

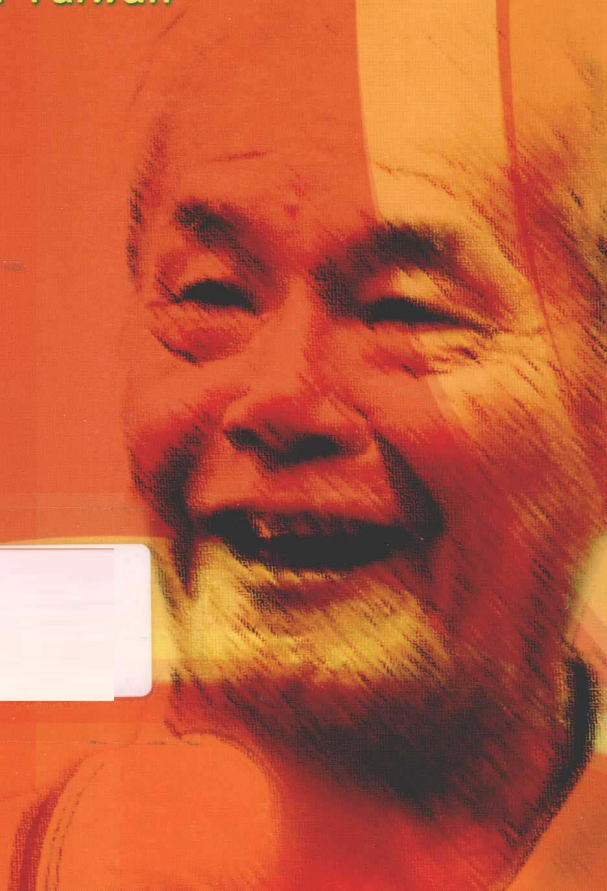
台灣

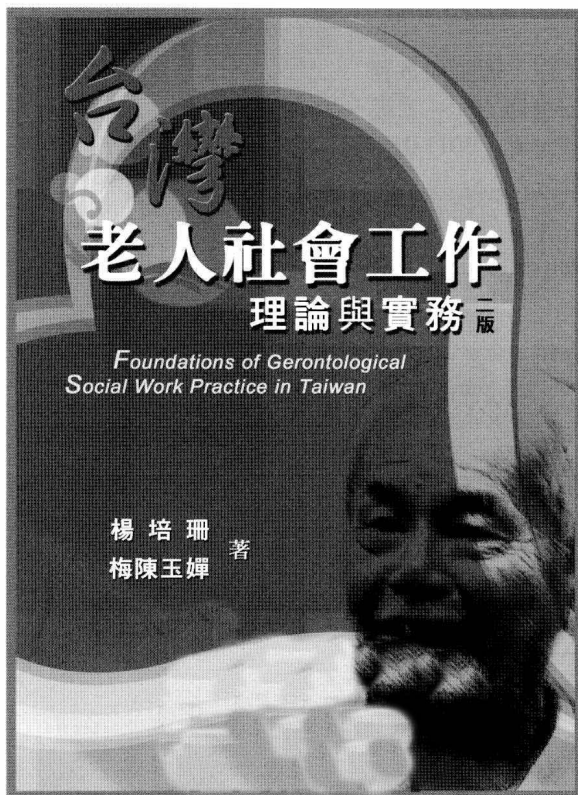
老人社會工作

理論與實務 二版

*Foundations of Gerontological
Social Work Practice in Taiwan*

楊 培 珊 著
梅陳玉嬋





台灣老人社會工作 理論與實務

楊培珊／梅陳玉嬋 著

國家圖書館出版品預行編目資料

台灣老人社會工作：理論與實務

楊培珊、梅陳玉嬋 著 -- 二版 --

臺北市：雙葉書廊 2011.01

面： 公分

ISBN 978-986-6672-65-1 (平裝)

1. 老人養護 2. 社會工作
544.85

99017146

台灣老人社會工作：理論與實務

作 者 楊培珊、梅陳玉嬋

發行人 張福隆

主 編 邱瓊薇

執行編輯 郭振揚

出版社 雙葉書廊有限公司

地 址 台北市羅斯福路三段 269 巷 12 號 1 樓

電 話 (02)2368-4198

傳 真 (02)2365-7990

網 頁 <http://www.yehyeh.com.tw>

讀者服務 pub@yehyeh.com.tw

登 記 證 局版北市業字第 239 號

出版日期 西元 2011 年 1 月 二版一刷

I S B N : 978-986-6672-65-1

著作權所有©侵害必究

本書如有缺頁、破損、裝訂錯誤，請寄回更換

二版序

楊 序

《台灣老人社會工作：理論與實務》一書 2005 年初版，一轉眼已經五年過去了。五年之間台灣 65 歲以上的老年人口快速成長，由 2005 年 6 月底總數約 218 萬人，達總人口的 9.6%，增加到 2010 年 6 月底總數約 247.5 萬，佔總人口 11%。這樣快速的老年人口成長，在全世界名列前茅。除了統計數字之外，老人福利、老人年金、長期照顧、老人住宅等，不但早已成為與民眾切身相關的重要社會議題，也是深受矚目的政治、經濟議題。以老年學為核心的老人社會工作，在社會政策與福利服務兩個面向，都逐漸成為二十一世紀的顯學。面對老年人口與福利服務需求的增加，台灣需要為數龐大的社會工作人員，在公部門、私部門、第三部門以及志願服務部門投入第一線的工作。目前台灣已有 26 個社會福利與社會工作相關系所以及 12 個老人相關技職專校科系，均開設老人相關課程，以訓練新一代的老人社會工作人員。本書的出版將能有助於老人社會工作人員獲得紮實的教育與訓練。

老年是生命歷程中最後的一段，每個夠幸運的人都必然經歷老年。老年學的基礎知識，不僅是直接從事老人服務工作的專業人員工作所需，一般社會大眾也可以多加瞭解，以準備因應自己以及家人的老年生涯。我的婆婆現年 83 歲，她說本書（初版）的內容「很先進喔！」，看過之後覺得自己的想法受到肯定，也更能放心去嘗試一些想做的事。希望二版能夠獲得更多讀者的青睞，並能從中找到自己在專業工作及日常生活中就可以活用的知識。

梅陳玉嬋教授是我博士班的指導老師，也是我生命中永遠的貴人與角色模範。我們師徒一脈相承，與世界上無數的老年學家一同，堅定而近乎虔誠地相信老年時期內涵著許多優勢，足以應付老化所帶來



的一切挑戰，而我們的工作就是努力把老人的優勢「亮出來」，或以研究教學、或以實務工作方案。個人也好、社會整體也好，必須學習以積極樂觀的態度面對老年跟老化社會。在這趟學習之旅，我們所認識、所服務的許許多多老人家，就是我們最好的嚮導與老師。他們的經驗與智慧，改變了許多老人服務工作同仁的人生觀，使我們的生命更美好、更有意義。本書中介紹了許多實務的案例，希望能透過這些活生生在你我身邊的老人家的生命故事，讓大家看到老人的韌性，從而學習在服務中如何尊重老人的自主與自決。

1997 年我回國在台大任教之始，就開設「老人學概論」課程，引進 Nancy Hooyman 與 H. Asuman Kiyak 合著之社會老年學一書當作教材。該書是我當年在哥大選修老年學專家 Abraham Monk 的課時所用的課本，該書內容豐富、資料完整，已多次再版，是老年學訓練的經典教材，也奠定了我在老人社會工作紮實的理論基礎。但學生使用原文教材，不但書籍費用較貴，在閱讀和吸收上也打了不少折扣；再者，原文書所引用的案例與本地情境不盡相似，福利制度與服務模式也有所不同，使用上總有隔靴搔癢之憾，因此一直希望能有一本書和該書一樣豐富完整，但以台灣情境為本的中文老年學教材。本書的寫作承襲該書的精神與基本結構，將老人社會工作的內涵，包括生理、心理與社會老化，以及老人福利政策與服務，一一介紹，讓學生能獲得一個基本但是相當完整的訓練。梅教授和我在此結構下，融入我倆多年的工作經驗、本土的個案實例和社會福利政策與服務資料，希望本書也能隨著時間不斷更新與再版，成為台灣的 Hooyman 與 Kiyak。

本書初版發行之後，感謝前輩及好友們熱心回饋，希望本書內容能夠增加，因此二版內容由初版的六章增加為十章，希望能更完整地涵蓋老人社會工作課程上應介紹的主要範疇。第一章為概論，說明老年學的意涵、世界人口老化的現況和老人工作的發展，並開宗明義提出以積極的態度面對老年的宗旨。第二章介紹老人工作的基礎準備以及生命歷程的概念，提醒讀者重視老人的異質性。在服務中謹守社會

工作倫理守則，運用同理心，協助老人充權與自決，同時也能熟練各種工作技巧與方法。第三章討論生理方面的老化重點在於區分正常老化與疾病的不同，分別講解身體各系統的老化現象以及相關疾病，最重要的是要注意適當的營養和運動，保持身體的最佳狀態。第四章討論老人心理方面的概念，包括智能、記憶、學習、人格、壓力與適應、自我概念、自我效能等。另外本書的一大特色是強調老人的靈性發展與生命意義的探索，提出社會工作者應運用合適的工作方法，協助老人到達生命歷程中最後的目的地，找到自己對此生的答案。第五章介紹情緒問題、認知異常及精神疾病，包括恐懼與失落、悲傷反應、憂鬱、失智症、譫妄等。實務工作者必須要能清楚分辨哪些狀況是社會工作人員可以協助的，哪些必須立刻就醫，尋求醫療或其他心理衛生專業人員的協助，本章以列點及表格對照的方式，清楚呈現相關疾病的指標，是臨床判斷上相當有用的參考資料。第六章補充初版所缺漏的老化相關社會學理論，介紹基礎的理論架構、主要概念以及理論之間的發展歷程。第七章以台北縣長期照顧個案評估量表為例，詳細介紹社會工作人員進行老人多面向評估的內容、方法與步驟，以及如何綜合各面向資料來擬訂具體的照顧計畫，這是實務社會工作人員必須具備的基本功夫，希望同學們能多加練習。第八章介紹台灣重點老人服務措施，包括經濟保障、居家式照顧、社區式照顧、以及機構式照顧，提供一個現行老人福利系統概況，即使社會工作人員本身的工作只專注於某一種服務類型，但仍能對服務系統有全面的瞭解，以便於服務連結與轉介。第九章也是新增的章節，目的在於反應近年來老人社會工作領域對於健康老化、活躍老化等積極性工作取向的重視，當工作者的認知基礎是老人的優勢與力量，而不是失落與問題，那麼工作的方法和結果預期也將大有不同。最後一章整理了台灣老人社會工作的歷史，一一說明台灣社會福利史上重要的老人福利發展階段、政策與方案，希望能鑑往知來，讓新生代的老人社會工作者瞭解前輩們的努力與貢獻。在既有基礎之上繼續發展老人福利服務。同時，也能

很快地瞭解現行老人福利服務重點業務，未來就業時能在最短時間內掌握實務情境。

這本書的出版，一定要大大感謝雙葉書廊的羅曼瑄小姐，在過程中給予我們非常大的彈性，卻又總是適時地溫柔提醒出版的時間進度，讓我們能如期地完成本書二版的作業。雙葉書廊編輯部的瓊薇和振揚，在定版、校稿及出版方面的高效率，更是令人激賞，本書能如期出版多虧了他們。在圖檔的部分，感謝台北市萬華社會福利中心、台北市士林老人服務中心、台北市成功社區發展協會、立心基金會、苗栗長期照護示範管理中心、以及許多可愛的朋友們提供個人照片，讓我們堅持用原創的本土老人照片的心願得以完成，也藉此特別感謝所有照片的攝影師，捕捉到豐富的老人生活樣貌。

楊培珊

2010 年 8 月 25 日



梅 序

根據聯合國資料，由於預期壽命的延長和生育率的下降，幾乎世界上每一個國家 60 歲或以上年齡組的人口增長速度比任何其他年齡組更快。據預測，到 2050 年，世界上的老年人口將從目前約 6 億人口增長到近 20 億人口。2010 年，世界上每 10 人中有 1 人是 60 歲或以上；到 2050 年，這一數字預計將變為每 5 人中有 1 人。對老年人正確的看法是老人可以是社會和家庭的重要資源，是貢獻社會的龐大力量。由於大部分第三齡人口預期在正式退休後至少可以再活 20 到 30 年（文獻稱呼 60 歲以上人口的新名詞，由出生到 30 歲是第一齡，由 31 到 60 歲是第二齡），研究指出老年人參與對社會有所貢獻的活動對老人身心健康和家庭和諧都有益處。面對著老年人口增加和長壽的現象，我們應該高興和感恩，因為很多父母將會見到他們兒女的兒女，孫兒女的兒女，四代、五代和六代同堂是大有可能的事。我們應該積極和靈活地去支持第三齡人士，設計創意革新的服務系統和年齡友好環境去保障他們有優質的生活，讓他們繼續貢獻他們的智慧，施展老有所為的力量，成為社會和家庭的人力資本（Human capital）。第三齡可以是成長和繼續貢獻的日子和機會，關鍵在於我們能否設計讓老人有機會參予的社會政策和服務及建立一個對老人是友善的社區（Age friendly community）。

老人不是問題，歧視和對老人有偏見及對老化過程的誤解是現時社會的大問題。作者盼望老人社會政策和服務系統能夠繼續發揮創新的嘗試，大部分老年人都是健康和有貢獻的力量，應積極鼓勵他們參予社會，為部分有健康挑戰的老人，應設計能保護老人尊嚴和有效的長期照顧系統；另一方面，也鼓勵參予社會，如果透過科技配合，一個有心的老人（無論是盲眼或有其他身體挑戰）仍然可以用電話支援其他有需要的人，參與義務工作去繼續發揮關懷的力量。正常老化過

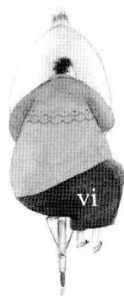


程可以是健康直到最後一分鐘，有如電池用完一般，疾病不是不可避免的，我們要對老化過程和老年學有正確的認識，就能夠有效地支持老人繼續寫他們第三齡多姿多彩的生命書，面對健康挑戰。以我本身的個人經歷，雖然我的視網膜退化已差不多十年，感謝上帝讓我的靈魂之窗仍未完全關閉，我面前的杯子如果只剩半杯水，我選擇看那滿的半杯，我倚靠剩餘的小部分視力仍然竭盡所能，繼續寫作，希望與老人服務的同工們一同分享我對老人服務的一些創意和執著，願大家為著自己、自己的父母、祖父母，去建立和預備一個對老年人友善的社區和優質的服務環境，這本書也是為老年人而寫的，「沒有他們，哪有我們？」這又好像對自己父母的心聲。我自己已經是個成年孤兒，父母已在天家那一方。願您愛惜尚在的父母，珍惜父母恩。身為老人服務社工，我們有這機會去照顧其他人的父母或長輩，和參予他們的家庭去解決難題和挑戰，接受他們給我們的機會，使我們能給予他們支持，是一種福氣。每一位老人的生命都是一本書。看書是專注於書中的內容（老人的生命經歷），不會只看書的封面（老人的外表）。在銀色的頭髮裡和皺紋之間，我們看到老人對家庭和社會所作的貢獻，以及他們一生在生命戰場上的英勇戰跡。這一代老人都經歷過戰爭、經濟蕭條。沒有他們的堅持和刻苦，沒有今天這一代。他們是應該被尊敬的，我盼望我們想到老人的任何時刻都會聯想到他們對家庭和社會所作的貢獻和犧牲，因為他們的生命代表著十月懷胎、為奴為婢、供書教學、二十四小時服務、沒有假期、沒有工資；很多父母更幫忙成年子女買樓、資助結婚、照顧兒孫、鞠躬盡瘁、無微不至、至死不渝。

從事老人服務、教學、研究，豐富了我的生命，這是一個謙卑的學習過程，讓我們攜手共同為第三齡的服務發展而努力，讓他們的生命活得更精采、同時，也祝福大家，生命更美好、更豐富！

梅陳玉嬋

2010年8月18日



作者序

楊 序

《台灣老人社會工作：理論與實務》一書終於要出版了，真的感到很高興，多年來一直希望能有一本適合台灣本土老人社會工作人員使用的基礎教材，如今美夢成真。台灣老年人口佔全國人口的比例，於民國 82 年底突破 7%，達到聯合國所定義的「老化社會」。短短十餘年，到民國 94 年 6 月底，老年人口總數已超過 218 萬人，達總人口的 9.60%。這樣快速的老年人口成長，在全世界名列前茅。除了統計數字之外，老人福利、老人年金、長期照護、老人住宅等，不但早已成為與民眾切身相關的重要社會議題，也是深受矚目的政治、經濟議題。以老年學為核心的老人社會工作，在社會政策與福利服務兩個面向，都逐漸成為二十一世紀的顯學。面對老年人口與福利服務需求的增加，台灣需要為數龐大的社會工作人員，在公部門、私部門、第三部門以及志願服務部門投入第一線的工作。本書的出版將能有助於老人社會工作人員獲得紮實的教育與訓練。

老年是生命歷程中最後的一段，每個夠幸運的人都必然經歷老年，所以不只是直接從事老人社會工作或衛生保健及醫療照護工作人員需要瞭解老人與老化的基礎知識，釐清正常老化與疾病的分野，社會大眾也需要充實老年基礎知識，以準備因應自己以及家人的老年生涯。本書內容相當豐富，寫作時文字運用力求通順與口語化，希望一般民眾也能閱讀並欣賞本書，並從中找到在日常生活中就可以活用的知識。

本書作者強調，老年是一種優勢，足以應付老化所帶來的一切挑戰。個人也好、社會整體也好，必須學習以積極樂觀的態度面對老年與老化社會。在這趟學習之旅，我們所認識、所服務的許許多多老人家，就是我們最好的嚮導與老師。他們的經驗與智慧，改變了許多老



人服務工作同仁的人生觀，使我們的生命更美好、更有意義。本書中介紹了許多實務的案例，希望能透過這些活生生在你我身邊的老年人的生命故事，讓大家看到老人的韌性，從而學習在服務中如何尊重老人的自主與自決。

提到老人的韌性，百歲人瑞最是箇中翹楚。內政部統計資料顯示，民國 93 年台灣百歲人瑞有 713 位，其中一位就是我先生的阿嬤。阿嬤生於 1904 年，由二十世紀跨越到二十一世紀，大環境而言，見證台灣由戰亂到安定、由貧窮到富足的歷史，個人生活方面，則終生為家庭、為子孫奉獻，勇敢而堅強，又充滿了幽默與詼諧。她是家人的榜樣，也是我的偶像。本書特別選了一張阿嬤的相片作為封面，代表我對阿嬤的敬意，也特別紀念她那個年代所有的老人。

看到梅教授寫的序言中提到，她的視力剩下大約三成，我內心充滿對恩師的歉意。三、四年前老師就提出本書的企畫，那時她的視力還有五、六成。但由於我的延遲，使得這本書花費比預期多了很多的時間。老師常說希望她還能「看」到這本書的出版，如今總算不負恩師所託，將我們對老人社會工作的熱情與經驗，付諸文字，未來在教學與實務經驗傳承上有了具體的、本土化的教材，特別感謝恩師的敦促與提攜。

梅教授的學生都稱她 Ada，她是我在哥倫比亞大學社工學院博士論文的指導老師，所謂師者「傳道、授業、解惑者也」，Ada 著實當之無愧。多年來，她致力於將老人社會工作的理論、研究與實務結合，深深影響著我的工作理念。每當有人認為我所提出的實務建議很實際有用時，我心中總是感謝 Ada，她是我永遠的角色模範。除了工作與學習之外，在美攻讀期間我經歷過專業的低潮，和結婚生子對學業的衝擊等等挑戰，每每遇到困惑與挫折，都是 Ada 給我指引與鼓勵。也是 Ada 堅持希望我能完成博士學業，才讓我下定決心，在休學回國照顧小孩一年半之後，放下了先生和女兒，回美國完成了博士論文，才有了今天在台大社工系任教的我。今天這本書的完成，也象徵著我



們師生緣的果實！

回國任教之始，就開設「老人學概論」課程，並引進 Nancy Hoo-ymen 與 H. Asuman Kiyak 合著之社會老年學一書當作教材。該書是我當年在哥大選修老年學專家 Abraham Monk 的課時所用的課本，該書內容豐富、資料完整，已多次再版，是老年學訓練的經典教材，也奠定了我在老人社會工作紮實的理論基礎。但學生使用原文教材，不但書籍費用較貴，在閱讀和吸收上也打了不少折扣；再者，原文書所引用的案例與本地情境不盡相似，福利制度與服務模式也有所不同，使用上總有隔靴搔癢之憾，因此一直希望能有一本和該書一樣豐富完整，但以台灣情境為本的中文老年學教材。本書的寫作，承襲該書的精神與基本結構，將老人社會工作的內涵，包括生理、心理與社會老化，以及老人福利政策與服務，一一介紹，讓學生能獲得一個基本但是相當完整的訓練。Ada 和我在此結構之下，融入我倆多年的工作經驗、本土的個案實例和社會福利政策與服務資料。由於 Ada 到哥大任教之後，加入 Monk 教授所領導的老年組工作團隊，共同執行許多研究，並發表多篇論文與專著，研究成果豐碩。本書中多處引用哥大老年學團隊研究成果，所以這本書可說是哥大的老年學團隊成員，貢獻給台灣的學生及老人工作者的一份禮物。

本書共分為六大章。第一章為概論，說明老年學的意涵、世界人口老化的現況和老人工作的發展，並開宗明義提出以積極的態度面對老年的宗旨。第二章介紹老人工作的基礎準備，解釋何謂老年歧視，提醒讀者檢視本身對老人與老化的認知，去除刻板印象，並進而瞭解與重視老人的異質性。在服務中運用同理心，協助老人充權與自決，同時也能熟練各種工作技巧與方法。第三章討論生理方面的老化，重點在於區分正常老化與疾病之不同，分別講解身體各系統的老化現象以及相關疾病，最重要的是要注意適當的營養和運動，保持身體的最佳狀態。第四章討論老人心理方面的概念，包括智能、記憶、學習、人格、壓力與適應、自我概念、自我效能等。另外本書的一大特色是



強調老人的靈性發展與生命意義的探索，提出社會工作者應運用合適的工作方法，協助老人到達生命歷程中最後的目的地，找到自己對此生的答案。第五章介紹情緒問題、認知異常及精神疾病，包括恐懼與失落、悲傷反應、憂鬱、失智症、譫妄等。實務工作者必須要能清楚分辨哪些狀況是社會工作人員可以協助的，哪些是必須立刻就醫，尋求醫療或其他心理衛生專業人員的協助，本章以列點及表格對照的方式，清楚呈現相關疾病的指標，是臨床判斷上相當有用的參考資料。第六章先簡單論述中國古代尊老養老的傳統，接著詳細整理台灣老人社會工作的歷史，一一說明台灣社會福利史上重要的老人福利發展階段、政策與方案，希望能鑒往知來，讓新生代的老人社會工作者瞭解前輩們的努力與貢獻，在既有的基礎之上繼續發展老人福利服務。同時，也能很快地瞭解現行老人福利服務重點業務，未來就業時能在最短時間內掌握實務情境。

這本書的出版，首先要感謝雙葉書廊的陳文龍先生，在寫作所需的時間上給予我們非常大的彈性，讓我們在教學與論文寫作繁重的負荷之下，還能一字一句地完成了這本教材。雙葉書廊編輯部的慧萍和瓊薇，在定版、校稿及出版方面的高效率，更是令人激賞，本書能如期出版多虧了她們。由於本書寫作時期很長，打字排版、校稿、找圖和聯繫等許多繁重的工作，都煩勞我歷任的助理，思云、育青和小畢細心的幫忙，還要不時幫老師加油打氣，實在非常感謝。在圖檔的部分，感謝台北市萬華社會福利中心、台北市士林老人服務中心、台北市成功社區發展協會以及苗栗長期照護示範管理中心，讓我們堅持用原創的本土老人照片的心願得以完成，也藉此特別感謝所有照片的攝影師，捕捉到豐富的老人生活樣貌。

楊培珊

2005年8月30日



梅 序

進入老人社會工作領域之前，我在香港 Princess Margaret Hospital (PMH) 擔任醫務社工員已有十一年的經驗。1970 年代末期，香港政府有鑑於老年人口的增加，開始重視老人醫療品質的提升，因此資助 PMH 設立香港第一個老人醫科實驗計畫。我當時負責兩個住院病房以及一個日間留院 (day hospital) 單位，工作量非常之大，常常感到難以承擔。但那時的磨練使我有機會接觸許多老年病患和他們的家屬，幫助我瞭解疾病對老年病患所造成的影響，以及家屬在照顧上所面臨的負荷。由於實驗計畫的推動，我常被邀請去不同單位（護理部和復健部等）分享社會工作專業在老人照顧方面的觀點和經驗。當時現學現賣，一方面自我在專業上迅速成展，另一方面卻覺得有許多不足之處，特別在老年學研究與教學方面。

1984 年，為了進一步裝備自己在老人工作上的能力，我和先生下定決心繼續攻讀研究所的課程。我們放棄了穩定的工作、賣了房子，帶著八歲大的兒子，提著六個行李箱，遠赴美國華盛頓大學（聖路易），開始人生嶄新的里程。當時我在華大攻讀社會工作與老年學，我先生攻讀神學（他是牧師），我們一家三口每天一起出門，上學讀書。憑著對上帝的信賴，我們在陌生的異國，以微薄的獎學金度日，異鄉生活的點點滴滴，時常挑戰著我們的適應能力。

在華大的六年，我有幸在不同的實務單位，如社區服務、醫院、居家服務、護理之家和安寧院等，學習如何將理論、研究與實務融合為一。1990 年，華大博士班畢業後隨即應聘前往紐約哥倫比亞大學社工學院任教，正式開始研究和教學生涯。一直以來，我都想為華裔的老人多做些服務，但在哥大的研究和教學工作令我分身乏術，始終無法如願。

我的生命在 2001 年發生了重大的改變。那一年，我被診斷罹患視



網膜病變，視力由邊緣開始退化，在八到十年間將完全失明。這對我來說並不是完全的意外，因為我母親也是因此而失明，而且身為老人工作者，我早就從我的案主們身上瞭解什麼叫「勇敢面對」。然而，隨著視力惡化，生活中不斷出現新的挑戰，我終於體會到，原來之前我對「失落」的理解都只停留在概念和理性的層面。其實，適應失落是天天都要做的功課。當我開始看不清潤髮乳和洗髮精的差別時，我在浴室大笑，從此開始在潤髮乳罐子上綁一條橡皮筋作辨識之用；當我撞上購物商場的玻璃門時，我知道我得更「小心玻璃」；當我被馬路上行色匆匆的行人撞倒時，我知道自己在人行道上也得開始「靠邊走」；這一切都因為我的雙眼視力漸失。

重新學習和適應生活中一切瑣事對於身為老人工作者的我來說，實在意義非凡。我面前的杯子如果只剩半杯水，我選擇看那滿的半杯。現在我的視力大約剩下三成，所幸有語音電腦軟體幫我閱讀，讓我能繼續工作。一切事物對我而言，再也不是理所當然的，我開始思考如何運用我還看得見的日子做些什麼。我想，如果我盡力，生活仍可充滿意義。

我跟培珊聯絡，表示想合作寫一本中文的老人社會工作教材，把多年的經驗傳承下去。培珊是我在哥大教書第一年就認識的學生，她博士班時請我當她的論文指導教授，兩人有了進一步的合作與熟悉，當我想寫中文書時，就想到了她。這個想法現在已經實現，而且不是一本書，是三本，因為各地版權及內容的問題，最後演變成在兩岸三地各出版一本。培珊對本書投入相當多的時間和心血，使得台灣版是其中最精緻、最豐富的一本。

我的生命之書不但還沒完成，而且才剛剛開始在亞洲重生。在美國多年經歷之後，這本書又讓我在台灣、大陸和香港的老人工作，有了新的著力點。我們將以此教材，訓練未來老人社會工作的接棒人，讓華人世界的老人能生活得更好、更有品質。希望我個人的生命故事，能鼓勵本書的讀者，不論你們在專業工作或個人生活中遇到何種挑戰，



總能精神奮發，繼續前行。從事老人服務工作讓我們得以成長，因為老人家們信任我們，給我們許許多多學習的機會。就像我們的老人案主一樣，我們每個人也都有自己的生命故事要寫。我盼望讀者們能以積極正向的態度來寫這本生命故事書，把過程中的種種挑戰當成試金石。我的生命試煉讓我有許多學習的機會，這些試煉豐富了我的生命和我的工作。

讓我們攜手共同為台灣的老人服務，讓他們的生命更容易、更好、更豐富。同時，也祝福大家，生命更美好、更豐富！

梅陳玉嬋

2005年8月28日



目 錄

Chapter 1	概論	1
第一節	何謂老年學	2
第二節	何謂老	8
第三節	人口資料及長壽	10
第四節	聯合國的努力與倡導	17
Chapter 2	老人工作的基礎認識	25
第一節	老化的過程	26
第二節	老人的獨特性	29
第三節	老人社會工作的基礎：倫理守則、價值觀	32
第四節	老人服務工作的技巧	38
第五節	老人工作的挑戰	44
Chapter 3	老化與疾病	53
第一節	老化與適應	54
第二節	皮膚的變化及疾病處理	58
第三節	神經的變化及疾病處理	59
第四節	心血管的變化及疾病處理	62
第五節	肌肉與骨骼的變化及疾病處理	64
第六節	胃腸的變化及疾病處理	67
第七節	呼吸的變化及疾病處理	69
第八節	泌尿生殖的變化及疾病處理	70
第九節	內分泌腺的變化及疾病處理	72
第十節	感覺中樞的變化及疾病處理	74