



新北市終身學習期刊

The Journal of Lifelong Learning of New Taipei City



新北市政府 編印

第**10**期

—— 本期主題 ——

風華再現 - 人力資源篇

The reproduction of elegant demeanor - Human Resources articles

焦點
探索

學術
研究

終教
園地

經驗
分享



新北市終身學習期刊

The Journal of Lifelong Learning of New Taipei City

第**10**期

—— 本期主題 ——

風華再現-人力資源篇

The reproduction of elegant demeanor -
Human Resources articles

焦點
探索

學術
研究

終教
園地

經驗
分享

目錄

局長序……………4

退休人力運用發刊詞…5

★焦點探索

青銀共創：銀色人力活化新思維……………7

★學術研究

從我國老年生活狀況調查探討高齡心理健康促進策略—

成功老化的觀點……………18

從臺北縣到新北市—「退休菁英風華再現」十年紀實……………33

新北市102學年度「補習學校暨進修學校」訪視結果報告…40

新北市高齡自主學習團體推動之研究……………58

樂齡語文教學研究～以暢銷文學作品為例……………68

Contents

★終教園地

- 回甘終身學習：遇見、山水、文字與風趣……………76
- 澳門理工學院長者書院與臺南市樂齡學習示範中心交流心得分享實錄…80
- 在新莊社大的百種理由……………88
- 新北市終身學習輔導團金門社區大學參訪心得……………90
- 風華再現，永遠的教育園丁—林美惠老師……………95
- 快「樂」學習「新」天地忘記年「齡」「泰」有趣～
- 新泰樂齡學習中心之經營策略……………97
- 有效的終身學習方式—「學習工作，工作學習」經驗分享……………100

★經驗分享

- 以學校為核心推動終身學習新對策新北市幸福甜甜圈親職成長團體……………102
- 終身教育典範在興穀……………105
- 終身學習—發掘生命的出口與價值……………108
- 有效的終身學習方法……………111
- 樂齡技藝傳承經驗分享—以臺中市西區樂齡學習中心
- 老照片翻修技術課程為例……………112
- 新北市第11期終身學習期刊邀稿啟事……………116

局 長 序

銀髮活力展風華、高齡智慧傳世代

1945年二次世界大戰結束，戰後嬰兒潮出現，而這批嬰兒潮世代從2011年開始也將轉為退休潮，成為全球經濟大課題。截至2015年7月，新北市65歲以上人口為41萬5,059人，佔全市人口的10.47%，55歲以上人口為98萬8,182人，佔全市人口的24.91%，這些已經退休或是即將退休的人口，佔盡新北市五分之一人口。更令人關注的是，因醫療科技的進步，讓高齡者平均壽命不斷延長，退休後將有長達二、三十年的歲月，這個近三分之一的人生，既牽動社會發展的脈動與量能，也攸關新高齡者生活品質及生涯經營內涵，應予以重視。

而面對社會高齡化的大海嘯，老人扶養造成社會高負擔之預測，是對臺灣更嚴厲的挑戰。根據WTO報告指出，臺灣老化速度為全球第二，經建會推估，2016年後臺灣的扶老比將超越扶幼比；另外，2010年平均每6.6位工作人口照顧1位老人，推估至2060年降為每1.2位工作人口照顧1位老人。臺灣在人口依賴比持續失衡的現象中，平均每個勞動力人口必須供養更多的老年人口，這對於國家的發展影響甚鉅。因此，重新定義退休人力的角色及再定位，以友善營造和諧的跨世代工作市場，將是政府與企業最需要從長計議的政策。

面對高齡化社會的挑戰，新北市致力於落實高齡者在地需求及照顧，整合資源推動「五安服務方案」、「高齡照顧存本專案」等政策，讓新北市成為全臺灣老年福利措施最完善的城市，惟對於退休人力的運用仍缺乏整體規劃。有鑒於此，「新北市終身教育期刊」第10期以「風華再現、人力運用」為主題，網羅各界對高齡社會人力發展的研究及實務經驗，作為本市推動高齡教育之參考。本期邀稿內容豐富且符應退休人力運用的探討，主要分為活化人力的焦點探索、成功老化之相關學術研究、退休人力再現風華之終教園地及各領域終身學習的經驗分享等，文中也特別將新北市10年來，對於「退休菁英風華再現」計畫執行的歷程與成果，做一完整呈現。期待藉由本期發刊內容，帶領大家重新思考老年人或是退休的社會意義，讓社會消除年齡歧視，鼓勵也號召高齡者及退休人員能積極投入社區參與，持續服務社會、建立自信心與存在價值。

新北市政府教育局長

龔雅雯

退休人力運用發刊詞

新北市新店區安坑國民小學校長 方慶林
新北市終身教育學習輔導團總幹事

作為新北市政府教育局終身教育學習資源中心的服務平台學校，自1990年於臺北縣政府「新民專案-發展與改進成人教育六年計畫」開始，到2011年改制為「新北市終身教育資源中心」，同時將1993年成立之「臺北縣成人教育輔導團」改制為「新北市終身學習輔導團」。雖然名稱略為調整，但整合終教資源協助教育局及學校推動各項終身教育業務之目標不變。輔導團分工除行政進修、研發出版、補校教育、樂齡教育、行銷活動組外，更進行專題研究與終教期刊之出版，推廣樂齡終身學習之理念與輔導，讓臺灣最美麗的風景-人力資源發揮最大效益與特色。



終身學習國際論壇

臺大教授林萬億在後青春-優雅的老一書推薦序談到，有人會對老有信心、這麼期待，並非尋常。對很多人來說，「老」多少帶來焦慮與不安。壯年有成的，常緬懷過去；壯志未酬的，想加班趕工；準備不及的，怕老來孤苦；無從準備的，任歲月擺布。老無從迴避，但可以讓它遲到、晚到或壓縮到無感。作者丘引自序：

老不老，其實不在身分證的年紀，是在思維、在態度、在人生觀、在價值觀、在居住的國度有別，在於老得是否優雅而已。

臺灣生育率逐年下降，提早退休或是中高齡失業增加，造成中高齡生產性人口越來越少。在勞動力人口與老年依賴人口比例失衡下，使得平均每個勞動力人口必須供養更多的老年人口。國家所要承擔的財務成本和其他社會成本，將會逐漸的增加。因此，如何讓這些退休菁英或者中高齡者，再次投入社會性活動，再創生命價值高峰或成為可運用之人力資源，燃起生命價值，便成為政府思考之重要議題。而社會參與對於退休人力而言，已非經濟壓力或是資本主義架構下的自利精神。社會參與對於退休

人力，已經變成一種尋求個人生存意義與發展意義的途徑，甚至是個人擺脫老化所帶來的負面印象的機會。強調獲得心靈滿足與精神快樂，協助其邁向成功老化，彰顯其晚年生活的意義與價值。在社會中透過不同的方式，包括工作、公民工作與志願服務，重新詮釋工作的意涵、重新被整合進社會，被社會承認其價值而達到個人自我實現的目標。



終身學習國際論壇蒞校參訪

新北市是全臺第一大城市，在全臺人口老化趨勢中，高齡者人口數最多。截至2015年7月，新北市65歲以上人口為41萬5,059人，佔全市人口的10.47%。為了讓這些高齡長者能夠安心樂活，市政府推出「老人五安服務」、「高齡照顧存本專案」，希望借助佈老及世代志工的力量，服務社區老人。並自1999年起，相繼成立了12所社區大學、3所市民大學、30所樂齡學習中心、83所補校、2所社區多功能學習中心及5所新移民學習中心，讓所有新北市高齡者，都能夠輕鬆學習、快樂學習，忘記老化、忘記年齡。在退休後，很多人願意學習新事物，特別是以前想要嘗試學習，卻沒有時間能夠體驗的事物。因此，可以藉由社區大學、或其他相關的社區型組織、或者是高中職，開辦相關的技術訓練課程，結合相關的志願服務方案，一方面，鼓勵退休人力學習新事物，另一方面，則是促進他們參與相關的志願服務活動，建構成為人力資本。

銀髮族席捲全球，「老」是全球化現象。老人影響經濟成長、存款、投資、消費、勞力市場、養老金、稅金與兩代之間的轉換。家有一老如有一寶，老人智慧經驗、見解視野，更是獨樹一格。讓退休風華、菁英再現，兩代攜手、代間共榮，成為新一代的標竿。

新北市終身學習期刊發行第10期，本期主題「風華再現、人力運用」，將延續先前特色，對議題深入剖析周延，立足不同觀點，為社會大眾提供可以一窺當月「焦點議題」全貌之管道，與經驗分享之園地。我們歡迎校內、外各界對本議題有興趣的先進來稿分享研究成果、生活經驗與感受，讓本刊物更添風采。

* * 青銀共創：銀色人力活化新思維

實踐大學家庭研究與兒童發展學系 朱芬郁助理教授
暨高齡家庭服務事業碩士在職專班

壹、前言

高齡社會影響經濟的將是人口結構的變化，而非人口數量的增減。老年人力牽動未來，臺灣在快速老齡化、少子女化社會背景之下，「生的少；老化急又快」，人口紅利期正逐漸消退中。

2016年開始臺灣每年少18萬勞動人口，迎接青壯勞動力萎縮，老年就業已不再單是個人的選擇問題，也將直接影響國家及產業繼續發展的人力資源策略作為。有生產力（productivity）是呈顯退休後，仍從事有給職，義務志工，甚或並未被雇用卻擁有旺盛企圖心與充滿活力深具生產力者的整體意象。面對勞動市場人力短缺及老化問題，許多國家窮盡一切手段，鼓勵生育並營造友善老年工作環境以資因應。問題是，相較歐美國家，以及鄰近的日、韓，臺灣勞工「早退」約十年；50-60歲勞參率不到七成的事實，缺工現象異常嚴峻。研究表明，臺灣退休族最想從事的是「旅遊」及「當志工」（黃昭勇，2015）；再就業的方式則有：職涯轉換、延後退休年限、階段性退休、創業（朱芬郁，2011）。是以，如何借鏡先進國家活化老年人力運用的做法，協助退休後仍有工作意願的銀髮族做人力加值，並支持有資源、有經驗的長者帶領青年創業，推動跨世代合作。「青銀共創」—青年出路與老年依靠連接，正為臺灣發展開啟嶄新契機。

貳、人口紅利衰退下的臺灣

一、人口紅利期消退，2026年將關閉人口機會視窗

「人口紅利」（demographic dividend）係指國內工作年齡（15-64歲）人口達總人口66.7%以上、扶養比（14歲以下幼年人口及65歲以上老年人口占15-64歲工作年齡人口之比率）則在50%以下的狀態；因人口年輕化帶來勞動力增加、儲蓄和投資

增長、人力投資增加和婦女就業機會增加等，從而對社會經濟發展有利。據國家發展委員會（2015）人口推計，未來十年工作人口將減少180萬；而平均工作年齡，十五年後，將從現在的 35-44歲轉遞為55-64歲為主要勞動人口。我國工作年齡人口於2026年約占總人口之66.9%，隨後即會下滑，扶養比將高於50%；「人口紅利期」約自1990年開始，2012年臺灣的人口紅利豐厚程度逐漸減退，出現由勞動力無限供給轉為勞動力短缺階段的路易斯轉折點（Lewis Turing Point），並在2026年關閉人口機會視窗。

史無前例的，日本於2013年已率先步入人口負債階段（少年兒童和老年人口快速增長，人口總扶養比例超過60%則稱之為「人口負債」），從人口紅利期過渡到人口負債期的時間最短，加以扶養比與老化指數為已開發國家中最高，對於其儲蓄、投資、不動產價格產生負面衝擊（梁國源、賴怡欣，2014）。更值得關注的是，推估臺灣2017年就將發生人口負成長，自2026年人口紅利期結束至2033年，進入人口負債期僅需七年，意謂著勞動力供給緊縮，社會負擔相對較重，屆時工作人口將又老又少。

二、銀流席捲而來，少子女現象推升老化急又快

「人口老化」已為眾多開發國家共同面臨之人力發展瓶頸，造成人口老化加劇的主要成因為出生數不及老年人口增加數。研究表明，近年出生率迅速降低，是造成國內人口老化逐年加劇的重要因素（張志強、吳玟漣，2012）；臺灣人口負債期平均老化指數高達331.24，為28國之首，反映未來人口結構老化問題將最為嚴重，高齡人口將是幼齡人口的3.3倍。2015年4月統計臺灣總人口數23,452,387人，其中65歲及以上人口2,858,989人（12.19%）（內政部統計處，2015）；推估2018年將超過14%，2025年達20%成為超高齡（super-aged）社會（國家發展委員會，2014）。

據統計，臺灣出生人數以一年平均減少一萬人的速度下降。2009年臺灣出生率已降到千分之8.29；每位婦女一生生育的子女數只有一人，全世界最低；比香港的1.3人、日本的1.4人還低。因為出生率跌幅高於預期，人口負成長的時間比原先預估提早十年發生，推估臺灣2017年將出現人口負成長，未來老齡人口比率快速上升，人口、經濟結構都將有激烈改變。

三、老年勞動力填補面臨的問題：老齡過早離開勞動市場/老年就業是否排擠青年就業機會/企業對雇用老齡者的阻力

首先，臺灣老齡過早離開勞動市場：2014年國人平均壽命為79.86歲，整體平均退休年齡約57.5歲，較法定退休年齡65歲提早7.5年；同時，行政院主計總處調查亦發現，該年平均廣義賦閒人口有101萬人，創歷年新高。是以，在退休後仍有逾20年可資妥適安排運用空間，過早離開勞動市場，實已導入人力浪費與政府財政負荷雙重艱困之境。

其次，老年再就業進入職場，是否影響青年就業，彼此產生競合關係？相關研究表明，經濟合作暨發展組織（OECD）成員國，2010年20~24歲青年勞動者與55~59歲高齡勞動者的就業率相關係數為0.53，呈明顯的正相關。顯示老齡者就業機會的增加與是否影響青年就業，兩者之間彼此並不存在必然關係。

據此，激發老年再進入職場，實是與青年勞動力友善連接的有效途徑。

問題是，企業是否有意願增加雇用老年工作者呢？「臺灣地區事業人力僱用狀況調查報告」（行政院主計總處，2000）指出，約78%企業表示當缺工時，不願意僱用中高齡勞工。毋庸諱言，中高齡者因年齡限制，在體力、反應，以及因年資、職位使得薪水較高等因素下，雇主考量整體生產力與成本效益，僱用意願相對較低。是以，中高齡者或有持續就業的需求與熱情，但大多在尋職過程中頻頻遭遇困難與被婉拒門外，無法達成願望。如何增加中高齡者聘用率，似乎已是企業雇主、政府與中高齡者三方面要共同努力的課題。

參、臺灣老年人都在忙啥？

一、老人日常活動項目以「與朋友聚會聊天」、「休閒娛樂活動」及「養生保健活動」較多；社會參與方面，50~64歲者分別有1成3定期參加「志願活動」與「宗教活動」；65歲以上老人定期參加「宗教活動」者較多。

《中華民國102年老人狀況調查報告》（衛生福利部，2014）指出，65歲以上老人日常生活從事之活動項目以「與朋友聚會聊天」重要度最高，「休閒娛樂活動」及「養生保健活動」居次。就性別觀察，兩性均以「與朋友聚會聊天」之重要度最高，而男性「從事休閒娛樂活動」之重要度高於女性；女性則在「從事宗教修行活動」的重要度高於男性。其次，55~64歲者有參加社會活動之比率為

61.4%，其中定期參加社會活動項目中以「志願活動」、「宗教活動」較其他社會活動相對為高。65歲以上老人參與社會活動之情形普遍低於55~64歲者，有參加社會活動之比率為50.4%，其中定期參加之活動中，以「宗教活動」及「志願活動」較其他社會活動為高。顯見，有逾一半以上中老年皆定期參加「宗教活動」及「志願活動」，在人力再運用上有極大想像空間。

二、55歲以上者對老年生活的期望主要以「身體健康的生活」、「能與家人團圓和樂的生活」、「經濟來源無虞的生活」為較多；有2成1之55~64歲者對於未來老年生涯有初步規劃，最想從事的事以「四處旅遊」、「從事志願服務工作」、「繼續工作」及「從事養生保健活動」最多。

《中華民國102年老人狀況調查報告》（衛生福利部，2014）指出，55~64歲者對於老年生活的期望，依序為「身體健康的生活」、「經濟來源無虞的生活」、「能與家人團圓和樂的生活」。就性別觀察，兩性皆期望擁有「身體健康的生活」為最多。65歲以上老人對老年生活的期望，以「身體健康的生活」最多，其次為「能與家人團圓和樂的生活」。再者，55~64歲準老人對於未來老年生涯有規劃者占20.7%。對於未來老年生涯規劃項目以「四處旅遊」為最高，占19.6%，其次依序為「從事志願服務工作」、「繼續工作」及「從事養生保健活動」，其餘項目皆在一成以下。與2009年比較，以「繼續工作」增加4.5個百分點最多，「賦閒在家」則減少5.4個百分點最多。就性別觀察，兩性皆以「四處旅遊」為最高，男性對未來生涯規劃以「繼續工作」居次；女性則以「參加進修學習課程」居次。就教育程度別觀察，隨教育程度提高「繼續工作」之比率遞降，而「專業知識或才藝的傳授」遞增。其中，在「繼續工作」項意願的增加趨勢，特別值得關注。

三、中高齡者失業率低於整體失業率水準；勞參率在勞動市場上的比重呈現上升趨勢，但其尋職相對困難

根據「100年中老年就業狀況調查統計結果綜合分析」（行政院主計總處，2011）報告指出，55~59歲與60~64歲因工作場所業務緊縮或歇業而失業者所占比率分別為52.29%與35.59%，比率相當高；其次，2011年55~59歲與60~64歲失業者平均失業週數分別為30.35週與21.90週。另外，45歲以上失業者平均失業週數為29.36週，較全體失業者之26.94週高2.42週，顯示中高齡失業者尋找工作較其他年齡

組困難，基於國人平均壽命漸增趨勢，政府應重視中高齡失業問題，積極輔導有工作意願者再就業，以幫助度過中高齡失業的危機。

相關研究亦表明，我國現階段勞動市場就業人口主力群已移往較高年齡層，由1990年20~39歲主力群，移至2012年25~54歲族群；高齡就業者占全體就業者的比重呈上升趨勢，65歲以上之整體勞參率呈穩定狀態，男性勞參率呈先降後升情勢，女性勞參率則呈下降情勢，顯示高齡就業者在勞動市場扮演的角色日趨重要（黃舜卿，2014）。同時，55~64歲高齡非勞動力未參與勞動之最主要原因為「料理家務」；至於65歲以上則以「高齡」因素居多。未來若能積極開發高齡人口參與勞動市場，將有助於提升總勞參率。2009-2013年65歲以上年齡組別勞動力參與率/失業率趨勢，如表1所示。

表1 2009-2013年65歲以上年齡組別勞動力參與率/失業率趨勢

年度 \ 類別	勞動力參與率%			失業率%		
	小計	男	女	小計	男	女
2009	8.05	11.95	4.4	0.13	0.18	-
2010	8.09	12.07	4.43	0.19	0.19	0.19
2011	7.93	12	4.23	0.15	0.18	0.09
2012	8.10	12.46	4.20	0.17	0.19	0.13
2013	8.34	12.82	4.38	0.14	0.17	0.07

資料來源：行政院主計總處-歷年年齡組別勞動力參與率

肆、他山之石：日、韓、星、英各國做了什麼？

一、日本：老齡化嚴峻，政府採設置相關部門與研訂政策並行做法

日本2015年4月的人口126,393,394人（2014年1月1329萬人），人口呈現負增長（-107.160）；2013年，勞動人口首度跌破八千萬，成為亞洲第一個人口減少國。日本高齡人口比例，在2006年已達20.4%，有2560萬人創歷史新高，成為超高齡國家，2015年達到26%，預估2055年老年人口將達40.5%。為期因應中高齡者的激增具體作法有：

（一）政府組織部門的設置與決策

- 1.高齡者對策部：由厚生勞動省職業安定局內設立「高齡者對策部」，為日本全國管理高齡工作的最高領導與決策機構（許瓊文、楊雅婷，2007；楊國德，2006）。1985年裁撤高齡者對策部，另立「長壽社會對策關係閣僚會議」，為全日制定老人方針政策的最高機關。1986年公布「長壽社會對策大綱」，1989年「高齡者保健福利推進10年戰略」（即著名的「黃金計畫」），2004年6月修正屆齡退休年齡延長至65歲。
- 2.日本高齡化綜合研究中心：以研究人口問題為主要工作，成立於1984年。隸屬於日本總務省之下，是由內閣總理大臣許可批准的法人機構（許瓊文、楊雅婷，2007）。聚集許多日本知名的人口學家、社會學家出任該中心的理事，對於社會保障人口問題有極深入的研究，並提出頗具實務價值的報告，以供總務省作為施政的依據。

（二）中高齡就業促進的有關重要政策：

為確保高齡者的雇用、足夠的就業機會或場所，公布的法令有「高齡者雇用安定法」、「高齡者勞動派遣特例」、「企業勤務延長制度」、「再雇用制度」、「各種高齡者雇用關係助成金」等。1980年後期以來主要的高齡化對策，「黃金計畫」（1989~1999）、「新黃金計畫」（1995~1999）、「黃金計畫21」（2000~2004）及「公共介護保險制度」（2000~）；90年代公布「高齡社會對策基本法」（1995年），是為日本其後開展全面性的措施與制度確立基本方針與對策。諸如：「高齡社會對策大綱」（1996年）通過高齡人才中心提供臨時及短期就業機會；修改「高齡者雇用安定法」（2004年）將退休年齡和年金給付提高至65歲，並且導入「繼續雇用制度」，而企業徵才若有年齡限制，必須說明理

由；「繼續雇用制度」（2004年）規定勤務延長制度與再雇用制度，前者，讓65歲以上者繼續在原來職務上服務；後者，由政府提供協助金，幫助高齡者退休後轉職到其他企業服務。提高退休年齡、實施續雇制度和保障高齡勞工就業意願與機會等三者，乃是日本促進高齡者就業的基本政策。

二、南韓：全面啟動，強力落實促進企業僱用高齡者六大計畫

2015年4月南韓總人口數50,383,357人。依據南韓國家統計廳推估，60歲以上的老年人口比例逐年上升，2050年老年人口比例將達到38.9%，不但是進入老齡化社會最快的國家之一，也將成為世界上人口減少最快的國家；65歲以上的人口將占到國內總人口的38.2%，而世界平均比例是16.2%，南韓將成為世界最“老”的國家（世界衛生組織，2015）。因應老齡化急速轉變趨勢，具體作法有：2008年修訂施行反年齡歧視立法、2011年適用到僱用300人以上企業，2012年擴充至100人以上企業；2006年開始訂定每年11月第三周為老年就業周，倡議「能力比年齡更重要」，並表揚僱用銀髮員工績優廠商；2005年改革年資薪給制度，適用於僱用100人以上企業，2011年以後薪資補助由6年延長至10年；2008年實施就業獎助（OECD，2013a）。再者，2012-2016年推動「第二期高齡者僱用促進基本計畫」，包括六大政策（郭振昌，2014）：（1）加強支持世代間工作分享；（2）擴大支持中高齡者繼續留在主要工作職務；（3）加強退休準備和技能開發等協助；（4）擴大支持為提前再就業作準備；（5）促進中高齡者對社會之貢獻及技能分享；（6）完善制度和基礎設施，以因應高齡社會的來臨。其目的在於創造更多的中高齡者工作更長久的條件與機會。其中，加強支持代間工作分享特別重視熟練技術之傳承、加強補助代間共生型工作、營造社會氛圍及加強勞資和諧等作法，極具參考價值。

三、新加坡：友善樂齡，勞資政三方共同努力創造更好的就業機會

新加坡為亞洲快速老化國家之一。2014年12月總人口數5,469,700人，人口年齡中位數為39.3歲，其中65歲及以上為431,600人（Department of Statistics, 2014），由2002年占總人口7.8%增至11.2%，將於2030年達到19%，邁入超高齡社會，2050年之前，38%國民將達60歲以上（CAI, 2006）。基於人口結構趨向老化的預見，2012年公布「我們未來的人口方案：可持續的人口，朝氣蓬勃的新加坡」人口白皮書（A Sustainable Population for a Dynamic Singapore Population White

Paper 2012) , 揭明著重人口數目、人口組成、工作人口組成等元素，並主張要輸入更多外地人口來照顧長者，作為對老人晚年生活的重點關注。整體而言，面對快速老齡化政府與企業界等勞資政三方，共同為高齡社會的積極準備的具體作法有：2012年啟動退休與重新僱用法 (Retirement and Re-employment Act, RRA) , 確保年長員工繼續聘用至滿65歲，為僱傭雙方提供更彈性靈活的條件/ 2013年” WorkPro” 三年計畫，是由人力部 (MOM) 、勞動力發展局 (WDA) , 全國職工總會 (NTUC) 和新加坡全國僱主聯合會 (SNEF) 等勞資政三方共同努力聯合推出，旨在支持成熟員工就業，採一站式方案鼓勵企業僱用年長員工/年齡管理工具包 (包括：公平就業、再就業、職務再設計、彈性工作安排、績效管理、員工福利計畫、多世代員工管理) / 教育訓練：勞動力發展局—使勞工皆能終身學習並提升技能，推出多項繼續教育訓練方案 (CET) 、成人學習中心 (IAL) 推動繼續教育訓練方案 (CET) ，提供成人受訓者職涯發展的訓練歷程，並給予專業技能或證書以及持續技能提升獎 (TCA) 現金獎勵。

新加坡樂齡理事會 (Council for Third Age, 2015) 即揭明，鼓勵樂齡人士融入社會，無論是熱身於社會公益還是持續工作，過豐盛的生活；朋友和家人的支持，雇主對年長僱員的正面評價和看法，有助於樂齡人士持續融合社會；無論支持樂齡人士持續活躍於職場還是當義工，對社會和個人也是利多弊少。此說正為臺灣提供更深度的思考。

四、英國：多管齊下，去除年齡與性別歧視落實僱用多世代員工

2015年4月英國總人口數64,788,246人，2050年將成為歐洲人口最多的國家。推估2037年80歲及以上的人的數目將增加到600萬的水平，百歲老人的數字更將是現在的八倍。在2012年，英國人口平均年齡為39.7歲，2022年平均年齡將上升到40.6歲，2037年更上升到42.8歲 (世界衛生組織，2015) 。面對人口結構老齡化趨勢，具體作法有：施行反年齡歧視立法 (anti-age discrimination legislation, 2006) 、持續實施促進彈性工時、漸進退休、取消強制退休、發行多世代就業管理手冊及企業實施模式案例、2011年工作經驗計畫 (由針對青年擴充至老齡再就業) ，實施新企業津貼 (the New Enterprise Allowance) ，鼓勵創業等方面等 (OECD, 2013b) 。此外，工作與年金部 (DWP) 2014年「更豐富的工作生活：一個行動框架」 (Fuller Working Lives: a framework for action) 指出，如何使得5、60歲領國家養老金者，仍能持續工作；並引用財政研究所 (the Institute for Fiscal Studies) 2013年

的報告的結論，強調沒有證據顯示年齡較大的工人長期從勞動力市場排擠年輕人，宣導僱用多世代員工，無論是對中高齡勞工增加就業機會，建立勞工市場支持就業系統，以及對其健康與社會照顧需求的措施，特別是在去除年齡與性別歧視的議題，令人印象深刻。

伍、青銀共創：青年出路與老年依靠連接

一、高齡社會白皮書與人口政策綱領

(一) 「高齡社會白皮書」—願景、目標及策略 (馮燕, 2014) :

1. 健康—延長健康平均餘命：完善醫療服務/落實預防保健/完整長照服務/完備失智照顧
2. 活力—促進高齡人力資源：鼓勵多元參與/發展高齡人才/促進終身學習/推廣運動休閒
3. 幸福—帶給家庭幸福有感：促進世代融合/強化社區照顧/建立家庭支持/保障基本生活
4. 友善—營造高齡友善社會：營造親老社會/創造樂活人生/提升參與無礙/推動智慧生活

(二) 中華民國人口政策綱領 (行政院, 2014) :

1. 保障勞動權益及擴大參與：開發及運用中高齡及高齡者勞動力，並鼓勵「青銀共創」，促進世代融合與經驗傳承，以充分運用人力資源。營造友善職場，研議漸進式及適齡退休制度，使中高齡在職延長。
2. 健全社會安全網：促進高齡者社會參與，鼓勵高齡者投入志願服務，增加高齡者終身學習，強化世代融合，活躍老年生活。

二、揭露活化銀色人力六大支柱

- (一) 安可職涯：啟動退休「休假期」樂活有用的安可人生。
- (二) 擔任志工：賦予個人有意義與自我價值的社會歸屬感。
- (三) 照顧參與：健康與亞健康長者投入老人照顧服務工作。
- (四) 健康促進：追求更健康的生活而從事有益健康的活動。
- (五) 教育訓練：終身學習，從事個人知識技能的學習成長。
- (六) 宗教活動：提升靈性需求，探索生命永恆意義與價值。

三、到哪兒去貢獻銀色力道？

(一) 銀髮人才資源中心/銀髮資源網

2014年勞動力發展署成立「銀髮人才資源中心」，希望透過中心的服務，讓銀髮人才發揮所長，提升其對社會的參與及自我價值感；並藉由世代間的經驗傳承，創造資源交流與互動，以及提供銀髮多元化資訊交換。該中心主要功能有四項（銀髮人才資源中心，2015）：

- 1.求職服務：固定專人、預約制之客製化服務/就業推介及擬定就業行動計畫/職業訓練及技能檢定資訊提供/就業促進工具之運用。
- 2.求才服務：一般及專案求才服務/單一及職合現場徵才活動/雇主座談會/僱用獎助等資訊提供。
- 3.諮詢服務：深度諮詢、職業心理測驗評量/職涯規劃與探索/個人及小團體支持活動/創業諮詢服務。
- 4.其他服務：舉辦銀髮相關訓練及講座活動/空間提供各單位辦理銀髮活動/公用電腦查詢就業及職訓資訊。

2015年3月中心建置「銀髮資源網」（<http://swd.wda.gov.tw/About.aspx>），主要提供長者相關資訊（銀髮資源網，2015）：

- 1.勞動參與：求才求職/勞動法規/職場相關資訊/就業促進工具/諮詢服務。
- 2.學習成長：訓練資訊/研究成果/職能探索/數位學習等。
- 3.世代傳承：知識+交流/明師高徒計畫/銀髮顧問團隊介紹/成功故事分享。
- 4.銀髮資源：食衣住行/理財就業/旅遊人文/健康照護/志願服務/合作夥伴等。

(二) 微型創業鳳凰網

微型創業鳳凰網（<http://beboss.wda.gov.tw>）可謂婦女及中高齡者創業者首選。隨著產業變遷，微型創業已逐漸成為就業新型態，更成為失業者職涯另一種選擇。勞動力發展署為協助婦女及中高齡者創業，推動微型創業鳳凰貸款及創業諮詢輔導服務計畫，提供多元化創業研習課程，亦有專業的創業顧問輔導團隊，提供個別及小組諮詢服務，於創業前、中、後期，陪伴創業者，給予最大支持與中肯之建議。

本案目的旨在提昇我國婦女及中高齡國民勞動參與率，建構創業友善環境，協助女性及中高齡國民發展微型企業，創造就業機會，提供創業陪伴服務及融資信用保證專案。凡年滿20歲至65歲婦女或年滿45歲至65歲國民，三年內曾參與政府實體創業研習課程，並經創業諮詢輔導，所經營事業員工數未滿五人者皆可申請。

陸、結語

老年所面臨的最適化問題是如何在生命預算的限制下，極大化其生命效用函數。隨著平均壽命的延長、老年教育及健康水準提升，老齡再就業已經成為一種趨勢或選擇。鑑諸他國作法，如何提升中高齡勞動參與率、就業率，或是促進退休人力能夠透過不同的方式參與市民社會，除了相關法律政策的訂定之外，必要的配套措施包括：福利獎勵措施、彈性工作、職場反年齡歧視、銀髮人力媒合與傳承、職務重新設計、訓練與發展等都是不可或缺的。至於活化銀色人力六大支柱：安可職涯、擔任志工、照顧參與、健康促進、教育訓練、宗教活動，透過銀髮資源網服務，正是落實青銀共創理念，極大化老年生命效用函數的最佳適配。

◆參考文獻（略）（有需要請洽作者）

從我國老年生活狀況調查探討高齡心理健康促進策略

—成功老化的觀點

南華大學通識教育中心 姚卿騰
講師兼學生輔導中心主任

壹、前言

隨著生活條件與醫療品質改善，促使老年人口劇烈增加，高齡社會已成為全球趨勢。臺灣高齡人口亦逐漸增加，根據內政部2014年人口結構分析我國65歲以上老年人口已達275萬2,917人，占總人口11.77%，依行政院經濟建設委員會對人口推估資料顯示，我國65歲以上的人口在2017年將成長至14%，正式進入高齡社會之列，2025年將至21%，邁入超高齡社會（行政院經濟建設委員會，2011），估計臺灣由高齡化社會轉變為高齡社會歷時24年，而由高齡社會轉變為超高齡社會所需時間縮短為8年，顯示臺灣地區在人口結構上老化的速度非常快。

依據世界衛生組織對健康的定義：「健康是生理、心理及社會皆達到完全安適狀態，而不僅是沒有疾病或身體虛弱而已」。更說明了，老年人的健康應從透過身體健康促進、心理適應及社會參與等三方面一同並進。隨著臺灣高齡人口數的增加及平均壽命的延長，使得高齡者有更多的機會面對生命重大事件的衝擊，包含社會外在環境的動盪、家庭與親職角色的轉變、生活的孤單與寂寞、重要親友的逝世與離別等心理因素的衝擊，對於高齡者的心理健康有很大的影響，檢視我國當前高齡政策和服務體系是對於健康醫療和社會福利服務的資源投入，對於高齡者的社會心理需求滿足的回應則最為缺乏，面對高齡心理健康議題，世界各國紛紛提出有效的因應策略，積極提供高齡者更為完善之心理健康促進服務，以協助其適應老化的過程並安享晚年。在老化的相關研究中，有學者提出成功老化（successful aging）的觀點，本文即試圖從成功老化觀點對我國第三年齡之生活狀況進行探討，進而對我國高齡心理健康促進提出可能之作為，以回應臺灣高齡者人口的需要，創造高齡者躍動的晚年生活。

貳、成功老化理論模式

成功老化的觀念被引入社會科學領域始自美國老年學學者們於1940年代針對生活滿意度的研究（Bowling, 1993），於1960年代變成學術名詞（Paul B. Baltes & Baltes, 1990；Phelan & Larson, 2002）後，1980年代起因Rowe與Kahn及其團隊的努力下，「成功老化」成為普遍流行的名詞。目前與成功老化定義相關之理論有四，首先，Rowe及Kahn（1987, 1997, 1998）二位學者指出成功老化必須包含三項要素：（1）降低罹患疾病與因疾病而發生失能的危險、（2）維持高認知與身體功能、（3）主動參與社會，包括社會關係的建立與生產力的提供，透過跨學科研究網絡的多項實證研究結果，提出基因不是決定人類如何老化的絕對性因子，並主張人人可藉生活形態的調整以中和老化的負向影響。之後，Crowther等學者（2002）提出在此理論內加入第四個因子：正向靈性（positive spirituality），以納入宗教與靈性對高齡健康的正向影響，亦即藉由宗教的寄託、靈性的力量與人生意義的定位，可以幫助高齡者產生正向的觀點，以促進成功老化。洪櫻純、李明芬與秦秀蘭（2010）認為身、心、靈互為一體的概念，靈性可以協助高齡者重新思考自我生命的意義和價值感，尤其是高齡者透過宗教活動參與、寫作與反思過程、有助於思考生命的意義，進而建立有意義的退休生活目標（Sloane-Seale & Kobs, 2008）。

第三為Baltes & Baltes（1990）以心理學的觀點，運用變異與彈性的概念，提出選擇、補償、與最適化理論（The model of selective optimization with compensation，簡稱SOC模式），將成功老化視為一種心理適應良好的過程，強調透過三種策略促使成功老化，包括（1）選擇（selection）—即預防或因應退化而對生活目標所做出的選擇；（2）最佳化（optimization）—調整或精鍊本身仍保有的能力與資源而使目標達成；（3）代償（compensation）—利用環境及工具的調整或改變而使目標達成。例如透過促進高齡者健康生活型態，以降低病態老化的發生，並且藉由教育、激發動機、以及健康相關的活動去加強個人的潛能，同時考量個人的目標進行調整，幫助高齡者達到成功老化的目標。除上述三個理論外，第四個極重要的成功老化理論，則是Torres（1999）所提出的文化相關之成功老化理論架構（culturally-relevant theoretical framework），該理論主張每個文化中皆包含對人性、人與自然的關係、人與人間的關係、時間、活動共五個價值傾向，而這些價值態度所形成的文化對人們如何看待成功老化這件事有重要的影響，是以，在探討成功老化的定義時，不可不先瞭解老人所身處的文化環境。

儘管成功老化相關研究眾多，四個理論亦各有其優點與不足，但目前最常被引用的成功老化理論仍以Rowe & Kahn提出的三個元素為主要定義，而由於該理論最早被提出，是以，亦成為學術界引以為思考與研究的基礎，產生許多支持該理論的研究成果之餘，也有不少批判與修正的觀點被提出，其中，除了採用「成功」一詞帶來極可能隨人而易的不同定義外，集中強調身體生理的功能與健康、忽略老人自評定義的標準等，亦已被實證研究證明有修正的必要。而該理論以必須同時達到生理、心智、社會三面向的標準方稱成功老化，亦窄化了真實生活中成功老化的發生。另外，「成功老化」的感知乃是社會建構的產物（Bowling, 1993；Torres, 1999, 2006），不管是同一個人在不同階段、或是在不同地域的人們，其對於達成其成功老化所需具備元素的看法，其實會隨其年齡、性別、文化等變動而不同（Andrews, et al., 2002; Chen, 2007; Hsu, 2005）。

叁、我國老年生活狀況調查分析

一、高齡者自覺健康狀況分析

由前述成功老化的觀點可以發現，高齡者要享有良好的晚年生活，與其生活適應有密切的關係，為提供政府相關機關制訂高齡者政策及措施參考，我國內政部定期辦理老人狀況調查，以瞭解高齡者身心健康、生活滿意度、經濟狀況及各項福利需求，本文藉衛生福利部近年（2005、2009、2013年）所進行的老人狀況調查和國民健康署2011年臺灣地區中老年身心社會生活狀況長期追蹤調查結果，以瞭解並研析我國高齡者在不同面向的生活狀況。

在高齡者健康情形方面，高齡者自覺健康良好的（包括很好及還算好）2009年最高（52.21%）、2005最低（33.44%），而自覺健康情形不良者（包括不太好和很不好）則高達近3成的高齡者自覺健康狀況不佳。在慢性重大疾病方面，患有慢性重大疾病的高齡者的比例一直維持在7成左右的高峰，比例上10年來並無逐年下降的趨勢（65.20%→75.92%→71.00%），根據研究顯示慢性病是威脅高齡者生命的主要健康問題，這些慢性病已被證實導因於不良的行為習慣或生活方式（高淑芬、蔡冰如、蔡秀敏、邱佩怡，2000），近年亦有研究發現，女性、教育程度低、罹患一種以上慢性疾病、沒有參與休閒活動或參與次數較低者，有較高的憂鬱傾向（林俞均 2008）。最近一個月有看病的比例逐年攀升（63.38%→68.91%），顯示老人主觀地認為自己不健康，故求醫行為也增加，另外在住院情形方面有住院的比例逐年下降，平均住院的次數則略為下降，平均住院的天數則逐年上升（詳如表1）。顯示高

齡者在醫療照顧上的需求乃是值得關注的議題，但如何事前的預防保健與及降低疾病失能風險則應雙管齊下進行。

表1 近年高齡者健康狀況分析

項目別/年度	2005年	2009年	2013年
1. 自覺健康情形			
很好	11.58	13.90	9.40
還算好	21.86	38.31	27.20
普通	36.62	19.02	40.50
不太好	22.83	21.82	19.40
很不好	6.69	5.33	3.40
很難說	0.43	1.46	—
2. 罹患慢性重大疾病			
無	34.42	23.56	29.00
有	65.20	75.92	71.00
3. 最近一個月有看病情形			
無	34.62	31.09	—
有	63.38	68.91	—
4. 平均看病次數	2.25	2.18	—
5. 過去一年住院情形			
無	80.02	78.55	82.80
有	19.98	21.13	17.20
平均住院次數	1.80	1.68	—
平均住院天數	13.44	14.42	15.93

註：2013年部分數據採自2011年臺灣地區中老年身心社會生活狀況長期追蹤調查。
資料來源：衛生福利部2000、2005、2013年老人狀況調查，作者整理。

二、高齡者生活感受分析

在高齡者生活感受方面，從老人生活狀況調查資料分析顯示，7成左右的老人自己的生活感到滿意，影響老人生活滿意度的因素大致可歸納為：個人層次因素中之社經資源、身心健康狀況及社會支持等，以及社會情境的因素，整體來說，2005年至2009年5年期間，65歲以上的老人對整體生活滿意度略微下降，某種程度反映不論在老人個人層次的身心健康、經濟狀況及社會結構提供給老人的機會和資源並無太大的改變。在調查中可知有近2成左右的高齡者覺得生活上孤單寂寞空虛，寂寞與孤單感是個人主觀感受，是因為社會關係的缺乏而產生的負面情緒，經驗與他人分離的挫折，顯示高齡者隨著年歲漸高與體能老化需面對複雜的生命議題，包含生理退化而造成的體力下降、動作速度變慢、記憶與認知功能退化，退出職場所需因應的經濟緊縮，自我生活安排能力的提升，子女離家的空巢期，或是因遷居導致的人際關係改變，更重要的是，大部份的長者都會逐漸感受到親友死亡所帶給自己的心理衝擊，高齡者在面對這些複雜生命議題時，內心常浮現的是對生存的空虛感與不確定感，且若高齡者再對自我能力與存在價值有所懷疑的話，高齡者就更感到孤軍奮鬥、難關無解而出現老年憂鬱，甚至放棄自助而走上尋短一途，因此對高齡者的心理健康與關懷則可再加強。

除了上述二個層面之外，針對生活是否過得良好也是生活感受的另一個層面，也就是高齡者能過好的生活（the good life），也就是後來所稱的「生活品質」（Brody, 2000）。Fry（2000）認為生活品質是個人主觀的感受，代表的是對社會心理健康及生活上醫療及非醫療層面的生活滿意度。生活品質是一種現實與心中希望的差距，所以也可說生活品質是認知的評價過程，反應目前的生活滿意及正面效果。因此，生活品質是一種主觀的知覺。高齡者覺得生活過得很好的比例10年來並無逐年提升的趨勢（77.44%→68.84%→74.20），且有2成5比例的高齡者覺得生活情形不佳（詳如表2），顯示高齡者在老人的生活品質值得予以關注。

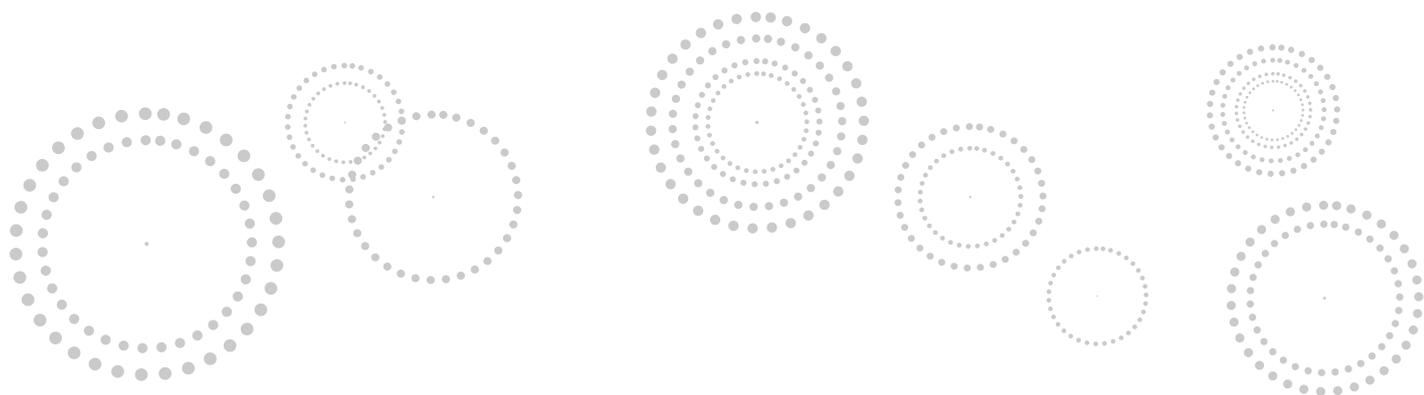
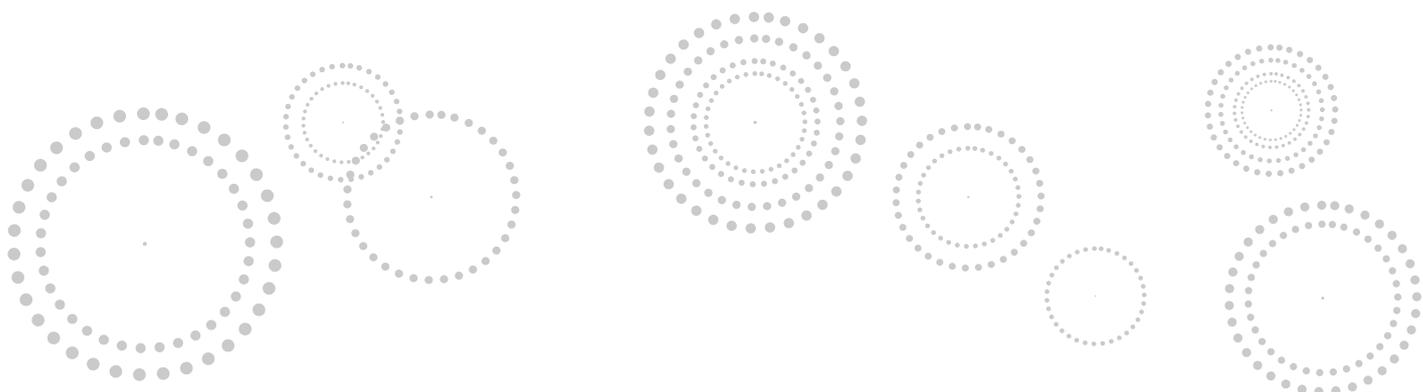


表2 近年高齡者生活感受分析

項目別/年度	2005年	2009年	2013年
1. 整體生活滿意度			
滿意	79.14	78.00	—
不滿意	13.91	11.70	—
不知道/拒答	6.95	10.30	—
2. 感覺孤單寂寞空虛			
會	21.76	19.90	19.20
不會	78.24	79.90	80.80
不知道/拒答	—	0.20	—
3. 覺得生活過得很好			
會	77.44	69.84	74.20
不會	22.56	29.71	25.80
不知道/拒答	—	0.45	—

資料來源：衛生福利部2005、2009、2013年老人狀況調查，作者整理。



三、高齡者憂鬱情形分析

憂鬱是一種情緒失調的疾病症候群，不僅使人情緒沮喪、悲傷、消沉及憂愁，嚴重者更可能心裡陷入悲傷、絕望、自責及思想錯亂的地步（張春興 2002）。在高齡者憂鬱情形方面，調查以憂鬱情形（Center for Epidemiologic Studies Depression Scale, CES-D）量表測量，就65歲以上老人在過去一週裡，對於表列8個生活指標項目，是不是 1.不太想吃東西，胃口很差；2.覺得心情很不好；3.覺得做事情很不順利；4.睡不好覺；5.覺得很快樂；6.覺得人人都不友善（對你不好）；7.覺得很悲哀（傷心）；8.提不起勁來做事（沒精神做事），含7個負向指標，1個正向指標之感受情形進行調查，從老人生活狀況調查資料分析顯示近年來65歲以上老人生活中憂鬱情形主要以「睡不好覺」居多，近10年來的調查資料顯示高達4成比例的高齡者因睡不安穩導致憂鬱的情況，其次高齡者憂鬱情緒方面歷年來覺得心情很不好比例皆維持在3成左右，並無明顯的下降趨勢，在快樂指數方面歷年平均顯示有2成3比例的高齡者表示從未在生活方面感受到非常快樂的情緒。在覺得很悲哀（傷心）方面，比例上呈現不穩定的趨勢（26.22%→18.22%→27.30%），近一次的調查顯示有2成7比例的高齡者感受到老年生活的情緒是一種悲哀、傷心的情況，且似乎有逐年上升的情況，另外在精神活力的部分，近10年平均近2成4高齡者表達提不起勁（精神）來做事情，顯示部分高齡者因精神狀態影響到持續社會參與的情況，進而呈現出逐漸撤退參與事務的情形，而在「不想吃東西、胃口不好」、「覺得做事情很不順利」等項目高齡者表達負向感受比例並不高，約佔2成左右。另外從歷年老人生活狀況調查報告中顯示在性別方面女性、教育程度越低的老人，對於生活較容易有負面的感受，亦造成有憂鬱情緒的情形。

老年人邁入老化的過程中，會經歷生理上（包含疾病、失能與功能退化）、心理上（認知功能下降與自我認同的調適）和社會生活方面（退休、失去伴侶或親友）等改變，這些改變造成老年人的壓力，增加了老年憂鬱症的可能性。憂鬱是晚年最常見的心理疾病，它不只引起痛苦及患病，亦導致生理、心理及社會功能的損傷，更會增加自殺的風險，以及耗費更多的健康照護資源（Judd et al., 1996），老年憂鬱症主要是以持續的情緒低落、沮喪、及失去自我價值感為特徵。它還可能伴隨有活力降低、注意力難以集中、睡眠障礙、食慾改變、或身體疼痛等問題。也因為憂鬱症狀之表現在老人家十分常見，所以常被用以當作心理健康狀態的指標。由於社會環境的變遷、家庭互動及文化價值的改變等因素，造成老年人容易出現憂鬱和適應障礙的情形，因此，老人心理健康問題不容忽視。

表3 近年高齡者憂鬱情形分析

項目別/年度	2005年	2009年	2013年
1. 不想吃東西、胃口不好			
從未	78.95	79.69	81.30
會	21.05	20.27	18.70
不知道/拒答	—	0.04	—
2. 覺得心情很不好			
從未	66.67	66.85	70.90
會	33.33	31.26	30.10
不知道/拒答	—	0.09	—
3. 覺得做事情很不順利			
從未	81.56	79.14	81.10
會	18.44	20.70	18.90
不知道/拒答	—	0.16	—
4. 睡不好覺			
從未	57.46	59.84	59.30
會	42.54	40.07	40.70
不知道/拒答	—	0.09	—
5. 覺得很快樂			
從未	23.98	25.88	21.60
會	76.02	73.77	78.40
不知道/拒答	—	0.35	—
6. 覺得人人都不友善（對您不好）			
從未	93.00	91.94	93.90
會	7.00	7.86	6.10
不知道/拒答	—	0.20	—
7. 覺得很悲哀（傷心）			
從未	73.78	81.61	82.70
會	26.22	18.22	27.30
不知道/拒答	—	0.17	—
8. 提不起勁（精神）來做事			
從未	73.39	77.09	76.20
會	26.61	22.82	23.80
不知道/拒答	—	0.09	—

資料來源：衛生福利部2005、2009、2013年老人狀況調查，作者整理。

肆、成功老化觀點對我國高齡者心理健康狀況之反思

世界各國皆面臨人口快速高齡化的挑戰，故延緩長者失能，提高長者生活品質，減低醫療與福利支出，已成為高齡社會政府部門、學術單位、民間組織，共同的理想與具體實踐的方向。就老化的觀點而言，成功老化是指高齡者能減少疾病及因疾病而帶來的身體障礙，擁有高度的身心功能，能積極的投入生活，並擁有正向的精神生活；同時，能夠透過積極參與高齡學習活動，拓展其社會支持網路和促進身心健康，從中學習技能和發展興趣，使生活過得更加充實快樂，經由人際互動以抒發情緒，並擁有獨立、參與、尊嚴、適當的照顧與自我實現（WHO,2005）。

每位高齡者老化的程度和狀況常有所不同，學者Rowe & Kahn（1997）把老化定義成三種不同模式：（1）正常老化（normal aging）；（2）成功老化（successful aging）；（3）病理性老化（pathological aging）。我們希望從正常老化朝向成功老化，而避免病理性老化的發生。前述針對成功老化之理論模式探討，雖然學者們對於如何成功老化的看法不同，但是他們都認為要讓高齡者維持心理的健康，應該朝向成功老化的目標前進，而不只是正常老化而已，同時要盡量避免病理性老化的發生。反觀我國長期以來重視高齡者健康醫療照顧、社會福利面向，較忽略高齡預防保健、心理健康、學習、社會參與等議題，由近年來3次的老人生活狀況調查資料中顯示我國高齡者自覺健康情形者有逐年下降趨勢，平均看病次數和住院天數逐年上升，在高齡者生活感受方面，調查中有近2成左右的高齡者覺得生活上孤單寂寞空虛，且有2成5比例的高齡者覺得生活情形不佳；在高齡者憂鬱情形方面，高達4成比例的高齡者因睡不安穩導致憂鬱的情況，高齡者覺得心情很不好比例皆維持在3成左右，並無明顯的下降趨勢，更有2成比例的高齡者表示從未在生活方面感受到非常快樂的情緒、感受到老年生活是一種悲哀、傷心的情況，提不起勁（精神）來做事情的状态，顯示部分高齡者心理的健康議題更值得我們注意和照顧。因此，面對我國高齡人口快速增加和平均壽命增長，本文試圖從成功老化觀點對我國高齡者心理健康狀況進行反思，進而提出一些初淺的看法。

一、形塑高齡者正向心理特質，激發生命活力

心理健康和身體健康緊密連結，成功老化指出如果我們能夠透過心理調適的過程來面對老化的問題，就可以成功地迎向晚年的生活。Baltes與Baltes把成功老化定義為一個心理良好適應的過程，鼓勵高齡者心存樂觀，適當地選擇自己擁有的資源，補償日漸失去的身體功能與社會角色，以最佳化自己老年可能擁有的生活，故成功老化

強調變異和彈性的概念，是個體追求一個「連續適應的過程」。晚近正向心理學興起，相當強調正向心理特質的擁有，當我們擁有正向、積極的態度，在人格和個人發展方面往往擁有較佳的狀態，故人格成熟的高齡者應具備對於自我的經驗、情感和力量有適當的判斷，並形成正向的自我概念，同時透過適應環境的歷程，甚至積極改善環境，故高齡者如能透過心理調適過程來面對老化的議題，即有健康的身心，包括情緒正向、信念正向、自我接納等，就可以成功地迎向老年生活。

正向心理學有別於過去以負向或病理的角度來理解人的行為，而多以正向、積極的態度來看待人的行為，正向心理學認為有三個因素對人的心理造成影響（1）正向的經驗：快樂、幸福感等；（2）正向的特質：自我決定、創造力、智慧等；（3）正向的社區：家庭影響、社會關係、文化規範等（Seligman & Csikszentmihalyi, 2000）。由正向心理學的角度，我們可知正向的經驗扮演著重要的角色，雖然在老年生活裡可能遇到許多負面的生活事件，但因為每位高齡者過去生活所導致的性情、特質會決定其對於幸福感的知覺程度，但如果高齡者有較多的正向特質，擁有較多的正向經驗，並且社會可以提供足夠的資源，讓高齡者能依照其意願追求最大的福祉，生活在一個正向的社區裡，對其心理健康也就更好的幫助。

故高齡者如能擁有正向的特質與情緒，乃為心理健康的關鍵要素，宜加強其維持獨立與控制感、從事正向的活動、維持生命的活力與創造力、加強與社會的網絡連結等能力，鼓勵高齡者面對高齡期各種喪失，要採取積極的生活方式，並將負面影響轉為正向的態度，這是老年期面對各種喪失的重要適應手段，並且創造高齡者積極的生活型態，激發接受挑戰的勇氣，豐富其老年生活的內容。

二、促進高齡者持續社會參與，提升心理健康

進入了老年階段，易面臨到失落感、孤獨感、疏離感等負面情緒感受，如負面的心理困擾、精神疾病或適應困難等，因此心理健康對於老人而言影響深遠，高齡者若長期處於憂鬱的情緒中，將影響老年人的生活品質，隨著退休高齡者喪失了原本社會的角色，這種角色的喪失可能伴隨著嚴重的失落感，認為自己甚麼都沒有了，如果在這個階段，高齡者角色轉換不良，家人也沒有給予適當的心理支持，反而強化了老了就沒有用的想法，使老人產生適應與憂鬱情緒的問題，甚至導致憂鬱症、焦慮症或自殺等問題。從成功老化的觀點如果高齡者可以持續社會參與，開創新的人生舞台，找到新的角色定位，培養新的興趣或嗜好，產生新的自我定位，有新的人生規劃，成功面對這種失落。

第三年齡是人生中一個既自由又獨立的黃金歲月，對於健康擁有行動能力的高齡者，其智慧、能力上都能夠持續對社會有所貢獻，在面對臺灣人口老化快速來臨階段，必須關注高齡者身、心、靈和社會參與等多層面的需求，如何才能讓高齡者有尊嚴、有樂趣、有意義和有生活品質的生活，積極引導高齡者做好準備，是高齡心理健康政策應有的新思維、新作為。但是，從我國近年老人狀況調查中卻顯示高齡者日常生活最主要的活動項目為從事養生保健活動、朋友聚會聊天和從事休閒育樂為主，歷年的老人生活狀況調查都顯示，沒有任何主要活動者所佔的比例偏高，顯示仍有不少比例高齡者沒有社會參與活動的安排。

活躍理論認為高齡者應持續保持與社會生活的聯繫，積極參與社交生活，以提高老年生活的滿意度，故聯合國國際老人年的宣言主張高齡教育是一項「基本人權」，應將老人的教育學習納入政策考量（黃富順，2004），而樂齡學習正可提供高齡者持續社會參與的機會，達成「成功老化」，進而「活躍老化」的目標。新一代高齡者雖具有參與教育活動的有利條件，但相關調查研究顯示，高齡者對教育學習的參與仍屬於教育人口之弱勢團體，就其問題分析，主要為整體高齡教育的對象涵蓋面不足，提供學習的場所和經費都相當有限，且未連結高齡社會的人口需求，也未進行高齡人力資源的規劃等，造成對高齡教育和資源開發的不夠重視。因此如何整合公、私部門的資源，提供高齡者便利性、易得性的學習機會和管道，進而促進高齡者持續社會參與，提升其心理健康。

伍、促進我國高齡者心理健康的策略

本文主要核心議題在於從成功老化的觀點，對於我國高齡者生活狀態進行探討，進而提出老年心理健康促進策略，研究者引用成功老化理論模式作為提出高齡者心理健康促進策略的切入點，其主要論點為提升高齡者個人的生理和心理健康，強調正向靈性的重要，鼓勵其藉由社會參與的方式與社會產生連結，並提供一個積極扶持的社會情境，以維護高齡者的身心靈全面的統整與調適，進而協助高齡者在老化過程中維持良好的生活品質。綜合上述，本文最後提出五項促進我國高齡者心理健康的策略，以供高齡者、政府單位及社會大眾進一步思索及探究：

一、致力發展正向情緒，完成老年期的發展任務

此一策略關切的焦點，包括：高齡者要高度發展正向的情緒，可從拓展社會網絡、社會活動、人際關係等著手，並盡早對老化有正確的心理認知及採取因應與調適的措施，以積極的態度面對老年生活，完成老年時期的心理發展任務。

二、關注精神健康狀態，提升靈性成長和超越

此一策略關切的焦點，包括：高齡者應定期關照自身的精神健康狀況，尤其是老年期常見之失智、憂鬱症等身心疾病，得以早期治療獲得較好的預後，同時鼓勵自我探索心靈層面，提升自己的靈性生活，探索生命的意義與價值，達到統整、圓滿和自我超越的境界。

三、強化社會變遷的適應，持續參與終身學習活動

此一策略關切的焦點，包括：高齡者應與時俱進，持續參與學習活動，追求新知識和積極成長，藉由終身學習活動的參與，有助於高齡者在老化過程中，維持獨立自主性，以利其適應晚年生活，因應社會變遷的不二法門。

四、建立明確的生活目標，延伸或尋找替代角色

此一策略關切的焦點，包括：高齡者宜發展新的角色，積極加入各種組織，參與社會各種活動或志願服務，來維持自我的連續使生活有重心，同時持續擴展社會人際網絡，增強個人的社會資本，以充實生活的內涵。

五、制定高齡心理衛生政策，加強老年心理健康促進

此一策略關切的焦點，包括：心理健康不只是高齡者個人問題，政府應扮演更積極的角色，除了提供良好的精神醫療照顧，更宜加強高齡者心理健康的預防和促進工作，並減少社會對精神疾病的歧視，唯有全面性的老人心理健康政策，才能促進高齡者的心理健康。

陸、結語

老年心理健康包括了生理、心理與社會三個因素，這三個因素如果可以適當地整合協調，對於高齡者心理健康促進工作將有所助益，特別是成功老化的概念，如何使高齡者擁有活躍老化的老年，並維持生活的滿意度，是社會大眾們所衷心期望的。因此，如何促進高齡者的心理健康，透過成功老化概念促進其持續保持，使已有心理問題者持續改善，締造全體高齡者的心理健康，這是每個高齡者所企盼的，也是政府衛生福利部門應積極重視的，老年生活面對許多的失落與轉換，所遇到的問題與心理特徵與其他年齡層不同，我們應以同理心用正向與積極的態度來鼓勵高齡者勇於嘗試探索不同的生活方式，相信可以帶給高齡者更健康與自信的晚年生活面貌。

◆參考文獻

中文部分：

內政部統計處（2014）。人口結構分析。檢索日期：2015年1月10日，取自：http://www.moi.gov.tw/stat/news_content.aspx?sn=8057。

田秀蘭等（合著）（2011）。老人心理學。臺中：華格那企業。

行政院經濟建設委員會（2011）。我國人口統計推估。檢索日期：2015年1月11日，取自：<http://www.cepd.gov.tw/m1.aspx?sNo=0012631>。

余紅柑（2004）。嬰兒潮世代老人如何實踐成功老化的路徑芻議。社區發展季刊，132，325-339。

李世代（2010）。活躍老化的理念與本質。社區發展季刊，132，59-72。

李百麟（2009）。高齡者之生活滿意度與成功老化各因素關係之探討。危機管理學刊，6（2），25-38。

林俞均（2008）。老人憂鬱狀態與休閒活動之相關性研究（未出版碩士論文）。亞洲大學長期照護研究所，臺中市。

林麗惠（2006）。臺灣高齡學習者成功老化之研究。人口學刊，33，133-170。

林麗惠（2006）。高齡者參與志願服務與成功老化之研究。生死學研究，（4），1-36。

洪櫻純、李明芬與秦秀蘭（2010）。老人靈性健康的阻力與助力分析。生命教育與健康促進學術論文研討會論文集，59-72。

徐慧娟（2003）。成功老化：老年健康的正向觀點。社區發展季刊，103，252-260。

徐慧娟、張明正（2004）。臺灣老人成功老化與活躍老化現況：多層次分析。臺灣社會福利學刊，3（2），1-36。

陳燕禎（2007）。老人福利理論與實務：本土的觀點。臺北市：雙葉。

高淑芬、蕭冰如、蔡秀敏、邱珮怡（2000）。老年人的健康促進生活型態與衛生教育。護理雜誌，47（1），13-18。

黃松林、洪碧卿、蔡麗華（2010）。活躍老化：臺灣長青志工之探討。社區發展季刊，132，73-91。

黃富順（主編）（2004）。高齡學習。臺北：五南。

黃富順（2012）。高齡心理學。臺北：五南。

彭懷真、彭駕駢（2013）。老人心理學。新北市：揚智文化。

張春興（2002）。張氏心理學辭典。臺北：東華。

衛生福利部（2005）。中華民國94年老人狀況調查報告。臺北：衛生福利部。

衛生福利部（2009）。中華民國98年老人狀況調查報告。臺北：衛生福利部。

衛生福利部（2013）。中華民國102年老人狀況調查報告。台北：衛生福利部。

衛生福利部國民健康署（2011）。中華民國100年臺灣地區中老年身心社會生活狀況長期追蹤調查。臺北：衛生福利部

英文部分：

Andrews, G., Clark, M., & Luszcz, M. (2002). Successful aging in the Australian longitudinal study of aging: Applying the MacArthur model cross-nationally. *Journal of Social Issues*, 58 (4), 749-765.

Baltes, P. B., & Baltes, M. M. (1990). Psychological perspectives on successful aging: The model of selective optimization with compensation. In P. B. Baltes & M. M. Baltes (Eds.), *Successful aging: Perspectives from behavioral science* (pp. 1-34). New York: Cambridge University Press.

Bowling, A. (1993). The concepts of successful and positive ageing. *Family Practice*, 10, 449-453.

Brody, E. M. (2000). Foreword. In R. L. Rubinstein, M. Moss, & Morton H. Kleban (Eds.), *The many dimensions of aging* (xv-xvii). New York, NY: Springer Publishing Company.

Crowther, M. R., Parker, M. W., Achenbaum, W. A., Larimore, W. L., & Koenig, H. G. (2002). Rowe and Kahn's model of successful aging revisited: Positive spirituality, the forgotten factor. *The Gerontologist*, 42 (5), 613-620.

Rowe, J. W., & Kahn, R. L. (1997). Successful aging. *The Gerontologist*, 37 (4), 433-440. Rowe, J. W., & Kahn, R. L. (1998a). The structure of successful aging. In J. W. Rowe & R. L. Kahn (Eds.), *Successful Aging* (pp. 36-52). New York: Random House.

Rowe, J. W., & Kahn, R. L. (1998b). Usual aging. *Successful aging*. In J. W.

Rowe & R. L. Kahn (Eds.) , Successful Aging (pp. 53-58) . New York : Random House.

Seeman, T. E., L. F. Berkman and P. A. Charpentier. (1995) . Behavioral and psychosocial predictors of physical performance, Journals of Gerontology Series A : Biological Sciences & Medical Sciences, 50, 177-183.

Sloane-Seale, A., & Kops, B. (2008) . Older adults in lifelong learning : Participation and successful aging. Canadian Journal of University Continuing Education, 34 (1) , 37 - 62.

Torres, S. (2006) . Different ways of understanding the construct of successful aging : Iranian immigrants speak about what aging well means to them. Journal of Cross-Cultural Gerontology, 21, 1-23.

從臺北縣到新北市一 「退休菁英風華再現」十年紀實

新北市土城國中校長 曾春榮



壹、前言

教育部自2004年7月開始試辦〈退休菁英風華再現計畫〉，期待透過退休人員的經驗與智慧，達到弭平城鄉落差，關懷弱勢學習機會的目的。

因此招募退休教師投入國中小，協助弱勢學生，擴大照顧中低收入戶家庭學生，及免納所得稅之農工漁民子弟。另為了進一步實現社會之公平正義，弭平學習落差，教育部於2006年將〈關懷弱勢、弭平落差課業輔導〉、〈國中基測提升方案〉、〈退休菁英風華再現計畫〉及〈攜手計畫—大專生輔導國中生課業試辦計畫〉等4項計畫整合為〈攜手計畫課後扶助方案〉，提供弱勢學生補救教學服務。

而臺北縣（現為新北市）自〈退休菁英風華再現〉計畫開始就展現強烈的企圖心，2004年第一學期就有262位退休老師參與這項計畫（黃天如，2004：c1版），和其他的縣市相比成效卓著（苗栗92位，南投80位，彰化縣22位台北市15位，而大多數的縣市沒有辦理）（林語如，2009）。加上2006年10月19日負責承辦的臺北縣教師會也赴臺南市進行推動〈退休菁英風華再現〉的經驗分享，即使2006年教育部將該計畫整合至補救教學計畫項下，臺北縣（新北市）〈退休菁英風華再現〉的活動從未停辦，據林語如統計自2004年7月至2008年7月臺北縣總計有68校489位老師參與〈退休菁英風華再現〉的計畫，研究者服務的土城國中自2007年起承接臺北縣教師會辦理該項計畫，十年下來，總計服務人次超過1827人次。

但據顏國樑等（2011）年的統計，認為退休國中小教師難以風華再現，他們提出自2005年起，參與退休菁英風華再現的人數只佔是類人員的1%以下，甚至在2009年的參與人次比例接近0%。究竟〈退休菁英風華再現〉是否已然奄奄一息？還是臺北縣（新北市）的實踐經驗能夠作為該計畫起死回生的重要經驗，研究者想藉由〈退休菁英風華再現〉相關理論與土中承辦該活動多年經驗的重要史料回顧過去，展望未來，希望為〈退休菁英風華再現〉的歷史性定位下一個重要的註腳。

貳、退休菁英風華再現理論探討

退休是一個人職場多年奮鬥後所期待的一個安穩舒適的生活，究竟退休是真正的自職場退下來休息，抑或是「退而不休」在人生的下半場進行另一場精彩的生活競賽，根據研究者的經驗，退休的校長們許多被市府聘為聘任督學（視導），繼續貢獻他們的智慧與經驗，有些則轉任私立學校或私人企業，大部分則持續不斷的自我進修及擔任各種型態的志工，所以教育部〈退休菁英風華再現〉的想法，讓退休的老師們能回到自己熟悉的工作環境持續為下一代奉獻真是一個很棒的想法，但是老師們退休了為什麼還要回去服務呢？在相關的文獻探討中可能涉及下列理論，說明如下：

一、社會老年學理論

（一）活動理論（Activity Theory）：

活動理論認為老年人雖然面臨生理、心理及健康的挑戰，但是其社會需求仍存在，為了維持其自我認同，替補失去的社會角色，會有較高的社會參與傾向（林歐貴英、郭鐘隆譯，2003：414）。

（二）持續理論（Continuity Theory）：

持續理論認為個人人格有持續的狀態，個人會傾向維持其偏好、態度與行為的一致，因此退休前常參與校務活動者，退休後仍較易參加（Black & Morris,1974：216）。

（三）次文化理論（Subcultural Theory）：

學校的次文化影響退休教師是否返校服務，因此我們會發現退休菁英會很自然的集中在某幾校，人類有很多行為隱藏在社會網絡中（萬育維，1997：20）。

（四）危機理論（Crisis Theory）

根據Caplan（1964）的說法，危機發生於人遇到問題時無法用慣用的解決問題的方法來因應，尤其是在人生的重大轉捩點如退休時，此時人會感覺孤單、不快樂，甚至因此生病，退休菁英的服務可以讓人轉變心境，有助於解決危機（張明麗，1998）。

二、志工參與相關理論

（一）需求層次論（Hierarchy of Needs）：

Maslow（1987：15-22）的需求層次論認為人類有五種不同層次的需求，分別是生理、安全、歸屬與愛、自尊及自我實現，退休菁英們返校服務自屬於滿足自我實現的需求。

(二) 交換理論 (Exchange Theory) 與期望理論 (Expectancy Theory) :

交換理論認為人是利益取向的，因此退休志工招募時要注意福利及回饋，要兼顧物質及心理的獎勵，而期望理論是交換理論的立論基礎 (林語如，2009)。

(三) 利他主義 (Altruism) :

利他主義是指在不收取報酬的前提下所從事的志願服務的行為，從服務他人中獲得滿足，這是志願服務的基礎 (孫本初，簡秀昭，1998: 14)。

(四) 計畫行為理論 (The Theory of Planned Behavior)

Ajzen (1991) 認為一個人的態度愈正面，他感受到他人的支持度愈多，而他實際執行的控制能力也愈強，那麼他實際執行此一行為的可能性也愈高，所以退休菁英風華再現符合此一理論。

參、退休菁英風華再現十年紀實

一、承辦單位

指導單位是教育部，而辦理單位則是新北市政府教育局，在95年以前由臺北縣教師會承辦〈退休菁英風華再現〉的相關活動，而土城國中在96年之後接辦活動迄今，由於是重要的活動，所以教育部社教司長官、副縣長曾參寶、縣長周錫璋等都曾親自出席授證或感恩老師們的付出，其餘大部分都由局長親自出席，若局長另有要公則由副局長代理授證及感恩。各校的承辦人員有的是設備組，有的是教學組，有的是輔導組都非常盡心盡力協助相關的工作。

二、參與人數

各年度參與〈退休菁英風華再現〉的校數及人次如下表，說明如下：

表 1-1 臺北縣 (新北市) 各年度參與〈退休菁英風華再現〉的校數及人次

	93/94	95	96	97	98	99	100	101	102	103
校數	262/191	23	25	24	26	23	26	26	25	30
人次		121	139	167	176	186	136	139	139	171
國中		5	5	4	3	2	3	3	3	1
人次		25	22	19	16	10	11	11	3	1
國小		18	20	20	23	21	23	23	22	29
人次		96	117	148	160	176	125	128	136	170

資料來源：研究者整理自土城國中辦理活動相關資料

由表1-1可知，臺北縣（新北市）辦理〈退休菁英風華再現〉都維持了相當的校數與規模，總服務人次超過了1827人次，值得注意的是參與的國中校數與人數遞減，尤其是佔服務人數大宗的五峰國中自102年後就不再申請了，殊為可惜，但是值得肯定的是大豐國小、板橋國小、後埔國小、新埔國小、中和國小每年都有申請，其中有20位老師連續服務了近十年，精神可嘉，對於這些退休後又服務滿十年的菁英們，教育局應隆重的表揚。

三、經費

各年度教育部局提供〈退休菁英風華再現〉的經費如下表，說明如下

表1-2臺北縣（新北市）〈退休菁英風華再現〉各年度經費表（單位：仟元）

	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102	103
經費	998	2100	407	464	877	735	749	800	820	1360	1349

資料來源：研究者整理自土城國中辦理活動相關資料

由表1-2可知，臺北縣（新北市）辦理〈退休菁英風華再現〉，93年至94年都由教育部補助，95年納入補救教學項下後由教育部自行編列相關經費，且經費有逐年增加的趨勢，94年以前有交通費及教材編輯費，而95年後取消交通費，維持教材編輯費及授證及感恩活動之相關費用。

四、活動內容

臺北縣（新北市）辦理〈退休菁英風華再現〉主要有四個理想，一是整合退休教師資源，延續教學經驗傳承；其次是協助學生適性發展，深化校園輔導網絡；第三是發揚教育正義精神，縮短城鄉教育落差；第四是展現誨人不倦精神，教育典範永續長存。每年由承辦單位透過徵求、審查、投證、執行、回饋與改善等實際進行弱勢學生的基礎學科輔導、性向潛能的開發、生活適應的輔導等，採自願、奉獻、專業、成長、適任、協助及整合的原則進行工作。

除了至個別學校進行補救教學外，教師們也會由教育局及承辦單位集結辦理授證、感恩、攜手計畫故事徵選、輔導與成長經驗分享、補救教學、課業輔導、行為輔導及典範傳承等。近幾年活動較為成熟，在感恩及授證典禮結束後，退休老師會在承辦單位的安排下進行校外教學，充電，並為未來的補救教學持續努力，104年補救教學成果展示可能結合〈退休菁英風華再現〉授證典禮擴大辦理，讓老師們更受尊崇。

很感佩的是退休老師們都以身作則，只拿走感謝狀及授證，精美的包裝則留給承

辦單位永續利用，另外每年都有優秀的老師接受記者訪問，傳承至高的教學經驗與智慧。

近幾年授證及感恩校外教學活動的內容如表1-3，教師們在一次又一次的環境教育課程中都很認真參與投入，土中的行政同仁也會盡心安排相關的活動，讓退休菁英的老師們能學得盡興，不過近年的困難在於因為時間的關係，活動地點不能太遠，而顧及退休老師們的體力與安全，又不能去太費體力的地方，這是土城國中承辦活動必須念茲在茲的重點。

表1-3授證及感恩活動暨參訪一覽表

年度	活動暨參訪
95	赴台南市推行〈退休菁英風華再現〉經驗交流
96	輔導成長經驗分享，攜手故事徵選
97	慈心基金會有機蔬食教學
98	北新農場
99	三峽客家園區、鶯歌陶瓷、德興有機農場
100	蘭陽博物館、坪林淨源茶場
101	茶山房、手信坊和菓子工坊
102	新竹南園、飛牛牧場
103	宜蘭勝洋水草休閒農場、苗栗華陶窯

資料來源：研究者整理自土城國中辦理活動相關資料

五、成效分析

臺北縣（新北市）辦理〈退休菁英風華再現〉多年，成效究竟如何，可從以下幾個指標進行分析：

（一）退休教師招募成效

由表1-1可知臺北縣（新北市）退休教師招募成效都維持一定的水準，但是退休教師來來去去，每年辦理授證及感恩活動時能連續三年服務的老師就難能可貴了，連續服務近十年的只有約20餘人次，因此如何召到老師，又何能留住老師，這是行政單位的一大考驗。林語如（2009）指出：退休教師返校服務的主要動機有五：回饋社會、充實生活、保持活動、興趣（志趣）及維持人際關係，行政單位的招募可作為參考。



（二）經費執行成效

經費多用於交通補助費（早期）、教材編輯費（現在）、授證及感恩活動、成果報告等，每年都依規定辦理收支結算，且在時間內完成，經費執行情形良好，但林語如（2009）指出：行政單位補助的交通費或教材編輯費反而是老師們最不在意的誘因，土城國中可以持續進行行動研究，了解老師們的需求，利用德懷術等方法，聚焦老師們的意見並在行政執行上落實。

（三）學生輔導成效

臺北縣（新北市）辦理〈退休菁英風華再現〉，每年都會要求學校提供返校服務成果報告，包括每位教師執行服務的照片至少四張，以及每位老師服務成果的質的描述，從近十年的成果報告看起來，〈退休菁英風華再現〉對於學生的輔導成效是有正面效益的，只是教育部花了大筆經費在〈攜手計畫課後扶助方案〉上，其係整合了四個方案，究竟〈退休菁英風華再現〉的貢獻度有多少，有待進一步的研究去釐清。

（四）授證及感恩活動成效

每年授證及感恩活動都有近百位老師參加，一方面係教育行政單位對老師的尊重與肯定，另一方面老師們可以藉此機會彼此交流，土城國中承辦授證及感恩活動多年，尤其是近幾年辦理校外教學，老師們的滿意度均超過六成，成效良好，值得繼續辦理。

肆、代結語--未來的展望

自2006年教育部將〈退休菁英風華再現〉等四案整合入〈攜手計畫課後扶助方案〉後，臺北縣（新北市）政府教育局從補救教學的觀點整合官方及民間的資源進行補救教學的訪視、補救教學教材的開發、教學模式的發展、行動研究的徵選、感人故事徵選（分別從老師及學生的觀點）、教師及行政人員的增能研習、成果發表會、建立資源中心等，種種的行政作為看似和退休菁英風華再現沒有直接關係，但是回過頭來想，如果退休菁英們願意，上述的種種方案，沒有退休菁英不能做的事，甚至有些事情藉助退休菁英的經驗與智慧更有助於補救教學及課後照顧的實施。

但問題在於怎麼招募退休的菁英教師們願意投入這些過去他們本就熟悉的領域呢？教育部在2006年9月28日開始第一屆的教育奉獻獎甄選是一個起頭，教師們一向重視精神的酬賞而非物質的酬賞，是否能有退休教師的師鐸獎、教學卓越獎…等，如何讓老師願意來，而且可以留得住，在國中志工教師愈趨減少的同時，我們必須找到問題的關鍵，並且加以因應，才能讓退休菁英真正的風華再現。



◆參考文獻

- 林語如（2009）。影響國民中小學退休教師參與學校志工行為意向因素之研究（未出版之碩士論文）。國立政治大學，臺北市。
- 張明麗（1998）。成長團體對國小女教師退休前後心理調適之影響（未出版之博士論文）。國立政治大學，臺北市。
- 孫本初、簡秀昭（1998）。公部門之志工管理（上）。人事月刊，26（3），11-25。
- 萬育維（1997）。從資源整合和依存的觀點論詳和計畫的未來。社區發展季刊，78，19-27。
- 顏國樑、黃建順、范明鳳（2011）。國民中小學「攜手扶助課後照顧方案」執行現況之研究。臺灣教育發展論壇IV，2011年6月。
- Ajzen（1991）。The Theory of Planned Behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50（2）, 182.
- Maslow A.H.（1987）。*Motivation and Personality*（3rd ed.）.New York：Harper Collins.

新北市102學年度 「補習學校暨進修學校」訪視結果報告

新北市大坪國小總務主任 謝靖緹
新北市插角國小教導主任 石啟宏

壹、研究動機

本研究主在探討經由新北市終身學習輔導團，在102學年度例行性之補習學校訪視中，長期蒐集之資料，並據以瞭解以下三項訪視計畫之目標：

- (一) 瞭解目前新北市補校暨進修學校推動全民終身學習工作實際運作情形。
- (二) 發現新北市補校暨進修學校工作推展上的困境，藉以提供政策改進的參考。
- (三) 分析參與補校暨進修學校學員學習情形，加以協助輔導改進。

貳、文獻探討

早期臺灣人民學習機會不多，教育尚未普及，致使失學民眾甚為普及，自1989年後，政府開始施行普及教育的相關政策，政府在國民中、小學廣設補校，供失學民眾接受完整的國民中小學普及教育。

一、「補習學校」之意涵

目前臺灣的補習教育，依據「補習及進修教育法」第三條分類，分成以下三種：

- (一) 國民補習教育：其施教對象已逾學齡，未受國民教育之國民。
- (二) 進修教育：已受九年國民教育之國民，得受進修教育。
- (三) 短期補習教育：志願增進生活知能之國民，得受進修教育。

又我國憲法第一百六十條規定：「…已逾學齡，未受基本教育之國民，一律受補習教育，免納學費，其書籍亦由政府供給。」及「國民教育法」第三條規定：「…已逾齡未受國民教育之國民，應受國民補習教育。」是此，又分為兩種：

1.失學民眾的補習教育

本類補習教育指已逾齡但未接受九年國民教育之國民所接受的補習教育—亦即國民補習教育，它具有強迫性、義務性，但未限制國民接受補習教育的年齡及時間。

2.已受九年國民教育者所參與的補習教育

此類補習教育可謂進修或某種目的，而參與的補習教育，其期限可為短期或為實際需要而增長其期限。

依「補習及進修教育法」第四條的實施規定，所謂的國民補習教育，指的是由國民小學及國民中學附設國民補習學校實施，所以國民教育亦負有實施補習及進修教育之責任。

補習教育之制度，當初設計主要概念，是為了輔助或補救教育的機制，讓一些失學的民眾可以透過接受國中小補習教育，或經由學歷考試取得同等學校的學歷證明。

二、「補習學校」功能

以國小補校而言，在國小獲得基本識字，可以讓國民在生活獲得基本知能，亦可以讓國民中學附設補習學校，應承接教導學生國民基本用字，亦可以進階、提升以下功能：

- (一) 工具功能：識字技能可以提供獲取社交功能日常生活實際問題的訊息。如價格、帳單等。
- (二) 社交功能：識字可提供有關社交關係的訊息。如賀卡、慰問卡。
- (三) 提供新聞訊息：識字提供有關政黨或其他地區所發生的事件的訊息。如新聞報紙所登載的事件等。
- (四) 幫助記憶：識字可提供記憶的幫助。如將訊息記載在記事簿、電話簿上。
- (五) 代替口語訊息：當無法做直接的口頭溝通或因其會造成尷尬時，可以利用識字的技能來傳遞訊息。如外出時，可將訊息留給家人或重要朋友。
- (六) 留供永久紀錄：當其他機構要求提供法律上的紀錄以為證明時，使用識字技能可以達成此種目的。如借據及稅單。
- (七) 確認功能：識字技能能夠表達自己對某種態度或概念的支持，以解決紛爭或對自己的意見再確認。

三、新北市補習學校暨進修學校面臨困境

補校設立之初，因符合失學民眾需求，失學民眾到補校就讀相當踴躍，但隨經濟起飛，人民生活水平提升，受教育機會多，教育普及化後，就讀補校民眾越來越少，國小補校就讀學員年紀較長，無法適應國中補校課程，致使國中補校招生情況困難，補校一年級新生招生情形更是嚴重。近十年來新北市國中小補校分別以數百名學生持續減少中，減少近四成左右（見表一）。因國小補校招生不易，致使新北市國中補校也同樣面臨招生困境。

表一 新北市國中小補校概況表

學年度	校數			班級數			學生數		
	合計	國中	國小	合計	國中	國小	合計	國中	國小
94	103	38	65	319	98	221	7,324	2,218	5,106
95	101	36	65	337	90	247	8,063	2,076	5,987
96	99	34	65	339	87	252	7,951	2,055	5,896
97	89	32	57	319	93	226	7,097	2,168	4,929
98	89	32	57	307	91	216	6,907	2,078	4,829
99	88	32	56	295	92	203	6,136	2,031	4,105
100	88	31	57	287	89	198	5,851	1,881	3,970
101	87	31	56	272	88	184	5,347	1,727	3,620
102	84	30	54	263	88	175	5,086	1,729	3,357
103	82	30	52	255	86	169	4,599	1,491	3,108

資料來源：教育部統計處

以我國而言，國民中小學補校之困境有四個層面：

（一）行政與制度面：

在補校經費方面，其經費來源有限且不穩定（曾俊凱、歐亞美，2011）。就新北市而言，補校教師人才流動大，鐘點費長年以來皆未調升，且補校教師皆認為授課鐘點費太低，且比照日校標準計算，繁重的試務工作與報酬不成正比，難以形成誘因，無法提升教師的任教意願。

（二）課程與教材面：

雖然新北市曾自編補校教材，且成人識字教材的編撰已逐漸呈現彈性與多元，但根據學者整合授課教師於教育研討會發表意見與回饋，仍有幾點缺失，諸如：1.主題零散、缺乏結構性；2.課文概念淺顯，生字艱澀的兩難，影響教材適用性；3.作業練習設計缺乏與教學目標和學習者背景知識能力間的聯繫；4.缺乏形成性評量的過程。新北市在課程教材上亦面臨此困窘之境。

（三）教學評量面：

就新北市而言，面臨學生因城鄉地區、學生年齡層分布不同產生補校學生異質性高，學習差異目的大，都會型如國中部分學員年齡層相近，差異性不較偏遠地區學校大（偏遠地區學校新住民身分學員比例較多），教師在教學進度上常感困擾，尤其常陷於要配合學校安排進度又要擔心學生無法消化之兩難。尤以目前國中補校部分仍大多仍以紙筆測驗為主要評量方式，如何使教師提高意願並設計人性化與適合成人學習且不同年齡因應之教學與評量，有賴身為補教推動人員每一份子齊心努力的目標。

（四）環境與設備：

以新北市而言，國中小補校仍附設在現行體制之國中小學校中，因有些學校設置年代較久，設備大多老舊，軟硬體設備皆須汰換更新，但礙於經費有限，補助經費取得不易，未盡成為優先補助之列，且有些學校教室之安排，礙於教師及人員之配合困難，空間及動線設置，抑或課桌椅及燈光等適切度仍不盡理想，此種種亟待學校及主管機關重視之現況與問題。

參、研究設計

本研究旨在探討102學年度（102年9月至103年6月）新北市經由終身學習輔導團，依逐年排定之國民中小學附設補習學校訪視期程，進行蒞校訪視，並藉由問卷填答及人員訪談，獲致補校運作情形之實際。以下即就研究工具、研究設計編碼之意涵二部份說明之。

一、研究工具

本研究採質量並重之研究方法，研究工具以問卷調查為量化分析及開放性問題之填答；而半結構式訪談則為質性資料取得之主要工具。

問卷調查共有五題，分別是：

- （一）對於目前學習的課程，您覺得如何？
- （二）老師的教學方法，你覺得如何？
- （三）現在使用的教材（課本），你覺得如何？
- （四）你最希望學校開哪一種課程？（複選）
- （五）畢業後，你會…？
- （六）對學校、老師及市政府的建議：

希望由半結構式問卷的填答，瞭解學生的學習概況及需求或意見。

二、研究設計編碼之意涵

本研究設計以國小學校代號（A、B、C、D…N）共14所學校來隨機編碼，國中以數字1.2.3.4……到8為代號編碼，再依問卷內容分類為（ㄅ）「設備」需求、將（ㄆ）編碼定義為「距離」需求、將（ㄇ）編碼定義為「課程」需求、將（ㄏ）編碼定義為穩定「師資」需求；再將問卷回饋語句並依內容文具之意念予以分類，再加以歸類。國中再依回饋語句出現順序命名歸納為2-1、2-2…，如「教材希望生活化、簡單化以及字體大」（2-3）。國小部分則為學校即出現回饋語句順序定義為A-1、A-2…如：「感謝老師的指導及政府教育單位的幫助」（A-1）、「希望學校可以持續的把補校辦下去」（D-1），以符合質性研究中編碼之意義與研究方法。

肆、研究結果

一、基本資料分析

本學年度的訪視校數，國中為8所，國小為14所，扣除一所學校填答不完全外，其餘學校問卷均列入統計分析。

表1 基本資料摘要表

國中組 N=446			國小組 N=542		
本國籍	新住民	未填答	本國籍	新住民	未填答
363	82	1	278	264	0
81%	18%	0%	51%	49%	0%

由上表可知，102學年度問卷調查之研究樣本，國中組共回收446份，其中本國籍學生為363人，佔81%；新住民學生為82人，佔18%；未填答者為1人。國小組本國籍學生為278人，佔51%；新住民學生為264人，佔49%；。國中組本國籍學生數之比例高達八成，較國小組之學生多出三成，國小組之新住民學生已近五成，遠高於國中新住民學生。

二、訪視問卷內容分析

(一) 對於目前學習的課程，您覺得如何？

表2課程難度知覺分析摘要表

國中組			國小組		
很難	大部份沒有學過	大部份學過了	很難	大部份沒有學過	大部份學過了
101	308	41	89	364	89
23%	69%	9%	16%	67%	16%

由上表可知，國中組與國小組學生對於課程難度的知覺，國中學生認為「很難」的比例為23%，較國小組的16%稍高；認為「大部份沒有學過」的比例則相近；而認為「大部份學過了」的比例，國中組則以9%稍低於國小組的16%。大致看來，國中組學生對於課程難度的知覺，較國小組學生來得高。

(二) 老師的教學方法，你覺得如何？

表3教學方法適應程度分析摘要表

國中組			國小組		
很好	適應	不適應	很好	適應	不適應
314	121	6	389	146	4
70%	27%	1%	72%	27%	1%

由上表可知，國中組與國小組學生對於教師教學方法的適應程度，國中學生認為「很好」的比例為70%，與國小組的72%相近；認為「適應」及「不適應」的比例亦相近，整體說來，國中組和國小組學生對於教師教學方法的適應程度，均達到97%以上的水準，可見大多數學生皆能適應教師的教學方法。

（三）現在使用的教材（課本），你覺得如何？

表4教材難度知覺分析摘要表

國中組				國小組			
很難	有點難	剛好	簡單	很難	有點難	剛好	簡單
33	167	168	29	79	187	267	8
7%	37%	38%	7%	15%	35%	49%	1%

由上表可知，國中組與國小組學生對於教材難度的知覺，國中學生認為「很難」的比例為7%，低於國小組的15%；認為「有點難」的比例分別為37%及35%；認為「剛好」的比例分別為38%及49%；認為「簡單」的比例分別為7%及1%。由此看來，有44%的國中學生及50%的國小學生，認為教材的難度偏難。

（四）你最希望學校開哪一種課程？（複選）

表5希望開設課程分析摘要表

	識字 (中文)	外語 (英日語)	資訊 科技	健康養生	婆媳 關係	夫妻 關係	子女 教養	投資 理財	其他
國中	160	226	118	174	12	30	41	71	21
	36%	51%	26%	39%	3%	7%	9%	16%	5%
國小	434	109	129		14	27	72		21
	80%	20%	24%		3%	5%	13%		4%

由上表可知，國中組與國小組學生對於希望開設課程的意願，國中學生以「外語」的比例達51%為最高，其次則是「健康養生」的39%，及「識字」的36%；國小組在未選設計選填「健康養生」及「投資理財」的情形下，以開設「識字」的比例達到80%為最高，此與國小補校階段開始學習識字及新住民學生人比例較高有關，其次則是「資訊科技」的24%，及「外語」的20%。整體看來，除既已排定的國語、數學等課程外，補校學生對於開設課程呈現多元而豐富的需求。

(五) 畢業後，你會…？

表6畢業出路分析摘要表

國中組				國小組			
繼續升學，因為…	就業，因為…	休息，因為…	其他	繼續升高中進修學校，因為…	就業，因為…	休息，因為…	其他
183	30	146	12	233	107	148	16
41%	7%	33%	3%	43%	20%	27%	3%

由上表可知，國中組與國小組學生對於畢業後的出路，選擇「繼續升學」的國中學生比例達41%，國小學生達43%，顯示仍為四成以上的學生選擇升上高中進修學校或國中補習學校；選擇「就業」的國中學生比例為7%，國小學生為20%，國中學生以年長者居多，其就業需求較低，應與此有關；選擇「休息」的國中學生比例為33%，國小學生達27%，兩者差異不大；而選擇「其他」的國中學生及國小學生皆為3%，從開放填答結果看來，其中包括回原學校旁聽者居多。

三、訪視問卷質性內容討論結果

分別在受訪資料中就國小端及國中部分進行資料分析彙整如下：

(六) 對學校、老師及市政府的建議：

學校代號	建議事項內容與編碼
A	1. 感謝老師的指導及政府教育單位的幫助、照顧（ㄗ）。 2. 希望學校提供腳踏車停車場地（ㄗ）。
B	沒有意見。
C	沒有意見。
D	1. 希望學校可以持續的把補校辦下去（ㄗ） 2. 希望泰山可以就近開辦國中補校（ㄗ）。 3. 希望開設多元化的課程（ㄗ）。
E	1. 感謝老師及政府的用心提供機會讓我們學習（ㄗ） 2. 希望在台的外配、外勞也能同等有學習的機會。
F	希望補校老師不要更換（ㄗ）。
G	沒有意見。
H	1. 感謝政府提供好的學習環境讓我們快樂學習。 2. 可以繼續留在0陽國小上課（ㄗ） 3. 感謝老師用心教導（ㄗ）。
I	1. 感謝政府給我們機會學習（ㄗ） 2. 希望政府可以繼續開設補校，多設立一些課程，例如電腦資訊方面（ㄗ）、（ㄗ）。
J	沒有意見。
K	1. 感謝政府學校給我們學習的機會和場地（ㄗ） 2. 希望學校能開設英文入門班（ㄗ）。
L	無
M	1. 感謝政府給我們機會學習（ㄗ）
N	1. 感謝政府給我們機會學習（ㄗ）

學校代號	建議事項內容
1	1國中補校附設高中補校方便就學(ㄉ) 2本校開設音樂課學習烏克麗麗彈奏，很有趣和特色(ㄇ)
2	1很感謝每位老師教學都很認真(ㄗ) 2希望能再多給我們有機會學更多東西(ㄇ) 3老師教學認真負責有耐心(ㄗ) 4老師教得很好，可是英數讀得比較吃力(ㄇ) 5希望有日語老師，目前的代課老師也很不錯，只是他是大學生(ㄇ) 6希望有家政課(ㄇ) 7希望政府對本國人老人參加補校有補助(ㄉ) 8希望政府多給外籍新住民一些新的生活品質(ㄉ)
3 (7~9年級)	1請繼續舉辦(ㄗ) 2日語課最好一星期能有兩天(ㄇ) 3多開設資訊課、日文課、投資理財課程(ㄇ) 4體育課時數多增加幾堂(ㄇ) 5數學課減少(ㄇ) 6多些音樂、舞蹈課程(ㄇ) 7希望語文課能多一點(ㄇ)
	1希望上課有冷氣，不要有功課，建議不用考試(ㄇ) 2課程有點快，對年長者有點跟不上(ㄇ) 3希望對夜校同學要比對日校學生優待(ㄉ) 4希望能免學雜費(ㄉ) 5對老師的鐘點要提高(ㄉ) 6感謝讓我們有學習成長的機會(ㄗ) 7希望老師的教學方法能生活化(ㄇ)
	1給學校和老師鼓掌，因為很辛苦(ㄗ) 2對補校的學生能放鬆點不要太嚴格(ㄇ) 3課程不要太死板，學喜歡的、有興趣的課(ㄇ) 4老師教學很認真，同學提問都能一一解答(ㄗ) 5希望學校設備更好，能多給點經費讓學生有好的學習環境(ㄉ) 6增加團體活動課程，促進同學互動溝通增進友誼(ㄇ) 7很希望很渴望跟校長有互動的時間，能了解校長專長和校長聚聚聊聊 8少子化後校園多出來的空間可提供做為社區中老年人的學習平台(ㄉ)， 建議學校開辦多元學習單元(ㄇ) 9希望市府能多撥點經費讓學校辦活動(ㄗ) 10希望能有些經費辦理校外教學(ㄇ)

學校代號	建議事項內容
4	1學校是海砂屋、超怕地震，希望改善學校環境，能有更良好的教學設備（ㄅ） 2期待能盡快蓋新學校，讓教學設備好一點，讓學生快樂上學（ㄅ） 3感謝市政府、學校及老師，讓我們能有機會再讀補校，很高興能充實自己（ㄗ） 4很感謝學校老師，我們反應慢，老師會一再地重複，希望能一直念國中（ㄇ） 5學校師資很好，老師們教學很認真，有機會學習真的很幸運 6環境老師都不錯（ㄅ） 7希望再多辦一些課外活動、教學（ㄇ） 8能多開一點才藝課、美術課、如何過老人生活的科目，較符合我們的年齡層（ㄇ） 9希望多一些補助，給學校多一點福利（ㄗ） 10希望新北市也能享有跟台北市一樣的福利，給學校多一點福利，給學生更多照顧（ㄗ） 11希望教材內容都能有注音（ㄇ）
5	1老師教得很好、很有耐心（ㄗ） 2能夠可以提供更多的課外書（ㄅ） 3可以提供借閱課外讀物（ㄅ） 4新住民學生比例高都盼望繼續升學取得更多知識（ㄇ） 5電腦教室設備差，希望能改善（ㄅ）
6 (7~9年級)	1學校不錯，老師認真，建議社大音量不要過大才不會互相干擾（ㄅ） 2未來我想讀高職，但是公立的高職夜校很少（ㄅ） 1希望輕鬆學習（ㄇ） 2謝謝學校老師的用心和耐心的指導（ㄗ） 1老師們都很有耐心又很細心教導我們（ㄗ） 2教材希望生活化、簡單化以及字體大（ㄇ） 3教室冷氣問題，希望能有經費裝設（ㄅ） 4招生學生數門檻，能否再彈性降低？（ㄗ）
7	1感謝政府學校老師辛苦準備這麼好的課程，老師非常認真教學（ㄗ），讓我有機會學習新知識，能來00國中補校讀書真是幸運 2學校多推廣與宣導補校，甚至透過廣告，這樣有心求學的人才能有管道到學校讀書（ㄗ） 3閱讀指導課與國文課結合，學習會更完整；數學課進度太快，多複習（ㄇ） 4可以多上國、日語、資訊科技等實用課程（ㄇ） 5政府多一些經費補助（ㄗ）
8	1導師人選規定嚴格不易找，且流動性大（ㄗ） 2英文可否由退休老師兼課以使英文師資便利找尋學員 3希望學費能少些使大家都有機會學習（ㄗ） 4多一些國文、日文課；多一些唱卡拉OK的課（ㄇ） 5感謝政府讓我們有機會讀書，另可否像○美國小開一些樂齡課程（ㄇ） 6老師們都很認真，希望字大一點（ㄅ） 7學校是否有電梯以方便上下學？（ㄅ） 8學校教室老舊（ㄅ） 9希望補校能有日校的一些課程，例如電腦和家政課（ㄇ）

由上述資料歸納可知，國中組與國小組學生對於補校教師及學校人員等執行業務方面，表達肯定與滿意，對於課程及教學教材方面，大多表示滿意喜歡與適應。

國中部分

- 「老師們都很有耐心又很細心教導我們」
- 「謝謝學校老師的用心和耐心的指導」
- 「感謝政府學校老師辛苦準備這麼好的課程，老師非常認真教學，讓我有機會學習新知識，能來oo國中補校讀書真是幸運」
- 「老師們都很認真，希望字大一點」
- 「環境老師都不錯…」
- 「學校師資很好，老師們教學很認真，有機會學習真的很幸運」
- 「感謝市政府、學校及老師，讓我們能有機會再讀補校，很高興能充實自己」
- 「..給學校和老師鼓掌，因為很辛苦..」
- 「教材希望生活化、簡單化以及字體大」(2-3.4.5.)。

國小部分

- 「感謝老師的指導及政府教育單位的幫助」(A-1)
- 「希望學校可以持續的把補校辦下去」(D-1)
- 「感謝老師及政府的用心提供機會讓我們學習」(E-1)
- 「希望補校老師不要更換」(F-1)
- 「感謝政府提供好的學習環境讓我們快樂學習」(H-1)
- 「可以繼續留在OO國小上課」(H-2)
- 「感謝老師用心教導」(H-3)
- 「感謝政府給我們機會學習。」(I-1)
- 「希望政府可以繼續開設補校，多設立一些課程，例如電腦資訊方面」(I-2)
- 「感謝政府學校給我們學習的機會和場地」(K-1)
- 「希望學校能開設英文入門班」(K-2)。

另再透過文字稿紀錄及編碼程序將文句一項抽絲剝繭細部分析並分類為以下五大項需求，如下：

(一) 將(ㄅ)編碼定義為「設備」需求：既有國中小共計有14項，依問卷訪談內容文句之意念分類並編碼列出：

談內容文句之意念分類並編碼列出：

有供腳踏車停車場地(ㄅ)

學校設備更好，能多給點經費讓學生有好的學習環境(ㄅ)

校園多出來的空間可提供做為社區中老年人的學習平台(ㄅ)

學校是海砂屋、超怕地震，希望改善學校環境，能有更良好的教學設備(ㄅ)

期待能盡快蓋新學校，讓教學設備好一點，讓學生快樂上學(ㄅ)

環境老師都不錯(ㄅ)

能夠可以提供更多的課外書(ㄅ)

可以提供借閱課外讀物(ㄅ)

電腦教室設備差，希望能改善(ㄅ)

教室冷氣問題，希望能有經費裝設(ㄅ)

老師們都很認真，希望字大一點(ㄅ)

學校是否有電梯以方便上下學？(ㄅ)

學校教室老舊(ㄅ)

學校不錯，老師認真，建議社大音量不要過大才不會互相干擾(ㄅ)

(二) 將(ㄆ)編碼定義為「距離」需求：既有國中小共3項，以下分別依問卷訪談內容文句之意念分類並編碼列出：

就近開辦國中補校(ㄆ)

繼續留在0陽國小上課(ㄆ)

方便就學(ㄆ)

(三) 將(ㄇ)編碼定義為「課程」需求：既有國中小共34項，以下分別依問卷訪談內容文句之意念分類並編碼列出：

希望開設多元化的課程(ㄇ)。

希望政府可以繼續開設補校，多設立一些課程，例如電腦資訊方面(ㄇ)

開設英文入門班(ㄇ)

- 本校開設音樂課學習烏克麗麗彈奏，很有趣和特色（□）
- 希望能再多給我們有機會學更多東西（□）
- 老師教得很好，可是英數讀得比較吃力（□）
- 希望有日語老師，目前的代課老師也很不錯，只是他是大學生（□）
- 希望有家政課（□）
- 日語課最好一星期能有兩天（□）
- 多開設資訊課、日文課、投資理財課程（□）
- 體育課時數多增加幾堂（□）
- 數學課減少（□）
- 多些音樂、舞蹈課程（□）
- 希望語文課能多一點（□）
- 希望上課有冷氣，不要有功課，建議不用考試（□）
- 課程有點快，對年長者有點跟不上（□）
- 希望老師的教學方法能生活化（□）
- 對補校的學生能放鬆點不要太嚴格（□）
- 課程不要太死板，學喜歡的有興趣的課（□）
- 增加團體活動課程，促進同學互動溝通增進友誼（□）
- 建議學校開辦多元學習單元（□）
- 希望能有些經費辦理校外教學（□）
- 很感謝學校老師，我們反應慢，老師會一再地重複，希望能一直念國中（□）
- 希望再多辦一些課外活動、教學（□）
- 能多開一點才藝課、美術課、如何過老人生活的科目，較符合我們的年齡層（□）
- 希望教材內容都能有注音（□）
- 新住民學生比例高都盼望繼續升學取得更多知識（□）
- 希望輕鬆學習（□）
- 教材希望生活化、簡單化以及字體大（□）
- 閱讀指導課與國文課結合，學習會更完整；數學課進度太快，多複習（□）
- 可以多上國、日語、資訊科技等實用課程（□）
- 多一些國文、日文課；多一些唱卡拉OK的課（□）
- 感謝政府讓我們有機會讀書，另可否像0美國小開一些樂齡課程（□）
- 希望補校能有日校的一些課程，例如電腦和家政課（□）

(四) 將(ㄗ)編碼定義為穩定「師資」需求：既有國中小共25項，以下分別依問卷訪談內容文句之意念分類並編碼列出：

感謝老師及政府的用心提供機會讓我們學習(ㄗ)

希望補校老師不要更換(ㄗ)

感謝老師用心教導(ㄗ)

可以持續的把補校辦下去(ㄗ)

感謝老師用心教導(ㄗ)

感謝政府學校給我們學習的機會和場地(ㄗ)

希望政府可以繼續開設補校，多設立一些課程，例如電腦資訊方面(ㄗ)

很感謝每位老師教學都很認真(ㄗ)

老師教學認真負責有耐心(ㄗ)

請繼續舉辦(ㄗ)

感謝讓我們有學習成長的機會(ㄗ)

給學校和老師鼓掌，因為很辛苦(ㄗ)

老師教學很認真，同學提問都能一一解答(ㄗ)

希望市府能多撥點經費讓學校辦活動(ㄗ)

感謝市政府、學校及老師，讓我們能有機會再讀補校，很高興能充實自己(ㄗ)

希望多一些補助，給學校多一點福利(ㄗ)

希望新北市也能享有跟台北市一樣的福利，給學校多一點福利，給學生更多照顧(ㄗ)

老師教得很好、很有耐心(ㄗ)

老師們都很有耐心又很細心教導我們(ㄗ)

招生學生數門檻，能否再彈性降低？(ㄗ)

感謝政府學校老師辛苦準備這麼好的課程，老師非常認真教學(ㄗ)

讓我有機會學習新知識，能來00國中補校讀書真是幸運(ㄗ)

學校多推廣與宣導補校，甚至透過廣告，這樣有心求學的人才能有管道到學校讀書(ㄗ)

政府多一些經費補助(ㄗ)

導師人選規定嚴格不易找，且流動性大(ㄗ)

希望學費能少些使大家都有機會學習(ㄗ)

(五) 將(ㄉ)編碼定義為「經費補助」需求：計有國中小共4項，以下分別依問卷訪談內容文句之意念分類並編碼列出：

希望政府多給外籍新住民一些新的生活品質(ㄉ)
希望對夜校同學要比對日校學生優待(ㄉ)
希望能免學雜費(ㄉ)
對老師的鐘點要提高(ㄉ)

綜上，有關(ㄉ)「設備」需求共計有14項，(ㄆ)「距離」需求計共3項，(ㄇ)「課程」需求計有共34項，(ㄊ)「師資」滿意與需求共27項，(ㄉ)「經費補助」需求共4項，據此，學員反應的需求項目以課程最多、師資滿意為其次，設備為三，經費及距離之需求接近，顯見學員仍希望在補校課綱之外，學習多元活潑的課程，貼近生活經驗與除了文本訓練及語文學習需求外，希望能夠在設備完善的情境下求學，使學習趣味化、知識在地化、生活藝術化、樂學活用、建立終身相伴、品味相倚的人文素養。

國小及國中學員建議相當踴躍，分別針對課程及教材和硬體設施等，表達其需求與建議，也呼應文獻中學者們的發現與研究；相對於學員們的意見，更凸顯出新北市的辦理國中小補習教育現況、問題與困境，也服膺新北市政府教育局及主管機關和訪視委員長期以來關心補校業務發展、透過親臨現場訪視，除能了解實際現況外並能適時適切回應學員問題與意見，透過交流與會談，給予學校中補校團隊及教師鼓勵與回饋，使新北市補校業務及國家齊一追求之終身教育精神積極落實、共創美好。

伍、結語

本文根據研究結果，分別對教育主管機關（本研究指教育部及新北市教育局及所屬之教學研究暨發展中心、輔導團）、學校（本研究指新北市附設國中、小補校）之學校之行政團隊，授課教師三方提出以下建議：

（一）對教育主管機關之建議：

1. 挹注教學資源、研發多元課程：針對開設補習學校之國中小，確實評估各學區之學生來源、國別及需求，除現有之新住民基本教材外，提供更多元且貼近生活經驗之教材。
2. 廣設培訓課程、提升教師教學能力：辦理補校教師培訓課程，在現階段國中小補校學生來源的多元化之下，提昇教師對於多元文化的認識與理解。在深入體會學生的背景經驗之下，研擬提昇學習效益的最佳方法。
3. 提供課程研發經費、設立專責研究團隊：充分運用終身學習輔導團對於補校的訪視經驗，以及與第一線教師對話的理解，深入探究課程及學習面向的困境與改進之道。

（二）對學校（承辦補校業務）端之建議

1. 連結社會網絡，引入多方資源：運用網路線上平台、社區大學及學界資源，釐清學生學習概況的脈絡，提昇不同國籍的學生，均能積極參與學習的動能。
2. 成立教師專業社群，鼓勵教師進修：仿照國中小教師專業社群的實踐，建立補校教師專業對話的溝通平台，進行教學實務的改進。

（三）對教師（補校授課）之建議

1. 參與課程研習、不斷精進成長：積極參與多元文化、成人教育及終身學習等課程的研習進修，增進自身對於教學環境與氛圍的理解與班級經營模式。
2. 運用回饋問卷、活化教學內容：運用學生學習狀況問卷與個別訪談，除瞭解學生學習情形外，更可藉由充分的對話，理解學生需求，活絡教學的方式。

教育主管機關挹注經費，提供學校支援與協助，給予第一線教師及學生鼓勵，進而透過訪視，肯定學校行政團隊，鼓勵同仁士氣，尤其在現今時代氛圍，凝聚行政團隊默契及組織能量，為教育開創新局。

本研究採質量並重之研究方法，以問卷調查為量化分析及開放性問題之半結構式訪談，仍面臨一些限制，藉此文做為初探，建議後續研究人員可進一步進行相關議題之探討。

參考文獻

紐文英（2012）。質性研究方法與論文寫作。台北：雙葉書廊。

教育部（2015）。新北市國中小補校概況表。2015年5月5日，取自https://stats.moe.gov.tw/files/main_statistics/s.xls

曾俊凱、歐亞美（2011）。再開學習之窗—臺灣地區補校現況與問題初探。新北市終身教育，3，37-47。

新北市高齡自主學習團體推動之研究

新北市淡水區竹圍國小教務主任 孫德仁

壹、緒論

因受生物醫學科技的發達，全世界各國之男女壽命平均年齡均不斷地延長，根據衛生署最新統計，國人平均壽命持續變長，2013年男性的平均壽命為76歲，女性更達83歲，高齡人口死亡率改善，加速人口結構老化現象，臺灣已進入「少子化高齡化」且人口異質化之社會型態。而新北市65歲以上的高齡人口有374,883人，占全市人口9.48%（內政部，2014），雖屬「年輕縣市」，但仍需未雨綢繆，可透過社區大學、市民大學、樂齡學習中心等機構，使每個學習基地都有自己的特色與優勢。

以澳洲的第三年齡大學（University of the Third Age,簡稱為U3A）為例，茲簡略歸納如下（曾俊凱，2013）：一、就運作模式而言：是自願、自助、自給自足的，較少獲得政府的資助，相對的政府的干預就較少；採會員制並選舉組織委員會，是一個獨立的組織。二、教室校舍：少部分由政府提供，大都以租借為主。三、行政管理：少部分正式人員及約僱人員，大都以會員當志工方式進行；因此，管理風格民主、自由，並由會員選出主席、副主席與幹部。四、上課師資：沒有資格限制與考核，並不需具有特定的資格、不需要受過特別的訓練及無正式的任用程序，大都是學員兼老師資格，並以志工方式進行，幾乎不支薪，除了特殊課程外或學員中無此類相關師資。五、教學方法—分享、討論、參與及實作體驗；並且因應資訊科技時代的來臨，線上教學也慢慢成為一種趨勢。六、學習內容：課程多元、五花八門，只要上課時間不衝突，可以多科選修。七、學習目的：自主學習、追求學習樂趣及興趣為目的。八、教學評量：幾乎無評量或考試，主要在於學習樂趣的獲得以及知識的分享，所以，沒有評量、考試及成就認證。九、收費：第三年齡大學之經費來源大部分不依賴政府資助，係從學員中收取會費來支應，一年只要繳40~50元澳幣（大部分支付場地租金、印刷及郵資等）即可，不須額外繳費。十、性別與年齡：男女學員比例27：73，平均年齡64歲。但世界各地仍有許多這種類似澳洲U3A之高齡自主學習團體，而各國之實施現況為何？各國高齡教育推動如何讓長者從第一齡基礎學習、第二齡工作生活學習、第三齡快樂成功學習的轉化到第四齡，使高齡者自給自足重建晚年生命繽紛燦爛的生涯彩虹的過程與成果為何？此乃本研究動機之一。

高齡自主學習團體大約可分為機構式及自主式二種。我國的樂齡學習中心實施方式為前者，世界各先進國家（如大英國協）大都採用後者。兩者不同之處，前者所有費用由政府全額負擔，使財政負荷沉重，且受惠者只有單一機構；後者只需支出少數經費，運用團體領導人便可在全國各地區生根發展。2012年於臺北市、新北市、桃園縣、新竹縣、臺中市、嘉義縣、臺南市、屏東縣及花蓮縣等縣市試辦初階培訓；接著由國立中正大學與國立自然科學博物館負責辦理進階培訓，以樂齡講師、專案管理人、導覽解說員及自主學習團體帶領人導入實作階段，其功效為何，尤其是各縣市自主學習團體是否發揮預期的目標，而各縣市之自主學習團體之實施現況又如何，此乃本研究動機之二。

符合自主學習團體主要的有五個原則：自願性、師資無支薪、無階級（互為師生）、使用者自費、有領導人及核心幹部；其中最重要的是培訓自主學習團體領導人。而如何產出優質自主學習團體領導人，其領導者產出的對象可以來自各行各業，但要把握四個要點：一、帶領人的選取：擁有領導人的人格特質及能力，有領導經驗者尤佳，如退休校長。二、帶領人的培訓：除規畫學習課程，亦需修習帶領人的藝術、團體動力技巧。三、帶領人的輔導：培訓後，後續再依專家學者所擬出的輔導辦法加以輔導。四、促進帶領人之間的夥伴關係：如團體間互相結盟，進而擴大為鄉鎮間的結盟、甚或全國性的結盟，如此一來，彼此可互通有無，師資方面亦可互相支援。

27所樂齡學習中心是新北市推動高齡自主學習團體之主要單位，希望所有樂齡長者能從學習軌道轉化為服務軌道，再從服務軌道提升為自主領導軌道，也就是說從「樂齡學員」轉化為「樂齡志工」，再從「樂齡志工」提升為「自主學習團體的帶領人」。簡而言之，樂齡的經費希望能從完全補助、到半補助半自費、到完全自費的目標，故之，方能讓所有的自主學習團體達到永續發展及經營的目標。然而，新北市高齡自主學習團體的組成、運作、輔導及配套措施為何？此乃本研究動機之三。

貳、新北市高齡自主學習團體之現況

本研究辦理兩場次焦點座談，邀集國內知名學者專家、臺北市、新北市及宜蘭縣等縣市樂齡中心代表與會，針對臺灣現階段機構式學習模式，瞭解去機構化之高齡自主學習團體在新北市的發展情形，並就高齡自主學習團體的功能、特色、籌組運作模式、運作要素、團體帶領人需具備的能力與人格特質、如何招生、如何永續經營、教師及行政人力如何安排、經費如何籌措等議題進行討論；本研究探討課程與教學活動與未來發展兩大面向，以瞭解新北市高齡自主團體之現況，說明如下：

一、課程與教學活動

課程是學習的核心，同時反映規劃者的思維與價值觀，並深遠影響高齡者以及週遭的發展，其影響力不可小覷。高齡自主學習團體的特色在於由高齡者自主成立；以終身學習為宗旨；建立高齡者互相學習、分享與討論的互動模式；打破傳統教學僵化的窠臼，讓學習的時間及地點等都更加彈性、自主；符合高齡者學習的興趣與步調，隨時能夠調整，成為一種有規律卻又不失彈性的自主學習型態。本次透過調查及辦理兩場次焦點座談，發現新北市27所樂齡中心，共有14所樂齡中心現階段已發展或刻正發展高齡自主學習團體，其課程設計上都是多元而豐富，且多具有特色，如下表一。

表一 新北市各樂齡中心發展高齡自主學習團體表

樂齡中心名稱	高齡自主學習團體名稱
三峽樂齡	排舞、大自然快樂操、二十四節令鼓等三種自主學習團體
三芝樂齡	歌唱班及手經氣功等兩種自主學習團體
汐止樂齡	太極拳自主學習團體
土城樂齡	元氣養健自主學習團體
永和樂齡	日語、國標舞、千歲樂團等三種自主學習團體
新和樂齡	柔力球及排舞等兩種自主學習團體
萬里樂齡	銀髮族巧手工坊及園藝小組等兩種自主學習團體
集美樂齡	貓頭鷹工作坊自主學習團體
鶯歌樂齡	生態攝影自主學習團體
板橋樂齡	後埔戲團、太極拳等兩種自主學習團體
新店樂齡	手工藝編織自主學習團體
平溪樂齡	圖騰藍染、芒草編織等兩種自主學習團體
瑞芳樂齡	生活花藝、二胡、拼布等三種自主學習團體
林口樂齡	食安研究自主學習團體

資料來源：研究者自行整理

二、未來發展

新北市政府目前並沒有明確的高齡自主學習團體實施方案，完全是依附在樂齡中心學員自發性的活動。目前27所樂齡中心，有14所已經初具自主學習團體的規模。未來的發展就是依據教育部的政策，訂定新北市的實施計畫，並以社區大學、國中小補校、樂齡中心和社區多功能中心為推動的學習基地。

參、研究結論

根據現況探討以及團隊研究結果，歸納獲致之結論，分述如下：

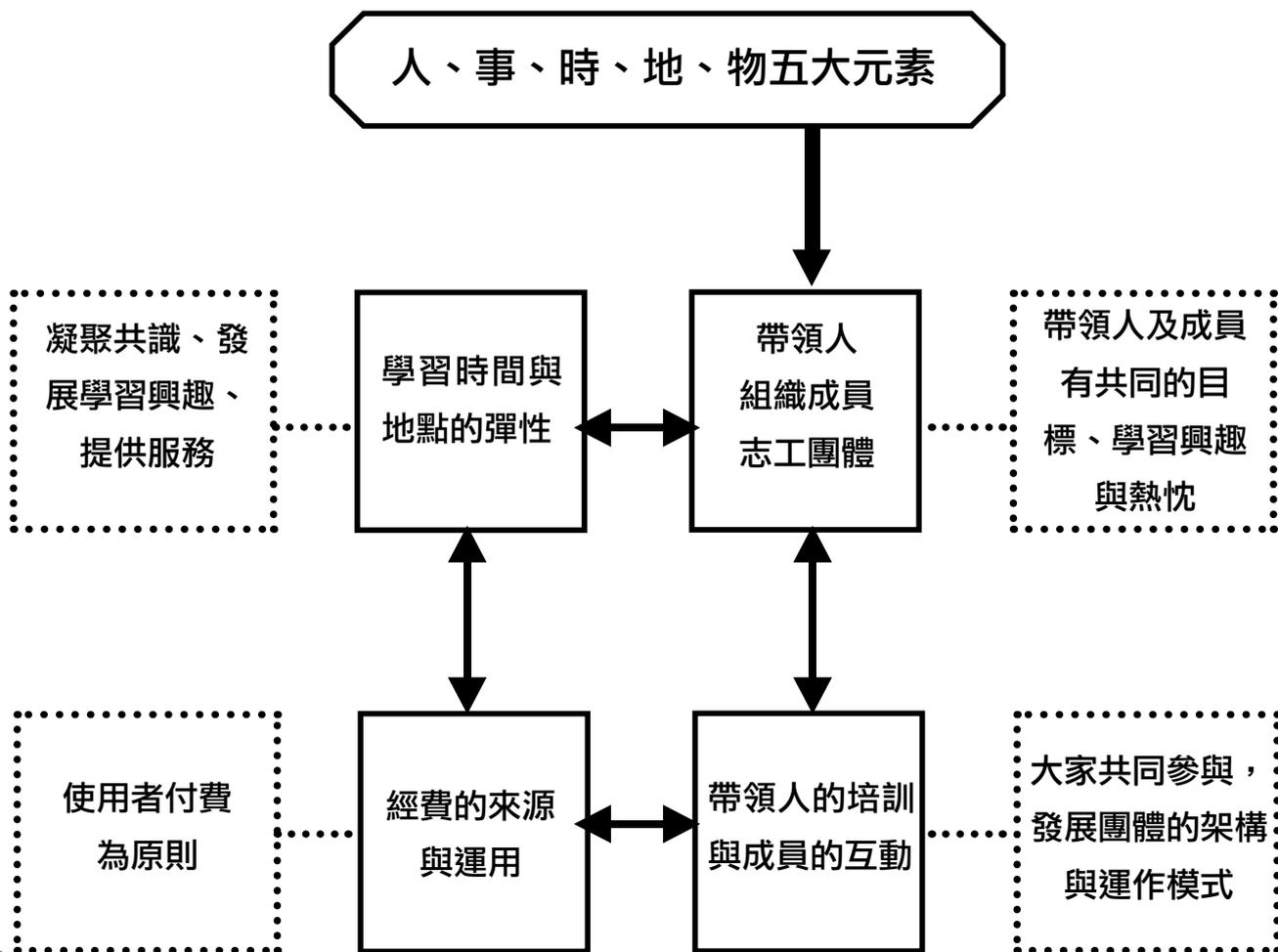
一、高齡自主學習團體的組成係以帶領人領導與成員交互作用為核心。

高齡自主學習團體的成長與發展，帶領人扮演重要且關鍵性的角色，其特質與功能也往往成為影響團體領導的力量。帶領人的特質宜包括：熱心服務、善於溝通、經濟不虞匱乏、人脈廣、願意付出等，最好具有專長；帶領人的功能必須能掌握組織成員的專長，充分分工與授權。其次，高齡自主學習團體內的交互作用，孕育所屬成員的心性、價值及行動，其著重成員自主、自由的發揮，大家共同參與學習，共同看見自己的成就感。總括來說，高齡自主學習團體強調同儕互動式的學習，組織成員共同的興趣與願景；而帶領人的服務熱忱、溝通領導能力與付出對團體整體的凝聚力、永續發展具有關鍵性的影響力。

二、高齡自主學習團體的籌備主要包括人、事、時、地、物五大元素。

「人」：包括帶領人、組織成員及志工團體。帶領人及成員有共同的目標、學習興趣與熱忱；有些團體係由志工團體發展而來，或者有部分團體係由志工團體中，找出帶領人或成員，發展成自主學習團體。「事」：帶領人的培訓是必要且重要的，組織的發展必須分工合作，找出各方面專長者，大家共同參與，發展團體的架構與運作模式，讓具有組織能力、招生能力及辦活動者，共同為團體的發展而努力。「時地」：高齡自主學習團體強調學習時間與地點的彈性，透過固定的聚會凝聚共識、發展學習興趣，甚至提供服務等。「物」：經費的來源與運用。高齡自主學習團體的長期考量以採使用者付費的方式為主，團體本身也可以自籌財源。如圖1所示。

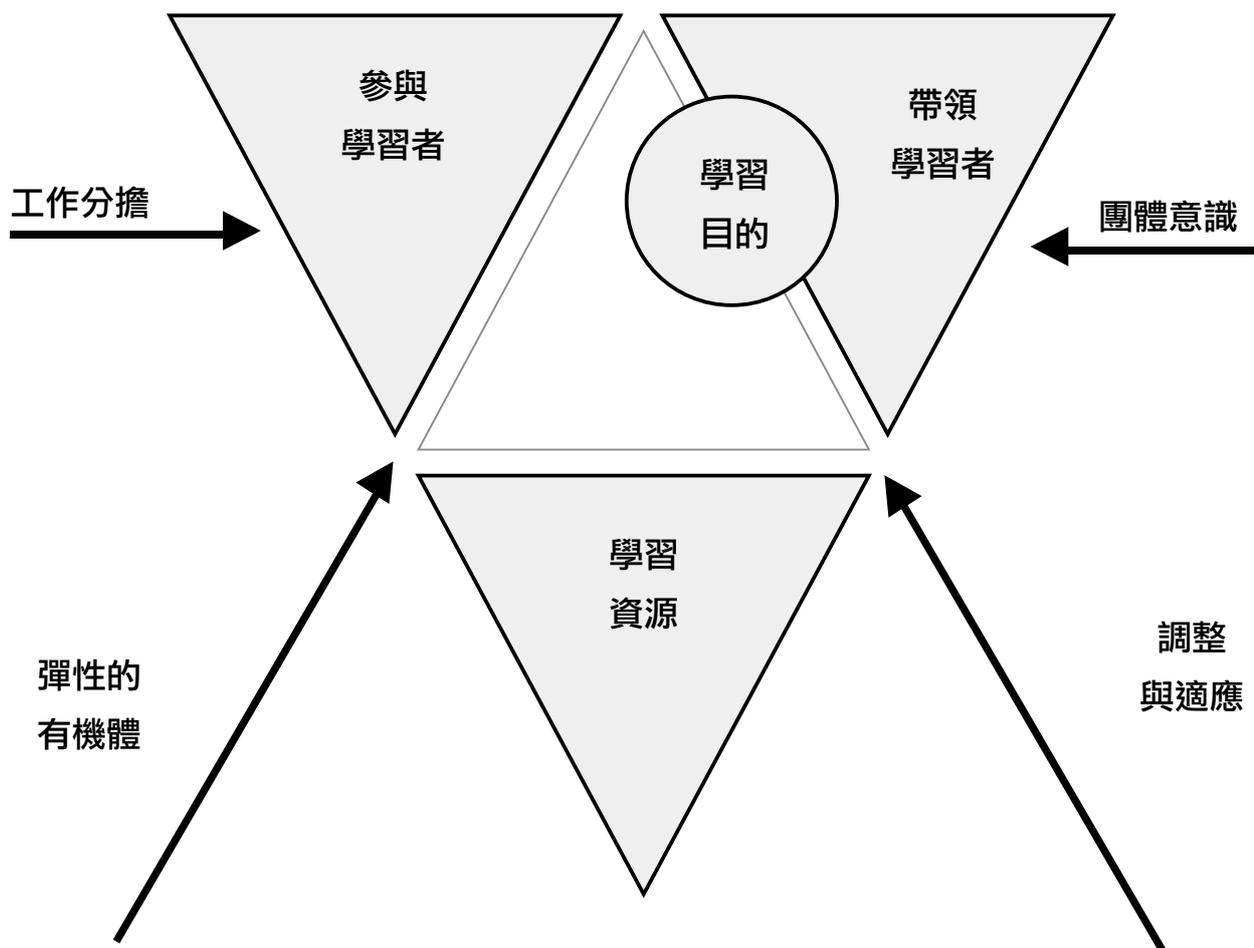
圖1 高齡自主學習團體組成的元素示意圖



三、高齡自主學習團體透過組織的架構與內涵，以達成共同學習目的。

高齡自主學習團體乃是一群高齡者經由工作的分擔，層級的結構所構成一個彈性的有機體，它隨著成員的決定而自謀調整與適應，成員之間建立了一種團體意識，以達成他們所共同追求的學習目的，如圖2所示。在組織架構方面，高齡自主學習團體係指由一群具有共同學習興趣者組成，共同運作，人人平等，因此，組織的架構也會因成員不同而有差異，具有相當大的彈性；在組織內涵方面，就高齡自主學習團體內部運作與環境互動過程，係以團體成員的興趣、偏好為主，均以成員共同討論的方式形成，其中包括上課的時間、地點、收費方式，講師聘任方式、招生方式及學習方式等。

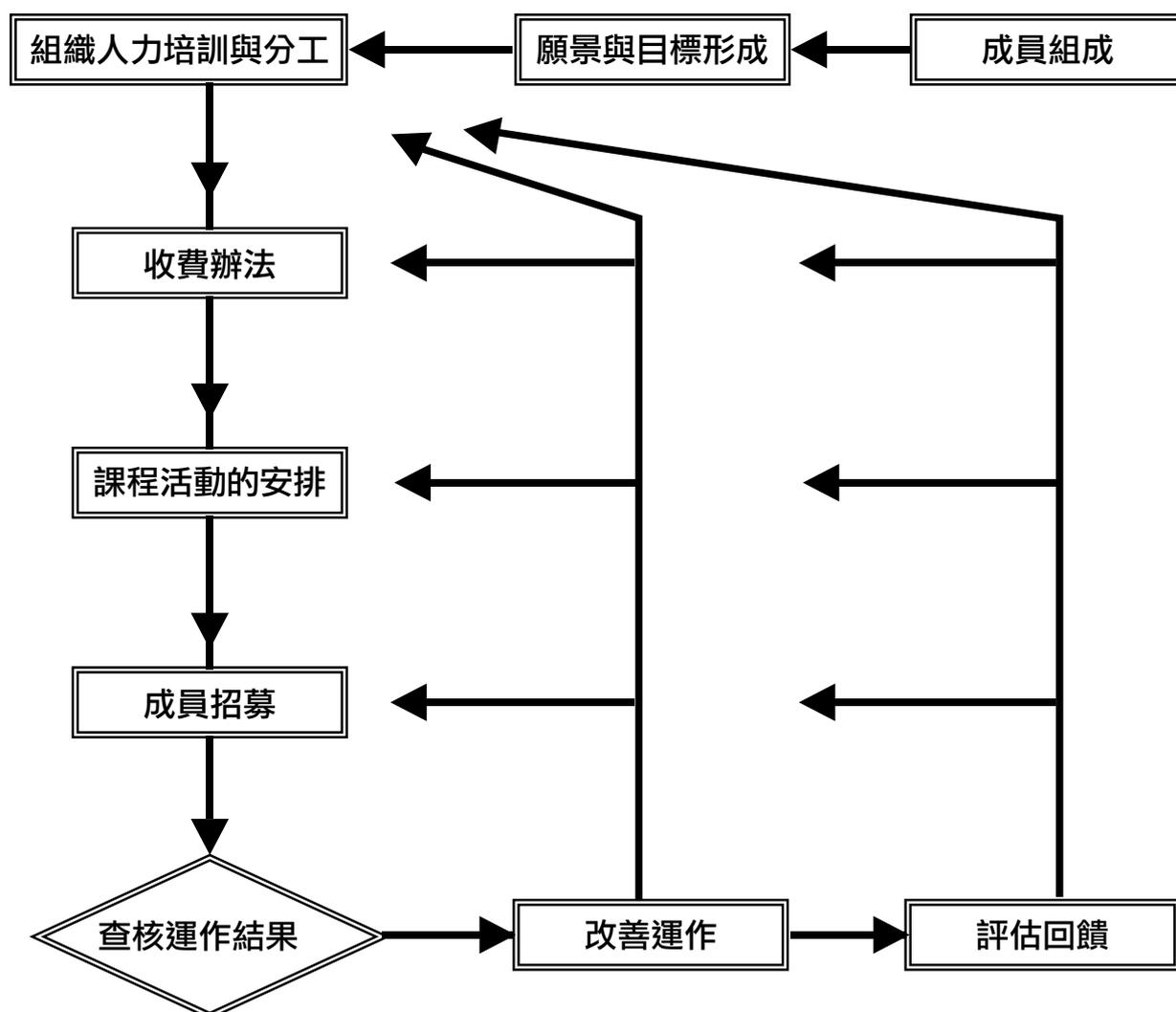
圖2 高齡自主學習組織的架構與內涵示意圖



四、高齡自主學習團體的運作程序包括成員組成、願景與目標形成、組織人力培訓分工、收費辦法、課程活動安排、成員招募等。

高齡自主學習團體的運作，分為機構式與自主式兩類。其基本運作程序，包括：團體成員的組成、共同願景與目標的形成、組織內部人力的了解、培訓與分工機制、收費方式辦法的確定、課程活動（固定聚會的方式）的安排與確認、未來成員的招募等，如圖3所示。在團體成員方面，其組成是自主的，結合共同興趣者在一起學習；在願景與目標方面，其形成是經由共同的討論與決定；在組織內部方面，其在建立人力的了解、培訓與分工機制；在收費方面，收費方式的確認，可以是自費或半自費，經費的取得以自籌為主；在課程活動方面，課程活動的安排與確認，包括課程活動的時間、地點、活動的方式、講師來源及安排等，都是相當彈性，主要以成員的共識為主，至於講師的來源，包括外聘講師，也可以同儕共學的方式進行；在招生方面，其招生方式以學員自己招募為主，方式相當多元。

圖3 高齡自主學習團體組織運作流程示意圖



五、高齡自主學習團體的運作核心從領導人及成員的組成、組織架構、運作流程、活動型態、時地物的選定與經費上都能自主自助，更能透過團體運作的力量，自籌款項，發揮服務他人的精神。

高齡自主學習團體的運作核心，主要包括：熱心有方法的帶領人及成員有自主學習與運作的精神。熱心有方法的帶領人對團體的運作扮演關鍵性的角色，成員有自主學習與志工運作的精神，能化被動為主動的學習。其對於自主學習團體的運作，大家都扮演重要、分工合作的角色，不論是自費或半自費，透過同儕共學的機制，從被動學習成為主動學習。整體團體的運作，從領導人及成員的組成、團體組織架構、分工、收費及運作方式、活動型態與時地物的選定，都具有相當大的彈性及自主運作空間，因此，大家有事做、從做中學習，不僅自主，也自助，在活動與經費上都能自主自助，更能透過團體運作的力量，自籌款項，甚至發揮服務他人的精神。

六、高齡自主學習團體的輔導措施包含帶領人與志工的培訓以及成員自主與服務精神的養成。

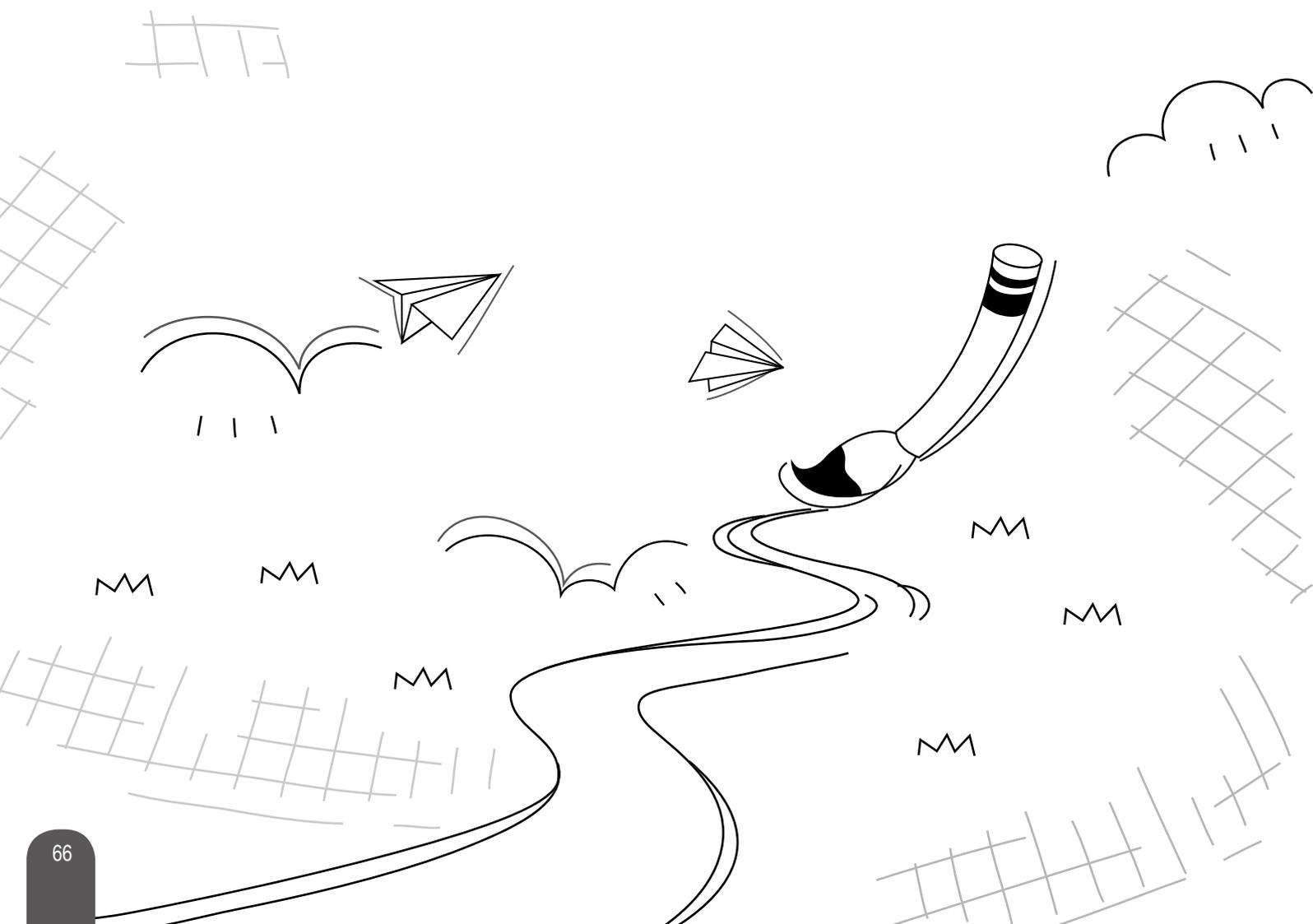
輔導是一種關懷，是一種促進，更是一種自我改善的機制。針對高齡自主學習團體的輔導措施方面，主要包含兩大項：建立帶領人及志工培訓的機制與培養成員自主及服務精神的養成。其輔導事項可分成三大項：在進行前期有帶領人輔導、課程輔導、場地規劃輔導、志工輔導和活動企劃輔導；在進行中期有團體動力輔導、教學輔導、評量輔導、議事輔導和方案輔導；在進行後期有會計輔導、資源輔導、未來輔導、特色輔導、訪視輔導和交流輔導。職是之故，其輔導措施的最佳境地乃為成員融合，相互為用。

七、高齡自主學習團體的配套措施為提供基地資源、訂定鼓勵機制、成立

顧問單位及善用退休人力等四項。

高齡自主學習團體配套措施是指其政策預定執行的時候，其單項法案執行過程，可能會出現偏頗性，因此，需有週邊的相關執行方案共同支持協助，才能圓滿完成。本週邊的相關執行方案有四項：

- (一) 學校提供高齡自主學習團體運作上，人、物力的資源，提供舞台，甚至建立策略聯盟的夥伴關係。
- (二) 鼓勵高齡自主學習團體發揮自主與服務的機制，強化及發揮團體的功能。
- (三) 成立高齡自主學習團體專責顧問單位，一方面提供有意願成立高齡自主學習團體者的諮詢服務及辦理帶領人培訓等活動，另一方面亦可緩解學校推動自主學習團體上，人力不足的問題。
- (四) 善用退休人力，不僅可以精簡講師費用，亦可充分發揮人力與專長。



◆參考文獻

- 中華民國成人及終身教育學會（2012）。樂齡自主學習團體的理念與實務運作。台北：教育部。
- 內政部（2014）。內政部統計公布網。
- 朱芬郁（2007a）。高齡者學習社區策略規劃之研究。國立臺灣師範大學社會教育研究所博士論文，未出版，台北市。
- 朱芬郁（2007b）。高齡者活躍老化初探。北縣終教，30，16-24。
- 林添富（2008）。社區老人自助學習模式-以澳洲第三年齡大學為例。中華民國社區教育學會主編，社區學習方法。台北：師大書苑。
- 邱宣智（2003）。瑞典成人教育系統及其補助方案之研究。國立暨南國際大學比較教育學系碩士論文，未出版，南投縣。
- 洪志成、廖梅花（譯）（2003）。焦點團體訪談（原作者：R. A. Krueger, & M. A. Casey）。嘉義市：濤石文化。
- 張良鏗（2007）。美國老人寄宿所學習機制在我國實施之研究。國立中正大學成人及繼續教育學博士論文，未出版，嘉義縣。
- 曾俊凱（2013）。飛訪澳洲U3A，探尋樂齡教育新天地。新北終身學習期，7，p60-69。
- 曾禰七重（2004）。日本高齡者教育實施方式之研究。國立中正大學成人及繼續教育學系碩士論文，未出版，嘉義縣。
- 黃富順（1988）。比較成人教育。台北：五南。
- 黃富順（編著）（2012）。樂齡自主學習團體實用手冊。台北：教育部。
- 歐素汝（譯）（2000）。焦點團體：理論與實務（原作者：Stewart,D.W.,& Shamdasani,P.N.）。臺北：弘智（原著出版於1990）。
- 鄭夙芬（2005）。焦點團體研究法的理論與應用。選舉研究，121，211-239。
- Lamdin, L.& Fugate, M. (1997). Elder Learning- New frontier in an aging society. Arizona: Oryx Press.
- Patton, M. (1990). Qualitative evaluation and research methods (pp. 169-186). Beverly Hills, CA: Sage.
- Stewart,D.W.,& Shamdasani,P.N. (1990). Focus groups: Theory and practice. London: Sage Publications.

樂齡語文教學研究～ 以暢銷文學作品為例

臺北市西松國民小學輔導主任 林靜芬

壹、前言

二十一世紀是知識經濟的時代，知識形成一股巨大的力量，面對資訊大量生成，不斷的學習是因應資訊快速更新的重要策略，也是面對未來社會的關鍵能力。學者吳明烈（2009）提出，終身學習是生命中不可或缺的重要活動，唯有積極參與，樂在學習，才能成為終身學習的實踐者。筆者教導過許多樂齡的長者，這些長者年輕時因為各種原因輟學或失學，但加入補校學習後，每天風雨無阻，積極樂觀的學習態度令人動容。面對樂齡長者在增進語彙、詞彙能力之需求，筆者常苦思如何點燃學生的學習熱情，知識的基礎始自閱讀，閱讀能力越高的人，越有能力蒐集、理解及判斷資訊，藉由廣泛閱讀來擴展閱讀視野，增進創造思考能力是增進語文能力不二法寶，然而，好的閱讀能力要藉由優良讀物之相輔相成才能竟其功。哈利波特系列小說是老少咸宜的閱讀文本，不管是學校教師或補校教師若能將此教材深入分析，探究其文本內容，相信有助於教師的閱讀教學及學生的學習。

因應長者增進詞彙之需求，此次筆者選定了老少咸宜的「哈利波特」系列小說為研究對象，仔細探究文本材料內容、設計取向、材料要素及連結度等，來探究文本可理解性及修辭模式，文末並綜合本書的教材設計提出結論，以提供教師、中小學學生或樂齡學習者在選擇課外讀物時之參酌。

貳、以「哈利波特」文本為例的教材設計

哈利波特（Harry Potter）系列小說是二十世紀末最暢銷的文學作品之一，它的炫風橫掃全球，作者羅琳（J.K. Rowling）成功的鋪陳了一個融合現實與虛幻的魔法世界，書中天馬行空的想像力、高潮迭起的故事情節，讓讀者愛不釋手，尤其主角哈利波特克服重重阻礙，迎向挑戰的冒險故事更令人津津樂道。Chambliss & Calfee（1998）在Textbooks for Learning: Nurturing Children's Minds 書中提及，一本好的文本教材設計包括主題（themes）的選擇、各種要素（elements）的鋪陳，

以及要素之間的連結性（linkages）。設計完善的文本，其主題可引導要素的選擇，合理的連結度也可使文本成為有意義的整體，增加讀者學習興趣。有關本書的文本設計，Chambliss & Calfee（1998）認為，文本設計有兩種取向，一種是「由下而上」的設計，一種是「由上而下」的設計。過去教科書多半採取「由下而上」進行設計，文本堆疊了龐大資料，必須由讀者自行統整連貫，學習者並不易理解。而「由上而下」的設計乃先發展一個宏觀圖像，讓文本的概念單純化。例如文本系統如果像「腳踏車」，相對的具有可透視性，很容易看到內部結構，如果像「土雞」，便是不透明的，不易透視內部構造。

哈利波特書中主題概念清晰，且主題與主題之間具有連貫性，讀者可輕易地對文本作出摘要或概述，其宏觀圖像如下：一個神祕的國度，裡面住滿巫師，貓頭鷹是信差，飛天掃帚是交通工具，西洋棋子會思考，幽靈滿天飛，就連畫像的人也會跑出來串門子。由各集內容來看，文本內容資料眾多，但讀者在閱讀時卻可輕易掌握故事內容，每一集故事都重新挖掘新穎主題和有趣內容。小說最前頁除了「目錄」之外，另有「重要人物」介紹，幫讀者指引及重新回顧書中人物的個性特質，使不熟悉本書的讀者也可輕易進入新單元。此外，根據研究者觀察，每一集小說前三單元或相關單元會巧妙地進行「前情提要」，幫助讀者回憶前幾集人物、魔法學校或魔法寶物之內容，讓讀者可以透視文本材料，不需自行統整連貫，因此本書的教材設計可說是「由上而下」的取向設計。

參、主題（themes）概念及各種材料要素

哈利波特系列小說有各種不同主題，分別為「神秘的魔法石」、「消失的密室」、「阿茲卡班的逃犯」、「火盃的考驗」、「鳳凰會的密令」、「混血王子的背叛」及「死神的聖物」等項目，以下分別由材料先備知識、內容及結構來分析這些主題。

文本材料的「先備知識」通常也指讀者所熟悉的內容，例如霍格華茲魔法學院和所有學校一樣，有令人尊敬的校長，學有專精的各科教授，以及許多不同學院學生。當學生們施展巫術失敗時，可到聖蒙果醫院治療，醫院有詢問台、各種傷科，也有訪客休息室和福利社，和我們生病就醫的先備經驗相同。此外，每集小說都有許多有趣內容及連貫架構，像哈利採買新書時，須先到斜角巷的古靈閣地下金庫領取巫師金幣，才能採購新書及魔法設備，買好新書後，再從9又4分之3月台前往霍格華茲魔法學院。進入學校的新生儀式是分班，這類似一般學校新生編班，只是編班系統不再是

電腦，而是偉大的分類帽。另外，魔法學校考試也分為「學科」的紙筆測驗和「術科」的操作評量，成績單各科表現更有超出預期、傑出、合格、不及格等不同成績。書中非常有趣且引人入勝之處在哈利翻開湯姆瑞斗的日記，用沾了墨水的羽毛筆滴在日記上，墨水會被紙張吸進去，然後完全消失，進而變成一排湯姆瑞斗寫的文字。湯姆瑞斗藉著這本日記和哈利不斷對話，引導他進入一個從未到過的世界，這個世界開啟了讀者無限的想像力。

哈利波特小說的材料要素包括各種特殊名詞、魔法設備及器材、魔法學院課程、魔法書單、師長群、魁地奇球賽及魔法交通工具等。有關「各種特殊名詞」包括麻瓜、檸檬雪寶、9又4分之3月台、魁地奇、意若思鏡、咆哮信、爬說嘴、儲思盆、召喚咒…等。而「魔法設備及器材」包括斗篷、魔杖、變身水、幸運水、接骨木魔杖、重生石…等。至於「魔法學院課程」包括天文學、符咒學、占卜學、魔法史、變形學、黑魔法防禦術、藥草學及魔藥學…等。「魔法學院的書單」琳瑯滿目，像標準咒語、魔法理論、變形指南、魔法藥劑與藥水、變形術、麻瓜研究…等。而「魔法學院的師長群」有鄧不利多校長、麥教授、奎若、石內卜、洛哈、路平、崔老妮、瘋眼穆敵、海格以及史拉轟…等師長。「魁地奇球賽」是學期中的重頭戲，相關名詞如快浮、博格、金探子、搜捕手…等讓讀者印象深刻。另外，「魔法交通工具」幾乎使讀者瘋狂，霍格華茲特快車、飛天掃帚、騎士公車、港口鑰…等均是重要的內容元素。

肆、文本的修辭模式（rhetorical patterns）

文本寫作方面能採取設計完善的修辭模式，將有助於讀者閱讀理解，根據 Chambliss & Calfee（1998）歸納，文本寫作歸納方式分為：

一、說明式：呈現屬性或事件

（一）描述性：有條列型、主題網絡型、階層型、矩陣型四種。

（二）序列性：有線性型、倒骨牌型、分枝型三種。

二、論證式：呈現主張之證據

有時是三段論式的論證，在主張與證據之間有推論作連結。

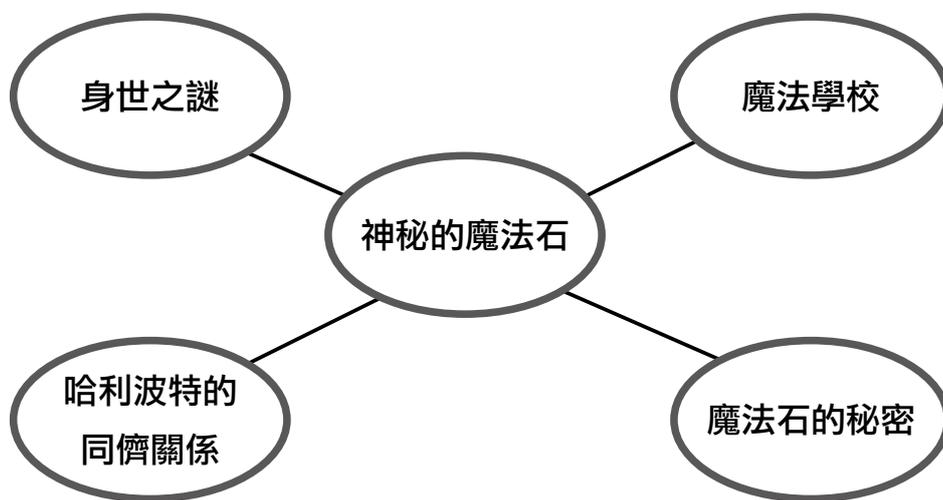
三、解說式：經由設計或邏輯推演，來填補學習者與專家之間的理解鴻溝。

Chambliss 與 Calfee認為學習者對於論證式的課文比堆疊式的課文更能理解與掌握要點。此外，當課文採主題網絡型的修辭方式，學習者最容易理解，其次是線性型、矩陣型以及倒骨牌型。而文本的要素連結若採取功能性設計，包括引言、討論

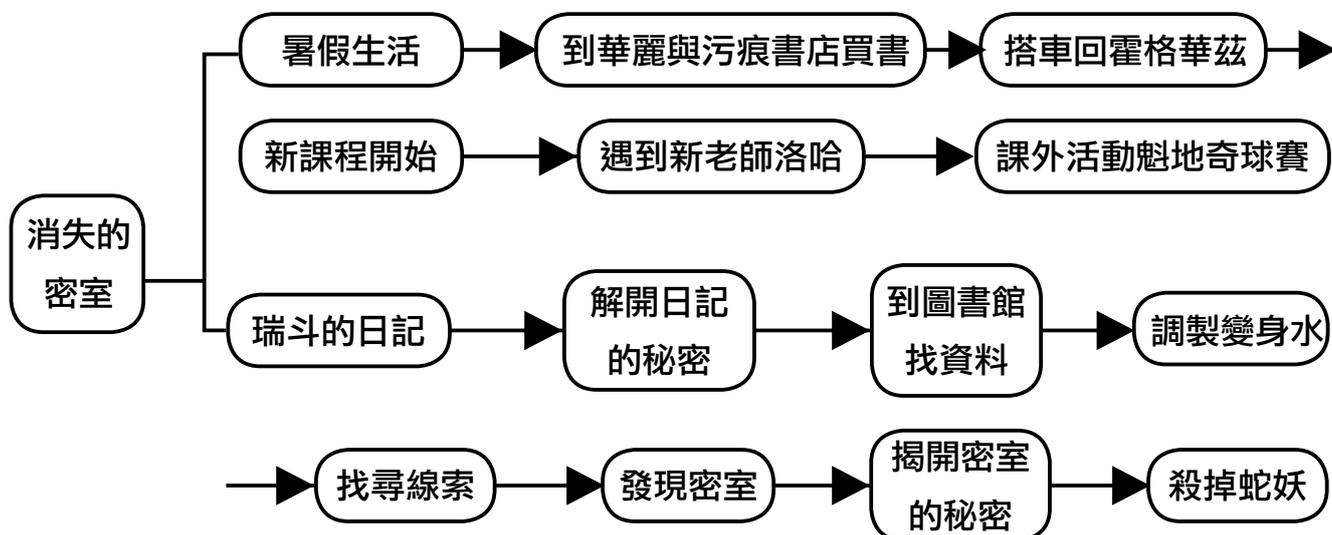
與結論等三段式文章結構，將有助於閱讀理解。此外，摘要、擬定標題與次標題、書寫段落的主題句與轉折句、使用關鍵詞等，亦是有效的功能性設計（引自陳麗華，2008）

研究發現，「哈利波特」一書的寫作是採用說明式的修辭模式。不同的主題有不同修辭模式。「神秘的魔法石」主題採用網絡型修辭；「消失的密室」主題採用分枝型修辭；「阿茲卡班的逃犯」主題也是採用分枝型修辭；「火盃的考驗」主題採用線性型修辭；「鳳凰會的密令」主題採用分枝型修辭；「混血王子的背叛」的主題採用線性型修辭；「死神的聖物」主題採用分枝型修辭。茲將修辭模式以圖說明如下：

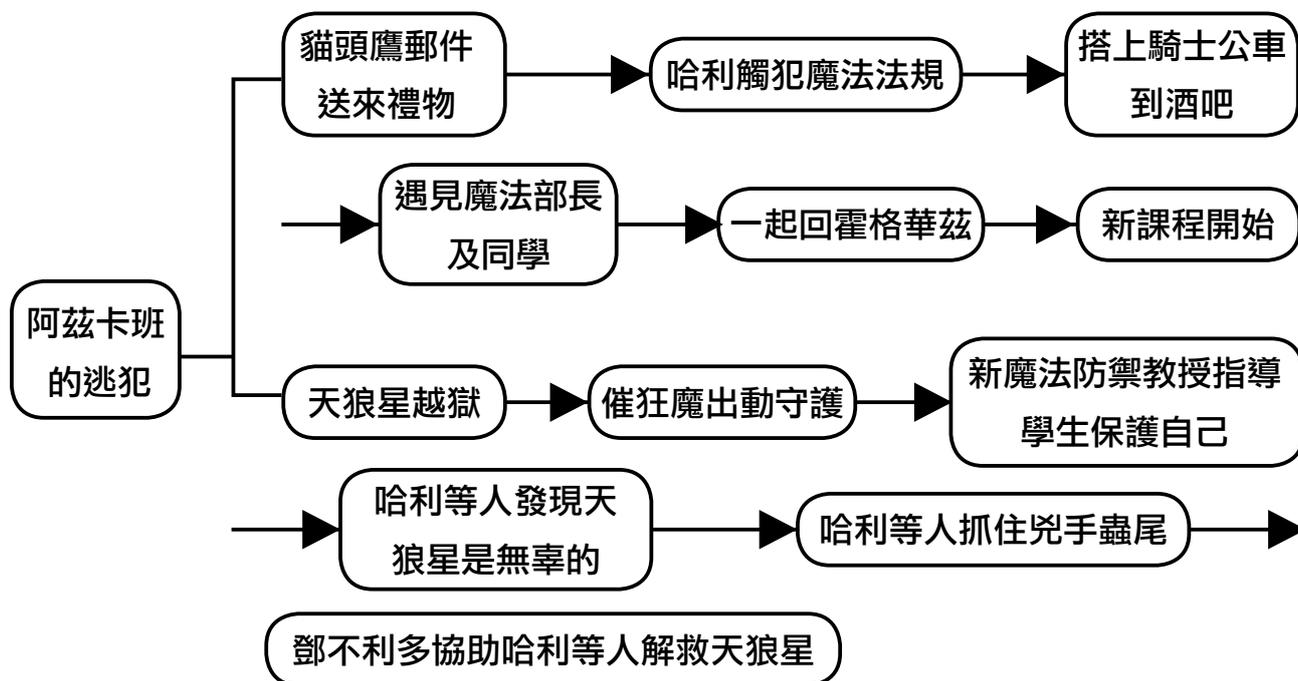
圖一 「神秘的魔法石」網絡型修辭模式



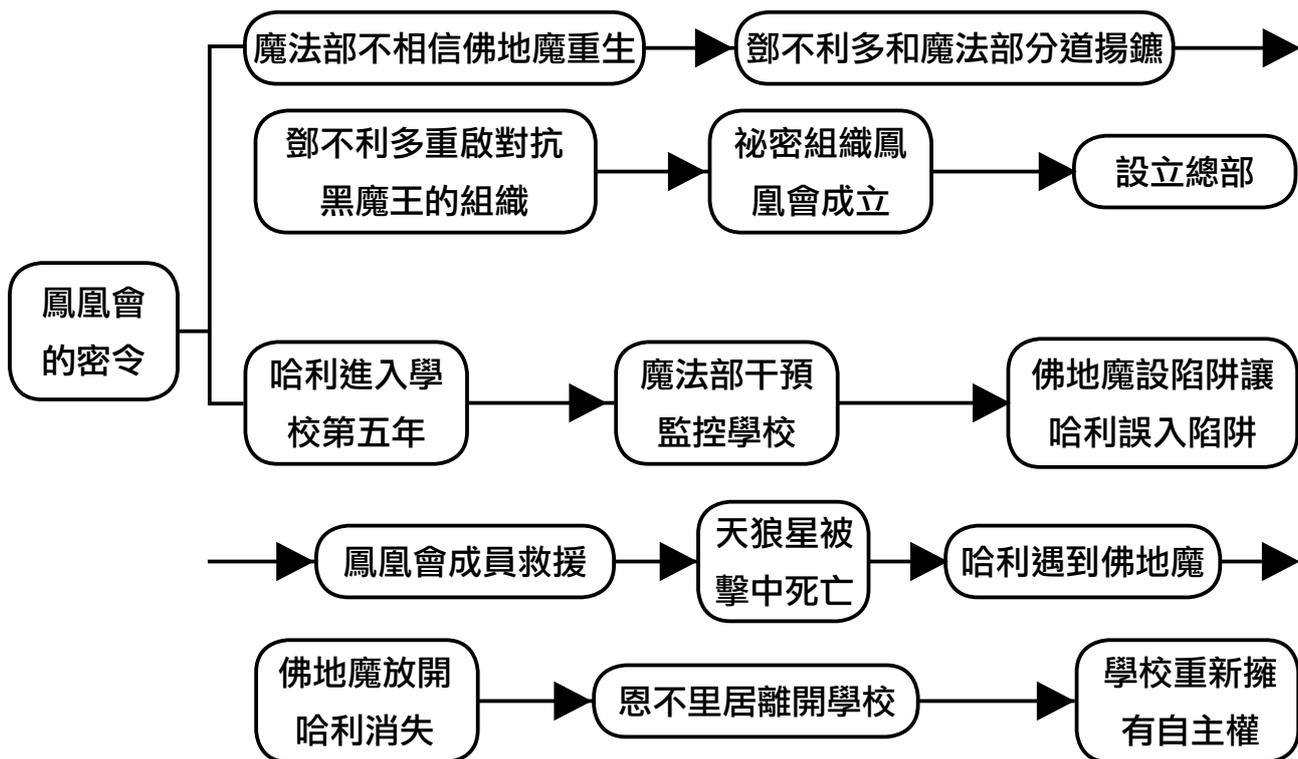
圖二 「消失的密室」分枝型修辭模式



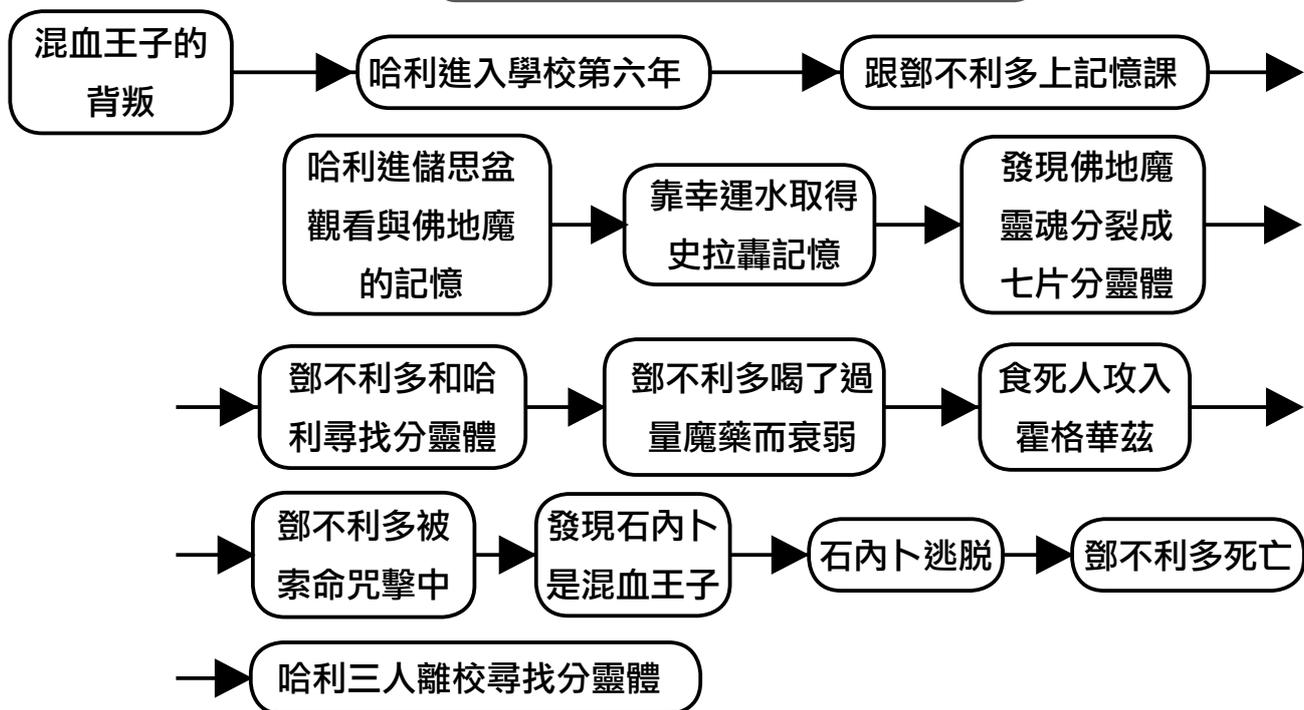
圖三 「阿茲卡班的逃犯」分枝型修辭模式



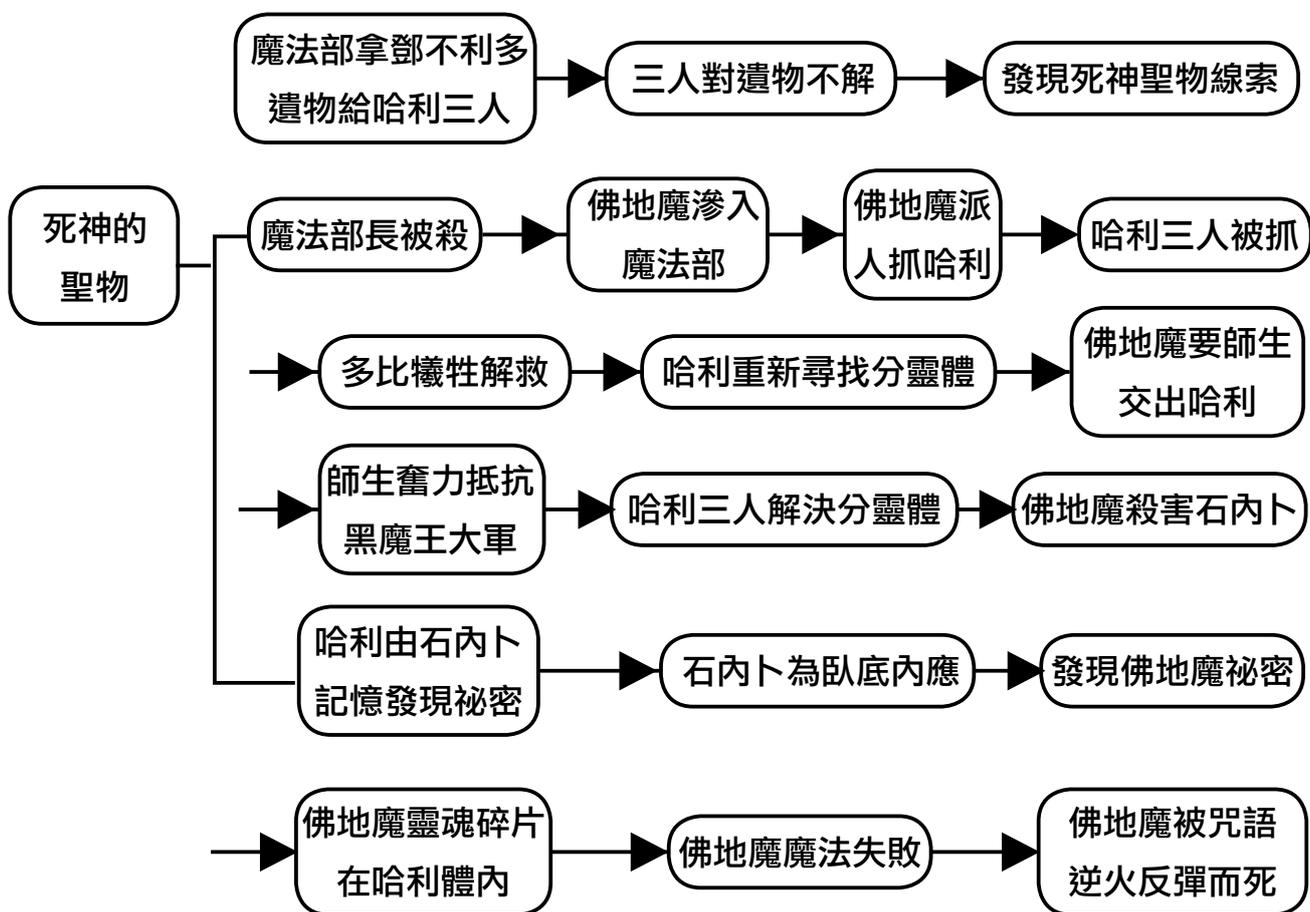
圖四 「火盃的考驗」線性型修辭模式



圖六 「混血王子的背叛」線性型修辭模式



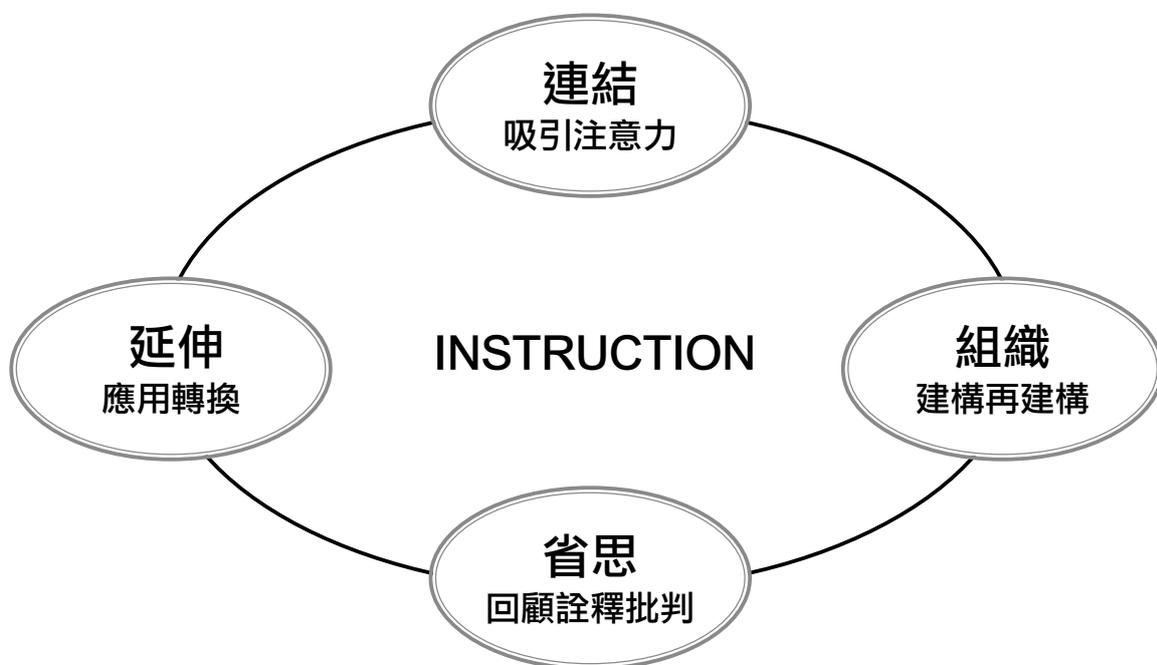
圖七 「死神的聖物」分枝型修辭模式



伍、專家視鏡（Expert Lens）的課程設計

有關文本內容設計，Chambliss 與 Calfee（1998）提出了專家視鏡（expert lens）的看法。一本閱讀文本如何組織材料內容，Chambliss 與Calfee歸結有兩種取向，一種是專家視鏡，另一種是從課程綱要架構中去找主題、要素與連結。而如何讓學生習得以專家視鏡來看事情，Chambliss 與Calfee提出CORE的模式設計，有效的文本設計就是要連結（Connect）學生知識，為學生組織（Organize）新學習內容，提供機會讓學生省思（Reflect），讓學生將所學延伸（Extend）到新情境中（見圖八）

圖八 「學生為中心」的文本模式



資料來源：Chambliss & Calfee（1998：54）

哈利波特小說題材貼近人們的生活經驗，例如新生入學、購買教科書、分類帽分班、到活米村校外教學、魁地奇球賽、魔法考試、巫師分級鑑定、復活節活動、耶誕舞會、暑假生活…等，這些都和讀者學生時代的生活經驗相互連結（Connect），可吸引讀者的注意力，而J.K. Rowling為小說注入了一些想像奇幻元素，讓閱讀者重新去組織（Organize）熟悉的內容，每集小說前幾個單元也提供「前情提要」，讓讀者重新回顧（Reflect），並讓讀者有適當時機將過去的元素延伸（Extend）到新情境中，因此，哈利波特系列小說可說是符應了CORE以「學生為中心」的文本設計模式。

陸、結論

「哈利波特」系列小說既無精彩華麗的插圖，也無引言或摘要，厚厚的書頁及密密麻麻的文字，卻牽動成千上萬讀者的心，歸納上述研究發現，魔法學校的校園生活貼近了讀者的就學經驗，豐富的想像力及高潮迭起的故事情節吸引了讀者的好奇心及閱讀興趣，加上精彩有趣的內容、連貫的結構，及作者所創造的魔法特殊名詞乃本書出奇制勝的關鍵所在，也是它倍受讀者喜愛之因。廣泛的閱讀是增進語文能力的有效途徑，也是終身學習者自我實現之管道，教師若能善用閱讀文本，來增進學生的學習動機與學習興趣，可豐富語文教學；補校的樂齡長者對語文課程常有增進語彙、詞彙能力之需求，若能選擇暢銷文學作品成為學習資源，並將這些資源善加應用，定能收到事半功倍之效，樂齡長者也可藉由此系列小說之閱讀，增進和年輕一代的共同話題，享受祖孫共讀的樂趣，讓三代同堂更和樂。

終身學習是一種時代趨勢，而閱讀是一種增進自我能力之途徑，選擇喜愛的暢銷文學作品為文本，讓閱讀成為一種生活習慣，那麼，有效學習不再只是遙不可及的目標，而終能成為一種人生的自我實踐。



◆參考資料

- 吳明烈（2009）。學校培育終身學習者的策略之探究，教育心理與研究。32，113-145。
- 陳麗華（2008）。評介「為學習而設計的教科書」及其對我國中小學教科書設計與研究的啟示，教科書研究，1（2），137-159。
- 彭倩文譯（2000）。哈利波特－神秘的魔法石。臺北：皇冠。
- 彭倩文譯（2000）。哈利波特－消失的密室。臺北：皇冠。
- 彭倩文譯（2001）。哈利波特－阿茲卡班的逃犯。臺北：皇冠。
- 彭倩文譯（2001）。哈利波特－火盃的考驗。臺北：皇冠。
- 皇冠編譯組譯（2003）。哈利波特－鳳凰會的密令上、下集。臺北：皇冠。
- 皇冠編譯組譯（2005）。哈利波特－混血王子的背叛。臺北：皇冠。
- 皇冠編譯組譯（2007）。哈利波特－死神的聖物上、下集。臺北：皇冠。
- Chambliss, J.M & Calfee, R.C. (1998). Textbook for learning: Nurturing children's minds. Malden, Massachusetts: Blackwell.

回甘終身學習： 遇見、山水、文字與風趣

新店崇光社區大學 李時羨
樂齡旅遊學習學員



新店崇光社區大學合影（前排左二為李時羨先生）

一、遇見：縱身學習之旅，悠然品嚐樂學人生

我年近九五，與崇光社區大學結緣，自民國94年3月參加「青草養生氣功」開始。以及繼續參加「書法欣賞」、「素描」、「日語歌謠會話」、「樂齡旅遊學習」、「鶯聲燕語歌唱」、「臺灣文化探索」、「經絡指壓」等，一般課程，學習一、二期就停止，唯有朱芬郁老師教授的「樂齡旅遊學習」，自97年9月迄今，風雨無阻，從未停缺課過，因為她課程安排與優質內容，深深吸引著我：

該課程以退休經營為主軸，採多媒體教學提升學習興趣，導入遊戲方式激發生命潛能，運用戶外參訪方式，擴大生活領域，強化合作方式擴展人際關係。每週三上午上課時間，是我期待企盼時刻，一直到老，不願休止。



李時羨賢伉儷於台澳文化交流成果展表演-五更鼓

二、山水：蒙，亨。尊師重教，互敬互愛

山是靜態，水是動態。山性剛，水性柔，山水是剛柔相濟。蒙，易經第四卦，坎（水）下艮（山）上，寓意亨通順利，尊師重教，互敬互愛。路是人走出來的，高山，人可以爬上去，海洋，人可以渡過去。所謂「讀萬卷書，行萬里路。」現在是資訊發達時代，不能在框框裡生活，要走遍山河，才能成為飽學之士。

至聖先師孔子對山水看法：「仁者樂山，智者樂水。」唐劉禹錫的《陋室銘》對山水看法：「山不在高，有仙則名，水不在深，有龍則靈。」有首流行歌，亦有山水兩句歌詞，大家耳熟能詳，我複唱一遍：「阿里山的姑娘美如水，阿里山的少年壯如山。」山水，山水，它倆一前一後，如影隨形，好像一對熱戀的情侶。難捨難分。古詩云：「三山六水一方田」意即地球上三方是山嶽，六方是海洋，只有一方是平地。所以，我們要有征服海洋的志願，更要有登高山而小天下的抱負。

朱芬郁老師常出國遊學，她愛遊山玩水，她對山水情有獨鍾，她是一位仁者，也是一位智者，值得我們敬佩和學習。

三、文字：一字一易理，一字一世界

文字，是用來表示觀念，代表語言的符號。任何美的事物，沒有文字，無從表達。可謂：一字一易理，一字一世界。

我國的文字結構科學化、字形藝術化，已被世界各國語文學家所公認：中國的文字是人類有史以來最優秀的文字，身為國人，值得我們多加留意探討。

我國的文字，字數很多，《說文解字》就有九千多字，《康熙字典》有四萬多字，《中華辭海》更多，有八萬多字。字形相似的非常多，字音相同的亦不少，若不注意，很容易念錯，亦容易聽錯，會造成許多誤解。



慶賀李時羨先生90大壽（前排左四）

四、風趣：意境深入悠遠，令人如沐春風

現在，我來講些有關文字的故事。舉例說明：

（一）字形相似

有甲乙兩農夫，將「進士」兩字，引起爭論：甲將「進士」唸「進土」（土誤唸土）。乙將「進士」唸「道士」（進誤唸道）。正爭論間，有和尚經過，同問和尚，和尚說：「我要趕去前村吃齋（齋誤唸齊），請問別人。」

兩人就近問教書先生，先生說：「等我查明字曲再說（典誤認曲）。」兩人等不及，去問蘇東坡，蘇了解兩人爭論經過後，做一首打油詩：「進士道士兩相爭，和尚前村去吃齋，先生等著查字曲，在下可是蘇東皮！」（坡誤唸皮）。蘇東坡亦被兩人爭論汙染，對自己名字也模糊了。

（二）字音相同

有一主人曬衣需用「竹竿」，拿錢給僕人去市場購買，僕人到了市場，眼觀四方，見豬攤上有「豬肝」，馬上買一斤「豬肝」，尚有餘錢，私買一「豬耳」（藏褲袋留己用），返家後，僕人將「豬肝」遞主人，主人見狀罵道：「你沒有耳朵？」僕人忙說有有，後將「豬耳」呈上，主人更火大，將「豬耳」拋地，並狠狠予僕人一大巴掌道：「你真是一個無可救藥大笨豬」。這是同音字造成負面影響。

同音字亦有正面功效的。某銀行有一位副科長，近日常遲到，影響工作，總經理側聞他嗜酒，在他辦公桌上寫四個字：「七九五四」，副科長看到後不解，去問總經理秘書，秘書告訴他，總經理意：「喫酒誤事。」副科長明白後，深感總經理不予當面指責，以文字暗示，深為內疚，決心戒酒，翌日起準時上班，工作績效益增。總經理知悉欣慰，不久予晉升科長，以示鼓勵。

（三）文字算命

明朝末年，流寇橫行，社會動亂，崇禎皇帝憂心不安。太監王承恩私自出宮，觀看民眾反應，路見「小神仙」測字先生，他請「小神仙」測字：

先寫「友」字。小神仙說：「反字出頭是友字，表示反賊已經出頭，社會一定動亂。」

再寫「有」字。小神仙說：「大明江山去了一半，凶多吉少。」大字去半是厂，明字去半是月，厂加月即「有」。

最後寫「酉」字。小神仙說：「完了!完了!九五之「尊」的皇上，頭足都去了，如何生存（尊，無頭足是酉）。

明朝歷史，自太祖朱元璋滅元，歷經十六任皇帝，將近三百年。

（四）標點符號

一篇文章，離不開標點符號，消極方面，避免誤解；積極方面，使文章意義更明白。以前一所有名大學，舉辦一場辯論會。辯論題目八個字：

「男人沒有女人不行」，沒有標點符號，辯論雙方解讀不同：

甲方：「男人沒有，女人不行。」（認男人重要）

乙方：「男人沒有女人，不行。」（認女人重要）



慶賀李時羨先生88歲米壽

辯論，是為了探求真理，維護真理，任何一方，都想推翻對方看法，樹立自己觀念。這場辯論，聽說非常熱鬧，結果為何？當時我不在場，無可奉告。

任何一篇文章，寫完了，都有一個標點符號，就是「。」句號，表示我的文章寫完了！

澳門理工學院長者書院與 臺南市樂齡學習示範中心

交流心得分享實錄

臺南市樂齡學習示範中心主任 鍾秀琴

壹、前言

2015年2月27 日下午5:29於mail 收到這一封令人歡欣鼓舞的信，內容是：尊敬的鍾秀琴主任您好！本人是澳門理工學院長者書院校長林韻薇，為了向先進的辦學機構學習及讓長者學員擴闊視野，本書院擬於4月21日帶領學生會幹事等16人往台南長者教育機構參訪。經好友朱芬郁教授推薦，建議我們可以到 貴中心，因此本人冒昧與您聯絡。倘方便接待，建議考慮安排在上午進行約兩小時的課程參訪及座談，如蒙俯允，不勝感荷！順頌 台安！



澳門貴客對於鍾主任介紹「少子高齡化，廢置空間再利用的發想與建構過程」特別感興趣（右圖一為澳門理工學院長者書院林韻薇校長）。

這是繼『斯洛伐克』、『新加坡』、『中國』、『以色列』…等國家之後，美國作家佛里曼（Thomas L. Friedman）在「世界是平的」一書中提到，現代網路通訊科技日新月異，持續不斷地將每個國家及個人拉近一個被抹平的世界…；真正達到天涯若比鄰。2015年4月20日下午艷陽高照，我與王紀明老師分別展開室內「臺南市樂齡學習示範中心」（樂齡總部）和戶外陶玻工作室（樂齡分班）的交流見習空間佈置，就為了讓來訪賓客實際看到臺灣樂齡特色並徜徉在歡樂與富創意性體驗學習中，不料4月21日凌晨突然下起大雨，當天上午更是風雨交加，卻擋不住、也澆不熄「澳門理工學院長者書院」的預定行程和彼此熱情，看樂齡志工夥伴以傘花迎接遠道而來貴客，即使從頭到腳濕淋淋也很開心。在此要特別感謝林校長韻薇、顧問高級技術員鄧曉霞以及十四位學生會幹部為「臺南市樂齡學習示範中心」帶來喜氣（遇水則發）。

貳、實際提供參訪座談內容與特色

臺灣於1993年開始步入高齡化門檻（7%），至100年底老人人口將占約11%並不算高，真正的挑戰在於105-130年，高齡化的速度會快的驚人。本中心非常歡迎更多國家和地區的來訪，讓我們從中認識不同地區不同單位，同樣對中高齡教育有所不同的辦學宗旨與成果。對於1999年成立的「澳門理工學院長者書院」的先進及學生會的來訪更是期待。

2015年4月21日本中心首先安排《相見歡》活動，一開始透過肢體接觸與眼神交流輕聲問候，隨著音樂的流動與氣氛的營造讓賓主盡歡，很快的打破國界、一見如故的擁抱對方。接著由中心主任鍾秀琴帶領澳門貴客參觀及介紹中心特色「學習零距離，課程多元化」，透過『少子高齡化廢置空間再利用』、『宅配樂老師將學習送到社區』、『用熱情創造改變提升樂齡生活品質』，以及如何以專業及熱情引領樂齡族出來實踐【學習、改變、增能、貢獻】的熟年生活概念。最後安排一場創意教學體驗，主題『面對生命，熟年男女更純真』，透過小組裝置藝術的合作，創造生命的另一高峰。

一、臺南市樂齡學習示範中心當初成立的起源？

教育部為因應少子高齡化的潮流，自97年起以全國369個鄉鎮市區為目標，逐年設置樂齡學習中心，強調「終身學習、健康快樂、自主與尊嚴、社會參與」，於205個鄉鎮市區設置209個樂齡學習中心，透過多元創新學習方式，喚起民眾對國內人口高齡化之重視，破除消極的「老人」舊形象；建構積極的「樂齡」新形象。

「臺南縣麻豆鎮樂齡學習資源中心」堪稱為樂齡學習中心黃埔第一號（黃埔一期當中最早啟動中心運作），97年11月11日以『樂齡快遞～活力in銀起來』為標題，舉辦揭牌儀式並召開記者會宣布「麻豆鎮樂齡學習資源中心」正式上路。運作過程當中，樂齡志工團隊擁有共同的信念和力量，讓我們（是指老人會的500位會員以及出出入入的民眾）看到了老年人無窮的可能性，也打破傳統對於歐吉桑、歐巴桑的刻板印象。正因為樂齡志工團隊的堅持與努力，100年被教育部甄選為「臺南市樂齡學習示範中心」，全臺271所齡學習中心，僅有7所示範中心，於此，對大臺南市營造幸福友善城市具有正面效益。



王紀明老師為澳門貴客講解「創意教學123體驗」，大家都非常認真聆聽。



裝置藝術主題『面對生命，熟年男女更純真』，小組合作非常專注。

二、規畫空間上針對長者提供哪些友善的環境與課程？

本中心為突破老人教育的重重藩籬，在學習活動設計上不斷地創新，且重視樂齡者在身體、心理及認知功能上的促進，及致力於推動代間學習與交流，如生命故事分享、繪本創作，培育高齡說故事志工，進而成立柚城劇團，藉由系列活動，讓樂齡者及小朋友達成互動、互學、互惠的效果。

1. 少子高齡化廢置空間再利用的發想：

將「安業國小」閒置教室規劃為樂齡學習平臺，一踏進中心門口，兩排綠意盎然的珍貴老樹猶如迎賓大道，週邊文旦樹柚花陣陣飄香正是鍾主任將中心命名為《幸福柚智園》的靈感起源。《幸福柚智園》是本中心永續發展的梦想，「柚智園」與「幼稚園」同音，其意涵即為永保赤子之心。也就是「樂在學習，齡存銀行」之意，希望樂齡者在擁有長壽人生時，也能夠創造更好的生活品質與幸福感受。

2. 宅配樂老師將學習送到社區的用意：

由於城鄉文化與資源差距，加上高齡者個人健康狀況、生活環境、居住方式或過去習慣以及價值觀的差異，無法享受快樂學習、忘記年齡的福利。為突破社區高齡者的學習限制以及順暢「代間學習」推動管道，特以另類思考創造「宅配學習」模式，將「代間學習」與「宅配學習」融入教學，是全省課程發展中的一項創舉模式，之後也被交通部運用於路老師宣講培育計畫中。

三、中心結合地方特色推出的學習活動：

1. 「柚香學堂」

總爺愛傳承：以老人生命繪本分享「世代學習」，以老人技藝傳承活絡「祖孫共學」，破除老年迷思與代溝危機，共創老少齡「零」距離的願景。

2. 「婆姐學堂」

麻婆護幼子：以行動支持在地民俗文化，成立十二婆姐第八陣「花公花婆」，透過在地學習的理念，持續創作與表演嶄新藝，開發樂齡新價值。

四、實際帶領樂齡創意教學123體驗：

設計創意教學主題：『面對生命，熟年男女更純真』，由在地藝術家王紀明老師引領澳門貴客實際體驗臺灣樂齡品牌「課程」的進行方式，同時考驗澳門貴客的合作思考能力以及對樂齡心境意涵的解讀，更能滿足參訪觀摩的目的。

參、兩地內容相同點與不同點分析比較

長者書院的參訪，每位學員都抱有一好奇與期待要目睹臺灣的樂齡的經營與教學模式，校長林韻薇介紹，2006年澳門65歲以上人口已達7%，政府遂於1999年委託澳門理工學院成立「長者書院」，專為長者而開設的實踐終身教育之教學單位，充分利用高教機構的硬體資源，以達到提供長者一個「老有所學、老有所樂、老有所為」學習場所的目的，並將其經驗與成果，推展並資助民間服務機構，持續拓展長者學習計畫。

該書院設有校長、副教長綜理院務，因係採公辦公營方式，使得其規劃、執行工作完全納入澳門理工學院的既有建制之工作項目，由大學行政部門與學術單位直接推動相關工作。並於2004~2005學年建立學院、行政部門及學校三級學生對話機制，加強問題的溝通與協調。經費來源除了行政體系預算挹注，書院向學員收取每項科目每學期繳交澳幣120圓，每項活動課澳幣80圓。

根據校長林韻薇的介紹以及成員的分享，將「澳門理工學院長者書院」與「臺南市樂齡學習示範中心」不同點列表陳述以下：



鍾主任引導澳門貴客參觀中心的各種課程產出，以及分享感人故事。



在《相見歡》活動的安排下，很快的打破國界，笑聲、問候聲此起彼落。

長者機構	澳門理工學院長者書院	臺南市樂齡學習示範中心
歷史	1999年11月成立	2008年11月11日設置
對象	以55歲以上樂齡族為對象 1. 須具備一定的先備知識 具備閱讀和書寫能力，部分課程如電腦課、多媒體製作、電腦照片後期製作課、中醫課、國畫賞析、書法賞析等知識	以55歲以上樂齡族為對象 1. 不識字也可以 2. 介於45歲—55歲之間亦可，但必須以服務學習為宗旨
師資	1. 全體教師都是兼職，具有大學學力或專業資格 2. 有專業或有條件的學員成為助教或教師	以具備教育部種子教師培訓為主，並成立樂老師家族 1. 完成教育部舉辦樂齡教育專業人員培訓（101年第一期、102年第二期） 2. 完成活躍樂齡核心課程暨樂齡學習規劃師初階培訓（103年第一期） 3. 完成活躍樂齡核心課程暨樂齡學習規劃師進階培訓（104年第一期）
學費	1. 報名費澳門幣50元 2. 每項科目全年澳門幣240元 3. 每項活動全年澳門幣160元	1. 大部分免費（偏鄉地區） 2. 可收報名費（100-200元） 3. 依照課程需要酌收材料費
制度	學年制，最多修業四年；為補救修業四年不能再修課，目前成立校友會運作	依照城鄉差距，視每個中心願景、目標運作及開課狀況
人數	總人數維持480名，每年修完四年學生畢業後才能補充新學員，因僧多粥少必須抽籤，未中籤者次年在登記時，姓名或代號將於待抽名單上出現二次，次年登記時若滿70週歲則可在待抽名單上出現三次	沒有總人數限制，但各中心可以針對課程規劃來設定人數限制

長者機構	澳門理工學院長者書院	臺南市樂齡學習示範中心
課程	由1999年11月成立時的8門科目課程、9項活動課程，發展到2015共32門科目課程和24項活動課程共70班	2015年教育部分為活躍老化核心課程五大類27項目、中心自主課程、貢獻服務課程三大類。 1. 核心課程：包括：生活安全、運動保健、心靈成長、政策宣導等，其目的是；強化樂齡者的需求，讓樂齡族透過學習增強基礎生活能力，享受活得久、活得好、活得有尊嚴、有價值的生活品質（活躍老化）。 2. 自主規劃課程：包括：在地資源及特色課程、興趣需求課程，其目的是；透過在地產業創新及技藝傳承的課程發想，以有趣、有用、有未來的操作手法，引領樂齡族擺脫傳統老化的思維（轉化學習）。 3. 貢獻服務課程：包括：每月讀書會、柚香學堂、藝陣學堂、宅配學習、配合節慶活動等，其目的是；引領樂齡族經由學習達到自我改變、增能，以獨樂樂不如眾樂樂的新生活意識，投入代間教育及世代學習的行列（創造價值）。
社團	成立合唱團、樂器組及中國舞等興趣組及長者太極隊	1. 開課滿二年輔導成立自主學習團體 2. 目前已成立三各自主學習社團：柚香學堂、婆姐學堂、萬歲爺奶樂團
志願服務	成立義工隊	除了樂齡中心志工隊之外，課程中列入貢獻服務課程大類
工作人員	全職人員共五位，包括校長林韻薇博士、二位職員及一位阿姨	包括主任在內都是無給職的志工
得獎紀錄	2009年在北京舉行「全國老年教育評選表彰」活動中 1. 李向玉院長2009年獲頒「全國老年教育傑出貢獻獎」 2. 林韻薇校長2009年獲選「大陸全國先進老年教育工作者」	1. 鍾秀琴主任於2012年獲選為教育部「樂齡教育卓越領導奉獻獎」，蕭文成獲選為教育部「樂齡優秀講師獎」，石昆龍獲選為教育部「樂齡優秀自主團隊帶領人獎」 2. 鍾秀琴主任於2013年獲選為交通部「路老師宣講銀質獎」，周宥騫獲選為交通部「路老師宣講創意獎」 3. 鍾秀琴主任於2014年獲選為交通部交通部「路老師宣講金質獎」，周宥騫獲選為交通部「路老師宣講銀質獎」 4. 臺南市樂齡學習示範中心志工團隊於2013年獲選為衛福部「志工團體績優獎」



肆、結論

一、心得分享

1. 社會建構下的長者

心理學家等研究者，為了研究的需要而將人的成長歷程分類，並賦予定義。在這些不同階段的分類中，長者常被認為是死亡的前一個階段，而產生如同今日許多長者分享所言，既是「枯木」又有些「鬱悶」。

然而，人的生命歷程並非都是線性發展的，嬰幼兒的認知與動作同樣需要不斷練習才會發展起來，不然可能也處在「失能」狀態；同樣的，死亡也非老人的專利，每一個人，隨時在面臨著未知的未來，這未來可能包含著動力與死亡。

也就是說，在當代的部分學科研究與教育中，把長者放在社會不利的位置，並教育大眾長者「失能」、需要被照顧等概念，傳統長者視為家族具有實質與象徵力量的族長，或是神話故事中的「智者」已經不復存在，而被教育成為高齡社會下大眾的「負擔」。

若能意識到「樂齡族群」（或澳門所稱「長者」）僅為人生各種「階段」之一，如同嬰兒、兒童、中年等等，大概就比較能夠用不同的想法，重新思考或看待人生的這個片段。

2. 裝置作品與樂齡族群的觀察

各種形式的創作，反應不同創作者的內在世界。今天我們將二組澳門貴客當作是樂齡長者，其裝置作品不約而同將枯枝加上多種色彩的物質，看來熱鬧又充滿生氣；小組回饋時分別提出的作品概念，部分雷同，如「春風吹又生」、「枯木逢春」。

可以感覺到樂齡長者對自己的定位，如同帶領者王紀明老師準備的「枯木」，而長者期待他們能在枯木之上活出燦爛未來的期望。

同時，可以發現的是，樂齡長者的學習力強，能將帶領老師對作品的詮釋方法，在短短的時間內吸收，然後做出自己的詮釋。

當代藝術的精神就在於創作及闡釋創作自述，這些素人藝術家，透過適當的引導就能有類似的產出與體會。

二、建議事項

將長者類似大學學生一般編入學院，是一件有趣的作法。如果考量到書院所收長者學生為55歲以上，就讀四年或八年，再配合社會的平均壽命來看，書院畢業之後，長者的終身學習或組織，可能是需要再思考的部分。若書院成為長者的師培中心，將培訓出來的長者安排到各社區，同時讓這些長者定期聚會，交換工作心得，維繫他們的內在心理依靠與人際關係，同時服務他人，對長者的安排可能較能達到長遠的規劃。

樂齡族群的學習，如同政府對國中小、高中、大學等不同學制的規劃，了解對象，依對象需求、發展來規劃課程，如國中小在於學習與能力、興趣開發，高中、大學在於進入社會與自理能力的培養，而樂齡族群需要甚麼？二度就業、服務奉獻、身心健康維護？或是僅需要同伴？需求可能也會依照地區性、年齡層、經濟及其他情況等而有所不同，或許在這些考量下，可以依照不同需求的交叉設計，提供系統性或是多元性的課程或非課程安排，協助樂齡長者有尊嚴的生活，如同其他社會上的次文化族群一樣。

在新莊社大的百種理由

新莊社區大學學員 陳識羽

「這是一張A士，只要我搓一搓，就會變成一張皺皺的A士～哈！！」曉如得意地學電影賭聖男主角周星馳之動作，並唸出劇裡的台詞。在旁媽媽聽得兩耳不屑，轉頭在桌上看見一張默寫小考，瞪著兩眼發怒。「五人行必有我師！夭壽哦！你是有讀冊嘍，整天顧看電視，讀冊時間有背台詞時間一半就好～」媽媽氣得拿起遙控關掉電視，兩眼斜視曉如，鼻孔直冒煙。

曉如拿著論語站在門牆前，腦子喃喃想著奇怪，老師整天只會叫人背，又不說是什麼意思，上課又無聊死，只會照課本唸，不睡著也奇怪，會考及格更奇怪。

「曉如，妳又惹阿嫂生氣哦！」叔叔拿著畫袋從門牆經過。

曉如聞聲即立刻抓著叔叔的手說：「救我啦！我站一下午了。」

叔叔手壓著曉如的頭說著「你又要拖我下水，好啦！好啦！」

「阿嫂，畫室有事要人幫忙，我叫曉如去！」叔叔大喊後，沒等媽媽回應，便被曉如拉出家門了。

叔姪兩人來到五里外荷田邊。叔叔見曉如一臉臭，便拿起畫本畫著曉如剛才罰站的模樣。曉如在一旁喊著：「為什麼周星馳不去演孔子？為什麼論語那麼難背？為什麼……吼！臭叔叔，你還這樣畫我。」叔叔見曉如下脣越翹越高，兩眼微紅。便在畫紙上加了一片荷田，一道彩虹，畫裡曉如側臉好似微笑了。幾年後叔叔不知為何離開村裡，荷田不知為何也一處處地消逝了。

12年後，曉如晚上下課到家後。媽媽虧笑說：「卡早叫你讀，不讀，現在拚命讀！」

曉如回嘴說：

「阮學校教論語老師，講話夠趣味，嚟叫我死背，還可以改孔子的話，比卡早老師還會教。」

「阮學校陪咱們看電影的老師，比周星馳還勵害，還會像吳念真一樣講故事。」

「阮學校畫畫的老師，會把叔叔沒有教我的，再繼續教。」

媽媽不屑地應：「對啦！對啦！你這間社區大學老師卡厲害，可以出國比賽。」



夜晚，曉如散步到僅剩的荷田邊，看著舊時叔叔的畫，想著叔叔為什麼要離開？想著想著，唸起電影大河戀台詞：最親近我們的人，通常是我們最摸不透的，但我們仍然可以愛他，我們可以全心全意去愛我們不了解的人。和叔叔玩耍的荷田在何方？眼眸前，村不知不覺成了都市，叔叔回來時還會認得嗎？子在川上，曰：「逝者如斯夫，不捨晝夜。」我不在過去的村裡，不在叔叔身邊，而是過去的村、過去的叔叔，永恆銘印在我的心底，我的畫筆下。

「請問你在新莊社大的理由是什麼？」工作人員好奇地問曉如。

「論語、孟子與道德經」課程，讓我慢慢進入古人生命故事，學習經典智慧運用在日常中。

「電影心理學」課程，讓我學習理解自己，與同理他人生命經驗。

「用筆畫出新莊的故事」課程，讓我試著畫出童年的記憶，說出屬於自己與家鄉的故事。

進入新莊社大如同：與善人居，如入芝蘭之室，久而不聞其香，即與之化矣。因此我們可以共同聽、說、寫與畫出在地的故事，做個有故事的新莊人。

新北市終身學習輔導團 金門社區大學參訪心得

新北市大坪國小總務主任 謝靖緹



至烈嶼鄉樂齡中心參訪，樂齡中心學員表演在地特色的迎賓劇碼

壹、前言

我國經濟高度發展，社會快速進步，但在二十一世紀的今日，亦面臨國家產業升級，全球化及貿易自由化，金融國際化及加入WTO之競爭環境，企業與國家管理人才需求遽增，加上資訊科技發展，如無法獲得最新知識等同於在知識經濟的時代，不進則退被洪流淘汰，因此，知識不但是今日企業的基石，更是國力的基礎，人才知識及培訓儼然成為教育最重要的工作。

學習社會、終身學習是先進國家改革的重要規劃藍圖及願景之一，教育部也在民國87年發布「邁向學習社會」白皮書（教育部，1998），以其推展終身教育，建立學習社會。為了建構一個終身學習的社會，更應強化以一個「人人皆可終身學習」的基礎與目的，為邁向國際化和全球接軌的「活到老、學到老」世界大同理想而努力。

終身教育在使每個人於「學習過程」中，享受學習興趣和自我充實的成功經驗，因此，課程學習的方式、種類、內容皆應多元化以符合每個人的需求，進而提供生活所需的各種學習。此外，學習不應只是侷限於學校體制的教育方式，「社區生活」中的種種境遇都是一種學習的過程，整個社區應積極創造良好的學習環境，讓人人都有機會快樂的學習。為因應教育部「設置社區終身學習中心」的政策，起初，金門縣【社區高齡學習中心】設立的目的是：

願景：

『樂活展藝在金門，服務共學到終身。』

目標：

- 1.宣導積極老化的觀念，促進終身學習的動力。
- 2.營造樂活學習的氛圍，充實健康快樂的生活。
- 3.倡導學習服務的行動，塑造自主尊嚴的人生。
- 4.創造服務學習的價值，彰顯社會參與的意義。

金門縣社區大學創設於民國92年9月4日，目前由國立空中大學金門學習指導中心辦理，是由金門縣政府依據終身學習法第十條：「直轄市、縣（市）主管機關為推展終身學習，得設置社區大學或委託辦理之」，以公辦民營的方式委外經營。

學習中心目標：

金門縣在民國81年才解除戰地任務，當地居民較缺乏活到老學到老的觀念，所以金門縣社區大學在創立時期學員人數才200多位，經過多年的推動與經營，學員人數已超過千人。以下就金門縣社區大學的校務經營做簡要特色介紹：

一、縣府補助，鼓勵終身學習：

由於金門縣位處離島，金門縣政府為鼓勵終身學習，每年特別補助四百萬經費，使得金門社大的「學分收費」號稱全國最便宜，每學分費用皆在200元以下，低廉的收費也吸引不少學員的參與。

二、課程多元，遴聘專業師資：

為符合當地民眾需求，並配合金門縣發展需要與結合地方特色，社區大學在「課程規畫」方面，每學期推出學術性、生活藝能及社團等三大類課程，開課時間每周一至周五以夜間為主，周末假日則有白天課程，目前每周所開設的課程就超過一百多門；而且，為滿足社區民眾的學習需求。這些豐富多元的課程只要超過五人就開班，令人稱羨。另外，在「師資來源」方面，依據課程規劃，除了遴聘當地專家學者外，也有近30%的師資是來自於臺灣本島，使得師資陣容更多元堅強。

三、優質環境，提高學習意願：

金門社大設置於國立空中大學的校園中，除了一般教室之外，還設有電腦教室、瑜珈舞蹈教室、音樂教室、演講會議室、烘培烹飪教室，以及地下室社團活動空間，大學級的「教學環境」讓學員更喜歡來上課，多元課程豐富而精彩。

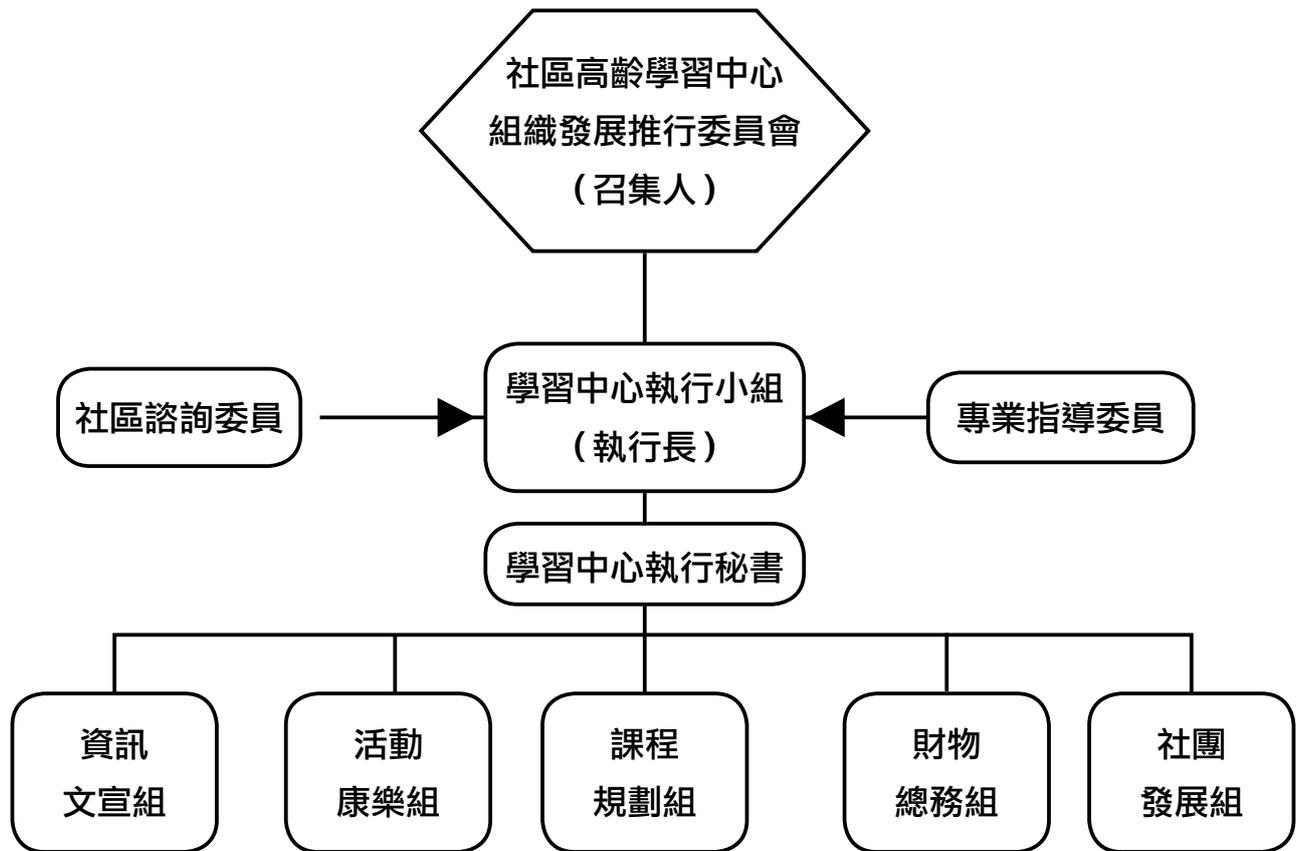
四、離島服務，學習宅配到府：

值得一提的是，金門社大為服務更多的縣民，除了校本部在空中大學校區內，另

外在金寧鎮、金湖鎮、金沙鎮、舊金城開設分班，甚至，在小金門的烈嶼鄉也開設了分班，讓金門縣民的終身學習機會隨手可得，甚至發展資訊等e化課程，因此，樂齡學員的學習，不僅多樣化、更是在地化、便利化。

參、組織運作與課程

本中心秉持永續經營的理念，特成立「組織發展推行委員會」，並將委員會組織分工（如下圖），並清楚劃分職務工作，以利組織的發展與業務的推行。



金城鎮樂齡學習中心參訪
手作課程成果展現 ~



金城鎮樂齡學習中心參訪
課程多元展能、樂活學習集錦



烈嶼鄉長官對本次團隊蒞校參訪發表致詞



團長方校長代表團隊至金城鎮發表談話

肆、課程發展模式

金門社區大學與金城鎮和烈嶼鄉之「樂齡學習中心」的永續發展除了需要地方資源的整合之外，其103年設計的課程，略述如下表所示：

項次/課程名稱	金城鎮樂齡學習中心	烈嶼鄉樂齡學習中心
一	樂齡園地	貢獻特色課程
二	戰地記憶	基礎生活課程
三	山寨小學	政策宣導課程
四	在地文化巡禮	興趣休閒課程
五	生態進行曲	其他

基於筆者的參訪與觀察，試著勾勒出，金門縣金城鎮樂齡學習中心、金門縣烈嶼鄉樂齡學習中心、金門縣社區大學發展課程之理念與核心。不僅結合多元融入的知識學習，甚而結合生活中的體驗學習與人文關懷，課程設計精緻而貼近居民需求與經驗，熟悉中又透露新意，結合耆老的知識與文化傳承，規劃的教育及活動不僅包羅萬象、別出心裁，也成就出今日特有的永續經營理念及發展特色；「走出吾愛吾鄉、在地學習、共學一家親」之戰地親民的文化理念與精神，成為金門終身學習、樂活典範、持續發展之依據。

- 1.落實學習中心目標：組織志工核心團隊，帶動社區老人參與學習中心志願服務的教育活動，發揮代間活動的社會教育影響力，增進代間學習的互動交流。
- 2.融入地方文化特色：透過社區資源整合磐石專案的推動，促使人力與物力的參與投入，並成立三個展演團隊發展具地方文化特色之教育活動。
- 3.顧及老人個別需求：透過問卷調查與報名情形修正開課內容，滿足社區老人再學習與想學習的需求，提高老人家願意學習的興致。
- 4.兼顧永續經營模式：積極創造學習中心良好的學習氛圍，引導高齡學員成立自主社團或參與高齡教育志工行列，共創滿足個人與團體需求之「樂齡學習資源中心」。

而歸納其核心課程理念，凸顯出金門社區大學與樂齡中心推動樂齡學習持續發展之特色。

- 1.擘劃自主學習藍圖
- 2.結合在地化組織與服務
- 3.傳承地方特色及傳統
- 4.從社區扎根、放眼世界

伍、結語

「活到老、學到老」是終身學習的主要精神內涵，而高齡教育則是透過「在地老化」的觀點，提供一個可供高齡者再學習與樂學習的場域，並在學習的過程中散發服務參與的生命價值。金門，這個美麗的島嶼，不僅從戰地的角色出走，更迅速發展屬於自己的傳統在地文化特色；從歷史的悲情角色脫穎而出，相信，未來也會走出屬於自己的康莊大道。秉持快樂發展、永續經營『樂活展藝在金門，服務共學到終身。』的願景，推展「在地特色」與「樂活學習」的行動觀點，勉勵樂齡教育學員「歡欣學習、求知若渴」，樂活教育的金門，如同一隻彩蝶蛻變，讓我們拭目以待！

風華再現，永遠的教育園丁

—— 林美惠老師

新北市板橋區埔墘國小老師 鄒力昌

林美惠老師，畢業於國立台北師範學院語文教育系，於民國五十年開始任教，至民國八十八年退休，教育年資共計三十七年，於民國一零一年林美惠老師獲得基隆市中正區公所推薦，獲得臺灣省政府地方基層芳草人物代表表揚活動中，並獲頒「溫馨盈懷」匾額，經常保持歡樂愉快的心情，見到老師仍活力十足、精力充沛。

林美惠老師自民國五十四年即在和平國小任教，長達二十年的時間，民國八十八年退休後，由於當時基隆市和平島新住民新娘為數最多，政府為了讓他們取得身分證，必須有七十小時的國語課課程，教育局於是在基隆市和平國小成立「成人識字班」。

林美惠老師在亦為教職退休的先生鼓勵之下，回饋鄉土與地方，在基隆市中正區和平國小開設的成人教育班任教，致力於終身學習的推廣，讓自己教學三、四十年的經驗，繼續點燃教育的燭光，照亮地方成長學習的希望。

初任成人識字班時，林老師先採用當時教育廳所提供的補校課本作為教材，後來以教育部提供十二冊的教材，做為教學的主要內容，目前則採用教育部編印民國一百年十二月之「成人識字基本教材」。此教材是為了協助本國失學與新住民的國民或其他國外朋友，學習本國語文的聽、說、讀、寫、等識字能力，藉由生活化的題材，以利跨文化適應，培養具有基本素養的公民，特別委託新北市政府教育局新住民文教輔導科團隊編輯。林老師為了使在和平島上的居民為老人與外籍人士（包含外籍配偶）能與社會連結並更快速的融入社會，目前以此課程做為課程的藍本與主要內容進行教學，教材本身共有六冊，每冊有三個單元，內容從「自我介紹」至「金融理財」、「幸福人生」範圍非常廣，除了語言的學習外，也涵蓋了生活需要學習的能力與技能。

林美惠老師的教學經驗豐富，且國台語均流利，因此，發揮專長並配合當地風俗民情，進行課程設計時，考慮教學的對象需要，並藉由文本上生動的例子，培養生活基本能力，擺脫學校教育框架模式，讓教材與生活結合，不僅提高了學生來上課的興致，也讓學生的生活不再只侷限在家庭的照顧，開闊學習的視野。

林老師的教學設計多樣且貼近生活；如在教材第四冊（中二級）第三單元：生活理財篇，林老師為了配合生活上的實際體驗；郵局為和平島上的重要服務機構，林老師特地去郵局拿了許多的空白表格（如：提款單、存款單等），利用這些資源，讓上課的同學可以實際在課堂上體驗與學習，並且教育這些長者與外籍配偶如何面對為數不少的「詐騙」集團行為；如第一冊（初一級）第三單元：食品與購物篇，帶學生去「聚餐」中，討論哪一家比較便宜，哪一家要付的錢比較少又比較實惠，並且藉由歡聚的實際饗宴，討論食材的營養與平時健康的保養。其他如使用家電，林老師即帶大家前往著名電器行了解各種電器的使用與購買時的注意事項。

上林老師的「成人識字班」後，學生表示：平時小孩都在外面工作，領錢或是存錢都要等小孩回來幫我寫提款單或是存款單，非常不方便，但是老師教過我們以後，我們自己也有能力做這些事情了！以前兒孫給的壓歲錢，都需要拜託別人存款，但是現在可以自己做這些事情，生活上更有信心。也有學生說：老師教我們健康的觀念，我們和老師分享我們種的菜，假日兒孫回來吃我煮的菜，他們都說，阿嬤，你好讚喔！學生也說：以前出外的時候，因為不識字，所以不敢自己外出到比較遠的地方，但是經由老師親自帶大家出去玩，學習外出的交通語言能力，現在可以自己搭車，坐火車與捷運，外出時更有信心；原本不識字的生意人，也經由「成人識字班」的學習，在生意往來時，不需仰賴他人。更有學生表示，學習的之後，和孫子的互動更有進一步的趣味。

林美惠老師除了樂於「成人識字班」的教學外，並對於環境自然生態維護和地方文化非常重視，擔任和平島和平社區導覽人員，除了可以介紹自己鄉土的特色風貌、歷史風俗外，亦可以作為有興趣擔任導覽人員的年輕人學習的對象。個性開朗活潑的林老師相信有健康的身體，才有美好的人生。為了推廣運動，在和平島平寮里叮噹快樂隊擔任指導教師。在基隆市與內政部衛生福利部辦理的比賽中，屢屢獲得好成績，也進入老人院、醫院和其他的社會服務機構表演，帶進健康，帶出活力！林老師表示，比賽並不是他教排舞隊的主要目的，他的想法很簡單，就是回饋社會、跳出健康、跳出人生的信心與價值，並重啟和平島上這些辛苦的老人與外配生活的快樂。可見，多才多藝的林美惠老師，不僅發揮個人所長奉獻社區，且透過舞蹈帶出和平島上的活力與信心。

「我們有能力，就要回饋社會！」是林美惠老師的座右銘；有機會可以回饋社會，讓自己的退休生活不孤單寂寞，老師希望在和平島上的點滴付出，除了可以讓島上的居民培養生活的能力，信心的建立、也可以提升自己與他人生命中的價值，相信我們定能繼續看見林老師快樂且熱心的穿梭於和平島上奉獻心力。

快「樂」學習「新」天地 忘記年「齡」「泰」有趣 ～新泰樂齡學習中心之經營策略～

新泰國小訓育組長 胡德和

一、前言

根據天下雜誌調查，臺灣出生率全球敬陪末座，人口老化嚴重，臺灣已面臨「高齡化」、「少子化」的社會現象，學生數的減少，讓學校出現許多空教室與閒置空間，為增進高齡者社會參與及終身學習，並充分運用學校閒置空間，新北市政府大力推動樂齡教育，目前在新北市29個鄉鎮區，設置了31所以國小為據點的樂齡學習中心，達到區區有樂齡中心的目標。



新北市新泰樂齡學習中心於民國97年掛牌成立，是新北市最早成立的樂齡學習中心之一，位於新泰國小新泰樓四樓電梯旁的教室，利用兩間閒置教室打通規畫改建而成，整個空間瀟灑溫馨與藝文氣息，提供樂齡長者舒適的共學、共餐場域。

二、新泰樂齡學習中心之經營策略

新泰樂齡學習中心為充實高齡者活動內涵，風華再現貢獻於社會，讓高齡者快樂學習忘記年齡，致力於推廣樂齡教育，從政策規劃的管理、專業知能的成長、創新課程的推動、環境文化的營造著手，結合學校與社區資源，整合行政、教師、志工的力量。茲闡述其經營策略如下：

（一）政策規劃層面：

新泰樂齡學習中心在政策規畫層面上，運用品質管理、創新管理、績效管理，整合各項行政措施，以樂齡教育為核心，建立樂齡教育之服務行政。

- 1、成立「樂齡教育發展執行小組」，以校長為總召集人，相關行政業務由學務處訓育組負責。運用SWOT分析規劃樂齡教育各項工作與活動內涵。

- 2、形塑「愛」、「傳承」、「樂學習」之願景承諾，建置樂齡中心e化資訊平台。
- 3、將玩具工坊代間教育、學生世代志工服務學習及樂齡童軍實施方式及相關活動，規劃於學校行事曆，全校親師生共同執行。
- 4、樂齡中心組織分組為庶務組、創意企劃組、行銷招生組、檔案管理組、健康醫護組，共同推動及發展樂齡教育。

(二) 專業知能層面：

新泰樂齡學習中心在專業知能層面上，引進專家指導，強化組織學習，獎勵卓越典範，積極參與各項研習與培訓，以提升教師與樂齡志工專業知能素養。

- 1、鼓勵並推薦樂齡志工參與教育部樂齡講師培訓課程，目前有四位樂齡志工通過初階培訓，一位樂齡志工完成進階培訓。
- 2、鼓勵並推薦樂齡志工參與交通部老人交通安全教育宣講推廣員訓練，目前有三位樂齡志工為交通部的「路老師」。
- 3、推薦多位樂齡志工參與新北市玩具醫生修護研習，並辦理校內玩具醫生研習，讓更多樂齡志工具備修護與製作玩具的能力。
- 4、推薦多位樂齡志工參與新北市樂齡學習中心志工特殊訓練，提升樂齡志工高齡教育的知能。
- 5、業務承辦教師定期參與樂齡中心聯繫會議與行政人員研習活動，熟悉樂齡中心課程與行政工作之運作。
- 6、推薦樂齡志工參與新北市終身學習楷模選拔，目前有三位樂齡志工分別榮獲新北市第一屆、第二屆、第三屆終身學習楷模。

(三) 課程活動層面：

新泰樂齡學習中心在課程活動層面上，了解樂齡學員需求，規劃多元創新課程，包括樂齡核心課程、中心自主課程及貢獻服務課程，並成立「玩具工坊」與「樂齡童軍」自主學習團體。

- 1、規劃樂齡核心課程128小時，中心自主課程199小時，貢獻服務課程76小時，課程總時數403小時。
- 2、成立「玩具工坊」自主學習團體，除了陪學童玩玩具與修復玩具之外，並進行一至四年級的「代間教育」，藉由彼此工作交流以及和孩子的互動，使志工間及祖孫間情感交流更為密切。

- 3、成立「樂齡童軍」自主學習團體，藉由參與童軍活動，從中獲得成就感，拓展人際視野，培養助人觀念，精采人生樂章。
- 4、規劃「學生世代志工服務學習」，指導學生懂老敬老親老，與老人共餐，陪伴老人聊天、手工藝DIY等，營造祖孫同樂的溫馨祥和氛圍。

（四）環境資源層面：

新泰樂齡學習中心在環境資源層面上，打造校園空間美學，營造優質學習情境，發揮境教功能，並結合校內外各項人力資源，提升樂齡教育影響範圍，擦亮新泰樂齡學習中心的招牌，讓新泰國小的樂齡教育從招牌到品牌到名牌。

- 1、樂齡學習中心內規劃閱讀區、課程區、藝文區、歡唱區、休閒區、代間教育區、作品展示區等，並備有辦公桌椅、電腦、印表機、投影機、置物櫃、書報架、休閒沙發、茶具、飲水機等設備。
- 2、結合松年大學、新莊區社區大學尋求樂齡課程師資支援。
- 3、結合新莊藝文中心、新莊運動中心、新莊老街等外部資源，規劃在地文化藝術學習活動。

三、結語

新泰樂齡學習中心推廣樂齡教育已經邁入第七年，其成立讓樂齡長者風華再現，增進了彼此密切的互動學習，凝聚了對新泰國小的向心力，消除了生活中原有的孤單感，讓生活更加充實，身心更加健康，減緩老化現象，解決社會問題。

本中心也因為經營有成，績效卓著，獲獎連連，多次榮獲「新北市樂齡中心訪視評鑑特優」，並榮獲「教育部103年度社教公益團體獎（高齡教育類）」，樂齡志工榮獲新北市第一屆、第二屆、第三屆「終身學習楷模獎」，業務承辦主任榮獲「103年度教育部第2屆樂齡教育卓越領導獎」，因「玩具工坊」與「樂齡童軍」兩大特色，屢次獲得報章媒體的採訪報導。



有效的終身學習方式一

「學習工作，工作學習」經驗分享

新北市明志國小教師 楊淑如

科技日益進步，知識日新月異，為了適應時代的潮流，我們應該不斷的自我充實，追求專業的成長。身為教師的我們，不能以過去的知識，教導學童，適應未來的生活。E.J.King曾說過：「一位優良的教師，必是終身的學習者。」可見，終身學習的重要性。然而，終身學習者，才能教出終身學習的學生。唯有教師不斷的提升專業知能，追求專業發展，才有進步的教育。也因如此，期許自我能提供學生更有效的學習，於是，在教學二十載後報考國立大學教學與課程碩士在職專班，也很幸運通過考試。由於，研讀的教育專業知能與教學實務工作是可相互結合、驗證。於是，開始展開白天是老師，晚上是學生的「學習工作，工作學習」生涯。

雖然，每天拖著疲憊的腳步到研究所學習，但是心靈卻是愉悅、豐富的。身兼學生及老師的角色，我更能體會學童們的感受，也更能從孩子的角度去思考他們需要的是什麼？如何引發學生的學習動機，探索知識的奧妙。透過課程理論與實務的探討，讓我不斷地省思在教學現場如何營造更好的學習氛圍，引發學生的學習興趣；藉由教育專題的研讀，我們了解了時代教育的脈動，舉凡：學習共同體、合作學習、差異化教學、翻轉教學……等。這也同時提供我更多教學策略，與時俱進，營造更好的學習環境。

當我將「合作學習」策略應用於教學時，學生們的積極學習態度及效果，常常是讓我驚喜不已。有一次，我將「合作學習」方法使用於「讀報教育的介紹」。當我詳細的解說及分組完畢後，學童們分工合作，彼此相互學習。各組組員認真進行討論、寫學習單，形成一幅美麗的學習風景。在組員上台報告時，孩子們流露自信說明各組的討論結果，這也讓我深深了解，即使是低年級的學童也是有無限的可能。就如同1960年布魯納所說：任何科目都可以藉著不同方式教給任何學童。當然，中間也有一些小插曲，但只要老師秉持多一點耐心等待，多給孩子一點的學習空間，將會發現

孩子有更多不同的亮點。一張張稚嫩的笑臉，積極主動的學習態度，常常是我教學的動力，他給我許多教學的樂趣，也豐富了我的生命，更不斷提醒自我教育的使命--國小階段是孩子學習的黃金期，在孩子的金色童年，我們應該給他們一個快樂成長的學習環境。學習中工作，工作中學習，讓我樂在學習、享受學習。

聯合國教科文組織（UNESCO）於1989年的「面向二十一世紀研討會」中，提出道德、倫理、價值觀念是人類在二十一世紀所面臨的首要挑戰。然而，全球教育諮議會認為二十一世紀的教育方向和特色是讓「學生變好、比讓學生變聰明來得重要多」。由此，個人深感品德教育的重要。於是，個人於在職專班期間，致力於品德教育的探討，成立了教學社群，參與研習、座談會、專書研讀。了解學生的心理發展，學習各種品德教學方法，進行各種不同的教學行動研究。

有時候，學生因品德的學習，變得更能設身處地為人著想，時時關懷同學，教室處處充滿溫馨和諧的氣氛。這也帶給自己很大的成就感，也看到未來社會的希望。在學期末，綜合課的最後一堂課，全班小朋友主動擁抱綜合老師，異口同聲真誠地說：「老師謝謝您！」這溫馨的一抱，令人感到溫馨。老師感動不已地說：「這真是溫暖、貼心、懂事、可愛的一班。」小小的動作，卻蘊含孩子們滿滿的感謝與祝福。老師多麼希望班上每個孩子身段和心都能很柔軟，愛自己，尊重別人。希望孩子們能懂得感恩，珍惜所擁有，創造美好的未來。孩子一點一滴的進步，讓我對教育更充滿了信心，也對教學更有成就感。

透過行動學習法，不但解決了現場教學的實務問題，而且還能幫助個人的學習與發展。透過教學社群固定的時間集合討論、經驗分享、在重新修正教學，也促成更多的學習與行動。

聯合國教科文組織在1996年也指出：「終身教育是人類進入廿一世紀的一把鑰匙。」終身學習的理念，為時代潮流的趨勢；終身學習可幫助人們獲得更多日新月異的知識、情意、技能，提供更美好的願景。美國未來學者托佛勒：「學習是進入廿一世紀的一把鑰匙。」學習是保持人類活力的重要方法，如果能將學習列為日常生活之一，隨時隨地都能獲取新知，不論是經驗學習、旅遊學習、閱讀學習……等。生命色彩也因為學習而豐富。透過教師專業與終身發展理念，在學習中工作，也在工作中學習，達到有效的終身學習，提升教學專業素養，充實教學的研究知能。讓我學習成長，受益良多，也更能引領學生快樂的學習。

以學校為核心推動終身學習新對策 新北市幸福甜甜圈親職成長團體

新北市新店區青潭國民小學 輔導主任 陳紹賓



壹、前言

一、新時代父母的挑戰與困境

隨著時代快速變遷，資訊化社會與多媒體表象文化的形成，新時代的父母們，面臨著詭譎多變的外在環境以及似對似錯的多元論述，無法再以自己成長的舊經驗來教導鬼靈精怪的孩子們，因此常常使得為人父母者，找不到有效教養的著力點，成為新時代父母普遍存在的挑戰與困境。

二、家庭功能失衡學生成為學校輔導新課題

家庭功能的發揮，有助於社會的穩定發展，現代家庭應具有生育、經濟、教育以及保護照顧的功能，這四項功能缺一不可，如有失衡的情形，即會有不利的影響。然而隨著時代的變遷與全球化的影響，家庭功能失衡的情形日趨嚴重，而這些家庭的孩子也開始反撲社會，筆者擔任輔導主任以來，即深切的感受此一現象，以教育與保護照顧功能不佳的家庭為例，父母對孩子欠缺正向的價值與溫暖的關懷支持，反而盡是語言與肢體暴力，孩子的反社會人格便逐漸形成，從逃學、凌虐動物、霸凌弱小同學開始，升高到燒殺擄掠，無惡不作。

三、新時代父母需要終身學習模式的親職教育

做父母不是天生就會的本能，想成為孩子心中的好父母，需要後天持續的學習和努力。由於家庭的互動是一種持續發展的歷程，在每個階段都會有不同的難題與困境出現，如何在父母迷惘的十字路口給予有效的引導與支持，即為健全家庭功能的關鍵。按此，學校若能主動導入適當資源，透過終身學習的模式來持續發展父母的親職知能，應可有效滿足父母的期待，深化家庭教育與學校教育的效能，而新北市幸福甜甜圈親職成長團體正是一種終身學習的親職成長模式，值得學校多加利用。

貳、幸福甜甜圈與青潭國小的美好邂逅

一、在地扎根、有機系統的終身學習模式

新北市家庭教育中心有感於親職教育需求的迫切性，從民國98年開始整合志工人力，每年進行約100小時的「親職團體」帶領人培訓，請來知名輔導專家，前張老師總幹事吳澄波等人擔任培訓講師，透過理論與實作協助帶領人自我成長，並在培訓後以兩人一組模式到學校及社區進行4次親職小團體，協助家長針對教養難題，藉由分享、團體支持、經驗交流等方式，找到屬於自己的最佳對策，可說是一種專屬現職父母的在地化、系統化與有機化的終身學習模式。



二、以幸福甜甜圈改變青潭國小家長的親職學習模式

(一) 幸福萌芽-貼近家長的實務需求：

青潭國小位處新店市郊，在學孩子約有50%的比例來自弱勢家庭，因此協助家長與孩子們能夠安心就學，一直是本校的經營重點。在家長支持系統的部份，學校歷年來都會利用晚上的時間辦理親職教育講座，但是參加的家長不多，細究其原因主要有二：一是晚上為家人齊聚的時間，尤其是媽媽們為家人們張羅晚餐，料理家務，實在沒空來學校參加；二是親職講座的主題比較不能切合家長實務上的需要，父母其實比較期待能夠獲得有效的輔導方法，而非空泛的原則。按此，筆者擔任輔導主任後即向本市家庭教育中心申辦幸福甜甜圈親職團體計畫，希望以平時日間辦理，輔以父母感興趣的實務主題與集體探究的團體學習模式，符應家長們的期待。

（二）幸福茁壯-小而美的親職學習模式

很幸運的，我們的努力獲得了中心的肯定，截至目前為止，已經連續核准了3次申請計畫，讓幸福甜甜圈親職成長團體成為本校家長穩定的親職學習資源。在學員招生的部份，筆者會製發說明書與報名表，並在學校首頁放置幸福甜甜圈的超連結，提供運作模式的影片說明，讓家長能夠一目了然，並做好參加的心理準備。而在成員參加數量的部份，由於這是一個小團體學習模式，本校最多開放到16個名額，對於無法參加的家長，只能保留到下一次。

申辦幸福甜甜圈對於學校的優點有三：一是家庭教育中心統籌儲訓分配團體帶領人，學校不用擔心師資來源與素質；二是經費由中心全額補助，學校只需協助招生並提供場地，降低行政負擔；三是課程主題多元，上課採用學習共同體的探究模式，能夠有效提供家長適切的輔導方法，有利於學校初級預防輔導工作落實與成效。

幸福甜甜圈目前已發展出的課程主題有三大系列：A系列-有愛無礙GO GO GO，包含親子溝通有愛無礙、教養態度大不相同、我家的孩子轉大人、同儕人際友伴同行等四個主題探究；B系列-與孩子共舞，包含生活常規的養成、頂嘴叛逆的處理、孩子說謊的真相、沉迷電視與網路等四個主題探究；C系列-大手小手養樂多，包含看見孩子的亮點、孩子成長與溝通、家事分工總動員、零用錢管理技巧等四個主題探究。上課則是封閉性的小團體模式，由兩位帶領人依據主題，將家長們的教養經驗連結串起，針對教養的困境與難題集思廣益，在對話與交流中激盪出適合自己的最佳對策，帶回自己的家庭予以實踐。

（三）幸福蕩漾-深刻的終身學習經驗

本校已將A、B、C系列各引入辦理1次，由於課程主題貼近現場，上課模式也不同以往單一式的聽講，而是產出型的激盪，獲得家長們極大的迴響，欲罷不能，家長們不僅希望學校多多申辦，而且也提到這樣的親職學習方式真的是很不一樣，學員不僅在互動中分享彼此的經驗，更是在激盪中重新喚起自己對於孩子的耐心與關懷，是一種深刻而動人的學習經驗。

參、期待與展望

基於學校為終身學習中心的使命，本校未來將持續推動幸福甜甜圈的親職團體，提供家長穩定而有效的親職學習模式，也期待未來有更多的學校加入，讓良善的種子透過有效的終身學習模式埋入每個家庭，在父母與孩子正向的互動中開花結果，讓社會在學習向善，向善學習的氛圍中穩定發展。

終身教育典範在興穀

新北市三重區興穀國民小學總務主任 黃書卿

曾獲臺北縣九十七年度師鐸獎的蕭永紅老師，在三重的興穀國小服務了將近二十年，已經在去年七月正式退休了。蕭老師長年協助學校指導田徑隊，獲獎無數；更將畢生收藏無償提供學校成立鄉土文物館，令人敬佩！退休後的蕭老師，依舊盡心協助學校的教育工作，興穀仍是他生命的重心，他貢獻所學並持續自我成長，無疑是風華再現終身教育的優良典範。

無論刮風下雨天氣陰晴，不管平日或是寒暑假，每天一大清早，總能在興穀國小的彩虹跑道上，瞥見蕭老師熟悉的身影。簡單的服裝，配上一頂遮陽帽，黝黑的皮膚上，滿臉都是汗水。在剛甦醒的校園還是一片靜寂的時候，他已經完成了個人的體能鍛鍊，十餘年如一日。七點鐘不到，早已在操場旁候著小選手，自己做到了，再來要求學生，身教重於言教，這是「蕭教練」一天的開始。

蕭老師在興穀國小服務期間，義務培訓田徑隊超過十五年，成績斐然！因為他的專業與付出，學校經常是各項田徑賽事的常勝軍。北縣短跑冠軍楊宗儒，旅日投手姜建銘，四百公尺跨欄國手葛文斌，都曾經是他指導過的學生。退休後的蕭老師，並沒有從學校的運動場上消失，作息一如往常。除了繼續擔任田徑隊的教練外，還積極培養學校的田徑師資，希望可以傳承延續長年累積的經驗與成果。他總是比選手還要早到操場，接著便耐心指導學生，重複著旁人看來單調無聊的練習，揮汗淋漓，不辭勞苦！陽光炙人，他就戴上墨鏡；若是霪雨霏霏，樓梯、穿堂或地下室，就成了練習的好地方。比賽到了，犧牲假期帶選手參賽，可都是家常便飯。退休後當志工，也許不困難，像蕭老師這般投入的，可就不多見了。



終身典範—興穀國小蕭永紅老師

可別以為蕭老師每天就只是訓練一下田徑隊而已，換下運動服，在簡單的盥洗之後，他會立刻到學校三樓的鄉土文物館。打掃環境、查閱資料，整理或修復館藏文物，或是準備幫申請參觀的師生或民眾解說，這是「蕭館長」一天的開始。

蕭永紅老師的老家在苗栗南庄鄉下，從小就常接觸各種傳統文物。一直到後來擔任教職，他深深覺得，在日漸商業化的社會中，許多人只顧著追求金錢和物質享受，缺乏文化與心靈的涵養。而且我們生長在臺灣，當然要認識在地的歷史，更要為傳統文化盡一份心力，而鄉土文物是老祖先的生活用品與智慧產物，這些文物正好可以用來幫助我們瞭解過去的傳統生活。

於是蕭老師從民國八十年左右，便開始進行鄉土文物的蒐集工作，至今已有數千件的收藏品。因為學校的班級數減少，幾年下來有了許多空教室。為了活化閒置教室的利用，蕭老師無償提供上千件文物，成立了「興穀鄉土文物館」，並義務擔任館長，負責解說及管理工作。文物館的館藏十分豐富，包括阿公阿嬤時代臺灣早期農業社會所使用的農具、漁具、傢俱、日常生活用品、交通工具、書籍、童玩、錢幣、木雕及交趾陶等等，包羅萬象，這都是蕭老師平日辛苦蒐集來的。文物館具有多元的功能，除了可以保存鄉土文物，提供學校的老師教學使用，也接受校外團體預約參觀，是一個兼具教學功能與提供民眾思古懷舊的好地方。蕭老師認為，珍視傳統文化才能邁向寬廣未來。



化身解說員——「蕭館長」
為學生解說鄉土文物典故



退而不休——蕭老師退休歡送會



風華再現——「蕭教練」退休後仍義務培訓田徑選手

蕭老師也利用時間指導校內的小朋友擔任小小解說員，希望培養學生文化認同及熱愛鄉土的情懷，能喚起更多人對鄉土文化的關注。平時也不斷鑽研鄉土文物的專業知識，四處蒐集文物，以豐富館藏。然而因為學校的人力有限，蕭老師幾乎扛下了文物館所有的管理維護工作，在他退休之後，還是繼續堅守崗位。可能很多人不明白他的想法，但若看過他為大家導覽時所流露的滿足笑容，在解說文物典故時散發出的翩翩風采，或許我們就可以知道答案了。

蕭老師有著客家人勤奮儉樸、吃苦耐勞的優點，不僅有教學的專業與熱忱，對文化的傳承，更有一份執著與熱情。退休後的蕭老師，依然協助學校的教育工作，這種默默付出的精神與毅力，不由得讓我們從心底升起一股敬意，他對教育的認真與堅持，著實令我們動容。對一個規模不大的學校來說，這固然是退休人力資源的有效運用，但對蕭老師來講，他一直在做著他認為有意義又有興趣的事情，這可是他的終身志業。

「美國線上」前總裁泰德·李昂西斯說：「快樂能將你推向成功！」蕭永紅老師樂於付出，樂在教育，是教育工作者的優秀楷模，也是終身教育的成功標竿。熟悉的身影，還會在興毅的校園中繼續出現；服務的熱忱，無疑是興毅國小一幕最美麗動人的風景。他是蕭教練，是蕭館長，也是永遠的蕭老師。終身教育與學習，在興毅國小有了最佳的典範。我們期待，社會上的許多地方，都會有很多很多的蕭老師。我們也思考，退休不是結束，而是另一個全新的開始。

（本文作者為興毅國小總務處黃書卿主任，與蕭永紅老師共事十八年。）

終身學習－發掘生命的出口與價值

新北市崇德國民小學補校主任 洪國維



終身教育在崇德

隨著知識的快速翻轉，終身學習日益受到重視，終身學習可以累積經驗與收穫，不但提升生活品質，也可以確保與社會潮流同步，因此，「全民終身學習」的理念，在全球社會中被視為一個既必要且可實現的願景。

多年來政府一直推展成人教育，提倡終身學習的理想，配合教育政策，崇德國小附設補習學校自83學年度開辦，以失學民眾為對象，提供就近學習的機會；近來亦將服務對象擴及新住民，冀望藉由完善的學習策略，達到終身教育的五大目標：1.幫助個人發展2.強化民主素養3.開展社區生活4.促進社會融合5.達成發展、創新、增進生產力，促進經濟的成長。（黃富順，1998），邁向終身學習，也就是邁向成功的未來。

崇德國小附設補習學校於民國83年至103年的20年間，已經培育出數百位畢業生囉！期間不但提供失學民眾學習機會與感情交流，更譜出了許多感人的就學故事，秀丹女士的求學歷程，就值得與大家一起分享。

一個勇敢又特別的學生！

秀丹在36歲時因一場意外而導致下肢癱瘓，僅能依靠輪椅代步，原本熟悉的一切瞬時起了巨大的改變，生活的困境讓秀丹陷入人生低潮，所幸在朋友鼓勵與指引下，接觸了宗教，讓秀丹找到支持的力量，而她雖然成為虔誠的教徒，但從小失學的她，卻看不懂聖經上的文字，僅能依靠他人口述才能深入瞭解聖經的內容，這讓他深深感受到除了肢體的不便外，不識字更是他人一生中另一個障礙。



肢體的不便無法克服，不識字卻可以經由努力而改變

教會的牧師感受到秀丹強烈的求知慾，於是推薦秀丹來崇德補校上課，並貼心地為秀丹準備了一張大桌子，好讓秀丹坐著輪椅也能讀書寫字，因為輪椅的關係，她只能坐在教室的角落，但老師卻無法忽視她，因為在課堂中，她總是炯炯有神地注視著黑板，想要識字的動力讓他一有疑惑就會立刻說出問題，然後再不好意思地補舉手向老師求教，也因為如此，她比別人更敢開口，學習的更快，漸漸地，她有了自信，當其他學生有疑惑時，秀丹還能教別人呢！學習所帶來的成就感，也成了她繼續學習的動力。

秀丹不一樣了！原本較沈默的她逐漸開朗起來，課餘閒聊時，幾位學生會談到自己生活上的不如意，她也會以自己為例來開導別人，豐富的人生閱歷及樂於分享的個性，讓秀丹成為班上稱職的輔導老師；秀丹雖有兒女，然而她從不依靠兒女生活，好強的她不讓自己成為家人的負擔，總是想盡辦法照顧自己，偶爾也會開開玩笑，輕鬆看待自己的生活，同學們看見秀丹勇敢擁抱自己的不幸，樂觀面對一切，也紛紛向她看齊，畢竟與秀丹相比，自己已經夠幸福、夠滿足了！

汐止的冬天，天候濕冷，依靠電動輪椅代步的秀丹，每回通勤到校都像打了一場硬仗，卸下雨衣後，微濕的髮際、凍透的雙腳，老師也於心不忍，偷偷告訴她：「雨如果下得大些，或氣溫實在太低時就別來了！」她卻從未缺席；而天氣酷熱難耐時，秀丹坐在椅子上，必須經常更換姿勢，以免濕熱帶來皮膚上更大的不適，但每換一個姿勢對她而言都不輕鬆啊！秀丹除了雙腳不便，她身上還有一個二十四小時不可分割的親密夥伴—尿袋，生活極其不便，她卻處之泰然，儘管生活有再多的苦楚與不堪，堅持學習的她，笑容依舊燦爛！

師生共譜繪畫天地

除了國語、數學課外，為了讓補校學生多元學習，進而提升進修意願，我們結合教師專長，從三年級上學期開始，課程內容加入書法、資訊與繪畫，而學校的好意，竟也意外開啟秀丹人生的另一扇窗！

起先秀丹認為繪畫課程無益於語文的學習，無法識字讓她意願不高，上課時顯得興趣缺缺，繪畫課程有時還會遲到，然而在老師的悉心教導及帶領下，秀丹畫出興趣來了，有天跟老師說：「老師，我很後悔沒準時來上課，我一直以為學習認字對我才有意義，繪畫是浪費時間，可是想不到繪畫讓我很有成就感，我可以廢寢忘食地在家裡連續畫上8小時，因為在畫中找到新的自己。」除了臨摹老師的畫稿，在顏色和內容上也有了自己的想法進而勇於創新，為了一張未完成的畫，她可以不眠不休的畫上一晝夜，這樣執著的學習態度，她畫出了自己的天地！舉辦補校畢業典禮時，我們特別將學生的作品當成場地布置，尤其是秀丹的畫作，細膩的畫風跟豐富的色彩，更讓現場所有來賓驚豔。

生命的出口與價值

終身學習讓秀丹擺脫文盲身份，現在他除了聖經之外，可以閱讀更多文章，也跟上時代潮流，開始使用智慧型手機，生活從此變得充實，秀丹說：「感謝上帝使她重生、感謝崇德國小補校讓他成長。」補校畢業之後，她除了知識，也有了勇氣，讓她可以自信地踏上更多未知的領域。

有一種花叫做孤挺花，枝幹直挺而獨立！花朵盛開時就像喇叭，吹奏著生命的樂章，老天給予秀丹諸多磨難，讓她孤單卻仍勇敢獨立的生活著，就如同這花的名字一般，雖然孤挺卻永遠綻放美麗的花朵！



有效的終身學習方法

新北市雙溪國小教師 謝永柔

學習，起始於興趣。教育學者贊科夫曾說：「對所學知識內容的興趣，可能成為學習動機。」有興趣，可能因為過去有從中得到成功的經驗，也可能只單純的因為那份好奇心。人生中走了許久，我們知道學習的好處有無窮多，包含陶冶心靈、理解處事之道…等等。而我們能透過哪些方式學習呢？

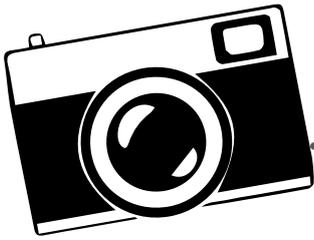
讀書是一種學習。我們能藉由閱讀書中的內容，探討作者於書中傳遞的意涵，進而去體會、思索，也為自己的人生開了一扇另一種經驗的窗。知名英國數學家伊薩克·巴羅也說過：「一個愛書的人，他必定不致缺少一個忠實的朋友、一個良好的導師、一個可愛的伴侶和一個優婉的安慰者。」透過與書中內容的交會，我們也多了些人生道路的參考。看著書中人物是如何度過那些年歲，是否也和我們有相同的經歷，又有什麼值得借鏡的地方。張朝曾說：「少年讀書，如隙中窺月；中年讀書，如庭中望月；老年讀書，如臺上玩月。皆以閱歷之深淺，為所得之深淺耳。」從小到大，讀同一本書，都有不同的體悟、激盪出不同的生命火花。既能越讀越有興趣，也能從中得到許多內涵，讀書因此可做為一種有效終身學習方法。現代亦有電子書的出現，讓原本過小的書本字體也能藉著電腦、平板或手機螢幕放大，方便閱讀，使我們更有效的達成終身閱讀之願。

生活的本身，是一種學習。生活中，總要面對許多繁雜的事，也有許多困難尚須突破，更不用說還有一些批評的話語需要應對。然而，沒有經歷一番寒徹骨，焉得梅花撲鼻香呢？在突破這些關卡與考驗後，會發現自己的心更加堅強，也更能夠接受許多事的挑戰了。從學習面對與解決目前的生活的每件事開始，也是種終身受用的學習方法。

與他人的互動，也是一種學習。在這社會中，與各式各樣的人們交談、互動，一起從事各式活動，也分享彼此的生命歷程，從共通點中相互取暖、依偎；從相異點中，發現更多樣的生命選擇。一起創造出更多的夢想、發展出更多樣化的興趣，並嘗試去實踐、突破自我。因為有夥伴的支持與鼓勵，讓目標的距離瞬間縮短，也更有意願去嘗試更多。多與他人接觸，尋找志氣相合的朋友們，也是種多麼美好的經驗與學習方法呀！

學海無涯，勤是岸，學習的重心不在我們學得多或學得少，而在我們從學習的歷程中吸收了多少、對生命的看法有多少的增長或改變。蘇聯文學的創始人高爾基說：「學習——永遠不晚。」無論從前的學習經驗是如何的，謹記，我們永遠能「從現在開始」！學習的本身，就是一種體驗，只須突破我們心中的害怕，從讀書、與他人互動，或從現在的生活開始，勇敢跨出第一步，並保持這份精神與熱忱，保持愉快的心一直學習下去。

樂齡技藝傳承經驗分享 以臺中市西區樂齡學習中心老照片翻修 技術課程為例



..... 臺中市西區樂齡學習中心主任 王仁癸

壹、前言

高齡化社會的來臨，高齡人口必將增多，勢必將造成國家經濟、社會與政治上很大的衝擊；而教育部為了因應高齡化時代的來臨，於民國95年公佈「邁向高齡社會老人教育政策白皮書」，內容有提到老人經驗與文化傳承的重要性；因此，臺中市西區樂齡學習中心為了將長者的技藝、經驗與文化能留存給下一代，開辦樂齡技藝傳承課程，首先開辦「老照片翻修課程」，後續會開辦傳統技藝、美食等課程，讓一些文化技藝傳承不會出現斷層。

貳、開辦「老照片翻修課程」起源與價值

一、開辦「老照片翻修課程」起源

在一個偶然的機會裡，有一長者學生參加臺中市西區樂齡學習中心舉辦的美食、紓壓與戶外教學課程，在閒聊中，才發現到此長者身懷老照片翻修絕技，其子女都不願繼承父業，其培養的年輕徒弟都不耐吃苦與不夠細心，造成所學到老照片翻修技藝不夠精熟，不能夠原汁原味地呈現當時相片情境，於是此位長者一直想把技藝傳承下來，且跟我想從事樂齡技藝傳承的理念相符合，於是就在今年3月開辦第一批老照片翻修課程，要將此技藝傳承給有興趣的學生，同時臺中市西區樂齡學習中心在未來經營上，也能透過樂齡技藝傳承的接案，來增加中心的財源，以便能永續的經營。

二、老照片翻修價值

一張張泛黃的老照片，記錄著不同年代的人事物，以不同的圖像保持著歷史的紀錄，若是親身經歷的當事人，必懷有濃厚的感情，會很珍惜此張老相片的價值，為了讓大家知道老照片的價值，促使有學習動機的產生，將其敘述如下：

(一) 記憶的重現

老照片紀錄當時年代情境，若擁有者或觀看者有親身體驗過，會對此老照片賦有濃厚的感情，而能感知到此相片代表的意義與年代情境背景，而能將對老照片所呈現的圖像能達到記憶的重現，而勾勒出過去種種情境的回憶。

(二) 強烈的文化符號

老照片保存當時年代情境紀錄，若要瞭解當時年代的背景文化，透過老照片圖像的聯想與觸動，就能進入當時情境的歷史文化記憶，以便能追求更美好的未來生活。

(三) 反應當時的情境日常生活

老照片讓當時情境日常生活得以重現，讓我們瞭解當時的社會與文化，使得閱讀者可呈現多元生活史，不再侷促於教科書所呈現的資料。

(四) 審美藝術的重視

現在美學的趨勢，強調美學生活化，使得老照片的圖像，可融入人文的美感與精神上的啟發，讓藝術美學的感染力，落實在日常生活中。

參、老照片翻修技術課程規劃

一、老相片翻修技術課程教學大綱

(一)	目的	要將長者經驗與智慧，可以留傳下來，特辦此課程，以促使文化傳承不會出現斷層。
(二)	對象	一般民眾
(三)	費用	免費，但要收保證金500元，缺席2次，保證金沒收，以供結束後聚餐使用。
(四)	上課地點	臺中市西區華美西街一段160號（臺中市西區樂齡學習中心）
(五)	教學內容	
	上課日期	課程大綱
	3月15日（星期日） 13：00～16：00	Photoshop基本功能教學與練習
	3月22日（星期日） 13：00～16：00	老照片編修
	3月29日（星期日） 13：00～16：00	老照片的裁切及尺寸調整
	4月5日（星期日） 13：00～16：00	老照片的裁切及尺寸調整老照片瑕疵修補
	4月12日（星期日） 13：00～16：00	老照片的色彩修正
	4月19日（星期日） 13：00～16：00	老照片的放大、去背、合成

二、老相片翻修技術課程規畫的特殊原因

(一) 教學對象為一般民眾：

年滿55歲的樂齡者，常因身心理老化的影響，學習速度緩慢，若有年輕的學生加入學習，透過分組的合作學習，年輕的學生可教導年長者adobe CS3 photoshop的操作使用，年長者也能敘述老照片當時的情境背景給年輕同學知道，有利於年輕學習者賦於老照片翻修的感知能力，促使在製作細節上能特別的用心。

(二) 費用為免費，但要收保證金500元：

怕學習資源浪費，且可督促學生過來學習。

(三) 教學內容呈現簡單明瞭：

怕教學內容太過複雜，會促使學習過程有所學習壓力存在，而越簡單的操作步驟，越有利於長者學習，促使學習成效的產生。

肆、老照片翻修技術課程成果與建議

歷經約24小時的課程，發現到老照片翻修課程的一些學習成果與建議，將提供給成人教育工作知道，日後得以改進與減少教學方式錯誤的發生。

一、老照片翻修技術課程成果

(一) 代間學習的產生

年輕學生與長者學生透過小組的合作學習，彼此互相學習幫助，形成每一小組世代成員間都有濃厚的學習革命情感，彼此間的瞭解，讓長者的智慧經驗得到價值的尊重，年輕者的科技能力有發揮貢獻的餘地。

(二) 發揮自我主動學習能力

來參加的學員，知道老照片翻修的價值與意義，在學習上會特別認真，知道可應用在自己生活中，或有未來能有接案的機會。

(三) 老相片作業成果的呈現

課程規劃中，有規定學員課程結束後繳交相片，學員都親自呈現翻修自己有關的老照片，增加了學員的學習興趣。



二、老照片翻修技術課程建議

(一) 筆電的規格不要太舊

因為長者的筆電普遍都是雙核心，都是接收子女不要的舊筆電來學習，於是在操作執行上，電腦執行速度慢以及容易有狀況發生，就有長者因中途筆電故障或感到對筆電操作很陌生，而放棄了學習。

(二) 上課時時間不能太長

有長者反應，上課學習時間3小時太長，容易造成疲倦，希望在課程進行的時間，有適時的休息，約40~50分鐘休息一次，或者能參雜一些動態肢體語言課程，來提神。

(三) Adobe Photoshop教學要呈現步驟化

長者希望學習內容能呈現簡單化，只要透過幾個步驟就可完成，於是在教學方式上，希望口頭講述與實地演練操作後，教師能將每一操作步驟寫出來，或者有操作步驟講義可參考。

◆參考文獻

教育部（2006）。邁向高齡社會老人教育政策白皮書。臺北市：教育部。

新北市第11期終身學習期刊邀稿啟事

一、徵求稿件：

本期主題為：「風華再現-經濟活動篇」，邀稿單元及字數如下列，歡迎踴躍投稿。

(一)「焦點探索」單元：

以研討「退休人員開展事業第二春或以退休人員為對象所發展的經濟活動」為主題，每則字數1萬字以內。

(二)「學術研究」單元：

以討論「退休人員參與社會服務的趨勢」為主題，或「其他終身學習相關之專題研究」，每則字數5千字以內。

(三)「經驗分享」單元：

以發表「有效的終身學習方式」或「國內外終身學習之優良案例報導」為主題，每則字數1~2千字以內。

(四)「終教園地」單元：

以「補校」或「成人教育專班」、「樂齡學習中心」、「社區學習中心」、「社區大學」之經營策略、教學省思或學員學習心得為主，每則字數1~2千字以內。

二、邀稿方式：

(一) 賜稿請寄電子檔，亦可自附照片或相關圖片電子檔（解析度300萬畫素以上）。

(二) 本刊對來稿有刪改權，稿件恕不退還，請作者自行保留原稿。

(三) 賜稿請註明姓名、身分證字號、服務單位、職稱、聯絡電話、聯絡地址、電子信箱。

(四) 參考文獻的呈現方式請符合APA格式。

三、賜稿處：

(一) 稿件電子檔請寄：840603@ntpc.edu.tw

(二) 聯絡地址：新北市新店區新烏路99巷10號龜山國小-教導處。

(三) 承辦人：翁素敏主任，電話：(02) 2666-7317*12，
傳真：(02) 2666-7421。

四、稿費：

來稿一經刊登，撰稿費每千字580元整並致贈本期期刊乙本。

五、截稿日期：104年10月15日

雲嘉參訪



”家”年華活動





活動花絮



第 10 期

新北市終身學習期刊

The Journal of Lifelong Learning of New Taipei City

發行人：朱立倫
召集人：龔雅雯
副總召集：蔣偉民、黃靜怡
編輯委員：何茂田、李孟璇、江彥廷、方慶林
編輯小組：歐亞美、廖文志、郭秀翎
執行編輯：李昀龍、謝靖緹、翁素敏
校對：洪靜春、石啟宏、孫德仁、蔡佳珍
內文圖片：安坑國小
出版者：新北市政府
地址：新北市板橋區中山路1段161號20樓
第10期主編學校：板橋區文聖國小

印刷設計：睿濚視覺設計有限公司
出版日期：104年8月31日



新北市終身學習期刊

The Journal of Lifelong Learning of New Taipei City

