

老年住民在長期照護機構中的心理健康促進與情緒調適

蕭仔伶,謝佳容

Hsieh CJ;Hsiao YL;Liu SJ

摘要

目前國內針對老人心理健康促進的相關研究，多以精神疾病篩檢的方式，以期能早期發現、早期治療，但卻鮮少文章針對機構中的老年住民，從情緒調適和心理健康促進的觀點出發。老年人的情緒調解的能力會隨著年齡增加而增加？且老年期的情緒發展更能整合認知和情緒的經驗，然而其自主性情緒反應卻也會隨著年齡的增加而有減少。整體來說，老年期情緒的發生改變頻率和情緒特質有很大的差異性。本文目的在探討老年人情緒發展的特性，住進長期照護機構後常見的壓力和情緒表徵，以及提出五項心理健康促進和情緒調適的策略原則，以期能促使機構老年住民達到最佳的心理健康狀態和幸福安適感。

Abstract