

優化臺灣高齡者正向老化歷程：固定樣本追蹤研究

過錄編碼簿

變項	變項標註	數值與標註	遺漏
id	受試者編號	共 5 碼	
	老化自我覺知 self perception about aging (SP)	1. 非常不同意 2. 不同意 3. 同意 4. 非常同意 *反向題	9
SP1	1. 我是老當益壯的		
SP2	2. 我是健康良好的		
SP3	3. 我是討人喜歡的		
SP4	4. 我是體弱多病的*		
SP5	5. 我是缺乏活力的*		
SP6	6. 我是慈悲的		
SP7	7. 我是快樂的		
SP8	8. 我是有解決問題能力的		
SP9	9. 我是開通的		
SP10	10. 我是悲觀消沈的*		
SP11	11. 我是難溝通的*		
SP12	12. 我是自怨自艾的*		
SP13	13. 我是樂於助人的		
SP14	14. 我是容易相處的		
SP15	15. 我是他人的負擔*		
SP16	16. 我是嘮叨的*		
SP17	17. 我是與社會脫節的*		
SP18	18. 我是被尊重的		
SP19	19. 我是能教導後進的		
SP20	20. 我是對社會有貢獻的		
SP21	21. 我的錢夠讓我做自己想做的事		
SP22	22. 我是生活無虞的		
SP23	23. 我是工作效率差的*		
SP24	24. 我覺得自己老了*		
	老人社會參與 social participation	1. 有 0. 無	9
Social1	1. 參加各種教育或技藝課程?(如長青學苑、社區大學、繪畫班、瑜珈課...)		
Social2	2. 擁有全職或兼職的工作?(指受僱的職務)		
Social3	3. 幫忙家庭事業?		
Social4	4. 擔任義工或志願服務的工作?(指不支薪的職務)		
Social5	5. 參加各種社區活動?(如：進香團、廟會、休閒娛樂團體...)		
Social6	6. 協助處理家中日常生活事務?(如做家事、買東		

變項	變項標註	數值與標註	遺漏
	西、照顧孫子女…)		
Social7	7. 參加家庭或家族活動?(如:出遊、聚餐、喜宴…)		
	老人休閒參與 leisure activities	1. 有 0. 無	9
Leisure1	1. 外出拜訪親戚與朋友聚會或與鄰居聊天		
Leisure2	2. 看報紙、雜誌、書籍		
Leisure3	3. 下棋或打牌(含麻將、四色牌)		
Leisure4	4. 看電視、聽收/錄音機		
Leisure5	5. 從事體能活動(如:運動、散步)		
Leisure6	6. 種花、植栽		
Leisure7	7. 興趣或嗜好:玩樂器、書畫、做手工藝、裁縫或刺繡、集郵、收藏		
Leisure8	8. 逛街、看電影		
Leisure9	9. 觀賞音樂會或歌劇(含各類戲曲)		
Leisure10	10. 使用電腦或網際網路		
Leisure11	11. 到現場觀看體育比賽(如:棒球)		
Leisure12	12. 其他		
	家庭關懷 family care (FC)	1. 幾乎很少 2. 有時這樣 3. 經常這樣	9
FC1	1. 當我遭遇困難時可以從家人身上得到滿意的幫助		
FC2	2. 我滿意家人與我討論各種事情,以及分擔問題的方式		
FC3	3. 當我想從事新的活動或發展時,家人都能接受並支持		
FC4	4. 我滿意家人對我表達情感的方式,以及對我的情緒的反應		
FC5	5. 我滿意家人與我共度時光的方式		
	活動量表 physical ability (PA)	0. 完全不能 1. 非常困難 2. 有點困難 3. 沒有困難	9
PA1	1. 能連續站立半小時		
PA2	2. 能夠自己上下樓		
PA3	3. 一次能走 200~300 公尺		
PA4	4. 拿起一袋 10 台斤的米或東西(約 6 公斤的大包米)		
PA5	5. 雙手舉高至頭上		
PA6	6. 用手指扣鈕扣		

變項	變項標註	數值與標註	遺漏
PA7	7. 彎腰、蹲下或跪下		
	幸福感 SWB		
SWB1	1. 我過去的生活所有事情似乎都是愉快的	1. 非常不符合 2. 不符合 3. 符合 4. 非常符合	9
SWB2	2. 我覺得自己是快樂的		
SWB3	3. 我對現在生活中一些事感到滿意		
SWB4	4. 我樂觀看待未來		
	心理健康 CHQ		
CHQ1	1. 覺得頭痛或是頭部有壓迫感？	0. 一點也不 1. 和平時差不多 2. 比平時較覺得 3. 比平時更覺得	9
CHQ2	2. 覺得心悸或心跳加快，擔心自己可能得了心臟病？		
CHQ3	3. 感到胸前不適或壓迫感？		
CHQ4	4. 覺得手腳發抖或發麻？		
CHQ5	5. 覺得睡眠不好？		
CHQ6	6. 覺得許多事情對您造成負擔？		
CHQ7	7. 覺得對自己失去信心？		
CHQ8	8. 覺得神經兮兮，緊張不安？		
CHQ9	9. 覺得家人或親友會令您擔憂？		
CHQ10	10. 覺得生活毫無希望？		
	控制信念 control belief (CB)		
CB1	1. 我相信只要堅持不懈，最終定能達成心願	1. 非常不同意 2. 不同意 3. 同意 4. 非常同意	9
CB2	2. 我認為挫折正給了我們加倍努力的機會		
CB3	3. 我相信成功是要付出努力的		
CB4	4. 如果受挫，我認為應重新檢討方法和策略		
CB5	5. 遇到困難時，我們應降低對自己的期望		
CB6	6. 我相信有些事情不管我多努力也不會成功，所以不須強求		
CB7	7. 如果受挫了，最好是說服自己這件事情並不重要		
CB8	8. 我們應該從失敗中學習教訓		
CB9	9. 人要處理的事情很多，應該知所取捨		
	生活意義 meaning in life (MIL)		
MIL1	1. 我知道我人生中重要的意義是什麼	1. 非常不符合 2. 不符合 3. 符合 4. 非常符合	9
MIL2	2. 我清楚自己想要怎樣的人生		
MIL3	3. 我有一些目標，若能達成的話會給我極大的滿足感		
MIL4	4. 我對人生充滿熱情		
MIL5	5. 我覺得自己正在實現人生目標		
MIL6	6. 回首人生，我滿意自己真的成就了一些事情		

變項	變項標註	數值與標註	遺漏
	安適幸福感 peace of mind (POM)		
POM1	7. 我的內心是輕鬆自在的		
POM2	8. 在目前生活中我覺得怡然自得		
POM3	9. 我的生活給我一種平靜安穩的感覺		
POM4	10. 我內心是平靜與和諧的		
POM5	11. 要讓自己擁有內心的安定感是很困難的		
POM6	12. 我的生活能帶給我一種安適的感覺		
	基本資料		
Gender	1. 性別	1. 男 0. 女	9
Age	2. 年齡	單位：歲	99
	3. 居住地（省）		
	居住地（縣市）		
	居住地（鄉鎮市區）		
Live	4. 目前您是否與子女或其他家人同住？	1. 是 0. 否	9
Number	共____人(不含你自己)	(上題填否，則此題 key-in 88 不適用)	99
Education	5. 教育程度	1. 國小（含）以下 2. 國中 3. 高中職 4. 專科 5. 大學 6. 碩士 7. 博士	9
Economy	6. 整體而言，您對自己目前的經濟狀況感受為何？	1. 錢非常不夠用 2. 錢稍嫌不足 3. 錢大致夠用 4. 錢非常夠用且有餘	9
Health	7. 您認為自己目前的健康狀況為何？	1. 很不好 2. 不太好 3. 普通 4. 好 5. 很好	9
Marriage	8. 您目前的婚姻狀況是？	1. 已婚有偶 2. 配偶去世 3. 離婚 4. 分居 5. 單身，從未婚 6. 同居 7. 其他	9

變項	變項標註	數值與標註	遺漏
Religion	9. 您目前的宗教信仰是？	1. 佛教 2. 道教 3. 一貫道 4. 民間信仰 5. 軒轅教 6. 回教 7. 天主教 8. 基督教 9. 其他 10. 沒有宗教信仰	99
Event	10. 請問最近半年來，您生活中有無發生重大事件？	1. 有 0. 無	
Stress	11. (承上)若有，這事情是否給您帶來很大的壓力？	1. 有 0. 否	
重新編碼	Recode (成不同變數)(舊值與新值)		
Eduyear	1 = 6 (國小6年) 2 = 9 (國中3年，國中學歷 = 6 + 3 = 9) 3 = 12 (高中職3年，高中職學歷 = 6 + 3 + 3 = 12) 4 = 14 (專科5年，專科學歷 = 6 + 3 + 5 = 14) 5 = 16 (大學4年，大學學歷 = 6 + 3 + 3 + 4 = 16) 6 = 18 (碩士2年，碩士學歷 = 6 + 3 + 3 + 4 + 2 = 18) 7 = 22 (博士4年，博士學歷 = 6 + 3 + 3 + 4 + 2 + 4 = 22)	受教育年數	
計算	Compute (加總前請先 Recode 反向題 *)		
變項	運算式	指標定義	
SP	$SP = SP1 + SP2 + \dots + SP24$	老化自我知覺	
Social	$Social = Social1 + Social2 + \dots + Social7$	老人社會參與	
Leisure	$Leisure = Leisure1 + Leisure2 + \dots + Leisure12$	老人休閒參與	
FC	$FC = FC1 + FC2 + \dots + FC5$	家庭關懷	
PA	$PA = PA1 + PA2 + \dots + PA7$	活動量表	
SWB	$SWB = SWB1 + SWB2 + \dots + SWB4$	幸福感	
CHQ	$CHQ = CHQ1 + CHQ2 + \dots + CHQ10$	心理健康	
Primary	$Primary = CB1 + CB2 + CB3 + CB4$	初級控制	
Secondary	$Secondary = CB5 + CB6 + CB7 + CB8 + CB9$	次級控制	
CB	$CB = Primary + Secondary$	控制信念	
Pframework	$PFramework = MIL1 + MIL2 + MIL3$	正面架構 Positive framework	
Pfulfillment	$PFulfillment = MIL4 + MIL5 + MIL6$	正面成就 Positive fulfillment	
MLB	$MLB = PFramework + PFulfillment$	生活意義	

變項	變項標註	數值與標註	遺漏
POM	$POM = POM1 + POM2 + \dots + POM6$	安適幸福感	