

屏東縣某安養機構老人休閒生活之探討：學生的敘說觀點

陳健治¹ 鄭德志¹ 鄭秀貴¹ 陳俐伶²

¹美和科技大學 ²美國西雅圖華盛頓大學

投稿日期:2012 年 09 月 10 日;接受日期:2012 年 12 月 23 日

摘要

本研究所關注的對象為「入住安養機構的老人」，採以 100 學年度參與安養機構實務參訪學生的敘說，以學生的敘事觀點，引領我們一同認識與瞭解安養機構老人休閒生活的實況。採用質性研究的訪談法，蒐集三位學生參訪安養機構老人休閒生活的敘說為主要資料，另輔以研究者立場、學生參訪心得、安養機構簡介及文獻資料…多重相關文件，經由歸納、轉錄、分析、閱讀進行文本的建構。為建立研究的確實性及確證性，進行參與者檢核、同儕檢核、多元檢核及研究歷程的撰寫，建構出「怡君」、「靜宜」、「冠宏」三位學生對安養機構環境的認識、老人休閒生活的現況以及參訪結束後的反思，三個主體情境的質化書寫，發現：學生對安養機構人、事、物的觀察、並學習到老人休閒活動設計與規劃、進而珍惜與家中長者親情連結的氛圍，在關懷老人生活的互動中，有著全新的認知與內在的感動，在「教」與「學」互動課程的成效上是有助益。

關鍵詞：安養機構、休閒生活、學生敘說

通訊作者：鄭秀貴 美和科技大學休閒運動保健系副教授

聯絡地址：屏東縣內埔鄉美和村屏光路 23 號

聯絡電話：0910781791

電子郵件：x00003247@meiho.edu.tw

壹、緒論

一、研究背景

台灣人口「老化指數」由 2000 年的 40.85 上升到 2010 年的 68.64，呈現出台灣人口快速老化的現象，但近十年來台灣人口卻尚未達到負成長的程度（內政部戶政司，2012）。2010 年行政院經濟建設委員會人力規劃處以目前台灣 65 歲以上老年人口比例已占總人口 11% 的現況，推估老年人口至 2040 年將佔總人口數的 30.5%，再至 2060 年預計達 39.4%，將會超過總人口的三分之一（行政院經建會，2010）。由於醫學發達、科技的日新月異，2011 年台灣男性零歲平均餘命為 75.94 歲，女性為 82.60 歲，致使國人自退休後可自由支配的時間長達 10~20 年，隨著社會環境家庭功能的轉型，老年人的自主性與獨立性意識提升，對養兒防老與子女共同居住的觀念改變，選擇入住安養機構安享晚年生活的接受度也日漸提高（內政部統計處網站，2012）。根據內政部老人安養應用現況相關統計資料，從 2008~2012 年全國老人安養機構數從 1,036 所增加到 1,057 所，可提供進住人數從 5,3029 人增加到 5,7957 人，實際進住人數從 3,8152 成長到 4,2898 人，以上種種數據，顯示出台灣逐步邁向高齡化的社會（內政部統計查詢網，2012）。

因應台灣社會結構在老年人口不斷攀升的趨勢下，老年族群衍生的議題亦受到學術領域的重視，參閱國內近年來銀髮族之相關文獻，以駱菲莉（2009）建議銀髮族正確的保健之道，宜多攝取高膳食纖維、高營養素之食物，可提昇其生活品質。簡彩完（2010）發現對不同生活型態之銀髮族在保健食品的選擇是有其差異性。蔡國權（2007）、黃泰諭、方進隆（2010）分別認為水中有氧運動可增強老年人身體的心肺耐力，以及太極拳訓練對女性老年人在多面向平衡能力及下肢肌力，皆有顯著的改善，以上兩項運動均適合老年人參與。張珈瑛、陳建廷（2009）以問卷方式了解銀髮族在休閒運動態度是傾向正面，而在健康體適能的認知上是趨向負面的。陳科嘉（2010）指出為提昇銀髮族休閒活動的參與動機，應以休閒活動的舒適、便利、安全、社交接觸等四個方向為主要考量。上述研究均著重於對老年族群在飲食營養、保健養生、運動參與、休閒運動、健康體適能…等主題的關注，而對於老人入住安養機構在休閒活動各面向的探討似乎較為缺乏。

美國心理學家 Super 將生涯發展分為：成長、探索、建立、維持及衰退五個階段，入住安養機構之長者大多已處在衰退期，主要角色為休閒者及公民（黃中天，1995）。美和科技大學休閒運動保健系課程規劃委員會以貼近台灣「休閒、運動、保健」相關產業脈動，培育專業人才為教學目標，每年適度做新課程的調整，以因應社會老年人口逐年增加的現象，近幾年即開設「高齡族群運動休閒理論與實務」之

課程，其課程設計首先讓學生嘗試穿戴「模擬高齡者輔具器材」，實際體驗高齡者老化行為之模式，影片欣賞-「看父母就是看自己的未來」啟發學生親情連結的心靈探索，結合理論安排學生至安養機構進行校外實務參訪教學，讓學生從多元的學習來認識與了解老年族群在運動與休閒生活的現況（美和科技大學，2012）。

二、研究目的

因此，本研究所關注的對象是「入住安養機構的老人」，採以 100 學年度參與安養機構實務參訪學生的敘說，以學生的敘事觀點，引領我們一同進入安養機構老人休閒活動生活的世界，彙整學生參訪過程中的內在感知，提供入住安養機構老人與大學生多面向互動的情境資料，和大家共享與學習新世代學子豐富且寬廣的新概念。

貳、研究方法

質性研究是在互動的研究歷程中，經由思考、反思、挑戰與批判，來歸納知識的意義，建構知識的價值（謝臥龍，2004）。敘事歸納了時間、空間及與人的關係，是轉化、澄清的過程，敘說者透過語言的表達，以故事的形式，詮釋自我與安養機構老年人的互動關係（Crossley, 2000）。敘說就是一種再呈現，由學生的口語敘述，將她、他們生命中特定的經驗，加以敘事化（narrativize），把聽者帶入參訪安養機構老人休閒活動生活過程中，所感受到的情境世界並提出觀點，共同建構出社會現象的本質與行動的意義（王勇智、鄧明宇譯，2003）。

本研究採用質性研究的訪談法為資料的主要蒐集，透過三位學生實地參訪安養機構老人休閒生活的敘說觀點、研究者觀察紀錄及安養機構的相關文件，將豐富且多重的資料，經由轉錄、分析、閱讀進行文本的建構（潘淑滿，2003）。為求文本所呈現之情境、事件、行動的可信任度，運用 Merriam（2003）的說法，進行參與者檢核、同儕檢核、多元檢核及研究歷程的撰寫，以判斷研究的確實性及確證性。

一、安養機構之簡介

根據 2007 年 7 月 30 日內政部修正頒布之「老人福利機構設立標準」所規定的老人福利機構類別，分為（一）長期照顧機構。（二）安養機構。（三）其他老人福利機構。（內政部統計查詢網，2012）。美和科技大學休閒運動保健系課程安排校外參訪之機構，是屏東縣潮州鎮「財團法人台灣省私立孝愛仁愛之家」，孝愛仁愛之家以全人的照顧、全程的關懷為服務理念，於民國 99 年度接受內政部評鑑榮獲甲等，其服務對象分別有（一）養護：年滿 65 歲，生活無法自理的長者。（二）安養：年滿 65 歲，無精神及傳染病，生活可以自理且願意過團體生活的長者（財團法人台灣省私立孝愛仁愛之家，2012）。本研究配合學校課程之教學計畫，以入住孝愛

仁愛之家安養區的老人為主要參訪對象。為尊重安養機構老人們的隱私權，因而只在第貳章研究方法作全名的介紹，題目採以「某安養機構」示之，內文則以「安養機構或仁愛之家」簡稱之。

二、受訪者之背景介紹

本研究由美和科技大學休閒運動保健系 98 級學生修習 100 學年度下學期「高齡族群運動休閒理論與實務」課程，並全程參與民國 101 年 5 月 22 日參訪孝愛仁愛之家安養機構共計 64 位的大三學生中，徵求三位學生的同意，願意擔任受訪者，為尊重三位受訪者的隱私權，本文皆以匿名稱呼。下表為三位受訪學生之介紹：

匿名	性別	年齡	訪談日期—時間—地點
1 怡君	女	21	101/06/07 下午 2 點~3 點於圖書館研究小間
2 靜宜	女	21	101/06/07 下午 4 點~5 點於圖書館研究小間
3 冠宏	男	21	101/06/14 下午 3 點~4 點於圖書館研究小間

三、研究歷程

於 101 年 6 月期間先後取得受訪者的同意書，以半結構的提問方式，分別收集三位學生參訪安養機構與老人互動過程中的感受與體會，共有三次的正式訪談，每次約一小時，另有數次的非正式訪談，將訪談錄音檔依各個學生自然與習慣用語轉錄成逐字稿，再請學生各自檢核自己的訪談轉錄稿，確認記錄的文本與自己想要表達的觀點是一致性的，另再輔以學生參訪心得、研究者立場、安養機構簡介及文獻資料…多重相關文件，建構研究文本，歷經三個月的資料整理，研究過程與學生們、任課老師以及安養機構的副主任及社工人員，共同討論並檢核資料，使得研究結果的詮釋是確實、是可信任的。

四、研究者立場

擔任兩學期有關「休閒與年老」、「高齡族群運動休閒理論與實務」之課程教師，以理論基礎強調學生認識「年老」，就得先從關注自己家中的祖父母、父母開始，因為看看爺爺、奶奶、爸、媽的逐漸老化行為，等同於看到自己未來年老的自己，再配合實務參訪教學，帶領大三學生參訪仁愛之家的教學互動過程中，觀察部分學生從對老人的陌生、疏離感，以及對安養機構不了解、模糊、不佳的印象中，有著明顯且正面的改觀，學生們對主題：「參訪仁愛之家老人休閒生活之我見」均熱烈的討論與回響，感受到學生的聲音應該受到關注與重視，因此，本文嘗試以學生的思維觀點，讓大家在敘說與傾聽共享情境裡，共同來關懷台灣老人們的休閒生活（研究者日誌 101.7.20）。

參、學生關注老人休閒生活的敘說

潘淑滿 (2003) 認為：「訪談就是在創造一種情境，讓研究者與參與者可以透過口語，雙向溝通過程，輔以聆聽與觀察，共同建構出社會現象的本質與行動的意義，進而透過詮釋的過程，將被研究的現象與行動還原再現」(135-136 頁)。本研究聚焦在三位學生回溯參訪安養機構老人生活事件的敘說，訪談主題著重在學生對「安養機構環境的認識」—「老人休閒生活的現況」以及「參訪結束後的反思」，建構出安養機構老人休閒生活的實境與學生的體會，以下三大主題先由「怡君」、「靜宜」再由「冠宏」相繼出場敘說，為求文本的閱讀是自然且順暢的，三位學生的受訪觀點皆以細明體字做呈現：

安養機構環境的認識

怡君對環境的觀察：

步入仁愛之家迎面而來的是清幽的環境與許多的樹木，但地上卻是很乾淨沒有幾片落葉，室內地面及樓梯都是防滑磁磚，還有凹凸導盲磚設計及輪椅專用斜坡，無障礙的設施非常講究，地下一樓有麻將、卡拉 ok、木球、象棋…等休閒設備，對安養之家的刻板印象完全改觀，還真有點想住下來，這裡還挺棒的!!

社工人員帶領我們參訪長者們的房間，以及禮堂表演廳、餐廳、交誼廳、聖堂、圖書館…等公共場所，在乾淨整潔的室內空間，擺設許多各地方文物藝術品，懷舊飾品的佈置，播放老音樂、電視劇…等，讓老人們緬懷過去熟悉的時光，營造出寧靜、合諧的氣氛，行經走廊，看見長廊的牆壁上掛著長者們親自畫的畫作，每一個作品都有她、他們的涵意、情境及生命力，其中許金玉奶奶作品裡的花及自畫像，樸實生動、溫暖柔和的感覺讓我印象深刻，而更令我佩服及感動的，就是這些長者們所表現的精神與毅力，都是值得我們年輕人學習的。

靜宜的感覺：

之前因為對安養機構的不了解，以及新聞媒體總是報導不好的一面，我對安養院的觀感是不佳的，以為照顧老人的機構一定會有很濃的尿騷味及糞便味，但是當我走進仁愛之家的時候，隨處所看到的老人們都很和藹可親，環境的氛圍讓人心安平靜，感覺這地方像是一個溫馨社區，因此我放下我的不安感，對安養院的初印象慢慢地改變。

觀賞介紹仁愛之家及老人實務活動的影片之後，覺得很意外的是，這是一家天主教機構，它可以包容不一樣的宗教，配合老人們生前所信仰的宗教儀式來舉辦追

思活動，這點讓我很感動！誠如其創辦宗旨：「為需要照顧的長者，提供一個和諧、舒適、安全的家。協助長者們發揮生命的餘力，陪伴他們走完人生最後的一程」。讓長者每天多方學習不同技能培養自我的興趣，不孤單、不要過度依賴他人，獨立自主的過著有尊嚴、有品質的老年生活。

冠宏的第一次：

陳老師配合課程安排我們到仁愛之家做實務參訪教學，內心一直在想安養機構有什麼好參訪的呢？因為之前看過關於安養中心的恐怖電影，內心感到滿可怕的，況且我對安養機構都是抱著恐懼感，沒有好印象，總認為養老院是老人家被遺棄的黑暗場所，如果我是一位要被送進去的老人，一定會覺得家人不愛我了！不要我了！將我交給外人來照顧…等等不安的想法，會一一浮現在我的腦海。

這是我第一次踏進仁愛之家，走進仁愛之家感覺裡面充滿著陽光，居住的環境很像以前農業時期的三合院，迎面所看到的長者們臉上都是充滿著笑容，附近周遭都是老年人在互相聊天、下棋、花園散步、看書報、坐著休息…等，讓我大大的發現，其實老人家在養老院裡面也可以和其他老人家一起參加各項休閒活動，動動身體舒展筋骨，參與節慶社交活動拓展人際關係，獲得更多的關懷與陪伴，每位老人看起來都是神采奕奕，生活得很充實，讓我有種溫暖的感覺，這時也改變了我原先對安養機構錯誤的概念。

老人休閒生活的現況

怡君深刻的印象：

我留下深刻印象的就是「柑ㄚ店」(台語)小吃街！因為職員們居然把真的原本屬於外面的傳統雜貨店、小麵攤…搬進安養機構，讓長者們像一般日常生活的購物結帳，花少許的錢就能吃到老人心中的古早味或買到日用品，真得是很不容易！聽社工人員說：如此買賣方式還可訓練活化腦細胞，延緩腦部退化，另外還看到長者們學繪畫認真的情形，透過圖畫抒發出長者心中的景象與情感，也讓我們看到年長者的藝術世界，這也是令我非常難忘的事件。

閱讀五月份「孝愛家訊」的刊物裡，報導配合節慶所舉辦各項活動的精采照片有：母親節家屬感恩餐會、復活節尋蛋活動、台南文化古蹟春季旅遊、音樂體適能及手語班…等，真實呈現出老人在安養機構所進行休閒生活及健康運動的過程，為了不讓老人身體功能退化得太快，鼓勵與陪伴老人們多多嘗試學習各項休閒活動，輔導老人找到自己的興趣與專長，讓他們有尊嚴、快樂的，過完生命中最後的一段時光。

靜宜覺得安養院是一個家：

經由社工人員及影片的介紹，知道仁愛之家常常會舉辦各項活動，像是冬至搓湯圓、端午節包肉粽，甚至還安排老人團體出遊，這種晚年生活真的還挺不賴的！而入住機構內的長者們各個都擁有不同的技能，其中一位「許金玉」老奶奶，她有屬於自己的房間，這位老奶奶很棒，她有志向、有目標，不斷的充實自我，房間裡擺滿她創作的圖畫與書籍，圖畫簡直美翻了！可以和世界知名的畫家一較高下！大家都想請金玉婆婆開班授課呢！

參觀周遭環境，裡面有畫廊、還有小攤販，但買賣物品並不是要賺老人的錢，而是利用找零錢、算錢的行為，讓老人們在認知功能方面較不會退化得太快，是一個很特別的商店情景，另有一些老人們各自使用木球、象棋、麻將…等休閒活動設施，有一群老人悠哉的坐在長廊的椅子上聊天話家常，老人也可以自由的到附近的超商走走，買他們想看的報紙，覺得這裡真的就是一個老人的家。

冠宏的活到老學到老：

仁愛之家本著維持老人家的認知和身體功能及社會參與能力，運用安養機構各公共軟硬體設施及土地，安排、設計規劃屬於老人的「休閒活動」，以休閒活動結合音樂、懷舊、園藝、藝術、寵物多元的輔助療法，讓老人分別以不同的興趣與身體活動的能力，嘗試去學習打擊樂器、手語律動、卡拉 OK、樂活點心班、開心農場種植蔬果、花卉、繪畫勞作…等等，花園及走廊的區域分別飼養八哥鳥、錦鯉魚、狗…可促進長者的心理健康，在人際及心靈的寄託得到滿足，希望我能到這裡實習或當志工，將學校所學的高齡族群運動休閒及休閒活動設計課程，結合老人活動量的需求，陪伴老人們做肢體活動，是我目前的實習計畫。

這裡生活的爺爺奶奶們非常有精神，各個都散發著藝術氣息，當中有一位老奶奶已經開過多次的畫展，得過無數的獎項，讓我覺得好神奇喔！看到她的畫真的讓我不敢相信那是一位老奶奶所畫出來的，看到這位老奶奶之後，我心裡對自己說：「我以後老了要像那位老奶奶一樣—活到老學到老！」

參訪結束後的反思

怡君的感受

參訪仁愛之家後，才知道原來社會上有這麼多需要我們去關懷的長者們，想起小時候成長時長輩的諄諄教誨，心中有些莫名的感動，或許這就是一種怎麼樣也抹煞不了的親情吧！我比別人幸運，家中祖父母、父母親四個長者都健在，這次的參訪啟發了我，感受到生活中，應該盡我們的能力去幫助需要幫助的老人，學習到如

何與長者談談心、聊聊天的相處方式，花一點時間問候與關心長者，他們就會很開心，或許有些老人會比較難相處，試著與他們互動對話就會有新的感受與新的感覺。

回顧這些長者們在年輕時，也許是沙場上身經百戰的英雄，也可能是商場上獨霸四方的梟雄，現在他們年老了入住安養機構安度晚年，但！也是有些家庭是不喜歡把家中長者送去安養機構，由於家裡沒有人有時間照顧長者，卻必須忍痛將長者送進安養機構，基本上，我是不太贊成讓家裡的長者入住安養機構的，因為這樣會讓他們感覺被家人拋棄，我還是很捨不得！如果家人有能力可以照顧家中的長者，就要好好的照顧與陪伴他們度過下半生，台灣有句俚語：「家有一老，如有一寶」，我們該感謝這次與長者們相處的時光，這是很難得又可貴的學習機會。

靜宜的體會：

台灣忙碌的社會中，人們應該積極傾聽長者的心聲，讓老人們不孤獨，要付出時間與空間多多關懷長者，使用長者熟悉的語言交談，讓他們感受到被敬重，是各年代的年輕人必修的敬老倫理課。社會未來人口會越來越老的趨勢下，想到自己以後也會被定為老年人，心中就不由得捏把冷汗，回想國、高中的時候，感覺好像是一轉眼間，如今自己的年齡也已經 21 歲了，看看自己的外公、外婆，看看自己的父母，再瞧瞧自己，歲月催人老，應該提早替自己的老年生活做些妥善的規劃了。

老人家選擇入住優良的安養機構，過著喜歡畫畫、養寵物…多樣化的休閒生活，在健康又快樂的日子裡安度晚年，是生命裡最終也是很重要的轉折歷程，反觀很多與子女同住的老人家，隨著時光飛逝，子女都成家立業自立門戶，結果成為獨居老人，老人身體功能老化行動不便，就很難自己照顧自己，又不會參與各地方舉辦的活動，漸漸的就沒有朋友，社交圈越來越縮小，整天在家裡發呆、發臭，這對老人而言是一件非常糟糕的事，但是！住在安養機構裡面的老人，不僅有專人照顧生活起居，還可與很多同伴互動，建立情誼享受休閒生活，身處在這老人世界我看到了彩色的天空。

冠宏的珍惜：

國中時候，阿公、阿嬤就過世了，想起那時候阿公煮的食物，還有我常會去黏著阿嬤，在阿嬤房間挖寶，問東問西的要求阿嬤說說家族的歷史，我就乖乖的聽著阿嬤講故事，很喜歡那時候婆孫溫馨的感覺，所以我跟阿嬤的感情算不錯，但是，幾年後，阿嬤因為糖尿病住進醫院，爸、媽因為工作忙碌的關係，沒空在醫院照顧阿嬤，偶爾才會載我們去醫院看阿嬤，阿嬤一直待在醫院，因為沒人跟她講話，而併發老人癡呆症，去看阿嬤時，都要在她耳邊說自己叫什麼名字，有時候她還會不講話、不理你，當時我不太敢表達自己的感情，等阿嬤走了之後，有好多話想跟她說，都來不及了，所以參訪仁愛之家的感受，就是只想跟那些還有阿公、阿嬤的同

學們說：要懂得「珍惜家裡的長者」。

參訪仁愛之家之前，原以為安養院、仁愛之家…等安養機構對老人是不好的，也許是電視媒體常常報導一些負面新聞，才會讓我覺得老人送進去安養院是不會過得很好的，但是！透過這次仁愛之家的參訪學習，覺得這裡與我之前所知道的訊息卻完全相反，現在我對安養機構完全改觀了，感到最深刻的就是住在這裡的每位老人，雖然沒有家人或親友的每天陪伴，但！她、他們給我的感覺，就是活的健康、快樂、活的有自信，相信這個安養機構在每位員工用心的經營之下，永永遠遠提供給老人們一個優質理想的生活環境，也永續造福台灣的老人們！配合課程上了這麼有意義的一堂課，貼近了老人的生活，也豐富了我們的視野。

肆、關懷老人的分享與再學習

Clandinin 和 Connelly 說：「教育研究者也是教育者，教育者的興趣在於瞭解不同的生活、價值、態度、信念、社會系統、制度和結構等的開展，以及這些如何與學生的學習與教學相連結，教育自己也教育了他人」(蔡敏玲、余曉雯譯，2003)。從 101 年 5 月至 7 月將近三個月的研究歷程，彙集「怡君」、「靜宜」和「冠宏」三位學生關注老人休閒生活的敘說觀點，將收集的多重資料，經由歸納、轉錄、分析、閱讀來進行文本的重建，建構出，學生對參訪安養機構環境的認識、安養機構老人休閒生活的現況、參訪結束後的反思，三個主體情境的感受與體會，是學生們在參訪過程中與老人生活互動身心體驗的再呈現。

嚴長壽先生 (2011) 認為：「教育應該是讓學生關懷自己以外的人、事、物，激發對社會、對世界的熱誠」。經由學生敘說與聽寫共享情境的教學及研究過程裡，發現學生對安養機構人、事、物的觀察、並學習到老人休閒活動設計與規劃、進而珍惜與家中長者親情連結的氛圍，在關懷老人生活的互動中，有著全新的認知與內在的感動，對學生有正面及深遠的影響，在「教」與「學」互動課程的成效上是有助益的，提供學生多面向關懷老人的思維和大家分享與再學習。

參考文獻

王勇智、鄧明宇 (譯) (2003)。C. K. Riessman 著。敘說分析。台北：五南。

內政部戶政司 (2012)。台灣人口與醫療統計資料-台灣人口結構變化趨勢。2012 年 9 月 1 日，取自網址 www.tii.org.tw/fcontent/mi.../file/台灣人口與醫療統計資料.pdf

內政部統計處網站 (2012)。我國生命表—100 年簡易生命表。2012 年 10 月 21 日，取自網址 <http://www.moi.gov.tw/stat/life.aspx>

內政部統計查詢網 (2012)。老人福利定義—老人長期照顧、安養機構概況。2012 年 10 月 22 日取自網址 <http://statis.moi.gov.tw/micst/stmain.jsp?sys=100>

行政院經建會 (2012)。2010 年至 2060 年台灣人口推計。2012 年 9 月 2 日，取自
網址 http://cdnet.stpi.narl.org.tw/techroom/policy/pdf/policy_12_017_a.pdf

美和科技大學 (2012)。休閒運動保健系－課程規劃。2012 年 10 月 28 日，取自網
址 <http://mit4.meiho.edu.tw/onweb.jsp?webno=3333333030>

財團法人台灣省私立孝愛仁愛之家 (2012)。服務理念－服務對象。2012 年 10 月
30 日，取自網址 <http://hsiaoai.myweb.hinet.net/>

張珈瑛、陳建廷 (2009)。銀髮族休閒運動態度與健康體適能認知之調查研究。嘉
大體育健康休閒期刊，8 (2)，75-83。

陳科嘉 (2010)。銀髮族養生保健之探討。文化體育學刊，10，73-77。

黃泰諭、方進隆 (2010)。八週太極拳訓練對老年女性下肢肌力與平衡表現之影響。
體育學報，43 (1)，23-36。

黃中天 (1995)。生涯規劃概論。台北：桂冠。

潘淑滿 (2003)。質性研究：理論與應用。台北：心理。

蔡國權 (2007)。水中有氧運動對老年人身心健康之影響。嘉大體育健康休閒期刊，
6 (1)，1-7。

蔡敏玲、余曉雯 (譯) (2003) D. J. Clandinin & F. M. Connelly 著。敘說探究：質性
研究中的經驗與故事。台北：心理。

駱菲莉 (2009) 銀髮族飲食營養問題與保健策略。源遠護理，3 (1)，17-23。

謝臥龍 (2004)。質性研究。台北：心理。

簡彩完 (2010)。探討不同生活型態銀髮族購買保健食品之關連性。休閒保健期刊，
4，81-88。

嚴長壽 (2011)。教育應該不一樣。台北：天下遠見。

Crossley, M. L. (2000). Narrative psychology, trauma and the study of self/identity.
Theory & Psychology, 10, 527-546.

Merriam, S. B. (2003). *Qualitative research in practice: Examples for discussion and
analysis*. San Francisco, CA: Jossey-Bass Publishers.

Explore the leisure life of Pingtung County institutionalized elderly : the narrative point of view of students

Chien-Chih Chen¹, Te-Chih Cheng¹, Hsiu-Kuei Cheng¹, Lee-Ling Chen²

¹Meiho University

²University of Washington - Seattle

Abstract

The object of concern of the Institute for the elderly stay in institutes involved in nursing homes for visiting students narrative, collected 100 academic year, complex and lead us to the narrative point of view of the students, with the awareness and understanding of the institutionalized elderly leisurelife's live. Qualitative research interviews to collect three students visiting the institutionalized elderly leisure life narrative mainly, supplemented by other researchers stand, the students visit experience, nursing homes Introduction and literature ... multiple related files, constructed via induction, transcription, analysis, read the text. Participants check, peer check, the pluralism check writing and research course to establish the exact research and conclusive evidence, and construct three students " Yijun", "Ginyi ", "Guanhong " raise awareness of the institutional environment, the current situation of the leisure life for the elderly, as well as visiting after reflection, the three main scenarios qualitative writing, found: Student observation of nursing homes, and things, learning to design and leisure activities for the elderly planning, thus cherish the interaction of concern for the elderly living with elderly family link to the atmosphere in the home, and to have a new cognitive inherent moved, "teach" and "learn" the effectiveness of interactive lessons helpful.

Keywords: nursing homes, leisure life, students narrative