 – 392. Gilman, R., & Huebner, E. S. (2003). A review of life satisfaction research with children and adolescents. *School Psychology Quarterly*, 18(2), 192 – 205. Gilman, R., & Huebner, E. S. (2006). Characteristics of adolescents who report very high life satisfaction. *Journal of Youth and Adolescence*, 35, 293 – 301. Gilman, R., Huebner, E. S., & Laughlin, J.-E. (2000). A first study of the Multidimensional Students' Life Satisfaction Scale with adolescents. *Social Indicators Research*, 52(2), 135 – 160. Henry, N. J. (1989). A qualitative study about perception of lifestyle and life satisfaction among older adults. Unpublished doctoral dissertation, University of Syracuse, New York. Hoglund, C. L., & Collison, B. B. (1989). Loneliness and irrational beliefs among college students. *Journal of College Student Development*, 30, 53-57. House, J. S. (1981). Work stress and social support. Reading, MA: Addison-Wesley. Huebner, E. S., & Gilman, R. A. (2006). Students who like and dislike school. *Applied Research in Quality of Life*, 1, 139 – 150. Huebner, E. S., Suldo, S., Valois, R. F., Drane, J. W., & Zullig, K. (2004). Brief multidimensional students' life satisfaction scale: Sex, race, and grade effects for a high school sample. *Psychological Reports*, 94, 351-356. Huebner, E. S., Valois, R. F., Paxton, R. J., & Drane, J. W. (2005). Middle school students' perceptions of quality of life. *Journal of Happiness Studies*, 6(1), 15 – 24. Huebner, E. S., Nagle, R. J., & Suldo, S. M. (2003). Quality of life assessment in children and adolescents: The Multidimensional Students' Life Satisfaction Scale (MSLSS). In J. Sirgy, D. Rahtz, & A. C. Samli (Eds.), *Advances in Quality-of-Life Theory and Research* (pp. 179 – 190). Dordrecht, Netherlands: Kluwer Academic Press. Jackson, S. (1993). Social behavior in adolescence: The analysis of social interaction sequences. In S. Jackson & H. Rodriguez-Tome (Eds.), *Adolescence and its social worlds* (pp. 15 – 45). Psychology Press, Taylor & Francis Group. Johnson, R. A., Rose, J., & Russell, D. W. (1992). Loneliness and interpersonal relationships across the school years. In F. J. Medway & T. P. Cafferty (Eds.), *School psychology: A social psychological perspective* (pp. 377 – 396). Hardsback: Education-Erlbaum Associates. Kaplan, B. H., Cassell, J. C., & Gore, S. (1977). Social support and health. *Medical Care*, 15, 47-58. Kirchler, E., Palmonari, A., & Pombeni, M. L. (1993). Developmental tasks and adolescents relationships with their peers and family. In S. Jackson & H. Rodriguez-Tome (Eds.), *Adolescence and its social worlds* (pp. 147 – 167). Psychology Press, Taylor & Francis Group. Kostecky, Kyle & Lempers, Jacques, D. (1998). Stress, family social support, distress, and seniors. *Family and Consumer Sciences Research Journal*, 27(2), 125-145. Lopata, H. Z. (1969). Loneliness: Forms and components. *Social Problems*, 17, 248-262. Maggie, H. C. (1994). Loneliness and the four life positions. *Transactional Analysis Journal*, 24(4), 293-294. Malecki, C. K., Demaray, M. K., & Elliott, S. N. (2000). The Child and Adolescent Social Support Scale. DeKalb, IL: Northern Illinois University. Mallinckrodt, B., & Leong, F. T. L. (1992). International graduate students, stress and social support. *Journal of College Student Development*, 33(1), 71-78. Medora, N., & Woodward, J. C. (1982). Loneliness among adolescence: Correlates, attributions, and coping. *Journal of Youth and Adolescence*, 22, 391-402. Mijuskovic, B. (1986). Loneliness: Counseling adolescents. *Adolescence*, 21, 941 – 950. Neter, J., Wassermann, W., & Kutner, M. H. (2004). *Applied linear regression models* (4th ed.). Homewood, IL: Irwin. Neto, F. (1993). The satisfaction with life scale: Psychometrics properties in an adolescent sample. *Journal of Youth and Adolescence*, 22, 125 – 134. Neto, F., & Barros, J. (2000). Psychosocial concomitants of loneliness among students Cape Verde and Portugal. *The Journal of Psychology*, 134, 503 – 514. Park, N., & Huebner, E. S. (2005). A cross-cultural study of the levels and correlates of life satisfaction among adolescents. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 36, 444 – 456. Pavot, W. W., Diener, E. E., Colvin, C. C. R., & Sandvik, E. E. (1991). Further validation of the Satisfaction With Life Scale: Evidence for the cross-method convergence of well-being measures. *Journal of Personality Assessment*, 57, 149 – 161. Peplau, L. A. & Perlman, D. (1982). Perspectives on loneliness. In Peplau & Perlman. (Eds.), *Loneliness: A Sourcebook of Current Theory, Research and Therapy*, pp. 1-18. NY: John Wiley & Sons. Rubenstein, C. M., & Shaver, P. (1982). The experience of loneliness in Peplau, L. A. & Perlman, D. (Eds.), *Loneliness: A Sourcebook of Current Theory, Research and Therapy*, pp. 206-223. NY: John Wiley & Sons. Russel, D., Peplau, L. A., & Cutrona, C. E. (1980). The revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personal and Social Psychology*, 39, 472-480. Daniel W. Russell, (1996). The UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, validity, and factor structure. *Journal of Personality Assessment*, 66, 20-40. Sarason, I. G., Levine, H. M., Basham, R. B., & Sarason, B. R. (1983). Assessing social support: The social support questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44, 127-139. Seligson, J. L., Huebner, E. S., & Valois, R. F. (2005). An investigation of a brief life satisfaction scale with elementary school children. *Social Indicators Research*, 73, 355 – 374. Shumaker, S. A. & Brownell, A. (1984). Toward a theory of social support: Closing conceptual gaps. *Journal of Social Issues*, 40(4), 11-36. Sobel, M. E. (1982). Asymptotic confidence intervals for indirect effects in structural equations models. In S. Leinhardt (Ed.), *Sociological methodology 1982* (pp. 290-312). San Francisco: Jossey-Bass. Suldo, S. M., & Huebner, E. S. (2004). Does life satisfaction moderate the effects of stressful life events on psychopathological behavior during adolescence? *School Psychology Quarterly*, 19(2), 93 – 105. Suldo, S. M., & Huebner, E. S. (2006). Is extremely high life satisfaction during adolescence advantageous? *Social Indicators Research*, 78, 179 – 203. Suldo, S. M., Riley, K. N., & Shaffer, E. J. (2006). Academic correlates of children and adolescents' life satisfaction. *School Psychology International*, 27, 567 – 582. Sullivan, H. S. (1953). *The interpersonal theory of psychiatry*. New York: Norton. Swindle, R. W. (1983). Social networks, perceived social support and coping with stress. In M. Sperling (Ed), *Preventive psychology: Theory, research and practice in community intervention* (pp. 87-103). New York: Pergamon. Thoits, P. A. (1982). Conceptual, methodological, and

theoretical problems in studying social support as a buffer against life stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 23, 145-159. Towbes, L. G., Cohen, L. H., & Glyshaw, K. (1989). Instrumentality as a life-stress moderator for early versus middle adolescents. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 109-119. Valois, R. F., Paxton, R. J., Zullig, K. J., & Huebner, E. J. (2006). Life satisfaction and violent behaviors among middle school students. *Journal of Child and Family Studies*, 15, 695 – 707. Vincenzi, H., & Grabosky, F. (1987). Measuring the emotional/social aspects of loneliness and isolation. *Journal of Social Behavior and Personality*, 2(2), 257-270. Weiss, R. S. (1982). Issues in study of loneliness. in Peplau & Perlman. (Eds.), *Loneliness: A Sourcebook of Current Theory, Research and Therapy*, pp.71-80. NY: John Wiley & Sons. Weiss, R. S. (1989). Reflections on the Present Study of Loneliness Research. in Hojat & Crandall (Eds.), *Loneliness : Theory, Research, and Applications*, pp. 1-16. London: Sage. Young, J. E. (1982). Loneliness, depression and cognitive therapy theory and application. in Peplau & Perlman(Eds.), *Loneliness: A Sourcebook of Current Theory, Research and Therapy*, pp. 379-405. NY: John Wiley & Sons.