

PCS 873-TW-1 老人學與輔導
Gerontology and Counseling
2021 年 教牧博士科冬季課程 4 學分

課程老師：張宰金 E-mail：rtchang241@gmail.com
課程日期：2021 年 1 月 25 日~2021 年 1 月 29 日 (一~五)
課程時間：9:20~12:00AM, 13:00~15:40PM

授課計畫

一、課程說明：

1. 面對超高齡化世界即將來臨，預備自己更多瞭解老人學的最新研究。
2. 期待學員能在教會老年事工和輔導中，按個別的需要，探討生命發展對老年影響；老人特定的挑戰，如悲傷（Grief）和慢性疾病；世代差異（cohort difference）；社會環境（contextual perspectives）等因素。
3. 更了解照顧老人的家人可能遭遇的困難、挑戰和可用的資源。
4. 探索在 21 世紀的高齡化社會中，對於老人的牧養關顧，教會可以如何有效又具體的回應此重要的時代議題。
5. 思考基督教的信仰、聖經、神學對於發展心理學的老年心理和靈性發展，可以有甚麼影響和貢獻。

二、課程目標：

1. 能認知和辨識老人常見的身心靈之問題。
2. 了解正常的老化過程對於老人的生活、情緒、婚姻家庭、人際關係所可能帶來的改變，而能超前佈局，預先圖謀合適的籌畫與安排。
3. 在教牧諮商中，使用合乎聖經的原則來幫助教會中的長者。
4. 善用老人發展階段的特質，為教會和老人群體，創造雙贏的加分效果。
5. 對自己生命的回顧與前瞻，有合宜的洞察，健康的心態，和更周全的計畫，面對自己的老年，和家人或教會肢體的老化。
6. 對待自己年齡進入老邁，和家中，或教會，社會的長者有正確的態度，並能助人自助，學會照顧別人，也照顧自己，預防耗竭。
7. 按發展心理學的老年階段發展目標，達致相當合適的自我心靈整合，能滿足、有尊嚴、有意義、有價值，並且懷抱基督裡的盼望，安享晚年，生死兩無憾，滿有安息的走完人生在世最後的旅程。

三、課程內容與作業進度

按教科書「張宰金。《松柏長青—老年生活照顧指引》。台北：華神，2009。」視課程進展情況安排和調整。另加補充影音教材，與分享討論。

教科書「松柏長青」目錄如下：

- 第 1 章 老人新形象；第 2 章 在學習中成長；第 3 章 改變；
第 4 章 代間的溝通與關係；第 5 章 你的貢獻；第 6 章 勝過自己的弱點；
第 7 章 創造性地珍惜、處理回憶；第 8 章 單獨、但不孤單；

第 9 章 深夜歌聲；第 10 章 銀髮族的同儕輔導；第 11 章 珍惜老伴；
第 12 章 再婚的選擇；第 13 章 退而不休；第 14 章 全人健康；
第 15 章 迷失自己；第 16 章 安居；第 17 章 照顧與保護。

四、課程要求與評分：

1. 上課參與討論分享，佔 30%
2. 課前作業佔 30%。

從指定參考書目或自己選讀的書目，閱讀至少約 1750 頁。每本書需寫一份閱讀報告。略述所讀內容，並說明可如何把閱讀內容實際應用。在上課第一天(2021.1.25)繳交書面報告給老師，並在課堂上把書面報告的內容，做口頭報告(每人約 50 分鐘)。

3. 課後作業期末研究心得書面報告佔 40%。約為 16,000 字。請按論文格式撰寫，需有附註及參考書目錄。題目可參考下面建議參考主題，或自行決定題目。(參考下面【七、期末研究心得書面報告可參考建議主題】)。

期末研究心得報告，請於 2021 年 3 月 31 日之前傳寄電子檔至老師的 Email Address: rtchang241@gmail.com

未繳交期末書面報告者，無學期總成績。不獲學分。

五、教科書：

張宰金。《松柏長青—老年生活照顧指引》。台北：華神，2009。

六、指定參考書目：

1. Grun, Anselm。《擁抱老年心生活: 散發智慧馨香的年歲足跡》。吳信如譯。台北：南與北文化，2008。
2. 侯士庭。《金齡教會的願景》。台北：雅歌，2013。
3. 陳明志等。《上帝疼惜老大人: 教會參與社區老人照顧手冊》。台北市：台灣基督教長老會總會松年事工委員會，2010。
4. 黃勝雄。《守護銀髮族》。花蓮：基督教門諾醫院，2004。
5. 黃勝雄。《年歲的冠冕》。花蓮：基督教門諾醫院，2004。
6. 張宰金。《教牧諮商》。台北：華神，2005。
7. 張宰金。《松柏長青—北美華人老人聚會材料》。Paradise, PA：基督使者協會，1991。
8. 李宗高。《老年牧養學》。台北：永望文化，2007。
9. 蔡文輝。《老年社會學》。台北：五南，2003。
10. 勞家怡等編。《耆樂無窮—長者靈性關懷的初探與實踐》。香港九龍：基督教靈實協會，2004。
11. 彭德修。《情緒傷害—快樂銀髮族篇》。台北：宇宙光，2003。
12. 彭駕駢。《老人學》。台北：揚智文化，2001。
13. 吳義銘。《老年癡呆症與患者及家屬同行》。香港：基督教文藝，2011。
14. Cecil Murphey。《老的漂亮—迎接美好的老年生活》。台北：天恩，2008。
15. Bruce Grierson。《最活力的老後》。曾育慧譯。台北：啟示出版，2014。
16. 司提反。《老得精采—長者事工手冊》。香港：浸信會出版社，2004。
17. 金色年華—長者身心靈健康專題講座系列 CD。Los Angeles：恩泉輔導中心，2005。
18. Marlee Alex。《銀髮族的全人關顧》。吳震環譯。台北：臺灣基督教文藝，2006。
19. 劉秀枝。《當父母年老時》。台北：天下遠見，2001。

20. Terry Hargrave。《換我照顧你一如何珍愛爸媽》。游紫玲和游紫萍譯。台北：宇宙光出版，2011。
21. Walt Larimore, M.D.。《活得久，活得好》。蕭寧馨譯。台北：宇宙光，2006。
22. Ekerd, David J. (Editor in Chief).. *Encyclopedia of Aging*. (4 vols) New York: Macmillan Reference, 2002.
23. 李珀娜(Barbara Lee)。《熟齡恩典—當迎接上帝仍要給我的使命》。陳群英譯。香港：基督教文藝，2019。
24. 德朗格(Frits de Lange)。《愛晚年—老齡倫理新思維》。吳梓明譯。香港：基督教文藝，2019。
25. 大衛·斯諾登(David Snowden)。《優雅的老年：678 位修女揭開大腦健康之鑰》。李淑珺譯。台北：張老師文化，2012。
26. 陳亮恭、林芝安和 陳德信。《真逆齡：醫學實證，超越抗老的大智慧》。台北：天下雜誌，2015。

七、期末研究心得書面報告可參考建議的主題：（也可自行決定題目）

1. 採訪三位 75 歲以上的長者，寫深度訪談心得，包括其一生重要事件，老年生活的回顧、成敗、人際、期待、日常生活管理等，並整理自己採訪後，對於「老人學與輔導」相關的心得。深度訪談之前先擬定一個可以聚焦的主題，例如：老人和晚輩相處可能遭遇的困難和處置之道、饒恕對於老年生活的影響、基督裡的安息與盼望對於老年生活的影響、人生過程所遭遇的苦難或失敗對於老年生活的影響、面對親人死亡的經驗對於老年生活的影響....等。
2. 參訪三處老年事工與輔導相關機構之書面心得報告。例如：安養院、療養院、養護中心、老人日托中心、松年大學、社區長青學苑、家庭照顧者關懷協會、教會長青團契、創世基金會等。重點是在於瞭解和比較這三處機構(事工)的優缺點、長短處與不同之處。
3. 設計長青團契的聚會材料四課。每課可以使用約 90 分鐘的聚會內容。實際操作帶領至少三位以上的長者小組。完成四次聚會後，整理整個過程所學習的心得和感受。
4. 我幫助、關懷或輔導長者的經驗。尋找三位 65 歲以上的長者，每位做三次一對一的輔導關懷，每次關懷輔導約一小時。完成後寫下整個過程所獲的心得與感想。
5. 照顧長輩者，應如何照顧自己，和預防耗竭(Burnout)。。
6. 設計老年再婚的婚前輔導材料 六課。
7. 關於三代同堂的優缺點與調適。
8. 關於職涯退休前之預備。
9. 關於老年心理發展的任務與危機之處置。
10. 從聖經教訓看有關於老年的靈性關顧。
11. 關於失智老人的牧養與關懷、輔導。
12. 老人照顧者(Care Givers)支持小組聚會材料六課。
13. 從聖經中的老聖徒學習功課。
14. 如何向未信主的老人傳福音。若有實際經驗，也可整理自己曾經向老人傳福音的實戰心得。
15. 教導老人成人主日學時的注意事項和相關技巧。
16. 祖父母和孫子女的關係之建立，與對彼此之影響。
17. 其他與{老人學與輔導}相關之主題。自行決定。