

第 5 期

# 新北市終身教育期刊

The Journal of Lifelong Education of New Taipei City



本期主題

## 高齡學習社會

The Society of Learning for Elders

焦點  
論壇

學術  
研究

經驗  
分享

終教  
園地



新北市政府 編印

新北市終身學習輔導團  
101年度影視地區—社會教育推廣參訪活動  
主辦單位：新北市政府教育局  
協辦單位：新北市政府社會教育委員會  
活動日期：101年10月28日 星期日



# 目錄

## 焦點論壇

|                                |   |    |
|--------------------------------|---|----|
| 高齡社會中老化迷思與超越                   | 許民忠<br>國家教育研究院副研究員                                    | 4  |
| 高齡學習與成功老化關係之探討                 | 姚卿騰<br>國立中正大學博士生<br>游金滂<br>南華大學助理教授、國立臺灣師範大學社會教育研究所博士 | 11 |
| 高齡學習社會亮點工程：<br>退休生涯經營—看見、理解與布局 | 朱芬郁<br>實踐大學家庭研究與兒童發展學系助理教授                            | 17 |
| 臺灣人口老化與高齡學習的重要性                | 董國安<br>新竹縣立石光國民中學輔導主任                                 | 26 |

## 學術研究

|                               |  |    |
|-------------------------------|--|----|
| 高齡創造力教學方案之行動研究                | 張德永<br>國立臺灣師範大學社會教育系副教授<br>劉以慧<br>稻江科技暨管理學院老人福祉與社會工作學系助理教授 | 34 |
| 學習型城市區域整合模式初探<br>—以新北市萬里區為例   | 曾秀珠<br>新北市北新國民小學校長   | 43 |
| 高齡社會與隔代教養                     | 王佳琳<br>高師大成人教育研究所碩三  | 55 |
| 論高齡學習的必要性與趨勢探究                | 黃瑞琪<br>新北市北峰國民小學教師   | 61 |
| 活到老、快樂學到老<br>—音樂療育VS.老年的休閒與靈性 | 黃千珮<br>師大社會教育系博士班博士生                                       | 67 |
| 高齡期五大人格的特質與發展                 | 葉俊廷<br>中正大學成人及繼續教育學系博士生                                    | 72 |
| 高齡教育辦學經驗傳承計畫成果與檢討             | 徐嘉鴻<br>國立高雄師範大學研究助理  | 78 |

## 經驗分享

|  |   |          |
|--|---|----------|
| 魔法屋為新移民媽媽點亮閱讀魔力  | 張珏菁<br>高雄師範大學成人教育所博士班研究生                    | 81       |
| 站在社大學習路上   | 石惠蘭<br>曾文社區大學學員                             | 84       |
| 義工創校與武訓興學～談二林社區大學的成人教育<br>可培養軟能力與硬能力的成人教育方式～問題導向學習法(PBL) | 楊喜貯<br>彰化縣二林社區大學副校長<br>王仁癸<br>臺灣社區大學教師協會理事長 | 86<br>90 |
| 終身學習～樂齡生活在大有   | 陳秀芳<br>新北市重陽國民小學教務主任<br>新北市終身教育輔導團團員        | 95       |

## 終教園地

|               |                          |     |
|---------------|--------------------------|-----|
| 在夜補校裡         | 王興轉<br>新北市五峰國民中學補校學生     | 99  |
| 重圓求學夢         | 蔡桂英<br>新北市五峰國民中學補校學生     | 100 |
| 上補校的感想        | 林春蘭<br>桃園縣大園國民中學補校學生     | 101 |
| 我與非洲舞的邂逅      | 黃美虹<br>新北市麗林國民小學教師       | 102 |
| 補校與我          | 林良燕<br>高雄市楠梓國民中學教師       | 103 |
| 走在樂齡的學習路上     | 謝樹源<br>新北市永和區樂齡學習中心/志工學員 | 104 |
| 補校雜記          | 張珍瑛<br>臺中市立五權國民中學附設補校教師  | 106 |
| 國民中學附設補校教學的省思 | 邱奕城<br>桃園縣立大園國民中學補校主任    | 107 |

自我何種能力低落或缺乏，透過學習而能與社會形成連結。一個人的知識與能力是必須經由學習過程而獲得，不是天生的，想要具備有怎樣的能力，就必須透過學習，不經學習，相關的認知、技能和情意的能力不會憑空產生。因此，補習教育不再是侷限在降低文盲的比率，而是協助學習者組織其經驗並培養其獨立學習並發展自我導向學習的能力。藉由學習的歷程讓學習者能融入於社會群體中，並且自我成長、自我認同、甚至可幫助達到自我實現的境界。

## 『走在樂齡的學習路上』

新北市永和區樂齡學習中心 志工學員/謝樹源

入世是偶然的，成長學習是必然的，而這是一條曲折多變、曼曼冗長的終身之路。生命的延續是依賴學習的本能，始得以傳承或更新，鄉間目睹雛鳥，自裸身胎毛漸脫，而羽翼長成，何曾不是一再展翅學飛，努力不懈，終得於凌空翱翔。人自呱呱落地、嗷嗷待哺，牙牙學語，口齒渾沌，語焉不詳，學爬學步、無不跌跌撞撞，屢仆屢起，若畏言語塞，懼摔怕疼，豈能談辭如雲，挺立而行，其無不在學習中成長茁壯，各種生物、植物不也是這樣嗎？

學習是生命延續的過程，從學校教育，奠定了個人步入社會的基礎，但人生多變，學校教育無法對應現實，尤其速倍數的科技資訊日新月異的時代，除了工作中自我充實，有賴終身學習的求知才能適應，珍惜當下，把握學習機會，彎腰俯首才能拾穗。學習什麼？專業、通識，文來武往，在所不拘，只要我高興，有什麼不可以？學習年齡，老者不拒，政府猶應積極提倡引導，鼓勵年長者不要宅在家，要成為忘齡人生的活躍老人，所謂：「八十不知天命、九十不知耳順」，只要你願意！退休後，一樣可以活得精彩繽紛與燦爛，將寂寞趕走，把孤獨融化！自主尊嚴，家庭健康，社會祥和！

人生猶如一座寶藏，需要我們不斷的去探索、掘取。莊子云：「吾生也有涯，而知也無涯……」幼時，家居鄉村，世代務農，每次目睹先父在園中翻土、撒種、施肥、澆水，偶而蹲在一旁，不經意的觀察到那幼嫩的豆芽，經歷一番掙扎，終於破土而出的畫面，在大自然中，這生物萌芽茁壯，不屈不撓的生命韌性，讓我體悟至深，記憶猶存。就這樣的啟發了我在戰後貧飢困窘的環境中，得以力爭上游，無奈家境所迫，只有踏上那條別無選擇的道路——中輟。投入社會，面對人生嚴酷的考驗。在那數十寒暑的職場中，除了自費課程學習外，更考取空中行專帶職進修，汲取見聞以匡不逮，任職中，大小挫折不勝枚舉，其間用汗水和眼淚的付出，「罄竹難書」。但這也都是可遇不可求的機會教育，彌補了不少學習的認知，畢竟一切過程都是學習，人生的路自己走，不是嗎？

蹉跎歲月，看！壁上的日曆一張一張的撕去，聽！屋內的掛鐘滴答滴答不停的響，一轉眼已屆齡休退矣，回首前塵不知老邁已至，內心充滿不捨與珍惜，那即將落幕的告白，留下了不盡的感激！

退休不是學習的終點，是自主學習的開始，而自己是生命的設計師。俗話說：三日不讀書，有如一頭豬，三日不學習，腦袋舉白旗。離開職場後，除參與各民間社團活動、演講、健康、身心靈生活講座及綠化生態見習外，抱著活到老學到老的心態，希望利用夕陽餘暉充

實心智的領域，毅然融入了永和區樂齡學習中心的大家庭，進入日語及電腦初級班，重沐學涯生活樂趣，在髮蒼蒼視茫茫的晚年，能和老伴牽手重回學園共享「終身教育」，重溫學子舊夢，望著時光的倒影有如夢境，感謝政府的德政，這機緣給了我自己和老伴樂活加分，社會健康也加分！給樂齡學習中心按個“讚”吧！

年歲大了，尤其反應和記憶力的衰退，對學習真有怯步、羞澀之情。就如電腦入門，對年長者來說，原本是敬而遠之，遙不可及的智識，卻在跳脫恐懼思維的快樂學習中，由排斥害怕，漸入接受，終成喜愛，如今，竟能上網、簡單文書製作等，真的！千金難買早知道。彷彿「不識廬山真面目，只緣深在此山中」的寫照。至於就讀日語班，從基礎的五十音「あいうえお」之片假名、平假名、清音、濁音、拗音…等，到簡單生活會話。幾乎把自己當傻瓜，有空就讀，不懂就問，鍥而不捨，可不是痴人說夢話喔！曾經隨團赴日，自由行時，竟充當導遊呢！頗感學習不再是學習，而是領悟學習的美好！

教學中特別值得一提的是，日語班老師始終面帶笑容、穿插引喻，語多鼓勵，循循善誘，並例舉一水電工與客戶相約修繕，在不知客戶外出的情況中，在門外和客戶養的室內鸚鵡間，閉門對話的情況：「有人在嗎？誰呀！修水電的…」如此這般持續百遍，隔門相對呼應，不得其門而入，待主人回家引進，驚訝！鸚鵡卻能照本鳴叫。藉此比喻勉勵同學，別怕忘記，有心就有得，令我記憶深遠，感動莫名，更增添信心，倍加珍惜。謝謝樂齡學習中心帶給家人開心時光和美麗的回憶，讓銀彩飛揚。

人生忙忙白了頭，不知何時遇真我？歲暮之年最大的煩憂是心緒無聊，惟有不老，忘記年齡，快樂學習，學習如何與環境、周遭人事和諧共生，只要肯學，處處是教室，隨時有道場，莫道桑榆晚，為霞尚滿天。更當轉換心念，放下尊嚴自我的執著，扯掉裹足不前的枷鎖，本慈悲喜捨的理念，融入社會參與。當志工不只可以服務別人，「社會服務」，也是終身教育多元學習的一環，「一把雨傘，能為風雨歸人帶來乾爽喜悅」。它！可以領悟到許多生命的道理，一花一木皆有禪機，可見證塵世百態。而代間教育的文化傳承，可增添祖孫彼此學習成長，厚植親情。每當參與時，內心無不充滿感恩心。服務累人，卻難掩助人的喜悅，多與人、物互動，多幫助一些需要幫助的人、事，可以讓自己的人生更增添色彩。年至耄耋，閱歷過往，此時，回眸一瞥來時路的記憶拼圖，真是一趟永不褪色的人生回味之旅，那不是「終身教育」學習成長走過風雨中所留下的足跡嗎？