

# 災難社區心理耐災能力建立：以原住民族健康信念建構與實踐可行中高齡者心理健康工作模式來做為心理防災與復原模式的研究與實務

作者: 夏允中

高雄師範大學諮商心理與復健諮商研究所

台灣本島位處於環太平洋之火環區內，世界銀行將台灣列為複合性天然災害全球比率最高的國家，再加上考量歷年來的本土災害特性，山地部落的天災機會較多，有形與無形的資源也比較少；因此長期以來，原住民的健康弱勢，又受其經濟與教育弱勢的長期影響，導致醫療保健與心理健康資源的投入受到極大的限制與不足。因此本研究目的促進災難社區心理心理健康，進而增加心理耐災能力，來減少健康不均等與降低健康差異。

健康不均可以從壽命看出端倪，根據內政部簡易生命表的統計，臺灣地區人民的平均壽命為 79.82 歲，但原住民族則為 71.6 歲，與整體平均相差 8.2 歲。其中相較於平地原住民鄉的 73.8 歲，山地原住民鄉約僅 69.6 歲。影響身體健康與壽命的原因有很多，例如災難、疾病、醫療資源、營養與飲食、健康習慣與運動、沒有汙染與舒適健康的環境等等。在心理學上，其中有一個特別值得研究的觀點就是信念跟身體健康的關係。根據許多實徵研究的結果，個體對在面對重大逆境時，如：災害與喪失親人等，個體的信念意義會正向影響個體後續復原適應。因此本研究最主要的目的為以天災機會較多的山地原住民為研究對象來建構健康長壽者的信念模式，並以實徵研究支持此健康信念模式，最後應用與實踐中高齡者心理健康工作模式，來建立心理耐災能力與增進健康。本研究將以高雄市山地原住民為研究對象，又「桃源區」、「那瑪夏區」及「茂林區」三個原住民地區的標準化死亡率以占高雄市 38 個行政區前三位，因此本研究將以這三區作為研究對象與實踐中高齡者心理健康工作模式可做為心理防災與復原模式。

本研究預計執行三年，第一年以質性訪談方式，訪談三十位健康高齡者的信念來建構以原住民文化為主體的健康信念模式與健康傳記(故事)；第二年以大量實徵研究方式來驗證此健康信念模式，並以第一與第二年的研究資料來建構心理健康工作模式；第三年將實踐此心理健康工作模式，透過部落團體工作坊，傳遞健康信念模式與健康傳記(故事)，希望如此將健康信念嵌入部落文化中，利用部落文化與連結來進行部落社區教育與療癒(community healing)。此模式可有心理防災與復原的功能。

此計畫的預期效益：1. **社會面**：建構以原住民族為主體的健康信念模式；2. **學術面**：建構以原住民族為主心理健康工作模式；3. **實踐面**：落實與實踐此心理健康工作模式進行部落社區教育與療癒來增加山地原鄉原住民族的來建立心理耐災能力與增進心理健康與平均壽命；4. **國際面**：產出研究結果，交流國際學術舞台。

關鍵字：災難、心理耐災能力、原住民族、健康信念、信念、高齡者、心理健康



圖片來源: <https://www.pinterest.com/pin/118641771412453725/?nic=1a>

