

台灣



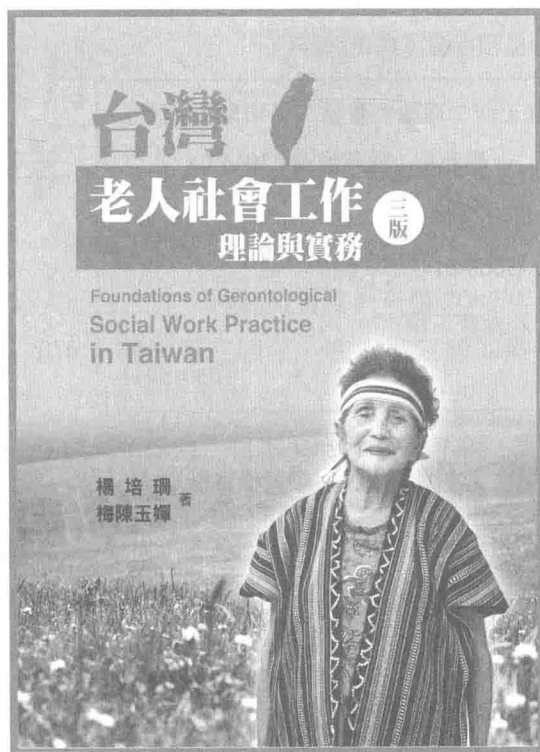
老人社會工作 理論與實務

三版

Foundations of Gerontological
Social Work Practice
in Taiwan

楊培珊 著
梅陳玉嬋





台灣老人社會工作^{三版} 理論與實務

楊培珊
梅陳玉嬋 著

雙葉書廊
YEH YEH BOOK GALLERY

國家圖書館出版品預行編目 (CIP) 資料

臺灣老人社會工作：理論與實務 / 楊培珊，梅陳玉
嬋著. -- 三版. -- 臺北市：雙葉書廊，2016.08

368 面； 17×23 公分

ISBN 978-986-5668-61-7 (平裝)

1. 老人養護 2. 社會工作

544.85

105015411

台灣老人社會工作 三版 理論與實務

作 者 楊培珊、梅陳玉嬋

發行人 張福隆

責任編輯 廖珈琪

封面設計 陳慧欣／圖片提供：楊培珊；攝影師：張國耀

出版社 雙葉書廊有限公司

地址 臺北市羅斯福路三段 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 2016 年 8 月 三版一刷

電腦排版 佳軒電腦打字社

I S B N 978-986-5668-61-7 (平裝)

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

版權聲明：書中引用之商標及圖文版權分屬各公司所有，本書純屬介紹之用，
並無任何侵害之意。

三版序

楊序

《台灣老人社會工作：理論與實務》一書 2005 年初版、2011 年二版、現在 2016 年要出第三版了。在本書三版即將出版前，世界衛生組織發表「2016 世界健康統計」，聲明世界人口的平均餘命由 2000 到 2015 年提高了 5 歲！日本平均餘命 83.7 歲，繼續蟬聯世界第一，其次是瑞士，新加坡排名第三，亞洲其他國家或地區如韓國、香港、澳門也都緊追在後，零歲平均餘命持續上升，且都超過 80 歲。於此同時，台灣的零歲平均餘命 79.84 歲，比上述國家或地區要來得低，且 2014 年台灣男女兩性平均餘命都比 2013 年下降。因此，雖然近年來，台灣 65 歲以上人口不斷增加，2016 年 6 月底已達到 301 萬 5,491 人，佔 12.83%，探討高齡化社會相關議題的報導很多，也不斷在強調台灣人口老化的速度很快；但投入於準備高齡化社會來臨的各種資源卻相對力道不足，政府的政策也缺乏突破性的發展。身為老人社會工作專業人員與大學教授的我，雖不免心急如焚，但也還能阿 Q 地說：「我們還有時間來準備」。

2016 年 6 月 20 到 21 日，本書的共同作者梅陳玉嬋老師協助北京大學老年社會工作碩士專班，邀請來自美國、日本、香港、台灣等地具有代表性的老人社會工作教授，共同進行專業教育發展路徑與課程內容的研討。會議結論強調，社會工作專業為協助世界各國因應高齡社會的來臨，應致力於老人社會工作教育與人力培育，以及「知識、技巧、倫理原則」等三大核心支柱的研究發展與實踐。我在準備於該會議發表台灣老人社會工作發展歷程與現況之際，也發現台灣近年來在社會工作專業發展老人領域專科的經驗，非常具有特色，而且穩紮穩打，適合永續發展；但由於社會工作學系均採綜融式教學，尚

未出現老人社會工作分組專科教學。反倒是北京大學先聲奪人，成立了老齡社工碩士專班。而台灣各校的老人相關學程，因配合各校師資特色，學程內容也都各有擅場，並無一致的規範，當然學生們修業後的專業資格也就無法統一認定，這樣一來，當然無益於有效地訓練培育高齡化社會發展所需要的專業社會工作人才。因此，著書者之心意，並非為了自己的功名成就，而是希望能以最新、最好的教材，為老人社會工作教育與人才培育盡一份心力。本書能受到市場歡迎而持續改版，也顯示近年來台灣各大專院校開設老人社會工作、老年學、長期照顧、銀髮服務、銀髮產業等課程越來越多。目前台灣已有 27 個社會福利與社會工作相關系所以及 25 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。我自我期許，希望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。

本次發行之三版，延續二版的架構，總計十章，但在內容上有相當多的更新。首先，第一章開宗明義，將過去的「概論」改為「高齡社會與銀髮產業發展趨勢」，強調聯合國「老年人的人權宣言」之精神，去除年齡歧視、防治暴力與虐待、保障老人獲得收入及社會保障與資源、司法公平，以及促進老人自主與獨立。未來社會各行各業都將有老年的客戶或服務對象，尤其是銀髮產業發展越來越多元化，而不僅僅侷限於長期照顧，因此，本書作為一本老人社會工作及其他老人相關課程的基本教材，是非常適合而且資料豐富完整的。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，本章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。由於老年醫學的日新月異，本章內容相較二版有大幅度的修訂，特別是強調自我照顧、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，三版納入最新的靈性與社會工作相關準則，可以提供給社會工作者運用，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，採用 2013 年新出版的 DSM-5 的診斷基準，內容有相當多的更新。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。第六章介紹老年學基礎的理論架構、主要概念以及理論之間的發展歷程。第七章詳盡解釋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。此部份自二版納入以來，深受各校老師學生與實務工作人員歡迎。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，三版隨著政府政策與服務方案的發展，本章內容也有非常多的更新，提供一個最「對時」的老人福利系統概況，讓讀者對服務系統有全面的瞭解，也方便老師們在授課時準備重點。第九章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。由於近年來越來越強調老人可以持續對家庭、社會有所貢獻，因此在生產力老年的部份加入了許多新的資料。最後一章也是非常「對時」的一章，除了整理台灣老人社會工作的歷史，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，同時，也標示出過去及現在的老人福利服務重點方案與業務，方便老師們能掌握有限的課堂授課時數，給予學生最貼近實務情境的資料重點，讓學生縮短在學與就業的差距，在工作後能立即上手熟悉業務。

本書的三版，首先要感謝泰雅族編織達人高金連女士同意本書以

她的相片為封面，我在進行新北市政府文化局委託研究案「新北市樂齡族文化志工暨藝術家訪談計畫」過程中訪談這位創意達人，她的精巧手藝令我難忘，這張相片是訪談中的留影，攝影師是張國耀先生。

此外要再次大大感謝雙葉書廊的羅曼瑄小姐，曼瑄由出版至今，已經由當初的小編成為主編，但仍然是非常耐心而溫柔地督促、支持我的寫作，讓我們能再次成功地如期完成三版的作業。還要感謝雙葉書廊編輯部的珈琪，在定版時不厭其煩地和我討論，選圖打樣都能理解我的想法，真是細緻又貼心。在圖檔的部份，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、曉明基金會老朋友專線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。此外，要感謝我的助理國卉和綾雯細心的校稿，希望閱讀的過程對於各位和各位的家人也有所幫助。最後，要感謝所有使用本書的老師、同學，和所有的讀者，是大家的愛護和支持，才讓我有信心繼續進行老人社會工作教材與教科書的撰寫。願上主祝福各位和各位的家人，平安喜樂。

楊培珊

2016年8月1日

三版序

梅序

在老年社會工作領域裡，我們正面臨著兩個重要的任務：一個是社會工作教師的準備和培養，二是社會工作從業人員培訓，有能力的社會工作教師才能夠培養有能力的社會工作從業員。這本書是為社會工作教師和社會工作的學生和實務工作人員精心預備的工具書。感恩我們能夠繼續提供老年社會工作的教材，感激培珊老師繼續幫忙增加和完善這本書的內容，培珊老師與我由師徒關係變成了推動老年社會工作教育和實務的親密戰友。多年來，我在哥倫比亞大學培育的博士生有三十多位，培珊老師是其中最優秀的一位。2016年6月我們在北京大學推展了歷史性第一個老年社會工作教育的研討會，會議中我的老朋友、南加州大學的齊鈺老師說很羨慕 Ada 老師有培珊這樣的弟子，完全是 Ada 老師 2.0 版！我覺得培珊老師的老年社會工作理論和實務見識和能力已經是 5.0 版（年青優秀版），她是一位全方位的老年社會工作專家，我感到非常驕傲，感謝主！

隨著年齡的增長，我常常對生命和生活有反思，我希望藉這個機會來分享我的生命學習和感恩之情。自 1990 年以來，我任教於美國紐約哥倫比亞大學，今年已經二十六個年頭，我從 1973 年畢業於香港中文大學，直到如今，從事社會工作實務和教育四十多年。這些年，我的學習、研究、教學、實務、在各地區的专业老年社工培訓經驗都豐富了我的生命。感謝所有老師、學生、培訓生，你們對老年社會工作的熱情激勵了我，在今後的歲月裡我會繼續這個使命。當這本書出版時，我應該是 68 歲，是的，68 歲。我計算我的預期壽命，我可能會活到 103 歲！你可能會問我關於我的退休計畫，我不會從我的使命退休，但在參與老年社會工作教育和培訓的地域重心可能不同。70

歲之後，我可能在哥大只教老年社會工作課，其他時間會在亞洲提供更多支持。在人生旅途中，重要的事情是自我保健、自我發展能力，和自我實現。我可以回學校讀營養科學、中醫學、運動科學。我愛學習，我愛老有所為，我愛老有所獻（貢獻），我仍然有我的夢想，其中一個是參與建設創新的老年服務系統，它會像一個巨型超市，老人和家人消費者可以挑選有實惠價格和最優質的服務產品，而服務提供者都是有資格並受過最好的訓練的，阿門！

當我繼續走我人生的第三哩路（餘下可能的三十多年），我會盡最大努力繼續傳承老年社會工作教育和實務，感恩有健康身體，感恩有恆心堅持每天運動，健康是財富，我會盡最大努力天天在健康銀行存款（運動），送給我兒、媳健康的母親，這是我可以送給他們最好的禮物。在一版序和二版序，我告訴讀者我眼睛有視網膜退化的情況，感恩有哥大醫學院視網膜病變專家照顧，現在還是可以靠中央視力生活，現在醫療科技進步，說不定將來有治療方法。感恩有此生命考驗，給我學習和體會。感恩多一點生命智慧和面對困難的能力，感恩老伴生病幾年已慢慢康復，他仍需要照顧。這幾年，我經歷和體會作為家庭照顧者應有的智慧，曾經照顧過父母親、公公婆婆，以及老伴。作為老年社會工作者，我從專業角度過渡到個人的角度去經驗照顧者的考驗，我深深感到我在老年學知識和社工技巧的專業幫助了我。有些時候，專業的我還鼓勵作為家庭照顧者的我，不是人格分裂，而是學以致用，我還嘗試對作為家庭照顧者的我給予不同的鼓勵和介入方法，評估哪一方法可以減低照顧者壓力。感恩可以從家庭照顧者的角色學習和理解被照顧者的需要和心理，感恩有作為家庭照顧者的經驗豐富了我作為家庭照顧者的見識，知識就是力量。感恩有老年社會工作訓練，以致我有知識和技巧去處理照顧的任務。對於年長的人，終身學習可以使我們更有力量，並且擁有豐富的生活。照顧其他人可能是我們許多人的必然的現實，而老年社會工作培訓可以幫助家庭照顧者完成這人生使命。Social Work works !!!

年輕人和社會工作者，當你看到一個年長的人，希望你會在銀色的頭髮裡和皺紋之間，看到老年人對家庭和社會所做的貢獻，以及他們一生在生命戰場上的英勇戰跡。沒有他們的堅持和奮鬥，便沒有今天這社會、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做的貢獻和犧牲。作為父母，他們的犧牲包括十月懷胎、四十八孝、為奴為婢、供書教學、無微不至、二十四小時服務、沒有假期、沒有工資；很多父母甚至幫忙成年子女買房、資助結婚、照顧老伴及兒孫輩、鞠躬盡瘁、至死不渝。很多長輩、老師們也是無條件地支持年輕一代。

面對著老年人口增長和長壽的現象，我們應該高興和感恩，因為你的父母將會見到他們兒子、孫子、兒子的孫子，四代、五代和六代同堂是有可能的事。我們應該積極和靈活地支持他們，設計創新的系統和環境去維持和保障他們在第三齡享受優質的生活，讓他們繼續成為社會和家庭的資源和智慧。老化過程能否具有繼續成長和做出貢獻的機會，關鍵在於我們能否提供一個對老人友善的生活環境或社區。老年本身不是問題，對老人的歧視和偏見及對老化過程的誤解和無知，才是現在社會的大問題。我盼望老年社會政策和服務系統能夠繼續嘗試發揮創新的服務模式，做出與時俱進的轉型和改革。儘管第三齡可能面臨健康的挑戰，但是只要有心，他們仍然可以參與社會，參與終身學習和志願服務去幫助別人，讓自己生命生活更有意義和目標。正常老化過程可以是保持健康直到最後一分鐘，就像電池用完一樣。疾病也不是不可避免的，只要恆心保持健康的生活方式，就可以擁有一個健康的第三齡。我們需要學習這本書提供的老年社會工作的理論和實踐的知識，才能正確地支持第三齡繼續寫他們的生命之書，去寫出一個不一樣的生命樂章。祝福各位和各位的家人！

梅陳玉嬋

2016年8月1日

目錄

1 高齡社會與銀髮產業發展趨勢 1

- 第一節 高齡社會來臨 2
- 第二節 何謂老年學 8
- 第三節 何謂老 14
- 第四節 聯合國的努力與倡導 16

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

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 60
- 第四節 心血管的變化及疾病處理 63
- 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
- 第十一節 自我照顧、營養及運動 80

4 老年心理學 89

- 第一節 老人是聰明而有智慧的 90
- 第二節 影響老年人智能的因素 92
- 第三節 記憶喪失並非年老時不可避免的 95
- 第四節 老人有能力學習 99
- 第五節 自我概念、自尊及自我效能 100
- 第六節 人格及老化過程 104
- 第七節 壓力、面對、適應及人格 110
- 第八節 什麼是靈性 113
- 第九節 靈性及社會工作 117

5 情緒問題、認知異常及精神疾病 123

- 第一節 恐懼與失落感 124
- 第二節 正常與過度悲傷的反應 128
- 第三節 罪惡感、孤單、無助與憤怒 130
- 第四節 憂鬱症：一種情緒疾病 132
- 第五節 憂鬱與自殺 137
- 第六節 失智症 139
- 第七節 譫妄：一種可逆的失智 142
- 第八節 思覺失調症、被害妄想與焦慮症 148
- 第九節 老人如何因應心理問題 152

6 老化的社會學理論 159

- 第一節 老人如何適應身心的改變 160
- 第二節 以角色理論做解釋 161
- 第三節 以活動理論做解釋 163

- 第四節 以脫離理論做解釋 164
- 第五節 以持續理論做解釋 166
- 第六節 以社會交換理論做解釋 169
- 第七節 以社會構成主義做解釋 171
- 第八節 以批判主義／女性主義做解釋 173
- 第九節 以後現代主義做解釋 175

7 老人案主的多面向評估 179

- 第一節 何謂多面向評估 180
- 第二節 評估老人的優勢及面臨的挑戰 183
- 第三節 評估老人的倫理議題 185
- 第四節 多面向評估 189
- 第五節 評估生理健康 194
- 第六節 評估日常生活活動功能 197
- 第七節 評估認知功能 199
- 第八節 評估心理功能與情緒 205
- 第九節 評估復健需求與意願 211
- 第十節 評估居家環境狀況 211
- 第十一節 評估經濟及社會功能 213
- 第十二節 評估社會資源需求及使用狀況 217
- 第十三節 評估靈性需求 223
- 第十四節 評估總結及照顧計畫 225

8 我國重點老人服務措施 249

- 第一節 經濟保障 250
- 第二節 居家式照顧 257
- 第三節 社區式照顧 261

第四節 機構式照顧 266

第五節 社會參與 269

9 健康、活力、有貢獻 279

第一節 積極的態度及正向的老化 280

第二節 成功老化 284

第三節 生產力老化 291

第四節 老人的異質性 303

10 台灣老人社會工作的淵源與現況 309

第一節 中國古代尊老養老的傳統 310

第二節 台灣老人社會工作的歷史 313

第三節 台灣重要老人福利政策與計畫 324

參考書目 343

索引

1

高齡社會與銀髮產業 發展趨勢

學習目標

- ／ 高齡社會來臨
- ／ 何謂老年學
- ／ 何謂老
- ／ 聯合國的努力與倡導
- ／ 本章結論與應用



第一節 高齡社會來臨

隨著高齡化與少子化現象持續發展，老年人口將成為最受矚目的人口群，深深影響世界各國社會、經濟、文化、消費、政治與政策！聯合國人口統計預測，在 2015 到 2020 這五年間，世界人口將出現人類歷史上前所未有的大事，65 歲以上老年人口會首次超越 0 到 4 歲兒童，且在 2050 年 65 歲以上老年人口將達到 0 到 4 歲兒童人口的 2.5 倍。又，世界衛生組織公布的《2015 年世界衛生統計》顯示，2013 年全世界零歲平均餘命為 71 歲，其中男性為 68 歲，女性為 73 歲，男、女性的平均餘命差距 5 歲。60 歲平均餘命為 20 歲，其中男性 19 歲，女性 22 歲。所謂平均餘命是指一個人在不同年齡點尚可預計存活的年數，是根據不同年齡的死亡率所估算出來的，例如零歲平均餘命是剛出生者所能預計存活的年數，60 歲的平均餘命是 60 歲者所能預計存活的年數。如果我們來玩個數字遊戲，將發現 60 歲加 60 歲時的平均餘命的結果（60 + 20），會大於零歲時的平均餘命（71），這是因為他已經成功度過生命早期的許多風險了。值得注意的是，現今高收入國家和低收入國家之人口的平均餘命，存在著相當大的差距。高收入國家人口零歲平均餘命為 79 歲，其中男性 76 歲，女性 82 歲；而低收入國家人口零歲平均餘命為 62 歲，其中男性為 61 歲，女性 64 歲；高收入國家和低收入國家平均餘命相差 17 歲。這些數字顯示，雖然世界上有些地區或國家的人口已得享長壽，但仍有相當多地區的人民，其生存條件仍充滿考驗，使其無法達到現代醫學技術及生活狀況所能支持的壽命長度。

世界各國的老年人口都在迅速地成長，台灣當然也不例外。民國 103 年台灣的零歲平均餘命已達 79.84 歲，而女性的「平均餘命」則達 83.19 歲，比男性（76.72）多 6 歲（內政部統計處，2015）。「65 歲平均餘命」則達到 18.66 年，也就是一位普通的 65 歲老人預期可以再活個十八、九年是很正常的事。古人云：「人生七十古來稀。」



現在不但七十餘歲的老人早就不再稀奇，八、九十歲的老人，甚至百歲的人瑞也越來越多。根據民國 104 年行政院主計處統計，台灣地區有 3,045 位百歲人瑞，其中年齡最高為 115 歲。台灣人口的零歲平均餘命已達已開發國家的水準。我們一方面十分珍惜能有這樣的成果，另一方面也不要忘記生活在世界上許多其他地區的人，他們還未能享受高壽，還需要地球村的伙伴以經驗、技術和愛心來協助他們繼續進步，使所有人都能平等地享受生命。

目前全世界最長壽的國家是日本，其人口零歲平均餘命為 83.66 歲，其中男性為 80.5 歲，女性 86.8 歲（日本厚生勞動省 2014 簡易生命表）。讓我們想想看自己的人生規劃有多長呢？有八、九十年那麼長嗎？在筆者的研究與教學經驗中，曾問過許多老老少少這個問題，很多人都覺得很難想像、很驚訝人生可以那麼長，還有許多人不約而同地說：「我可不希望活那麼老！」但現實情況是不論你想不想活那麼久，現代人的壽命確實越來越長了。因此我們必須從小開始，調整對生命的預期，做好不同階段的生活規劃。

國家及社會也必須調整態度，設計新的制度，來面對迅速增加的老年人口。台灣 65 歲以上人口佔總人口的比率，於民國 82 年底已超過 7%，正式達到聯合國所定義的「老化社會」（aging society），目前老年人口的比率雖然並不驚人，但之後老年人口的比率將以超過其他國家的速度不斷上升，壓縮我國高齡化社會的準備期。根據經建會的推估，到民國 110 年，台灣老年人口將佔總人口的 14%，大約每七個人中就有一個是老人，到時候就進入了所謂的「老年社會」（aged society）。二十一世紀可謂由「壯年世紀」進入「老年世紀」的轉折點，在個人以及國家社會的層面，都必須儘早準備，才能不憂不懼地面對老年世紀的來臨。

世界衛生組織（WHO）為了突顯健康老年的重要性，強調健康的長壽才有意義，特別提出「健康平均餘命」（Healthy Life Expectancy, HALE），2013 年 WHO 的資料顯示，在調整失能狀況