

老得精彩： 建立年長者的核心價值觀

基督教台北信友堂

潘正德長老

jender@cycu.edu.tw

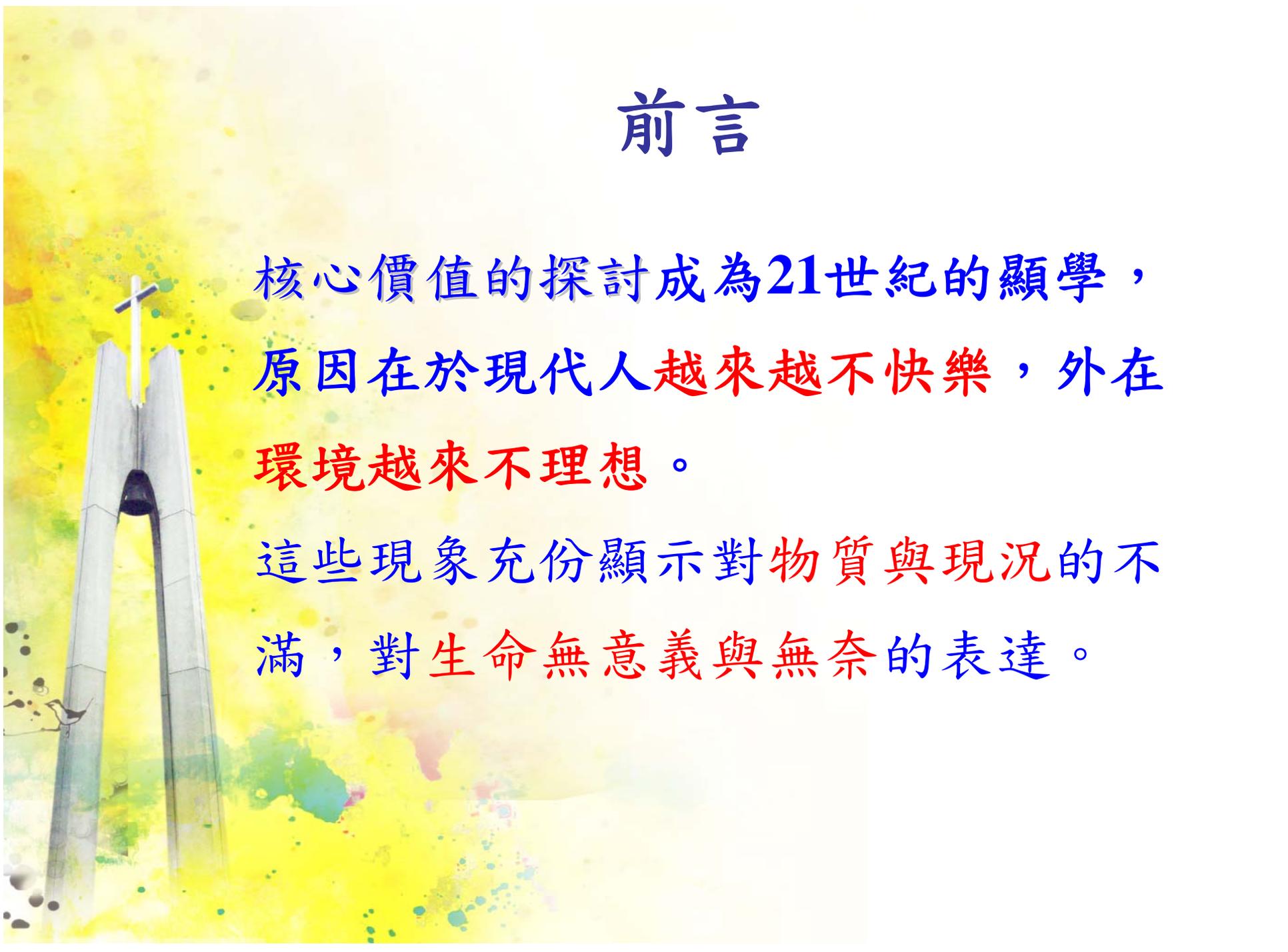
03-2656873



前言

核心價值的探討成為21世紀的顯學，
原因在於現代人越來越不快樂，外在
環境越來不理想。

這些現象充份顯示對物質與現況的不
滿，對生命無意義與無奈的表達。



願景源自聖經中的異象

Vision，是描述未來將成就的景象。追溯異象的概念與聖經中創世紀中約瑟「夢」(Dream)的故事有關，約瑟在他的夢中所看見的景象(Vision)與意境，代表著將來要成就的事。

Martin Luther King (1963)在他一生追求自由最著名的演講「I have a dream」，這個夢代表著導引他一生的異象。聖經箴言29章18節說到「沒有異象，民就放肆」



核心價值是什麼

In a changing world, core values are constant. Core values are not descriptions of the work we do or the strategies we employ to accomplish our mission. **The core values are the basic elements of how we live in our daily life. They are the practices we use every day in everything we do.**



核心價值是什麼

Govern personal relationships

Clarify who we are

Articulate what we stand for

Guide us on how to teach

Inform us on how to reward

Guide us in making decisions

Require no external justification

Essential tenets



年長者與健康相關的生活品質

心靈/宗教/個人信念

(Spiritual/Religion/Personal Belief)

生理範疇(Physical Domain)

心理範疇(Psychological Domain)

獨立程度範疇(Level of Independence)

社會關係(Social Relationship)

環境(Environment)。

(世界衛生組織，1991)



年長者的核心價值觀

心靈/宗教/個人信念

腓4:4-7你們要靠主常常喜樂。我再說，你們要喜樂。當叫眾人知道你們謙讓的心。**主已經近了。**應當一無掛慮，只要凡事藉著禱告、祈求，和感謝，將你們所要的告訴神。神所賜、出人意外的平安必在基督耶穌裡保守你們的心懷意念。

詩31:10-14我的生命為愁苦所消耗；我的年歲為歎息所曠廢。我的力量因我的罪孽衰敗；我的骨頭也枯乾。我因一切敵人成了羞辱，在我的鄰舍跟前更甚；那認識我的都懼怕我，在外頭看見我的都躲避我。我被人忘記，如同死人，無人記念；我好像破碎的器皿。耶和華啊，**我仍舊倚靠你；**我說：**你是我的神。**



年長者的核心價值觀

生理範疇

- 林後4:16 所以，我們不喪膽。外體雖然毀壞，內心卻一天新似一天。
- 傳3:1 凡事都有定期，天下萬務都有定時。
- 箴16:31 白髮是榮耀的冠冕，在公義的道上必能得著。
- 詩73:26 我的肉體和我的心腸衰殘；但神是我心裡的力量，又是我的福分，直到永遠。



年長者的核心價值觀

心理範疇

詩16:11 你必將生命的道路指示我。在你面前有滿足的喜樂；在你右手中有永遠的福樂。

弗3:13 所以，我求你們不要因我為你們所受的患難喪膽，這原是你們的榮耀。

弗3:16 求他按著他豐盛的榮耀，藉著他的靈，叫你們心裡的力量剛強起來。



年長者的核心價值觀

獨立程度範疇



詩121:1-3 我要向山舉目；我的幫助從何而來？我的幫助從造天地的耶和華而來。他必不叫你的腳搖動；保護你的必不打盹！

約16:32 看哪，時候將到，且是已經到了，你們要分散，各歸自己的地方去，留下我獨自一人；其實我不是獨自一人，因為有父與我同在。

年長者的核心價值觀

社會關係

傳12:1 你趁著年幼、衰敗的日子尚未來到，就是你所說，我毫無喜樂的那些年日未曾臨近之先，當記念造你的主。

詩71:18 神啊，我到年老髮白的時候，求你不要離棄我！等我將你的能力指示下代，將你的大能指示後世的人。

約一2:14 父老啊，我曾寫信給你們，因為，你們認識那從起初原有的。少年人哪，我曾寫信給你們；因為，你們剛強，神的道常存在你們心裡；你們也勝了那惡者。



年長者的核心價值觀

環境

詩16:8-9 我將耶和華常擺在我面前，因他在我右邊，我便不致搖動。因此，我的心歡喜，我的靈快樂；我的肉身也要安然居住。

弗6:13 所以，要拿起神所賜的全副軍裝，好在磨難的日子抵擋仇敵，並且成就了一切，還能站立得住。

詩73:25-26 你要以你的訓言引導我，以後必接我到榮耀裡。除你以外，在天上我有誰呢？除你以外，在地上我也沒有所愛慕的。



建立年長者的核心價值觀

陪伴者能做什麼(情感、認知、行為)?

心靈/宗教/個人信念：

生理範疇：

心理範疇：

獨立程度範疇：

社會關係：

環境：



參考文獻

- 張宰金 (2005)。教牧輔導。臺北：中華福音神學院出版社。
- 張宰金(2006). 銀髮族的全人關顧。台灣基督教文藝出版社。
- 張宰金(2009). 松柏長青。臺北：中華福音神學院出版社。
- Miller, G. (2003). *Incorporating spirituality in counseling and psychotherapy: Theory and technique*. Hoboken, NJ: Wiley.



小結

利19:32 在白髮的人面前，你要站起來；也要尊敬老人，又要敬畏你的神。我是耶和華。

