

投稿類別：教育類

篇名

青銀共照懷舊情-以 F 機構失智老人為例

作者：

陳香妤。高雄市私立樹德高級家事商業職業學校。照服三 19 班

呂宛蓉。高雄市私立樹德高級家事商業職業學校。照服三 19 班

黃靖芳。高雄市私立樹德高級家事商業職業學校。照服三 19 班

指導老師：王育英老師

壹、前言

一、研究動機

在長者生命的過程中，累積了豐富的經驗與豐厚的早年生活文化，這些都是珍難得的資產。而懷舊物品則成為懷舊的記號，每一個懷舊物品因人而異的記載下各種人與物的小故事。本研究以設計懷舊遊戲引導老人回憶過往經驗，以瞭解是否有助於提昇高齡失智者的成就感及增進記憶力為研究動機。高一及高二學校安排我們到機構參訪及暑假實習，在活動過程中長者會主動來參與我們帶領的活動，研究者發現長者透過累積了豐富的經驗與豐厚的早年生活文化分享與回饋，鼓勵與其他人接觸，使他們的生活不感到孤寂與制式化。

二、研究目的

本研究利用簡單的懷舊教具刺激大腦，加入一些長者熟悉的物品，讓教具不只是單純的玩樂安定長者情緒，而是加強長者對物品的熟悉。

- (一) 瞭解高齡失智者在參與懷舊活動中之重要經驗感受。
- (二) 探討透過懷舊遊戲對長者的影響。
- (三) 探討自製懷舊教具實施後對失智長者之效益。

三、名詞解釋

- (一) 失智老人：失智症是腦部疾病的其中一類，此症導致思考能力和記憶力長期而逐漸地退化，並使個人日常生活功能受到影響，最常見的失智症類型是阿茲海默症，本研究以機構輕、中度失智老人為對象。
- (二) 青銀共照：青年與長者彼此互相照料。讓青年和高齡者有機會踏入彼此生活圈並有所交集，讓不同世代經驗分享與新舊新知方法互相交流，協助減輕高齡長者的孤獨與脫節感。
- (三) 懷舊遊戲：本研究自製懷舊教具：懷舊市場、來買菜、懷舊時光、夜市小吃，以生活為方向讓長者回憶人生過去甜蜜、快樂、高興、難忘等事件，透過重溫往日甜蜜時光，增進愉悅感受及個人人際關係。本研究懷舊操作性可以增進長者經驗分享。

四、研究對象

本研究中的失智老人指的是高雄市 F 機構為研究場地，65~95 歲的輕、中度失智老人為研究對象，此研究中受試者之選擇標準如下：

- (一) 輕、中度失智老人年齡層為 65~95 之間。

(二) 具基本語言能力，能理解簡單之口語指令，具基本與他人互動之能力與意願，能乘坐在椅子或輪椅上操作遊戲，藉由自製教具與自製活動教案，實際帶領活動讓失智老人實際操作提升失智老人的認知能力。

貳、正文

一、懷舊之涵義

「所謂的「懷舊」一般指的是緬懷自己所知的記憶。如今再次出現在眼前，於是引起懷舊的情感」(王思迅、吳志鴻、胡宏明，2004)。「懷舊是把現在看成充滿缺陷和不足，而過去則被視作相對完整、有權威性和充滿希望的完美無地方」(周蕾，2018)。大多數人對懷舊的定義，比較像是對過去的回想，或由過去成長經驗中有所交集的人事物，所產生的共同回憶。雖然過去的季節，人事物及一些擺設一切依舊一樣。可是時間在變人也會慢慢變老，很多事物都隨著時間慢慢地改變，所以懷舊是懷念自己內心最重要事物。「身體機能老化導致年長者的社會角色由照護者變成被照護者，引發自信心低落，進而社會參與度也逐漸下降」(韋懿庭(2011) 長輩在老化過程需要生理、心理的調適，所以要幫助長者提高身心健康和生活品質，懷舊或許扮演了一種我們與其它的人或事建立聯繫的資源。

二、青銀共照對長者的好處

「透過年輕人與長者的互動讓長者的生活更充實，人際關係更擴展」(晏子萍，2017)，為推動樂齡學習中心永續經營，青少年及長者可以透過遊戲達到共識感，「2015年試辦樂齡學習社會企業計畫，以加強世代互動及相互學習成長，促進世代共融」(黃月麗，2016)。而共學的意思是互相分享互相學習彼此的經驗，所以青銀共學也可以說是老少互相分享經驗與學習。

「近年利用社區與生活空間，開啟高齡者與青年人「混齡生活」，它是不同世代間共同學習邁向終身學習的概念」(黃富順，2008)，世代都有其經歷的社會與歷史的經歷過程，因此養成的觀念及思考方向會有所不同。促進代間學習及推廣青少年與長者在不同的經歷與文化傳承可以互相分享。達到世代共學的理念，增進青銀共照間良好關係為目的，培養青少年學習陪伴及關懷老人，讓老人生活更有生命力。

三、自製懷舊教具對長者影響

藉由懷舊教具能增進長者間的互動也能增進彼此的情感，拉近彼此之間的距離。可以讓長者與青少年一起完成教具，不但能夠訓練長者的手部肌肉，還能讓長者在製作的過程中獲得成就感，本研究自製懷舊教具包含懷舊市場、來買菜、懷舊時光、夜

市小吃，可以讓長者與青少年一起完成教具，這樣不但能夠訓練長者的手部肌肉，還能讓長者在製作的過程中獲得成就感，拉近彼此之間的距離。

四、研究方法

本研究包含「自製懷舊教具」及自編「觀察記錄表」到 F 養護之家實際操作，用實際觀察法，觀察及記錄長者和青少年的學習互動。

(一) 研究架構

本研究架構是透過相關文獻探討，並依據研究目的結果；本研究包含「自製懷舊教具」及自編「觀察記錄表」到 F 養護之家實際操作，用實際觀察法，觀察及記錄長者和青少年的學習互動。並以架構圖呈現。

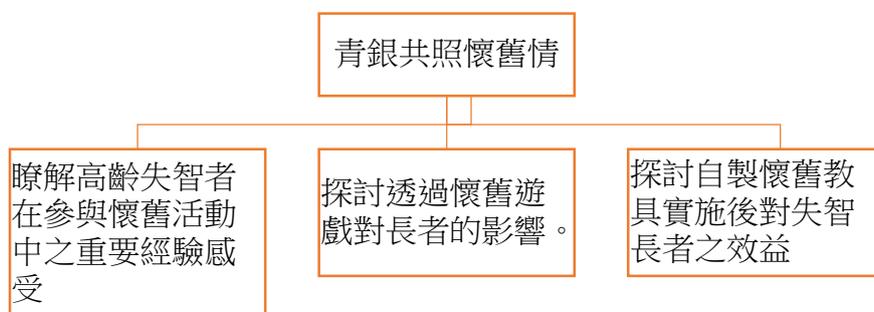


圖 1-1 研究架構圖

(二) 研究工具

藉由自製懷舊教具觀察機構失智老人認知能力情形，增進機構失智老人的手部肌肉，及增進老人的興趣及參與感。

表 1-1 自製懷舊教具製作過程

		
開始製作來買菜教具	開始製作童玩教具	開始製作夜市小吃教具

		
開始製作懷舊時光教具	與指導老師討論教具內容	與指導老師討論教具內容
		
古早小吃作品	來買菜作品	台灣好料作品
		
童玩作品	來買菜作品	夜市小吃作品
		
懷舊時光作品	懷舊時光作品	討論內容

表 1-2 到 F 機構帶動活動過程

		
健康操作為活動引起動機	機構老人認識夜市小吃	機構老人指出童玩經驗

		
機構老人知道的夜市小吃	機構老人說出蔬菜的名稱	讓長者增進對童玩的玩法
		
長者用圖卡拼出夜市美食	長者把水果放在對應位置	與工作人員在機構合照

(三) 觀察檢核表

本研究對象為失智老人，研究者須自編適用於本研究對象及研究情境之認知能力觀察評量。

表1-3觀察檢核表

性別：男 女	年齡：（ ）歲	非常不同意	不同意	普通	同意	非常同意
(1) 自製懷舊教具能引起機構失智老人的注意力及興趣						
(2) 機構失智老人透過自製懷舊教具可以達到互相分享經驗						
(3) 機構失智老人能完成自製懷舊教具的指令動作						
(4) 機構失智老人透過自製懷舊教具，增進彼此良好互動						
(5) 機構失智老人透過懷舊時光能說出雜貨店食物的名稱						
(6) 機構失智老人透過買賣遊戲能增進算數的能力						
(7) 機構失智老人透過懷舊遊戲，增進小肌肉動作						
(8) 機構失智老人透過自製懷舊教具「夜市小吃」能說出小吃的名稱及材料						
(9) 失智老人是否對研究者設計活動感興趣						

(10)在遊戲過程機構失智老人能將卡片放在相對應的位子					
(11)在遊戲的過程機構失智老人能專注完成遊戲					
(12)在遊戲過程機構失智老人會觀察其他人的動作					
(13)遊戲過程中讓機構失智老人覺得困難					
(14)機構失智老人會因為遊戲過程而放鬆身心					
(15)自製教具玩法困難，無法完成					
特殊形為記錄與補充：					

(四) 研究流程

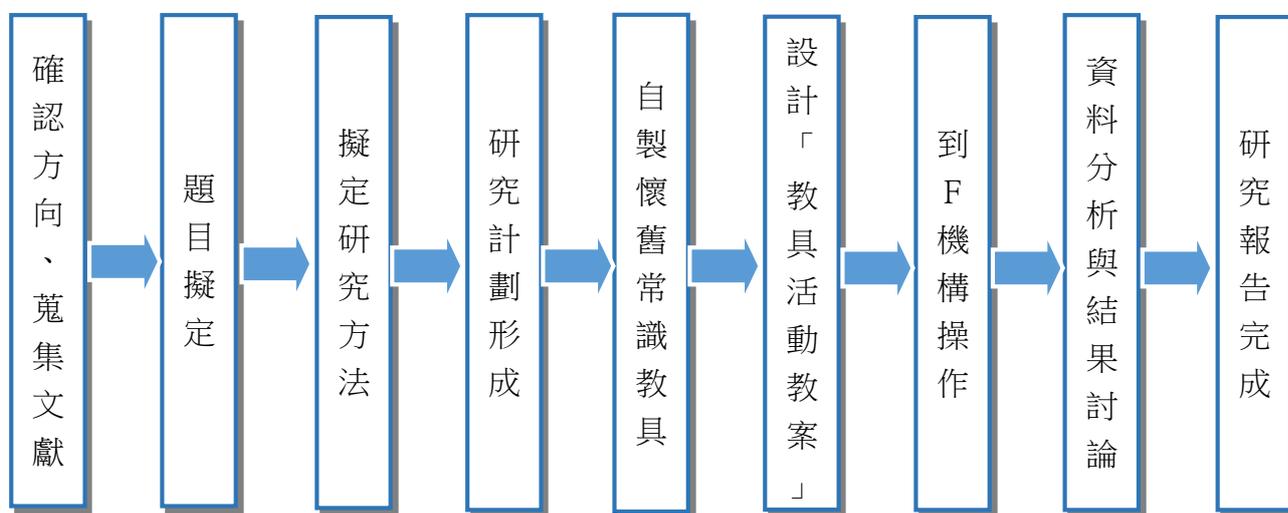


圖2-1 研究流程圖

(五) 資料處理

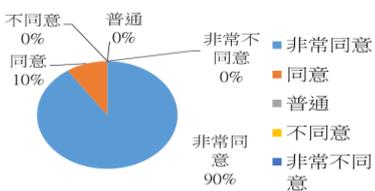
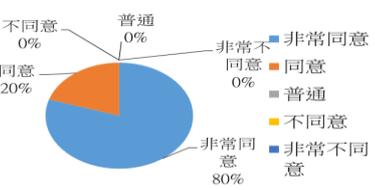
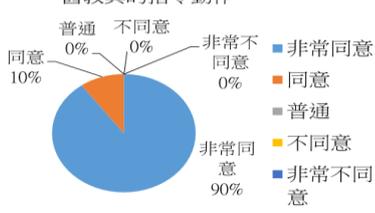
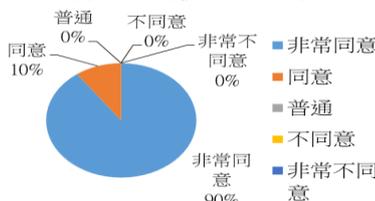
- 1、進行觀察記錄實施過程中，回收後將資料登錄電腦進行統計分析，採用Excel統計軟體進行資料處理與分析。
- 2、進行觀察記錄實施過程中，利用紙本方式記錄機構失智老人反應情境及特殊狀況，加上機構社工及學校指導老師所提供的觀察記錄互相討論、檢核。
- 3、研究者省思:每個遊戲結束後的整理與紀錄，活動後的觀察紀錄及省思，檢核教學的依據。

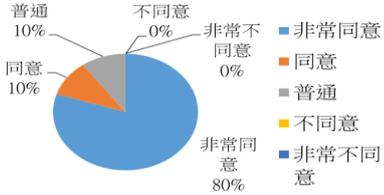
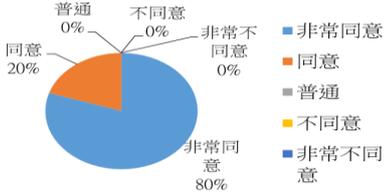
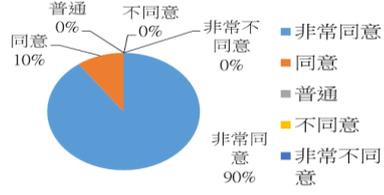
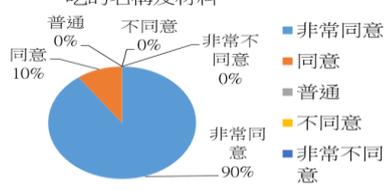
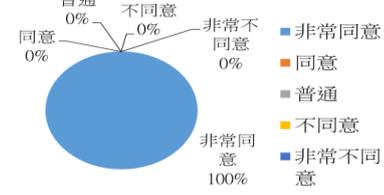
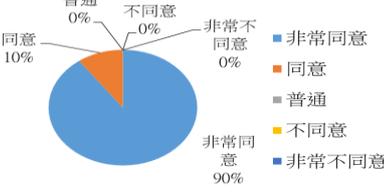
參、結論

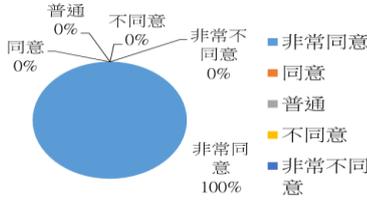
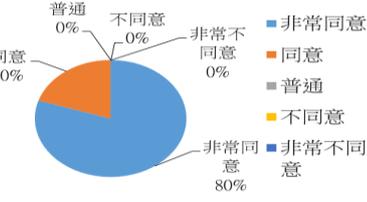
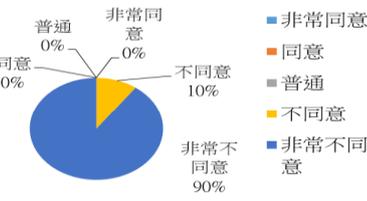
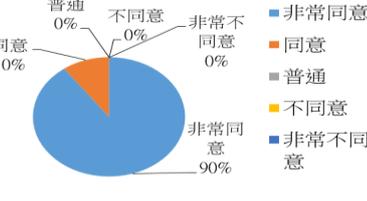
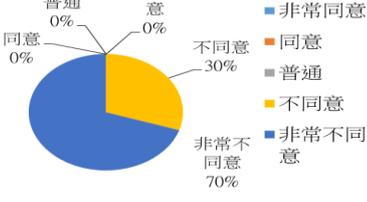
一、分析結果

(一)檢核表:觀察紀錄表

本章將依據研究者自製教具對 15 名機構失智老人進行施測，將檢核表觀察記錄登錄電腦中進行統計分析，採用 Excel 統計軟體進行資料處理與分析並針對結果加以說明及討論。

<p>(1)自製懷舊教具能引起機構失智老人的注意力及興趣</p>  <p>不同意 0% 普通 0% 非常不同意 0% 同意 10% 非常同意 90%</p>	<p>圖 3-1 分析研究非常同意 90%，同意 10%，普通 0%，不同意 0%，非常不同意 0%，因為非常同意度較高，所以自製懷舊教具能引起機構失智老人的注意力及興趣。</p>
<p>(2)機構失智老人透過自製懷舊教具可以達到互相分享經驗</p>  <p>不同意 0% 普通 0% 非常不同意 0% 同意 20% 非常同意 80%</p>	<p>圖 3-2 分析研究非常同意 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，所以透過自製懷舊教具機構失智老人可以達到互相分享的經驗。</p>
<p>(3)機構失智老人能完成自製懷舊教具的指令動作</p>  <p>不同意 0% 普通 0% 非常不同意 0% 同意 10% 非常同意 90%</p>	<p>圖 3-3 分析研究非常同意 90%同意 10%，普通 0%，不同意 0%，非常不同意 0%，因為非常同意度較高，所以機構失智老人能完成指令動作。</p>
<p>(4)機構失智老人透過自製懷舊教具，增進彼此良好互動</p>  <p>不同意 0% 普通 0% 非常不同意 0% 同意 10% 非常同意 90%</p>	<p>圖 3-4 分析研究非常同意 90%，同意 10%，普通 0%，不同意 0%，非常不同意 0%，因為非常同意度較高，所以透過自製懷舊教具機構失智老人能增進良好互動。</p>

<p>(5)機構失智老人透過懷舊時光能說出雜貨店食物的名稱</p>  <table border="1"> <thead> <tr> <th>Response</th> <th>Percentage</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>非常同意</td> <td>80%</td> </tr> <tr> <td>同意</td> <td>10%</td> </tr> <tr> <td>普通</td> <td>10%</td> </tr> <tr> <td>不同意</td> <td>0%</td> </tr> <tr> <td>非常不同意</td> <td>0%</td> </tr> </tbody> </table>	Response	Percentage	非常同意	80%	同意	10%	普通	10%	不同意	0%	非常不同意	0%	<p>圖 3-5 分析研究非常同意 80%，同意 10%，普通 10%，不同意 0%，非常不同意 0%，因為非常同意度較高，所以機構失智老人能說出雜貨店食物的名稱。</p>
Response	Percentage												
非常同意	80%												
同意	10%												
普通	10%												
不同意	0%												
非常不同意	0%												
<p>(6)機構失智老人透過買賣遊戲能增進算數的能力</p>  <table border="1"> <thead> <tr> <th>Response</th> <th>Percentage</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>非常同意</td> <td>80%</td> </tr> <tr> <td>同意</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>普通</td> <td>0%</td> </tr> <tr> <td>不同意</td> <td>0%</td> </tr> <tr> <td>非常不同意</td> <td>0%</td> </tr> </tbody> </table>	Response	Percentage	非常同意	80%	同意	20%	普通	0%	不同意	0%	非常不同意	0%	<p>圖 3-6 分析研究非常同意 80%，同意 20%，普通 0%，不同意 0%，非常不同意 0%，因為非常同意度較高，所以機構失智老人透過買賣遊戲能增進算術能力。</p>
Response	Percentage												
非常同意	80%												
同意	20%												
普通	0%												
不同意	0%												
非常不同意	0%												
<p>(7)機構失智老人透過懷舊遊戲，增進小肌肉動作</p>  <table border="1"> <thead> <tr> <th>Response</th> <th>Percentage</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>非常同意</td> <td>90%</td> </tr> <tr> <td>同意</td> <td>10%</td> </tr> <tr> <td>普通</td> <td>0%</td> </tr> <tr> <td>不同意</td> <td>0%</td> </tr> <tr> <td>非常不同意</td> <td>0%</td> </tr> </tbody> </table>	Response	Percentage	非常同意	90%	同意	10%	普通	0%	不同意	0%	非常不同意	0%	<p>圖 3-7 分析研究非常同意 90%，同意 10%，普通 0%，不同意 0%，非常不同意 0%，因為非常同意度較高，所以透過懷舊市場機構失智老人能增進小肌肉動作。</p>
Response	Percentage												
非常同意	90%												
同意	10%												
普通	0%												
不同意	0%												
非常不同意	0%												
<p>(8)機構失智老人透過自製懷舊教具「夜市小吃」能說出小吃的名稱及材料</p>  <table border="1"> <thead> <tr> <th>Response</th> <th>Percentage</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>非常同意</td> <td>90%</td> </tr> <tr> <td>同意</td> <td>10%</td> </tr> <tr> <td>普通</td> <td>0%</td> </tr> <tr> <td>不同意</td> <td>0%</td> </tr> <tr> <td>非常不同意</td> <td>0%</td> </tr> </tbody> </table>	Response	Percentage	非常同意	90%	同意	10%	普通	0%	不同意	0%	非常不同意	0%	<p>圖 3-8 分析研究非常同意 90%，同意 10%，普通 0%，不同意 0%，非常不同意 0%，因為非常同意較高，所以透過自製懷舊教具「夜市小吃」機構失智老人能說出小吃的名稱及材料。</p>
Response	Percentage												
非常同意	90%												
同意	10%												
普通	0%												
不同意	0%												
非常不同意	0%												
<p>(9)機構失智老人是否對研究者設計活動感興趣</p>  <table border="1"> <thead> <tr> <th>Response</th> <th>Percentage</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>非常同意</td> <td>100%</td> </tr> <tr> <td>同意</td> <td>0%</td> </tr> <tr> <td>普通</td> <td>0%</td> </tr> <tr> <td>不同意</td> <td>0%</td> </tr> <tr> <td>非常不同意</td> <td>0%</td> </tr> </tbody> </table>	Response	Percentage	非常同意	100%	同意	0%	普通	0%	不同意	0%	非常不同意	0%	<p>圖 3-9 分析研究非常同意 100%，同意 0%，普通 0%，不同意 0%，非常不同意 0%，因為非常同意度高，所以機構失智老人對研究者設計活動感興趣。</p>
Response	Percentage												
非常同意	100%												
同意	0%												
普通	0%												
不同意	0%												
非常不同意	0%												
<p>(10)在遊戲過程機構失智老人能將卡片放在相對應的位子</p>  <table border="1"> <thead> <tr> <th>Response</th> <th>Percentage</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>非常同意</td> <td>90%</td> </tr> <tr> <td>同意</td> <td>10%</td> </tr> <tr> <td>普通</td> <td>0%</td> </tr> <tr> <td>不同意</td> <td>0%</td> </tr> <tr> <td>非常不同意</td> <td>0%</td> </tr> </tbody> </table>	Response	Percentage	非常同意	90%	同意	10%	普通	0%	不同意	0%	非常不同意	0%	<p>圖 3-10 分析研究非常同意 90%，同意 10%，普通 0%，不同意 0%，非常不同意 0%，因為非常同意度較高，所以機構失智老人能將卡片放在相對應的位子。</p>
Response	Percentage												
非常同意	90%												
同意	10%												
普通	0%												
不同意	0%												
非常不同意	0%												

<p>(11)在遊戲的過程機構失智老人能專注完成遊戲</p>  <p>同意 0% 普通 0% 非常不同意 0% 非常同意 100% 不同意 0%</p>	<p>圖 3-11 分析研究非常同意 100%，同意 0%，普通 0%，不同意 0%，非常不同意 0%，因為非常同意度較高，所以在遊戲的過程中機構失智老人能專注完成遊戲。</p>
<p>(12)在遊戲過程機構失智老人會觀察其他人的動作</p>  <p>同意 20% 普通 0% 非常不同意 0% 非常同意 80% 不同意 0%</p>	<p>圖 3-12 分析研究非常同意 80%，同意 20%，普通 0%，不同意 0%，非常不同意 0%，因為非常同意度較高，所以遊戲過程中機構失智老人會觀察其他人的動作。</p>
<p>(13)遊戲過程中讓機構失智老人覺得困難</p>  <p>非常同意 0% 同意 0% 普通 0% 非常不同意 90% 不同意 10%</p>	<p>圖 3-13 分析研究非常不同意 90%，不同意 10%，同意 0%，非常同意 0%，普通 0%，因為非常不同意較高，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>(14)機構失智老人會因為遊戲過程而放鬆身心</p>  <p>同意 10% 普通 0% 非常不同意 0% 非常同意 90% 不同意 0%</p>	<p>圖 3-14 分析研究非常同意 90%，同意 10%，普通 0%，不同意 0%，非常不同意 0%，因為非常同意度較高，所以機構失智老人會因為遊戲過程而放鬆身心。</p>
<p>(15)自製教具玩法困難，無法完成</p>  <p>非常同意 0% 同意 0% 普通 0% 非常不同意 70% 不同意 30%</p>	<p>圖 3-15 分析研究非常不同意 80%，不同意 20%，普通 0%，同意 0%，非常同意 0%，因為非常不同意度較高，所以自製桌遊玩法不算困難。</p>

(二)研究者的省思

藉由高二校外實習經驗，透過指導老師的指導與組員們的討論，才訂立出專題主題。學習到如何找相關資料，因為需要找很多資料，透過組員們努力尋找及指導老師提供建議，才完成了參考文獻。我們利用了假日時間到機構去帶活動，設計的活動及教具長者們都很專注完成，激勵長者懷舊的效益，希望有機會可以再到機構帶活動陪

伴關懷長者。在這一整個過程中領悟到很多事情，專題不是一個人就可以完成的而是要靠團隊合作，了解到人與人之間溝通的重要性。

二、結論

- (一) 研究發現機構失智老人在懷舊遊戲過程中，遊戲活動能提升長者專注力，機構失智老人利用遊戲活動的教具可增進認知能力。
- (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自製教具「來買菜」的過程中，比較能引起他們的樂趣，研究者在講解規則時也能專注在其中，分享他們過往經驗。
- (三) 研究者與機構失智老人互動時發現，大部分老人都能專心在遊戲活動中，但少數容易受干擾，需要請他們動手操作或慢慢地去引導他們才可再進行遊戲。

肆、引註資料

1. 韋懿庭(2011)。音樂照顧活動於成功老化成效之探討。未出版碩士論文。國立雲林科技大學。雲林
2. 王思迅、吳志鴻、胡宏明(2004)。台灣古董雜貨珍藏圖。台北：果實出版社。
3. 晏子萍(2017)。老少共學世代共融。熟年誌-第 68 期-觀念。2017 年 11 月 01 日，取自 <https://www.lifeplus.com.tw/11622/>
4. 黃月麗(2016)。人口老化下的高齡教育政策。國土及公共治理季刊
5. 黃富順 (2008)。高齡社會與高齡教育。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 1-30)。台北:師大書苑。
6. 青銀共學與終身學習(2018)。2020 年 9 月 18 日，取自 <https://lll.ntpc.edu.tw/Upload/Work/Files/%E7%B5%82%E6%95%99%E6%9C%9F%E5%88%8A/19/%E7%B5%82%E6%95%99%E6%9C%9F%E5%88%8A%E7%AC%AC19%E6%9C%9F.pdf>
7. 周蕾(2018)。本文摘錄自《理想主義之後的倫理學》，河南大學出版社。2020 年 7 月 25 日，取自 https://www.hk01.com/%E5%93%B2%E5%AD%B8/159629/%E4%BD%95%E8%AC%82%E6%87%B7%E8%88%8A-%E4%B8%A8%E5%91%A8%E8%95%BE?utm_content=buffer4b4c0&utm_medium=Social&utm_source=facebook+hk01&utm_campaign=buffer