

終身學習期刊

The Journal of Lifelong Learning

29 期

經驗
分享

終教
園地

學術
研究

焦點
探索

主題

終身學習創新措施的他山之石

Lessons and Experiences Learned for Initiating
Innovative Policies on Lifelong Learning

局長序

5

焦點探索

6

終身學習創新措施之國際趨勢

王如哲 國立台中教育大學教育系 特聘教授 6

德國樂齡學習政策與策略之探討

吳明烈 國立暨南國際大學諮商心理與人力資源發展學系 特聘教授 19

韓國新型態終身學習：Matchup 計畫

黃月純 嘉義大學教學專業國際碩士學位學程與教育系 特聘教授 28

從自我導向學習觀點培育中高齡資深員工勝任企業內部講師之策略

李昕真 中正大學成人及繼續教育學系 碩士生 36

終身學習創新措施 - 以新北市、苗栗縣與教育部為例

謝宗翰 新北市三重區修德國小 教師 42

學術研究

53

從代間學習觀點促進高齡者提升自我價值之策略

葉芳姘 國立中正大學高齡者教育研究所 碩士生 53

終教園地

62

高雄鎮港園社區大學鼓動樂齡學習，人生樂來樂好

李文娟 國立高雄師範大學成人教育研究所 碩士生 62

樂齡學習深耕拓點~以香草學苑為例

洪英淑 新北市坪頂國小 教導主任 65

經驗分享

69

優雅老化—談銀髮族如何於日常生活中增能

吳慧諺 高雄師範大學成人教育所 研究生 69

終身學習新思路：新北市諮詢服務開創教育新模式

卓重亨 新北市三重區三重國小 輔導主任 72

禪繞與生活—在禪繞中找到更好的自己

陳柏如 國立高雄師範大學成人教育研究所 碩士生 76

終身學習「童」創新 樂活服務「軍」共榮

陳育正 新北市汐止區白雲國民小學 學務主任 79

第 30 期邀稿啟事

82

第 30 期投稿資料 82



終身學習創新措施 的他山之石

隨著全球化與 AI 時代來臨，知識更新的速度日新月異，終身學習成為適應社會變遷和提升競爭力的關鍵。聯合國永續發展目標 (SDGs) 也強調終身學習為實現其他目標的重要基石，例如消除貧窮、促進性別平等、提升健康水平等。此外，AI 人工智慧等新興科技為終身學習迎來了前所未有的契機，將徹底改變我們學習的方式和內容。國際上因應此趨勢，在推動終身學習上有何創新作法，值得我們探究，並汲取優良作法予以試辦、實踐。

而新北市長期致力推動終身學習，並實施多項具體措施，成果斐然。這些措施包含建構多元學習網絡、推動世代學習、鼓勵終身學習風氣，近期也積極整合資源，強調跨域合作，推動終身學習諮詢服務、整合式終身學習地圖、學習型組織選拔等創新措施。因為這些努力，新北市在 113 年榮獲學習型城市認證。

本期焦點探索中，「終身學習創新措施之國際趨勢」，從聯合國教育、科學及文化組織等全球性研究機構終身學習政策報告中，探討建構「學習生態系統」、將 AI 整合到教育中，以及促進「數位創新」等各國創新措施，塑造全球終身學習未來策略洞見。「德國樂齡學習政策與策略之探討」、「韓國新型態終身學習：Matchup 計畫」及「終身學習創新措施-以新北市、苗栗縣與教育部為例」等篇，則探討德國、韓國及臺灣等地的創新作為，藉由快速反應社會需求、靈活提供學習途徑、建立以實務應用為導向的學習模式，致力於呼應學習者的學習需求。

於學術研究中，「從代間學習觀點促進高齡者提升自我價值之策略」一文指出，代間共學不僅拉近世代距離，更能實現雙向學習，以促進社會和諧並提升高齡者的生活品質。此外，透過多元活動、社區參與以及科技應用，代間教育將會持續發展，為社會帶來更多正向的循環影響。

另在終教園地中的「樂齡學習深耕拓點~以香草學苑為例」、「高雄鎮港園社區大學鼓動樂齡學習，人生樂來樂好」皆呼籲應改變現行生活型態與教育模式以促進世代共榮的社會環境。於經驗分享中，「終身學習新思路：新北市諮詢服務開創教育新模式」以新北市學習地圖網站來整合全市 16 類 626 所公私立終身學習機構及其課程資訊，展現政府為民服務的理念。

本期借助他山之石，帶動政府、企業、社區及每位市民共同努力推動成就本市「安居樂業永續學習城」的願景。透過不斷的創新和改善，共同打造一個更幸福、更宜居的城市！

局長張明文

終身學習創新措施之國際趨勢

王如哲

- 國立台中教育大學特聘教授 / 國立彰化師範大學講座教授 /
- 韓國首爾國立大學研究訪問教授 (2023) / 日本京都產業大學訪問學者 (2024-2025)

壹、前言

全球的終身學習正在快速發展，這可歸因於針對不同生命階段學習者需求而設計之創新政策和實施。本文旨在探討終身學習的國際趨勢，從重要報告中汲取洞見，強調創建包容性、靈活性和可及性的教育系統之重要性。來自聯合國教育、科學及文化組織 (United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization, UNESCO)、皇家藝術學會 (The Royal Society of Arts) 和國際長壽中心英國分會 (International Longevity Centre UK) 的報告突顯例如建構「學習生態系統」(learning ecosystems)、將 AI 整合到教育中，以及促進「數位創新」(digital innovations) 等措施。這些措施不僅針對傳統的教育障礙，也運用科技和跨部門合作來支持「持續學習」(continuous learning)。透過檢視這些報告反映出終身學習創新措施之國際趨勢，本文據以提出對於塑造全球終身學習未來策略洞見。

貳、終身學習報告之分析

一、UNESCO 終身學習研究所 2023 年度報告 (UNESCO INSTITUTE FOR LIFELONG LEARNING (UIL) ANNUAL REPORT 2023)

1. 概述 (Report Overview)

UNESCO 終身學習研究所 (UNESCO Institute for Lifelong Learning, UIL) 2023 年度報告顯示該機構在推動全球終身學習政策方面之努力，特別是在支持「永續發展目標 4」(Sustainable Development Goal 4) 的背景下，致力於確保包容和公平的優質教育及終身學習機會。報告強調「學習生態系統」(learning ecosystems) 的建設，這些系統結合個人學習需求和社會需求，以支持各年齡層和各階段之學習 (UNESCO Institute for Lifelong Learning, 2023)，報告亦列出主題優先事項包括：建立優質學習生態系統：內容、科技、教育人員 (Building quality learning ecosystems: Content, technology, educators); 學習、工作與生活：一生的技能 (Learning, work and life: Skills throughout life); 不使任何人落後：讓終身學習包容性更強 (No one left behind: Making lifelong learning inclusive) (參見圖 1)。

Our thematic priorities

- Building quality learning ecosystems: Content, technology, educators
- Learning, work and life: Skills throughout life
- No one left behind: Making lifelong learning inclusive

圖 1 年度優先主題

2. 亮點 (Key Highlights)

- 能力建構 (Capacity Building)：報告中提到的能力建構包括針對政策制定者和教育者的專業培訓，尤其是在發展中國家，提升其設計和實施有效終身學習政策之能力。
- 全球合作 (Global Partnerships)：UIL 透過與全球識字聯盟 (Global Alliance for Literacy) 和 UNESCO 全球學習城市網絡 (UNESCO Global Network of Learning Cities) 等合作夥伴擴大其啟示力。
- 政策支持 (Policy Advocacy)：提供政策建議來因應教育中的障礙，如貧窮、性別不平等和數位落差，以確保所有人都能獲得平等之學習機會 (UNESCO Institute for Lifelong Learning, 2023)。

3. 啟示 (Implications)

報告強調，為實現永續發展目標，應持續增加對教育基礎設施之投資，尤其是在支持邊緣化社區方面。

二、第五次全球成人學習與教育報告 (FIFTH GLOBAL REPORT ON ADULT LEARNING AND EDUCATION (GRALE 5))

1. 概述 (Report Overview)

《第五次全球成人學習與教育報告》(Fifth Global Report on Adult Learning and Education, GRALE 5) 由 UNESCO 於 2022 年公布，重點探討全球成人學習的現狀，特別是針對弱勢群體之挑戰和機會。該報告基於 159 個國家的資料，評估這些國家在推動成人教育之進展 (UNESCO Institute for Lifelong Learning, 2022) (參見表 1)。

表 1 GRALE 5 調查中利害關係者的參與情況

區域 / 收入組別	GRALE 5 回復總計	成人學習與教育機構 / 組織	成人學習與教育提供者	研究機構	大學	非政府組織	國際非政府組織	私部門
全球	154	49%	43%	17%	23%	35%	20%	15%
地區組別								
撒哈拉以南非洲	37	70%	59%	22%	31%	51%	32%	25%
阿拉伯國家	19	32%	30%	0%	18%	39%	21%	12%
亞太地區	29	55%	41%	21%	14%	24%	17%	3%
歐洲和北美洲	43	40%	36%	19%	23%	28%	12%	12%
拉丁美洲和加勒比海	25	36%	40%	12%	28%	32%	20%	20%
收入組別								
低收入	26	77%	52%	16%	15%	52%	28%	20%
下中等收入	38	47%	45%	16%	25%	47%	19%	18%
上中等收入	41	51%	44%	17%	29%	39%	19%	20%
高收入	48	31%	35%	15%	17%	33%	19%	19%

資料來源：UNESCO Institute for Lifelong Learning, 2022, p. 35

註：此表統計資料中橫向各類百分比為其在總計的佔比，因為各類之間有重疊性，所以加總非 100%，特此註明。

2. 亮點 (Key Highlights) :

- 公平與包容 (Equity and Inclusion) : 雖然有些國家在提升成人教育的參與度上取得進展，但針對邊緣化群體的參與度提升仍然有限。60% 的國家反映殘障者的參與無顯著改善，而鄉村地區的參與度在一些國家中甚至下降。
- 投資需求 (Investment Needs) : GRALE 5 呼籲各國增加對成人教育的投資，特別是針對教育資源不平衡之地區，以確保所有成人都有機會獲得學習機會。
- 政策建議 (Policy Recommendations) : 報告建議採用更靈活且包容的政策，以滿足成人學習者的多樣化需求，並強調成人教育應融入國家發展計畫中。
- 數位學習 (Digital Learning) : 數位學習被認為是擴大教育可及性的關鍵，尤其是在 COVID-19 疫情期間，但同時需要因應數位落差之挑戰 (UNESCO Institute for Lifelong Learning, 2022) 。

3. 啟示 (Implications) :

報告指出，需要更系統的方法來解決成人教育的社會、經濟和技術障礙，以確保終身學習的機會可以惠及所有人。報告最後提及最激進的建議是「永續公民意識」(sustainable citizenship) 被視為對不永續發展的一種抗衡，並認可非人類世界擁有其自身的能動性、權利與聲音。基於此，一些人更傾向於使用「地球公民意識」(Earth citizenship) 而非「全球公民意識」(global citizenship) 。

三、人工智慧時代的終身學習 (LIFELONG LEARNING IN THE AGE OF AI)

1. 概述 (Report Overview) :

UNESCO 的《人工智慧時代的終身學習 (Lifelong learning in the age of AI)》報告探討 AI 在終身學習中的應用及挑戰。報告指出，AI 技術能夠促進個別化學習，但同時也強調資料隱私、安全性和公平性之倫理考量 (UNESCO Lifelong Learning Blog, 2022) 。

2. 亮點 (Key Highlights) :

- 個別化學習 (Personalization through AI) : AI 技術能夠根據學習者的進度和需求自動調整學習內容，提供更加個別化和有效之學習體驗。
- 縮小數位落差 (Bridging the Digital Divide) : 報告強調需要制定政策來促進 AI 學習工具的公平使用，特別是針對缺乏技術基礎設施的群體。
- 倫理考量 (Ethical Considerations) : 報告強調，在教育中部署 AI 技術時，需要關注資料隱私和防止偏見，以確保這些技術的應用不會擴大社會不平等。
- 合作架構 (Collaborative Efforts) : 呼籲政府、科技公司和教育機構之間的合作，以共同推動 AI 在教育中負責任應用 (UNESCO Lifelong Learning Blog, 2022) 。

3. 啟示 (Implications) :

報告指出，AI 有潛力革新終身學習的方式，但必須謹慎管理其風險，避免加劇現有的不平等。

四、終身學習中的數位創新 (DIGITAL INNOVATIONS IN LIFELONG LEARNING)

1. 概述 (Report Overview) :

《終身學習中的數位創新 (Digital Innovations in Lifelong Learning)》由皇家藝術學會 (The Royal Society of Arts, RSA) 公布，探討數位科技如何改變終身學習的格局。該報告聚焦於數位平台、開放教育資源 (open educational resources, OER) 和線上社群如何提高教育的可及性和靈活性 (The RSA, 2023)。此報告確定三個關鍵推動力：認可終身學習的價值 (Recognition of the value of lifelong learning)、技術進步 (Technological advancement)、政府支持與合作 (Government support and collaboration)，這些推動力可以協助數位終身學習創新者將解決方案擴展應用至國際上 (參見圖 2)。

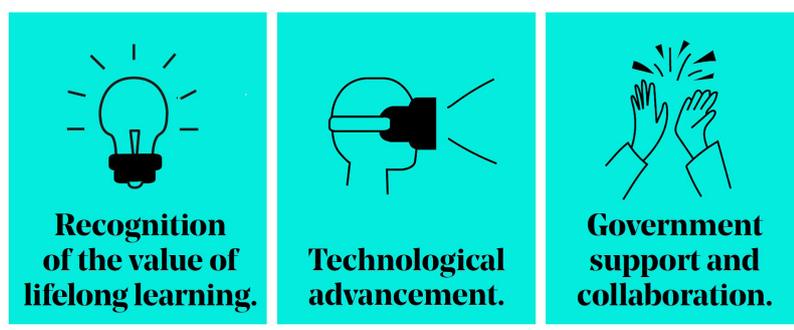


圖 2 協助數位終身學習創新者之三個關鍵推動力

資料來源：The Royal Society of Arts, 2023, p. 18

2. 亮點 (Key Highlights) :

- 靈活性與可及性 (Accessibility and Flexibility)：數位學習平台使學習更加靈活，允許學習者根據個人需求和時間安排學習，這對於需要平衡工作和學習的成年人尤其重要。
- 開放教育資源 (Open Educational Resources, OER)：報告強調 OER 的擴展為學習者提供豐富的免費教育材料，降低了學習門檻。
- 創新學習模式 (Innovation in Delivery)：新的學習模式如微學習、遊戲化學習和移動學習正在改變教育之傳統形態，使學習變得更具吸引力和有效性。
- 挑戰與風險 (Challenges and Risks)：報告指出，需要提升學習者和教育者的數位素養，以因應訊息超載和保護資料隱私之挑戰 (The RSA, 2023)。

3. 啟示 (Implications) :

數位創新具有將教育變得更具包容性和可及性的巨大潛力，但必須同時解決技術應用過程中的挑戰，才能充分發揮其作用。

五、HLPF 2024：透過教育和創新推動永續發展 (HLPF 2024: ADVANCING SUSTAINABLE DEVELOPMENT THROUGH EDUCATION AND INNOVATION)

1. 概述 (Report Overview)：

在 2024 年高階層政治論壇 (High-Level Political Forum, HLPF) 上，UNESCO 強調教育在推動永續發展目標中之核心作用。報告指出，教育不僅是「社會公平」(social equity) 和「經濟成長」(economic growth) 的推動力，更是全球和平與安全的基礎 (UNESCO, 2024)。

2. 亮點 (Key Highlights)：

- 教育投資 (Investment in Education)：報告呼籲各國增加對教育的投資，特別是在發展中國家，因為教育資金缺口達到每年 1000 億美元。
- 包容性成長 (Inclusive Growth)：報告強調教育在促進社會包容和減少不平等中的重要性，並呼籲政策制定者優先考慮弱勢群體的教育需求。
- 技術與創新 (Innovation and Technology)：將技術和創新融入教育被視為現代化學習環境的關鍵，特別是在因應未來挑戰時。
- 全球合作 (Global Partnerships)：報告強調國際合作的重要性，呼籲各國攜手分享最佳實踐和資源，共同推動全球教育目標的實現 (UNESCO, 2024)。

3. 啟示 (Implications)：

報告將教育視為永續發展的核心驅動力，並強調創新和合作在實現全球教育願景中之關鍵作用。

六、重新定義終身學習：來自全球的經驗教訓 (REDEFINING LIFELONG LEARNING: LESSONS FROM ACROSS THE GLOBE)

1. 概述 (Report Overview)：

由國際長壽中心英國分會 (International Longevity Centre UK, ILC UK) 公布的《重新定義終身學習：來自全球的經驗教訓 (Redefining Lifelong Learning: Lessons from Across the Globe)》報告深入探討全球各國在終身學習方面的最佳實務。報告聚焦於如何透過跨部門合作和創新政策來促進學習文化的建設，特別是在教育初期就注重全人發展 (whole-child development) 之國家經驗 (ILC UK, 2024)。此報告指出一些值得學習之全球終身學習方法 (global approaches to lifelong learning) 如表 2 所示。

表 2 全球終身學習方法

國家	主要方法特徵	主要角色	% 最近參與學習的成年人 (較高 = 較佳，英國 = 45)	成年人脫離率 (較低 = 較佳，英國 = 42)	OECD 財務排名 ¹ (1 = 最佳，英國 = 18)
加拿大	提供可接觸的學習機會 更多種類的學習機會	省級政府在廣泛的全國架構下主導終身學習 社區組織在提供學習機會方面發揮顯著作用	47	39	6
德國	支持識別學習需求和機會 提供可接觸的學習機會	州政府在安排終身學習的提供方面發揮重要作用 雇主是重要的學習提供者	47	45	11
日本	終身學習文化 提供可接觸的學習機會	強有力的國家監管，但對個人和公司投入學習的資金較少	37	57	1
韓國	終身學習文化 提供可接觸的學習機會	每個城市的終身學習委員會透過可接觸的當地中心協調其地區的提供	37	44	2
荷蘭	更多種類的學習機會 提供可接觸的學習機會	國家監管和公共投資，但透過各個部門提供	54	40	10
新加坡	終身學習文化 支持識別學習需求和機會 公共投資於終身學習	由單一的國家機構強有力的政府領導，與雇主和其他有激勵作用的角色合作以推動終身學習	48	(無資料)	(無排名)
瑞典	終身學習文化 公共投資於終身學習	大量的州政府投資支持學習提供，與國家、雇主和學習提供者合作	56	35	16

資料來源：International Longevity Centre UK, 2024, p. 22

2. 亮點 (Key Highlights)：

- **學習文化建構 (Building Cultures of Learning)**：報告提到日本等國家從兒童教育階段開始就注重全人發展，將學習融入日常生活中，從而培養持續學習的態度和習慣。
- **跨部門合作 (Cross-Sector Collaboration)**：成功的終身學習系統通常需要政府、私營部門和社會組織的共同參與。例如，荷蘭在公私合作方面表現突出，透過政策支持和資金協作來促進學習機會之可及性。
- **認可先前學習經驗 (Recognition of Prior Learning)**：德國等國家透過認可先前學習 (Recognition of Prior Learning, RPL) 的方式來鼓勵成人重新參與學習和培訓，從而提升學習者的自信心和參與度。
- **解決學習障礙 (Addressing Barriers)**：報告強調財務困難、照護責任和移動問題等因素對學習可及性的啟示，並建議針對這些群體提供具體支持措施，如學費補貼和靈活之學習時間安排 (ILC UK, 2024)。

3. 啟示 (Implications) :

報告建議各國採取全面且整合的方法來推動終身學習，從早期教育到成年期持續支持學習者，並強調創建一個能夠適應變化的韌性社會。

七、終身學習的未來發展 (WHAT DOES THE FUTURE HOLD FOR LIFELONG LEARNING?)

1. 概述 (Report Overview) :

該報告由全球商業教育網絡 (Global Business Education Network, GBEN) 和 AACSB 聯合發公布，討論終身學習領域的未來趨勢，尤其是非學位學習選項如微證書 (micro-credentials) 和可累計課程 (stackable courses) 的成長需求。報告分析這些趨勢的推動因素及其對教育機構和學習者的啟示 (AACSB, 2024)。表 3 此報告調查在過去兩年中，僱主使用了哪些培訓？此調查結果如表所示。

表 3 過去兩年中，僱主使用哪些培訓之調查結果

培訓類型	百分比
行業認證 (industry certifications)	51%
個別指導 (individual coaching)	44%
非學位短期高階教育課程 (short-course nondegree executive education)	44%
客製化課程 (customized programs)	39%
商學院的線上課程 (online courses from a business school)	38%
指導 (mentoring)	38%
高階企管管理碩士 (executive MBA)	31%
專業及高階碩士課程 (specialized and executive master's programs)	31%
企管管理碩士 (MBA)	30%
自我導向的認證課程 (self-directed badged programs)	26%
持續專業發展 (continued professional development)	24%
微學分證書 (microcredentials)	21%

資料來源：AACSB, 2024, p. 3

2. 亮點 (Key Highlights) :

- **靈活學習方案 (Flexible Learning Options)**：報告指出，學習者愈來愈偏好短期、專注的學習經驗，這些經驗能夠快速完成並直接應用於職業發展，這使得微學分證書成為一種受歡迎的選擇。
- **教育機構的適應 (Institutional Adaptation)**：學術機構需要調整其學習提供方式，擴展線上、混合和非同步課程的選項，以滿足成人學習者的多元需求。
- **與產業合作 (Industry Collaboration)**：報告強調教育提供者和行業之間的合作重要性，以確保終身學習課程能夠與當前和未來的職業市場需求相契合。
- **可及性障礙 (Barriers to Access)**：儘管非傳統學習選項的增加，報告指出財務、技術和時間相關的障礙仍然限制一些學習者的參與 (AACSB, 2024)。

3. 啟示 (Implications) :

報告強調，終身學習在提升勞動力發展和經濟韌性中的關鍵作用，呼籲教育機構和政策制定者優先解決可及性障礙，並擴大靈活學習選項的覆蓋範圍。

八、2024 全球終身學習週上的亞洲歐洲基金會 (ASEF AT THE 2024 GLOBAL LIFELONG LEARNING WEEK)

1. 概述 (Report Overview) :

亞洲歐洲基金會 (Asia-Europe Foundation, ASEF) 在 2024 年全球終身學習週的報告中探討如何在亞洲、歐洲和美洲的大學中整合終身學習。報告強調大學需要適應成人學習者的多元需求，並透過創新和靈活的教育模式來解決現有之教育不平等 (ASEF, 2024)。

2. 亮點 (Key Highlights) :

- **整合挑戰 (Integration Challenges)** : 報告討論大學在推進終身學習時面臨的制度和
文化障礙，包括傳統的教育觀念和僵化之行政結構。
- **成人學習者多元性 (Diversity of Adult Learners)** : 成人學習者帶來了多元的經歷和
期望，需要大學提供更多個別化和靈活的學習途徑。報告強調創造包容性環境的
重要性，以滿足這些多元需求。
- **數位解決方案 (Digital Solutions)** : 數位平台和線上學習機會被認為是推動終身學
習的重要工具，特別是針對那些無法參加傳統面對面課程的學習者。
- **政策建議 (Policy Recommendations)** : 報告建議在機構和政府層面進行政策變革，
以支持終身學習的整合進入高等教育架構 (ASEF, 2024)。

3. 啟示 (Implications) :

報告強調終身學習在高等教育中的潛在變革力量，並呼籲積極措施來因應系統性障礙，推動更包容和靈活之學習環境。

九、全球終身學習峰會 (GLOBAL LIFELONG LEARNING SUMMIT (GLLS))

1. 概述 (Report Overview) :

由 UNESCO 組織的全球終身學習峰會 (Global Lifelong Learning Summit, GLLS) 聚焦於透過終身學習因應全球挑戰。報告強調包容性教育系統的重要性，以及各方利害關係人之間的合作以建立有韌性的學習社會之必要性 (UNESCO Institute for Lifelong Learning, 2024)。

2. 亮點 (Key Highlights) :

- **包容性教育系統 (Inclusive Education Systems)** : 峰會強調設計包容且可及的教育
系統的重要性，這些系統應滿足所有人群的需求，不受其社會經濟狀況、年齡或
地理位置之啟示。

- 合作與夥伴關係 (Collaboration and Partnerships)：報告呼籲加強政府、教育機構、非政府組織和私營部門之間的合作，推動終身學習之創新和擴展。
- 韌性建構 (Resilience Building)：終身學習被視為構建社會韌性的關鍵因素，尤其是在因應經濟不確定性、技術變革和氣候變化等全球挑戰時。
- 最佳實務分享 (Sharing Best Practices)：峰會顯示全球各地的最佳實務，包括社區學習計畫、公私合作夥伴關係，以及利用技術擴大教育可及性的案例 (UNESCO Institute for Lifelong Learning, 2024)。

3. 啟示 (Implications)：

GLLS 報告強調需要全面且協作的方法來推動終身學習，強調單一機構無法單獨因應這些挑戰，呼籲統一行動以創建有韌性的學習社會。

十、UNESCO 全球學習城市網絡 (UNESCO GLOBAL NETWORK OF LEARNING CITIES)

1. 概述 (Report Overview)：

UNESCO 全球學習城市網絡 (UNESCO Global Network of Learning Cities) 計劃畫在於建設包容和永續的城市學習生態系統。該報告強調終身學習在實現本地和全球發展目標中的重要作用，推動各個城市提供跨越不同年齡和生命階段之學習機會 (UNESCO Institute for Lifelong Learning, 2024)。聯合國教科文組織 (UNESCO) 全球學習型城市網絡概況為：356 個聯合國教科文組織學習型城市，在當地促進學習文化的發展；79 個國家擁有聯合國教科文組織學習型城市，從而促進國際間的合作；超過 3.9 億居住在聯合國教科文組織學習型城市的居民，能夠終身享受各種學習機會；到 2030 年，全球社會將致力於提供全民終身學習機會，並使城市永續發展 (參見圖 3)。



圖 3 聯合國教科文組織 (UNESCO) 全球學習型城市網絡概況

資料來源： UNESCO Institute for Lifelong Learning, 2024, p. 1

2. 亮點 (Key Highlights) :

- **城市學習生態系統 (Urban Learning Ecosystems)** : 報告探討如何將教育資源融入市民日常生活，建構有利於學習的城市環境。這包括設置便捷的圖書館、社區中心和數位學習平台，促進學習資源之無縫銜接和利用。
- **永續性與包容性 (Sustainability and Inclusivity)** : 在於將終身學習納入城市規劃的核心，確保所有市民，包括邊緣群體和弱勢群體，都能夠參與學習活動。這一目標透過建立包容性的政策架構和提供適應性學習資源來實現。
- **社區參與 (Community Engagement)** : 學習城市強調積極鼓勵社區成員參與學習項目的設計和實施，這有助於促進社區歸屬感和學習文化的建立。報告指出，城市領導者應優先考慮教育和學習機會作為推動社會和經濟發展的手段。
- **啟示評估 (Measuring Impact)** : 報告強調監測和評估學習城市計畫啟示的必要性，使用資料驅動的方式來引導政策決策和持續改進學習方案，以確保教育措施真正改善市民的生活品質 (UNESCO Institute for Lifelong Learning, 2024)。

3. 啟示 (Implications) :

該報告顯示，城市可以作為終身學習的核心推動者，透過創新和包容的學習環境來提升市民的生活品質，並促進城市的社會和經濟發展。它呼籲城市領導者將學習作為城市發展議程的優先事項，以創造一個充滿活力和韌性之學習型社會。

以上是每個報告的詳細分析與亮點描述 (參見表 4)。這些報告共同反映全球終身學習的最新趨勢、挑戰和策略重點，強調了建設包容和靈活的教育系統的重要性，以適應多元的學習者需求。各報告一致認為，終身學習是促進社會公平、經濟發展和個人福祉的關鍵因素。透過跨部門合作、政策支持和技術創新，各國和社會組織可以共同推動更具韌性的學習社會。這些洞見為未來的政策和實踐提供寶貴的參考，並指出終身學習在全球範圍內之重大發展潛力。

表 4 終身學習國際報告之摘要

報告	亮點	啟示
UNESCO 終身學習研究所 2023 年度報告 (UNESCO INSTITUTE FOR LIFELONG LEARNING (UIL) ANNUAL REPORT 2023)	<ul style="list-style-type: none"> - 能力建構 (Capacity Building): 提供政策制定者和教育者的專業培訓。 - 全球合作 (Global Partnerships): 擴大啟示力透過全球合作。 - 政策支持 (Policy Advocacy): 提供克服教育障礙的政策建議。 	強調增加對教育基礎設施的投資, 尤其是在邊緣化社區, 以支持永續發展目標。
第五次全球成人學習與教育報告 (FIFTH GLOBAL REPORT ON ADULT LEARNING AND EDUCATION (GRALE 5))	<ul style="list-style-type: none"> - 公平與包容 (Equity and Inclusion): 針對弱勢群體的學習參與度有限。 - 投資需求 (Investment Needs): 呼籲增加對成人教育的投資。 - 政策建議 (Policy Recommendations): 提倡更靈活的學習政策。 	需要系統方法解決成人教育中的障礙, 確保終身學習的機會普及。

<p>人工智慧時代的終身學習 (LIFELONG LEARNING IN THE AGE OF AI)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 個別化學習 (Personalization through AI): 使用 AI 提供個別化學習體驗。 - 縮小數位落差 (Bridging the Digital Divide): 促進 AI 工具的公平使用。 - 倫理考量 (Ethical Considerations): 強調資料隱私和防止算法偏見。 	<p>AI 有潛力革新終身學習, 但需謹慎管理以避免加劇不平等。</p>
<p>終身學習中的數位創新 (DIGITAL INNOVATIONS IN LIFELONG LEARNING)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 靈活性與可及性 (Accessibility and Flexibility): 數位平台提供靈活學習。 - 開放教育資源 (Open Educational Resources): 提供免費學習材料。 - 創新學習模式 (Innovation in Delivery): 採用微學習和移動學習。 	<p>數位創新具有將教育變得更包容的潛力, 但需解決技術應用中的挑戰。</p>
<p>HLPF 2024: 透過教育和創新推動永續發展 (HLPF 2024: ADVANCING SUSTAINABLE DEVELOPMENT THROUGH EDUCATION AND INNOVATION)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 教育投資 (Investment in Education): 呼籲增加教育投資。 - 包容性成長 (Inclusive Growth): 強調減少不平等的重要性。 - 技術與創新 (Innovation and Technology): 技術創新是關鍵。 	<p>將教育視為永續發展的核心驅動力, 強調創新和合作的重要性。</p>
<p>終身學習的未來發展 (WHAT DOES THE FUTURE HOLD FOR LIFELONG LEARNING?)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 靈活學習選項 (Flexible Learning Options): 偏好短期學習經驗。 - 教育機構的適應 (Institutional Adaptation): 提供線上和混合課程。 - 與行業合作 (Industry Collaboration): 課程需符合職業市場需求。 	<p>終身學習提升勞動力發展和經濟韌性, 需擴大靈活學習選項的覆蓋。</p>
<p>2024 全球終身學習週上的亞洲歐洲基金會 (ASEF AT THE 2024 GLOBAL LIFELONG LEARNING WEEK)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 整合挑戰 (Integration Challenges): 高等教育面臨文化和制度障礙。 - 成人學習者多樣性 (Diversity of Adult Learners): 提供個別化學習途徑。 - 數位解決方案 (Digital Solutions): 提供線上學習。 	<p>強調終身學習在高等教育中的變革潛力, 需因應系統性障礙以促進更包容的學習環境。</p>
<p>2024 全球終身學習週上的亞洲歐洲基金會 (ASEF AT THE 2024 GLOBAL LIFELONG LEARNING WEEK)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 整合挑戰 (Integration Challenges): 高等教育面臨文化和制度障礙。 - 成人學習者多樣性 (Diversity of Adult Learners): 提供個別化學習途徑。 - 數位解決方案 (Digital Solutions): 提供線上學習。 	<p>強調終身學習在高等教育中的變革潛力, 需因應系統性障礙以促進更包容的學習環境。</p>
<p>全球終身學習峰會 (GLOBAL LIFELONG LEARNING SUMMIT (GLLS))</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 包容性教育系統 (Inclusive Education Systems): 設計可及的教育系統。 - 合作與夥伴關係 (Collaboration and Partnerships): 加強合作推動學習創新。 - 韌性建設 (Resilience Building): 因應全球挑戰。 	<p>需要協作推動終身學習, 強調跨部門統一行動以創建韌性學習社會。</p>
<p>UNESCO 全球學習城市網絡 (UNESCO GLOBAL NETWORK OF LEARNING CITIES)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 城市學習生態系統 (Urban Learning Ecosystems): 將教育融入日常生活。 - 永續性與包容性 (Sustainability and Inclusivity): 確保所有市民參與學習。 - 社區參與 (Community Engagement): 鼓勵社區成員參與學習。 	<p>強調城市作為學習核心推動者的重要性, 創新和包容的學習環境提升市民生活品質。</p>

參、啟示

以下是來自國際創新終身學習政策措施之五項啟示：

第一項是學習生態系統的發展：其中一項最具創新的終身學習政策是發展全面的「學習生態系統」（learning ecosystems），將正式、非正式及非正規教育整合在所有年齡層及生命階段中。這種方法支持持續學習，滿足多元的個人及社會需求，並強調教育基礎設施的包容性及適應性。特別是在發展中國家，政策制定者和教育者的能力建構可以大幅提升終身學習計畫的成效 (UNESCO Institute for Lifelong Learning, 2023)。

第二、AI 與數位創新的整合：人工智慧 (AI) 及數位平台在終身學習中的應用正在改變教育的面貌，提供個別化及靈活的學習體驗。AI 可以根據個人需求調整學習內容，使教育更具吸引力和效果。然而，需制定相關政策來處理例如「資料隱私」（data privacy）和「公平性」（fairness）等倫理考量，以確保這些技術不會加劇現有的不平等問題 (UNESCO Lifelong Learning Blog, 2022; The Royal Society of Arts, 2023)。

第三項是重視公平與包容：終身學習政策的一大趨勢是強調「公平與包容」（equity and inclusion），旨在縮小邊緣群體，如殘障人士和鄉村地區人口的學習差距。GRALE 5 等報告強調，需針對性地增加投資並制定包容性政策，確保所有人都有機會參與終身學習，不論其社經背景或所在地區 (UNESCO Institute for Lifelong Learning, 2022)。

第四項是跨部門合作與夥伴關係：有效的終身學習政策往往涉及「跨部門合作」（cross-sector collaboration），結合政府、私營部門、教育機構及社區組織的力量。這種合作對於資源及專業知識的整合至關重要，能夠提升學習計畫的覆蓋面及啟示力。例如，荷蘭的公私合作夥伴關係在擴大教育機會方面發揮了關鍵作用，顯示出合作方法在政策發展中的價值 (International Longevity Centre UK, 2024)。

最後一項是城市學習倡議與社區參與：由 UNESCO 全球學習城市網絡 (UNESCO Global Network of Learning Cities) 推動的「學習城市」概念是一種嶄新的方法，將終身學習機會嵌入都市環境中。這些倡議旨在透過利用公共空間如圖書館和社區中心，並鼓勵地方社區參與學習項目的設計和執行，將城市轉變為教育中心。這不僅支持個人學習，還能增強社區凝聚力和韌性，顯示出城市作為終身學習主要推動者的重要角色 (UNESCO Institute for Lifelong Learning, 2024)。

參考文獻

- AACSB. (2024). What Does the Future Hold for Lifelong Learning? Global Business Education Network. Retrieved from <https://www.aacsb.edu>
- Asia-Europe Foundation. (2024). ASEF at the 2024 Global Lifelong Learning Week. Asia-Europe Foundation. Retrieved from <https://asef.org>
- International Longevity Centre UK. (2024). Redefining Lifelong Learning: Lessons from Across the Globe. International Longevity Centre UK. Retrieved from <https://ilcuk.org.uk>
- The Royal Society of Arts. (2023). Digital Innovations in Lifelong Learning. The Royal Society of Arts. Retrieved from <https://www.thersa.org>
- UNESCO Institute for Lifelong Learning. (2022). Fifth Global Report on Adult Learning and Education (GRALE 5). UNESCO Institute for Lifelong Learning. Retrieved from <https://www.uil.unesco.org>
- UNESCO Institute for Lifelong Learning. (2023). UNESCO Institute for Lifelong Learning (UIL) Annual Report 2023. UNESCO Institute for Lifelong Learning. Retrieved from <https://www.uil.unesco.org>
- UNESCO Institute for Lifelong Learning. (2024). Global Lifelong Learning Summit (GLLS). UNESCO Institute for Lifelong Learning. Retrieved from <https://www.uil.unesco.org>
- UNESCO Institute for Lifelong Learning. (2024). UNESCO Global Network of Learning Cities. UNESCO Institute for Lifelong Learning. Retrieved from <https://www.uil.unesco.org>
- UNESCO Lifelong Learning Blog. (2022). Lifelong Learning in the Age of AI. UNESCO Institute for Lifelong Learning. Retrieved from <https://thelifelonglearningblog.uil.unesco.org>
- UNESCO. (2024). HLPF 2024: Advancing Sustainable Development Through Education and Innovation. UNESCO. Retrieved from <https://www.unesco.org>

德國樂齡數位學習的發展

吳明烈

國立暨南國際大學諮商心理與人力資源發展學系 特聘教授

摘要

德國樂齡學習之發展已行之多年且愈來愈受到重視，近年來為因應數位社會的發展，積極推動樂齡數位學習，從政府政策到民間組織之協力推動，發揮了良好綜效。德國樂齡數位學習政策與策略之推動經驗，適可提供我國之參考。本文分別探討德國樂齡數位學習的發展脈絡、推動策略及特色，進而提出對我國的啟示。

The development of digital learning for the elderly in Germany

Abstract

The development of senior learning in Germany has been underway for many years and is gaining increasing prominence. In recent years, in response to the development of a digital society, there has been an active promotion of digital learning for seniors, involving collaborative efforts from government policies to private organizations, resulting in significant synergies. The experiences of Germany's policies and strategies for promoting digital learning for seniors can serve as valuable references for our country. This article explores the development context, promotion strategies, and characteristics of digital learning for seniors in Germany, and proposes various insights for Taiwan.

壹、前言

現代的社會已經發展為終身學習社會，在終身學習社會中，人人享有學習權，推動樂齡學習乃是落實終身學習權的一項重要內涵。德國的樂齡學習開啟於 1950 年代晚期，多年來致力於樂齡數位學習的發展，迄今已累積許多成功的經驗與做法，值得我國參考。

德國在樂齡學習政策方面，特別重視多元化發展，針對以高齡為目標團體的教育採取融入數位化學習策略，強調透過教育與數位化以發展高齡者的樂齡學習，逐步將樂齡數位學習策略加以推廣至全國各地。德國在推動樂齡數位學習的過程中，也經歷過高齡者參與數位學習的數位落差問題；為了能縮短高齡者的數位落差，德國透過確保每位高齡者具有使用數位資源之機會，以及提升高齡者運用數位科技能力的策略，進而協助許多高齡者能成功善用數位科技於工作、生活與學習。

自 2017 年以來，在德國向來扮演推動全國高齡教育重要樞紐的聯邦高齡者組織協會（Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen）認為樂齡數位學習之

推動需著重不同高齡者的學習需求及學習支持服務。(Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen, 2019a, 2019b, 2020, 2021, Digitales Deutschland, 2024)。

近年來德國有鑑於高齡者多樣化的生活狀況，強調考量各自需求與能力的重要性。許多人關心數位世界的挑戰和機會，支持高齡者使用智慧型手機或平板電腦等設備，鼓勵他們探索網路或使用科技軟體來提高社會參與。重點在於努力突破各種障礙以及考慮特殊需求，為高齡者開展新的機會。例如讓學習變得有趣，解決個人面臨的問題，以及在實地場域提供服務。聯邦高齡者組織協會多年來致力於為高齡者開發教育產品，並專注於數位化，自 2017 年起以高齡者數位化與教育為中心以提供教育服務。教育服務採用了多種不同的數位化方法，始終考慮高齡者的個人需求和能力，重要的是要看到每個人的價值與能力。有些人已經在工作中使用過數位科技，而有些人則尚未使用。打破障礙並開展新的可能性，乃是德國推動樂齡數位學習的重要理念。聯邦高齡者組織協會希望每個人都要能使用網路，確保人們直到老年都能無障礙地參與數位社會。教育是社會參與的關鍵，數位化幾乎影響生活的所有領域，然而許多高齡者很難跟得上這個發展。網路已成為基本公共服務不可或缺的元素，國家有責任確保每位高齡者獲得數位服務。製造商、服務提供者在設計設備與應用程式時，必須因應高齡者的需求，數位世界為高齡者提供了獲取知識與學習的極佳機會 (Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen, 2019a)。

整體觀之，德國樂齡學習之發展已行之多年且愈來愈受到重視，近年來為因應數位社會的發展，更積極導入數位科技與數位學習，以促進樂齡學習的蓬勃發展，從政府政策到民間組織之協力推動，發揮了良好綜效。我國樂齡數位學習的發展，近年來亦在積極進行，德國樂齡數位學習政策與策略之推動經驗，適可提供我國之參考。有鑑於此，本文分別論述德國樂齡數位學習的發展脈絡、推動策略及特色，進而提出對我國之啟示。

貳、德國樂齡數位學習的推動脈絡

隨著數位社會的興起，促進樂齡學習有更好的進展。未來的樂齡學習必然會更為廣泛運用數位科技，進而創造更多元的學習途徑與成效。數位學習已然成為樂齡學習的一項趨勢，數位學習離不開數位科技環境的支持，數位學習環境是樂齡學習的重要組成部分。運用人工智慧、大數據等技術，充分實現樂齡學習，不能侷限於教育領域，而要融入到整個生活情境。樂齡學習的演進與學習模式的改變，從數位學習、智慧教室、智慧校園，擴大科技在學習上的應用，包括人工智慧、VR/AR、大數據分析、物聯網、感測科技等都將逐漸深度融入在學習領域之中 (吳明烈, 2024)。整個數位產業鏈也愈來愈普及使用科技創新學習模式，淬煉出符合時代所需的樂齡數位學習。

一、德國推動樂齡數位學習的政策脈絡

德國的數位化及數位包容乃是重要的政策，高齡人口的目標主要在於提高生活品質。德國政策制定者在終身學習的總體政策下，愈發重視高齡者的數位包容 (Kaisa,

et al, 2023)。德國政府強調數位科技可以支持高齡者的日常生活，有助於提高高齡者的自主性、福祉和生活品質，並減少孤獨感和社會孤立。有鑑於此，需要有支持計畫來提高樂齡者的數位能力，科技在日常生活的應用，取決於個人的數位能力。數位化為日常生活的各領域帶來了深遠的變化，具備數位能力對於社會參與乃至為重要。然而生活中各領域的廣泛數位化和科技進步的日新月異，也增加了高齡者熟悉數位創新的壓力。

德國社會政策的目標在於讓所有年齡層的人都能使用數位工具和服務，並為積極的生活和參與做出貢獻。為了讓高齡者真正從數位化發展中受益，必須確保他們能夠獲得數位科技資源並擁有使用數位科技的能力。唯有如此，數位轉型才能對高齡者的自主生活方式做出有意義的貢獻。高齡者數位能力的發展，必需要有社會支持，尤其是向他人學習以及與他人一起學習的機會。為滿足持續不斷變化的需求，需要適應以高齡者為目標團體的支持計畫。不僅要考慮高齡者在學習過程中的需求和興趣，還要考慮他們面臨的問題與挑戰（Schirmer, Dalko, Stoevesandt, Paulicke & Jahn, 2023）。

聯邦家庭事務、高齡者、婦女及青年部（The Federal Ministry for Family Affairs, Senior Citizens, Women and Youth）於2020年發表《高齡者與數位化：第八次高齡者政府報告書的發現與建議》（Older People and Digitisation - Findings and recommendations from the Eighth Government Report on Older People），強調跨世代思考、學習和行動乃是我們的未來社會。數位化過程對老年生活的影響，體現在居住、護理、流動性和健康以及社會空間的創建等領域。網路、數位通訊科技促進高齡者與其他人的聯繫，創造了新的機會。當高齡者開始使用數位通訊媒體和網路時，他們會更加融入社會，並且降低孤獨感。

二、德國樂齡數位學習的推動情形

推動樂齡數位學習的重要目標的是透過在地學習和支援服務，以及在人們願意並能夠發展自己使用數位科技的地方，創造適宜的背景條件以「促進數位主權」。為確保人們有能力在使用數位科技時，根據自己的數位主權採取行動的關鍵因素是技術開發和服務且能在以下這三個層面上有效地相互呼應：

1. 首先，在個人層面，數位主權要求高齡者能夠培養數位能力，這種數位能力包括根據自己的需求、興趣和偏好使用數位產品和系統的能力。這種能力需要知道如何使用數位能力，以及了解使用數位工具的影響。
2. 其次，相關組織、機構和網絡必須提供學習和支持服務，以幫助發展數位能力。
3. 再則，就背景條件而言，應確保可以透明、安全地使用數位系統及工具。

另外，依據《高齡者與數位化：第八次高齡者政府報告書的發現與建議》中，針對推動樂齡數位學習進一步提出以下十二項建議（The Federal Ministry for Family Affairs, Senior Citizens, Women and Youth, 2020）：

1. 顯著提升高齡者在聯邦政府實施數位化策略的優先地位。
2. 促使所有人能夠存取和使用數位科技。
3. 促進數位化為世代溝通帶來的機遇。
4. 加強數位主權。
5. 了解數位科技對於有照護相關需求的高齡者及其照護者乃是一種機會。
6. 發展地方政府數位化公共服務。
7. 提升與高齡者相關職業團體的數位能力。
8. 促進數位化引發的道德問題討論。
9. 保障數位科技的研究及開發能考慮到高齡者的技能、需求與要求。
10. 確保充足的創新資金和創新轉移。
11. 加強消費者保護。
12. 引進數位化與高齡者監控系統。

在德國高齡者早已進入數位時代，並且讓高齡者學會使用行動裝置，最重要的是對抗老年時的孤獨感。德國發現有些高齡者很難使用智慧型手機，於是在海德堡 2017 年開設了一家智慧型手機咖啡館，讓來自各地的年輕難民擔任志工並與高齡者進行代間學習。每月的聚會重點在於討論個人問題或共同主題，對於來自敘利亞、阿富汗和其他國家的青年而言，志願服務工作豐富了他們的生活，也獲得高齡者的溫暖、認同與讚賞，並且為高齡者帶來回饋。智慧型手機咖啡館裡總是有一種美好、友好和欣賞的氛圍，年輕人非常尊重高齡者，老人家則很感激年輕人這麼有耐心，教他們學習使用智慧型手機及平板電腦。除此之外，德國高級電腦俱樂部擁有約 600 位會員，這是柏林第二大俱樂部，對於高齡者而言，具有重要的社會功能。俱樂部成員的平均年齡為 75 歲，他們不僅是利用俱樂部來學習如何使用電腦、平板電腦及智慧型手機，並且有超過 20 個小組在這裡聚會，運用數位科技進行多樣化的學習（Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen, 2019b）。

三、德國樂齡數位學習的擴展

數位科技對高齡者具有積極影響，然而並非所有高齡者都可以透過數位方式參與社會。數位科技的快速發展及其在生活各個領域的重要性日益增加，高齡者面臨數位排斥的風險，而這也可能導致社會排斥，弱勢群體尤其受此影響。新科技和媒體創新的出現愈來愈快速，變化也愈來愈大，並且在全球範圍內更快、更廣泛地在人群中擴展。在此背景下，數位能力的發展乃成為一項終身任務。德國強調促進數位參與在未來仍是整個社會的一項任務，為能夠應對數位化的挑戰，需要更多關注如何促進或阻礙數位參與的因素，從而增進高齡者的社會參與（Ehlers, Heß, Frewer-Graumann, Olbermann & Stiemke, 2020）。對於德國 60 歲以上的人來說，網路在日常生活中非常重要，44% 的高齡者認為網路是有史以來最好的發明。教育程度較高的人認為自己在使用網路方面比教育程度較低的人明顯更有能力且更多使用線上服務，例如線上購

物、網路銀行或聊天，並且較少依賴他人的幫助 (DIVSI, 2016)。

德國亦相當重視企業高齡員工的培訓，尤其關注學習者的動機和生活情況。強調要落實以下各種作法以促進企業高齡員工的數位學習成效 (Hoenig & Stummer, 2013)：

1. 非全日制數位學習應更為靈活，既要滿足高齡者的需求和要求，又能滿足公司的要求。
2. 企業與學校的密切合作乃為必要，並且能保障充分的繼續培訓與教育。
3. 在開始培訓計畫之前，高齡員工應評估本身的現況。
4. 透過以模組與跨領域等教育理念發展。
5. 以模組形式定期舉辦研討會以支持學習。
6. 為每位參與者制定具有彈性時間管理的個人學習計畫，以免任何人面臨挑戰不足或過度。
7. 教師的積極支持與鼓勵以保持不懈。
8. 利用高齡員工的媒體素養以及虛擬教室、聊天室、論壇等網路應用程式的支援，有助於提高積極度。

四、德國樂齡數位學習的重要推動組織

成人教育工作者面臨著實現典範轉移的挑戰，發展新形式的數位學習，並且結合務實的教育方法以及行動為導向的學習方法，這對於 50 歲以上的勞動者乃是相當重要。在數位學習領域的未來十年需要付出巨大努力，讓高齡者能夠意識到數位學習乃是適合他們的一種學習方式。

聯邦高齡者組織協會是德國高齡者的重要組織，總部位於波昂，大約 120 個協會和俱樂部聚集在一起，代表了數百萬高齡者。倡導社會、政治和商業創造架構條件，以利晚年過著美好且有尊嚴的生活。聯邦高齡者組織協會成立於 1989 年，從一開始的核心關注點，即是促進更個別化的老年形象，並且改善活躍老化與承諾的架構條件。聯邦高齡者組織協會開展多個示範項目，其中包括促進老年健康生活方式、老年數位化和教育以及失智症患者的護理及參與。聯邦高齡者組織協會每三年組織一次德國老年節，這是一個全國性的平台，旨在與老化相關的主題進行交流，呼籲將高齡教育作為聯邦、州和地方各級的政策任務，並制定全國高齡教育策略。數位化教育產品可以發揮特殊作用，因為德國尚有許多高齡者未使用網路，因此強調針對高齡者制定資訊科技教育策略。聯邦高齡者組織協會在 2020 年呼籲制定類似於學校數位協議的年齡數位化協議，支持為高齡者提供數位教育服務。聯邦高齡者組織協會為高齡者和教育提供者出版刊物，並且經營一個全國性資料庫，為高齡者提供教育服務。聯邦高齡者組織協會為高齡者開發和支持數位化教育服務，2021 年進而與聯邦家庭、高齡者、婦女和青年部 (Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend) 共同發起了《年齡數位化協議》，該聯盟的目的是加強高齡者對數位化的參與 (WIKIPEDIA, 2023)。

高齡者參加數位技能學習具有各種原因，高齡者是異質團體，學習策略各有不同。在德國進行的調查中，參加數位技能課程的原因係與個人及社會因素有關（Kaisa, et al, 2023）：

1. 獲得獨立性：87%的參與者希望減少依賴在他人的幫助下使用數位科技。
2. 保持活躍和心理健康：82%的人表示基於想要學習新事物並保持心理健康的動機。
3. 了解可以使用數位科技的生活情況：69%的人對科技可能性與其在日常生活中的具體應用之間的連結感興趣。
4. 獲得數位支持：對於年齡較大的學習者而言，使用不熟悉的數位工具的一個關鍵因素乃是數位支持，能夠直接接觸到有能力、願意且有足夠耐心的人，在他們學習的時候，能夠提供適當的支援。
5. 促進社會互動：學習使用科技代表了豐富社會互動的不同方式，去當地的電腦俱樂部通常是日常生活的一部分。對於高齡者來說，能夠在每週定期去參加乃為重要，因為這可讓他們加入一群人，促進社交活動。
6. 學習數位技能的外在社會壓力：對許多高齡者來說，學習使用數位科技，不見得是高齡者自願關注的事情，而是他們認為有必要的事情。由於數位化程度的提高或個人移動性的限制，避免被社會排斥，乃是學習使用數位科技及工具的重要原因。

綜觀德國樂齡數位學習的推動，除了政府的高度重視之外，民間組織亦扮演重要角色。透過公部門與私部門的跨域合作，促成了樂齡數位學習的蓬勃發展。為促進高齡者數位學習的參與，提供了普及的數位技能學習機會，並且從實證調查以充分了解高齡者參與數位學習的動機及需求，進而提供完善的樂齡數位學習資源與途徑。

參、德國樂齡數位學習的推動策略與特色

終身學習乃是高齡者獨立、健康和安​​全生活的一部分，學習數位技能反映在愈來愈多的高齡者使用數位科技。當高齡者將數位科技作為一種喜好，他們會實現他們的興趣和內在滿足感的動機。透過各種方式以完備數位支持，促使不同情況下的高齡者獲得合宜的數位支持。以上均與國家政策密切相關，經由政策將學習機會與高齡者的生活世界連繫起來，並且將社會參與及社會包容視為平等生活條件的架構與目標。德國高齡者參與數位技能學習的各種原因乃是互相交織存在，至為重要的是要充分了解並激勵高齡者，以及有效運用支持他們的各種方式（Kaisa, et al, 2023）。

整體論之，德國致力於利用數位科技促進樂齡學習，此乃因為數位能力對於高齡者在當前的社會參與相當重要。德國樂齡數位學習的推動策略歸納如下（Digitales Deutschland, 2024, Hoenig & Stummer, 2013, Kaisa, et al, 2023）：

- 一、擴展樂齡數位學習的多元途徑：透過數位化的發展，為樂齡學習增開途徑。經由數位科技的多元運用，提供樂齡學習更多可能性與參與機會。
- 二、促進樂齡學習的推動成效：透過數位科技與數位學習的導入，使得樂齡學習的推展更具成效，促使樂齡學習的蓬勃發展。

- 三、提高樂齡學習參與率：德國民眾的終身學習參與率與樂齡學習率均有所成長，尤其有愈來愈多的樂齡者透過數位學習參與多種學習課程及活動，整體提高了樂齡學習參與率。
- 四、促進公私部門樂齡數位學習的夥伴關係：德國樂齡數位學習的推動，提供公私部門很好的合作平台，建立緊密的合作夥伴關係，進而發揮良好的推動綜效。
- 五、確保高齡者的數位主權與學習發展：德國樂齡數位學習的推動，首先確保了樂齡者的數位主權，讓每位高齡者均擁有數位科技資源與機會，進而促進個人的學習發展。
- 六、增進高齡者的數位包容與社會參與：高齡者透過數位化參與學習，避免了數位排斥，進而展現積極的數位包容，以利於更多元的社會參與。

綜觀德國樂齡數位學習的推動脈絡及策略，得以發現德國樂齡數位學習的推動特色主要如下：

- 一、促進樂齡數位學習政策多元化發展：在終身學習政策方面，針對高齡者特殊目標團體的教育融入數位化，促進樂齡數位學習多元化發展。強調教育與數位化需要為特別目標團體高齡者而發展，並且將樂齡數位學習的訊息加以宣傳至全國各地。
- 二、縮短高齡者數位落差：為推動樂齡數位學習積極縮短高齡者數位落差，確保每位高齡者具有使用數位資源之機會，並且培養數位科技的能力，進而能夠善用數位科技於工作、生活與學習之中。
- 三、強化高齡者數位學習支持服務：樂齡數位學習之推動，著重不同高齡者的學習需求及學習支持服務。打破障礙並開闢新的可能性，乃是德國推動樂齡數位學習的重要理念，聯邦高齡者組織協會要求每個人都能利用網路，致力於確保人們直到老年都能無障礙地存取數位世界。
- 四、保障高齡者數位主權的發展：為促進高齡者數位主權的發展，滿足持續不斷變化的需求，需要有因應目標團體的持續性及靈活性支持計畫。在高齡者願意並能夠發展自己使用數位科技能力的地方，創造適當的背景條件來促進數位主權。促進高齡者數位主權，以及完善的數位科技開發與服務，以確保高齡者能使用數位科技及數位學習。

肆、德國推動樂齡數位學習對我國的啟示

德國推動樂齡數位學習的成功經驗，值得我國參考。樂齡數位學習參與的持續推動，乃是建立終身學習文化的一項發展重點。從德國致力發展樂齡數位學習的成功經驗，適可提供我國的啟示如下：

- 一、制定完善的樂齡數位學習政策：推動樂齡數位學習倘若缺乏健全的政策規劃與制定，則將窒礙難行。目前我國的樂齡數位學習政策尚待完善建立，未來教育部與數位發展部允宜協力合作，制定完善的樂齡數位學習政策。

- 二、建立樂齡數位學習支持體系：德國為有效推動樂齡數位學習，發展完善之數位支持體系，進而促進實務之發展。我國未來亦需全面檢視並建立樂齡數位學習支持體系，以利樂齡學習之發展。
- 三、全面提升高齡者數位素養：高齡者必需具備數位素養，方能有效參與樂齡數位學習。德國透過正規學習、非正規學習及非正式學習管道，全面提升高齡者之數位素養。展望未來，我國實有必要全面提升高齡者數位素養，促進高齡者的自我導向終身學習。縮短樂齡學習的數位落差，亦為今後應努力之方向。
- 四、建立公私部門發展樂齡數位學習的合作夥伴關係：任何一個機構均可經由完善規劃與資源整合運用，發展成為學習場域。發展樂齡數位學習，政府與民間組織均扮演著重要角色，政府固然須負責規劃健全的樂齡數位學習體系，民間組織亦應積極參與樂齡數位學習之推展。德國公私部門合作夥伴關係之發展，對於樂齡數位學習之推動，具有良好之綜效。我國唯有全面動員並整合各種政府及民間組織的力量，據而構成一個完善的資源網絡，樂齡數位學習方能獲得全面的發展。
- 五、積極發展樂齡數位學習之相關研究：若與德國相較之，我國樂齡數位學習的發展仍有待努力。為促進樂齡數位學習的推動，相關研究必須充分獲得鼓勵與有效進行，進而發揮研究成果引領實務發展之效。積極發展樂齡數位學習之相關研究，乃為不容忽視之要項。

伍、結語

綜觀德國樂齡學習的推展開啟於 1950 年代晚期，當前的樂齡學習則是重視更多樣化的學習機會與可能性，並且結合數位科技的運用，積極發展樂齡數位學習。無論是聯邦或各邦均非常重視樂齡數位學習政策的推動，並透過政府與民間的協力推動，建立熱絡的夥伴關係，進而發揮推動樂齡數位學習之綜效。

推動樂齡學習，實現全民終身學習乃是當前各國之重要教育政策。德國為歐洲推動樂齡數位學習卓有績效的國家，我國樂齡數位學習的發展相較德國為晚，未來適可借鏡先進國家之經驗，積極推展樂齡數位學習，凝聚在地特色。

參考文獻

- 吳明烈 (2024)。學習型城市在後疫情時代的發展。新北市終身學習期刊，28，6-13。
- Bundesarbeits-gemeinschaft der Seniorenorganisationen (2019a). Bildung und Digitalisierung für ältere Menschen – Im Fokus: Vielfalt stärken. https://www.bagso.de/fileadmin/user_upload/bagso/06_Veroeffentlichungen/2019/BAGSO_Themenheft_Vielfalt_staerken.pdf
- Bundesarbeits-gemeinschaft der Seniorenorganisationen (2019b). Bildung und Digitalisierung für ältere Menschen – Im Fokus: Quartier und Engagement. https://www.bagso.de/fileadmin/user_upload/bagso/06_Veroeffentlichungen/2019/BAGSO_Themenheft_Quartier_Engagement.pdf
- Bundesarbeits-gemeinschaft der Seniorenorganisationen (2020). *Older people in a digital world*. https://www.bagso.de/fileadmin/user_upload/bagso/06_Veroeffentlichungen/2020/BAGSO_Position_Paper_Older_persons_in_a_digital_world.pdf
- Bundesarbeits-gemeinschaft der Seniorenorganisationen (2021). *Older Adults and Digitalization in Germany*. <https://reurl.cc/x6vQGe>
- Digitales Deutschland (2024). *E-learning: An Opportunity for Older Persons*. https://digid.jff.de/digid_paper/e-learning-an-opportunity-for-older-persons/
- DIVSI (2016). *DIVSI Ü60-Studie Die digitalen Lebenswelten der über 60-Jährigen in Deutschland. Hamburg*. <https://digital.zlb.de/viewer/api/v1/records/16111827/files/images/DIVSI-UE60-Studie.pdf/full.pdf>
- Ehlers, A., Heß, M., Frewer-Graumann, S., Olbermann, E., & Stiemke, P. (2020). *Digitale Teilhabe und (digitale) Exklusion im Alter. Expertise zum Achten Altersbericht der Bundesregierung*. Herausgegeben von C. Hagen, C. Endter und F. Berner. Berlin: Deutsches Zentrum für Altersfragen. <https://www.achter-altersbericht.de/fileadmin/altersbericht/pdf/Expertisen/Expertise-FFG-Dortmund.pdf>
- Hoenig, W., & Stummer, H. (2013). Training for Older Employees in Germany – Opportunities for Distance Learning? An Exploratory Study. *Global Business and Economics Review*, 15(1), 59-75. <https://doi.org/10.1504/GBER.2013.050668>
- Kaisa, P. et al (2023). Older adults' reasons to participate in digital skills learning: An interdisciplinary, multiple case study from Austria, Finland, and Germany. *Studies in the Education of Adults*, 55(1), 101-119. <https://doi.org/10.1080/02660830.2022.2133268>.
- Schirmer, M., Dalko, K., Stoevesandt, D., Paulicke, D., & Jahn, P. (2023). Educational Concepts of Digital Competence Development for Older Adults-A Scoping Review. *Int J Environ Res Public Health*, 2023, 20, 6269. <https://doi.org/10.3390/ijerph20136269>
- The Federal Ministry for Family Affairs, Senior Citizens, Women and Youth (2020). *Older People and Digitisation - Findings and recommendations from the Eighth Government Report on Older People*. <https://www.bmfsfj.de/resource/blob/159708/ed36ad230d6038b9f0a439fb03ddf35b/achter-altersbericht-kurzfassung-englisch-data.pdf>
- WIKIPEDIA (2023). *Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen*. https://de.wikipedia.org/wiki/Bundesarbeitsgemeinschaft_der_Seniorenorganisationen

韓國新型態終身學習：Matchup 計畫

黃月純

嘉義大學教學專業國際碩士學位學程與教育系 特聘教授

壹、緒論

韓國政府為了消除產業現場需求與教育之間的錯配，並且針對新興產業領域的職能提升，特別是在高端領域中，考慮緊迫性、重要性，以及爭取優勢競爭力，設立核心領域並集中所有力量進行人才培訓。然而，正規教育系統無法快速因應，如果有一種不受時間和地點限制，能夠自主解決問題的在線形式職能教育，來傳授現場經驗與知識，似乎是一種可以快速回應產業需求的策略。根據韓國政府的調查，新興產業企業人力短缺的主要原因是「缺乏具備必備職能的人才」和「相關經驗豐富的職位人員短缺」，而數位大轉型時代和技術創新帶來知識的爆炸性增長，通過終身教育能夠靈活應對技術變革，並消除產業界需求與教育之間的錯配(曠岳早, 2024)。終身教育能夠提供此種在線形式的職能教育，使人們能夠不受時間和地點限制地學習現場經驗和知識。因此，韓國教育部與國家終身教育振興院(국가평생교육진흥원, National Institute for Lifelong Education-NILE) 提出 Matchup 計畫，通過終身學習來進行「技能提升與再培訓」(up-skilling & re-skilling) 等能力的強化(曠岳早, 2023)。Matchup 計畫是一項類似職業在職訓練與教育，似乎不是終身教育領域的強項，然而數位時代的來臨，透過線上學習職業訓練與教育變成可能，Matchup 計畫由教育部提出並由終身教育振興院來執行，給予成人進入新興產業的機會。本文即介紹韓國 Matchup 計畫、內容，以及發展情形與挑戰，最後歸納對台灣終身學習發展的啟示與結論。

貳、Matchup 的發展緣起與推展

Matchup 計畫在韓國教育部支持下，由國家終身教育振興院與企業簽署聯盟合作協議一起開發的課程，以下內容與圖 1 至圖 5 摘要自 2023 年終身教育白皮書(국가평생교육진흥원, 2024)。

一、緣起與課程

隨著人工智慧、巨量資料(Big Data)、區塊鏈等第四次產業革命技術的擴散，技術創新的速度加快，知識的生命週期逐漸縮短，引發了急劇的社會變化。因應這些變化，產業現場對技術與知識的需求不斷增加。國際主要國家為了滿足現場需求，積極擴大以線上為主要的教育方式，以便在短期內培養職務所需的知識與能力。因此，韓國教育部針對變化中的教育環境進行了檢討，考慮引入能夠解決產業與教育無法匹配的教育模式，並制定了能夠短期內學習新產業領域新技術的教育政策。在這種背景下，2017 年設計「韓國型奈米學位(Nanodegree)」計畫，並於 2018 年確立為「產業訂製短期職務能力認證課程(Matchup)」，「Matchup」計畫反映了新興產業領域

企業的需求，由代表企業和教育機構組成的「聯盟」（Consortium）共同開發並以線上為主要的教育課程。學習者通過「Matchup」教育課程，可以提升新興產業領域的職務能力，並將所獲得的課程結業證書及職務能力認證書運用於企業的人事、聘用等職涯發展中。圖 1 顯示 Matchup 的企圖心，在於弭補產業現場需求與教育之間的斷層，並且針對新興產業與高端領域的職能，提供教育課程。

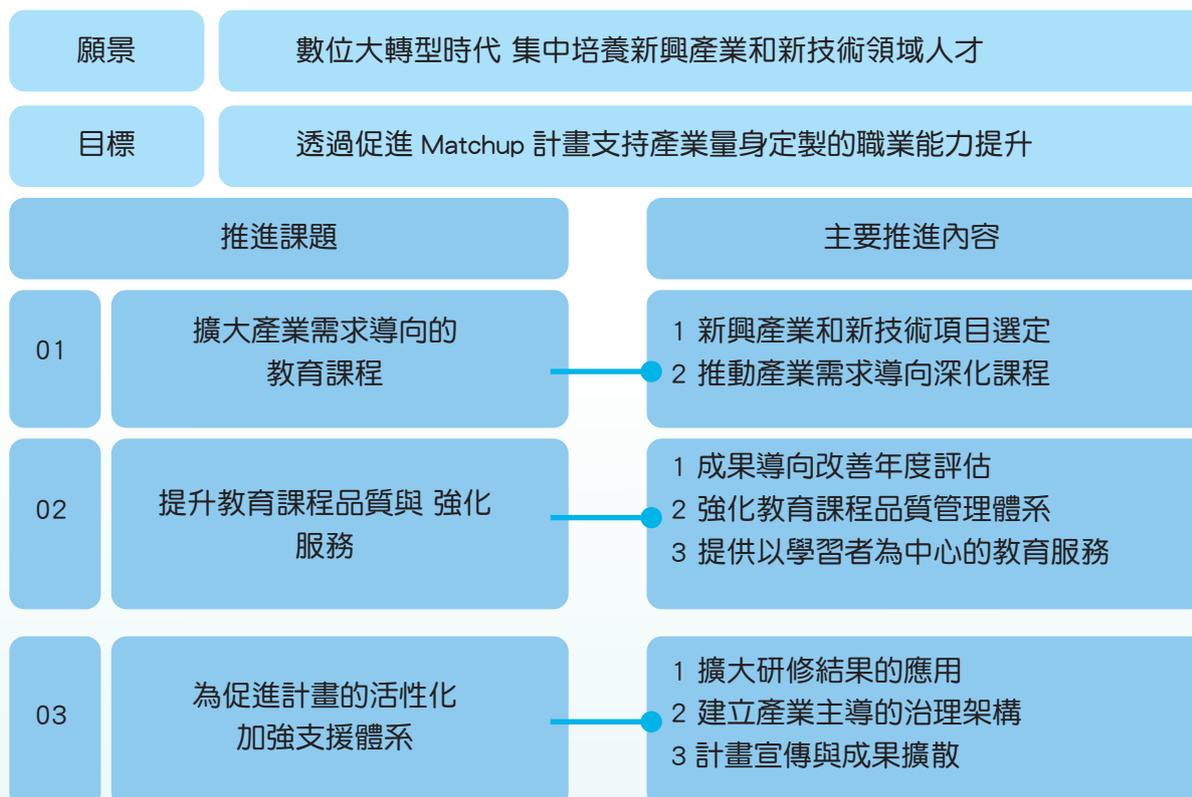


圖 1 Matchup 願景、目標與推進方向

自 2018 年開始，先行開發了人工智慧、大數據、智慧物流三個領域的課程，至 2023 年已累計開發了 19 個新興產業領域的 116 個教育課程。2023 年新增選定了生技健康（Bio-health）、未來汽車及航空・無人機領域，並開發了各領域的 8 門基礎及進階課程，共計 24 門課程，計畫自 2024 年起通過 K-MOOC 平台進行。同時，針對現有的線上教育領域，徵集並選定了無人機、虛擬擴增實境（VR/AR）及大數據三個領域進行進階課程開發。這些進階課程著重於實務及實習，與已開發的線上課程相結合，共開發了 12 門課程，並自 2023 年下半年開始營運。進階課程以線上線下融合模式的實務專案型課程形式開發，旨在補足線上職務教育的不足，並導入在職者輔導及專案評估方式，以支援提升產業現場所需的實務能力，如圖 2 顯示歷年 Matchup 計畫所選定的領域與課程數量。

年度	選定領域	開發課程數
2018	人工智慧、大數據、智慧物流	12
2019	智慧農業、新能源汽車、區塊鏈	12
2020	智慧城市、智慧型汽車	8
2021	無人機、虛擬—擴增實境、大數據、替代能源	16
2022	醫療元宇宙、智慧農場、DNA(資料、網絡、人工智慧)、雲端	32
2023	生技健康、未來汽車、航空無人機、無人機、虛擬—擴增實境、大數據	36

圖 2 歷年 Matchup 計畫選定領域及開發教育課程數量

二、Matchup 徵集與推動體系

為了選定「Matchup」事業的新領域，教育部制定了基本計畫，並發布公告進行聯盟（Consortium）公開徵集。國家終身教育振興院為確保「Matchup」計畫的順利發展及靈活的學習環境，積極發掘新興產業有潛力的領域，並選定由各領域代表企業及教育機構組成的聯盟。選定程序由產、學、研專家組成的選定評估委員會對提案機構的計畫目標、計畫推動能力、執行計畫及應用方案進行評估後選定聯盟。被選定的聯盟需在領域專家的諮詢下修改及補充計畫書，隨後與國家終身教育振興院簽署聯盟間的合作協議，如圖 3 Matchup 計畫徵集程序。

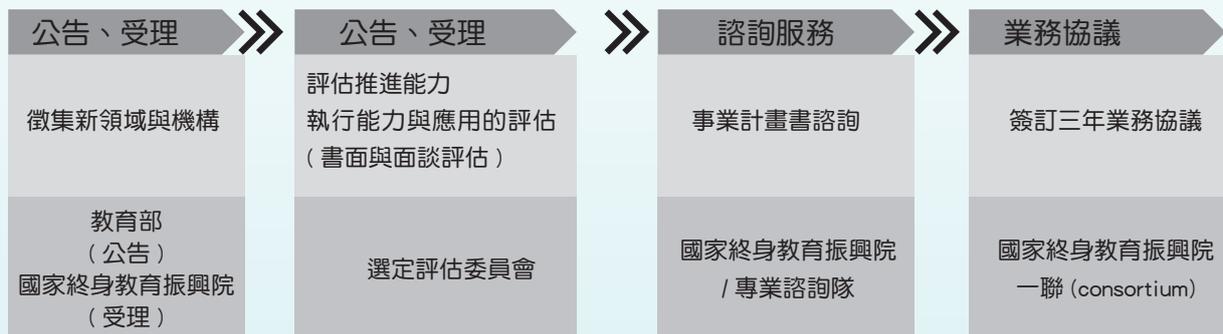


圖 3 Matchup 徵選程序

國家終身教育振興院為了討論各領域教育課程的開發、設計及運營方式等整體事項，設立了由教育部、國家終身教育振興院及聯盟（Consortium）組成的常設協商體系。Matchup 營運委員會負責審議與計畫運營相關的主要事項，並提供計畫推動策略及促進方案的建議等諮詢角色。Matchup 品質管理委員會則由各領域的專家組成，負責教育課程的品質檢驗，並對計畫運營成果進行年度評估與提供諮詢服務等，如圖 4 Matchup 推進體系。

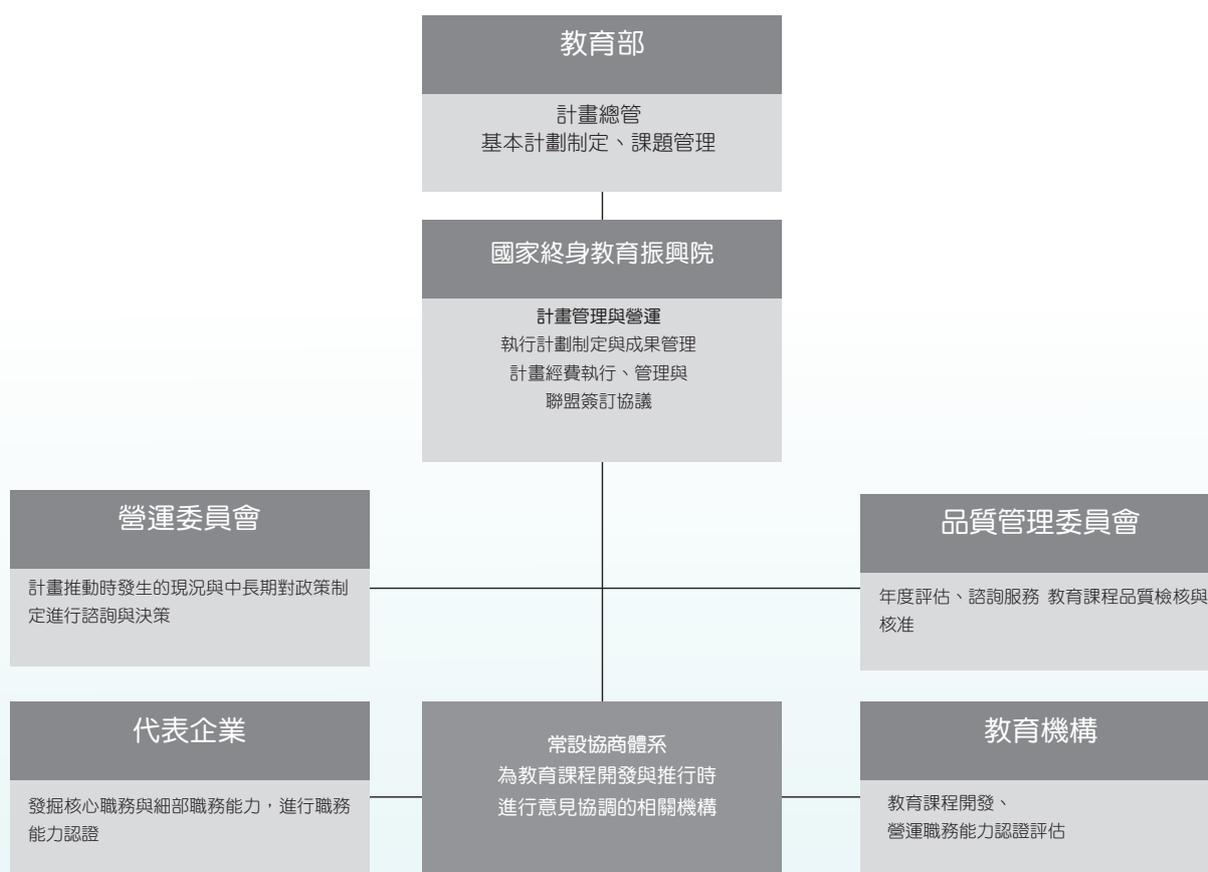


圖 4 Matchup 推進體系

三、Matchup 職務能力認證流程

代表企業利用自身資源，設計該領域的核心職務，並據此定義與呈現細部職務能力。同時，開發可衡量學習者成就的職務能力認證評估模型，親自進行評估，認證學習成果，並頒發職務能力認證書。教育機構則根據代表企業提出的核心職務及細部職務能力，開發並營運該領域特色化的分級教育課程（基礎、進階）。

2023 年從先進產業五大核心領域的 22 項新技術中，新增了生技健康（Bio-health）、未來汽車及航空無人機領域，並根據各領域的核心職務開發了教育課程及職務能力認證評估。基礎課程可通過 K-MOOC 平台以線上課程方式學習，完成課程

後可獲得教育課程結業證書及基礎職務能力認證書。進階課程則根據新興產業領域的特性及職務需求，以線上線下結合形式進行，並結合實務專案執行。完成進階課程後，學習者可獲得教育課程結業證書及進階職務能力認證書，如圖 5 職務能力認證流程。

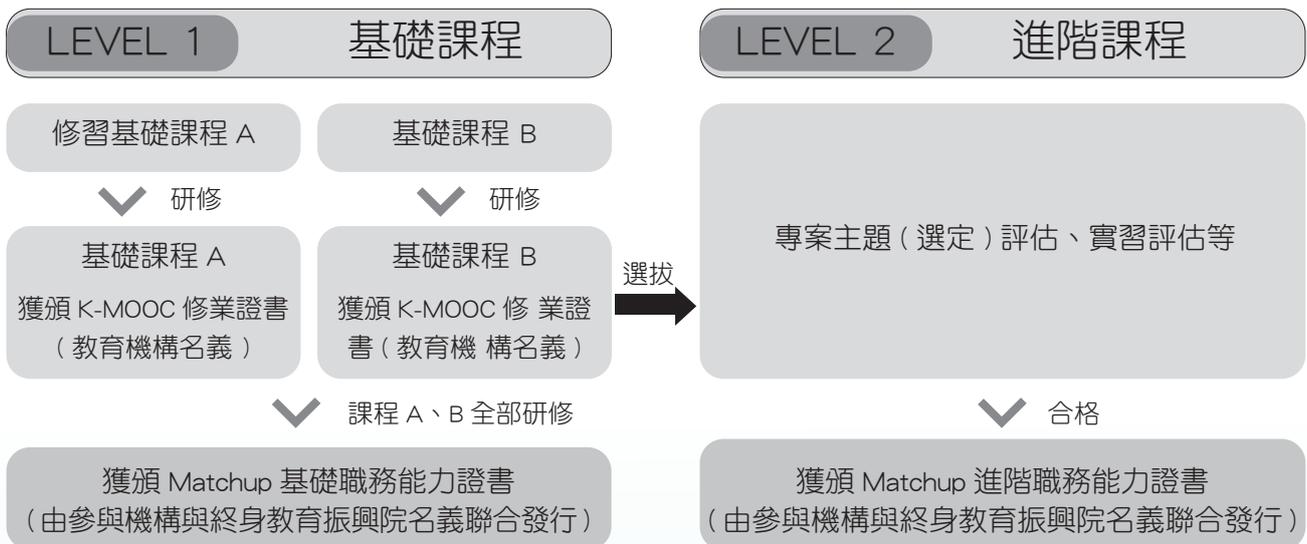


圖 5 職務能力認證流程 (範例)

總結上述，Matchup 的特色主要包括以下幾點：

1. 聯盟合作開發課程：由韓國教育部支持，國家終身教育振興院與企業合作，通過產學聯盟共同開發新興產業領域的教育課程，確保課程內容能滿足實際產業需求。
2. 針對新興產業的短期職能培訓：Matchup 專注於培養學習者在人工智慧、大數據、生技健康等新興產業中的實際職務能力，並針對這些領域設計專門的課程。
3. 線上線下結合的靈活學習模式：課程以線上為主，但針對進階課程會採取線上與線下結合的方式，包含實務專案執行，提升學習者的實務操作能力。
4. 職務能力認證制度：課程完成後，學習者可獲得課程結業證書及職務能力認證書，並可將其應用於企業的人事、聘用等職涯發展中。
5. 與企業需求高度匹配：代表企業參與課程的設計與開發，課程內容緊密對接企業所需的核職職務與技能，提升學習者在職場上的競爭力。
6. 快速適應產業變化：Matchup 計畫每年持續開發和更新課程，快速反應並應對產業技術的變遷和新興產業的需求。

參、Matchup 的成果與挑戰

韓國調查終身教育無法參與原因中，第一位是時間不足占 25.9%，其次是教育費用負擔 16.1%，低利用率 11.0% (卍岳早, 2023)，在 2024 年的報告同樣是未能參與終身學習的原因依次為「因工作時間不足」和「缺乏附近的教育機構」(卍岳早,

2024)。因此韓國創建了 Matchup 計畫通過以線上課程方式與企業合作，並擴大以現場實踐為導向的職能教育課程，來支持公民終身教育，以下是成果與未來挑戰 (국가평생교육진흥원, 2024)。

一、成果

2018 年「Matchup」由 3 個領域的 5 家企業和 11 所教育機構參與推動，至 2023 年累積擴展至 19 個領域，共有 37 家企業和 30 所教育機構參與，顯示其在規模上的成長。2023 年共發展了 11 個領域的 72 門教育課程，以支援各種新興產業領域的職務能力提升。進階課程於 2022 年試運行後，2023 年正式推動，涵蓋了 2022 年選定的醫療元宇宙 (Medical Metaverse)、智慧農場 (Smart Farm)、D.N.A (Data, Network, AI) 及雲端 (Cloud) 四個領域，以及 2023 年新增選定的無人機 (Drone)、虛擬擴增實境 (VR/AR) 及大數據 (Big Data) 三個領域，共計 28 門課程。2023 年參與 Matchup 深化課程的學習者共有 893 名，修業完成率為 65.2%。隨著規模的擴展，為了提升社會應用度，每年都會以代表企業及教育機構為主體，積極發掘能應用 Matchup 學習成果的企業。2023 年新增了 49 家將 Matchup 修業成果運用於聘用及人事管理的企業，使累積的 Matchup 應用企業達到 150 家。

二、挑戰

為了加強 Matchup 教育課程的品質管理及計畫成果管理，通過年度評估來檢視計畫的執行成果，並根據評估結果進行回饋。根據評估結果，對執行與改進經費進行差別支援，以持續提升教育課程品質，包括教案更新、實習內容開發、評估改進及學習者互動支援等。此外，為了提升 Matchup 的宣傳及擴大成果影響，透過多種線上及線下媒體進行宣傳，如社交媒體推廣、製作與分發宣傳手冊及摺頁、影片平台廣告等，以提高大眾對教育課程的認識。並透過徵集學習心得及就業案例等優秀案例，提供表彰及獎金等支援，製作故事型內容以擴大成果影響力。

Matchup 為了擴展以職務能力為中心、具產業現場實用性的教育課程，需要引導各種類型的機構參與此計畫。可參與 Matchup 計畫的教育機構類型包括企業、大學、學分銀行制教育訓練機構、職業訓練設施、政府出資研究機構及公共機構等。根據 2023 年 11 個領域教育機構數據，參與機構中有 7 所大學及 4 家企業，顯示大學的參與比例較高。為了能夠即時掌握新興產業領域企業的需求與趨勢，並開發和發展產業量身定制的教育課程，需研擬擴大 Matchup 計畫參與教育機構類型的方案。

接著，需持續提升 Matchup 修業結果的社會應用性。儘管已逐步將 Matchup 的修業成果納入大學學分認定、企業內部教育時數認可及人事考核反映等應用，但社會應用程度仍然不足。除了 Matchup 計畫的代表企業和教育機構，還需強化協力機構的作用，以推廣教育課程並擴大應用範圍。為此，應加強與新興產業相關企業所屬的產業協會及團體的合作，並與地方政府積極建立聯繫模式，從而構築多元協力機構參與的基礎。

為了促進 Matchup 計畫的發展，應加強向公眾的宣傳，發掘優秀案例並擴散成

果。此外，需配合技術及產業變化，適時改善教育課程，擴大品質管理，確保課程內容的時效性。應提供詳細的教育課程資訊，支持學習者有系統地進行學習，並透過學習成果檔案管理、在職者指導等方式，強化教育課程的內涵，進一步提高課程修業率。

肆、Matchup 的啟示

Matchup 計畫對終身教育的啟示，主要在以下幾個方面：

1. 靈活學習模式：Matchup 強調線上學習和線上線下結合的模式，為學習者提供了靈活的學習途徑。這啟示了終身教育需要擴展線上學習平台，並結合實務操作來滿足多元化的學習需求，讓學習者能在工作和生活之間靈活安排學習時間。
2. 產業導向的課程設計：Matchup 根據企業需求設計課程，讓學習內容與職場需求緊密結合，這啟示終身教育應強化與產業的合作，針對市場需求開發適應性強的課程，確保學習者所獲得的技能能夠立即應用於工作中，並提升職業競爭力。
3. 快速應對技術變化：隨著第四次工業革命技術（如人工智慧、大數據等）的發展，Matchup 針對新興技術領域開發短期課程。這啟示終身教育必須加強對快速變化的技術和知識的反應能力，持續更新課程內容，確保學習者具備應對未來挑戰的能力。
4. 多層次的課程設計：Matchup 提供基礎和進階課程，這種多層次的設計對終身教育具有重要啟示，即需要根據學習者的不同需求和水平，提供分級的課程體系，從基礎到進階，逐步提升學習者的技能和知識水平。
5. 強化職務能力認證：Matchup 設計了職務能力認證體系，學習者完成課程後可獲得相關證書，這在職場上具有實際價值。這啟示終身教育應注重學習成果的認證和評估，通過認證體系提高學習者的職業發展機會，同時提升終身教育的吸引力。
6. 社會與產業合作的重要性：Matchup 透過政府、企業和教育機構的協作來實現教育目標，這強調了終身教育中社會各方合作的重要性。終身教育機構應積極與產業界和政府合作，建立長期合作關係，共同促進人才培養。

總體而言，Matchup 對終身教育的啟示在於如何快速反應社會需求、靈活提供學習途徑、並建立以實務應用為導向的學習模式，從而更好地支持學習者的職涯發展和社會變革中的持續學習需求。

伍、結論

韓國 Matchup 計畫對台灣終身學習有以下幾個重要啟示：

1. 推動產業導向的課程開發：Matchup 的課程開發強調與產業需求緊密結合，根據企業所需技術和職能設計課程。這對台灣終身學習的啟示是，應加強產學合作，依據

產業變化和需求，開發針對特定職業領域的職能課程，確保學習內容具備實際的職場應用價值，提升學習者的職業競爭力。

2. 靈活的學習模式與平台運用：Matchup 採用了線上和線下結合的學習模式，並運用 K-MOOC 平台提供課程。對台灣來說，這啟示了需要進一步發展數位學習平台，提供靈活且易於存取的課程，讓學習者能夠兼顧工作與學習。透過線上平台推動終身學習，可以降低時間與地點的限制，讓學習更加普及化。
3. 短期職能培訓的可行性：Matchup 計畫中的短期課程設計，適應了快速變化的技術需求，幫助學習者在短期內掌握新興領域的技能。台灣終身學習應借鑒這一做法，針對產業變遷迅速的領域（如人工智慧、大數據等）提供短期課程，讓學習者能快速獲得符合市場需求的新技能，應對職場變遷。
4. 職能認證機制的建立：Matchup 提供職能認證，並與企業合作確保認證結果在職場中具有價值。這對台灣的啟示是，應建立健全的職能認證機制，讓學習者完成課程後能夠獲得認可的證書，提升這些證書在就業市場中的信譽和效用，鼓勵更多人在職場外也能通過終身學習提升自身能力。
5. 結合實務操作與專案學習：Matchup 進階課程強調線上學習與實務操作的結合，並通過專案來提升學習效果（由企業提供）。台灣可以參考這一點，將實務專案納入終身學習的課程設計中，讓學習者在學習過程中有更多實務應用的機會，培養實際操作能力。
6. 跨機構合作促進終身學習：Matchup 計畫依賴於政府、企業與教育機構的協作來開發和推動課程，這強調了跨機構合作的重要性。台灣應加強政府、企業及學術界的協力，透過政策支持和資源整合，形成一個能夠動態調整、快速回應產業需求的終身學習體系。

總結來說，韓國 Matchup 對台灣終身學習的主要啟示在於如何協助社會上需要職業精進與再訓練的成人，靈活地運用數位平台進行教學、加強產業導向的課程設計、建立具實際價值的職能認證機制，並通過政府、產業與教育機構的合作，推動終身學習的持續發展，從而更好地應對技術變革和社會變遷帶來的挑戰。

參考文獻

- 교육부 (2023). 2023 년 매치업 (Matchup) 사업 기본계획. 교육부.
- 교육부 (2024). 2024 년 매치업 (Matchup) 사업 기본계획. 교육부.
- 국가평생교육진흥원 (2024). 2023 평생교육백서. 국가평생교육진흥원.

從自我導向學習觀點培育中高齡資深員工勝任企業內部講師之策略

李昕真

中正大學成人及繼續教育學系碩士生

摘要

隨著人口老化問題的加劇，面臨職場老化與勞動力短缺的挑戰，我國政府擬定因應方針與具體方案，試著提升中高齡者適應工作需求及提升個人終身學習觀。本文主要介紹了中高齡人力資源發展對企業與中高齡者個人的重要性，並提出中高齡員工適任企業內部講師的特質及需具備的職能指標。再來探討自我導向學習應用於中高齡員工培訓的模式，強調學習者的自主性、經驗和學習動機在培訓中的重要性。最後，提出了三項策略：推動員工學習文化、建立系統化的培訓管道，以及將員工的職涯發展與組織策略結合，促使中高齡員工透過自我導向學習達到與組織共贏的關係。

關鍵字：終身學習、自我導向學習、中高齡人力資源

Abstract

As the problem of an aging population intensifies, Taiwan faces challenges such as workplace aging and labor shortages. In response, the government has formulated strategies and concrete plans aimed at helping middle-aged and older individuals adapt to work demands while promoting lifelong learning. This paper primarily introduces the importance of middle-aged and elderly human resource development for both businesses and individuals, highlighting the traits and competencies needed for senior employees to become internal corporate trainers. Additionally, it explores the application of self-directed learning in training these employees, emphasizing the significance of learner autonomy, experience, and motivation in the training process. Finally, three strategies are proposed: fostering a learning culture among employees, establishing systematic training pipelines, and aligning career development with organizational strategy, encouraging middle-aged employees to achieve a win-win relationship with their organizations through self-directed learning.

Keywords : Lifelong Learning 、 Self-directed Learning 、 Middle-aged And Older

Human Resources

目次

壹、前言

貳、中高齡人力資源發展的重要性

參、中高齡資深工作者勝任企業內部講師的職能指標

肆、自我導向學習應用於培訓中高齡企業內部講師之探討

伍、應用自我導向學習培育中高齡企業內部講師之策略

陸、結語

壹、前言

隨著人口老化現象的持續加劇影響，我國核心勞動力年齡持續向後遞延，依據國家發展委員會（簡稱國發會）推估，2020年勞動力年齡集中在35-44歲，預估2030年將延至45-54歲，將來中高齡人口將因人口減少帶來的勞動短缺壓力，促使該年齡層參與勞動機會增加及勞動力大幅成長（國發會，2023）。人口老化造成影響涵蓋國家經濟、企業人才與關鍵技術、中高齡者的就業參與及工作表現，為減緩老化對職場與中高齡人力帶來危機，政府與企業須採取因應職場老化的政策與制度（葉俊廷、李雅慧，2014）。

OECD於2019年提出「中高齡者的最佳工作：高齡化與就業政策」報告書，其中一項主軸建議為：加強對中高齡者建立更長期的職業生涯並提供相關獎勵措施，包含減少仍具有工作能力的中高齡工作者提早退休的動機。然而中高齡員工隨著年紀增長，在工作上可能遇到阻礙包含身心理退化、專業技能無法適應社會變遷或科技能力不足等問題（林嘉慧，2021）。資深的中高齡工作者對於工作不僅只是看到外在動機，他們會思考自己的理想，因此需激發他們內在動機，促使他們看到工作中自我成長的機會，以達到自我實現（李弘暉，2017）。

勞動部於2021年發布《雇用退休中高齡者及高齡者傳承專業技術及經驗》補助計畫，為積極鼓勵民營機關（構）雇用退休中高齡及高齡者傳承專業技術及經驗，提供實務技術指導或擔任教育訓練講師等措施（勞動部，2023）。因此可得知目前政府對於協助中高齡者及高齡者就業的重視，及企業雇主聘僱此族群擔任內部講師的重要性。學習方法會因不同個人背景變項有所差異，因此在設計訓練課程時可分單元設計，讓學員自行選擇有興趣或是想提升的特定授課能力，亦或針對不同性別、年齡或教育程度客制化課程內容（陳書農，2019）。而自我導向學習（Self-directed Learning）是以個體為中心，強調內在成長，重視覺察與需求滿足，藉由自我控制來達成自我實現的理想（蔡培村、武文瑛，2010）。從上述內容可得知，受培訓學員個體學習上的差異，並建議以學員個人為主設計訓練課程，而自我導向學習強調以個體為中心進行學習。

綜合上述，本文分別以：中高齡人力資源發展的重要性、中高齡資深工作者勝任企業內部講師的職能指標、及自我導向學習應用於培訓中高齡企業內部講師，進行相關文獻的整理與分析。

貳、中高齡人力資源發展的重要性

一、中高齡人力資源運用對於企業的重要性

鍾文雄（2019）在《如何任用中高齡人才，創造組織價值》中提出，企業在職場中運用中高齡員工，能夠增進友善環境的建立，透過跨世代的合作與溝通，有助於降低職場上各類歧視，並透過跨世代互相學習成為彼此的職場導師。中高齡人才在組

織中的職涯發展歷程，累積許多專業知識與智慧財產，再透過知識管理的程序，使知識與經驗成為企業核心競爭力，建立起企業永續發展的根基。

運用上述職場中高齡人力對於企業的優勢，再加上企業主為實行政府所提倡政策，因此企業需針對內中高齡建立續留或重回職場的制度，並提供中高齡工作者資源協助。

二、中高齡人力資源運用對於中高齡工作者個人發展的重要性

中高齡人力資源的運用不只為減緩勞動力短缺問題或幫助組織績效發展，在個人發展上也有相對的益處。在陳盈帆（2018）一文中提到推動終身學習因應之道，由於學習過程中，內在動機相較外在動機持久，因此學習者脫離被動學習環境，並將進修內容轉化為工作能量，將學用合一來提升學習動機，達到質量並重的終身學習。

誠如上述，可得知政府提出政策需要企業的實際支持與執行，而在企業與中高齡工作者間是相輔相成以達成雙贏的關係，因此組織可以將發展策略與員工生涯發展結合，組織透過提供資源協助中高齡工作者續留職場。綜合胡夢鯨（2018）和魏惠娟（2023）兩位學者對於組織協助中高齡工作者續留職場的制度建議，整合成下述 8 點：（1）辦理屆退人員退休轉職教育。（2）協助中高齡就業的整體規劃（3）以非體力工作方式聘用中高齡者。（5）建立適合中高齡者的內部職缺平台。（6）建立退休員工人才資料庫。（7）提供增強職能訓練與諮商服務。（8）透過混齡制、師徒制或導師制等方式達到經驗傳承。歸納以上建議可知，企業對於中高齡工作者需要提供諮詢資源，釐清他們對於自己的生涯規劃與需求，並給予合適建議與安排；而中途中高齡者需具備持續學習心態，不斷提升個人職能是為往後生涯規劃做準備。

參、中高齡資深工作者勝任企業內部講師的職能指標

根據（葉俊廷、李雅慧，2010）定義能力移轉是因應職場老化所發展出實踐方案，目的是透過各樣學習措施加強中高齡者與年輕員工的交流與互動，希望中高齡員工退休前可將知識、能力、經驗、技術等轉移給年輕員工。組織幫助中高齡工作者確認自己已具備的知能，組織再透過合適的教育訓練，使他們將各種知能傳承給其他成員。在能力移轉中列舉七種實施方式，其中「退休人員的經驗傳承」是依據歐盟提出年齡管理政策下，瑞典實施工作輪調計畫，即是運用 62 歲到 65 歲間，具備特殊技能的已退休高齡者擔任企業組織的講師職務，藉以促進專業技能獲得移轉機會。此外，企業培訓人員的角色通常由人力資源部門負責，涵蓋需求分析、規劃設計、實施培訓及後續評估等工作。其中，某些專業技能的培訓可能交由相關專業部門負責，或透過聘請外部顧問進行。這樣的安排不僅提升了培訓的專業性，也確保中高齡者的專業知識與技能能有效傳承至下一代員工。有鑑於此，本文乃從企業內部講師需具備職能面向切入，再依此發展資深中高齡工作者需具備的職能指標。

企業內部講師是指員工經由培訓與通過內部講師認證之員工，在企業教育訓練活動擔任講授人員（陳書農，2019）。雖然講師通常是由累積較多專業經驗的人員擔任，

然而在授課方面，大多缺乏背景與經驗。因此針對內部講師六個職能技巧進行調查與分析，分成七個構面說明教學過程需注意的地方，分別是表達與指導、互動分享、專業應用、課程規劃、資訊技巧、專業形象及評量與改進（劉嘉雯、林嵩麟、謝廷豪、劉淑寧、楊雯惠，2012），內部講師職能的七大構面與說明如表所示：

講師七大職能因素構面

能力面向	構面	說明
軟實力	表達與指導	需理解學員需求，瞭解學員該年齡族群學習與理解的方式，有效指導讓學員吸收內容與真正學習。
	互動分享	需瞭解每位學員學習情況並建立良好互動，在溝通中達成雙向互動。
	專業形象	講師外表與表現出來形象，尤其是對於學員的態度。
硬實力	專業應用	能主動更新專業知識與教材，具備專業能力，並在教學中結合實務，透過說明、示範與觀察引導學員學習，尊重學員意見與創意，促進全面成長。
	課程規劃	具備編寫教材的能力，能設計並編排適切的學習方案，明確設定教學目標，並依此目標規劃有效的學習評量方式。
	資訊技巧	熟練運用網際網路、電腦多媒體及社群系統進行線上教學與學員交流。
	評量與改進	分析學習評量結果、提供回饋與建議，營造開放環境，鼓勵學員提問並進行輔助教學。

資料來源：劉嘉雯等，2012

本文將上述學者所提出七個講師教學職能構面，延伸至中高齡工作者在勝任講師需具備職能內容進行討論。企業可針對七項因素構面對中高齡資深工作者進行職能評估，進而開設培訓課程。

肆、自我導向學習應用於培訓中高齡企業內部講師之探討

自我導向學習與終身學習兩者所需具備能力具有高度相關性，如創造力、溝通力及工作場域中須具備協作能力等（Tekkol & Demirel, 2018）。Knowles（1980）指出自我導向學習與傳統式正規學習的差異，在學習者的角色、教導者的角色、學習者的經驗、學習需求評估、學習準備度、學習取向、學習動機以及學習者與教導者互動關係等八個面向的不同特徵比較。而中高齡資深工作者個人經驗與教學職能程度各不同，自我導向學習中學習者的經驗被視為學習資源。在學習準備度可提出個人較缺乏的職能進行。為更完整符合受培訓中高齡者學習需求與企業培訓講師需求，透過自我導向學習在評估學習需求時，由學習者主動診斷學習需求、建立學習目標、確認學習資源、擬定教學計劃並執行，以及自我評鑑的整體學習方式（蔡培村、武文瑛，2010）。自我導向學習的學習動機是建立在學習者的學習欲望上，強調內在成長且重

視察與需求滿足（蔡培村、武文瑛，2010），在培訓課程設計上，組織需先了解報名參與培訓的學員想成為內部講師的動機。最後在學習者與教導者互動關係，由上一章節可知講師在職能中的軟實力培養之重要性，因此透過自我導向學習模式，講師與學員可以達到雙向溝通，進行經驗上的分享與交流。

對於資深的中高齡者學員而言，比起薪酬，更注重的是企業的尊重及實現自我人生理想，因此自我導向學習模式針對個人學習需求制訂學習計畫，使學員以自我提升的角度學習。

伍、應用自我導向學習培育中高齡企業內部講師之策略

當前，我國已有一些企業申請「僱用退休中高齡者及高齡者傳承專業技術及經驗補助計畫」僱用經驗厚實的中高齡講師，以「沖威企業有限公司」為例。身為傳統產業沖威企業的姚庭顯總經理，曾經因公司技術斷層問題苦惱，因緣際會下偶遇 63 歲的林正心老師，他擁有扎實且豐富的專業經驗且期盼能傳承下去。而後，姚總經理僱用林老師，規劃系統化的技術課程來協助公司培養人才，實現青銀傳承，不僅將傳產的生命延續也增添多元的想法（北基宜花金馬區銀髮人才資源中心，2023）。透過案例可知，僱用並培養中高齡成為講師可促使中高齡者貢獻自身經驗也從而看見自身價值，企業方可以有更扎實知識且實務經驗方面的課程內容，若從企業內部培育中高齡講師，可培育出更貼合企業需知識與經驗之內部講師。

本文透過內部講師職能七大構面延伸至中高齡工作者進行職能評估，再從自我導向學習的學習模式中，學習者的經驗、學習需求評估、學習準備度、學習動機以及學習者與教導者互動關係五個面向，歸納出中高齡工作者在自我導向學習的應用。本文試圖以企業實行自我導向學習於內部講師培訓上，提出三點策略做為參考方向。

一、組織重視並提倡員工學習文化

應用自我導向學習於內部講師培訓，可以使學員具備終身學習、獨立思考以及對於自我職涯發展更有方向。而成為講師之中高齡工作者，可透過課程達到傳播主動學習觀念，在企業中達成由上而下的學習文化傳承。

二、有系統的制定培訓中高齡員工成為內部講師的管道

企業為達到永續的知識與經驗傳承，需要針對中高齡員工建立有系統的內部講師培訓管道，其中可包含對培訓對象職能盤點、確認培訓目標與教學方法、制定員工 IDP（個人發展計畫）、提供學習相關資源、評估與反饋、建立知識分享平台以及人才庫。

三、將員工職涯發展與組織策略結合

企業在中高齡講師培訓中要落實自我導向學習，需將此培訓規劃納入組織職涯管理中。在培訓前，需針對有意願參與培訓的中高齡員工，考量他們對於自身職涯發展的規劃、需求或是未來理想，進而了解成為內部講師的動機。再則，將企業策略和發展目標與員工的職涯結合，設計最合適的培訓方案。

陸、結語

在面臨超高齡化與少子女化的趨勢下，企業如何因應我國政府提出中高齡人力運用政策，將終身學習理念與未來策略規劃相融合。運用自我導向學習培育中高齡內部講師，企業可以發掘與激發員工學習潛能。在實現知識傳承和組織發展的同時，也滿足中高齡員工對於自我實現與職涯發展的需求，是使企業與中高齡員工達到雙贏的方式，進而培養企業內部的永續人才。

參考文獻

- 王素彎 (2018)。推動新世代職業訓練法的必要性。《經濟前瞻》，179，123-128。https://doi.org/10.30071/EOB.199004.0020
- 北基宜花金馬區銀髮人才資源中心 (2023 年 12 月 29 號)。63 歲林老師為青銀傳承添柴加火，點燃沖威公司產業生命力。45+ 就業資源網。https://45plus.wda.gov.tw/news_content.aspx?n=40&s=4584
- 李弘暉 (2017)。新進員工、資深員工，想要的不一樣！企業要留得住人才，先了解三個階段的人力資源策略。《經理人》。取自 https://www.managertoday.com.tw/columns/view/55383??utm_source=copysare
- 李雅慧、葉俊廷 (2014)。我國國營事業中高齡人力資源發展的策略：年齡管理的觀點。《社會發展研究學刊》，14(14)，26-47。https://doi.org/10.6687/JSDS.2014.14.2
- 胡夢鯨 (2018)。邁向超高齡社會的人力發展策略。《台灣勞工季刊》，55(56)，26-33。https://doi.org/10.29656/TERM.201501.0001
- 陳冠良 (2023)。OECD 中高齡就業政策推動策略給台灣的幾則啟發。中正高齡產業研發服務股份有限公司。取自 https://www.ccursc.com/knowledge_content.php?kid=K_20201113145045_5fae2cc5406ae
- 陳盈帆 (2018)。推動終身學習之侷限及因應之道。《台灣教育評論月刊》，8(8)，66-69。https://doi.org/10.6791/TER.201212.0027
- 陳書農 (2019)。企業內部講師培訓課程訓練成效：以 A 公司為例 (碩士論文)。https://doi.org/10.6345/NTNU201900801
- 國家發展委員會 (2023)。勞動力推估。產業人力供需資訊網。取自 https://theme.ndc.gov.tw/manpower/Content_List.aspx?n=85BEFE8D2EC9630F
- 勞動力發展署 (2023)。協助退休者再就業 (在職 64 歲、聘僱 45 歲以上傳承經驗)。《勞動力發展署全球資訊網》。取自 https://www.wda.gov.tw/cp.aspx?n=B0A3839968CFB95E&s=D4CB60EDA169FFE7
- 劉嘉雯、林嵩麟、謝廷豪、劉淑寧、楊雯惠 (2012)。企業內部講師職能模式之研究。《創新與經營管理學刊》，3(2)，1-13。
- 蔡培村、武文瑛 (2019)。《成人教育學》。麗文書局。
- 鍾文雄 (2019)。企業如何活用高齡人力資源。104 求職力。取自 https://blog.104.com.tw/use-senior-human-resources/
- 鍾文雄 (2023)。如何任用中高齡人才，創造組織價值。104 求職力。取自 https://blog.104.com.tw/senior-create-organizational-value/
- Tekkol, İ. A. & Demirel, M. (2018). An investigation of self-directed learning skills of undergraduate students. *Frontiers in Psychology*, 9, 2324. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02324

終身學習創新措施 - 以新北市、苗栗縣與教育部為例

謝宗翰

新北市三重區修德國小教師

十二年國民基本教育課程的理念與目標以核心素養為主軸，強調培養以人為本的「終身學習者」。國內外研究亦指出，人文社會與科技技術的轉變，對生活與工作產生重大挑戰，為克服其帶來衝擊，學習勢必需由學校的正規教育，延伸至統合性的終身教育體系。

本文搜尋近一年各縣市終身學習創新他山之石；新北市設立終身學習諮詢站與培訓終身學習諮詢師，創建專業人才庫與跨域整合資源；苗栗縣規劃終身學習商鋪，創新引入民間資源、打破世代隔閡、導入教育永續理念；教育部創設終身學習節、發表終身學習宣言與表揚楷模，整合各縣市終身學習措施並激勵個人與組織落實終身學習；皆值得各縣市擬定政策借鏡參酌。

關鍵字：終身學習諮詢站、終身學習諮詢師、終身學習商鋪、終身學習節

Innovative Lifelong Learning Measures: Examples from New Taipei City, Miaoli County, and the Ministry of Education

Tsung Han Hsieh

The ideas and goals of curriculum guidelines of 12-year basic education are centered around core competencies, with a strong emphasis on cultivating "lifelong learners" with a people-centered approach. Research, both domestically and internationally, has pointed out that the rapid changes in society, culture, and technology pose significant challenges to daily life and work. To overcome these challenges, learning must extend beyond formal education in schools to a comprehensive, lifelong education system.

This article reviews recent innovative lifelong learning practices across different counties in Taiwan over the past year:

- New Taipei City: The establishment of lifelong learning consultation centers and the training of lifelong learning consultants aim to create a professional talent pool and integrate cross-domain resources.
- Miaoli County: Planning the concept of lifelong learning shops, which introduces private resources, bridges generational gaps, and incorporates the idea of educational sustainability.

- Ministry of Education: The creation of the lifelong learning festival, the release of a lifelong learning manifesto, and the recognition of exemplary individuals aim to consolidate lifelong learning measures across various counties, encouraging individuals and organizations to implement lifelong learning practices.

These initiatives provide valuable examples for other regions when developing their own policies.

Keywords: Lifelong Learning Consultation Center, Lifelong Learning Consultant, Lifelong Learning Shop, Lifelong Learning Festival.

前言

資訊科技與醫療技術轉變改變了傳統社會環境，對人類工作方式與傳統生活產生大幅影響，為面對新環境的挑戰，終身學習 (lifelong learning) 已為全球公民必備的素養 (EU, 2021; OECD, 1996; OECD, 2021)。教育部 (2021) 於《終身學習中程發展計劃》指出，近年推展終身教育政策如；充實社教館所、社區大學、樂齡學習中心、數位機會中心、社區多功能學習中心、高齡自主學習團體與學習型城市等措施，提供民眾多樣學習機會；但當前仍面臨六大問題亟需解決，(一)學習參與率有待提升、(二)終身學習保障機制不足、(三)民間資源有待開發、(四)終身學習推動人才需培養、(五)跨域資源須整合、(六)激勵方式需強化。顯示在現有資源下，各縣市仍需順應社會環境快速變化趨勢，發展終身學習創新措施，以優化縣市學習環境，適應新世代的挑戰。

為搜尋各縣市終身學習創新措施，筆者對民眾常用新聞門戶網站 Yahoo! News、ETtoday online 以及 TVBS News online 以關鍵字終身學習進行搜尋，篩選 2023.09-2024.08 年各縣市首創或未曾見於《終身學習中程發展計劃》之措施，以探討下列問題

(一) 各縣市近一年終身學習創新措施有哪些？

(二) 各縣市近一年終身學習創新措施是否能呼應終身學習中程發展計畫內六大問題？

文獻探討

一、終身學習

文獻內對終身學習有廣泛的定義，幾個關注教育的國際組織均提出相關解釋闡述。歐盟 (European Union, EU) 認為終身學習為人類終其一生，以個人、社會或職涯角度進行任何有意義的學習活動。聯合國教育、科學及文化組織 (United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization, UNESCO) 於 2006 年設立終身學習研究所 (UNESCO Institute for Lifelong Learning, UIL) 認為終身學習為從出生至死亡，於工作場合、家庭或社區，任何正式或非正式且有意義的學習活動 (EU, 2021; UIL,

2022; UIL, 2023)。我國認為終身學習是每一個人在人生的每一個階段，都有適合其需要的教育機會，在縱向而言，包括家庭教育、學校教育與社會教育的銜接，在橫向而言，是正規教育、在職教育與非正式教育的協調（教育部，2021a）。歸納終身學習可定義為貫穿幼青銀各人生階段，橫跨個人所處家庭、職業與社會環境下，進行正式與非正式有意義的學習。

隨社會多元化發展、科技進步與資訊發達，個人於一生中將面臨多次生涯轉變，終身學習成為適應生活的重要課題（教育部，2021b）；而評估學習環境如何支持終身學習，供人適應環境及履行義務則至關重要（Thwe & Kalman, 2023）。UIL指出科技發展驅動教育進步，但亦產生新障礙使學習與適應生活更具挑戰性，為克服挑戰、創造個人福祉與公共利益，建構優質、包容且彈性的終身學習環境成為重要因素（UIL,2022; UIL,2023）。經濟合作暨發展組織(The Organization for Economic Cooperation and Development, OECD)於2023教育政策展望(Education Policy Outlook 2023)闡明面對時代變遷，環境永續(environmental sustainability)為2024年最重要的關鍵，當中終身學習體系有三大要務，1.需將學習理念轉換為實際行動、2.形塑學習者綠色經濟(green economy)經驗與理念以及3.將教育轉型為推動綠色經濟的關鍵(OECD, 2023)。我國教育部(2021a)則認為終身學習規劃宜朝順應全球變遷、國家永續發展及強化環境意識，將成為克服挑戰的成功關鍵。終身學習為新世代國民不可或缺的基本能力，主管機關需帶頭營造正向支持的環境，以推展國人積極參與終身學習，發揮個人潛能適應新世代挑戰，克服問題以利國家永續發展。

二、數位新聞

隨著時代演進新聞來自傳統媒體的重要性已大幅降低，Newman 等人(2024)於《2024 數位新聞報告》指出經調查，台灣民眾 80% 自線上獲取新聞（含網路以及社群媒體）而傳統印刷品僅佔 16%，其中每週使用率前三高的線上網站依序為：Yahoo! News、ETtoday online 以及 Line News。筆者以目前新聞主流平台數位媒體為搜尋資料庫，透過關鍵字搜尋終身學習以整理創新措施，並將相關資訊比對教育部《終身學習中程發展計劃》中六大問題，檢視是否能呼應現有問題以利後續討論。

縣市終身學習創新措施

筆者使用新聞主流搜尋平台篩選線上新聞，整理出近一年（2023.09-2024.08）各縣市終身學習創新措施有三，依時間序由新至舊排序如後。

一、新北市「終身學習諮詢站」：2024年6月新北市於民眾熟悉的淡水區公所啟用終身學習諮詢站，其特點為一站多功能跨域整合提高推廣率，並設有終身學習諮詢師協助市民參與終身學習活動，結合新北市學習地圖網站整合數位跨域資訊，針對不同市民學習需求，規劃適合課程與上課模式，以達學習目標（許端驛，2024；新北市政府，2024）。

新北市培訓與設置「終身學習諮詢師」：2007年韓國《終身教育法》明定終身

教育師的資格與任務為終身教育現場的專家，協助學員擬定課程、教學輔導、評估成效與協助行政事務；2013年更提高終身教育師其認證資格由國家層級核發，足顯重視與專業肯定，並鼓勵學習者透過修習課程，取得終身教育師資格進而協助其他學習者，達永續循環之效（林麗惠、林秀儀，2020）。2022年芬蘭 Sitra 基金會強調終身學習師 (Lifelong Learning Consultant) 於個體終身學習亦扮演重要關鍵，除基於人工智能與數位科技妥善規劃個別學習模式外，依不同層級機構與地區性規劃不同垂直目標，並水平跨部門促進公部門與民間合作（Arola et al., 2022）。新北市終身學習諮詢師一職為全國首創，透過系統培訓圖書館、終身學習資源中心及公所志工成為諮詢師，強化專業專才專用提供學習者個別化諮詢與規劃，有別於過去仰賴各機構兼任人員的兼辦協助，提供更優質、專業與完善的終身學習服務體系，與國際終身學習專業化趨勢接軌，為我國專任終身學習專業人員先驅。

二、苗栗縣終身學習月、終身學習商鋪：2023年10月苗栗縣將每年11月定為「終身學習月」與推出「終身學習商鋪」，於該月推出多項學習活動，盼於學習型城市計畫下，推動縣民參與終身學習的行列，進一步凸顯終身學習價值、發揮豐富生活體驗理念以提高城市競爭力，同時結合民間15家終身學習商鋪與苗栗i學習臉書平台，期許縣民透過學習翻轉少子化、高齡化及產業瓶頸的困境，搭配終身學習商鋪據點，串連老中青世代，活化在地特色產業推廣民間資源投入終身學習，建立全齡可學習的區域學習樂園（李京昇，2023；苗栗縣政府，2023；楊永盛，2023）。

苗栗縣政府（2024）於社群平台陸續發表學習商鋪相關訊息，截止2024年9月已公告有公營單位（公館鄉農會、臺鐵竹南2號倉庫、三義木雕博物館、山腳國小樂齡示範中心）、民間單位（貓裏客家學苑、山山藝文化實驗室、後龍鎮水尾社區、湖東休閒農業區、後龍鎮溪洲社區發展協會、頭份市蘆竹瀆古厝）等10間學習商鋪；商鋪類型在地、多元與特色鮮明，以終身學習為核心理念，結合苗栗各地文史特色與社區自然環境，以各式學習分享活動，豐富學習者生活經驗、充實社區永續發展能量，打造苗栗學習型城市，商鋪簡述如後。

- （一）頭份市蘆竹瀆古厝：傳統聚落結合藝術家與工藝師，打造導覽與文化保存活動，為在地藝文教育注入活水，規劃藝術陪伴課程，推廣各年齡層的藝術人文與文化教育。
- （二）後龍鎮溪洲社區發展協會：發起自農村再生計畫，使社區農作引入社區供餐，結合技職與食農教育理念，落實自給自足、永續經營的社區願景，並持續推動老幼共學、長者健康促進活動，創造宜居樂學家園。
- （三）山腳國小樂齡示範中心：發展樂齡多元學習模式，結合苑裡鄉傳統文化，由年長工藝師帶領學齡兒童傳承蘭草編織工藝，提供樂齡長輩發揮所長與終身學習的機會。

- (四) 三義木雕博物館：創辦木雕藝術薪傳營與木工學院，將三義木雕文化扎根，激盪木雕職人與新秀加入地方工藝的創新與永續發展。
- (五) 湖東休閒農業區：結合特色農業與社區，推廣低碳農遊與食農等學習型活動，建構農村豐富環境資源為學習教室，以發展農村創生。
- (六) 臺鐵竹南2號倉庫：結合群聚文創品牌辦理地方創生，以多元工藝與藝術教育，促進異域交流提升在地美學，達綠色經濟、親子教育與永續城鄉目標。
- (七) 公館鄉農會：規劃農遊情報站，串連業者規劃食農教育小旅行，引入親子家庭、遊客參與，推廣食安與拓展特色農特產品。
- (八) 後龍鎮水尾社區：以社區農業循環為核心，採用在地農作委由社區長輩進行麵包製作與烘焙，除活躍老化亦促進社區產業發展。
- (九) 山山藝文化實驗室：以自然體驗、聚落文化、環境藝術展演與植物藝術工作坊等活動，推廣自然資源、地方文史，並將生命經驗轉化為藝術，促進世代間對話達終身學習之效。
- (十) 貓裏客家學苑：以駐點藝術傳承發展為主，培育客家藝文產業人才，探索地方產業交流與學術研討，提供客家文化與傳統工藝終身學習體驗。

三、教育部終身學習節：2023年10月15日教育部於臺灣科學教育館舉辦「終身學習節」，其核心宗旨為推廣全民終身學習，強調學習不受年齡、性別、種族與文化限制以國家立場發表正式的終身學習宣言，彙整各縣市終身學習活動，表揚終身學習楷模、公營績優單位與認證學習型城市，同時建置終身學習e起來網站。由政府激勵全民與單位落實終身學習，厚植終身學習力、營造學習型臺灣（教育部，2023；國立臺灣科學教育館，2023）；終身學習5點宣言摘錄如下：

- (一) 終身學習是基本教育權：人人、處處、時時學習，結合正規、非正規及非正式學習，營造學習型臺灣。
- (二) 終身學習涵括整個社會：由個別學習者出發、形塑學習型家庭、整合共創共榮為學習型城市、造就正向學習型文化。
- (三) 終身學習促使跨域實踐：由個別學習者與人、社會、自然展開互動，由專業能力成長拓展至跨域實踐。
- (四) 終身學習創建永續循環：學習促使潛能發展，活動數位科技創建通用設計環境，以達幼中青銀永續循環目標。
- (五) 終身學習提升精進發展：打破年齡、種族、文化歧異，提升臺灣終生學習力，營造全民樂學願景。

筆者歸納近一年縣市終身學習創新措施，依「人事時地物」資訊整理框架整理如表1。共通點有四項，第一項為「事」皆明確推廣終身學習活動，但對象可分為個

人、組織團體或縣市（終身學習節）；第二項為「時」皆表示創新活動發佈時間，但時段可分為延續性（終身學習諮詢站、終身學習商鋪）與周期性（終身學習月、終身學習節）；第三項為「地」讓參與民眾能至特定地點規劃或充實終身學習技能，但有公家機關（公所、科學教育館、部分學習商鋪）與民營單位（部分學習商鋪）；第四項為「數位科技」皆有數位平台輔助民眾，以呼應數位趨勢與終身學習創新措施。差異點則有二，第一為推廣「人」員編制，新北市為專業諮詢師、苗栗縣為兼任商鋪人員，終身學習節為兼任終身教育司人員；第二為「物」僅終身學習節提出終身學習宣言，其餘兩措施則無提出象徵性物品。

表 1 縣市終身學習創新措施資訊整理框架

縣市別 / 創新措施	新北市 終身學習諮詢站	苗栗縣 終身學習月、學習商鋪	教育部（各縣市） 終身學習節
人	終身學習諮詢師	學習商鋪工作人員兼任	無
事	個別化終身學習諮詢與 規劃建議	致力讓學習走入生活，打造終 身學習文化	發表宣言、表揚楷模縣 市、單位與個人
時	2024 年 6 月迄今	每年 11 月與終身學習商鋪開 業時間	每年 10 月 15 日
地	終身學習諮詢站	終身學習商鋪	終身學習市集（結合各 縣市）
物	無	無	終身學習宣言
其他	新北市學習地圖網站	苗栗 i 學習臉書	終身學習 e 起來網站、 臉書

縣市別	措施	六大問題					
		參與率	保障 機制	民間 資源	推動 人才	跨域 整合	強化 激勵
新北市	終身學習 諮詢站	√			√	√	√
苗栗縣	終身學習月、 學習商鋪	√		√		√	√
教育部 （各縣市）	終身學習節	√				√	√

進一步探究表 2，歸納結論如下

一、多元提升民眾終生學習參與率：三項創新措施以不同的角度提高民眾參與率

- (一) 地點便民：結合民眾生活中常經之處，落實處處終身學習之目標，如：終身學習諮詢站設置於淡水區公所，向來往洽公民眾宣導，提升終身學習社會風氣；終身學習商鋪深入社區據點，降低行動不便長者交通困擾，提高生活聚落成員參與便利性。
- (二) 資訊便民：建構普及易得資訊，落實人人學習，如：終身學習諮詢站搭配終身學習諮詢師專業指導，結合新北市學習地圖網站，引導民眾操作可及性高的數位平台，宣導人人學習概念；終身學習商鋪，發展特色課程與多元體驗活動，供民眾直接參與降低陌生與不確定性。
- (三) 觀念近民：政策與活動並進宣導終身學習概念，強化時時學習，如：主管機關發起領頭作用，新北市、苗栗縣與教育部皆辦理創新措施，傳遞終身學習正向意涵，引領民眾或組織參與終身學習活動。

二、開發民間資源雙管齊下：單靠公部門推廣資源有限，引入民間資源方為長久永續之道，苗栗縣終身學習商鋪有效引入民間資源，結合在地文史、社區聚落傳統、特色文化等，並開發體驗課程建立使用者付費觀念，擴充經費支持，逐步提高終身學習品質與數量以達永續經營目標。

三、培養專業推動人才：新北市培訓專任終身學習諮詢師，以長期培育體系取代舊有短期研習證書，建立人才留用與銜接機制，提升終身教育的專業水準。

四、跨領域資源合作：各縣市政府多由教育局處規劃安排終身學習資源，跨域整合可注入更多能量，提供民眾更方便與近民的學習機會，如：終身學習諮詢站結合公所資源，除場站便民外亦安排諮詢處以利民眾就近規劃學習資源；學習商鋪為跨域整合的良好平台，結合傳統與創新、聚落與遊客、課程與體驗等，將多元學習資源引入商鋪；學習節號招各縣市特色，建立全臺性交流活動，提供縣市間交流良好契機。

五、強化激勵鼓勵學習：適時增強能有效提高學習動機，激勵方式多元且引發共鳴，如：終身學習資源師以人引導，透過人與人之間對話分享，產生溫暖共鳴植入學習概念；終身學習月與學習商鋪，以週期性節慶政策支持外，更深入社區聚落融入生活，以幼青銀共學分享，打破年齡與場域的學習框架；終生學習節為中央主管機關宣示節日，同時表揚楷模、團體與縣市，以榮譽激勵國民投入終身學習活動，明確傳達激勵獎勵制度。

比對回應六大問題，筆者亦建議如下

一、課程與專業人員保障機制不足：《終身學習法》第 11 條略以…各級學校得開辦

回流教育，提供學習機會，以滿足國民終身學習需求；近年縣市政府大力推廣終身教育政策，非正規教育體系機制逐漸完善，如：創新的培訓終身學習諮詢師與開設終身學習商鋪，及舊有的學習型城市規劃，但正規、非正規與非正式教育體系橫向綜整較無著墨，其內容多為另立課程少與正規教育體系有連結，若能與各校校訂課程結合，打造幼銀共學機制與環境，如課後班時間、學習扶助時段與社區校外教學規劃等，連接正規與非正規資源，似可為未來規劃的目標；此外，師資的儲訓與留用仍於起步階段，亦無與正規教育體系師資培育中心結合的機制，比對韓國與芬蘭認證與保障仍需制度化規劃。

二、法規需持續強化：我國《終身學習法》2018年修訂頒佈迄今，其機制仍有具體性模糊處，第12條略以…建立學習成就紀錄，作為學習成就認證之參考…第13條略以…鼓勵國民參與終身學習意願，對於非正規教育之學習，應建立學習成就認證制度，並作為入學採認、學分抵免或升遷考核之參考；教育部《113年度全國終身學習楷模選拔實施計畫》學習者組評審項目為學習歷程、學習困難與解決、學習創新與突破、學習貢獻與影響等四項。相關認證與評審項目內容為文字自述性描述，尚無具體認證與參考基準，縣市主管機關難以齊一評核，民眾個人學習成就無進一步活用價值。

三、鼓勵民間投入：《終身學習法》第18條略以…各級政府應積極推動…私立機構、團體建立員工學習制度，對於建立員工學習制度者，並得予獎勵；《111年度成人教育調查報告》指出成人參與終身教育受工作限制佔4成為最高（吳明烈等，2022）。為推動民間投入，建議如下

（一）提高商業價值：終身學習商鋪以公部門輔導將終身學習環境引入民間據點，除宣傳曝光增進人潮外，亦結合學習概念提高商業價值；未來地方政府導入專業終身學習理念於現有民間學習據點，如：學習農場、戶外教育場館、觀光工廠等，將教育與商業結合創造雙贏價值。

（二）經濟誘因：教育部第一、二屆終身教育節表揚終身學習績優單位，獲獎名單以學校、公營事業機構為主，民間機構參與尚未有顯著成果（教育部，2023；教育部，2024b）；可研擬民間企業規劃終生學習課程，予以稅務減免降低其成本，補助員工參與費用，提高企業支持終身學習；發放學習代金供一般民眾參與企業辦理終身學習課程，增加額外經濟誘因推動民間投入。

（三）政策支持：研擬免費開放公部門場地，提供終身學習環境降低民間參與門檻；與企業合作規劃認證頒發制度，開拓企業覓才管道，培訓潛在人才庫，以公部門政策推動公、民合作鼓勵民間參與。

四、跨縣市資源共享：2010年我國第八次全國教育會議，提出學習型城市構想，促進城市間橫向連結與經驗分享，為其重要理念之一（教育部，2010）；2013年

UNESCO 第一屆國際學習型城市大會，提出大會報告書，強調促進政府跨部門、城市跨境域的協力合作，以推動終身學習 (UIL, 2014)。城市間終身學習創新政策與措施交流共享，具承先啟後集思廣益之效，建議如下

- (一) 建立分享平台：教育部每年皆辦理全國終身教育行政會議，招集各縣市業務主管與同仁交流並凝聚共識 (教育部，2022；教育部，2023b；教育部，2024c)；會議內若參酌 111 年「臺北市及新竹縣分享交通安全教育實務推動經驗規劃」專題演講，規劃「終身教育創新措施」分享演講，促進縣市主管機關間多向激盪，達群策群力之效。
- (二) 整合性數位平台：臺灣學習型城市網內可以發現，各縣市終身學習數位資源豐富，但限於境內資源整合 (國立暨南國際大學終身學習與創新研究中心，2024)，未來若由中央部會統整於單一平台，除學習者可更便利使用外，弭平城鄉數位落差，亦可促進縣市間終身學習創新措施多元分享，在地優化應用。
- (三) 提供財政支持：我國教育部與國際組織 (EU, UNESCO) 皆認為終身學習是跨環境的，家庭、社區與工作場合皆為其範圍 (教育部，2021a；EU, 2021；UIL, 2022)；我國因地理環境特色，國民跨縣市生活與工作已為常態。目前法規對單一縣市或機構辦理終身學習皆有獎勵與補助措施，為打破環境限制促進攜手並進；研擬交流補助金，促進縣市或機構間共享；鼓勵縣市或機構聯合申請終身學習經費，對創新措施激發與提升效益相得益彰。

參考文獻

- 林麗惠、林秀儀 (2020)。韓國終身教育的推展策略及其對臺灣的啟示。《台灣教育研究期刊》，1(5)，95-112。
- 李京昇 (2023，10 月 31 日)。首創「終身學習月」、「終身學習商舖」苗縣邀請縣民終身學習。《中時新聞網》。擷取於 <https://www.chinatimes.com/realtimenews/20231031004232-260405?chdtv>
- 吳明烈、李藹慈、鄭智豪 (2022)。111 年度成人教育調查報告。臺北市：五南。
- 苗栗縣政府 (2023，10 月 31 日)。正式啟動苗栗縣首屆「終身學習月」。苗栗縣政府縣府新聞。擷取於 https://www.miaoli.gov.tw/News_Content2.aspx?n=285&s=701025。
- 苗栗縣政府 (2024)。苗栗 i 學習 (苗栗學習型城市計畫)。Facebook。擷取於 9 月 9 日 2024 年，<https://www.facebook.com/learningcitymiaoli>
- 終身學習法 (2018 年 6 月 13 日)。全國法規資料庫。<https://law.moj.gov.tw/LawClass/LawAll.aspx?pcode=H0080048&kw=%e7%b5%82%e8%ba%ab%e5%ad%b8%e7%bf%92>
- 教育部 (2010)。第八次全國教育會議大會手冊。臺北：教育部。
- 教育部 (2021)。終身學習中程發展計畫。<https://www.moe.gov.tw>
- 教育部 (2021)。學習社會白皮書。<https://www.moe.gov.tw>
- 教育部 (2022)。「111 年全國終身教育行政會議」—共商後疫情時代終身學習新願景。教育部全球資訊網。擷取於 11 月 20 日 2024 年，https://depart.moe.edu.tw/ed2400/News_

Content.aspx?n=15388506A60ACB81&s=A6914BB1AB931562

- 教育部 (2023)。全民愛學習 終身快樂行 第 1 屆「終身學習節」發表「終身學習宣言」。教育部全球資訊網。擷取於 9 月 9 日 2024 年，https://www.edu.tw/News_Content.aspx?n=9E7AC85F1954DDA8&sms=169B8E91BB75571F&s=1F6F78401DDFA451
- 教育部 (2023)。112 年全國終身教育行政會議—強化數位時代下的終身學習力。教育部全球資訊網。擷取於 11 月 20 日 2024 年，https://depart.moe.edu.tw/ed2400/News_Content.aspx?n=15388506A60ACB81&sms=87137EA6056ADFD1&s=0DBED78F0808A462
- 教育部 (2024)。113 年度全國終身學習楷模選拔。教育部全球資訊網。擷取於 9 月 9 日 2024 年，https://www.edu.tw/News_Content.aspx?n=0217161130F0B192&s=D0CDB63414A26CC6
- 教育部 (2024)。第二屆終身學習節暨 2024 年媒體素養週。教育部全球資訊網。擷取於 11 月 20 日 2024 年，<https://www.ntsec.gov.tw/The-2nd-Lifelong-Learning-Festival/>
- 教育部 (2024)。113 年全國終身教育行政會議—聚焦人工智慧與樂齡學習新趨勢。教育部全球資訊網。擷取於 11 月 20 日 2024 年，https://depart.moe.edu.tw/ed2400/News_Content.aspx?n=15388506A60ACB81&sms=87137EA6056ADFD1&s=AD79D4CE7EF632DC
- 國立台灣科學教育館 (2023, 10 月 15 日)。全民愛學習終身快樂行。擷取於 <https://www.ntsec.gov.tw/Lifelong-Learning-Day/>
- 國立暨南國際大學終身學習與創新研究中心。臺灣學習型城市網。擷取於 11 月 20 日 2024 年，<https://www.learningcity.ncnu.edu.tw/>
- 許端驛 (2024, 6 月 12 日)。新北市首創終身學習諮詢站淡水區公所站啟用。聯合新聞網。擷取於 <https://udn.com/news/story/7323/8026356>
- 楊永盛 (2023, 10 月 31 日)。苗栗縣全國首創終身學習月、終身學習商鋪 打造苗栗終身學習文化。苗栗縣政府縣府新聞。擷取於 https://www.miaoli.gov.tw/News_Content2.aspx?n=285&s=701005
- 新北市政府 (2024, 6 月 12 日)。新北市首創終身學習諮詢站淡水區公所站啟用。擷取於 <https://www.ntpc.edu.tw/home.jsp?id=d127e0ce0f4f407b&act=be4f48068b2b0031&dataserno=901f3667f006e8277d79998d957133b5>

Reference

- Arola, M., Huttula, T., Hyytiä, V., Jämsén, P., Matikainen, T., Mustikainen, H., Petrow, S., Ranki, S., Santamäki, I., Siuko, M., Tikkinen, A., Vesa, A.-M., Villanen, J., & Välimaa, A. (2022). *Sitra's seven recommendations for lifelong learning in Finland: Summary*. Finland: Sitra.
- European Commission(2001). *Making a European area of lifelong learning a reality- communication from the commission*. Brussels: European Commission.
- European Union, EU(2021). Council Resolution on a strategic framework for. European cooperation in education and training. *Official Journal of the European Union*, C66, 1-21.
- Newman, N., Fletcher, R., Robertson, C. T., Ross Arguedas, A., & Nielsen, R. K. (2024). *Reuters Institute Digital News Report 2024*. Reuters Institute for the Study of Journalism. <https://reutersinstitute.politics.ox.ac.uk/digital-news-report/2024>
- OECD(1996). *Lifelong learning for all: Meeting of the Education Committee at Ministerial level*. France: OECD.

- OECD(2021). *OECD Centre for Educational Research and Innovation. OECD iLibrary.* <https://www.oecd.org/education/ceri/brochure.pdf>
- OECD(2023). *Education Policy Outlook 2023: Empowering All Learners to Go Green.* OECD iLibrary. <https://doi.org/10.1787/f5063653-en>
- Thwe, W. P., & Kálmán, A. (2024). Lifelong learning in the educational setting: A systematic literature review. *Asia-Pacific Education Researcher*, 33(3), 407-417. <https://doi.org/10.1007/s40299-023-00738-w>
- UIL(2014). *Conference Report: International Conference on Learning Cities.* UNESCO digital library. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000226720>
- UIL(2022). *CONFINTEA VII Marrakech Framework for Action: harnessing the.* transformational power of adult learning and education. UNESCO digital library. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000382306>
- UIL(2023). *UNESCO Institute for Lifelong Learning (UIL): annual report, 2022.* UNESCO digital library. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000384704>



從代間學習觀點促進高齡者提升自我價值之策略

葉芳姘

國立中正大學高齡者教育研究所 碩士生

摘要

面對全球高齡化社會與平均壽命延長等議題，各國積極制定因應政策，並透過改變現行生活型態與教育模式以促進健康老化。本文從代間學習的觀點出發，探討代間學習如何促進高齡者提升自我價值，並分析相關研究結果與實踐策略。代間學習不僅有助於促進不同世代間的交流互動，更能透過生命故事分享、生活智慧傳遞與跨世代的共同學習，促進高齡者在晚年生活中的自我價值感提升。本文旨在提供研究者與實務工作者參考，期望能作為未來規劃代間學習活動與政策制定的參考依據，進而促進高齡者自我價值的提升，創造世代共榮的社會環境。

關鍵字：高齡者、代間學習、自我價值

Abstract

Faced with the challenges of a global aging society and extended life expectancy, countries around the world have been actively formulating responsive policies and transforming existing lifestyles and educational models to promote healthy aging. This article explores how intergenerational learning can enhance the self-worth of older adults and analyzes relevant research findings and practical strategies. Intergenerational learning not only facilitates communication and interaction between different generations, but also enhances the self-worth of older adults in their later years through life story sharing, wisdom transmission, and cross-generational collaborative learning. This article aims to serve as a reference for researchers and practitioners, providing insights for the planning of intergenerational learning activities and policy formulation in the future. The ultimate goal is to promote the self-worth of older adults and create a society where different generations can thrive together in harmony.

Keywords: Older Adults, Intergenerational Learning, Self-Worth

壹、前言

近年來，隨著社會結構的轉變和人口高齡化趨勢的嚴峻挑戰，代間學習逐漸成為一項受到重視的社會議題。在此背景下，「代間學習」成為串聯不同世代的橋樑，彰顯著不同年齡層之間的經驗分享、知識傳承，以及持續的資源交換和互相學習之重要性，這有助於提升高齡者的自我價值感，促進他們在社會中的參與和貢獻。

目前自我價值仍注重於青少年，較少文獻是針對高齡者自我價值進行研究，因此本文從代間學習觀點促進高齡者提升自我價值進行文獻探討與策略建議。各種相關研究亦強調代間學習對高齡者自我價值的積極影響，透過參與不同代間的學習和活動，提升高齡者的自我價值感，成為晚年生活中不可或缺的一環。

透過文獻的整理，本文旨在進一步探討代間學習對不同世代間的影響，特別著重於高齡者提升自我價值的部分，期望對於未來推動高齡者透過代間學習提升自我價值時，能夠提供更具體的建議和方向。這或許有助於大家更好的理解代間學習對高齡者提升自我價值之意義，並為促進不同世代之間的良性互動和社會和諧貢獻一份努力。

貳、台灣代間學習推廣的現況分析

目前與「代間學習」相關的名詞包括「代間教育」(intergenerational education)、「代間方案」(intergenerational program)或「代間實務」(intergenerational practice)，其內涵皆很類似，只是「代間學習」強調的是不同世代之間的經驗分享、知識與技能的互相學習，並改變對彼此原來的認知，在學習上他們是平等的夥伴，共同互相學習；「代間方案」或「代間實務」強調的是一種不侷限推動場域的計畫性活動，用來促進不同世代合作與經驗交換；而「代間教育」則著重在學校中所推動的代間方案(陳毓璟，2014；黃國城，2007；Granville,2002)。

近年來，台灣已逐漸重視並實踐代間學習，在政府政策方面，教育部最初在2006年「邁向高齡社會老人政策白皮書」便倡導要透過正規教育體系，從小灌輸正確老化及世代融合理念，可譽為國內代間教育的雛形。之後於2008年10月，搭配九九重陽節，發起實施「祖孫週」活動，隔兩年再於2010年8月推動首屆「祖父母節」，其施政主軸包括由學校教育倡導祖孫關係及代間教育的理念，並結合各鄉、鎮樂齡學習資源中心及高齡終身學習中心，辦理祖孫代間學習活動(趙孟婕，2012)。其後於2016年至2023年的第一期與第二期高齡教育中程發展計畫均推動代間學習的政策目標，以第二期的「擴展世代交流的代間共學」計畫目標為例，推動與鼓勵各級學校、民間團體、機構、基金會，發展與辦理老化教育與代間學習活動，並規劃社會教育與文化機構全齡代間共享空間或活動方案，進而開發代間學習教材，鼓勵代間科技教育方案，達成世代共榮願景目標。

參、代間學習與相關理論及研究

一、代間學習之意涵

「代間學習」係指安排不同世代，共同進行學習活動，強調在不同情境中進行溝通、互動及分享彼此感受與意見，透過彼此相互合作之方式，共同完成有意義的任務（黃富順，2004）。簡而言之，代間學習亦即有意的安排不同世代之間的經驗分享、知識與技能的相互學習，進而改變對彼此原先的認知，在學習上他們是平等關係的夥伴，並共同互相學習；不管是「代間學習」、「代間教育」或「代間方案」還是「代間實務」，皆用來表達不同世代之間的共同學習方式，意即持續性和系統性的讓老年人與年輕世代一起在不同情境中進行學習活動，達到有意義的學習與社會經驗交流的一種教育方式（陳毓璟，2014）。

聯合國教科文組織（United Nations Education Scientific and Cultural Organization, UNESCO）定義「代間學習」是「一種在年輕世代與老年世代之間，進行有目的且持續的資源交換及相互學習，進而達成個人及社會利益」（Hatton-Yeo & Ohsako, 2000）。Ohsako（2002）認為，「代間學習」是讓高齡者與孩童共同於生活中學習和體驗，是「不具壓力」的學習。他認為，代間學習條件有三。第一，至少是兩個非相鄰世代的共同學習；第二，至少是兩個不同世代共同學習其所處世界（與他們有重要關聯的歷史、社會事件、人物）；第三，兩個不同年齡團體分享學習經驗／接受訓練，為了發展和準備服務的技能以貢獻社會。因此透過相互交換模式讓彼此瞭解，且藉由生活議題分享、挑戰和問題解決建立代間連結，並於生活歷史描述與生命旅程的詮釋中，彼此交流不同世代觀點。

二、代間學習相關理論

代間學習若以正向心理學取向做為基礎理論，則有助於立即性與持續性地改善年輕世代對老人的態度、成功老化之刻板印象。代間學習理論是以艾瑞克森（Erik Erikson）、維高斯基（Lev Vygotsky）、蒙特梭利（Maria Montessori）、杜威（John Dewey）等人之理論，所歸納出的幼兒發展理論知識基礎再加上老人的生理、社會和情感上的需求，以及撤退理論、活動理論和適應理論結合生命回顧的老人發展理論為基礎。Corrigan McNamara 和 O' Hara 以社會學習為理論，強調在代間學習是兩個世代透過相互的觀察與互動下，達成共同學習之目的時，通常能從互相交流中，為彼此帶來所需要的幫助。以兒童教育與老年學做為代間學習的理論架構，再以兒童與成人的互動理論加上 Erikson 心理社會發展任務理論來闡述代間學習的理論基礎（李新民，2018；張伊瑩 2014）。

由上述可知，「代間學習」目前尚未有一個明確及固定的理論依據，為提升的高齡者成功老化與幼兒成長學習所需，就其身、心、靈各方面之角度，而從多元的理論觀點中，各引用相關理論之定義為基礎，進而建構與支持代間學習此一觀點。陳毓璟（2014）代間學習策略融入社會老年學之學習歷程與成效研究文獻中指出，依據

Kuehne (2003) 的研究，目前與代間學習有關的研究所採用的理論大約有二十幾種，但大致上分為個人發展與代間互動兩個面向。本文依據陳宇甄 (2019) 中高齡者參與有老代間課程對自我價值及生活滿意度之影響研究文獻中指出，在準備好的環境情境下，中高齡者與年輕世代透過相互學習成長，進而改變對彼此原有認知，而高齡者擁有較豐富的知識與經驗傳承，可分享給年輕世代，藉由課程促使高齡者透過生命經驗、文化傳遞來獲得自我價值的肯定。

三、代間學習相關研究與案例

代間學習的相關研究中，王燕芬 (2015) 以 27 位國小學生與每位學生一位祖父母為研究對象，主要探討運用代間方案提升祖孫親密感之行動研究。進行代間方案七個單元，16 週的祖孫體驗課程，研究發現祖孫間藉由互動、共學、陪伴、服務等生活體驗，實踐杜威「生活即教育，教育即生活」的體驗學習，提升了「祖孫代間親密感」，祖父母也樂於協助代間活動進行，經由服務、傳藝展現其人生智慧，再獲「自我肯定」，孫子女也更「樂於親近祖父母」，代間關係因而更加緊密。

陳宇甄 (2019) 以 12 位 3-6 歲的幼兒與 12 位 55 歲以上的中高齡者為研究對象，主要探討中高齡者幼老代間課程對自我價值及生活滿意度之影響。進行 8 堂幼兒代間課程，研究發現中高齡者參與幼老代間課程對自我價值有顯著性影響，透過老幼代間課程，當長輩轉換角色由參與者變成課程講師時，長輩有機會向大家分享自身的技藝與經驗統整，並指導長輩和幼兒共同完成作品、學習新技能，促使獲得其他長輩或幼兒們的肯定與讚美，為此覺得相當有成就感，進而提升自我價值。

在英國「老幼共托」的案例中，透過紀錄片《我的爺奶同學》展開了一項社會實驗，探討 70、80 歲的爺爺奶奶與 3、4 歲幼兒在每週五天、為期六週的共同生活學習中，是否會對高齡者的身心狀態產生影響。其結果顯示，高齡者透過與孩童的互動，不僅重新燃起對生活的希望，也增強了自我價值感，同時讓心情變得更加愉快。

目前世界各地的代間學習方案模式多樣且充滿創意，各計畫根據主要服務對象的需求進行設計，因此方向各異。例如，美國的「經驗隊」(Experience Corps) 計畫，邀請長輩到學校擔任志工，為學童提升閱讀能力和社交情感支持，藉此促進跨世代交流與長輩的自我價值感；日本的富山型日照中心融合高齡者、身心障礙者與幼兒，創造一個共融共享的日間照護環境，促進不同群體的互動和彼此接納；德國的模式則聚焦於社區合作，將養護中心與幼兒園聯結，讓孩子與長輩共同參與手工製作、故事分享等活動，增進跨世代關係；台灣則在同一棟社會福利大樓內，設置托老與托幼中心，例如首創「托老結合托幼」的新北市三重台北橋公共托老中心，透過空間共享與活動規劃，實現高齡者與幼兒的日常互動。這些方案充分展現代間學習的多元潛力，不僅促進了跨世代關係，也在教育、照護和社區建設等領域展開創新探索。

由上述代間學習的相關研究結果與案例，能夠看見代間學習和活動有助於促進年輕人與高齡者之間的親密感、互動和成就感。透過具體的代間方案和課程，可以促進祖孫代間和中高齡者與幼兒之間的積極互動，同時提升參與者的自我價值感和生活滿

意度。這些研究結果與實例提供了實際可行之方法，以促進代間之間的正向互動和自我價值感。

肆、高齡者的自我價值及其相關研究

一、高齡者的自我價值

在晚年生活中，高齡者的自我價值扮演著關鍵的角色，是確保晚年適應良好的重要因素。根據 Peck 的理論，高齡者在面臨身體衰退和角色轉變時，可能伴隨著負面的心理感受，如缺乏自信和自卑。缺乏對老化的適當因應可能導致高齡者自我價值的降低和喪失，這不僅影響生活品質，還使他們成為憂鬱的高風險群體（蔡正育等人，2015；Orth 等人，2014）。因此，高齡者的自我價值在晚年生活中至關重要。

有學者指出，自我價值是個體透過對自我進行知覺或評價後，對自己所展現的能力產生的想法（李曄淳、楊翰宗，2012；Ehlers, 2014）；另一方面，也有學者認為自我價值不僅僅是對自我行為表現的評價外，還包括在與他人互動的過程中，個體是否感受到被尊重和接納，進而形成個體自我價值（任惠茹，2016；許舒婷、陳志賢，2016；McCormick et al., 2015）。從心理社會發展理論來看，當高齡者在生命最後的階段，若能對過往生命歷程做統整進而肯定自我，並發展出智慧來接納過去生命中不完美的經驗；反之，當高齡者陷入過往不愉快的生命經驗中，會對未來生活產生絕望。因此，高齡者自我價值是能感覺到自己值得被愛、被接納，且存在是有意義的（許舒婷、陳志賢，2016；Miller et al., 2010）。

根據不同研究者對自我價值進行探討，統整出各研究者對自我價值之內涵進行說明，認為自我價值是一種對自我的接受程度，包含身心理層面一直到社會層面，整體對自我的評價（李曄淳、楊翰宗，2012；Ehlers, 2014）。高齡者透過對自己的肯定、積極的人生態度，或是感受到他人的喜愛，皆有助於提升其自我價值（李曄淳、楊翰宗，2012；Ehlers, 2014）。

二、高齡者的自我價值相關研究

陳曉萍(2012)以7位45歲以上嘉義東石鄉驚鼓社區低識字中高齡者為研究對象，主要探討鄉村社區手工藝學習方案對低識字中高齡者自我價值之研究。進行30堂的手工藝學習方案，研究發現自我價值不僅僅是個人本身的整體觀點，而是需要與社會連結後所產生的。透過他人接納與重視後，認為自己是有重要性的，進而使自我價值層面有較高成效的提升，並在自我挑戰中獲得成就，以發現自身之創造力是擁有無限可能，進而提升自我價值。

莊子瑩(2017)以雙北市有承辦教育部樂齡大學或樂齡學習中心之單位55歲以上且能自我照顧、具生活自理能力之高齡者為研究對象，主要探討高齡者家庭支持、自我價值和活躍老化之關聯研究。透過分析502份有效問卷，研究結果指出高齡者自我價值傾向同意屬中上，顯示高齡者知覺自我價值為良好。在家庭支持中訊息性支持、情感性支持和自我價值對活躍老化健康面向具有顯著正向解釋力，也是說當高齡者知

覺家人訊息性支持、情感性支持越多，認為自我價值越高，會提升高齡者在家庭、社會的參與程度，意即在活躍老化健康方面會越活躍。

楊凱蓁(2018)以大台北地區 55 歲以上高齡學習者為研究對象，主要探討高齡者學習參與、自我價值與生活滿意度關係之研究。透過分析 343 份有效問卷，研究結果指出高齡者會因「性別」、「年齡」、「自覺健康狀態」等因素而有所影響，其研究建議指出高齡者能保持與社會互動之關係，需透過與他人相處之過程，並經由他人之正面回饋，以獲取自我的肯定與認同，亦可透過學習新事物之下，感受到自身的優點，進而增進自我價值之提升，且消弭高齡者對於自身「我要是能夠更看得起自己就好了的想法」。

由上述高齡者自我價值的相關研究皆強調了高齡者自我價值之重要性，其研究結果皆指出高齡者的自我價值受到多方面的正面影響，包括個人的學習參與、社會互動、家庭支持等。透過積極參與社會活動、學習新事物，以及獲得他人的支持和認同，高齡者可藉此提升自身之自我價值感，且建立積極的自我價值觀，以促進高齡者在社會中更積極、更有自信地參與，實現更活躍、豐富且滿足的老年生活。

伍、高齡者提升自我價值之促進策略

根據本文獻探討之內容，提出以下三點為高齡者透過代間學習觀點提升自我價值之促進策略，茲分述如下。

一、參與生命故事分享與實況角色扮演遊戲。

鼓勵高齡者參與生命故事分享活動，透過代間學習之方式，高齡者將他們豐富的生命經驗轉化為具有啟發性的故事，年輕人將聽到的生命故事記錄下來，並將所收集之高齡者生命故事作為 Larp(實況角色扮演遊戲)的劇本，藉此使高齡者不僅能夠感受到被重視，同時也將自己的價值傳遞給其他世代。當高齡者生命故事作為 Larp 劇本後，年輕人可體驗劇本內容，藉此理解與真實體驗高齡者不同角色所需面臨之困境與問題，透過談話的方式和不同角色的人互動，促使世代間練習共同解決問題，並拉近跨世代間的距離。

二、分享生活智慧和經驗。

高齡者因擁有豐富之生命歷程和多元的經歷，使他們成為社會中具有價值和智慧的一群人，需給予高齡者機會去分享在職場和生活中的成功經驗，讓他們感受到自己的價值不僅體現於當下，更是對社會的寶貴貢獻。因此高齡者可透過代間學習之過程中，分享他們在生活和職業中所累積的智慧和豐富經驗，將實用的生活技能及職場中生存技巧傳授給年輕世代。透過分享經驗的過程，不僅讓高齡者藉此提升與感受到自身之價值，亦使年輕世代受益於實用的生活智慧及職場生存之道。

三、提供舞台，發揮長才。

當提供適合高齡者的舞台，須先創造豐富多元的機會，並提供場域及舞台，使其發揮與展現高齡者自身之天賦、專業等能力，才得以讓高齡者能夠在不同層面中發揮所長，進而提升自身之自我價值。例如，可以透過與社區中心、學校或文化機構合作，規劃高齡者專屬的技能培訓工作坊，並設立「高齡者專業分享日」，讓他們分享生活智慧、傳統藝術、烹飪、手工藝、音樂教學或其他擅長的領域。此外，邀請高齡者在代間學習活動中擔任講師或導師，協助年輕世代學習，亦能讓高齡者在傳授知識與經驗的過程中建立自信，感受到自身的價值。然而，這些活動的推行可能面臨一些挑戰，包括部分高齡者可能因自信心不足、跨世代互動困難或身體健康限制而不敢參與，此時需提供適當的心理支持、溝通協調與健康評估，而活動策劃者需仔細考量高齡者的需求與能力，避免安排超出其能力範圍的任務，並確保活動設計兼具靈活性和包容性，以鼓勵更多高齡者參與。透過這樣的精心設計，不僅能讓高齡者藉由教與學的過程中不斷發現與強化自己的價值，同時讓高齡者成為受尊敬和具有影響力的人物，並促進高齡者與年輕一代的互動，實現跨世代間的文化交流與雙贏。

綜合上述三點所提出之策略，我期望能夠透過跨世代間互動的力量，讓高齡者在代間互動的過程中找到屬於自己的價值，同時促進與年輕一代的互動，實現代間學習的雙向交流。在這種共同學習和合作之模式下，不僅有助於社會中不同世代的溝通與理解，更能夠豐富其社會文化，並建立一個「共融」與「共榮」的社會環境。在這樣的氛圍中，每個人皆能夠感受到自身之價值，進而共同推動社會的進步與發展。

陸、結語

綜合本文之探討內容，可發覺代間學習對於高齡者提升自我價值具有不可忽視的重要性，而台灣政府所積極推動的相關政策和計畫，透過祖孫週、祖父母節等活動，以及高齡教育中程發展計畫，看見台灣正在努力擴展世代交流的代間共學，希望能促進社會各界對於高齡者價值的理解與合作。而高齡者的自我價值在晚年生活中扮演關鍵角色，應透過針對學習參與、社會互動、家庭支持等多元層面的正面影響，讓高齡者在晚年生活中感受到被尊重和接納，進而實現提升自我價值之願景。

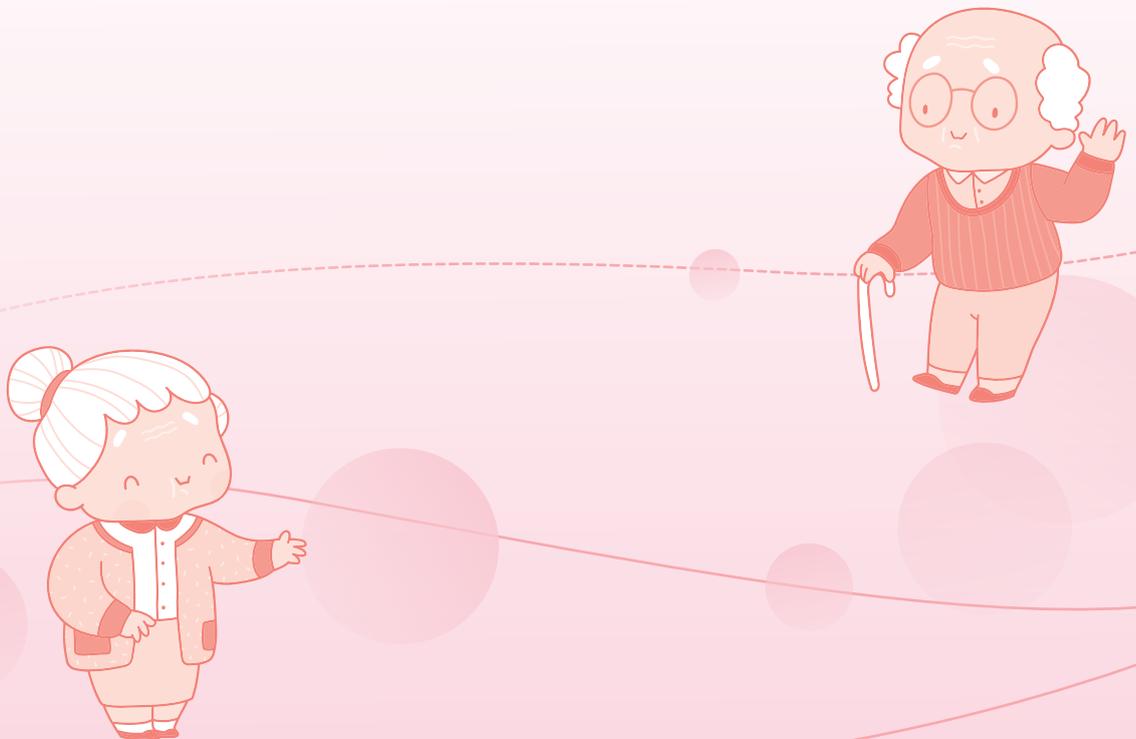
透過跨世代的互動，讓高齡者能夠於代間學習之過程找到屬於自己的價值，此種雙向的代間交流不僅有助於社會中不同世代之間的理解與合作，更能促進社會的共同的推動。在這樣的共學與合作氛圍中，每個人皆能感受到自身之價值，並共同努力實現社會的進步與發展。期許在這樣的努力下，能夠為了未來超高齡社會建立更加和諧、包容的環境貢獻一份心力。

未來或許能夠針對代間學習的互動模式探討高齡者與年輕人共同提升自我價值之相關研究，讓自我價值不再只是青少年時期發展階段的專利，更應重視高齡者的自我價值感，使高齡者能更加順利發展人生的最後階段。

參考文獻

- 陳毓璟 (2014)。代間學習策略融入社會老年學之學習歷程與成效研究。《教育科學研究期刊》，59 (3)，1-28。https://doi.org/10.6209/JORIES.2014.59(3).01
- 黃富順 (2004)。《高齡學習》(初版)。五南出版社。
- 趙孟婕 (2012)。幼兒園代間學習與幼兒對老人態度及高齡者生命意義感關係之研究〔未出版之博士論文〕。國立中正大學成人及繼續教育研究所。https://hdl.handle.net/11296/7h6n2p
- 教育部終身教育司 (2023 年 12 月 18 日)。第二期高齡教育中程發展計畫 (110-113 年)。https://www.edu.tw/News_Plan_Content.aspx?n=D33B55D537402BAA&sms=954974C68391B710&s=996BDA04041D4D8C
- 鐘志豐、藍文謙。老幼之間～代間學習議題之探討。《經國學院》，36：65-81。https://ncl.edu.tw/NclService/pdfdownload?filePath=1V8OirTfsslWcCxIpLbUfhQHstx_oOBLDrpSKgP9riX-aWNaEPPT0wd9ZBpmoe0T&imgType=Bn5sH4BGpJw=&key=Fy2Z0Oa1ldToebUVzuRUtdVzSQ7dhByYXn_RPUZfdykeVVU9OyINO4qBZJhLTxWd&xmlId=0007143747
- 黃富順、楊國德 (2016)。《高齡學》(第二版)。五南出版社。
- 陳宇甄 (2019)。中高齡者參與有老代間課程對自我價值及生活滿意度之影響〔未出版之碩士論文〕。朝陽科技大學休閒事業管理系。https://hdl.handle.net/11296/3nz8zu
- 楊凱蓁 (2018)。高齡者學習參與、自我價值與生活滿意度關係之研究〔未出版之碩士論文〕。國立臺灣師範大學社會教育學系。https://hdl.handle.net/11296/q35tmc
- 蔡正育、呂惟帆、吳明蒼 (2015)。老年人憂鬱情緒、休閒阻礙、自我尊榮與靈性健康狀況之探討。《嘉大體育健康休閒期刊》，14(1)，63-74。https://doi.org/10.6169/NCYUJPEHR.14.1.07
- 李曄淳、楊翰宗 (2012)。探討互動式遊憩設施對銀髮族自我價值之建立。《臺灣老人保健學刊》，8(2)，110-129。https://doi.org/10.29797/TJGHR.201212.0002
- 任惠茹 (2016)。園藝治療對東南亞籍女性新住民自我價值感與幸福感之效益研究〔未出版之碩士論文〕。國立臺南大學諮商與輔導學系碩士在職專班。https://hdl.handle.net/11296/m2zbfx
- 許舒婷、陳志賢 (2016)。中途學校少女性態度、自我價值感與愛情風格之相關研究。《人文社會科學研究：教育類》，10(2)，32-51。https://doi.org/10.6618/HSSRP.2016.10(2)3
- 莊子瑩 (2017)。高齡者家庭支持、自我價值和活躍老化之關聯研究〔未出版之碩士論文〕。天主教輔仁大學兒童與家庭學系。https://hdl.handle.net/11296/q7n38g
- 陳曉萍 (2012)。鄉村社區手工藝學習方案對低識字中高齡者自我價值之研究〔未出版之碩士論文〕。國立中正大學高齡者教育研究所。https://hdl.handle.net/11296/8ae669
- 鍾欣穎 (2018 年 11 月 16 日)。《我的爺奶同學》：英國「老幼共托」的長照實驗。《轉角國際》。https://global.udn.com/global_vision/story/8664/3483848
- 新北市政府新聞局 (2014 年 05 月 26 日)。托老托育整合 - 朱立倫為三重台北橋托老中心揭幕。新北市政府。https://www.ntpc.gov.tw/ch/home.jsp?id=28&parentpath=0,6,27&mcustomize=multimessages_view.jsp&dataserno=201405260023

- Hatton-Yeo, A., & Ohsako, T. (2000). Intergenerational Programmes: Public Policy and Research Implications - An International Perspective. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000128018>
- Medel-Añonuevo, C. (2002). Integrating Lifelong Learning Perspectives. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000126485>
- Orth, U., Robins, R. W., Widaman, K. F., & Conger, R. D. (2014). Is low self-esteem a risk factor for depression? Findings from a longitudinal study of Mexican-origin youth. *Developmental Psychology*, 50(2), 622-633.
- Ehlers, D. K. (2014). Novel Exploration of Temporal Relationships Between Self-Worth and Physical Activity in Middle-Aged Women. Arizona State University.
- McCormick, W. H., Turner, L. A., & Foster, J. D. (2015). A model of perceived parenting, authenticity, contingent self-worth and internalized aggression among college students. *Personality and Individual Differences*, 86, 504-508.
- Miller Smedema, S., Catalano, D., & Ebener, D. J. (2010). The relationship of coping, self-worth, and subjective well-being: A structural equation model. *Rehabilitation Counseling Bulletin*, 53(3), 131-142.



高雄鎮港園社區大學鼓動樂齡學習： 人生樂來樂好

李文娟

國立高雄師範大學成人教育研究所

我居住在高雄市林園區，位高雄市境之南，林園目前尚無便利的捷運交通設施，最高學府是林園高中，想到高雄市區學習，自己開車或騎機車或搭公車都得耗半小時至一小時的車程非常不便，令許多老師及有心向學的學員退卻，師資不容易找，外地學員也不容易到林園來上課，因此，想經營成人教育大不易！直至2014年，教育部在林園國小開辦樂齡學習中心，林園的成人居民有了可以就近學習的教育場所。

知識的學習，不應被侷限在傳統大學的象牙塔裡，知識的學習必須平民化，大學的學習之門應永遠敞開，社區大學於1998年初推動，15年來全國各地已成立了90所社區大學，社區大學對終身學習的質與量產生巨大的影響。2019年經林園在地高市圖林園分館、林園國小、林園高中等文教單位的大力支持及居民的期盼下，終於迎來最高學府「高雄市鎮港園社區大學」，林園的成人居民有了第二個學習的好去處。

筆者小時侯家中人口眾多，一家8口人食指浩繁，三餐只能顧溫飽，遑論學音樂這件需繳高學費及額外買樂器的事，多年來只能將這件事放心中，婚後身為職業婦女，家庭、工作二頭忙，更無餘力！直至今年從職場退休，想圓夢的第一件事就是學習音樂。

沒有音樂基礎，樂譜上的豆芽菜對我來說就像天書一樣難，看簡譜就能學的打擊樂是首選，在鎮港園社大招生簡章上看到「空靈鼓」這門課，上網一查，空靈鼓源為春秋戰國時期的樂器，因為空靈鼓所發出的樂聲悠揚動聽，迴盪於耳；致使聽者融入音樂其中，而忘了憂心之事，因而又名忘憂鼓。空靈鼓課程簡單易學，不需深奧的樂理基礎，也不用過多的繁雜技巧，就能敲出曲曲動聽的舒心歌樂，很適合毫無樂理基礎和各年齡層的朋友學習。期待自己的退休生活更多采多姿，再加上樂器的價格平民化，立馬報名。

第一堂課，老師介紹空靈鼓和示範敲擊的技巧及簡易樂理，要練習將阿拉伯數字1至7代入唱名do、re、mi、fa、sol、la、si，並加點表明高音和低音，將數字簡譜轉化成唱名，雖說在學生時代學過，但那已是40年前的事，重新學習讓我的腦子轉的七葷八素，眼睛看著數字，心中需轉化成唱名後再由口中唱出來，有點難，但，這真是非常棒的腦力運動。哲學家蘇格拉底：「人生最重要的事莫過於認識你自己」，成人教育專家吳明烈教授：「面對終身學習時代的來臨，每個人皆需投資於知識與學習」，於是，我訂購了人生的第一個C調15階空靈鼓，以前，我不吝於投資子女的學習，現在，投資於自己的學習，滿心期待下一堂課的到來。

第二堂課老師帶來空靈鼓，我和幾位新同學們如獲至寶的小心翼翼放在桌上，拿著鼓棒的雙手及腦力卻開始兵慌馬亂，有老花眼的我及幾位稍有年齡的同學，大家忙著找正確鼓點位置及時敲下，初學難免有失誤，同學們互相微笑鼓勵著，這是學習的必經過程啊！下半堂課，老師發下一首人人會唱的民謠「雨夜花」簡譜，唱簡譜這件簡單的事，對於沒有音樂基礎的我們，是一件不容易的事，我們這群老同學很專心，大家眼睛看著熟悉的數字1、2、3，在腦子裏轉換成不熟悉的do、re、mi，然後唱出很熟悉的「雨夜花」旋律，就像小學生般好努力的學習！曲調唱熟了，開始打鼓，又是一陣快樂的手忙腳亂。學音樂，雖已不會加速我們大腦的發育，但卻能增強我們的手眼協調及活化大腦，中央大學認知神經科學研究所所長洪蘭說：「大腦產生觀念，觀念產生行為，行為產生結果，結果又改變大腦。」大腦掌握著人類命運的鑰匙，人會變得更好或更壞，關鍵都在大腦裡，第二堂課簡單的空靈鼓鼓聲，已抒壓、療癒著當下專心學習的我們。

期待的第三堂課到來，老師讓我們挑戰民謠「雨夜花」二部合奏，第一部是大家熟悉的曲調上週有練過，第二部是簡易但卻陌生的曲調，我剛好分配到第二部，得重新熟悉鼓點，合奏時，過快或過慢的鼓聲偶傳，大家似心有靈犀般的亂成一團，數次團練之後，跟上老師的節拍，享受著當下合奏的美妙樂音，這是唯有大家一同上課才能享受的學習快樂及成就感啊！

經過一期8堂課的學習，我們學會了民謠「雨夜花」及流行歌曲「大魚」的合奏，老師宣佈了一個更大的挑戰，我們要在鎮港園社大的期末成果展上演出，哇！人生第一次的音樂演出，不可錯過！12位同學中，只有5位同學勇敢的接受挑戰，有了演出的動力，我們這5位平均年齡60歲的學員，和老師額外約定許多時間團練，在成果發表會上，將自己打扮的漂漂亮亮上台，雖只有短短的二首曲子，卻是我們跨出的一大步，瑕不掩瑜的演出，觀眾給了我們滿滿的鼓勵，真是開心又感動！社大下一期的空靈鼓招生，也因我們的演出，多了好幾位新同學喔！《改變是大腦的天性》作者多吉醫師(Norman Doidge)：「我們的大腦就是來演化對新奇的東西起反應的，如果要充分感受到自己活著，就必須不斷地學習。」快樂的生活是自己努力、創造的，有機會就要鼓起勇氣把握，幫大腦找新鮮的樂子，大腦隨時在活化自己，要多挑戰它，它會用心智年輕來感謝你。

快樂學習會讓人忘了年齡的存在，「Learning」的英文讀音恰為「樂齡」，我們要活到老、學到老，維持終身學習精神，樂齡學習是因應高齡化社會所形成之重要議題，台灣老年人口比率持續攀升，即將於明年2025年邁向超高齡社會，為加強老年人健康照顧、休閒活動、促進長者社會參與等措施成為各國重要之政策，衛福部於110年修正「高齡社會白皮書」，提出「自主」、「自立」、「共融」及「永續」4大願景具體落實各項具體工作，再於112年起推動「因應超高齡社會對策方案(112-115年)」，結合15個部會及地方行政量能，協力推動「增健康、有照顧」、「廣參與、助活力」、「數位力、樂學習」、「無障礙、增自立」及「興產業、穩財源」五大重

點工作，期以建構共融自主的高齡社會。在高齡及社會教育政策推動部份，教育部在各地大力推展樂齡學習中心、樂齡大學、社會大學、空中大學、數位機會學習中心…等，提供了更多在地就近方便學習的機會。

我居住的高雄市林園區 55 歲以上人口占 31%，65 歲以上長者占 16%，林園國小樂齡學習中心開辦以來造福無數林園居民，林園國小樂齡學習中心不僅在高雄市每年的評鑑中榮獲特優，更獲得教育部樂齡教育奉獻獎特優的殊榮，再於一一三年度轉型為高雄市樂齡學習示範中心，辦學績效優異，由此可知林園國小樂齡學習中心是多麼的受我們在地 55 歲以上的居民所喜愛，每次報名訊息一出立馬額滿，還有許多人排隊等著呢！

鎮港園社大在前鎮、小港、林園這三個以勞工為主的地區開辦社大非常辛苦及不易，「鎮港園」就是取辦學區域的前「鎮」、小「港」、林「園」三行政區的簡稱，港園用台語發音有「真正圓」之意，也意涵這所社大的辦學策略與課程規劃是積極回應區域處境，促進辦學區域成為「真正圓滿生活之家園」，鎮港園社大開辦至今年也滿五週年了，這些年來各式課程也隨著在地居民的需要開設更多元及廣泛，招生成績也愈來愈好，2021 年起教育部評鑑年年獲優等，逐漸走出辦學風格，密切與在地連結。由此可證，在地學習能造就及培養更多學習人口進而達到終身學習目標。感謝鎮港園社大、林園國小樂齡學習中心工作人員及老師的辛勞，讓我們這群樂齡學員，能夠快樂的在地學習、豐富人生下半場！



空靈鼓班到高市鹽埕區茶遊會演出



鎮港園社大聯展空靈鼓表演

樂齡學習深耕拓點～以香草學苑為例

洪英淑

新北市竹圍國民小學 教務主任

一、前言：香草學苑帶來樂齡新生活，促進健康老化活耀身心

隨著台灣邁入高齡社會，為因應高齡人口的快速成長，政府積極推動樂齡學習政策，以促進長者活躍老化。教育部以「學習、預防、準備、貢獻、服務」為理念，結合各鄉鎮市區公所、學校、民間團體等在地組織，規劃辦理 55 歲以上國民的學習課程，並深耕拓點，將樂齡學習中心遍布全國各地，讓長者可以不用出遠門就可以就近學習。

推動終身教育積極建立學習據點，以降低城鄉差距，並拓點以確保每個地區的居民都能方便接觸到學習機會。促進活躍老化，保持身心健康、促進社交互動，學苑提供一個社交平台，透過香草體驗活動促進健康老化，讓長者能與同好交流，減少孤獨感。落實政府樂齡政策終身，提供長者終身學習的機會，符合政府推動樂齡學習的政策目標。

二、香草學苑與拓點學習之特色分享：香草療癒你我，學苑串起幸福社區

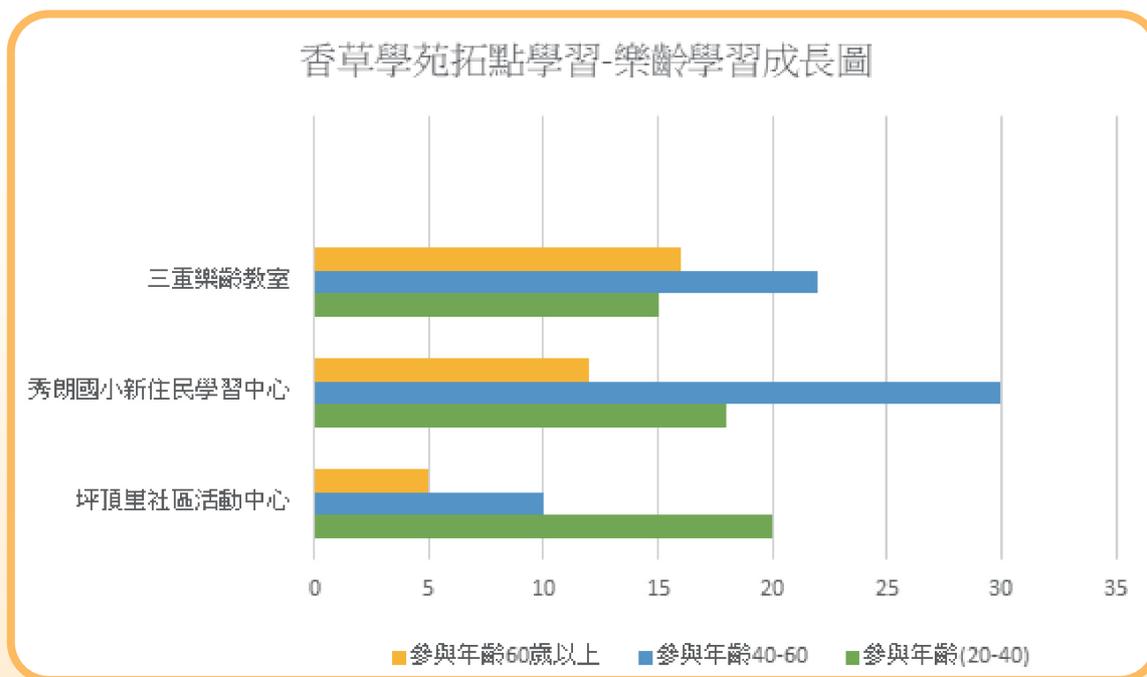
(一) 香草學苑的樂齡學習課程有以下特色：

1. 深耕在地：坪頂國小經營香草學苑課程多年儼然是特色，並受邀與秀朗國小新住民學習中心以、三重國小樂齡教室以及里民活動中心合作，開設樂齡學習課程，運用拓點讓長者可以就近學習。
2. 課程多元：香草學苑的樂齡學習課程內容豐富多元，除了香草常識、運用手做各類課程外，也提供其他生活實用的課程，例如：實踐綠色生活、香草保健守護、香草園藝芬療等。
3. 師資優良：課程由專業的講師授課，並定期舉辦師資及樂齡志工培訓，確保教學品質。
4. 互動活潑：樂齡學習課程注重互動，鼓勵長者參與討論、實作、實踐於家庭生活，以提升學習效果。
5. 運用生活：香草學苑課程目的在推廣綠色無毒生活，以香草運用守護，在品茶養生、守護產品、園藝治療、芳香療愈等給學員無比天然健康的生活化應用，也合乎長者在保健及學習興趣的多元性。

(二) 香草學苑的拓點學習特色：

香草學苑在推動樂齡學習方面也積極拓點，以拓展服務範圍，讓更多長者受惠。

1. 結合在地資源：香草學苑在拓點時，積極結合在地資源，例如：坪頂里社區活動中心、秀朗國小新住民學習中心、三重國小樂齡教室據點等，以降低場地租用成本，並擴大服務範圍，增加終身學習便利性。
2. 課程內容在地化：香草學苑在拓點時，會根據當地長者的特性與需求，調整課程內容，以提供更符合當地需求的學習內容。
3. 師資在地化：香草學苑在拓點時，會積極培訓在地師資以及志工，以降低交通成本，並提供更在地化的教學服務。
4. 拓點便利性：拓點在各區市中心里民活動中心、新住民學習中心以及樂齡教室、補校，招收高齡長者、新住民家庭、里民志工等，學員多元性，讓終身學習埋下種子，促進樂齡活耀終身學習。

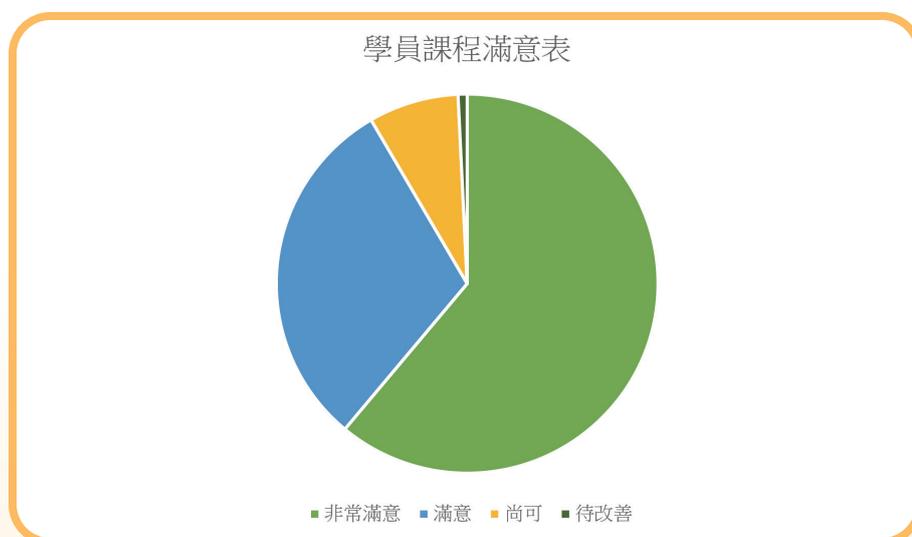


(三) 香草學苑的學員回饋：

香草學苑的學員在樂齡學習與拓點學習的回饋及分享：

1. 學員 A: 假日學校能為老人家開課很感謝，香草的用處實在很多，我學到艾草的防蚊液及萬用膏，使用上真的很不錯，也學到自己泡健康花草茶，甜菊、薄荷、薰衣草等都很棒，學完也在家裡自己來種植香草。
2. 學員 B: 課程內容豐富多元，以滿足不同長者的學習需求。老師課程互動很好，學習上可以動手實作、小組分享、五感體驗等，有趣又實際。
3. 學員 C: 香草課結合學校補校資源，樂齡、里民、志工、新住民家庭都能學習，學校提供優質場所以及多元培訓課程讓大家學習很方便又交通便利。在這裡學也可以認識更多朋友。

4. 學員 D: 課程內容貼近日常生活，以香草運用於生活保健、實作運用為主要課程學習面向，教我們如何促進無毒的生活、實際的在食衣住行育樂實踐上，大家學習的興趣都是很高昂，並且能帶回家庭生活分享運用也是學習最終目的，讓學習樂趣延伸且保持學習熱情。
5. 學員 E: 在香草世界中，認識香草也找到自己喜愛的香草味道，能分辨了解各類香草守護產品的成分，讓生活淨化不要使用化學產品，動手做也環保，希望這類課程可以延續下去。



6. 綜合問卷回饋：

香草學苑的學員參與原因：排列前 6 項

1. 主題吸引
2. 課程安排時段
3. 上課地點便利性
4. 有助人際互動
5. 幫助身心健康
6. 應用於生活

香草學苑的學習課程主題吸引我參加學習：(82%)

香草學苑的學習課程安排時段：(66%)

香草學苑的學習課程上課地點便利性 (71%)

香草學苑的學習課程有助於我增加人際互動：(75%)

香草學苑的主題課程有助於身心健康：(62%)

香草學苑的主題課程有助於樂齡生活應用：(57%)

在英淑主任帶領的香草世界探索，讓學員認識香草愛上香草也實踐香草在生活的妙用，時常聽到學員回饋及期盼，並且由香草作為引子，促發長者學習興趣，進而促成樂愛學習隨時學習的概念，在各區拓點方式達成樂齡好活躍、終身好樂學。

三、結語 - 學習拓點舉措達成終身愛學習的便利性、課程豐厚度

樂齡學習是高齡社會的重要政策，為高齡者提供多元學習的機會，促進其身心健康、活躍老化。以香草課程為例，透過拓點學習共同努力，深耕樂齡學習，拓展多元學習管道，讓更多長者都能享有終身學習的權利，活出精彩的第二人生。將香草學苑拓點策略與政府樂齡政策結合，透過政府的積極推動和社區各界的共同努力，相信香草學苑能成為推動活躍老化和縮小城鄉差距的重要力量。



秀朗國小香草學苑實作課程



帶領長者探索香草世界



三重國小樂齡學習課程吸引社區長者、志工、里民參與



終身學習透過拓點方式增進學習
便利度及課程豐富度



香草好處多多、
鼓勵實踐於家庭生活



專業講師來授課與學員互動熱絡、
學習面相結合生活保健

優雅老化－談銀髮族如何於 日常生活中增能

吳慧諺

高雄師範大學成人教育所 研究生

1993年台灣進入高齡化社會，且在2018年成為高齡社會，預估明年2025年將邁入超高齡社會。根據內政統計通報，截至112年6月底台灣65歲以上長者有419萬人；112年國人平均壽命為80.2歲，其中男性76.9歲、女性83.7歲與聯合國公布最新全球平均壽命相較，我國男性較全球男性多7.0歲，女性多9.0歲，顯示我國平均壽命高於國際平均水準。醫療科技的進步，使得慢性疾病能得到有效控制，延長壽命。但是長壽若伴隨著器官老化引起的生物功能退化、慢性疾病、甚至癌症，終必致使長者因行動不便或疼痛問題，愈不願意活動，最後失去活動能力，得依賴他人輔助生活。

台灣人的平均壽命確實在不斷延長，但健康餘命並未能來得及跟上。根據內政部主計總處和衛福部的統計數據推估，台灣人的平均餘命高達79.5歲，可是健康平均餘命僅有70.8歲，意思是高齡者可能長達8.7年的時間處於不同嚴重程度的病痛或失能狀態，承受病痛折磨。如此一來長壽並不快樂，這段病痛或失能過程不僅高齡者承受病痛折磨，相同的也使得家庭照顧者承擔沉重的負擔，照顧者與被照顧者之間，如同生命的囚鳥般互相網綁，彼此都失去自由，筆者的婆婆是巴金森氏症30年老患者，巴金森氏症進程和緩，初期還能與公公兩人，老老相扶，末期後，因婆婆性格閉鎖不願接受外人照顧，家人更捨不得送安養機構，只能靠子女出錢出力輪流照護，就曾聽過手足哀嘆說：「媽媽如果長壽，那我們怎麼辦？」，可見照護壓力之沉重，高壽不是人們追求的福氣嗎？失能後的長壽不僅非福還成了沉重負累！照顧者為了長輩付出了自己的健康與時間金錢，遙遙漫長的照護生涯，其中無奈且辛苦的過程不可言語，在此省略千萬字。

即使老化現象是生命裡無可避免的過程，但科學證明藉由適度運動是可以推遲人類老化現象且可有效地遠離疼痛與疾病，降低失能風險，並且縮短倚賴他人輔助生活的時間和避免醫療資源過度付出及浪費。從積極面來看：銀髮族可以自助人助，靠自己盡一切努力來遠離病痛，延緩或避免失能。樂齡體適能設計出簡易運動就是很重要的關鍵之一，可以幫助銀髮族更有效地避免疾病與失能風險，所以，銀髮族要趁早培養有規律的運動習慣，並注重均衡飲食才能健康活到老、無疾善終！無須在黃昏之年面對病痛，健康惡化失能的狀況下缺乏尊嚴，無奈走完生命的最後一哩路。

適逢「樂齡音樂律動」教練們團聚增強職能，受訓兩日期間，多位服務於各據點、各機構的夥伴們齊聚一堂，討論如何更有趣味、更適切地將「置入復能」(reablement)

觀念植入被照顧長者及照顧者的日常中，讓長輩透過有趣味的學習達到能夠自主生活目標，藉由教練們帶領音樂律動的方式引導長輩活動，音樂律動時間短、隨著旋律活動，長輩易接受，密集性的介入服務，讓長輩鍛煉體能於無形，達到訓練目標，不再倚賴被照顧，此活動可以讓長者學習並增強自我照顧能力，減少照顧者負擔；在這場生命延長賽局中勝出，並且優化自我，在充分享受人生中劃上生命句點。筆者常感嘆未能及時習得「置入復能」(reablement) 延緩老化之觀念來幫助家中長輩，免除失能長期照護的辛勞，筆者與眾教練們陪伴長輩的經驗及結合專家理論，歸納出以下幾項重點能有效延緩老化預防失能：

一、適度適量運動

國民健康署吳昭軍署長表示為避免長輩運動量不足造成「肌少症」，危害健康，國健署提供六個生活化的動作，從起床開始做起，將運動融入日常生活，使運動生活化，生活運動化，六個動作包括：「向上伸、左右彎、刷刷牙、洗洗臉、梳梳頭、舉高高」，鼓勵長者在日常起居的活動中，融入運動，強化肌耐力以維持生活自主能力。世界衛生組織建議成年人每週必須從事 150 分鐘以上的中度身體活動，例如：每周從事五次，每次 30 分鐘，讓身體活動生活化，使成年人養成運動的好習慣，平時利用生活中的空檔，每次只要持續 10 分鐘運動即可增加身體活動量，強化肌肉耐受力。

二、學習不間斷

洪蘭老師在「改變是大腦的天性」一書中的導讀裡，提到學習新事物可以改變腦神經迴路的連結，不同的刺激下，大腦活化的區域不一樣，大腦的可塑性在於越常用，連結功能越強，所以不斷學習，活絡大腦，有助於延緩失智失能。「樂齡大學」、「社區大學」都是可提供學習的好去處，目前有些退休人士重返校園，重新回復學生身份，筆者便是大齡後再度返校學習的，即使體能不若年輕但學習熱忱不減。另外，行有餘力從事志工服務，讓自己被需要，擁有社會價值也是很好的選擇，利他行為能產生腦內啡令人愉悅、感到幸福、活躍副交感神經、可提升免疫力，這是讓人健康長壽的關鍵之一。

三、良好飲食習慣

某些長輩因為節儉或其他原因一次煮量多的食物，然後一再反覆加熱，多餐食用，營養及衛生堪慮，目前長照 2.0 政策上有關於老人餐飲的部分，可以有兩種選擇，據點的共餐服務或送餐服務，尤其共餐服務，除提供餐食的功能外，也為鼓勵長輩外出活動，認識新朋友，建構良好社交關係，目前許多的社區據點、里辦公室提供據點式的共餐服務，鼓勵長輩走出家門，結交新朋友又可以享用營養美味餐點，還達到運動效果，一舉三得。

四、健康的社交行為

「社交是大腦的維生素」，許多研究報告都指向相同結論：孤僻、抑鬱的性格與罹患阿茲海默症、巴金森氏症高度相關。正面的社交經驗促使大腦分泌多巴胺，提升免疫系統，與人疏離或人際關係緊張，身體則會分泌壓力賀爾蒙，久而久之，將會損害認知能力與記憶力。走出家門參與供餐或是參加志工服務還是參與社團學習都是遠離疾病失能的好辦法。

習慣的養成是日積月累的，從自己還健康時就開始培養出興趣，才容易成為生活習慣，不論運動、飲食、學習還是社交活動，越早開始越能促進習慣的養成。原本不愛社交的 A 阿姨退休後只開心了三個月就因：手靜止時會微抖、走路經常跌倒就醫，確診巴金森氏症 2 期，A 阿姨因此情緒低落，鄰居 B 阿姨見狀，邀請 A 阿姨一起至住家附近的 C 級樂齡中心參與健體活動，A 阿姨慢慢練出興趣也經常在家自我鍛鍊，巴金森氏症得以控制，並且能維持良好生活品質，除了生理上的進步外 A 阿姨也因為在樂齡中心認識許多志同道合的朋友心理上也得到足夠的支持。來吧！來吧！來吧！從現在開始，來學習、來交朋友，越來越健康，越來越活躍，祝福所有銀髮族的夥伴們，健康活躍一路開心到回歸天家。



終身學習新思路： 新北市諮詢服務開創教育新模式

卓重亨

新北市三重區三重國小輔導主任

一、前言

在 21 世紀知識經濟時代，終身學習已成為個人發展和社會進步的關鍵。隨著社會的快速變遷和全球化的深入發展，學習不再侷限於學校教育階段，而是貫穿整個人生的持續過程。在這樣的背景下，學習型城市的概念應運而生，旨在創造一個充滿活力、參與度高、文化豐富且經濟繁榮的環境，以強化所有市民的潛能。

新北市作為臺灣人口最多的城市，面臨著如何滿足市民學習需求的挑戰。為此，新北市政府積極推動學習型城市政策，結合公私部門的力量，致力實現終身學習社會的目標。在這個過程中，終身學習諮詢服務扮演著至關重要的角色，它不僅是連接學習資源和學習者的橋樑，更是激發市民學習熱情、指引學習方向的重要工具。

本文將聚焦於新北市在推動學習型城市過程中的創新實踐，特別是「終身學習諮詢站」服務的推出，探討新北市如何透過這些舉措開創終身學習諮詢服務的新模式，以及這種模式對促進市民參與終身學習、推動城市可持續發展的深遠影響。

二、新北市終身學習諮詢站的緣起

隨著社會的快速變遷，市民對終身學習的需求日益增長。然而，面對繁複的學習資訊和多元的學習途徑，許多市民往往感到迷茫。他們可能不知道從何開始，不清楚哪些學習資源最適合自己，或者不確定如何制定長期的學習計劃。這種情況影響了個人的學習效果，也在一定程度上阻礙了城市整體學習氛圍的形成。

為了解決這一問題，新北市教育局深入研究了國內外的成功經驗，並結合本地實際情況，創新性地推出了「終身學習諮詢站」服務。這項服務的設計理念是為市民提供一站式的學習諮詢和指導，幫助他們更好地利用城市的學習資源，實現個人成長和發展。

終身學習諮詢站的設立，展現了新北市政府對於推動學習型城市建設的決心和創新思維。它是對現有終身學習資源的整合和優化，更是一種主動服務市民、引導學習的新模式。透過這種方式，新北市希望能夠打破資訊壁壘，降低學習門檻，讓每一位市民都能輕鬆獲得適合自己的學習機會。

三、諮詢站的運作機制與特色

1. 設立地點和時間

新北市的第一座終身學習諮詢站設立於淡水區公所一樓市民聯合服務中心，這個位置的選擇充分考慮了便利性和可及性，市民可以在處理日常事務的同時，輕鬆獲得學習諮詢服務。諮詢站的服務時間為每個工作日的上午9時至12時、下午1時30分至4時30分。這樣的時間安排既照顧了上班族的需求，也為其他市民提供了靈活的選擇。目前新北市總共設置四個諮詢站，除了淡水區之外，還有板橋區市民聯合服務中心、新店區安坑樂齡學習資源中心，以及三重區三重分館，依據點不同而發展出多元諮詢模式。

2. 專業諮詢團隊

新北市已有115位經過專業培訓的終身學習諮詢師服務。這些諮詢師接受了網站實務操作、學習型城市理念等專業知識的培訓，還學習了諮詢服務的技巧和注意事項。他們有許多人擁有豐富的教育背景或相關工作經驗，能夠為市民提供專業、貼心的諮詢服務。

3. 個別化諮詢服務

諮詢站的核心服務是提供一對一的個別化諮詢。每位前來諮詢的市民都會得到專屬的諮詢師服務。諮詢師會首先了解市民的學習背景、興趣愛好、職業發展需求等情況，然後根據這些訊息提供量身定制的學習建議。這種個別化的服務確保了每位市民都能獲得最適合自己的學習方案，大大提高了學習效益。

4. 結合「新北市學習地圖網站」

諮詢站的一大特色是結合了「新北市學習地圖網站」。這個網站是一個強大的學習資源數據庫，整合了全市15類622所公私立終身學習機構及其課程資訊。諮詢師會協助市民使用這個網站，幫助他們快速找到適合的學習資源。透過這種方式，市民能夠獲得當面的諮詢服務，學會如何利用網絡平台自主尋找學習資源，為今後的持續學習奠定基礎。



新北市的第一座終身學習諮詢站設立於淡水區公所



善用科技工具，讓學習更加便利且互動

5. 全面的諮詢內容

諮詢站提供的服務內容十分全面，涵蓋了終身學習的各個方面。具體包括：

- 介紹各類終身學習機構，幫助市民了解不同機構的特色和優勢。
- 導覽操作學習地圖網站，提高市民的訊息檢索能力。
- 查詢學習據點及課程，為市民提供最新、最全面的學習訊息。
- 提供適性化的學習建議，幫助市民制定長期的學習計劃。
- 解答市民關於終身學習的各種疑問，消除他們的學習障礙。



透過學習地圖網站查詢課程資訊

四、諮詢服務的影響

1. 提高學習便利性

諮詢站的設立大大提高了市民獲取學習資源的便利性。如淡水居民梁女士所言，透過諮詢服務，她輕鬆找到了家附近的二胡課程。這種便利性不僅節省市民尋找學習資源的時間和精力，也降低了參與學習的門檻，鼓勵更多人踏上學習之路。

2. 激發學習熱情

透過專業的諮詢和指導，諮詢站成功激發了許多市民的學習熱情。當市民發現有如此多樣化的學習機會，且能得到專業的指導時，他們對學習的興趣和信心都得到了極大的提升。許多市民在獲得諮詢後，開始積極參與各種學習活動，展現出前所未有的學習熱情。

3. 促進社區學習氛圍

諮詢站的影響不僅限於個人層面，還延伸到整個社區。如淡水區長巫區長所說，諮詢站的設立將帶動更多區民加入終身學習行列。這種影響逐漸擴大，在社區中形成濃厚的學習氛圍。鄰里之間開始交流學習心得，互相鼓勵，形成了良性的學習生態圈。

4. 優化學習資源分配

透過諮詢服務，市政府能夠更好地了解市民的學習需求和偏好。這些第一手資料成為優化學習資源分配的重要依據。市政府可以根據這些訊息，調整學習資源的投放，開設更符合市民需求的課程，從而提高學習資源的利用效率。

5. 促進終身學習理念的普及

諮詢站的設立和運營本身就是對終身學習理念的一種宣傳。透過提供諮詢服務，讓更多市民認識到終身學習的重要性，了解到學習不分年齡、不分階段。這種理念的普及，為建設學習型社會奠定了重要的思想基礎。

6. 提升市民的學習能力

諮詢站不僅幫助市民找到適合的學習資源，還教會他們如何學習。透過諮詢過程，市民學會了如何制定學習計劃、如何選擇學習資源、如何評估學習效果等。這些學習能力的提升，使市民能夠更好地適應快速變化的社會，實現持續成長。

五、未來展望

新北市的終身學習諮詢服務雖然取得了顯著成效，但仍有進一步發展和完善的空間。未來，新北市計劃在以下幾個方面繼續努力：

1. 擴大服務網絡

目前，諮詢站主要設立在人口密集的城市區域。未來，新北市計劃在更多區域，特別是偏遠地區設立諮詢站，讓更多市民能夠就近獲得學習諮詢服務。同時，也在考慮設立移動諮詢站，定期深入各社區提供服務。

2. 持續優化「新北市學習地圖網站」

隨著科技的發展和市民需求的變化，「新北市學習地圖網站」也需要不斷更新和完善。未來，網站將加入更多智能推薦功能，根據用戶的興趣和學習歷史，為其推薦適合的課程。同時，也計劃增加線上學習資源，為市民提供更靈活的學習選擇。

3. 加強諮詢師培訓

諮詢師是諮詢服務的核心，新北市將繼續加強諮詢師的培訓，提升他們的專業能力。同時，也計劃建立諮詢師評價體系，鼓勵優秀諮詢師，確保服務品質的持續提升。

4. 推動跨部門合作

終身學習涉及教育、文化、就業等多個領域。未來，新北市計劃推動更多跨部門合作，整合各方資源，為市民提供更全面、更有針對性的學習支持。

5. 加強國際交流

新北市計劃加強與其他國家和地區在終身學習領域的交流與合作。透過學習先進經驗，不斷完善自身的諮詢服務模式，同時也將新北市的成功經驗分享給世界。

六、結語

新北市的終身學習諮詢服務是一項創新的教育服務，更是一種城市治理的新思路。它展現了政府主動服務、為民解困的理念，展現了城市管理者的遠見和智慧。這種服務直接惠及市民，也為城市的長遠發展奠定了堅實的基礎。新北市的終身學習諮詢服務開創了教育服務的新模式，為建設學習型城市提供了有力的支撐。它的成功對新北市自身具有重要意義，對於其他城市、乃至整個國家的教育發展都具有重要的啟示和借鑒意義。我們期待看到更多的城市能夠借鑒新北市的經驗，推出適合自己的終身學習服務模式，為國家的永續發展貢獻力量。在這個過程中，每一個參與者都是受益者，也都是貢獻者，共創美好未來！

禪繞與生活—在禪繞中找到更好的自己

陳柏如

國立高雄師範大學 成人教育研究所 碩士生

前言

在現代社會中，心理與生理健康問題愈來愈受到重視，世界衛生組織（WHO）的資料顯示，全球需要重視的三大疾病中，憂鬱症排名第二，僅次於心血管疾病。需要特別注意的是：聯合國世界衛生組織（WHO）於2020年發布的研究中指出，憂鬱症已成為全球造成失能的首要疾病，超越了其他身體疾病。而憂鬱症與心血管疾病的高發率也密切相關，這些數據反映了心理健康對現代人的巨大影響。為此，世界衛生組織（WHO）特別將每年10月10日定為“世界心理健康日”，旨在提升人們對心理健康的重視，並推動全球範圍內的心理健康保護。台灣在2025年即將進入超高齡社會結構，屆時每5人中將會有至少1名65歲以上的長者，這使得“活得久，也要活得好”成為一個必須面對的重要課題。

在這樣的背景下，如何減輕心理壓力、促進心理與生理健康成為當前社會的焦點。對我個人而言，禪繞畫（Zentangle）是一種意外且美麗的發現，這種藝術形式強調通過重複簡單的基礎圖樣來專注於當下，達到放鬆。禪繞畫的魅力在於其創作過程“沒有對錯”、不追求完美，當下只有自己，筆隨心走，讓人釋放焦慮、進入一種放鬆且專注的狀態，這種狀態和卡巴金博士（Jon Kabat-Zinn）所創設的“正念減壓法”（Mindfulness-Based Stress Reduction, MBSR）不謀而合，並且這類減壓法經由研究證實是對於情緒及心理健康有極大助益。在學習和教學的過程中，我確實也感受到禪繞畫對心理及情緒的調節作用。

禪繞與正念

禪繞畫（Zentangle）是一個由“Zen”（禪）和“Tangle”（糾纏）兩個詞彙組成的創新概念，這個繪畫形式由美國夫婦 Rick Roberts 和 Maria Thomas 所創立。禪繞畫是一種結構化的藝術形式，簡單易學，能夠讓人透過放鬆和專注的過程創作出美麗的圖案。其核心是使用五種基本元素——點、線、曲線、弧線、圓圈——逐步依照步驟來構建圖案（禪繞圖樣）。在這個過程中，創作者會逐漸進入沉浸的狀態，完成專屬於自己獨一無二的作品。

禪繞畫的魅力在於，它沒有對錯，也不需要橡皮擦來修正，這意味著在創作過程中，人們專注於當下，不必擔心錯誤或結果。每一筆的畫出，不急不徐，調整呼吸、

整理思緒，讓人專注於當下的感受。同時，禪繞強調感謝 - 感謝週遭人事，也感謝自己；也強調欣賞自己的作品，創作完成後，拿一臂之遙，好好的看看自己的得意之作，肯定、讚美自己。這使得整個過程不僅是藝術創作，還是一種心靈的療癒。

正念 (mindfulness) 一詞由 “mindful” (留意) 和 “-ness” (狀態) 組成，並非字面上的「正確」或「正向」的念頭，而是指「保持當下留心的狀態」。正念的概念由卡巴金博士 (Jon Kabat-Zinn) 提出，他將正念定義為「有意識且不帶評判地，保持對當下的覺察」 (Kabat-Zinn, 1994) 或「刻意地、不評判地專注於當下的經驗」 (Kabat-Zinn, 2003)。而正念練習的九種態度為 (1) 不評價：不對自己的情緒想法病痛等身心現象做任何的評斷，只是純粹覺察它 / 它們的存在。(2) 耐心：對自己當下的各種身心況保持耐心，有耐心的與它 / 它們和平共處。(3) 初心：常保持初學者之心願意以赤子之心面對每一個身心事件。(4) 信任：相信自己的智慧與能力。(5) 不強求：不努力強求想要的目的只是無為的 (Non-doing) 覺察當下發生的身心現象。(6) 接納：願意如實的接納及觀照當下發生的身心現象。(7) 放下：放下種種好惡並且不執取，只是順其自然分分秒秒的覺察當下發生的身心事件。(8) 及 (9) 感激及布施：感謝生活中被視為理所當然的一切，並施與他人所需。

現代許多研究已證實，正念練習能帶來多種正向影響，如減少慢性疼痛、增強免疫力、提升心理健康、降低焦慮，甚至能預防憂鬱症的復發。這些成果顯示，“正念”不僅是一種心靈的修煉，也對身體健康具有深遠的益處。

禪繞學習之路

Zentangle® 於 2004 年誕生於美國，並於 2016 年由蘿拉老師等人將這種藝術形式引入台灣，開啟了第一屆亞洲禪繞創意教師 (Certified Zentangle Teacher, CZT) 認證。我是在 2017 年第一次接觸禪繞，啟蒙老師為亞洲首屆 CZT 的孫嘉苓老師 (海豚老師)。從那時起，禪繞成為了我生活中的一部分。雖然生活忙碌，我依然透過書籍和網路資源持續學習，並在朋友的鼓勵下於 2021 年參加了 CZT 認證，正式取得教師資格，開始我的教學分享。

我之所以喜愛禪繞，不僅僅因為它是一種繪畫方式，更是因為它傳遞了一種生活的態度。在禪繞的過程中，我學習到放慢節奏，才能感覺及掌握線條的流動；放輕呼吸，放鬆身體，才能從容完成作品，因為緊張往往會讓作品出現意料之外的稜角；還有，只要清楚知道終點在哪裡，我們作品的線條便更能展現出自信。生活不也如此嗎？更重要的是，禪繞為我提供了與自我對話的空間與時間，沒有預設的框架或標準，在寧靜中傾聽內心的聲音，尋找初心，沒有對錯與批判，這個部份，幫助我更加了解自己，穩定的情緒也為我的親子、家庭溝通更加分。這不正是「正念」的具體體現嗎？

我也喜愛禪繞教學。在課堂中，不僅能夠傳授大家我自己的繪畫技巧、心得，也分享我與禪繞之間的心靈旅程。對我來說，最大的回饋來自於學生們發現自己對於禪

繞的喜歡。他們在課堂中互相分享創意，欣賞彼此的作品，喜歡自己的創作，也與我分享自我對話後的療癒感覺。這種教學過程不僅豐富了學員們的生活，也更堅定我教學的價值。

結語

目前許多研究指出，藝術創作能夠幫助個體釋放內在的壓力、情緒與創傷。從佛洛伊德與榮格的心理動力學觀點，到藝術治療中的表達性療法理論，再到神經科學的發現，這些理論都證實了藝術創作的療癒效益。神經科學更進一步揭示，藝術創作能刺激大腦中與情緒調節、問題解決及自我反思相關的區域，有助於減輕壓力和焦慮。

而禪繞畫作為一種簡單易學的藝術形式，它不僅能夠幫助我們輕鬆投入創作，還能夠讓我們親身體驗藝術的療癒力量。在另一個層面的研究表示，參與團體性的藝術活動能促進社會支持。在禪繞課堂中，同學們透過創作與分享，欣賞彼此的作品、交流想法，這種過程有助於建立人與人之間情感的聯繫，減少孤立感，並提升幸福感。所以，禪繞畫不僅能夠促成與自己的對話，也能夠透過創作過程與他人互動，從而增強心理韌性，全面促進健康。

總結來說，禪繞畫是一種唾手可得的藝術形式，透過禪繞創作，我們不僅能紓解壓力、調節情緒，還能促進心理、生理和社會層面的健康。正因如此，禪繞畫已成為我生活中不可或缺的一部分，我期待透過教學與推廣，幫忙更多人找到內心的平靜與力量，實現更加健康、美好的生活。



終身學習「童」創新 樂活服務「軍」共榮

陳育正

新北市汐止區白雲國民小學學務主任

一、前言

隨著 AI 技術不斷創新、永續發展目標 SDGs 倡議有成，全球已然進入全新的學習世代，終身學習將不再只是教育願景，而是每個人皆需因應生涯發展階段、社會變遷趨勢、工作職能新潮流，重新定位自身的學習步調，透過各種學習平台不斷學習成長，再次落實自我實現，並促進學習型城市的發展。

二、童軍教育跨域結合終身學習

教育部於 110 年 3 月公佈「學習社會白皮書」，內文提及其願景是要打造一個全民愛學習的學習型臺灣，而終身學習的目標包含個人、家庭、組織及城市等四個層面：由個人培養成終身學習者，促使家庭成員共同成長，共同建立學習型家庭，並推動至各種社會群性組織，例如：學校、職場、企業、社區等，發展學習型組織，進而聯繫終身習網絡與體系，將居住生活範圍建構成學習型城市，最終達成學習型臺灣的願景。

國內學者吳明烈於 2010 年世界公民人權高峰會表示，終身學習者就是競爭優勢者，而終身學習的個人能擁有知識廣度、專業深度及學習速度，可有效因應變遷及主導變遷。另一位學者林振春 (2003) 則提出社區的各項環境、資源及社區總體營造，都需要社區民眾參與終身學習，才能提供社區永續經營的源泉活水，促使社區生生不息。由此可見，終身學習對於個人與社區發展皆有其重要性。

依據「教育部辦理終身學習活動實施要點」，童軍教育有助於終身學習環境的營造，提供多元學習體驗，開發創新能力，為終身學習社會中重要的一環，可見童軍教育與終身學習可說是相得益彰。回溯童軍教育的發展起源，雖然是成年人協助青少年成長的活動，然而成人領袖往往也能從服務過程中獲得寶貴的學習成長及社會服務經驗，在感知自身對於家庭、社區及社會提供建議性的貢獻後，再次投入學習及服務，形塑終身學習的正向循環。

結合童軍教育，終身學習不僅提升精神生活價值，而重視自我承諾的理念也成為啟發自我潛能的動力。同時，對於社會議題的關注，也可指引終身學習的實踐修己善群，開展自我智識並激勵社會服務，陶冶群性發展，進一步促進落實 SDGs17 項核心目標。

三、白雲童軍在地實踐終身學習

筆者服務於新北市白雲國小，校內複式童軍團成立多年，除了推動童軍教育之外，總團長彭正源更是體現終身學習的表率。

正源團長現職於電子製造業，已服務白雲童軍團超過二十年，然而每次週日下午團集會，他總是第一位抵達學校，利落的整備各項設備及器材，等著白雲狼寶寶與小狼前來參加團集會。是什麼原因得以維持他數十年的熱情？正源團長表示自己從國中時期就投入童軍活動，出社會就業後雖然一度中斷，但是自己始終熱於學習與服務，因此在孩子到白雲國小就學後，再次加入童軍教育的行列。

當時白雲複式童軍團仍在草創階段，為了服務更多的孩子們，正源團長也希望可以提升自身的專業知能，因此開始參加童軍服務員的訓練學習。然而，在取得資格的這段期間，工作、家庭與受訓的多重壓力，加上訓練中的童軍理論、領導策略、輔導知能、活動設計與規劃課程，與他原本的學習領域和電子工作專業相去甚遠，讓他一度萌生退意。所幸在家人的支持與鼓勵下，他花費數年的時間，陸續完成五項童軍服務員木章訓練並取得團長資格，而且服務白雲複式童軍團直到今日。

正源團長表示學習是為了提升專業與服務品質，隨之而來的是孩子與其他家長的正向反饋，而這些反饋又成為學習的動力，無形中自己成為終身學習的受益者。

此外，稚齡童軍團團長黃平金，正是受到正源團長終身學習精神的感染，也在2024年取得團長資格，並且擴大白雲複式童軍團的社區服務學習，除了協助安德烈食物銀行關懷弱勢族群，也舉辦愛心園遊會挹助社區弱勢家庭。而白雲的孩子則在終身學習與童軍教育的結合下，滋長真、善、美的幼苗。



正源團長與平金團長皆為親師生的終身學習楷模。



結合終身學習與童軍教育，培育良好品德。

服務員陳妙玲也是陪伴白雲複式童軍團多年的服務員，妙玲原本也是白雲國小的一般家長，陪伴孩子參與童軍團活動，正巧見證正源和平金團長的學習歷程和服務付出，這股正向學習氛圍不僅讓妙玲也投身服務員訓練，也在自己的孩子畢業後，一直服務白雲複式童軍團。在此期間，妙玲也不忘持續筆耕，精進自己，並在 2024 年出版自己的散文初集 - 屋頂上的少女，將種種人生感受及考驗轉化在字裡行間，且以終身學習的精神成就自己。

四、樂活服務加乘終身學習綜效

新北市從 2022 年即推動學習型城市計畫，期許實現安居樂業永續城的願景，實有賴於每位市民一齊參與終身學習，樂學樂業。以正源團長為例，從事童軍教育二十餘年，仍然不斷自我精進，其自我挑戰、樂活服務與終身學習的精神感動了白雲國小無數的親師生。此時，正源團長正默默的為新北市學習型城市貢獻自己的心力，以童軍教育跨域加乘終身學習的創價。

參考文獻

林振春 (2003)。學校如何運用社區資源推動終身學習。
終身學習期刊，2~12。



辦理家長研習營，親子共學，展現終身學習精神。



黃平金團長實踐終身學習，
取得團長資格。

「終身學習期刊」第 30 期徵稿啟事

一、徵稿單元：

本期主題為：「終身學習與永續發展」，邀稿單元及字數如下列，歡迎踴躍投稿。

- (一)「焦點探索」單元：探討各縣市推動「終身學習創新措施」之政策規畫與設計、相關理論與實務推動情形、實施現況與辦理成果，每則字數 1 萬字以內。
- (二)「學術研究」單元：探討與終身學習有關之專題研究，每則字數 5 千字以內。
- (三)「經驗分享」單元：發表參與終身學習有關之經驗分享，每則字數 1~2 千字以內。
- (四)「終教園地」單元：以「補校」、「成人教育專班」、「樂齡學習中心」、「社區學習中心」、「社區大學」之推動特色、媒體行銷、教學省思或學員學習心得為主，每則字數 1~2 千字以內。

二、投稿原則：

- (一)「焦點探索」與「學術研究」兩單元需包含中英文摘要各 300 字以內、中英文關鍵詞以 5 個為限、參考文獻、附錄、圖表等；參考文獻請依 APA 第七版格式撰寫。
- (二)來稿請寄電子檔，如有相片需附照片或相關圖片電子檔（照片 3M 畫素以上），並請另附投稿者資料表（附件一）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。
- (三)經本刊收錄之文章，作者須同意授權本刊得再授權國家圖書館或其他資料庫進行重製、透過網路提供服務、授權用戶下載、列印、瀏覽等行為。
- (四)投稿方式：稿件電子檔請寄至 bach42kg@gmail.com 電子郵件信箱。
 - 1. 聯絡人：李昀龍校長，電話：(02) 2626-2141 轉 800
 - 2. 聯絡地址：251036 新北市淡水區中山北路二段 200 號 新市國小
- (五)截稿日期：114 年 4 月 14 日。

三、審稿原則：包括初審、外審兩個階段。

- (一)初審：本刊就來稿作初步形式篩選，確認是否符合本刊徵稿所公告之投稿原則。
- (二)複審：本刊聘請兩位相關領域之專業學者匿名審查，經審查或建議修改通過之文章始得刊登；本刊對來稿有刪改權，稿件恕不退還，請作者自行保留原稿。

四、本期刊以電子書出刊，請作者自行到新北市社會教育資源網下載。

(<https://lll.ntpc.edu.tw/Module/Work/Index.php?BID=13&CMID=53#LeftMenu>)

附件一

投稿者資料表			
服務單位	職稱	姓名	聯絡地址
身分證字號	聯絡電話		電子信箱
	(o)	手機	
投稿單元	<input type="checkbox"/> 焦點探索 <input type="checkbox"/> 學術研究 <input type="checkbox"/> 經驗分享 <input type="checkbox"/> 終教園地		
投稿單元	<input type="checkbox"/> 焦點探索 <input type="checkbox"/> 學術研究 <input type="checkbox"/> 經驗分享 <input type="checkbox"/> 終教園地		
投稿篇名			

終身學習期刊

The Journal of Lifelong Learning

29 期

主題

終身學習創新措施的他山之石

Lessons and Experiences Learned for Initiating
Innovative Policies on Lifelong Learning

發行人 新北市政府教育局

主編學校 新北市淡水區新市國民小學

本期指導教授 王如哲

編輯小組 李昀龍、王潔雯、顏顯權

執行編輯 郭秀翎、孫德仁

校對 翁素敏、謝靖緹、郭勝杰

內文圖文 新北市終身學習輔導團及各投稿作者

地址 新北市淡水區中山北路二段 200 號

美編設計 睿濚視覺設計有限公司

出版日期 114 年 1 月