

# 鄉村中老年人自我導向學習衛生教育策略研究

鄭惠美\* 陳昭郎\*\* 呂 滢\*\*\*

台灣地區人口迅速完成轉型，目前已邁入「高齡社會」的行列，老年人口的比率將迅速增加；老年人口面臨的最大問題就是健康問題。隨著疾病型態的改變，目前影響人類健康最重要的因素就是「生活型態」。衛生教育在協助人們執行健康生活型態上有極其重要的地位；衛生教育對於成年人，尤其是渴望獲得健康知能又缺乏接受正式教育管道的中老年人更是有相當大的發展空間。成人與兒童的學習特性是不相同的，本研究即藉由理論之推演，參酌成人教育哲學與實務而發展出「自我導向學習」的中老年人衛生教育策略，並以準實驗設計評估該策略與傳統策略的差異。

結果發現(1)自我導向學習策略的效果優於教師導向教學之效果，且此差異短期效果比立即效果更清晰。(2)學習小團體異質性對學習效果之影響不明顯。(3)不論高自我導向學習傾向者或低自我導向學習傾向者在自我導向策略中的學習效果均優於在教師導向策略中的學習效果。最後並根據研究結果提出「台灣鄉村地區中老年人自我導向學習衛生教育策略的實施方案」及本研究所引發的建議，以供實務及相關研究之參考。

關鍵字：自我導向學習 成人教育 衛生教育 鄉村 中老年人 高血壓

## 壹、緒論

### 一、研究背景與研究重要性

台灣地區在七十年(1920-1989)內完成了歐美國家費時二百多年才完成的人口與疾病轉型 (Coale, 1973; Ryder, 1983; Omran, 1971; Olshansky, 1986; 黃建忠·韓文瑞, 1993)，人口迅速老化已是必然的趨勢。民國82年時台灣地區六十五歲以上人口佔總人口的7%以上，已邁入聯合國所稱「老人國」之列。據推估 (經建會, 1993)，民國99年時台灣地區六十五歲以上的人口將佔總人口10%以上，而到民國120年時，六十五歲以上的人口將超過20%；老年人口由10%上升到20%，只需二十一年的時間，而相對於芬蘭、瑞士、西德等國家，他們則經歷了五、六十年 (Ogawa, 1989; 黃建忠·韓文瑞, 1993)。人口老化對台灣地區社會、經濟環境所造成的衝擊，將比歐美國家嚴重。而老年人口或人口老化社會所面臨的最大問題，莫過於健康問題。

老年人的健康問題，並非肇始於老年期。尤其在平均壽命延長的情況下，邁入老年

---

\* 國立台灣師範大學衛生教育系副教授

\*\* 國立台灣大學農業推廣學研究所教授兼系、所主任、所長

\*\*\* 國立台灣師範大學衛生教育研究所兼任教授