

準諮商員對老人的態度、從事老人諮商意願、 所受專業訓練及其未來老年生活態度之研究

謝 麗 紅

國立彰化師範大學輔導學系副教授

摘 要

本研究旨在了解準諮商員對老人的態度、從事老人諮商的意願、所受專業訓練及其未來老年生活態度，以便做為培訓老人諮商專業人才的參考依據。

本研究是以國立彰化師範大學輔導學系大學部四年級的準諮商員為研究對象，以深度訪談的方式來蒐集資料，經歸納分析，主要研究發現如下：

一、對老年人的看法

受訪者對老年人的看法不一，其所持的態度包括正向與負向兩個層面，有些受訪者對老人傾向正向的看法，有些傾向負向的看法，有些則兼具正向與負向的看法。

二、老年人生活的安排

整體而言，受訪者大致認為老年人的生活重心不再是事業，但其他方面仍然可以繼續發展。最重要是身體健康且能獨立生活。受訪者覺得個人在即將年老時，就應規劃老年生活，培養興趣，使生活有重心。

三、對快樂老人的看法

受訪者認為快樂的老人第一要件是身體健康、無病痛纏身。另應居有定所、有老伴或好友相扶持、擁有自己的興趣、生活有目標、且能坦然面對年老、對死亡有心理準備。

四、對老年問題的看法

受訪者認為老年問題包括健康問題、心理問題、經濟問題、居住問題、親子問題等，除此之外，其他人生各階段會遭遇的問題，老年人同樣也會面臨到。

五、對退休的看法

受訪者對退休的看法包括正向與負向二方面，正向方面認為退休後，從工作崗位撤離，生活自由了，有很多時間可以加以運用，做自己想做的事。

負向方面則認為退休之後，生活頓失重心，生活漫無目標，自己的地位、權威角色喪失，不再有影響力及生產力。

六、對未來老年生活的看法

受訪者表示見到老年人會令自己聯想到未來老年的生活，若見到不好的現象，會引以為戒，見到好的狀況，則希望自己將來年老時也能如此幸福過日子。

當想到自己年老的生活，受訪者表示有時會感到害怕，也有些抗拒，原因是擔心自己無法掌握生理的老化及外在環境，有時則覺得老年生活離自己還遠，可以勇於接受自己會老化的事實。

受訪者一致強調身體健康的重要性，希望自己年老時還能擁有健康的身體；另外認為自己在還未退休或步入老年以前，就應該為將來老年生活作準備。

七、從事老人諮商的意願

有一半的受訪者表示自己願意投入老人諮商的服務行列中，覺得老人是值得關懷與幫助的一群人。另一半的受訪者認為他們對其他對象的諮商較感興趣，除非必要，否則不會選擇投入老人諮商工作，原因是自認對老人問題不太能掌握，且期待自己將來能在學校中服務。

八、相關專業知能的訓練

受訪者大多表示對老人諮商的相關知能感到陌生，在專業訓練過程中，甚少接觸有系統的相關知能，因此擔心自己無法勝任老人諮商。

研究者最後根據研究結果提供建議，以供諮商實務工作者、諮商專業訓練及進一步研究的參考。

關鍵詞：老人、老人諮商

壹、緒論

一、研究動機與目的

由於醫學科技的進步、社會安定、經濟繁榮、國民所得與生活品質的提高，使人的平均壽命延長，老人人口因而逐年增多，老人適應問題日益嚴重，這是整個世界共同的趨勢，老人的適應已成為社會問題中不可忽視的一環。

老人問題雖日益嚴重，但目前並未受到相對的重視，其原因為：(1) 人口老化的快速成長是前所未有的情況，其所牽涉的因素太廣，過去很少這方面的研究；(2) 老化被視為是人生的自然過程；(3) 老人一般求助意願低，老人諮商較困難，因而常被忽視；(4) 受老人刻板印象(ageism)的影響(胡人傑，民71；Corey & Corey, 1987)。

基於年齡而對老人產生的偏見與刻板印象，成為面對老人最顯著的問題。一般社會強調能力與生產力，以年輕的外觀、積極、活動性、獨立等作為個人價值的評判標準。在美國，年輕意味著漂亮、美好、獨立、有影響力的；而年老則表示沒有價值、無性別的(sexless)、衰老的、疾病、隔離、孤立而寂寞的(Levin & Levin, 1980, 引自Genevay & Katz, 1990)。許多研究指出美國人認為老人固執、健忘、糊塗、無生產力、抗拒改變、身體衰弱等。這些對老人的負面看法普遍存在於小孩、青少年、成人、甚至老人本身身上。這些刻板印象，容易令老人感到沮喪、無安全感、無價值、不快樂、自尊及自我意象低落，同時使年輕人對老化(aging)有歪曲的誤解與偏見，引起年輕人對老化的恐懼，拒絕自身的老化，甚至不願接觸老人(陳智昌，民73；Hooyman & Kiyak, 1988)。

面對自己生理功能的老化、社會轉型期的壓力、時間腳步的加快、親子關係的疏遠、人際交往的落寞、功利主義的現實等等，均可能使得老年人無所適從，而產生適應上的問題(程又強，民75)。隨著老年人口與老人問題嚴重性的增加，需要有更多的助人工作者來幫助老人解決心理適應及生活上的問題。國內是否有相當的人力資源來因應老人服務工作的需求，及這些助人工作者所受相關專業知能是否足以勝任？這些因素再影響老人諮商工作的品質與效果，值得深入了解。

諮商或心理輔導是一種人際互動的過程(corey,1986)，在這個過程中，諮商員與當事人之間是相互影響的。諮商員的態度不僅影響當事人，也關係著輔導歷程及諮商員本身的情緒，我們只能要求諮商員儘量保持中立，避免情緒性的介入，但很難將諮商員的情緒、價值及態度完全排除在諮商情境之外。因此常在老人諮商過程中產生許多問題，如諮商員以自身的時代背景和觀點來看老人的問題，而忽略了老人真正的需求、或諮商員對老年人產生反移情作用，這些都是干擾有效諮商的因素。

諮商員的態度及反移情的產生，常與諮商員生活中的個人經驗有關，如老化、失落、與家人或重要他人互動經驗等，都可能影響諮商員對老人的態度，甚至造成對老人個案產生反移情作用。因此，了解及協助諮商員澄清其對老人的態度、與老人相處的經驗及對未來自己老年生活的期待，將有助於諮商員減少對老年人的刻板印象、負向態度，甚至避免反移情作用的產生，以增進諮商的效果(Genevay & Katz, 1990)。

環顧國內有關老人諮商的實務工作及研究，可以發現老人問題與諮商才正是起步階段，專業人員的培訓機構，對服務老人的專業訓練缺乏重視，僅有少數課程涉及老人發展與適應的主題，使得投入服務老人行列的專業人員不足，因此，本研究希望探討培訓輔導專業人才學校的相關訓練課程、準諮商人員對老年人的態度及其對自己未來老年生活的看法，藉以了解現況，及其之間的關係，以便作為培訓老人諮商專業人才的參考依據。

本研究的目的如下：

- 一、瞭解準諮商員對老年人的態度及相關看法。
- 二、瞭解準諮商員對自己未來老年生活的看法。
- 三、瞭解準諮商員未來投入老人諮商工作的意願。
- 四、瞭解準諮商員對老年人的態度及相關看法。
- 五、瞭解準諮商員培訓過程中，老年諮商相關知能的學習狀況。
- 六、針對本研究初探性的了解，作為進一步深入研究的規劃。

二、名詞詮釋

(一)老人

老人係指超過某一年紀的人群，由於年齡的意義不同，所以對老人的界說亦不同。

- 1.生理學的老人：係指歲月的消失，生理上多種器官的組織逐漸衰弱，失去原有功能的人。
- 2.心理學的老人：指心理特徵上意志消沉、精神萎靡不振、沒有奮鬥創新精神的人。
- 3.社會學的老人：指根據各種法則、職業、行業的規定，自願或強迫退休之人。一般而言，生理、心理的標準很難認定，缺乏客觀標準，因此本研究採社會標準，以實際年齡超過六十五歲者為老人。

(二)對老人的態度

一般社會心理學者將態度解析成認知、情感、意向等三種成份。

- 1.認知成份：是指對於態度對象所持有的信念、知覺及訊息。
- 2.情感成份：係指個人對態度對象的情緒感覺。
- 3.意向成份：指個人對態度的反應傾向。

本研究對老人的態度係指對老人的看法、刻板印象與偏見而言。

(三)準諮商員

本研究所稱「準諮商員」係指大學層級四年級實習諮商員，目前修畢輔導學系基礎理論課程，正修習專業實習課程者。

三、研究限制

本研究主要的限制來自於樣本，由於研究設計採用深度訪談的方式，以便蒐集較深入詳盡的資料，礙於時間、精力的因素，無法蒐集大量的樣本資料。

研究資料來自國立彰化師範大學輔導學系四年級準諮商員，因此在研究結果的解釋與運用上，應考慮此種現象。

貳、研究方法

本研究採質的研究方法中的深度訪談方式進行資料蒐集，藉以了解準諮商員對老年人的態度、準諮商員對自己未來老年生活的看法、從事老人諮商的意願、及相關課程訓練情形。

資料蒐集採用晤談方式，以晤談指引(interview guide)引導受談者陳述其觀念，其優點為：一則能維持晤談過程、內容之彈性，以便深入瞭解研究主題內涵，另則可促進受訪者自在的談話(Patton,1987；引自賴秋華，民80)。

一、研究對象與場地

本研究是以國立彰化師範大學輔導學系學生為研究對象。研究者藉由邀請，徵求其接受訪問的意願，共訪問了十位學生，為顧及樣本男女比率，因此包括男生二名，女生八名，其基本資料如下：

表一 研究對象基本資料

受訪者	年級	年齡	性別	宗教信仰	有無同住老人
A 君	4	2 2	女	無	無
B 君	4	2 3	女	無	無
C 君	4	2 3	男	天主教	無
D 君	4	2 3	女	無	有
E 君	4	2 3	女	無	無
F 君	4	2 3	女	無	有
G 君	4	2 3	女	佛教	有
H 君	4	2 2	男	佛教	無
I 君	4	2 2	女	無	無
J 君	4	2 3	女	無	有

受訪者同意接受訪問時，研究者即與他(她)約定訪談時間與訪談地點。訪談地點選擇安靜、舒適、不受干擾的地點進行，本研究的訪談均在教授個別研究室、資料室等進行。

二、訪談方式

本研究資料之蒐集採半結構(semi-structure)晤談方式進行，研究者事先設計晤談指引，在晤談過程中參考晤談指引來引導受訪者陳述其看法及意見。

晤談指引內容包括：介紹訪談目的、程序；受訪者對老年人的看法；受訪者對自己未來老年生活的看法；投入老人諮商服務的意願及所受相關課程的訓練等；再次研究者視訪談內容需要，進行必要的探索。本研究的晤談指引內容如下：

○○您好：

感謝您抽空接受我的訪問，這是我的一項研究，目的在希望透過今天的訪問，了解您對老年人的看法，及您對自己未來老年生活的看法。在訪問的過程中，我所詢問您的問題，您只要針對自己的想法或看法回答即可，沒有對或錯的考慮。

「您可不可以談談您對老年人的看法？」

「您覺得老年人的生活應該怎麼過、怎麼安排？」

「您覺得怎樣的老人才算是快樂的老年人？」

「您家中是否有同住的老人？您對他們的看法如何？」

「過去與老人接觸的經驗中，那些令您印象深刻的？」

「您曾經在什麼時候、什麼情況下想到自己將來的老年生活？」

「當您想到自己的老年生活時，您的感覺如何？」

「您對退休的看法如何？您覺得自己會在幾歲退休？」

「當您年老時，您希望在那裡安享自己的老年生活？」

「您有沒有想過去安老中心或養老院？」

「您會如何安排及準備自己的老年生活？」

「您老的時候，希望家人怎麼對待您？」

「您覺得老年人會遇到什麼困擾或問題？」

「您可不可以想像一下自己的老年生活，您覺得會過得如何？」

「將來若有機會投入老人諮商工作，您的意願如何？」

「過去所受輔導專業課程訓練所接觸的相關知能情形如何？」

整個晤談過程力求讓受訪者自由地表達其對老年人及自己未來老年生活的看法，每次晤談子題終結時，訪問者將受訪者之重要觀點予以摘要，並再一次詢問受訪者是否有所補充或校正，以盡力達成不疏漏、不偏頗之晤談原則。

三、資料分析

本研究以訪談方式蒐集相關資料，在訪談時先徵求受訪者同意後，使用錄音機作訪談記錄。由於訪談的資料完全是談話，錄音機能幫助研究者把握住其無法憑記憶記住的談話細節。

談話錄音於事後轉寫成文字的訪談筆錄(interview transcript)，再加以分析、整理。研究者在碩士班、博士班求學階段皆曾修習過「質的研究」課程，並於實際上完成質的研究報告數篇。

肆、結果與討論

(壹) 研究結果

本研究就十位國立彰化師範大學輔導學系學生對老年人的態度及對自己未來老年生活的看法之晤談資料，加以分析與整理。茲將結果陳述如下：

一、對老年人的看法

根據十位受訪者的看法，經由分析整理得知他(她)們對老年人的態度，包括正向與負向兩個層面，有些受訪者傾向對老年人持有負向看法；有些傾向正向看法；有些則兼具正向與負向看法。

(一) 正向的看法

1. 較具智慧，很多事情較能有圓滑的解決方法，且看事的角度較多面，是社會的寶藏。
2. 人生閱歷豐富，經驗老道。
3. 親切、和藹、可親、常關懷周圍的人。
4. 做事沉穩，不急不徐。
5. 能不厭其煩的教導後進。
6. 「老人孩子性」，有其可愛的一面。

(二) 負向的看法

1. 倚老賣老，長篇大論地囉嗦個沒完，令人厭煩。

2. 身體衰弱、常有病痛、臥病在床。
3. 對社會貢獻少。
4. 隨時要面臨死亡，生活缺乏希望。
5. 固執，堅持自己的想法，很難溝通與改變。
6. 較排斥新潮事物或西方文化。
7. 很依賴子女，害怕孤獨、失去倚靠。
8. 是可憐的一群。
9. 愛貪小便宜。
10. 情緒反覆無常。
11. 喜歡抱怨病痛。
12. 迷信。
13. 是子女、家庭、社會的負擔。
14. 無知的、落伍的。

二、老年生活的安排

受訪者大致認為老年人的生活重心不再是事業，但其他方面仍然可以繼續發展。最重要的要維持身體健康，且身邊留有一些生活費，如此才能較獨立的生活，不用依賴子女或造成子女的負擔。覺得老年人生活應有重心，最好在即將年老時就應妥為規劃，不要把時間浪費在無所事事上。強調老年人應培養自己的興趣，多從事休閒活動、或學習活動，拓展自己的視野，多與人交往，亦可貢獻自己的經驗與力量，投入義工行列，以便使生活充實而富有意義。

另一現象是受訪者認為老年生活若有老伴同住最佳，不一定要與子女同住，可與年齡相當的親戚、兄弟姊妹或友人一起同住，可能日子會過得較為有趣，且有聊天的對象。子女只要多連絡，多來探望老人家即可。

三、對快樂老年人的看法

受訪者認為快樂的老人第一個要件是身體健康、無病痛纏身。其他看法如下：

1. 有固定的住所，不用東飄西盪的。

- 2.對人生不後悔，不覺得遺憾。
- 3.有老伴或好友，能彼此相互幫助，不會孤獨。
- 4.經濟不虞匱乏。
- 5.有自己的興趣，生活有目標。
- 6.能坦然面對年老，且對死亡有心理準備。
- 7.擁有良好的親子關係及人際關係。
- 8.樂天知命，有個人信仰。

四、對老年問題的看法

受訪者覺得老年人會遭遇的困擾或問題，以健康問題為首，認為健康問題影響老年人生活的品質，也是其他問題的根源所在，如「久病無孝子」，身體不好，會拖累子女等，其他老年問題詳列如下：

- 1.健康問題：生理功能的退化、生理上的病痛、生理功能的喪失。
- 2.心理問題：喪偶、喪友的失落、面對死亡的焦慮、自我概念低落、覺得自己沒有價值、孤獨、無助。
- 3.經濟問題：沒有固定收入、經濟困難。
- 4.居住問題：無固定居所。
- 5.親子問題：子女不孝、被子女遺棄、親子溝通不良。
- 6.生活失去重心、缺乏安全感。
- 7.文化和時代潮流改變的衝擊。

另有一位受訪者表示老年人除了身體的毛病及死亡的問題較特殊外，其他在人生各階段會遭遇的問題，老年人同樣也都會面臨到，因此，老年問題與其他階段的問題並沒有太大的差異。

五、對退休的看法

受訪者對退休的看法包括正向與負向二方面，正向方面認為退休後，從工作崗位撤離，生活自由了，有很多時間可以加以運用，做自己想做的事、休閒或旅遊。負向方面則認為退休之後生活頓失重心，生活漫無目標，自己的地位、權威角色喪失，不再有影響力及生產力。

除此之外，受訪者大致強調若能對退休儘早有心理準備，安排退休後的生活，把工作上的價值轉移到其他方面，如家庭、同儕、宗教、團體等，則對退休可以適應的較好。

六、對家中同住老人的看法

受訪者中有五位曾有與老人同住的經驗，唯目前仍有同住老人者剩下四位，對家中同住老人的看法，同樣有正向、負向二種態度，他們對同住老人的看法如下：

(一) 正向態度：

1. 勤儉辛勞，為家人付出奉獻。
2. 值得尊敬的。
3. 慈祥、包容、親切的。
4. 有智慧、身體健康的。

(二) 負向態度：

1. 迷信、保守、觀念迂腐。
2. 固執、不易溝通。
3. 身體虛弱、行動不便。
4. 囉唆、嘮叨。
5. 生活沒有重心。
6. 寂寞、依賴的。

七、對自己未來老年生活的看法

(一) 引發想像老年生活的情境

受訪者大都表示在見到年老行動不便的人、參與老年人的喪禮、經歷年長親人死亡、看書籍媒體報導或探討老人問題、或思考生涯規劃時，會令自己聯想到未來的老年生活。若見到不好的現象，會引以為戒，希望以後年老時不要像這樣，若見到好的情況（如與老伴攜手散步、含飴弄孫），則頗為羨慕，希望自己將來年老時也能如此幸福過日子。

(二) 想像老年生活情景時的感受

受訪者中有六位表示想到自己的老年生活會感到害怕，也有些抗拒，原因是覺

得自己沒有辦法掌握生理的老化及外在環境，無法承受人老珠黃、行動不便的事實，也害怕失去現有人世間所享受的美好事物及生活。其中有一位認為老年人有一大堆病痛，老年生活沒有生活品質及生命意義可言，故排斥想像自己的老年生活。

另外四位受訪者則傾向不害怕，但也不期待自己的老年生活，覺得老年生活離自己還有一段距離，但是勇於接受自己會老化的事實，認為想到老年生活令他們覺得愉快、滿足及充滿希望。

(三) 老年生活的安排及準備

1. 養老地點

大部分的受訪者喜歡在鄉下幽靜之處安享老年生活，希望自己還有老伴同住，若身體狀況及經濟能力許可，希望不與子女同住，理想的狀況是子女住在附近，可常來探望，照料也方便。受訪者對到老人院或安養中心並不排斥，但非到必要不會優先考慮到養老院或安養中心，對這些機構還是存有「被救濟」的觀念，但若子女不孝或與子女相處不合，寧願選擇到養老院去，因為養老院中有許多年齡相近的「伙伴」，可以泡茶、聊天、下棋，減少孤獨與寂寞。

2. 老年生活的安排

受訪者一致強調健康身體的重要性，希望自己年老時還能擁有健康的身体。另外認為在還未退休或步入老年以前，如在年輕時，就應該為將來老年生活作準備，包括培養興趣、保重身體、存錢買房子、找個好伴侶等。在老年生活安排上強調生活有重心、從事自己喜歡做的事、規律的活動、學習自己從未接觸的新事物、增加自己的見識、到處遊玩、從事服務性義工工作，好好實現年輕時沒有時間去做的夢想。

3. 期待如何與子女共處

受訪者大都表示當自己年老時，希望子女還能尊重、關懷自己，不要覺得他是老而無用之人，不要特別把他視為老人，還是將他視為家中的一份子即可。不希望與子女同住，這樣彼此都不自由，只希望子女都住在附近，常來探望、關懷自己，假日子女來陪自己出去遊玩。要子女還是讓自己做自己喜歡做的事，但若想去養老院、或希望再婚，希望子女不要加以反對。

4. 預期老年生活的品質

受訪者均表示自己的老年生活應該過得不錯，是個快樂的老年人，因為自己懂得規劃未來的老年生活，且知道培養自己的興趣，自認獨立心較強，應該比上一輩

的老人懂得生活，因此自己若身體健康狀況不錯，應是個快樂的老人。但難免擔心自己若身體不太好，那日子就比較難過了，也害怕老年生活的孤單、無聊，希望自己身體狀況很差時，能自行了斷，或希望子女同意給予安樂死。

八、從事老人諮商的意願

十位受訪者中有五位表示自己願意投入老人諮商的服務行列中，因為老人是值得關懷與幫助的一群人。另有五位表示他們對其他對象的諮商較喜歡，除非必要不會選擇投入老人諮商工作中，其中部分原因是自認對老人問題不太有把握，而且期待自己將來是在學校中服務。十位受訪者中有一位強烈表示不喜歡從事老人諮商工作，因為老年人提醒他自己也會老化的殘酷事實，會令自己情緒低落，且老年人可改變性已不大，投入心力在其身上，是一種資源的浪費。

九、相關專業知能的訓練

在問及自己所受養成的專業訓練中，是否曾接觸有關老年問題、老人發展與老人諮商等相關知能，受訪者表示很少接觸相關知識，只在「發展心理學」課本中看過有關老年期的一章節，或「諮商理論與技術」課程中，有一小主題涉及老人諮商而已，其餘課程均未涉及，因此均表示對老人諮商的相關知能感到陌生，恐無法勝任老人諮商的工作。

(貳) 討 論

依據研究結果，針對受訪者對老年人的看法、對自己未來老年生活的看法、投入老人諮商工作的意願及其相關專業知能進行討論。

一、對老年人之看法

從受訪者的反應結果可以看出受訪者對老人的態度負向層面多於正向層面，顯示受訪者對老人存有某種程度的年齡刻板印象(agism)，這些態度或印象的來源，

受訪者表示來自於過去自己與老人接觸的經驗、聽他人說的或來自書籍、電視等媒體。這些刻板印象不但影響其對老人的看法外，亦影響受訪者對自己老年生活的看法，如害怕自己年老時也像這樣，對自己的老年生活缺乏安全感，顯現某種程度的焦慮。

當受訪者在描述家中同住老人的看法時，同樣有正向與負向兩種態度，但負向的看法較為減少，且顯示出較多的包容，不過比較受訪者個人對老年人及家中老年人的看法，可以發現其中相同之處。可見受訪者對老年人的看法，不免受個人經驗的影響。

至於對老年生活的安排及快樂老人的看法，則顯現出受訪者的價值觀，這些價值觀或看法在這群年齡相近、受教育的程度相仿者身上，顯現出一致性，但這是否與目前這一代的老人價值觀一致，則有待進一步加以探討。也許諮商員對快樂老人及老人生活安排的看法與老人本身不一致，這些將影響諮商目標的訂定及諮商的效果。這是在諮商員培訓過程中值得注意的一環，協助諮商員澄清這些價值觀，以避免其將自己的價值觀投射在諮商過程中。如受訪者大致表示自己已沒有「養兒防老」的觀念，老的時候不希望與子女同住，如此會彼此限制自由，這些觀念與上一輩的老人價值觀念可能差距頗大，他們辛苦培養子女，孝順父母，也期盼在自己子女身上獲得相同的對待。

針對受訪者對老年問題的看法，可以發現受訪者對老年人會遭遇的問題只有片面的了解，這對受訪者將來投入老人諮商的品質會有所影響；且受訪者為自己將來老年生活會遭遇的問題認識不清，可能較缺乏面對問題的心理準備。對老人問題缺乏全盤了解的原因，可能來自受訪者的受訓過程中，並無相關的課程來提供他們對老年問題的了解。

二、對自己未來老年生活的看法

受訪者對自己未來老年生活的期待較為理想化，也頗具信心，覺得自己的老年生活要過得有意義、生活有重心、要能獨立自主、不希望依賴子女、與子女同住或拖累子女，要求自己身體一定要健康，否則寧可選擇離開無法自主的身體、自殺或要求子女同意他安樂死。從受訪者的談話中可以發現，他們根據對老人生活或問題的認知來調整自己未來老年生活的期待。那些是老人不好的行為或遭遇，他們期望

自己能加以避免；那些是不錯的，他們則加以學習，納入自己的認知架構中；一般受訪者期盼自己老了還有老伴在身邊相互扶持，也希望有一群志趣相投的「老朋友」互相提供情緒支持。

當想到自己未來老年生活時，受訪者難免有些害怕、焦慮及無法自我掌握的感覺，這種感覺若朝積極層面去想，可以更有建設性的為自己未來老年生活作準備，但若往消極方面發展，則容易引發個人對老年人的年齡歧視(agism)，避免與老年人接觸，無法接受自己的老化等問題。因此，使個體充分了解老人，對老人有正確的觀念，是一項重要的課題。

三、投入老人諮商工作的意願

整體而言，對老人持較正向看法的受訪者，較願意投入老人諮商工作中，而對老人持較負向看法的受訪者，則分為兩種狀況：一為不願意投入老人諮商工作，因為老人令他聯想起負面、無生機、無希望的感受；另一則覺得老人看來蠻可憐的，因此雖對老人持負向態度，還是覺得應幫助這群需要人協助的老人。

從老年人口的增加趨勢來看，需要更多的人力投入老人諮商工作中，若因一般人對老年人偏見的影響，使許多人不願與老年人在一起或提供服務，會加重老年問題的嚴重性，因此，去除對老年人的刻板印象相當重要。可透過教育途徑，也可透過使個體實際接觸老年人的經驗來導正觀念。

四、相關老人諮商知能的培訓

十位受訪者均為彰化師範大學輔導學系的學生，研究者針對其四年專業課程內容分析，僅在四年級下學期課程中，有一門「老人心理與諮商」選修課程，其他均無類似課程。在訪問受訪者是否在相關課程中接受有關老人方面的知能，則表示「發展心理學」中有一小部分為老年期，但不一定真正能接觸到。

這也與輔導學系學生將來服務的性質為依據，因為輔導學系全數學生享有公費之後，學生出路很明顯的是分發到中學任教，也以此為課程設計的依據，因此不會特別考慮培訓老人諮商人才的課程。只是眼看我國即將進入「老人國」，老人問題及相關措施，不容加以忽視，對老人諮商人才的培育，也應開始著手培植，以便因

應所需。國內相關機構是否應考慮以老人諮商人才培養為宗旨，在大學設立相關系、組，否則無法因應所需。縱使有意願者願意投入老人諮商工作行列中，也會因其學養訓練不足，而大大降低了其服務的意願與品質。

五、訪談對受訪者的影響

受訪者十位中有九位認為經過這次受訪的經驗，使其更清楚了自己對老人的看法是什麼，受什麼經驗影響，及對自己的老年生活建構了初步的輪廓，且警覺到身心健康及對老年生活預先安排的重要性。只有一位受訪者表示談及老人問題使他感到不愉快，因為自己蠻不喜歡觸及老人的相關話題。

Skinner & Vaughan (1983, 引自黃慧珍, 民80) 認為：「年輕時如果能預先設想到老年的情形，那麼勇有快樂老年的機會將大為增加。假如你計劃在一個新國度過下半輩子，你將會盡量瞭解有關這個國家的一切情形，老年好比另一個國度，如果到達之前，能妥為準備，你將會在那過得更愉快。」

可見讓年輕人去接觸、談論有關老人主題，規劃自己未來老年生活，可以影響年輕人對老人的態度，對成功老化過程有較多的瞭解，這不但對目前的老年人有所幫助，同時也使「將來的老年人」生活得更充實、愉快。

參、結論與建議

(壹) 研究發現與結論

依據研究結果與討論，可歸納結論如下：

一、對老年人的看法

受訪者對老年人的看法不一，其所持的態度包括正向與負向兩個層面，有些受訪者對老人傾向正向的看法，有些傾向負向的看法，有些則兼具正向與負向的看法。這些看法大半受受訪者個人經驗的影響，且影響受訪者對其未來老年生活的看法。

二、老年人生活的安排

整體而言，受訪者大致認為老年人的生活重心不再是事業，但其他方面仍然可以繼續發展。最重要是身體健康且能獨立生活。受訪者覺得個人在即將年老時，就應規劃老年生活，培養興趣，使生活有重心。

三、對快樂老人的看法

受訪者認為快樂的老人第一要件是身體健康、無病痛纏身。另應居有定所、有老伴或好友相扶持、擁有自己的興趣、生活有目標、且能坦然面對年老、對死亡有心理準備。

四、對老年問題的看法

受訪者認為老年問題包括健康問題、心理問題、經濟問題、居住問題、親子問題等，除此之外，其他人生各階段會遭遇的問題，老年人同樣也會面臨到。

五、對退休的看法

受訪者對退休的看法包括正向與負向二方面，正向方面認為退休後，從工作崗位撤離，生活自由了，有很多時間可以加以運用，做自己想做的事。

負向方面則認為退休之後，生活頓失重心，生活漫無目標，自己的地位、權威角色喪失，不再有影響力及生產力。

六、對未來老年生活的看法

受訪者表示見到老年人會令自己聯想到未來老年的生活，若見到不好的現象，會引以為戒，見到好的狀況，則希望自己將來年老時也能如此幸福過日子。

當想到自己年老的生活，受訪者表示有時會感到害怕，也有些抗拒，原因是擔心自己無法掌握生理的老化及外在環境，有時則覺得老年生活離自己還遠，可以勇

於接受自己會老化的事實。

受訪者一致強調身體健康的重要性，希望自己年老時還能擁有健康的身體；另外認為自己在還未退休或步入老年以前，就應該為將來老年生活作準備。

七、從事老人諮商的意願

有一半的受訪者表示自己願意投入老人諮商的服務行列中，覺得老人是值得關懷與幫助的一群人。另一半的受訪者認為他們對其他對象的諮商較感興趣，除非必要，否則不會選擇投入老人諮商工作，原因是自認對老人問題不太能掌握，且期待自己將來能在學校中服務。

八、相關專業知能的訓練

受訪者大多表示對老人諮商的相關知能感到陌生，在專業訓練過程中，甚少接觸有系統的相關知能，因此擔心自己無法勝任老人諮商。

(貳) 建議

隨著老年人口的增多，諮商員將在助人工作者中佔一重要的角色，提供對老人的協助；而諮商員本身的變項會影響諮商的效果，如諮商員本身對老人的刻板印象、人生觀、價值觀、諮商員的心理健康狀況等，均會影響諮商員與老人互動的態度，而這些態度關乎老人的自我意象、輔導歷程及結果，更影響諮商員對老人的壓力感受、自我滿意程度、與服務老人的意願。因此，本研究的目的在了解準諮商員對老年人的態度、對自己未來老年生活的看法、從事老人諮商的意願、以及所受專業訓練的情形。

結果發現受訪者對老人的態度有正、負二方面，其中負向態度較多，顯示受訪者除了受家中老人互動經驗的影響外，對老人存有某種程度的刻板印象，這些刻板印象影響其對自己未來老年生活的預期，及投入老人諮商的意願，另外受訪者對老年人的發展、老年人的問題、及老人諮商相關知能的了解並不深入，所受專業課程亦少涉及此類主題。

因此，協助諮商員了解過去與老人相處經驗、澄清其對老人的態度、價值觀、處理諮商員未解決的情結，培養諮商員對老人積極正向的態度，增加對老人身心變化、心理需求、生活適應等的瞭解或具備專業知能，將有助於諮商員在諮商老人時，對諮商情境之適應及掌握，降低反情感轉移的可能性，減輕其感受的壓力。

另外，需要更多的人力投入老人服務工作，以因應日增的老人人口。目前國內只有少數學校開設有老人課程，實無法應付實際需要，因此，學校相關系、所及專業人才培訓機構，應增設一些介紹老年或服務老人的專業課程，增進準諮商員對老人諮商的認識，培養其未來投入老人諮商領域的知能及興趣。

陳智昌(民73)的研究發現：曾與老人接觸交往的經驗者對老人有較正向的態度和行為意向，所以可在諮商員養成過程中，安排其與老人接觸的機會，如參觀、實習、擔任義工等安排，相信可以增加準諮商員對老人及老人問題的了解，培養準諮商員對老人諮商的興趣與準備度。



參考文獻

中文部分

- 王國裕譯(民74)：老化與老人社會學。載於老年與健康。第一輯，臺灣省公共衛生研究所。
- 王碧霞(民79)：老人心理需求之調查研究。國立彰化師範大學輔導研究所碩士論文。
- 王麗斐等(民80)：諮商與心理治療的理論與實施。臺北：心理出版社。
- 林美珍(民76)：兒童對老人態度之研究。教育與心理研究，10期，85-104。
- 吳信友(民71)：國際老人年－談老人心理疾病及其復健之道。輔導月刊，18卷，5，6期，18-24。
- 胡人傑(民71)：我國老人福利需求之研究。臺中：東海大學。
- 袁之琦、游恆山(民79)：心理學名詞辭點。臺北：五南。
- 徐立忠(民76)：老人對社會之需求。社區發展，11期，29-38。
- 陳智昌(民73)：我國學生對老人的態度和行為意向調查研究。國立臺灣師範大學碩士論文。
- 程又強(民75)：公職退休老人心理適應之相關因素暨「結構式會心團體」效果研究。國立臺灣師範大學心理與輔導研究所碩士論文。
- 黃慧真譯(民80)：發展心理學－人類發展。臺北：桂冠。
- 賴秋華(民80)：輔導人員心理健康觀之研究。國立彰化師範大學輔導研究所碩士論文。
- 蕭文(民78)：老人心理與諮商。國立彰化師範大學輔導研究所心理衛生課程講義(未出版)。
- 顏妃伶(民80)：諮商員對老人的態度及對輔導老人的壓力之研究。國立彰化師範大學輔導研究所碩士論文。

英文部分

- Blake, R. (1982). Assessing the counseling needs of older persons. Measurement and Evaluation in Guidance, 15 (3), 188-193.
- Corey, G. (1986). Theory and practice of counseling and psychotherapy (3rd ed.). Montrey, CA:Brooks /Cole.
- Corey, M. S., & Corey, G. (1987). Group: Process and practice. Montrey, CA : Brooks /Cole.
- Ganikos, M. L., Grady, K.A., & Olson, J.B. (1979). A handbook for conduct workshops on the counseling need of the elderly. (ERIC Document Re production Service No. ED250579).
- Genevay, B., & Katz, R. S. (1990). Countertransference and older clients. SAGE Publication, Inc.
- Harvey, D.,& Cap, O. (1987). Elderly service workers training project. Block C : Work environment. Module C.1 : Work environment 1. (ERIC Document Reproduction Service No. ED282081).
- Hooyman, N.R., & Kiyak, H. A. (1988). Social Gerontology: A Multidisciplinary perspective. MA : Alyn and Bacon.
- Knight, B.(1986). Psychotherapy with older adults. SAGE Publication, Inc.
- Sherman, E.(1981). Counseling the aging: An integrative approach. N. Y. : The Free Press.
- Wellman, F. E., & McCormack, J.(1980). Counseling with older persons : A review of outcome research. The Counseling Psychologist, 12 (2), 81-95.
- Zandi, T., Mirle,J., & Jarvis, P. (1990). Children's attitudes toward elderly individuals : A Comparison of two ethnic groups. Aging and Human Development, 30 (3), 161-174.

Investigation on Practicum Counselors' Attitudes toward the Aged, Expectation about Aging Life and Interest and Related Training in Counseling of Aging

Lih-Horng Hsieh

Abstract

To educate professional counselors in aged counseling, the purpose of this study was to understand practicum counselors' attitudes toward the aged, interest in aged counseling, professional training and expectation about aging life.

Seviors in guidance department in National Changhua University of Education were as subjects. Through in-depth interview and inductive analysis, the main findings were as follows:

1. the attitudes toward the aged

Their attitudes were different, including positive, negative and both.

2. The plans for aging life

The subject thought the core of the aged's life wasn't career anymore, but they can still develop other ways in life. The most important thing was health and living independently. They thought one needs to make plans for aging life, develop interest and find the core of life.

3. The attitudes toward a happy aged

Health is the most important thing to be a happy aged. Others include regular residence, spouse or companies, having their own interests, goals of life, facing the fact of being old and prepare for death.

4. The attitudes toward problems of the aged

Physical, psychological, economic, residential, parents-children problems were included. Besides, the aged would face the some problems occur in other stages of life development.

5. The attitudes toward retirement

Positive and negative attitudes were included. The former meant the aged were free after retirement, they have much more time to do what they want to do. The negative meant the aged would lost the core of life after retirement, lose one's position and authority, and be no more influence and productivity.

6. The attitudes toward aging life

Subjects said they would associate the aged with their own aging life in the future. Subjects emphasized the importance of health. They hoped they could have healthy body when they were old. Others thought they should prepare for aging life before retirement or being old.

7. The interest in aged counseling

Half of the subjects would like to do aged counseling because the aged were worth caring. The others thought they were more interested in other clients. Unless it was necessary, they wouldn't counsel the aged. Because they didn't think they understood the aged. Besides, they hoped to work in a school in the future.

8. Related professional training

Most subjects said they were not familiar with related knowledge. They got few related knowledge in professional training, and they worried if they could counsel the aged.

According to the results, suggestions on counselors, professional training and further researches were provided.

Key words : Aged 、 Counseling of Aging

