

自製桌遊對機構失智老人學習成效之探討

投稿類別：教育類

篇名：

自製桌遊對機構失智老人學習成效之探討

作者：

林玟潔。高雄市私立樹德高級家事商業職業學校。幼保三 21 班
林逸萱。高雄市私立樹德高級家事商業職業學校。幼保三 21 班
張玉婷。高雄市私立樹德高級家事商業職業學校。幼保三 21 班

指導老師:王育英老師

壹●前言

一、研究動機

患有失智症的老年人，是家庭的一大負擔，輕者可能還可以自我照顧，重度者則需要旁人的幫忙。失智症老人記憶力有嚴重退化現象，因此，本研究動機是利用小遊戲來幫助失智者復健，吸引失智者玩遊戲的樂趣，也達到手眼並用的效果，讓枯燥而單調的記憶力訓練遊戲變的更生動好玩。為本研究動機之一。

高二課程學校安排教保活動設計及至老人日照中心參訪，發現老人需要關懷及陪伴，因此我們配合教具製作課程，運用桌遊概念設計遊戲，現今的桌遊已不再像過去的黑白棋、大富翁……這麼平淡無奇，現在的桌遊有許多種類，例如：策略遊戲、記憶遊戲……等，我們發現在遊戲進行時，可增進人們之間的互動、記憶力等，研究者自製遊戲的目的為刺激年長者的腦部活動進行回想，經由與他人分享個人經驗以達到促進社會化、改善溝通技巧、並建立受測個案自信與自尊心，因而使其情緒獲得正向改善(林桑彧, 2001; 高潔純、林麗嬋, 2002)。因此，本研究定義自製遊戲為陪同者提供日常生活接觸的經驗，透過陪伴、回憶、分享達到刺激腦部運作及穩定失智老人情緒的一種活動。與他人分享達到情緒的抒發為研究動機之一。

二、研究目的

本研究目的是為了幫助失智老人提升活動力，其中有兩種記憶訓練遊戲，可幫助失智老人提升記憶力，有助刺激大腦減緩退化。利用簡單的遊戲刺激腦部，並且加入生活週遭熟悉的事物，讓遊戲不只是單純的玩樂，更可加強對週遭人事物的概念。

- (一) 探討設計桌遊遊戲對機構失智老人反應力改善。
- (二) 探討設計桌遊遊戲對機構失智老人互動之間影響。
- (三) 探討設計桌遊遊戲對機構失智老人學習後之效益。

三、名詞解釋

(一) 機構失智老人：

機構是指社會獨立架構的社會組織，大至基金會，小至社區中心等。本研究是採日照中心內的失智老人為研究對象。

(二) 失智症：

舊名為癡呆症，是腦部疾病的一種，這不是正常老化的現象，這種狀況會導致思考能力和記憶力長期逐漸退化，影響其他認知功能，包括語言能力、注意力等各方面功能退化，症狀嚴重甚至會影響個人日常生活功能、人際關係等。本研究採輕度失智老人為研究對象。

(三) 益智遊戲(桌遊)：

桌上遊戲，又稱不插電遊戲。桌遊不需要依賴電子儀器，例如：卡片遊戲、圖版遊戲、骨牌遊戲等等，廣義是指撲克牌、大富翁、黑白棋等。常見於團康遊戲、聯誼迎新活動等。本研究以自製桌遊「熊熊動起來」為主。

四、研究對象

- (一)以 65~85 歲的輕度失智老人為主，透過認知遊戲增進大小肌肉、視覺及聽覺正常者。
- (二)輕度失智老人可以自由行動、具有語言能力。
- (三)輕度失智老人大小肌肉可以運用。
- (四)輕度失智老人具有互動能力。

貳●正文

一、機構失智老人及高齡化的涵義

高齡化是指因出生率降低和預期壽命延長導致年齡中位數增加的現象(維基百科)，隨著 65 歲以上人口有持續增加的趨勢，台灣罹患失智症的人口逐漸增加，不少人認為年紀大的人記憶力變差是自然現象，因此錯過早期發現及診斷的機會(台灣失智症協會)，有大多數人誤以為是無藥可醫的。事實上，這十年來，對於失智症的治療有許多的進展 (內政部，2010)。隨著年齡人口的增長，如何維護高齡人口的生活品質與尊嚴，以及因應老化社會帶來的青壯年照顧及扶養負擔加重和少子化現象，是政府持續努力的重要目標。

二、機構失智老人

失智症的類型以阿茲海默氏症，即俗稱老人痴呆症為最常見(劉景寬等人，2000)，常見的失智症臨床現象，例如：失憶、失語、認知功能喪失、行為精神狀況異常、生活自理機能下降等(王靜琳，2011)，而患病年長者隨著病情的嚴重程度，其記憶、思考、行為能力、日常活動日常活動會逐漸衰退(徐亞瑛，2009)。所謂機構是指社會獨立架構的社會組織，大至基金會，小至社區中心等，例如：護理之家、日照中心、養護機構等。本研究採「受恩日照中心」輕度失智老人為研究對象。

三、自製桌遊對失智者的益處

桌遊產業近年快速成長，桌遊不只是提供娛樂也逐漸變成教育意義。桌遊將語文、空間、邏輯、肢體運動、音樂、人際、內省、自然觀察者等八大智能當設計元素，除娛樂之外更有智能開發的學習活動(許永清，2011)，桌遊對銀髮族的價值，能透過操作桌遊帶來有意義的社交活動，有助於減緩腦部老化。現今的桌遊多樣化多了很多選擇有許多不同類型的桌遊，在操作這些桌遊的時候會發現在遊戲進行中，可增進人們之間的互動、反應力、記憶力等。本

研究以自製桌遊「熊熊動起來」為主要研究教具。

四、研究方法

本研究包含自製教具、自製桌遊、活動試教教學教案及自編注意力觀察紀錄表到受恩日照中心實際操作，用實際觀察法，觀察機構失智老人在遊戲活動過程的結果。

(一)研究架構

本研究架構是透過文獻探討，並依據研究目的與研究假設致的結果。

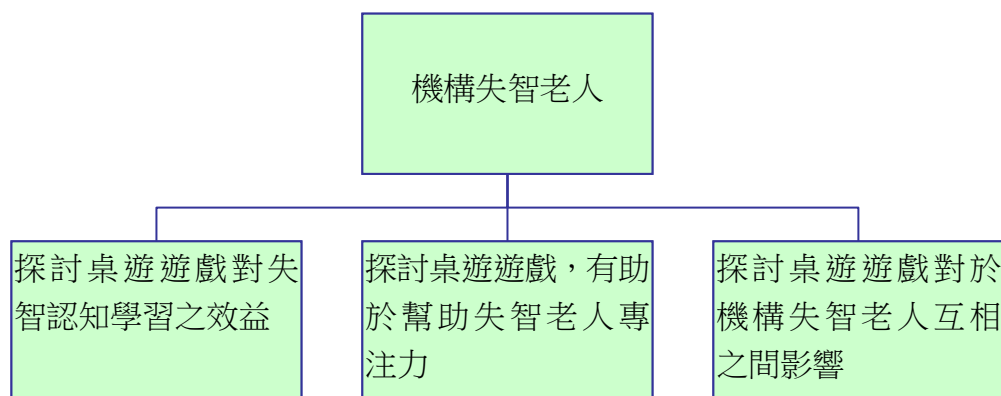


圖 3-1 研究架構圖

(二)研究工具

- 1、本研究利用自製教案、教具教學的方式進行資料蒐集資料，我們利用「機構失智老人檢核表」，因受於失智老人認知與表達能力，以教學式蒐集研究所需的資料。首先蒐集與本研究相關之文獻，再進行深入而廣泛的探討與分析，以驗證本研究目的教具。

表 3-1 自製常識教具製作過程

		
與指導老師討論教具	製作教具	製作教具

自製桌遊對機構失智老人學習成效之探討









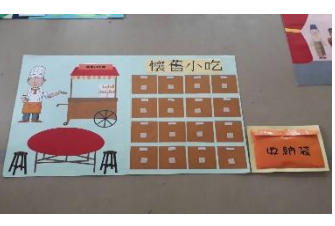



		
製作桌遊	製作桌遊	底地下的動物教具
		
生活知識王教具	我會縫衣服教具	海底世界教具
		
環保小尖兵教具	觸摸板教具	懷舊小吃教具
		
桌遊熊熊動起來翻翻牌	熊熊動起來找出相同卡片	依卡片做出相同動作

表 3-2 到受恩日照中心帶動活動過程

		
利用律動作為引起動機	利用律動作為引起動機	指導者協助老人玩遊戲

自製桌遊對機構失智老人學習成效之探討

		
協助老人玩海底世界	指導者協助老人扣鈕扣	協助老人玩觸摸板
		
協助老人認識顏色遊戲	協助老人玩桌遊	遊戲過程分享
		
依卡片做出動作	協助老人玩觸摸板	聽從研究者指令
		
協助老人玩觸摸板	請老人將卡片名稱說出	受恩日照中心收穫滿滿

2.觀察專注力觀察紀錄表

本研究之對象為機構失智老人，研究者須自編一適用於本研究對象及研究情境之注意力觀察評量。

表3-3 觀察專注力觀察紀錄表

性別：男 女	年齡：() 歲	非常不同意	不同意	普通	同意	非常同意
(1) 自製桌遊「熊熊動起來」能引起機構失智老人的						

注意力及興趣					
(2) 機構失智老人能完成「熊熊動起來」遊戲的指令動作					
(3) 機構失智老人透過「熊熊動起來」遊戲，增進彼此良好互動					
(4) 機構失智老人透過自製教具觸覺版能增進觸覺的敏銳性					
(5) 機構失智老人透過觸覺版增進粗糙辨認					
(6) 機構失智老人透過自製教具「我的衣服」拉、扣動作增進小肌肉運動					
(7) 失智老人是否對研究者設計活動感興趣					
(8) 在遊戲過程機構失智老人能做出卡片的動作					
(9) 在遊戲的過程機構失智老人能專注完成遊戲					
(10) 遊戲過程中讓老人覺得困難					
(11) 自製桌遊玩法困難，無法完成					
特殊形為記錄與補充：					

3. 課程實施之現場紀錄：

為了不使上課內容在紀錄上有所疏漏，研究者以相機拍攝，並在每次課程結束後，將其紀錄以利分析之用。

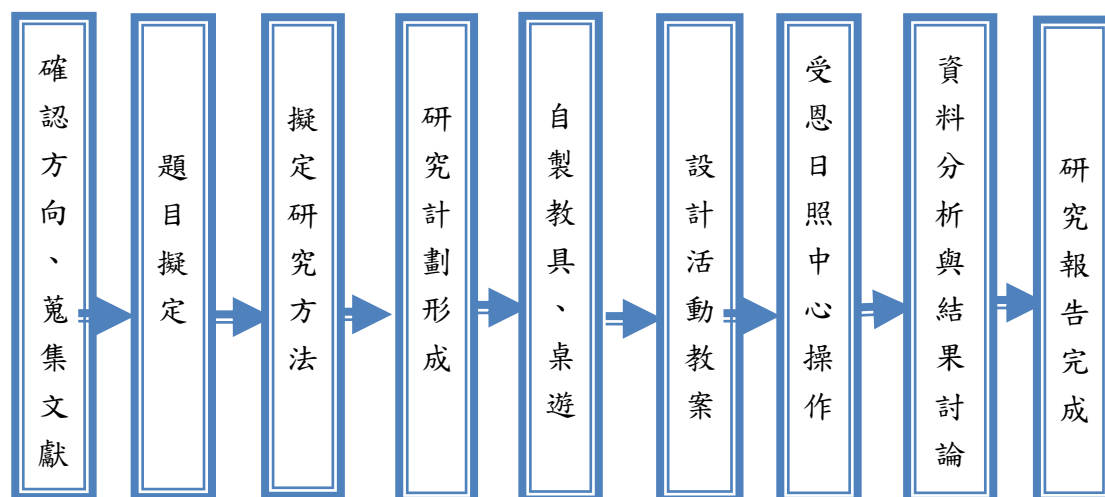


圖 2-2 研究流程圖

(三) 資料處理

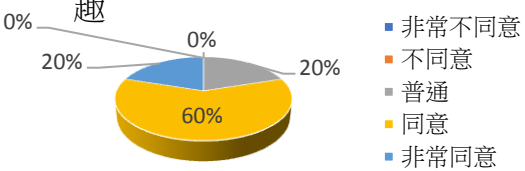
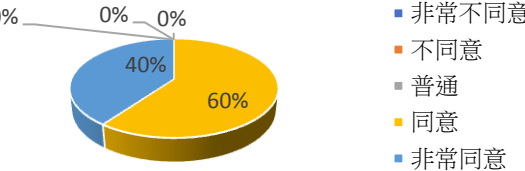
- 1、研究者與觀察者以自製桌遊、常識遊戲及機構失智老人檢核表之紀錄說明了 觀察定義及紀錄的原則方法。檢核表回收後將資料利用電腦統計數據，採用 Excel 之統計數據軟體進行資料處理與分析
- 2、進行觀察記錄練習，實施過程中，利用紙本的方式記錄機構失智老人反應、日照中心情境及特殊狀況，加上指導老師所提供的觀察記錄、互相討論、檢核。
- 3、研究者省思：在課程實施期間，利用課餘時間做整理及記錄，檢核教學依據。

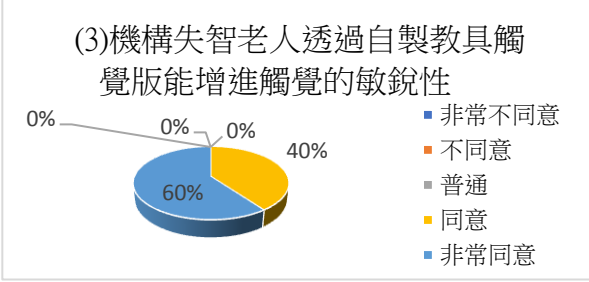
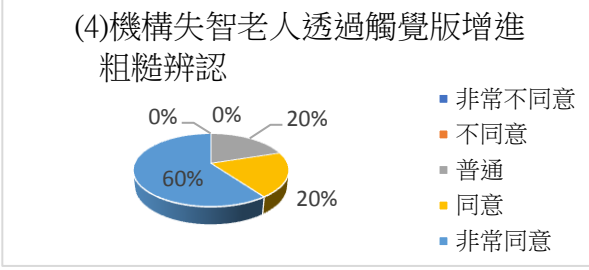
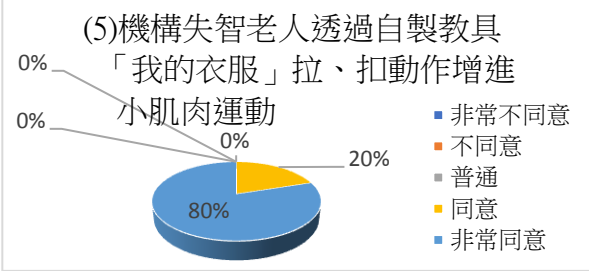
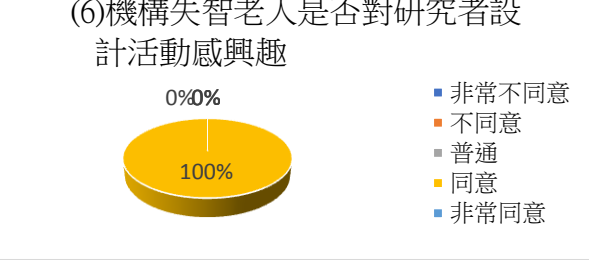
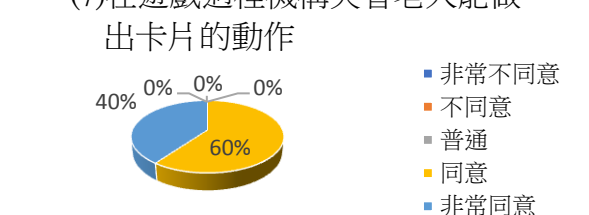
參●結論

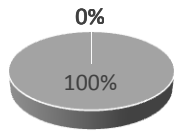
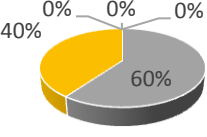
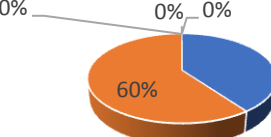
一、分析結果

(一) 檢核表：專注力觀察紀錄表

本章將依據研究者自製教具、「快樂生活、各國文化、我的衣服、我是小廚師、可愛動物」，自製桌遊「熊熊動起來」，對 50 位機構失智老人進行施測，帶領失智老人進行遊戲，研究者觀察失智老人操作自製教具、自製桌遊過程來填寫紀錄表。完成觀察紀錄表後將資料登錄電腦進行統計分析，採用 Excel 之統計軟體進行資料處理及分析。以下為結果分析：

<p>(1)自製桌遊「熊熊動起來」能引起機構失智老人的注意力及興趣</p>  <table border="1"> <thead> <tr> <th>Response</th> <th>Percentage</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>非常不同意</td> <td>0%</td> </tr> <tr> <td>不同意</td> <td>0%</td> </tr> <tr> <td>普通</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>同意</td> <td>60%</td> </tr> <tr> <td>非常同意</td> <td>20%</td> </tr> </tbody> </table>	Response	Percentage	非常不同意	0%	不同意	0%	普通	20%	同意	60%	非常同意	20%	<p>圖 4-1 透過研究者示範自製桌遊，來引起機構失智老人，同意 60%，非常同意 20%，普通 20%，不同意 0%，非常不同意 0%，因為同意度較高，所以自製桌遊能引起注意力及興趣。</p>
Response	Percentage												
非常不同意	0%												
不同意	0%												
普通	20%												
同意	60%												
非常同意	20%												
<p>(2)機構失智老人能完成「熊熊動起來」遊戲的指令動作</p>  <table border="1"> <thead> <tr> <th>Response</th> <th>Percentage</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>非常不同意</td> <td>0%</td> </tr> <tr> <td>不同意</td> <td>0%</td> </tr> <tr> <td>普通</td> <td>0%</td> </tr> <tr> <td>同意</td> <td>60%</td> </tr> <tr> <td>非常同意</td> <td>40%</td> </tr> </tbody> </table>	Response	Percentage	非常不同意	0%	不同意	0%	普通	0%	同意	60%	非常同意	40%	<p>圖 4-2 透過自製桌遊能做出日常生活的動作，同意 60%，非常同意 40%，普通 0%，不同意 0%，非常不同意 0%，因為同意度較高，所以機構失智老人能完成指令動作。</p>
Response	Percentage												
非常不同意	0%												
不同意	0%												
普通	0%												
同意	60%												
非常同意	40%												

<p>(3)機構失智老人透過自製教具觸覺版能增進觸覺的敏銳性</p>  <p>0% 0% 0% 40% 60%</p> <ul style="list-style-type: none"> 非常不同意 不同意 普通 同意 非常同意 	<p>圖 4-3 透過自製教具能增進觸覺的敏銳性，非常同意 60%，同意 40%，普通 0%，不同意 0%，非常不同意 0%，因為非常同意度較高，所以能透過自製教具能讓機構失智老人增進觸覺的敏銳性。</p>
<p>(4)機構失智老人透過觸覺版增進粗糙辨認</p>  <p>0% 0% 20% 20% 60%</p> <ul style="list-style-type: none"> 非常不同意 不同意 普通 同意 非常同意 	<p>圖 4-4 透過觸覺版能增進粗糙辨認，非常同意 60%，同意 20%，普通 20%，不同意 0%，非常不同意 0%，因為非常同意度較高，所以機構失智老人透過觸覺版能增進粗糙辨認。</p>
<p>(5)機構失智老人透過自製教具「我的衣服」拉、扣動作增進小肌肉運動</p>  <p>0% 0% 0% 20% 80%</p> <ul style="list-style-type: none"> 非常不同意 不同意 普通 同意 非常同意 	<p>圖 4-5 透過自製教具「我的衣服」，有拉、扣的動作，非常同意 80%，同意 20%，普通 0%，不同意 0%，非常不同意 0%，因為非常同意較高，所以「我的衣服」能增進小肌肉。</p>
<p>(6)機構失智老人是否對研究者設計活動感興趣</p>  <p>0% 0% 100%</p> <ul style="list-style-type: none"> 非常不同意 不同意 普通 同意 非常同意 	<p>圖 4-6 機構失智老人是否對活動感興趣，同意 100%，非常同意 0%，普通 0%，不同意 0%，非常不同意 0%，因為同意度高，所以機構失智老人對研究者設計活動感興趣。</p>
<p>(7)在遊戲過程機構失智老人能做出卡片的動作</p>  <p>40% 0% 0% 0% 60%</p> <ul style="list-style-type: none"> 非常不同意 不同意 普通 同意 非常同意 	<p>圖 4-7 在遊戲過程中機構失智老人能做出動作，同意 60%，非常同意 40%，普通 0%，不同意 0%，非常不同意 0%，因為同意度較高，所以機構失智老人能做出卡片的動作。</p>

<p>(8)在遊戲的過程機構失智老人能專注完成遊戲</p>  <p>0% 100%</p> <ul style="list-style-type: none"> 非常不同意 不同意 普通 同意 非常同意 	<p>圖 4-8 在遊戲的過程中機構失智老人能專注的完成遊戲，普通 100%，同意 0%，非常同意 0%，不同意 0%，非常不同意 0%，因為普通度較高，所以在遊戲的過程中機構失智老人能專注完成遊戲。</p>
<p>(9)遊戲過程中讓機構失智老人覺得困難</p>  <p>0% 0% 0% 40% 60%</p> <ul style="list-style-type: none"> 非常不同意 不同意 普通 同意 非常同意 	<p>圖 4-9 遊戲過程中讓機構老人覺得困難，普通 60%，同意 40%，非常同意 0%，不同意 0%，非常不同意 0%，因為普通較高，所以在遊戲過程中讓機構失智老人覺得沒有那麼困難。</p>
<p>(10)自製桌遊玩法困難，無法完成</p>  <p>0% 0% 0% 60% 40%</p> <ul style="list-style-type: none"> 非常不同意 不同意 普通 同意 非常同意 	<p>圖 4-10 透過自製桌遊覺得玩法困難，無法完成，不同意 60%，非常不同意 40%，普通 0%，同意 0%，非常同意 0%，因為不同意度較高，所以自製桌遊玩法不算困難。</p>

(二) 研究者的省思

到了受恩日照中心，我們以律動引起動機。本研究採 50 位的輕度失智老人為研究對象，自製教具觸摸版能增進觸覺的敏銳性。還有其中一份自製教具「我的衣服」操作方式是有拉拉鍊和扣鈕釦，這部分對老人來說就很生活化，拉、扣動作能增進老人手部小肌肉發展。這次研究自製桌遊「熊熊動起來」玩的比理想中的好，我們就把圖卡上的圖片改為日常生活的動作，例如：刷牙、跑步、喝水.....這些對於輕度失智老人來說會簡單很多，所以在進行遊戲時阿公阿嬤們並不會感到困難，雖然在反應上比較遲緩一點，但他們是可以做出正確動作，藉由這次的機會讓我們了解原來自製遊戲可以激勵老人家學習，希望以後有更多的機會可以參與這樣的活動。

二、結論

- (一) 從機構失智老人活動試教結果發現，遊戲活動能提升專注力，機構失智老人利用遊戲活動的教具、桌遊，可減緩腦部退化，例如：律動、觸摸教具、自製桌遊。
- (二) 機構失智老人在遊戲活動試教時，因為教具不同，而有不同專注力的表現，研究者發

現機構失智老人比較能專注在自製桌遊「熊熊動起來」的過程中，他們可以分享生活經驗，同時發現可以彼此交換動作增進人際關係及互動，研究者在講解或者示範時也能專注在其中，能引起他們的對遊戲的趣味性及動力，達到我們研究目的。

- (三) 研究者與機構失智老人互動時發現，某部分老人都能專心在遊戲活動試教中，但有少數老人們不感興趣容易受到干擾，需要請他們動手操作，不僅能增進他們的樂趣也能增進小肌肉發展。戲也能讓幼兒與老人增進手眼協調能力及放鬆身心

肆●引註資料

- 1.林桑彧(2001)。認識老年失智症。台北。國家出版社。
- 2.內政部 (2010)。民國 98 年老人狀況調查報告。台北：內政部。
- 3.王靜琳(2011)。失智症配偶陪病經驗之探討。育英醫護管理專科學校專題研究計畫，計畫編號: 100S-03，高雄。
- 4.台灣失智症協會 (2011a)。失智症盛行率調查報告。2011年5月18日，取自 <http://www.tds.org.tw/html/front/bin/ptdetail.phtml?Part=021&Category=121256>
- 5.許永清(2011)。財團法人中華民國圖板遊戲推廣協會。台南。
- 6.徐亞瑛 (2009)。失能老人家庭照顧者就業與照顧工作共容？(II/III)。長庚大學護理學系 2009-2011 年研究計畫，桃園。