

《康健雜誌》

「愛，在一起」兩代對話論壇

黃春明:老人要接受時代新價值，讓自己要更快樂，不要成為兒女負擔

郎祖筠:兒女將自己化為「弱者」，發揮生活演技，溝通無障礙

【8/24（六）兩代對話論壇新聞稿 · 敬請發布】

為喚起大眾對於台灣人口快速老化，照顧長輩成為難以承受之重的責任，《康健雜誌》特別製作「高齡台灣 照顧我們所愛的人」系列活動，24 日於福華文教會館舉辦「愛，在一起」兩代對話論壇中，現場共有五百多位民眾參加，有女兒和爸爸來場周末「演講約會」，也有媳婦和婆婆一同參加；活動中播放「高齡台灣-照顧我們所愛的人」報導紀錄短片外，現場還邀請到國寶文學大師黃春明和知名演員郎祖筠，在周六夜相聚於台北對談。

別讓年齡成為包袱，老人要更加油，更快樂

黃春明30年前就創作以老人為背景的社會寫實作品《放生》，他看到鄉下老人常圍坐在廟口開講，便去跟他們聊天，老人家說：「我們每天在這裡做三件事：講古、下棋、等死。哈哈。」黃春明感慨，台灣從農業社會快速轉變到工商社會，年輕人外出工作，只剩老人在鄉下獨自過活，兩代愈來愈疏離，便把這些社會現象寫進他的作品，引起許多共鳴。黃春明說他今年80歲，仍然自己開車四處演講、上課、為小朋友說故事，「老人一定要動，不要常想自己幾歲了，不要把年齡變成包袱。」他一再強調：「老人要加油，要快樂，不要變成別人的負擔。」他舉例說，像是爺爺奶奶講故事給小朋友聽，是很好的兩代互動，老人家保持頭腦清楚、增加與人互動的機會，小朋友藉由聽故事學習專注、發揮想像力，他常說故事給小朋友聽，講完他問：「你們給我打幾分？」小朋友說：「一千分、一萬分！」他得意分享，笑得開懷。

接受跨世代差異，開朗談生死

至於年輕人常覺得老人頑固、難溝通、很難改變習慣，黃春明笑說，「這是事實，就像我習慣站著講話，叫我坐著講我講不出來。」他提醒老人家，要接受時代不一樣了，「年輕人的價值觀、生活習慣跟我們這一代完全不同。」同時，他也認為老人不需避諱談死。他希望自己病重時，不要全身插滿管子，「那樣生不如死。」他並直言，很不喜歡有人把路圍起來辦喪事，妨礙交通，吹吹打打、哭哭啼啼吵鄰居，他將來絕不要這樣。「把我的骨灰隨便灑一灑就好。可以找兒童劇團演出，把我的照片放在演出場地小小的角落，讓我看得到表演就好了。」

社福終身志工 擔憂台灣長照制度

知名演員郎祖筠對「長期照護」議題特別有感觸，她分享，因為父親晚婚，身為家中長女，從年輕時就開始關注老人議題，並化為具體行動，目前已在老人福利推動聯盟擔任了 16 年的代言人與終身志工，因此對台灣目前不完善的長期照護體制感到相當擔憂。她說：「現今許多老人照護中心招牌上寫著「細心照顧」，但內部看起來光線昏暗、窗簾剝落，將家中長輩送進這些照護中心，不僅長輩不開心，家屬也非常不放心」。這段話說出了許多聽眾的心聲，現場響起了如雷的掌聲。

兒女扮「弱者」發揮生活演技 溝通無障礙

此外，郎祖筠也認為大眾傳播媒體需要負起提供老人娛樂的責任，如在廣播節目中播放懷舊國台語歌曲，電視上也需要提供傳統戲劇，如歌仔戲、京劇，讓老人在家不無聊。對於年輕人常不知如何與自尊心高又固執的長輩溝通。郎祖筠建議，應先把自己化為弱者，不要讓長輩覺得是在教訓他們，並發揮「生活演技」。有次端午節看中醫、送粽子的義診活動，她在現場當志工，有個老先生不耐久等，憤而離開。她直道歉，說「都是我不好」，請老先生看她的面子留下來，撒著嬌說：「如果你不留下來吃粽子，我也不吃了。」長輩看著她這麼「可憐」，就一口就答應留下來。郎祖筠也鼓勵現場觀眾，除了要保持身體健康外，心情也要快樂，就像她爸爸童心未泯，「永遠不記得自己幾歲。」

《康健》提出六大解決方案，強調自助 互助 共助 相結合 打造台灣成為安心終老的社會

《康健》雜誌從1998年開始主動關心高齡社會與成功老化議題，面對高齡台灣，提出六大解決方案，第一:建議應該讓人生再收成，主動向老學習，改變對年老的想像與思維；第二:疾病壓縮，讓長輩生龍活虎到最後一刻；第三:全民一起來，讓孝道有時代新定義；第四:企業支持員工照顧父母；第五:建立平價、普及、優質、多元的長照體系；第六:改善照護勞動環境，才能提升照顧品質。《康健》強調，現在我們如何照顧年老的長輩，就是為未來的自己得到照顧，因為任何有安全感的社會，都離不開自助、公助與共助三者相互結合，每個人的一生都需要自立自助，也需要政府保護與制度照顧，以及非家人關係的共同互相照顧。

聯絡人：天下雜誌公共事務部 顧秦雯，電話：2507-8627#197／0911-897-832