

國家科學及技術委員會補助專題研究計畫報告

老年女性網路交友的關係取向、伴侶偏好與自我表現信念之研究 (L05)

報告類別：成果報告
計畫類別：個別型計畫
計畫編號：NSTC 112-2629-H-128-001-
執行期間：112年08月01日至113年07月31日
執行單位：世新大學性別研究所

計畫主持人：陳明莉

計畫參與人員：碩士班研究生-兼任助理：鄭安純
其他-其他：洪佳吟

本研究具有政策應用參考價值：否 是，建議提供機關
(勾選「是」者，請列舉建議可提供施政參考之業務主管機關)
本研究具影響公共利益之重大發現：否 是

中華民國 113 年 10 月 31 日

中文摘要：本研究從老年女性的角度與經驗出發，探討老年女性在網路交友中的關係取向、伴侶偏好與自我表現信念，以深入理解老年女性在網路交友上的經驗事實、年齡與性別意涵，以及所面臨的難題。研究採用「網路民族誌」方法，分兩部分進行：首先，以臉書（Facebook）上的六個台灣老年交友社群為觀察場域，廣泛蒐集初步資料；其次，在這些老年網路交友社群的參與者中，邀請11位65歲以上的女性進行深度訪談。最後，將兩部分資料綜合彙整、交互參照分析，形成以下研究結論和建議：一、「拒絕婚姻」的多樣性關係需求；二、「挑惕性」的友伴選擇偏好；三、老年／人「在場」的自我表現策略；四、詐騙猖獗形成的消解轉化與自我防衛；五、網路交友的安全防護建議。

中文關鍵詞：老年女性、網路交友、關係取向、伴侶偏好、自我表現、網路民族誌

英文摘要：This study explores the relationship orientations, partner preferences, and self-presentation beliefs of elderly women in online dating from their own perspectives and experiences. It aims to understand their factual experiences in online dating, the implications of age and gender, and the challenges they face. Employing the method of online ethnography, the research is conducted in two parts. First, six elderly dating communities in Taiwan on Facebook were selected as observation sites to extensively collect preliminary data. Second, from among the participants of these elderly online dating communities, 11 women aged 65 and above are invited for in-depth interviews. The data from both parts are then compiled and cross-analyzed, leading to the following research conclusions and recommendations: (1) diverse relational needs characterized by "rejecting marriage"; (2) "selective" preferences in choosing companions; (3) self-presentation strategies of elderly individuals to be "present" online; (4) dissolution, transformation, and self-defense mechanisms formed in response to rampant fraud; (5) safety and protection suggestions for online dating.

英文關鍵詞：older women, online dating, relationship orientation, partner preference, presentation of self, online ethnography

老年女性網路交友的關係取向、伴侶偏好與 自我表現信念之研究

世新大學性別研究所教授 陳明莉

摘要

本研究從老年女性的角度與經驗出發，探討老年女性在網路交友中的關係取向、伴侶偏好與自我表現信念，以深入理解老年女性在網路交友上的經驗事實、年齡與性別意涵，以及所面臨的難題。研究採用「網路民族誌」方法，分兩部分進行：首先，以臉書（Facebook）上的六個台灣老年交友社群為觀察場域，廣泛蒐集初步資料；其次，在這些老年網路交友社群的參與者中，邀請 11 位 65 歲以上的女性進行深度訪談。最後，將兩部分資料綜合彙整、交互參照分析，形成以下研究結論和建議：一、「拒絕婚姻」的多樣性關係需求；二、「挑惕性」的友伴選擇偏好；三、老年／人「在場」的自我表現策略；四、詐騙猖獗形成的消解轉化與自我防衛；五、網路交友的安全防護建議。

關鍵字：老年女性、網路交友、關係取向、伴侶偏好、自我表現、網路民族誌

A Study of the Relationship Orientation, Partner Preferences, and Self-presentation in Older Women's Online Dating

This study explores the relationship orientations, partner preferences, and self-presentation beliefs of elderly women in online dating from their own perspectives and experiences. It aims to understand their factual experiences in online dating, the implications of age and gender, and the challenges they face. Employing the method of online ethnography, the research is conducted in two parts. First, six elderly dating communities in Taiwan on Facebook were selected as observation sites to extensively collect preliminary data. Second, from among the participants of these elderly online dating communities, 11 women aged 65 and above are invited for in-depth interviews. The data from both parts are then compiled and cross-analyzed, leading to the following research conclusions and recommendations: (1) diverse relational needs characterized by "rejecting marriage"; (2) "selective" preferences in choosing companions; (3) self-presentation strategies of elderly individuals to be "present" online; (4) dissolution, transformation, and self-defense mechanisms formed in response to rampant fraud; (5) safety and protection suggestions for online dating.

Key Words: older women, online dating, relationship orientation, partner preference, presentation of self, online ethnography

壹、研究背景與動機

人口老化是全世界所面臨的重大議題和挑戰。然而，在高齡化「人口慣性」(population momentum) 的社會趨勢中，很多人往往忽視了「老年女性化」(feminization of ageing) 現象，未能注意到在老年人口中，特別是在較高年齡階段，女性的比例普遍多於男性的狀況，以及因而延伸出來應該特別關注的問題(Sousa *et al.*, 2018)。

根據聯合國發布的《2022 年世界人口展望》(World Population Prospects 2022) 統計，2022 年全世界 65 歲以上人口占 9.7%，其中 55.7% 為女性，歐洲和北美甚至高達 57.5%。若依年齡分層計算，全世界 65 至 69 歲男女比例為 91.638%，並且隨著年齡增長逐漸降低，75 到 79 歲比例 79.651%，80 到 84 歲更降低為 70.446%。依我國內政部的人口統計(內政部，2023)，截至 2022 年 12 月底，65 歲以上人口男性 1,851,729 人，女性 2,234,064 人，男女比率為 82.88%，80 歲以上人口男女比率更降為 74.66%，「老年女性化」現象相當明顯。

在老年議題或探討老化的研究中，人們經常將老年人視為「去性別化」(degendering) 的整體，甚至常用男性的立場、年輕人的視角，來看待老年女性的生命世界。事實上，由於老年女性的身體、生活條件和社會環境的差異，她們的生命境遇也有很大的不同。在生命歷程中，由於性別不平等的累積，許多女性年老之後往往必須面臨貧窮、獨居、擔任照顧者角色與本身的養護照顧問題，容易造成生命的脆弱性，無法享受良好品質的老年生活(陳明莉，2022)。

其中，獨居已成為越來越多女性年老後，必須選擇、面對和接受的生活事實。依據內政部不動產資訊平台資料顯示，2022 年第二季全戶僅一名 65 歲以上獨居者，共 47.7 萬戶，十年間增幅逾百分之百，顯示無論願不願意，高齡獨居已是不可避免的趨勢。調查發現，大部分國家老年獨居都是女性比男性多，尤其在 75 歲以後更加明顯。英國 65 歲以上女性獨居者約 244 萬人，約是男性 126 萬人的兩倍。美國 75 歲以後，男女性獨居比率為 23%：45% (DePaulo, 2020)。2020 年，我國衛福部統計處「列冊需關懷的獨居老人」中，男性 11,225 人，女性有 19,542 人，女性明顯高於男性，而且有逐年增加的趨勢。研究顯示，獨居的老年女性中，高達 60% 因為缺乏陪伴而感到寂寞，由於缺少人

際互動，容易導致憂鬱和焦慮的心理狀態，也增加心臟病和免疫系統疾病的機率（Widhowati *et al.*, 2020）。英國性別、情緒與醫學文化史學家 Fay Bound Alberti（2019）在《寂寞的傳記》（*A Biography of Loneliness: The History of an Emotion*）一書中指出，老年人寂寞感的核心並非獨自一人的狀態本身，而是與他人的情感疏離。害怕社交死亡、害怕不再以有意義的方式與他人共存，正是老年寂寞與恐慌的核心。Alberti（2019）指出所有形式的社交孤立，都可能引發寂寞感，如果社交孤立不是自主選擇的話，這種現象又更為明顯。

換言之，獨身居住本身並不是一個問題，只有當人們陷入社會隔離的時候，它才會造成嚴重後果。對於未婚、離婚或喪偶、住在偏遠地區、缺乏朋友和鄰居、成年子女離去，以及生活貧窮或身體虛弱之中的老年女性，孤單和寂寞往往成為生命的困境（Alberti, 2019）。在過去數十年內，寂寞已經與身心疾病，甚至老年人的死亡聯繫在一起。英國國民保健署網站也提出警告，老年人特別容易受到寂寞與社交孤立的影響。這意味著保持與外界的密切聯繫、與他人的連結，以及持續處於社交網路中，是避免老年寂寞的關鍵（Alberti, 2019）。

因此，作為一種預防機制，老年人必須意識到保持堅實社會網路的重要性。然而，年老後往往因離開工作場域、親友離去，以及經濟和健康因素，造成人際關係的疏離，壓縮了社會支持的生活空間。所幸，現代網路科技的發展，為老年人提供一種低成本、高範圍，並且更多可能性的交友機會，擴展原本孤單狹隘的社交生活。網路交友的匿名、大量、快速、可負擔等等特質，對生活圈變小，兒女卻又已成年離家的單身老人來說，成為一個便利、低時間與低經濟成本的社會連結、無聊與孤寂、擴展生活空間的重要媒介。

雖然網路交友最主要的使用者是年輕的成人，然而，近年來，熟齡使用者成長快速，已有相當比例的高齡人士積極參與交友軟體市場。根據 Pew 的調查統計，美國線上交友軟體的使用者中 50—64 歲佔 19%，65 歲以上也有 13%（Vogels, 2020），顯見老年交友軟體市場相當活絡。

如今，英美熟年交友 Apps 市場，已經發展出許多專為 50 歲以上人士設立的交友軟體及平台，例如 Our Time、SilverSingles、50Plus Club、Just Senior、SinglesLove、Senior Match、Age Match、eharmony... 等等。在台灣「牽手 50」是中文界面中少數（甚至唯一）專門針對 50 歲以上人士提供服務的網路交

友付費平台。其官網上宣稱已有 766,000 註冊會員，性別比例是男 57%、女 43%¹。

除此之外，台灣 Facebook 社群媒體上，至 2023.1.26 為止，至少有 58 個使用「老人交友社團」標籤或類似的稱號為名。其中 6 個並明確於社團名稱及社團簡介中，表明專為「60+」或「老人」或「長青」族群而設立，這些社團都擁有為數眾多的成員加入。例如「老年人交友社團」有 6,848 位、「黃昏之戀交友社」有 8,154 位、「老年人交友社團（吉楊）」有 12,766 位、「60+ 中老年銀髮樂齡交流社團」有 38,640 位、「長青交友社團」有 14,685 位成員，顯見台灣老年網路交友活動相當熱絡，也顯示老年網路交友的廣泛需求。

國外老年交友軟體市場的熱絡發展，已受到學術界越來越熱切的關注，紛紛進行有關老年網路交友的研究，讓我們得以窺知老年網路交友的樣貌。然而，台灣的學術界並未對此現象積極投入，對高齡者網路交友的使用及參與情形，尚未有充分的調查與研究，因此缺乏可實際佐證的資訊和分析，至今我們對台灣老年網路交友情形，仍然缺乏足夠的理解。

在科技日新月異的時代，從科技可探究社會變遷，亦可從社會變遷觀察科技的影響力。在過去十多年裡，資訊和通信科技（ICT）的發展突飛猛進，許多研究皆證實網路社群（online communities）在人際延伸（social boundary expansion）所發揮的積極效用。在網路社群參與中，不僅能夠拓展知能，更重要的是取得自己在其中的新定位、新關係，以及新的投入與歸屬感（Talò *et al.*, 2014）。Leist（2013）的研究也指出，網路社群的出現，讓熟齡族能夠不受時間和地點的限制，獲得更多社會接觸的可能性，藉此克服寂寥、釋放壓力。更多的研究也皆證實了藉由網路科技的資訊通信技術，可以減輕老年人因孤立而帶來的社會隔離和寂寞的負面影響（Zhang *et al.*, 2022；Chen & Schulz, 2016；Llorente-Barroso *et al.*, 2021；Casanova *et al.*, 2021）。

當網路交友軟體及科技平台，已成為老年的生活及交友市場的重要媒介，我們必須有系統地進行研究和更深入的分析，方能得知其真實樣貌。尤其在「老年女性化」與女性年老獨居越來越普遍的趨勢中，為避免年老後的社會隔

¹ 資料來源：「牽手 50」官網 https://www.singles50.com.tw/dlpm/s50-tw-brand-ghp-couple?CID=07TWn_200825_216028_3&campaign=1180678699&adgroup=54665693218&keyword=kwd-424845958224&matchtype=e&device=c&gclid=Cj0KCQiA962BBhCzARIsAIPWEL1O3iNi-a9jg-QA6qieeBAGyGyB0cqSbET4fqkxkDBWJxeYbGXliOsaAiNmEALw_wcB

離形成的寂寞焦慮，我們更需去研究年老女性在網路交友活動的參與情形，期望有助於老年女性生命的擴展。

因此，本研究擬探討在網路交友活動中，年老女性所期待或追求的關係取向、伴侶選擇偏好，以及她們如何透過在網路上的自我表現，來提高伴侶選擇的機會，並了解此一過程中可能遇到的挑戰和困境，而這當中又交織著哪些性別、年齡的權力與政治，以填補目前關於老年女性在網路交友經驗和分析上的研究空白，進一步增進對年齡、性別和科技交織性的理解。期能降低對老年女性網路交友上的歧視和阻礙，營造友善的交友空間。同時，本研究的結果也可對網路約會平台，及相關從業者在「寂寞經濟」（loneliness economy）上提供重要資訊，從而為老年女性制定更有效，和更有針對性的策略和服務提供參考。

貳、文獻探討

本節文獻探討分成兩部分，首先進行網路交友的理論分析，其次再梳理老年網路交友的相關實證研究。前者有助於老年網路交友的行為理解，後者有助於研究方向、目的、問題和方法的擬定和進行，以及研究結果的相互印證。理論分析包括 Goffman 的自我表現（presentation of self）理論、演化理論的人類擇偶策略（human mating strategies）、配對市場動態學（mating market dynamics）、社會規範與角色理論和社會情緒選擇理論（socioemotional selectivity theory），這些理論分析老年網路交友雖各有所長、各有所異，但可相互參照；相關實證研究則依老年網路交友與年齡、性別和關係取向分別整理，有助於老年網路交友經驗性的理解。

一、老年網路交友的理論分析

（一）Goffman 的自我表現理論

Goffman（1959）的「自我表現」（presentation of self）理論是討論分析網路約會交友上常用的理論架構。在《日常生活中的自我表現》（*The Presentation of Self in Everyday Life*）一書中，Goffman 從戲劇理論談到人們在日常生活中的自我表現。就像在舞臺上的表演一樣，人們會在不同的環境中進行

自我表現，以各種方式控制人們如何看待她／他們，期待人們看到她／他們認為適合舞臺或環境的面貌和演出（Goffman, 1959）。

從Goffman的自我表現理論分析，網路是老年交友的舞臺或背景，在這裡通過自我表現的方式與過程，每個人都試圖融合和體現社會和文化共同價值，進行表演來管控他人接收的印象（Wada *et al.*, 2019）。這意味著人們可以以她／他們選擇的任何方式呈現自己，在發佈交友的個人訊息中，會權衡在努力吸引伴侶時，自己要展示多少、保留多少，以及如何展現自己。在網路訊息的呈現中，透過自我建構，不但反映老年人希望別人如何看待她／他們，從老年人的文字與視覺呈現中，也可以看出老年人的理想自我形象。

從自我表現理論而言，網路交友猶如線上競技場，Whitty（2008）稱之為「酒吧取向」（bar approach）。他認為，當一個人以情感聯繫為目標，參與任何類型的網路交流時，必須在理想或具有吸引力和真實的（酒吧）自我之間建立平衡，權衡誠實的自我表露，和對他人有吸引力之間的差距。Wion 和 Loeb（2015）曾舉出一個具體例子：年長的約會者所面臨的挑戰是，要在對方接受她／他們的年齡和經歷的同時，還要讓人聽起來仍然年輕愉悅。儘管所有年齡階段的網路約會者，都必須決定透露多少真實的自己，以及在何種程度上強調某些特徵，但對於老年人來說，「成功老化」（successful aging）的特徵往往成為自我表現的重點。然而，這也顯示那些更需社會支持卻未能「成功老化」者的生活困境。

Whitty（2008）自澳洲的一個線上約會網站招募60名高齡者進行訪談，三分之一的受訪者表示，線上約會是他們尋找潛在約會對象的唯一方法。研究發現，線上與線下約會相比，其優勢在於可以進行更多的印象整飾，更可控的互動（controllable interactions），以及更多選擇的自我披露、親密接觸和表達他們所稱內心的「真實的自我」（true selves），而不是「實際的自我」（actual selves）。

對於老年人來說，自我表現在網路交友中是一項需要特別慎重為之的挑戰。McWilliams和 Barrett（2010）強調，老年人意識到她／他們在網上交友中，對自己年齡的自我呈現，並認為年齡是許多老年人關心的重點。更具體地說，老年人常被鼓勵表現得更年輕或看起來更年輕，因為在其他老年人期待中，「不老」才可能成為潛在伴侶，或才會引發較高的交往興趣（McWilliams & Barrett, 2010）。

Sarit Okun 與 Liat Ayalon (2022) 研究顯示，在老年人的自我表現中，有三種應對年齡問題的方式：(1) 「老年缺席」(absence of old age)，模糊、隱藏年齡；(2) 「偽飾老化」(camouflaged aging)，藉由「自我年齡歧視」(self-ageism) 或自我嘲諷的方式，來強調他們的年齡；(3) 「老年術語的多元性」(multiplicity of old age terms)，用不同的標準來談論老年，例如「人老心不老」等等。換言之，談到年齡，大多老年人不是儘量迴避，就是閃爍其詞、顧左右而言他。

在檢驗 Goffman (1959) 的理論架構對網路世界的適用性時，Bullingham 與 Vasconcelos (2013) 發現，女性參與者都會毫不介意的誇大自己的某些特質，同時也保留了自己不想被人知道的部分，重新建構自己的「第二人生」。在網路交友的研究中，Jonson 與 Siverskog (2012) 發現，在放置個人訊息時，老年人通常會選擇幽默與自嘲性的評註 (self-mocking comments)，以最大限度地減少年齡對她／他們「可銷售性」(marketability) 的影響。

在自我表現上，年老、身體缺陷和健康問題也常被用作工具或道具，來展示自己的誠實和良好的幽默感。他們強化了 Goffman 的觀點，即在自我表現中，重要的不僅僅是一個人說了什麼，還有如何說。對於這些年紀較大的參與者來說，用幽默來討論一些可能被視為衰老的缺陷，或年老及其伴隨的疾病和恥辱，是表演的一部分。

Wendy Watson 與 Charlie Stelle (2021) 研究年長者在網路約會廣告中如何描述她／他們自己，根據編碼次數，男性和女性最常見的五個編碼是休閒活動、熱愛樂趣／享受生活、地位、善良／富有同情心以及關注朋友和家庭。在這些約會的自我敘述中，最常提到的自我方面是享受休閒活動；第二個最常見的自我描述是熱愛生活和享受生活，其中包括討論娛樂和玩耍等事物的敘述。其餘最常被提及的是地位（例如經濟和成功）、以家人和朋友為重（例如，優先考慮家人、花時間陪家人或寵物），以及善良或富有同情心。

雖然這三種代碼在男性和女性中都排在前五位，但它們的排名次序並不相同。對於男性來說，他們的第三大準則是地位，第四大準則是善良／富有同情心，第五大準則是關注家庭和朋友。對於女性來說，排名第三的是家庭和朋友，第四是善良／富有同情心，第五才是地位 (Watson & Stelle, 2021)。

Gewirtz-Meydan、Opuda 和 Ayalon (2022) 在他們的研究中發現，衰老的跡

象，如皺紋、白髮、脫髮或老花眼鏡，在大多數照片中不會存在，而顯示身體困難的特徵，如拐杖、助行器甚至輪椅，也根本不會出現。甚至，不符合媒體和社會所謂的理想老化，或非成功老化和已失去年輕外貌的老年男性和女性，根本不會出現在網站上（Gewirtz-Meydan *et al.*, 2022）。

Gewirtz-Meydan和Ayalon（2022）研究發現，在整個線上資料中存在一個「不老」（ageless）主題，裡頭幾乎沒有描述與衰老相關的某些特徵：皺紋、白髮、脫髮、輪椅、助行器、眼鏡（Gewirtz-Meydan & Ayalon, 2017）。調查結果顯示，老年人的線上資料只反映了成功老化的部份，通常將自己描述為健康、積極、有生產力、樂觀、參與、有活力、有冒險精神、快樂、充滿幽默感、知性、活躍、保持與人的關係，以致於否定了大多數老年人所經歷的正常衰老過程，並不斷將其邊緣化，認為他們沒有「成功老化」（Gewirtz-Meydan & Ayalon, 2017）。

年齡和性別的交織性也反映在老年男性和女性的外表上，根據Gewirtz-Meydan和Ayalon（2018）的研究，老年女性面臨年齡歧視和性別歧視的雙重挑戰，同樣出現在身上的衰老跡象（例如皺紋和白髮），女性比男性更容易被視為老。社會傾向於將年長男性與年輕女性配對（Carpenter *et al.*, 2009），年長男性也自稱更容易受到年輕女性的吸引和興趣（Bayler-Levaro, 2011）。此外，大多數老年男性認為老年女性是性冷感的（asexual），因此他們偏好尋求年輕女性作為性伴侶（Bayler-Levaro, 2011）

因此，老年人（尤其老年女性）在自我表現和理想伴侶選擇上，往往面臨年齡的自我歧視和社會歧視，老年人一邊尋找不帶老化跡象的潛在伴侶，一邊卻隱藏自己的衰老或殘疾跡象，造成了一種老化的悖論，也讓年齡歧視繼續蔓延，讓那些更需要情感聯繫的老年人，更陷入寂寞的深淵。此外，Goffman的自我表現理論雖然可以讓我們理解，老年網路交友如何經由選擇性、建構性的自我呈現，來吸引潛在對象的注意，增加互動的可能性。但是在自我表現、自我建構過程中，如果與實際自我之間存在相當的差距，仍然會面臨「見光死」的殘酷，除非繼續保持網路的虛擬互動，否則最終還是需要回歸現實性的問題。

（二）演化理論的人類擇偶策略

演化理論（evolutionary theory）認為，伴侶的偏好，包括身體與年齡，與

人類的生殖策略有關，會根據個人的性別和年齡而變化（Buss *et al.*, 2001）。從這個角度來看，男性會尋找有優質生殖潛力的多產伴侶，因此，他們認為年輕女性最有吸引力。隨著男性年齡的增長，他們接近年輕女性的意願更為增加，但他們對老年女性的低接受度則保持不變（Conway *et al.*, 2015）。

男性的年輕女性偏好也體現在老年網路約會市場，年輕女性在線上約會網站上往往佔有顯著的地位，各種年齡的男性都有高度意願想要接近她們（Fiore & Donath 2005; Rudder 2014）。隨著男性年齡的增長，他們仍然會避免接觸年長女性，甚且變得更有野心要接觸更年輕的女性（Skopek *et al.*, 2011）。根據生命史的模式，這種現象可以用雄性生育能力較長來理解，也可以解釋為什麼婦女在生育視窗結束時，很難找到合適的伴侶，並經歷所謂「婚姻擠壓」（marriage squeeze）的困境（Ní Bhrolcháin, 2005）。

根據演化理論，由於女性在母性方面的投資大於其伴侶，她們必須選擇不同的生殖策略，這反映在她們的擇偶偏好上（Buss & Schmitt, 1993）。女性會尋找一個能生育且健康的伴侶，但她們也需要一個能養活她們和孩子的人。這在伴侶偏好研究中變得很明顯，在不同的文化和年齡組中，女性都強調伴侶的收入、教育和地位的重要性。由於男性的經濟保障往往與年齡增長相關，女性可能會將年長作為潛在伴侶的收入和地位的線索（Conway *et al.*, 2015）。

然而，離開了生殖年齡的老年階段，這種以男性為中心的演化理論是否仍然一體適用，甚至產生反轉現象，值得進一步分析和討論。研究顯示，男性的生育能力也會隨著年齡的增長而下降，在某些時候，男性的生育能力會因衰老而受到威脅。因此，老年女性會更喜歡和自己年齡差不多，或者只稍大一點的伴侶（Kolk, 2015）。隨著女性年齡的增長，她們對伴侶年齡的底限會降低，進而逐漸接受比自己年輕得多的男性（Conway *et al.*, 2015；Schwarz & Hassebrauck, 2012）。在最大的國際約會網站之一OkCupid上的調查發現，老年女性的注意力，主要集中在與她們同齡的男性身上，一家德國交友網站的分析也得出了類似的結論，女性會向年長的男性伸出友誼之手，但隨著年齡的增長，她們接觸年長男性的意願在絕對值上有所下降，然後她們向年輕的對象敞開大門（Skopek *et al.*, 2011）。

老年女性不會像演化理論所說的被年長的對象吸引，一種解釋可能與尋找性伴侶有關，而不是為了繁衍後代。調查發現，並不是所有的約會網站用戶都在尋找一段嚴肅的關係，在流行文化中被稱為「美洲獅」（cougars）的中高齡

女性，尋求的是年輕男性的性快感，她們提供非承諾關係的性行為，並且不求男性提供經濟條件或地位作為回報。此外，在生育後階段，婦女可能不會如此重視地位，即使在尋求一段認真的關係時也是如此，因而反向年輕男性招手（Lowen, 2019）。

然而，在青春崇拜的交友市場中，老年女性，尤其高齡的老年女性，是否還擁有足夠的資本，來吸引年輕的對象，滿足自己的期待和慾望，還是可能遭受更多的挫折，或許可以透過「配對市場動態學」（mating market dynamics）的觀點來分析。

（三）配對市場動態學

從市場理論而言，網路交友是種交換、談判和協商的過程。根據「配對市場動態學」的觀點，男女交友發生在一個「市場」之中，在這個市場中，個體透過交換各種形式的資本，來吸引合意的伴侶（Trivers, 1972）。最終的配對是個人偏好、議價能力和合作夥伴可用性的結果（Becker 1985; Hakim 2010; Skopek *et al.*, 2011）。

根據Karmen Erjavec and Suzana Žilič Fišer（2016）的研究，大多數參與者認為網路約會有助於尋找性伴侶或浪漫伴侶，因為它提供了一個潛在伴侶的廣闊市場。這些參與者利用市場經濟的隱喻，並將其與具有積極意義的復蘇相聯繫，認為網路交友能幫助她／他們重新活躍起來，並讓他們的人生再次回到有價值的狀態，重新進入關係市場。

研究參與者還指出，在網路上選擇伴侶，可以減少被拒絕的痛苦，因為可使用最優化的選擇。在這個市場裡，個人希望將效用最大化，這可能源於與合作夥伴的相似性。來自相似背景的伴侶，可以分享相似的價值態度和生活方式，使溝通互動、情感交流更加容易，從而享受輕鬆的生活感受（Kalmijn 1994; Lewis, 2016）。

與演化理論不同的是，在年齡偏好上，年齡差異較小的伴侶，更有可能分享共同的價值觀、生活經歷和社會觀點，因為在相似的時期經歷了重要的人生階段（Fiore & Donath, 2005; Fučík, 2006）。因此，同齡的伴侶關係更有可能是有益的、穩定的、平等的，並且家庭暴力的發生率更低（Gustafson & Fransson, 2015; Kolk, 2015）。根據這種觀點，老年人應該更喜歡年齡相近的伴侶。

配對市場的另一個動力是社會交換。強而有力的證據顯示，特別是男性，他們用經濟和社會資本來換取女性的性資本，包括女性的身體吸引力和生育能力（Buss & Schmitt, 1993）。在地位的獲得方面，對女性來說，婚姻市場甚至和勞動力市場一樣重要（Hakim, 2000）。我們可以假設，年齡偏好是這種地位與美貌交換的重要組成。特別是，隨著身體吸引力在自助配對市場（如網路約會）中的重要性日益增加，年齡選擇可以與潛在對象的情色資本（erotic capital）相互對應（Hakim, 2010）。

雖然我們經常看到男性用自己的地位，來換取年輕女性的身體資本，但這種「配對市場動態學」也適用於女性。研究發現，年長、富有的女性，也會選擇與更年輕、更有魅力的男性約會（Rudder, 2015）。換言之，年輕身體的偏好並非只是性別的因素，而是資本與權力的效用和交換，擁有權力和資本的女性，也會利用自己的優勢與年輕男性進行市場交易。換言之，無論男女，那些意識到自己地位較高、資本較多的人，都會對伴侶的年齡更有野心（Lewis, 2016）。

（四）社會規範與角色理論

人是社會性的存在，人的行為往往必須符合社會規範與角色的期待。因此，除了市場因素，對伴侶的年齡偏好也可能是社會規範影響下的結果。由於「男大女小」的傳統社會規範，年齡較大的女性較難找到伴侶，而男性可接受的年齡差異規範比較寬鬆，且因國家而異（Casterline *et al.*, 1986）。研究發現，在經濟比較貧困和女性教育機會較少的社會中，較大的年齡差異更容易被接受，出現頻率也更高。相反，在經濟發展較高和女性有較多教育機會的社會中，伴侶之間的年齡差距通常較小，避免了較大的年齡差距（Casterline *et al.*, 1986；Ní Bhrolcháin, 2005）。

然而，隨著社會的開放和發展，傳統的社會規範受到了不斷的挑戰，也影響了人們選擇伴侶的偏好。當女性年齡增長、社會地位提高時，她們更可能傾向於不與年長的男性成為伴侶，因為她們不再需要男性提供生活資源。研究顯示，年輕的女性通常與年長的伴侶結婚，而年長的女性與伴侶的年齡差距則漸趨減小（Katrňák, 2008）。這是因為老年女性已經在勞動市場上獲得了自己的地位，並且在經濟上更加獨立。因此，這些宏觀層面的變化推動了女性對同齡伴侶的偏好。特別是在網路交友的環境中，老年女性擁有更高的經濟地位，因此她們在這個市場上有更多的選擇（Dinh *et al.*, 2018; Rudder, 2014）。

社會角色理論更進一步假設這些偏好，顯示了性別權力動態與父權統治現象 (Bozon, 1991)。男性偏愛年輕女性，部分原因是他們希望保持對女性配偶的權威和優越感 (van Poppel, 2001)。在約會市場上，隨著年齡增長而積累的生活經驗和成熟，可能會讓男性成為更受歡迎的候選人，但女性卻往往因此而處於不利地位。與老年婦女相比，在約會和性方面經驗較少的年輕女性，被男性視為更順從或更容易被支配，因此更願意成為潛在的伴侶 (Bozon, 1991)。簡而言之，根據社會角色理論，年齡背後的擇偶偏好明顯受到傳統性別角色的影響，並用來維持父權體制的結構。

在男性世界中，父權思想似乎一直存在。Yue Qian、Yang Shen與Manlin Cai (2022) 的研究顯示，隨著年齡的增長，只願意和比自己年輕的女性約會的男性比例不斷增加。在18-24歲的人群中，6%的男性只希望與比自己年輕的女性約會，但在35-39歲的人群中，這一比例穩步上升至49%，在60歲及以上的人群中，這一比例進一步上升至73%。然而，相比之下，只願意和比自己大的男人約會的女性比例，並沒有隨著年齡的增長而呈線性變化。在18-24歲的人群中，55%的女性網路約會者只希望與比自己大的男性約會，而在25-29歲的人群中，這一比例急劇下降到34%。在30-59歲的女性中，只希望與年長男性約會的比例在不同年齡組之間變化不大，在19-26%之間波動。在60歲及以上的女性中，甚至只有7%的女性希望只與年長的男性約會。

Yue Qian、Yang Shen與Manlin Cai (2022) 研究也顯示，超過一定年齡的單身男性也面臨著年齡的恥辱。一些女性受訪者認為年長的單身男性是不受歡迎的約會對象，她們雖然喜歡年長的男性，但不能太老，顯示太老的男性在交友市場上也會不受欢迎。因此，隨著男性年齡的增長，尤其高齡男性，他們在尋找伴侶時可能會遇到越來越多的困難

(五) 社會情緒選擇理論

在眾多理論中，「社會情緒選擇理論」(socioemotional selectivity theory) 更能理解老年人在交友選擇上的優先性。「社會情緒選擇理論」是由史丹福大學心理學家 Laura Carstensen (Carstensen *et al.*, 2011; Carstensen *et al.*, 1999) 提出的動機發展理論。該理論有三個理論預設：首先認為社會交往對於人的生存來說至關重要，人的社交興趣和社會依戀一直都在演化；其次認為人本質上是動機性的動物，期待實現的目標指導著人的行為；最後認為人有著多重甚至相反的目標，目標的選擇先於活動。

從「社會情緒選擇理論」的觀點，「時間知覺」是人類動機的組成部分，影響著人對社交目標的選擇與追求。人對生存時間充足或有限的知覺，會影響對目標進行選擇的評估過程。目標總是存在於時間背景中，目標選擇總依賴於時間的知覺。該理論宣稱，隨著人的生命歷程時間長度的縮短，不同目標的優先性就會發生變化。個體會變得愈加挑剔，將更多的資源投入到在情緒上有意義的目標和活動。

該理論還關注個體在動機指引下的目標類型。社交目標按其功能分為兩種：一種是與知識相關的社交目標，目的是獲取知識、規劃職業、建立新的社交關係，以及其他在將來會有所回報的努力付出。另一種是與情緒相關的社交目標，目的是調控情緒、追求與社交夥伴交往情感上的滿足，以及追求其他當前就能獲益的目標（Carstensen *et al.*, 2011; Carstensen *et al.*, 1999）。

從「社會情緒選擇理論」的觀點，相對之下，老年人比較重視情緒和情感上的滿足，會花費更多的時間和有獎賞價值的、熟悉的社交夥伴相處。這種對社會交往目標有選擇性的狹窄化，在個體衰老時，能最大限度地提高積極情感體驗，把情緒風險降至最小。社會情緒選擇理論認為，隨著有生之前景的縮短，人們會系統地完善他們的社交網路，以便得到的社交夥伴滿足其情感需要。

在社會情感選擇性理論的背景下，可以理解老年網路交友會傾向積極情感和關係導向。在該理論中，老年的對象選擇與從生活中獲得情感意義的動機增加有關。Carstensen和她的同事對歐洲裔美國人和非洲裔美國人的社會網路的年齡相關模式的研究中，老年人在選擇社會夥伴時變得更有選擇性，傾向於有情感意義而不是可有可無的關係，把時間浪費在無謂的交往。網上約會可能提供了更廣泛的潛在夥伴，以及在選擇社會夥伴時有更多的機會，並找到更多有情感意義的關係。在年長的網上約會資料中，更注重關係和情感幸福，而年輕人則注重工作和經濟幸福，這可能來自於社會情感的選擇性概念，即當時間被認為是有限的，情感目標佔據首要地位（Carstensen *et al.*, 2011）。

Karmen Erjavec與Suzana Žilič Fišer（2016）的研究指出，參與者使用經濟論述中的理性選擇（rational choice）來進行親密關係的選擇。訪談資料顯示，老年人比年輕人更害怕錯誤的選擇，因為參與者不再有時間和搭檔一起進行實驗。透露出「時間不多了」的參與者，時間對其而言是非常重要的考慮因素。在人生的這個階段，男人和女人都有一定的期望，不會互相妥協。大多數參與

者認為，通過在網路約會網站上理性地選擇理想伴侶，可以將被拒絕的風險、失落和後悔的感受以及可能被拒絕的焦慮降到最低。

該研究也指出，網路交友使他們只接觸那些適合他們的人，沒有必要做出妥協。幾乎所有的參與者都表示，網路交友係基於強烈的情感存在，因為身體上的親密關係並沒有那麼的重要。女性參與者說，她們有機會向匿名的人透露深刻的感情，是相當重要的情感選擇。總而言之，從「社會情緒選擇理論」的觀點分析，老年人的交友大都以情感導向為優先，身體親密或經濟地位並非重要的考量，而且，由於時間的知覺，老年人會進行更慎重的選擇，不會將時間浪費在無意義的人際交往。

二、老年與網路交友的相關研究

目前有關老年網路交友的實證研究，大多是國外的學術期刊論文，國內的相關研究幾乎是鳳毛麟爪，難以搜尋。針對當前國外文獻，分別從年齡、性別和關係取向進行探討，期能理解更多老年網路交友的實際樣貌。

（一）老年網路交友與年齡差異

Davis 與 Fingerman（2016）曾對兩個交友網站的 4000 份交友資料進行年齡比較研究，研究發現年輕的成年人比較關注自己和交友對象的成就、吸引力和性能力，而年長的成年人則積極地展示自己和關注交友對象的人際關係和身體健康。此外，年輕的成年人更多使用第一人稱單數代詞（即我和我的）以及與工作和成就有關的評論。相比之下，老年人更多使用第一人稱複數名詞（即我們和我們的），這些名詞與健康和積極情緒有關。顯示年輕人更關注自我，而老年人則對其人際關係有較多的評論與意見。

另外，在一項關於知名交友網站 Match 資料的研究中，研究者隨機選取了 200 份資料，以評估老年與年輕網路交友者喜歡的人口統計學特徵。老年人的定義為 65 歲及以上，年輕人的定義為 25 至 35 歲。研究所評估的變數包括年齡、性別、最年輕可接受約會年齡、最老可接受約會年齡、身高、收入要求、願意旅行的距離、是否願意跨種族約會、以及是否願意與其他宗教信仰的對象約會。研究結果顯示，相較於年輕人，老年人更願意與年輕的對象約會，但不太願意與不同種族和宗教信仰者約會。令人驚訝的是，相較於年輕人，老年人更願意到遠處旅行約會（McIntosh *et al*, 2011）。

在調查中，男性表示能夠接受的伴侶年齡區間為比他小 10 歲到比他大 5 歲。隨著年齡的增加，他們對年輕女性的追求增強，但對年長女性的不接受仍然不變 (Conway *et al.*, 2015; Schwarz & Hassebrauck, 2012)。網路交友資料證實了男性對年輕女性的強烈偏好，並避免與年長女性聯繫 (Fiore & Donath, 2005; Rudder, 2014; Skopek *et al.*, 2011)。此外，隨著年齡的增長，他們的偏好逐漸向更年輕的伴侶轉移，他們變得更加雄心勃勃，更願意跨越較大的年齡差距與更年輕的女性交往。總體而言，男性會避免與年長的女性交往，包括只比他們年長一點的女性，這種偏好在各個年齡階段都相當穩定。儘管在調查中表示願意追求年齡較大的伴侶，但在現實生活中很少實際這樣做 (Schmitz *et al.*, 2009)。

至於老年女性，她們的年齡偏好似乎比較多元。不僅願意與年輕伴侶交往，也有可能與年齡差距較大的男性交往。研究發現，女性在 75 歲以前更喜歡與身材高大、年長的男性約會。她們可接受的伴侶年齡區間是比她大 8 歲、比她小 5 歲。隨著年齡的增加，她們對年輕的伴侶的接受度增加，對年長男性的嚴格程度也提高 (Conway *et al.*, 2015; Schwarz & Hassebrauck, 2012)。縱觀網路交友市場，30 歲以下的女性不會主動接觸年輕男性，但隨著年齡的增加，她們對年輕伴侶的開放程度會提高 (Rudder, 2014; Skopek *et al.*, 2011)，而對年長男性則越來越嚴格。換言之，女性年齡越大，就越願意跨越更大的年齡差距，與更年輕的伴侶交往。

(二) 老年網路交友與性別差異

McIntosh 等人 (2011) 在針對知名交友網站 Match 的研究中發現性別差異。男性對收入較低的年輕約會對象更感興趣，並更能接受跨種族、跨宗教的約會。而女性則更喜歡高個子的約會對象和年長的男性，直到 75 歲以上她們才會選擇較年輕的男性。此外，他們對比了老年男性和女性的興趣後發現，男性希望從婚姻中獲得穩定關係和家務幫助，而老年婦女則不願意失去獨立性，擔心會找到需要照顧的伴侶。

心理學家 Alterovitz 與 Mendelsohn (2009) 在檢視雅虎網站使用者的個人資料後發現，隨著男性年齡的增長，他們理想的女伴的年齡也越比自己年輕。舉例來說，20~34 歲的男性想要的女伴平均比自己小一歲，40~54 歲的男性想要的女伴平均比自己小 5 歲，60~74 歲的男性，想要的女伴平均比自己小 8 歲，75 歲以上的男性想要的女伴平均比自己小 10 歲。而女性越年長，她們理想的男性年齡也會越來越年輕，年輕的女性想要的男伴平均比自己大三歲。然而隨

著年紀增長，她們會越來越傾向尋找年齡和自己相仿的男性。女性到 60 歲至 75 歲時，她們理想的男性伴侶幾乎和自己的年齡一樣，等女性過了 75 歲，她們想要的男伴反而平均比自己小三歲。

一項澳洲的研究也發現了男女之間的差異。女性更頻繁地附上照片，尤其是有吸引力的照片；而男性則傾向將自己的外貌歪曲，附上一張年代久遠的照片，甚至是別人的照片。男性還會將自己的外表描述得比實際更好看，更常謊報自己的身高和感情狀況（例如未透露已婚）（Whitty, 2008）。

根據 Whitty（2008）的研究，男性通常更看重對方的外貌，而女性則更關注對方的社會經濟地位。在 Whitty（2008）的研究中網路交友者顯得更挑剔，對潛在約會對象有更高的期望。這可能是因為線上找到的潛在約會者數量比線下多，並且似乎更快地從簡單的網路交流發展到約會。這可能與線上互動中明顯的更多自我表現有關。

（三）老年網路交友與關係取向

Karmen Erjavec 與 Suzana Žilič Fišer（2016）的研究顯示，大多數老年人尋求的是一種基於情感和性別平等的關係，但不一定是同居或婚姻。老年人特別需要和子女保持友好關係、保護遺產，以及渴望獨立，因此不願意為伴侶承擔日常護理工作，這些原因是導致他們不選擇結婚或同居的關鍵。儘管所有參與者都渴望長期忠誠的關係，但是許多人選擇「分居伴侶關係」（living apart together relationships, LAT）。LAT 是指有長期、穩定、親密的伴侶關係，但沒有婚姻形式且不同居。與年輕時的「約會關係」不同，老年「分居伴侶關係」沒有走入婚姻的打算。他們對伴侶的選擇更加謹慎，不願意屈就於不夠理想的對象。

另一項研究（McWilliam & Barrett, 2014）也討論了老年人參與網路交友的情況，特別是探討了年齡和性別對網路交友的期望和體驗的影響。研究結果顯示，男性尋求忠誠的關係，而女性則渴望伴侶的關係，不想扮演照顧者的角色。相較於男性，女性在建立新關係的速度較慢，她們會花時間來表達自己的感受，或照顧孩子的情感需求，把網路交友視為一種約會的嘗試，男性則認為網上約會提供了一種直接進入新約會的機會。

Karmen Erjavec 和 Suzana Žilič Fišer（2016）的研究還發現了情感親密，而不是身體或性親密的可能性，他們發現線上親密關係主要包括分享親密的想法

和感受，大多數參與者對與伴侶真誠交流感到滿意。對老年人來說，網路交友網站可以提供一個重要的途徑表達自己的情感和想法。老年女性比男性更願意表達情感親密，而不是性的親密。McWilliams 和 Barrett (2014) 的研究也證實，老年女性通過網路交友尋求友誼關係比性親密更重要。

根據研究顯示，當老年人放棄性生活主要是因為社會和心理因素，而非生理或身體上的原因，這些因素通常是可以補救的 (Hillman, 2000)。在一項對 30 名 65 歲以上波蘭男女的研究中，發現老年人對性的表述有多種含義 (Gore-Gorszewska, 2020)。Gore-Gorszewska (2020) 的研究結論顯示，老年男女將性重新定義為包括各種形式的身體親密行為 (例如愛撫、親吻、觸摸等)。因此，對於一些老年人，身體上的非性親密行為已經成為性活動的代名詞。對於老年男女而言，性被概念化為：(1) 情感上的親密；(2) 伴侶之間的紐帶和相互理解；以及 (3) 伴侶之間的尊重 (Gore-Gorszewska, 2020: 10)。因此，對於老年人來說，性已被重新定義為包括更多情感親密活動，而不一定是身體親密接觸。

老年男性和女性對親密浪漫關係的態度有很大的差異。根據 McWilliams 和 Barrett (2014) 的研究，老年男性更有興趣通過婚姻鞏固或確定親密關係；而老年女性則更偏好陪伴，而不是婚姻。McWilliams 和 Barrett (2014) 指出，女性對長期承諾 (如婚姻) 不感興趣，可能是因為她們想要保持自主權。另外，根據 Dickson 等人 (2005) 的研究，老年女性寧願維持伴侶關係而不是婚姻，可能是因為她們擔心隨著伴侶年齡增長會被限制在照顧者的角色中。因此，可以推斷，相較於長期的伴侶關係，老年女性更看重長期的個人獨立和自由。此外，一些老年女性認為網路交友是一種社交活動，它提供了一種無法通過與其他女性交往而獲得的特殊友誼形式 (Davidson, 2002; Watson & Stelle, 2021)。

老年是社會文化的產物，會因為不同的社會文化背景，而有不同的行為模式、生命界定和生存方式，上述的研究多發表於國外學術界，研究結果可供借鏡，但無法據以理解台灣的社會老年生活的完整事實。然而，台灣的網路交友的研究絕大多數是針對年輕族群，尤其是針對大學生的一些碩士論文 (例如范毓君, 2019; 李蕙庭, 2017; 許佳琦, 2018; 陳怡儒, 2019; 陳昭臻, 2020; 范毓君, 2019; 林恩如, 2017; 潘鈺婷, 2016; 戚幼萱, 2019; 王詠萱,

2020；熊煌均，2020；許佳琦，2018；張珈嫻，2018；鐘心辰，2016；周儀芳，2018）。

唯一關於銀髮族網路交友動機之研究，是陳志萍與周英寶（2001）針對奇摩交友網站 55 歲以上的銀髮族在網路交友空間的參與動機之研究，屬初探式的研究，並未進行更深入的社會意涵的挖掘與探討，缺乏性別視角的分析與討論，無法藉以理解老年女性網路交友的狀況；此外，此研究將對象界定為 55 歲以上，以嬰兒潮或台灣四年級生的普遍健康狀態來看，還只能算是中年；何況本篇研究的完成時間是 2001 年，探討的是只有網路版的雅虎奇摩交友，這 20 多年來傳播科技與社交媒體技術發展日新月異，今昔的社會脈絡與網站介面變化非常大，因此需要更新更深入的研究，以探討台灣當今老年女性使用網路交友軟體的經驗、樣貌及其意涵。

參、研究目的與研究問題

當前人口老化現象和老年獨居造成的社會隔離問題日益嚴重，對老年女性更需特別關注。年老女性由於離開工作場域、未婚、離婚、喪偶，或是親友離去，以及經濟和身體的因素，容易造成孤立與寂寞的問題，網路則提供一種便捷、低成本、高範圍的交友管道，讓年老女性減少疏離與寂寞的焦慮和恐慌。在傳統家庭倫理逐漸消失的時候，對許多相對弱勢的老年女性來說，與依靠成年子女獲得社會支援和互動相比，在網路上尋求、並建立一種能提供緊密聯繫的新伴侶關係，或許更為方便而實在（Stevens, 2002）。

然而，在台灣，即使對老年的網路交友活動的研究都付之闕如，更何況是對老年女性的分析與理解。老年/人研究，不能「去性別化」的理解，老年女性由於性別壓迫和年齡歧視交織的不平等經歷，她們的生命境遇必然存在許多困境（Gewirtz-Meydan & Ayalon, 2017）。基於上述文獻的理論探討與相關研究的啟示，本研究希望能從老年女性的角度和經驗出發，研究她們在網路交友中的關係取向、伴侶偏好與自我表現信念，以更深入理解她們在網路交友上的經驗事實、年齡與性別意涵，以及所面臨的性別權力政治問題。這將有助於填補目前關於老年女性網路交友經驗和分析的研究空白，並加深我們對年齡、性別和科技交織性的理解，最終希望能降低對老年女性網路交友上的歧視或阻礙，創造友善空間，協助年老女性走出寂寞的困境。此外，研究結果也將對於網路交

友平台及相關從業者在「寂寞經濟」上提供重要資訊，以協助制定更有效、更有針對性的策略和服務。

根據此一研究目的，本研究所擬定的研究問題如下：

- 一、老年女性網路交友的關係取向：網路交友活動中，老年女性所期待或追求的關係類型為何？是婚姻關係或伴侶關係、是單純的情感分享的關係取向、或是包括身體或性親密的關係取向？是單純的網路虛擬關係，還是實際生活中的互動交往？是尋求一對一的忠誠關係，或是建立多元的關係網絡？是長期的伴侶關係，還是暫時性的感情慰藉，甚或是經濟上、生活上的實質協助？
- 二、老年女性網路交友的伴侶偏好：網路交友活動中，老年女性所期待或偏愛的對象特質為何？她們對潛在交友對象的性別、年齡、身分、地位，甚至生命經歷有何偏好？老年女性會比較喜歡與異性或同性交往？希望交往對象的年齡差距範圍多大？是否重視潛在交友對象的教育程度、身體狀況、人格特質、生活興趣、經濟能力與社會地位？
- 三、老年女性網路交友的自我表現：網路交友活動中，老年女性如何進行自我表現？她們會呈現實際的自我，還是理想的自我？在年齡與外貌上會真誠的袒露自己，或隱藏自己，甚至美化自己？在文字與影像中，老年女性對身體的老化跡象是否會選擇性的呈現，以及如何呈現？又為何選擇這種呈現的方式？其中的信念為何？
- 四、老年女性網路交友的難題與困境：網路交友活動中，老年女性的滿意度為何？所遭遇的困境何在？由於年老女性往往會遭受性別和年齡的雙重歧視，造成日常生活的艱難，在網路的世界中，這種困境是否可以相當程度的紓解，或是依然持續？在建立關係、對象選擇與自我表現方面，會面臨哪些障礙或難題，影響到對網路交友的機會？尤其，對較高齡的女性而言，網路交友是否仍然具有可能性，或是只能成為缺席的觀眾？

肆、研究方法與研究步驟

本研究採用「網路民族誌」（online ethnography / cyber ethnography / netnography）²的方法蒐集資料，分為兩個部分進行。首先進入「網路場域」進

² 「網路民族誌」仍是發展中的研究方法，不同的學門或不同的學者可能使用不同的名稱來定

行線上田野觀察，接著再進行線下的深度訪談，以多情境、線上／線下並置的方式，期能獲得最豐富、深入的資料。網路民族誌是一種源於民族誌的研究方法，旨在通過實際觀察和參與特定群體的日常生活互動，以理解他們的文化、信仰、價值觀及實踐（Hine, 2000；Hine, 2008）。在網路民族誌中，研究地點不會是一個物理位置，而是各種虛擬社群，如社交媒體平台、線上討論論壇或虛擬世界（Manning, 2008；Hanna & De Nooy, 2009；Miller & Slater, 2001）。這種新興的研究方法，隨著網路和社交媒體的普及，越來越受到研究者的採用和重視。網路民族誌可為本研究提供一個獨特的方法，以老年女性自己的話語來捕捉她們的觀點和經驗，並觀察和了解這些社群的社會規範和文化習慣。

一、網路觀察

臉書（Facebook）是台灣中高齡族群中最普及且偏好的社群媒體平台之一³，因其易於連結人際關係且使用門檻低。因此，本研究以臉書上的台灣老年交友社團為主要觀察場域，以蒐集該族群在網路交友中的行為、需求與偏好。

截至 2023 年 1 月 26 日，Facebook 平台上以台灣地區為主要活動範圍的「老人交友社團」共有 58 個。其中，有 51 個社團主要聚焦於交友與聯誼，強調「單身」或「單親」成員之間的情感互動需求，成員多以尋找伴侶或建立深層情感聯繫為目的。其餘 7 個社團則偏重於資訊分享與心情交流，為老年人提供輕鬆的互動空間，促進彼此間的情感支持與互助。

在這 51 個交友性質的社團中，多數僅設有最低年齡門檻，並未對成員設置最高年齡限制，因此歡迎中高齡長者的加入。這些社團中，有 7 個設定為 40 歲以上族群，另有 7 個針對 50 歲以上族群，另有 6 個則明確標示為「60+」或「老人」或「長青」族群專屬。為顧及「年齡」的敏感性，本研究特別關注老年女性在面對不同年齡層成員的社群中，如何應對及被對待，為此，本研究選擇六個臉書社團進行網路田野觀察，涵蓋 40 歲、50 歲和 60 歲以上成員的社群，最終選

義，這些不同的名詞彼此間可互用，但又各自存在些微的差異，例如虛擬民族誌（virtual ethnography）、線上民族誌（online ethnography）、網路民族誌（cyber ethnography）、網絡民族誌（nethnography）、數位民族誌（digital ethnography）等等（Isomäki & Silvennoinen，2013），但都是強調將民族誌的原理、觀點和方法，應用於虛擬或數位環境中。

³ 根據「科技部傳播調查資料庫第二期第三次（2019 年）：媒體使用的個人功效與影響 II」（N = 2,000）的調查統計發現，在使用社群媒體的民眾（N = 1,398）中，嬰兒潮世代（1946 至 1964 年出生、年紀為 55 至 73 歲的民眾）中有高達 99.1% 在使用 Facebook（潘令妍，n.d.）。

定以下六個社團：「熟年正是芳華時(40歲上)」、「19.8萬人」、「四年級生趴趴走」(2.3萬人)、「優質50單身交友網站」(2萬人)、「黃昏之戀交友社團」(1.5萬人)、「長青交友社團(60歲以上)」、「3.7萬人」、「老年人交友社團」(2.8萬人)。

二、深入訪談

網路空間和現實生活是一種相互嵌入、互為建構的世界。由於網路的身份隱匿性，參與者的「網上自我」與「真實自我」可能不一致，且在線上表明的交友動機與伴侶偏好，也可能與實際想法有所差距。因此，本研究除了在網路社群中進行田野觀察，亦邀請了65歲以上的老年女性參與者，進行深度訪談，以更深入了解她們的真實想法。

訪談過程全程錄音並轉錄為逐字稿，以便後續分析。所有訪談逐字稿皆採用詮釋學的分析取向，視受訪者的敘述為其信念與認知的展現，並進一步挖掘出性別與年齡關係面向上的深層意涵。為精確處理訪談內容，本研究使用質性研究分析輔助軟體 NVivo12.0，依主題或範疇對所有內容進行編碼，尋找其中的意義變化、細微差異及概念之間的關聯性，最終完成研究結果的深入分析與書寫。

三、受訪者描繪

老年女性參與網路交友的人數不少，但由於近年來網路詐騙事件頻傳，普遍使這些女性戒心增強，導致邀約訪談的過程相當不易。最終，本研究成功取得11位65歲以上女性的同意，進行深度訪談，以下為受訪者的基本描述：

W1

73歲，大專畢業，曾從事導遊工作四十年，近年已退休。單身，曾在美國結過一次婚，但在台灣未有婚姻關係。異性戀，無子女，獨居於大台北地區的山區。網齡約二十年，目前主要透過臉書結交網友，並與主動加她的朋友在Line上聊天，每天大約花兩小時回覆訊息，分別於早晚各一小時進行。

W2

76歲，師專畢業，退休前為小學老師，退休已二十多年。喪偶，丈夫過世十年。異性戀，有一個兒子及一位乾女兒，兩人皆已婚。現獨居，網齡約三十年，主要透過臉書社團進行交友，並會與主動傳訊的網友互動聊天。

W3

66 歲，高職畢業。退休後曾重新就業，直到最近才離職。異性戀，年輕時離婚，後來透過網路交友結識現任長期伴侶，已共同生活多年但未婚。有成年子女，一位已婚，一位離婚。網齡約 30 年，主要透過臉書社團進行交友。

W4

72 歲，高職畢業。65 歲退休，退休前曾於地方公家機關任職。異性戀，婚姻僅維持五年，離婚後單身至今已有 45 年。育有兩子一女，女兒已婚。現獨居於台灣東部山區。網齡約 30 年，使用臉書約 15 年，從事網路交友約七年，至今仍活躍於網路上結交朋友。

W5

75 歲，高職畢業。異性戀，離婚單身，有一子一女，皆未婚，從事服裝產業，現與女兒同住。網齡超過二十年，活躍於臉書及臉書社團交友，已使用臉書約七、八年，至今仍持續。剛開始使用臉書時，一天便有兩百人加她好友，短短兩、三個月內好友數便達千人以上，然而隨著逐漸接觸，才發現多數帳號皆為詐騙。

W6

自稱年齡是秘密，無論線上或面對面都不願透露真實年齡，視覺年齡約在 65 至 70 歲之間。大學畢業，從事服務業。異性戀，單身，無子女，與弟弟同住。網齡十多年，曾使用過抖音，並自約十年前開始進行網路交友，至今仍持續。網路交友的目的主要是分享生活經驗、結交可以互相學習的朋友，並希望尋找到合適的老伴。

W7

65 歲，專科畢業，已退休，退休前曾於政府部門服務。異性戀，已婚，有一子一女，皆未婚，與丈夫及子女同住。擁有約二十多年的網路使用經驗，經常使用臉書及臉書社團進行交友，目前仍活躍於網路交友圈。曾與一位陌生男性加為好友，因共同興趣和好奇心而開始聊天，但隨著互動深入，逐漸察覺對方行為異常，隨後便慢慢疏遠對方。

W8

70 歲，高職學歷，從事照護工作。異性戀，離婚單身。有一子二女，兒子未婚，女兒皆已婚，目前與兒子同住。約有六、七年的網路使用經驗，五年前曾使用過一款專為中高齡族群設計的交友軟體，持續一年多。近年主要使用臉書社團，然而在一次網路詐騙經歷後，內心深受打擊，對社群互動的積極性有所減少。不過，數個月前重新加入了幾個與老年交友相關的臉書社團。

W9

66 歲，國中畢業，退休二十年，退休前經營工廠。異性戀，離婚後單身。有兩個女兒，皆已婚。現獨居，網齡超過十年。因感到無聊，約在七、八年前開始加入臉書社團，主要是想看看他人的生活點滴，同時也不排斥結識新朋友。近來她發現交友社團的內容越來越單調，因此現在較少投入時間，只是偶爾瀏覽一下。

W10

68 歲，專科畢業，退休前從事護理工作，經濟狀況小康。異性戀，離婚後單身，有一已婚兒子，現獨居。為打發時間，約在兩、三年前開始使用臉書並加入臉書社團。她曾與一位男網友見面，也在朋友推薦下使用交友軟體一年多，但自認因挑剔而難以找到合適伴侶，現已打消尋伴的念頭。

W11

70 歲，高中畢業，從事直銷工作，經濟小康。異性戀，喪偶單身，與已婚兒子及孫子同住。網齡超過二十年，因工作需求早年即申請臉書帳號，陸續加入多個宗教、旅遊、銀髮族等社團，但平時不常瀏覽。加入臉書上的老年交友社團是因網友推薦，出於無聊與好奇。

伍、資料彙整與分析

本研究採用「網路民族誌」方法進行資料蒐集，分為兩個部分。首先，以臉書上的台灣老年交友社群為觀察場域，進行線上田野觀察與記錄；接著，邀請 11 位 65 歲以上的女性網友進行深度訪談，透過多情境、線上／線下並置的方式，將蒐集的資料進行彙整與分析，結果如下：

一、老年女性網路交友的關係取向

隨著年齡的增長，個人在人際關係中尋求的目標和優先順序可能會發生變化，對於參與網路交友的老年女性尤其明顯。這些變化不僅反映了個人優先事項、生活經驗，以及對不同關係的重視程度，對她們的網路交友策略和結果產生了深遠的影響。從資料顯示，在網路交友活動中，老年女性所期待或追求的關係，可分為幾種類型：

（一）不婚不性的生活伴侶

對許多老年女性來說，「找伴」是她們參加網路交友的主要原因之一。65歲的 W7 坦言：「我感覺年紀大的人都有這個需求，真的，六十歲以上，不管男性、女性都有這個需求。我覺得政府需要去輔助這一塊，尤其是說妳有喪偶，子女都不在身邊的時候，她們會覺得很孤寂。」66歲的 W9 也分享：「我有三個女性網友，她們是很積極要找，她們是講明要找老伴的。我們本來有一個群組，那個 Line 的裡面的很多女生都要找伴，其中還有一個女老師退休的，她很積極在找伴。」而 68 歲的 W10 則說：「我們這個年紀了，我都 68 歲了，總希望有一個相知的老伴，陪伴在身邊。人老了，需要有個老伴在旁邊照顧，男女都是這樣想的。」當被問及是否考慮過在現實生活中找伴，W10 回答：「當然會想，但是機會很少，因為我的生活圈也很小。」

「老伴」提供的是一種情感支持、歸屬感以及共享日常經驗的可能性，這些都是維持老年生活品質的關鍵因素。老伴的重要性在於滿足人們對分享、照顧以及共同興趣的需求。然而，從網路交友活動中可以明顯看出，不論是線上田野觀察還是個別深度訪談，大多數老年女性所尋求的，是一起生活卻不結婚的伴侶關係，甚至也不一定住在一起的「老伴」。

本研究參與觀察了某單身老年人聯誼臉書社團中⁴的成員互動，發現許多老年女性在此生命階段重新思考了婚姻和伴侶關係的意義。隨著年齡增長，這些老年女性對婚姻的期待逐漸轉向情感支持而非婚姻結合，她們認為「找伴」不一定要與結婚劃上等號。一位網友表示：「其實找伴不要定義是結婚，甚至不是貼身老伴，看開一點彼此是談得來的對方。」另一位網友也提到：「年輕人找伴都很難了，更何況再婚的；加上老年結婚要融入另一個家庭生活，太多的不一

⁴ 本研究刻意不揭露所觀察的臉書社團名稱，以保護成員隱私並減少辨識風險。由於社團內容涉及個人情感與交友需求，公開社團名稱可能讓成員身份或發言內容被識別，進而引發不必要的壓力與風險。因此，研究僅概述社團的活動主題，並以匿名方式呈現，以符合研究倫理。

樣都是困難的挑戰。」

在另一個專為 60 歲以上長者設立的臉書交友社群中，一位女性網友分享了她的想法：「我覺得人到了一定的年齡，結婚不一定要，但是一定要有伴，這個伴就像朋友之間的伴，互相關心、一起吃飯、看電影、去玩玩，一起結伴去旅行、說說話、出來運動運動。所以不一定要找結婚，就是一個跟自己住在一起的老伴，這樣（沒結婚）就沒有另外一層的煩惱。」在這類老年交友社群中，多數女性網友的發文內容也表達出尋找陪伴而非結婚的意圖，強調「能作伴就好，不必住在一起！」。

訪談中，W8 更進一步提到：「對啊，我身邊的女性網友說她們要找的是沒有性的老伴。」而 68 歲的 W10 則直言：「講一句坦白的話，我們這個年紀的女生又沒有性需求，那妳找男人幹嘛？因為妳過了五十幾歲，平均的女生都沒有性需求，除非這個男生他是李察基爾，然後讓妳非常地仰慕、讓妳非常地喜歡，那難啊！他有這種條件，他還會要我們這個老女人嗎？妳認為呢？要找林志玲了，對不對？」

訪談中，已經使用網路交友四年的 W1 表示：「我所要的關係是找個老伴，一起生活在一起，就老了有個伴，生活在一起，不用結婚，彼此照顧這樣。」W1 的目標非常明確，她說：「在我還沒有找到生活一起的人，不是結婚的人，應該我的目標就是說兩個人生活在一起，我想我應該會繼續，等找到我喜歡的、生活在一起的人，應該就不用（網路交友）了吧。」住在東部、72 歲的 W4 同樣不期待結婚，她表示：「因為為什麼？那些老人啊結婚他要找的是那個伴，那個伴就是一天到晚要陪在他身邊，這樣你不如去找一個傭人來陪你啊，或者是找個外勞，他要的就是這個呀，他說他有錢，我有時候跟他講：有錢就能買嗎？不能啊，對不對。」

最具代表性的例子是 66 歲的 W3，她透過「愛情公寓」⁵的網路交友平台遇見了現在的同居伴侶，兩人已共同生活 12 年，但始終未步入婚姻。

（二）浪漫親密關係的期待

在人生的旅程中，無論年紀多大，對浪漫親密關係的憧憬似乎從未消退，即

⁵ 「愛情公寓」(i-Part) 是台灣於 2003 年創立的知名網路交友平台，提供聊天室、交友、徵友約會等多元服務，曾是當時台灣最受歡迎的線上交友網站之一。由於此位受訪者已經超過十年未使用該平台，沒有身分揭露的風險，因此未對該平台進行匿名處理。

便進入老年，這份渴望依舊存在。72 歲的 W4，在經歷過五年的婚姻後離異，回憶起自己的情感歷程時表示：「我年輕的時候，沒有談過戀愛，到今天為止我沒有，我從來沒有對一個男生很那個，沒有，一直到現在沒有。所以我的女兒有時候常常跟我講：妳不去找一個談戀愛，看看什麼滋味？我說我也想啊，可是我都沒有找到，而且都是一些年輕的，年紀都比我小十幾、二十歲的，我對他們都沒興趣，因為他們都跟我的小孩一樣大。」

W4 進一步表示：「當然我也是希望說有一個異性的朋友，我也很想去認識啦，我真的很想認識異性的朋友，但是又想到我自己的條件，怎麼可能會有？喜歡我的人大部分都是年紀那麼輕，我對他們都沒興趣，都太年輕了，差不多五十多歲吧，六十多歲。雖然他們跟我講說我們不介意年齡，我告訴妳，這不是介意不介意的問題，我覺得可能是觀點的問題。」W4 說，她之所以在網路上尋找伴侶，或許是為了彌補過去未曾擁有的戀愛經驗。她坦言：「因為我沒有談過戀愛，我的父母親就把我嫁給我不認識的人，戀愛我不懂，我到現在都不懂，就只有在網路上跟他們這樣談，啊是這樣嗎？我也不知道，因為我們也沒有碰過面啊，沒有見面，我不知道那是戀愛嗎？我也不懂。他們有人說他們要來看我、要來找我，也沒有啊，只是就一直談、一直講，講很多有的沒有的，甚至於好像說：我們好像很早就認識的那種感覺啊，實際上...。」

W4 認為，對於老年人而言，即使是一夜情，可能也比找個老伴結婚來得輕鬆。她說：「我們有了這個年齡，就應該好好的過生活，好好把自己下半輩子好好的過，想怎麼過就怎麼過，對不對。妳發生一夜情也好，反正大家妳走妳的、他走他的，我說大家也不要那麼多的責任。」儘管經歷過一些不愉快的經歷，她仍願意在社群平台上尋找浪漫的感覺，或許是一種「柏拉圖式的愛情」。W4 說：「我最主要就是精神寄託，我就跟妳講，就是精神外遇而已。」

76 歲的 W2 則回憶自己曾在網路上遇到一位自稱 60 歲、擔任貨機機師的男性，兩人曾透過訊息互動交流。她描述道：「就是聊了很多，因為他這個人他嘴巴很甜，妳知道嗎？剛開始的時候。他每天早上一早起他就給妳來一個：親愛的好朋友，早安！早餐吃了沒有？吃些什麼啊？昨晚睡得好嗎？他就很關心。那我就給他回說：謝謝！我說早餐我已經吃過了，我說昨天晚上睡得非常好。他說非常高興，那有沒有打算午餐要吃些什麼啊？是妳要到外面吃呢？還是怎麼樣這樣。就是說三餐都會問候，尤其到晚上，他還會跟妳聊一聊，每次也是講：唉呀親愛的！後來他就講說：親愛的我好想妳！唉唷！我說你不要來

這一套，我說你這樣子好像不太好，他說這也只是一種稱呼而已，我說嗯，我說好吧！」W2表示，自丈夫過世後，已久違這種被關心的感覺，雖然後來發現這是一場網路詐騙，但回憶起這段相互問候、噓寒問暖的交流，她仍覺得帶來一種溫馨的戀愛感受。

因此，不論年紀多大，對某些人來說，時常被稱為「親愛的」或「老婆」，仍會產生浪漫的幻想。W6笑道：「我有碰到一個大姐，八十幾歲了還在夢幻，她講說有個六十幾歲的男網友，一天到晚叫她親愛的，結果她被騙了不知道一百萬還六十幾萬，她的存款被騙得差不多了。她本來是警察退休一個月有三萬退休金，結果這三萬都不夠還債，兩個月前還跟我借五千，那個男的一直跟她要錢，她說她再找朋友湊，她不夠啊，找妳湊一萬、找誰湊一萬、找我湊五千，要湊三萬給他。我說姐姐，那個六十幾歲可以當妳兒子了，天天叫妳親愛的，還跟妳一直要錢。她頭腦不清楚，她還在夢幻，說他哪一天會回來找她一起生活。」

（三）每天道聲早安、晚安，偶爾聊天的日常關懷

在老年人的網路交友社群中，尋找友伴是一種最常見的互動形式，初期的交流通常是輕鬆簡單的日常問候。許多老年女性會在社團中發文說：「朋友們大家好，很開心能在這裡認識新朋友，願意和我交朋友的，歡迎來聊聊。」一位在某長者交友社團的女性網友表示：「這個年紀不一定要找男朋友，認識一些好朋友、老朋友反而是最棒的。」

76歲的W2曾是一名教師，目前擔任社區主委，並在學校和圖書館擔任志工，同時負責交通導護，日間行程非常緊湊。然而她說：「可是到了晚上只有我一個人的時候，靜下來的時候，我就覺得說，好像自己一個人滿清靜的，蠻...一點，心裡會有一點孤寂，想說要是交個朋友聊聊天也OK啊，最起碼有事做嘛對不對？」

W2的期待是每人有各自的生活，偶爾彼此聊聊天、談談心、分享想法，這種關係才是她所認為的「心靈溝通」。她並不想與人同住，說：「因為妳自己一個人獨居慣了以後，妳要是跟人再聚在一起的話，會有很多一些生活想法不一樣就會有摩擦。那妳這樣子的話還不如不要找這個麻煩。」W2更希望找能一起出遊的玩伴：「妳要是說真的交往之後，談得來、興趣也可以聊得來，談了四、五年覺得還不錯，偶爾出去旅遊那也OK。」

W2 有一個家住台中的男性網友，對方表示自己覺得與她很契合，想與她做朋友。她回憶說：「他剛開始就稱呼妳說美女妳好這樣，我說不好意思我 76 歲了，已經老了，他說那我就再加上一個『老美女』好了，就這樣子啊。後來啊，就每天就問早安啊、晚安啊，就這樣子。」兩人逐漸形成日常問候的習慣：「因為他沒有話題，鄉下人，沒有話題，所以他只會 Line 早安、晚安、吃過飯沒有，雖然不是我想要的，偶爾會跟我談一些比較有趣的話題，就一直保持到現在，每天他說早安我就給他寫個早安，他說晚安我就來個晚安。」

W2 坦言，她希望能找到一位可以聊得來、能夠分享見聞的朋友。她說：「就是平常可以聊一些像看個書啊，要是看到一篇文章你總是有心得嘛，講講你的想法，我是希望能夠找到一個能夠談得來，而且能夠聊得來、有話題的人，還是說你出去外面看到一些什麼東西，可以互相分享的。」這種對可以說心事相互分享朋友的祈求殷切，她說：「所以有時候靜下來的時候心裡想，要是有一個朋友能夠互相在裡面聊一聊一些心事啊，還是到哪裡去玩看到一些什麼，有一些心得這些，我覺得我要的是這樣子，結果我就找不到這樣一號人物。」目前有兩位男性網友，但都不是她的理想類型。她說：「一個就是鄉下佬，大家庭的，這不是我的菜，一個就是走船四十年，變成有一種孤僻的個性，跟家人沒辦法相處，只有他自己一個人，又沒有什麼嗜好，也不抽菸、也不喝酒，什麼都不來，就是會在樓下散散步、走一走。」

（四）結交志同道合的夥伴

網路觀察發現，老年女性在網路平台上的互動相當頻繁，主動性甚至高於男性。一位 60 歲、住在中部的的女性網友在某長者社團上傳了自己的照片，抱怨道：「說真的 ...有點想退團了！連續 po 了兩篇文，就在家種種花草的文，結果等了好幾天的文，都不見管管們通過，也不知道究竟是哪有問題？」隨即有一位 74 歲的女性網友溫馨回應：「這裡是老年人的世界，因為妳看起來還年輕。」另一位 73 歲的網友則回覆她說：「我也住台中可以的話你可以加我看你很可愛又漂亮無聊的時候可以找我，我時間很多早上只是看一下盤而已。」於是，她們便相約見面。這種通過網路平台結識、進而約見的老年姐妹情誼相當常見。

網路上許多類似「三、四、五、六年級趴趴走」、「老年長青社」、「老人交友團」的臉書社團，主要是聚集有共同興趣的成員，安排唱歌、聚餐或旅遊等活動。66 歲的 W3 已有伴侶，但仍通過這類聯誼性社團結交志同道合的女性朋

友。她刻意不與男性網友交往，因為「要尊重另外一半，雖然我們沒有那張紙，既然已經走在一起了，而且也跟人家共同生活，就要互相尊重。」W3表示：「我喜歡拍照、喜歡唱歌，那我就找同好，就是一起喜歡的人這樣子。我的興趣嘛，啊去唱歌，那我就乾脆找一些興趣相同的人在一起這樣子。」她透過社群平台找到了一些愛好唱歌的朋友，並另外建立了一個 LINE 群組，成員現有六十多人，經常相約唱歌或出遊，這個群體已經維持七、八年了，偶爾還會包遊覽車一起旅行。

W3 結交的大部分是「同年級」的朋友，因為話題較為相近。她說：「我跟你講，四字頭跟五字頭總是有一個那個啦，就是有一個不同世代的聊天方式。我們四年級她一講什麼我們就知道，我們那個年代曾經發生了什麼，我們曾經做了些什麼事這樣子，在小的時候，所以就有共同的話題。」根據她的經驗，年齡相差超過六歲就很難聊到一塊，因此她習慣先詢問對方的年次。W3 傾向於選擇同年齡或年長的伴侶，這也意味著隨著年齡增加，潛在伴侶越來越少。對此，她選擇轉變心態——不抱過高期待，也不願降低標準。

W3 早上大概會花一個小時上網，她說：「她們有些人會固定來問早安啊，我一定要回她們嘛，她們有活動的話，妳也得去按讚啊，不按讚的話，有的女生很小心眼，妳忘記給她按讚，她會打電話來，她說妳是怎麼了？妳對我有什麼意見嗎？我就會特別注意這個人，每天注意她有沒有上臉書，有沒有什麼活動，有沒有什麼拍照，趕緊給她按讚。」如今，互相按讚已成為她們日常生活的功課和禮儀。

不肯透露年齡的 W6 表示，她上網並不是為了找伴侶，而是希望分享生活經驗。她說：「我是分享生活經驗，其實我的想法是分享，或者是說他有空，去踏青半天那種的，其實我是傾向這樣。」她也表示：「假如他約的話吃飯 OK 啦，吃個飯，看順眼的去爬山。不過男生我看沒那麼勤快，他約妳的目的都是在，講難聽一點的，什麼約炮啊。」W6 還分享了一個網友要求視訊的經歷：「有些網友要求視訊，有一、兩個，之前有一個我是覺得很沒禮貌，他電話拿起來就給妳視訊了，有一次我就很生氣，我說萬一我沒穿衣服怎麼辦？他說這事情有什麼？」

W6 說：「有的不錯啦，會帶妳去吃他們認為好吃的東西，就聊聊、吃飯，吃完飯就莎啲娜啦，可能我們不是他的菜啊，就聊聊、吃飯，吃完飯就莎啲娜啦再見啦！」W6 平時喜歡閱讀醫學資訊，也涉獵一些花藝。她說：「有一個是

從來沒見過面，剛開始是他對花藝盆栽蠻懂的，然後會請教他，或者他對醫學有一些懂得，會請教他醫學方面的，比方說我哪邊不舒服問他，他懂得，他說他們家很多中、西醫。」

二、老年女性網路交友的伴侶偏好

網路交友活動中，老年女性所期待或偏愛的對象特質為何？她們對潛在交友對象的性別、年齡、身分、地位，甚至生命經歷有何偏好？老年女性會比較喜歡與異性或同性交往？希望交往對象的年齡差距範圍多大？是否重視潛在交友對象的教育程度、身體狀況、人格特質、生活興趣、經濟能力與社會地位？這些偏好常受到自我認知和社會對年齡、性別期望的影響，進而影響她們在網路上尋找伴侶的機會與挑戰。

（一）經濟條件考量

在老年人網路交友社團中，女性少主動談論經濟條件。然而，在訪談中可以發現，經濟條件對於是否考慮發展深層關係仍是隱含的衡量標準。**W1** 坦言自己並不過分在意對方的經濟狀況，但她強調「絕不會與經濟環境比自己差的人交往」。**W2** 的觀點類似，她認為：「其實我是覺得說找伴，當然經濟上不要相差太多，他要靠我吃飯那我不累死了。我不會說想要交一個千萬富翁啊什麼東西的，可是最起碼你的生活品質要能夠維持住。」**W6** 則直接表示：「我們談得來比較重要，當然他假如說他欠了一屁股債，我也不會理他，那我覺得你到六十歲會欠一屁股債，你腦袋也有問題。」

對於一般交友來說，經濟條件的重要性就不那麼顯著。**W4** 表示她對朋友的經濟狀況完全不在意：「我完全不在意他們的經濟狀況，哪怕說他們麼一天願意跟我見面，或者是我去見他們的話，我也不在意他們跟我見面我們現在吃的費用，我不會在意。有的人就很斤斤計較，從這個地方我就會看出對方的那個小心眼，還有他對妳的防備，我覺得既然要見我，你就不要這麼的那個小心翼翼，對吧。」**W4** 不認為經濟條件好，就有吸引力，她反而覺得害怕那個經濟條件好的人，「因為他會用錢來壓妳，然後他用錢來說一些有的沒有的話，我就不會去見這樣的朋友。」

當然，外表依然具有加分效果。在網路交友社團中，凡是上傳符合主流審美標準的美麗照片的女性，不論真偽，都往往能獲得熱烈回應。**W6** 觀察到，多數男網友仍在意對方的外表。她說：「90%的男生都喜歡美女啦，有智慧的男

生沒幾個啦，有智慧的男生喜歡醜女的，有啦，真的鳳毛麟爪啦。」

對於男性外貌要求，W6 認為不只男性注重，女性多多少少也會有所期待。她說：「外表不要看得難過，朋友的話他長得醜無所謂，妳要睡在旁邊那當然不能半夜被嚇醒對不對！我不會喜歡說要帥哥，可是要看起來還順眼。」W2 分享說：「我有聽過朋友講，她們從網路認識的朋友，就是有碰過面、有見過面，但是沒有結果，我說沒有結果的原因是怎樣？她直接告訴我說他長得不好看，我說他有錢就好，不要，她說她不要。反正就是最重要可能是他的其貌不揚吧，應該是這樣講啦。」

在某個訴求 60 歲以上的老年交友社團中，女性網友也會直白表達對外貌的要求。例如，某 50 年次的女性網友表示：「想找個伴很困難，不是很矮，就是瘦巴巴，不然就是老，老，老！」而一位 161 公分的女性則在徵伴條件中提到：「你最少要有 172，不要太胖，我有點小外貌。」受訪者 W1 也對身高有一所要求：「起碼要 168 以上」，此外，生活習性對她來說同樣重要，她偏好不抽菸的男性，明確表示：「抽菸的我一律不考慮。」

而對於 70 歲的 W11 來說，健康是選擇伴侶的首要考量。她說：「妳不要說找一個伴侶，拖累妳下半輩子還得了啊。至少不能病懨懨的，對不對？嘿啊，至少大家都是要能夠行動的啊，當然不是到我們這種年紀了，妳說百分之百健康是不可能的，至少沒有那些大病就好，小病當然會有啊，大病啊，拖累唉唷，自己都沒辦法照顧還照顧人啊，嚇死了。」

（二）年齡差距與年輕偏好

年齡作為社會規範與期待的產物，無論是尋求友誼或伴侶，年齡往往是重要的考量因素。在網路老年交友社群中，許多女性成員對年齡問題表達了明顯的關注與顧慮。

65 歲的受訪者 W7 坦言：「網路世界交友最大的困難應該是年齡的問題。我很有興趣點入年輕人的社團，但又會害怕他們不會接受我們這種年齡層。」這道出她想融入年輕社群的意願，但也同時反映出對年齡帶來的潛在排斥感到不安。70 歲的 W8 也有類似感受，她說：「對我來講，我已經七十歲了，我們已經老了，第一個就是那個外表什麼都輸人家。」這顯示年齡差距讓她在與年輕族群互動時倍感壓力。

W10 進一步提出年齡差距對女性尋找伴侶的挑戰：「大部分的男生都喜歡年輕的女生，那妳想想看我都 68 歲了，那我要再找一個七十幾幾歲的，有幾個是健康的？很難，但是如果說妳找一個年紀比我們小的，妳勢必又沒有安全感，所以我們這個年紀要找對象，真的是難上加難。」她詳細描述了在尋伴過程中，年長的對象可能身體不健壯，而年輕的對象則可能讓她缺乏安全感：

「年紀大的我不要、年紀輕的我也不要，那就難啦，因為我們這個卡在這個年紀吼，真的是很尷尬。……七十幾歲的男生很快就八十歲了，妳要這樣要幹嘛？沒有、沒有幾年好光景耶，你年紀差我那麼多，你要當什麼？當弟弟，我也不需要弟弟，對不對？那我們與其這樣，寧缺勿濫。」

(**W10**，68 歲)

這樣的年齡矛盾使她陷入進退維谷的尷尬境地，最終讓她選擇「寧缺勿濫」，突顯出老年女性在情感需求和現實考量間的拉鋸。

從網路社群互動的觀察發現，老年女性在尋找伴侶時普遍將年齡差距設定在上下 5 至 10 歲之內。這一現象在訪談中也得到印證，多數女性對伴侶的年齡有具體的期望。**W6** 表現出較為彈性的態度，認為若只是交朋友，年齡差異無關緊要；但若尋找老伴，她能接受的年齡差距上限為 10 歲。**W6** 解釋道：「大概啦，其實到了這種年紀也不是要生小孩了嘛，對不對，那能不能談得來、能不能一起生活才是重點嘛，對不對。」**W6** 的觀點顯示，伴侶間的相處與生活契合度才是她的核心考量。

相較之下，75 歲的 **W5** 更強調伴侶的自理能力，她認為：「年紀太大的，我覺得也沒必要啊，年紀太大都需要人家照顧的，我們沒有那個力氣去照顧別人耶，對不對？」**W5** 的觀點表達了她對自我生活品質的重視，希望伴侶能夠保持獨立的生活能力。

70 歲的 **W8** 則對理想伴侶年齡的範圍設定為「六十幾到八十歲左右」，顯示她對年齡持較寬鬆的態度，但仍存在某種限度。73 歲的 **W1** 則更為嚴格，她表示：「我覺得年齡不要差太多，十歲之內我還能接受，差太多的話我不會考慮。以我現在的年齡，大我八歲就已經是很老了。」她的標準反映出對年齡差距的敏感度，並且以自身年齡為基準，設下上下限。

綜合這些訪談結果，80 歲似乎成為多數老年女性在尋找伴侶時所能接受的年齡上限。這些年齡範圍的考量顯示，老年女性在交友或尋伴時對彼此生活方

式、健康狀況及相處融洽度的務實期待。

W4 在訪談中提到，她雖然不完全忽視年齡，但依然認為「每一個人有每一個人的故事」，也毫不隱瞞自己的年齡，坦然地表示：「我本來就是老太太。」然而，她對年長男性仍有一些負面觀感。她觀察到隨著年齡增長，有些男性的行為變得難以捉摸，並表示：「像那個年紀大吶，我告訴妳，年紀大很奇怪，上了年紀他的想法好奇怪，喜怒無常耶。去年他跟我談話還話很投機，結果突然間今年就嫌這個、嫌那個，那個不對、這個又不對、那個不對，是不是老人都這樣？」這種感受使她對年長男性態度轉變的無法預測深感困惑。

雖然一些人主張「年齡不是問題」，**W4** 和其他受訪者的經驗顯示，年齡差距仍須保持在一定範圍內。**W6** 也提到，儘管參加了多次老年交友活動，實際交流的結果常因年齡差距而告終。她說：「參加那個社團啊，不下十個有私下跟我聊，不下十個喔。然後有一個年紀比我長一、兩歲的有，然後還有其他比我年紀小十歲，這樣都有。」然而，年齡較輕的對象常因缺乏共同話題而無法深入交流，而年齡較大的對象雖彼此有需求，但過度依賴也讓她感到壓力。**W6** 開玩笑說，為了對方的情感需求，她「勉勉強強」地維持聯絡，但時間一久，對方就逐漸失去興趣或中斷聯繫。

「然後跟她們聊了一下就不了了之，因為第一個、我們談話的那個沒有默契啊，我們談話沒有交集，尤其是年輕的，跟她談話沒有交集；啊老的，我跟他談話嘛，我也很想放棄他，可是他一直要跟我聊天，我只好一直跟你聊天。嘿啊，因為他也是，我也想說啊年紀大了，他們也需要朋友，所以我就勉勉強強的跟他一直聊、一直聊（笑），最多大概兩個月，他沒話講了，他又自動都沒消息了，對啊就都沒消息，我也不知道那個老先生生病了還是怎麼樣，我有時候故意給他道早安，他都沒有回我啊，都沒有回我，年長者就這樣。」（**W6**，不願透露年齡，目測 65-70 歲）

然而，不管年齡的意向如何，年輕偏好仍然會影響女性的心情和交友。73 歲的 **W1** 雖然認為「年齡只是一個數字。」，但對年輕伴侶仍有明顯的偏好。她提到自己過去交往的對象沒有一位比她年長，年紀最小的一位甚至比她小 16 歲。近期，她的一位小她 11 歲的外國網友也提到打算來台見面，讓她充滿期待。

另一位受訪者 **W5** 也對年輕人的陪伴表現出極大興趣。她回憶，兩個月前

在網路交友平台上遇到一位自稱住在板橋的年輕美髮師，兩人聊天相談甚歡，並逐漸成為朋友，這讓她感到非常開心：「年輕人喔，年輕人！因為我們現在這個年齡，幾乎周遭的年齡都是六、七十歲以上的人，我覺得有年輕人跟我做朋友，覺得很好耶！覺得那是一個很美好的事情！」然而，在通話一段時間後，W5 發現對方帶有大陸口音，最終確認他是詐騙者。經此經驗後，W5 變得更加謹慎，尤其對五、六十歲自稱有好感的「毛頭小夥子」，她會直接封鎖：「五、六十歲的跟我講他喜歡我，笑死人了！我說我的孩子跟你一樣大！」

這些經歷表明，年輕伴侶的吸引力對部分老年女性的心情和交友動機具有顯著影響，但年齡差距的風險也促使她們在交友過程中愈加謹慎。年輕伴侶或許能帶來情感活力，但現實情境中，她們不得不提防潛在的情感風險與不穩定因素。

（三）文化水平與心靈契合

對於許多老年女性而言，伴侶之間的教育文化水平與心靈契合才是重要的考量，簡單的說就是要談得來，而且隨著年齡增長，這些女性對心靈上的契合甚至比年輕時更加嚴苛和挑剔。正如一位 66 歲的網友所言：「年紀大了色與財都是虛幻的！要的是心靈上的伴侶來弭補精神上的寂寞。但畢竟要生活習性、文化背景，能有契合才能互相扶持！」

W3 進一步指出，伴侶的經濟條件並非首要條件，但文化與教育水平的相近卻非常重要。她解釋道：「教育程度真的是有差，妳搞了一個教育程度很差的，不是說我們鄙視她，她的程度很低的話，妳講的話她聽不懂，她聽不懂妳講的話，有時候還會把妳的話會錯意，那很累，與其這樣子，那算了。」「因為當初我就有一個朋友，因為我們會講一些俏皮話，可是她聽不懂，她是生氣了，那妳搞不清楚她生氣的點在哪裡。」W3 的經驗表明，若文化差異過大，雙方溝通上容易出現誤解，最終難以維持融洽的關係。

68 歲 W10 則強調，除了心靈契合外，她也對伴侶的氣質與談吐有所期待。她說：「重點就是氣質嘛、談吐嘛，然後就共同的興趣嘛，像我，就現在我寧缺勿濫！我就是非常的完美主義！妳說我怎麼辦？那完美主義不是我的錯呀，我天生就是這樣子啦，那我寧可沒有，妳自己要過得快樂，這很重要，妳要愛自己，很重要。」W10 的言論顯示，她對交友品質的堅持與自我價值的重視，她寧願單身也不願委屈自己去遷就不合適的對象。

W6 也認為對方的經濟狀況並不重要，只要是有內涵、談吐有營養的人即可。她坦言：「他的經濟我不會太 care，除非說他是無業遊民，跟妳講話的話沒有什麼營養，假如有營養，他有沒有錢不關我的事啊。」這樣的態度顯示出她更在乎對方的心靈豐富度，而非物質條件。

師專畢業的 W2 則對伴侶的文化水平有更為明確的要求。她直言：「可是這些貨色都不是我想要的，沒有話聊、沒有交集。他在他們的想法裡面，不是我想要的那一種，這些有水準的男人都不曉得跑哪裡去了？」W2 認為網路交友難以找到與她相匹配的知心伴侶：「在我的感覺他們是沒有水準，所以說要在網路上交到一個很知心、能夠聊得來的，真的很不容易。」她提到，在她所參與的老年交友臉書社團中，女性成員多於男性，因此合適的對象更加稀缺。她雖抱有期待，仍認為「這是可遇而不可求的」。

「我覺得在網路交友方面真的要找到一個合適自己的人，真的非常困難，而且在我這樣子看，像我們這個六十歲以上這個 XX 社團裡面看，女多於男。我覺得說總有一天應該會讓我碰到一個跟我比較有默契的，當然這是可遇而不可求的。」(W2, 76 歲)

W2 的交友標準相當嚴格。她不滿足於對方僅僅每天發送早安圖或問候語，而是渴望找到一位心靈契合的知心人，能夠與她探討更深層次的話題。她指出：「並不是說認識了後就每天來個早安、給妳個早安圖，晚上就晚安，不然就吃飽沒？妳不覺得很無趣嗎？這不是我要的，不是。」她想要找一個很知心的人，希望能夠平常聊一聊，這人要有一定的程度。她要的是相同頻率，又或者可以說是旗鼓相當的朋友。她說：「妳夜深人靜，靜下來的時候，妳就想要找到一個知心的人，可以聊一些音樂，聊一些電影，還是看了一部電影有什麼想法、劇情如何？這些都是話題，為什麼這些男人都沒有？奇怪啊。」雖然知心難尋，但 W2 仍對網路交友仍抱有一絲希望，繼續尋找能與她達到心靈共鳴的對象。

(四) 坦誠是最好的伴侶

一位透過網路成功結識伴侶並已共同生活的網友，在某長者交友的臉書社團中分享了她的個人經驗：「到這年紀我們都明白，人生下半場要的是一個能共同生活相處舒服的伴。與其為了追求而粉飾自己的不足，或與對方期待不同，在日後產生矛盾爭執，坦承是最好的選擇。」她回憶起第一次接受對方邀約見

面時，並沒有什麼燭光晚餐或奢華的盛宴，而是很簡單地一起在街邊的早餐店吃早餐、聊天。她說，回想當時，自己甚至連妝都沒化，這種狀態才是真正的自我呈現。

這位女性強調不接受遠距離戀愛，認為這樣的關係很難進入彼此的生活圈，隨著時間推移，話題也容易流失，維繫感情將變得困難。她說：「人就是有來有往，感情才會越來越好。」在兩年多的交往期間，她與伴侶之間建立了完全的互信，最終她在 65 歲時與 70 歲的他步入婚姻。她深信：「人生的追求在下半場不再是事業的輝煌騰達，而是相濡以沫的患難不棄、互相依賴、互相扶持。」

在另一場訪談中，W4 也分享了她對伴侶關係的看法。她表示，對伴侶條件並無嚴格要求，無論年齡、性別或社會地位，她所重視的只是對方是否真誠與坦白。她說：「如果當我發現你不真誠、不坦白的時候，我都會跟他們講，當我沒有回應你的時候，表示我已經了解你不够真誠，我就會主動離開，我不再給他回應了，我就把他封鎖了。」這顯示出她對誠信的堅持與對人際關係的清晰判斷。

W4 進一步補充說：「高矮胖瘦或者是那個我都不管，只要你有那一顆真誠，我就會覺得偷笑了。」然而，她也坦言，至今還未遇到一位符合這樣標準的對象。她指出，隨著年紀增長，要談一段穩定的感情並不容易。她認為，伴侶之間不僅要有共同話題，還需要在生活中能夠互相包容彼此的性格與習慣，才能夠建立真正的關係。根據她的觀察，年長後重新培養感情的難度很高。

「可是我就偏偏沒有碰到這樣的人，我到目前為止還真的是沒有碰到這樣的人。因為我是認為有了我們這個年齡，我說實在的要談一個感情，沒那麼容易，第一個、我們一定要有共同的話題；再來就是說我們的生活必須要能接受我的脾氣，我也能夠接受他，就等於說感情還要重新培養就對啦，妳說培養很難啦，很難啦。」(W4, 72 歲)

W4 常聽到身邊的朋友在網路上認識新對象，卻在短短兩三個月後因爭執而分開，這讓她質疑，既然難以維持長久的伴侶關係，「我們就當個普通的朋友，在網路上聊聊天就好了。」她的話中透露出對真誠的渴望，也顯示出她對情感穩定性與持久性的務實態度。

三、老年女性網路交友的自我表現

老年女性在網路交友平臺上的「身份與自我呈現」是一個複雜且深思熟慮的過程。在自我展示時，常需平衡隱私開放與安全性，並在真實自我與理想形象之間找到適切的位置。這些女性在網路交友中如何選擇展示自己？是否如實表達，或傾向展現理想化的形象？在年齡與外貌上，她們選擇坦露自身還是適度修飾？針對這些問題的觀察顯示，她們在年齡與外貌的呈現上展現出一些特定的模式與信念。

（一）年齡和外貌的自我呈現

透過網路觀察發現，大多數老年女性在年齡問題上表現得相當坦誠，通常在第一時間便揭露自己的實際年齡，並不刻意隱瞞。然而，外貌上她們往往選擇性地展示自己的照片，但也不會刻意美化。特別是在社群平台的交友場合中，經常可見這樣的自我介紹：「4年9班新人報到！單親28年，獨自撫養兩個兒子長大成人，現在是個快樂的阿嬤。很高興認識大家！」「我是新加入成員，1957年，希望能交到談得來的好朋友。雖是已領了敬老卡的4年6班，但世界是如此美好，所以依然有夢。」「4年3班住台中，很開心能加入社團認識大家。」「大家好，我是基隆的四年六班的新朋友。」「大家教早！我是1955的高雄人，無不良嗜好善解人意，願與各位為友，請多指教！」

受訪者 **W5** 表示，她在網路上從不隱瞞自己的年齡：「年齡我就直接寫啊，我的出生年月日1949啊5月11號啊，我都覺得根本沒有必要騙人啊！」此外，她也會公開一些生活照片。雖然已過70歲，**W1** 同樣坦承自己的實際年齡，並且隨年齡更新資料。她表示：「我會寫真實，上面現在應該是72，我開始的時候是70，然後去年我有改，我今年73。」雖然她也知道網路上的資料很多是假的，但是她堅持自己要填上真的，這種真實呈現讓她覺得踏實。她偶爾也會寄自己的生活照片給對方，但通常會控制數量，一個網友頂多就寄個三張，很少超過五張。至於 **W2**，雖然不會主動提及年齡，但在對方詢問時，她會坦率地表示自己是76歲的獨居老人。

貼出照片或偶爾互傳照片是老年女性常用的自我呈現方式，75歲的 **W2** 對自己的形象充滿自信，她自認拍出的照片都很自然美麗，因此除了使用簡單的濾鏡效果外，從不修圖。**W2** 透過手機向研究者展示她的照片時自豪地說：「我跟妳講，我的照片是會騙人的，我不修圖，可是我每一張照片都很好看，這是最近在中正紀念堂拍的，完全沒有，這真的完全沒有修圖。」

與此同時，**W5** 則對那些選擇隱藏樣貌或僅展示背影的人抱持質疑態度。她說：「有的人比如說照個背影，幹嘛啊照個背影對不對，我一定刪，因為你交朋友都這樣扭扭捏捏，這種人不要，還是什麼放一隻小貓啊，幹嘛，又不是見不得人。如果她的照片還是戴個口罩，我說妳照片該要換了，現在誰還在照片上還放個戴口罩的。」對 **W5** 來說，交友應該坦誠呈現自我，隱藏樣貌無助於建立真誠的交流。

（二）年齡與面貌的模糊策略

對於部分網路交友的參與者而言，並非所有人都能坦然面對，受訪者 **W6** 即是如此。無論在網路資料中還是面對面的訪談裡，她皆選擇不透露自己的年齡，並稱年齡為「秘密」，透過外觀觀察，她的年齡約在 65 至 70 歲之間。當被問及在網路上如何進行自我介紹時，**W6** 表示：「看對方。一般要問我才会講，我寫簡單的，例如喜歡大自然，我不會講太多，不會講年齡。當進一步詢問她若有網友直接詢問年齡時會如何回應，**W6** 答道：「不同的人有不同的回答，遇到四十幾歲的人，我會說我是你超大姐姐，你還有興趣嗎？」此外，**W6** 補充說：「年齡也不要太暴露、太真實吧，就講大概的。像今天有一個問我幾歲，我就回說還沒一百歲。」

72 歲的 **W4** 在網路交友中亦採用了類似的模糊策略。她表示：「喔，我都跟他們講說，我是歐巴馬的姐姐，歐巴桑！我都這樣講，我都跟他講說，我是歐巴馬的姐姐歐巴桑，如果你不嫌棄的話。」然而，若有人堅持詢問真實年齡，她則會直言不諱：「我告訴你，我是 1952 年生的，我說你算算看我多少年齡。對對對，我大概都講這樣，我也真的是 1952 年生的啊。」

此外，**W4** 在個人資料中更偏好展示團體合照以避免個人資訊過於突顯。若有網友私下索取個人照片，她會提供未經修圖的近照，並以幽默回應：「『是不是老人？』有的要奉承我、要贏得我的歡心的，就說：『不會啊，妳長得很漂亮。』其實，我也明明知道我長得什麼樣，對不對，我們也不是那種漂亮型的人，我們也不是啊，對不對。」

這些受訪者在網路交友中透過模糊回應與自嘲方式，成功保留了年齡和外貌的隱私，同時建立了與網友間的互動連結。這種策略不僅維持了個人界限，也增添了互動中的輕鬆與幽默感。

四、老年女性網路交友的難題與困境

隨著網路交友的發展，老年人的參與漸漸增加，然而其中也隱含了多種挑戰與問題。特別是老年女性，她們在網路交友中的滿意度如何？遇到的困難又有哪些？年長女性往往面臨性別和年齡的雙重歧視，使得日常生活增添不少艱難；在網路交友的情境中，這些困境是否得以緩解，還是持續存在？在建立關係、挑選對象和自我表現方面，她們會遭遇哪些障礙，進而影響到參與交友的機會？對於較高齡的女性而言，網路交友是否真正具有可能性，還是最終只能成為「缺席的觀眾」？

（一）網路詐騙的猖獗

在網路交友中，詐騙問題屢見不鮮且層出不窮，成為老年女性面臨的主要挑戰之一。除了公開平台上常見的詐騙貼文，更多的是透過私下聯繫進行的詐騙活動。訪談結果顯示，幾乎每位受訪者都有被詐騙的經歷，有的甚至多次受害，這些經歷無疑對她們造成了極大的心理衝擊與困擾。

73 歲的 **W1** 分享了她過去遇到的五位詐騙網友，每位都編造了巧妙的故事，試圖騙取她的信任並騙取金錢。例如，有一位自稱是台中派駐葉門的骨科醫生，聲稱當地生活困難，要求她寄送物資援助；另一位則謊稱自己是聯合國派往敘利亞的美國軍人，還自述有 26 年的軍旅生涯。該網友長期以主動問候拉近距離，讓 **W1** 逐漸放下戒心，甚至因對方聲稱有一位兒子在加州求學，而對此人產生同情。但最終她發現，這名男子所提供的「美國護照」也是偽造的。

「現在這一個，他有兒子在 California 住校。我大概到八月才理他，三月的時候我都沒理他，他後來再找我，我就覺得怎麼那麼有耐心的人，就姑且相信他，說或許那個人會來台灣，他還傳美國護照給我，結果他是騙人的。」（**W1**，73 歲）

此外，**W1** 還遇到一位自稱在義大利外海工作的鑽油船船員，該男子謊稱船上的抽油幫浦壞了，並要求她匯款 9,000 美元協助修理。對於這類高額金錢要求，**W1** 果斷拒絕並封鎖對方。另一名網友假扮華航飛行員，還穿著飛行制服上傳照片，但其行程漏洞百出，最終讓 **W1** 察覺其說詞的荒謬性，她指出，華航無航班飛往休士頓或俄羅斯，她便不再理會對方。

「現在這個，他也說台幣幾乎有上億的，就是聯合國退了以後，他們美國當兵的，你只要跟聯合國派遣到美國境外，像有的伊拉克啊、敘利亞啦、葉門啦，非洲那一些國家，他們都會凍結他們的帳戶，凍結他們的帳戶然

後每個月他的薪水就會在他的帳戶，可是沒辦法把那些錢很容易地拿出來用。他要我的帳戶，說要把那些錢匯給我。」(W1, 73 歲)

76 歲的 W2 則在網路上遇到了一位自稱機師的網友，該男子聲稱自己喪妻，獨自撫養在加拿大讀大學的女兒，並透過 Line 發送了他們一家三口的合照。第五天，這名男子提到：「我女兒很想認識妳，能讓她加妳的 Line 嗎？」隨後，他和「女兒」輪流頻繁地發送訊息，形成一種家庭般的互動。W2 說：「那位『女兒』稱呼我阿姨，說很高興認識我，並聽爸爸說我是他重要的朋友，還說自己在加拿大念書。」W2 出於善意對她加以鼓勵，結果聊了兩天後，「女兒」便提出：「我的生日快到了，可以叫妳媽媽嗎？妳能不能送我生日禮物？」隨後更進一步要求 W2 借款三萬塊錢。

在網路交友有七、八年經驗的 W4 同樣遇到大量詐騙經歷，她表示：「剛開始接觸那些都是騙子，都是外國人，用中國人的照片，他們那個網路交友文字都用翻譯機翻譯的。」對此，W4 感到深切的失望：「至今認識了大概二、三十個網友，幾乎沒有一個是真誠的，沒有一個。」W6 也曾經歷類似詐騙事件，她說：「有個自稱在戰區的網友說下班後無人陪伴，很孤單，開始我會陪他們聊，後來才發現目的都是為了錢。有人告訴我他有兩、三百萬美金退休金，卻因做義工沒錢回家，說錢存在包裹中，要求我匯款去取出來保管。」W6 指出，這類詐騙還會還會以「小孩」的名義進行對話，藉由小孩的「需求」來請求對方購買物品或提供資助。

W5 分享了一段特別荒謬的經歷。她認識的李 X 自稱博士，聲稱自己曾在慈濟演講，還是聯合國衛生組織的成員，被派駐印度進行 COVID-19 研究，並聲稱 2018 年來台灣拜訪新光醫院和中台禪寺。W5 一開始被其背景資料說服，甚至加了他的 Line，但隨著交流逐漸發現異樣。李 X 謊稱自己有個 11 歲的兒子在美國貴族學校就讀，因為妻子過世、稅務受限而停用信用卡，因此無法支付學費，便要求 W5 代為支付。W5 回憶道：「他說因為查稅，停用了信用卡，但希望我幫他兒子付學費，這真的是太離譜了。」W5 驚訝地發現這樣一個「精心設計」的故事也只是詐騙。

「那個李 X，他博士啊！然後說也在慈濟有演講，然後又是聯合國衛生組織的成員派到印度。他的臉書從 2016 年就有了耶，相片又人模人樣，所以不太會假嘛！對不對？他說在研究那個 COVID-19 的喔，還說 2018 年有到台北來，有跟新光醫院互動，還有去中台禪式演講，這怎麼可能會是假

的？我後來就跟他加 Line。慢慢的我發覺有狀況，譬如說他的兒子在美國，兒子才 11 歲讀貴族學校，他太太走掉了。然後他跟 WTO 簽四年合約，他只付了兒子一年的學費。因為他怕美國查他的稅務資料，所以他把他的卡片停掉，所以他沒有辦法用卡片來付任何的錢，包括他孩子的學費，要我先替他兒子付學費，妳不覺得很奇怪嗎？」(W5, 75 歲)

這些受訪者的經歷顯示了網路交友中，詐騙手法的多樣性與精心設計。詐騙者往往藉由情感連結和同情心，編造出可信的故事，目的在於取得信任後獲取財務利益。老年女性因對親密連結的渴望，特別容易成為這類詐騙的目標。

(二) 受騙的自我防衛與心理準備

由於網路詐騙手法不斷推陳出新，網路交友者普遍都有「隨時被騙」的心理準備，而老年女性更是詐騙集團瞄準的「肥羊」。W5 提到，網路交友的真實性極低，「當有新的朋友邀請對話時，你會發現她的資料真實性不到 10%，有時候一天裡甚至連 10%都不到！現在的網路交友真的非常可怕，如果不聰明一點，妳就很容易上當。」

W5 回憶說，曾在短短兩三個月內，收到上千個好友申請，幾乎難以應付。最初，她對這些溫柔體貼、能言善道的網友抱持信任，但隨著時間推移逐漸發現，其中很多人編造各種身份與故事，如「探勘石油的工程師」或「聯合國派駐印度的醫生」，其實這些都是騙錢或騙感情的套路。

「那時候看，兩、三個月已經一千個人加我好友，妳根本應付不了。後來就看看，很會講話的我們就開始跟他對話，哇！很容易被吸引、被騙，有探勘石油的，還有什麼聯合國派到印度的什麼醫生，後來我發覺全部是假的。都是要騙錢的，騙錢、騙感情。」(W5, 75 歲)

W5 深切體悟到：「要網路交朋友妳一定要聰明一點，一定要去思考，然後去反問他一些問題，如果已經開始涉及到金錢啊，大概就不用再講了，妳直接封鎖，直接封鎖，妳這個時間都不用浪費，我是不會浪費那個時間。」

W5 還指出，臉書上充斥著大量重複使用照片和名字的假帳號，這些帳號的操作方式高度一致，讓她不得不保持高度防備。當被問及如何辨別交友詐騙，68 歲的 W10 指出，辨識詐騙可以從對方語言的機械性來判斷：「很簡單嘛，他那個是用那個翻譯機，那個翻譯出來每一個都是一樣的話。」

一般人可能會認為，網路交友者容易成為詐騙的「潛在受害者」，並擔心落入緊密的跨國詐騙網。然而，一些經驗豐富的網路交友參與者已逐漸發展出自我防衛機制，以保護自身利益。**W1**提到：「像我現在認識這個，我都有心理準備了，前面兩個、三個我不會有心理準備，或許會落寞一、兩天，可是後來我覺得那有什麼關係，反正又還沒見面，他想騙妳也沒辦法啊，我們也沒有被騙啊，又還沒有見面，我就會這麼想。」

然而，出人意料的是，即便面對明顯帶有詐騙嫌疑的交友邀請與陌生訊息，**W1**依然會進行回應和互動。即便最終證實為詐騙，她仍樂觀看待這些交流，將其視為生活中的一種樂趣，並從中歸納出判斷真偽與自我保護的知識技巧。**W1**表示：「網路上如果是騙人的，我發現通常不會超過兩個月，他們也沒那麼多精神跟妳在那邊天天浪費時間跟妳聊天，所以說大概一個半月，一個月到一個半月的時候妳就慢慢可以察覺這個是真的還是假的。」

甚至，即便明知可能是詐騙，**W1**依然享受過程，並樂在其中。曾經遭遇過五個、六個交友詐騙的**W1**說：「不過還挺快樂的喔，跟網友聊天還是挺快樂的，雖然有的時候是騙人，是假的。」她進一步解釋：「可以增加生活情趣，是那種調劑的那種情趣。生活裡面妳會覺得說：ㄟ，有網友早上稍微聊一下，晚上稍微聊一下，天天會跟妳報告他的行蹤，報告他的事情，妳會很期待說今天他又會跟妳說什麼，我覺得這樣天天很快樂啊。」至少在發現詐騙真相之前，**W1**每天都有快樂的心情。作為一位仍在尋找伴侶的老年女性，**W1**選擇以真誠且不抱太高期望的態度來回應每位網友的訊息，從而為自己帶來一份溫馨的陪伴感。

75歲的**W5**則對網路交友抱持低期望並充滿戒心。她說：「能夠交到知心的朋友或然率不高，真正講起來可能2%到5%，最多，其他我都是覺得那種蜻蜓點水而已。」她特別警惕年輕的男性網友，認為這類網友多數來路不明，目的不純。她說：「那種絕對不要去碰，因為不是騙錢就是在騙色。那一些在國外的啦，什麼他是醫生啊，是什麼在石油公司，我覺得那個都是騙子，那個都不要去碰。」

W5強調，網路交友中對方的誠意難以確認，尤其在臉書上，她更是保持高度戒備。她決定對所有男性的交友邀請一律刪除，僅保留女性好友，並表示：「寧缺勿濫！像那些連頭像都不公開的帳號，大多數都是騙子，直接刪除就對了！」經過多次經驗累積，**W5**和**W4**已發展出一套篩選機制，以避免再次受

騙。

網路詐騙者往往利用人們的同情心，**W5** 就說：「網路交朋友不能用同情心，不能濫用同情心，很多說他是喪妻，有帶一個孩子，孩子幾歲，住在英國還是美國學校，跟妳講一堆，後來發覺說妳濫用同情心，因為他目的其實是要騙妳而已，騙人、騙錢啊！」她提醒到，許多詐騙者假借宗教之名，聲稱是基督徒或募款，也只是另類的詐騙手法：「一開始她會天天問候，後面就開始了，包括什麼假借他是基督徒，開始在跟妳講說他要募款，要做什麼、做什麼，那都是騙的。」

W4 則建議，政府推廣有關網路交友的講座，讓年長者能夠認清網路交友的風險。她說：「像我們朋友這樣以訛傳訛這樣傳，人家不會信妳。我覺得政府應該要站出來，然後告訴我們所有的這些吼，看看找年長者來參加這樣。不要說年長者，我相信妳們年輕人也是需要啊。」她認為，透過正式的、可信賴的管道來教育民眾，能夠有效減少詐騙受害者的數量。

（三）男性網友的不懷好意與性騷擾

女性在網路交友平台上經常遭遇各種騷擾，即便年長女性也難以倖免於這種惡意行徑。受訪的 **W4** 提到：「有的沒有的就是講說，見面就一定要跟他怎麼樣怎麼樣，我就告訴他說，對不起，我不談感情，然後他就把我拉黑了。」她進一步描述，有些男性甚至提及不雅內容，涉及生殖器等，令她感到極度不適。**W4** 說：「我就直接跟他講說，你就做夢去吧，我說夢裡什麼都有，然後我就把他拉黑了。我想他也不是惡意一定要這樣，啊有的人是他可能就看輕妳這個女人還是怎麼樣。」

此外，詐騙行為一旦被識破或遭到拒絕，對方的態度往往變得惡劣。**W4** 表示：「這些人會情緒失控，他們情緒會上來就開始罵妳瘋子啊，反正什麼話他都講。」**W6** 也分享了類似經歷：「難聽的話有啊，有的會罵妳什麼老什麼東東啊，那妳覺得太差勁就封鎖他、不理他，他能怎麼樣？」

這些經歷顯示，老年女性在網路交友時不僅需要警惕詐騙，還需面對來自部分男性的騷擾和不當言語。

陸、研究結論與建議

隨著人口老化趨勢及「老年女性化」現象日益加劇，越來越多老年女性正面臨獨居與社會隔離的困境與挑戰。網路交友因此成為她們拓展社交圈、減少孤獨感的重要途徑。然而，網路世界如幻似真，有受訪者形容其深不可測，猶如「網海」。因此，針對老年人參與網路交友的現象進行深入研究與理解極為必要。

本研究透過網路民族誌方法，探討台灣老年女性在網路交友中的行為模式、伴侶偏好、自我表現及所面臨的問題，透過網路觀察與深度訪談進行資料蒐集，最終分析結果並形成下列結論與建議：

一、「拒絕婚姻」的多樣性關係需求

研究顯示，老年女性在網路交友中主要尋求的是情感支持與陪伴，而非婚姻或性關係。無論是分居或同居，她們多數對婚姻形式持拒絕態度，主要是不願扮演傳統的照顧者角色，而希望找到能夠享受生活、相互支持的夥伴。雖然老年女性對浪漫親密關係仍抱有期待，但更傾向於保有一定的獨立性和生活空間，避免婚姻所帶來的繁瑣束縛以及可能引發的相處矛盾。

隨著年齡增長，老年女性對於有意義關係的理解更趨靈活，這種彈性使她們對陪伴與浪漫有了新的詮釋。她們可能追求的是難以簡單歸類、但令人滿足且豐富的關係。研究也顯示，老年女性所尋求的伴侶不僅限於男性，女性友伴間的互動往往更能滿足日常生活需求，並帶來更多歡樂。與年輕人的約會不同，老年網路交友的主要目的在於提供一個管道，讓具有相似人生經驗的人們找到社交對象，有交心的機會，可以相約喝咖啡、吃飯、聊天、唱歌，甚至共同出遊。

老年女性在陪伴需求、浪漫關係和個人自主之間尋求平衡，反映出她們對自身需求與渴望的深入理解。這種動態的平衡會隨著個人成長、生活經驗以及需求變化而調整。有些人可能渴望兼具陪伴與浪漫的關係，而另一些人則只追求日常的關懷與互動。老年女性在尋求連結、親密與陪伴的同時，往往會依據自身條件與需求設定潛在伴侶的範圍。這些現象顯示，隨著年老，女性對男性的依賴度逐漸減少。

二、「挑惕性」的選擇偏好

老年女性在選擇友伴時，會從多方面進行考量，包括年齡、性別、經濟狀

況、生活習慣、知識水平、興趣取向，甚至是身材與外貌。在年齡偏好上，年齡差異較小的伴侶更受青睞，因為相近的年紀往往代表著共同的人生經歷、價值觀和社會觀點。雖然她們心態上有些「年輕偏好」，但在自我認知與社會規範的影響下，多數人會有意識地排除過於年輕的對象，實際上她們通常更喜歡年齡相仿或稍年長的友伴，以利在生活經驗和價值觀上產生共鳴。

隨著年齡增長，她們對伴侶年齡的接受度也會有所調整，願意與年齡稍大的友伴建立關係，但仍會避免過於年長的對象。一般而言，年齡差距超過 10 歲，或高齡 80 歲以上的男性大致成為她們的選擇上限，以確保雙方在生活經驗和價值觀上保持共鳴，同時也維持互動的平等性和活力。

在伴侶選擇中，經濟條件雖然重要，但並非唯一的決定因素。老年女性更在意精神上的契合，以及日常生活中的互補，這使得她們更傾向於建立深度情感連結，而非僅僅基於物質或社會地位進行選擇。研究顯示，老年女性在評估交友對象時更為嚴謹且挑剔，並清楚知道自己想要和不想要的伴侶條件。年輕時，她們可能在關係中會做出一些讓步，但進入 60 歲後，這些妥協變得不再必要。她們多抱持「寧缺勿濫」的態度，將更多資源投入在具情感意義的活動和關係上，以最大化正面的情感體驗，並降低情緒風險。

三、老年／人「在場」的自我表現策略

網路成為老年女性交友的舞臺，她們透過自我表現的過程，試圖融合個人認知與社會文化價值，以管控他人接收的印象。透過「身份與自我呈現」，我們得以觀察她們如何在網路交友中追求真實自我，並在展現自我時採取策略性的考量，以挑戰社會刻板印象，展現出老年女性在數位環境中展示真實自我的複雜性，以及她們的主動性與創造力。

研究顯示，老年女性在網路上呈現自我時，謹慎平衡真實性與吸引力。對於年齡，部分女性會以幽默自嘲或顧左右而言他的方式模糊其真實年齡，但大多數老年女性坦然面對年齡，以「老年人」自居，適度展現自身形象。網路觀察中，除明顯為詐騙的年輕照片外，老年女性普遍選擇真實展示自己的外貌，少有刻意修圖，呈現出與現實形象相近的面貌，並以誠懇的態度與網友互動。

在網路交友的自我呈現過程中，老年女性不僅可能面臨年齡歧視，還需考量是否根據年齡擴大或限制交友範圍。隨著年齡增長，找到擁有相似生活經驗、興趣及未來目標的友伴愈加不易，加之老年交友往往須考量健康問題與家

庭照護等因素。老年女性在自我表現中，經常以自信與豐富的生活經驗為核心特質，分享職業背景、過去的關係經驗、愛好及生活見解，塑造個人身份與形象，強調其經歷與智慧所帶來的穩定性。

本研究揭示了年齡對老年女性網路交友體驗的多層次影響，從社會刻板印象到她們用以尋找有意義連結的策略。老年女性在尋找能欣賞她們獨特特質與生活經驗的友伴時展現出韌性和創造力。儘管面臨年齡與性別雙重歧視的挑戰，她們不刻意隱瞞老年身分，並坦然面對皺紋、白髮等老化跡象，展現積極面對老化的自信與態度。

四、詐騙猖獗形成的消解轉化與自我防衛

網路交友社群中，詐騙無孔不入，手法層出不窮且日新月異。詐騙集團常以密集且溫暖的攻勢，容易讓未設防的老年女性陷入其中，遭受嚴重損失。透過網路觀察與訪談顯示，幾乎每位受訪者都曾經歷詐騙的洗禮。然而，這些經歷對她們而言也是一種生活挑戰，經過期待與失望的過程，她們逐漸形成一套消解轉化與自我防衛的機制。

許多人或許認為老年女性是網路詐騙的「潛在受害者」，擔心她們一不小心就會落入緊密的跨國詐騙網絡，除了心理受到傷害，更遭受巨額的金錢損失。然而，這些已有相當擁有相當歷練的老年女性大都已逐漸摸清詐騙技倆，並有了一定的心理準備。有些人採取迴避的方式，拒絕與可疑對象接觸，但也有些人採取開放積極迎戰的心態。那些外人看來極有可能是詐騙的交友邀請或陌生訊息，她們仍然會去回應並互動，即便最後證實為詐騙，她們仍正向看待並視為樂趣，並從中歸納出一套判斷真偽的知識與自我保護的技能。

這些年長女性在面對詐騙時採取的是「時間驗證策略」。儘管她們清楚對方可能是詐騙集團成員，但對於每日的噓寒問暖，她們仍會回應，態度真誠卻不抱過多期待。她們表示，即使最終揭穿詐騙，這段期間依然帶給她們快樂心情。她們深知詐騙集團不會長期投入在無法「收穫」的對象上，因此通常不出兩個月，對方便會露出馬腳。遇到特別鍥而不捨的詐騙者時，她們則堅守「不涉金錢」的原則，這樣不僅避免了金錢損失，還為生活增添些許情趣。

更重要的是，她們多數並未因網路詐騙而退縮，反而以更謹慎的態度持續在網路上尋求真誠的交流，繼續邁向新的可能性。

五、網路交友的安全防護建議

現今網路詐騙手法不斷翻新，對老年女性而言，即便具備基本的防範意識，仍可能因不熟悉最新騙術而成為受害者。為了有效保障這一族群的網路交友安全，平台業者與政府相關部門應共同肩負起責任。以下建議針對老年女性的需求及風險特點，提出構建多層次的安全交友環境的具體措施：

（一）打造簡潔直觀的介面與安全導航：交友平台應專門為老年女性設計操作簡單、指導明確的介面，避免過多干擾性元素，並針對每項功能提供圖示引導及清晰提示。安全提示應融入平台日常操作流程中，如在帳號註冊、首次通訊、交換聯絡方式等重要環節，自動彈出安全建議，提醒用戶注意潛在風險。

（二）推動差異化的資訊素養課程：資訊教育不應僅限於基礎使用技巧，政府應與平台合作，針對老年女性開設進階的數位素養課程，內容涵蓋詐騙案例剖析、常見語言陷阱、社交禮儀與隱私保護。這些課程可結合線上模擬和實體互動教學，讓用戶透過體驗式學習，加強詐騙辨識與自我保護能力。

（三）設計個性化的隱私保護設定：針對高齡族群，平台應提供簡便易用的隱私保護選項。用戶在初次使用時即能選擇個性化隱私等級，並獲得明確說明，例如限制公開範圍、設置初期通訊僅限於平台內等，避免個人資料過度曝光。定期提供隱私回顧和更新建議，讓用戶能隨時調整個人資料設定。

（四）推行全平台的即時詐騙通報系統：平台應建立即時詐騙通報系統，用戶可在遭遇疑似詐騙或不當行為時立即報告，並立即獲得平台的確認與回應。此系統還可與警方連線，在必要時快速介入調查。同時，平台應設置 AI 風險偵測機制，針對異常行為自動偵測並提示使用者。

（五）強化多層次身份驗證與審核機制：平台必須採取多重身份認證技術，如人臉識別、聲紋辨識等，並鼓勵各社群的管理者結合人工審查，確保使用者的真實性。同時，每位新用戶應經歷一段時間的觀察期，在此期間限制高風險行為，如交換私人資訊，這樣的管控能有效減少假帳號造成的潛在風險。

（六）建立老年友善的社會支持與交流輔助網絡：創建老年友善的線上社群或支援平台，讓老年女性能互相分享交友經驗與安全心得，同時提供線上或

電話諮詢服務，以即時解答用戶的疑慮，降低她們在網路交友時的焦慮。此機制不僅能增強用戶的信任感，也有助於提升平台的服務質量。

本研究不僅關注老年女性的實際需求，也呼籲政府與業者協同合作，以創新與多元化的方式全面提升老年女性的網路交友安全性，並減少她們遭遇詐騙等風險。透過更適切的數位素養培訓、精細化的隱私保護與即時通報機制，老年女性在網路交友中的信心與安全將可大幅提升。

參考書目

- 王詠萱 (2020)。《「一滑鍾情？」婚戀型交友軟體視覺語藝研究策略》。世新大學傳播管理學研究所碩士論文。
- 李蕙庭 (2017)。《隱私的游擊戰？匿名通訊中藏私現象之研究》。國立臺灣師範大學大眾傳播研究所碩士論文。
- 周儀芳 (2018)。《大量使用交友 App 之後續效應探討》。國立中正大學資訊管理系研究所碩士論文。
- 林恩如 (2017)。《男女大不同：交友 App 約炮使用行為之認知、態度、行為之初探》。世新大學新聞學研究所碩士論文。
- 范毓君 (2019)。《未婚成年女性在交友軟體中的性經驗》。國立臺南大學諮商與輔導所碩士班碩士論文。
- 張珈嫻 (2018)。《開啟成人模式：手機交友 APP 之使用動機、行為與效果研究》。國立交通大學傳播研究所碩士論文。
- 戚幼萱 (2019)。《我如何相信你-對交友 App 的信任建立過程之影響因素》。世新大學社會心理學研究所碩士論文。
- 許佳琦 (2018)。《口袋裡的秘密：使用交友軟體 Wootalk 的汙名管理策略》。國立政治大學傳播學院傳播碩士學位學程碩士論文。
- 陳志萍、周英寶 (2012)。〈銀髮族網路交友動機之研究〉，《資訊社會研究》，22. <https://doi.org/10.29843/JCCIS.201201.0002>
- 陳怡儒 (2019)。《大學生使用交友 APP 之動機及其人際行為現象-以開南大學學生為例》。淡江大學教育心理與諮商研究所碩士論文。
- 陳明莉 (2022)。《「老女人」的生命尋訪：女性主義老年學研究》。台北：巨流。
- 陳昭臻 (2020)。《以交友軟體 APP 發展網路戀情之質性研究》。世新大學社會心理學研究所碩士論文。
- 熊煌均 (2020)。《手機圖像交友 App 場域中的資本策略——以手機圖像交友 App Tinder 為例》。國立臺灣師範大學大眾傳播研究所碩士論文。
- 潘令妍 (n.d.)。〈臉書都是「老人」在用？淺談社群媒體使用行為的世代差異〉 Retrieved February 8, 2023, from

https://crctaiwan.dcat.nycu.edu.tw/ResultsShow_detail.asp?RS_ID=117

潘鈺婷 (2016)。《影響交友 APP 持續使用意圖因素之探討》。國立屏東大學商業自動化與管理學所碩士論文。

鐘心辰 (2016)。《寂寞經濟時代—行動交友 App 自我揭露與使用動機研究》。國立政治大學新聞學所碩士論文。

Alberti, F. B. (2019). *A biography of loneliness A biography of loneliness: The history of an emotion*. Oxford University Press.

Alterovitz, S., & Mendelsohn, G. (2009). Partner preferences across the life span: Online dating by older adults. *Psychology and Aging, 24*, 513-517.
doi:10.1037/a0015897

Becker, G. S. (1985). Human capital, effort, and the sexual division of labor. *Journal of Labor Economics, 3*, 1, 33–58. <https://doi.org/10.1086/298075>

Bullingham, L., & Vasconcelos, A. C. (2013). ‘The presentation of self in the online world’: Goffman and the study of online identities. *Journal of Information Science, 39*(1), 101–112. <https://doi.org/10.1177/0165551512470051>

Buss, D. M. (2001). Human nature and culture: an evolutionary psychological perspective. *Journal of Personality, 69*(6), 955–978.
<https://doi.org/10.1111/1467-6494.696171>

Buss, David M., & Schmitt, D. P. (1993). Sexual Strategies Theory: An evolutionary perspective on human mating. *Psychological Review, 100*(2), 204–232.
<https://doi.org/10.1037/0033-295x.100.2.204>

Carstensen, Laura L., Isaacowitz, D. M., & Charles, S. T. (1999). Taking time seriously: A theory of socioemotional selectivity. *The American Psychologist, 54*(3), 165–181. <https://doi.org/10.1037/0003-066x.54.3.165>

Carstensen, Laura L., Turan, B., Scheibe, S., Ram, N., Ersner-Hershfield, H., Samanez-Larkin, G. R., Brooks, K. P., & Nesselroade, J. R. (2011). Emotional experience improves with age: evidence based on over 10 years of experience sampling. *Psychology and Aging, 26*(1), 21–33.
<https://doi.org/10.1037/a0021285>

Casanova, G., Zaccaria, D., Rolandi, E., & Guaita, A. (2021). The effect of information and communication technology and social networking site use on older people’s well-being in relation to loneliness: Review of experimental

- studies. *Journal of Medical Internet Research*, 23(3), e23588.
<https://doi.org/10.2196/23588>
- Casterline, J. B., Williams, L. & McDonald, P. (1986). The age difference between spouses: variations among developing countries. *Population Studies*, 40, 3, 353–374. <https://doi.org/10.1080/0032472031000142296>
- Chen, Y.-R. R., & Schulz, P. J. (2016). The effect of information communication technology interventions on reducing social isolation in the elderly: A systematic review. *Journal of Medical Internet Research*, 18(1), e18.
<https://doi.org/10.2196/jmir.4596>
- Conway, J. R., Noë, N., Stulp, G., & Pollet, T. V. (2015). Finding your Soulmate: Homosexual and heterosexual age preferences in online dating: Age preferences in online dating. *Personal Relationships*, 22(4), 666–678.
<https://doi.org/10.1111/pere.12102>
- Davidson, K. (2002). Gender differences in new partnership choices and constraints for older widows and widowers. *Ageing International*, 27(4), 43–60.
<https://doi.org/10.1007/s12126-002-1014-0>
- Davis, E. M., & Fingerman, K. L. (2016). Digital dating: Online profile content of older and younger adults. *The Journals of Gerontology. Series B, Psychological Sciences and Social Sciences*, 71(6), 959–967.
<https://doi.org/10.1093/geronb/gbv042>
- DePaulo, B. (2020). More people than ever before are single – and that’s a good thing. In *The State of Families* (pp. 26–28). Routledge.
- DePaulo, Bella (2020, February 28). Living alone: Men and women, young to old, around the world. *Psychology Today*. Retrieved January 28, 2023, from <https://www.psychologytoday.com/intl/blog/living-single/202002/living-alone-men-and-women-young-old-around-the-world>
- Dickson, F. C., Hughes, P. C., & Walker, K. L. (2005). An exploratory investigation into dating among later-life women. *Western Journal of Communication*, 69, 67–82.
- Dinh, R., Gildersleve, P., Blex, C., & Yasseri, T. (2018). Computational courtship: Understanding the evolution of online dating through large-scale data analysis. In *arXiv [cs.CY]*. <http://arxiv.org/abs/1809.10032>

- Dunbar, R., & Barrett, L. (Eds.). (2009). *Oxford handbook of evolutionary psychology*. Oxford University Press.
- Erjavec, K., & Fišer, S. Ž. (2016). Aging Adults about Online Dating: “I am back on the relationship market!” *Polish Sociological Review*, 195, 361–371.
<http://www.jstor.org/stable/44113937>
- Fiore, A. T., & Donath, J. S. (2005). Homophily in online dating: When do you like someone like yourself? *CHI '05 Extended Abstracts on Human Factors in Computing Systems*.
- Fučík, P. (2006). The Age Homogamy of Czech Marriages, 1920-2000. *Sociologicky Casopis*, 42(4), 719–740. <https://doi.org/10.13060/00380288.2006.42.4.06>
- Gewirtz-Meydan, A., Opuda, E., & Ayalon, L. (2022). Sex and love among older adults in the digital world: A scoping review. *The Gerontologist*.
<https://doi.org/10.1093/geront/gnac093>
- Gewirtz-Meydan, Ateret; Ayalon, Liat (2017). Forever young: Visual representations of gender and age in online dating sites for older adults. *Journal of Women & Aging*, 1–19. <https://doi.org/10.1080/08952841.2017.1330586>
- Goffman, E. (1959). *The presentation of self in everyday life*. Bantam Doubleday Dell Publishing Group.
- Gore-Gorszewska, G. (2020). “What do you mean by sex?” A qualitative analysis of traditional versus evolved meanings of sexual activity among older women and men. *The Journal of Sex Research*, 1-16.
<https://doi.org/10.1080/00224499.2020.1798333>
- Gustafson, P. & Fransson, U. (2015). Age differences between spouses: Sociodemographic variation and selection. *Marriage & Family Review*, 51, 7, 610–632. <https://doi.org/10.1080/01494929.2015.1060289>
- Hakim, C. (2000). *Work-Lifestyle choices in the 21st century: Preference theory*. Oxford: Oxford University Press.
- Hakim, C. (2010). Erotic capital. *European Sociological Review*, 26, 5, 499–518.
<https://doi.org/10.1093/esr/jcq014>
- Hanna, B., & De Nooy, J. (2009). *Learning language and culture via public internet discussion forums*. Basingstoke, UK: Palgrave Macmillan.

- Hillman, J. L. (2000). *Clinical perspectives on elderly sexuality* (2000th ed.). Kluwer Academic/Plenum.
- Hine, C. (2000). *Virtual ethnography*. London: SAGE.
- Hine, C. (2008). Virtual ethnography: Modes, varieties, affordances. In N. G. Fielding, R. M. Lee, & G. Blank (Eds.), *Sage handbook of online research methods* (pp. 257–270). Los Angeles: SAGE.
- <https://doi.org/10.13060/00380288.2006.42.4.06>
- Isomäki, H., & Silvennoinen, J. (2013). Online ethnographies. In P. Isaías & M. Babtista Nunes (Eds.), *Information systems research and exploring social artifacts: Approaches and methodologies* (pp. 121–141). Hershey, PA: IGI Global.
- Jönson, H., & Siverskog, A. (2012). Turning vinegar into wine: Humorous self-presentations among older GLBTQ online daters. *Journal of Aging Studies*, 26(1), 55–64. <https://doi.org/10.1016/j.jaging.2011.07.003>
- Kalmijn, M. (1994). Assortative mating by cultural and economic occupational status. *American Journal of Sociology*, 100, 2, 422–452. <https://doi.org/10.1086/230542>
- Katřnák, T. (2008). *Spříznění volbou? Homogamie a heterogamie manželských párů v České republice*. Praha: Sociologické nakladatelství SLON.
- Kolk, M. (2015). Age differences in unions: continuity and divergence among Swedish couples between 1932 and 2007. *European Journal of Population*, 31, 4, 365–382. <https://doi.org/10.1007/s10680-015-9339-z>
- Kolk, M. (2015). Age differences in unions: Continuity and divergence among Swedish couples between 1932 and 2007. *Revue Européenne de Démographie [European Journal of Population]*, 31(4), 365–382. <https://doi.org/10.1007/s10680-015-9339-z>
- Leist, A. K. (2013). Social media use of older adults: a mini-review. *Gerontology*, 59(4), 378–384. <https://doi.org/10.1159/000346818>
- Lewis, K. (2016). Preferences in the early stages of mate choice. *Social Forces*, 95, 1, 283–320. <https://doi.org/10.1093/sf/sow036>
- Llorente-Barroso, C., Kolotouchkina, O., & Mañas-Viniegra, L. (2021). The enabling role of ICT to mitigate the negative effects of emotional and social loneliness of

- the elderly during COVID-19 pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(8), 3923.
<https://doi.org/10.3390/ijerph18083923>
- Lowen, L. (2019). What Does It Mean When a Woman Is Called a Cougar? <https://www.liveabout.com/what-is-a-cougar-3534236> [retrieved February 10, 2021]
- Malta, S., & Farquharson, K. (2014). The initiation and progression of late-life romantic relationships. *Journal of Sociology (Melbourne, Vic.)*, 50(3), 237–251.
<https://doi.org/10.1177/1440783312442254>
- Manning, P. (2008). Barista rants about stupid customers at Starbucks: What imaginary conversations can teach us about real ones. *Language & Communication*, 28: 101–126.
- McIntosh WD, Locker Jr L, Briley K, Ryan R, Scott AJ. What do older adults seek in their potential romantic partners? Evidence from online personal ads. *Int J Aging Hum Dev*. 2011; 72: 67-82.
- McWilliams, S., & Barrett, A. E. (2014). Online dating in middle and later life: Gendered expectations and experiences. *Journal of Family Issues*, 35(3), 411–436. <https://doi.org/10.1177/0192513x12468437>
- Miller, D., & Slater, D. (2001). *The Internet: An ethnographic approach*. Oxford: Berg.
- Ni Bhrolcháin, M. (2005). The age difference at marriage in England and Wales: a century of patterns and trends. *Population Trends*, 120, 7–14.
- Ní Bhrolcháin, M. (2005). The age difference at marriage in England and Wales: A century of patterns and trends. *Population Trends*, 120, 7–14.
- Okun, S., & Ayalon, L. (2022). The paradox of subjective age: Age(ing) in the self-presentation of older adults. *International Psychogeriatrics*, 1-10.
 doi:10.1017/S1041610222000667
- Qian, Y., Shen, Y., & Cai, M. (2022). Gendered age preferences for potential partners: a mixed-methods study among online daters in Shanghai. *Chinese Sociological Review*, 54(3), 304–331. <https://doi.org/10.1080/21620555.2022.2059459>

- R. L. Trivers, Parental investment and sexual selection, in *Sexual Selection and the Descent of Man*, B. Campbell, Ed. (Aldine-Atherton, Chicago, 1972) , pp. 136–179.
- Schmitz, A., Skopek, J., Schulz, F., Klein, D. & Blossfeld, H.-P. (2009). Indicating mate preferences by mixing survey and process-generated data. The case of attitudes and behaviour in online mate search. *Historical Social Research / Historische Sozialforschung*, 34, 1, 77–93.
<https://doi.org/10.12759/hsr.34.2009.1.77-93>
- Schwarz, S. & Hassebrauck, M. (2012). Sex and age differences in mate-selection preferences. *Human Nature*, 23, 4, 447–466. <https://doi.org/10.1007/s12110-012-9152-x>
- Skopek, J., Schmitz, A. & Blossfeld, H.-P. (2011). The gendered dynamics of age preferences – Empirical evidence from online dating. *ZfF – Zeitschrift für Familienforschung / Journal of Family Research*, 23, 3, 267-290.
<https://doi.org/10.20377/jfr-196>
- Skopek, J., Schmitz, A. & Blossfeld, H.-P. (2011). The gendered dynamics of age preferences – Empirical evidence from online dating. *ZfF – Zeitschrift für Familienforschung / Journal of Family Research*, 23, 3, 267-290.
<https://doi.org/10.20377/jfr-196>
- Skopek, J., Schmitz, A., & Blossfeld, H.-P. (2011). The gendered dynamics of age preferences – Empirical evidence from online dating. *Journal of Family Research*, 23(3), 267–290. <https://doi.org/10.20377/jfr-196>
- Sousa, N. F. da S., Lima, M. G., Cesar, C. L. G., & Barros, M. B. de A. (2018). Active aging: prevalence and gender and age differences in a population-based study. *Cadernos de Saude Publica*, 34(11), e00173317.
<https://doi.org/10.1590/0102-311X00173317>
- Stevens, N. (2002). Re-engaging: New partnerships in late-life widowhood. *Ageing International*, 27, 27-42.
- Talò, C., Mannarini, T., & Rochira, A. (2014). Sense of community and community participation: A meta-analytic review. *Social Indicators Research*, 117(1), 1–28.
<https://doi.org/10.1007/s11205-013-0347-2>
- UN Department of Economic and Social Affairs (2022) *World Population Prospects 2022: Summary of Results*. Retrieved from

<https://reliefweb.int/report/world/world-population-prospects-2022-summary-results>.

Vogels, Emily A. (2020). 10 facts about Americans and online dating. *Pew Research Center*. Retrieved from <https://www.pewresearch.org/fact-tank/2020/02/06/10-facts-about-americans-and-online-dating/>

Wada, M., Hurd Clarke, L., & Mortenson, W. B. (2019). 'I am busy independent woman who has sense of humor, caring about others': older adults' self-representations in online dating profiles. *Ageing and Society*, 39(5), 951–976. <https://doi.org/10.1017/s0144686x17001325>

Watson, W., & Stelle, C. (2021). Love in cyberspace: Self presentation and partner seeking in online dating advertisements of older adults. *Journal of Family Issues*, 42(10), 2438–2463. <https://doi.org/10.1177/0192513x20982024>

Whitty MT. (2008). Revealing the 'real' me, searching for the 'actual' you: presentations of self on an internet dating site. *Computers in Human Behavior*, 24: 1707-1723.

Widhowati, S. S., Chen, C.-M., Chang, L.-H., Lee, C.-K., & Fetzer, S. (2020). Living alone, loneliness, and depressive symptoms among Indonesian older women. *Health Care for Women International*, 41(9), 984–996. <https://doi.org/10.1080/07399332.2020.1797039>

Wion, R. K., & Loeb, S. J. (2015). Older adults engaging in online dating: What gerontological nurses should know. *Journal of Gerontological Nursing*, 41(10), 25–35; quiz 36–37. <https://doi.org/10.3928/00989134-20150826-67>

World Population Prospects 2022: Summary of results. (n.d.). Wwww.un.org. Retrieved January 27, 2023, from <https://www.un.org/development/desa/pd/content/World-Population-Prospects-2022>

Zhang, Q., Guo, X., & Vogel, D. (2022). Addressing elderly loneliness with ICT Use: the role of ICT self-efficacy and health consciousness. *Psychology, Health & Medicine*, 27(5), 1063–1071. <https://doi.org/10.1080/13548506.2020.1847302>