
楊國樞 張春興主編

桂冠心理學叢書・心理學術系列13

老人心理學

Richard A. Kalish 著

張隆順 翻譯

桂冠圖書公司出版

前 言

年齡漸長表示逐漸變得更聰明；年齡漸長表示了知道該作定期規則的運動和戒煙；年齡漸長表示你記得那些對你而言深具意義的人，以及你所做過詭異的事；年齡漸長表示要求更多，因為你已學會如何取得，即使你面對着死亡的恐懼；年齡漸長表示你了解如何欣賞（appreciate）自己。生日表示你希望為你朋友辦一個宴會。

〔本文摘自瑪雅·克雷吉（Maja Craig）與洛貝多·雅爾馬桑（Roberto Almanzon）聯合生日宴會之邀請，他們一個30歲，一個35歲。〕

每個人都會經驗「年老」這一過程，生日則提醒了此種過程在持續地發生着。二十和三十多歲的人對年齡漸長能夠有很真實而深刻的觀察。對於某些行為之可能發生改變，對自己所擁有的資料的加以運用，對過去的懷念，以及對未來的期盼——當察覺上述的事實，多少會產生哀傷之感，同時亦會產生許多疑問。年輕人常有許多同情老年人的經驗。

在本書中，經由對老年期與老年人心理種種事件，以及可以獲得的資料而加以探討，我希望那些尚未進入老年期的人可以增加他們對於老年人的了解與同情。我嘗試提供老年人的真實形象，一方面避免強調老年人的健康與經濟問題，他們的限制、他們的孤獨感與能力喪失而使他們獲得同情，同時我也避免樂觀主義者的想法——老年期是一個愉快而舒緩的時期，沒有憂鬱與焦慮。

本書包含了幾個目的。首先，它適合生命階段發展最後幾週的課程。第二，本書是一本可供閱讀的好書以及精心設計的書系之結合，它可以用作老年課程的整個基本資料。第三，現存的許多繼續教育的

計劃，研習會可能會認為這本書有所助益。第四，那些希望更進一步研究老年心理的學生，可以由閱讀或涉獵這本書作為開始。第五，我希望那些學生之外，對老年心理有興趣的人以及那些對他們自己問題有興趣的老年人能參考本書。

我對閱讀本書的人的背景只作了一個假設：他們或曾修過正式的心理學課程，或是他們非正式地閱讀過相關的書籍。我用了某些心理學的概念，這些概念在本書中並未加以解釋，不過，這些概念仍然是可以了解的。

雖然本書屬於社會心理學與心理學，但本書是基於下述之假設而寫成的：對於那些社會工作、醫療、精神病學、社會福利、都市研究、教育、公共健康、諮詢與娛樂等方面的學生與職業工作者也可能是有用的。雖然基本上本書是一本教科書，但是我相信不僅對於那些選修這類課程者有所幫助，對於那些希望更了解老年期的人亦是有很大的幫助的。

這本書主要的寫作目的在於使你能多了解些老年人與老年的意義，但是有一點是無可避免的。當你逐漸年老時，你很可能會考慮你自己：這句話可以應用在我身上嗎？我是否喪失了什麼？我的能力削減了？我變得如何如何？如果的確如此，我是否有能力應付，或是我會變得孤獨，壓抑而不愉快？我深深地相信我之參與老年工作的研究使我在當我逐漸老化時獲得更多的選擇，使我了解某些被預期將會發生的正常改變，使我對未來有更大的希望以及一份屬於老年人的幽默感。我強烈地察覺到對老化過程的研究能使我們更有效地去面對我們所愛的人、我們的朋友、同僚等逐漸老化時，以及老化降臨在我們身上時。

目 錄

第一章 人類的老化：一個探討方向

第一節 研究老年期之目的？	2
第二節 一些定義	3
第三節 老化現象之心理學研究方法	7
第四節 老年之人口統計	16
第五節 結語	25

第二章 基本的過程與老化的個人

第一節 老化的因素	27
第二節 感官與心理動作歷程	31
第三節 認知能力	41
第四節 基本需要	53
第五節 老化對個人的意義	55

第三章 老化、自我與人格

第一節 成人社會化	60
第二節 人格特質	66
第三節 改變中的自我概念	71
第四節 成功的老化	75
第五節 老年期的心理疾病	82
第六節 結語	85

第四章 關於其他人

第一節 對老化與老年人的態度	87
----------------	----

第二節	老年人的家庭	94
第三節	獨立與依賴	104
第四節	朋友與隣居	106
第五節	老化與民族特性	108

第五章 身體與社會環境

第一節	面對死亡	112
第二節	物理環境	116
第三節	居住	118
第四節	交通	126
第五節	宗教與老化	128
第六節	工作與退休	130
第七節	對老人的干預	140
第八節	未來的老化	145
參考書目		147

第一章 人類的老化

一個探討方向

當你讀完第一句話時，你已老化：你已涉入人類與低等動物、有生命與無生命、理念與文化均避免不了的一個普遍性現象之中。你已老化；你已改變；你已向你自身之死亡邁進了一大步。實際上，你可能喜歡使用「發展」的概念而忌諱「老化」的觀念，因為前者指示了一個沒有限制的未來，而後者，至少對許多人而言，暗示了一個退化的過程。然而，你所喜愛的概念却並沒有改變這個事實：你正在老化。

老化是一個令人愛惡交加的過程，但是，它却是——就我們現有的智識而言——一個自然而無法避免的過程。老年，老化，一個「年長的公民」，一個「黃金般的老者」，這些都是過程中的一個階段，自然地，無可避免地發生（當然，那些在早年就死亡的人是例外的）。老化的過程與老年的狀態都不是病態，亦不是奇怪而離經叛道的事，當然老化也無法避免與年齡有關的不愉快事物，正如學前時期與中年期也有許多不愉快的事情一樣。

我之所以採用這突如其來的開端，並不是要使你感到沮喪或恐懼而影響您對閱讀本書的興趣。我所要強調的是，人類之存在是一持續的過程，受孕在一端，死亡在另一端；老年期，甚至於死亡的當天都應視為這持續過程的一部份。老年期不應該被視為一個社會問題，雖然許多人都持相同的看法。它應該被視為與早年生活階段持續不斷的發展過程中的最後一個階段。

就像其他任何團體中的人們，那些老年期的人們有着某些特定的特性、感情、角色以及隨年齡所作的改變；但是，亦如同其他團體的人們，老年人在他們的特性、感情、角色以及改變，亦存在着許多個別的差異。

第一節 研究老年期之目的

「老年人逐漸走向他們人生的盡頭。我們必須着重那些年青且對社會較有用的人們。」

「逐漸年老與我毫不相干，它離我太遠了。」

「老人們已無法改變，有意義的干涉已變得不可能。他們的輝煌歲月已遠逝，對他們太關注，並無利益可言。」

「他們的價值、思想與習慣與我有着太大的差異，以致於我無法與他們相處。」

「我就是不願意面對逐漸年老與死亡；這令人深為沮喪。」

然而，任何真正關切所有人性尊嚴，希望了解人類發展全貌，渴望對人生不僅片斷了解的人們，必須了解老年期。對我而言，研究老年期心理學至少存在着三個基本理由：

1. 為現在已是老年的人們以及那些即將年老的人們提供資源，以促進他們——我們——在老年時可以生活得更為羨慕。
2. 使我們因更了解我們與老年人的關係以及我們自己老化的過程，而增進現在的生活滿意度。
3. 適當地回顧前面的生活階段，並視個體的發展為一終生不斷的歷程。

這些理由簡而言之，就是服務、增進自我了解與理論性探討。在下列的討論中，我將儘可能均衡顧及這三種目標之達成。

第二節 一些定義

何時是「老年」？

就如同你所預期的，這個問題的並沒有一個確切的答案。許多不同的方法被加以運用，每種方法都有其道理，每種方法亦皆受到批評。老年也許可以用時間加予嚴格界定為：當一個人過他六十五歲生日時，他算是老年了。這個定義獲得一些法律與經濟方面的支持，如強迫退休之法規，所得稅的規定，社會福利之要求——並且它在某些程度上也為一般人所接受。

但是，你亦可以就生理上之改變為「老年」下定義。這些包括了體態、步伐、面部的皺紋、頭髮的色澤、皮膚的彈性、身體一般的輪廓、聽力與視力等。也許健康亦是你定義的一部份。你有你自己老年的形象：某人愈接近你的形象，則你愈可能認為這個人是屬於老年了。

官能上的改變（Organic Changes）在行為上表現出來，或許你會以一個人的記憶力衰退視為「老年」之象徵（大體而論，這是腦部官能改變的結果），此外尚包括，反應的遲鈍，睡眠時間之改變，動作遲緩等等。或許你會以對其他人之想法、觀念與反應為「老年」下定義。老年人的一般狀況是他們較保守，對年輕的一代有敵意，厭惡社會的改變，以及容易被激怒。

「老年」亦可以就社會角色予以界定。「老年」是當一個人退休了，屬於健康恢復期，或是身為祖父母。再一次的強調，這個定義下的太簡單，因為有太多的人在他們五十多歲時就已退休而靠着養老金生活；年輕人亦可能處於恢復期；四十多歲的人作祖父母的亦是常見的。相反地，許多六十出頭的人回到大學裏修他們應在幾十年前拿到的學位；許多男性（女性幾乎從未有過）在他們六十多歲時才做了父親，雖然此等事例並不多，但仍時有耳聞。雖然社會性年齡的觀念有

所助益，但其本身實在難謂為一個充分的定義。

你也可以以自我陳述 (Self-report) 的內容作為定義。「老年」是當一個人說「我想我老了」。這個定義解決了許多問題，但也製造了其他問題，例如：一個六十七歲的教授在他剛退休後說：「我並不反對別人將我視為中年」。我們又如何將這個教授歸類？

事實上，我們大多數視狀況而調整我們對「老年」的定義，而且我們經常未察覺我們作這種調整。我們認為一個人年老，因為他的表現符合我們的觀念，但是我們亦很輕易地認為所有六十五歲或超過六十五歲的人均為老年人。也許最重要的考慮是說話者與聽者對老年人持有相同的定義。

如何稱呼老年人 老人、老年、老化、老年公民、衰老的人、退休者以及六十五歲等；這些字眼都是正確而恰當——雖然「老年公民」與「黃金般的老者」我比較不喜歡。這些用語之意義仍然有別，就我而言，就認為最正確，同時亦最不容易激怒別人者是「老年人」(older person)。

工作上個人的差異 如果依據年齡而武斷地為「老年」下個定義——更精確地說，凡是六十五歲或超過六十五歲者——(1974年資料)，則超過二千一百萬的美國居民是屬於老年，此數目約佔美國人口的百分之十，加拿大則約有百分之八的居民是屬於老年。因此，將研究發現輕易類化到全體是很冒昧的。基本上，當我們說「老年人是…」，我們所指的是下列其中之一：

1. 所有的老年人是……
2. 幾乎所有的老年人是……
3. 大多數的老年人是……
4. 與其他年齡團體比較，老年人是……
5. 與他們年輕時比較，老年人是……

我們涵蓋了年齡差距範圍達到四十歲或四十歲以上的人口羣體，其間包括了從生理與心理最健康的狀態至即將來臨的死亡，從對智識

的與文化洞察力最敏銳的巔峯，至該項能力極度萎縮，從積極地被僱用工作至主動地（或被動地）退休等等。

從新生嬰兒中隨機選擇出一百個嬰兒，他們的行為與表現彼此差異甚微。他們可能在哭的次數與持續性，吸食奶水與身體動作等方面會有所不同，但是，只要依據他們的年齡以及知道他們是否正常，則便可相當精確地預測其行為表現。當一個人逐漸年長或老化，僅知道其年齡而想預知其行為表現便沒那麼容易了。對中年人而言，要對他們作預測是件極其困難的事：某些人表現出來的行為我們將之列為老年期，而某些人表現出來的行為我們將之列為青少年期。對一個三歲的幼兒而言，對於他走一公里，自己用晚餐，閱讀與了解書報，以及背一首詩的能力，我們可以作相當正確的預測；對於四十歲的人而言，我們作預測的能力還是相當地好；然而，對於那些七十五歲的人可言，我們預測的正確性便大幅減低了。簡言之，在生物與行為功能方面，老年人比年輕人有着更大的差異（Botwinick & Tompson, 1968）。

我們可以對老年人作一般性的描述。「老年人比年輕人更容易因跌倒而受傷。」「大多數的老年人目前未從事可以獲得收入的工作。」「老年人學習一個新的動作技能比年輕人需要更多的時間。」「老年人鰥寡的比例比其他年齡羣體多。」「大多數美國人與加拿大人能活過六十五歲。」但是，即使我們稍加注意支持上述說法的統計數字，我們即可發現在超過六十五歲的人口中，存在着非常大的差異。

就某種程度而言，我們可以將老年人劃分為幾類團體（sub-group），而提高我們的預測力。超過八十歲老年人住在安養院的可能性高於未滿七十五歲的老年人。美國黑人壽命超過六十五歲者比美國白人和美國亞裔人少。那些所得低於平均收入的老年人比所得趨出平均收入的老年人較容易遭遇住宅與交通方面的問題。

即使對年齡作一粗略的區分（例如，六十至六十九歲，七十至七十九歲），則老年人在性別、種族、健康狀況、收入、婚姻狀況、以

及其他人口特性等方面的差異均是顯而易見的。事實上，大多數的老年黑人很窮，但某些人却也很富有；同時認知「大多數」的觀念與個別差異的存在這兩種事實，是非常重要的；如此，才不致於陷入誤認所有年老黑人均為窮光蛋，所有年老婦人均為寡婦，以及所有的老年夫婦均為祖父母的陷阱中。

衰老 所謂衰老（Senescence），乃指生命功能開始減退的生命階段。一個衰老中的人未必是個老年人。隨着老化而產生的改變亦未必是能力之喪失或導致某種困擾。不僅僅在衰老階段初期個別間差異（individual difference）很大——就如同上面所討論的，個別內差異（intraindividual difference）也是很大的。這就是說，一個人的身體並不是必然一齊老化；某些器官或系統會比其他器官或系統較快有衰退的現象。例如，一個七十歲的人可能有一口相當好的牙齒，滿頭黑髮，心臟像他五十歲時一樣——然而他的腎臟功能彷彿是一個八十歲的人。

老化學與老人病學 老化學是一種針對老年人的研究（就字義而言，老年人的研究，出自希臘字geros）。老人病學是治療老年人的一種體系。雖然在剛開始時，這個字僅用於老年人健康問題的治療，現在這個字已用於其他方面，例如：社會工作與娛樂方面。

很少人自認是老化學的專家，因為對於老年人與老化過程之研究是許多其他研究領域的一個分支。一個生物學家可能研究組織或單細胞動物的老化歷程；一個社會學家可能研究老年人的住宅問題；一個人類學家可能注意老年人在史前社會或退休者居住之社區的社會結構中所扮演的角色；一個教育家則可能關切如何針對新近退休或即將退休者設計有效的再教育計劃；一個經濟學家可能研究在老年人團體中，社會安全與退休金方案如何導致所得的再分配；一個犯罪學家則可能對老年人犯罪的種類、囚禁以外的刑罰方式，以及那些前科累累者老年時的動態等現象感到興趣。社會老化現象研究與生理老化現象研究之間偶而有較大的差別，故一般而論，除了生理老化研究專家

外，大致均可歸於上述社會老化研究專家之中。

心理老化研究專家則又有其獨特的興趣範圍，例如，年齡對記憶力、知覺、反應時間、或認知功能的影響等等。他也可能關切婚姻角色與家庭關係、退休對心理的衝擊，自身死亡的意義，對別人死亡的感覺、各種不同生活安排之心理性影響，孤獨與陪伴、心理疾病的治療、以及老化過程等人格特徵的影響。簡言之，心理學家一般所研究者，只要是有關老年生活者，均引納為老化現象研究的一部份。

第三節 老化現象之心理學研究方法

在心理老化現象研究中，行為科學的研究與其他年齡團體中的行為科學研究是以相同方式進行的。所使用的方法包括了控制的觀察，控制的實驗性研究，實地研究，參與者與觀察者研究，許多不同的測驗，傳染病學的研究（epidemiological study），人口調查資料之使用，大規模的抽樣研究、會談與問卷、社會與組織結構之分析等等。

雖然與其他年齡團體的研究在基本方法上相同，但老年人的研究却也意涵獨特的機會與獨特的困難。此項事實尤其當我們嘗試區分年齡的變化、世代的差異以及人生突發事件時，特別顯著。

例如，爲了要了解五十五歲至七十五歲間所發生的事，我們有兩種基本選擇。我們可以研究一個五十五歲年齡組和一個七十五歲年齡組，指出兩組間存有的顯著性差異，並且假設這些差異之所以存在是因為一組活得比另一組爲久。或是我們可以對五十五歲組先進行研究，過後每隔一段時間均加以追蹤調查，直到他們七十五歲時才停止。我們假設改變之所以產生乃是因爲二十年之發展所致。前者稱爲橫斷式研究（cross-sectional research）；後者稱爲縱貫研究（longitudinal research）。兩者都有極重要的優點；兩者亦都有嚴重的缺點。（讀者如欲整合上述兩種研究方法，可以參閱Schaie &

Strother, 1968)。

橫斷式研究方法有許多明顯的好處。它可以立刻獲得研究結果：你無須等待二十年方能獲得有意義的資料。基於上述原因，你也無須花費太多的時間、精力與金錢。同樣地，由於在短時間之內即可進行，它較不易為歷史事件所影響。例如，由1963年起對於老年人生理健康與健康方面之需要所進行的縱貫研究，將很難幫助我們了解1966年時開始推行的醫療計劃將會產生何種效果。在1960年至1970年期間，前往醫院與看醫生之比率可能因下列因素而提高：可資利用的低收費的醫療服務，健康問題的增加，較好的健康教育，或是上述三種因素均有以致之。

縱貫式研究也容易遭遇受試者遺失或亡故的困擾。在所有的年齡組別中，部份參與縱貫式研究的受試者，可能在研究結束之前即已失去聯絡。也許他們遠離原本住所；也許他們對計劃厭煩，或討厭調查員；也許研究的安排不便於他們繼續參與研究。對老年人進行此種研究，更易產生一項難題：因疾病與死亡而失去受試者。另一項特殊的問題也會發生，即那些病得太重而無法繼續參與研究，或在計劃執行期間亡故的受試者，與那些遺存的受試者之間在許多特性上也許存有極大的差異。假設我們想要了解在十年期間，短期記憶力(immediate memory)之變化，而在1970年時，我們選擇三十個生於1905年的人，三十個生於1900年的人，以及另外三十個生於1895年的人進行研究。在過去十年中，我們對他們進行許多不同的記憶力測驗，到了1980年，我們就那些仍然健在者，分析其記憶力在這十年中發生了那些變化。當初選擇出的許多受試者業已死亡，而這一部份人將包括許多在記憶力測驗初期階段，分數較為低弱者。我們知道某些認知功能(cognitive behavior)的急速衰退表示個體健康惡化，而此種健康惡化可能導致死亡。因此，那些在十年後仍健在者很可能在計劃開始之時與那些因疾病或死亡而遺漏的受試者之間，可能存有很大的差異。

儘管如此，我們對於記憶力的變化仍有或多或少的了解。因為我們以不同的年齡組進行研究，故調查設計含括橫斷式研究之成份（換言之，在1970年，我們即可比較了六十五歲組，七十歲組以及七十五歲組之間在記憶力的差異，在以後研究階段亦可作此種比較），所以，我們獲得了其他寶貴的資料。我們也能夠比較在1970年時七十歲的人與1975年時七十歲的人之差異，如此，我們可以驗證我們所發現的變化是一般七十歲的人均有的改變呢，抑或僅是某一年代出生的七十歲的人才具有的現象。（年齡羣體 age cohort 這個名詞是指那些生於同一時段的人們。）

要言之，縱貫研究的確提供了實質性優點。我們無須假定七十五歲的受試樣本完全與六十五歲樣本類似，但是，我們可以以他們本身作為控制組而排除樣本差異所造成的影響，這就是說，我們可以研究每一個人的改變。在橫斷式研究中，我們僅能獲得一般性發現，例如知道七十歲的人比五十歲的人更可能信仰傳統的宗教價值觀，至於這種差異是因為他們多活了二十年？抑或是那些七十歲的人剛好在一種社會環境中成長，此種社會環境比五十歲的人所生的年代更支持傳統的宗教信念？或是上述兩種因素皆有所影響？這些疑問只有對宗教信仰進行縱貫式研究才可能獲得部份解答。縱貫研究亦可提供下述資料：在研究的羣體中，誰變得比較信仰宗教，誰變較不信仰宗教，以及誰堅持自己的看法。

橫斷式研究與縱貫研究兩者均會受到受試者半途而廢的影響：那些業已死亡者或因疾病而無法參與者，可能與那些真正參與者存有某種差異。除此之外，我們有許多證據顯示：那些自願參與研究者比那些非自願者較有能力；那些自始至終參加縱貫研究計劃者比那些中途放棄者更有能力（Schaie, Labouvre & Barrett, 1973）。

鑑於上述對兩種方法之限制與長處之分析，似乎縱貫研究與橫斷研究兼採並用是最好的。

心理老化現象研究之意義

「研究」是解答重要問題的唯一方法。研究會貶抑人性，侵犯個人隱私權。研究毫無意義，因為每一個個體都是獨特的。研究剝奪了其他許多更重要的服務的經費。研究能促進進步。上述每一種說法都很熟悉，每種說法某種程度而言均有其道理，每一種說法亦都過份簡化現實環境。

首先，也許是最重要的，心理老化現象的研究正如其他的研究，具有多種不同的目的。我將分為三類進行討論：(一)理論建立或基礎研究，(二)「了解」研究 (understanding research)，(三)行動與評估研究 (action and evaluation research)。這些並非十分明確而絕對的分類。它們只是指出研究有其不同的目的，且經常會應用到不同的方法。不論如何，任何一種研究，在不同程度上，均可能涉及上述三種目的。

基礎研究

進行基礎研究之目的在於發現人類老化以及老年人之行爲與功能的原理，以期它們可以應用於其他情境。研究者希望這些原理今日可以適用，三十年後仍可以適用，北美可以適用，東南亞亦可以適用，農村可以適用，都市亦可以適用。雖然基礎研究者本人可能非常關切老年人的狀況，但其研究之實際應用却常留給他人執行。

兩位調查者想探討「練習」對於年輕人與老年人的「短期記憶」有否不同的影響。(短期記憶乃指在學習過後幾分鐘或幾小時之內的回憶能力，這與長期記憶——幾週、幾個月，或幾年之後的回憶能力是相對的。)實驗的作業非常簡單：先看一遍由兩個數字組成的一串數目，不久之後，受試者被要求以口頭報告方式說出原先呈現的號碼順

序。受試者在一個月內平均間隔一段時間進行這種練習，一共進行五次，俾使他們經由練習而獲得進步。研究之目的在於探討是否經由練習，老年受試者比年輕受試者能作更多的進步。研究結果顯示，雖然練習的機會對老年人助益程度並未高於年輕人，但兩者均因練習而增強了短期記憶能力。（如果你希望詳讀此份研究，參閱 Taub & Long, 1972）。

另一份研究，在範圍上更加廣泛；此研究調查老年人的社會關係受他所居住公寓人口年齡分配之影響。明確而言，調查者假設「老年人朋友的多寡與和鄰居互動的次數，將與老年人在居住地區的集中程度有關」（Rosow, 1967, p. 41）。研究結果支持這種看法：當他所住的公寓老年人口比例較高時，他日子過得較好，雖然作者仍然指出了一些例外並加以討論。

兩種計劃均着眼於有關老年人行爲之理論的增進，前者是有關學習與遺忘的理論，後者是有關於社會整合與情感關係的理論（social integrity & relatedness）。兩種研究之計劃與執行都是希望能將研究結果推廣而適用於其他老年人。兩項調查並非可不分時空地解決研究本身的問題，但是，兩種研究的發現在某種程度上都可以應用於受測樣本以外的羣體，尤其是當與其他相同的研究計劃所發現的結果相互整合時。雖然這些研究對成人教育者、社區計劃者、老年人的成年子女、最近退休面對以後住宅問題的人們等均有直接涵義，但對研究者而言，理論之探討可能比實際應用有着更高的優先性。

「了解」研究

對於實際應用有更進一步考慮，但仍具有理論性涵義之研究，我稱之爲「了解」研究。這種研究較受其進行時的時間與空間所限制；這就是說，在結果的適用性方面，它有較多的限制，並且較易受研究時的特殊情境所影響。

有一份研究，探討科羅拉多州丹佛市（Colorado, Denver）之老年人的購物行為，調查者會談了四〇一個在食品市場外的老年人，詢問他們如何到達商店，上市場和返家對他們而言有無特殊困難（尤其是針對那些抱着一大堆用品且穿越馬路的老年人），以及他們需要花費多少時間。他們對這些問題的回答跟其購物的市場種類（在購物中心的一個大型超級市場，或是一個小型的隔鄰商店）、他們到達的方式（走路或駕車）、他們的收入等有密切的關係（Sherman & Briffar, 1973）。作者們就購物中心應用日廣，而地方商店日益減少的涵意，來討論其研究結果。雖然這份研究對於其他老年人社區或團體有某些涵義，它對於理論亦有某些涵義，但我認為它最主要的功能在於透過深入的個案研究而增進吾人對老年人之了解。

一個人類學家寫了一篇文章名為「玻里尼西亞社會中老年人地位之變遷」（*The Changing Status of Elders in a Polynesian Society*; Maxwell, 1970）。再一次地，對於理論之涵義雖甚為明顯，但這份研究的主要價值在於增進我們了解其他文化中的老化現象，一方面了解那個文化以及其人民，一方面經由比較，指出我們文化中發生的現象。

行動與評估研究

某些老化現象之研究，着眼於解決某種特別的問題。對於某個特別的計劃作評估時，或對於當前重要問題或政策之執行解決時，行動與評估研究最為適合。

有一個非常著名與成功的計劃——養祖父母計劃（the Foster Grandparent Program），此計劃是以老年人充當育幼院兒童的祖父母。一般說來，參與此項計劃的老年人收入相當有限，故研究者付給他們些許酬勞。而育幼院之兒童或許智能不足，或許身體有缺陷，或許有情緒困擾，或許僅因為缺乏適當的家庭安置。