

教育部教學實踐研究計畫成果報告  
Project Report for MOE Teaching Practice Research Program

計畫編號：PSR1090242

學門專案分類：USR

執行期間：2020/8/1~2021/7/31

**藝術，也能很接地氣：邁向藝術陪伴者的歷程與社會實踐之助益**  
**Arts Connect People: The Process of Being an Arts Facilitators and the Effect of Social Practice**



計畫主持人：鄭曉楓（國立臺灣藝術大學師資培育中心）

共同主持人：張連強（國立臺灣藝術大學戲劇系）

執行機構及系所：國立臺灣藝術大學藝術與人文教學研究所

成果報告公開日期：

立即公開 延後公開（統一於2023年9月30日公開）

繳交報告日期：2021年7月26日

## 摘要

本計畫以「藝術治療專題研究」課程為主軸，帶領研究生以藝術陪伴者（arts facilitators）的角色至板橋榮民之家進行表達性藝術療癒團體，實踐大學社會責任（university social responsibility, USR）。**研究目的**：使學生以藝術陪伴者身分於鄰近社區進行社會實踐，提升學生對藝術治療的知能與運用，並促進長者正向情緒與幸福感。**教學目標**：1.學生能理解與掌握藝術治療的核心精神、相關理論及助人晤談技巧等；2.學生能將肢體開發與表達等元素融入並建構適合長者之表達性藝術療癒團體方案；3.學生能以藝術陪伴者角色實際帶領團體。學期前 2/3 時間於課室內學習為主，後 1/3 時間移地實踐。表達性藝術療癒課程共四次，每週一次 80 分鐘，目的在增進社區長者正向情緒與幸福感。最後，以「接地氣的藝術—USR 分享會」多方交流回饋作為學期的結束。**研究參與者**：修習本課程之研究生共 16 位。實踐場域參與長者共 24 位，女性 2 位，其餘皆為男性。最年輕之長者為 66 歲，最長為 103 歲，整體平均年齡為 87 歲，標準差為 9.23。**研究方法**：以質性訪談為主，量化為輔，所蒐集之質性資料，包括學習札記、教師觀察週誌、小組團體記錄、小組期末心得簡報、焦點團體訪談等，以「主題分析法」理解學生邁向藝術陪伴者的歷程及課程學習收穫。量化資料，以「前實驗研究之單組前後測設計」，採用「臺灣老化態度量表（Taiwan Attitude toward Aging Questionnaire, TAAQ）」與「老人幸福量表（well-being scale for elders in Taiwan）」檢證長者參與表達性藝術療癒課程的效果。**研究結果**：在邁向藝術陪伴者的歷程方面，共有五個內涵：1.學以致用：做中學體會藝術治療的內涵，2.關係流動：促進同儕間真誠的合作，3.世代交融：以同理心建立青銀連結，4.人大於作品：體現藝術的助人力量，5.當下即治療：媒材能激發創意與希望感。在社會實踐之對長者助益方面，採無母數相依樣本 Wilcoxon 符號等級檢定分析，幸福感  $Z = -0.503$ ,  $P = 0.615$  ( $p > 0.05$ )、正向老化態度  $Z = -0.243$ ,  $P = 0.808$  ( $p > 0.05$ )、負向老化態度  $Z = -1.189$ ;  $P = 0.235$  ( $p > 0.05$ )，皆未達顯著效果。可見，正向表達性藝術療癒課程並未顯著提升整體長者之幸福感、正向老化態度，亦未顯著降低負向老化態度；惟質性資料顯示，正向表達性藝術療癒課為長者注入青春活躍和開心樂趣，也激發長者的好奇心與成就感。**建議與省思**：分別針對課程規劃、教學方法、學習評估及實踐場域部分提出相關具體參考建議。

關鍵詞：大學社會責任、表達性藝術治療、長者、藝術陪伴者

## Arts Connect People: The Process of Being an Arts Facilitators and the Effect of Social Practice

### Abstract

This proposal was based on the "Seminar: Arts Therapy " course, and it was planned to lead graduate students to take the role of arts facilitators to Banqiao Veterans Home for expressive arts therapy group to take university social responsibility. **Purpose:** to enable students to practice social practice in the community (Banqiao Veterans Home) as art therapy, and to promote positive emotions and well-being of the elderly of the community. **Teaching goals:** 1. Students could understand the core spirit, related theories and helping skills of arts therapy; 2. students could integrate elements of body expression into an expressive arts therapy program for the elderly; 3. students can actually lead an expressive arts therapy group. The first two thirds of the semester studied in the classroom, and the last one third moved to Banqiao Veterans Home. The expressive arts therapy groups were a total of four times, 80 minutes once a week, with the purpose of improving positive emotions and well-being of the elderly. Finally, students presentation ended this semester. **Participants:** A total of 16 graduate students had taken this course. There were a total of 24 elders participating in the practice field, including 2 women, and the rest are men. The youngest elder was 66 years old, the longest was 103 years old, the overall average age was 87 years old, and the standard deviation was 9.23. **Methods:** The qualitative data included study notes, teacher observations, group records, final experience reports, focus group interviews and used "thematic analysis" to analyze the process of becoming arts facilitator of students. Quantitative data was the "pre-experimental design and one-group pretest-posttest design". Otherwise, "Taiwan Depression Scale for Seniors, TGDS" and "Taiwan Health Scale for the Elderly" were used to test effects of expressive arts therapy group for the elderly. **Results:** There are five connotations in the process of becoming an artfacilitator: 1. apply what you have learned: learn by doing to understand the connotation of art therapy, 2. relationship: promote sincere cooperation between peers, 3. generations integration: elderly people and young people connected, 4. people are matter than art works: the helping power of art, 5. here and now: media can inspire creativity and a sense of hope. The benefits of social practice to the elderly, the Wilcoxon Signed Rank Test (Wilcoxon Signed Rank Test) analysis of non-maternally dependent samples shows that happiness  $Z = -0.503$ ,  $P = 0.615$  ( $p > 0.05$ ), and positive aging attitude  $Z = -0.243$ ,  $P = 0.808$  ( $p > 0.05$ ), negative aging attitude  $Z = -1.189$ ;  $P = 0.235$  ( $p > 0.05$ ), none of which has a significant effect. The positive expression art therapy did not significantly improve the overall happiness, positive aging attitude of the elderly, nor did it significantly reduce the negative aging attitude; however, qualitative data showed that the positive expression art therapy was fun, and stimulated the curiosity and sense of accomplishment of the elderly. **Suggestions and reflections:** Relevant specific reference suggestions were put forward for curriculum planning, teaching methods, learning evaluation and practice fields.

KEY WORDS: Art facilitators, elderly, expressive arts therapy, university social responsibility

## 目 錄

一、研究動機與目的	.....	1
二、文獻探討	.....	1
三、研究問題與目的	.....	3
四、研究設計與方法	.....	4
五、教學暨研究成果	.....	7
六、建議與省思	.....	14
參考文獻	.....	15
附件	.....	16
附件一 評量工具		
附件二 訪談問題		
附件三 實踐紀錄影片連結		

## 一、研究動機與目的

### (一) 研究動機

#### 1. 藝術真的難以親近？

身處藝術大學，藝術就像這裡每一個人溝通的語言，是日常生活的一部分。107 學年度，「藝術治療專題研究」課程帶著學生進入板橋榮家進行藝術療癒課程，發現大部分的長者對於畫畫有相當的恐懼，這樣的恐懼後面是「要畫得美、要畫得像」的信念。還記得，學生們開宗明義就深刻地傳達「畫得美不美、像不像都不重要，重要的是享受這個過程」，亦不斷地鼓勵長者；甚至學生精心設計閉著眼睛畫、隨音樂讓畫筆流動...等活動，目的都想傳達「盡情享受當下」的意境。殊不知，閉著眼睛畫、沒有主題的畫等都讓長者們更加焦慮，長者們認為睜著眼睛畫都畫不好，有主題都畫不好，還設計「增加難度」的活動。他們反而比較喜歡有幾次的唱唱跳跳活動，因為這會讓自己身心都舒活。課後的訪談，仍有大部分的長者在談論自己「畫不好」的憂慮，並且擔心「老師」會認為自己畫不好。雖然這並不是藝術療癒課程要帶給長者的概念，但卻非常真實的呈現出來；這些好似根生的畏懼，最後也讓學生心生挫折。對於授課教師（筆者）而言，這是值得正視的議題。

#### 2. 藝術當然可以接地氣

藝術大學的學生容易就被化約高深難懂的「藝術家」，或很會畫畫的「美術老師」。這樣直覺般的距離感是帶領藝術療癒課程的助力或阻力呢？學生們如何善用藝術與長者互動，而不致使對方畏懼？筆者認為，首先，應先釐清與確認「藝術陪伴者」的角色，才能使後續方案的設計與帶領更接近藝術療癒的精神，使參與者能清楚區隔其與美術藝才班之不同。爰此，筆者於本計畫中增加與強化藝術陪伴者的角色與功能，使學生在社區實踐前能釐清自我的位置、功能與定位。

藝術家們往往把自己的想法呈現於作品上，這些想法可能來自於對社會的觀察、時事的連結或人性的洞悉等；但其實從這門課修習學生動機來看，其希望透過藝術療癒自己、療癒他人。在藝術大學，多半以展、演、映形式與外界交流，或透過藝才班或家教班等教授技法。「藝術治療專題研究」課程則是相當有別於本校開設的各專業課程，以藝術遇見人心、建立關係。有別於以舞台、作品、畫面等媒介傳達藝術思想，本課程發揮之最大效益是使學生體悟藝術也能以更親民的方式發輝助人力。USR 使藝術以一種「能靠近」的形式被帶進鄰近社區，在人際互動的歷程中創造藝術陪伴的價值與意義。

## 二、文獻探討

### (一) 高齡現象與社區活化

早在 2002 年，世界衛生組織（World Health Organization, WHO）就提出活躍老化（active ageing）的概念，強調透過健康、參與及安全達到最適化機會的過程，以促進老年時期的生活品質（World Health Organization, 2002）。十年後，2012 年世界衛生日（World Health Day）以「健康有益長壽」為主題，鄭重呼籲在世界人口迅速老化的過程中，人們要以最佳健康的狀況邁入老年，包括：促進所有年齡層的正向健康與健康行為，預防或延緩慢性病發展；創造促進長者健康和參與的物質和社會環境；改變社會態度，鼓勵長者參與等（World Health Organization, 2012）。近期，聯合國歐洲經濟委員會（United Nations Economic Commission for Europe, UNECE）在 2018 年《活躍老化指標年度報告書（2018 Acting aging index: Analytical report）》中提到，面對老年，人們應該重新全方位且多元的管理和掌握，積極的

構建自己的未來 (architects of their future)，以增進幸福感，包括經濟、社會、文化、健康和休閒等方面 (United Nations Economic Commission for Europe, 2019)。由此可知，長久以來國際相關組織持續重視長者的身心健康與社會參與，強調增進老年時期的幸福生活。

在我國，高齡 (aged) 社會已然來臨，整體社會結構的改變帶來了前所未有的挑戰。根據「中華民國人口推估 (2018 至 2065 年) 報告」，我國老年人口占總人口比率已於 1993 年超過 7%，成為高齡化 (aging) 社會；2018 年 3 月此比率已超過 14%，我國邁入高齡社會；預估於 2026 年，此比率將超過 20%，成為超高齡 (super-aged) 社會 (國家發展委員會，2018)。從國家政策來看，2007 年行政院核定「長照十年計畫 (簡稱長照 1.0)」提供從支持家庭、居家、社區到住宿式照顧之多元連續服務，建立以社區為基礎之長照服務體系；接著，行政院於 2016 年 12 月核定「長照十年計畫 2.0 (簡稱長照 2.0)」，實現在地老化，建立以社區為基礎的照顧，提升具長期照顧需求者與照顧者的生活品質 (衛福部長照專區，2019)。可見，如同世界各國面臨高齡人口不斷攀升，我國已積極正視人口老化的議題，並以促進高齡者在地的生活品質與照顧為重點，致力以社區為主的陪伴和照顧。

## (二) 表達性藝術治療的內涵

藝術大學要用什麼方式與社區互動最親近呢？藝術往往給人「專業」的距離感，且多半以解說與賞析為主。然而，藝術治療可以提供一種深度的心靈陪伴，開啟人際歷程的互動與情感表達。表達是人類與生俱來的能力，透過自發、創作可以展現我們最原始的且直接的情感與意念 (賴年華，2003)。1970 年代，美國萊思禮大學 (Lesley University) 的教授 McNiff、Knill 與 Canner 等人建立表達性藝術治療 (expressive arts therapy)，納入藝術治療的多元取向，以及現象學、解釋學與當代結構學等哲學觀點 (蘇湘婷、陳雅麗、林開誠譯，2007)。具體來說，表達性藝術治療是藉由專業的引導，聚焦於多元創作性媒材的表達及宣洩，了解創傷的心理，找尋癒合的方法，增進自我意識，強化正向自我，改變當事人看待自己的觀點，達到自我認同，活出生命力 (Siegel, Iida, Rachlin, & Yount, 2016)。其運用了多種藝術形式，融合戲劇 (drama)、音樂 (music)、舞蹈或肢體 (dance/movement)、詩歌 (poetry)、沙遊 (sand play)、遊戲治療 (play therapy)、心理劇 (psychodrama)、書寫 (writing)、藝術 (art)、繪本 (picture books)、繪畫 (drawing)、雕刻 (sculpting)、說故事 (storytelling) 等多重治療模式 (陸雅青、周怡君、林純如、張梅地、呂煦宗譯，2008；賴念華，2009；Maichiodi, 2005；Rogers, 1993)。也因此，Rogers (1993) 將表達性藝術治療定義為，多元的藝術—動作、素描、繪畫、雕塑、音樂、寫作、聲音及即興創作，在一個許可的情境之中經驗並表達感覺。賴念華 (2009) 更進一步強調，表達性藝術治療喚起人們內在的創造力，在治療師的協助下運用藝術、繪畫、遊戲、寫作、說故事、戲劇、心理劇等方式，幫助當事人將其無法說出或尚未解決的衝突，以非語言的方式表達出來，同時也能滿足人們自我表達的需求。

## (三) 長者藝術治療的相關研究

Malchiodi (2012) 認為 20 世紀重視長者老化過程中所帶來的負向影響，而本世紀重視生命晚年的正向潛能發展和成長。研究顯示，即便是晚年，人的腦部仍持續發展，藉由參與活動而持續刺激活化，其中包括藝術創作 (Cohen, 2009; National Center of Creative Aging, 2019)。藝術表達的創造性過程能點燃新的活力，喚醒潛能，促進認知和感官的活化 (Wald, 2003)。類似的見解也提出，藝術創作能增加創新思考力，改善長者認知功能；亦能協助長者發現內在能力、獨特性及生命經驗的價值，以達到自我統整 (Johnson & Sullivan-Marx, 2006; Kim, 2013)。

國內近期的相關研究不少，溫芯寧、吳宏蘭與康思云（2016）邀請安養護機構和護理之家平均年齡為 79 歲之老年住民參與藝術創作，透過主題式之藝術創作活動團體，引導長者將內在感受轉化為具體的藝術作品，並進行分享回饋及成果展示，其結果顯示能減輕憂鬱及孤獨等負面情緒，增進個人技能、自信心和成就感。楊淑慧、吳麗芬、謝承恩與林鉅勝（2018）以結構方程模型預測平均年齡為 87 歲的榮民之家男性長者的生活品質，其發現長者的認知功能、憂鬱狀態、日常活動能力、獨立生活能力及心靈安適（自我效能與生活規劃）均與健康生活品質有顯著的相關。可見，投入藝術創作能活化認知功能，提升其健康生活品質。許禎容、黃秀雲、陳忠宏與黃家玉（2017）採單案設計方法檢視「繪心繪藝」團體方案對於男性長者人際互動之成效，團體成員皆為年齡均為 80 歲以上；研究結果顯示，團體成員、團體工作人員角色、團體互動模式、團體氣氛和團體凝聚力皆有所提升。同年，李新民（2017）設計強調幸福之情意取向懷舊課程，自願參與的 65~74 歲客家長者 15 名，經單組前後實驗結果顯示，懷舊課程可以顯著有效的提升客家長者的主觀幸福感、心理幸福感。

#### （四）結合校務發展計畫之社會責任

就本計畫與教育部推動社會責任、本校校務發展計畫關聯甚密。根據教育部社會責任推廣中心（2018）揭示，USR 計畫的推動主軸涵蓋「在地關懷」、「產業升級」、「環境永續」、「健康促進」四項領域；而本計畫著重於第一項「在地關懷」，以鄰近之板橋榮家為服務地點，透過藝術陪伴形式關懷與帶領長者體驗藝術，培養學生對校園周邊的認同。另一方面，從本校校務發展計畫來看，本校戮力培育學生四項重要能力，包括「專業精深的智識」、「創造實踐的行動力」、「宏觀視野的胸襟」及「社會關懷的責任感」；而本計畫符合第四項「社會關懷的責任感」，透過 USR 與環境周遭連結，意識藝術關懷社區的責任與重要。再以 107 學年度校務發展計畫書（108-117 學年度）之四大發展目標審視，其中第三項為「藝術教育之社區營造及關懷」，包括致力發揚藝術力量，實踐藝術扎根、培育與關懷；善盡大學社會責任，扮演區域藝文發展樞紐（國立臺灣藝術大學研究發展處，2019）。本計畫符合了實踐藝術扎根、培育與關懷的社會責任，並且使學生能從做中學，親自感受社區鄰里的人、事、物，激發利他的精神。由此可得，本計畫不但相映教育部社會責任推廣中心所強調之「在地關懷」，也符合本校教育目標之「社會關懷的責任感」，更是 107 學年度校務發展計畫中「藝術教育之社區營造及關懷」的實踐先鋒。

### 三、研究問題與目的

#### （一）研究問題/意識

筆者於 107 學年度第一次帶學生於板橋榮家進行藝術療癒課程，惟未完全符合機構長者的需求，仍有相當之進步空間。本次透過教育部教學實踐研究計畫周延課程，特別融入肢體開發與表達等表達性藝術治療元素，亦強化藝術陪伴者的角色與功能，實踐大學社會責任與在地鏈結。透過人的連結、世代的對話，使學生能獲得多方面的成長。課程中所搜集之質性與量化資料用以評估本課程效益，包含邁向藝術陪伴者的歷程及社會實踐助益等兩個面向。

#### （二）研究目的

本計畫以國立臺灣藝術大學藝術與人文教學研究所之碩二選修課程「藝術治療專題研究」為主。本計畫的特色在於，使學生以藝術陪伴者身分於鄰近社區進行社會實踐，提升學生對藝術治療的知能與運用，並促進長者正向情緒與幸福感。具體目標有三：1. 提供多樣性的教學：除了藝術治療理論講授外，融入戲劇元素的肢體開發與表達、板橋榮家參訪、藝術治療師經驗分享等，促進學生對藝術治療的多方理解，提升其運用性。2. 促進學生合作學習：學

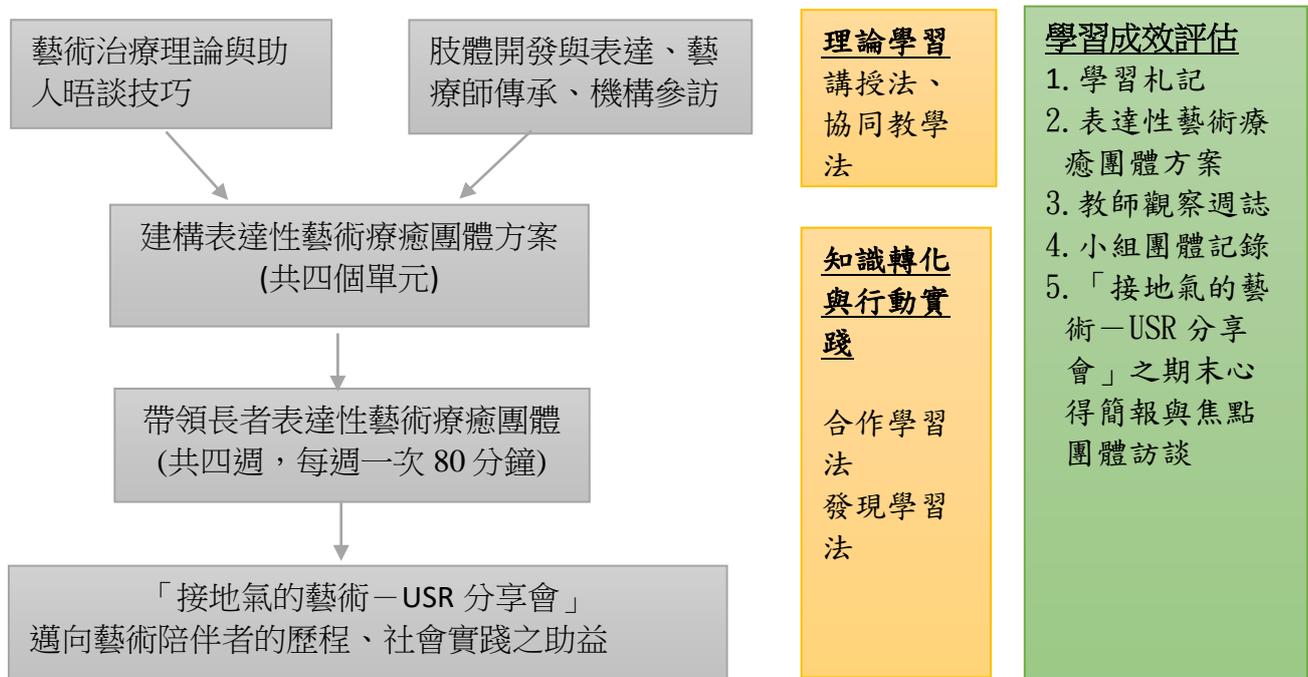
生能透過小組合作建構表達性藝術療癒團體方案，透過學以致用進行社會實踐，在做中學掌握藝術治療的核心概念，同時強化社區認同。3.多重檢證課程成效：透過質性為主、量化為輔的多重面向檢證，理解學生在藝術陪伴的歷程中對於社會實踐的助益，以評估本課程的整體成效。

#### 四、研究設計與方法

##### (一) 課程設計

本計畫以藝術與人文教學研究所之「藝術治療專題研究」課程為主軸，具體教學目標有三：(1)學生能理解與掌握藝術治療的核心精神、相關理論及助人晤談技巧。(2)學生能將肢體開發與表達等元素融入並建構適合長者之表達性藝術療癒團體方案。(3)學生能實踐USR，以藝術陪伴者的角色實際帶領長者表達性藝術療癒團體於板橋榮家。根據上述教學目標，整體課程設計圖如圖一所示，包含教學內涵(灰色圖塊)、教學階段與方法(橘色圖塊)，以及學習成效評估(綠色圖塊)，相關分述如下。

圖一 課程設計



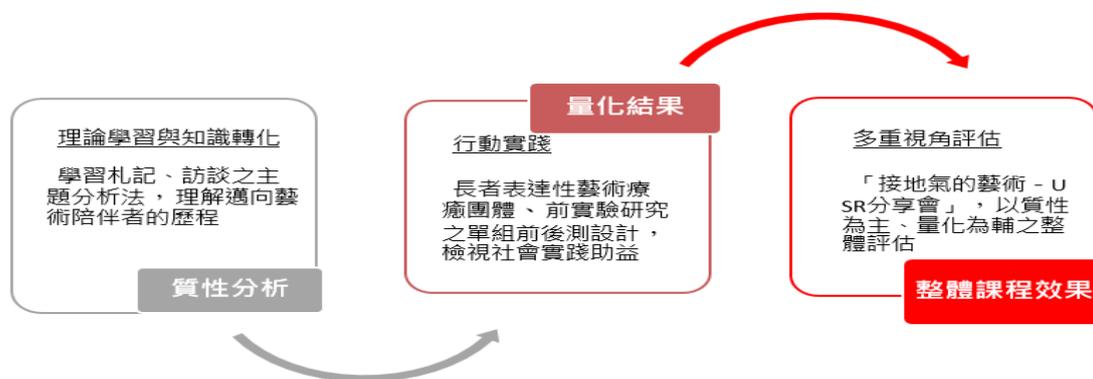
##### (二) 研究設計與方法

###### 1. 研究方法與架構

本研究目的是使學生在「藝術治療專題研究」課程中，透過多元的學習理解藝術治療的理論與核心精神，再以小組合作建構長者表達性藝術療癒團體方案，並於板橋榮家帶領長者，促進學生在藝術陪伴的歷程中對社區有實質助益。研究架構分三部分，第一部分為質性分析，包括學習札記、教師觀察週誌、小組團體記錄、小組期末心得簡報、焦點團體訪談等，以「主題分析法 (thematic analysis)」理解學生邁向藝術陪伴者的歷程及課程學習收穫。第二部分為量化結果，以「前實驗研究 (pre-experimental design) 之單組前後測設計 (one-group pretest-posttest design)」，採用「臺灣老化態度量表 (Taiwan Attitude toward

Aging Questionnaire, TAAQ) 與「老人幸福量表 (well-being scale for elders in Taiwan)」檢證長者參與表達性藝術療癒團體的效果，以探討社會實踐助益。第三部分則為舉行「接地氣的藝術—USR 分享會」，以多重視角評估整體獲益。最後，透過質性分析為主，量化結果為輔，整體評估課程效果，研究架構如圖二。

圖二 研究架構



## 2. 研究對象與實踐場域

### (1) 教學對象

修習本課程之研究生共 16 位。（本課程開設於藝術與人文教學研究所，亦開放其他系所研究生選修）。

### (2) 實習場域長者

本研究 16 位修課學生於課程 14 週開始進入板橋榮民之家，帶領長者藝術療與課程連續四週，每次 90 分鐘。參與長者共 24 位，女性 2 位，其餘皆為男性。最年輕之長者為 66 歲，最長為 103 歲，整體平均年齡為 87 歲，標準差為 9.227。就年齡的分布，66-79 歲共有 5 位，80-89 歲共有 6 位，90-103 歲共有 13 位。長者藝術療與課程共分四組（4 位學生帶領一組），有兩組為一般組，每組 6 位，共 12 位（12 名皆為男性），平均年齡為 86.25，標準差為 9.818；另外兩組為失智組，每組 6 位，共 12 位（其中 2 名女性，其餘為男性），平均年齡為 87.75，標準差為 8.966。

### (3) 社區實踐：USR 場域「板橋榮譽國民之家」簡介

「板橋榮譽國民之家」於民國 58 年，臺北市政府在婦聯一村原址興建「臺北市第一榮譽國民之家」，即今日板橋榮家的前身。民國 70 年改隸行政院國軍退除役官兵輔導委員會，正式名為「國軍退除役官兵輔導委員會板橋榮譽國民之家」，位於新北市板橋區復興里大觀路 2 段 32 號，總面積為 4.62 公頃。榮家設有輔導組、保健組、秘書室、人事室、政風室及主計室。保健組門診亦對外開放，設立北區失智教研專區，與新北市政府合作設立憶樂日照中心。A. 人口：目前住民 700 人，單身安養 276 人、夫妻安養 95 人、養護 244 人、失智 85 人，平均年齡 86 歲。B. 收費：公費伙食費 4,000 元/月/人、自費伙食費 4,000 元/月/人。自費安養（夫妻）服務費 6,000 元/月/人，保證金 12,000 元。自費失能（智）養護服務費 6,800 元/月/人，保證金 13,600 元。一般民眾，榮眷及遺眷自費失智養護伙食費 4,000 元/月/人。一般民眾，榮眷及遺眷自費失智養護服務費 27,950 元/月/人，保證金 55,900 元。

#### (4) 社會實踐議題

在臺灣高齡化社會中，本課程以 USR 方式走出課室，將大學學術量能與專業資源（藝術）轉化為行動實踐力，以在地鏈結推廣藝術美感，創造社區共好、青銀共好。

#### (5) 場域與課程之合作機制

本研究實踐場域為板橋榮民之家，機構在許多方面協助本課程，包括 A.機構參訪：簡介與導覽，B.場地提供：提供安全且兼顧隱密性之藝療課程教室四間，C.活動招募：協助招募長者參加藝療課程，D.訪談安排：聯繫照服員安排長者訪談時間與地點，E.成果座談：參與本課程之期末發表，經驗交流與分享。

### 3.研究方法與工具

研究方法上，本計畫以質性研究為主，以量化調查為輔。質性研究以主題分析法，了解修課學生在知識學習的經驗、成為藝術陪伴者的實踐歷程，以及整體課程的成長與收穫。主題分析法用來呈述研究參與者經驗之意義性與真實性，以建構的方式確認事件、真實、意義、經驗及話語的影響（Braun & Clarke, 2006）。主題分析法是詮釋現象學（hermeneutic phenomenology）常用的分析方法，其目的在於發現文本資料中的主題，再予以貼切本質的命名，以便詮釋其背後所蘊含之經驗意義（高淑清，2001）。鄭曉楓（2018）強調，主題分析可分為歸納取向（inductive approach）與理論（或演繹）取向（theoretical or deductive approach）；歸納取向傾向由下而上（bottom-up）的方式分析，理論（或演繹）取向則著重從理論而下的發展。當然，歸納取向較緊密地與文本資料連結（Patton, 1990），在分析過程不置入先前存在的架構或研究者先驗的分析視角。本計畫以主題分析法之歸納取向分析資料。量化研究設計主要是了解長者在表達性藝術療癒團體前後的改變情形，以評估社會實踐之助益。

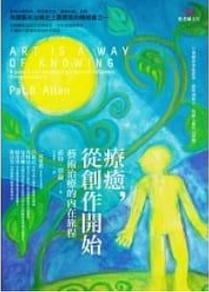
研究工具，質性資料含跨教師教學省思、學生學習經驗、社會實踐助益等三部分。教師教學省思上，以「教師觀察週誌」搜集資料，筆者將於移地至板橋榮家後（第 13 週開始）每週撰寫省思週誌，針對團體觀察、學生帶領團體情形等詳實記錄，作為督導之參考，以確保學生學習與團體帶領品質。學生學習經驗上，有「學習札記」、「小組團體記錄」、「小組期末心得簡報」等，了解學生對藝術治療的掌握及藝術陪伴的歷程。社會實踐助益上分為兩部分，第一為「接地氣的藝術—USR 分享會」，透過焦點團體訪談之社區專家、學生（藝術陪伴者）及參與長者之交流與對話，理解本次社會實踐之助益；第二為兩份長者問卷測驗。

長者問卷測驗，一份為吳治勳、陳慶餘、許志成及吳英璋（2016）所發展之「臺灣老化態度量表（Taiwan Attitude toward Aging Questionnaire, TAAQ）」，其是用以預測個人存活與身心健康的重要因素，其經探索性因素分析結果得到「負向老化自我覺知」與「正向老化自我覺知」兩個因素，每個因素各包含 8 個題項，共 16 題。另一份問卷為連廷嘉與鄭曉楓（2015）所編制之「老人幸福量表」，全量表包含情緒幸福、心理幸福和社會幸福，合計 9 題，內部一致性  $\alpha$  值為.910，此量表為單一因素，共 9 題，且可以解釋變異量為 59.67%。「老人幸福量表」計分方式以 Likert 五點量表，「1」表示非常不符合、「2」表示大部分不符合、「3」表示部份符合、「4」表示大部分符合、「5」表示非常符合，計算受試者在每個題目的得分高低，以了解其幸福感的程度，分數越高代表受試者傾向於高幸福感，分數越低則是傾向低幸福感。

## 五、教學暨研究成果

### (一) 教學過程與成果

#### 1. 「藝術治療專題研究」之教學簡報與參考書使用

 <p>參考書 1 《療癒，從創作開始： 藝術治療的內在旅程》</p>	 <p>參考書 2 《藝術本位團體治療 理論與實務》</p>	 <p>參考書 3 《創造性藝術治療》</p>
--	---	--

#### 2. 整學期之課程記錄

##### (1) 第 1 至 13 週 課室內藝術治療理論學習

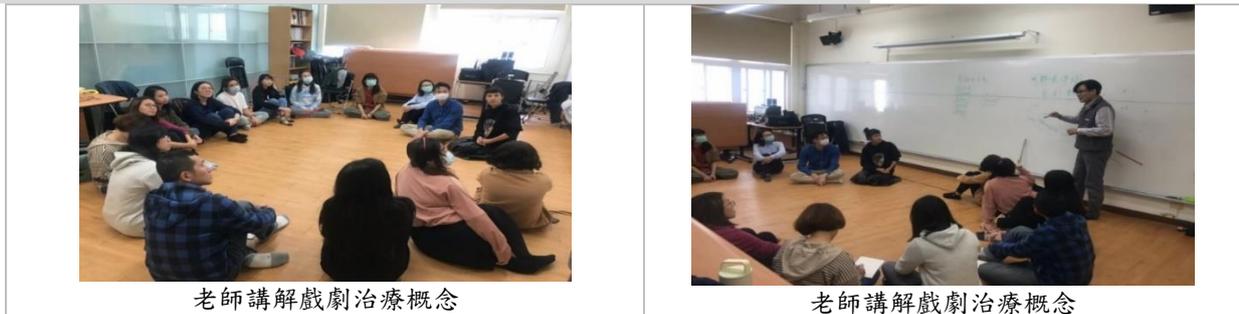
##### 109.09.24 榮民之家參訪 (第 2 週)



##### 109.10.24 外聘專家 吳佳慧老師【音樂治療講座】(第 5 週)



##### 109.12.10 外聘專家 張連強老師【戲劇治療講座】(第 13 週)



(2) 第 14 至 17 週 USR 實踐榮民之家長者藝療療癒課程紀錄

第一組 失智組 主題：「我的秘密花園」



我的秘密花園



創作，黏土花



創作，黏土花

第二組 失智組 主題：「藝起來歌廳秀」



藝起來歌廳秀



動動身體玩遊戲



動動身體玩遊戲

第三組 一般組 主題：「歡欣歡心」

藝術：也能很接地氣

教學團隊  
國立臺灣藝術大學研究生  
何書亞 / 許袁璋 / 吳芳姿 / 蔡慕亭

歡欣歡心



相見歡 團體約定小活動



黏土創作



黏土創作

第四組 一般組 主題：「餃子」

餃子

- 課程名稱：109學年度第一學期藝術治療專題研究
- 計畫名稱：藝術，也能很接地氣：邁向藝術陪伴者的歷程與社會實踐之助益
- 課程時間：2020/12/17~2021/1/7 (每星期四9:30~10:50)
- 課程地點：板橋榮譽國民之家
- 課程指導者：鄭曉楓
- 課程設計者：郝澍、林思妤、吳東穎、余方惟

餃子



藉由樂器互動



記憶中的旋律 創作歷程



記憶中的旋律手鐘體驗



課堂中老師塑造的那個環境，以及課程的創作空間，讓我覺得黏土捏塑的藝術治療的課程很自然，很放鬆，以及在後面的分享階段的時候，能與學生們一起討論，然後讓我覺得非常的自在，然後也可以慢慢的了解到一些藝術治療的創作歷程的感受（M01）。

整體而言，學生能在學以致用的狀況下瞭解藝術治療的理論內涵，對於初學者而言就是一種做中學的歷程。

## （2）關係流動：促進同儕間真誠的合作

在案例討論及藝術治療活動時，老師皆有安排小組討論，跟同學之間有相當多的互動，在運用藝術創作表達上有很充足的合作與練習，而編號 B、E、I、J 及 O 學生都提到在又一次的團體動力中都增進了情誼，如編號 J 學生提到，印象最深刻的片段是分享與合作，也能產生心流，相當珍貴與實在。

透過這個實作的活動，可以知道自己的...可能是外觀或者是一些上課的狀態，或者是一些當下的心情，其實學生們都感受的到，學生們會透過不同形式的圖畫跟創作，或者是一些符號來表達出對你的感覺，或者是觀感。那這個活動可以感受到學生之間，其實都蠻互相關心的，大家的觀察力都很敏銳，也更可以了解到雖然短短的可能一學期，甚至不到一學期的這個時間，彼此對彼此的感受是什麼（E01）。

可見，在藝術治療課中提供了同儕之間關係的流動，對於後續進行實踐也有了相互信任的基礎，而這樣的真誠交流是邁向藝術陪伴者之合作與共事，是相當重要的養分與前提。

## （3）世代交融：以同理心建立青銀連結

在板橋榮民之家實作，每個人都有機會擔任領導者、協同領導者、記錄者的角色。每個身分背後代表的都是不同的責任與分工，在領導者的部分，也與藝事務教育的「老師」概念範圍有不同，編號 B、C 及 D 學生提出身分調整上需有一些轉換。編號 A 及 N 提到，與榮家長者們建立關係，或許在話題上或熟悉度上，一開始覺得有難度，但在這之中都是一步步的學習。誠如 N 號學生表示，很少與長者們一起工作，剛開始其實不太知道怎麼樣跟長者們相處。

可是後來就是發現他跟我來自同一個地方的時候，我就覺得那連結感很深，然後整個在...從那一剎那開始，到接下來人進來，然後開始操作課程，我就變的知道說，我要往哪裡去，然後也知道怎麼，就是感受這個當下這樣（A03）。

隨著藝術陪伴的時間拉長，同學們開始理解如何與長者工作，編號 I 學生說，要進入狀況一起互動就要讓這些情感能夠發生；編號 F、H、I、K、M、N、O 及 P 學生有陪伴、有傾聽是很難得的經驗，而編號 E 學生感受到長者們的熱情，而長者對於學生的帶領，都回以禮貌和尊重。逐漸學生能以一種換位思考的同理心與長者相處，透過藝術治療活動創造了世代共融的連結，並珍惜當下。

會用換換位的方式去思考跟溝通，就不會一直以自己的歷程來做溝通，尤其是面對長者，另外應該就是會更珍惜當下，因為長者們的年紀都很大，你不知道對他們來說，他們的過去比未來還要長，就是未來比過去還要短，所以很多時候，加上今年又是疫情的關係，就不知道說，我們能夠陪伴他們陪多久，所以也會更珍

惜生活中的每個當下（O03）。

#### （4）人大於作品：體現藝術的助人力量

學生們肯定課程規劃使其在一學期的時間內，透過閱讀、討論、最後至榮家應用所學理論，收穫很豐富。特別是親身經驗了藝術是超越語言的，藝術是可以用來助人的。如編號F說，能更加的有耐心，以及提升聆聽的能力。在過程中，同學沒看到了藝術超越了藝術的本身，而在創作中、互動中，藝術療癒了長者，也療癒了自己。

覺得其實妳就是有參與藝術治療中，但那個中間其實真的很難用言語去表達（I03）。

不但能夠陪伴長者，也是長者能夠陪伴著我們，讓我覺得其實是我們被療癒了，與他們的相處過程中，能夠聽到他們的人生經歷的故事；在創作療癒的過程中，學習如何帶領他們，也跟著他們一起做創作的感覺，讓我覺得被療癒了（M03）。

過去學生們專注於藝術創作，用藝術專業表達自己的創作，但是透過這次藝術治療課程，同學們體會了人大於作品，人創作作品，人與作品的關係才是最珍貴的經驗，進而感受了藝術的助人助己力量。

#### （5）當下即治療：媒材能激發創意與希望感

學生們開始理解原來媒材也有一定的重要與意義，不同的媒材可以激發不同的感受、經驗與連結。特別學生們看到長者因為不同的媒材而產生喜悅、懷舊，甚至排斥感等，進一步深入探究就發現其中的巧妙。例如黏土，讓長者回想了過去童年經驗，甚至連帶分享童年的重要他人，又例如舊報紙、國旗等剪紙，也讓長者回想自己戎馬一生的愛國情操（榮民）。但對於較開放的創作，例如空白圖畫紙，長者則會感到恐懼與挫敗。

不同的媒材，可以引發不同的創意及趣味想像，長者們可以藉由使用媒材潛移默化產生的力量，然後去感受跟他人的互動。（P08）

藝術治療的媒材，讓藝術創作更有彈性與多元，編號B學生提到，透過藝術治療的方式能讓長者們更做自己；編號I學生體悟了藝術不再受限於年齡層，應該呈現的樣貌。學生們在藝術陪伴的過程中體會了當下即是治療，不同的媒材使用可以激發長者的創造力，例如黏土能透過自主捏塑來提升長者們的希望感與信心。

綜合以上結果，整體邁向藝術陪伴者的歷程共有五個內涵，如圖三所示。

圖三 邁向藝術陪伴者的歷程



## 2.社會實踐之對長者助益

### (1) 提升長者幸福感、正向老化態度，以及降低負向老化態度之效果

由整體參與長者為 24 名 (<30)，為了避免違反常態性假定，故採無母數相依樣本 Wilcoxon 符號等級檢定 (Wilcoxon Signed Rank Test) 分析。結果發現，幸福感  $Z = -0.503$ ， $P = 0.615$  ( $p > 0.05$ )、正向老化態度  $Z = -0.243$ ， $P = 0.808$  ( $p > 0.05$ )、負向老化態度  $Z = -1.189$ ； $P = 0.235$  ( $p > 0.05$ )，皆未達顯著效果。可見，正向表達性藝術療癒課程並未顯著提升整體長者之幸福感、正向老化態度，亦未顯著降低負向老化態度。

表 1 正向表達性藝術療癒課程對整體長者之成效

變項	整體前測		整體後測		Z	P
	M	SD	M	SD		
幸福感	32.46	7.581	32.08	8.219	-0.503	0.615
正向老化態度	29.42	9.668	28.08	5.625	-0.243	0.808
負向老化態度	24.79	10.946	21.42	3.900	-1.189	0.235

根據一般組的前後測分數，幸福感與正向老化態度都在正向表達性藝術療癒課程後略為增加，負向老化態度在正向表達性藝術療癒課程後稍微降低。依失智組的前後測分數，幸福感與正向老化態度都在正向表達性藝術療癒課程後略降低；然而，負向老化態度在正向表達性藝術療癒課程後有相當幅度的降低。

表 2 正向表達性藝術療癒課程對一般組之成效

變項	整體前測		整體後測		Z	P
	M	SD	M	SD		
幸福感	34.00	6.396	35.00	7.299	-.118	0.906
正向老化態度	28.67	5.015	30.58	5.775	-.550	0.582
負向老化態度	21.25	5.083	20.92	3.450	-.118	0.906

表 3 正向表達性藝術療癒課程對失智組之成效

變項	整體前測		整體後測		Z	P
	M	SD	M	SD		
幸福感	30.92	8.607	29.170	8.332	-1.38	0.178
正向老化態度	30.17	13.002	25.580	4.376	-0.902	0.367
負向老化態度	28.33	14.408	21.920	3.450	-1.847	0.065

### (2) 長者參與藝術療癒課之歷程

#### A. 一般組：注入青春活躍和開心樂趣

3-3 喜歡跟學生一起交流，3-5 覺得認識臺藝大學生很棒，3-6 表示能活化頭腦；4-1 覺得回到年輕時，4-2 說老人跟小孩一起活動，很快樂開心，4-3 覺得能獲取知識，學習，接觸新東西，4-4 能有個環境過不同的一天，4-5 和 4-6 表示參加活動非常開心。

#### B. 失智組：激發好奇心與成就感

2-4 對發亮星星很有印象；1-6 對最後一堂小房子的創意最有印，2-1、2-3 都喜歡，獎狀很高貴；2-2 喜歡唱歌；2-4、2-5 喜歡貼國旗的活動。

在社會實踐之助益方面，正向表達性藝術療愈課程並未顯著提升整體長者之幸福感、正向老化態度，亦未顯著降低負向老化態度。正向表達性藝術療愈課為長者注入青春活躍和開心樂趣，也激發長者的好奇心與成就感。

## 六、建議與省思

### (一)教師教學個人省思

感謝教育部教學研究計畫的支持，讓這一次課程結合 USR 得以成行。我們合作的機構的對象是鄰近本校旁邊的板橋榮民之家，學生們先在課室學習藝術治療理論，之後實際帶領長者進行為期四週的，每週 90 分鐘的藝術治療。

課程一開始就面臨了非常大的挑戰，包括這次修課的人數遠遠超過想像，共有 16 位學生。如何帶領 16 位學生到機構實踐絕對需要事前安排的妥善，畢竟希望每一位學生都能在 USR 實踐過程中，都實際獨當一面帶領長者的機會，所幸課前與板橋榮民之家相當密切的聯繫與規劃，我們順利地完成了這次「在地鏈結、藝術陪伴」的任務。

在過程中不但實現了整體課程的目標，更難得的是透過做中學去實踐，讓師、生、機構及長者多方受益。教學最大的體悟就是「當你願意放手，會看見學生的潛力」，一開始還擔心學生助人專業知能有限，要落實藝術治療精神有一定的困難，但殊不知誠如學生訪談回饋的，同儕的交流、互助等力量是最可貴的，彼此智慧的激盪使得藝術治療理論能大大地體現在 USR 的過程中，也讓我深深了解「以學生為中心」的精神與底蘊，也看見了自己原初滿滿擔心與放不下的「教師中心」。

值得改進的部分，整體課程在第 18 週進行成果發表，而其重點在於「長者藝術療愈課程」實踐的歷程與省思（14~17 週）。或許未來可以再多預留一週，進行「整體課程」（1~17 週）的交流與討論；也就是更後設的回顧，從課室內的理論學習、知識轉化成方案、實踐歷程、長者收穫、自我收穫等觀點來討論與省思，相信更能帶領學生深度的檢視其在學習藝術治療上的啟發。另一方面，本次計畫對於學生的學習效益主要是透過質性歷程來了解，未來可增加前、後測之測驗量表，或許更能理解學生除了藝術治療專業成長以外的其他收穫，例如自我效能、幸福感等。

### (二)對教學所遭遇實務問題之省思

- 1.課程規劃：本課程試圖囊括太多學習內涵，加上扣除至場域的實踐週數(14~17 週)，使得學生在 13 週內必須消化所有的學理知識並轉化為實踐方式。
- 2.教學方法：在課堂的實作活動比例過多且耗時，使得藝術治療學理深究的時間不夠充裕，降低學生在實踐場域所遇到困難的應變力。
- 3.學習評估：過於以質性評量為主，缺乏量化資料佐證學習成效。
- 4.實踐場域：本次研究結果量化呈現不顯著，從質性分析的脈絡上推測，可能是本研究者對長者族群的理解，以及其可能在長者藝療課程之受益等理解有限，以致採用了不適合的測量工具。

### (三)未來應用於教學實務現場之建議

- 1.課程規劃：精簡並聚焦於重點理論知識，使學生有足夠時間內化、反思並轉化為實踐方式。
- 2.教學方法：調整課堂中實作與理論探討之比例，並增設情境演練，以提升學生至實踐場域的應變力。
- 3.學習評估：增加量化問卷資料，以驗證整體學習成效。
- 4.實踐場域：對長者族群的理解，以及其可能在藝療課程之受益有更充分的認識與剖析，並進一步選擇適合的測量工具，以驗證社會實踐之助益。

## 參考文獻

- 李新民 (2017)。懷舊課程的發展及其對客家老人幸福感的影響成效分析初探。《樹德科技大學學報》，19 (2)，25-49。
- 國立臺灣藝術大學 (2019a)。研究發展處 107 學年度近中長程校務發展計畫執行項目總表。2019 年 12 月 1 日，取自 <https://ord.ntua.edu.tw/c02.asp?MH=1079>
- 國家發展委員會 (2018)。中華民國人口推估 (2018 至 2065 年) 報告。2019 年 10 月 22 日，取自 [https://www.ndc.gov.tw/Content\\_List.aspx?n=84223C65B6F94D72](https://www.ndc.gov.tw/Content_List.aspx?n=84223C65B6F94D72)
- 許禎容、黃秀雲、陳忠宏、黃家玉 (2017)。評估社會支持藝術團體方案介入男性老人人際互動成效之研究。《社會工作實務與研究學》，4，31-58。DOI：10.6690/JSWPR.2017.4.2
- 陸雅青、周怡君、林純如、張梅地、呂煦宗譯 (2008)。藝術治療-心理專業者實務手冊。臺北市：學富文化。
- 楊淑慧、吳麗芬、謝承恩、林鉅勝 (2018)。運用結構方程模型探討榮民之家老年男性住民生活品質的預測因子。《台灣老年醫學暨老年學雜誌》，13 (1)，45-57。
- 溫芯寧、吳宏蘭、康思云 (2016)。藝術創作活動於長照機構老人實務應用。《臺灣老人保健學刊》，12 (1)，22-36。
- 衛福部長照專區 (2019)。長期照顧的整體政策藍圖。2019 年 10 月 23 日，取自 <https://1966.gov.tw/LTC/cp-3635-42393-201.html>
- 賴念華 (2003)。表達性藝術治療團體對災區婦女創傷之效果研究。《高雄師大諮商輔導文粹》，9，81-102。
- 賴念華 (2009)。表達性藝術治療在失落悲傷團體之效果研究。《台灣藝術治療學刊》，1 (1)，15-31。
- Cohen, G. (2009). New theories and research findings on the positive influence of music and art on health with aging. *Art and Health*, 1(1), 48-63.
- Johnson, C. M., & Sullivan-Marx, E. M. (2006). Art therapy: Using the creative process for healing and hope among African American older adults. *Geriatric Nursing*, 27(5), 309-316.
- Kim, S. (2013). A randomized, controlled study of the effects of art therapy on older Korean-Americans' healthy aging. *The Arts in Psychotherapy*, 40(1), 158-164.
- Maichiodi, C. A. (2005). *Expressive therapies*. New York, NY: Guilford Publication.
- National Center of Creative Aging. (2019). *Why the arts?* Retrieved from <https://creativeaging.org/about/why-the-arts/>
- Rogers, N. (1993). *The creative connection: Expressive arts as healing*. Palo Alto, CA: Science and Behavior Books.
- Siegel, J., Iida, H., Rachlin, K., & Yount, G. (2016). Expressive arts therapy with hospitalized children: A pilot study of cocreating healing sock creatures. *Journal of Pediatric Nursing*, 31(1), 92-98. doi: 10.1016/j.pedn.2015.08.006
- United Nations Economic Commission for Europe. (2019). *2018 Acting aging index: Analytical report*. Retrieved from <http://www.unece.org/info/ece-homepage.html>
- Wald, J. (2003). Clinical art therapy with older adults. In C. A. Malchiodi (Ed.), *Handbook of art therapy* (pp. 294-308). New York, NY: The Guilford Press.
- World Health Organization. (2002). *Active ageing: A policy framework*. Geneva: World Health Organization.

【109 學年度表達性藝術療愈課程學員基本資料】

1. 姓名:

2. 年齡(實歲):

3. 居住榮民之家的時間共: \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月

4. 家庭成員與概況

5. 教育程度:  國小  國中  高中  大學  其他

6. 主要使用語言:  國語  閩南語  客家語  其他

7. 喜歡畫畫的程度:

很喜歡  還可以  不喜歡  其他

8. 喜歡音樂的程度

很喜歡  還可以  不喜歡  其他

9. 喜歡戲劇的程度

很喜歡  還可以  不喜歡  其他

10. 退休前的主要工作經驗:

11. 參加本課程的原因

12. 希望在本課程的收穫

## 老人幸福量表

編號: 前 / 後測

日期/時間:

題  
號

題目

非常符合  
大部分符合  
部分符合  
大部分不符合  
大部分符合

1	我過得滿幸福的。	1	2	3	4	5
2	我滿意現在的生活。	1	2	3	4	5
3	我常常體驗到喜悅。	1	2	3	4	5
4	我覺得我充滿能量。	1	2	3	4	5
5	我可以掌握自己的生活。	1	2	3	4	5
6	我信任我的朋友。	1	2	3	4	5
7	我可以為社會做出貢獻。	1	2	3	4	5
8	我覺得我屬於某個團體。	1	2	3	4	5
9	整體而言，我是快樂的。	1	2	3	4	5

## 台灣老年生活問卷

以下問題想藉重您的人生經驗，請教您對老年生活的看法。請以您「現在」的想法與感受，回答您對下列描述內容的同意程度，並在每個題目右邊的數字做圈選

請按照您同意的程度，在每個題目右邊的數字做圈選					
選「1」表示您「非常不同意」該描述	非		有		非
選「2」表示您「不同意」該描述	常		點		常
選「3」表示您「有點同意」該描述	不	不	同	同	同
選「4」表示您「同意」該描述	同	同	同	同	同
選「5」表示您「非常同意」該描述	意	意	意	意	意
1. 我覺得自己老了	1	2	3	4	5
2. 我有時間可以做自己有興趣的事	1	2	3	4	5
3. 我能活到現在這個年紀就是件值得恭喜的事	1	2	3	4	5
4. 我無法照顧自己	1	2	3	4	5
5. 我是固執且不願意改變的	1	2	3	4	5
6. 我享受現在的生活	1	2	3	4	5
7. 我是有智慧的	1	2	3	4	5
8. 我覺得我能幫助我的家人	1	2	3	4	5
9. 我是衰弱的	1	2	3	4	5
10. 我是愉快的	1	2	3	4	5
11. 我的頭腦不清楚	1	2	3	4	5
12. 我是慈祥、溫暖的	1	2	3	4	5
13. 我覺得沒有安全感	1	2	3	4	5
14. 我感到沮喪	1	2	3	4	5
15. 我是寂寞、孤單的	1	2	3	4	5
16. 我對我現在的生活感到滿足	1	2	3	4	5

## 附件二 訪談問題

### 【課後焦點訪談大綱（學生）】

- 1.這門課的課室教學中，印象最深刻的片段？為什麼？
- 2.榮家實作的經驗中，印象最深刻的是什麼？為什麼？
- 3.你在這門課中，你最大的收穫為何？為什麼？
- 4.修完課後，妳對於自己的專業有什麼新的見解？
- 5.你覺得透過藝術治療，你對長輩點助益為何？
- 6.針對這門課的設計與安排，你有何建議？（教科書、作業、榮家實作、教學方式…）
- 7.你覺得藝術治療這門課，還可以對社會有什麼貢獻？

附件三 實踐紀錄影片連結

藝術治療專題課程與板橋榮譽國民之家實踐之紀錄片

<https://reurl.cc/E2MVLR>

