

## 嘉義縣樂齡學習示範中心特色課程標準化作業流程（SOP）

### 規劃與實踐之探討

郭書馨<sup>1</sup> 孫若馨<sup>2</sup> 王怡分<sup>3</sup> 胡夢鯨<sup>4</sup>

#### 摘要

本研究以嘉義縣樂齡學習示範中心為對象，活躍老化為理論觀點，旨在探討樂齡學習示範中心特色課程 SOP 規劃與實踐之歷程。研究目的有四：（一）瞭解嘉義縣樂齡學習示範中心特色課程發展現況；（二）分析嘉義縣樂齡學習示範中心發展活躍老化特色課程 SOP 之規劃歷程；（三）瞭解學員參與嘉義縣樂齡學習示範中心特色課程後的改變與增能；（四）根據研究結果提出建議。本研究採訪談做為文本資料蒐集方式，並以整理—部分—整理詮釋循環進行內容分析，主要結論有：（一）樂齡學習示範中心已發展出特色課程 SOP，主要包含：建立團隊、課程規劃、招募學員、研習培訓、學習設計、經營實作及貢獻服務七個步驟；（二）特色課程 SOP 係根據學員學習需求與組織願景進行規劃，並以融入式教學方式，將活躍老化理念融入課程設計。（三）參與活躍老化課程方面，女性學員多會鼓勵伴侶一同參與，並在學習中學員瞭解活躍老化重要，樂於學習、更有自信。（四）規劃團隊透過規劃與執行，提升活躍老化概念，更重視退休規劃。

**關鍵詞：**活躍老化、特色課程、樂齡學習示範中心、標準作業化流程(SOP)

1 國立中正大學成人及繼續教育學系博士班博士生

2 國立中正大學成人及繼續教育學系博士班博士生

3 國立中正大學成人及繼續教育學系博士班博士生

4 國立中正大學成人及繼續教育學系教授

通訊作者：胡夢鯨，E-mail: adumch@ccu.edu.tw

## 壹、研究背景與重要性

隨著生活條件與醫療品質改善，促使老年人口劇烈增加，高齡社會已為全球趨勢(Hartog J., Harris C., O'Neill K., 2014)。據行政院經濟建設委員會(2015)人口統計資料顯示，我國老年人口比例早已於1993年達到聯合國世界衛生組織高齡化社會標準，2010年我國65歲以上老年人口比例已達10.7%，截至2014年底，我國65歲以上老年人口為281萬人，占總人口12%（內政部統計處，2015）。根據經建會推估：2017年臺灣會正式邁入高齡社會，2025年老年人口更將突破20%，進入超高齡社會時代。然而，隨著高齡人口快速地增加，往往伴隨著健康醫療、老年照護、福利等問題，將對社會產生全面性衝擊與影響。因此，高齡各項議題已成為我國關注焦點。

有鑑於世界性人口老化，世界衛生組織(World Health Organization, WHO)於2002年便提出「活躍老化」(Active Ageing)政策架構，提倡從高齡者「健康、參與及安全」三大面向提升其生活品質(WHO, 2002)，廣為學界與各國政府重視。因此，為因應高齡趨勢，教育部於2006年公布《邁向高齡社會老人教育政策白皮書》，強調以終身學習、健康快樂、自主尊嚴及社會參與四大願景，積極規劃推動老人教育活動(教育部，2006a)。為落實老人教育政策白皮書，建構老人終身學習體系，教育部陸續推出樂齡學習中心、樂齡學堂、樂齡大學等政策(魏惠娟、胡夢鯨、葉俊廷、陳巧倫、劉汶琪，2012)，截至2014年共有306所樂齡學習中心，參與人數為1,784,464人次(教育部，2014b)，樂齡大學則有101所(教育部，2014a)。為提升樂齡學習品質，創新教學內容、強化講師教學專業與發掘學習標竿，以建立樂齡學習的典範，教育部於2011年從全臺209所樂齡學習中心，選薦評鑑績優之七所優良中心，培育設立為「樂齡學習示範中心」；以活躍老化為願景，發展活躍老化特色課程，並推展自主服務學習，期望打造優質樂齡學習示範空間，成為樂齡學習之標竿。同時，為使特色課程可作為所有樂齡中心發展課程時觀摩與學習的參酌，並進一步將其發展歷程複製推廣至各中心，因而建構本土特色課程標準作業流程(Standard Operation Process, SOP)(陳清惠、胡夢鯨，2013；胡夢鯨，2012a)。

本研究對象嘉義縣樂齡學習示範中心，為全臺七所示範中心中之一。嘉義縣水上鄉位於嘉義縣市交接之高齡化衛星鄉鎮，居民以農業為主，高齡人口教育程度不高，對於學習較為匱乏。嘉義縣樂齡學習示範中心以「樂齡美聲」為發展主軸，將活躍老化「安全、健康、參與」三大概念改編至交通安全歌詞中，藉由歌曲教唱過程，亦教導高齡者識字，提升當地高齡者識字率(陳清惠、胡夢鯨，2013；胡夢鯨，2012a)。不僅成效卓越，更曾受邀於「100年度全國老人交通安全路老師成果發表會」中，進行「保路安」歌曲演唱，展現出學員們平日優異學習成果。然而該中心作落於鄉村，其參與者教育程度及社經地位水準低於都會地區，卻能

發展出極具特色的美聲課程，將活躍老化知識（如交通安全等）。基此，本研究從活躍老化觀點，以嘉義縣樂齡學習示範中心為對象，分析該中心特色課程發展，瞭解其特色課程發展策略，期望達成下列四個目的：

- 一、瞭解嘉義縣樂齡學習示範中心特色課程發展現況；
- 二、探討嘉義縣樂齡學習示範中心發展活躍老化特色課程 SOP 之規劃與實踐歷程；
- 三、分析學員參與嘉義縣樂齡學習示範中心特色課程後之改變與增能；
- 四、根據研究結果，提出對未來樂齡學習課程規劃的參考。

## 貳、文獻探討

### 一、樂齡學習示範中心特色課程 SOP 背景與現況

#### （一）樂齡學習示範中心成立緣由

為落實《邁向高齡社會老人教育政策白皮書》，2006年教育部委託進行「老人教育機構現況調查」發現：八成老人從未出來學習（教育部，2006b），並另項委託「我國已邁入高齡化社會之看法民意調查研究」顯示：61.1%受試者認為我國目前老人學習場所不足（教育部，2006c）。因此，教育部於2008年頒布「教育部設置各鄉鎮市區樂齡學習資源中心計畫」，結合地方資源逐年在臺368個鄉鎮市區設置樂齡學習中心，以期整合教育資源，擴大學習據點，至2011年全臺設置209所樂齡學習中心（魏惠娟等，2011）。有鑑於樂齡學習中心推動良好，並為永續發展之願景，教育部於2011年在樂齡教育行動輔導團建議下，將評鑑為優等中心，經評估後挑選七所，協助輔導為「樂齡學習示範中心」（胡夢鯨，2012a），分別是臺北市的大安樂齡學習中心、新北市的三重樂齡學習中心、新竹縣的竹北樂齡學習中心、臺中市的北區樂齡學習中心、嘉義縣的水上樂齡學習中心、臺南市的麻豆區樂齡學習中心、以及屏東縣的屏東市樂齡學習中心。教育部選拔規準有五項：第一要績效良好：由於是示範中心，要成為其他中心的楷模，因此必須是優等及甲等的優質中心才能獲選；第二要有特色：示範中心將來必須讓人可以觀摩學習，因此必須要有特色才可能獲選；第三要有經營團隊：由於示範中心必須永續經營，因此必須要有組織健全的經營團隊及質量俱佳的志工，才可能看得出將來的續航力；第四要考慮區域的均衡性：由於將來要讓其他中心可以就近觀摩學習，因此示範中心座落的位置必須近便，盡量維持北、中、南區域的均衡性；第五要有良好的基礎：可以建立標準化SOP模型，可觀摩、可複製、可推廣至其他中心（胡夢鯨，2012b）

#### （二）樂齡學習示範中心特色課程發展狀況

臺灣過往高齡學習機構多半提供興趣類課程為主，其缺乏高齡教育學理論為基礎（魏惠娟，2011；胡夢鯨等，2012a），為幫助高齡者達成功老化，2008年開

始樂齡學習中心以McClusky (1971)於白宮老化會議 (White House Conference on Aging)提出的高齡者學習需求，作為課程規劃時理論依據，規劃出樂齡學習中心四大課程架構（魏惠娟、胡夢鯨、葉俊廷、陳巧倫、劉汶琪，2012）。然而，為更進一步使高齡者達到活躍老化，2011年開始在輔導團協助下，樂齡學習示範中心更採用活躍老化理論 (WHO, 2002)，並結合所在地方特色，發展出七套特色課程。

以下茲將七所樂齡學習示範中心特色課程分述如下：首先，臺北市樂齡學習示範中心位於臺北市立圖書館大安分館，該中心結合圖書館資源，以「樂齡閱讀」作為特色課程，發展以閱讀為發展主軸，培訓樂齡閱讀帶領人。第二，新北市樂齡學習示範中心位於三重，由於三重早期為成衣及紡織發展重鎮，該區亦有布業文化園區，因此，新北市樂齡學習示範中心結合在地產業，發展以貓頭鷹工房之手工藝特色課程。第三，新竹縣樂齡學習示範中心由代間共組「獅藝連心祖孫情」醒獅團，以客家文化為主軸，發展有關客家文化之之特色課程。第四，臺中市樂齡學習示範中心參與的學習者以退休人員為主，因此以「退休人力發展」作為特色課程主軸，並成立「政策宣導團」，持續發展中高齡退休人力資源。第五，嘉義縣樂齡學習示範中心為於嘉義縣水上鄉，該中心以「樂齡美聲」作為特色課程主軸，建立創新的樂齡音樂教學與學習模式，藉由改編歌曲教唱，融入識字與議題教學，並結合戲劇演出作為學習成果的展現。第六，臺南市樂齡學習示範中心設置於臺南市麻豆區，以其農特產品文旦及民俗藝陣「十二婆姐陣」作為創意產業特色課程之核心，成立「柚城樂齡劇團」，以培訓「柚說柚畫柚眼柚創」人才。最後，屏東縣樂齡學習示範中心以「樂齡美學」作為特色課程軸心，建立生命、心橋、書畫及影像之美的課程架構，刺激創作以滿足身、心、靈之平衡，實現活躍老化的願景（胡夢鯨，2012b）。

綜合上述，嘉義縣樂齡學習示範中心地處嘉義縣水上鄉，其為全國老化指數最高地區（內政部戶政司，2012）。而當地高齡者教育程度偏低，亦有許多不識字者。因此，為提升高齡者基本生活品質與識字率，在發展「樂齡美聲」特色課程時，融入活躍老化概念改編至歌詞中，從教唱過程，不僅教導活躍老化觀念，更教導學習識字（胡夢鯨，2012a），其教學成效卓越且深受高齡者喜愛，更於「100年度全國老人交通安全路老師成果發表會」中，進行「保路安」歌曲演唱，展現出學員們平日優異學習成果。因此，本研究選擇嘉義縣樂齡學習示範中心作為研究對象，探討如何在鄉村地區發展極具特色之美聲課程，其活躍老化特色課程SOP之規劃歷程及參與者的改變與增能情形。

### （三）樂齡學習示範中心特色課程SOP發展及其相關研究

標準作業流程 (SOP)係指組織內針對生產製造所自編的一套工作準則，其如同操作說明書，讓工作者以相同程序，製作出品質相同產品（胡夢鯨等，2012a）。為使特色課程可複製推廣至全臺，更開展國際，因而運用SOP概念，建構出本土特色課程SOP模式。是故，本研究特色課程SOP係指可複製、操作的流程，其幫

助課程的推廣與應用，同時更能作為其他中心發展類似課程時的借鏡（胡夢鯨等，2012b）。然而，綜觀國內相關研究可發現，目前仍著重於產品上的研究，至今尚缺少有關於樂齡學習實施歷程方面研究，僅有一篇以特色課程之教學SOP實施歷程之相關研究（陳清惠、胡夢鯨，2013）。基此，鑒於現有研究尚不足，加上我國對樂齡學習日趨重視，故本研究以嘉義縣樂齡學習示範中心為對象，探討其特色課程SOP發展之歷程，期望未來能給予樂齡學習中心課程規劃時參考。

## 二、特色課程規劃相關研究

「特色課程」是近年在正規教育興起名詞，源於少子、高齡化趨勢所影響，學校極需思考如何積極招生、創意經營以求永續生存，教育部為鼓勵各縣市學校活化既有閒置校舍，充分發揮校園空間價值，於2009年選出十大經典特色國民中小學，作為觀摩示範之典範。唯目前特色課程的興辦只著重於中小學，但在現今終身學習時代，各樣終身學習機構如何能有特色的經營與發展，亦是極需思考的問題。綜合特色課程相關研究，可歸納出其包括七層面及內涵，分述如下（吳慧琳，2004；黃光雄，2004；謝文全，2003；蘇寶珠，2005；Bradley, 1985；Henderson和 Hawthorne, 2002；Senge, 1994）：

（一）發展特色課程願景與目標：願景的描繪可營造組織人員驅向目標的動力。因此，課程規劃者需引導團隊共同型塑願景，透過溝通，參與決策方式，將個人願景轉化為共享願景，促使組織成員整體學習。

（二）持續特色課程發展：建構願景後即開始特色課程規劃、設計、實施和評鑑之歷程。課程規劃者應有：1.關注課程發展連貫性；2.課程發展理論與實際的落差能予以掌握且連結；3.規劃、實施和評鑑課程等作為。

（三）觸發並提升學生參與意願：課程規劃者本身需不斷以學習者自居，營造良好學習環境，觸發學習者參與特色課程意願，積極建立課程參與者的信任及不斷進行課程學習與省思，將社區元素融入特色課程文化一環。

（四）協助組織成員專業成長：教師及行政人員的專業知能，皆影響教育工作的進行。因此，課程規劃者應提供組織成員，透過正式或非正式管道精進知能，並對課程秉持專業態度，提供回饋給予課程，以達課程願景。

（五）資源有效管理與分配：組織資源有效管理可分為：1.組織資源管道；2.組織空間規劃；3.獎勵權力運用。課程規劃者應針對特色課程的願景與目標，有效規劃、設計並運用資源，以達參與者學習最大成效。

（六）經營與發展公共關係：課程是師生和知識不斷交織結合，並組織相關脈絡影響的結果。因此，課程規劃者應強調組織本身、外部的社區、教育相關機構或支援系統之經營與結合，以吸引更多潛在消費者關注。

（七）學生學習成就之展現：課程規劃者需以積極的態度，帶領教師實踐特色課程，藉由特色課程與社區連結，提升學習者自我認同感與社會認同感，重新賦予自主學習途徑，建構獨立思考與解決問題能力。

綜合上述，本研究歸納出正規教育特色課程七層面，並延用其概念進行詞意上的調整，發展出樂齡教育特色課程的七層面，其為：1.建立團隊；2.課程規劃；3.招募學員；4.研習培訓；5.學習設計；6.經營實作；7.貢獻服務。茲詳列於表 1。

表 1 正規教育特色課程與樂齡教育特色課程的七層面表

正規教育特色課程	樂齡教育特色課程
1.發展特色課程願景與目標	1.建立團隊
2.持續特色課程發展	2.課程規劃
3.觸發並提升學生參與意願	3.招募學員
4.協助組織成員專業成長	4.研習培訓
5.資源有效管理與分配	5.學習設計
6.經營與發展公共關係	6.經營實作
7.學生學習成就之展現	7.貢獻服務

資料來源：研究者自行整理

### 三、活躍老化的理論觀點

面對高齡人口增加，學界將老年階段又分為第三與第四年齡，第三年齡指退休後身體健康、生活獨立自主的老人，第四年齡則指日常生活需依賴他人的老人。過去多以高齡者身心機能退化、病理，從社會撤退成為依賴人口來思考。聯合國早於1991年便提出「老化綱領」(Proclamation on Aging)，揭示老人應該擁有「獨立、參與、照顧、自我實現、尊嚴」五大原則；隨後於1999年訂為「國際老人年」，呼籲各國要將高齡者視為社會資源並重視其人權，依循前述五個原則，給予高齡者就業、教育及社會參與機會，並保障其社會、財務和身體安全和權益，期待全世界將來能走向「接納所有年齡層的社會」(WHO, 2002)。

回顧臺灣「活躍老化」觀點的重要轉變，源自2006年教育部公布「邁向高齡社會：老人教育政策白皮書」提到身處高齡社會，個體及家庭成員都需學習老人教育，透過全民學習高齡教育，以期營造對老人親善的高齡社會(教育部社教司，2006)。其次，教育部於2008年委託國立中正大學成立「樂齡銀髮教育行動輔導團」，首年輔導全臺設立104間樂齡學習中心，至2012年6月共有226間樂齡學習中心申請續辦通過；由上可知近一、二十年來台灣及世界各國對高齡研究與政策出現轉變，已從「福利」觀點轉變至追求高齡者「活躍老化」觀點。

依據聯合國世界衛生組織(WHO)於2002年所公布「活躍老化：政策架構」指出活躍老化(Active Aging)是指「為增進人們老年時期生活品質，所提供最適宜的健康、參與及安全過程」，並以「社會參與」、「健康照顧」和「社會安全」作為活躍老化的三大支柱。活躍老化對象包括個體與群體，讓民眾透過生命課程和社會參與以瞭解生理、社會和心理的潛在需求，並且提供適切照顧與保護，其相關重要關鍵字詞意涵包括：

(一) 活躍 (Active)：指持續參與社會、經濟、文化、精神及公民事務等方面活動，不僅止於維持身體機能或參與工作權。

(二) 健康 (Health)：指身體、心理與社會福利展現在健康方面，亦即透過政策和方案促進生理、心理健康和社會關係。

(三) 自主 (Autonomy)：依據自身原則與偏好，有能力控制、妥善處理與決定日常生活。

(四) 獨立 (Independence)：具備與日常生活有關的功能（意即可以獨自生活）。

1.生活品質 (Quality of life)：人們對其生活的自覺，與文化、價值、個人目標與期望有關，而隨著人們年齡增長，生活品質在很大程度上取決於保持自主性和獨立性能力。

2.健康餘命 (Healthy life expectancy)：作為「無疾病與障礙預期壽命」(Disability-free life expectancy)代名詞，是人口老化重要的衡量方式。

因此，活躍老化的取向肯定老人人權及獨立、參與、尊嚴、照顧與自我實現等原則，從「以需求為基礎」(老年人是被動觀點)策略規劃轉為以「權利為基礎」取向，在生活各方面機會和待遇平等隨著年齡的增長而非退縮。(WHO, 2002)

綜合上述，本研究以聯合國世界衛生組織所提出活躍老化 (active aging)為特色課程願景，並以其三大支柱：「社會參與」、「健康照顧」和「社會安全」為發展之核心概念，據以檢視及建構嘉義縣樂齡學習示範中心特色課程發展歷程。

## 參、研究設計與實施

### 一、研究概念架構

本研究旨在探討樂齡學習示範中心特色課程SOP規劃與實踐之歷程，以活躍老化觀點，瞭解嘉義縣樂齡學習示範中心學員參與特色課程後之增能與改變。根據本研究目的及文獻探討歸納出以活躍老化觀點探討嘉義縣樂齡示範中心特色課程SOP七個步驟，本研究概念架構圖如下圖1：

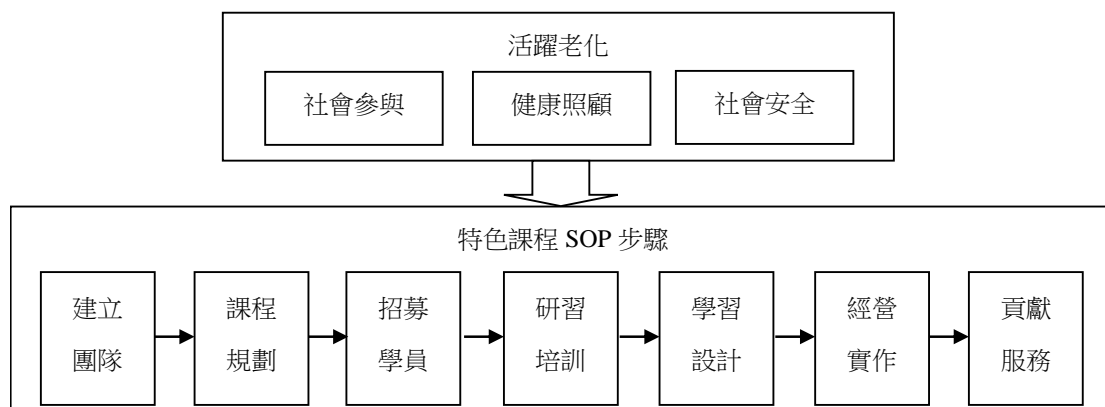


圖 1 研究架構圖

基於上述概念架構圖，本研究使用的研究方法主要為質性研究的文件分析及半結構式訪談。透過樂齡中心過去開設的課程及目前特色課程規劃等文件資料，了解其組織結構、團隊關係，並分析特色課程發展歷程。此外，運用半結構訪談法，藉對話過程蒐集相關資料，以真實呈現實際情形。即訪問者最初向受訪者發問一系列結構性問題，然後做深入探究，採用開放性的問題使其獲得更完整的資料（王文科，2002），希冀全然且深入的理解受訪者的想法與觀點，廣泛且厚實的獲得更貼近的訊息，達到共同建構意義的過程。

因此，藉由半結構式訪談實施過程，先由研究團隊透過電話聯繫取得受訪意願後，再將訪談大綱給受訪者參考，進一步確認訪談時間與地點。本研究的訪談透過研究小組4位訪問員與6位受訪者進行一對一訪談，每次訪談40到90分鐘，訪談地點以嘉義縣樂齡學習示範中心為主。

### 三、研究對象

本研究選取嘉義縣樂齡學習示範中心作為對象，分別為中心承辦人員、講師、志工與班長共六位，選擇目標：（一）參與樂齡學習示範中心課程規劃；（二）對課程規劃有深度瞭解者。其投入樂齡學習示範中心年資為3至4年，年齡從30歲到61歲，包括五位女性及一位男性。為尊重研究倫理，所有受訪者皆以匿名方式呈現。有關受訪者基本資料如表2。

表2 受訪者基本資料

受訪者暱稱	性別	年齡	參與樂齡年資
A1	女	40	3.5
B1	女	48	1.5
B2	女	61	1.5
C1	女	32	2
C2	男	28	1.5
D1	女	44	3.5

資料來源：研究者自行整理

### 四、資料分析

本研究資料分析分為：「主題」、「次主題」、「意義單元」、「代碼」四層級架構，進行訪談資料的編碼與歸納，其中資料分析的主題係根據特色課程SOP規劃歷程界定出七個研究主題，分別為：建立團隊、課程規劃、招募學員、研習培訓、學習設計、經營實作、貢獻服務。研究小組根據訪談後逐字稿，擷取符合本研究目的的代碼，給予流水編號。其次將具有相關或共同意涵的代碼歸納形成意義單元，再將意義單元再次歸納形成次主題。為求資料客觀性，於編碼過程中研究團隊相互協助進行編碼與檢證，透過合作式的討論或詮釋性的對話，或將文本交由



同儕檢視及討論，可避免因主觀認定而誤導研究內容。(高淑清，2008)。以下列舉資料分析的代表範例(詳見表3)。

表3 資料分析範例表

主題	次主題	意義單元	代碼	摘要	逐字稿劃線
建立 團隊	組織 願景	快樂 學習	D1-1	課程目標在讓學員 感覺到快樂	你看他的臉龐，就知道他 們有沒有快樂
			C2-1	學員唱歌表情很快 樂	看他們在唱歌的表情都很 開心。

資料來源：研究者自行整理

## 五、研究效度分析

本研究主要是經錄音訪談取得資料，在資料蒐集後，研究者先將受訪者的訪談內容逐一謄錄為逐字稿，進而開始進行資料整理與詮釋。在信效度方面，本研究小組是由四位研究成員組成，包含一位專家學者及三名博士班研究生，皆受過方法論、高齡教育和質性研究的相關專業訓練。研究者在進入訪談前，會事先徵詢受訪者同意，攜帶錄音器材，以作為研究者的輔助工具，更在每次訪談結束後立即紀錄當時事件、過程與想法，以完整呈現研究過程。在研究進行中，研究小組進行多次討論，藉不斷地對話達到省思與回饋，並進行逐字稿共同檢證與評鑑，以避免個人主觀過重或有過度詮釋部分，達到研究資料與分析的真實性與有效程度，即透過三角檢證來增加質性研究效度(葉重新，2004)。

## 肆、研究結果與討論

本研究運用文件分析及半結構訪談等方法，蒐集資料予以整理得到下列結果分析如下：

### 一、樂齡學習示範中心特色課程 SOP 七個步驟

#### (一) 步驟一：建立具有共同願景的規劃團隊

##### 1. 規劃者建立團隊共享組織願景—讓高齡者快樂學習

樂齡教育經營者規劃並發展符合在地需求的高齡學習活動，並促進健康快樂與有意義的學習為經營者的重要願景(魏惠娟等，2012)。本研究對象於2008年開始投入樂齡教育，規劃者透過輔導團培訓瞭解組織願景的重要，因此於建立團隊之始便建立組織團隊共享願景，其包括：「讓高齡者快樂」、「吸引高齡者從家中走出來參與學習」並「結合基本安全概念」以期讓當地居民都能達到活躍老化目標；因此規劃者依組織願景，規劃符合嘉義縣樂齡學習示範中心之特色課程。

其實理念很簡單，讓他們快樂就好了，他們快樂就好(A1)

快樂，就讓他們快樂。不要每天就在看電視阿，讓他走出來阿(D1)

你一定要讓他先出來之後你才能給他其他的東西，他不出來的話你甚麼東西也給不了。

(A1)

希望他們學唱歌可以學到一些基本安全概念，像我們有時候會安排請衛生所來講一些有關於營養或者是一些健康的概念。(A1)

## 2.以四名工作人員及受過培訓的志工、班長組成規劃團隊

規劃團隊主要以該樂齡中心4名工作人員為主，以及受過培訓的志工和班長共組團隊；其中規劃者與部分資深志工、班長（5-6人）於執行樂齡學習中心計劃開始均參語輔導團研習培訓，以提升規劃團隊活躍老化概念及經營理念。

我們基本的團隊就是我們城鄉課四個人，像我們就是要開甚麼課之前，我們四個先開個小組會議。(A1)

我們一定要先有一個初步的規劃，再找他們來開會。(C2)

輔導團有開一些培訓的課程，我會直接載過去，直接載過去，讓他們(志工及班長)也去參與課程培訓。(A1)

要看班長的參加人數，我們有一次在就是3樓開那個規劃的班長會議，人數大概十幾個有。(C1)

因此，共享的組織願景為建立規劃團隊首要工作，透過明確具有價值之願景，方能據以作為具體課程目標，透過團隊會議邀集資深志工及講師，共同規劃特色課程。

### （二）步驟二：根據學員需求及組織願景進行課程規劃

建構特色課程願景後，便進行特色課程規劃、設計、實施和評鑑之歷程。主要工作包括：(1)關注課程發展連貫性；(2)課程發展理論與實際的落差能予以掌握且連結；(3)規劃、實施和評鑑課程（吳慧琳，2004；蘇寶珠，2005；Bradley, 1985）。因此，規劃團隊以兩階段會議進行規劃，首先透過期末問卷瞭解學員需求，同時徵詢學員意見後進行第一階段會議；第二階段則邀請資深志工及班長參與提供意見，以確保特色課程符合學員需求。

#### 1.透過期末問卷瞭解學員學習需求及學習滿意度，據以規劃特色課程

規劃者表示透過學員反應最好的課程作為特色課程，目的在吸引更多在地高齡者參與學習，因此瞭解學員需求是重要關鍵。而團隊在課程規劃歷程首先於課程進行中便開始規劃下一期課程內容，透過期末滿意度調查瞭解學員學習情況及未來學習需求，並於彙整後，召開團隊小組會議進行初步規劃。

因為我們水上沒有什麼特色啦，然後我們的歌唱班跟曲笛班就是最受學員歡迎。所以我們是以這個方面為主軸。(C2)

課程規劃我們都會再早一點，現在已經在規劃下年度的課程。(C2)

學員也有(提供課程規劃意見)。因為每個課程結束，我們都有寫那個意見條。像你對於老師的意見表呀、喜歡加入什麼課程，每個學員都會有寫。(C1)

我們會看大部分的學員都喜歡、喜愛的課程，這一個村落的比較喜愛哪個課程？然後我們會歸納進去我們那個課程裡面來討論，開會討論。(C1)

## 2.徵詢資深志工及班長的意見，召開第二階段規劃會議

初步規劃會議後，規劃者徵詢部分班長及資深志工意見，瞭解學員需求、課後回饋及喜好的課程等回覆，並據以規劃未來課程。同時於第二階段的團隊規劃會議中，邀請資深志工及班長參加團隊會議。其中團隊成員（主要規劃者）較瞭解活躍老化的概念，部分班長及志工（至少一年以上）亦能瞭解規劃理念。

初步想到再來這幾個月要做得是什麼，之後再請班長來開會，然後告訴他們我們有這個決定，有這個規劃，看看他們有什麼意見...我們會再來斟酌，覺得他們的原由不錯，我們就稍微再做修正。(A1)

找一些老師跟志工一起規劃這個課程，決定了學員就會報名進來。(C1)

有一些志工我們會拉進來開會，因為他是變成要協助我們的人，我們有幾個志工比較是帶頭的那兩個人會拉進來開會。(A1)

他(班長)是全班都認識，所以他可以幫我們處理很多的事情，就是一定要跟我們大概一年以上的他才有辦法建立到知道活躍老化是甚麼東西，至少要跟一年以上，新的班級的班長沒辦法。(A1)

綜合上述，嘉義縣樂齡學習示範中心透過「讓高齡者快樂」、「吸引高齡者從家中走出來」並「結合基本安全概念」作為特色課程規劃核心理念。規劃者成立規劃團隊後，由學員反應瞭解特色課程滿意度及需求，後籌備規劃團隊會議，擬訂初步特色課程規劃，並邀請受過培訓的資深班長及志工，提供意見並協助推廣。

### (三) 步驟三：根據課程規劃開始招募學員

樂齡中心行銷策略關係著學員的招募，若能運用多元管道進行行銷，將有助於學員招募。根據魏惠娟及黃錦山(2008)研究指出高齡教育主要行銷管道包括：報章雜誌、海報與傳單、廣告、網路訊息廣告等方式；而人員行銷又可分為：機構負責人動員、學員口耳相傳、親朋好友推薦三類。本研究經訪談後發現，口耳相傳及村里協助是最佳行銷策略，茲分析如下：

#### 1.口耳相傳的招募方式是最佳策略

規劃團隊在擬定當季要開設的課程後，即進行學員招募，從一開始在便利商店擺放傳單、貼海報及部落格宣傳，卻發現效果不彰，逐漸因為學員間口耳相傳，各村開始爭相進行報名及開班，規劃者發現村民彼此邀約是招募的最佳策略。

我們之前還去 7-11 放傳單，拜託店長讓我們放，然後像海報、部落格上面也都有，其實效果都沒有說非常好，但那種口耳相傳的力量真的很大。(A1)

那個(貼海報)說實在沒什麼效果，口耳相傳最快。(C2)

買賀到相報賊係尚賀用ㄟ(好東西和好朋友分享是最好用的)。(D1)

因為有參加過的人，他說的最有用！嗯~不錯!不錯。(B2)

## 2.各村會主動招募足夠於村落開班的學員人數

透過參與特色課程，村民會因想要開設某類課程，而主動找齊開班人數，不需要規劃團隊煩惱如何找人來上課，只需要列出開課所需要基本條件(每班人數須達45人以上)，其不只滿足學員想上課的需求，也讓學員為能順利開班而一同合作，因而減輕規劃團隊招生壓力。

他們自己就會想為了想要這個課，或者是想要聽這方面的資訊，他們會揪人來，到達我要的人數，這等於說我用一種反方向的操作模式，我可以滿足你們，可是你們要有一個基本盤給我，這樣我就不用招生了。(A1)

原本歌唱班可能是只有我們這一班、有個村的學員來上課，然後慢慢後來聚集越多人，他可能在別村，建議說我們在村落也可以開啊！然後我們村的那班就成立了，還有其他的村落也越來越多。(C2)

其實最主要是辦在這邊，然後我們也上得很快樂。然後我們回去就「ㄟ啲水上有勒ㄟㄣㄣ`蝦米音樂、ㄟ一勒歌唱班ㄟㄟ，ㄟ倆來ㄟㄣㄣ`」(人家水上有在上音樂、那個歌唱班，我們一起去上)ㄟㄟ各賊快樂啊！(結果坐不下了)啊所以請他們回去講，你們需要我們開，但是要滿四十五個。(D1)

高齡者學習課程除須評估內部情境外，亦須考量到外部情境，例如：地區文化、人口特性、社會脈動、相關政策等(胡夢鯨，2011)。因此，嘉義縣樂齡學習示範中心至今已開班四年，規劃團隊考量在地人口特性嘗試許多招募策略，發現村民間口耳相傳是最簡單、卻最有效的方式。基此，規劃團隊與學員間也建立起相當的默契，團隊會依學員想要學習的課程開設，學員們亦會配合邀約村民一同參與，以達開班基本人數。

### (四) 步驟四：帶領規劃團隊參與研習培訓

樂齡教育工作者是否具專業水準，將影響其服務品質，故一般國內外高齡教育機構均相當重視工作者專業培訓，透過培訓亦能提升樂齡教育經營者的方案規劃能力(魏惠娟等，2010)。以本研究為例，嘉義縣樂齡學習示範中心規劃者會鼓勵規劃團隊、志工及班長，只要有時間，都能一同參與培訓課程，主要是參與外部所舉辦的，從核心人員(規劃者)開始，逐漸擴展至志工，還有較資深班長，只要時間可配合，都會盡量鼓勵一同參與，以提升規劃團隊活躍老化概念。

有一些培訓的課程，我會直接載過去，讓他們也去參與課程培訓，只要他們時間許可都會去，開始就是這幾個，然後像今年我要再加一些新的人進來，從那些班長跟著一兩年的，有概念的，然後只要有時間，我們就抓去培訓，因為這個區塊志願性很重要。(A1) 如果說是公所辦的，我都會有參加，也有其他的，比如說像是水保局，環保教育的，我就會去參加，因為我們有包括社區建設、綠美化建設。(B1)

雖嘉義縣樂齡學習示範中心並無針對規畫團隊辦理內部研習培訓，但示範中心主任會鼓勵並帶動團隊內其他成員，定期參與輔導團辦理的專業人才研習培訓，藉以提升規劃團隊的專業素養。

#### (五) 步驟五：將活躍老化的理念融入課程設計

課程規劃與設計可說是樂齡中心最核心的部分，其不僅關係著課程內容與機構理念的一致性，也延伸到教學實踐的連結性(魏惠娟等，2012a)。以本研究為例，嘉義縣樂齡學習示範中心主要以融入式課程，將活躍老化理念融入課程設計，以幫助學員建立活躍老化概念，進而達到活躍老化。茲分析如下：

##### 1. 透過融入式課程，傳遞活躍老化的理念與意涵

規劃團隊主要是採融入式課程設計，將活躍老化理念與意涵融合在課程中，有時運用課程的前半小時，有時則運用一整節課時間，藉此幫助每位學習者都能習得生活上基本概念，諸如法律、健康、居家安全、醫療、飲食等，促進高齡者能達到活躍老化。

如果是講座課程，我可能就是停一次音樂課，但他們必須是不可以缺席的，我會之前就跟他們要求，像一般的宣導只是要他們一些觀念的，我可能就利用半個小時在前頭，然後一個半小時再上音樂課，我融入式有兩種，這兩種我都有做過。(A1)

給他們一些基本的概念，像法律上的概念，有時候是醫療的，有的是居家安全的，還有一些就是像營養師來給他們一些就是怎麼樣少油少鹽少糖的那個飲食法。(A1)

他們會唱，你們唱到哪一句？「我們要平安，就要怎樣」他們會講，「喝酒可以開車嗎？」

「不行開車」「啊度估ㄌㄟ？」「打瞌睡呢？」「A 塞」「可以」「開車嗎？」，他們會說「不行」，他們都會知道，他們會背。(C1)

##### 2. 透過規範性質教育活動，建立學員活躍老化的概念

規劃團隊發現若只是開設單次講座，村民參與意願和出席率都不高，但當他們嘗試將講座內容融入既有課程中，時間為半小時到一節課不等，並給予參與者「權力與義務」觀念，告訴他們這也是課程一部分，以半強迫方式要求出席，結果發現參與意願有明顯的提升。

我會讓他們有一個觀念，就你來上這些課你就是要學一些東西，所以我們如果開一個講座，也必須是要出席的，不能缺堂，實驗一年之後，大家配合的狀況還可以，等於他們

接受度會比較好，但有時候像衛生所的宣導可能就不用半小時，宣導完再讓他們上音樂課，這樣出席率都很高。(A1)

有一點半鼓勵半強迫，因為你要完全照他們的意思你辦不了事情，...就是你要會哄他們，也要會要求他們，跟他們說，這個是你一定要來學的，對你有好處的，你不能不來，變成是一個權力跟義務給他們一個觀念啦。(A1)

由於高齡者生理及心理的退化與功能減退，教學須採取融入議題與主軸課程，以增加對話、相互修正的融入原則進行課程設計，讓師生能將課堂所學運用在現實生活中，解決生活上的問題（徐敏雄，2011；黃富順，2008）。基此，嘉義縣樂齡學習示範中心亦主要以「融入式方式」設計學習課程，將活躍老化理念融入歌唱班的課程，並採取規範性質規定參與課程的每一位學員都需出席，促使他們建立活躍老化概念。

#### （六）步驟六：將培訓所學運用於經營實作中

培訓課程能提升高齡教育工作者於實務工作所需具備之專業知識及技能（魏惠娟等，2010）。本研究分析活動帶領者曾面臨學員較難理解專業用語的困難，唯經過輔導團培訓課程後，不僅改變活動帶領者教學風格，亦能提供實務工作所碰到困難的解決方式。

我講的術語他聽不懂。然後我說另一個動作哇誰誰ㄉ一ㄣ（我嘮叨）。(D1)

挖ㄟ嘎塞ㄌㄛ、挖ㄟ嘎塞ㄌㄛ，嘎貢「賣啦～哩安內厚哇足謀ㄇ一ㄣˊ祝ㄟ，啊哩厚哩咖賣、賣一滴ㄉ一ㄣ跳哩手叮噹ㄟㄣ賀」（我會跟他撒嬌、我會跟他撒嬌，跟他說「不要啦，你這樣讓我很沒面子，你腳不要一直跳，手動就好」）。(D1)

活動帶領者表示透過培訓課程，將所習得教學技巧實際運用於活動帶領中，透過稱讚、讚美方式拉近與學員間的距離，並瞭解中高齡學員的心理，彈性運用於實際活動帶領中。

當然有啊！像那個教授他講的一些那個齣，我就覺得說他其實ㄟ～我、我回來這樣子齣，我會隨機應變啦！(D1)

（培訓課程）有（幫助）。以前我不是這樣子，你問他們。比較死板啦！(D1)

他給我的覺得、感覺就是說，你帶人不能～太死板！嗯，你就是要活。「喔！阿桑，哩ㄍ一ㄣ啊理頭髮咖水喔！」（喔！太太，你今天頭髮比較漂亮喔！）啊哩ㄟㄣ嘎ㄟ樂擠累，啊一丟啾歡喜啊（你就稱讚他一下，他就很開心）。(D1)

比較活躍的啊！比較親切的（老師）啊～ㄟ哇唵哩安ㄌㄛ，哩剛聽五？哩剛ㄟㄉ一ㄣ？（我教你這樣，你有聽懂嗎？你會嗎？）。(D1)

綜合上述，參與培訓後活動帶領者雖仍碰到教學困難，但能透過培訓習得的教學技巧（包括：活潑教學風格、主動稱讚學習者及鼓勵學習者參與等），不僅有助提升活動帶領者實務工作技能，更進一步改變活動帶領者教學風格。

#### （七）步驟七：學員組成服務團體貢獻所學

樂齡學習中心據以國外學者McClusky的需求幅度理論為基礎，以符合我國高齡教育現況規劃基本課程、興趣課程、貢獻影響課程及超越課程四大類課程架構（魏惠娟、胡夢鯨、陳冠良，2010）。嘉義縣樂齡學習示範中心特色課程曲笛班學員目前已組成團隊至安養機構貢獻服務、學員排演話劇至小學表演，亦鼓勵擂台賽優勝者組成自主服務團隊至醫院及小學貢獻服務。

像我們曲笛班他們就是好像固定一段期間會去演奏，免費的演奏，像我們去安養中心就蠻多次。有一些像上次是去那個溪州的一個安養中心，好像叫福茂；去那邊表演，然後那邊的老人家都蠻開心的。(C1)

因為現在是歌唱班嘛，然後我們有還沒有說一定要請他們出來。「妳愛出氣表驗人聽」（你要出來表演給人家聽）。(D1)

雖然有選出優勝的嘛！他們願意出來就把他們慢慢加進去呀。因為我們也不曉得哪個團體會喜歡出來？然後我們還會去做調查，然後看幾個團體願意走出來的話，那就是就去服務了啊！(D1)

藉由學員組成自主貢獻服務團體，除了能夠讓學員貢獻所長、增加學員自信心，亦能提升學員人際關係互動，亦符合研究指出樂齡學習能結交學習伙伴，促進健康快樂與有意義的學習（魏惠娟等，2012）。

像是去年也有去托兒所，我們的學員去表演話劇。(C2)

就是那個「豆油膏」（醬油膏）跟那個「豆油」（醬油）啊！然後他們以前都不認識，然後他們聚在一起練這一齣話劇，然後他們就認識了，我覺得這個點很好，就是增加他的人際關係。(D1)

唯交通工具為學員能否前往貢獻服務的關鍵，規劃者表示因曲笛班學員多自行備有交通工具，因此目前以曲笛班學員自主組成服務團體至安養中心居多，歌唱班學員則受限於交通因素，無法到較遠的地方貢獻服務。

交通工具就是一個很大的問題，交通工具是一個很重要的問題，可是要他們去唱他們搞不好願意喔，可是問題是要這一群人怎麼到達那個目的地是一個問題。(A1)

我之前有鼓勵過他們，他們就跟我說，我就不知道要怎麼去，車沒車阿，啊我不敢讓他們一個一個都騎摩托車這樣去，我會怕阿，我真的會怕，萬一路上發生危險或甚麼都不是很好的一件事，對所以這個部分，目前規劃當中這些歌唱班都沒有在我的規劃裡面，就是因為沒有交通工具的問題。(A1)

## 二、參與活躍老化特色課程後之改變與增能

### (一) 透過歌唱播臺賽凝聚各班團結力並讓學員主動發聲

考量高齡者學習特性，不以考試的方式而是由操作與應用作為評量方式(黃富順，2008；黃錦山，2004)。因此，規劃者藉由舉辦歌唱播臺賽，參與課程之十八個歌唱班皆開始主動約時間練習，有的學員還自掏腰包出錢製作班服，各個班皆因此變得活絡、積極且團結；此外，也在參與學習過程，逐漸看見學員的轉變，不僅變較有自信、快樂，也較願意走出來，勇於表達自己的聲音。

以前要他出門他是不出門的，以前叫他上台不上台，現在是搶著上台，跟他說要表演甚麼，以前可能就是不要啦我不會，現在是我們甚麼時候要去哪裡表演，就自己來登記了。

(A1)

歌詞沒有帶，也沒有認識字喔！有的人看找不到，我說你不用擔心，你就盡情唱，阿你頭一句一定沒問題，你腦筋就會越來越好、越來越活，所以你看沒有看歌詞照樣背得很熟，多有精神呀！而且他們都很高興。...有的人他們本來不曉得他們自己會唱歌耶！唱一下，我真的自己會唱。(B2)

### (二) 女性學員鼓勵伴侶一同走出家門參與特色課程

透過參與活躍老化特色課程，女性學員表示本來只有她自己參與學習，但因從課程中瞭解活躍老化概念並知道終身學習、樂而忘齡對中高齡生活的重要；因此，不僅規劃者鼓勵女性學員攜伴來參加課程，亦有女性學員主動邀約伴侶一起參與學習活動。

男性走出來的不多。應該是勸他們走來的那個意願勸不是那麼高。啊所以我現在走到哪裡，我老公都跟到哪裡。(D1)

所以現在我們都會請學員把老公帶出來。(C2)

像我除了唱歌，有時候也會講一些老人失智症的事，鼓勵他們要出來。(B1)

### (三) 學員瞭解活躍老化重要性並樂在學習

學員透過系列講座及參與特色課程後瞭解活躍老化的重要，規劃者表示學員參與學習後，不僅提高課程配合度，亦成為規劃者推行特色課程的助力，同時也提升學員自信心；學員則表示，參與學習後如同開創嶄新的領域，除歌唱技巧外，亦能習得健康老化觀念，學習能夠讓人活得更快樂。

他們慢慢在知道你給他們的是好的，他們配合度也高了，那你就會覺得說做起來不會那麼累阿。(A1)

他們就變得很活潑，除了工作種田之外，他們就趕快把那個時間挪出來，來學一些...好像找到他們另外一個領域，所以變的非常的快樂。(B1)

以前是我們說一他們就一，說二他們就二，阿現在比較會提出他們自己的想法他們的意見，然後就會比較，我覺得他們是比較快樂比較有自信。(A1)



#### (四) 改變對高齡者的態度並重視退休規劃

規劃者表示參與特色課程規劃及執行，提升自己活躍老化概念，改變自己對高齡者的認知及態度；因此，規劃者及活動帶領者均認為參與特色課程最大的受益人不僅是參與的學員，更是自己和家人。其次，透過規劃及參與樂齡學習，受訪者表示從現在便開始規劃退休生活，顯見其重要性與急迫性。

最大的受惠者是你的家人和自己，那其實還有就是說像，藉著跟他們老年人的互動，其實慢慢地你自己概念上也會有點轉變，其實他們有時候還蠻可愛的。(A1)

我是覺得說，現在要活就要動嘛，大部分的人都比較會願意走出來啦！你走出來就有動了嘛，讓她們規劃以後的人生嘛，像我現在就在規劃我以後了。(D1)

其實變成也是在學習老化的觀念啦，等於以後我老了我該怎麼做，自己XX來說，像就會比較去想說像要怎麼幫我老媽，還有我婆婆他們規劃他們現在的生活，那還有就是說有那個概念之後，其實是替自己在做準備啦。(A1)

綜合上述，以活躍老化概念經營樂齡教育學習活動，能增進學員知識、情意及技能等老化知識；首先，透過「保路安」及「保平安」向學員傳達活躍老化中「社會安全」概念，著重在用藥及交通安全層面；其次，藉由特色課程執行期間不定期融入式系列講座宣導「健康照顧」理念，包括養生食物及身體健康保健等；最後，規劃者以「讓高齡者從家中走出來」及「讓他們快樂」願景，鼓勵學員分享給村民，讓更多村民有機會可以參與樂齡教育，達到活躍老化中高齡者「社會參與」目標。透過美聲特色課程，學員不僅提升歌唱技巧、學習閱讀簡譜等技能，更讓學員瞭解活躍老化的重要，也從學習中產生改變及增能，並鼓勵伴侶一同參與。而規劃者及活動帶領者也在規劃特色課程過程中，逐漸改變對高齡者的觀念，更進一步感受到自己及家人才是最大的受益者，不僅為家人安排退休生活，更從現在起為自己提早進行退休生涯規劃。

## 伍、結論與建議

### 一、結論

本研究從活躍老化觀點，分析該中心特色課程發展，試圖瞭解嘉義縣樂齡學習示範中心特色課程發展策略、規劃與實踐，以提供未來各樂齡中心規劃之參考。根據研究目的歸納本研究結論如下：

(一) 樂齡學習示範中心課程已發展出特色課程 SOP，共七個步驟：

1. 建立團隊：建立具有共同願景的規劃團隊
2. 課程規劃：根據學員需求及組織願景進行課程規劃
3. 招募學員：根據課程規劃開始招募學員
4. 研習培訓：帶領規劃團隊參與研習培訓

5.學習設計：將活躍老化的理念融入課程設計

6.經營實作：將培訓所學運用於經營實作中

7.貢獻服務：學員組成服務團體貢獻所學

上述步驟與文獻探討所歸納之步驟大致相符，可知樂齡教育特色課程與正規教育特色課程雖有其對象年齡上之不同，然而探究其規劃歷程仍有相異及相同之處。正規教育特色課程著重組織資源管道及空間規劃，並建立獎勵權力運用方式（吳慧琳，2004；黃光雄，2004；謝文全，2003；蘇寶珠，2005；Bradley, 1985；Henderson和Hawthorne, 2002；Senge, 1994）；而樂齡教育特色課程則較無此部分之規劃與討論。而樂齡教育與正規教育特色課程則同樣強調課程是由師生與知識不斷互動，藉由特色課程與社區連結，提升學習者自我認同感與社會認同感。

（二）樂齡學習示範中心特色課程 SOP 主要特色為：

1.根據學員學習需求與組織願景進行課程規劃，並以融入式教學方式，將活躍老化理念融入課程設計。徐敏雄（2011）與黃富順（2008）研究皆顯示，採融入式教學需採取融入議題與主軸課程，協助高齡者連接過去舊有經驗和學習新的課程，這樣不僅能使課程內容更加生活及實用化，也能讓學員在自然、無壓力的情境下獲得多元知識，增進學習成效與激勵其參與學習率。因此，課程規劃需依據學習者的需求，採用融入式教學設計，以幫助高齡者獲得完整的生活知識與技能。

2.除特色課程教學外，亦辦許多活動（如：歌唱擂台賽），以凝聚班級力量，並透過籌備過程，讓學員積極參與、增能。黃錦山（2004）即指出高齡學習者害怕有壓力的學習氣氛，除了授課、教課讓學員達到增能目的之外，更需安排上臺展演、成果發表的機會。因此，除了特色課程教學外，還可搭配表演活動等活動，不僅能增強高齡者的學習動機，更達到增能及自我實現之目標。

3.正積極推展貢獻服務，期望學習者可運用所學，回饋社會；其次，能增加自信心，提升人際關係互動，達到活躍老化中積極社會參與之願景。此結果也就是 McClusky (1971)需求幅度理論中指出高齡者有「貢獻的需求」，不僅希望自己能對社會有所貢獻，更希望自己的貢獻能被別人所接受。因此，特色課程的規劃與設計，必須使高齡者能學得可用的知識，並在學習後能將所學貢獻出來，透過付出的過程，增加與社會互動的機會，讓高齡者獲得肯定及讚賞。

（三）參與活躍老化課程中，女性學員多鼓勵伴侶一同參與學習，並且透過學習使學員瞭解活躍老化的重要，更樂於學習、變更有自信。周麗端與唐先梅（2011）研究即指出，高齡者參與學習之後，半數以上（54.3%）的高齡者認為參與學習後會讓人更喜歡學習。因此，透過以活躍老化為目標的學習課程，可提供高齡者有計畫、有目的的學習活動，達到活躍老化之目的。

（四）規劃團隊透過特色課程規劃及執行，不僅提升活躍老化概念，更改變對高齡者的認知，且重視退休規劃。因此，規劃團隊藉由特色課程的執行，在知識、態度、觀念、行為上皆帶來正向的改變，可說是最直接受益者。

## 二、建議

### (一) 對樂齡中心方面建議

優質課程規劃是樂齡學習永續發展重要關鍵，根據上述結論，本研究建議各中心在發展課程時，應參考特色課程SOP步驟，並融入活躍老化願景。此外，課程規劃者在規劃課程時應考量學習者的學習特性、需求及在地特色，提供具有地方特色並符合學習需求的課程。

其次，可結合地方資源（如：衛生所、鄉公所等），採融入式的課程設計，進行健康、醫療、居家安全等觀念宣導，將活躍老化理念融入課程中，促進高齡者達到活躍老化。最後，各樂齡中心應積極推展貢獻服務，藉組自主貢獻服務團體，除能貢獻所長、增加學員自信心，更達到積極社會參與。

### (二) 對學習者方面建議

研究結果顯示，「學習者的需求」是課程規劃時的參考要素，並且「口耳相傳」是招募學員最好的方式。因此，學習者可多表達出自我學習需求，並以「好康到相報」方式，將學習經驗及學習資訊分享給其他未參與者，吸引更多高齡者參與樂齡學習。此外，樂齡族不僅可以參與學習，自我的經驗智慧還可以傳承，人力更可再運用；是故，現有的學習團體可輔導轉型成自主服務學習社團，為國家社會進行貢獻服務。

### (三) 對政府方面建議

政府的支持與推動對樂齡學習是否能永續發展，實扮演關鍵性角色，故建議政府機關：1.鼓勵地方政府首長重視樂齡學習推動，並積極整合各部會資源，以活躍老化為願景，提供各中心課程發展所需的協助，達到永續樂齡、在地深耕；2.推廣活躍老化特色課程SOP，期望各中心或高齡教育機構在發展課程時，能以特色課程SOP為主軸，結合活躍老化理念發展課程，達到樂齡教育創新。

### (四) 對後續研究建議

本研究對象聚焦於探討嘉義縣樂齡學習示範中心特色課程SOP規劃與實踐之歷程，但為了驗證本土特色課程SOP，故未來可將研究範圍擴大至全臺其他樂齡學習示範中心，甚可進一步將研究對象進行不同類型的劃分（如：都市與鄉村、北中南地區等），進行不同類型特色課程之比較。其次，研究議題方面，未來可進一步檢視樂齡學習示範中心現行活躍老化特色課程發展之不足，或融入學習特性、學習增能改變的觀點，以學習者角度，檢視現行活躍老化特色課程。

## 參考文獻

- Bradley, L. H. (1985). *Curriculum leadership and development handbook*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Hartog J., Harris C., O'Neill K. (2014). *Disaster resilience in an ageing world: How to make policies and programmes inclusive of older people*. London: Help Age International.
- McClusky, Howard (1971). *Education: Background paper for 1971 White House conference on aging*. Washington, D.C.: White House Conference on Aging, 1971.
- Senge, P. (1994). *The Fifth Discipline: The art and practice of the learning organization*. New York: Doubleday.
- World Health Organization (2002). *Active aging: a policy framework*. Geneva: Author.
- 內政部戶政司 (2015)。各縣市人口年齡結構重要指標。2015 年 4 月 1 日，取自：  
[http://www.ris.gov.tw/zh\\_TW/346](http://www.ris.gov.tw/zh_TW/346)。
- 內政部統計處 (2015)。104 年第 3 週內政統計通報 (103 年底人口結構分析)。2015 年 7 月 10 日，取自 [http://www.moi.gov.tw/stat/news\\_content.aspx?sn=9148](http://www.moi.gov.tw/stat/news_content.aspx?sn=9148)
- 王文科 (2002)。教育研究法。臺北：五南。
- 行政院經濟建設委員會 (2015)。人力資源與社會福利。2015 年 3 月 30 日，取自：  
<http://www.cepd.gov.tw/m1.aspx?sNo=0012631>。
- 吳慧琳 (2004)。臺北市國民小學校長課程領導現況之研究。國立中正大學教育研究所碩士論文，未出版，嘉義。
- 周麗端、唐先梅 (2011)。教育部 100 年樂齡家庭生活與學習調查。2015 年 7 月 15 日，取自  
<http://moe.senioredu.moe.gov.tw/front/bin/ptdetail.phtml?Part=11080005>
- 胡夢鯨 (2012a)。臺灣樂齡學習示範中心的現況與省思。論文發表於國立中正大學高齡教育研究中心主辦之「活躍樂齡系列論壇 (三)：學習活躍樂齡、創造在地成功」。臺北：國家教育研究院。
- 胡夢鯨 (2012b)。創新經營、資源整合－教育部 102 年度全國高齡教育工作會議。2015 年 7 月 15 日，取自  
<http://moe.senioredu.moe.gov.tw/front/bin/ptdetail.phtml?Part=13070003&Rcg=6>
- 胡夢鯨、魏惠娟、李藹慈、梁明皓、陳巧倫、孫若馨 (2012a)。教學 SOP 摺頁。臺北：教育部，編印中。
- 胡夢鯨、魏惠娟、李藹慈、梁明皓、陳巧倫、孫若馨 (2012b)。特色課程 SOP 摺頁。臺北：教育部，編印中。

- 徐敏雄(2011)。社區大學新移民議題融入媒體技巧課程經驗之個案研究。**教育實踐與研究**，24(2)。1-32。
- 高淑清(2008)。質性研究的18堂課—揚帆再訪之旅。高雄市：麗文文化事業。
- 高新建、單文經、游家政、蔡清田、王麗雲、張明耀(譯)。革新的課程領導。台北：學富。
- 教育部(2006a)。邁向高齡社會：老人教育政策白皮書。臺北：教育部。
- 教育部(2006b)。台灣地區老人教育推動現況與需求調查報告。教育部社教司委託研究成果，未出版，臺北：教育部。
- 教育部(2006c)。台閩地區民眾對於我國已邁入高齡化社會之看法民意調查。教育部社教司委託研究成果，未出版。臺北：教育部。
- 教育部(2010)。樂齡教育輔導團第二年成果報告。教育部委託專案，未出版，台北：教育部。
- 教育部(2014a)。103年教育部補助大學校院辦理103學年度樂齡大學一覽表，2015年7月11日，取自  
<https://moe.senioredu.moe.gov.tw/front/bin/ptdetail.phtml?Part=14080003&Preview=1>
- 教育部(2014b)。103年全國各縣市樂齡學習中心成果統計，2015年7月11日，取自  
<https://moe.senioredu.moe.gov.tw/front/bin/ptdetail.phtml?Part=15050008&Rcg=5>
- 陳清惠、胡夢鯨(2013)。嘉義縣樂齡學習示範中心特色課程教學SOP實施歷程的探討。**成人及終身教育學刊**，23，35-76。
- 黃光雄(2004)。教育概論。臺北：師大書苑。
- 黃富順(2008)。高齡教育學。臺北市：五南。
- 黃錦山(2004)。從高齡教育實施觀點談我國高齡教育的發展。載於中華民國成人及終身教育學會(主編)，**高齡社會與高齡教育**(頁57-86)。臺北：師大書苑。
- 葉重新(2004)。教育研究法。台北：心理出版社。
- 謝文全(2003)。教育行政學。臺北：心理出版社。
- 魏惠娟(2011)。樂齡學習示範中心的理念緣起與建造架構。論文發表於國立中正大學高齡教育研究中心主辦之「活躍樂齡系列論壇(一)：打造樂齡學習示範中心」。嘉義：國立中正大學。
- 魏惠娟、胡夢鯨、李藹慈、陳冠良、蔡佳旂、陳宏婷、王聲柔、姜雅玲(2011)。樂齡學習系列教材7—樂齡學習中心工作手冊。嘉義：國立中正大學。
- 魏惠娟、胡夢鯨、陳玉樹、林秉毅(2010)。高齡教育工作者方案規劃能力培訓之成效評估：Kirkpatrick模式的應用。**成人及終身教育學刊**，14，1-32。
- 魏惠娟、胡夢鯨、陳冠良(2010)。臺灣樂齡學習中心課程之分析：McClusky需求幅度理論的應用。**成人及終身教育學刊**，15，115-147。

魏惠娟、胡夢鯨、葉俊廷、陳巧倫、劉汶琪 (2012)。台灣樂齡學習中心辦理樂齡學習模式與策略之分析：經營者的觀點。**教育政策論壇**，15 (2)，1-37。

魏惠娟、黃錦山 (2008)。我國人口結構變遷與教育政策之研究。嘉義：國立中正大學成人及繼續教育學系。

蘇寶珠 (2005)。國民小學校長課程領導與教師專業承諾關係之研究。國立高雄師範大學教育學系碩士論文，未出版，高雄。

# **The Planning and Implementing of the Specialized Curriculum SOP in the Chiayi County Senior Citizens Learning Centers**

Shu-Hsin Kuo<sup>1</sup> Juo-Hsiang Sun<sup>2</sup> Yi-Fen Wang<sup>3</sup> Meng-Ching Hu<sup>4</sup>

## **Abstract**

The purposes of this study are to explore the SOP (explore standard operating procedure) planning and implementing of the existing specialized curriculum in the Senior Citizens Learning Center based on the Active Aging theory. Interview was used to collect the contextual texts, which were analyzed in a hermetic circle as “whole- part-whole”. The findings of the study are as follows: 1. Senior Citizens Learning Centers have already developed the SOP for the existing specialized curriculum. 2. The SOP of specialized curriculum in Senior Citizens Learning Centers includes seven steps: team building, curriculum planning, student recruitment, training program, study design, management implementation and contribution services. 3. Program planning is based on learners’ needs and vision of organization, integrating the concept of Active Aging into the curriculum design. The specialized curriculum could increase the students’ self-confidence, enhance their interpersonal interaction, and actively promote their services. These elderly students are expected to give feedbacks to the society and to achieve social participation through active aging.

**Keywords: Active Aging, Specialized Curriculum, Senior Citizens Learning Center, Standard Operating Procedure (SOP)**

---

1 Ph.D. Program, Department of Adult and Continuing Education Ph.D. Program, National Chung Cheng University

2 Ph.D. Program, Department of Adult and Continuing Education Ph.D. Program, National Chung Cheng University

3 Ph.D. Program, Department of Adult and Continuing Education Ph.D. Program, National Chung Cheng University

4 Professor, Department of Adult and Continuing Education, National Chung Cheng University  
Corresponding Author: Meng-Ching Hu, E-mail: adumch@ccu.edu.tw