

## 活動感想

# 老年所學習心得感想

陳洳軒<sup>1</sup>

如果你問我，就讀成大老年所對未來找工作有沒有幫助？目前的我還無法給予百分之百肯定的答覆；但如果你問我，就讀成大老年所對我的想法、態度有沒有作用？我會肯定的說：YES！

有些人就讀研究所之後可能發現與自己當初的期待有些不同，這些不同可能是課程內容所學與期待有所落差，也可能是研究所提供的生態環境、學習氣氛不如預期，亦可能是期待研究所畢業後能夠為未來出路選擇加分然而實際上並非如此的落差。

當別人得知我曾就讀老年所之後，都會說：「喔~讀這個好啊！以後社會都是老人了……啊你讀這個之後可以做什麼工作？可以考執照嗎？」聽到前半部，我通常會笑一笑然後回答：「對啊」，再聽到被問能做什麼工作時，便心虛地搖搖頭說：「好像沒有特別能做什麼工作……也沒有執照能考」然後，對方就會再問：「那你讀這個要做什麼啊？不然其他人都做什麼工作？」我試著回想畢業的同學、學長姐，好像大部分的人畢業後仍回歸就讀研究所前的工作、或是原本大學主修科系的工作，有些本來就是在職進修，當然還是做原本正在進行的工作。對呀，好像我這個念心理的來讀老年所，對未來工作機會加分效果似乎不那麼明顯……

當然，這不全然是研究所的問題，畢竟現在社會氛圍還是注重社福、醫療，這些背景的人來接受老年所的訓練，對他們的工作的確是加分的！一方面也可能是老年學本質的問題，它不太能獨立存在。這個心得是在我研究所生涯的尾聲才發現，不免有些感嘆。

雖然對工作機會的加分期待有些落差，但對增長知識的部分是明顯加分的。我對老年族群或研究議題確比對一般成人族群感興趣，但從身邊同儕朋友談論中，能聽到對老年人沒什麼興趣甚至有點厭惡的話語，相較起來，我對長輩並沒有那樣子的負面感受，甚至還會想多了解她/他們。抱持這樣的初衷就讀老年所，的確為自己或家人未來生活產生作用。

老年所的老師們大都強調一個觀念，老年人的問題要做全面性的探究，絕對不只是頭痛醫頭、腳痛醫腳，需要一個整體性的評估。因此即使我們是非醫學背

---

<sup>1</sup> 國立成功大學老年所畢業生

景，所上的課程規劃仍要求我們學習老年醫學概論、流行病學、生物統計學、甚至還要到老年科病房實習，這讓我們確有莫名的惶恐：「天呀~竟然要學醫學概論，還要去醫院實習，我又不是讀醫療的，好難喔……」但就在某一次聽到醫學背景的同學表示，社會科學的相關課程怎麼這麼難懂，都已經是醫療人員怎麼還需要了解社會學等課程(類似的話語)的時候，內心頓時感到一股平靜，原來不同背景的彼此面臨異於原本學科時，其實會有類似的感受。這一點再次提醒我，面對老年人並不只有表面上看到的情況，必須從不同面向去了解個體的狀況，倘若我們只有從自己學科知識去解釋，容易遺漏掉其他重要的資訊；也因為同儕與課程的多樣性，讓我們也機會聽到不同背景同學的聲音，去了解他們這樣處理或著重分析的可能原因，試著讓我們練習去理解、甚至同理彼此看待同一位老人(事情)的不同觀點。透過老年所的多元課程安排，雖然剛開始有適應的難度，但就長遠來看，這是實用且必須培養的態度！

目前因擔任研究助理的工作，有時候因為計畫而需收案時，就有機會接觸到一些長輩，閒聊過程中，剛好能把在老年所認識與學習到資訊、觀念分享給她/他們，增加了互動的話題，也增加一些幫助長輩們認識其他生活的機會。當有機會要陪家中長輩看診或聽到哪位親友長輩的狀況時，於老年所習得的知識便派上用場，讓人比較不會像鴨子聽雷般聽不懂醫療人員說的到底是什麼意思。

沒有意外的話，我們都有機會進入「老年」階段，提早認識「老年」能幫助我們在年輕時調整對老年人的刻板印象，幫助自己累積能量和態度、減少於老年階段可能面臨的難題。有時候看到某長輩受晚輩們議論時，不免提醒自己，如果我是那位長輩，我該怎麼適應或調整，而身為晚輩的我議論長輩時，是否同理過可能造成長輩狀況的原因呢？許多刻板印象便是因為不了解或不願了解而產生，老了並不就只能與沒用、弱者、等死畫上等號；年紀大了，生理功能的確會有些受限，但那些人生經歷是年輕的我們遠不及的，說不定自己年老時恐怕還不及目前身邊長輩的狀態；所以就算年老，只要還有一點能力，就鼓勵老人以自己適應的 tempo 繼續生活。許多老年議題的反思訓練，就這樣不斷的在學習過程中反覆練習。

雖然無法因著老年所的學歷增長工作機會難免失落，但這也是因為當初就讀時沒弄清楚就產生莫名期待之故。就讀老年所的確能為原本的學科知識深度之下再增加學識的「廣度」，或許我現在能做的，是就已獲得的廣度之下繼續增加學識的深度。

以上心得只是個案，相信所上的同學們都是有計畫、有目標的（如果沒有，趕緊趁在學時期多方理解），而且老年所發展愈臻完備，同學們有更多元的學習資源與師資（令人好生欣羨~），不論未來從事哪方面的工作，於老年所習得的經驗必能為自己的人生加分。