

幼保科專業技能是否適用於失智長輩之探討

幼保科專業技能是否適用於失智長輩之探討

投稿類別：教育類

篇名：幼保科專業技能是否適用於失智長輩之探討

作者：

翁詩媛。高市樹德家商。高三25 班

陳怡婷。高市樹德家商。高三25 班

陳昱瑄。高市樹德家商。高三 25 班

指導老師：

林淑燕老師

壹●前言

身為幼保科學生的我們，所接觸與學習的都是與嬰幼兒發展與保育相關的知識，但面臨目前高齡化的社會，我們覺得老人的許多發展與幼兒的發展有相當的雷同，例如：老人的身心動作可能因為退化而不靈活；「**幼兒的身心動作則是因為還未發展完成所以不靈活**」（經佩芝、杜淑美，2011）。所以我們想知道所學的嬰幼兒保育的專業知識與技能是否能應用在老人身上。

近年來台灣老人人口急速增加，在經建會推估到 2018 年高齡化率將達 14%（行政院經濟建設委員會-人力處 2006.07）。那時就是「高齡社會」（呂寶靜、吳淑瓊、徐亞瑛，2005）了，且根據研究：「**國內 65 歲以上老人的失智症盛行率，依不同的研究結果，平均約為百分之 2.5。年紀越大，發生老人失智症的機率越高**」（吳靜美，2002）。可見失智失能老人的照護問題，是我們未來極重要的議題，所以我們的研究動機就是希望失智失能的老人能夠透過我們所設計的活動中感受到幸福感，將來我們也可以將所學的專長應用到失智失能的老人身上。

我們的研究目的：

- 一、 探討失智失能長輩進行所設計之活動，是否感到愉悅、是否能增進其溝通意願、是否可以正確配合指令做動作、是否有時間概念、是否有成就感。
- 二、 將研究結果提供有關單位參考。

貳●正文

一、失智失能老人的理論基礎

(一)老人的定義：依照聯合國衛生組織是以 65 歲為老年人口劃分的標準，而我國於 2002 年 6 月 26 日「老人福利法」第一章第 2 條：「**本法所稱老人，係指年滿 65 歲以上之人**」（內政部社會司老人福利，2007）。

(二)失智的定義：『**「失智」這個生命中不可承受之「重」，一切起源於「遺忘」**」（張靜慧、黃慧如，2012）。失智症是大腦認知功能退化症候群，據國內研究統計，「**到了 85 至 89 歲，盛行率已達 20.31%。90 歲以上老人家失智症盛行率更是高達 34.08%**」（鄧素文，2013）。

失智症一般分為三類：1、阿茲海默症 2、血管性失智 3、其他原因造成的失智（張靜慧、黃慧如，2012）。

(三)失能的定義

「因缺陷而造成日常生活的活動表現受到限制」(李珊倪，2007)。美國 ADA 將失能定義為：「生理或精神上的缺陷，在醫學上有這種缺陷紀錄或被認定有這種缺陷的人，會限定一種或一種以上生活的主要活動」(李惠卿，2013)。我國將失能定義為「身心障礙」(何瓊芳，2000)。

(四) 如何照顧失智失能的老人

「規律化的生活作息、固定家中擺設、提供一個安全環境、一次只說一件事、鼓勵他做熟悉的事、調整對病患的期望」(謝文菁，2013)。「多花時間傾聽與陪伴是照顧失智患者的不二法門」(游佩真/李嘉玲，2011)。此外，「應體諒患者，了解及接納患者的能力及需要，家人與患者也應保持良好的溝通。老人失智症的照顧往往是漫長而辛苦的」(吳靜美，2002)。

綜合上述，年滿 65 歲以上的人被定義為老人，造成失智共有三種，隨年齡的增長也提高失智的比例，失能的定義為生理或精神上的缺陷，而這種缺陷會限定一種或一種以上生活的主要活動。照顧失智失能老人的路是漫長且辛苦的，除了需要充滿愛心和耐心之外，還需要積極聆聽、正向的鼓勵，多專注在他們會做的事並多陪他們和外界接觸，才是真正對他們有幫助。

二、 研究過程

(一)研究對象

- 1、地點：高市○○日間照護機構的失智、失能長輩。
- 2、人數：女性 9 位，男性 3 位：共計 12 位長輩。
- 3、年齡：65 歲以上。

(二)研究方法

- 1、體驗法：在設計活動之前我們先拿蛙鏡、護肘、護膝、棉手套、寬大衣物等物品戴在身上體驗老人不靈活的身體狀況，並針對這些狀況設

計活動，使所設計的活動更能符合長輩們的能力和需求。

- 2、觀察法：觀察長輩在進行我們所設計的活動中他們的表情，動作，還有和他人的互動的情形，將觀察結果在我們所設計的活動觀察紀錄表內勾選並寫下心得。如下表

活動名稱： 活動內容： 活動日期： 時間： 觀察者： 觀察者姓名：

觀察內容：	觀察結果：	觀察紀錄：
活動進行中，表情是否愉悅	1 2 3 4 5	
活動進行中，是否有和其他長輩有互動	1 2 3 4 5	
活動進行中，是否可以正確配合指令動作	1 2 3 4 5	
活動進行中，是否會和帶活動的同學互動	1 2 3 4 5	
是否有詢問下次甚麼時候還要在來	1 2 3 4 5	
是否滿意自己的成品？	1 2 3 4 5	
備註：1 為非常不符合，2 為不符合，3 為普通，4 為符合，5 為非常符合		
觀察心得：		

- 3、行動研究法：透過開會討論，擬定研究對象及方法，經過接洽過程中，一再討論，一再更改研究內容至最合適的研究方式去進行。

(三)研究經過

1、研究前的準備

(1) 開會討論過程

我們決定在我們有限的能力下，運用我們所學的專業技能如：教保活動設計、幼兒造型、幼兒韻律，幼兒教具製作…等運用在長輩上，最後討論結果是綜合設計成包括製作及利用成品玩遊戲的活動。自 101 年 12 月至 102 年 4 月，開會討論共計約 20 餘次，從會議裡大家開始討論並且編活動進度，及設計活動，最後決定所設計的活動中包括動態與靜態的活動，其中靜態活動設計由同學帶領長輩們四種美勞活動，分四次製作完成，再將成品帶回學校加工，組裝成一份具有自我糾正功能的拼圖玩具，並在第五次活動中，帶領長輩們透過這個拼圖玩具進行同樂會中的遊戲。而動態活動設計則是在每次的美勞活動後，帶長輩們跳些簡單的律動，讓

他們藉此能活動手腳，舒展筋骨。

(2) 製作企劃書過程

經過一番討論後，我們決定以分工合作方式讓每個人依自己的興趣和能力決定負責活動的內容。討論結果共分為 5 組：總策劃由芳彤負責，美勞組由怡婷負責，餐點組由詩媛負責，文書組由青蓉負責，表演組由昱瑄負責。活動內容共分為五次，分別為：

- A、活動一「塗一塗」：主要目的訓練手眼協調；利用圖案畫格子將各色蠟筆塗在格子內完成作品。
- B、活動二「撕一撕」：主要目的訓練手指肌肉的靈活度，利用色紙撕貼的方式來完成作品。
- C、活動三「揉一揉」：主要目的增進手掌及手指肌肉的靈活度，利用各色皺紋紙，在掌心搓揉成圓球後，再黏在畫好的圖案裡。
- D、活動四「蓋一蓋」：主要目的增進手眼協調，利用蘿蔔刻的印章，沾廣告顏料，蓋印在事先畫好的圖案。
- E、活動五「同樂會」：把前四次完成的作品帶回學校，加工完成具有自我糾正功能的四面拼圖，再進行同樂會時利用這立方體玩遊戲，詳細時間及活動內容。如下表

活動一 102/3/6 (三)	早上 9:00~10:10	活動內容：『塗一塗』
活動二 102/3/8 (五)	下午 14:00~15:10	活動內容：『撕一撕』
活動三 102/3/13 (三)	早上 9:00~10:10	活動內容：『蓋一蓋』
活動四 102/3/15 (五)	下午 14:00~15:10	活動內容：『揉一揉』
活動五 102/3/20 (三)	早上 9:00~10:10	舉辦同樂會

(3) 接洽研究機構與參觀過程

我們分別於 102 年 1 月 31 日和 2 月 1 日拿了企劃書去接洽機構並進一步觀察長輩們的現況，經過和負責活動的社工討論後他們覺得我們舉辦這個活動是很有趣的，希望我們能以愛心及耐心將活動順利完成！去參觀時也發現了長輩需要一再重複的提醒才會動手做，而且就算做了，也不一

定會達到我們的要求，而原本同樂會的人數是希望可以全體參與，因為我們都不希望大家一起玩的時候有些人不能參與，但是社工說總人數約有70~80位，擔心我們會無法控制場面，且如果需要進行活動的話，大多數的長輩們也無法配合，因為他們大都是失智失能的，需要單獨被鼓勵，所以後來也將人數縮減為8~12人。

(4) 研究活動過程

A、活動一「塗一塗」：3月6日早上9:00 首先剛開始第一次見面，當然是先做個簡單的自我介紹，之後我們就隨機分配了自己要觀察的長輩。接著就是開始帶長輩做美勞活動，長輩們2人共用一盒蠟筆完成半張畫好格子的圖案，彼此間也邊畫邊聊天，感覺氣氛很自在。再來就是律動的部份，長輩們坐在原位跟著我們一起跳律動，在跳律動的時候沒想到有幾個行動比較方便的長輩還自己站起來跟我們一起跳，看了真的很感動！雖然他們跳的不是很標準，但我覺得他們看起來是開心的。

B、活動二「撕一撕」：3月8日下午2:00 第二次的活動時，有遇到一些狀況！就是有些長輩請假沒來，甚至有些是拒絕參加，社工也告訴我們說不要灰心，因為他們都是失智的長輩，情緒隨時會變化，並不是我們的問題，並鼓勵我們可以去邀請他們參加，如果真的不願意的話，也不要勉強。活動進行時，每位長輩都有好幾張色紙，但要兩人共用一瓶膠水，大部分長輩都可以順利用膠水將小紙片貼在圖案裡，但有少數長輩不會使用膠水瓶，需要我們協助，還有一位長輩，執意以手指沾膠水，黏小紙片，導致手指沾滿膠水，所幸同學即時拿濕紙巾幫他們擦手紙，避免將衣物弄髒。待完成美勞作品後，接著就跳律動，長輩對律動還是頗為參與的。

C、活動三「揉一揉」：3月13日上午9:00 第三次的活動本來是『揉一揉』，但是因為第四次的活動要用到新鮮的蘿蔔刻成的印章，我們擔心刻好的蘿蔔印章會枯萎掉，所以跟第四次互換。這一次的活動也是最麻煩的，因為需準備很多東西，例如：事先以蘿蔔刻好的印章，廣告顏料，小方盤，抹布…等。因為比較複雜所以我們也提早去研究機構做準備，這次的活動是要請長輩拿我們刻好的印章沾小方盤上的廣告顏料後，蓋在畫好的圖案上，在活動進行開始時，長輩們就在互相討論，要如何拿蘿蔔蓋，大致都能自行蓋印完成作品，但有一位長輩卻不願跟著蓋印，只有靠著同學一個口令一個動作，勉強完成作品。雖然很辛苦，但當天活動

時看到長輩們對這些東西感到很好玩我們也覺得在累都值得了！

D、活動四「蓋一蓋」：3月15日下午2:00第四次這種狀況有比較好，甚至還有些其他長輩不是在安排名單內的也說想參加，看到真的很開心。此次的主要活動是請長輩利用各種顏色的皺紋紙，搓揉成小球，再用萬能糊黏在畫好的圖案裡。活動進行時，每位長輩都有一疊許多顏色的皺紋紙及一份萬能糊，這份成品大部分長輩都無法將皺紋紙搓揉成緊實的小球，所以黏出的成品較為鬆散，甚至有位長輩直接將皺紋紙平貼在圖案裡，所以效果都不太一樣。完成後，照例和長輩們跳律動，長輩們的反應還是和我們互動良好。

E、活動五「同樂會」：3月20日上午10:00第五次也就是最後一次！這次是舉辦「同樂會」了，大家都非常的緊張，一大早就開始準備拿著加工後的拼圖箱，大包小包的東西，從學校出發走路去坐公車。到了研究機構，待一切都準備妥善後就開始「同樂會」。一開始我們先讓長輩們回憶一下他們之前的作品並且解說如何將所有的作品加工成拼圖箱，長輩們都很專心的看著同學，解說完後就開始玩拼圖遊戲了，首先將長輩們分成兩組，由同學們分別協助進行「拼圖遊戲」長輩們在進行拼圖活動時，有的會自己直接放在正確的位置上，有的會互相討論，比較後，再一起找到合適的位置放入拼圖，最後在很愉快的氣氛下都成功的完成所有的拼圖。跳律動時大家跳的都比之前更賣力，到了最後的抽獎活動時，感覺大家都好緊張，每位長輩所抽到禮物都不一樣，但他們似乎都很珍惜。最後送我們自己做的卡片給長輩，看著他們開心的笑著但我們心裡是既高興又萬般的不捨。希望下次還有機會可以舉辦這種活動！

參●結論

一、同學所作之觀察記錄經過整理後。如下表

題目 \ 分數	1	2	3	4	5	總計
1.表情是否愉悅	2 (4%)	1 (2%)	7 (15%)	10 (21%)	28 (58%)	48 (100%)
2.是否有和其他長輩有互動	5 (10%)	6 (12%)	7 (15%)	9 (19%)	21 (44%)	48 (100%)
3.是否可以正確配合	3 (6%)	3 (6%)	5 (11%)	3 (6%)	34 (71%)	48 (100%)

指令做動作						
4.是否會和帶活動的同學互動	1 (2%)	3 (6%)	4 (8%)	9 (19%)	31 (65%)	48 (100%)
5.是否有詢問下次什麼時候還要再來	37 (77%)	2 (4%)	2 (4%)	1 (2%)	6 (13%)	48 (100%)
6.是否滿意自己的作品	6 (13%)	5 (10%)	5 (10%)	11 (23%)	21 (44%)	48 (100%)
註：1 為非常不符合；2 為不符合；3 為普通；4 為符合；5 為非常符合						

二、活動觀察紀錄之分析討論

(一)探討長輩進行所設計之活動，是否感覺到愉悅？

由數據得知：在活動過程中是否感覺到愉悅非常符合的有二十八人次 (58%) 總計符合以上共有三十八人次；符合的有十人次 (21%)；(79%)。超過 50%，達到感覺愉悅的目的，所以長輩再進行我們所設計之活動時，能感覺到愉悅。可能因為我們所設計之活動為操作過程簡單，成品效果佳，都能符合長輩目前的能力，所以他們在進行活動時大都會感受到愉悅。

(二)探討長輩進行所設計之活動，是否能增進其溝通意願？

由數據得知：在活動過程中是否能增進其溝通意願非常符合的有二十一人次 (44%)；在活動過程中，是否能增進其溝通意願符合的有九人次 (19%)，總計符合以上有三十人次 (62%)。超過 50%，達到能增進其溝通能力的目的。所以我們所設計之活動能增進家長輩們的溝通意願。可能因為在我們所設計之活動中設計長輩需共用各項用具，如：彩色筆、膠水．．．等，且要共同完成作品，所以必須透過溝通進行活動，才能順利進行活動。

(三)探討長輩進行所設計之活動，是否可以正確配合指令做動作？

由數據得知：在活動過程中是否可以正確配合指令做動作非常符合的有三十四人次 (71%)；在活動過程中是否可以正確配合指令做動作符合的有三人次 (6%)，總計符合以上有三十七人次 (77%)。超過 50%，達到能正確配合指令做動作的目的，所以我們所設計之活動能讓長輩配合指令做動作。可能因為我們所設計之活動雖然簡單，但卻需事先說明操作過程，才能正確操作，所以長輩們都能配合指令。

(四)探討長輩進行所設計之活動，是否會和帶活動的同學互動？

由數據得知，在活動過程中是否會和帶活動的同學互動非常符合的有三十

一人次（65%）；在活動過程中是否會和帶活動的同學互動符合的有九人次（19%），總計符合以上有四十人次（83%）。超過 50%，達到長輩會和帶活動的同學互動的目的，所以長輩再進行我們所設計之活動，會和帶活動的同學互動。可能因為我們會主動和長輩們互動，且長輩們都樂於和人接近，所以彼此互動良好。

(五)探討長輩進行所設計之活動，是否對未來有期待？

這題以原設計觀察題目「是否有詢問下次什麼時候還要再來」來做討論。由數據得知：在活動過程中是否有詢問下次甚麼時候還要再來非常符合的有六人次（13%）；在活動過程中是否有詢問下次甚麼時候還要再來符合的有一人次（2%）；總計符合以上有七人次（14%）。沒超過 50%，沒達到對未來有期待之目的，所以我們所設計之活動無法讓長輩們期待未來。可能因為長輩們是失智失能的老人，他們有可能上一秒所發生的事情，下一秒就忘記只活在當下，所以失智失能的長輩們是比較對未來沒期待的。

(六)探討長輩進行所設計之活動，是否滿意自己的作品？

由數據得知：在活動過程中是否滿意自己的作品非常符合的有二十一人次（44%），在活動過程中是否滿意自己的作品符合的有十一人次（23%），總計符合以上有三十二人次（66%）。超過 50%，達到滿意自己的作品的目的，所以長輩們再進行我們所設計之活動，會滿意自己的作品。可能因為我們所設計之活動，大都透過各種簡單的美勞活動，能增進長輩們的手指靈活，過程簡單，但效果很好，所以長輩們對自己的作品感到滿意。

三、結論

綜合上列的分析得知：我們為失智失能的長輩所設計的活動，在進行活動時長輩大都會感受到愉悅；且能增進家長輩們的溝通意願；長輩大都配合指令做動作；會和帶活動的同學互動；對自己的作品感到滿意。但是無法讓長輩們期待未來，可能因為長輩們是失智失能的老人，他們有可能上一秒所發生的事情，下一秒就忘記只活在當下，所以失智失能的長輩們是比較對未來沒期待的。所以總結而言：我們為失智失能的長輩所設計的活動是符合他們的能力和需求的。

四、建議

(一)活動規劃：

- (1) 盡量設計過程簡單，作品效果佳的活動，對長輩們在操作時較有成就感。
- (2) 蓋印章的蘿蔔尺寸大小，不方便長輩拿，我們可以再把蘿蔔的尺寸加大到手掌可以握取比較好拿。

(二)活動帶領

- 1、音量：帶領者聲音太小，所以在介紹過程時，有些長輩聽力不好會聽不到，所以下次改進可配戴麥克風使用，這樣聲音會更大聲、更清楚。
- 2、動作：
 - (1) 動作太小不明顯，很多長輩視力都退化，視線會模糊不清，我們動作可以跳大一點、俐落一點。
 - (2) 動作沒有很熟悉，在下次帶律動一定要練熟動作；跟長輩們互動不多，我們可以一個人在前面帶，其他人可以再長輩們之間跟他們一起跳。
 - (3) 準備的音樂節奏有點太快，導致有些長輩跟不上，所以在挑選歌曲方面要再多加注意，節奏方面是否適合長輩。
 - (4) 要配合長輩們的身體狀況，所以動作盡量可以簡單、緩慢。

(三)餐點設計：失智失能的長輩們，因為老化可能沒有牙齒，幾乎都有佩戴假牙，所以盡量選擇易咀嚼、不黏牙的食物，例如：嬰兒餅乾、小饅頭等。

(四)根據研究結論，發現「長輩們對未來比較沒有期待」。建議可針對此結果，再進一步研究，了解真正原因。

肆●引註資料

經佩芝、杜淑美(2013)。嬰幼兒發展與保育。台北：龍騰。

行政院經濟建設委員會-人力處。(2006年7月)。中華民國臺灣95年至140年人口推計。

呂寶靜、吳淑瓊、徐亞瑛(2005~2006)。高齡社會的來臨：為2025年台灣社會規劃之整合研究---健康與社會照顧組·國科會。

吳靜美(2002.08)。銀髮心 日常生活心理問題。台北：聯經。

內政部社會司老人福利(2007)。老人福利與政策。

張靜慧、黃慧如(2012.09)。當爸媽變成小孩 全方面照顧失智長輩。
天下雜誌，2012年9月，13頁。

鄧素文(2013)。台 13 萬人失智 20 年增 2.6 倍。2013 年 11 月 14 日，取自
<http://www.epochtimes.com/b5/13/4/13/n3845445.htm>。

張靜慧、黃慧如(2012.09)。當爸媽變成小孩 全方面照顧失智長輩。
天下雜誌，2012年9月，49頁。

李姍倪(2007.07)。探討失能高齡者對照顧住宅之需求。中原大學建築學系碩士
論文。

何瓊芳(2000)。探討失能老人家庭照顧服務員的照顧正向經驗。長庚大學。

李惠卿(2013)。從我國長照政策談長期照護費特別扣除額之必要性。當代財政，
32，1-2 頁

謝文菁(2013)。照顧失智老人 教你輕鬆應戰(一)。2013 年 11 月 14 日取自
<http://www.epochtimes.com/b5/13/9/10/n3960809.htm>。

游佩真、李嘉玲(2011)。失智老人的照護。2013 年 11 月 14 日取自
http://epaper.ntuh.gov.tw/health/201102/health_2.html。