

## 新新人類的深深期盼

郭隆興 高師大進修推廣部組長

社會上對老年人有許多的尊稱，如榮譽市民、長輩、長老、先進、高齡者、長青樹…等，而個人最喜歡的一個尊稱則是「新新人類」，此新新人類乃相對於新新Y市代的新新人類，深具時代意義。為什麼如此稱呼呢？讓我們從各個角度加以審視之。老人的定義是多面向的，從現代生理學的角度來看，老人「身」也未必跟著老；老化現象除了是正常的自然過程之外，更可以是一種「計劃的過程」，您只要從成人期便不斷維持良好的健康習慣，如均衡的飲食、充足的睡眠、適度的休閒與運動，再配合先進的醫療科技，老當益壯已不是夢。

從心理學的角度來看，人活到老年萬事新，老年人的智力並非退化，而是思考類型轉變，持續的辯證思考能力提昇，晶體的智力(crystallized intelligence)增加，這種智力是一種瞭解關係、作判斷、在熟悉情境處理訊息、解決問題的能力；老年人只要選擇與經驗和知識累積有關的工作，避開需要速度、有時間壓力、新技術、新方法的情境，其工作效能依舊不亞於年輕人，正所謂人老心未必老矣。

從社會學的角度來看，老年並非退隱江湖，而是社會再參與的開始。目前全世界，人口有五十九億，其中六十歲以上的人口約為一億五千九百萬人，未來五十年，這個數目將有增無減；而台灣二千一百萬的人口中，根據內政部的統計，截至去年底，六十五歲老年人口已達百分之八點二六。如此龐大的族群，可能經濟收入減少，政治權力地位下降，價值尊嚴不如傳統的社會，生活方式大不如前。可是心念一轉，老年人雖然離開了工作崗位，經濟收入減少，但因兒女皆已成長就業，幫您花錢的人數為之減少，所以花費不必太多，自然也不用賺太多；政治權力地位下降，也意謂著社會壓力減輕，不必多負責任，那些案牘勞形、衝鋒陷陣、傷神害體的事情，由下一代的人去用力打拼吧；價值尊嚴會不如傳統的社會嗎？如果您仔細閱讀老人福利法的內容條文，就可以明確瞭解透過法律的保障，對老人的尊重日漸有加；而生活方式大不如前，那是因為社會有了新的期待，老年人可以放下以前工作性的職業角色，轉變為受人歡迎的情感性之人際關係關懷角色，長老風範永留人間。

從教育學的角度來看，「活到老，學到老，才可以活的好」的教育理論與教育方法日趨成熟，老狗仍可不失赤子之心，變出人生的新把戲。推動老人教育時，應注意增強老人學習的動機，如上課環境的舒適性、班級人數不宜過多(儘量不超過三十人，以利其良好的社會互動空間)、充分提供學習資訊與管道、克服時空障礙(時時可學、處處可學，甚至是居家學習)、請子女鼓勵長輩參與學習、舉辦學習成果展…等；並且開設符合社會化、社會脈動化的課程，如生理健康、老人權益、醫藥福利、生涯規劃、運動養生、識字、語言、休閒、藝術、宗教、鄉土文化、增加新知…等課程；同時注意教學方法的革新，如改良放大課本字體、

名人講座、現場參觀、視聽媒體、實作、成果發表、成員合作……等多元的教學方式。

從生涯發展的角度來看，老年人走過青春嶺、青色山脈、藍色湖泊、金色年代之後，歲月故會催人老，但實際上，「社會」更能催人老，所以老年人更應重新定位人生目標，作個不必服老的新新人瑞，再譜人生續曲，再創人生高峰。老年人一建立收牙認知，消除老年恐懼；提前並妥善規劃退休生涯，不斷參與社會學習，開發老人潛能；注重醫療保健，維持身體健康；提倡休閒娛樂，開戰字我；調適家庭人際關係，充分享受家庭溫馨親情。

就上而言，「老」、「不老」的差別關係，在於高齡者個人是否能計劃人生、身體力行、調適社會認知、改變主觀感受、認真學習及真正的行動實踐而已；如此，則符合時代意義，契合社會角色之新新人瑞的深深期盼，已不遠矣！