

臺灣老人社會整合之研究： 以社區生活參與為例

呂寶靜*

一、研究緣起

在高齡社會裡，如何讓老人過著健康、安全、活力、尊嚴的生活成為政策關注的議題（林萬億等，2006），而呂寶靜等（2007）提出高齡社會對策之總目標為：「建構有利於高齡者健康、安全的友善環境，以維持活力、尊嚴與自主」，除了基本生活的保障外，還須致力於友善老人的環境之型塑，此乃因友善老人的環境不僅讓老人可免受到社會上的年齡歧視，或不會因老年而招致到社會排除，還包括支持性和使能（enabling）的環境之建立。至於活躍老化（active ageing）之體現是以社會參與為基石，而老人透過社會參與，建立社會連接關係以整合社會，增進身心健康及福祉。

本研究所提出的問題意識有下列三項：

（一）社會參與的研究中未正視社區參與，也忽略社會參與可建立社會關係連結

世界衛生組織（WHO）於 2002 年提出活躍老化之概念時，針對健康、參與和安全三大基礎原則中有關「參與」面向的主張為：提供民眾橫貫生命週期之教育及學習機會，如基礎教育、健康教育及終身學習。另一方面，強調當民眾逐漸老化時，亦應鼓勵個人依照其能力、偏好及其需求，積極的投入經濟發展相關的活動與志願服務等工作；除此之外，也應鼓勵民眾充分的參與社區及家庭生活；並透過提供良好交通運輸環境之建構、不分年齡人人共享社會之打造、降低性別不平等、正向的老年圖像之型塑等策略，加強民眾社會參與的動機與實際的參與行動。然現有文獻中有關社會參與的討論向來側重在參與的活動類型（如志願服務、休閒參與或教育學習活動參與等），

* 國立政治大學社會工作研究所教授



較少關注在社區參與的分析（老人退休後的社區參與卻是社會整合之一項重要機制）；亦忽略了活動參與有助於個人社會連帶或關係連結產生之探究。

（二）社會整合的關係網絡中，疏忽老人與社區人士或鄰居關係之網絡

國內有關老人社會關係的研究聚焦在家庭關係、家庭支持功能與家庭照顧能力等主題之探究，但對老人和朋友及鄰居關係之分析，十分缺乏。其實在老人的社會關係中，鄰居的關係一般來說係屬「弱的連帶」或「橋樑的連帶」，弱的連帶可透過制度式的設計安排而可能發展成朋友或發揮友伴（companionship）的功能，因友伴的關係產生自共同從事休閒娛樂活動或共同的興趣。誠如 Kelly（1987）所稱，休閒活動可創造一個社會環境以發展新的社會關係。而隨著生命週期的改變，結識新的朋友或加入新的團體，有助於網絡發揮友伴之支持功能。因此，本研究關注在老人參與地方性社團對鄰居關係、鄰居行動（neighboring）、及鄰里凝聚（或社區意識感）的影響。又老人與鄰居的關係或鄰居互助行為會受到哪些因素之影響？此外，老人的社區生活參與和其身心健康之關係為何？

（三）透過社區行動（社區關懷據點的設立），以強化鄰居關係網絡之支持功能

近年來英國一些學者透過社區行動來建構友善老人的環境，透過方案或行動計畫以加強鄰里連帶或提高社區感（譬如：Austin et al. 2005）。反觀臺灣，政府目前推動「建立社區照顧關懷據點實施計畫」，藉由據點提供服務給老人，期能促進老人生理、心理健康並拓展社會關係。爰此，社區關懷據點的建立，提供我們一個機會去考察社區行動方案如何型塑老人的社區生活參與或改變老人與鄰居的關係。又透過何種機制才能引發老人發展新的社會關係或維持正向的連帶關係？除此之外，個人的社交技巧在社區生活參與上扮演何種角色？

更具體而言，本研究之研究目的有下列三項：

1. 分析老人社區參與對其社會關係轉變之影響，以及參與社區生活與福祉的關係，而社區參與聚焦在社區關懷據點參與之探究，以瞭解參與據點活動的老人和在據點服務老人的志工之生命經驗。
2. 討論促進老人社區生活參與之策略，探索藉由老人社區關懷據點之服務提供來重塑老人鄰居關係以發揮社會支持功能之可能性，進而探究老人的社區生活參與對其福祉或生活滿意度之影響。
3. 發展介入服務方案、執行介入服務方案且進行方案成效評估研究。

二、執行經過

本研究之研究期程預定三年，第一年之研究重點為：為瞭解社區照顧關懷據點對促進老人社會整合所扮演之角色和發揮的功能，舉辦五場焦點團體，邀請臺南縣政府、新北市政府和西港鄉公所、板橋市公所之業務承辦人員，以及社區照顧關懷據點負責人、主任、或志工隊長參與；此外，也赴七個社區照顧關懷據點瞭解其硬體設備設施、提供服務與辦理活動，以及參加者的特性等情形。

第二年執行完成的工作項目有二：(1) 老人社區生活參與對其社會整合之影響，以臺南縣西港鄉及新北市板橋區兩個社區的老人為對象，共計訪談 11 位老人；另也訪談 11 名在據點服務的志工。(2) 拍攝「關懷零距離」紀錄片：透過動態影像紀錄，呈現社區照顧關懷據點舉辦老人活動的情形，捕捉負責人的理念、志工的投入及參與老人的活力，展現社區照顧關懷據點之功能——作為社區老人建立社會關係或整合社會的平台。

而第三年執行完成的工作項目有二：(1) 執行老人懷舊團體介入方案：採行前－後測控制準實驗設計方法執行老人懷舊團體介入方案「我們的人生故事·港東村老人懷舊團體」，參與本研究之對象為臺南縣西港鄉港東村生活滿意度較低的老人。(2) 進行問卷調查：為瞭解老人社區生活參與側重在社區關懷據點的參與之情形，以及此類參與對其鄰居關係、主觀福祉的影響，研究對象之選取擬有城市和鄉村之別，又兼顧區域的差異，故立意選定新北市和臺南市。配合總組社區介入選定的社區，新北市擇定板橋區，臺南市則是西港區，故先選取上述兩個鄉鎮市區為樣本，然後在同一縣市中擇定相同的都市化層級的鄉鎮市區為對照組，故新北市選定中和區，而臺南市則選定後壁區；每個區選取五個社區關懷據點，共計 20 個據點。每個據點再請社區關懷據點負責人推薦 20 名老人成為受訪名單，總計完成 400 位老人的問卷調查。而問卷內容包括：個人狀況與基本資料、住屋與居住環境、鄰居關係、社區照顧關懷據點參與情形、社會支持與社會參與、主觀福祉及經濟狀況等七項(呂寶靜，2012)。

三、研究成果

(一) 老人參與社區關懷據點的情形

第一年之研究成果，透過參加焦點團體討論之社區關懷據點負責人的言



詞分析，吾人對老人參與社區關懷據點的情形有以下初步發現（呂寶靜，2009）：

1. 阻礙老人參加活動或使用服務之因素有：行動不方便；個性內向；工作或照顧家庭；社區照顧關懷據點對行為的限制（如不能抽菸、喝酒、賭博）；老人習慣在公園、廟前、大樹下相聚活動，到據點活動較拘束不自在。
2. 社區照顧關懷據點的特色：(1) 有血壓計、跑步機、卡拉 OK 等器材可供使用；(2) 社區照顧關懷據點的志工和老人就像是一家人，志工會提醒老人家血壓、健康等問題，有什麼事情也會幫忙注意一下；老人對志工有信任感，比較能夠放心的講一些內心的話；(3) 關懷據點固定都會有人在，老人一方面可以找老朋友；另一方面可獲得許多新的訊息；(4) 社區照顧關懷據點能夠提供老人免費的服務，包括：坐按摩椅、泡茶、餅乾糖果等，給老人免費的享受；再者，另一個賣點在於「人」，亦即關懷據點的志工，老人家來據點就會受到關懷的眼神、燦爛的笑容、親切的聲音，以及溫暖的雙手；(5) 常常舉辦活動，讓老人有機會多出來走動，久而久之變成習慣出來活動；(6) 社區照顧關懷據點提供額外的服務，方便老人家，例如不識字的老人需要填寫資料時，會到據點尋求志工協助；(7) 許多據點提供定時定點量血壓服務，做出據點的口碑，吸引老人在固定時間出來接受服務。另有據點結合藥局提供血脂肪檢測、骨質密度檢測等較不常見的服務，更是吸引老人的一大賣點。
3. 較能引發參加者彼此的互動進而建立友誼關係之活動或服務項目：獨居老人慶生會；共同用餐；固定式活動（譬如每個星期都有活動，且持續幾個月）；一起外出旅行；老人同質性愈高、交集愈多，愈可能發展友誼。
4. 參加關懷據點舉辦的活動或接受關懷據點的服務對老人之影響：(1) 生理方面：達到復健效果，改善行動能力；(2) 心理方面：包括充實生活、變得較樂觀、較快樂、提高生活掌控感、及感受關心、溫暖等；(3) 人際互動及生活方面：如認識新朋友、多一個地方可以走動、讓家人安心、及獲取健康新知等。

（二）社區關懷據點志工參與志願服務之經驗¹

依據生命週期的觀點，個體從成年人邁入生命晚期時，容易因為經歷一

¹ 此部分研究成果業已於 2010 年「高齡社會南區研究成果發表會」發表。

些轉換期 (transitions) 而導致社會整合的威脅。老人退休後主要的社會整合之途徑有二：注重家庭連結及注重社區參與，而志願服務參與即為其中一項促進社會整合的機制。本研究係以社區照顧關懷據點為例，探討社區關懷據點志工參與志願服務之經驗。

本研究採用深度訪談法，針對 11 位年齡介於 58 ~ 74 歲的社區照顧關懷據點志工進行訪談，主要的研究結果為：(1) 個人成為關懷據點志工係基於「天時地利人和的機緣」：「天時」係指擔任志工的好時機，包括個人的生命階段（從工作角色退休、家庭責任減輕）及外在的結構機會（社區關懷據點的成立），增進志工機會的可獲性；「地利」是指地理的鄰近性，亦即社區關懷據點對志工們的可接近性高；「人和」則係指原先鑲嵌的社會關係網絡是帶領人們加入志工行列的關鍵。(2) 個人參與志願服務的動機主要可歸納為：服務他人或回饋社會的利他主義、找事做以避免生活無聊、增進社會互動、感覺自己還有能力（還有用）、代間的互助交換、及瞭解老年生活等六個面向。而本研究即有幾位受訪者擁有多重動機，但有將近半數的受訪者都著重在利他主義。此外，許多受訪者皆提到自己因為服務對象的回應而感到快樂、高興、或是備受肯定，正是所謂的「助人為快樂之本」，這也是受訪志工持續服務之動力。(3) 擔任志工對生活的影響，主要包括：人際網絡的拓展、主觀福祉的提升、生活有意義或有目標、及自我成長等四個面向；同時透過志願服務之參與過程，人們也獲得許多人際接觸的機會，而對社會關係產生影響。綜合言之，社區老人擔任社區關懷據點志工的參與過程和整體經驗其實就是一種社會整合的動力與展現；且對退休老人而言，志願服務參與確實是促進社會整合的一項機制。

(三) 懷舊團體介入方案對增進社區老人福祉成效之初探²

近年來社區照顧關懷據點紛紛成立，期望藉由據點提供服務給老人，以拓展其社會關係，並促進生理、心理健康，但社區中仍有許多老人從未與關懷據點產生互動，其中有些可能是較孤立的老人。社會孤立對老人的主觀福祉產生負面影響，可實施一些介入方案來降低老人的社會孤立或提升主觀福祉，而懷舊團體是其中的一類介入方案。爰此，本研究設計並實施「老人懷舊團體」介入方案，以臺南縣西港鄉港東村的社區老人為對象，檢視介入

² 此部分研究成果業已於 2011 年「2011 高齡社會北區研究成果發表會」發表。



方案對於生活滿意度較低的社區老人之福祉所產生的影響。研究分析顯示，懷舊團體介入方案，可降低參與老人的抑鬱程度並提高其生活滿意度，但對於減少寂寞感之成效則未具顯著性。另外，團體成員對參加團體的感受相當正向，都認為每週聚會是一段歡愉的時光，此係因有人可作伴講話，而團體過程中相互性的溝通和分享是關鍵要素。

四、建議

1. 依據內政部所訂頒的「建立社區照顧關懷據點實施計畫」，社區照顧關懷據點成立的目標與功能係著重在社區老人的關懷與照顧，然本研究發現，社區關懷據點其實也提供社區老人參與志願服務之機會。從受訪者的經驗可知，在個人成為社區關懷據點志工的過程中，外在的制度或結構機會扮演了相當重要的角色，志工機會的可獲性（關懷據點的成立）及志工機會的可接近性（據點的地理鄰近性或地緣關係），是促發個人投入社區關懷據點志願服務的要素。誠如 Sherreden 等人（2001）所強調的，人們在晚年從事生產性活動其實同時受到個人能力與制度能力的作用；更具體來說，個人要能夠從事生產性活動必須有社會制度所創造出的角色機會，故相關政策應透過結構機會的創造來提升社區老人參與志願服務的可能性，譬如招募志工的資訊更加廣為周知、廣增在地擔任志工的機會、透過表揚肯定志工的貢獻、並提供志工訓練與支持等。
2. 老人懷舊團體過去的實施對象多半為機構（長期照顧機構或護理之家）住民，用以協助老年住民因應生活的轉變（住進機構）。但其實有學者指出，懷舊團體介入方案的適用對象有：（1）憂鬱的老人；（2）認知損傷的老人；（3）面臨生命轉換的老人（如入住護理之家的新住民）；（4）失智老人及其照顧者（Ingersoll-Dayton & Bommarito, 2006）。本研究則證實懷舊團體對於社區中生活滿意度較低的老人也具有成效，建議未來以社區老人為服務對象之服務提供單位（如社區照顧關懷據點、日間照顧中心、老人福利服務中心等）也可針對缺乏社會接觸或主觀福祉較差的老人辦理懷舊團體介入方案。
3. 老人參與鄰里組織（社團），不僅可扮演有意義的角色和參與活動，且可促進鄰居間的社會互動，型塑或維持鄰居關係，增強鄰居關係網絡之社會支持功能，達到社會整合之目標。自 2005 年內政部補助地方政府建立社區關

懷據點，期能提供關懷訪視、電話問安、諮詢及轉介服務、餐飲服務、健康促進活動等服務；然而，此種活化社區組織的政策透過各類活動之辦理、有意義的多元角色之創造等策略，對鄰居關係、鄰居行動、及鄰里凝聚（社區意識感）造成什麼樣的影響，有待深入分析；又社區內的鄰居行動與社區內老人福祉的關係也是值得探究的一項主題。

4. 有關老人志願服務參與之未來研究建議：現有文獻指出，老人志願服務之自覺獲益存在著差異，許多研究也開始探討影響高齡志工自覺獲益之差異的影響因素，側重在志願服務者的個人屬性（如年齡、性別、社經地位）或參與情境（如：志願服務參與程度與服務類型）對其自覺獲益的影響效果（譬如 Morrow-Howell 等人，2003；Morrow-Howell 等人，2009）。換言之，有關老人志願服務參與之效益（或獲益）與其參與經驗有關，故深入剖析彼等之多樣性經驗是未來可研究的一項議題；另志工用人單位的人力資源管理策略可能型塑個人的志願服務經驗而影響其參與，故擔任志工的參與獲益與用人單位制度的關連性亦值得更深入的探究。

參考資料

1. 呂寶靜，2009，《臺灣老人社會整合之研究：以社區生活參與為例》（第一年研究計畫期中報告）。行政院國家科學委員會專題研究成果報告。NSC 97-2420-H-004-159-KF3
2. 呂寶靜，2010，〈社區關懷據點志工參與志願服務之經驗初探：社會整合的動力與展現〉。發表於「高齡社會南區研究成果發表會」，2010年9月11日。
3. 呂寶靜，2011，〈社區老人懷舊團體介入方案成效之探討〉。發表於「2011 高齡社會北區研究成果發表會」，2011年5月7日。
4. 呂寶靜，2012，《高齡社會的來臨：為 2025 年臺灣社會規劃之整合研究－臺灣老人社會整合之研究：以社區生活參與為例》（第三年研究計畫成果報告）。行政院國家科學委員會專題研究成果報告。NSC 97-2420-H-004-159-KF3