

簡介美國老人中心

楊錦青譯

前言

人人需要社會性接觸以保持自己的敏捷、活潑和與社區整合，這些社會性接觸提供了對於個人尊嚴相當重要的角色和地位。老年人常受困於許多社會關係，例如朋友和親戚故去、子女遠離、同事們退休，同時，寡婦及退休人員的角色可能是非常淒慘，尤其是當某個人較他的朋友早些成為寡婦或退休時，則這個人必然相當痛苦。

老年人可能會藉著退縮、回顧過去等反應來因應他所面臨的這些新的社會角色，學者如 Cumming 和 Henry 於一九六一年指出，在今日社會裏，這種不投入的情形是不可避免的。學者們推論老人將與別人有著越來越少的互動，同時轉而更關心自己的健康狀況，然而其他學者（如 Hochschild, 1975）則認為，當老年人喪失某些角色時產生之不投入既非自然，也非全部都不投入，而是一種有差異性的不投入，但是，其他新的角色會取而代之。發現一個新的選擇性的角色以取代已喪失的強迫性角色，需要老人們具有相當程度的創意及訓練，而老人們往往便是缺少這些創意及訓練。老年人如果懂得維持主動、積極，以及避免自己從生活中退卻，對其精神及身體都有助益。然而必須提醒讀者的是，也有些研究指出，有些老年人雖僅有相當低程度的社會參與，但依然有著高的士氣和生活滿足感。

服務老人的機構應該極力找出方法以鼓勵老年人參與社會性活動以及扭轉其與社會孤立的趨勢。對於機構內員工及志願服務人員而言，協助年長者如何充分利用他們的空間是其工作上的最大挑戰。

閒暇之使用

今日的美國老人比他們的父母擁有更多的餘暇，由於很多人覺得其休閒活動相當無聊或缺少滿足感，或者缺少參與活動所需要之技能，以致人們不會好好利用空暇，如果將人們的生活引導去工作賺錢，則人們以為閒暇是沈悶的，或許甚至以為是罪惡的。健康不良、缺錢以及無法進行活動通常進一步地歸因於缺乏參與。最後，那些早年沒有培養出對於文化、教育及藝術性活動興趣的老人，到老年時會覺得很難對於這些活動建立起品味。然而，研究也顯示，老年人喜歡使其休閒具有生產力。很多人希望再回到學校，再參加實習課程，以期在休閒中再與其他人在一起，但是，只為了設計來填滿他們時間的一些逗趣及忙碌的工作卻不獲得老年人的喜愛。老年人比較喜歡那些利用技巧及知識，同時能使他們從中得到驕傲的工作。

老人活動中心成為老年人藉此得以與其所在的社區有所互動的主要媒介。地方性的老人中心是一個提供老年人社會性接觸服務的主要定點。老人中心似乎成為專為老年人的活動中樞，在此也傳達了社區關懷老年人的心意。美國現

今許多老人中心都在AOA的協助下發展成提供多種服務的多目標中心，打破了许多年來中心的傳統形象——提供中產階級老年人玩牌、聊天的俱樂部，也使以往的中心無法再涵蓋現今的許多中心及其活動，老人中心在節目上、設備上都各有所差異，有的有新及漂亮的建築物，有的卻只佔老社區建築物中的一個小房間，或者僅棲身在體育活動中心、教堂、服務俱樂部或是公共老人住宅區內另闢一室而已。在現有中心中，約有三分之一或更多的老人中心擁有自己的房子，例如完成於一九八一年的佛州傑克森維爾的老人中心都提供了許多的設備和服務，該類老人中心設計了諸如阻止車輛快速前進的地面來增進老人進出的方便。一九八一年出版的老人中心報告指出，在傑克森維爾的老人中心裏有：創新式設計的花用了二千五百萬元位在市中心，佔地三四、〇〇〇平方公尺；除了有容納一五〇人座位之餐廳、禮堂，另有教室、工藝教室、陶藝中心、遊戲間、圖書館、小型高爾夫、大型壁爐、阻止車輛快速前進的凸地，散步小徑，及提供私人談天的會談室；該中心可舒適的容納八百人，並提供足夠適當的停車設備，及於服務及活動之間提供豐富午餐；食物優待券的交換、僱用資訊、參考及志願服務的機會、裁縫、合唱、運動、戲劇及繪畫。

另有許多諸如在蒙羅加利亞郡、西維吉尼亞等地的小型鄉村式的中心。一九七七年農村地區成立了五個中心，最大的一個中心位於Everettville，每天開放，透過聯邦老人營養中心計畫提供熱午餐，也有工藝課程、聖經研讀，有組織的購物逛街及其他活動。第二種相當具有活動力的中心則每週開放一次，提供午餐及諸如陶藝教室等之活動。另有三個鄉村式中心每月才開放乙次。美國境內有為數五千個以上之老人中心，此外也有將近四千個老人俱樂部提供約一星期聚會一次的機會。

老年人俱樂部並非新點子，但是這種在同一屋簷下同時提供多種服務的多目標老人中心首創於紐約市，其依靠福利局的支援。初始的目的在於服務低收入老人，之後，許多目標的老人中心隨之發展起來以便服務所有階層的老人，上述老人中心包括著名的Palo Alto中心、舊金山及費城中心。許多老人中心

在早期的戰後期間間主要在以文康中心的方式服務中產階級，而非視為一個為全民傳遞服務的中心。一九七三年是個關鍵年，於該年各中心改變其功能，中心數目也隨之開始增加。

一九七三年國會制訂了美國老人法第五法案的計畫，提供多目標中心財政支援。AOA規定想得到資助者必須要使其設備能夠積極提供有關健康、社會及教育方面之服務，同時，也命令所有的中心必須擴展其觸角深入該地區的低收入戶及少數民族的老者。事實上，在第三法案就有很明確的規定，地區內設立這些設備的最優先考慮便是能否照顧年老低收入的少數。因此，中心過半數的使用者都是來自藍領階級背景的人 (Lease and Wagner, 1975)。

計畫及活動的類型

娛樂兼教育的計畫，仍然是大多數中心內最易見及最被經常規劃的，通常而言，包括藝術和工藝課程、舞蹈、音樂會、歌唱、遊戲（包括賓果、橋牌、撞球、下棋）、體操、慶生、節日宴會及晚餐等。文康活動的種類通常都隨著地區居民的喜好及需求而有所變動。在種族混合的地方，安排某些廣受某一民族喜歡的運動，如華裔美人喜歡麻將、或意大利喜歡的Bocce者亦是適當的。老人中心有時也提供各種前往音樂、娛樂場所、動物園、市中心逛街區、公園等戶外活動。

某些文康活動，諸如電影或歌唱，同時設計些活動以適應某些覺得沒有辦法玩遊戲、跳舞或其他體能活動的老人，即令是提供一個舒舒服服的地方讓老人喝茶、喝咖啡等亦是非常適合那些身體較弱的老人。工作人員要能够引導這些計畫且因而與常來參加者熟識，進而藉之協助某些可能有濫用藥物及酗酒的老人。

大多數中心裏教育性的活動，包括進修英文成為老人之第二語言，也包括健康及營養照顧的課程、史學及消費教育等，大多數的中心也都有一個圖書館

，提供閱讀節目、盲人點字畫以及有較大字體的書。

很多中心志願服務人員提供諸如友好訪問及電話慰問服務，社區內衛生專業人員會定期來中心提供各種健康服務。社區內醫療人員，無論是公共衛生護士、醫院門診人員或者社區內衛生臨床人員等，也來中心協助量血壓、給藥、做醫療檢查、提供腳部照護以及許許多多的各項支援。

中心裏可能也有宗教服務，多數人希望有餐食計畫，很多中心在 AOA 的設計下經營成 AOA 老人營養中心計畫裏的地方性分支機構。其他者，諸如加州的 Hayward 則靠最小量的地方基金及大多數老人志願服務人員的資助，發展出他們自己的餐食計畫。

外勤人員負責很多的活動。他們可能來自於社區的機構，包括成人教育與休閒局、外勤志願服務團體也負責很多活動，例如在 Hayward 由一羣志願人員組成了中心裏大型伴舞樂隊。

事實上，志願服務人員是任何一個老人中心的主力，一九八一年的老人中心報告指出，中西部的中心裏大約有三十個志願服務團隊參與計畫，而這些計畫每天大約都有三百到五百人參加，中心負責人會估計這些工作若換成正式人員來執行，則需要僱用六個正式全天工作者。

雖然老人中心通常不是 AOA 在社區內的正式資訊及諮詢辦公室，然而老人中心卻確實提供了服務資訊。中心內有公布欄以宣布各種活動，也放有說明各種活動的小冊子供人取閱。服務人員對於他本身以外之工作也相當了解，同時也能給予有需求的老人適當的推薦建議。有些社區機構的工作人員，例如 SST 工作人員都會自己私人地來到中心協助解說計畫。

老人中心在 AOA 的資助下，也為了特殊團體提供了新的計畫，例如伊州春田地區的一個多目標中心為那些有聽力障礙的老人設計了特殊的讀唇課程，在這種額外的努力下，工作人員都嘗試為那些需要服務的孤單孤立的老人定位，以找出他們所需要的服務。同時也嘗試將少數民族的老人帶入中心。而根據一九七五年估計，幾乎百分之六十的老人中心使用者都是自己獨居者。

除了上述額外努力外，少數民族的老人實際上很少使用老人中心。根據

NISC (National Institute of Senior Centers) 支持的一份全國老人中心調查研究報告指出，僅有百分之十五的老人中心使用者屬於少數民族的老人，而某些老人中心更為了與少數民族老人有所接觸，僱用了一些少數民族的職員，例如 Hayward 中心就僱用一位墨西哥裔的年輕專業人員與說西班牙語的老人接觸及鼓勵他們來使用老人中心。這位專業人員透過地方的天主教堂及講西班牙語的團體取得與墨西哥裔老人的接觸。如此看來，Hayward 中心似乎對於提供特殊服務的興趣濃過於提供地區性一般的服務。在很多中心裏都有這種情形，當某些特殊服務與老人健康有所關聯時，少數民族的老人則較會去使用。當然，如果能以西班牙語或中文來取代英文以推展某些服務計畫，則必會增進少數民族老人參加一般文康活動的興趣，而辦理某些受當地少數民族團體歡迎的文康活動或舉辦民俗節慶活動等，同樣都能增進少數民族老人的參與與致。某些中心甚至在少數民族的羣居區也特地設立起衛生中心。

身體羸弱及殘障老人也是較少出現在老人中心的人。研究指出，僅有百分之二五到三〇的老人中心使用者其年齡超過七十五歲以上。提供虛弱及殘障老人的延伸性服務種類相當互有差異。它可能是種運輸方面的服務以接運上述老人來中心，或設計些活動量不是太大的計畫，或提供到府服務方式的計畫，甚或包括安排公共衛生護士的到府訪問或較不正式性的友善訪問。於照顧殘障老人方面延伸性的服務可能包括老人中心內部設有特殊的洗澡間及安全扶手、護欄等設備。而這些提供延伸性服務的工作人員也必須能讓這一類老人體會到這是一個屬於他們的中心，一個讓他們感受到賓至如歸的中心。

鄉村地區裏的老人很容易與各種服務措施隔離，也較不傾向於去利用某些服務，因為這些服務看起來像是政府的施捨。在鄉村裏對於某些延伸性服務的需求特別的高，例如鄉村老人委員會於一九八一年在白宮老人會議中就曾如是地提出，鄉村老人委員會建議相關的聯邦基金部門能為鄉下的老人們提供一些延伸性的服務、增加基金以拓展這些延伸性服務，同時也能提供服務人員所需的種種增進效益的訓練。此外，該委員會更建議聯邦的部門或資源能發展出一個流動貨車 (Traveling Van) 的概念，亦即在從事延伸性服務時，包括能

將醫療的，心理衛生的以及合法的協助傳送到老人中心及私人住宅，使得老人中心及私人住宅因此能提供鄉村老人所需的資訊及諮詢。

衛星中心

假若老人中心能設立一個非常方便使用者使用的地點，則這樣的老人中心便能充分發揮其功能。傳統上老人中心都是設立在市中心，然而隨著城市的成長，很多老人家居住在城市外圍地區，或者居住在一個帶有種族色彩的區域內。為了吸引上述的老人，老人中心本部通常都會延伸出某些衛星分支機構。一般而言，衛星中心較能滿足特殊鄰里地區的需求，包括上述之種族團體的需求，衛星中心能將老年人帶入其計畫中，同時進而鼓勵老人去使用老人中心內部裏更多、更豐富的資源。

衛星中心尤其是位在鄉村地區者，通常都是一週內僅數天提供社區某些有限度的計畫，因為社區本身無法維持一個完全的計畫。加盟本部的老人衛星中心似乎是種低預算的運作，因為它的半專業員工都靠中心本部內專業員工及資源所支持。例如有些服務（如藝術或音樂性節目）所需之器材對衛星中心而言，價格都太高以致無法購買，是以該類器材都係由中心本部提供配合。

發展衛星中心當然亦有其弊端，首先，衛星中心因受制於本身有限的資源和計畫，是以其所設計的計畫所需要借重母中心以致耗損母中心的資源。而對母中心而言，由於其擁有眾多資源，因此寧可自己本身獨立發展一套完整的計畫，更能吸引社區的注意力及取得社區的捐獻。

老人中心的功能

透過上述的活動，老人中心達成了許多功能，無論老人家只是個參與者或是老人中心顧問小組的成員，老人中心對老人家而言，都成為其另一個取代工作場所的地方。身為委員或志願服務者的老人往往透過這些身分發展出一種主

動的決策角色及領導能力，而這些角色與能力對整個社區都有助益。在此，老人家的舊有技術依然有用，且學習了新技能，而這些技能也為老人帶來了滿足感。透過藝術、工藝課程及志願服務工作，老人們重新獲得了有用感及尊嚴，因為有用感及尊嚴常隨著個人的退休以及兒女的離去漸漸減弱。參與老人中心也為老年人編排了每日生活的結構及流程。當將老人中心視為一個進行社會接觸的源頭時，老人中心也協助了老人克服其孤獨感，尤其是當老人喪失了配偶或老友之後。

老人中心充當了橋樑的角色，重新將老人與社區結合起來，以減少老人的孤立感。因為它使得參與者再一次歸屬於團體，同時也協助建立起對一個新團體的認同感。老人中心成為一個支持站，在這裏，老人能感覺安全、舒適以及獲得協助解決其老年問題例如收入減少或是身體上的衰退。老人中心猶如是一個特別的社區，於此老年人能充分地由其自己的觀點上來檢視其日常生活上的問題。例如老人中心提供了一個場所讓老年人去適應退休，也適應接納新環境、新思想及新角色。

老人中心也如同是個可用的及可接納的媒介、工具，透過老人中心，老年人能夠截取他所需要的社區資源。老人中心是個將與老年人有關之所有服務結合在一起的場所。在這裏老人中心之員工會幫助老年人克服科層制的障礙，同時也協助老年人省錢，比如提供老年人免費的諮詢服務、折扣優待及張貼租房廣告的機會。老人中心的各項活動如同是個公共集會討論的地方，讓老年人討論如何在遞減的收入下過活。某些中心會幫助低收入老人去賺些錢，例如透過志願服務的計畫，讓參加計畫的老年人得到些微的津貼或免費的餐食或在中心出售手工製作的產品，此外藉著僱用廣告，老人中心協助老年人找到當嬰幼兒保姆的工作等。低消費的中餐以及免費或不貴的消遣娛樂亦達成為老年人省錢的功能。

基金

老人中心近來之成長主要拜美國老人法第五法案（現改為第三法案）規定

之福。在此之前，老人中心之補助大多來自私人團體例如社區基金（Community Chest）及地方政府。OAA 基金之設計便是用來擴展老人中心的數目以及協助舊中心轉型成多目標的設施以提供眾多服務。該法第三法案授權百分之七十五的基金用以獲得、改造或創新既有的設施，因為自一九七八年起，老人中心的建築費大致如此。聯邦政府的錢可用於購買最初需要的器材以及充實其他設備以便擴充為多目標老人中心。每個州部門負責確定州內每個計畫及服務範疇都保留有適宜的部分。同時，確定 AAA 以及其他地方部門亦參與了對於設施的選擇。任何一個被指定去發展及擴充為多目標老人中心的機構必須設計出一套完整的計畫，包括要能獲得一份其他公家或私立非營利部門的明文承諾，以求能夠傳遞那些可以擴充既有計畫的資源或服務。

一九六五年地方公共事務發展與投資法亦是另一個獲得修繕、建築及改造費用的來源。有時老人中心的建築費也來自於 Community Block Grants of HUD。一九七四年的住宅法案中，也提供了基金以擴充社區服務，並且基本上為低至中收入的人羣服務。然而，服務的經費有時也來自於美國老人法第三法案和 SSBG。SSBG 則是專門在提供特定社會服務所需之基金。上述的特定服務包括友善訪問、娛樂服務、電話慰問服務及其他社會性團體的服務。一可 SSBG 的計畫專注於低收入的老人，則產生「使用 SSBG 基金服務的合法性問題，這種情形使得 SSBG 計畫難與其他基金共同合作造福一般老人。

在許多計畫之下，志願服務得以成立，尤其是經由 ACTION 管理之計畫，諸如 RSVP 或者老者伴護計畫，而老人中心之餐食服務則在 OAA 的年長者營養計畫下推動。

老人中心之問題

老人中心最主要的問題在於，因受限於服務時間，使得部分老人中心未能充分利用（Collin, 1979），而少數民族及低收入老人鮮少利用老人中心亦是另一問題，因此，必須多下功夫以改善狀況，如儘量使老人覺得其受到歡迎。

在少數民族及低收入老人居住的區域發展延伸性服務及創設老人衛星中心等。此外，改善來往老人中心的交通運輸應也有所助益。某研究指出，極大比例（百分之三九）的少數民族老人表示其願意參與老人中心的活動，然而如何抵達老人中心的交通問題確實是其一大困擾（Brown and O'Day, 1981）。

改變一般人視老人中心是個社交俱樂部印象到視老人中心是個能够接收重要社會服務之中心的印象，則是另一個困難。然而這種印象的轉變有助於吸引那些在社交情境下難感舒適的老人，以及吸引某些不願意參與劇烈活躍活動的體弱、高齡老人。這項重塑老人中心形象的工作尚待加強。一篇比較老人中心使用者與非使用者之研究指出，老人中心的使用者通常較易被引導去屬於其他團體，同時，也會認為自己較大多數的同伴來得健康些。學者指出，很多以俱樂部或休閒中心方式生存的老人中心，目前尚對於這種方向的轉變抱持抵抗態度。而美國的老人中心不需要較多的男士們參與。一般老人中心裏，女士們佔大多數，根據一份全國報告發現，僅有四分之一人數係男性，The National Council on Aging 會非常關心這種現象，並藉書籍來說明男士們的特殊需求和興趣，並且也提供有效方法以促使男士們加入老人中心的活動。

一般而言，上述的中心都是未被充分利用的，如學者 Tissue (1971) 指出，只有極少數六十歲以上的美國人會使用老人中心，老人中心的效用會引起質疑，有人可能認為聯邦的基金不應該用於此。事實上，基金是一個連貫性的問題，基金年復一年的妥協，動搖了老人中心被視為老人社會服務重心的可行性。老人中心會因為喪失地方性 SSBG 基金的支持以及 CETA 計畫的中斷而遭受嚴重影響。缺少充足的基金對於維持專業人員方面有著負面的影響，很多老人中心因此只得僱用一些沒有碩士學位或亦缺少適當大學訓練的半天工作者。

[本文摘錄自 Elizabeth D. Huttman & N. Social Services for the Elderly Chapter 6, Social Contact Services-Senior Center. 譯者為民政部社會司專員]