

2024 臺灣老人學學會線上論壇

《從人與環境的互動觀點看健康老化》活動摘錄

林書瑜¹、許芳瑜¹、劉立凡¹

活動時間：113 年 10 月 2 日 · 16 : 00~17 : 30

活動主題：從人與環境的互動觀點看健康老化

主持人：劉立凡教授

與談人：陳怡如教授²、張珩特聘教授³

2024 年臺灣老人學學會於 10 月舉辦線上論壇，本次主題為《從人與環境的互動觀點看健康老化》，由劉立凡教授主持(活動海報如圖一)。首先劉教授從人與環境的適配 (Person-environment fit) 視角探討在地老化與地方依附的關係作為開場，隨後陳怡如教授與張珩教授分別從地方依附的測量方法與環境心理學的角度，分享了他們在高齡者地方依附的概念與測量；以及居住環境設計方面的研究成果與經驗，激發與會者對於健康老化議題的深入對談與思考。

環境觀點的重要性-在地老化與地方依附

健康老化 (Healthy Ageing) 係指為實現老年福祉，所需發展和維持個人內在能力 (Intrinsic Capacity) 和功能性能力 (Functional Ability) 的過程。世界衛生組織 (WHO) 提出「建構高齡友善城市與社區」為 2030 年健康老化行動計畫其中目標之一。在此概念下，健康老化反映了個體與其所居住環境之間的相互作用與不可分割性 (WHO · 2016)。

在地老化 (Ageing in Place) 為透過正式、非正式資源的支持，使高齡者盡可能於熟悉的環境中獨立生活，而避免進到機構式照護 (Horner · 2008 ; Grimmer · 2015)。此環境並不侷限於自有住宅，家庭環境、鄰里也包含在內。個體對於所處環境產生的社會聯繫、安全感、熟悉與認同感，即為地方依附 (Place Attachment)。

1 國立成功大學醫學院老年學研究所

2 國立陽明交通大學護理學系/跨專業長期照顧與管理碩士學位學程主任

3 國立成功大學建築學系

從社區的角度來看，高齡者與其所居住環境存有社會關係。當個體對於此環境有所依附，便會帶來動機去維護、改善，甚至為此地方帶來創新的可能。因此，探討人與環境的互動性是有其必要性。



**從人與環境的互動
觀點
看健康老化**

主持人：劉立凡
國立成功大學老年學研究所 教授
環境觀點的重要性-在地老化與地方依附

與談人：陳怡如
國立陽明交通大學護理學系 教授
跨專業長期照顧與管理碩士學位學程主任
從在地老化談高齡者地方依附的概念與測量

與談人：張珩
國立成功大學建築學系 特聘教授
由環境心理學觀點看高齡者環境設計

論壇時間：2024.10.02 (三) 16:00-17:30
採用線上報名，截止日：9/27(五)下午17:00

報名QR code

台灣老人學學會113年度10月線上論壇

圖一、10月2日線上論壇活動海報

從在地老化談高齡者地方依附的概念與測量

依附的概念融合多種理論，涵蓋心理精神分析論、社會學習理論甚至是生物演化論，皆用來解釋人與人的依附行為或關係。依附對象具有三種主要功能包括親近 (proximity)、避風港 (a safe haven)、安全基地 (a secure base)。大多數人在生活經驗累積及時間的推移中，依附類型也會隨之改變。依附理論與環境結合形成的「地方依附」概念，可追溯至1970年代的大量研究，呈現出人與地理空間所產生的情感，地理空間可以轉換成地方 (places)

反映人類的經驗；時至今日，地方依附已被視為具有多面向且複雜的概念，指在文化背景與社會架構下的地方意義，代表著個人或群體與地方之間的多元連結，是一種針對特定對象的持續性互動過程。

學者普遍將地方依附分為兩個層面，包括功能性層面的地方依賴 (place dependence) 和情感層面的地方認同 (place identity)。陳教授強調個人的需求及目標與環境資源的調和，是形成地方依附的重要成分，且一般成年人與老年人的地方依附有所不同，一般成年人更偏重於休閒與交通等來源。從健康觀點來看，在地老化是地方依附的一個重要內涵，透過高齡者地方依附的狀況，可呈現出在地老化的目標。高齡者可以在與地方依附的連結關係中，獲得生理、心理、社會之需求及安全感的滿足 (功能性依附)；此外，高齡者在居住地可以感受到被了解、接受、愛、和照顧 (情感性依附)。

台灣版高齡者地方依附量表 (PACOA) 的發展，源於學者期望設計出一個量測高齡者心理健康的正向指標。透過質性與前驅研究建構量表信效度，發展出量測高齡者與其所認知的居住地之間的連結關係，全量表分為五個構面包含生命意義、生活依賴、在地情感、期待依賴、社會融入。此研究發現，高齡者會持續判斷個人能力與居住地方之合適度，而且社會關係在高齡者的地方依附中也扮演著重要角色。

整體內容深入淺出，讓大家對高齡者地方依附有了更深入的理解。最後，陳教授展望地方依附的未來性，期許地方依附量表能在學術上得到更廣泛的應用，並在考量功能與環境的配搭上有所精進；實務上地方依附也可作為在地老化政策制定與成效評估的工具，為高齡者服務設計提供實證基礎。

由環境心理學觀點看高齡者環境設計

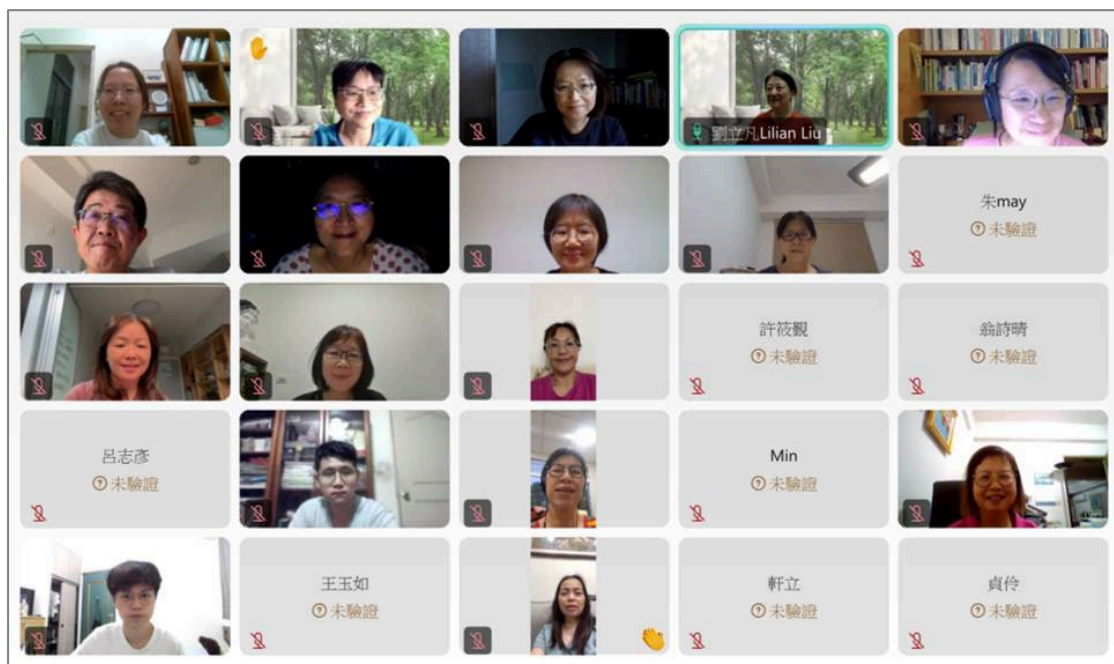
從建築環境的角度，規劃居住環境可分為社區環境、住宅環境兩大面向，並從健康性、便利性、寧適性與安全性四構面作為擬定居住環境滿意度題項的參考依據。張教授研究結果發現與高齡者幸福感最相關的前三大環境規劃因子包含「室內環境規劃」、「安全維護」與「心靈成長設施」。

從住宅環境來說，室內環境安全性、跌倒安全防護、無礙的活動空間為生

活適應中高齡者目前最不滿意之前三項，且均與高齡者人身安全有關。故提升「室內環境規劃」的品質為重中之重，包含改善空間的無障礙性（如浴廁加裝扶手）、與家內設備使用的方便性等，使高齡者的住宅環境便利性與安全性得到滿足。而家內通風、照明、防火系統的建置、社區道路整平，明亮無礙的步行空間，則可提升個人住宅環境與社區環境「安全維護」的滿意度。宗教場所、照護設施為「心靈成長設施」的範疇，透過社區工作者、在地居民的溝通與合作，將現有及閒置空間進行修繕與改建，偕同建構一個友善、適合且安全的高齡者活動空間，進而提升老年生活適應性與幸福感。

換言之，因應社會時代脈絡與超高齡社會的來臨，若能藉由社區環境規劃、合宜住宅設計，打造合宜、友善且無礙的高齡者居住環境，便是實踐在地老化理念的第一步。

經由本次線上論壇，針對從人與環境的互動觀點看健康老化，並經由教授們的研究經驗分享，強化大家對於環境資源對健康老化議題的影響及重視，對與會者提供在健康老化議題上的多元觀點與創新發想，進而介入相關研究與環境設計及改善，有助於有志之士齊力向健康老化議題的共同目標邁進。本次線上論壇雖在颱風天舉辦歷時 90 分鐘，並不影響大家的參與熱誠，論壇於當日下午 17.30 圓滿結束，會後合影如圖二。



圖二、線上論壇會後合影