

靜

宜

人文社會學報



西元2025年3月  
第十八卷第一期

## 研究論文

■運用矛盾意向法於自殺未遂酗酒大學生的案例分析

／莊慧美、吳佳芬

■里山的永續餐盤——以永續飲食為主題之地方探索式學習課程發展與評量／任孟淵

■非營利幼兒園教保服務人員工作滿意對工作績效之影響／施彥州、劉財龍

■大學生參與天主教曉明社會福利基金會社區老人日間服務經驗專業講座學習成效分析之研究／楊安仁、胡宜芳、潘姝娛、潘孝勤

## 研究紀要

■透過桌遊與教學影片來學習國語音系的國際音標  
／彭心怡



# 靜宜人文社會學報

Providence Studies on Humanities and Social Sciences

第十八卷第一期 2025 年 3 月

## ◎ 研究論文

運用矛盾意向法於自殺未遂酗酒大學生的案例分析

/莊慧美、吳佳芬

里山的永續餐盤—以永續飲食為主題之地方探索式學習課程發

展與評量 /任孟淵

非營利幼兒園教保服務人員工作滿意對工作績效之影響

/施彥州、劉財龍

大學生參與天主教曉明社會福利基金會社區老人日間服務經驗

專業講座學習成效分析之研究 /楊安仁、胡宜芳、

潘姝娛、潘孝勤

## ◎ 研究紀要

透過桌遊與教學影片來學習國語音系的國際音標

/彭心怡

靜宜大學人文暨社會科學院 出版





# 《靜宜人文社會學報》編輯委員會

發行人 林思伶（靜宜大學校長）

總編輯 賴松輝（靜宜大學人文暨社會科學院院長）

執行編輯 楊安仁（靜宜大學社會企業與文化創意碩士學位學程副教授）

編輯委員 王香蘋（弘光科技大學護理系教授）

何華欽（國立屏東科技大學社會工作系教授）

李明穎（靜宜大學大眾傳播學系教授）

汪淑珍（靜宜大學中國文學系教授）

胡憶蓓（靜宜大學教育研究所副教授）

劉鶴群（靜宜大學社會工作與兒童少年福利學系副教授）

賴麗娟（靜宜大學生態人文學系副教授）

出版者 靜宜大學

地址 (43301)臺中市沙鹿區臺灣大道7段200號

電話 04-26328001 # 17001~17002

E-mail pu20600@pu.edu.tw

網址 <http://www.huso.pu.edu.tw/puchess/index.htm>

本期售價：新台幣600 元；美金20 元整。

ISSN 2223-7461



# 目 錄

---

## 研究論文

運用矛盾意向法於自殺未遂酗酒大學生的案例分析……………01

里山的永續餐盤—以永續飲食為主題之地方探索式學習課程發展與  
評量……………23

非營利幼兒園教保服務人員工作滿意對工作績效之影響……………51

大學生參與天主教曉明社會福利基金會社區老人日間服務經驗專業  
講座學習成效分析之研究……………83

## 研究紀要

透過桌遊與教學影片來學習國語音系的國際音標 ……………127



# **Providence Studies on Humanities and Social Sciences**

Vol.18, No.1, 2025

## **Research Articles**

Implementing Paradoxical intention to an Alcoholic College Student Who Attempted Suicide: A Case analysis.....01

Sustainable dishes in Satoyama – Development and Evaluation of A Place-based learning curriculum of sustainable diet.....23

The Impact of Job Satisfaction on Job Performance of Non-profit Preschool Educators.....51

A Study on the Effectiveness of College Students Participating in the Stella Matutina Social Welfare Foundation Professional Lecture on Community Elderly Day Service Experience.....83

## **Research Note**

Through the board game and teaching videos to learn the IPA of Mandarin.....127





## 研究論文

# 運用矛盾意向法於自殺未遂酗酒大學生的 案例分析\*

莊慧美

美和科技大學社會工作系助理教授，諮商心理師

吳佳芬

玉林師範學院外國語學院

---

收稿日期：2024 年 02 月 23 日，接受刊登日期：2024 年 07 月 30 日。

\* 感謝兩位匿名審查委員提供寶貴的修正意見。

## 中文摘要

本文探討運用矛盾意向法（Paradoxical Intention, PI）介入一名酗酒二十年且自殺未遂的大學生個案，旨在轉化其自殺意念並重建生命意義。個案因長期酗酒、情感創傷及「還命債」的宿命思維，形成僵化的自殺動機。治療師通過非指導性矛盾意向策略（如接納自殺意圖但重新框架「死亡債務」），結合意義治療與認知重建，成功促使個案放棄自殺行為。文獻回顧揭示，矛盾意向法能有效處理自殺模糊期的矛盾心理，尤其適用於高抗拒性個案。本文通過案例分析，具體說明介入時機與技術（如幽默式重新框架、雙重束縛策略），並討論倫理邊界（避免操縱性）。研究結果支持矛盾意向法在整合性心理治療中的價值，建議未來結合神經科學進一步驗證其對「心理宿命感」的調節機制。

**關鍵詞：**矛盾意向法、自殺未遂、酗酒、意義治療、宿命型自殺

# **Implementing Paradoxical intention to an Alcoholic College Student Who Attempted Suicide: A Case analysis**

**Hui-Mei Chiung**

Assistant professor, psychotherapist, Meiho University

**Jia-Fen Wu**

School of Foreign Languages, Yulin Normal University

## **Abstract**

This study examines the application of Paradoxical Intention (PI) in treating a college student with two decades of alcoholism and a recent suicide attempt, focusing on transforming suicidal ideation and reconstructing life meaning. The case exhibited rigid suicidal motivation driven by chronic alcohol abuse, emotional trauma, and a fatalistic belief in "repaying a life debt." Through non-directive PI strategies (e.g., reframing the "debt" via humor) integrated with logotherapy and cognitive restructuring, the therapist successfully diverted the client from self-harm. Literature review highlights PI's efficacy in addressing ambivalence during the "suicidal ambiguity" phase, particularly for resistant clients. The case illustrates specific techniques (e.g., therapeutic double binds) and ethical considerations (e.g., avoiding manipulation). Findings underscore PI's role in holistic psychotherapy, suggesting future research on its neurocognitive mechanisms in mitigating "perceived entrapment."

**Keywords:** paradoxical intention, suicidal attempt, alcoholism, logotherapy, fatalistic suicide

## 壹、前言

依世界衛生組織（World Health Organization, WHO, 2021）統計，每年全球約有 70 萬人自殺身亡，1000 萬人自殺未遂，近三分之二的死亡是發生在亞洲。因此，自殺是嚴重的公共衛生問題之一。據報導，亞洲各國中自殺率最高的三個國家是俄羅斯、哈薩克斯坦和南韓，自殺是亞洲前十五大死因，對青少年而言是前五大死因，亞洲國家自殺率上升是一場公共衛生危機（Tandon & Nathani, 2018）。

在台灣，自殺位居第 11 大死因，圖 1 所示是衛福部（Ministry of Health and Welfare, 2021）統計出 2011 年至 2020 年年齡分組的自殺率，全國的自殺率從 2017 到 2019 年一直居高不下，2020 年疫情時略微下降，15-19 歲和 20-24 歲的青少年則是逐年提升，65-69 歲的老年人 2011 年時自殺率最高，逐年有下降的趨勢。衛福部統計 2022 年自殺人數 3787 人，每 10 萬人中 16.2 人及 15-24 歲及 65 歲以上自殺死亡率提升，必須持續關注年輕族群及年長者自殺問題（衛生福利部，2023）。

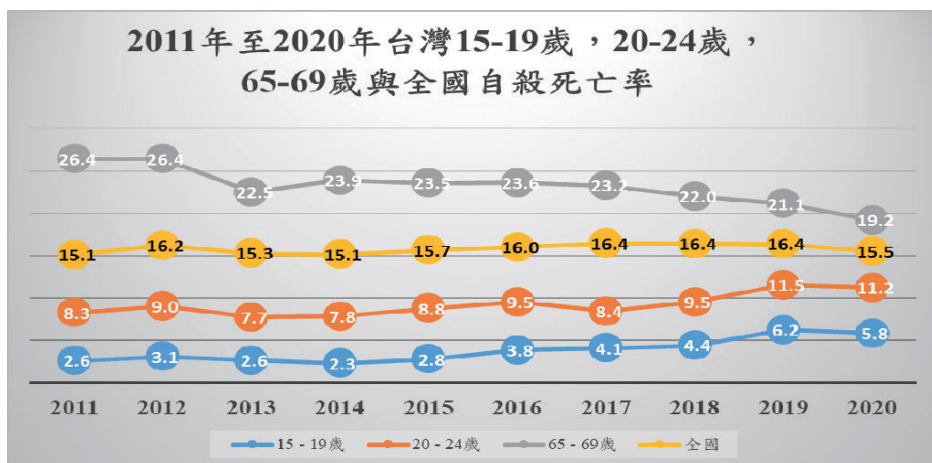


圖 1 2011 年至 2020 年，台灣 15-19 歲，20-24 歲，65-69 歲與全國自殺死亡率  
(衛福部：2020 Cause of Death Statistics <https://www.mohw.gov.tw/lp-5256-2.html>)，研究者整理

圖 1 中 15-19 歲和 20-24 歲的青少年包括國中、高中到大學生，大學生因憂鬱而酗酒或自傷的情況時有所聞。根據監察院（2021）的「青少年自殺防治策略及作為等情案」調查報告指出，青少年族群自殺死亡率連續 20 年攀升，各級學校通報學生自傷人次更呈現倍數增加，青少年自殺、自傷議題的嚴重性。根據教育部統計，2020 年各級學校通報學生自傷案量達 8625 人次，相較 2016 年 1029 人次暴增 7.3 倍。學生自殺死亡原因複雜，無法以單一因素論斷，但其中以「憂鬱症及其他精神疾病」、「感情因素」及「學校適應」為重要因素，此外，台灣自殺防治實務面臨著「輔導人力不足」、「學生或家長抗拒資源介入」、「輔導老師行政負擔過重」、「家庭系統難以改變」、「輔導轉銜機制未與社政、衛政結合」等困境。

世界衛生組織（2019）認定自殺是公共衛生議題，需通盤考量社會、心理、環境等因素，因為，自殺並非單純的疾病，而是在眾多因素的影響下而導致個人死亡的結果。聯合國 SDGs 指標 3.4.期望到 2030 年時，能透過預防和治療以及促進心理健康和福祉，將非傳染性疾病導致的過早死亡減少三分之一（World Health Organization, WHO, 2021）。世界衛生組織的作法值得台灣效法，教育部除了要求自傷和自殺的通報外，學校的諮商輔導工作提供學生協助，具有減少自殺風險和預防自殺的作用；同時，隨著社會快速變遷，多元人際關係，加上個人可能承受不同的壓力導致身心問題，使自殺成因逐漸複雜化，諮商輔導方式必須有變化性，以因應多變的情況。

矛盾意向法（Paradoxical Intention, PI）在臨床心理學領域中，已有實證研究證實其為有效的治療技術，例如，處理酗酒者對酒精依賴的否認（denial）和治療抗拒(resistance) (Shore, 1991)，矛盾干預通過「鼓勵症狀」或「反向建議」（如要求患者「繼續飲酒但記錄每次飲酒的後果」），打破其心理防禦，促使自我反思（Feeney et al., 1984 & Shoham-Salomon et al., 1987）。或者，治療師通過看似矛盾的指令（如「你暫時不需要戒酒」），將改變的責任完全轉移到患者身上（McMillan et al., 1995）。治療師的矛盾立場，在接納患者的抗拒同時暗中削弱它，創造了一個治療性的雙重束縛，使得改變成為唯一可行的選擇

(Shoham-Salomon et al. & 1989; Shore, 1991)。尤其對於焦慮症、睡眠困難和高度反應性患者特別有效 (Peluso & Freund, 2023)，故推薦心理治療時使用 (Hill, & Norcross, 2023)。由於矛盾意向法的介入措施看起來具有操縱性又噱頭十足，令人誤解其矛盾介入的本質、倫理和效用 (Peluso & Freund, 2023)，曾被貼上「操縱性」或「不道德」的標籤 (Whan, 英國社會工作雜誌, 1983, 13, 321; Foreman, Journal of Medical Ethics, 1990, 16, 200)。然而，近年來統合分析的結果表示，能洞悉有自殺意向個案的矛盾心理，再應用矛盾意向法，能成功的阻止個案自殺 (Turner, Pisani, Svetlicic, O'Connor, Woerwag-Mehta, Burke & Stapelberg, 2022)。研究者以一個諮商實例介紹矛盾意向法的作用，討論其功能和使用時機。本文首先從全球自殺趨勢探討此議題的重要性，再以相關文獻說明矛盾意向法的定義，介入方式與治療成效的討論。其次，融合幾位研究者曾輔導的個案（註：為保個案隱私、內容已做調整），寫成一個諮商實例的故事，藉以突顯出矛盾意向法的作用與使用時機，再就個案情況列出重點加以討論。最後，總結本文內容提出建議，供學者、教師、諮商心理師於實務工作時參考。

## 貳、文獻探討

### 一、自殺個案的特性與治療

自殺(suicide)定義為個人自發所做出的致命行為 (fatal act) (De Leo, Goodfellow, Silverman, Berman, Mann, Arensman, Kolves, 2021)。Wreen (1988) 指出自殺與其他相關名詞，如：自殘、自傷(self-harm)，而自傷的定義廣泛包含各種不同的動機，如：自殺意念 (suicidal ideation)、死亡願望 (death wishes)、自殺計畫 (suicide plan) 等的差異在於意圖 (intention)，此外，自殺未遂 (suicide attempt) 的定義僅限於意圖死亡的非致命行為 (non-fatal behavior)；Andriessen (2006) 指出自殺是個人有意殺害自己，結果也結束了性命。

自殺的原因常受負向情緒影響，當長期身處巨大痛苦中，會令心智變得狹隘 (psychic tunnel vision) 又固著 (mental constriction)，若因此認定生不如死，



自殺就會是其結束痛苦的唯一選擇（Shneidman, 1996）。此外，自殺的原因也不完全因為負向情緒，相關因素有性別、文化、宗教、社經地位等，Durkheim（2005）提出四種自殺類型：一、利己主義型（egoistic）：與社會疏離，依個人意願而自殺；二、反常型（anomic）：當環境變動，或社會失序時，無法適應社會變遷而自殺；三、利他型（altruistic）：通常為了符合他人的期待，常發生於封建社會或執著於傳統規範等，當為了配合大眾的規範，就可能自殺；和四、宿命型(fatalistic)：宿命型自殺（fatalistic suicide）在塗爾幹原典中，主要指個體因社會規範過度壓抑（如奴隸、極端父權制下的妻子）而失去生活自主性導致的自我毀滅（Durkheim, 2005）。當代研究對其定義有所擴展，如 Joiner（2005）將「感知無法逃脫的壓迫」納入宿命型自殺的範疇，涵蓋現代職場霸凌、長期病痛等情境。本案例中個案的「還命債」思維，可視為對傳統宿命型概念的延伸——將情感債務內化為一種不可抗的「使命」。同時，自殺是長期意圖引發的行為，如 Kerkhof 與 Arensman（2004）的研究所述，44%的自殺者，之前曾嘗試自殺，大約 10%到 15%意圖自殺的人，最終死於自殺（Maris, 1981）；近年一項基於 41 篇研究的統合分析，發現自殘與自殺之間有共同的危險因子，非致命性自殺未遂者，1 年後平均自殺率為 2.8%，5 年為 5.6%，10 年為 7.4%，證明非致命性自殺企圖後一年內自殺死亡率較高（Demesmaeker, Chazard, Hoang, Vaiva, Amad, 2022）。自殺者的特性是意圖殺害自己，若一次不成，會在短時間內反覆自殺，因此，個案的家人、師長、朋友及諮商心理師應特別留意再自殺的風險。

Aherne, Coughlan 與 Surgenor（2018）訪談了 12 位輔導自殺個案的諮商心理師，從他們的實務工作經驗中，發現諮商心理師的首要任務，必須與自殺個案建立互信的連結（connectedness）。表 1 所示是他們從逐字稿中，梳理出諮商心理師和自殺個案從黑暗到光明面建立的連結概念模式，共分三個主題，分別是黑暗期（Darker）、自殺模糊期（Suicide Ambiguity）和引進光明期（How the Light gets in）。自殺個案都處在黑暗期，他們認為自絕於世，以非黑即白二元分法看世界，思維和行為僵化，認定自己不被人需要，與所有事斷絕連繫；最嚴重的是毒性關係（toxic relationship）的影響，所謂毒性關係是指家人的虐

待、親友的冷漠，各種打擊、不支持或負面的影響，讓個案失去人人際間的安全感，不信任他人。自殺模糊期是個案展現矛盾連結的一段時間，一心求死的人卻願意和諮商心理師預約時間晤談，表示對自殺仍有遲疑，還想從諮商師處找到一絲生機，因此，這時期對於個案和諮商心理師而言，都非常重要，也是一個讓個案從矛盾中走出的契機。此時的個案們可能還刻意隱瞞著諮商心理師，不肯以真面目示人，表面談笑風生，卻可能在晤談後悄悄地自殺，因此，變數很大。所以，諮商心理師需努力地建立與自殺個案的連結，若一直無法與之連結，或取得信任，諮商心理師可以進行轉介，好讓個案在此時與諮商心理師建立連結。

自殺傾向的複雜動態意義，個案在意圖結束生命的同時，可能仍矛盾地存在著想像重生的願望。簡言之，自殺的慾望可能是一種召喚，要求誕生一個迄今為止無法表達和認可的自我（Shubin, 2021）。即使自殺的威脅能會限縮個案的人際互動範圍，但此時的矛盾心態，還能讓他再重塑人際互動範圍，如果他和諮商師之間互信基礎夠強，也對於其困境或僵局（impasse）有共識，就有可能為其枯竭的人生帶來新希望（Browning & Hull, 2021）。然而，在自殺個案走向光明之前，必須長期的輔導，諮商心理師為引進光明，要努力做好自殺治療的工作，之前與個案建立的連結必須維持，尤其是諮商心理師要讓個案感到可信任（McClure, Kurdt, Beaston, 1993），加上情感增強，讓他們覺得被愛被需要，才可能從認知的變化後看到其行為的改變。再者，個案必須明瞭其與人連結的存在，這是自我價值的肯定，也是覺察力的提升，看問題不再只憑情緒做錯誤歸因，而能考慮客觀環境的因素，正向看待事物。

表 1 連結的概念模式

核心範疇	主題	主範疇	次級主題
與自殺傾向 個案從黑暗	黑暗期	自絕於世	與所有事斷絕連繫
			思維和行為僵化

到光明面的 連結		毒性關係	毒性關係除去與人際間的安全感
			毒性關係使其難以信任他人
	自殺模糊期	連結矛盾	隱藏的另一面
			諮商師需建立與自殺個案的連結
	引進光明	為自殺治療的努力	維持
			情感增強
			行為改變
		明瞭與人連結的存在	自我價值
			覺察力

資料：Aherne, C., Coughlan, B. & Surgenor, P. (2018). Therapists' perspectives on suicide: a conceptual model of connectedness. *Psychotherapy Research*, 28(5), 803-819, 取自：<https://doi.org/10.1080/10503307.2017.1359428>

## 二、矛盾意向法

矛盾意向法（Paradoxical Intention, PI）最早由 Viktor Frankl（1966/1975）提出，並在其所創的意義療法中（Logotherapy）使用該技術，幫助人們探索生命的意義，找到生活的目標和方向，才能獲得幸福和滿足感（Ascher, 2002）。他認為基本原理是：「患者被鼓勵去做或希望發生他所害怕的事情（前者適用於恐懼症患者，後者適用於強迫症患者）。」人們越是害怕某件事，就越容易發生。人們想避免的事，常常事與願違的發生，例如，失眠的人一直想睡，卻始終睡不著，與其費力去避免它，不如讓這件事發生，面對困擾之後，可能就能安然入睡。簡言之，矛盾意向法是一種治療策略，指導個體有目的地從事令人恐懼的活動，以減少混淆相關目標導向行為的表現焦慮（Ascher, 2002）。若鼓勵患者去做他所恐懼的事，反而可以幫助他克服恐懼。因此，矛盾意向法常被用來治療強迫症、恐懼症和焦慮症等心理問題（Jansson-Fröjmark, Alfonsson, Bohman, Rozental, Norell-Clarke, 2022; Jansson-Fröjmark, Sandlund, Norell-Clarke, 2023）。雖然 Frankl 說明使用矛盾意向法的原理，卻未曾給予清

楚定義，因此，矛盾意向法的應用曾一度讓臨床心理學領域學者相當擔心，也因其與傳統治療法看似大相徑庭，被貼上了違反專業倫理、具操弄性、不道德和耍噱頭等標籤（Peluso & Freund, 2023）。Ameli 與 Dattilio（2013）描述了意義療法的主要技術—生命目標（Purpose in life, PIL）和意義覺察技術（Values Awareness Technique, VAT），提供納入認知行為框架的具體和實踐範例，以此解釋 PI 的理論基礎，實務工作上發現採用 PI 之後能有效減少自殺風險或嚴重性，又與認知行為治療結合，有助於評估自殺風險，並幫個案在治療結束時，確認有意義的目標。Ameli 與 Dattilio（2013）認為 Legotherapy 是意義治療的一種方式，和行為改變技術相似，但不同之處在於，意義治療法將幽默視為矛盾意向的本質，僅針對症狀而非個案本人，治療過程以一種幽默的方式（幽默也是一種健康的人力資源），讓個案自我遠離症狀，進而改變態度和減輕其症狀。

Mozdierz、Macchitelli、Lisiecki（1976）認為 Alfred Adler（1914）是第一位運用和論述此策略的人。然而，矛盾意向法希望能協助個案康復的目標與其它治療方式是一樣的，所以，也廣為各種心理治療學派所採用，尤其是家庭和完形取向。Adler 深受 Nietzsche、Vaihinger 與 Hegel 的影響，並且認為辯證思考方式是他的心理學的運用法則（Ansbacher, 1972；引自陳信昭等譯，2001）。Sperry、Carlson、Kjos（2003）對矛盾意向法的定義，是從家族治療的觀點所提出。他們認為矛盾意向法是認知的建構，將家庭成員從挫折與混淆的狀態，帶入尋找相對於現在的狀況，准許家庭成員去做些他們已經正在做，以及意圖排除或減低的抗拒。

Seltzer（1986）將矛盾意向法（Paradoxical Intention）定義為：「當案主反對諮商目標，但諮商師以可以合理了解和特殊的策略來完成這些目標。」依據這定義可分為幾部分討論，首先，它包含給案主指導或忠告；第二部分是這忠告是邏輯性的出現，但與事實相反，且目標在治療計劃之前就已經建立；第三，它被治療師設計為看起來與欲完成目標是相反的狀況（Young, 1992）。Egan（1990）矛盾意向法對案主而言是項挑戰，是要放棄舊的方法與習慣，而且，

矛盾意向法的使用是當其他直接方法都失效的時候，它的不合邏輯和新奇性鼓勵個案重新振作起來（Young, 1992）。Young（1992）認為 Seltzer 的定義在使用上最清楚、最折衷的界定，而 Frank's 的概念更是豐富了之前的定義—鼓勵案主去尋找他們所避免的東西，帶著希望向害怕宣戰。

L'Abate（1984）與 Levy（1963）指出當案主因為覺得改變是一件危險的事，而不想改變的時候，矛盾意向法就包含了重新架構的意思。例如，個案擔心他們可能會自殺或殺人，或者困擾他們的奇怪想法可能是精神病的前兆。患者越是與自己的強迫症鬥爭，他們就會變得越強大。壓力引起反壓，而反壓反過來又增加壓力為了解開所討論的惡性循環，首先要做的是擺脫他們背後的預期焦慮，而這恰恰是自相矛盾的意圖。它鼓勵患者做或希望做他們害怕的事情——儘管是開玩笑的。事實上，自相矛盾的一個組成部分是故意喚起幽默，畢竟，幽默感是人類特有的能力之一，即「自我超脫」的能力（Frankl, 1966；Sharp, Wilspn, Schulenberg, 2004）。

綜合上述，矛盾意向法不論是在個別諮商或家族治療的運用都包含了指導、鼓勵與認知重建的意涵，讓個案陷於兩難狀態去挑戰案主放棄舊習慣，而達到治療的雙贏局面。如 Haley（1976）迫使帶有症狀的人，如果遵守指示而繼續問題或症狀行為，治療師就獲得權力與控制，使得症狀照他的指示產生。萬一個人或家庭抗拒矛盾介入，過程中症狀行為就自然地就被放棄了（同樣的，治療師或得了權力與控制）。治療師花了許多時間去針對想要改變或去除困擾症狀的求助者，設計出不具傷害性的、但有時看起來有點可笑的矛盾任務，以因應當事人的問題（翁樹澍與王大維譯，1999）。

### 三、矛盾意向法的使用與介入

矛盾意向法該如何使用與介入？以及介入需考慮的問題有哪些？又該預防什麼事情發生？Young（1992）認為在使用矛盾意向法，應採逐步漸進的方式，並遵循以下原則：（一）界定改變的面向；（二）界定一個特別的、可達成的目標；（三）創造矛盾意向法的策略；（四）選擇傳送一個含有刺激、或提昇案主期望



的矛盾意向；(五)如果可能的話，包含一個變化；(六)追蹤案主對於矛盾意向法的反應。

Haley (1976) 建議在家庭治療時在呈現矛盾意向的指導時，可參考以下八個步驟：(一)與家庭成員建立一個信任的關係，而且改變是可預期的；(二)清楚定義問題，明顯的時程；(三)設定一個特別的行為目標；(四)以精準與權威的態度擬定計劃；(五)取消目前問題的權威資格；(六)在真誠的態度中傳達矛盾意向的指示；(七)鼓勵症狀的行為；(八)不相信家庭會改變或表達對改善的不解 (Walsh & McGraw, 2002)。

Browning 與 Hull (2021) 更進一步指出，在實務工作中，矛盾意向法包括指導性與非指導性。指導性矛盾意向法指治療師給予個案一個清楚的目標，而非指導性的矛盾意向法治療師不會給意見，只是指出其目前面對的僵局，讓個案去思考，意即是，諮商過程中並不要個案馬上做出行為的改變，而是改變其原本固著的想法。這是在標準的諮商過程中，營造一個無威脅性，又給予個案同理心支持的環境，讓他們把焦點放在生命的意義，釐清客觀環境下所面對的問題，而非受情緒影響對於事情做出錯誤歸因。

#### 四、矛盾意向法的治療效果與相關研究

一般而言，實證研究結果支持矛盾意向的功效在，但因為矛盾意向法是一種包含不同技術和策略的方法，其類型及變化（或變動性）仍然存在不少爭議。儘管如此，學者們提出很多的理由支持矛盾意向法的有效性。Beier 與 Young's 認為矛盾意向法在案主上反應出「不確定的助益」，而這個不確定是可以改變的一個點 (Young, 1992)。依據現實治療法的規則，矛盾意向法之所以有效，是因為它給案主一種能控制的感覺 (under control)，藉由誇張這個症狀，案主了解症狀是能被處理的。在家族治療理論中，矛盾意向法將案主置於「雙重束縛」(double bind)，假如他們依循指導，就順從了這個理論；假如他們減少問題行為，就能完成理論上的目標 (Young, 1992)。

Fabry (2010) 針對 19 個使用矛盾意向法介入的研究中發現:除了一項外，



所有證據都顯示其積極正面的治療效果，沒有甚麼不良反應。就此，作為一種治療方法，實證研究是支持矛盾意向法的。Frankl（1959/1984, pp.135）提到一個「在苦難中發現意義」的例子，一位憂鬱症患者兩年前妻子過世，個案為此痛苦不已。Frankl 問他：「如果你先死了，你的妻子也活了下來，會發生甚麼？」個案回應：「這對她來說，太可怕了，她會多麼痛苦！」Frankl 以個案讓妻子不用承受這個痛苦，所以必須付出活下來以及哀悼亡妻的代價，來詮釋個案所遭受的痛苦被重新定義為「犧牲」，這種意義感幫助個案改變對妻子死亡的態度。同時，這種類型的介入對於重度憂鬱症個案，認知行為的調整有很好的效果，讓個案的憂鬱與自殺意念有新的詮釋與轉化的機會。

依統合分析（Meta-analysis）指出，與其他治療方式相比，矛盾意向法的治療成效更佳。自 1990 年代以來，矛盾意圖（PI）一直被認為對於治療失眠方法有效的方法，但尚未使用後設分析等技術對其進行評估。Jansson-Fröjmark et al. 與 Norell-Clarke（2022）首次對 PI 治療失眠有效性的綜合系統評價和後設分析。研究結果發現 PI 大大減少與睡眠相關的表現焦慮，即焦慮減少是 PI 可能起作用的一種機制。而 Hill（1987）進行 12 筆資料集的統合分析，評估心理治療中矛盾意向法介入的有效性。結果發現，矛盾意向法與典型的治療模式都有效，但矛盾意向法的介入在治療終止後一個月和嚴重案例上，比其他介入策略更有效，但仍有研究指出矛盾意向法無效，其原因有待進一步證實。Peluso 和 Freund（2023）的統合分析選用 17 個研究，將矛盾意向法和安慰劑或對照進行比較，結果發現矛盾意向法比對照組的效果好；另有 17 個研究將矛盾意向法和其他治療法相比，則效果中等。Peluso 與 Freund（2023）指出，統合分析可為矛盾意向法提出長期效果的證據基礎，但矛盾意向法的研究還缺乏追蹤效績指標，也缺少定量實驗研究，因此，建議整合到臨床教育和培訓中。Turner, Pisani, Sveticic, O'Connor, Woerwag-Mehta, Burke, Stapelberg（2022）的研究指出 PI 為臨床心理治療提供了有效的心理模型來支持典範轉變又同時保持平衡的方法。PI 強調看似矛盾的情況，即嚴重疾病或死亡，都是因中低風險因素造成，許多自殺案例在生前都未明確表示自殺意圖。研究結果證實，個案接受這種治療模式後自殺意圖明顯減少，因此，建議可持續地採用 PI，以免錯

失預防醫療保健自殺行為的機會。

### 參、還一次「死」案例分析

案例：男、30 歲、大學生。

**輔導原因：**非自願個案，修課作業要求來參與諮商輔導。

他不是自願前來晤談的個案，因修課關係被任課老師要求做「諮商體驗作業」的大三學生。初次會談後即見其問題的複雜性，也轉介至學校精神科醫師評估後就醫，從此成為長期晤談與校方高關懷個案。他已服完兵役、工作數年，加分考試入學，比一般大學生年長。瘦高、五官俊俏，深邃的眼眸伴隨滄桑、憂鬱的神情，正是大學女生會喜歡的憂鬱王子。他自述父母情感不睦、家庭失和，小學三年級就開始喝酒，從家裡酒櫃裡隨手可得的「鹿茸酒」、「紅酒」，到現在的「陳年高粱」與「威士忌」，如數家珍般熟悉且自傲的說著說著……；而吸毒、販毒、混過幫派、找「砲友」，而且不斷地交往新女友的「年少往事」，也在他豪爽中、毫不保留、英雄式的娓娓道出……。屈指一算，他飲酒已有近二十年之久，無論情緒高昂或低落，清醒或昏沉，總藉酒精度日。」酒精早已滲透入他身體每個器官、每個細胞，成為他靈魂中不可或缺的一部分，更貼切的說，酒是他的「陳年老友」。可是，長期的飲酒卻導致他思緒不易集中，也可能是太多陳年往事不知從何說起，他常說一件事時，又聯想到另一件事，剛提起的一個主題未說完，另一個主題又起。所以，如此跳躍式的描述，讓諮商心理師得在不同的話題裡跳躍，同時，努力地、費心地拼湊著一幅又一幅圖象，試圖理解他的情況。

**晤談過程：**

#### 相愛相惜的紅塵知己

晤談幾次之後，他更願敞開心、暢所欲言。他常望著室內一隅、蹙眉、痛苦地細訴情感困擾。現任女友是酒店公關小姐，而且，兩人已同居一段時間。

回溯起女友吸引他的地方，是她的顧家，以及能理解他心裡的悲苦，不似他大學的同學，過於清純、涉世未深，根本無法理解他世界的哀愁。她是為了娘家生計才落入紅塵；即使身陷大染缸，卻不輕易為錢出賣自己；而他也因自小家庭不睦，開始染上喝酒的習慣。酒一打開，乾一杯，藉著酒意，互相慰藉兩人不為人知的過往。

### 親情、愛情牽扯下岌岌可危的戀情

然而，家人知道兩人的戀情後劇烈反對，並強迫他們分手。尤其是他的父母認為，堂堂一個大學生與一位離異且有子女的女性交往，有損家族體面。他雖為此苦惱，但二人尚未論及婚嫁，還不必思考如何與父母、祖先交代此事。不被祝福的戀情雖苦，但真正讓他困擾的是：女友與其前夫、小孩的情感糾葛。女友與前夫育有幼齡孩子，離婚後，孩子監護權歸前夫，但因母職天性使然，女友常探視孩子，因而與前夫有所聯繫；前夫以孩子需完整家庭為由，經常要求復合。親子間難以切割的親情，以及和前夫未熄的舊情，讓女友對他們這段新戀情顯得三心兩意；換句話說，不利情勢多，他的地位岌岌可危，隨時可能被三振出局。

### 「問題」可以用自殺解決嗎？

親情是無法剪斷，也難以割捨的。他被父母逼迫與女友分手的苦，女友更懂，因為，如同女友與自己孩子間無法斷絕的血緣關係一樣，他和父母的親情，不可能為了女友而決裂。再者，女友因被其父母鄙視的難堪，被迫分手的心情「鬱卒」，以及身陷前夫與孩子間的情感拉鋸，竟選擇離開人間，解脫一切。女友割腕自殺，獲救上報一事，令他內疚不已，在一次會談後幾小時內，吞下兩百多顆 FM2，想以死謝罪，為自己對女友的虧欠畫下一個休止符。

### 不自殺契約的用途在哪？

會談當下，我即意識到他低落的情緒與自殺意念，但不論我怎麼說，他就是不願簽下「不自殺契約」。還好，他承諾帶走契約書，萬一有需要時，會打電

話求助。當下，我實在沒有理由阻止他離開，只能會談後做危機處理，通知相關人員以及中心主任。隔天一早，還在睡夢中的我接到主任來電，表示我說對了，他果然自殺了。急忙趕到醫院的我，聽著加護病房的醫師解釋 FM2 的藥物作用，會讓他的呼吸慢慢停止，但因及時送醫急救，才能挽回一命。這次，他果然信守承諾，服藥後打電話求助。

### 還一次死

不久，出院返回校就學的他，來到諮商中心找我。我告訴他：「你已經為她死了一次，還她了，不必再死了。」他聽完我的話之後，仿如找到知音，卸下心中大石般輕鬆的說：「我也是這麼想的。」看著他鬆口氣的樣子，誰也不欠誰，扯平了。即使個案仍因長期的酒癮、失眠而求助精神科醫師的藥物治療，這個「死亡的債」至此已得以了結，可以選擇好好活著。

## 肆、討論

依上述個案的情況與諮商輔導的過程，研究者提出以下幾點加以討論：

一、酗酒與自殺傾向的個案自殺的原因：依圖 1 連結概念模式來看，個案過去經歷的黑暗期，承受太多毒性關係，父母的管教態度兩極化(不是過嚴就是放縱)，家庭氣氛不和，加上與女友的交往不被認同，面對家人的阻撓時，女友也未能與個案站在同一陣線，共同面對困難，反而以自殺來逃避現實。這一連串的打擊下，個案感覺無能為力，身邊支持的力量都消失，因而強化僵化思考導致錯誤歸因，認為自己已被世人遺棄，沒有存在價值；再者，女友的自殺未遂即使獲救仍讓他自責不已，遂萌生「一命還一命」的宿命論。此「還命債」的宿命觀，與塗爾幹所述奴隸因制度性壓迫自殺的原始定義雖情境不同，但共用「感知無路可逃」的核心特徵（Davies & Neal, 2002）。如前述，Shneidman（1996）「心智狹隘化」（psychic constriction）理論，說明個案如何將「還債」建構為唯一出路。現代心理學更關注這種「心理宿命感」的形成機制，如 Van

Orden 等人（2010）的「人際自殺理論」指出，當個體同時具備「歸屬受挫」與「累贅感」時，易將自殺視為唯一解脫。

二、酗酒、自殺與渴望活之間的矛盾：個案願意與諮商心理師預約時間，依約前來接受諮商，表示其內心仍對生命的美好存有一線希望。這與 Kerkhof 與 Arensman（2004）的說法一致，即使表明自殺的意圖，其內心還是矛盾的。研究者認為此時個案處在自殺模糊期，正是諮商心理師能努力轉變其負面情緒的契機。此時，與個案間的互信基礎尚稱穩固，在諮商過程中，不勉強個案應該怎麼做，耐心傾聽，給予支持的力量；從協助的角度，同理並陪伴個案釐清問題，而非代替他解決問題。諮商心理師面對一位意圖求死的人，願意傾聽其心聲，為他岔開一條路，讓他在認定只有自絕於世的選擇之外，尋找柳暗花明又一村的契機。

三、矛盾意向法的運用時機：自殺意圖強烈的個案其心理的變動性高、不易掌握，尤其是善於隱藏，在看似平靜的外表下，與常人一般的過生活，也可能無預警的突然自殺。因此，諮商心理師評估在個案的心理時，需深度同理其面臨的情境和困境，適時的引導，要在言談間試圖突破其思考邏輯上的盲點，面對這些困難時，提醒個案，哪些事是他能處理的？或共同商討對策。本文個案的態度相當堅決，不肯簽署不自殺聲明，諮商心理師也無法勉強，只能退而求其次，提供 24 小時支持系統電話，並拖延時間讓個案表達承諾，請他在危機時需尋求支援協助，這是表 1 所示維持連結的方式。幸運的是，個案確實做到了吞藥後打電話告知校安人員，請求就醫治療才能挽回生命。因此，矛盾意向法的運用仍重在與個案維持信任的連結，以一種非方向性的引導，提供訊息，伸出友善的手，讓他重新構建對問題的思考方式，也對於這世界還抱有一絲希望。

對於有自殺意圖的個案，諮商心理師本著倫理的考量無法直接告訴個案「可以去死」（矛盾意向法的用法與個案的意圖一致），是以沒有阻擋他尋短（沒有阻擋他去死，實際上也很難完全阻擋），但又努力建構與個案的連結，協助他擴展思考。以 Browning 與 Hull（2021）在實務工作的分類中，屬於非指導性矛盾意向法的介入策略。尤其在個案自殺獲救後，諮商心理師運用幽默的方式提醒



他對於女友的情債「已還」(重新架構自殺的意義,不再愧疚就是重生的開始),既然個案已為女友死過一次,對女友再無虧欠。當個案認同此說法,矛盾意向法對他的治療效果即產生。然而,此案反覆出現再自殺的可能性極高,現階段的個案雖平安獲救,卻仍存在自殺風險,長期追蹤是有其必要的。亦即諮商心理師與個案的連結仍要維持,引導個案探索生存的意義性,進而協助其建構正向的自我價值感。

### 伍、結語

本文旨在探討如何運用矛盾意向法於一位長期酗酒和自殺的個案上。經文獻探討後,了解大部分自殺者的心態是矛盾的,雖一心求死,卻仍抱著求生的希望。個案會選擇自殺,背後的原因相當複雜,回顧其過去的生命歷程,毒性關係深深影響下,其思維僵化,常有錯誤歸因的問題,導致凡事無能為力的無助感,對未來難抱持希望。又本案例的「宿命型」特徵並非塗爾幹原意的制度性壓迫,而是個體將人際創傷內化為不可改變的命運。這種解釋符合當代對宿命型自殺的修訂(如 Rogers & Thomas, 2022),但未來研究可進一步區分傳統與現代宿命型自殺的神經認知機制差異。諮商心理師面對這樣的個案,在治療關係穩固時,適時採用矛盾意向法,正向詮釋其痛苦經驗,運用高層次同理,破除個案只能以死抵命的宿命觀,導引他朝向光明面思考。

綜上所述,矛盾意向法包含的技術與策略與其他心理學派的治療相似、重疊的部分很多,例:家庭治療(family therapy),故應視為一組治療技術或方法的集合。因此,實務工作上,諮商心理師應博覽群書,梳理以矛盾意向法為主的相關理論及有效策略,在面對變動性大的自殺意圖的個案時,能適時變換不同的策略,以因應面對的問題,協助個案。其次,未來研究仍需持續致力於探討矛盾意向法的使用時機,並追蹤其成效。



## 參考文獻

- 陳信昭等譯 (2001)。《**悖論心理治療**》。台北：五南。
- 翁樹樹、王大維譯 (1999)。《**家族治療的理論與技術**》。台北：揚智。
- 監察院(2021)。監察委員新聞稿：青少年自殺自傷通報大幅攀升，監察委員范巽綠、林郁容、紀惠容、蘇麗瓊促行政院整合衛生福利部、教育部、勞動部等部會自殺防治資源、全面提升全民心理健康。取自  
[https://www.cy.gov.tw/News\\_Content.aspx?n=125&s=20672](https://www.cy.gov.tw/News_Content.aspx?n=125&s=20672)
- 衛生福利部 (2022)。111 年國人死因統計結果。取自  
<https://dep.mohw.gov.tw/DOS/lp-5069-113.html>
- Aherne, C., Coughlan, B., & Surgenor, P. (2018). Therapists' perspectives on suicide: a conceptual model of connectedness. *Psychotherapy Research*, 28(5), 803-819.  
<https://doi.org/10.1080/10503307.2017.1359428>
- Ameli, M., & Dattilio, F. M. (2013). Enhancing cognitive behavior therapy with logotherapy: Techniques for clinical practice. *Psychotherapy*, 50(3), 387.  
<https://doi.org/10.1037/a0033394>
- Andriessen, K. (2006). On "Intention" in the Definition of Suicide. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 36(5), 533-538.
- Ascher, L. M. (2002). Paradoxical intention. In M. Hersen & W. Sledge (Eds.), *Encyclopedia of psychotherapy* (vol. 2, 331-338). Academic Press.  
<http://dx.doi.org/10.1016/B0-12-343010-0/00161-6>
- Browning, S., & Hull, R. (2021). Reframing paradox. *Professional Psychology: Research and Practice*, 52(4), 360. <https://doi.org/10.1037/pro0000384>
- Davies, C., & Neal, M. (2002). Durkheim's altruistic and fatalistic suicide. In *Durkheim's Suicide*, 50-66. Routledge.
- De Leo, D., Goodfellow, B., Silverman, M., Berman, A., Mann, J., Arensman, E., & Kolves, K. (2021). International study of definitions of English-language terms for suicidal behaviours: a survey exploring preferred terminology. *BMJ open*, 11(2). e043409. [http:// dx. doi.org/ 10. 1136/ bmjopen- 2020-043409](http://dx.doi.org/10.1136/bmjopen-2020-043409).
- Demesmaeker, A., Chazard, E., Hoang, A., Vaiva, G., & Amad, A. (2022). Suicide

- mortality after a nonfatal suicide attempt: A systematic review and meta-analysis. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 56(6), 603-616. <https://doi.org/10.1177/00048674211043455>
- Durkheim, E. (2005). *Suicide: A study in sociology* (2nd ed.). Routledge.
- Fabry, D. D. S. (2010). Evidence base for paradoxical intention: Reviewing clinical outcome studies. *The International Forum for Logotherapy*, 33, 21-29.
- Feeney, D. J., & Silverman, M. S. (1984). A Model Framework of Alcoholism Counseling: Cyclic Process of Intensification, Paradoxical Shifting, and Differentiation. *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 10(3), 403-415. doi:10.3109/00952998409001479
- Frankl, V. E. (1959/1984). *Man's search for meaning*. Boston: Beacon Press.
- Frankl, V. E. (1966). Logotherapy and existential analysis—a review. *American Journal of Psychotherapy*, 20(2), 252-260. <https://doi.org/10.1176/appi.psychotherapy.1966.20.2.252>
- Frankl, V. E. (1975). Paradoxical intention and dereflection. *Psychotherapy: Theory, Research, & Practice*, 12(3), 226-237. <https://doi.org/10.1037/h0086434>
- Hill, C. E., & Norcross, J. C. (2023). Skills and methods that work in psychotherapy: Observations and conclusions from the special issue. *Psychotherapy*, 60(3), 407-416. <https://doi.org/10.1037/pst0000487>
- Hill, K. A. (1987). Meta-analysis of paradoxical interventions. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 24(2), 266-270. doi:10.1037/h0085714
- Jansson-Fröjmark, M., Alfonsson, S., Bohman, B., Rozental, A., & Norell-Clarke, A. (2022). Paradoxical intention for insomnia: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Sleep Research*, 31(2).
- Jansson-Fröjmark, M., Sandlund, C., & Norell-Clarke, A. (2023). Paradoxical Intention as an Adjunct Treatment to Cognitive Behavioral Therapy for Insomnia. *Sleep Medicine Clinics*, 18(1), 9-19. DOI: 10.1016/j.jsmc.2022.10.001
- Jansson-Fröjmark, M., Alfonsson, S., Bohman, B., Rozental, A., & Norell-Clarke, A.

- (2022). Paradoxical intention for insomnia: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Sleep Research*, 31(2).
- Joiner, T. (2005). *Why people die by suicide*. Harvard University Press.
- L'Abate, L. (1984). Beyond paradox: Issues of control. *American Journal of Family Therapy*, 12(4), 12-20. <https://doi.org/10.1080/01926188408250193>
- Levy, L. H. (1963). *Psychological interpretation*. Holt, Rinehart & Winston.
- Maris, R. W. (1981). *Pathways to suicide: A survey of self-destructive behavior*. Baltimore: Johns Hopkins University Press.
- McClure, B. A., Kurd, K., & Beaton, A. (1993). Paradoxical Intervention in a College Counseling Center. *Journal of College Student Psychotherapy*, 7(3), 61-78. [https://doi.org/10.1300/J035v07n03\\_08](https://doi.org/10.1300/J035v07n03_08)
- McMillan, D. N., & Johnson, M. E. (1995). Paradoxical interventions and the counseling process. *Journal of Mental Health Counseling*, 17(1), 94-104.
- Ministry of Health and Welfare (2021). 2019 Cause of Death Statistics. Retrieved from <https://www.who.int/publications/i/item/9789240026643>.
- Peluso, P. R., & Freund, R. (2023). Paradoxical interventions: A meta-analysis. *Psychotherapy*, 60(3), 283. <https://doi.org/10.1037/pst0000481>
- Rogers, J. and Thomas, I. (2022). 'Twenty suicides of care experienced people in custody: A scoping review of the Ombudsman's fatal incident reports for care experienced people who died in custodial settings between 2004 and 2020'. available from: Prison Service Journal.
- Sharp, W. G., Wilspn, K. G., & Schulenberg, S. E. (2004). Use of paradoxical intention in the context of Acceptance and Commitment Therapy. *Psychological Reports*, 95, 946-948.
- Shneidman, E. S. (1996). *The suicidal mind*. Oxford University Press.
- Shoham-Salomon, V., & Rosenthal, R. (1987). Paradoxical interventions: A meta-analysis. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 55(1), 22-28. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.55.1.22>
- Shoham-Salomon, V., Avner, R., & Neeman, R. (1989). You're changed if you do

- and changed if you don't: Mechanisms underlying paradoxical interventions. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 57(5), 590–598.  
doi:10.1037/0022-006x.57.5.590
- Shore, J. J. (1981). Use of Paradox in the Treatment of Alcoholism. *Health & Social Work*, 6(1), 11–20. doi:10.1093/hsw/6.1.11
- Shubin, M. (2021). Living to die, dying to live: Another look at suicidality. *Psychoanalytic Perspectives*, 18(1), 134–148.  
<https://doi.org/10.1080/1551806X.2021.1845025>
- Sperry, L., Carlson, J., & Kjos, D. (2003). *Becoming an Effective Therapist*. Boston : Pearson Education, Inc.
- Tandon, R., & Nathani, M. K. (2018). Increasing Suicide Rates Across Asia- A Public Health Crisis. *Asian Journal of Psychiatry*, 36, A2–A4.  
doi:10.1016/j.ajp.2018.09.006
- Turner, K., Pisani, A. R., Svetlicic, J., O'Connor, N., Woerwag-Mehta, S., Burke, K., & Stapelberg, N. J. (2022). The paradox of suicide prevention. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(22), 14983.
- Van Orden, K. A., Witte, T. K., Cukrowicz, K. C., Braithwaite, S. R., Selby, E. A., & Joiner Jr, T. E. (2010). The interpersonal theory of suicide. *Psychological review*, 117(2), 575. doi:10.1037/a0018697.
- Walsh M. W., & McGraw James A. (2002). *Essentials of Family Therapy*. Love Publishing Company.
- World Health Organization. (2019). *Suicide in the world: Global health estimates* (No. WHO/MSD/MER/19.3). World Health Organization.  
<https://doi.org/10.1017/9781108692878.011>
- World Health Organization. Suicide[EB/OL]. (2021–06–17) [2023–06–25].  
<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/suicide>.
- Wreen, M. (1988). The Definition of Suicide. *Social Theory and Practice*, 14(1), 1–23. <http://www.jstor.org/stable/23558993>
- Young, M. E. (1992). *Counseling methods and technique*. New York : Merrill.

## 研究論文

# 里山的永續餐盤——以永續飲食為主題之地方探索式 學習課程發展與評量<sup>\*</sup>

任孟淵

靜宜大學生態人文學系助理教授

---

收稿日期：2023 年 10 月 23 日，接受刊登日期：2024 年 01 月 18 日。

<sup>\*</sup>本文通訊作者為任孟淵，E-mail：myjen@pu.edu.tw。感謝兩位匿名審查委員提供寶貴的修正意見。

## 中文摘要

全球氣候變遷與生態環境問題已經成為21世紀主要問題，台灣在環境教育法通過後，環境教育場域快速發展，對於環境教育專業人員的需求也不斷增加。本研究主要目的在設計一套以里山倡議為主題的地方探索式學習課程模組。以生活化和在地化學習情境，增加學生對議題調查學習的興趣，增加環境行動經驗，達到提升情意環境素養和行動技能的教學目的。課程發展以行動能力為理論，規劃認識里山、議題調查、願景形塑、在地實作等六個課程單元，從認識地方永續食物議題，最終規劃一場永續餐桌展覽作為環境行動。

本研究採用質量混合研究法，量化研究採不等控制組設計，以問卷評量學生在課程介入前後的表現。本研究有效樣本為46人，研究結果顯示農業典範前後測無差異，環境行為和環境技能雖未達到統計上顯著但後測較前測有進步。質性研究以課堂觀察、學生課堂作品分析和課程中與學生小組討論，探討關鍵性課程內容對於學習成效的提升。本研究成果得到永續食物議題導向教育的啟示如下：(1)永續食物將遙遠的事物與學習者日常生活相連結；(2)實地踏查提升學習者的食物公民意識；(3)永續餐桌策展形塑里山議題與學生日常生活的願景；(4)永續議題探索歷程強化行動能力的養成。

**關鍵字：**永續飲食、環境素養、行動能力、地方本位學習

# **Sustainable dishes in Satoyama – Development and Evaluation of A Place-based learning curriculum of sustainable diet**

**Meng-Yuan Jen**

Assistant professor, Department of Ecological Humanities, Providence University

## **Abstract**

Following the enactment of the Environmental Education Act in Taiwan, the field of environmental education has rapidly developed, leading to a growing demand for environmental education professionals. The primary aim of this study is to design a place-based exploratory learning curriculum module themed around the Satoyama Initiative. The curriculum development is grounded in the theory of action competence, comprising six units: understanding Satoyama, issue investigation, vision shaping, and local implementation. This study utilizes a mixed-methods approach with 46 participants, using a non-equivalent control group design for quantitative analysis. Results show no significant change in agricultural paradigms, but an observable improvement in environmental behavior and action skills, despite not being statistically significant. Qualitative analysis comprises classroom observations, student work analysis, and group discussions. The findings provide insights into education oriented towards sustainable food issues: (1) sustainable food connects distant matters with learners' daily lives; (2) field trips enhance learners' awareness as food citizens; (3) the exhibition of a sustainable food table shapes visions of Satoyama issues of students; (4) exploring sustainable issues strengthens the development of action competence.

**Keywords:** sustainable food, environmental literacy, action competence, place-based learning

## 壹、前言

全球氣候變遷與生態環境問題已經成為21世紀主要問題，無論各國無不從社會、經濟各面向致力於教育社會大眾、調適環境變遷。台灣是全世界第六個通過環境教育法的國家，在公私立部門合作推動下，環境教育快速發展，經由環保署認證的環境教育設施場所已達到194個之多，也使得對於專業環境教育人員需求大增。青年在促進永續發展上的重要性極為受到重視，UNESCO提出「教育2030: 超越2019的永續發展教育」(Education 2030: Education for Sustainable Development beyond 2019)文件中，將青年與政策、教育機構、教育者和地方社區/社群列為五大優先行動範疇(Priority Action Areas)之一，並強調「青年的投入將是面對永續挑戰的關鍵改變行動者」(UNESCO, 2019, pp.3)。而高等教育階段是一生中極可能影響年輕人投入環境保護的關鍵時段，因為大學教育與中小學相較，不但課程設計靈活，且學生已有獨立思考斷能力(Orr, 2002)。其中環境課程往往是大學生接觸環境教育最重要的管道。

以目前大學環境課程開設情況來說，主要是以環境通識課程和以特定科系專業建構的環境教育學程，課程內容多以知識性為主，缺乏對於社會文化的整體認識與反思能力訓練，難以提升學習者的環境素養，以處理複雜多面的環境議題。然而目前主要培養環境教育人員的管道之一便是大學開設的環境教育學程或擔任環境教育機構的角色，但以環境教育人員最基本也是最重要的環境素養而言，在近年兩次較大規模的全國環境素養調查來看，大學階段學生的環境素養表現是偏後(梁世武、劉湘瑤、蔡慧敏、方偉達，2013；潘淑蘭、周儒、吳景達，2017)。如此一來，若期待從大學培育能進行環境行動與環境教育的環境教育人員，則有待透過進一步研究支持課程精進來提升學生的環境素養。

而過去高等教育跨領域環境議題教學研究主題大多以大範圍環境議題，如氣候變遷、能源或空氣污染(如謝憶芳、劉湘瑤、陳冠利，2013；陳維立，2018等)，或是台灣山林和生態保育(如許世璋，2005；許世璋、高思明，2009；



蔡執仲、鄭丞棋、鄭瑞洲等人，2018）。前者對大學生可能太過遙遠、且受限於結構性，容易因不知該如何處理而感到無力。然而山林保育的永續議題雖然為台灣本土案例，但所涉及的複雜的經濟生產和社會關係可能讓學生感到難以想像。因此，本研究以地方永續食物為主題，食物相當貼近一般人的生活，特別是對於許多大學生而言，進入大學是人生第一次面對個人食物決策，容易激發學習者的擁有感和學習動機。此外，永續食物議題常常與地方環境、文化和生活風格緊密相連，可以議題分析、田野調查、關係人訪談等更直觀方式，幫助學習者更深入瞭解永續議題在社會、文化和經濟結構性成因，以及權益關係者之間的不同立場和衝突，例如2005年時電影「無米樂」便引發社會大眾熱烈的討論。而在臺灣以生態保育為訴求的農產品，如石虎米、老鷹紅豆等，也是學生較容易拉近距離、產生直觀理解的主題。

本研究以里山倡議結合地方永續食物議題作為課程主題，以行動能力理論為基礎，發展六單元的地方探索議題導向課程模組。期待透過此課程模組降低環境議題教學的進入門檻，提升學生情意類的環境素養、環境行動和行動技能。

## 貳、文獻探討

### 一、大學環境教育目標與教學

高等教育層級環境教育在推動國家整體環境教育上具有不可或缺關鍵角色，自1977年聯合國Tbilisi國際環境教育會議以及其後陸續發表的重要宣言，如1990年塔樂里宣言（Talloires Declaration）和2010年「為永續未來的大學領袖會議」（University Leaders for a Sustainable Future），一再宣示大學在於永續發展與環境教育的重要性。因為大學教育與中小學相較，不但課程設計靈活，且學生已有獨立思考斷能力，許多國內外環教研究均指出有效的大學教育的確能促進環境公民的養成（Chawla, 1999; 2009；Hsu, 2009；許世璋，2005）。但是由於近代大學專業化與分工化的發展，各學術專業領域間壁壘分明，美國環境學者David Orr（1994）便指出因為缺乏給予學生對於當代社會的整體觀與反思

能力，故往往難以培養出能解決環境問題的公民。從針對美加大專院校環境學程分析結果中得到類似的結果，大部分的環境學程被紛雜學科領域切割，缺乏合理的課程、教學法、與教育哲學（Clark等人，2011）。

在國內，環境通識課程往往是非環境主修的大學生接觸環境資訊最重要的管道，王順美等人（2000）發現課程內容往往與授課老師的專長有關，而提出是否會造成教學內容特定偏向、忽略跨領域學習與問題解決導向精神的提醒。從過去環境通識課程研究顯示生態學知識是最容易達成的教育目標，使用傳統講述法便可達成。然而，許多環教研究都指出單向的知識傳遞對於情意類目標與環境行動的成效不彰（如許世璋，2005；Hungerford & Volk, 1990）。Maniates（2013）也認為缺乏社會變革理論的環境課程，雖然可能利用環境危機來喚起學生的罪惡感與急迫感，卻無助於培育學生支持個人和集體的改變。因此，筆者（2014）主張大學的環境課程應避免只傳遞化約主義（reductionism）下的分科專業知識，應更注重以環境議題為中心的整體性知識，使學生在生態、社會、經濟等整合脈絡下學習，才有助於未來發展出批判性思考、及解決環境問題之技能與行動。

因此，環境素養（Environmental Literacy）即是環境教育學者們共同認同的教育目標，意指「一種能覺察與說明環境系統健全的能力，並能採取適當的行動以維護、保存與促進環境系統的健全。」最早由美國環境教育學者Roth（1992, pp.3）提出，環境教育的終極目標便是培養具有環境素養的公民，有能力並願意透過個人和集體行動，解決和預防環境議題。環境素養以伯利希宣言五項目標為基礎，後續學者雖各有增減，但基本內涵仍為知識、覺知（敏感度）、態度、技能、行動經驗。在台灣較為運用的是美國環境素養架構（如Marcinkowski & Rehring, 1995），之後Zhu（2015）和潘淑蘭等人（2017）的大學生環境素養量表、環境保護署的全民環境素養調查問卷（梁世武等人，2013），大致上也是以前者為基礎增添變項編製。

## 二、以行動能力培養環境素養

儘管多數學者同意環境教育目標在於培養具備環境素養、採取環境行動的環境公民，然而如何培養卻有不同的觀點。大體而言，可分為個人行為修正和集體行動能力培養。前者企圖透過「經過設計」課程引導學習者往預設的行為改變目標前進(如綠色消費、省水省電等)，以行為修正方式使學習者能實行預設的環境行動目標；後者不特別強調培養特定議題族群的環境公民，而是著重培養一般社會大眾的集體討論、反思和共同解決問題的能力。Chawla和Cushing（2007）認為個人行動在解決環境問題的成效極為有限，必須透過集體政治行動去向政府與企業施壓才可能有好的改變。許世璋（2005）也指出如果將環境教育目標限於促成個人的環境行動(如隨手關燈或撿垃圾)，將以過度簡化與個人主義化的方式來面對環境議題，同時也可能創造學習者感到滿足的假象，而忽略集體的環境行動才能真正改善環境議題。其中，Jensen與Schnack（1997）提出「行動能力」的環境教育，主張透過民主討論與形塑共同願景，培養學習者的集體行動能力，以達到解決當代與未來環境議題的目標，即為其中之代表者。行動能力理論在北歐健康與環境教育NGO、各級學校和教育研究中被廣泛使用，也被瑞典政府採用在政府報告SOU 2004:104中列為瑞典生物科課程義務教育目標和課綱（The National Agency of Education, 2000）。

行動能力是一個為回應學習中能在複雜且動態的真實世界生活、培力的教育理想，Schnack（1994, pp. 190）定義行動能力為「一項能力—基於批判性思考和無法完整的知識—將行動者自身作為人，並與他人共同以負責任和交互的行為追求更加人性的世界」。行動能力教育目標在於培養學習者處理未來問題的能力。為達到如此教育目標，要讓學習者具備未來環境行動所需要的能力，發展對未來社會共同的想像與願景，而且願意為實踐新的願景而採取行動。因此，所謂的行動必須直接針對解決真實的問題，而所欲解決的環境問題應由學習者從現實生活環境中選擇，自行討論、發展所要採取的環境行動，而不是由教師或其他人預先給予方向。在教學中，所關心的是學習者運用民主方式參與環境議題的意願與能力，以及能否自己做決定與形成行動選擇的標準。

為達到此目標，Jensen與Schnack（1997）提出行動能力的四個要素：

- 知識與洞察力（knowledge/insight）是有關學習者是否能從不完整的知識中，透過批判性思考獲得這個領域的一貫知識：問題是什麼、如何產生以及解決此問題的可行性。
- 承諾（commitment）引發學生的動機、支持與幹勁，自信也是構成要素的一部份。若學習者缺乏做出環境行動的勇氣與承諾，即使瞭解環境問題也無法化為行動。
- 願景（vision）是讓學習者想像現況的改變與可能的結果，激發學習者思考想要什麼樣的生活、對於美好生活及未來世界懷有願景，是行動能力的重要部分。
- 行動經驗（action experience）：情緒、價值、知識與行動的連結是教育過程重要的一部份，而行動又與經驗有密切的關係。行動產生經驗，而經驗又成為下次行動的基礎，兩者關係極為密切。

行動能力理論希望透過面對真實議題、學習者自主討論等方式培養處理永續發展與環境問題的能力。然而，是否有些能力在面對永續發展與環境問題時需要特別倍關注的呢？de Haan（2006）提出將Gestaltungskompetenz 稱為「形塑能力」（shaping competence），以相對於世界的開放心靈去創造知識，整合新的觀點，以前瞻的角度思考與行動，並且具備與他人合作的能力。形塑能力包含有以下八個關鍵能力：前瞻思考、跨領域工作、跨文化認知和合作、參與技能、規劃和執行技能、同理和團結、自我激勵與激勵他人、深度反思。Brundiers、Wiek、Redman（2010）整理過去研究提出一個簡單模式，包括三種關鍵能力叢集：(1) 策略性知識叢集：整合系統性、預測性、規範性和行動取向的能力，同時包括方法論知識和內容；(2) 實務性知識叢集：包含連結知識與永續發展行動間的知識—行為鴻溝的能力，如Gestaltungskompetenz；(3) 協同合作型叢集：為與不同知識社群團隊合作所需要的能力，如參與式研究和決策、同理心和憐憫等。行動能力理論為本計畫課程模組發展的主要依據，而各課程模組中所著重不同的環境素養變項則於第四小節中討論。

### 三、永續食物議題與地方的學習

永續食物議題一直是國際社會關注的重點目標之一，國內近年來食安問題層出不窮，諸如禽流感、口蹄疫、回收油等，無論在食物生產、檢驗、運送和保障等方面都引起社會大眾的緊張惶恐，這也反應出過去社會對於食物永續議題的忽視。聯合國農糧組織（FAO）2010年時在生物多樣性論壇中首次提出「永續飲食（sustainable diet）」的概念—指低環境衝擊、對於當代和未來時代的食物和營養安全有所貢獻的飲食。FAO強調永續飲食具備以下特性：保護並尊重生物多樣性和生態系統；具有文化保存價值；每個人都可取得的、經濟上公平且可負擔的；以及，提供適當營養、安全和健康的飲食（Lang, 2012）。

這一理念與里山倡議的核心精神高度契合，里山倡議源於日本傳統的「里山」概念，於2010年在聯合國第十屆生物多樣性公約締約國大會上被正式提出。該倡議強調「社會—生態—生產地景」（Socio-Ecological Production Landscapes）的維護，藉由人與自然的和諧互動，實現生物多樣性保育與糧食永續生產的雙贏局面（UNU-IAS, 2012）。里山倡議的五大行動方針：確保多樣化的生態系統服務、整合傳統知識與現代科學、探索共同管理系統、促進地景多功能性發展、以及強化地區資源循環。透過里山倡議的實踐，當地居民能夠運用傳統農業技術結合現代科學，發展符合生態原則的食物生產方式，保護農業生物多樣性，為永續食物系統提供了實踐框架。

永續食物議題與地方的關聯性可分別從環境、經濟與社會三面向來看。在環境面向上，在地化食物供應鏈最主要的影響便是降低食物里程（food miles）的衝擊，減少食物在世界旅行所耗費的能源與污染—這往往被視作環境與社會的外部性而忽略。在經濟與社會面向上，主流永續消費經常遭遇批判為過度相信市場力量，忽略社會與環境成本的外部性，以及漠視生存於地方的人的福祉（任孟淵與王順美，2009）。融合於地方的經濟系統能夠發展消費者與生產者間的連結，促進食物供應鏈相關的社會資本與倫理資本，教育消費者關於食物來源和生產衝擊的知識，創造互動迴圈，以及強化地方經濟和市場以對抗全球化的侵蝕（Norberg-Hodge、Merrifield & Gorelick, 2002）。



無論從何種角度出發，永續食物議題最後指向回歸地方。而從教育角度來看，地方正是提供學習者與個人切身相關的學習場域，並面對真實的永續議題。Seyfang (2006) 提出「食物公民」(food citizenship) 概念，認為透過在地有機食物的消費，作為實現永續消費的驅動力，其意義不僅在於生產或農村復興，更在於創造一種社會新形態。食物公民展現了個人對食物系統的深度關切，從過去單純的食物採購，轉變為對食物生產、分配與消費全過程的責任承擔，同時維護獲得安全健康食物的權利 (Warner、Callaghan、de Vreede, 2013)。

這種食物公民意識的培養與里山倡議強調的人地關係重建相輔相成，共同指向重新連接地方和人的關係、符合在地社會文化，以及環境友善方式生產的目標。因此，若要有效面對且處理永續議題，重點不在於教導個人解決特定環境問題的方法和技能，而是培養公民的集體討論、反思和共同解決問題的能力。讓學習者具備未來環境行動所需要的能力，發展對未來社會共同的想像與願景，而且願意為實踐新的願景而採取行動 (Jensen & Schnack, 1997)。

#### 四、環境素養教學評量研究與課程模組發展

環境素養變項源自於Hungerford和Volk在1990年所提出環境公民行為模式 (Environmental Citizenship Behavior Model, 圖1)，總結過去許多實證研究，將環境教育中的重要變項歸納為三大類：(1)基礎變項 (Entry-level)、(2)所有權變項 (Ownership) (3)賦權變項 (Empowerment)。在模式中此三大群變項雖有發展的先後順序，但各變項間仍存有複雜的交互作用。此模式重要性在於推翻傳統所認為「知識-態度-行為」模式，首先指出單只有環境知識並不會造成態度與行為的改變，必須同時提升認知、情意與技能類的變項，特別後兩者影響更大。這對於環境行為研究與教學產生深遠影響，後續許多環境素養教學均以此為基礎，例如許世璋結合整全式學習 (holistic learning) 觀點提出「環境公民行動模式」，分為認知、情感、終極關懷、培力、與行動等五個學習階段，並將其運用在大學師資培育的環境教育課程。研究結果顯示此模式，運用議題分析、生命故事、與自然體驗等教學法，可有效提升學生們的環境行動、環境希望、內控觀 (許世璋與高思明，2009)。

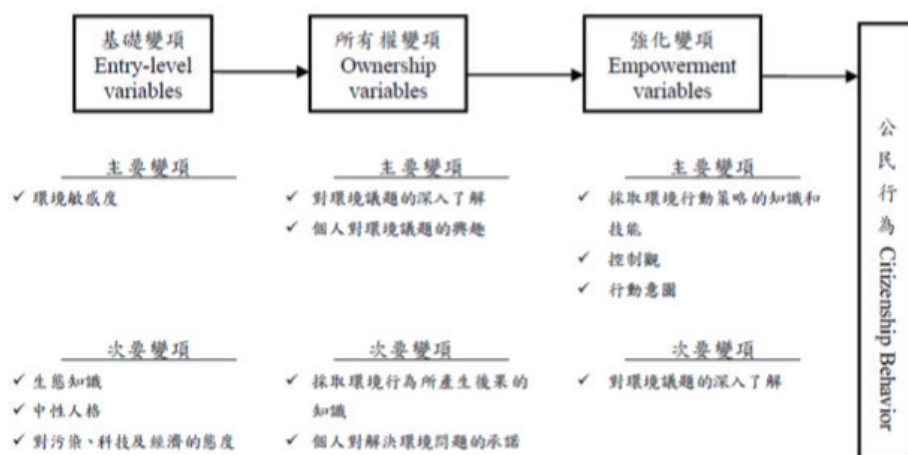


圖 1. 環境公民行為模式 (Hungerford & Volk, 1990)

而此模式和後續研究均指出環境素養中情意和行動技能變項的重要性，如環境責任感、內控觀、環境希望、與情感涉入和行動策略知識等變項(Hungerford & Volk, 1990; Kollmuss & Agyeman, 2002; Marcinkowski & Rehring, 1995; 許世璋, 2005)。若要提升情意和行動技能變項顯然難以單靠傳統講授法達成，環境議題調查是環教界經常採用的教學設計，廣泛運用於國際上許多重要的環境教育教材或方案，如美國「議題調查與行動訓練模式」(Issue Investigation and Action Training)、北歐的「議題願景行動改變」(Investigation-Vision-Action-Change)模式珍古德博士所發起的「根與芽計畫」(Roots & Shoots Program)。而研究也指出，將議題調查與行動訓練融入大學環境通識課程，可提升學生的內控觀、採取環境行動策略的知識與技能、及環境行動(晏涵文、邱詩揚, 2003; Culen & Volk, 2000)。許世璋與高思明(2009)更發現若能引入成功的環境行動故事與環境行動者的生命熱忱等教學策略，能顯著提升情意類的環境素養。

然而，環境議題教學並非沒有缺點，研究也發現若未能妥善處理大學生因



議題分析而產生無力感，將造成學習上的反效果（林洋如與顏瓊芬，2007；Kollmuss & Agyeman, 2002），特別是在公民社會發展還尚未成熟的國家（許世璋，2005）。因此，環境希望意指「在環境教育的教學中，學習者所具備一種內在力量可超越目前的挫折」（許世璋，2005，頁 637），許世璋研究結果顯示環境希望不但對環境行動影響力超過環境議題知識和責任感等，同時可有效提升內控觀和環境態度。Jensen與Schnack（1997）在行動能力理論中也指出，必須讓學習者瞭解社會結構性情況，同時具備對於未來美好的生活願景，方能對抗在行動過程中遭遇的挫折和不公義。而許世璋也建議可以透過邀請成功行動經驗的分享、創造學生為理想群體奮鬥的氛圍等教學策略以提升環境希望，這也是本計畫課程模組二的理論基礎。

除此之外，對於行動的承諾和行動經驗是行動能力所強調的，將學習者的情緒、價值、知識透過行動串連在一起。行動也是提升環境素養的重要教學策略，過去研究（Culen & Volk, 2000；許世璋，2005）發現同樣是議題導向的教學，如果能涵蓋議題的調查評估及行動策略，將比只涵蓋議題覺知的教學在促進環境行為上更有效果。若進一步將環境行動參與直接納入課程介入研究發現（晏涵文與邱詩揚，2003），以小組行動的方式可增進同儕或家人支持，使學生們的社會支持感獲得提升，進而再提升其行動的信心和再行動意願。因此，在本計畫課程模組三、四中便是設計透過完整的行動方案、執行、反思和慶祝，提升學生的環境素養和行動技能。行動技能則是參考Brundiers、Wiek、Redman（2010）所提出的三種關鍵能力叢集（策略性知識、實務性知識和協同合作）和筆者經驗所發展。

最後，本計畫課程模組的重要性在於讓學生自行選擇在地環境永續議題進行調查和行動。Jensen與Schnack（1997）認為只有讓學習者選擇自己關心且與生活相關的主題，才能激發學生學習的熱情。而從永續教育角度來看，地方正是提供學習者與個人切身相關的學習場域，並面對真實的永續議題。Ofei-Manu和Shimano（2012）的研究中指出，透過地區為主題的社會學習，參與者對環境的關心提升，獲得行動的知識與價值觀，對於地方產生融入感與擁有感。Sol、

Beers、Wals（2013）也建議以地方/區域環境議題作為永續發展社會學習的場域。因為地方上往往有獨特的地方知識，是外人無法得到的。永續發展議題更多需要的是生活於其中的人們對對理對、因應與調適。唯有透過地方社區/社群的關係者共同討論，才能找到對個人和地方最有意義與最重要的方案。讓大學生走入在地社區，瞭解地方環境永續議題和需求，試圖進行調查和採取可能的解決行動，這是大學社會責任的精神，也是本計畫課程模組所期待傳遞給年輕世代的價值。

## 參、教學與研究設計

### 一、教學目標

本課程以行動能力理論為基礎，引導學生以地方探索式學習方式，自行決定欲探究的真實世界中的環境與永續議題。本計畫期待達成以下之教學和研究目標：

1. 以行動能力理論為基礎，發展出一套六單元，以里山倡議為主題，包含認識里山、議題調查、願景形塑、在地實作之大學環境課程之教學模組；
2. 以生活化和在地化主題進行議題探究學習，提升學生的環境素養和增進行動能力；
3. 探討此課程對提升學生環境責任感、環境行動技能(調查與評估環境議題的技能、公民參與的技能)和環境行動等環境素養變項之影響；若未達成顯著影響，探究其可能的影響因素。

### 二、課程教學模組

本計畫運用行動能力中「議題願景行動改變模式」（Investigation-Vision-Action-Change mode，簡稱 IVAC模式）進行四階段課程模組設計，此

模式廣泛運用於北歐健康促進與環境教育各類課程或推廣方案中。課程階段與教學單元設計規劃說明如下（表1）。

表1 課程單元規劃

單元	教學目標和方法	教學重點
單元一：認識里山倡議（Investigation）	以講述和小組討論培養對於里山倡議和農業生態學的認識	1. 協助學生清楚瞭解里山倡議是什麼，以及食物相關的地方永續議題為何。
單元二：地方食物議題探索（Investigation）	運用設計思考方法，教導學生進行地方永續食物議題的資料收集和分析報告	1. 協助學生清楚描述議題是什麼，並且分析議題成因和重點爭議點。
單元三：地方踏查（Vision）	透過實地至地方食物生產者和協力團體踏查和訪談，瞭解食物議題的現況	1. 地方上的議題權益關係人有哪些（如政府、NGO或民眾等）？他們個別的意見是什麼？
單元四：願景形塑（Vision）	透過團體討論和未來劇本法，形塑對於地方食物議題的願景	1. 引導問題：我們希望地方的未來是什麼？搜集可能解決問題的方案2~3個。運用共同討論方法，在小組內討論解決方案的可能性
單元五：在地實作—永續餐桌（Action）	以「永續餐桌」策展形式，展示全班的共同願景	1. 透過實際的推廣行動，加強學生對於議題的連結 2. 學生在展覽分析過程中，加深個人的反思
單元六：慶祝與反思（Change）	透過個人和集體的成果回顧和分享，協助學生反思學習歷程的經驗和心得	1. 回顧行動方案的成果，是否達到預計推廣成效 2. 課程目標是從行動經驗中學習。因此重點在於讓學生瞭解，即便沒有成功達成改變，但如果帶來許多有價值的經驗，也是成功的行動。

### 三、資料收集方法

本研究主要根據行動能力理論為基礎，作為課程發展的主要指導理論。在評量課程提升環境素養、環境希望和行動技能等面向成效之理論架構則是根據

Hines等人（1986）、Hungerford與Volk（1996）所提出的兩個環境行動模式，並參考許世璋（2009）依據台灣情況提出之環境議題學習架構進行補充。在本研究理論架構中，影響環境行動變項分為認知、情感、行動培力和環境行動等四階段。

本研究以靜宜大學生態人文學系學生二年級必修課程「環境教育實習」課程修課學生為研究對象。本研究採取的是行動研究法與前實驗研究法（單組前後測設計）的混合研究設計。本研究設計。前實驗研究法以問卷（農業典範量表、環境素養量表與環境行動技能量表）評量學生在課程介入後的表現（見圖2）。行動研究法中採用參與觀察、文件分析等種資料收集方式，利用參與觀察與訪談、學生課程作業、期末心得報告等方式，收集學生的觀點，探索影響其各環境素養變項改變的主要課程內容及過程。

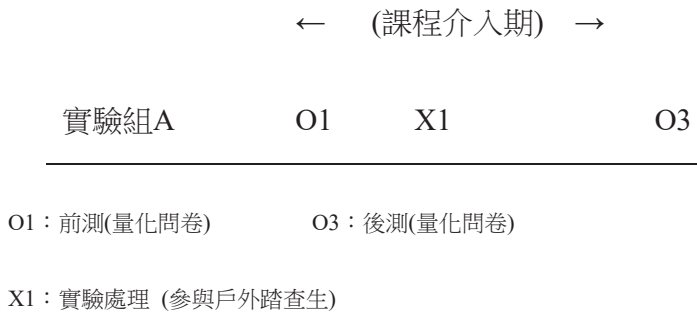


圖2. 本研究的研究設計

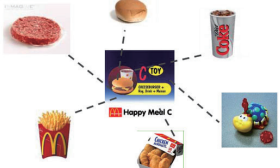


## 肆、教學暨研究成果

### 一、教學歷程與成果

在第一階段「議題調查」中，目標在於讓學生透過小組資料收集和現場訪談方式，增進學生對於議題的瞭解，培養環境責任感和行動技能（議題資料收

集)。此階段有分為三單元：單元一「永續食物」、單元二「里山倡議」和單元三「現場踏查和訪談」。

在單元一中，教師先從「食物為什麼不永續？」帶領學生思考食物的永續議題可能包括哪些面向，並且運用「解構麥當勞快樂餐」進行小組討論教學法，讓學生可以切身感受到食物的全球化就在身邊，並且讓學生標定出生活中的永續食物議題有哪些。單元二中，教師將深入探討全球化如何帶來食物安全風險，以及里山倡議的精神、原則和案例。首先，教師會分析食物供應鏈如何在全球範疇內形成，以及這中間可能產生的風險。隨後，教師將引入「里山倡議」的概念，並帶領學生認識到地域連結與自然共生的重要性。最後，透過真實的里山案例，教師將帶領學生分組探討這些案例如何回應食物風險，並且討論其背後的永續原則。讓學生了解在全球化的大背景下，回歸地方的食物生產如何幫助走向更加永續的社會。



<p>解構麥當勞快樂餐</p> 	<p>解構麥當勞快樂餐</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- 牛肉從哪裡來？</li> <li>- 什麼種類的馬鈴薯？(生物多樣性)</li> <li>- 台灣的牛去哪了？</li> <li>- 基因改造食物(GMO)？</li> <li>- 生長激素？</li> <li>- 營養價值如何？</li> <li>- 炸油回收？</li> <li>- 玩具是如何生產的？(血汗工廠)</li> <li>- 中國人物與電影工廠？</li> </ul>	
圖3：課程簡報	圖4：課程簡報	圖5：學生分組討論

單元三「現場踏查和訪談」場域為苗栗苑裡和南投集集，此二處為本研究長期合作食農教育之地區，因此對於地方的永續食物生產者面臨的挑戰和議題都熟悉。因此實地踏查將由地方夥伴協同教學，上午拜訪研究夥伴長期輔導的農園進行生物多樣性調查和農法實作體驗，下午則邀請在地永續食物權益關係人（如農友、生態研究者等）與學生進行分享，並且進行永續餐桌實作體驗。踏查分為兩條路線，由學生自行依據感興趣的食物議題選擇。（表2）

表2 里山實地踏查

路線名稱	A里山的果園生活	B 石虎的永續餐桌
地點	苗栗縣苑裡鎮	南投縣集集鎮
合作場域/生產者	佳樂果園、里山塾環境學習中心	特生中心石虎團隊、集集在地農園
課程內涵	果園生態觀察與農友訪談 果園環境友善實務（修枝、澆肥） 里山願景的咖啡館 永續食物實作（柑橘果醬DIY）	石虎追跡（依據石虎足跡GPS 踏查集集在地農園） 石虎保育和友善農園介紹 永續食物實作（石虎友善食 材） 里山願景的咖啡館
永續議題	草生栽培、剩食利用	棲地重疊、負責任消費

路線A「里山的果園生活」主要目的是帶領學生深入體會里山倡議的精神，瞭解果園的永續管理和土壤健康的重要性。透過實地參與，學生能夠親身體驗草生果園的日常管理工作，學生不僅學習如何種植和照顧果樹，還要學習如何與大自然合作。例如：透過了解土壤、氣候和生物的關聯，創造一個有益於所有生態系統成員的環境。同時，透過柑橘果醬實作課程也讓學生認識食物保存的傳統智慧，符合里山最大限度地使用資源、以減少對環境的壓力的精神。

			
圖6：農友解說草生果園	圖7：果園環境友善實務	圖8：里山願景討論	圖9：柑橘果醬實作



路線B「石虎的永續餐桌」主要目的是讓學生親自體驗並深入了解石虎的生活環境、食物鏈、以及人類活動對石虎的影響。學生透過集集在地3小時實地踏查，親自觀察石虎可能的活動範圍，如農田、水溝、火龍果園等，並了解其背後的生態意義。接著，透過在地永續旅遊達人所製作的「石虎上菜」友善石虎餐，學生不僅品味到石虎友善農產品的滋味，也思考食物生產對生態的影響。最後，由阿虎團隊林育秀研究員的演講和公民咖啡館討論，讓學生探討並分享對石虎保育議題的看法。教師希望通過此課程，讓學生認識到石虎的保育價值，以及如何透過日常生活的實踐與其他生物和諧共存，帶領學生思考對於集集的里山願景。

			
圖10：石虎追跡	圖11：石虎保育介紹	圖12：里山願景討論	圖13：石虎上菜

第二階段「願景形塑」(Vision) 重點在於鼓勵學習者對現況的改變與可能的結果有所想像，以產生對於美好生活及未來世界懷有願景。因為Jensen與Schnack (1997) 指出傳統環境議題導向的教學法容易使學習者看到過多沉重議題而感到無力。在此階段中，學生先是在里山踏查中會先就所看到里山議題進行討論。回到學校後的單元四，透過設計思考未來劇本法，思考如何在里山倡議中創造「全球化議題，在地化行動」，透過小組以外的同學共同討論，標定所欲倡議的里山議題，形塑對於議題的共同願景。

在單元五中，融合生態博物館(Eco-museum)概念，讓學生在校園中共同



策劃和執行「永續餐桌」展覽。學生小組將議題調查和田野踏查的成果，轉化為成一道料理，可以呈現所調查永續食物議題，也反應對在地的食物生產者關懷。同時也展現對地方力量理想，去尋求、詮釋所生活所領域中自然或人文遺產和生解釋（周佳樺，2014）。教學目標在於透過一整合與創造性的調查結果呈現，一方面幫助學生統整議題調查之過程，另一方面創造學生在校園中推廣議題之行動經驗。以創新有趣方式吸引校園中其他關心永續食物議題的師生參觀、討論。

學生所設計的永續餐桌企劃包含有野菜炒蛋（靜宜友善蛋、野草）、海廢芋圓冰（大甲芋頭）、百里雲朵蛋（東海牛奶、靜宜友善蛋）、石虎幸福蛋炒飯（石虎米、靜宜友善蛋）、低碳鬆餅（東海牛奶、靜宜友善蛋、大雅喜願麵粉）、草生柑橘特調（草生栽培柑橘、小農米酒）和野草茶（野草）等。所涉及的永續食物議題包括有動物福利、當季當令當地、百里飲食、低食物里程、草生果園、野草變主食等。從企劃結果可以看出學生不但吸收課堂上所學習的永續食物議題（食物里程、動物友善），也有能力延伸至學生有興趣的永續食物議題上（如野草）。



最後一單元「改變與反思」（Change）則是透過反思發表和課程心得兩部分，帶學生回顧本學期行動。從學生的反思心得中可以看到永續食物議題（低

碳飲食、百里飲食運動等）成功吸引學生對地方永續議題的興趣和關心。而從產地到餐桌的校外課程，許多學生表示是第一次瞭解產地和生態的關聯性，印象深刻直到課程後。最後，透過永續餐桌企劃，學生整合課程知識概念、跨越生產者和消費者的鴻溝，表達自己的永續食物議題訴求。

## 二、課程成效質性分析

本研究從學生心得中可以發現有以下的收穫：

1. **環境友善的重要性：**學生透過實地體驗活動中，深入了解裡苗栗苑裡的環境友善果園，來自農夫樸實的訪談特別讓學生感動。「張園主能夠不害怕實際收益和不用農藥後產生的病蟲害，即使過程中會遇到許多困難，卻還是堅持走這條路，這種精神讓我很欽佩」。（引用自411015698）這種勇氣和堅持，使學生體會到環境友善耕作的意義和重要性。
2. **當地食材對永續性的貢獻：**學生進一步認識到挑選在地、當季食材的重要性，並了解到不符合季節的蔬果可能使用更多的化學藥劑。而當地的食材可以減少碳排放，為地球做出實際的貢獻。學生表示：「平常在挑選食材的時候，就能夠拯救我們的地球，以友善耕種或地產地銷、百里飲食等來推廣食用當令與在地的飲食…少去中盤商的控制，農夫能夠獲得合理的收益，而我們也能以最驚竟實惠的價格買到最新鮮的蔬果」。（引用自411015745）
3. **料理中融入環境議題的啟示：**透過永續餐桌的課程，學生開始意識到料理和環境議題之間的連結。學生提到：「以料理說明當中蘊含的環境議題，每組都做出了各種好吃的食物。這些都好好的融入了課程也融入了我的日常生活，我在吃東西時也會比以往更深入地好好思考食物對環境的影響與永續性、在地食材與當地的發展，如何能減緩食材對地球的影響，像使用在地食材，減少碳排放等」（引用自411015525）。這不僅讓他們品嚐到美味的食物，還啟發了他們深入思考食材背後的环境意義。

4. **更深入的了解永續發展的概念：**學生開始重新審視他們對在地飲食和友善耕作的認知。他們了解到小農和友善耕作的食材之所以較為昂貴，是因為他們更加注重永續發展和環境保護。學生指出：「不管是老師上課分享的文章，或是為了報告而去搜尋資料，都讓我能有實際的行動及了解。在為最後一堂課做準備時，我們選擇了百里飲食，我們在開菜單上，就會遇到食物不當季，或是超過里程等等的問題，只好不斷地找新食材，或是代替食材」（引用自411015680）
5. **學習結束後的永續生活行動：**完成此課程之後，學生們不僅止於理論的了解，更有許多學生開始實踐永續生活。他們開始更加注重日常購物選擇、挑選當季食材，且試著減少資源浪費和垃圾產生。「透過這幾堂課，我在買菜時，會優先選擇當季、在地的食材，也會支持友善耕作的食物，並且對身邊的家人朋友做推廣及科普，讓他們知道永續餐桌帶給自己和未來的意義」（引用自411015680）

### 三、課程成效量化分析

課程共收集54份問卷，其中有效樣本46份（85.1%）。本研究以成對樣本t檢定進行分析，所得各向度表現如下（見表3）。所有向度之前後測並未有顯著差異，其中農業典範前後測表現大致相同，環境責任感後測低於前測，環境行為與環境技能後測高於前測。

本研究認為可能有以下原因造成此結果。農業典範為較大尺度測量個人對慣行和另類農法之態度，而學生們普遍對於現行的農法陌生，在本課程中僅接觸到另類農法，因此在整體態度上難以有顯著反應。這或許可以從逐題分析中「小型到中等規模的農場最符合農業需求」（農業典範第9題）得到顯著進步，呼應在與本課程內容相關問項上，學生展現出同意課程的傾向。

雖然環境責任感整體後測低於前測，但逐題分析中「我有責任解決環境的問題」（環境責任感第1題）反而是顯著進步。有可能是在與農友、地方保育團隊互動訪談中，學生收到訊息認為社會大眾普遍不關心地方永續議題，使得他

們雖然認為個人有責任，但對其他人卻感到悲觀。環境行為和環境技能仍然顯現進步，顯示課程對於學生仍有正向幫助，只是可能因為課程時間過短，使得學生無法透過進一步實作，顯著提升學生對自己在行動態度和技能之評價。

表3 課程成效分析-成對樣本t檢定 (N = 46)

向度	平均值 (標準差)		自由度	t值	p	效果量(d)
	前測	後測				
農業典範	3.66(.38)	3.64(.56)	45	-.38	.704	.05
環境責任	4.04(.66)	3.92(.73)	45	-1.22	.228	.17
環境行為	3.39(.85)	3.54(.78)	45	1.37	.178	-.19
環境技能	3.30(.83)	3.44(.87)	45	1.42	.163	-.16

## 伍、反思和建議

本研究針對此永續食物的大學環境課程教學模組，探討以生活化和在地化主題進行議題探究學習，對學生的環境素養和行動能力提升之成效。本研究成果得到地方探索議題導向教育的反思如下：

1. **永續食物將遙遠的事物（如全球議題）與學習者日常生活相連結：**在本研究中可以看到，永續食物提供將全球議題與日常生活的連結，促使學習者思考社會的結構性問題。學生透過課程認知聯合國農糧組織（FAO）對「永續飲食」的定義，強化其對於保護生物多樣性、生態系統，並重視文化保存和經濟可負擔性的認識（Lang, 2012）。而透過「解構麥當勞快樂餐」和產地現場踏查和訪談等單元，學生不僅學會了識別全球化食物供應鏈的直接影響，更認識到如何透過在地化的食物系統來減少食物里程和相應的環境負擔。在「永續餐桌」單元中看到學習者在

面對熟悉的日常食物，超越原本慣性的行為，思考食物從何而來、目前的食物生產機制對於環境、個人健康、社會公義與地方社群的影響為何，並可與全球性議題結合。如此一來，食物議題便不在只是關於地方的議題，同時也具有全球性的意義，也就是「全球思考，地方行動」(Think globally, act locally) 的意義。

2. **實地踏查提升學習者的食物公民意識：**通過課程的實地踏查和與在地永續食物生產者的互動，學生不僅深入了解了當地食材對永續性的貢獻，也意識到在地、當季食材對減少化學藥劑使用和降低碳排放的重要性。對於本地永續生產者所面臨的挑戰和議題有了更深入的理解，尤其認識到永續食物議題與地方經濟和社會的緊密聯繫。學生們開始認識到自己的日常選擇，如購買食材，將直接影響地球的未來。這種認知的轉變不僅關注個人的食物選擇，例如支持友善耕作和在地飲食，而且開始擔起作為食物系統一部分的社會和環境責任 (Warner、Callaghan、de Vreede, 2013)。如同Norberg-Hodge, Merrifield, Gorelick (2002) 的觀點，學生們開始體認主流消費模式的局限性，並且學會了如何透過促進消費者與生產者間的直接聯繫，強化地方經濟和社會資本。這培養了學生作為「食物公民」的意識，鼓勵他們承擔起個人生活風格選擇中的社會和環境責任，並行使作為食物消費者的權利 (Warner、Callaghan、de Vreede, 2013)。
3. **永續餐桌形塑里山議題與學生日常生活的願景：**課程中學生們透過永續餐桌的規劃和實踐，實際應用了他們在課堂上學習到的永續食物議題知識，並展現其對於永續食物的想像。「願景」在永續食物議題中扮演重要的角色，Jensen指出如果只看到問題，而沒有對未來社會的想像與願景，將會造成學習者的挫折。願景解答「我們要去哪裡？」的問題，透過討論，老師與學生共同思考永續餐桌應該是什麼樣，幫助學生形塑對於未來世界的想像，並且共同嚐試在學校中將此付諸實踐。教育方法的創新性在於其能夠連接學生的學習與實際生活，如同FAO所強調的永續



飲食概念，學生們學會了如何通過選擇對生物多樣性和生態系統有益，並具有文化保存價值的食材來實現環境衝擊最小化（Lang, 2012）。

4. **永續議題探索歷程強化行動能力的養成：**從認識永續食物議題、地方踏查，到最後的永續餐桌策劃，在整個地方探索教學過程中，學生體驗到食物生產過程中的環境友善實踐，並對食物來源和生產的社會經濟影響有了更全面的了解。這樣學習歷程是行動能力培養的關鍵。行動能力的培養不僅在於解決特定環境問題的方法和技能，更著重於與學習者生活連結的行動經驗。通過關於地方食物永續議題的集體討論、反思和共同解決問題的能力，學生們不僅學會了如何透過批判性思考從不完整的知識中獲得洞察，也嘗試聯繫形成對於未來世界的願景。（Jensen & Schnack, 1997）。而學生的行動經驗，即通過情緒、價值、知識與行動的連結，不僅在課程結束後對學生的環境行動有所啟發，更是他們將所學運用於現實世界中的基石，為學習過程和未來的行動提供了重要的基礎。

## 參考文獻

- 任孟淵、王順美 (2009) 推動永續消費之環境教育觀點。**環境教育研究**，7(1)，1-26。
- 王順美、張子超、柯淑婉、陳素晴、陳富雄(2000，11 月)。大專環境教育通識課程內涵架構之規劃。**2000 年度環境教育研討會**。高雄市：國立高雄師範大學。
- 周佳樺 (2014)。「生態博物館」概念於法國源起之探源。**博物館學季刊**，28(1)，31-47。
- 晏涵文、邱詩揚(2003)。環境行動與群體效能教學模組之發展與評價。**環境教育研究**，1(1)，107-137。
- 梁世武、劉湘瑤、蔡慧敏、方偉達 (2013)。**環境教育能力指標暨全民環境素養調查專案工作計畫** (行政院環保署專案研究計畫成果報告 EPA-100-EA11-03-A264)。臺北市：中華民國行政院環保署。
- 許世璋 (2005) 大學環境課程成效之比較研究— 著重環境行動、環境希望、及其相關變項之成效分析。**教育與心理研究**，28(4)，617-643。
- 許世璋、高思明 (2009) 整合議題分析、生命故事、與自然體驗之大學環境課程介入研究-- 著重於情意目標的成效分析。**科學教育學刊**，17(2)，133-154。
- 陳維立 (2018) 環境未來通識課程對於大學生氣候變遷素養之成效分析。**環境教育研究**，14(2)，1-56。
- 潘淑蘭、周儒、吳景達 (2017)。探究環境素養與影響環境行動之因子：以臺灣大學生為例。**環境教育研究**，13(1)，35-65。doi:10.6555/jeer.13.1.035
- 蔡執仲、鄭丞棋、鄭瑞洲(2018)。以環境議題為主的暑期營隊活動對國小學童情境興趣表現之探究。**環境教育研究**，14(1)，39-76。
- 謝憶芳、劉湘瑤、陳冠利 (2013)。環境議題教學提升國小學生科學素養之研究：以太陽能電池議題為例。**環境教育研究**，10(1)，35-64。
- Brundiers, K., Wiek, A., & Redman, C. L. (2010). Real-world learning opportunities in sustainability: from classroom into the real world. *International Journal of Sustainability in Higher Education*, 11(4), 308-324.



- Chawla, L. & Cushing, D. F. (2007). Education for strategic environmental behavior, *Environmental Education Research*, 13(4), 437-452.
- Chawla, L. (1999). Life paths into effective environmental action. *The Journal of Environmental Education*, 31(1), 15-26.
- Chawla, L. (2009). [Growing up green: Becoming an agent of care for the natural world](<http://www.psych.utah.edu/people/people/fogel/jdp/journals/6/journal06-03.pdf>). *Journal of Developmental Processes*, 4(1), 6-23.
- Clark, S.G., Rutherford, M.B., Auer, M.R., Cherney, D.N., Wallace, R.L., Mattson, D.J., Clark, D.A., Foote, L., Krogman, R., Wilshusen, P., & Steelman, T. (2011). College and university environmental programs as a policy problem (part I): Integrating knowledge, education, and action for a better world? *Environmental Management*, 47(5), 701-715.
- Culen, G. R. & Volk, T L. (2000). Effects of an extended case study on environmental behavior and associated variables in seventh- and eight-grade students. *The Journal of Environmental Education*, 31(2), 9-15.
- de Haan, G. (2006), "The BLK '21' programme in Germany: a 'Gestaltungskompetenz'-based model for education for sustainable development", *Environmental Education Research*, 1, 19-32.
- Hines, J. M., Hungerford, H. R., & Tomera, A. N. (1986). Analysis and synthesis of research on responsible environmental behavior: A meta-analysis. *The Journal of Environmental Education*, 18(2), 1-8.
- Hsu, Shih-Jang (2009) Significant life experiences affect environmental action: A confirmation study in Eastern Taiwan. *Environmental Education Research*. 15(4), 497-517.
- Hungerford, H. R., & Volk, T. L. (1990). Changing learner behavior through environmental education. *The Journal of Environmental Education*, 21(3), 8-21.
- Hungerford, H. R., Litherland, R. A., Peyton, R. B., Ramsey, J. M., & Volk, T. L.

- (1990). *Investigating and evaluating environmental issues and actions: Skill development program*. Champaign, IL: Stipes.
- Jensen, B. B., & Schnack, K. (1997). The action competence approach in environmental education. *Environmental Education Research*, 3(2), 163-178.
- Kollmuss, A., & Agyeman, J. (2002). Mind the gap: Why do people act environmentally and what are the barriers to pro-environmental behavior. *Environmental Education Research*, 8(3), 239-260.
- Lang, T. (2012). *Sustainable diets and biodiversity: the challenge for policy, evidence and behaviour change*. Food and Agriculture Organization of the UN.
- Maniates, M. (2013). Teaching for turbulence. In: The Worldwatch Institute, (Ed.), *State of the world 2013: Is sustainability still possible?* , 255-268, Washington, DC: Island Press.
- Marcinkowski, T. J., & Rehring, L. (1995). *The secondary school report: A report on the development, pilot testing, validation, and field testing of – The secondary school environmental literacy assessment instrument*. Cincinnati, Ohio: Office of Research and Development, U.S. EPA.
- Norberg-Hodge, H., Merrifield, T., & Gorelick, S. (2002). *Bringing the food economy home: Local alternatives to global agribusiness*. London, UK: Zed Books.
- Ofei-Manu, P. & Shimano, S. (2012). In Transition towards Sustainability: Bridging the Business and Education Sectors of Regional Centre of Expertise Greater Sendai Using Education for Sustainable Development-Based Social Learning, *Sustainability*, 4 (12), 1619-1644.
- Orr, D. W. (1994). *Earth in mind: On education, environment, and the human prospect*. Albany, NY: State University of New York Press.
- Roth, C. E. (1992). *Environmental literacy: Its roots, evolution and direction in the 1990s*. Columbus, OH: ERIC Clearinghouse for Science, Mathematics, and Environmental Education.

- Schnack, K. (1994). Some further comments on the action competence debate. In B. B. Jensen, & K. Schnack (Eds.), *Action competence as key concepts in critical pedagogy*, 185–190. Copenhagen, Denmark: Royal Danish School of Educational Studies.
- Seyfang, G. (2006). Ecological citizenship and sustainable consumption: Examining local organic food networks. *Journal of rural studies*, 22(4), 383-395.
- Sol, J., Beers, P.J. and Wals, A.E.J. (2013). Social learning in regional innovation networks: Trust, commitment and reframing as emergent properties of interaction, *Journal of Cleaner Production*, 49, 35-44.
- The National Agency of Education. (2000). *Grundskolans kursplaner och betygskriterier* [Compulsory school - Syllabuses]. Stockholm, Sweden: Fritzes.
- UNU-IAS (20 June 2012). *Satoyama Initiative*. Retrieved from <http://satoyama-initiative.org/en/>, Institute of Advanced Studies of the United Nations University(UNU).
- Warner, A., Callaghan, E., & de Vreede, C. (2013). Promoting sustainable food and food citizenship through an adult education leisure experience. *Leisure/Loisir*, 37(4), 337-360.
- Zhu, Y. (2015). *An Assessment of Environmental Literacy among Undergraduate Students at Two National Universities in Hubei Province, China*. Florida Institute of Technology (Doctoral dissertation).

## 研究論文

# 非營利幼兒園教保服務人員 工作滿意對工作績效之影響<sup>\*</sup>

施彥州

大仁科技大學幼兒保育系講師

劉財龍

大仁科技大學幼兒保育系副教授

---

收稿日期：2025 年 02 月 17 日，接受刊登日期：2025 年 02 月 25 日。

<sup>\*</sup>本文通訊作者為劉財龍，E-mail：jasonliu@tajen.edu.tw。感謝兩位匿名審查委員提供寶貴的修正意見。

## 中文摘要

本研究旨在探討非營利幼兒園教保服務人員工作滿意對工作績效會產生何種影響性，及何者影響性較大。本研究採用問卷調查法，以立意抽樣方式發放問卷給屏東縣（含屏東市）22 家非營利幼兒園之全部教保服務人員進行線上問卷調查，共蒐集有效問卷 89 份，有效樣本回收率達 100 %。經由多元迴歸分析驗證各研究假說，研究結果發現工作滿意之工作內容、工作環境、薪資福利對工作績效（含任務績效、脈絡績效）有正向顯著影響，工作滿意之人際關係對工作績效呈現部份正向顯著影響。整體而言，本研究發現工作滿意之薪資福利對工作績效影響性最大，其次依序為工作內容、工作環境、人際關係。最後，本研究提出非營利幼兒園教保服務人員工作滿意之工作內容、工作環境、人際關係、薪資福利等愈佳，應會有助增進工作績效之管理意涵與建議。

**關鍵詞：**非營利幼兒園、教保服務人員、工作滿意、工作績效

# **The Impact of Job Satisfaction on Job Performance of Non-profit Preschool Educators**

**Yen-Chou Shih**

Lecturer, Department of Early Childhood Education & Care, Tajen University

**Tsai-Lung Liu**

Associate Professor, Department of Early Childhood Education & Care, Tajen University

## **Abstract**

This study aims to explore the impact of job satisfaction on job performance of non-profit preschool educators, and which one has the greater impact. This study adopted the questionnaire survey method and distributed questionnaires to all educators in 22 non-profit preschools in Pingtung County (including Pingtung City) through purposive sampling conducted an online questionnaire survey and collected a total of 89 valid questionnaires, with a valid sample recovery rate of 100%. Through multiple regression analysis, each research hypothesis was verified. The research results found that the job content, working environment, salary and benefits of job satisfaction have a positive and significant impact on job performance (including task performance, context performance), and the interpersonal relationships of job satisfaction has a partially positive and significant impact on job performance. Overall, this study found that job satisfaction, salary and benefits have the greatest impact on job performance, followed by job content, working environment, and interpersonal relationships. Finally, this study proposes that the more job content, working environment, interpersonal relationships, salary and benefits the better the non-profit preschool educators are, which should provide management implications and suggestions for improving work performance.

**Keywords:** non-profit preschool, educators, job satisfaction, job performance

## 壹、前言

依據行政院經濟建設委員會（2012）之中華民國 2012 年至 2060 年人口推計報告指出，由於過去 50 年來，我國婦女生育率呈長期下降趨勢，2012 年總人口約介於 2,331.3 萬人至 2,332.2 萬人之間，至 2060 年高、中、低推計之總人口將分別降為 2,047.1 萬人、1,891.8 萬人及 1,757.9 萬人，未來總人口成長下降，將為不可避免之趨勢。因此，受到大環境少子化之影響，促使家長較以往更加重視幼兒教育，也因此精緻化與優質化的幼兒教育已成為時代之趨勢（鄭美惠與謝美慧，2009）。基此，蔣姿儀（2004）指出，幼兒園的教保服務人員在幼兒教育中扮演頗為重要的角色，尤其是教保服務人員的專業能力會直接影響幼兒教育的品質。此外，教保服務人員除了需要充實個人專業知識外，也需要對幼教工作懷抱理念與熱誠，始得勝任龐雜與繁重的工作內容，進而能獲得幼兒家長對幼兒園經營品質的正面肯定（鄒家瑜，2015）。

承上，戰寶華與陳惠珍（2015）指出，面對教育市場供需機制，無法即刻增設足夠之公立幼兒園、亦不能過度干預獨立運作之民營幼兒園，因而衍生出公私部門之間的第三部門非營利幼兒園，亦是擴大公共化教保服務的政策方針之一，期能透過公私協力之非營利幼兒園，以制衡收費高昂且比例甚高之民間營利幼兒園，並肩負示範教學啟發化、保育優質化、收費平價化的任務。基此，翁崇文（2015）指出，非營利幼兒園的推動最大意義在於由公部門帶頭對幼兒園的品質設下一個中高標準，使得其他競爭者必須在此基準上競爭，漸進提升整體幼教品質。

相關資料顯示，我國非營利幼兒園市場需求未來仍有相當大的成長空間。因此也引起國內諸多學者對「非營利幼兒園教保服務人員」議題進行廣泛探討，經回顧國內有關非營利幼兒園教保服務人員之文獻，大多著重探討下列議題，如家長關係（蔣姿儀，2018）、創新教學（劉財龍、施彥州、吳宛諭、趙慈君、范嘉琦，2023）、專業培訓（李淑惠，2018）、職場壓力與工作滿意度（呂秋鳳，2023）、身心障礙幼兒同儕互動支持策略（楊穎樺，2024）、特殊教育需求幼兒專



業知能（陳雅雯，2023）、角色知覺與工作滿意度（潘鳳珠，2023）、實施差異化教學現況（郭于菱，2022）、工作壓力與工作滿意度（邱怡玟，2023）、靈性學習（陳盈如，2023）、知覺園長領導風格與幸福感（廖婉君，2022）、學前特教不分類巡迴輔導教師支援服務之需求與滿意調查（李宜庭，2022）、心理資本、工作壓力與工作滿意度（胡靜宜，2021）、勞動條件滿意度（鄭怡君，2019），但探討非營利幼兒園教保服務人員工作滿意對工作績效之影響相關研究則顯少。

依據張美瑤與張景棠（2010）觀點，幼兒園教保服務人員對其教育工作的投入會因工作滿意程度而有所不同產生與其專業能力、工作壓力等方面具有顯著的相關性，進而會影響幼兒園經營好壞。基此，本研究認為非營利幼兒園教保服務人員在其工作上總合性之感受與看法感到滿意，如薪資福利、工作環境等工作滿意，將會對個人之工作績效（如任務績效）產生一定正向影響性，即工作滿意與工作績效兩者變項具有相關性。

承上，就工作滿意而言，潘鳳珠（2023）指出，高屏地區非營利幼兒園教保服務人員角色知覺與工作滿意度具顯著正向關聯性。呂秋鳳（2023）指出，高雄市非營利幼兒園教保服務人員職場壓力與工作滿意度具顯著負向相關性。邱怡玟（2023）指出，新北市非營利幼兒園教保服務人員工作壓力與工作滿意度具顯著負相關。胡靜宜（2021）則指出，高雄市非營利幼兒園教保服務人員心理資本、工作壓力與工作滿意度呈顯著相關。承上相關研究可知，教保服務人員工作滿意在非營利幼兒園經營中為一項關鍵因素，也因此激發本研究探討此議題之動機。

其次，就工作績效而言，鄭閔薰（2023）指出，公私立幼兒園教保服務人員感知園長轉換型領導、組織承諾與工作績效間具有顯著正相關。此外，林紅蕙（2022）亦指出公私立幼兒園教保服務人員知覺園長轉換型領導、組織承諾、工作滿意與工作績效間具有顯著正相關。承上相關研究可知，教保服務人員工作績效在幼兒園經營中為一項關鍵因素，也因此激發本研究探討此議題之動機。

綜上相關研究，從實務與議題缺口而言，本研究認為探討非營利幼兒園教保服務人員工作滿意對工作績效影響之議題有其重要性，進而引發本研究欲探討此議題高度興趣。據此，本研究試圖以屏東縣（含屏東市）非營利幼兒園之教保服務人員為調查樣本，期望達成下列研究目的：

- 一、探討教保服務人員工作滿意對工作績效會產生何種影響性，及何者影響性較大。
- 二、期望透過實證結果與發現，能協助國內非營利幼兒園業者未來實務之參考依據，及給於未來從事此領域之相關研究學者給予一些研究建議與方向。

## 貳、文獻探討

### 一、工作滿意

工作滿意（job satisfaction）係指，工作者喜歡自己的整體工作（Hirschfeld & Field 2000）。Olusegun（2013）主張工作滿意是指，個人對本身可以從工作上得到的一種滿足感。魏美惠與謝濶潞（2015）主張工作滿意是指，個體對其工作有關之情境所抱持的整體態度，是工作者對工作本身的一種看法、態度與情感角色的反應，是一種單一的概念。劉秀枝（2011）則主張，幼兒園教師工作滿意度係指幼教師知覺自己在幼兒園工作現場上所付出的努力及相對回饋所達成滿意程度之高或低，如升遷機會、與同事之間的相處、自己所負責的工作與工作環境設備品質、薪資所得...等滿意之多寡。蔡怡貞（2007）則定義，工作滿意是指個人對從事之工作所產生的一種主觀情意反應與態度，取決於現在工作本身及工作各層面的整體情緒取向與感受，若持正面取向者表示對工作滿意，反之為不滿意。承上相關研究對工作滿意之定義，本研究定義工作滿意是指教保服務人員個人在工作上總合性之感受與看法，包括工作環境、工作本身、薪酬、人際關係、生涯發展、領導等，即會受到個人內在因素及工作性質所影響。

回顧工作滿意相關研究，如下說明。Jiang, Li, Wang, Li (2019) 指出，幼兒園教師的自我賦能，工作滿意及組織氣候三者間存在密切關係。Skaalvik 與 Skaalvik (2017) 發現，教師的自我效能會正向影響工作滿意度。Skaalvik 與 Skaalvik (2009) 主張教師的工作投入程度愈高，則工作滿意愈高。Haider, Aamir, Hamid, Hashim (2015) 指出，組織採用相關非經濟獎勵做法對啟發員工士氣，及提高員工滿意度有正向助益。Fuming 與 Jiliang (2007) 指出，學校如果能更瞭解教師心理層面因素（如想法、教學熱忱程度），應會有助增進教師的工滿意度，進而對提升教學品質有正向助益。劉秀枝 (2011) 主張，經參考國內外影響教師工作滿意度因素之相關研究，其背景變項還是蠻多而且影響甚鉅，例如與同事關係、工作性質、工作環境、薪資、進修、升遷、領導等因素。林俊瑩、謝亞恆、曹靜麗與蕭明潔 (2009) 發現，具備教師證的教師大多服務於公立幼兒園，因此在薪資福利與升遷機會上較私立幼兒園的教師較為穩定，因此對其工作滿意度感受較佳；此外，幼兒園組織氣氛會影響工作滿意度。此外，蔡怡貞 (2007) 則主張，長期以來工作滿意之實證研究發現影響工作滿意的因素繁多而複雜，此些工作滿意之背景變項雖然並不直接影響教師的作表現，但會隨著其它因素而阻礙組織效率，例如性別、年齡、任教年資、學歷、婚姻狀況、收入、兼任職務、學校地區、學校規模等等因素。

有關如何衡量幼兒園教保服務人員工作滿意，諸多研究（潘鳳珠，2023；陳佳杏，2021；呂秋鳳，2023；魏美惠與謝維潞，2015；蔡怡貞，2007；童雅華，2006；林秀英，2020；劉秀枝，2011）提出不同觀點，說明如下。

潘鳳珠 (2023)，以工作內容、工作環境、薪資福利等三個構面，衡量教保服務人員工作滿意。陳佳杏 (2021)，以人際關係、薪資福利、單位制度、工作成就等四個構面，衡量教保服務人員工作滿意。呂秋鳳 (2023)，主張以工作內容、工作環境、人際關係、薪資福利等四個構面衡量教保服務人員工作滿意。魏美惠與謝維潞 (2015)，以工作內容、人際互動（關係）、薪資福利等三個構面，衡量教保服務人員工作滿意。蔡怡貞 (2007)，著重以工作環境、人際關係、薪資福利、教學工作、關懷領導、組織參與、社會地位、整體工作等八個構面

衡量教保服務人員工作滿意。童雅華（2006），以工作內容、工作環境、同事（人際）關係、薪資福利、進修、等五個構面衡量教保服務人員工作滿意。林秀英（2020），則著重以工作內容、工作環境、人際關係、薪資福利、主管領導等五個構面衡量教保服務人員工作滿意。劉秀枝（2011），主張以工作內容、工作環境、同事（人際）關係、薪資福利、進修、升遷、領導等七個構面衡量教保服務人員工作滿意。

本研究經彙整上述文獻資料，得知以工作內容、工作環境、人際關係、薪資福利、主管領導、組織參與、行政業務、社會地位、進修、升遷、單位制度、工作成就等十二個構面來衡量幼兒園教保服務人員工作滿意。進一步知悉，上述十二個衡量構面其中以工作本身（潘鳳珠，2023；呂秋鳳，2023；魏美惠、謝維潞，2015；蔡怡貞，2007；童雅華，2006；林秀英，2020；劉秀枝，2011），工作環境（潘鳳珠，2023；呂秋鳳，2023；蔡怡貞，2007；童雅華，2006；林秀英，2020；劉秀枝，2011），人際關係（陳佳杏，2021；呂秋鳳，2023；魏美惠、謝維潞，2015；蔡怡貞，2007；童雅華，2006；林秀英，2020；劉秀枝，2011），薪資福利（潘鳳珠，2023；陳佳杏，2021；呂秋鳳，2023；魏美惠、謝維潞，2015；蔡怡貞，2007；童雅華，2006；林秀英，2020；劉秀枝，2011）等四個衡量構面最為廣泛被多數研究所採用。據此，本研究參考上述諸多研究所廣泛採用之工作內容、工作環境、人際關係、薪資福利等四個構面來衡量非營利幼兒園教保服務人員工作滿意。

## 二、工作績效

工作績效（job performance）係指，總合員工體制內及體制外的績效與員工獎酬整合為一體，以滿足員工成就感與榮譽感，進而提升組織整體績效（李建中、盛約瑟，2022）。Guthrie（2001）主張工作績效是指，員工在工作中完成主管交辦事項所展現的能力表現，包含達成組織目標有關的行為、效率及效能的整體表現。Jaramillo, Mulki, Marshall（2005）主張工作績效是指，員工針對其工作目標產生共識，並執行其工作任務進而對組織目標產生的完成率。此外，Borman 與 Motowidlo（1993）主張工作績效是指，除了個人工作範圍內

與角色內的行為外，還包含範圍外和組織脈絡中的行為來做評斷，因此能觀察到不同職業與職位在各種面向中的表現。承上相關研究對工作績效之定義，本研究定義工作績效是指教保服務人員個人在其教保服務過程中，運用專業職能對幼兒因材施教，進一步引導幼兒自主學習，以達成教育目標之工作成效。

回顧工作績效相關研究，如下說明。鄭寶蓉（2018）發現，高雄市幼兒園教師之組織承諾與工作績效二者呈現正向關係。林紆蕙（2022）發現，幼兒園教保服務人員知覺園長轉換型領導、組織承諾、工作滿意與工作績效間具有顯著正相關。

有關如何衡量幼兒園教保服務人員工作績效，不同學者有不同觀點。基於針對衡量幼兒園教保服務人員工作績效文獻顯少，本研究整理出不同產業衡量工作績效文獻，做為本研究衡量非營利幼兒園教保服務人員工作績效構面參考依據，說明如後。鮑慧文、王采盈與蕭雅云（2017）是以員工技能、工作態度、動機水準、離職率等四個構面做為衡量觀光服務產業人員工作績效依據。李建中與盛約瑟（2022）是以體制內、體制外等二個構面做為衡量一般企業人員工作績效依據。林天印（1998）是以工作效率、工作品質、工作熱忱與創新等三個構面做為衡量國民中小學行政人員工作績效依據。鄭寶蓉（2018）主張，以教學與評量、教學計劃與教材呈現、學生輔導、支援行政等四個構面作為衡量高雄市幼兒園教師工作績效依據。此外，鄭閔薰（2023）是以任務績效、脈絡績效等二個構面做為衡量臺灣北中南各地區公私立幼兒園教保服務人工作績效依據。

綜上不同衡量觀點，本研究認為鮑慧文等人（2017）、李建中與盛約瑟（2022）、林天印（1998）等 3 個研究非著重針對幼兒園教保服務人員觀點編制工作績效量表，較無法與本研究目的相符合。鄭寶蓉（2018）等研究僅局限於高雄市地區教保服務人員為抽樣對象較不能符合本研究目的的本質與抽樣範圍較小不具完整性。相對地，本研究認為鄭閔薰（2023）著重以臺灣北中南各地區公幼兒園教保服務人員為抽樣對象，衡量其工作績效較能符合本研究目的的本質與抽樣範圍較廣泛具完整性。據此，本研究參考鄭閔薰（2023）觀點，以任務



績效（幼兒園教保服務人員個人工作上的結果直接關聯所設定的任務或組織期望）、脈絡績效（教保服務人員個人在組織環境中所展現的良好社會行為表現）等二個構面，來衡量非營利幼兒園教保服務人員工作績效。

### 三、工作滿意與工作績效

McPhail, Patiar, Herington, Creed, Davidson（2015）指出，工作滿意度會影響顧客的服務品質，進而有助增進顧客滿意度。蔡怡貞（2007）指出，幼兒園教師的工作滿意度是影響幼教機構在少子化衝擊下生存與成功重要關鍵之一，也是確保幼教品質的重要因素。張美瑤與張景棠（2010）則指出，幼兒園教保服務人員對其教育工作的投入會因工作滿意程度而有所不同產生與其專業能力、工作壓力等方面具有顯著的相關性，進而會影響幼兒園經營好壞。綜上所述相關研究發現，本研究推論非營利幼兒園教保服務人員在其工作上總合性之感受與看法感到滿意，包括工作內容（如教學工作、工作自主性）、工作環境（如教室空間規劃、教學設備）、人際關係（如同事會與我分享教學經驗、同事之間會相互支持協助）、薪資福利（如薪資待遇、相關福利），將會對個人之工作績效（任務績效、脈絡績效）產生一定正向影響性。

基此，首先就工作滿意之工作內容而言，周家黔、吳怡芳、胡富玲與張誠英（2018）發現，員工工作本身認知對工作績效有顯著影響。因此，本研究推論非營利幼兒園教保服務人員之工作內容滿意愈高，意涵教保服務人員對非營利幼兒園的各式活動安排、作息安排、給於教保服務人員的工作滿意、教學工作、課程設計、園長的領導風格、工作自主等方面感到滿意，進而對工作績效（任務績效、脈絡績效）將有一定正向影響性。

其次就工作滿意之工作環境而言，郭芯彤（2023）發現，工作環境是否滿意是影響幼兒園教保服務人員留任意願的重要因素。因此，本研究推論非營利幼兒園教保服務人員之工作環境滿意愈高，意涵教保服務人員對非營利幼兒園的教室空間規劃、教學設備、融合班的安排、親子與親職活動的安排、社區互動、工作量、教室人員編制、行政支持等方面感到滿意，進而對工作績效（任



務績效、脈絡績效)將有一定正向影響性。

再就工作滿意之人際關係而言，周家黔等人(2018)發現，員工對工作伙伴認知對工作績效有顯著影響。因此，本研究推論非營利幼兒園教保服務人員之人際關係滿意愈高，意涵教保服務人員對非營利幼兒園在園內與同事、主管、部屬、幼兒，及家長之間的關係感到滿意，進而對工作績效(任務績效、脈絡績效)將有一定正向影響性。

最後就工作滿意之薪資福利而言，Jayady、Subekti、Smyshlyaev、Protasova 與 Artha (2021)指出，完善的薪資福利滿意度顯示組織對於員工留任的相當支持，因此也會直接影響員工工作表現與績效。夏志方(2021)則指出，薪資福利是幼兒園對教保服務人員的重要激勵因素，當教保服務人員對其薪資福利不滿時通常會產生許多不良反應，如缺勤、配合度差。因此，本研究推論非營利幼兒園教保服務人員之薪資福利滿意愈高，意涵教保服務人員對非營利幼兒園的薪資待遇與相關人事制度感到滿意，如薪資、考核制度、年終獎金制度、升遷制度、休假制度、勞退保險制度、福利等方面，進而對工作績效(任務績效、脈絡績效)將有一定正向影響性。

綜上相關研究與本研究推論，建立假說 1 與其相關假說如下：

假說 1：教保服務人員工作滿意對工作績效有正向顯著影響。

假說 1-1：教保服務人員工作內容對工作績效有正向顯著影響。

假說 1-2：教保服務人員工作環境對工作績效有正向顯著影響。

假說 1-3：教保服務人員人際關係對員工工作績效有正向顯著影響。

假說 1-4：教保服務人員薪資福利對員工工作績效有正向顯著影響。

#### 四、研究架構

依據上述工作滿意、工作績效之文獻探討，本研究經由推論相關研究假說，進而嘗試建構本研究架構如圖 2-1 所示，期望後續實證結果可作為國內非營利

幼兒園業者與學術研究之參考。

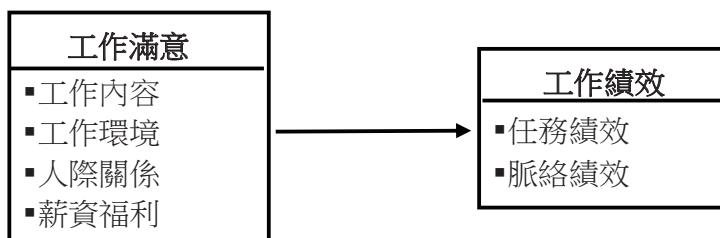


圖 2-1 本研究架構  
假說 1, 1-1~1-4

## 參、研究方法

### 一、資料蒐集

本研究採用以問卷為工具，針對屏東縣非營利幼兒園之教保服務人員進行調查，以蒐集所需各項變數資料。以下擬分別就研究資料流程、量表設計、抽樣設計、研究倫理等四部份加以說明。

#### （一）研究資料流程

本研究之資料蒐集流程是先以文獻探討與研究架構構念下（工作滿意、工作績效）各變數為基礎設計而得量表（問卷）內容，再經由抽樣設計，以確定進行正式問卷發放時間、對象、樣本數、抽樣方式，及資料分析方法等程序。

#### （二）量表設計

本研究量表的内容係以文獻探討與研究架構構念下（工作滿意、工作績效）各變數為基礎設計而得。量表設計內容共分為三個部份，包含工作滿意、工作績效，及教保服務人員基本資料，全部採取封閉式設計，以李克特五點量表（Likert's five-points scale）加以衡量。

承上，依據我國幼兒教育及照顧法第三章十六條所訂，幼兒園除公立學校附設者及分班免置園長外，應置下列專任教保服務人員：園長、幼兒園教師、教保員或助理教保員。基此，本研究所稱之非營利幼兒園之教保服務人員，係指專任於政府立案之非營利幼兒園的園長、幼教師、教保員、助理教保員。

### （三）抽樣設計

依據全國教保資訊網（2024）資料顯示，全國幼兒園家數包含公立 2503 家、私立 4169 家、非營利 515 家、準公托 1891 家，屏東縣非營利幼兒園 29 家，屏東縣（含屏東市）非營利幼兒園 29 家。依據研究目的所述，本研究針對屏東縣（含屏東市）29 家非營利幼兒園施測母體進行全部教保服務人員以立意抽樣（purposive sampling）方式進行線上問卷調查。承上，本研究採取立意抽樣的理由符合吳麗珍、黃惠滿與李浩銑（2017）觀點，立意取樣是研究者從可近母群體精挑細選出來的，每個研究對象因其特質不同，提供給研究者不同深度的資料，非任何一研究可近母群體的成員就能夠取代，也並非是就近或容易找到。基此，本研究在抽樣上應具完整性與代表性。基此，本研究在抽樣上應具完整性與代表性。

為避免產生抽樣誤差，本研究人員於 2024 年 9~10 月期間，針對屏東縣（含屏東市）29 家非營利幼兒園請園長同意及請其教保服務人員（含園長、幼教師、教保員、助理教保員）協助線上填答問卷，因其中有 7 家非營利幼兒園不方便協助填答問卷，故針對 22 家非營利幼兒園進行線上填答問卷，89 份問卷，共蒐集有效問卷 89 份，有效樣本回收率達 100 %。

### （四）研究倫理

本研究採用陳向明（2002）之自願、尊重個人隱私與保密，及公正合理等 3 個研究倫理原則，以確保資料蒐集符合研究倫理，說明如下。

本研究在確定問卷內容題項後，問卷封面明確呈現以下文字「填寫本問卷不用寫上您的姓名，僅需花費少許時間，請依照您真實的感受回答即可。您所

提供的任何資料僅作學術研究之用途，保證絕對不會予以外洩，敬請安心填答，再次感謝您的協助」，及留下研究者姓名、任職單位、任職地址、聯絡電話、電子郵件等資料。此外，正式發放問卷前會先請園主任同意及請其教保服務人員協助填答問卷，若不同意則不予強迫其填答問卷。基此可知，本研究資料之蒐集是符合自願、尊重個人隱私與保密等 2 個研究倫理原則。

另外，公正合理研究倫理原則方面，本研究之研究者取得資料後在撰寫研究報告時是以詳實、客觀及正確說明與討論 研究資料流程、量表設計、抽樣設計、研究結果等方式公正合理呈現真實情況，以避免產生虛假不實的錯誤資料或偏見問題。

## 二、研究工具

依據本研究架構(如圖 2-1)，以下擬分別就工作滿意量表、工作績效量表、教保服務人員基本資料，及資料分析方法等四部份加以說明。

### (一) 工作滿意

本研究綜合文獻探討結果，工作滿意各題項依據潘鳳珠(2023)、呂秋鳳(2023)、魏美惠與謝濰潞(2015)、林秀英(2020)等不同觀點，以工作內容、工作環境、人際關係、薪資福利等四個衡量構面共 28 個題項，修訂部份題項詞意後，並經由專家(指具非營利幼兒園實務經營管理經驗的園長)修定辭意與語句後而訂定來衡量非營利幼兒園教保服務人員工作滿意。

進一步地，本研究在工作滿意量表發展過程是先將上述提及修訂部份題項詞意後之工作滿意四個衡量構面共 28 個題項建置於問卷中，再針對屏東縣(含屏東市) 22 家非營利幼兒園園長(專家)先請其同意與請其教保服務人員協助填答線上問卷，正式線上填答問卷前先請該園長(專家)是否要修訂各題項之詞意，若有要修訂某題項之詞意，則本研究人員會再次發放問卷請各園長針對有修訂過題項之詞意進行再次審視直到達成共識為止後，再通知各園園長請其教保服務人員協助填答問卷。承上說明，本研究發放第 1 次問卷後，各園長(專

家)回覆不需要修訂各題項之詞意，故本研究人員再通知各園長請其教保服務人員協助正式線上填答問卷。各構面操作性定義與衡量題項，分述如下：

1.工作內容：工作內容指非營利幼兒園具體從事什麼種類或內容的勞動。有 8 個題項，我對非營利幼兒園各式活動的安排感到滿意、我對非營利幼兒園的作息安排感到滿意、我對非營利幼兒園的給於教保服務人員的工作滿意感到滿意、我對非營利幼兒園的教學工作感到滿意、我對非營利幼兒園的課程設計感到滿意、我對非營利幼兒園園長的領導風格感到滿意、我對非營利幼兒園的工作自主性感到滿意、我對非營利幼兒園的教保會議的安排感到滿意。

2.工作環境：工作環境指非營利幼兒園，所提供的各項軟硬體設施與配置。有 8 個題項，我對非營利幼兒園的教室空間規劃感到滿意、我對非營利幼兒園的教學設備感到滿意、我對非營利幼兒園融合班的安排感到滿意、我對非營利幼兒園親子與親職活動的安排感到滿意、我對非營利幼兒園的社區互動感到滿意、我對非營利幼兒園的工作量感到滿意、我對非營利幼兒園的教室人員編制感到滿意、我對非營利幼兒園的行政支持感到滿意。

3.人際關係：人際關係指非營利幼兒園的教保服務人員在園內與同事、主管、部屬、幼兒，及家長之間的關係。有 4 個題項，我對非營利幼兒園內的溫馨氣氛感到滿意、我對非營利幼兒園的主管（部屬）會和我分享處理事務的做法感到滿意、我對非營利幼兒園的同事會與我分享教學經驗感到滿意、我對非營利幼兒園同事之間會相互支持協助感到滿意。

4.薪資福利：薪資福利是指非營利幼兒園的薪資待遇與相關人事制度。有 8 個題項，我對非營利幼兒園的薪資感到滿意、我對非營利幼兒園的福利感到滿意、我對非營利幼兒園的考核制度感到滿意、我對非營利幼兒園的年終獎金制度感到滿意、我對非營利幼兒園的升遷制度感到滿意、我對非營利幼兒園的休假制度感到滿意、我對非營利幼兒園的勞退保險制度感到滿意、我對非營利幼兒園的請假規定感到滿意。

以上各題目以李克特五點順序尺度來衡量，教保服務人員依實際符合情形

回答，愈符合代表與實際情形愈接近，符合程度區分為「非常不同意」、「不同意」、「普通」、「同意」、「非常同意」等五種情形，分別給予 1 至 5 分的評分。

## （二）工作績效

本研究綜合文獻探討結果，工作績效各題項依據鄭閔薰（2023）觀點，以任務績效、脈絡績效等二個構面共 12 個題項，修訂部份題項詞意後，並經由專家（指具非營利幼兒園經營與管理實務經驗的園長）修定辭意與語句後而訂定來衡量非營利幼兒園教保服務人員工作績效。

進一步地，本研究在工作績效量表發展過程是先將上述提及修訂部份題項詞意後之工作績效二個構面共 12 個題項建置於問卷中，再針對屏東縣（含屏東市）22 家非營利幼兒園園長（專家）先請其同意與請其教保服務人員協助填答線上問卷，正式線上填答問卷前先請該園長（專家）是否要修訂各題項之詞意，若有要修訂某題項之詞意，則本研究人員會再次發放問卷請各園長針對有修訂過題項之詞意進行再次審視直到達成共識為止後，再通知各園園長請其教保服務人員協助填答問卷。承上說明，本研究發放第 1 次問卷後，各園長（專家）回覆不需要修訂各題項之詞意，故本研究人員再通知各園長請其教保服務人員協助正式線上填答問卷。各構面操作性定義與衡量題項，分述如下：

1.任務績效：任務績效指非營利幼兒園教保服務人員個人工作上的結果，此結果直接關聯所設定的任務或組織期望。有 6 個題項，我對非營利幼兒園教育工作中應該遵守的規範/道德/教學流程相當熟練、我對非營利幼兒園主管交辦的工作任務都能在表定的時間內完成、非營利幼兒園主管對於我的教學成果與課室管理感到滿意認同、非營利幼兒園主管對於我跟家長的親師溝通執行面上給予高度肯定、我對非營利幼兒園的幼兒保育工作可以依據標準化工作流程進行且完成工作內容、我在非營利幼兒園可以有效的規劃安排自己所負責的工作進度。

2.脈絡績效：脈絡績效指非營利幼兒園教保服務人員個人在組織環境中所展現的良好社會行為表現。有 6 個題項，我在非營利幼兒園當其他同事忙不過



來時總是主動詢問並幫忙同事分攤工作達成和自己無關的工作任務、我在非營利幼兒園常會在教學工作中吸取新知後做出創新的教學模式且給予團隊好的示範、當非營利幼兒園主管不在工作現場時我一樣會逐一並如實完成我的工作任務、我在非營利幼兒園總是能夠自我克制並遵守團隊紀律、我在非營利幼兒園會主動承擔起額外的工作任務並積極為團隊爭取好的教學口碑、我在非營利幼兒園工作遇到瓶頸時會主動尋求其他同事協助解決問題。

### （三）教保服務人員基本資料

教保服務人員基本資料，包括婚姻（已婚、未婚）、職務（園長、幼教師、教保員、助理教保員）、年齡（20 歲（含）以下、21-30 歲、31-40 歲、41-50 歲、50 歲（含）以上）、學歷（高中（職）畢業、專科畢業、大學畢業、碩士（博士）畢業）、服務年資（未滿 5 年、5-10 年、11-15 年、16-20 年、21 年以上）等不同區間供教保服務人員填答。

### （四）資料分析方法

本研究使用 SPSS22.0 版統計分析軟體進行資料分析，含（1）描述性統計分析（Descriptive Analysis）：本研究針對受測者（幼兒園教保服務人員）之婚姻、職務、年齡、學歷、服務年資等五個人口背景變項進行百分比與次數分配分析，以能對初級資料分佈情形能有較清楚概念。（2）因素分析（Factor Analysis）：瞭解各構面（變數）之量表題目是否會形成單一因素結構。（3）信度分析（Reliability Analysis）：本研究以 Cronbach's  $\alpha$  係數驗證所衡量各構面（變數）題項是否具有內部一致性，及確定是否和文獻探討所提出構面相符合。（4）效度分析（Validity Analysis）：檢定量表內容效度是否具有效度。（5）相關性分析（Correlation Analysis）：本研究以皮爾森積差相關分析，檢定兩組變數間是否存在顯著相關性與方向性。（6）迴歸分析（Regression Analysis）：本研究以多元迴歸分析之可解釋變異量比（ $R^2$ ）與標準化迴歸係數（ $\beta$  值）來瞭解判讀各構念及構面（變數）間彼此影響程度，及檢視所提出之一個主假說與其相關子假說是否成立。

## 肆、研究結果與討論

### 一、描述性統計分析

抽樣設計已說明，本研究發放問卷給屏東縣（含屏東市）29家非營利幼兒園之全部教保服務人員填答，共蒐集有效問卷89份。樣本人口統計變數之統計結果，詳列表4-1所示。婚姻方面以已婚居多，佔總人數64.0%；職務方面以教保員佔總人數67.4%為最多，依序為園長、幼教師、助理教保員；年齡方面以21-30歲者佔總人數37.1%為最多，依序為31-40歲、41-50歲、51歲（含）以上、20歲（含）以下；學歷方面以大學畢業佔總人數87.6%為最多，其次為專科畢業、碩士（博士）畢業、高中（職）畢業；服務年資方面以未滿5年佔總人數41.6%為最多，依序為5-10年、21年以上、11-15年、16-20年。

表 4-1 描述性統計分析

變數	內容				
婚姻	已婚(64.0%)		未婚(36.0%)		
職務	園長 (16.9%)	幼教師 (11.2%)	教保員 (67.4%)	助理教保員 (4.5%)	
年齡	20歲(含) 以下(0%)	21~30歲 (37.1%)	31~40歲 (24.7%)	41~50歲 (23.6%)	51歲含)以 上(14.6%)
學歷	高中(職)畢 業(0%)	專科畢業 (7.9%)	大學畢業 (87.6%)	碩士(博士)畢業 (4.5%)	
服務年資	未滿5年 (41.6%)	5-10年 (23.6%)	11-15年 (12.4%)	16-20年 (7.9%)	21年以上 (14.0%)

### 二、因素分析、信度及效度檢定

本研究針對工作滿意（四個構面）與工作績效（二個構面）構念之變數因素分別進行因素分析，以檢驗量表的建構效度。本研究採用 Kaiser（1958）

之主張，進行因素分析之 KMO 值（測量取樣適當性）需達.60 以上，Bartlett 球形檢定需達顯著，經主成份分析與最大變異轉軸法後因素負荷量需達.50 以上題項，及特徵值大於 1 者。分析結果可知，工作滿意之 KMO 值為.925 與 Bartlett 球形檢定值 3291.326 已達顯著（.000），工作績效之 KMO 值為.896 與 Bartlett 球形檢定值 1176.842 已達顯著（.000）。此外，由表 4-2 可知各題項因素負荷量皆達.50 以上，各構面特徵值皆大於 1。綜上分析結果可知，符合 Kaiser（1958）之觀點，說明適合再進行信度檢定。此外，亦有不錯之累積解釋變異量，如工作內容 67.052%、人際關係 78.192%、任務績效 70.713%、脈絡績效 79.142%。

信度檢定方面，本研究針對工作滿意與工作績效等構念之構面（變數）因素，分別進行信度分析之結果由表 4-2 顯示工作滿意構念所有變數之 Cronbach's  $\alpha$  係數介於.933 至.958 之間（如工作內容.947、薪資福利.958）。此外，工作績效構念所有變數之 Cronbach's  $\alpha$  係數介於.941 至.949 之間（如任務績效.949、脈絡績效 0.941）。符合 Wortzel（1979）之觀點 Cronbach's  $\alpha$  值大於.7 標準，此結果說明本研究量表具有良好信度。

效度檢定方面，本研究是採用內容效度進行問卷（量表）編製的效度分析。鍾燕宜、陳景元（2018）指出，內容效度主要是依據編製者對於所要測量特質之概念與假設，採用邏輯的分析方法進行判斷，重視測驗題的研製與預試過程，如此在質量分析兼顧下，應獲得測驗內容的代表性與適切性。基此，承上工作滿意與工作績效量表發展過程所述，本研究量表題項採用與參考先前研究量表為基礎，並經由專家（指屏東縣 22 家具非營利幼兒園經營與管理實務經驗的 22 位園長）修定辭意與語句後而訂定，因此本研究量表應具有適切性與內容效度。

表 4-2 各構面（變數）之因素分析、信度分析及效度分析

構念	構面	衡量題項	因素 負荷 量	特徵 值	累積 解釋 變異 量	分項對 總項相 關係數	Cron bach' s $\alpha$
工作 滿意	工作 內容	我對非營利幼兒園各式活動的安排感到滿意	.836	18.77 5	67.05 2%	.918	.947
		我對非營利幼兒園的作息安排感到滿意	.789			.858	
		我對非營利幼兒園的給於教保服務人員的工作滿意感到滿意	.811			.864	
		我對非營利幼兒園的教學工作感到滿意	.780			.844	
		我對非營利幼兒園的課程設計感到滿意	.803			.889	
		我對非營利幼兒園園長的領導風格感到滿意	.744			.801	
		我對非營利幼兒園的工作自主性感到滿意	.851			.922	
		我對非營利幼兒園的教保會議的安排感到滿意	.851			.891	
	工作 環境	我對非營利幼兒園的教室空間規劃感到滿意	.655	3.537	73.23 6%	.721	.933
		我對非營利幼兒園的教學設備感到滿意	.732			.740	
		我對非營利幼兒園融合班的安排感到滿意	.790			.788	
		我對非營利幼兒園親子與親職活動的安排感到滿意	.812			.813	
		我對非營利幼兒園的社區互動感到滿意	.772			.808	
		我對非營利幼兒園的工作量感到滿意	.607			.706	
		我對非營利幼兒園的教室人員編制感到滿意	.666			.762	
		我對非營利幼兒園的行政支持感到滿意	.809			.776	
		我對非營利幼兒園內的溫馨氣氛	.873			.910	

	人際 關係	感到滿意		1.731	78.19 2%		.944
		我對非營利幼兒園的主管（部屬）會和我分享處理事務的做法感到滿意	.863			.896	
		我對非營利幼兒園的同事會與我分享教學經驗感到滿意	.749			.786	
		我對非營利幼兒園同事之間會相互支持協助感到滿意	.749			.865	
	薪資 福利	我對非營利幼兒園的薪資感到滿意	.766	1.388	81.36 5	.810	.958
		我對非營利幼兒園的福利感到滿意	.813			.880	
		我對非營利幼兒園的考核制度感到滿意	.832			.846	
		我對非營利幼兒園的年終獎金制度感到滿意	.876			.864	
		我對非營利幼兒園的升遷制度感到滿意	.859			.892	
		我對非營利幼兒園的休假制度感到滿意	.754			.838	
		我對非營利幼兒園的勞退保險制度感到滿意	.726			.758	
		我對非營利幼兒園的請假規定感到滿意	.725			.820	
	任務 績效	我對非營利幼兒園教育工作中應該遵守的規範/道德/教學流程相當熟練	.743	8.486	70.71 3%	.807	.949
		我對非營利幼兒園主管交辦的工作任務都能在表定的時間內完成	.791			.800	
		非營利幼兒園主管對於我的教學成果與課室管理感到滿意認同	.815			.863	
		非營利幼兒園主管對於我跟家長的親師溝通執行面上給予高度肯定	.743			.805	
		我對非營利幼兒園的幼兒保育工作可以依據標準化工作流程進行且完成工作內容	.854			.890	
		我在非營利幼兒園可以有效的規劃安排自己所負責的工作進度	.880			.889	

工作 績效	脈絡 績效	我在非營利幼兒園當其他同事忙不過來時總是主動詢問並幫忙同事分攤工作達成和自己無關的工作任務	.784	1.011	79.14 2%	.835	.941
		我在非營利幼兒園常會在教學工作中吸取新知後做出創新的教學模式且給予團隊好的示範	.754			.834	
		當非營利幼兒園主管不在工作現場時我一樣會逐一並如實完成我的工作任務	.761			.791	
		我在非營利幼兒園總是能夠自我克制並遵守團隊紀律	.788			.792	
		我在非營利幼兒園會主動承擔起額外的工作任務並積極為團隊爭取好的教學口碑	.772			.840	
		我在非營利幼兒園工作遇到瓶頸時會主動尋求其他同事協助解決問題	.814			.840	

### 三、相關性分析

本研究以皮爾森（Pearson）積差相關分析，檢定各變數間是否存在顯著相關性與方向性。分析結果顯示（見表 4-3），工作滿意各變數（工作內容、工作環境、人際關係、薪資福利）間皆呈現正相關係（相關係數值介於.78 至.88）。另外，工作績效各變數（任務績效、脈絡績效）間亦呈現正相關係（相關係數值為.80）。進一步地，工作滿意與工作績效各變數間亦呈現正相關係，如工作內容與任務績效（.67,  $p<.01$ ）、人際關係與任務績效（.62,  $p<.01$ ）、工作環境與脈絡績效（.72,  $p<.01$ ）。綜上分析結果可知，工作滿意與工作績效等二個構念之各變數間皆具有一定正相關係。

綜上所述，雖然相關分析可概括判斷本研究結果，但較可靠之研究結論尚需進一步以其它統計方法加以驗證。因此，本研究將再以多元迴歸分析加以驗證各項研究假說，茲將各假說之驗證結果分述如後。



表 4-3 各變數之相關分析

變數	1	2	3	4	5	6
1.工作內容						
2.工作環境	.88**					
3.人際關係	.88**	.82**				
4.薪資福利	.78**	.81**	.78**			
5.任務績效	.67**	.66**	.62**	.65**		
6.脈絡績效	.72**	.68**	.67**	.74**	.80**	

附註：樣本 (n) =89；\*\*表示  $p$  值<.01。

四、假說驗證

本研究以多元迴歸分析檢視所提出之一個主假說與其相關子假說，探討工作滿意對工作績效之影響，並以迴歸可解釋變異量比 ( $R^2$ ) 與標準化迴歸係數 ( $\beta$  值) 來瞭解判讀各構念及構面 (變數) 間彼此影響程度。

此外，本研究在進行迴歸分析前會進共線性的診斷，即變異數膨脹係數 (Variance Inflationary Factor, VIF) 值愈大代表共線性愈明顯，若 VIF 值大於 10 會有嚴重共線性問題 (邱皓政，2024)。基此，本研究分析結果顯示變數的 VIF 值均小於 7，屬於無嚴重共線性問題的可接受範圍。茲分述各項假說驗證結果，說明如下。

(一) 工作滿意對工作績效之影響

依據工作滿意對工作績效之迴歸分析結果詳見表 4-4 所示，各模型 (模型 1、模型 2) 有頗高之可解釋變異量比 ( $R^2$  介於 49.5~60.2%)，且調整後可解釋變異量  $\Delta R^2$  數值之變動介於 47.1~58.3%，F 值均達到顯著水準，表示迴歸模式具有解釋變異能力。

首先，工作滿意之工作內容對任務績效、脈絡績效皆呈現正向顯著影響， $\beta=.351, p<.05$ ;  $\beta=.413, p<.01$ ，意謂工作滿意之工作內容愈佳則有助任務績效、脈絡績效等二個工作績效方面皆產生正向提升作用。此外，就工作滿意對工作

績效各變數之影響性大小而言，脈絡績效的影響較大、任務績效的影響較小。由上分析結果可知，假說 1-1 獲得成立。

此外，工作滿意之工作環境對任務績效、脈絡績效皆呈現正向顯著影響， $\beta=.293, p<.05$ ;  $\beta=.332, p<.05$ ，意謂工作滿意之工作環境愈佳則有助任務績效、脈絡績效等二個工作績效方面皆產生正向提升作用。此外，就工作滿意對工作績效各變數之影響性大小而言，脈絡績效的影響較大、任務績效的影響較小。由上分析結果可知，假說 1-2 獲得成立。

另外，由工作滿意之人際關係之迴歸式可發現，工作滿意之人際關係對任務績效、脈絡績效呈現部份正向顯著影響， $\beta=-.042, p>.05$ ;  $\beta=.341, p<.05$ ，意謂工作滿意之人際關係僅對脈絡績效方面產生正向提升作用，但對任務績效方面則呈現無顯著影響效果，其原因可能是因為非營利幼兒園教保服務人員在園內與同事、主管、部屬、幼兒，及家長之間的人際關係較不佳，以致個人工作上的結果直接關聯所設定的任務或組織期望的績效較不佳。例如，教保服務人員較不會主動與主管（部屬）分享處理事務的做法、教保服務人員較不能與同事之間相互支持協助，也因此對任務績效方面難以產生顯著正向提升作用。由上分析結果可知，假說 1-3 部份成立。

進一步地，工作滿意之薪資福利對任務績效、脈絡績效皆呈現正向顯著影響， $\beta=.301, p<.05$ ;  $\beta=.529, p<.001$ ，意謂工作滿意之薪資福利愈佳則有助任務績效、脈絡績效等二個工作績效方面皆產生正向提升作用。此外，就一般知能對工作績效各變數之影響性大小而言，脈絡績效的影響較大、任務績效的影響較小。由上分析結果可知，假說 1-4 獲得成立。

整體而言，就工作滿意各變數對工作績效之影響性大小而言，依據上述各迴歸係數（ $\beta$  值）分析結果可知，工作滿意之薪資福利對工作績效（含任務績效、脈絡績效）影響性最大，其次依序為工作內容、工作環境、人際關係。綜上驗證結果，研究假說 1-1、1-2、1-4 等三個子假說皆獲成立，假說 1-3 部份成立，故假說 1 為大部份成立。

表 4-4 工作滿意對工作績效之迴歸分析

	工作績效（依變數）			
	任務績效		脈絡績效	
	模型 1		模型 2	
	標準化 $\beta$ 值	p 值	標準化 $\beta$ 值	p 值
工作滿意 （自變數）				
工作內容	.351	.043*	.413	.003**
工作環境	.293	.039*	.332	.025*
人際關係	-.042	-.239	.341	.031*
薪資福利	.301	.030*	.529	.000***
F 值	20.608***		31.809***	
R <sup>2</sup>	.495		.602	
$\Delta R^2$	.471		.583	

附註：\*\*\*表示 p 值<.001，\*\*表示 p 值<.01，\*表示 p 值<.05。

## 伍、結論與建議

本研究依據研究目的歸納研究發現形成結論，並提出管理意涵與建議，茲論述如後：

### 一、研究結論

#### （一）非營利幼兒園教保服務人員工作滿意對工作績效呈現大部份正向顯著影響

本研究旨在探討非營利幼兒園教保服務人員工作滿意（含工作內容、工作環境、人際關係、薪資福利）對工作績效（含任務績效、脈絡績效）之影響性，及何者影響性較大，並據以針對屏東縣（含屏東市）29 家非營利幼兒園之全部教保服務人員（含園長、幼教師、教保員、助理教保員）進行實證調查，以補足前研究缺口。依據表 4 分析結果顯示，本研究發現工作滿意之工作內容、工作環境、薪資福利對工作績效（含任務績效、脈絡績效）有正向顯著影響，工

作滿意之人際關係對工作績效呈現部份正向顯著影響，可知本研究假說 1-1、1-2、1-4 等三個子假說皆獲成立，假說 1-3 部份成立，故假說 1 為大部份成立。整體而言，本研究發現工作滿意之薪資福利對工作績效影響性最大，其次依序為工作內容、工作環境、人際關係。

## **（二）本研究結果與發現引伸之管理意涵與提出建議可提供國內非營利幼兒園業者與相關研究學者參考**

本研究發現不同於一些先前研究（如蔣姿儀，2018；劉財龍等人，2023；許麗娟，2015；李淑惠，2018；呂秋鳳，2023；楊穎樺，2024；陳雅雯，2023；潘鳳珠，2023；郭于菱，2022；邱怡玟，2023；陳盈如，2023；廖婉君，2022；李宜庭，2022；胡靜宜，2021；鄭怡君，2019），鮮少著重從非營利幼兒園教保服務人員之工作滿意觀點探討對工作績效產生何種影響性，及何者影響性較大。本研究期望透過相關研究結果與發現，並進一步提出下列管理意涵與建議，以能協助國內非營利幼兒園業者未來實務之參考依據，及給於未來從事此領域之相關研究學者給予一些研究建議與方向。

## **二、管理意涵與建議**

本研究將研究發現所引伸之管理意涵與提出建議，說明如下：

### **（一）具體明訂與強化檢視教保服務人員的工作內容**

就工作滿意之工作內容而言，本研究發現工作內容滿意對工作績效產生正向顯著影響（假說 1-1 之驗證），意涵教保服務人員工作滿意之工作內容愈佳則有助任務績效、脈絡績效等方面之工作績效產生正向提升作用。

因此，本研究建議非營利幼兒園園長依據幼兒教育及照顧法第 12 條規定教保服務內容如下：「1.提供生理、心理及社會需求滿足之相關服務。2.提供健康飲食、衛生保健安全之相關服務及教育。3.提供適宜發展之環境及學習活動。4.提供增進身體動作、語文、認知、美感、情緒發展與人際互動等發展能力與培養基本生活能力、良好生活習慣及積極學習態度之學習活動。5.記錄生活與

成長及發展與學習活動過程。6.舉辦促進親子關係之活動。7.其他有利於幼兒發展之相關服務。」具體明訂與強化檢視教保服務人員從事什麼種類或內容的勞動工作內容(如教學工作、各式活動安排、工作自主性、課程設計等工作內容),並能將工作內容與績效考核做連結,以能使保服務人員藉此不斷檢討與改善工作內容,進而使工作品質得以提升,應會有助增進工作績效。

## (二) 建立溫馨和諧的工作環境

就工作滿意之工作環境而言,本研究發現工作環境滿意對工作績效產生正向顯著影響(假說 1-2 之驗證),意涵教保服務人員工作滿意之工作環境愈佳則有助任務績效、脈絡績效等方面之工作績效產生正向提升作用。

因此,本研究建議非營利幼兒園園長應著重提供給予教保服務人員好的各項軟硬體設施與配置等溫馨和諧的工作環境(如好的教室空間、教學設備、行政支持等工作環境),及提供暢通的溝通平台,傾聽教保服務人員的聲音,以能滿足教保服務人員的心理、生理需求,進而有效增進人員對組織的凝聚力,應會有助增進工作績效。

## (三) 增進教保服務人員多元人際關係的能力

就工作滿意之人際關係而言,本研究發現人際關係滿意對工作績效產生部份正向顯著影響(假說 1-3 之驗證),意涵教保服務人員工作滿意之人際關係僅對脈絡績效方面產生正向提升作用,但對任務績效方面則呈現無顯著影響效果,其原因可能是因為非營利幼兒園教保服務人員在園內與同事、主管、部屬、幼兒,及家長之間的人際關係較不佳(如教保服務人員較不能與同事之間相互支持協助、教保服務人員較不會主動與主管(部屬)分享處理事務的做法),以致個人工作上的結果直接關聯所設定的任務或組織期望的績效較不佳。

因此,本研究建議非營利幼兒園園長應著重建立教保服務人員在園內與同事、主管、部屬、幼兒,及家長之間等人際關係機制或做法,以增進教保服務人員多元人際關係的能力,應會有助增進任務績效。舉例而言,非營利幼兒園

園長著重建立教保服務人員好的園內人際互動溫馨氣氛、同事與其分享教學經驗機制、主管會與其分享處理事務的做法等人際關係機制或做法，應會有助增進工作績效。

#### （四）提供給予教保服務人員好的薪資待遇與相關人事制度

就工作滿意之薪資福利而言，本研究發現薪資福利滿意對工作績效產生正向顯著影響（假說 1-4 之驗證），意涵教保服務人員工作滿意之薪資福利愈佳則有助任務績效、脈絡績效等方面之工作績效產生正向提升作用。

因此，本研究建議非營利幼兒園園長應著重提供給予教保服務人員好的薪資待遇與相關人事制度等薪資福利，應會有助增進工作績效。舉例而言，非營利幼兒園著重提供給予教保服務人員好的薪資、福利、考核制度、升遷制度、勞退保險制度等薪資福利，應會有助增進工作績效。

#### （五）明確洞察四種工作滿意變數對工作績效的影響性順序

綜上，就工作滿意各變數對工作績效之影響性大小而言，本研究發現工作滿意之薪資福利對工作績效（含任務績效、脈絡績效）影響性最大，其次依序為工作內容、工作環境、人際關係。

此研究結果意涵與建議，非營利幼兒園園長應思考在強化教保服務人員工作滿意於日常營運工作時，應明確洞察上述四種工作滿意變數對工作績效產生的影響性大小順序，依序為薪資福利、工作內容、工作環境、人際關係，如此才能在有限的資源下應以提供給予教保服務人員好的薪資待遇與相關人事制度為優先考量，再依序為具體明訂與強化檢視教保服務人員的工作內容，建立溫馨和諧的工作環境，及增進教保服務人員多元人際關係的能力，以能有效強化教保服務人員之整體工作滿意，進而有助提升工作績效（含任務績效、脈絡績效）。



## 參考文獻

- 全國教保資訊網 (2024)。幼兒園資料統計。2024 年 7 月 5 日，取自：  
[https:// ap.ece.moe.edu.tw/ webecems/pubSearch.aspx](https://ap.ece.moe.edu.tw/webecems/pubSearch.aspx)。
- 行政院經濟建設委員會 (2012)。中華民國 2012 至 2060 年人口推計。臺北市：行政院經濟建設委員會。
- 何金針、唐璽惠 (2006)。少子化趨勢對幼稚園經營之衝擊及因應策略。學校行政，43，242-252。
- 吳麗珍、黃惠滿、李浩銑 (2017)。方便取樣和立意取樣之比較。護理雜誌，61 (3)，105-111。
- 呂秋鳳 (2023)。高雄市準公共與非營利幼兒園教保服務人員職場壓力與工作滿意度關係之研究 (未出版之碩士論文)。高雄市：國立高雄師範大學。
- 李宜庭 (2022)。臺中市公立及非營利幼兒園教保服務人員對學前特教不分類巡迴輔導教師支援服務之需求與滿意調查研究 (未出版之碩士論文)。臺中市：國立臺中教育大學。
- 李建中、盛約瑟 (2022)。從實務觀點探討領導行為與工作績效的關聯性-以組織文化為干擾變項。管理資訊計算，11 (1)，187-198。
- 李淑惠 (2018)。從非營利幼兒園的核心價值談教保服務人員的專業培訓。臺灣教育評論月刊，7 (3)，53-56。
- 周家黔、吳怡芳、胡富玲、張誠英 (2018)。臺北市捷運工程局員工個人特徵、組織承諾、工作滿意度與工作績效關係之研究。醒吳學報，57，27-62。
- 林天印 (1998)。國民中小學行政人員人格特質、資訊素養對工作績效影響之研究-以高屏地區為例 (未出版之博士論文)。屏東市：國立屏東教育大學。
- 林秀英 (2020)。幼兒園教保服務人員工作壓力、工作滿意度與留任意願之關聯性研究 (未出版之碩士論文)。高雄市：國立高雄師範大學。
- 林俊瑩、謝亞恆、曹靜麗、蕭明潔 (2009)。工作特性、組織氣氛對學前教師工作滿意度與工作倦怠的影響：以花蓮地區為例。教育與多元文化研究，1，217-258。
- 林紆蕙 (2022)。彰化縣教保服務人員知覺園長轉換型領導、組織承諾、工作滿意與工作績效之關係研究 (未出版之博士論文)。彰化市：國立彰化師範大學。
- 邱怡玟 (2023)。新北市非營利幼兒園教保服務人員工作壓力與工作滿意度之研究 (未出版之碩士論文)。臺北市：銘傳大學。



- 邱皓政 (2024)。量化研究與統計分析：SPSS 與 R 資料分析範例解析（全新六版）。台北市：五南。
- 胡靜宜 (2021)。非營利幼兒園教保服務人員心理資本、工作壓力與工作滿意度之研究-以高雄市為例（未出版之碩士論文）。嘉義市：國立嘉義大學。
- 夏志方 (2021)。社會工作者壓力、工作滿意度及薪資滿意度之相關性（未出版之碩士論文）。嘉義縣：國立中正大學。
- 翁崇文 (2015)。非營利幼兒園經營問題與改善作為。師友月刊，579，44-48。
- 張美瑤、張景棠 (2010)。幼教師工作滿意度、工作投入與離職傾向相關研究：以高雄縣鳳山地區幼稚園為例。正修學報，23，285-300。
- 郭于菱 (2022)。非營利幼兒園教保服務人員實施差異化教學現況之研究（未出版之碩士論文）。新竹市：國立清華大學。
- 郭芯彤 (2023)。幼兒園教保服務人員薪資福利滿意度、工作價值觀及留任意願之相關研究（未出版之碩士論文）。台南市：南台科技大學。
- 陳向明 (2002)。社會科學質的研究。台北市：五南。
- 陳佳杏 (2021)。公立國小附設幼兒園教保服務人員工作滿意度與留任意願之關係研究—以南投縣國幼班為例（未出版之碩士論文）。南投縣：國立暨南國際大學。
- 陳盈如 (2023)。教保服務人員靈性學習之探究-以屏東向日非營利幼兒園為例（未出版之碩士論文）。屏東市：國立屏東大學。
- 陳雅雯 (2023)。臺中市非營利幼兒園教保服務人員於特殊教育需求幼兒專業知能之研究（未出版之碩士論文）。台中市：國立台中教育大學。
- 童雅華 (2006)。台中縣市私立幼稚園園長經營理念與教師工作滿意度之相關研究（未出版之碩士論文）。台中市：國立台中教育大學。
- 楊穎樺 (2024)。非營利幼兒園教保服務人員對身心障礙幼兒同儕互動支持策略之研究（未出版之碩士論文）。新竹市：國立清華大學。
- 鄒家瑜 (2015)。幼兒園教師工作滿意度之研究-以情緒勞務、情緒智力、角色壓力為主（未出版之碩士論文）。新竹市：中華科技大學。
- 廖婉君 (2022)。臺北市非營利幼兒園教保服務人員知覺園長領導風格與幸福感之研究（未出版之碩士論文）。臺北市：臺北市立大學。
- 劉秀枝 (2011)。私立幼兒園教師職場幸福感與工作滿意度之關係研究。幼兒教保研究，6，87-115。
- 劉財龍、施彥州、吳宛諭、趙慈君、范嘉琦 (2023)。屏東縣非營利幼兒園教保服務人員創新教學之研究。大仁學報，57，49-68。

- 潘鳳珠 (2023)。高屏地區非營利幼兒園教保服務人員角色知覺與工作滿意度之研究 (未出版之碩士論文)。屏東市：國立屏東大學。
- 蔡怡貞 (2007)。台中市私立幼稚園教師工作滿意度與教師生涯展之研究 (未出版之碩士論文)。台中市：國立台中教育大學。
- 蔣姿儀 (2004)。托兒所保育人員專業踐行之研究。《幼兒教育年刊》，16，99-127。
- 蔣姿儀 (2018)。從教保服務人員與家長之觀點談非營利幼兒園。《臺灣教育評論月刊》，7 (7)，4-12。
- 鄭怡君 (2019)。非營利幼兒園教保服務人員勞動條件滿意度之研究-以臺北市與新北市為例 (未出版之碩士論文)。台北市：國立臺北教育大學。
- 鄭美惠、謝美慧 (2009)。幼兒家長選擇就讀公立幼稚園之研究。《幼兒教保研究》，3，63-74。
- 鄭閔薰 (2023)。幼兒園教保人員感知園長轉換型領導、組織承諾與工作績效之研究 (未出版之碩士論文)。台中市：嶺東科技大學。
- 鄭寶蓉 (2018)。高雄市幼兒園教師組織承諾與工作績效關係之研究 (未出版之碩士論文)。高雄市：國立高雄師範大學。
- 鍾燕宜、陳景元 (2018)。銷售行動控制量表的發展與評量，*中山管理評論*，15 (1)，197-223。
- 戰寶華、陳惠珍 (2015)。非營利幼兒園之經濟價值與社會效益。《師友月刊》，580，10-14。
- 鮑慧文、王采盈、蕭雅云 (2017)。專業證照與人力資源管理實務對工作績效影響之探究。《觀光與休閒管理期刊》，5 (1)，99-113。
- 魏美惠、謝維路 (2015)。幼托整合下公立幼兒園教保員角色知覺與工作滿意度之研究。《幼兒教保研究》，15，1-32。
- Borman, W. C., & Motowidlo, S. J. (1993). *Expanding the criterion domain to include elements of contextual performance*. In: Schmitt, N. and Borman, W.C., Eds., *Personnel selection in organizations*, Jossey-Bass, San Francisco, 71- 98.
- Fuming, X., & Jiliang, S. (2007). Research on job satisfaction of elementary and high school teachers and strategies to increase job satisfaction. *Chinese Education and Society*, 40(5), 86-96.
- Guthrie, J. P. (2001). High-involvement work practices, turnover, and productivity: Evidence from New Zealand. *Academy of Management Journal*, 44(1), 180-190.
- Haider, M., Aamir, A., Hamid, A. A., & Hashim, M. (2015). A literature analysis on

- the importance of non-financial rewards for employees' job satisfaction. *Abasyn Journal of Social Sciences*, 8(2), 341-354.
- Hirschfeld, R. R., & Field, H. S. (2000). Work centrality and work alienation: Distinct aspects of a general commitment to work. *Journal of Organizational Behavior*, 21, 789-800.
- Jaramillo, F., Mulki, J. P., & Marshall, G. W. (2005). A meta-analysis of the relationship between organizational commitment and salesperson job performance: 25 years of research. *Journal of Business Research*, 58(6), 705-714.
- Jayady, A., Subekti, P., Smyshlyaev, A. V., Protasova, O. N., & Artha, R. (2021). Salary scale and the diversity of wage systems. *Linguistics and Culture Review*, 5(1), 293-302.
- Jiang, Y., Li, P., Wang, J., & Li, H. (2019). Relationships between kindergarten teachers' empowerment, job satisfaction and organizational climate: a Chinese model. *Journal of Research in Childhood Education*, 33(2), 257-270.
- Kaiser, H. (1958). The Varimax criterion for analytic rotation in factor analysis. *Psychometrika*, 23, 187-200.
- McPhail, R., Patiar, A., Herington, C., Creed, P., & Davidson, M. (2015). Development and initial validation of a hospitality employees' job satisfaction index: Evidence from Australia. *International Journal of Contemporary Hospitality Management*, 27(8), 1814-1838.
- Olusegun, S. O. (2013). Influence of job satisfaction on turnover intentions of library personnel in selected universities in South West Nigeria. *Library Philosophy and Practice*, 914, 1-22.
- Skaalvik, E. M., & Skaalvik, S. (2017). Motivated for teaching? Associations with school goal structure, teacher self-efficacy, job satisfaction and emotional exhaustion. *Teaching and Teacher Education*, 67, 152-160.
- Skaalvik, E. M., & Skaalvik, S. (2009). Teachers' perception of the school goal structure: Relations with teachers' goal orientations, work engagement, and job satisfaction. *International Journal of Educational Research*, 62, 199-209.
- Wortzel, R. B. (1979). *Multivariate Analysis*. New Jersey: Prentice - Hall Inc.

## 研究論文

# 大學生參與天主教曉明社會福利基金會社區老人日間服務經驗專業講座學習成效分析之研究

楊安仁<sup>1</sup>

靜宜大學社會企業與文化創意碩士學位學程副教授

胡宜芳<sup>2</sup>

國立彰化師範大學教育研究所博士班研究生

潘姝娛<sup>3</sup>

靜宜大學社會企業與文化創意碩士學位學程碩士

潘孝勤<sup>4</sup>

靜宜大學原住民族健康與社會福利博士學位學程研究生

---

收稿日期：2024 年 09 月 09 日，接受刊登日期：2024 年 12 月 30 日。

<sup>1</sup>感謝教育部高教司提供高教深耕經費，補助靜宜大學教務處服務學習發展中心專業服務學習計畫，協助第一作者執行靜宜大學「老年心理學」課程社區長照機構服務學習團隊專業講座培訓，並主持此研究。

<sup>2</sup>感謝學報和二匿名審查委員的肯定與寶貴的修正意見，在製稿、修稿、初排和校稿的過程當中，研究方法與研究能力提升甚多。

<sup>3</sup>感謝有幸修習「老年心理學」課程，亦擔任專業服務學習團隊助教，起草成果報告，並順利完成論文，取得碩士學位。

<sup>4</sup>感謝天主教曉明社會福利基金會提供專業服務學習機會，並促成產出本研究。本文通訊作者為潘孝勤，E-mail：kirutopan41@gmail.com。

## 中文摘要

本研究緣起於開設「老人心理學」課程，實施「社區老人日間照顧服務中心服務學習團隊」計畫，為申論與分析天主教曉明社會福利基金會之長照服務之脈絡發展與服務現況，邀請基金會及機構之專業人員進行三場次之專業訓練講座。本研究以講座內容及學生回饋問卷調查為質性研究中的資料主體，並對基金會附設之日照中心相關服務藉由講座觀察，讓本研究得以深入瞭解機構的運作方式。又依據政府對長期照護相關之統計資料，與本研究相關之期刊、論文和書籍與基金會長照中心的實務資料，進行文獻分析。藉由修女們在曉明長青大學多年教授和陪伴的經驗，分享與長輩們之間有趣的相處過程，更進一步引發同學對於社會工作的好奇與熱情，以自身經驗邀請同學們投入社會工作人員的領域，成為助人專業團體中的一員。本研究之結論：大學生們發現曉明日照中心對長者無微不至照顧的辛勞，為長者營造出家中有溫馨的氛圍，使得長者在身體和心理上都獲得紓解，並認識到自己雖已遲暮但仍精力旺盛，維持長者健康，延遲身、心之退化，機構定期安排中心長者與社區互動促進人際互動締結與他人的關係，以促進長者靈性健康並達成功老化。本研究之建議：為了提高長期照顧的服務品質，應在法規政策面上，深化公部門及私部門夥伴關係，並建構完善的公部門與私人機構之間的夥伴關係運作，就有可能將夥伴關係帶入良性的正面願景。

**關鍵詞：**高齡健康照護、服務學習、老人日間服務

# **A Study on the Effectiveness of College Students Participating in the Stella Matutina Social Welfare Foundation Professional Lecture on Community Elderly Day Service Experience**

**An-Jen Yang**

Associate Professor, Master Program in Indigenous Cultural Heritage, Providence University

**Yi-Fang Hu**

Student of Ph.D. Program in Education, National Changhua University of Education

**Su-Yu Pan**

Master of Social Enterprise and Cultural and Creative Industries, Providence University

**Hsiao-Chin Pan \***

Student of Ph.D. Program in Health and Social Welfare for Indigenous Peoples, Providence University

## **Abstract**

This study originated from the opening of the "Geriatric Psychology" course and the implementation of the "Community Elderly Day Care Service Center Service Learning Team" project. In order to discuss and analyze the development context and current service status of the long-term care services of the Catholic Stella Matutina Social Welfare Foundation, professionals from the foundation and institutions were invited to conduct three professional training lectures. This study uses lecture content and student feedback questionnaires as the main data in qualitative research, and observes lectures on the related services of the day care



center attached to the foundation, allowing this study to gain an in-depth understanding of how the institution operates. A literature analysis was also conducted based on government statistics on long-term care, journals, papers and books related to this study, and the use process of the foundation's long-term care center. Through the sisters' many years of teaching and companionship experience at Stella Matutina Evergreen Center, they shared the interesting interactions with their elders, further sparked students' curiosity and enthusiasm for social work, and used their own experiences to invite students to enter the field of social workers and become a member of a professional helping group. Conclusion of this study: College students found that the meticulous care provided by the Stella Matutina Day Care Center for the elderly created a warm home atmosphere for the elderly, allowing the elderly to be relieved both physically and mentally, and realize that although they are old, they are still energetic, maintaining the health of the elderly and delaying the deterioration of their body and mind. The organization regularly arranges for the elderly in the center to interact with the community to promote interpersonal interaction and establish relationships with others, so as to promote the spiritual health of the elderly and achieve successful aging. The recommendation of this study is: In order to improve the quality of long-term care services, the public-private partnership should be deepened in terms of laws and regulations, and a sound partnership operation between the public and private sectors should be established, which may bring the partnership into a positive and healthy vision.

**Keywords:** geriatric health care, service-learning, elderly day service

## 壹、前言

### 一、研究背景

本研究緣起於開設「老人心理學」課程，實施「社區老人日間照顧服務中心服務學習團隊」計畫，訂定日照中心做專業服務學習時，便積極開啟服務學習課程之籌備工作，也開啟了本研究之序幕。

天主教曉明社會福利基金會日照中心，係因由天主教聖母聖心會修女們遵循聖母瑪利亞之敏銳的洞察力、憐憫心、愛心與謙卑心而設立，以聖經中耶穌基督所說的：「凡你們為我這些最小兄弟中的一個所做的，就是為我所做的」(瑪二五：40)精神為中心服務核心理念，視服務長者為己親，建構一個以人為本、以自立支援為前提之專業照護服務機構，服務 65 歲以上失能、失智及身心障礙之長者，主要提供健康促進與社會互動之服務。

日照中心之服務員在修女們謙和的表樣與各式專業教育訓練下，日常中細微地覺察長者的需求，並在發現問題後主動並積極地支持服務長者及長者家屬，讓接受服務之長者受到有尊嚴的照護及發展出新生命，將日照中心當成第二個家之外，亦成為家屬的後盾。

為申論與分析財團法人曉明社會福利基金會日照中心之長照服務之脈絡發展與服務現況，邀請基金會及機構之專業人員進行 111 學年度「老人心理學」課程社區老人日間照顧服務中心服務學習團隊專業訓練三場次之講座，分別為：施郁榛主任以【長照 2.0 與家庭照顧者支持服務】為課程主題、陳惠津督導以【老人日間照顧服務介紹與分享】為主題、黃淑貞修女以【非營利組織使命與服務】為主題，做為服務學習之準備與訓練。研究者以實地觀察、錄音錄影檔，進行筆記撰寫之講座之內容及蒐集參與講座學生們之回饋，進行研究與分析。

### 二、研究目的

人口步入高齡化的台灣社會，所衍生的問題不斷地出現多元化，高齡化所

發展的趨勢，以及社會的需求，我國長照的服務也應朝多元化發展，應以全人發展、在地老化多元且連續為長期照顧原則。由於政府尚未對於日間照顧中心所安排之服務賦予完整及統一的規範，故立足於社區高齡者服務系統之第一線的日間照顧中心，如何能依其創辦理念設計出延緩老化、在地老化，並能滿足高齡者失能、失智者的身、心、社、靈之需求的課程是項重要且值得探究之項目。

然而由於社會變遷與家庭結構型態的改變，家庭互助與支持的功能降低，因此產生世代間疏離狀態，許多年輕世代不懂甚至沒有機會與高齡世代溝通，相處上容易產生對高齡者刻板印象的迷思。在高齡化的台灣社會，如何讓年輕世代與高齡世代產生互動並消弭彼此間的刻板印象，以降低世代間的誤解與衝突，避免影響社會整體的和諧，是教育部所提高齡教育中程發展計劃中目標之一。

本研究以台中市曉明社會福利基金會專業服務人員的講座內容，與大學生參予講座的回饋與心得作為分析。有鑑於曉明社會福利基金會由天主教修女創辦，自 101 年起提供社區老人日間照顧服務與教育服務，迄今曉明基金會本著以社會福利、高齡照護、靈性關懷為服務三大主軸，致力提升長者的生活品質，服務規劃跳脫傳統高齡照顧型的模式，而是以強調長者在基金會之照護中心需要學習、分享與個人貢獻，並且從而由照顧者中培訓許多高齡志工擔任志工走入社會，服務人群。

## 貳、文獻探討

### 一、老人的概念及高齡化的影響

#### （一）對社會的影響：

老人人口增加，健康照護與社會照顧與老人年金的發放，直接造成國家財政上龐大的負擔。以人口老化最快速的鄰近國家日本為例，政府在之初養老金

1995 年佔國內生產毛額的 6.6%，預估於 2030 將升至 13.4%，將成長兩倍之多（王晶，2000）。醫療衛生大幅改善、醫學科技日益發達及社會的進步，除了老人壽命延長之外，許多過去視為致死的疾病因而得以獲得良好治療，除各種慢性病及疾病所造成的各種障礙隨之升高外，老化伴隨而來的失能、失智及長期臥床的問題也日漸提高，醫療照護上的支出相對龐大。

因著生命週期的延長、帶病與失能時間延長等因素致使我國中高齡之人口健康的狀態呈現非靜態的變化，台灣地區 65 歲老人男性有 14 萬 6 千 165 人需要長照，佔男性失能人數 37.71%；女性則有 48 萬 5 千 70 人需要，佔女性失能人數之 39.5%。2000 年至 2009 年出現『壽命延長、罹病擴張、失能擴張』的現象，顯示短期來看我國中高齡人口之健康狀態出現動態變化，但長期來看調查資料與普查資料出現一致性的趨勢。在學術及實務界對失能人口推計有兩種不同假設，一是維持 2010 年普查失能盛行率不變假設，其結果顯示 2012 年時，65 歲以上失能數，男性 14 萬 6 千 165 人，女性 19 萬 1 千 6 百 26 人，2020 年之前兩性 80 歲以下失能人口比例均維持於 5% 以內，2030 年女性開始激增接近 10%，隨著人口老化越嚴重，佔人口結構比重將更高。二則是以 2012 年為基準點，男性不分齡共有 38 萬 7 千 594 人需長照；女性則是 48 萬 5 千 70 人；65 歲以上男性則有 14 萬 6 千 165 人，佔男性總失能人數的 37.71%；65 歲以上女性則有 48 萬 5 千 96 人，佔女性總失能人數的 39.50%（張國偉，2013）。

## （二）對家庭影響：

2022 年美國中情局（Central Intelligence Agency, CIA）指出台灣出生率在 227 個國家與地區中排名倒數第一，延續 2021 年同為全球出生率最低的地區。再進一步根據內政部最新人口數統計，台灣已連續兩年（2020、2021）人口總數呈現負成長。圖 3 所示，2020 年台灣粗出生率與粗死亡率之曲線交叉，且逐年自然減少（國家發展委員會，2022）。

隨著我國老年人口快速攀升，在未來社會上的年輕人將會面臨巨大的扶養責任，如圖 4 所示，2012 年總扶養比 34.7 達最低點，2021 達 41.3，隨老年人

口逐年攀升，預估 2026 年將達 100.8，並持續上升於 2070 達 109.1。從工作年齡人口與老年人口之比例可觀察出 2022 年每 4.0 工作人口負擔 1 位老年人口，而 2070 年將由 1.1 為工作人口負擔 1 位老人（國家發展委員會，2022）。

## 二、老人社區長照服務之理論基礎

### （一）老人社區長照之意義

王增勇（1998）即敘述國外於早期針對日間照顧的核心機構是附設於醫療院所。依據內政部長長期照顧十年計劃（內政部，2007）的調查，我國關於老人照護的類型可以分為：醫療類型及社會類型，後者又稱為健康型、綜合型，此外，亦有專門為失智老人提供各項服務的老人失智者日間照護。

而進一步作討論，日間照顧或日間照護、照顧後者亦稱為照護，可依據服務對象之差異而有所不同，或需求而形成不同類型之照護。根據吳玉琴（2011）所作之整理，成人的日間照顧首先以社區為核心基礎，其次照顧計畫之設計則依照受照顧服務者的身體狀態作調動，最為重要的即是無論是何種類型之照護計畫，實行場域務必考量其安全性、醫療性、社會性，除此之外，應當將日照活動的支持性作為考量指標。反之，針對服務對象則根據巴氏量表（Barthel Index）作為根據判斷該受照護之老人的失能以及失智程度。除了上述之失能、失智長者，日間照顧的服務亦包含了高齡長者、行動遲緩但未有明顯失能的高齡長者。

### （二）社區長照的源起

社區照顧的緣由，根據葉至誠（2017）的研究，整理分析如下：1.熟悉的環境：提供社區長者適當的協助照顧，在其心理與生理上給予鼓勵與陪伴，防止長者在老化的過程中心理上會有許多的不適。2.家人的關心照顧：有家人的關照得以使長者盡可能的留在自己熟悉的家裡而得到專業的照護，而非在醫院才能得到照護。3.效益的成本：提供整體服務，以支持受照顧者的需要與期待。4.志工的結合：志工的介入可以提供家人資源與扶助，使長者的家人能叫從容

地做到照護的工作並降低其照護的壓力。5.資源的整合：社區周遭有許多的資源得以作整合，不分國家機構或民間機構，資源的完整性就在於能夠將各種多元的資源和資助作整合。

近年來，無論實務或學說上都對當前對高齡長者照顧方向著眼於「在地老化」的發展。讓高齡長者能夠在有情感連結的地區享受老化的生活。1994年天主教聖母聖心會修女們鑑於台灣社會老化問題日趨嚴重而老人福利與服務缺乏，遂積極地投入老人社會福利服務工作，即創辦長青大學，始倡導終身學習並鼓勵「活到老、學到老」，提供老人學習再進修場所及社會參與機會。讓長者透過學習與人際互動，年老生活多采多姿，生命更豐富。

### **（三）社區照護的優點**

關於社區照護的優點，綜括葉志誠（2017）的研究有以下三種：1.體現人文的關懷：社區照顧首先強調將資源留在社區內，解決社區內高齡長者的需要，其次統整社區的所有人力資源建立起社區服務網絡，實現社區內彼此之間的互助，以發揮照顧的功能、加強人性化的關懷、增進社區居民間的聯結。2.鼓勵民眾的參與：社區照顧的核心原則包括社區參與即社區民主，鼓勵社區居民對高齡長者提供需要的扶持、關心和接納。為長者團體及服務團體提供合適的服務，由此可見，此計畫不僅為高齡長者提供一個完善的社區網絡，更有助於建立一個關懷性、接納性的社區氛圍。3.增進資源的整合：透過非機構式及支援性服務的加強，使社區內的高齡長者留在自己習以為常、有安全感的環境中。社區照顧必須要注重利用社區內或周圍的資源，進一步將資源做整合，為高齡長者提供完善的支持性、關懷性、人性化的照護。

高齡教育是曉明社會福利基金會的開端，基金會打破社福傳統的模式，以自辦自營的服務模式為長者服務，不僅提供多元學習的機會亦強化與提供長者社會參與的互動機會。長者透過在曉明的社區照顧據點學習與自我成長翻轉服務使用模式，提供身懷絕技的長者舞台，使其有機會發揮所長，營造高齡同儕共學、共好、共享、共樂的價值。



#### （四）長期照顧時代的來臨

2018 年我國正式邁入高齡化社會，早於 2000 年行政院即核定「建構長期照護體系先導計畫」，由內政部與衛生署主辦、台灣大學承辦，藉學界力量勾勒出長照策略藍圖，引導後續長期照護體系發展（吳淑瓊，2004）。該計畫證實長期照護已從理想邁入實務，能實際推展至社區中，為我國社區照顧與在地老化政策奠定基礎，進而促成「長期照顧十年計畫」（長照 1.0）的推動。

2002 年，行政院社福會通過「照顧服務產業發展方案」，將長期照顧納入產業發展範疇，當時國內正面臨產業轉型與失業率上升，大量中高齡失業人口因而投入照顧服務產業，成為該產業的重要人力資源（王卓勝與鄭贊源，2012）。

長照 1.0 的服務內容涵蓋八大項，包括居家服務、日間照顧、居家護理、輔具與無障礙環境改善、營養餐飲、喘息服務、交通接送及長照機構照護等。經由縣市長照管理中心評估後，提供資源連結與補助，建立單一服務窗口與使用者負擔機制，形成階梯式長照服務模式。然而，在推行初期仍面臨資源分布不均的問題。

為因應高齡社會，政府進一步推動「長照 2.0」，以預防老化、活力老化與延緩失能為核心目標，強調健康促進與生活品質提升，並擴充社區支持服務與安寧照顧資源，以減輕家庭照顧壓力（衛生福利部，2016）。長照 2.0 依據服務功能規劃出三級體系：A 級社區整合型服務中心（照管中心）、B 級日照中心（長照專賣店）、C 級巷弄長照站（長照柑仔店），建構普及、可近、平價與優質的在地照顧體系。

長照 2.0 落實「以社區為基礎、擴及家庭」的理念，在社區關懷據點、C 級據點、原鄉文化健康站中廣泛提供服務，新增健康促進、延緩失能與社會參與等功能。政府亦明確於政策綱領中指出，在地老化應以居家與社區照顧為基礎，並提供連續、整合、多元性的服務（曾妙慧與呂慧芬，2013）。

吳富家指出，日照中心除可減輕家庭照顧壓力，更透過課程與活動促進長

者走出家門、參與人際互動與技能學習，重建自信、延緩老化，並減少失落與孤獨感。長者接受教育或簡單訓練，不僅促進身心健康，也可節省國家醫療資源（吳富家，2011）。

總結來說，長照 2.0 透過 ABC 三級社區整合照顧模式，提供醫療與多元照護資源，強調讓長者與失能者優先於社區內接受服務，維持其日常生活的獨立性與常態性，真正實踐「在地老化」的政策目標。

### 三、我國長期照顧政策之發展變遷

根據我國內政部統計處之網站資料（內政部統計處，2021），自 2012 年至 2021 年，我國老化指數（aging index）不斷地攀升。又所謂老化指數，係指一種指標，用以作為某特定地區人口老化程度之量化數據；其數值越高，亦顯示出該地區之高齡化情況益發嚴峻，提點政府須對此人口老化現象制定相對應之政策。我國於 2012 年之老化指數即為 71.89，老化指數數值逐年攀升，一則顯示出我國已邁入高齡化社會（aged society），二則顯示未來青壯年人口照顧年長者的負擔遽增，造成社會人口失衡。

面對人口的急遽老化，黃龍冠與楊培珊（2021）提出我國從農工業社會變遷至商業社會，此一社會的整體性改變也間接造就了家庭結構的更迭。由於家庭照顧能力的降低，亦指家中有照顧能力之男女須外出工作，而無人居家照護老人，如此即使得家庭成員間互相協助扶持的功能逐漸減弱。同時，隨著女性意識抬頭加上我國政策鼓勵家庭中的女性角色進入職場尋求女性價值。因此，家庭中無論男性或女性經常處於職場壓力及家庭照顧兩頭燒的窘境，如此一來更在無形中增加了家庭中高齡長輩或失能長輩的長期照顧迫切需求。

面臨社會家庭之變化，我國政府多次邀集家研討並參考國外先進政府之政策與模式，依序頒布各種老人福利措施。本文接續將我國長期照顧政策分為四個階段做分析論述，依照 1980 年代訂定之《老人福利法》，即我國第一個主管老人福利照顧機構之基本大法為起始點，接著再以後續政策修編實施年份及核心宗旨作為分水嶺，進一步探討長期照顧政策之變遷及發展。

### （一）1980~1990 年代

《老人福利法》於 1980 年拍板定案，首次為我國年長者爭取福利，並同時聚焦於高齡化社會所要採取的應對措施。《老人福利法》中雖制定了許多利於年長者之措施，仍因循憲法作為制定的立法依據，如《憲法》第二章第十五條：「人民之生存權、工作權及財產權，應予保障。」以及第十三章第一五五條：「國家為謀社會福利，應實施社會保險制度。人民之老弱無力生活，及受非常災害，國家應予適當之扶助與救濟。」。

### （二）2000~2007 年代

於此一時間，可謂是長照政策多元並蓬勃發展之時期。根據黃龍冠、楊培珊（2021）之梳理，並回溯政府的政策實行計畫，我國於 2000 年即以行政院為首創建連接不同政府部會的長期照護專案小組，並推行「建構長期照護體系先導計畫」三年計畫，為我國年長者長期照護勾勒出一個宏圖遠景，並首次將「在地老化」（aging in place）之理念正式提出，此概念更成為後續政策的導引（黃源協與蕭文高，2020）。2001 年，我國行政院經濟建設委員會協同我國內政部、衛生署、原委會等相關政府部門，共力推動「照顧服務產業發展方案」，此一方案更為我國照顧產業經營的方向建構出可行且理想的目標。

### （三）2006~2016 年代：長照 1.0 時期

二十多年的長照政策發展，我國行政院於 2006 年通過「建構長期照顧體系十年計畫」並將其訂定為旗艦計畫（行政院，2007），所謂旗艦計畫，強調跨區域、跨政府部門、跨年度等，整合各單位之資源支持並改善該計畫。因此亦有文獻直接將此計畫稱為「長期照顧十年計劃一大溫暖社會福利套案之旗艦計畫」（徐慧娟、葉玲玲等，2013）。此一計畫為使老人安養政策在多元化、優質化、社區化等方面達到完善整個長期照護體系，訂立了以下六個目標，使國家及社會可以走向相同的目標以致長期照護的計畫更加健全牢固（陳靜敏，2008）。簡述如下：1.長期照顧服務原則以多元連續服務、在地老化、全人照顧為主，增強化及普及化長者需要的照顧服務。2.增進國民選擇某特定服務的權利，並以

符合個人需求的長期照顧為首要目標。3.協助個案家庭的照顧能力，協助家庭分擔照顧長者之責任。4.將各類服務與資源做妥善整合，建立長期照護管理機制，以確保能夠提供民眾有效率及效益的協助。5.為提升國民主動使用長期服務的意願，政府將為個案提供經費補助。6.由於長期照顧是長期永續的計畫，因此應由政府及國民共同為長期照護計畫的經費做分擔。

雖長照 1.0 所包括的服務對象有：65 歲以上之年長者、55~64 歲之山地原住民長者，及 50~64 歲之身心障礙年長者。然而，長照 1.0 計畫實施後，仍出現長期照護資源分配不均的情況，我國政府為解決此一現象，便又於 2013 年至 2016 年布置展建長期照護資源不足的區域，以滿足我國長者的需求與需要。

#### **（四）2017 年~迄今：長照 2.0 的改進與變革**

2018 年年初，我國已正式邁入「高齡社會」，也就是 65 歲以上之老年人口占全國人口比率超越 14%，我國人口面臨急遽的轉變，老年人口及失能人口增加，亦反映出未來長期照顧的需求量將與日遽增。我國行政院於 2016 年底核定衛生福利部所頒定之「長期照顧十年計劃 2.0」作為長照 1.0 的升級版，除了檢討前期的缺失，並在硬體及軟體設施上做出修正及改善，期能提供更加盡善盡美的長期照顧服務。

以在地老化為基礎的長照 2.0 計畫，是以提供居家、社區及住宿三種態樣的照顧之多元服務，將長期照顧服務體系真正達到普及化，更建立照顧型社區（caring community），為提升年長者及照顧者的生活品質。本研究依照內政部頒佈之《長期照顧計畫 2.0 核定本（106~115 年）》整理出長照 2.0 之四項大目標：1.真正發揮照顧型社區之支持力，讓長者無須離開熟悉的環境就可以獲得長期照顧服務，以平價、普及及優質的長期照顧服務體系，使得有長照需求的長者能夠以享受的心度過老年生活，並讓照顧者所背負的重擔因社區型服務達到減輕的效果。2.建立家庭、居家、社區及機構式長期照顧服務的多元性及連續性，實現在地老化，將長期照顧服務更加普及化。3.將長期照護初步的預防階段做延伸，為達預防老化、健康保健、活力老化、減緩失能等效果，增進年長者的

健康。4.提供社區式的支持服務，例如銜接於住宅的臨終安寧照顧，降低家屬的壓力並減少家屬長期照顧所要承受的負擔。

#### **四、日間照顧中心**

中華民國老人福利推動聯盟及指導單位我國衛生福利部社會及家庭署所編印之《日間照顧服務作業參考手冊》。首先開宗明義即以我國《老人福利法》於2011年修訂公布之第一條闡明「為維護老人尊嚴與健康，延緩老人失能，安定老人生活，保障老人權益，增進老人福利，特制定本法。」，強調依據本法，我國年長者無論族群、失能與否，都能獲得政府的保障，並增加強化年長者所應享之福利及權益。

##### **（一）日間照顧之歷史發展及定義**

根據呂寶靜、李佳儒與趙曉芳（2014）所指出之定義，首先是我國最早之社會類型老人日托中心即於1985年台南市松柏育樂中心開設辦理；其次是醫療類型之日間照顧中心鑿是於1990年代由省立豐原醫院設置日間照護室並投入人力積極辦理。我國於2007年在《老人福利法》數度修法後，根據該法第十八條之規定，日間照顧服務歸屬於社區式服務，以法規明定使得日間照顧服務取得法源基礎，奠定其於我國社會中重要的地位及政策思考方向。

我國並非開創老人日間照顧中心之國家，因此許多文獻皆由國外之先例為我國的日照中心做基礎。林明禎（2011）敘述國外大多數之日間照顧中心都由醫療院所設置，依照長者是否需要復健服務分為醫療型及非醫療型兩種型態之日間照護中心。在呂寶靜等人（2014）之研究當中亦提到日本之日間照顧措施，以讓長者留於家中由專業人士協助其維持日常且可自理之生活，訓練長者提升生活之功能性及自我生活照料能力，藉此維持其身心之健康，減輕家人照顧之路負擔。因此，研究者綜合並梳理上述之文獻發現，日間照護服務之定義，應為由專業人士提供以個案需求為基礎之服務、治療性活動、增能性活動等等，增加長者之身、心、社、靈之整合，並能以正面的思維面對自身老化的狀態。



## （二）日間照護服務之內容

王增勇（1998）探討國內外文獻，歸納日間照護服務之目的有：1.加強長者的社會性互動；2.改善並維持長者的日常生活功能；3.提高長者對自身及生命的滿足愉悅感；4.提供照顧者休息喘息之時間及空間…等。由於每位長者的情況不同，因此日間照護服務的內容並無標準化之硬性規定，但日間照護服務基本上對長者們提供三項主要服務：1.日間照護服務於機構辦理並非於自家中；2.多元化及個案化的整體服務，例如繪畫課程、手作課程、語言課程、舞蹈活動、社交活動等；3.日間照護服務以針對需長時間照顧服務之年長者，並以可以藉由團體生活而獲益之年長者為先。

日照中心所提供的服務內容保有多元化的樣態，如生活自立訓練、健康促進活動、文康休閒活動、復健活動、家屬教育或諮詢服務等等。常見的休閒活動項目包括畫畫、插畫、手工藝活動、體操、舞蹈等體能活動，更會配合節慶辦理各種不同的節日活動，例如聖誕節、端午節等。除了上述之活動課程之外，實還包含具有輔助治療性質之活動，例如懷舊治療、音樂治療、藝術治療、園藝治療等等。由各種不同的活動、課程，針對失能性不同的高齡者安排適性活動，更有助於其發展及強化正向情緒及生活能力。根據吳坤良（1994）所提及，老人在社區的參與程度及學習課程越多樣性，其適應力生活的能力會更好。

上述與居家服務不同的是，居家服務之服務對象包括所有失能者，但由於是由專業人員與老人家屬作照顧服務，因而減少了長者與外界社會接觸的機會。在呂寶靜、李佳儒與趙曉芳（2014）的研究中提到日間照顧服務的好處有以下幾點：1.協助長者做生理現象之檢查；2.減緩後送至長照機構安養之狀況；3.增加年長者對社會之接觸；4.增強年長者之幸福愉悅感；5.幫助並維持自我生活能力；6.維持或減緩認知功能降低之情況；7.改善進食營養狀況、降低對遲暮之年的沮喪抑鬱感。



## 參、研究方法

### 一、文獻研究法

本研究利用財團法人天主教曉明福利基金會日照中心服務學習專業訓練講座進行分析，並藉由研究者參與服務團隊講座的實際觀察、進行蒐集回饋資料後，再以期刊、論文、書籍、政府統計數據、錄音錄影等資料進行質性研究。

葉至誠與葉立誠（2001）指出藉由組成的時間及空間甚至文獻所呈現的樣態與文獻記錄的形式，都可以表現出不同的文獻樣貌。Strauss 和 Corbin（Anselm Strauss, Juliet Corbin 著，徐宗國譯，1997）從另外一個角度將文獻的分類根據文章是否符合專業和多樣學術領域的研究報告的技術性文獻（technical literature）及報告和錄音錄影等的非技術性文獻（non technical literature）兩種。本研究以講座內容及學生回饋問卷調查為質性研究中的資料主體，透過三場服務學習訓練講座，對財團法人天主教曉明福利基金會日照中心相關服務的觀察，讓本研究得以深入瞭解該機構的運作方式。又依據政府對長期照護相關之統計資料，與本研究相關之期刊、論文和書籍與了解天主教曉明基金會長照中心服務，進行文獻分析。

綜觀上述，完成研究首要需多方且審慎選用文獻資料，並判別各種資料代表的意義。本研究為針對財團法人天主教曉明福利基金會日照中心服務作深入的研究及以避免發生閉門造車的情形，本文藉研讀國內、外之相關論文與期刊，歸納所蒐集之各相關書籍，加以回顧與交叉分析，以作為本文之研究基礎。

### 二、觀察研究法

Morris（潘淑滿，2003；陳向明，2002；胡幼慧主編，1996）認為所謂觀察法是指運用科學之步驟，並輔以特定之工具，對於所觀察之現象和行為進行有系統的觀察紀錄。本研究為瞭解財團法人天主教曉明福利基金會日照中心之現象，在行前軼作中利用觀察法的技術中使用視覺、聽覺觀察方式蒐集資料，並以觀察法之準確、全面、具體、持久、開放、具有反思等六項特點要求實行，以力求保持研究者觀察當中的客觀性。

一般而言，研究者在進行觀察研究法時首先要了解所欲觀察的行為之型態、觀察的時機與紀錄以及觀察資料等所可能推論的程度、方能確保其所收集的資料確實是有系統且有意義的。為蒐集財團法人天主教曉明福利基金會日照中心初級訊息和最原始且完整的資料，研究期間本研究以調查者身分參進行靜宜大學「老年心理學」課程社區長照機構服務學習團隊的專業講座，在自然情境中採用實地觀察研究，親身實地觀察研究對象的服務，並從參與觀察法的角度以觀察參與者的身份對研究對象所提供之樂齡長照課程的現象、事件及成果進行有系統的觀察與紀錄。參酌觀察的結果與蒐集巨量的資料進行分析。

### 三、研究對象

為更妥善地讓 111 學年度選修「老人心理學」課程的大學生，瞭解服務學習之內容，安排天主教曉明社會福利基金會基金會主任、督導及修女分別做：(一)長照 2.0 以家庭照顧者支持服務、(二)老人日間照顧服務與分享、(三)高齡長輩、快樂人生，三場講座；以建立大學生對日照中心的服務有深刻的認知與了解，以達有成效之服務與學習教育訓練。

本研究收集學生參與講座課程後的豐富的回饋與報告，以質性研究之方法進行歸納、分類與分析，並依文獻探討作為學術理論之根據提出對本研究的論述。

### 肆、研究分析與討論

為了更妥善地讓 111 學年度選修「老人心理學」課程的學生們，對日照中心有深刻的認知與了解，安排了以下三個場次：講座一、由曉明社會利基金會施郁蓁主任以長照 2.0 與家庭照顧者支持服務主要介紹長照 2.0 的沿革與服務項目與內容，並將結果用政府資源幫助高齡者在地活躍老化的案例做分享，開啟同學們在老人健康領域的新視野。講座二、由曉明社會利基金會陳惠津督導，讓同學們了解日照中心長者日常生活以及受長期照顧後長者的改變。講座三、由天主教曉明社會利基金會社工督導林美玲女修女以高齡長輩、快樂人生為主題，藉由修女在曉明社會福利基金會長青大學多年教授和陪伴的經驗，分享與

長輩們之間有趣的相處過程，更進一步引發同學對於社會工作的好奇與熱情，以自身經驗邀請同學們投入社會工作人員的領域，成為助人專業團體中的一員。

## 一、長照 2.0 以家庭照顧者支持服務講座

### （一）講座內容

高齡化的社會，三明治世代成了另類的弱勢族群，在工作、子女養育、經濟及照顧高齡長者（失智者）等日積月累的多重壓力下，身心負擔足以壓垮一個人。根據衛福部 106 年老人狀況調查表中針對主要家庭照顧者平均照顧年數為 7.8 年，隨著照顧者年齡越高，平均照顧年數亦隨之升高。主要家庭照顧者每日平均照顧時間為 11.06 小時，照顧時數亦因照顧年齡越高，每日平均照顧時間也越長，若是主要家庭照顧者加上照顧其他失能者家人或 3 歲以下幼兒人數平均每位照顧者則需照顧 1.14 人，資料中亦指出在庭中扮演家庭照顧者以女性居多，佔有高達 60.89% 之比例。足以見得倘若家庭中有需要照顧者，女性所承擔之負荷比男性多重。

家庭照顧者因身體、心理、工作、社交、經濟、家庭關係等負荷，導致近年來社會上層出不窮的照顧悲歌，除了令人觸目驚心外不免也讓人感到心酸，有鑑於此，政府除了對失能者提供照顧之外，亦注意到家庭照顧者的許多需要與被支持。故此，臺中市政府依據長期照顧服務法第 13 條之規定規劃照顧者資源中心，台中市家庭照顧資源中心分布於山、海、屯三區設立 6 個據點，就地提供家庭照顧者相關的服務並給予家庭照顧者心理上的照顧與支持，家庭照顧者透過家庭照顧支持性的服務正視自身需求，減輕家庭照顧及負荷，在居家過程中並透過家庭照顧中心的協助得到陪伴。

家庭照顧者五階段與樣態，用以作為介入關懷家庭者的評估指標以供合適的方案與支援：1.預備照顧者：即將或可能成為照顧者，此階段照顧者往往不認識哪些資源可以用。2.新手照顧者：照顧經歷 0 到 6 個月，照顧時經常覺得手忙腳亂，家庭關係開始緊張。3.在職照顧者：工作家庭兩頭燒，面臨照顧是否要離職的抉擇。4.資深照顧者：長期照顧資歷 3 年以上，因長期累積許多照顧壓力造成身心疲憊。5.畢業照顧者：走出照顧悲傷，重新建立家庭、社會與

人際關係。在總結當中施郁蓁主任特別提及：天主教曉明社會福利基金會秉持創會信念傳揚福音，尊重生命，謙卑服務，促進全能之服務企業，以真誠的心服務社會，讓溫暖像陽光般地撒在每一個被服務高齡長輩及其家人心中。

## （二）學生問卷調查及回饋分析

講座結束之後，參與的學生回答問卷，撰寫心得與感想，研究者以質性研究法中之紀錄、錄音錄影、編輯與分析如下：

如同前述文獻中所提到的，政府應該提出：一、維護老人尊嚴與健康；二、延緩老人失能；三、安定老人生活；四、保障老人權益；五、增進老人福利。進而在這個大目標下長照 1.0 誕生了，又隨著時間更迭，時代的轉變，長照 1.0 也進化蛻變成長照 2.0，給予長著更舒適更合宜的照顧。研究者發現：學生 1 的論述與前述文獻探討與演講者所提供之資料相呼應：

社會上有許多的社會亂象，有些從報紙上就能夠看到，因人口高齡化及少子化，新加坡未婚女性為了照顧父母弄到破產，老卻無人能夠照顧自己，而且在照顧當中的照顧者要承擔前所未有的壓力、情緒、經濟，在上完這次課程我有個想法，面對未來的未知，我們只能預防，因預防勝於治療，可以用少少的錢去買失智、失能、長照的保險，未來如果碰到家人或自己成為受照顧者時，我們也能夠活的有尊嚴。（學生一、1）

由上述的回饋可以得知，學生 1 在第一次講座中對於「長期照顧」有了概念，並明白高齡化社會下，年輕人將遇到什麼樣的問題，而這些問題又能夠如何提出預防的措施，例如購買長照有關之保險，為家中長輩多一分保障，也讓長輩們有尊嚴地過遲暮之年。

根據吳淑瓊與陳正芬（2000）所述，1980 年政府集合專家共同研討並參考國外先進國家之模式，循我國憲法作為制定立法的依據，如《憲法》第二章第

十五條：「人民之生存權、工作權及財產權，應予保障。」以及第十三章第一五五條：「國家為謀社會福利，應實施社會保險制度。人民之老弱無力生活，及受非常災害，國家應予適當之扶助與救濟。」依序針對老人福利頒布各種措施，以維護老人的尊嚴，維持其健康，延緩失能速度，安定老人的生活，保障老人的權益與增進老人福利。學生 2 並進一步地提及：

我覺得自己要認清自己能不能當照護者，也要考慮清楚，因為有一天父母也會老，我們也都會遇到這個問題，而到時候自己有沒有能力或著有沒有辦法負擔，都不一定，我自己覺得與其待在家這樣彼此都不能得到好的照顧跟休息，有時候送家人去給專業人士照顧的地方，這樣也是一種孝順，當然如果自己可以負擔，留在家照顧確實最好，只是看自己有沒有時間跟精力。(學生一、2)

由上述回饋得以推敲出，藉由講座學生開始省察未來自身的照顧能力與給予家中需接受照顧的長者或父母最適切合宜的照顧需求。以現今商業社會而論，少子化現象日趨嚴重，家庭結構更迭，為維持家中經濟與生活，家中有照顧能力之男女亦須外出工作，少有人能長期居家照護老人或失能者，運用政府當今的長照政策將照顧老人的負擔分攤給政府與社會福利機構，對於照顧者與高齡老人都是有益處。

我國行政院於 2006 年通過之「建構長期照顧體系十年計畫」所訂定之旗艦計畫長照 2.0 的服務項目所述，服務內容應包含：一、平價、普及的服務，即可讓社區長者不需離開家庭在社區中接受更優質的服務。二、提供多元性及連續性的服務，讓社區民眾能在地老化。三、長期照護的預防階段往前做延伸，預防老化、減緩失能及增進年長者的健康。四、提供社區式的支持服務，如臨終安寧照顧，降低並減少家屬長期照顧所承受的負擔等。在鄰里或社區中聽聞長者需求能適時提供及建議，以貢獻社區。學生 3 亦講述到此觀點：



我覺得照顧者非常的辛苦，常常要為了長者忙東忙西，甚至有些人承受不住，就跟著被照顧者一起尋死，長照是未來的趨勢，我有時候也會將自己在學校所學的知識分享給我的家人。長照 2.0 有超多超多的項目的，可是卻有許多人不知道，我覺得這是我們這些人可以傳達的資訊。(學生一、3)

由上述回饋可以映證長照 2.0 在社會雖已行之有年，但仍然有許多人不甚瞭解，在面臨照顧困境仍陷於無助時，透過講座中的分享，學生 3 習得政府所建置之長照政策，了解長照 2.0 的優勢並樂於將關於長期照護之訊息提供給身邊的家人朋友。

在黃龍冠與楊培珊(2021)文獻中提到長照 2.0 改變了長照 1.0 中的服務模式、服務對象、服務項目、服務提供者、公私部門合作關係等服務項目，為建構我國年長者擁有一個和善且安心的晚年生活，更使得失能長者得以獲得完整有效率的協助。為此學生 4 提及：

經過政府與民間的努力，長照服務法於 2015 年公布，我覺得這個法案很好，他整合了長照服務機構分歧的情形，建構了一個有法源的長照體系和網路，也確保了各類長照的服務品質。因為在這個快速高齡化以及少子化的社會，有非常多罹患多重慢性病的長者，以至於長照需求是有逐漸升高的趨勢。聽完這個演講讓我了解到目前長照需求的確很高，想當然爾品質也要兼顧，以我爺爺為例，他也有使用長照服務，讓我奶奶有喘息的空間，這項服務很好，而服務人員態度也相當親切而不怠惰，我相信，再過不久的未來，這會是很熱門的需求。(學生一、4)

同學 4 在回饋中以自己家中爺爺為例，親身感受到長照 2.0 的資源在現今



高齡化社會的幫助，文中可看出最令長期照顧家屬有感的是家庭照顧者減輕壓力的支持服務以及對該家庭的幫助。在「家一點」家庭照顧者關懷據點中，機構打造放鬆且自在的空間，提供家庭照顧者們每個月定時的聚會或接受由機構為家庭照顧者增能、舒壓的課程，做彼此間經驗交流，互相支持服務，提升自我照顧能力及身心放鬆，讓照顧者長期照顧的壓力得以紓解，好能持續在家照顧失能者。

根據內政部頒佈之《長期照顧計畫 2.0 核定本（106~115 年）》文獻中提到長照 2.0「家庭照顧者支持服務」中以提供社區式的支持服務，例如銜接於住宅的居家臨終安寧照顧，降低家屬的壓力並減少家屬長期照顧之目標，家庭照顧者可透過現場或線上諮商提供照顧者個別心理輔導及諮商服務，及時緩解照顧上的負荷與壓力，並協助解決照顧者因長期照顧壓力所造成家庭關係之不和諧或照顧者情緒上的困擾。學生 5 亦講到：

媽媽之前就是家庭照顧者，但我看到的只有表面，透過這次課程有更深入了解其運作方式和心理層面的問題，我也幫忙過快一個月，真的是很不簡單的工作，幫外婆翻身、換尿布就費了很大的力氣，推外婆去洗腎、幫助她適應走路的感覺這些事情一次也需要很長的時間，很容易覺得疲倦，媽媽已經照顧好幾年，平時要上班，下班之後就接著要照顧外婆了，連假日沒有自己休息時間，但媽媽覺得這沒什麼，她的從容讓我很佩服。（學生一、5）

由學生 5 的回饋當中提及，回顧媽媽因兼具工作與照顧的責任，不論是體力或心理都承受巨大的壓力，透過講師的故事與影片分享更能和自身的家庭經驗做連結，更深地體會家庭長期照顧者的身心的壓力，使得學生 5 能夠以嶄新的眼光與思維來看待身為照顧者的辛苦與偉大。學生 6 更進一步提到：

施主任的開頭就介紹老有關日照的負面新聞，其實這也是現在很多人共同擔心的隱憂。沒有人不擔憂自己的長輩被欺負，畢竟每個人的出發點都是為了老人好，都希望長輩們可以遇到好的照顧者，受到如親人般的陪伴和保護。我覺得政府應該多設立這方面的法條保護長輩，嚴懲那些欺壓長輩的照顧者。加上有些人因不堪負荷，例如經濟上的壓力，而殘害老人，其實這不是沒有方法能解決，政府可以提供補助金或是一些方案讓家屬先預借金錢去承擔，也可以讓志願者去做無報酬的照顧，這些方法也許就能減緩家屬的壓力，也能減少這類型的負面影響。謝謝施主任提供這方面的演講，讓我更清楚日照的隱憂，日後若真的成為照顧者，我也會更加仔細细心的照顧長輩們。(學生一、6)

由學生 6 的回饋可以得知，透過講座青年人開始關心高齡社會的老人的照顧與福利是否到位，老人福利與照顧議題是無法逃避的社會責任。依據行政院在 2005 年通過之「加強老人安養服務方案」資料中提到政府滾動式修訂長照 2.0 與《長期照顧服務法》共同目標皆為給予我高齡社會中高齡長者渡一個和善且安心的晚年生活，不分族群、健康或失能，都能獲得政府相關的保障，並能促進高齡長者之福利及該有的權益。

依據行政院 2016 年核定衛生福利部所頒定之「長期照顧十年計劃 2.0」，除了檢討長照 1.0 的缺失，能在長期提供盡善盡美的照顧與服務並在硬體及軟體設施上做出修正及改善，並以 ABC 分責照護單位與模式，讓老人照顧與健康促進服務深入巷弄也逐步達到長期照顧十年計劃 2.0 普及化之目標。學生 7 講到：

在生活中一直都有聽過長照了 2.0，但卻沒有實際的去了解內容有什麼，不過在聽完業師的分享後就有稍微懂了一些，尤其是 A 和 B 級的部分，這兩個部分是以前完全不認識的，因為以前對於長照的想法多數只有停留在居家照顧、交通接送這些基本的概念，也因為這次的分享，讓我對於長照

領域這一塊有更進一步的興趣產生，在大二當社團幹部時，就有到學校附近的社區去帶領長輩們做活動、跳跳舞等等團康活動，在進行這些活動時，我似乎沒有感受到自己有排斥跟長輩相處的想法，所以也希望自己這個想法跟心態能夠一直保持下去，有機會再進入到長照領域去學習，甚至是發揮自己的專長，運用在這個領域當中。(學生一、7)

由上述的回饋映證出長照 2.0 雖行之有年但社會上仍有不在少數居民不甚明瞭，需要透過講座加以詳盡的介紹，使「在地老化」、「社區老化」為核心概念的長照 2.0 的訊息更廣為人知，也能激發更多青年人願意踏入此一專業領域。

根據衛福部訂定之「家庭照顧者支持性服務創新型計畫」四項內中容有：1.減輕家庭照顧者照顧負荷；2.提高家庭照顧者資源的使用率；3.提升家庭照顧者的自我量能；4.建立家庭照顧者社會與心理的支持網絡；5.結合社區服務資源網絡五項目標皆以家庭照顧者為主體。家庭照顧者往往是被需要照顧的一群，前述文獻中指出，為減輕照顧者因長期照顧造成身心上的負荷，政府不斷地在長期照護的政策上做進步與修改，以期能符合使用者的需求。

內政部頒佈之《長期照顧計畫 2.0 核定本(106~115 年)》長照 2.0 之目標：長照 2.0 除應發揮照顧型社區之支持力，讓長者無須離開熟悉的環境就可以獲得長期照顧服務外並應讓照顧者長期照顧之重擔因社區型的服務達到壓力減輕的效果。學生 8 提到：

這次的演講在簡報上有一段話讓我印象非常深刻：「沒有加害人，只有被害人」，家裡以前也有需要長照及家庭照顧等等的服務，還沒申請看護時那段時間父母親都是心力憔悴，白天上班可能要中途請假回家照顧年長的曾祖母，晚上睡覺也睡不太好，因為上述這些原因導致父母親情緒起伏大，常常吵架以及使家庭氣氛被蒙上一片烏雲，一直到上大學還是只是覺得只有我們家裡這樣，聽了演講後了解到其實這大概是每個地方每個家庭

都有可能遇到的事情，如果當時知道有這些服務例如舒壓活動、喘息服務，對整個家庭來說應該都是好事，非常謝謝主任精彩的演講。(學生一、8)

學生 8 以過去家中長期照顧為例，回想當時未接觸長照 2.0 對家庭照顧者的支持服務項目致家人因高度照顧壓力造成家庭關係緊繃。在講師分享後察覺當今高齡社會裡周遭有同樣與其家庭同樣遭遇。學生 10 也提到：

現在許多年輕人因為工作等因素，無法隨時都在老年父母身邊照顧他們，因此有了家庭照顧者的出現。家庭照顧者無時無刻都要去關注被照顧的老人有什麼情況，包括上廁所之類的都要特別去注意和幫忙，需要花比平常還多的耐心來照顧，就連晚上也不一定能睡好，因為老年人的健康狀況隨時都有可能出問題，所以家庭照顧者幾乎沒有可以好好放鬆的時候，這樣的生活很令人窒息也很需要多於常人的耐心。(學生一、9)

在學生 9 的回饋中出，通過講師介紹，年輕人心家開始憂心庭照顧者因長時間照顧需消耗大量的時間、體力與心力而造成身心重大的負荷是需要協助並適時地釋放。學生 10 亦提到：

長照 2.0 提供的服務內容中，我最喜歡的就是家庭照顧者支持服務，服務內容廣泛，對於主要照顧者也有喘息的空間，因為主要照顧者也是需要被照顧的一方，我曾看著母親對於臥病不起的外婆時常奔波勞碌，面對的不單單只是身體及心理壓力，還因經濟問題和親戚常常糾紛不斷，這些我也深有體會，在加上我的家庭是屬於大家庭，上面還有不少的長輩，台灣老年人口也不斷攀升，因此長照 2.0 不僅對於個人，對於整個社會也愈發重

要，老年人也是當今社會需注重的議題。(學生一、10)

學生 10 回饋中以家中結構與媽媽因長期照顧外婆造成巨大的心理壓力為例，意識高齡社會老人人口攀升的社會，照顧者及家庭將面臨身體、心理、工作、社交、經濟、家庭關係…等多重的問題，長照 2.0 的政策，不僅能給高齡失能者適切的照顧外，亦給家庭照顧者多樣的支持並幫助，減輕其照顧上的負擔。學生 11 亦提到：

步入高齡化社會的台灣，老年人需要國家提供更多更好的長期照顧服務，在長照 2.0 的推動後，不但提供長者的照顧及專業服務外還增加家中無障礙環境與輔具申請及往返醫療院所及日照中心的交通接送、最特別的是增加為照顧者的「喘息服務」。在這堂課程中也看出對於家庭照顧者所面臨的多重問題如心理壓力、家庭溝通等等，這些問題有幸也包含在長照 2.0 的服務項目，協助照顧者兼顧家庭及照護，讓照顧的歷程中沒有被害人也沒有加害人。(學生一、11)

由 11 學生回饋得以看出，經講師的分後，年輕人更清楚長照 2.0 在對家庭照護者增設照顧者支持服務之項目對於長期處於高壓的照顧環境下，需要適度的藉專業的活動與課程來協助其釋放其身心壓力，以讓被照顧者受到能更周延的照顧外也避免造成家庭與社會的遺憾。

2016 年核定衛生福利部所頒定之「長期照顧十年計劃 2.0」提出長照 2.0 以在地老化為主軸，不僅持續提供 1.0 的服務並提高量能外，還將長照服務擴充到提供家庭、居家、社區及住宿照顧，並以社區整體照顧模式針對預防失能和延緩失能辦理服務，長照服務也逐漸商品化與市場化，如此也促使更多相關專業人士願意踏入長期照顧領域，提供高齡老人或失能者得到妥善與高品質的照



顧。藉由講座，學生認為行之多年的長照 2.0 政策對當今高齡化的社會不論是照顧者或高齡受照顧者都有極大的助益且有更深的認識，期能更多的青年人能投入此一長照專業領域。

2017 年我國開始全面實施長照 2.0 不論在服務模式、對象、項目以及服務提供者在公、私部門的合作關係上都做大幅度的改變，至今仍持續依社會環境與高齡老人的需要在服務上做滾動式修正。講師在課堂中說明長照 2.0 是在強調在地老化的概念上增加以「社區為基礎」的理念，而長期照顧服務體系的規劃，由 A 到 C 三級綿密的長期照顧服務網，讓照顧服務能連續、彈性、多元且完整，也讓長輩在家中等候車輛或走到巷口即能滿足其長照需求。如由學生的問卷回饋、講師分享的案例故事及國內期刊所述，長照 2.0 所增加的家庭照顧者支持服務項目在長期照顧的工程中對於家庭照顧者提供最暖心最有意義與實質上的幫助之一。

## **二、老人日間照顧服務與分享講座**

### **(一) 講座內容**

2020 年，COVID-19 疫情在世界各地蔓延導致各國陷入嚴峻的挑戰。2021 年 5 月期間，我國因本土疫情開始迅速在台燃燒，進入三級警戒，然而，在嚴峻的疫情之下，日照中心為了避免群聚感染暫時關閉。病毒的威脅、不得任意出門、日照中心停課等…對接受長照服務高齡長輩是一大威脅，原本在社區日照中心接受照顧的高齡長輩被迫留在家中，造成家庭照顧者之照顧負荷因而增加。此期間許多長輩因身體沒有持續和規律的運動、生活找不到重心致身體功能逐漸退化。而曉明基金會日照中心中的學員也因 3 級警戒期間未開班有 7 名長輩因不同的原因離世而結案。

隨著疫情減緩，日照中心在政府的政策下重啟服務，在關懷結案長輩家屬的過程中，由一位家屬口中聽到一段感人的故事…「曾經我問過我父親：『你的家在哪裡？』他回答我：『我的家有兩個地方，一個在湖北西河，一個在老人日照中心』」…這樣的對話給了我們個案專員一個非常大的感動與服務動力。原



來，日照中心對一個長輩而言，它可以是他另外一個家！

細數天主教曉明社會福利基金會服務的源起，90 年天主教聖母聖心會修女們有感於台灣社會邁入老人國的現象，冀望能有更多的資源可以挹注，服務社會，而成立天主教曉明社會福利基金，基金會的組織分有 5 個組，而日照中心隸屬於長照組中一單位，單位配置有督導一名，照服員四名，司機兩名，其餘如營養師、復健師採特約制定期進入日照中心服務長輩。

民國 89 年期間臺中市政府選定甘霖基金會與曉明惠華中心做為臺中市政府日照中心唯二的示範單位。日照中心的服務方式及概念宛若老人幼稚園，舉凡幼稚園場域中的歌唱、跳舞、玩遊戲、吃點心、睡覺、勞作、戶外教學等…生活模式，在老人日照中心皆可見得與執行，兩者不同處惟日照中心服務對象是高齡老人，且身體狀態因過去不同的生活型態或勞動量而有著不同的慢性疾病。故此，天主教曉明社會福利基金會日照中心照顧長輩秉持「對象不同需求就不同」的信念，主動貼近每一位長輩的心，給長輩最適切的服務，讓每一位在日照中心的高齡長輩在中心找到一個屬於自己、最舒適、最自在的一個角落。就如離世的湖北爺爺家屬口中轉述的「他父親已將日照中心視為第二個家」。

隱身於巷弄的日照中心處於傳統市場、公園、超市、學校、廟宇等皆為老人最熟悉的生活圈。為提高長輩對課程的喜愛與參與度，中心安排日照課程也會配合不同的節慶安排至鄰近各點參觀採買（超市）、教學（至小學教學童包粽子）、表演（扮演聖誕老公公/老婆婆送禮物），促使長輩提早感受節慶的歡愉與提升長輩成就感。日照中心雖為天主教會修女們所辦理的機構，但服務之長輩有九成以上皆是信仰道教，日照中心於社區內的地利之便，每遇到長輩在服務照顧現場心理、情緒不安時，照顧服務員便會帶長輩至對角隻廟宇拜拜，尋求心理上平安與慰藉，滿足心靈的需求。

日照中心不同於一般社區日照中心是在起居環境的配置與空間營造皆秉持著「以人為本」的模式，並將馬斯洛所推出的需求理論作為中心服務規劃與依據，雖然長照的主要對象為高齡長輩，但在長照服務中卻不可忽略照顧者，與

照顧者建立良好的關係是長照服務中最為重要之點，誠懇與緊密溝通與交流，是調對接受服務之高齡長者、家庭照顧者與中心照顧服務員三方最佳之幫助。

日照中心照顧管理模式，課程規劃以「自立支援」為前提的作息方式，在生活及課程上盡可能讓長輩自己動手做可以做到的事，課程藉折毛巾、托地、散步、腳底按摩中落實生活復能以維持以日常生活功能。故此，日照服務學習只需要做「協助」與「陪伴」，然而在服務的場域上長輩的興趣與喜歡卻要靠與之生活的相處與敏銳的觀察才能夠做到天主教曉明社會福利基金會「以人為本」之宗旨。

服務學習前，提醒同學們特別注意兩點事項：1.帶著微笑；2.語言（配合長輩慣用生活語言如臺語），在服務的場域中唯有時時帶著微笑方能打破彼此間的隔閡。

什麼是照顧？在照顧的場域上有時無法釐清誰照顧誰，透過服務長者的過程當中，有時自己會是被療癒的一方。照顧非只是不停提供服務與協助，若多用心思，在長照領域的照顧過程中得到照顧得往往反而是照顧者，也是長輩豐富照顧者的生命與人生。

## （二）學生問卷調查及回饋分析

日間照顧服務人員在外人眼中千遍一律的工作需要透過專業學習，前述文獻提到日間照護服務，應由專業人士以個案的需求為基礎提供其需要之服務、治療性的活動、增進身體或生活功能性的活動等，以幫助長者藉日間照顧服務重新整合身、心、社、靈，以正面的思維帶領長輩接受自身老化的狀態。除了學生們在講座一已提及的回饋有相類似的反應外，在講座二當中，另有提到學生提到：

我之前也有去過日照中心當過志工，在那裡照顧他們就是那些照服員的工作，早上量血壓，中午吃飯，下午帶活動然後回家，每天都一樣，漸漸的

好像會覺得沒有變化，所以我覺得照顧服務者必須很有耐心且有熱忱，上次來的那位講師感覺就很有耐心與熱忱，也許她在她的工作上找到了樂趣與使命，所以我覺得自己不該那麼早下定論，也許日照機構並不是那麼無聊，還是可以在工作與照顧當中，找到變化。(學生二、1)

由上述學生的回饋中映證出，從事日間照護除需要專業的訓練外，培養對高齡長者的高度耐心與愛心是不可忽略的，循該機構成立的核心價值作為服務與照顧高齡長者的標竿，就能「視老如親」。另有學生亦提到：

在我聽完業師分享他的長照故事讓我對她相當之敬佩，我覺得這是一個需要有一定程度的耐心、愛心才能做得到且做得好的工作，她以她的大愛來關懷這些長者們，這次有機會到日照中心服務學習，陪伴阿公阿嬤們渡過愉悅的下午時光收穫很多也很開心。原來日照中心照服員不僅僅是一個陪伴、一個照顧者的角色，同時也是夥伴的關係，需要個別化評估且精心挑選何種是最適合這位長者的項目，都是相當耗費心思的，對於這些長照者們，真的只有感謝和尊重。(學生二、2)

再者，從學生的回饋當中亦可看出，學生透過服務學習前之課程介紹與分享，體認到日間照顧中心是屬專業機構並對其服務人員敬重，也讓在家庭結構變化多數年輕人不懂與長者相處的現代社會中有年輕人期待與有高度意願為高齡長者服務。

我國自 2018 年年初，正式邁入「高齡社會」，政府 2017 年實施之長照 2.0 以在地老化為主軸，以多元化與連續性服務、給予長者全人照顧，讓長者與照顧者在日照中心的照顧與服務中提升生活品質。亦有學生提及：

現在很多人還是請外籍護工居多，覺得日照服務還不夠多，不夠社區化，硬體設置法規門檻高，人事成本高，交通接送成本也高，不過感覺這樣虐待的行為會稍微少一點，外籍看護都是1對1比較多，比較會發生這種事，幾乎都在家也不會安排什麼特別活動，所以日照中心的出現就是一個福音，設計課程和活動給老人，為原本的生活多添加了一些色彩也為家人減少一些負擔，如果政府可以再普設更多覺得會更好。(學生二、3)

從這位學生的回饋可以得知，年輕人開始正視高齡社會中社區日照中心的量能是否足以供給持續攀升的老人人口，亦關切老人是否得到良善的照護。透過課程與服務學習，更映證出日照中心為高齡長者所安排設計的課程對高齡長者的健康與生活維持有相當之幫助。

日間照護之服務，應由專業人士視個案的需求提供合適、合宜的全人服務，透過多元的課程，整合並滿足長者之身、心、社、靈之需要，高齡長者透過日照中心專業人員用心與耐心的服務與陪伴下，必能在日照中心快樂舒適地接受每一天的服務。也有學生講到：

在大一時就有到長照 C 據點當過志工，那時候覺得那裡的環境很像幼稚園，只是學生是老人，他們早上上課，中午吃飯休息，下午做完活動後就回家，也因為這部分有親身體驗過，所以當業師在分享時就感到特別的親切，不過也因為這樣子讓我回想起在據點的一些難忘回憶，那就是據點內的長輩和我說他不想再來據點了，當時聽到的時候其實我不太清楚為什麼，但事後我有去詢問社工，聊完之後才發現長輩會這樣說其實是有原因的，但原因是什麼也就不太方便說出來了，總之是給我上了一課！而我也在這次到西大墩中有所收穫，我認為在長照領域最難的不是上課的內容，或是活動做了些什麼，而是要如何「陪伴」長輩，因為長輩會到據點內，有一部分是因為兒女要上班，所以把長輩送到據點裡，讓他們在那裡也可

以被照顧得好好的，但有些長輩的想法可能就會變成：我的兒女不要我了。所以這時候不管是社工或是志工甚至是據點內的任何人，都要學習如何好好的「陪伴」長輩，這是我這次主要的心得想法。(學生二、4)

從以上學生們的回饋當中得以推敲出，他過去志工服務時曾自長輩口中聽到「不想再到據點」的疑惑，雖然當時經社工說明似乎得到解答，在此次服務學習前的課程分享及參與曉明社會福利基金會日照中心實地服務後更清楚陪伴的重要性。

因應高齡化社會上導致的長照需求日趨增加，將老人集中在社區機構內，一起提供服務，是當今台灣社會老人與照顧者的一大福音。本次講座一開始講師說到 2020 年 COVID-19 疫情期間，日照中心因應政府政策停止服務，該機構長者身體機能退化，生活失去重心等…震撼了我與許多同學的心。許多國內期刊也顯見，社區日照中心的開辦及多元課程的設計，除了對長輩身心靈健康有益助外，也提供家屬照顧上的壓力。社區長輩透過參與日照中心所設計之規律的課程，在群體內共同學習新事物、懷舊、團康娛樂與簡單的體能訓練等，不僅能延緩及預防生理機能衰退外，亦可增進社會互動改善生活品質。而失能/失智老人日間至日照中心接受受託服務，長輩依照其喜好及當日的身心狀態，按機構之課表參與活動，除了維持正常的起居，透過音樂輔療，讓他們心情可以穩定，減少甚至消除問題行為，增加長輩夜間回到家中與家人愉快親密的對話，並減少家庭照護者照顧及心理的壓力並有效減照顧者負荷與滿足其喘息之需求。爰此，日間照顧中心可謂是當今台灣社會老人與照顧者的一大福音。

### 三、高齡長輩、快樂人生講座

#### (一) 講座內容

這次講座邀請到曉明基金會長青大學的修女老師—林美玲修女，修女在長青大學中，不僅僅是擔任課程老師更是長輩們的好朋友，修女談及哪位爺爺哪位奶奶可愛又真摯的互動，甚至在班上也會有小團體的出現，非常有趣！經驗



豐富、活潑大方的美玲修女再講座開始即給學生們出了一個問題「這個科系邁入了第三年，而且是非常的寶貝的一班…你為甚麼會來讀社工？」在修女的引導之下，簡報跳到了一個許多結許多繩纏繞在一起的物件，修女嘗試著讓大家更進一步思考社工的工作內容是甚麼，就如同雜亂無序的結，需要有人來一一解開，而社工正是對個案而言最親近的解繩人，在大學期間社會會學習到社會工作概論、社會學、心理學、會談技巧、團體動力、社會心理學、社會團體工作、社會統計、社會個案工作、社會福利概論、人類行為與社會環境、社區工作、社會工作研究法、社會工作等等……課程，這些課程都是在裝備每一位社工人內心的力量與知識，修女也分享了自身修讀社工系時的困窘和艱辛，但是這些坎都是每個社工人進入職場前必須要突破的。修女引導著學生們省思作為社工系學生以下問題：1.覺得這門科系很有趣，富有挑戰性想要繼續打拚奮鬥下去的？ 2.覺得越來越混不下去的？3.覺得沒有關係，反正都已經第三年了，就既來之則安之？

## （二）學生問卷調查及回饋分析

因林美玲修女生動活潑的演講，及豐富的實務經驗，引發學生們一連串豐富的回響，及更多面向的反饋，例如：學生 1 則提及以下內容。

在修女分享當初讀社工系一路來的心得分享，從惶恐不是他所想要的、年齡、工作，到如今的他培養自信、勇敢前進，並且終身收益，當你打開心門時，思想一轉變，心態也會跟著改變，陪伴是會遇到困難的，有挑戰和挫折，但一切的一切從我願意開始，別覺得理論和實務有所落差，在教學經驗的情境中，深深感受到理論也是可以協助自己的專業水準的。（學生三、1）

由上述的回饋得以推敲出，學生自修女親身選讀社工的心歷路程中得到許多人生哲理，修女說年齡不能是阻礙，基金會繁重的工作更不能成為她求學的



絆腳石，當她打開心門，改變心態，勇敢接受課業上的每一個挑戰，終能從中獲益。後將課堂上所學得之理論運用在老人照關懷與照護，讓更多的老人受益，因此另一位學生寫到：

整個講座下來，我覺得修女說長輩們的時候，都把他們當成朋友，或是自己的長輩，有時候我覺得這種心態很厲害，畢竟只是工作對象，但如果換個心態想，當我在照顧的時候，真的把這些人當成朋友或家人，那麼工作的時候或許就不會那麼像只是在工作了，當你有感情的陪伴或付出，對於整體的效果往往會更好，工作起來也不會那麼容易感到累了。(學生三、2)

由上述的回饋得以推出，現代社會家庭結構之變化，讓當代年輕人不擅與老人相處，面對高齡化社會老人照護產業蓬勃發展之際，教育學子理解老人的心理和需要是一門重要的課題。以孟子所說的「老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼」之心，真誠關懷、陪伴高齡者，建立一個健全、幸福的老人保護網，讓我高齡化的社會成為幸福、充滿愛與關懷的人間天堂。另一位學生亦發想：

當初我會想讀社工，是因為我想讀大學，但是又不知道要讀什麼科系，後來在家人的推薦下，來到靜宜讀健康照顧科系，本以為自己會不會覺得太難還是怎樣而選擇休學，一直到現在，我發現自己來讀這間大學的意義，人與人之間，最重要的不是你有多少錢、你有多少朋友，而是你的心，在未來最不能取代的工作是社工，社工的職業是誰都沒辦法取代的，人與人之間首先要先有一顆真誠的心，才有辦法改變社會，社工這工作對我來說，非常有挑戰性，常常要調整自己內心的聲音，用最真誠的心去面對別人是我們必須學習的，而我還是一樣在找尋那最真誠的心，那個讓我持續走下的目標。(學生三、3)

由上述的回饋得以推敲出透過修女課程的分享學生自省自己當初選擇社工的心及就學後的改變，體認人際間的相處，唯有以真誠良善的心相待，才能和諧美滿，她期許自己在校的社工養成教育中，繼續培養那顆能真誠待人的軟技能並以此為在校學習的目標。因此學生也反省到：

聽完這個修女的演講之後，我獲益良多，他有說到天主改變了他，走進社會工作這條路，這是一門助人的專業，我們必須用智慧去解決他們所產生的糾紛亦或是問題，和他們一起正視問題並且找到最好、最合適的解決辦法。這群長者們互相都不認識彼此，卻可以用包容、接納、關懷的心去愛彼此，是多麼珍貴的事情呀！（學生三、4）

由上述的回饋得以推敲出社工是份充滿挑戰性的工作，工作內容會因個案的不同而有不同的問題待處理，導致社工人員心理壓力增加，學生從修女課程的分享中聽出，信仰改變了一個人，也成為一個人的力量，若是社工人員有個良好的信仰，讓信仰中的神成為心靈寄託與紓解工作壓力的談話對象，即能以正向陽光的心態去陪伴個案，服務個案。因此，學生的反饋更為深刻：

這次印象最深刻的內容是修女一開頭就發一張照片，照片裡面是一個結，和一個起毛球的結。對我來說這些結就象徵者和心理上的結是同一種東西，這種無形的東西不知道為何能夠深藏在我們的心。對我來說其實所謂心結，只不過是一時間想不開的東西，只不過是不知道這「一時間」有多久，只不過是沒有被點透的東西。也許每個人心裡都有一個結，我也一樣，仔細想來，我的心裡也有一個結，一直都還沒有被解開。（學生三、5）

由上述的回饋得以推敲，修女的課程啟發學生自身內心的狀況與置於心深處無法想透或處理的問題，透過講座中講師所準備之照片詳加解釋後，未能讓自己開朗、自由，同學學習與內心對話應並願意嘗試去將埋藏於內心的結慢慢解開以成為一個身心健康之助人者。亦有學生反思說：

雖然我不是社工系的學生，但覺得之後出社會這份職業非常的重要。雖然我還不夠了解他們心中的世界，聽了修女們的分享，覺得他們也把我們看成是朋友一樣，把心裡的喜怒哀樂都跟我們分享，在這課程中我受益良多，也體會到他們對生命的熱忱，也從他們身上學到生命的經驗和價值。  
(學生三、6)

由上述的回饋得以推敲出，修女所設計的內容與服務長輩的故事案例分享，讓年輕人意識到，當一個人熱情地對待身邊所遇見的人或做一件事時，身上會散發一股渾然天成的光，而這道光會影響他人，讓人感受到陽光般溫暖的愛。自回饋單中，研究者也可感受到，年輕人自講座中體認出修女對生命與服務的熱忱，體現出上文所述之天主教曉明社會福利基金會「傳揚福音，尊重生命，謙卑服務，促進全能」之機構使命。所以，影響了學生利他助人的生活態度：

像修女所說的雖然社會工作是在幫助需要幫助的人，但我們是人不是天主，在助人中要有明智的觀察力，不是去幫助他們解決問題，而是協助他們一起來正視問題，一起解決問題。並在協助人同時，適時的放鬆心情，別讓自己太過壓抑，而導致生活或是心理層面去受到影響。要積極用正面的態度去面對所遇到的問題！(學生三、7)

由上述的回饋得以推敲出，人人都喜歡幫助別人，但在幫助的同時，往往都容易忽略被幫助人的自己的想法，甚至，在幫助人的過程中，因不夠體貼而傷害到受幫助的人，故此，助人是一門藝術，需要學習及用心去感受他人的需要，方能引導受助人正視當前的困境，幫助他一起突破。如此，學生更進一步地提及：

如修女所講的，環境一直在變，我們唯一能掌控的就是自己的內心，即便初心不再，但是熱忱能使我們找到下一個初心，繼續往傳遞溫暖的路走下去。我之前也有參與過像是快樂人生班的志工活動，在這個活動當中，我開設了一堂為期八週的線上剪輯影片課程，讓有興趣的長輩都可以上來上課，雖然因為是線上課程的關係，沒辦法有實體互相互動的過程，而教學也與實體有很大的差異，但是從中我也發現了，學習對於長輩的重要性，他們能從中找回自己生活的重心，也可以透過課程，更加接近年輕人的世界，對於科技，有個人可以慢慢的教導，讓他們不再是被冷落的一群人。雖說在活動中我是講師，但其實長輩們也是我的老師，他們會帶著我看見不一樣的世界，以及不一樣的問題，讓我重新和不斷的學習。(學生三、7)

由上述的回饋得以推敲出，透過志工服務拉近距離年輕人與老年人彼此間的距離，年輕人也在服務後體認到高齡學習對於高齡長者的益處。如上述文獻所述，高齡者的學習能加強老人身心保健，強化身心之健康，同時更是充實老人對其生命意義與價值之一帖良方。故此幫助學生反思到，在現今高齡化的社會中，高齡者的學習是為不可忽視的重要之一環：

在設計課程的部分我覺得非常有趣，目的在刺激長輩們思考，活化腦力，不管是唱歌、做操或是玩一些益智遊戲，而且在進行課程時不能只關注長輩們的生理狀況，心裡層面也要多加注意，我認為跟長輩們有良好的關係

會讓溝通、相處更為融洽且輕鬆，快樂人生班讓我見識到與以往接觸到類似的長照服務不同的情況，之前在做志工的時候或多或少也會察覺到有些長輩並不是真心想待在這裡上課，人生快樂班的目標是讓長輩自己主動的從老化帶來的影響中走出來，在照顧老人的心裡層面部分真的很厲害，也可以透過在人生快樂班上的活動、課程凝聚長輩們會彼此照顧、關心的感情，謝謝修女的分享！（學生三、8）

由上述的回饋得以推敲出，透過修女分享她在曉明長青大學所設計活潑且多元之快樂人生的課程，提升年輕人對於高齡課程的興趣與反思，如上述文獻所述，日間照護的課程採多元化及個案化的整體設計，例如繪畫課程、手作課程、語言課程、舞蹈活動、社交活動等等，高齡老人藉由在團體中課程及活動的共同學習，彼此相互交流與支持，能減少老人認知退化及充實生活與精神內涵，並提高生活的滿意度。亦讓學生認知到老人與照顧者之間所面對之困境：

修女說了有關失能老人和照顧的事，現在社會中高齡人口越來越多，當然也伴隨著失智和失能的人口也跟著增加，所以這些老人就需要年輕人來照顧。有些是由家人自己照顧，甚至有年邁的丈夫照顧失能的妻子，這讓他們壓力非常大，因為這有可能讓他們自己也陷入了憂鬱和低氣壓。現在社會中出現了一些長照機構，也讓這些照顧老人到喘不過氣的家人有了一曙光，幫他們分擔壓力，長照機構的服務者們可以說是非常有愛心且偉大的一份工作。（學生三、9）

由上述的回饋得以推敲出，年輕人開始體認高齡化社會下失能與失智人口亦隨之攀升，長期照顧服務尤其重要。照顧者在長期累積照顧身心上的壓力，在長照 2.0 開辦後得以解決，如上述文獻所述，長照 2.0 提供家庭、居家、社區及住宿照顧多元之服務，讓我國長期照顧服務體系真正達到普及化，改善年長

者及照顧者的生活品質，避免社會上再現照顧悲歌。一位參與講座的原住民學生體會到，認識多元文化的重要性：

林美玲修女的服務對象很廣泛，但此次演講的部分更著重於年長者，其中對於 PPT 內容的設計課程多元化有很多的想法，因為有去機構服務學習，對於年長者都用台語溝通的情形下，身為聽不懂台語的原住民的我，不斷地想方設法的跟他們進行交流，目的就是不要讓他們坐在那裡什麼都不做，這對我來說是一個非常艱難的挑戰，沒辦法溝通就以遊戲的形式彼此的交流，看到長輩們能夠開心的笑著，對我來說可能是很成功的交流。(學生三、10)

由上述的回饋得以推敲出，藉由講座，大學生從講師的課程中思索其服務學習期間因語言隔閡所面臨的窘境與該如何突破，如上所述，修女協助學生轉念，並抱持開放的心讓彼此互為照顧者，便能與高齡長者有愉快的交流：

這堂課講師從第一張 PPT 帶領同學思考讀社工系的原因，修女以自己中年後重返校園讀社工系所遇的困境與如何去突破鼓勵同學並勉勵我們從認識自己，看重自己為起點，在未來的社會服務工作中逐步學習亦可療癒自己成長中所受的傷害。這是堂很棒很有意義的一堂分享課。(學生三、11)

由上述的回饋得以推敲出，學生藉由講師引導後明瞭認識自己、看重自己生命成長中的重要性。如上所述，面對多變又複雜的社會，對自己有越多的認識才能更彈性地調整自我，並建立和諧的人際關係，在自我認識旅程種透過生活經驗或社會工作，將曾經受傷害的心，一次次包紮、修護並幫助弱勢，效習曉明社會福利基金會的服務宗旨之「服務需要照顧之弱勢族群」。因此，學生們



亦體會到曉明基金會的用心服務，影響了學生們的信念。所以，有位學生提及：

講座一開始就很有趣的考了我們幾題動動腦，我記得我還有幾題答錯了，看我們有沒有失智的問題。內容是更深入了解曉明基金會提供的服務有哪些，服務宗旨以「實踐福音愛的精神，服務需要照顧的弱勢族群」，會依照組別，讓他們聚集起來做不一樣的活動，不僅可以交流，也能提升身體機能，這不管對老年人還是失智者都對心理是好的。也有家照據點暨資源中心服務有網絡整合平台中心、志工培訓、專業人員訓練、成果發表，藉由這些活動能增加更多知識也創造美好的回憶。(學生三、12)

由上述的回饋得以推敲出，藉由這堂講座學生更清楚非營利事業組織為服務弱勢族群、促進社區居民健康與社會和諧所立之組織機構，而宗教團體所辦的機構與一般民間機構不同之處，在機構服務外另背負者使命，如上所述，天主教曉明社會福利基金會以「實踐福音愛的精神，服務需要照顧的弱勢族群」為服務宗旨讓每一個長者在這裡感受到愛、關懷與尊重並找到第二個家。

這堂的課從「這個科系邁入了第三年，而且你們是非常的寶貝的一班…」在修女以「非常的寶貝的一班…」拉近與同學間的距離，也提醒同學，每一個個體都是寶貝，要看重自己、關愛自己，方能服務中看到自我的價值。從上述許多回饋得以推出，修女用幽默、親切、平實的口吻闡述其在長青大學與高齡長者在課堂上的互動與交流，引起學生對高齡課程與服務的興趣也在同學心中種下許多未來在到機構服務學習或在社區教授老人課程時可仿效的種子如敏銳的觀察力、幽默的對談、溫暖真誠的待人等都是在高齡服務上所應具備軟實力。

## 伍、研究結論與建議

根據衛福部 2020 年報告顯示，國人的平均年齡和疾病型態等變數推估，國

人一生中的長期照護需求時段約為 7.3 年。高齡與失能人口成長將導致長期照顧需求量逐年攀升，然而面對國內老人人口急速老化的問題和社會結構變遷，老人的照顧責任已非家庭子女所能完全獨自承擔，需要上至國家社會下到社區等多元部門供給協助才能更使高齡老人有更完善的照顧。社區綜合型日照中心的推動就像是在各社區成立健康老化與照顧部門，提供高齡老人於白天到日照中心接受照顧，晚上則返家與親人團聚。此外，社區日照中心也能成為社區裡不同老化階段的支持者，協助老人能夠正向面對老化、享受樂齡人生，以下是本研究的結論與建議。

### 一、研究結論

本研究旨在探討大學生參與曉明社會福利基金會「社區老人日間照顧」服務與講座後的學習成效，從知識、態度與行為三層面，分析其轉變與成長。透過問卷、訪談及觀察等方式，研究結果顯示，學生在專業知能、倫理態度、人際互動及社會關懷方面皆有顯著提升。

（一）**知識與專業認知的提升**：學生藉由參與講座與實地服務，對高齡化社會與老人照顧有了更深入的理解。原先對長照政策、失智照護等議題認識不足，甚至帶有刻板印象，但在實務與理論交錯的學習下，逐漸體認到老人照護不僅是身體照料，也涵蓋情緒支持、社會參與與尊嚴維護等層面。講座中提及的倫理實務、社工與照服員分工及個案管理流程，讓學生對專業服務建立初步概念，也提升其進一步學習的動機。

（二）**服務態度與倫理意識的深化**：學生在服務中從「助人者」轉變為「陪伴者」，更能體會長者心理與情感需求。活動融入倫理議題討論，如尊重長者意願、保密原則與文化敏感度，使學生理解助人並非取代，而是與對方共建力量。此轉變深化其對服務學習的理解，也養成基本的倫理意識與自我省察能力。

（三）**人際溝通與團隊合作能力的成長**：學生在與志工、社工師及長者互動過程中，培養了良好的人際溝通與協調能力。原本對與長者互動感到不安的學生，透過反覆接觸，逐漸建立信任與親和力，也提升了解讀非語言訊息（如

情緒、肢體語言)的敏感度。這些能力對未來在多元情境下工作的適應性大有助益。

**(四) 生命意義與職涯方向的反思：**透過服務與講座，大學生重新思考個人價值與職涯方向。原本對社福或長照領域不感興趣者，也因此產生投入相關領域、報考研究所或修習相關學分的意願。不少學生表示，這些經驗促使其反思與長輩關係，並將學習應用於家庭與社區之中，展現更深的同理與責任感。

**(五) 宗教精神與服務倫理的融合：**曉明社福基金會作為天主教機構，其「愛與陪伴」理念潛移默化影響學生。透過宗教價值導向的服務體驗，學生體會到信仰如何轉化為行動，並學習面對老化與死亡議題，以尊重與祝福的態度陪伴長者。這不僅是一場專業訓練，也是一段心靈成長的旅程。

本研究顯示，服務學習結合實作與反思，有助於學生在知識、態度、技能與生命意義層面獲得整體發展。建議未來大專院校持續與在地社福機構合作，設計多元學習活動，讓學生在回應社會需求的同時，培養人文素養與社會責任，成為具備行動力與同理心的社會參與者。

## 二、研究建議

長期照顧計畫具有多元化及複雜性，從不同的失能狀態、特殊的照顧需要等等，都納入長期照顧計畫的範疇，為的是給予高齡者一個順心健康的遲暮生活。為了降低多元性及複雜性所帶來的服務輸送困難，長期照顧的服務應該是走向跨部門、跨體系甚至是跨專業的多方協調合作，這也是一直以來在討論的長期照護整合問題。

本研究之建議：為了提高長期照顧的服務品質，應在法規政策面上，深化公部門及私部門夥伴關係。政府與長期照顧機構的夥伴關係，根據長年的積累可以得出正向的結果，且許多需求者都能共同分享。即使風險無所不在，更別說公私之間的夥伴關係，但如若有適當的法規政策控制風險，並建構完善的公部門與私人機構之間的夥伴關係運作，就有可能將夥伴關係帶入良性的正面願景。

## 參考文獻

### 政府文獻：

內政部戶政司（2022）。*戶籍人口統計速報*。內政部。

內政部統計處（2021）。*中華民國人口推估報告*。內政部。

國家發展委員會（2022）。*中華民國人口推估（2022 年至 2070 年）報告*。行政院。檢索自 <https://reurl.cc/1bYQa8>

衛生福利部（2016）。*長期照顧十年計畫 2.0 報告*。檢索自 <https://www.ey.gov.tw/File/9F0FFD929E3B03B3?A=C>

### 書籍：

Peterson, P. G.（2000）。*老年潮*（王晶，譯）。聯經。（原著出版於 1999 年）

徐慧娟、葉玲玲等（2013）。*長期照護政策與管理*。洪葉文化。

黃源協、蕭文高（2020）。*長期照顧：理念、政策與實務的檢視*。雙葉。

陳向明（2002）。*社會科學質的研究*。洪葉文化。

潘淑滿（2003）。*質性研究：理論與應用*。心理。

胡幼慧（主編）（1996）。*質性研究：理論、方法及本土女性研究實例*。巨流。

葉至誠、葉立誠（2001）。*研究方法與論文寫作*。商鼎。

葉至誠（2017）。*社區長期照顧*。秀威。

Strauss, A., & Corbin, J.（1998）。*質性研究概論*（徐宗國，譯）。巨流。（原著出版年：1998）

### 期刊文章：

王增勇（1998）。西方日間照顧的歷史與重要議題。*社區發展季刊*，83，168–190。

王卓勝、鄭讚源（2012）。臺灣長期照顧制度之發展脈絡及借鑑：歷史制度論。*國立空中大學社會科學學報*，19，90–125。

呂寶靜、李佳儒、趙曉芳（2014）。臺灣老人日間照顧服務支出碳：兩種服務模式之比較分析。*東吳社會工作學報*，27，87–109。

林明禎（2011）。社會服務品質的建構與提昇—以老人日間照顧為例。*台灣健康照顧研究學刊*，11，23–44。

吳玉琴（2011）。臺灣老人福利百年軌跡—老人福利政策及措施之省思與展望。

*社區發展季刊*，133，139-159。

吳淑瓊（2004）。從建構長期照護體系先導計畫之執行看我國社區式長照護體系之建構。*社區發展季刊*，106，88-96。

吳淑瓊、陳正芬（2000）。長期照護資源過去、現在與未來。*社區發展季刊*，92，19-31。

吳富家（2011）。高齡者學習與適性教學初探。*網路社會通訊*，93。

陳靜敏（2008）。建構長期照顧體系十年計畫：老人照顧管理的發展與契機。*新臺北護理期刊*，10(1)，19-31。

黃龍冠、楊培珊（2021）。以長照 2.0 為基礎回顧臺灣長照政策發展與評析未來挑戰。*福祉科技與服務管理學刊*，9(2)，212-236。

張國偉（2013）。五都改制前台中縣與台中市之中老年人健康預期變化—2005 與 2009 年。*社區發展季刊*，141，427-441。

曾妙慧、呂慧芬（2013）。由社會福利政策綱領談日本社區整合性照護體系。*社區發展季刊*，141，424-463。

**未出版碩博士論文：**

吳坤良（1994）。老人的社區參與動機、參與程度與生活適應之相關研究（未出版之碩士論文）。國立高雄師範大學，高雄市。

張國偉（2013）。人口老化與健康壽命預期對台灣長照人口數量之影響（未出版之博士論文）。國立中正大學，嘉義縣。

## 研究紀要

# 透過桌遊與教學影片來學習國語音系的國際音標<sup>\*</sup>

彭心怡

靜宜大學中國文學系副教授

---

收稿日期：2024 年 01 月 11 日，接受刊登日期：2024 年 07 月 30 日。

<sup>\*</sup>本文通訊作者為彭心怡，E-mail：hypeng@pu.edu.tw。感謝兩位匿名審查委員提供寶貴的修正意見。



## 中文摘要

本研究以筆者自行設計的「國語國際音標輔音卡牌桌遊」為主要的實驗主體，輔以四支筆者自製的教學影片，讓大學中文系一年級修習的「語言學概論」課程裡的「國語國際音標語音知識」的學習單元變得更有趣，使課程不再只是單一的教師講授，學生更可主動參與其中，彼此合作與討論，並藉由卡牌遊戲，讓知識性的學習不再死板。

中文系大一必修的「語言學概論」課程裡，有一些較死硬的知識背景，學生若要學會，無可避免地必須背誦其內容，其學習的本身即具有一定的難度，如何在有難度的課程裡，讓學生能相對較輕鬆地學習，使用能重複觀看且不受時間、地點限制的影片是一個很好的選擇，另外，遊戲式的卡牌，更是具有挑戰感跟趣味性的學習教材。

遊戲前，筆者發放檢測的前測卷；遊戲後，則發放後測卷，之後筆者借助 SPSS 這一個分析軟體，對前、後測問卷做相關的信度檢測，以及 t 檢定。除了前、後測卷外，筆者還設計了質性的問卷，讓同學自由填答。

**關鍵詞：**輔音、國際音標、卡牌、影片

# Through the board game and teaching videos to learn the IPA of Mandarin

**Hsin-Yi Peng**

Associate Professor, Chinese Literature Department, Providence University

## Abstract

This study uses the "Mandarin International Phonetic Alphabet Consonant Card Board Game" designed by the author as the main subject, supplemented by four teaching videos made by the author, to make the Mandarin International Phonetic Alphabet phonetic knowledge learning unit in the "Introduction to Linguistics" course taken by first-year Chinese Department students more interesting, so that the course is no longer just a single teacher lecture, and students can actively participate in it, cooperate and discuss with each other, and through card games, make knowledge learning no longer rigid.

Teaching videos are very convenient and unrestricted by the time and space. These supplementary teaching materials can make this course become challenging. The study aims to explore the influence of the board game and these teaching videos. There are pre-test and post-test in this study with a total 39 subjects from the introduction to linguistics. Then, with the help of SPSS, an analysis software, the author conducted relevant reliability tests and t-tests on the pre- and post-test questionnaires. In addition to the pre- and post-test papers, the author also designed a qualitative questionnaire for students to fill in freely.

**Keywords:** consonant, the international phonetic alphabets, the board game, teaching video

## 壹、前言

這個由筆者設計的「國語國際音標輔音卡牌桌遊」並不是純粹的遊戲，娛樂性並不是其主要設計的目的，設計之初是希望使用者透過遊戲的方式來學習到特定知識的嚴肅式遊戲（serious game）（Miller, L. M. et al, 2011），而且國語國際音標輔音知識的學習有一定的難度，所以實驗對象必須是上過五到八周語音課程的特定科系學生，就連援用筆者國語國際音標輔音卡牌桌遊做實驗施測的宋汶嫻，其實驗對象也是具有國際音標知識背景的漢語國際教育專業的 20 位學生，可見得此卡牌遊戲具一定的困難程度，若對國際音標輔音知識沒有一定的了解，則很難進入遊戲。在繁重的知識學習下，為提升學習者的學習興趣與成效，嚴肅式遊戲或許是於傳統式教學外，一個相對較好的選擇。

## 貳、研究問題

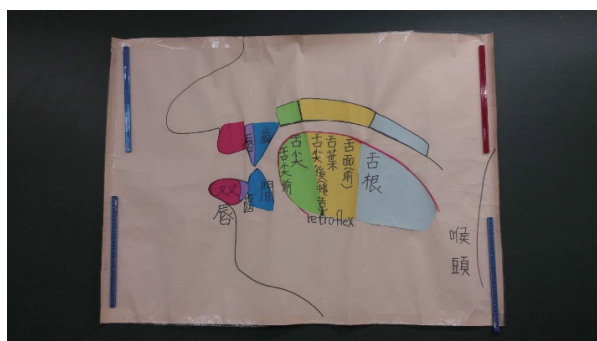
國語的聲母由 21 個輔音（不包括零聲母）組成，加上一個只出現在韻尾的舌根鼻輔音 **ŋ**，總計國語有 22 個輔音，其發音部位與方法皆須記誦，才能為下一節的課程內容「語流音變」打好基礎。學好這些國語輔音的發音性質，是一件頗具挑戰且複雜的過程，為讓中文系的學生能夠有更好的學習體驗，本研究設計了一套國語輔音卡牌的桌遊，讓學生在一種輕鬆愉快的氛圍中，將國語 22 個輔音的各項性質記熟。

### 輔音發音部位以 2D 圖片來呈現的困境

筆者之前在教授「語言學概論」課程時，講解國語輔音的發音部位時，有感於平面的黑板，很難將口腔舌位圖做清晰且立體地呈現，且畫好一個口腔圖耗時良久。另外，教室的各色粉筆未必時時都備齊，因此就做了彩色的舌位口腔圖海報。（如圖 1 所示）

就算是事先做好的海報圖也有致命的缺陷，比如「雙唇輔音」的發音，發音靠的是兩片上、下唇的摩擦，為海報中深紅色的部分。「唇齒輔音」的發音，

則是利用靠近上唇的上排牙齒與下唇摩擦而成，為海報中茄紫色的部分。如此一來，下片的唇，同時兼有「雙唇輔音」與「唇齒輔音」兩個輔音的發音部位。若要將兩個發音部位同在一圖呈現，就會像海報所畫的那樣，下片的唇，有部分深紅色；有部分則是茄紫色。一個發音部位可能兼有兩種以上的輔音，2D的海報圖只能讓標誌不同類型的輔音顏色，全擠在同一個部位上。



(圖 1):作者教授「語言學概論」課程時的輔音部位教學海報

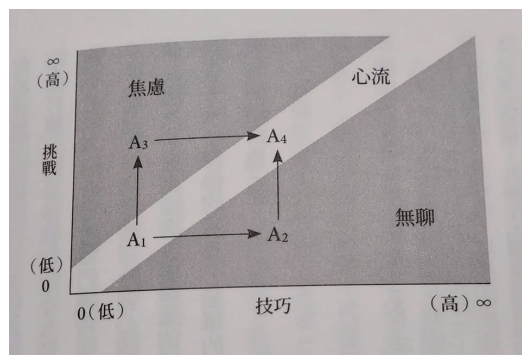
因此，為國語的音標拍攝動態的影片，援用現代科技的幫助，讓學生更容易地了解老師所要講解的輔音、元音，用更明確且動態的圖案來標明輔音的發音部位，能解決國際音標在傳統板書裡呈現的困境。

## 參、文獻回顧

心理學家米哈里·契克森米哈伊 (Mihaly Csikszentmihalyi) 提出「心流理論」，認為當一項體驗達到心流狀態時，便會帶來所謂的歡愉感與自我成長。心流狀態多集中於某項具挑戰與技能的活動中，而心流前提包括挑戰與玩家的技能水平、明確的目標、反饋、控制感和可玩性。米哈里·契克森米哈伊以網球比賽來說明心流經驗。「A 代表正在學網球的孩子艾力克斯……，開始打網球的艾

力克斯（A1）不具任何技能，唯一的挑戰就是把球打過網……，經過一段練習後，他的技能會提升，這時光是把球打過網對他來說變得無聊了（A2）。又或許他遇見技能較熟練的對手，發現有比吊高球更具挑戰的事，這時他會為自己差勁的表現感到焦慮（A3）……打敗一位技能比他稍微強一點的對手後，他便可以再度回到心流狀態（A4）。」（米哈里·契克森米哈伊，2020，頁 122）

以下為心流體驗的圖：



（圖 2）：米哈里·契克森米哈伊所設計的心流體驗圖

在語音學的學習中，音標的學習是基礎且重要的，如何讓學習者在課程中自然而然地「習得」（acquire）音標，且沒有過多沉重的學習（learn）壓力，並達到心流的狀態，遊戲式學習是一種很好的學習方式。

這套由筆者自行研發的國際音標輔音卡牌，已有兩本論文，以這份卡牌為主體研究對象並撰寫相關的學位論文，兩本論文皆徵得筆者同意，並在文中註明其卡牌的研發者。

#### 一、2020 年 5 月的《卡牌桌遊在現代漢語國際音標輔音習得中的有效性與可行性研究》

這本論文是河南中醫藥大學外語學院 2020 屆的本科學位論文，作者是該校外語學院漢語國際教育系的宋汶嫻。宋汶嫻曾於 2018 年來臺灣當交換生，並修習筆者的課程。她於課程中，玩了筆者設計的初代國際音標輔音卡牌，並於隔年返回河南，撰寫了《卡牌桌遊在現代漢語國際音標輔音習得中的有效性與可行性研究》這本學位論文。

本研究採用對照實驗的方法結合實驗對象測試結果對桌遊有效性進行分析。實驗分組：桌遊實驗分為實驗組和對照組。實驗成員通過自主報名，隨機抽樣的方式選取，由河南中醫藥大學 2017 級、2018 級漢語國際教育專業學生組成。每組 10 名成員，共計 20 名。（宋汶嫻，2020，頁 4）

宋汶嫻的論文，採實驗組與對照組對比的方式進行，實驗組玩過三次國際音標輔音卡牌，並於三次遊戲後皆進行後測，且在最後再進行第四次的後測，而對照組只玩過一次卡牌，但進行了四次後測。前、後測題目皆出自《現代漢語》（增訂第六版）（黃伯榮與廖序東，2017），考驗受試者是否能透過卡牌桌遊，更有效地認識並記住輔音的發音性質。以下是宋汶嫻論文的實驗結果，我們觀察到玩了三次輔音卡牌桌遊的實驗組，在第三次後測的正確率高達 92.07%，在期末測驗的正確率也有 86.71%，相比於對照組，分別高出 27.27%、32.52%，可見得這份輔音卡牌桌遊有助於學習，且學習的效果顯著。

（表 1）：宋汶嫻的論文實驗、對照組的正確率變化值（宋汶嫻，2020，頁 10）

組別	第三次後測正確率	期末測試正確率	兩次正確率差值
實驗組	92.07%	86.71%	5.36%
對照組	64.8%	54.19%	10.61%

正確率=實驗分數/總分\*100%



## 二、2021 年 6 月的《結合卡牌桌遊於國際音標課程之學習動機分析—對數位語言學習建議》

第二本以筆者設計的輔音卡牌桌遊為主體來做研究分析的論文，為國立中央大學網路學習科技研究所碩士生莊家冀的碩士學位論文《結合卡牌桌遊於國際音標課程之學習動機分析—對數位語言學習建議》。這本論文不但以筆者所設計的輔音卡牌桌遊為研究主體，其施測對象也是筆者2020年9月所教授「語言學概論」的中文系一年級學生。施測中，受試者除玩輔音卡牌桌遊外，還看了輔音數位影片來輔助課程學習。不但如此，筆者更參與了該論文前、後測問卷的設計。前、後測問卷共分八個向度來測量學生的學習動機與成效，分別是內在動機、外在動機、工作價值、同儕學習、自我效能、心流、挑戰以及能力。這份前、後測問卷，本次實驗，筆者繼續沿用，但施測對象改為筆者2021年9月至2022年3月所教授「語言學概論」的中文系學生。

因莊生論文的施測對象為 2020 年 9 月實際修習筆者「語言學概論」課程的中文系學生，為避免任一位學生受教權受損，故不分實驗、對照兩組，以同一批學生來做前測與後測問卷，以下為前、後測的結果：

（表 2）：莊家冀論文的成對樣本 t 檢定總表（莊家冀、劉晨鐘，2021，頁 3）

向度 1	n	平均數	標準差	t	p
前測	53	3.55	.52	-4.53	.000***
後測	53	3.99	.68		
向度 2	n	平均數	標準差	t	p
前測	53	3.56	.52	-1.10	.273
後測	53	3.67	.68		
向度 3	n	平均數	標準差	t	p

前測	53	3.66	.62	-4.66	.000***
後測	53	4.11	.67		
向度 4	n	平均數	標準差	t	p
前測	53	2.97	.63	-6.91	.000***
後測	53	3.69	.72		
向度 5	n	平均數	標準差	t	p
前測	53	3.06	.58	-5.23	.000***
後測	53	3.61	.79		
向度 6	n	平均數	標準差	t	p
前測	53	3.41	.53	-6.94	.000***
後測	53	4.07	.65		
向度 7	n	平均數	標準差	t	p
前測	53	2.62	.53	-3.54	.001***
後測	53	2.98	.72		
向度 8	n	平均數	標準差	t	p
前測	53	2.94	.56	-4.81	.000***
後測	53	3.47	.77		

向度：1.內在興趣 2.外在興趣 3.工作價值 4.同儕學習  
5.自我效能 6.心流 7.挑戰 8.能力

這八個向度，「在 t 檢定下，除了外在動機不顯著外，其餘均有顯著變化，包含內在興趣、工作價值、同儕學習、自我效能、心流、挑戰以及能力，研究結果發現，遊戲式學習與學習動機有正相關，因卡牌的挑戰激發內在興趣、工作價值，過程中同儕間的相互學習，進而提高其自我效能，特別是遊戲進入心流時，學生能力有顯著變化。」（莊家冀、劉晨鐘，2021，頁 3）

## 肆、教材的設計與內容

### 一、輔音卡牌桌遊的改良

前文提到的宋汶嫻與莊家冀，在施測後皆給予了建議。例如前者在遊戲時間方面提出了建議(宋汶嫻, 2020)，實際玩國語國際音標輔音卡牌桌遊過程中，遊戲時間平均約 10 到 30 分鐘內便能分出勝負，但偶然也有僵持不下的狀況，於是在原遊戲中增訂了遊戲時長到達 40 分鐘時，以手上卡牌最少者自動晉級獲勝的條件。後者在 2020 年以國際音標輔音卡牌桌遊施測後，訪談受施測的學生，得到學生覺得卡牌外觀不夠美觀的意見(莊家冀, 2021)，於是這次施測前(2022 年 3 月)，便已全面改良其卡牌的外觀與紙質。



(圖 3) :本研究所使用的國語國際音標輔音卡牌

### 二、教學影片的製作

### (一) 國語國際音標輔音卡牌桌遊規則說明影片

為了國際音標的教學，筆者拍攝了四支動態的教學影片，第一支為解說國語國際音標輔音卡牌桌遊規則的影片，總計時長 5 分 38 秒。

	
<p>影片的片頭</p>	<p>影片中間說明出牌的順序</p>
	
<p>遊戲中特殊的分類規定</p>	<p>遊戲中的禁止項目</p>

(圖 4) :本研究所使用的國語國際音標輔音卡牌桌遊規則說明影片的截圖

### (二) 國語國際音標輔音的解說影片

第二支為國語國際音標輔音的解說影片，時長總計 16 分 18 秒。

	
影片的片頭	影片中說明國語各輔音的發音性質

(圖 5):本研究所使用的國語國際音標輔音解說影片的截圖

### (三) 國語國際音標元音的解說影片

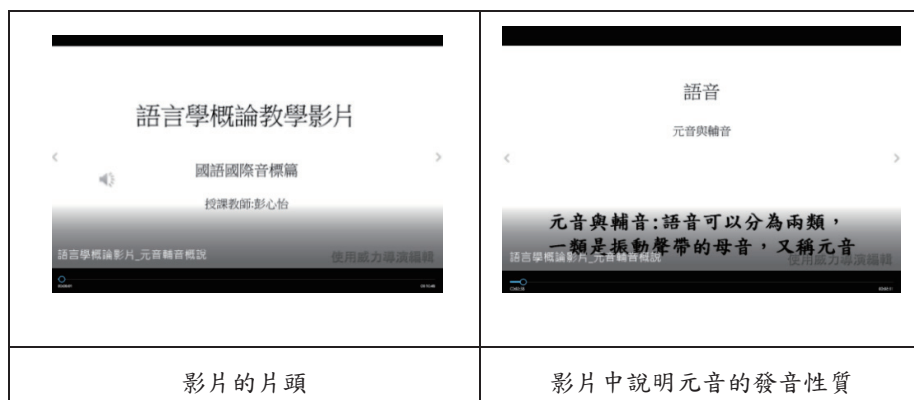
筆者拍攝了國語國際音標元音的解說影片，以便學生更清楚了解國語國際音標元音的發音性質，影片時長總計 10 分 28 秒。

	
影片的片頭	影片中說明國語各元音的發音性質

(圖 6):本研究所使用的國語國際音標元音解說影片的截圖

#### (四) 國語國際音標輔音、元音綜合解說的影片

我們平時所聽到的聲音便是由輔音、元音所組成，輔音、元音任一項單獨而論，都有所不足，所以筆者拍攝了國語國際音標輔音、元音綜合解說的影片，時長總計 10 分 49 秒。



(圖 7):本研究所使用的國語國際音標輔音、元音綜合解說影片的截圖

### 伍、研究方法

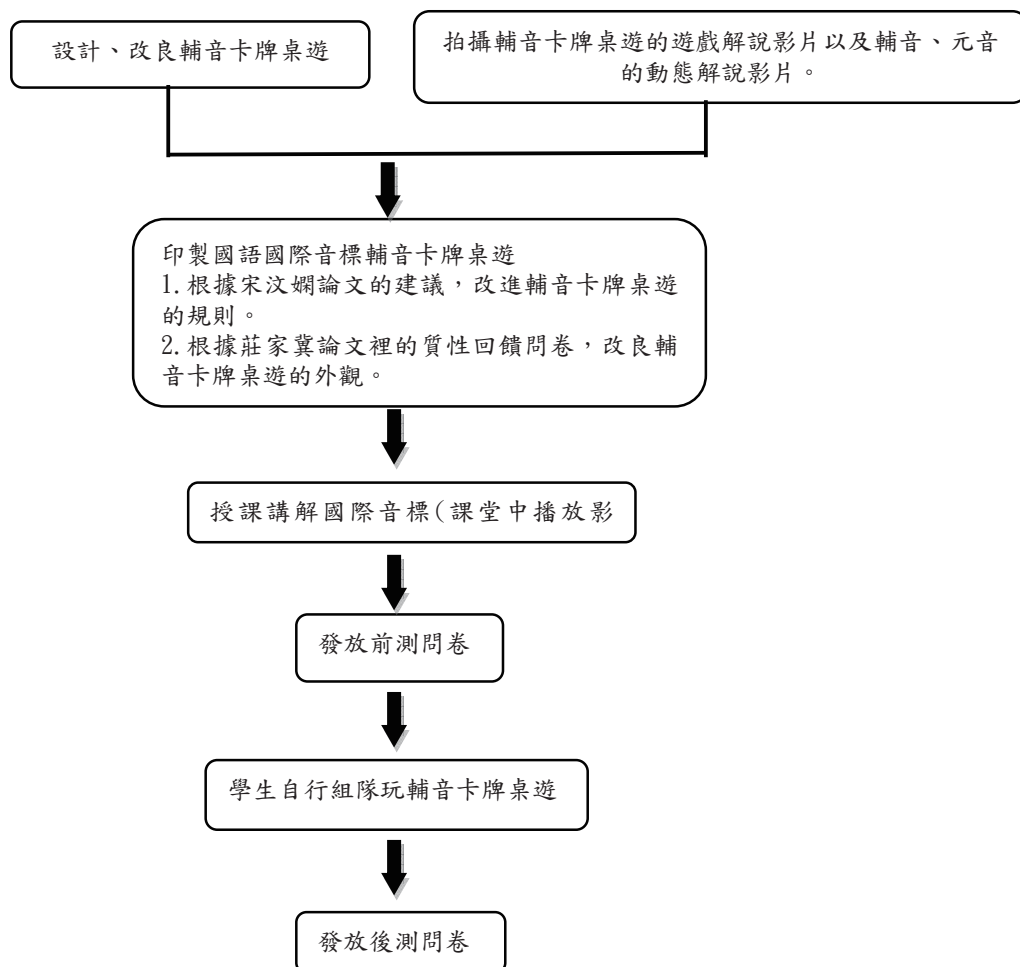
#### 一、研究的流程

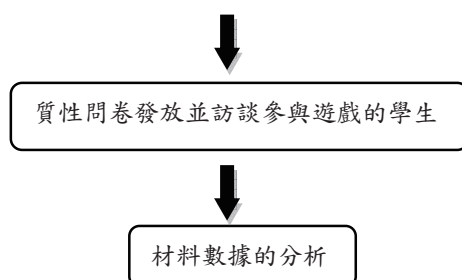
本研究依據研究目的與研究架構，採紙本問卷調查法，以中部某私立大學中文系之修習「語言學概論」課程的學生為母群體，以進行實徵的研究。「語言學概論」課程為該系大一的必修課程。在發放前測問卷之前，依據兩本論文的建議，為輔音卡牌桌遊做規則，以及外觀的改良，並同時拍攝相關的解說影片。在學生玩輔音卡牌桌遊前，讓修習「語言學概論」課程的學生填寫前測的紙本問卷，等學生都看過相關的教學影片，且玩過輔音卡牌桌遊後，再發放後測的紙本問卷，以及質性的紙本問卷，本次研究的活動流程如下（圖 8）。



## 二、檢測的向度與前、後測問卷

筆者沿用 2020 年與碩士生莊家冀、講座教授劉晨鐘討論的前、後測問卷(莊家冀, 2021, 頁 10), 來為 2021 年 9 月修習筆者「語言學概論」課程的中文系一年級學生做輔音卡牌桌遊的檢驗。用做檢測的「學習動機量表」(前、後測問卷), 內容分為八個向度, 分別為「內在動機」、「外在動機」、「工作價值」、「同儕學習」、「自我效能」、「心流」、「挑戰」以及「能力」, 這八個向度又細分為三十一題, 題目皆源自 Pintrich 所設計的「學習動機策略量表」(Motivated Strategies for Learning Questionnaire) (Pintrich, P. R, 1991), 並根據「語言學概論」課程的屬性, 做了些文字的更動。以下根據這八個向度所設計的前、後測問卷。





(圖 8):本研究的實驗流程圖

要特別說明的是，這八個向度的三十一個問題，前測、後測卷都是一樣的問句，但前測、後測卷在問句的主語上有所差異。因為前測是課程一開始便發放的，而施測前，同學並不清楚這學期會觀看相關的教學影片，也並不知道會玩「國語國際音標輔音卡牌桌遊」，因此問句主語我們使用了課程名稱「語言學概論」。筆者自行拍攝的四支教學影片，除了讓學生更明瞭國際音標的內容外，主要也是為了後續的「國語國際音標輔音卡牌桌遊」做背景知識的鋪墊，因此在後測問卷部分，我們使用了一樣問句，但將問句主語更改為「IPA 輔音卡牌遊戲」，而 IPA（International Phonetic Alphabet）即是國際音標的縮寫。

學習動機量表則採用了李克特（Likert）量表來製作，排序由高分至低分，分別為非常同意（5 分）、同意（4 分）、普通（3 分）、不同意（2 分）以及非常不同意（1 分）。受試者在量表上的得分越高，就表示學生投入的程度越高，反之則越低。

(表 3):本研究用來檢測學習成效的八個向度與搭配的前測問題

向度	三十一個前測的題目
內在動機	1. 在語言學概論課程裡，我比較喜歡對我有挑戰的內容，能夠學到新的東西。

	<p>2. 在語言學概論課程裡，我比較喜歡能夠引起我好奇心的內容，即使這些內容難度很高我也不擔心。</p> <p>3. 在語言學概論課程裡，最讓我有成就感的事是把發音內容弄清楚。</p> <p>4. 在語言學概論課程裡，我會挑選我想學的部分，即使不一定得到好評價也沒關係。</p>
外在動機	<p>5. 在語言學概論課程裡，得到老師讚許或得到好評價，是我最有成就感的事。</p> <p>6. 在語言學概論課程裡，我最關心的就是得到讚許或得到好評價。</p> <p>7. 在語言學概論課程裡，我希望得到分數比同學高。</p> <p>8. 在語言學概論課程裡，讓家人、朋友、或其他人知道我的語言學理解能力，所以我要在班上好好表現。</p>
工作價值	<p>9. 在語言學概論課程裡，我覺得所學到的課程內容，可以應用在生活中。</p> <p>10. 在語言學概論課程裡，學會課程的內容對我是重要的。</p> <p>11. 在語言學概論課程裡，教學內容讓我覺得有興趣。</p> <p>12. 在語言學概論課程裡，我認為學習課程內容是對我有用處的。</p> <p>13. 在語言學概論課程裡，我喜歡課程所學的主題。</p> <p>14. 在語言學概論課程裡，了解課程所學的主題對我是很重要的。</p>
同儕學習	<p>15. 在語言學概論課程的教學裡，我常向同學解釋有關課程的內容。</p> <p>16. 在語言學概論課程的教學裡，我會試著和同學互相練習發音內容。</p> <p>17. 在語言學概論課程的教學裡，我常花課堂以外的時間和同學討論課程的內容。</p>
自我效能	<p>18. 在語言學概論課程的教學裡，我相信我會得到很好的評價。</p> <p>19. 在語言學概論課程的教學裡，我確定我可以了解課程最難理解的部分。</p> <p>20. 在語言學概論課程的教學裡，我有信心學會語音學和音韻學。</p> <p>21. 在語言學概論課程的教學裡，我有信心能了解課程內容最複雜的地方。</p> <p>22. 在語言學概論課程的教學裡，我有信心表現得很好。</p> <p>23. 在語言學概論課程的教學裡，我可以表現得很好。</p> <p>24. 在語言學概論課程的教學裡，我確定我可以熟練發音內容。</p> <p>25. 我覺得我的語文能力可滿足課堂上老師教學要求。</p>
心流	<p>26. 在語言學概論課程的教學裡，我感覺容易學到我想要的內容。</p> <p>27. 在語言學概論課程的教學裡，我非常專心。</p>

	28. 在語言學概論課程的教學裡，上課的方式能激起我的好奇心。 29. 在語言學概論課程的教學裡，上課的方式讓我覺得很有興趣。
挑戰	30. 在語言學概論課程的教學裡，你覺得上課方式難度如何？
能力	31. 在語言學概論課程的教學裡，你對上課方式的掌握度如何？

(表 4)：本研究用來檢測學習成效的八個向度與搭配の後測問題

向度	三十一個後測的題目
內在動機	1. 在參與 IPA 輔音卡牌遊戲時，我比較喜歡對我有挑戰的內容，能夠學到新的東西。 2. 在參與 IPA 輔音卡牌遊戲時，我比較喜歡能夠引起我好奇心的內容，即使這些內容難度很高我也不擔心。 3. 在參與 IPA 輔音卡牌遊戲時，最讓我有成就感的事是把發音內容弄清楚。 4. 在參與 IPA 輔音卡牌遊戲時，我會挑選我想學的部分，即使不一定得到好評價也沒關係。
外在動機	5. 在參與 IPA 輔音卡牌遊戲時，得到老師讚許或得到好評價，是我最有成就感的事。 6. 在參與 IPA 輔音卡牌遊戲時，我最關心的就是得到讚許或得到好評價。 7. 在參與 IPA 輔音卡牌遊戲時，希望得到分數比同學高。 8. 在參與 IPA 輔音卡牌遊戲時，讓家人、朋友、或其他人知道我的輔音分辨能力是很重要的，所以我要在班上好好表現。
工作價值	9. 在參與 IPA 輔音卡牌遊戲時，我覺得所學到的內容，可以應用在生活中。 10. 在參與 IPA 輔音卡牌遊戲時，學會課程內容對我是重要的。 11. 在參與 IPA 輔音卡牌遊戲時，學習內容讓我覺得有趣。 12. 在參與 IPA 輔音卡牌遊戲時，我認為學習內容是對我有用處的。 13. 在參與 IPA 輔音卡牌遊戲時，我喜歡所學的主題。 14. 在參與 IPA 輔音卡牌遊戲時，了解所學的主題對我是很重要的。
同儕學習	15. 在參與 IPA 輔音卡牌遊戲時，我常向同學解釋有關課程的內容。 16. 在參與 IPA 輔音卡牌遊戲時，我會試著和同學互相練習發音內容。

	17. 在參與 IPA 輔音卡牌遊戲時，我常花上課堂以外的時間和同學討論課程的內容。
自我效能	18. 在參與 IPA 輔音卡牌遊戲時，我相信我會得到很好的評價。 19. 在參與 IPA 輔音卡牌遊戲時，我確定我可以了解課程最難理解的部分。 20. 在參與 IPA 輔音卡牌遊戲時，我有信心學會語音學和音韻學。 21. 在參與 IPA 輔音卡牌遊戲時，我有信心能了解內容最複雜的地方。 22. 在參與 IPA 輔音卡牌遊戲時，我有信心表現很好。 23. 在參與 IPA 輔音卡牌遊戲時，我可以表現很好。 24. 在參與 IPA 輔音卡牌遊戲時，我可以熟練發音內容。 25. 在參與 IPA 輔音卡牌遊戲時，我覺得我的輔音分辨能力可滿足課堂上老師教學要求。
心流	26. 在參與 IPA 輔音卡牌遊戲時，我感覺容易學到我想要的內容。 27. 在參與 IPA 輔音卡牌遊戲時，我非常專心。 28. 在參與 IPA 輔音卡牌遊戲時，這方式能激起我好奇心。 29. 在參與 IPA 輔音卡牌遊戲時，活動的方式讓我覺得很有興趣。
挑戰	30. 在參與 IPA 輔音卡牌遊戲時，你覺得上課方式難度如何？
能力	31. 在參與 IPA 輔音卡牌遊戲時，你對上課方式的掌握度如何？

## 陸、教學成果

為了增加學生玩國語國際音標輔音卡牌桌遊的意願，筆者將桌遊參與度列入學期總分計算，佔比為學期總分的 10%。學生只要參與桌遊一次便得到 90 分，若於第一輪競賽時便成為贏家，則拿到 100 分，其他未於第一輪競賽拿到勝利的學生，也可進入第二輪競賽，只要參與兩輪以上的學生，此項分數也可以拿到 100 分。

同學觀看完影片，玩過桌遊後，由教學助理發下後測問卷並回收。這次的研究橫跨 110 學年度的上、下學期，上學期修習一年級「語言學概論（一）」課程的學生共有 56 人；下學期修習一年級「語言學概論（二）」課程的學生共有

54 人，其中扣除掉只修上學期的重補修同學，上、下學期都有修習的學生共 50 人。發放前測卷時，這 50 位學生中，有的請假；有的缺席，實際發放的前測卷只有 45 份。卡牌遊戲結束後，發放後測卷，以之前有填寫前測卷的同學的後測卷為有效問卷，這 45 份的前、後測卷裡，扣除掉有些題目未完成的無效問卷，這次施測的有效的、前、後測問卷共有 39 份。這 39 份有效問卷中，皆是同一班的中文系一年級學生，並無外系學生。

筆者將前、後測問卷進行信度分析，前測問卷的 Cronbach's Alpha 落在 0.949；後測問卷 Cronbach's Alpha 落在 0.977，皆大於 0.7，認為問卷結果有一定信度，接著進行成對樣本 t 檢定，檢定的結果如下：

### 一、t 檢定結果

筆者借助 SPSS 這一個分析軟體，對前、後測問卷做相關的信度檢測，以及 t 檢定。若 t 檢定結果  $p < 0.05$ ，即表示卡牌桌遊對國語輔音國際音標的學習具有顯著性。

(表 5)：本次實驗的成對樣本 t 檢定結果

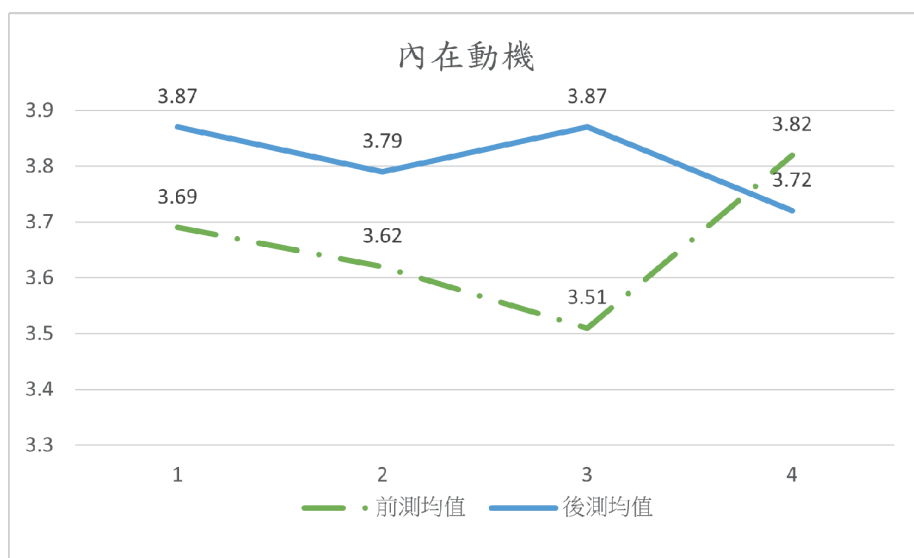
		n	t	p	是否具顯著性
向度 1	前測內在動機 - 後測內在動機	39	-1.608	.116	不顯著
向度 2	前測外在動機 - 後測外在動機	39	-1.927	.061	不顯著
向度 3	前測工作價值 - 後測工作價值	39	-1.815	.077	不顯著
向度 4	前測同儕學習 - 後測同儕學習	39	-2.698	.010*	顯著
向度 5	前測自我效能 - 後測自我效能	39	-4.287	.000***	非常顯著
向度 6	前測心流 - 後測心流	39	-4.935	.000***	非常顯著
向度 7	前測挑戰 - 後測挑戰	39	-.488	.628	不顯著
向度 8	前測能力 - 後測能力	39	-2.403	.021*	顯著

(\* $p < 0.05$ , \*\* $p < 0.01$ , \*\*\* $p < 0.001$ )



## 1.內在動機

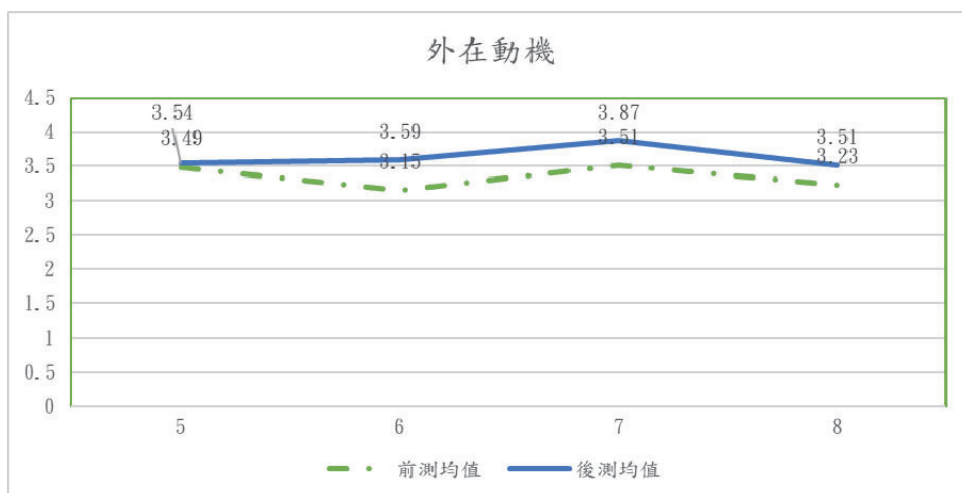
雖然內在動機這個評量向度，在  $t$  檢定的結果為不顯著，但細看題目，就會發現學生對有挑戰、有難度的內容課程，或者新的、能引起好奇的學習內容，其正向的態度仍稍稍大於施測之前。其中後測結果微減於前測的第 4 題為「在語言學概論課程（前測）或參與 IPA 輔音卡牌遊戲時（後測），我會挑選我想學的部分，即使不一定得到好評價也沒關係。」分析這題得分，後測會稍減於前測的原因在於，學生在課程單元中是無法自主挑選其學習內容的，課程大綱與單元內容的安排，皆在授課教師的掌控中。



（圖 9）：本研究內在動機向度的前、後測各題得分折線圖

## 2.外在動機

外在動機在  $t$  檢定的結果為不顯著，但比較前、後測的得分，仍可以發現外在動機的各個題目，後測的各題得分仍微微高於前測的分數，顯示學生在課



程內容教授之後，仍在乎是否得到老師、家人以及朋友的讚許或好評價，或者是較高的分數，但特定的教學單元教完後，這個期望值只有些微的提升。

(圖 10)：本研究外在動機向度的前、後測各題得分折線圖

### 3.工作價值

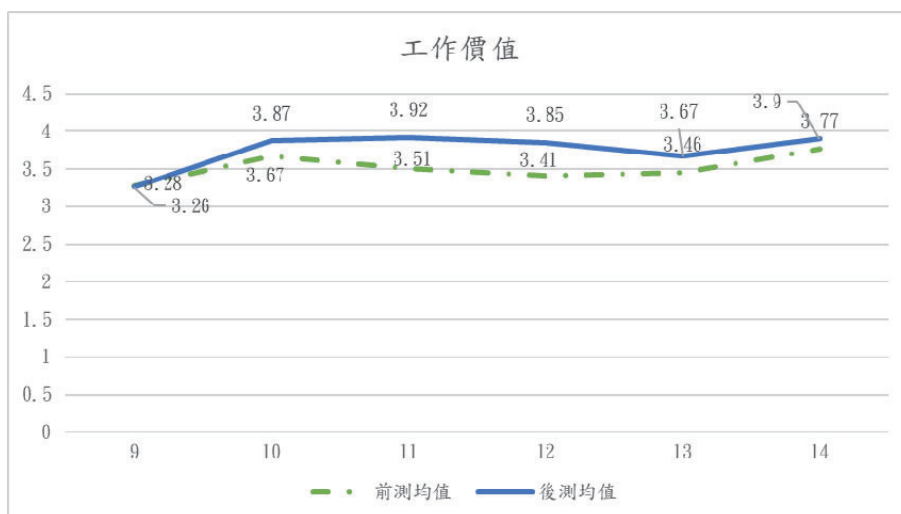
在工作價值的這個評量向度中，t 檢定的結果為不顯著，但細看各題，除第 9 題外，後測相較於前測，皆有微幅地增長，顯示課程內容的教授，對學生而言，仍是重要、有趣以及有用的。第 9 題的前測均值分數為 3.28；後測則為 3.26，分數其實相差無幾，推測這樣得分的背後原因，或許是語音的理論過於抽象，所以學生對於語音以及輔音發音性質等的知識，要如何應用在日常生活中，並沒有強烈的感覺。(圖 11)

### 5.自我效能

自我效能這個評量向度，在 t 檢定中的結果為非常顯著，表示學生對課程中的自我期待，隨著教師的教學，有顯著地增長。學生不怕去挑戰課程中較困難且複雜的單元，或者是教師布置下的學習任務，並且有信心可以精熟與學會其內容，並得到好的評價。

## 6.心流

在心流這個評量向度， $t$  檢定的結果為非常顯著，表示同學參與國語國際音標輔音卡牌桌遊時，其專注度與好奇心都被調動了起來，相較於課堂的知識講解，學生對遊戲式學習有著更高度的興趣。



(圖 11) :本研究工作價值向度的前、後測各題得分折線圖

## 7.挑戰

挑戰這個向度， $t$  檢定的結果為不顯著，雖然如此，但細看其得分，前測均值為 2.79；後測則是 2.87，相差並不多。相比於前測，後測分數仍有些微地增長，其教師教授的學習內容仍具有一定的困難度與挑戰感，但挑戰增長的幅度並不多。

## 8.能力

在能力這個評量向度中， $t$  檢定結果為顯著，顯示學生在玩過國語國際音標輔音卡牌桌遊後，對課程知識重點的掌握，有大幅度的能力提升。

## 二、前、後測各題得分均值比較

以下為前、後測問卷三十一題題目各題的得分均值，可以看出，除了內在動機的第 4 題，以及工作價值的第 9 題外，其餘的 29 題，後測相比於前測都有不同幅度地增長。

（表 6）：本次實驗的前測、後測的均值分數

題號	前測	後測	結果	題號	前測	後測	結果
1	3.69	3.87	增長	15	3.03	3.44	增長
2	3.62	3.79	增長	16	3.33	3.74	增長
3	3.51	3.87	增長	17	3.15	3.46	增長
4	3.82	3.72	微減	18	3.03	3.62	增長
5	3.49	3.54	增長	19	2.77	3.62	增長
6	3.15	3.59	增長	20	3.03	3.62	增長
7	3.51	3.87	增長	21	2.72	3.56	增長
8	3.23	3.51	增長	22	2.92	3.64	增長
9	3.28	3.26	微減	23	3.05	3.62	增長
10	3.67	3.87	增長	24	2.95	3.59	增長
11	3.51	3.92	增長	25	3.21	3.67	增長
12	3.41	3.85	增長	26	2.97	3.74	增長
13	3.46	3.67	增長	27	3.23	4.03	增長
14	3.77	3.90	增長	28	3.18	3.79	增長
				29	3.41	4.03	增長
				30	2.79	2.87	增長
				31	3.05	3.36	增長

### 三、質性問卷的回饋

我們於國語國際音標輔音卡牌桌遊活動結束後，發放質性的訪談問卷。質性的問卷採自由填答，並未強制要求學生填寫，且採不記名方式來填答。質性問卷設計了三個題目，以下分別敘述。

- 1.你覺得國語國際音標輔音卡牌桌遊哪個部分較有趣？
- 2.在國語國際音標輔音卡牌桌遊中，你最喜歡哪個部分，為什麼？
- 3.你覺得國語國際音標輔音卡牌桌遊對學習課程有什麼幫助？

這三個題目雖然印製在同一張問卷上，但有些同學並未每題都作答，有些只是在該題問卷上寫下「無」，或者直接空著，所以以下三題所蒐集到的答案數並不一致，以下列出這三題的回答內容。

(表 7) :第一題的質性回答 (蒐集到 7 個回答)

都很有趣，建議增加遊玩難度及次數，才能有效學習！	正向回應
大致上都很有趣，可以思考得越來越快速。	正向回應
都有趣。	正向回應
禍害同學。	同儕互動、 正向回應
禍害下家。	同儕互動、 正向回應
發現自己什麼都不會。	
抽卡要抽很久。	

(表 8):第二題的質性回答(蒐集到 20 個回答)

陷害同學。	同儕互動、 正向回應
結束的那一刻，因為可以拿到分數。	
都很喜歡！因為可以增加學習樂趣！	正向回應
陷害同學，就可以玩久一點，學到更多。	同儕互動、 正向回應
加別人的牌。	同儕互動、 正向回應
禁止下家出牌。	同儕互動、 正向回應
很像 UNO 的功能牌，風水輪流轉。	
都喜歡。	正向回應
可以出牌，有成就感。	正向回應
了解出牌的規則，很有成就感。	正向回應
快速找出可以打出的牌，知道自己上課沒有偷懶。	正向回應
萬用牌的部分，能夠提早把出牌的劇本擬好。	正向回應
贏的部分，贏很開心。	同儕互動、 正向回應
結束的時候。	
自己沒有牌出，可以迴轉給下家。	同儕互動、 正向回應
學習 IPA，因為明白自己知識量不足。	正向回應
和同學互嗆，爽啦！	同儕互動、 正向回應
特殊卡吧，因為不用煩惱出什麼牌。	
把原本死記的過程，活化成卡牌遊戲，很有趣。	正向回應



跟大家一起學習和互相尋找可以出牌的音標，就很有趣，學習有點難的東西卻也玩得挺開心的。	同儕互動、 正向回應
--	---------------

(表 9):第三題的質性回答(蒐集到 18 個回答)

加深記憶。	正向回應
更好地知道自己對這門科目的不合適。	
可以用 IPA 寫出老師的尊名。	正向回應
對我的學分很有幫助。	正向回應
幫助記憶 IPA。	正向回應
幫助記憶課程內容。	正向回應
更熟悉所學的。	正向回應
對於發音部位和輔音有更深的了解，如果下一屆沒有玩到卡牌我會很難過的。	正向回應
比較有趣的複習方式。	正向回應
更加進步外，也能更清楚輔音的發音部位跟方法。	正向回應
帮助大家快速記住 IPA。	正向回應
複習 IPA。	正向回應
查發音表的速度更快。	正向回應
學會培養耐心。	正向回應
複習 IPA，棒！	正向回應
練習與精熟輔音。	正向回應
熟記國際音標。	正向回應
複習音標方面和認識區別特徵，更加熟悉教學內容。	正向回應

從學生的質性回饋看來，願意給予回饋的學生，大多都持正面的態度，45 個回應中，正向回應就佔了 38 個，佔整體作答的 84%，顯示國語國際音標輔

音卡牌桌遊對課程的教學有正面的影響。在前兩題共 27 個回答中，有 10 個都談到了跟同學互動的過程，顯示同儕學習、合作教學以及遊戲式教學，對課程教學非常有幫助，不但可以幫助學生精熟要記誦的課程內容，也讓學生在課堂中，不再只是純粹聆聽於教師的那一方，開啟了教學現場的新選擇。

## 柒、結論

筆者在教授大學中文系一年級必修的「語言學概論」課程中，加入了一套自行研發的「國語國際音標輔音卡牌桌遊」，以及四支解說桌遊、輔音、元音的教學影片後，對參與課程的學生進行了前、後問卷的施測。檢測的部分，分為八個向度，分別為「內在動機」、「外在動機」、「工作價值」、「同儕學習」、「自我效能」、「心流」、「挑戰」以及「能力」。

t 檢定的結果，學生在「自我效能」、「心流」部分，有顯著的進步，顯示筆者自行設計的桌遊，有助於課程中學習任務的達成，以及提高學生對課程知識的興趣。另外，在「同儕學習」與「能力」部分，t 檢定的結果為顯著，表示這套輔音卡牌桌遊，有助於課程中的合作學習，增添學生學習的歡樂氣氛，以及提升學生對課程知識重點的掌握度。

為了讓研究不是只有量化的數據呈現，本研究還加入了質性的問卷。從質性的回饋看來，正向回饋佔整體作答的 84%，顯示這個輔音卡牌桌遊，對課程的教學有正面的影響。

2020 年，莊家冀在筆者課堂施測的結果，只有第二個向度（外在興趣）是不顯著的，而其他的七個向度都是非常顯著的。2022 年，筆者使用已經改良的「國語國際音標輔音卡牌桌遊」，也拍了相關的教學影片，但施測的八個向度中，有四個向度（內在動機、外在動機、工作價值、挑戰）都是不顯著的。筆者思索著同樣的課程內容、同樣的教師，還拍了教學影片，甚至用了改良後的卡牌桌遊，為什麼前一個學年度的學生，其學習評量的效果比今年度的更好？

除了有學生的個別因素外，這學年的課程拖沓也是影響的原因。

這次的教學時長太過拖沓，導致國語國際音標輔音卡牌桌遊延至下學期才玩，學生的學習熱情被延宕，相對的學習成效也打了折扣，未來在教學單元的時程安排上，仍有其改善的空間。不過，這次教學時長的拖沓，除了教師本身教學進度的落後外，還因為改良版的國語國際音標輔音卡牌桌遊的封底設計仍在研議、設計中，以及講解卡牌遊戲規則的影片尚未拍攝完成，所以輔音、元音單元教授的時間拉得比較長。因此筆者在上學期期末，就先安排跟語音相關的其他單元來教授，導致輔音卡牌桌遊只能延到下學期來玩。改良版的國語國際音標輔音卡牌桌遊與講解影片目前皆已製作完成，將來筆者教授輔音、元音單元後，便能直接讓同學玩國語國際音標輔音卡牌桌遊，相信未來此單元的教學成效會更好。

筆者研製的初代國語國際音標輔音卡牌桌遊，於 2019 年「語言學概論」課堂開始讓學生玩，但語音是由輔音與元音共同組合而成的，兩者缺一不可，若未來能夠再研製一款相配的國語國際音標元音的桌遊，相信國語語音單元的教學會更有趣，也能讓學生更享受其學習的過程。筆者目前心中已有一款國語國際音標元音桌遊的設計雛形，未來在教學教材上會再進行研發與相關的優化。

本研究的發想原點，起於筆者有感於國語國際音標內容的繁雜，且中文系學生不只是一年級修習必修「語言學概論」課程時，需要精熟其輔音與元音的相關知識，到了三年級的必修課程「聲韻學」，其輔音、元音的知識還會再教授一遍，以便更進一步地討論與研讀漢語古音的相關知識，所以設計一款能夠讓中文系學生大一跟大三都能夠玩的國際音標輔音桌遊，使中文系的學生不再害怕較生硬的語音知識學習，且能在學習的過程中，體驗到遊戲與合作學習的樂趣，是筆者想要達成的教學目標。未來筆者也會持續在課程內容、教材以及方式上做改進，讓中文系的學生更樂於學習「語言學概論」課程。

## 參考文獻

### 壹、中文部分

米哈里·契克森米哈伊著、張瓊懿譯（2020）。**心流：高手都在研究的最優體驗心理學**。新北市：行路/遠足文化。

宋汶嫻（2020）。**卡牌桌遊在現代漢語國際音標輔音習得中的有效性與可行性研究**（未出版之學士論文）。河南：河南中醫藥大學外語學院漢語國際教育系。

莊家冀（2021.6）。**結合卡牌桌遊於國際音標課程之學習動機分析—對數位語言學習建議**（未出版之碩士論文）。桃園市：國立中央大學。

莊家冀、劉晨鐘（2021 年 12 月）。**國際音標卡牌桌遊學習成效分析**。教育部數位學習深耕計畫辦公室：2021 數位學習國際研討會暨開放教育論壇（ELOE）。

黃伯榮、廖序東 主編（2017）。**現代漢語**（增訂第六版）。北京：高等教育出版社。

### 貳、英語部分

Miller, L. M., Chang, C. I., Wang, S., Beier, M. E., & Klisch, Y. (2011). Learning and motivational impacts of a multimedia science game. *Computers & Education*, 57(1).

Pintrich, P. R. (1991). *A manual for the use of the Motivated Strategies for Learning Questionnaire (MSLQ)*. The University of Michigan.



## RESEARCH ARTICLES

**Implementing Paradoxical intention to an Alcoholic College Student Who Attempted Suicide:  
A Case analysis/Hui-Mei Chiung、Jia-Fen Wu**

**Sustainable dishes in Satoyama – Development and Evaluation of A Place-based learning  
curriculum of sustainable diet/Meng-Yuan Jen**

**The Impact of Job Satisfaction on Job Performance of Non-profit Preschool Educators  
/Yen-Chou Shih、Tsai-Lung Liu**

**A Study on the Effectiveness of College Students Participating in the Stella Matutina Social  
Welfare Foundation Professional Lecture on Community Elderly Day Service Experience  
/An-Jen Yang、Yi-Fang Hu、Su-Yu Pan、Hsiao-Chin Pan**

## RESEARCH NOTE

**Through the board game and teaching videos to learn the IPA of Mandarin/ Hsin-Yi Peng**

### 《靜宜人文社會學報編輯委員會》

發行人 林思伶（靜宜大學校長）  
總編輯 賴松輝（靜宜大學人文暨社會科學院院長）  
執行編輯 楊安仁（靜宜大學原住民族文化碩士學位學程副教授）  
編輯委員 王香蘋（弘光科技大學護理系教授）  
何華欽（國立屏東科技大學社會工作系教授）  
李明穎（靜宜大學大眾傳播學系教授）  
汪淑珍（靜宜大學中國文學系教授）  
胡憶蓓（靜宜大學教育研究所副教授）  
劉鶴群（靜宜大學社會工作與兒童少年福利學系副教授）  
賴麗娟（靜宜大學生態人文學系副教授）

出版者 靜宜大學  
地址 (43301)臺中市沙鹿區臺灣大道7段200號  
電話 04-26328001#1700I ~ 17002  
網址 <http://www.huso.pu.edu.tw/pucbess/index.htm>  
EMAIL [pu20600@pu.edu.tw](mailto:pu20600@pu.edu.tw)

本期售價：新台幣600元／美金20元整

ISSN 2223-7461