

# 從計畫行為理論探討高齡族群在心理諮商服務的使用

## Exploring the Use of Counseling Service for Senior Citizens from the Theory of Planned Behavior

劉軒誠 游錦雲  
臺北市立大學心理與諮商學系

### 一.研究動機：

隨著身體機能退化、老化自覺及面對死亡焦慮的提升，高齡者的心理健康一直是值得注意的一環，心理諮商能協助高齡族群維持人際互動、幫助建立生活重心及提供情緒支持，是協助高齡族群降低自我價值感喪失等心理危機的好方法（溫靖宇、柯明中與陳楚杰，2015；蘇怡菁，2013）。

心理諮商有利於高齡族群的心理健康，但高齡族群似乎不太願意使用，依據林家興（2014）的調查，兒童青少年與成人每週平均接受諮商服務次數分別為7.2與6.24人次，而老人每週平均僅1.58人次接受服務，高齡諮商的使用率不到其他族群的三分之一。在高齡較少使用服務的同時，高齡憂鬱的傾向有加重的趨勢，2009年到2018年間高齡族群服用抗憂鬱藥物人數增加了3.3%（衛生福利部中央健康保險署，2018），因此有必要探討高齡族群不太使用心理諮商資源的原因。

計畫行為理論（Theory of Planned Behavior, TPB）企圖闡述行為產生歷程，過往以TPB探討心理諮商服務皆有良好的解釋力（Bohon, Cotter, Kravitz, Cello, & Fernandez, 2016; Mak & Davis, 2014；涂珮瓊、許文耀、張正雄與陳盈如，2011），因此本研究欲以TPB探討高齡族群較不使用心理諮商的原因。

### 二.文獻探討：

TPB假定個體以理性思考來作出行動，受到意志的控制並系統的使用自身得到的訊息，態度、主觀規範、行為控制知覺三者促使意圖的產生，而行為意圖促使個體做出行動，以下說明態度、主觀規範、行為控制知覺的內涵。

#### 1.態度

態度意指個體對行為的正負項評價及好壞是非的判斷，為「結果信念」與「結果評價」的組合，意味若個體越相信行為產生的結果並也相當欲求的話，便越有可能開始執行（Ajzen & Fishbein, 2016）。

過去研究顯示對心理諮商抱持正向態度的人，在過去一年當中有較多次使用的經驗且未來使用心理諮商服務的意願也越高（Conner et al.），對於「治療有沒有效」的信念是左右民眾願意的最大關鍵，很多人不願使用諮商資源是因為認定諮商並沒有幫助（Nyunt, Chiam, Kua, & Ng, 2009; Simo, Bamvita, Caron, & Fleury, 2018），而高齡族群也容易認定諮商人員不會重視老人或沒有足夠的長者專業（Pepin, Segal, & Coolidge, 2009），對心理治療相當缺乏信心。

#### 2.主觀規範

主觀規範意指個體感受到的社會壓力，對他人想要個體表現出或不表現出這項特定行為的認知，為「規範信念」與「依從動機」的組合，意味著若個體越是相信某人支持此行動且個體通常也越是遵從此人的話，便越有可能付之實際行動（Ajzen & Fishbein, 2016）。

過往研究顯示，公眾恥辱感（public stigma）是民眾使用心衛資源的一大阻礙（Vogel, Wade, & Hackler, 2007），台灣傳統觀念裡，求助心衛相關人員經常與發瘋、生病畫上等號（何柔萱、鄧心怡，2015），因此高齡族群也容易認為同儕對使用心衛服務的不認同，在高度公眾壓力下，並不難理解高齡族群為何不欲使用諮商服務。

#### 3.行為控制知覺

行為控制知覺意指個體對現實阻礙強度的認知程度，為「控制信念」與「知覺力量」的組合，意味著若個體越相信某因素會造成行動阻礙且阻礙強度越高，便越無法付諸執行（Ajzen & Fishbein, 2016）。

許多研究將行動限制及財務困難視為使用心理健康服務常見的現實障礙（Nyunt et al., 2009; Pepinet al., 2009; 張茲涵，2016），由於身體功能退化，高齡族群相比青壯族群更容易受限於行動能力及交通阻礙而無往前往服務提供地點；經濟方面，目前國內65歲以上民眾年均收入不到一萬三千元（衛生福利部，2018），除醫院提供含健保補助的諮商外，社區諮商所的收費金額對高齡族群也為不小的壓力。

### 三.研究方法：

本研究架構如圖1，將探討態度、主觀規範、行為控制知覺、意圖與行為之間的關係。

研究工具為自編心理諮商服務使用之計畫行為問卷，預計台南55歲以上民眾為母群，採便利性抽樣抽取300份問卷，以項目分析、因素分析確認信效度，再以結構方程式檢視模式適配性。

預計依研究結果提供建議，協助政府及諮商專業人員在高齡諮商的推廣。

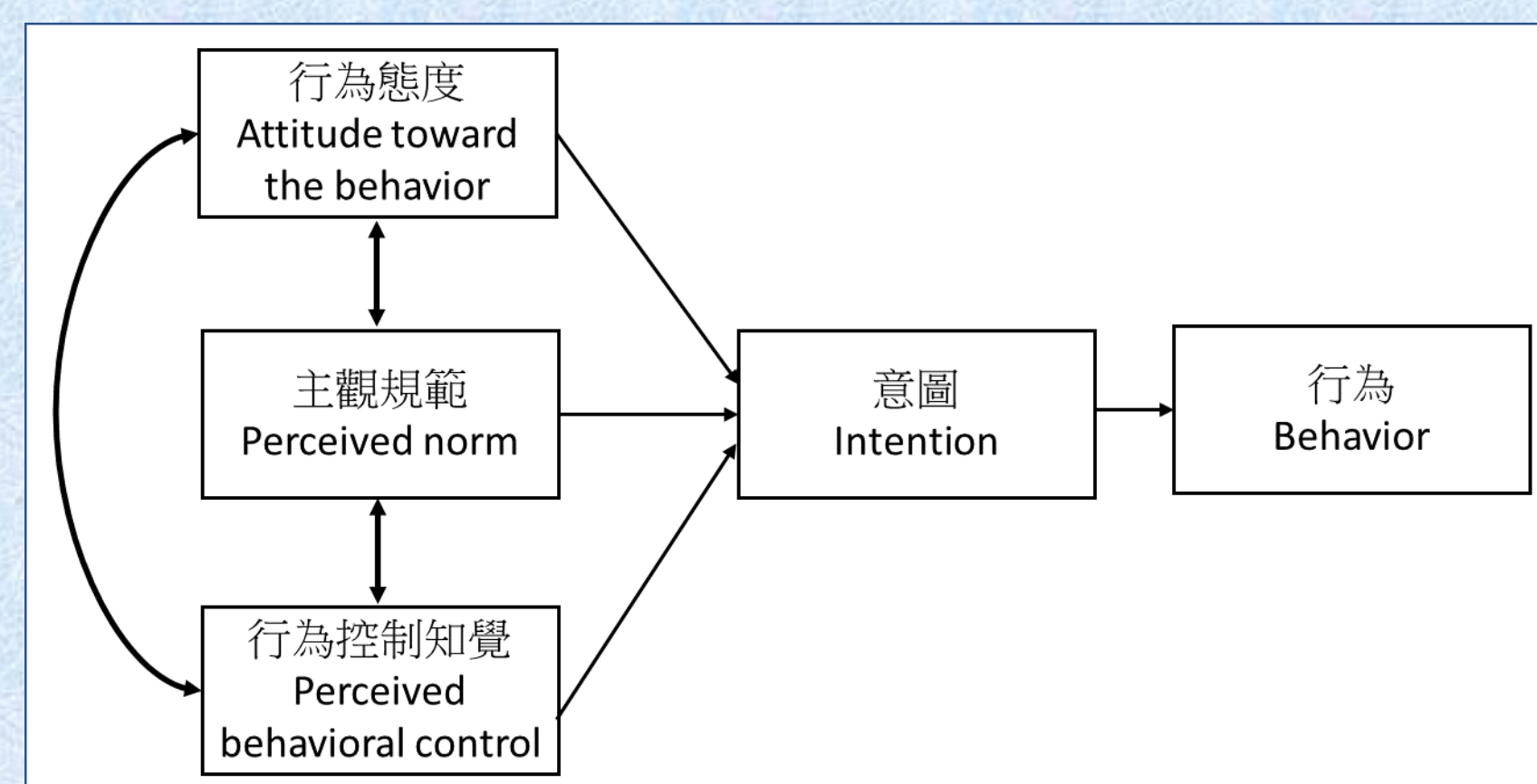


圖1 本研究架構圖