

南臺人文社會學報 2021 年 5 月

第二十四期 頁 33-72

從活躍老化觀點運用遊戲式視覺藝術創作方案之行動研究-以快樂社區照顧關懷據點為例

楊世承 *

摘要

本研究以「活躍老化」觀點規劃一套遊戲式視覺藝術創作方案，並以行動研究輔以半結構訪談與觀察法針對快樂社區照顧關懷據點平均年齡為 77.5 歲的 15 位參與本方案學習的高齡者，探究方案的可行性、實施情形、困境與可行具體作法。得到以下結論，並根據研究結果提出相關建議。一、活躍老化觀點之遊戲式視覺藝術創作方案的規劃架構是經過審慎思考，有系統的、整體的，內涵是由淺入深具層次性、多元的、有趣的。二、活躍老化觀點之遊戲式視覺藝術創作方案的實施具藝術、娛樂與教育的目的，發揮長輩們的創意老化、超越老化，讓長輩們能改善生活品質，真正活躍老化；但實施困境則包括了個人因素與課程教學因素。三、推動遊戲式視覺藝術創作方案的可行具體方法，首重經費的足夠性，方案本身亦須具發展性與創新性。

關鍵詞：活躍老化、遊戲式視覺藝術、方案規劃

*楊世承，雲林縣山線社區大學活躍老化課程講師、南臺科技大學師資培育中心兼任助理教授
電子信箱：ysc66115588@stust.edu.tw

收稿日期：2020 年 08 月 20 日；修改日期：2021 年 01 月 13 日；接受日期：2021 年 04 月 30 日

STUST Journal of Humanities and Social Sciences, May 2021

No. 24 pp.33-72

The Application of a Game-style Visual Art Creation Program from the Perspective of Active Aging: A Case Study of “Happy Community Care and Support Base”

*Shyh-Cheng Yang**

Abstract

In this study, a game-style visual art creation program was planned from the perspective of "active aging", and action research was supplemented by semi-structured interviews and observations. Fifteen senior citizens with an average age of 77.5 years old participated in the study, in order to explore the feasibility, implementation, difficulties and specific methods of the plan. The following conclusions were obtained, and relevant suggestions put forward based on the research results.

1. The planning of the game-style visual art creation program with an active aging perspective was carefully thought out, systematic and holistic, containing diverse and interesting connotations that were layered from superficial to deeper levels of meaning.

2. The implementation of the game-style visual art creation program with an active aging perspective fulfilled joint functions of art, entertainment and education, to achieve creative aging of older citizens and overcome the effects of aging, so that their quality of life was improved and they experienced truly active aging. However, there were problems in implementation, including personal factors along with curriculum and instructional factors.

3. The key factors in a feasible and specific method for promoting a game-style visual art creation program are the availability of sufficient of funds, and a developmental and innovative design of the program itself.

Keywords: *active aging, game-style visual arts, program planning*

*Shyh-Cheng Yang, Lecturer, Active Aging Course, Yunlin County Mountain Line Community University; Adjunct Assistant Professor, Center for Teacher Education, Southern Taiwan University of Science and Technology
E-mail: ysc66115588@stust.edu.tw
Manuscript received: Aug. 20, 2020; Modified: Jan. 13, 2021; Accepted: Apr. 30, 2021

壹、研究背景與動機

一、台灣人口老化日益嚴重，問題必須正視

2018年我國高齡人口已佔總人口數的14%，達到聯合國世界衛生組織所訂的高齡社會指標，根據內政部至2020年5月底統計各縣市人口年齡結構重要指標，全台灣65歲以上人口佔總人口數15.62%，其中又以嘉義縣佔該縣人口比例19.98%為最高，雲林縣18.76%為次高（內政部，2020），而全國未達14%之高齡化社會僅有桃園市、台中市、新竹縣市、金門縣、連江縣，顯示我國人口結構產生變化之劇烈已超乎想像，可想預見的未來，台灣預估在2025年邁入「超高齡社會」（蔡秀美，2014），這樣的日子，可能會比預測值提前到來，因為高齡少子化儼然已成為國安問題，在人口政策、教育政策與長照政策上，不得做更進一步的因應。另行政院經濟建設委員會，至2026年時，預估每5個人中就有1個以上的老人，老年人口數占總人口總20%以上（黃國材、簡太郎，2007），是故人口老化是台灣所不僅要面對，更要為未來的社會發展做更縝密的思考與行動。

二、長照 2.0 社區關懷據點定位不明，影響長者參與

社區照顧關懷據點設置的計畫目標是由在地人提供在地服務，建立社區自主運作模式，以貼近居民生活需求，營造永續成長、健康的社區環境。並且以長期照顧社區營造之基本精神，結合照顧管理中心等相關福利資源，提供關懷訪視、電話問安諮詢及轉介服務、餐飲服務、健康促進等多元服務，除了提供老人社區化之預防照護，更建立起連續性之照顧體系（謝聖哲，2017）。尤其在健康促進方面，主要在延緩老化，但根據邱泯科、林伶惠（2010）、邱泯科、傅秀秀（2014）與廖俊松（2014）的研究指出，據點幾乎皆由當地志工進行服務，由社區中彼此熟識的鄰

里好友或非專業人士組成然而志工幾乎只能做到噓寒問暖的關心，這樣就是在浪費據點的金錢與資源。政府雖有提供教育訓練課程協助據點人力專業技能的提升，但效益有限（引自謝聖哲，2017）。顯然目的與專業確實不足，另研究者曾於2019年參訪幾處社區關懷據點，健康促進、延緩老化課程方面，僅少數師資是預防及延緩失能照護方案及師資人才所培訓出來，多數師資均是由承辦人員自行就認識具專才人員所聘任，其課程內容更是五花八門，有健身操、畫畫、唱歌、健康講座、樂器演奏，甚至認識英文、烹飪等等，完全未考慮長者的需求，沒有系統規劃，更甚者發現，有些據點完全真的是在浪費金錢與資源，如講師直接影印著色本要長者依圖上色、讓長者在一堂課內重覆練習寫兩、三個英文字母，如此的上課內容，顯然明顯只是讓長輩虛度時間、消化經費而已，並非真正讓長者達到健康促進的目的。McClusky (1971, 引自魏惠娟, 2012) 提出了需求幅度理論 (A Margin Theory of Needs)，指出高齡者的需求從基本的應付的需求、表達的需求、貢獻的需求、影響的需求到自我超越的需求，逐次提升，老年晚年生活的主要任務是在學習重新安排生活中的負擔與能量，使老人能擁有更有利的盈餘空間（魏惠娟，2012），既然關懷據點設有緩失能照護方案之相關課程，更應配合上述之需求，同時系統化的規劃，才能讓長者樂於參與。

三、積極看待老化，讓高齡者從延緩老化到活躍老化

黃富順、楊國德（2011、2014）指出，老化不止只有生理老化、尚包括心理老化與社會老化，而衛福部（2020a）針對社區關懷據點設置之功能指出，社區照顧關懷據點可以讓老人從家裡走到關懷據點參加精心設計安排的健康促進活動，但一般而言，社區關懷據點多僅為陪伴功能，但其功能又是需安排相關活動，亦即要提升至學習層次，是故不只只有延緩老化的功能而已，更具有「再學習」的功能，使老年生活更自在、更有意義。

從生物學的耗損論 (wear and tear theory) 看老化，是隨時間消逝而耗損終至報廢，看似高齡者是消極的，但從另一方面來看，後天結構損傷修補，則代表老化是積極性的 (黃富順，2008a、2008b)。研究亦指出，隨著年齡增長，雖然流質智力減退，但晶質智力增長，高齡者亦較易長出智慧，且具豐富而多樣化的經驗 (黃富順，2008a、2008b)。世界衛生組織 (WHO) 則在2002年提出「活躍老化 (active ageing)」政策架構，主張從健康、參與以及安全三大面向，提升高齡者之生活品質 (WHO, 2002)，亦即高齡者應該擁有的「獨立、參與、照顧、自我實現、尊嚴」，因而老化現象應朝積極正向看待，讓老年生活從延緩老化到活躍老化。

四、高齡者參與藝術學習具有正向效益

前述提及，老年晚年生活的主要任務是在學習重新安排生活中的負擔與能量，使老人能擁有更有利的盈餘空間 (魏惠娟，2012)。高齡學習是有必要的，而且是符合個人及社會國家整體需求的，無論從心理學或者社會學層面來說，高齡者學習都是傾向正向的 (楊世承，2019)。

藝術創作能增加高齡者創新思考能力，改善高齡者認知功能；亦能協助高齡者發現自己的內在能力、獨特性及生命經驗的價值，以達到自我統整；提升成就感和自尊，促進高齡者身心健康，進而提升生活品質，增強正向的自我感受及情緒管理，促進積極正向的生活態度 (Johnson & Sullivan-Marx, 2006; Kim, 2013; Schmidt, 2006，引自溫芯寧、吳宏蘭、康思云，2016)。以持續潛能觀支持認知老化最有力的學者是Perlmutter (1988，引自黃富順，2008a)，此論點主張個體認知發展是終身的、多層面、多方向和多原因的，從「終身學習」觀點來看，終身學習的主張和我們傳統「活到老、學到老」的意義是一樣的，對於老化的負面印象無可避免，但是生命的意義在於能對自己能自我實現，更甚者，能發揮自己的所長，貢獻社會，這些都是正向人生觀的表徵 (楊世承，2019)。

另從專門知能、智慧、創造力層面來看，研究發現，專門知識較不會隨年齡增加而衰退（Hasher & Eacks,1979），學者Harry R. Moody（1985，引自魏惠娟，2012）強烈主張高齡學習是好的，終身學習是人類美好生活的一個元素，然而其也指出，當今高齡教育沿襲成人教育的運動歷史和傳統，發展出的類型不勝枚舉，因而，高齡藝術教育的方案規劃與實踐，必需要有明確的願景，然透過課程的有效規劃，清晰的目標，有效的方法、專業的人員、顧及學習者的需求，以及良好的場域，才能促使高齡者有效與快樂的學習，不僅老年尊嚴提升，具備了創意與智慧，生命充滿價值，翻轉一般人對關懷據點的負向看法。

不管從理論或實證研究均發現藝術在老年生活中扮演著重要的角色，且能為年長者帶來生理、心理、社會等多面向的好處，提升老年人的生活品質與主觀的生活滿意度（楊培珊、羅鈞令、陳奕如，2009），此乃活躍老化的最佳見證。快樂社區照顧關懷據點為配合長照2.0第二年計畫執行，除了長青食堂的設置服務，每天（週一至週五）上、下午均安排多元之健康促進課程，同時自創獎勵措施讓高齡者能踴躍參與據點各項課程及活動，十分活絡，為使高齡藝術課程實踐更有系統與深化，研究者乃以行動研究（action research）方式，主要聚焦「從活躍老化觀點運用遊戲式視覺藝術創作」來了解實施成效、困境與限制，因此本研究擬達成之目的如下：

- （一）規劃以活躍老化觀點之遊戲式視覺藝術創作方案。
- （二）了解以活躍老化觀點之遊戲式視覺藝術創作方案之實施情形。
- （三）提供研究結果與建議供各高齡學習、長照機構推動「高齡藝術教育」之參考。

本文之待答問題如下：

- （一）如何規劃以活躍老化觀點之遊戲式視覺藝術創作方案？
 1. 遊戲式視覺藝術創作方案架構為何？
 2. 遊戲式視覺藝術創作方案內容為何？

- (二) 以活躍老化觀點之遊戲式視覺藝術創作方案之實施情形為何？
 - 1. 遊戲式視覺藝術創作方案之實施情形為何？
 - 2. 遊戲式視覺藝術創作方案之實施困境為何？
- (三) 以活躍老化觀點運用遊戲式視覺藝術創作方案推動之建議為何？
 - 1. 推動遊戲式視覺藝術創作方案的可行具體方法為何？

貳、文獻探討

本節從活躍老化觀點進行論述，以為本研究之理論依據，次再探討高齡藝術教育實施之相關研究，最後探討方案規劃之系統模式，以為本研究遊戲式視覺藝術創作方案之基礎。

一、活躍老化的觀點

(一) 認識老化

老化包括生理老化、心理老化與社會老化，並非單指生理老化而已，是多面向的。單就生理老化就分為一般生理老化與感覺系統的改變，前者包括皮膚、臉部、毛髮以及身體內部各個生理系統的改變，後者則包括視覺、聽覺、神經系統等等（黃富順、楊國德，2011、2014）。生理老化之理論包括先天與後天，前者是遺傳基因取向，包括基因遺傳理論、細胞分裂理論、免疫系統理論與新陳代謝理論；後者為結構損傷取向，包括破損理論、交錯結理論、損傷修補理論、自由基理論（李宗派，2004；隋復華，2004，引自黃富順、楊國德，2011、2014），人類先天老化如容貌改變均需面對，唯有建立長者正確看待自我，適應老化，與老化事實共存，進而理解並實踐延緩老化的策略，保持健康，以面對未來的人生。

其次是心理老化，高齡者心理老化有正向與負向的表現，前者包括情緒穩定與智慧提升，後者則包括自我概念的改變、認知功能的減退、人格情緒的改變（黃富順、楊國德，2011、2014）。根據相關研究，大部

份人對長者的印象多是負向大於正向，尤其是大學生（彭駕駢，2009），但近年來因為樂齡大學、樂齡中心及其他高齡服務機構如雨後春筍的設置，他們也在終身學習，也扭轉了大眾對長者的看法。心理老化的理論有心理社會發展危機理論、發展理論、認知行為理論、訊息處理理論、認知情緒理論（黃富順、楊國德，2011、2014）。黃富順、楊國德（2011、2014）亦針對心理老化提出相關因應措施，包括對老要有正確的觀念；改變對老化的認知；積極面對，完成老年期的發展任務；藉由生命回顧，發展對生命的統整感；透過認知的訓練，改善流質智力的衰退；致力發展正面情緒，減少負向情緒；處理重要的人際關係事件，以維持情緒與人格的穩定；豁達開朗，追求活得充實。研究者（楊世承，2018b）曾利用「體智能（Physical and Mental Fitness）」的課程介入具衰弱症的高齡者，確實有改善認知功能與體適能的成效。

因為社會在改變，社會老化也是一項重要的議題，社會老化的現象有工作角色的中斷或次級角色的轉換、社會地位的滑落、家庭角色的淡化、家庭地位的削弱、人際關係的疏離造成互動減少（黃富順、楊國德，2011、2014）。研究者（楊世承，2018b）透過「體智能（Physical and Mental Fitness）」的課程介入，可以增進高齡者間的互動，提升社會參與的功能。社會老化的理論分成三項層面，從微觀言，有撤退論、活動理論、持續理論，從中觀言，有老年次文化理論、交換理論，從鉅觀言，有現代化理論、年齡階層理論、功能性鉅觀老化理論、批判老年學與生命歷程論（黃富順、楊國德，2011、2014）。對於社會老化的因應，黃富順、楊國德（2011、2014）分別就個體層面與社會層面提出看法，前者包括，持續參與社會活動；延伸或尋找替代角色，充實生活內涵；增強人際關係，建立社會成本；強化對變遷社會的適應，後者則有改變退休的觀念和制度；消除社會對老人的負面形象；重視老年人的社會資產，提供其發揮的機會；致力消除社會結構對老人的不利影響；應用銀髮族的人力資源。如電影「高年級實習生」就是最佳的寫照，研究者亦曾針對高齡者進行

代間教育的課程介入，除了應用其人力資源外，尚消除一般人對他們的負面形象（楊世承，2016、2018a）。

鼓勵高齡者走出家門，參與學習，正是本研究所要了解的原因之一，全面性的關注高齡者生理、心理、社會老化問題，做好因應準備，會讓高齡者的老年生活更精彩，生命更有價值，所謂的成功老化、創意老化、健康老化、活躍老化，也正是此意。

（二）活躍老化的主張與高齡者參與學習的困境

從活動理論論（activity theory）而言，學者主張，晚年生活的滿意程度來自個人積極地維持人際關係，並且持續地投入有意義的事務。因此高齡者應該積極地保持活躍，避免與社會脫節，盡可能地維持中年時期的活動，即使被迫從許多面向撤退，也要找出替代選擇（Havighurst et al.,1968，引自蕭文高，2010）。

世界衛生組織（WHO）則在2002年提出「活躍老化」政策架構，主張從健康、參與及安全三大面向上，提升高齡者之生活品質（WHO, 2002），OECD（1998）亦主張指出：「活躍老化指的是所能享有之高度選擇性，包括個人及家庭在工作、學習、休閒與擔當照顧的一生中，而公共政策是透過消除既存的限制以促成活躍老化，同時提供終身學習或醫療處遇予以支持以增加個人的選擇性，進而維持人們邁入老年期的自主性。」林麗惠（2001，2006a，2006b）則將高齡學習列為活躍老化的第四大支柱，蕭文高（2010）則歸納了活躍老化政策的架構特性，包括，指出活躍老化是種過程，以提升生活品質為目的，重視個人生命歷程，歸納活躍老化的多重影響因素與支柱，強調權利與自決，維持個人責任、家庭與環境之平衡，認可老人的價值與貢獻。因此活躍老化的主張高齡者應正視與面對生理、心理、社會的老化現象，在健康、參與、安全、學習支柱上，強調高度的自主性，除維持個人、家庭、環境的平衡下，讓生活有品質、生命有價值。

但在論活躍老化中，高齡者仍有許多因素影響其學習參與，蔡承家、葉秀菊（2011）指出高齡者參與終身學習障礙有心理方面；生理方面：記憶力退化、視聽障礙、健康與體力不佳；機構因素：不清楚報名方式、硬體設備、地區或交通不便；課程及教學因素：課程編排不佳；情境因素：氣候或參與別的活動、要帶孫子、家屬生病。另研究者（楊世承，2018a）從隔代教養家庭的閱讀困境發現是時間和語言。高齡者參與活動與學習並非如正規教育如此有系統、有制度，多屬自發性為主，活躍老化主張高齡者具高度自主性，亦即先要盡可能排除其困境，讓高齡者能健康、安全的參與與學習，才能協助其活躍老化。

二、高齡藝術教育實施之相關研究

（一）遊戲式視覺藝術

從古至今，遊戲是一種不分年紀、不分地域的普遍活動，是娛樂，也是一種過程。遊戲的器材稱為玩具。體育競賽（Game）即屬於一種遊戲。遊戲是有組織、有規範、有目的的玩耍，一般雖僅單純為娛樂，但其有時也具教育目的。遊戲與有報酬的工作是不同的，當然和呈現美學或是概念元素的藝術也有所差別（維基百科，2020a）。遊戲具自由性、開放性、體驗性。教學可以成為遊戲，這是遊戲的內在精神，因為遊戲是可以有目的的、自然而然生成的，透過遊戲過程，可以對話、可以體驗（周建平，2002）。周建平（2002）的研究指出，「教學作為遊戲，有助於實現人文關懷，有助於提高學生全面素質，有助於使教學煥發生命活力，走向遊戲教學，必須建立平等、和諧的師生關係，拋棄嚴格的計畫，崇尚教學自由，轉變教材觀念。」因此遊戲是具目的性、體驗性、互動性與開放性，其具有娛樂與教育的目的。

視覺藝術（Visual Arts）是音樂、表演藝術外的另一種藝術形式，主要以視覺感官作為為創作重點，如繪畫、攝影、電影等平面藝術。其他如而雕塑、建築的造型藝術（plastic arts）則屬於三維立體空間的創作，

也是視為視覺藝術的一種。視覺藝術定義並不是很嚴謹，因為許多其他形式的藝術也會包含視覺藝術的元素（維基百科，2020b）。

本研究所針對遊戲式視覺藝術（Game-style visual arts）之定義為透過遊戲的教學方式進行以視覺目的為創作重點的作品，其形式多元且自由，具目的性、體驗性、互動性，更具有藝術、娛樂與教育的目的。

（二）高齡藝術教育之相關研究

高齡藝術教育植基於創意老化與創意老化，創意老化乃是基於對於「老化」有二項重大的觀念改變：一是，隨著年齡而來的衰退並不是正常、不可避免的。二是，老化伴隨著而來的不只有問題，也有潛力（Cohen, 2006；楊培珊、羅鈞令、陳奕如，2009，引自范家榮，2010）。此與持續潛能觀是相同意義的（楊世承，2019）。超越老化理論源於自我超越理論（林芸萱、胡嘉容、王靜枝，2010），Reed認為人的年紀越來越大，老化是必然的現象，尤其是身體包括外表及內在均逐日退化，是不可逆的現象，然而，若能在心態上有所改變，面對老化的事實，轉變成因應環境的資源，讓自己能重新統整生命，重建自我價值，進而對自己的人生及生命歷程感到滿意，並讓個體將此股成熟發展的階段，協助轉換成成長的動力，這就是自我超越的能力（Reed, 1983, 1991; Upchurch, 1999），因此超越老化是突破身體與靈魂、時間與空間的一個統整性概念，進而創造生命的意義。它是瑞典社會學家Lars Tornstam提出的觀點（Tornstam, 1997）。

研究者（楊世承，2019）曾針對從後現代主義藝術觀點論高齡藝術教育方案的規劃模式中綜合歸納後現代高齡藝術的特點（張秀毓，2007；范家榮，2010；黃千珮、林君潔、黃郁婷，2013；張怡敏，2016；溫芯寧、吳宏蘭、康思云；2016），包括：1.後現代的高齡藝術教育的推動，在理念部份，重視學習的多元化、終身化；在學習的歷程方面，重視深度化、彈性化；在學習的成果則應重視本土化、動態化，並與生活相結

合。2.後現代的高齡藝術教育應朝向趣味與多樣媒材的運用，並能以故事或敘事方式呈現，以啟發高齡學習者的學習動機。3.後現代的高齡藝術教育的實施應重視高齡者的普遍性與差異性，情意重於技巧的展現，俾突顯作品的個性與感性。4.融合多層次藝術的展現，含括視覺藝術、聽覺藝術與表演藝術，使其能全方位學習。5.注重作品的複數性和大量生產，亦即「數位版畫」的概念，結合科技與多媒體之運用，創造藝術產值。6.善用大眾媒體行銷，展現個人或個別團體特色價值，以培養高齡T型人才，建立專長，重返社會生產，以達高齡者之創意老化與超越老化。

從Maslow的需求層次中，美的需求即是成長需求中的一項 (Maslow, Stephens, & Heil 1998)；而McClusky (1971, 引自魏惠娟, 2012) 提出了需求幅度理論 (A Margin Theory of Needs)，指出高齡者的需求從基本的應付的需求 (如住處掛藝術作品)、表達的需求 (如從事藝術創作)、貢獻的需求 (如為社區進行美化)、影響的需求 (如以藝術作品交朋友) 到自我超越的需求 (如透過藝術作品促進個人靈性提升)，高齡者是可從藝術學習中去滿足各項需求的。另從腦科學方面來論，右腦是印象的腦，它擁有卓越的造型能力和敏感聽覺，所以它有絕對的音感，也因此右腦又被稱為是「藝術的腦」，右腦運作能力強的人，往往容易成為畫家、作家和音樂家，右腦運作能力比較強的人，是和智商的高低沒有任何關係 (卓展正, 2003)。因此高齡者從事藝術創作，是可以活化大腦，且與智商毫無相關，顯示未受過任何教育的高齡者亦可從事藝術創作，如過去的台南鄉土藝術家洪通及台中彩虹眷村的黃永阜爺爺。

Hoffman (1975) 則指出，擴大高齡者參與藝術教育是有助於老年生活品質的提升。Wikström (2000) 的研究為構建一個高齡視覺藝術照護模組，以與老年人進行互動，結果發現，視覺藝術是將藝術作品鑑賞用於高齡者照護之一，可提升高齡者的社交網絡。Bentes-Levy (2012) 的研究發現，針對患有一種或多種認知和肢體殘疾的高齡者可以從藝術活

動中受益，藝術活動對高齡者的能力適應具很大的助益，進而帶來更好的生活品質。吳念珂（2017）在促進老年人快樂學習的手工藝課程設計研究中發現，為了提高快樂學習手工藝課程的效果和參與程度確實有助於老年人建立社交網絡。但陸億億（2019）在台灣長照機構中藝術課程應用之初探中指出，對於台灣安全機構中老年人的藝術創作課程的應用研究還不夠，顯示研究仍待強化。雖然研究均指出高齡者參與藝術學習是有助益的，因此國內高齡藝術教育之相關研究仍應多從實證研究中去找出更多的證據來證實其成效。

綜合上述，高齡者從事藝術創作的學習，除需符應其需求動機，應重視多元性與創意性，而經證實研究，可改善認知功能，增進人際互動，強化生活適應能力，提升生活品質，讓高齡者的晚年生活真正得到創意老化、超越老化，唯國內的相關實證研究尚屬不足，實有必要強化研究，使未來即將邁入超高齡社會的台灣的高齡者能有美好的未來生活。

三、方案規劃之系統模式

方案規劃（program planning）係指規劃者透過資料分析，考慮機構目標與資源，經過一連串溝通協調的過程，確立計畫中的方案並付諸行動（魏惠娟，2001、2009），亦稱方案發展（program development）。為一系統思考、整體行動、不斷反思修正的歷程。一個好的方案規劃需要有一明確的願景（vision），讓整個組織的成員肯隨願景去實踐某些事或任務。

本研究係擬設計一套「從活躍老化觀點運用遊戲式視覺藝術創作方案」，若以學校層面來看，係屬學校本位之課程發展，是故依據蔡清田（2002、2019）對學校本位課程發展模式的探討有兩種模式，一是歐洲經濟合作發展組織（OECD,1979）所提出的，另一個比較有名的就是Skilbeck模式（1976）所發展的策略，而本研究亦可為據點本位所發展的

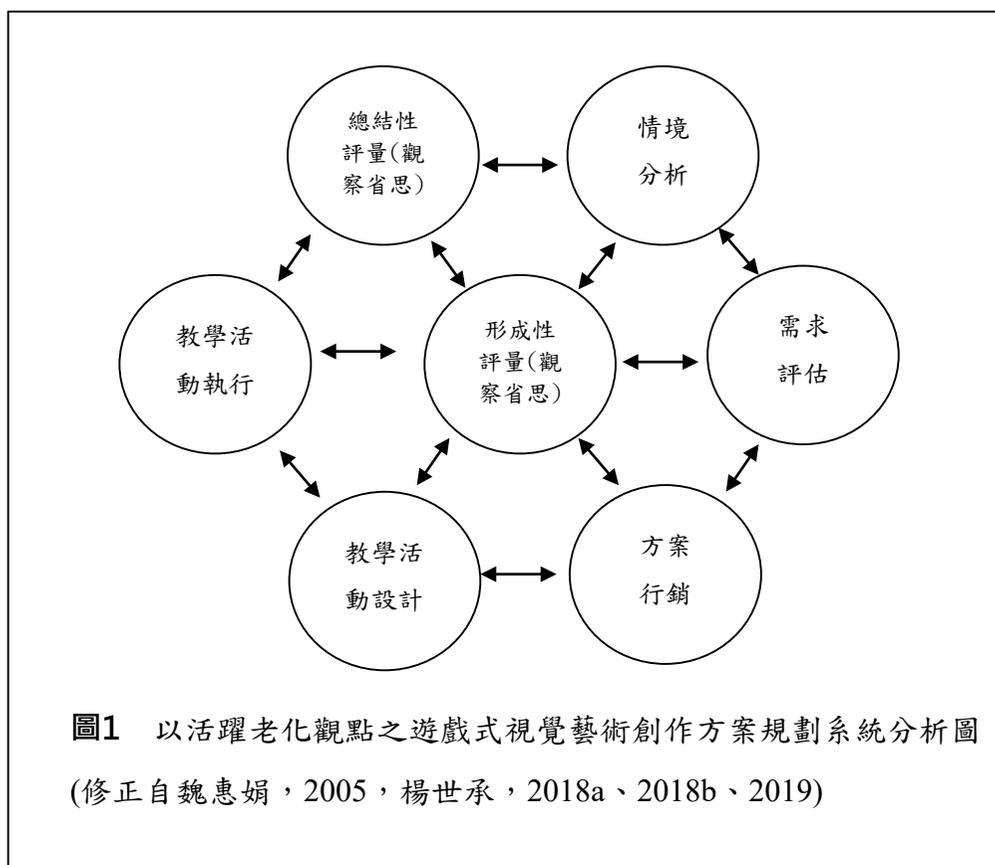
課程。另成人教育之方案規劃則依據魏惠娟（2001，2009）之模式來進行介紹，以下乃就Skilbeck、OECD的課程發展模式與魏惠娟的方案規劃模式及引自蔡清田（2002、2019）修正之課程發展模式等四者之課程發展模式列表比較：

表 1

方案規劃與課程發展模式比較表

次序	成人教育方案規劃模式	情境分析模式	經濟合作發展組織 OECD 模式	修正之課程發展模式（引自蔡清田，2002、2019）
1	· 情境分析次系統	· 情境分析	· 分析學生 · 分析資源與限制	· 評估情境
2	· 需求評估次系統			
3	· 方案行銷次系統			
4	· 學習活動設計次系統	· 方案設計	· 訂定一般目標 · 訂定特殊目標 · 確立方法和工具	· 擬訂學校課程願景及課程目標 · 方案設計 · 解釋與準備實施
5	· 方法執行次系統	· 解釋實施		· 執行實施
6	· 評鑑次系統	· 評鑑回饋 · 配套措施	· 分配時間、設備與人員	· 檢視進度與問題、評鑑與修正 · 維持與制度化 · 成立工作小組

由上列表列得知其步驟是一致性的，唯學校本位課程發展並未將需求評估與方案行銷明確列於發展步驟中，因本研究對象為社區高齡者，故採魏惠娟（2001、2009）的方案規劃模式，以設計本研究之遊戲式視覺藝術創作方案，如下圖：



參、研究設計與實施

本研究為達成研究目的，採行動研究方式進行教學現場的問題，並以方案規劃（program planning）為基礎設計遊戲式視覺藝術創作方案模式，藉由實施時與結束後探討方案合適性、實施情形與困境。主要研究方法以觀察法（observation）和訪談法（Interview Survey）為主，根據初步文獻探討為依據，於課程實施後以立意抽樣（purposive sampling）方式，分別訪談參與與協助活動之陪伴人員2名（1名陪伴照服員、1名陪伴志工）、參與課程之長輩3名，以探究他們對以活躍老化觀點設計的遊戲式視覺藝術創作方案模式、實施情形、困境以及推動的具體可行方法提出看法，最後分析結果做作結論建議，以下茲就研究設計與實施內容分

述如下。

一、研究流程與課程規劃

本研究係以行動研究為研究方式，行動研究係指教育人員於實際教育情境中，針對自身問題，從事研究，以理解問題的性質與來源，進而提出改進策略，以謀求問題解決的一種彈性與循環的過程(吳清山,2005)。其所涉入之行動研究者欲解決某種日常生活中的立即問題，因此需創造出一個理念的思想基地，其可推論性具有嚴格的限制(Fraenkel & Wallen, 2003原著；黃光雄等譯，2004)，是故本研究乃為快樂(化名)社區照顧關懷據點實施遊戲式視覺藝術創作方案以得到一全觀圖像，於方案設計後執行，並於教學現場請與陪伴照服員(具大學學歷)進行參與觀察，除研究者以五官來感知整個活動與相互關係，而且是非侵擾性的，以參與為基礎的(張可婷譯，2010)，並輔以錄影、照相，以更真確回顧活動的進程(張可婷譯，2010)，於觀察中紀錄並省思。再則進一步以半結構訪談，並事先準備訪談大綱對受訪者提出問題來對快樂社區照顧關懷據點實施遊戲式視覺藝術創作方案情形進行描述性敘述，訪談於分別於活動前後之一週內進行，即2020年7月1日至2020年7月7日間，訪談地點於社區關懷據點，每單次訪談時間約30至60分鐘，除經接受訪談者同意外，並輔以全程錄音，再撰擬逐字稿，從其中找出其意義，最後提供研究結果與建議供各關懷據點或高齡學習服務機構將來辦理「遊戲式視覺藝術創作方案」推動改進之參考。

(一) 研究流程

本研究從發現祖孫閱讀問題，然後閱讀相關文獻，確定「從活躍老化觀點運用遊戲式視覺藝術創作方案之行動研究-以快樂社區照顧關懷據點為例」研究主題，先以方案規劃之系統模式設計「以活躍老化觀點的遊戲式視覺藝術創作方案」，再次於教學活動進行參與觀察與教學後進行半結構訪談俾利資料搜集，最後撰擬研究報告。

(二) 遊戲式視覺藝術創作「Happy藝起畫」方案之規劃

課程需經系統的方案規劃，遊戲式視覺藝術創作「Happy藝起畫」方案由研究者以方案規劃之系統模式設計主題為「Happy藝起畫」，分主題分別為畫畫好好玩、好好玩畫畫、藝起來比「畫」三主題活動，規劃如下圖：

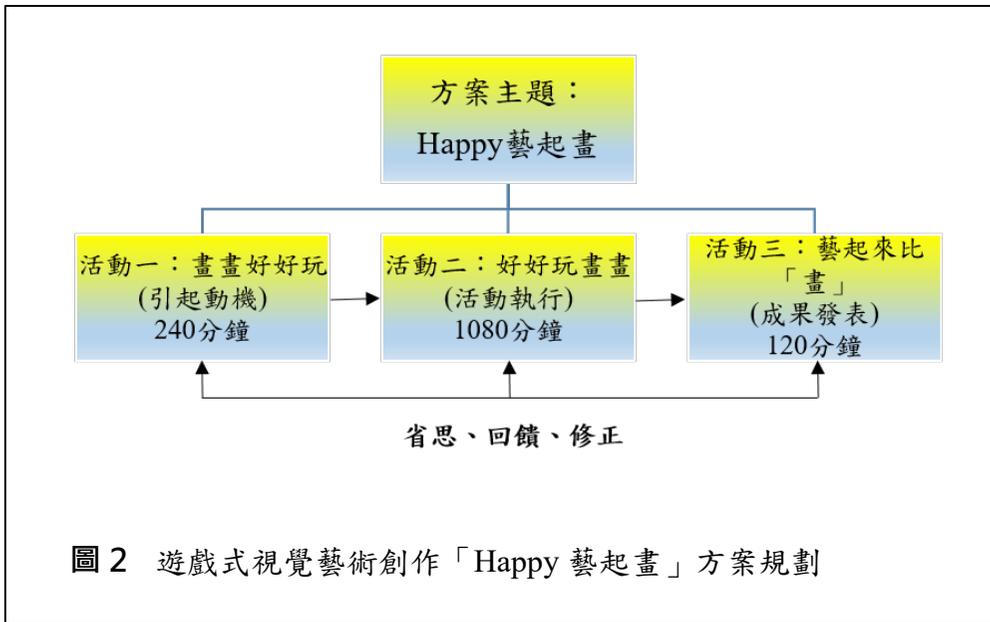


圖 2 遊戲式視覺藝術創作「Happy藝起畫」方案規劃

其方案目標如下：

1. 認知：規劃「畫畫好好玩」學習活動，利用不同繪畫方式，認識繪畫，培養對繪畫的興趣。
2. 技能：設計「好好玩畫畫」學習活動，熟練各種不同視覺藝術創作技巧，提升創作的的能力。
3. 情意：辦理「藝起來比『畫』」學習活動，分享創意成果，進行同儕互評，強化視覺藝術鑑賞能力。
4. 實踐：串連創作、鑑賞，美化生活，建立美學素養與終身學習習慣，活躍老化。

本研究活躍老化之遊戲式視覺藝術創作「Happy藝起畫」方案係研究者根據社區特性，經2019年針對本社區照顧關懷據點參與之長輩利用非結構式訪談，搜集相關資料，擬出一套視覺藝術創作方案，其根據情境分析、需求評估、方案行銷、學習活動設計、方案執行、總結性評鑑、形成性評鑑等系統方案規劃（魏惠娟，2005），如下表。

表 2

活躍老化之遊戲式視覺藝術創作「Happy 藝起畫」方案規劃系統思考表

步驟	內容
1.情境分析	1-1 進行本社區照顧關懷據點長照 2.0 之 2020 年申請計畫與預防及延緩失能照護健康促進相關課程了解，進行本方案之願景建構。 1-2 進行本社區照顧關懷據點 SWOT 分析，分從地理環境、據點規模、硬體設備、教學資源、行政人員、教學人員、學員、志工、地方資源等要項進行優勢(Strengths)、劣勢(Weaknesses)、機會點(Opportunities)、威脅點(Threats)交叉分析。
2.需求評估	2-1 學習者的背景 2-2 學習者的經驗
3.方案行銷	3-1 產品策略：掌握學習者的需求，本研究之學習者為社區照顧關懷據點高齡者，設計活躍老化之遊戲式視覺藝術創作「Happy 藝起畫」方案活動。 3-2 地點策略：須考慮交通便利、活動場地、活動主題與目標對象之配合，本研究乃於社區照顧關懷據點上課，可以容納人數至多達 50 人。 3-3 定價策略：經費由長照 2.0 計畫申請經費補助，學員不收費。 3-4 推廣策略：為一溝通的過程，目的在提供目標市場有說服力的訊息，本研究實體與網路(社區粉絲專頁)推廣併行。
4.學習活動設計	4-1 以混齡分組學習為主。 4-2 規劃方案主題與各活動子主題。 4-3 訂定方案目標。 4-4 進行課前相關準備，含軟硬體、教材與資源整合。
5.方案執行	5-1 進行參與式觀察並紀錄，內容包括教學者、學習者、教學行為、學習行為、省思、其他。 5-2 進行形成性評鑑，運用滾動式修正，隨時修正授課內容。
6.評鑑	6-1 形成性評鑑：觀察。 6-2 總結性評鑑：同儕互評、訪談。

資料來源：參考魏惠娟，2005、研究者自編

社區照顧關懷據點屬服務性質，且以陪伴為主，屬「非正式教育」的一環，非正式教育沒有明確的教育者和受教育者，它指的是每個人從日常生活經驗和生活環境中學習和積累知識技能，從而形成態度和見識的無組織、無系統的學習（聞書玲，2005）。衛福部（2020b）之預防及延緩失能照護計畫中提及可外聘講師授課，經研究者搜尋相關預防及延緩失能照護方案，多以三個月（即12週為一期，因而本方案以12週，每週120分鐘，共1440分鐘設計，方案名稱為「Happy藝起畫」，其子學習活動包括畫畫好好玩、好好玩畫畫、藝起來比「畫」，類型包括傳統講述、討論、互動、實作、發表等多元方式；教材則為自編，同時備齊單槍、電腦、投影機等設備及彩繪用具供運用；講師為研究者，與社區合作已超過5年，另請駐點照服員為陪伴助理教學人員及觀察員；參與方案對象均為據點常態長期參與之高齡者共15人，計男性2人，女性13人，平均年齡77.5歲，最大88歲，最年輕68歲，受過正規教育國中1人、國小5人，未受過正規教育不識字9人，15人均罹患慢性長期服慢性長期藥物。本方案採混齡學習，根據以上步驟，主要課程設計如表3，期使能透過上述遊戲式視覺藝術創作方案規劃的達成，俾達成本研究之目的。

表 3

「Happy 藝起畫」方案活動設計

方案願景	活躍老化藝起來
方案主題	Happy 藝起畫
方案目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認知：規劃「畫畫好好玩」學習活動，利用不同繪畫方式，認識繪畫，培養對繪畫的興趣。 2. 技能：設計「好好玩畫畫」學習活動，熟練各種不同視覺藝術創作技巧，提升創作的的能力。 3. 情意：辦理「藝起來比『畫』」學習活動，分享創意成果，進行同儕互評，強化視覺藝術鑑賞能力。 4. 實踐：串連創作、鑑賞，美化生活，建立美學素養與終身學習習慣，活躍老化。

教學目標	活動一：畫畫好好玩	活動二：好好玩畫畫	活動三：藝起來比「畫」
	<p>1-1 學員能認識不用畫筆的創作方式。</p> <p>1-2 學員能運用吸管創作，訓練心肺功能。</p> <p>1-3 學員能運用指尖創作，訓練手指運動。</p>	<p>2-1 學員能運用綜合技法創作</p> <p>2-2 學員能運用指印畫與水彩渲染創作，訓練彩度控制</p> <p>2-3 學員能以撕紙與拼貼創作，訓練手指靈活度與構圖。</p> <p>2-4 學員能運用樹葉拓印與水彩渲染創作，訓練混色與彩度控制。</p> <p>2-5 學員能運用噴畫與剪紙創作，訓練混色與手部握力。</p> <p>2-6 學員能運用紙編織、剪紙與水彩渲染創作，訓練手指靈活度與思考能力。</p>	<p>3-1 學員能選出自己最滿意的作品並分享。</p> <p>3-2 學員能欣賞他人作品並能說出優點。</p>
教學活動	<p>1.抽象的我(吹畫)</p> <p>2.小鳥飛呀飛(指印畫)</p>	<p>1.海底世界(指印畫與水彩渲染)</p> <p>2.花園(撕紙拼貼)</p> <p>3.不一樣的森林(樹葉拓印與水彩渲染)</p> <p>4.蝴蝶(噴畫與剪紙)</p> <p>5.彩虹魚(紙編織、剪紙與水彩渲染)</p>	<p>1.我是樂齡創作者</p> <p>2.我是高級鑑賞家</p>
教學評量	能完成不以畫筆的創作。	能熟練各種創意創作技巧，並能完成創作	能分享自己作品並能說出他人創作優點



圖3 抽象的我(吹畫)實作歷程



圖4 不一樣的森林(樹葉拓印與水彩渲染)實作歷程



圖5 成果展示--藝起來比「畫」活動

二、研究方法

本研究採行動研究，主要以觀察法和半結構訪談，本小段分成研究對象、研究方法與研究歷程與工具分述如下：

（一）研究對象

本研究對象以社區照顧關懷據點15名參與本方案學習之高齡者為個案，配合衛福部之預防及延緩失能照護計畫，於2020年4月1日至2020年6月30日進行共12週1440分鐘（遇放假日或其他活動則進行調補課），每週120分鐘共12次之教學，先就教學及相關錄影、相片、創作成果紀錄進行文件分析以了解方案執行情形後，再輔以參與學員、陪伴照服員、志工採立意抽樣方式，進行半結構訪談，分別為3位學員（因語言理解程度與訪談同意書簽署因素，因此選取受國中教育1人、受國小教育2人接受訪談）、1位陪伴照服員、1位志工為訪談對象，分別學員以代號（S1、S2、S3），陪伴照服員（T1）、志工（T2）以示別其身份，俾遵奉研究倫理。

（二）研究方法

本研究欲達成研究目的，採行動研究，此乃為單一或多個團體或個人，基於解決問題或獲得資訊以熟悉當地的實務情境為目的所進行的研究。行動研究所涉及的步驟事實上是相當直接了當的，是植基於實務工作者的興趣和需求（Fraenkel & Wallen，2003原著；黃光雄等譯，2004）。而本研究之資料搜集方式尚包括檔案分析（張可婷譯，2010），如作品等書面資料，期使研究更具綜觀性。

（三）研究歷程與工具

本研究係針對高齡者進行對遊戲式視覺藝術創作方案執行情形、困境，以及對社區照顧關懷據點辦理遊戲式視覺藝術創作方案的助益與滿意度的回饋，由研究者提供相關概念上的釐清，以對高齡者參與活躍老化之遊戲式視覺藝術創作方案學習的看法和省思，進一步探究，並對社區照顧關懷據點辦理相關藝術創作課程的期許提出想法。本研究主要透

過參與觀察，並於活動後以採取半結構訪談方式蒐集相關資料，以了解其對遊戲式視覺藝術創作方案執行情形後的感想，針對高齡者參與藝術創作學習，對應活動目標的適合性、適當性、參與者的興趣能力，並評估實際狀況。

因為受訪的對象於背景、年齡、性別、教育程度、身體狀況、語言表達均有極大的差異，因而研究者對於高齡者與陪伴照服員、志工之訪談大綱內容大同小異，但對高齡者的訪談則可能轉以在社區較普及的閩南語進行訪談，較能契合受訪者之差異。

以對高齡者的訪談大綱為：「一、關懷據點辦理遊戲式視覺藝術創作的最主要目的是要讓各位長輩能學習不同以往不一樣的繪畫方式，您參加完後您最滿意的作品是什麼？為什麼？對於關懷據點這三個月辦理的藝術創作課程覺得如何？或者對您幫助最大的是什麼？為什麼？」「二、這三個月您有沒有缺席過？是什麼原因造成您的缺席？您覺得上這個藝術創作課程有沒有覺得困難的地方？或者其他的困境？為什麼？」「三、您對於關懷據點這次辦理的課程有沒有什麼建議？或者希望關懷據點在藝術課程上有什麼方面可以協助的？」

對陪伴照服員、志工的訪談大綱為：「一、關懷據點辦理遊戲式視覺藝術創作的最主要目的是要讓各位長輩能體驗不同以往不一樣的繪畫方式，同時以活躍老化為基礎，讓長輩們能樂於學習，您認為長輩們參加方案後他們最滿意的是什麼？為什麼？對於關懷據點這三個月辦理的藝術創作課程覺得如何？或者對長輩們幫助最大的是什麼？為什麼？」「二、這三個月有少許長輩可能缺席過？您想可能是什麼原因造成他們的缺席？您覺得上這個藝術創作課程對長輩們有沒有覺得困難的地方？或者其他的困境？為什麼？」「三、您對於關懷據點這次辦理的課程有沒有什麼建議？或者希望關懷據點在藝術課程上有什麼方面可以促進長輩們學習的？」訪談對象的基本資料如下：

表 4

訪談對象的基本資料摘要表

代碼	性別	基本資料	訪談時間	訪談地點
S1	女	71 歲，國中學歷，參加關懷據點課程 1.5 年	2020/07/02 12：30-13：00	快樂社區照顧關懷據點教室
S2	男	80 歲，國小學歷，參加關懷據點課程 1.5 年	2020/07/02 13：00-13：30	快樂社區照顧關懷據點教室
S3	女	68 歲，國小學歷，參加關懷據點課程 1 年	2020/07/02 15：30-16：00	快樂社區照顧關懷據點教室
T1	女	陪伴照服員，大學畢，於社區服務 5 年	2020/07/03 08：30-09：00	快樂社區照顧關懷據點辦公室
T2	女	志工，參與社區事務 10 年	2020/07/03 09：00-09：30	快樂社區照顧關懷據點辦公室

研究者要遵守研究倫理，除經受訪者同意接受訪談外，尚應尊重受訪者的隱私權，對於他們個別的身份應予保密。

三、資料處理與分析

本研究將觀察與訪談錄音內容轉為訪談逐字稿，並根據受訪者逐字稿進行訪談資料之編碼與歸類，資料分析（data analysis）係指有系統搜集與組織訪談之逐字稿、參與觀察札記與省思、及其他文件或資料，並依憑據呈現研究發現（方正一、洪志成，2013），本研究資料分析分為兩部份，第一部份為方案之規劃與執行，包括活動一：畫畫好好玩、活動二：好好玩畫畫、活動三：藝起來比「畫」，以觀察省思紀錄為主，資料呈現方式為「觀-20200410」，即表示2020年4月10日針對活動之觀察紀錄；第二部份則針對訪談，依內容為活躍老化遊戲式視覺藝術創作方案執行情形與困境的兩個向度，第一向度包括活躍老化遊戲式視覺藝術創作方案之架構（方案目標的適切性）與內涵（方案內容的適當性）進行理解，第二向度為參與者的能力與興趣、所遭遇之困境與解決方式等進行探究，而訪談之資料呈現方式為「訪T1-20200701」，即表示於2020年7月1日針對代碼1陪伴照服員所進行的個別訪談資料。

因本行動研究所使用之方法多屬質性研究之方法，質性研究的最終目的在於從大量資料中尋找意義，從研究事物中辨別具有重大意義組型，為資料所揭示的實質內容建立架構（Patton, 1990.1995；張純子，2010），本研究之活躍老化遊戲式視覺藝術創作方案規劃係由研究者2019年已在本社區授課之經驗、對高齡者背景與相關資源分析後進行設計，同時與陪伴照服員進行討論，由評估、修正、定案之歷程後再行實施正式教學，亦即透過「參與者檢核」，以增進研究之信實度（潘慧玲，2003），再於是日教學觀察及事後之訪談證實是否符合其所言執行情形、困境及未來可行策略。而其他部份除訪談外，再輔以資料分析，並分別以高齡者、陪伴照服員、志工等三類角色交叉訪談比對，以提高研究之信效度，除研究者本身外，尚將訪談結果及相關紀錄均予受訪談者確認並請志工協助內容進行真確性認定，即以三角檢證的方式（葉重新，2004；魏惠娟，2012），列入結果分析討論中。

肆、研究結果與討論

一、活躍老化觀點之遊戲式視覺藝術創作方案的規劃

整體方案規劃的程序是情境分析、需求評估、方案行銷、教學活動設計、教學活動執行、總結性評量的循環系統，且經滾動式計畫方式隨時修正，屬於動態的系統，其規劃架構與內涵如下：

（一）活躍老化觀點之遊戲式視覺藝術創作方案的規劃架構是經過審慎思考，有系統的、整體的

「我知道老師已經對這些長輩很了解了，記得去年您上課時，就已經跟長輩透露說要幫他們上畫圖課，而且也問過他們希望上什麼樣的畫圖課，他們也曾表示，他們拿筆比拿鋤頭重，而且我發現，這個方案的歷程是先讓他們體會不同工具也可以做畫，有別以往別的老師只用彩色筆或水彩畫畫

或直接上色，我覺得老師好厲害。」(訪 T1-20200703)

無論一個從整體大的方案，或者小的活動，都是要經過慎思熟慮的歷程才能完成，方案規劃與課程規劃都是一樣的，研究者本身與高齡者已有過一年的授課經驗，顯然已對學習者的背景、經驗有充份的了解，同時依據既定的程序逐步完成規劃，研究者（楊世承，2019）提及，高齡者缺乏深化的學習主題，同時高齡者的異質性大，是故必需經過審慎評估各面向，才能規劃出最適的方案，尤其是「願景」很重要，這是可達、可行的指示標誌，所有規劃都要圍繞著願景才不致失焦。

「當完成整個課程的準備，我要的是要了解長輩的需求是什麼，做每件事都戰戰兢兢，也都是有一定步驟的，要完整且深化，他們才能真正學到東西。」(觀-20200401)

魏惠娟（2001、2009）提及方案理論模式雖多但並未脫離Tyler的觀點，未反應規劃過程的複雜性，也沒說明其應用的方法。因此本方案是經慎思熟慮的規劃，具整體性，且允許滾動式修正，以符應當下，所以是動態系統的。

（二）活躍老化觀點之遊戲式視覺藝術創作方案的規劃內涵是由淺入深具層次性、多元的、有趣的

「老師一開始應該是讓他們嘗試不用畫筆作畫，跟以往我們的印象，畫圖不是水彩，要不就是彩色筆、蠟筆讓長輩們塗塗顏色而已，想不到繪畫的技巧有很多，可以發揮不一樣的效果。……，到後來，他們好像也學了不一樣的創作技巧，而且對每一件自己的作品都很滿意，做好後都要我幫他們寫上名字，我記得在做蝴蝶的時候，還不知道可以用兩種表現方式，做彩虹魚，他們本來嫌編織很難穿，但他們卻幾乎都自己完成了。」(訪 T1-20200703)

課程設計本就由淺入深，由簡入繁，先從簡單的引起動機，維持動機則要有不一樣的變化，不能一成不變，OECD（1998）主張活躍老化指的是所能享有之高度選擇性，包括學習消除既存的限制維持高齡者老年期的自主性。提供不一樣的教學內容，讓長輩們有不一樣的多元體驗，從遊戲中學習，是可以改變對老化的認知（黃富順、楊國德，2011、2014）。

McClusky（1971，引自魏惠娟，2012）的需求幅度理論，指出高齡者的需求從基本的應付的需求到自我超越的需求，是有層次的，本方案內容亦是從最基本的認識藝術創作，進而自己動手創作，最後與同儕相互欣賞，甚至到對自我作品的喜愛，深化每位長輩的內心，提升自我心靈美化。

「當他們聽說要畫自畫像時，每個長輩都抱著懷疑的態度，多數表示他們很多未受過教育，拿筆比拿鋤頭重，露出了有點為難的表情，但我先示範用奇異筆把人臉、眼睛、鼻子、嘴巴等重要器官畫出來，其他的部份利用吸管把水彩吹散就完成了，他們就理解這件創作就是那麼簡單，但是在吹的過程中，他們自己發現有難度，除了肺活量的問題外，但是他們還是學會控制吹的力道，花了不少時間在修正，完成作品後，長輩們都哈哈大笑說這就是我自己嗎？」（觀-20200401）

就遊戲的內在精神而言，教學可以成為遊戲。教學作為遊戲，它是自成目的的、對話的、生成的、體驗的（周建平，2002）。不僅具娛樂功能，也具教育功能，吹畫是靠著感官去體驗，而且有目的的要完成作品，所以具備了遊戲式的元素，是有趣的。

二、活躍老化觀點之遊戲式視覺藝術創作方案的實施情形

在整個教學活動中，運用滾動式修正來因應當下課程的實施，如不一樣的森林（樹葉拓印與水彩渲染）發現有些光滑的樹葉不易上色，則重新採採摘容易上色的樹葉以利上色拓印；又如彩虹魚（紙編織、剪紙與水

彩渲染)單元,由於長輩手指靈活度較弱,為熟悉手感,另單獨安排紙編織鳳梨的活動,由簡單而複雜,熟練紙編織技巧後再進行彩虹魚活動。在形成性評鑑方面,主要以觀察為主,研究者佐以參與觀察札記與省思紀錄,以了解每次教學活動之過程與結果,同時做為下一個教學活動的參考,當然在每個教學活動結束後,仍會請個別長輩說出自己或他人的作品創作過程或感覺,即運用同儕評量方式,來充份相互觀摩與學習,如由學伴推薦優良創作,關懷據點發代幣鼓勵長輩學習動機。以下為實施情形之結果與討論。

(一) 活躍老化觀點之遊戲式視覺藝術創作方案的實施情形

1. 具藝術、娛樂與教育的目的

「老師教我們畫這些圖,我覺得很好玩,想不到也可以這呢水(這麼漂亮),有機會,我也會教我的孫子一起玩。」(訪 S3-20200702)

「想不到,什麼傢私(用具)都可以做圖,真趣味(很有趣),我覺得每幅圖攞真水(都真漂亮),我要找一幅倒返去掛在阮兜(我家)客廳。」(訪 S1-20200702)

每次教學內容,教材幾乎都不重覆,因為好玩,會讓長輩們有新鮮感,長輩們表示每一幅都可以表現出美麗,具備了藝術性,甚至還有長輩要教孫子一起做,這是代間教育的表現,顯然也有教育的功能。透過遊戲的教學方式進行以視覺目的為創作重點的作品,具有藝術、娛樂與教育的目的(楊世承,2018a;周建平,2002)。

「每次出席上課的長輩,社區都會頒給代幣來鼓勵長輩出席,而下課後會由學伴推薦優良作品(楷模學習),另再發代幣鼓勵,且不限名額,這些代幣可以累積兌換日用品,而日用品都是社區熱心人士或由理事長勸募而來,我很欽佩社區很投入,非常有心,這是行為論的代幣制,從外在動機,再慢慢影響長輩能成為內發動機,是值得鼓勵長輩參與學習的好方法。」(訪 S1-2000702)

社區的用心良苦，在這裡我們看得到，運用了行為主義的正增強（張春興，1996），的確可提高長輩的參與動機，另外，由學伴推薦優良創作，也可以讓其他長輩楷模學習，這裡頭都含有教育的意義，這種作法，也值得其他社區學習。

2. 發揮長輩們的創意老化、超越老化

「原本以為這樣的課程很靜態，長輩們會覺得無聊，但看長輩一路來的學習，他們好像越做越開心，也越來越專心，尤其到彩虹魚的時候，他們自己也會利用老師還沒來的時候試做。」(訪 T1-20200703)

「我覺得這些長輩都很有創意，每件作品都有他們的想法，他們會得那裡不夠會請教老師如何加強，而且自己要做到滿意為止，不是隨便應付。」(訪 T2-20200703)

「我我最滿意的作品是蝴蝶，想不到可以做成兩張不同款(兩幅不一樣)的作品，而且，我噴的那色攏是我甲意吔(噴的那些顏色都是我喜歡的)。」(訪 S3-20200703)

在這裡，我們看不到老化，看到的反而是年輕的童心，因為老化伴隨著而來的不只有問題，也有潛力（Cohen, 2006；楊培珊、羅鈞令、陳奕如，2009，引自范家榮，2010），持續潛能觀也持相同看法（楊世承，2019）。長輩們越做越好，越做越表現出不一樣的創意，甚至有許多自己的想法，這是潛力，創意老化是延緩老化的助力。

「每每看到他們完成的作品，我都會有著莫名的感動，每件作品都出乎我的意料之外，去年去了幾處關懷據點參訪，牆上貼的幾乎都是著色的作品，沒有什麼特殊性，反而覺得這裡的長輩強多了。」(觀-20200625)

「這三個月對老師學(跟著老師學)，讓我改變真多(很多)，因為做細工(精緻)必須要有耐心，這好像在修鍊，要先磨心(先修心)。」(訪 S3-20200702)

長輩們的表現一次比一次優秀，創意也每次都不一樣，都有突破的地方，甚至最後能自我省思，將學習創作當成是修鍊，這是超越老化突破身體與靈魂、時間與空間的一個統整性概念，進而創造生命的意義（Tornstam, 1997; Reed, 1983, 1991; Upchurch, 1999）。當學習能改變心性，而不只是改變表面現狀而已，這更具有超越老化的意義。

3. 改善生活品質，促進活躍老化

「我本來手抖得很厲害，記憶也不好(記憶力衰退)，學習後，因為要做真多細工(精緻)，手抖的現象有改善，做代誌也卡專心(做事比較專心)。」(訪 S3-20200702)

「有時我不曉做(不會)，去問同學，大家人攞真好(人都很好)，會教我怎麼做。」(訪 S1-20200702)

「在這，大家攞是(都是)好朋友，畫圖的時陣(時候)，阮攞會開講(我們都會聊天)，每次下課倒返去(回家)，我攞地給厝內的人講今仔日趣味的代誌(我都會跟家人說今天有趣的事)。」(訪 S2-20200702)

從教學中發現，他們能專心的完成一件創作，顯然專注力與執行功能是有改善的，同樣的他們會跟著研究者所教的，自己動手做且能創新，建構力也有所改善，證實本研究是有延緩認知老化的效益。在人際關係方面，他們可以互動、互助，甚至帶回家庭，社會參與也是有助益的。對於身體功能，也有改善。活躍老化即是在營造一個安全和諧的環境，讓長輩們能安心的參與學習，維持生心理的健康，以提升生活品質（Hoffman, 1975; Wikström, 2000; Bentes-Levy, 2012; 吳念珂, 2017），使長輩更具有自主性，生命將更璀璨。

（二）活躍老化觀點之遊戲式視覺藝術創作方案的實施困境

1. 個人影響最大因素是生理與時間

「我固定時間都要回診,有時人甘苦(身體病痛),所以有時候無法來據點,真的很可惜。」(訪 S1-20200702)

「平常時有事(農事)要做,有時參加其他活動,有時子兒侍小返來(子孫回來),就沒法度(無法)來啊。」(訪 S2-20200702)

長輩們健康與體力是影響學習參與的主要因素之一(蔡承家、葉秀菊,2011),本研究之關懷據點有些長輩有視聽障礙,但經穿戴輔具則可以跟著上課,又因研究者能以閩南語流暢溝通,在教學上不致於造成障礙,另外在時間方面的確會影響學習參與,研究者(楊世承,2018a)曾於代間學習的研究中發現的困境也是同樣的結果,高齡者的時間管理勢有必要列入未來高齡學習項目規劃思考。

2. 其他影響因素最大的是課程與教學

快樂社區照顧關懷據點位於村的中心點,即使來參與學習的長輩也會騎乘各種交通工具到這裡上課,所以交通不是問題,又理事長會主動向各單位申請各種補助,連遠端體適能測試機、冷氣都有,讓長輩們在舒適的環境中學習,會有很好的成效的。

「.....,在參訪其他關懷據點時,我還發現有更離譜的,竟然有講師選用英文生字練習簿讓長輩練寫英文字母,還有一些,是教唱閩南語老歌,講師哼一句,長輩跟著哼一句,一週練一首,這些根據是什麼?更懷疑這些講師的背景和專業在那裡?但有些關懷據點的課程就比較有變化性了,會練體適能,或者真的依據認知老化去設計課程,簡易手工藝、簡易烹飪、養生講座、太鼓教學... ,真的有在延緩老化課程中下功夫,有系統,根據老化理論依據,分析長輩生心理狀況,善用動機理論,這些才是講師必備的專業,課程設計與備課也都是上課成功關鍵的一環,.....」(觀-20200625)

「我覺得老師和長輩溝通無障礙,甚至會用一些日常生活中的例子講解,他們就很容易懂了。」(訪 T2-20200703)

課程設計不佳與教學技巧不熟稔，是影響整個方案或課程成敗與否的最大因素(蔡承家、葉秀菊，2011)，而這些都是在教學者本身的專業，研究者認為，無論各級或各階段的老師，都應具備一定的專業，無論課程設計、教材準備、動機引起、教學與評量技巧，在在都影響整個學習參與的意願，尤其是如關懷據點這樣的非正式教育機構中，沒有吸引力，就無法發揮據點的功能了。

三、推動遊戲式視覺藝術創作方案的可行具體方法

每一件事情能夠完整的呈現，在於各項條件都能完整配合，諸如人力、場地、時間、經費、物力等等。

(一) 一個方案能順利執行首重經費的足夠性

「我覺得這梯次的課程，長輩們都很滿意，但長照 2.0 的經費補助卻都很慢才下來，理事長已自行先代墊了幾十萬才有辦法運作，這些經費不曉得何時才能下來？」(訪 T1-20200703)

承辦人有心，方案也讓長輩們很滿意，但外在條件不允許之下，的確會影響整體活動的正常運作，此與研究者(楊世承，2018a)的研究結果是相同的，即使方案規劃得如何完善、如何精彩，前提之下，各項資源的到位最重要，甚次是持續性，而不是一次性的活動，規劃要符合持續發展的意義，方案要持續，一定要有足夠的經費維持。

(二) 方案要具發展性與創新性

「經過一連串的上課內容，我發現要時時變化，才能引起長輩們學習的動機，亦即要不斷的創新，後面的課程我務必再思考一下做一點點小修正。」(觀-20200527)

「下梯次的課程我希望老師能教新的、不一樣的。」(訪 S1-20200703)

「我們最希望的是能多認點字，因為阮大部份人攏不曾讀過冊(我們大部份

人都未受過教育)。」(訪 S3-20200703)

長輩們對知識的需求是很渴望的，從訪談中可得知，他們是樂於學習的一群，透過學習來改變自己的老年生活，而且他們不要一成不變的課程，他們也喜歡創新，研究者每次上課都能引起他們學習的動機，進而維持很長的一段時間，推究其原因，應該是方案的每一個子活動都是有變化的、新奇的，由受訪者的回應，方案具發展性，因為他們想要多認點字，研究者思考可否以繪本教學來進行下個方案的規劃，結合藝術教育與閱讀教育讓方案創新，研究者（楊世承，2019）也曾提及，課程應具連貫性，透過不斷的發展與創新，教學即更具意義了（蔡清田，2002）。

伍、結論與建議

本研究是運用行動研究方式進行，以活躍老化觀點來進行遊戲式視覺藝術創作的方案規劃，首就其適宜性進行探討，次就實施情形與困境進行了解，最後探究未來延續性的具體作法，結論如下。

一、結論

（一）活躍老化觀點之遊戲式視覺藝術創作方案的規劃架構是經過審慎思考，有系統的、整體的，內涵是由淺入深具層次性、多元的、有趣的。

本方案是經情境分析、需求評估、方案行銷、教學活動設計、教學活動執行、總結性評量等步驟規劃而成，且透過不斷的形成性評量進行滾動式修正，是符應方案規劃的系統性與整體性。本方案以遊戲式進行規劃，遊戲的前提即是身心健康，又本方案的視覺藝術創作實施對象是高齡者，全部都以靜態的手作為主，因此也顧及安全，由於內涵是具層次性、多元性、趣味性，讓長者樂於參與學習，是符合活躍老化四大支柱：健康、安全、參與、學習的觀點。

(二) 活躍老化觀點之遊戲式視覺藝術創作方案的實施具藝術、娛樂與教育的目的，發揮長輩們的創意老化、超越老化，讓長輩們能改善生活品質，真正活躍老化；但實施困境則包括了個人因素與課程教學因素。

本方案的實施係根據創意老化與超越老化的理論基礎，長輩們的每一件作品也充份表現出創意，一次比一次精彩，甚至會反思。另外，社區也運用了正增強與楷模學習，因此實施具備了藝術、娛樂與教育的功能，經研究發現，長輩們也希望將作品帶回家中美化，更要將所學的創作技巧教給家人，確實可以改善生活品質，達到活躍老化的目的。但實施還是有部份困境待解決，除了個人的健康與時間管理因素外，教學者的專業，包括課程設計與教學技術，在在都影響方案的實施。

(三) 推動遊戲式視覺藝術創作方案的可行具體方法，首重經費的足夠性，方案本身亦須具發展性與創新性。

一個方案要能持續推動要有充份的資源支持，足夠的經費是第一要件，有心的人要推動，一定要讓其無任何後顧之憂。而方案本身則要依當下需求不斷創新，甚至要為下一次的持續推動成為連貫的發展性方案才具意義，因為方案規劃是一個動態的循環系統。

二、建議

本小節針對以活躍老化觀點規劃遊戲式視覺藝術創作方案之行動研究發現提出下列建議。

(一) 政府應建立有一套活躍老化的關懷據點師資系統

方案規劃者可以是計畫者，也可以是教學者，所以要具備一定的專業素養，尤其是活躍老化和延緩老化的相關課程對象是高齡者，相關的高齡心理學、方案規劃、課程研發、教學等知能都必須具備，才能產出高品質的活躍老化創新方案與教學效能，而現今較有制度的高齡講師培訓，除了樂齡規劃師外，衛福部僅提供的預防及延緩失能照護方案及師

資人才，顯然不足以應付未來。台灣未來將邁入超高齡社會，結構改變，可能是老人照顧老老人，因此更要有前瞻性的佈署，才能因應未來的發展，有系統的培訓「老人」成為講師，以後都會是很珍貴可運用的人力資源，建立完整師資資源庫，專才專用，讓未來的老人和老老人不只消極的延緩老化，而是更積極的活躍老化。

（二）未來研究可朝更深、更廣、與其他議題連結進行探究

本研究文獻探討中發現，在台灣安全機構中老年人的藝術創作課程的應用研究還不夠，研究者亦運用網路搜尋高齡者藝術教育之外國文獻也不多，因此有必要強化本議題的研究，在加深方面，本研究僅針對照顧服務關懷據點，其他如樂齡中心、長青學苑、照顧安養機構等均可深入探究，另本研究所研究之地點為偏鄉，並未做出城鄉差異之比較，未來研究亦可加入都會區、城鎮區之探究，將可研發更具普遍性之高齡視藝術課程；在加廣方面，本研究是以行動研究方式進行，若能以其他的探索性或實證性的研究，想必對高齡藝術教育有更豐厚的助益；在與其他議題連結方面，本研究發現方案可具延續性，如結合閱讀教育、環境教育、生命教育等議題，將對研究帶來更多的效益。

參考文獻

- 內政部戶政司全球資訊網（2015年6月27日），2020年5月各縣市人口年齡結構重要指標。取自 <https://www.ris.gov.tw/app/portal/346>
- 方正一、洪志成（2013）。指派教師研習與學校對策間的拉扯：教師專業觀點。嘉大教育研究學刊，30，97-122。
- 李宗派（2004）。老化理論與老人保健(一)。身心障礙研究，2(1)，14-29。
- 吳念珂（2017）。促進老年人快樂學習的手工藝課程設計研究（未出版之碩士論文）。南開科技大學：南投縣。
- 吳清山（2005）。學校行政研究。臺北市：高等教育。
- 林麗惠（2001）。高齡者參與學習活動與生活滿意度關係之研究（未出版之博士論文）。國立中正大學：嘉義縣。
- 林麗惠（2006a）。從積極老化的觀點談高齡社會的因應策略。2006年東亞地區高齡社會教育對策研討會論文集。中華民國成人及終身教育學會，臺北市。
- 林麗惠（2006b）。台灣高齡學習者成功老化之研究。人口學刊，33，133-170。
- 林芸萱、胡嘉容、王靜枝（2010）。運用焦點團體探討機構老年住民之超越老化觀感。台灣老年學論壇，6，1-18。
- 周建平（2002）。遊戲教學觀論要。教育理論與實踐，22(5)，56-59。
- 卓展正(2003)。理性與感性對視覺藝術設計者之影響。造形藝術學刊，65-76。
- 邱泯科、林伶惠（2010）。以竹苗照顧關懷據點為例探討我國老人社區式服務模式。社區發展季刊，129，392-409。
- 邱泯科、傅秀秀（2014）。初探高齡者使用社區照顧關懷據點服務之經驗－以台北市關渡關懷據點為例。台灣社區工作與社區研究學刊，

4 (1) , 1-39。

范家榮 (2010)。創意老化方案執行與分析：以代間藝術方案為例。 **台灣老年學論壇**，6，1-25。

隋復華 (2004)。老化理論與學習。載於黃富順 (主編)，**高齡學習** (頁 77-92)。臺北市：五南。

陸億億 (2019)。台灣長照機構中藝術課程應用之初探。 **福祉科技與服務管理系所研討會**。南開科技大學：南投縣。

黃千珮、林君潔、黃郁婷 (2013)。當前國軍藝術人文教育實施現況檢討與未來精進作法。 **通識教育學報**，3，165-186。

黃國材、簡太郎 (2007)。 **行政管理個案精選 (第四輯)**。臺北市，國家文官培訓所。

黃富順 (2008a)。 **高齡學習**。臺北市：五南。

黃富順 (2008b)。 **高齡教育學**。臺北市：五南。

黃富順、楊國德 (2011、2014)。 **高齡學**。臺北市：五南。

張可婷譯 (2010)。 **民族誌與觀察研究法**。臺北市：韋伯。

張秀毓 (2007)。 **系統化教學設計模式應用在成人藝術教育之行動研究** (未出版之碩士論文)。國立中正大學：嘉義縣。

張怡敏 (2016)。親職藝術治療團體方案發展與成效。 **台灣藝術治療學刊**，4 (2)，42-62。

張純子 (2010)。生命教育實踐關懷倫理學：一位幼兒教師的個案研究。 **幼兒教保研究期刊**，2010 (4)，55-78。

張春興 (1996)。 **教育心理學：三化取向的理論與實踐 (修訂版)**。臺北市：東華。

彭駕駢 (2009)。 **老人心理學**。新北市：威仕曼文化。

楊培珊、羅鈞令、陳奕如 (2009)。創意老化的發展趨勢與挑戰。 **社區發展季刊**，125，408-423。

楊世承 (2016)。高齡者參與木球運動自主學習團體動機、特徵與困境之

研究：以雲林縣元長鄉五塊村社區為例。《成人及終身教育學刊》，27，37-79。

楊世承（2018a）。隔代教養家庭共讀困境、方案規劃與實施之行動研究-以樂樂國小祖孫閱讀系列活動為例。《建國科大學報》，37（2），99-124。

楊世承（2018b）。體智能運動方案對高齡者衰弱症認知功能與肌力促進成效之研究-以梅山護理之家為例（未出版之博士論文）。國立中正大學，嘉義縣。

楊世承（2019）。從後現代主義藝術觀點論高齡藝術教育方案的規劃模式。《明新學報》，43（2），93-112。

楊培珊、羅鈞令、陳奕如（1996a）。創意老化的發展趨勢與挑戰。《社區發展季刊》，125，408-423。

廖俊松（2014）。社區照顧、關懷據點與社區自主：臺中市社區照顧關懷據點之案例分析。《中國地方自治》，67（9），19-43。

葉重新（2004）。《教育研究法-第二版》。臺北市：心理。

溫芯寧、吳宏蘭、康思云（2016）。藝術創作活動於長照機構老人實務應用。《台灣老人保健學刊》，12（1），22-36。

聞書玲（2005）。淺談非正式教育的功能。《黑河學刊》，6，72-74。

維基百科（2020年4月6日）。《遊戲》。取自

<https://zh.wikipedia.org/wiki/%E6%B8%B8%E6%88%8F>

維基百科（2020年4月6日）。《視覺藝術》。取自

<https://zh.wikipedia.org/wiki/%E8%A6%96%E8%A6%BA%E8%97%9D%E8%A1%93>

潘慧玲（2003）。社會科學研究典範的流變。《教育研究資訊》，11（1），111-143。

蔡秀美（2014）。邁向世代融合的高齡社會：2014年高齡學習與代間教

- 育國際研討會計畫。臺北市：教育部。
- 蔡承家、葉秀菊（2011）。高齡者參與終身學習障礙之研究。老人服務事業管理系會議論文。美和科技大學：高雄縣。
- 蔡清田（2002）。學校整體課程經營－學校課程發展的永續經營。臺北市：五南。
- 蔡清田（2019）。核心素養的學校本位課程發展。臺北市：五南。
- 衛福部（2020年4月3日）。社區照顧關懷據點服務入口網。取自 <https://ccare.sfaa.gov.tw/home/other/about>
- 衛福部（2020年4月8日）。預防及延緩失能照護計畫專區。取自 <https://1966.gov.tw/LTC/lp-4024-201.html>
- 謝聖哲（2017）。從社區照顧關懷據點到巷弄長照站：挑戰與困境。台灣社區工作與社區研究學刊，8（1），1-34。
- 蕭文高（2010）。活躍老化與照顧服務：理論、政策與實務。社區發展季刊，132，42-58。
- 魏惠娟（2001、2009）。成人教育方案發展-理論與實際。臺北市：五南。
- 魏惠娟（2012）。臺灣樂齡學習。臺北市：五南。
- Bentes-Levy, E. (2012). *Art education for the elderly: A comprehensive plan*. St. Thomas University.
- Cohen, G. D. (2006). Research on creativity and aging: The positive impact of the arts on health and illness. *Generations*, 30, 7-15.
- Hasher, L. & Eacks, R. (1979). Automatic and effortful processes in memory. *Journal of Experimental Psychology: General*, 108, 351-388.
- Havighurst, R. J., B. L. Neugarten and S. S. Tobin (1968). Disengagement and Patterns of Aging. In B. L. Neugarten (Ed.), *Middle age and aging: A reader in social psychology*. Chicago: University of Chicago Press.
- Hoffman, D. (1975). A society of elders: Opportunity for expansion in art education. *Art Education*, 28(5), 20-22.

- Jack R. Fraenkel & Norman E. Wallen (黃光雄等譯) (2004)。教育研究法：規劃與評鑑。高雄市：麗文。(原著出版於2003年)
- Johnson, C. M., & Sullivan-Marx, E. M. (2006). Art therapy: Using the creative process for healing and hope among African American older adults. *Geriatric Nursing*, 27(5), 309-316.
- Kim, S. (2013). A randomized, controlled study of the effects of art therapy on older Korean-Americans' healthy aging. *The Arts in Psychotherapy*, 40(1), 158-164.
- Maslow, A. H., Stephens, D. C., & Heil, G. (1998). *Maslow on management*. New York: John Wiley.
- McClusky, H. Y. (1971). *Education: Background and issues*. Washington, D. C.: White House Conference on Aging.
- Moody, H. R. (1985). A critical perspective for policy and action. *Journal of Gerontological Social Work*, 8(3-4), 13-34.
- OECD (1979). *School-based curriculum development*. Paris: OECD.
- OECD (1998). *Maintaining prosperity in an ageing society*. Paris: OECD.
- Patton, M. Q. (1990,1995). *Qualitative evaluation and research methods* (2nd ed.). CA: Sage.
- Perlmutter, M. (1988). *Cognitive potential throughout life*. In J. E. Birren & V. L. Bengtson (Eds.), *Emergent theories of aging* (pp. 247-268). Springer Publishing Co.
- Reed, P. G. (1983). Implications of the life-span developmental framework for well-being in adulthood and aging. *Advances in Nursing Science*, 6(1), 18- 25.
- Reed, P. G. (1991). Toward a nursing theory of self-transcendence: Deductive reformation using developmental theories. *Advances in Nursing Science*,

13(4), 64-77.

Schmidt, P. B. (2006). Creativity and coping in later life. *Generations*, 30(1), 27-31.

Skilbeck, M. (1976). School-based curriculum development and teacher education. *Mimeograph OECD*.

Tornstam, L. (1997). Gerotranscendence: The contemplative dimension of aging. *Journal of Aging Studies*, 11(2), 143-154.

Upchurch, S. (1999). Self-transcendence and activities of daily living: The woman with the pink slippers. *Journal of Holistic Nursing*, 17(3), 251-266.

WHO (2002). *Active aging: A policy framework*. Geneva: WHO.

Wikström, B. M. (2000). Visual art dialogues with elderly persons: Effects on perceived life situation. *Journal of Nursing Management*, 8(1), 31-37.