

高齡者靈性健康需求文獻之回顧分析

*陳黛芬 廖珮彤

南開科技大學 福祉科技與服務管理研究所

1. 研究背景與目的

自古以來,宗教信仰與人們有著息息相關的連結,針對心理或精神上需要寄託者更顯得重要,透過高齡者對於宗教信仰將有助於正向心理狀態,高齡者透過日常靈性健康之研究的瞭解,有助於提高心靈層次(陳黛芬,2012)。近年來,高齡者靈性健康相關議題之研究逐年增加,宗教信仰對高齡者來說是不可或缺的,因為高齡者晚年時期會遇到許多困難。在台灣社會文化脈絡下,大多高齡者生活與宗教、寺廟有著密切的連結。高齡者藉著宗教信仰體驗生命的意義,提高自我察覺,追尋生命價值感和生存動機,將有助於維持身體健康的狀態,身心靈維持一定的活力。本研究目的即是透過研究背景的支持,探討高齡者靈性健康的需求度。

2. 研究方法

由於研究者正進行道教信仰高齡者其靈性健康需求之研究,採用量化研究方法以探討此議題之問題。透過對過往相關研究之回顧及分析。有助提醒研究的重要性。本研究採系統性文獻回顧方法,統整國內相關之論文研究,以「高齡者」、「靈性健康」一詞為關鍵,以搜尋台灣碩博士論文網為主要平台,進行相關文獻之蒐集,並檢視論文摘要和內容,擷取以與研究議題相關之研究論文共9篇。以下就其研究內容作分析描述。

主要的論文有:洪櫻純(2008)老人靈性健康之開展與模式探詢;洪櫻純(2009)佛教徒學習佛法對靈性健康之影響歷程研究;陳美蘭(2014)老人學習方案對靈性健康提升之研究:全人整體健康之取向;鍾宜誼(2009)參與靈性學習課程高齡者對自我概念與生命意義感之相關研究;羅暉茹(2011)靈性教育方案對高齡者靈性健康之研究;劉清虔(2008)論老人的傷痛照顧與心靈健康—一個靈性照顧的取向;王靖淇(2013)臺中市社區中高齡者靈性健康與生活品質相關研究;何淑珍(2014)初探樂齡族群靈性健康成長與期許—以臺中市衡山心靈健康機構為例;李寶釵(2013)社區老人生命回顧與靈性健康之研究-以回憶寶盒方案為例等研究。

3. 結果與討論

依據上述研究內容作歸納分析如下:

- (1) 以研究取向區分:量化研究取向有5篇以量化研究為主,收集靈性對於高齡者的影響,了解高齡者對於靈性的需求程度與信仰的力量;質性取向有4篇,透過訪談及方案的研究方法,藉以探討靈性健康對於高齡者生活中的重要性,以身心靈跟宗教信仰的方向探討,了解高齡者身心靈的發展及其重要性。透過兩種取向的研究進行靈性健康的探究,皆顯示其靈性健康對於研究對象的重要。
- (2) 靈性健康可藉由學習而提升:洪櫻純(2008)、何淑珍(2014)及李寶釵(2013)皆提到靈性健康可藉由自我學習及自我整合提升;而劉暉茹(2011)、陳美蘭(2014)及鍾怡誼(2009)則認為透過學習的方案介入,有助提昇高齡者的靈性健康。
- (3) 靈性健康與信仰的關係:歸納文獻後,共有6篇內容提及到靈性健康與宗教信仰有相關,認為高齡者透過信仰中的神之無私大愛以及大自然的奧妙,比較容易達到生命的圓滿。

根據上述討論內容，就其研究取向、心理健康及與信仰關係的重要，歸納後提出以下建議：

- (1) 對於高齡者可建議可多參加社區與宗教相關的教育活動，以達到放鬆自己的身心靈，增加學習的意願，不要讓自己處於憂鬱與不開心的狀態，放開心胸接納事情。
- (2) 對於高齡者家庭可多與鄉鎮社區共同規畫適合高齡者參加的活動，關懷高齡者的心理健康狀況，多帶領高齡者參加戶外活動，放鬆高齡者的身心靈。
- (3) 對後續研究之建議：根據討論之內容，得知其高齡者靈性健康與宗教信仰有很大的相關，因此，建議後續研究可針對某一宗教進行其靈性健康之研究。對於高齡者身心之影響與對於生命的看法，宗教信仰之影響以達到靈性健康之目的。

參考文獻

1. 王靖淇(2013)。臺中市社區中高齡者靈性健康與生活品質相關研究。亞洲大學健康產業管理學系碩士論文。
2. 何淑珍(2014)。初探樂齡族群靈性健康成長與期許—以臺中市衡山心靈健康機構為例。國立彰化師範大學公共事務與公民教育學系碩士論文。
3. 李寶釵(2013)。社區老人生命回顧與靈性健康之研究—以回憶寶盒方案為例等研究。實踐大學家庭研究與兒童發展學系高齡家庭服務事業碩士在職專班碩士論文。
4. 洪櫻純(2008)。老人靈性健康之開展與模式探詢。國立臺灣師範大學社會教育學系碩士論文。
5. 洪櫻純(2009)。佛教徒學習佛法對靈性健康之影響歷程研究。中華心理衛生學刊，22(3)，269-297。
6. 陳美蘭(2014)。老人學習方案對靈性健康提升之研究：全人整體健康之取向。經國管理暨健康學院健康產業管理研究所碩士論文。
7. 劉清虔(2008)。論老人的傷痛照顧與心靈健康—一個靈性關顧的取向。神學與教會，33(2)，354-386。
8. 鍾宜誼(2009)。參與靈性學習課程高齡者對自我概念與生命意義感之相關研究。國立中正大學高齡者教育所碩士論文。
9. 羅暉茹(2011)。靈性教育方案對高齡者靈性健康之研究。國立臺灣師範大學社會教育學系碩士論文。
10. 陳黛芬(2013)。高齡學習者日常靈性經驗、社會連結與正向情緒關係之研究。國立中正大學成人及繼續教育研究所博士論文。
11. 劉淑娟(2001)。台灣老年婦女的生活經驗與靈性健康。護理雜誌，48(5)，11-15。
12. 蕭雅竹、黃松元、陳美燕(2007)。宗教與靈性健康，健康促進行為之相關性研究。實證護理，3(4)，271-279。