

走入社區，跨代交流—— P大社工系學生參與社區關懷據點健康促進之經驗

全秀蘭、洪筱蘋、柯琇慧、王秀燕

壹、前言

銀色海嘯席捲全球，正以驚人的人口變化速度前進，人口高齡化和持久地的後果給社會提供巨大機會，但也帶來挑戰。在國內社區關懷據點成為因應人口老化的社區照顧重要服務項目之一，社區照顧關懷據點提供四項服務，其中健康促進項目，依據林妙芬與邱怡玟（2022）對於「老人社區關懷據點活動參與及自覺健康之現況調查」發現高齡者自覺健康狀況皆達水平之上，有工作及與配偶同住的老人，且持續參與據點活動的老人自覺「生理」健康顯著較佳，社區關懷據點是長者維持積極社會參與重要場域，建議活動應持續不間斷，以建立老人從事健康促進習慣，增加與他人互動、接觸機會，而社會網絡支持有助於預防及延緩身心功能衰退。然而據點健康促進活動大多由中高齡志工設計執行，較不具結構性、系統性及

變化性，如能引進年輕世代發揮專業共同參與可豐富健康促進內容。

2018年教育部推行大學社會責任計畫聚焦在地連結、人才培育、國際連結等面向及各項議題，USR計畫在大學社會參與中扮演重要角色與推手，該計畫鼓勵學校發揮專業知識及創意，改善學用落差；促進在地認同與發展。因此，提供一個很好契機讓大學有機會與在地連結，P大學持續參與USR計畫學生以自主團隊模式成立社區照顧種子隊參與社區關懷據點健康促進方案設計，以青銀相互學習方式進行，實踐青銀共融。

近年來世界各國均積極推動代間方案，以提供樂齡族群終身學習及改變年輕人對高齡者態度的接觸機會（Canedo-García et al., 2017）。本研究目的在於因應時代趨勢，在大學社會責任計畫下，以P大社工系學生在大學「專業服務學習」班隊結合「課程」實作下，實踐青銀共

學，瞭解其參與過程成長與改變、挑戰等，以提供發展青銀共融相關方案之參考。

貳、文獻檢視

一、青銀共學

年齡會不會有刻板印象？楊培珊與梅陳玉嬋（2011）認為社會環境對老人不友善其刻板印象描繪出老人是不健康、缺乏彈性、失能的而且與世隔絕的。彭懷真（2014）研究指出老人受到歧視，如被認為沒有生產力、對社會沒有貢獻、甚至消耗大量的醫療費用會造成社會負擔，而成為依賴人口。隨著人口高齡化，創造青銀互動，增進不同世代彼此認識交流與互信，可降低對高齡者偏見、歧視。簡嘉佑（2022）提到教育單位面臨少子化，強調「青銀共學」是解決少子化衝擊的良好的路徑之一，也是滿足高齡族群自我充實的途徑，青銀共學發展可增進代間合作促進社會共融發展。

二、青銀共學概念與青銀代間學習效益

Kaplan（2001）定義代間學習為高齡者和年輕者之間相互學習，且具有意義和持續性的資源交換。代間學習（intergenerational learning），著重由某一代幫助另一代的學習，通常由機構來辦理，且有其某些特定目的，不強調學習

的內容，而重視兩代之間的互動（林宜穎，2005）。劉嘉仁（2019）更指出「青銀共學」的目的在於讓長輩們持續與社會及年輕人保持聯繫，並透過這一過程建立雙方的同理心。年輕人能從長輩豐富的生命經驗中獲益，而長輩們則能學習到年輕人的新觀念與進步思想。這樣的互動不僅能改變長輩們的舊有觀念，注入新的思維，同時也有助於增強他們的自我認同提升對社區的適應能力。

劉樹忠（2019）認為青銀代間學習具有五點效果：（一）共同參與活動增加互動；（二）年輕世代有機會從高齡者身上學習豐富人生經驗；（三）高齡者能藉由與年輕世代相處的過程中學習到新技能；（四）年輕世代與高齡者間能互相分享；（五）活絡不同年齡層間的溝通互動以產生不同以往的認知態度。林美杏等人（2020）提出安排高齡者直接與年輕世代正面的互動接觸，可產生新的瞭解與體悟，有效提升對銀髮族的正向態度。因此，透由代間融合共學過程中，也讓年輕人逐漸熟悉與年長者互動交流，在態度與思考方式上能展現正面能量，促進跨代融合，在教育領域實踐社會責任。

三、P大大學社會責任計畫青銀共學專業服務

P大學社工系專業服務學習兩個班隊（○晉、○滿共學好生活專業服務學習）

參與大學社會責任計畫青銀共學方案是社工系老師自發性帶領學生組織而成，主要是透過參與社區照顧關懷據點健康促進（單元設計）融入青銀共學，過程中長輩持續與青年學生保持互動，藉由彼此技能學習，改變原有認知以及態度，世代間互相協助，以完成學習任務。第一代加入班隊成員修習專業科目，經過面試後參與專業訓練（活動單元設計、高關懷之老人訪視技巧、內外資源結合與運用等）成為社區服務種子隊，帶領修習「社區工作」、「非營利組織管理」課程學生參與社區關懷據點健康促進與高齡者關懷訪視實作與體驗（靜宜大學社工系，2015）。自104年第一學期起與社區合作模式獲得社區肯定，目前傳承到第九代，本研究參與者主要以目前在學中已參與一年以上學生為主。

參、研究方法與設計

本研究深度訪談社工系參與大學社會責任計畫青銀共學方案學生。主要聚焦研究參與者個人的主觀感受（*perception of self*）、體悟與經驗，藉由對話讓研究者得以獲取瞭解及解釋研究參與者對青銀共學的認知（Minichiello et al., 1995），故適合質性研究。

一、研究參與者選取與方法

本研究場域為社區照顧關懷據點，是由社區發展協會自主性向縣市政府提案申請設置據點，結合當地人力、物力及相關資源進行社區需求調查，提供在地老人預防照護服務。

本研究抽樣方式為立意取樣，意旨選取資訊豐富的個案進行深度訪談，本研究旨在瞭解社工系學生參與青銀共學之經驗，透過隊長推薦持續服務且對青銀共學有深度瞭解之7名學生，研究者向其說明研究目的並徵求同意接受訪談（表1）。研究參與者選取需具有以下特質：

- （一）現為P大社工系大四學生已修習社區工作、團體工作、老人社會工作、社區照顧、方案設計與評估、高齡相關專業訓練者。
- （二）在學期間已持續參與大學社會責任計畫青銀共學之經驗一年以上。
- （三）大學社會責任計畫青銀共學種子隊學生。

二、資料蒐集及分析

本研究以半結構式訪談大綱進行深度訪談。訪談大綱根據研究目的和諮詢專家意見編製，以靈活方式進行不脫離主題，根據情境和參與者回答的內容調整問題順序。在資料分析中，將訪談內容轉譯為逐

表 1 研究參與者訪談對象基本資料表

代號	性別	年齡	教育程度	社會服務年資	青銀共學年資
S1	男	21	大學生（大四）	3年	1.5年
S2	男	21	大學生（大四）	3年	1.5年
S3	女	21	大學生（大四）	2年	1.5年
S4	男	23	大學生（大四）	2年	1.5年
S5	男	21	大學生（大四）	1年	1.5年
S6	女	21	大學生（大四）	2年	1.5年
S7	女	21	大學生（大四）	1年	1.5年

資料來源：研究者整理。

字稿，進行編碼，歸納初步的研究概念，然後進行跨個案的資料分析，找出重要的議題形成主題，最終與研究目的相呼應，提出研究發現。

三、研究方法之檢驗

研究參考Lincoln與Guba提出的四項指標為可信性、遷移性、可靠性、可驗證性檢視質性研究品質（鈕文英，2024）。本研究在可信性上採三角查證方式，實際作法為本研究透過外部同儕檢核、受訪者檢核逐字稿、不同資料來源檢驗等，檢視對研究資料所做的解釋，發展或修正研究設計確保研究參與者觀點真實呈現，提高研究

結果的信賴度；遷移性為研究參與者選擇以參與高齡服務經驗學生為主，可有效的描述感受與經驗，並轉譯成文本資料，透過厚實描述（thick description）與詮釋過程，將研究參與者的感受與經驗，透過文字、圖表與意義交互運用過程達到目標；可靠性透過策略運用，如重視事件的描述與組合增加研究結果的內在信度；可驗證性為本研究分類整理過研究資料包含訪談紀錄、檔案等，以檢核研究結果是否確實扎根於蒐集資料。

四、研究倫理

本研究遵守知情同意原則（訪談前

用研究參與者理解語言說明、可中斷或退出)；注意匿名與保密原則，其名字或易辨識其身分之資料，採匿名方式以保障其隱私，藉由上述方式以維護研究參與者權利，遵守避免生理傷害原則(諾伊曼，1997/2000；鈕文英，2024)，本研究在訪談時研究者先作事前相關評估，確保受訪者在安全、自然、舒適環境下進行。

肆、研究結果

一、參與關懷據點青銀共學

(一) 參與關懷據點青銀共學的原因

大學社工系學生參與青銀共學原因主要是修習「社區工作」課程、學長姊引導和推薦以及挑戰不同領域的興趣。

修習社區課工作課程……，實作課先跟○滿社區長輩互動，再加上那時候加入青銀共學好生活社區照顧服務種子隊，隊長是認識的學長，之前有跟他參加過服務性質的社團……(S1)

○○老師很積極推動青銀共學的種子社團，因那時修社區工作課程，她有請學長姐進班來宣傳，當下聽了覺得好像是我想做的事情，就加入了青銀共學的社團……(S4)

參與青銀共學原因有的是因學長姊從事服務後的分享，引發研究參與者想

加入，如S7她提到：「認識的學長姊在種子隊從事服務的分享，讓我覺得很不錯，就報名參加面試通過後就開始加入……」。

研究參與者認為可以接觸不同領域，S2認為「之後可能會走兒少領域，但想要接觸不同的領域……」；S3持同樣看法：「我覺得很有趣且具有挑戰性……」；S6提到：「覺得說好像可以接觸不同領域，加上是先去參加○滿社區的志工，所以才會碰到青銀共學」。

(二) 和高齡者的互動方式

研究參與者認為主要互動方式是從生活細節的關心開始，透過詢問長者經歷和生活故事與過往興趣，耐心傾聽他們分享的話題和在意的的事物，讓長者感受到溫暖與尊重。

1. 關心生活細節開始

S1、S5、S6與長輩聊日常生活狀況，互動方式從生活細節開始。S1說：「咍……比較老套一點會關心生活狀況……」；S5說：「一開始會跟他們先打招呼，問他們早餐吃什麼啊……」；S6亦說：「也是關心他們一下他們生活上的一些事情」。

2. 回憶在意事物與傾聽

耐心傾聽長輩分享的話題及在意的的事物。S2說：「問他們以前的事情，生活過的地方經歷啊……」；S3亦說：「我

覺得主要耐心聽長輩訴說他們比較在乎的事物……」。

3. 自然對話、調整語氣與肢體語言

S4從小常與長輩互動分享：「其實我蠻習慣和長輩互動是滿自然的……」，S7根據長輩的反應調整音量和語氣，讓長輩感到愉快：「我會調整語氣用較誇張語氣、肢體語言，長輩就會笑很大聲……」。

二、參與社區照顧關懷據點青銀共學過程與改變

(一) 參加關懷據點青銀共學前

1. 對於高齡者的認識

研究參與者對高齡者刻板印象，如行為像小孩、說話反覆、喜歡吃糖、行動緩慢、不會用國語交談、有隔閡、情緒低落、學習停滯、不喜歡參與活動沒興趣、思想保守固執、強勢、身體機能退化、社會參與率低等。

(1) 話語反覆、行為像小孩

S2認為：「高齡者講話覺得會反反覆覆某些行為像小孩，喜歡吃糖果，一點點的刻板印象……」。

(2) 行動慢隔閡深、學習停滯

S7分享對長者印象為：「我覺得一開始會有一些刻板印象，如行動緩慢、不會用國語交談、和年輕一代有隔閡、情緒低落、學習停滯等等」；S4則說：「年

紀大缺乏和外界互動行動受到限制，可能在肢體上會比較退化……」。

(3) 身體機能退化需被照顧

S1及S5觀點一致認為長輩年紀大了，身體機能退化是需要被妥善照顧的。S1說：「高齡者年紀大了他們，需要被妥善照顧，有一點點的刻板印象」；S5亦說：「身體機能比較退化，需要被妥善照顧……」。

(4) 社會參與率低

有些長輩不太喜歡參與活動，對其他事情沒有興趣及溝通上有問題，S3他這樣回答：「不喜歡參與活動、對什麼事情也沒興趣和長輩溝通上可能會有問題等等」；S6亦表示：「他們就只會在家附近活動，也沒有參加過什麼類似社區一些聚會，……社會參與率也比較低」。

從研究參與者對高齡者初始印象發現與過去研究相似，楊培珊與梅陳玉嬋（2011）認為社會環境對老人不友善，其刻板印象描繪老人是不健康、缺乏彈性、失能的、與世隔絕的；彭懷真（2014）研究指出老人受到歧視，如被認為沒有生產力、對社會沒有貢獻、甚至消耗大量的醫療費用會造成社會負擔，而成為依賴人口。

2. 參與關懷據點青銀共學事前準備

參與青銀共學需具備主動性、耐心及心理準備，並對組織與長者特質有充分認

識，掌握專業知識及活動設計能力，以促進良好的互動與學習。

(1) 主動性

耐心溝通、調適與充分準備：S1覺得必需要能開口說話，有耐心作好心理建設及作功課，S1說：「必需是要能開口說話，要有耐心，要事先作心理建設要作功課」，S2回應：「我希望能自我調適，作好心理準備與功課」。

積極、真誠、韌性與練習臺語：與長輩相處如同對待親人般自然自在，也要積極、真誠、韌性與練習臺語，S5分享：「先做好和長輩的相處練習，愉快的心，要練習一些臺語，用臺語來訓練自己實際對話」；S3亦說：「你要真誠的去做這一件事情，不是為了一份作業完成才來和長輩互動，還有一個很重要的是韌性……」；S7亦表示：「心態要積極、要有設計活動能力及會臺語和修習高齡者相關理論、口語表達與互動技巧等等……」。

(2) 對組織與長者特質認識

認識社區運作與長者需求：S4覺得對社區及組織運作及流程等要瞭解，他說：「要知道社區運作，認識組織的內容，知道活動的流程」；S6說：「需要先去設想一下我們要做什麼主題，然後針對他們功能興趣做方案的撰寫，再來就要去做道具啊……」。

(3) 具備專業的知識

修習與具備專業課程，如修習過團體工作、老人社會工作、社區工作、方案設計、長照相關課程等及活動設計與規劃。

S3認為：「專業知識至少要修習過團體工作、老人社會工作、方案設計相關課程等」；S4亦說：「要有修過社區工作等專業知識及方案設計的技能」；S7亦回應：「至少要修習過社區工作、老人社會工作課程等」。

(4) 活動設計與事前演練

S5認為：「根據長輩的身體狀況去規劃他們可以進行的活動」；S6亦說：「會是主要我們在設計上目的」；S1表示：「適不適合長輩或事前先經過演練再帶入活動」。

(二) 參加關懷據點青銀共學期間

1. 對高齡者初始看法的改變

原以為高齡者互動會有隔閡，實際互動後發現他們主動性高、態度活潑，樂於分享生命經驗，且願意參加活動，具備良好的學習能力。

(1) 主動性高、態度活潑

S1回應：「我亦發現有蠻多長輩只是來參加而靜靜坐在旁邊，不過經過幾次活動，長輩慢慢會跟其他人有互動……」；S6亦回應：「他們的主動性其實蠻高的，然後服從性也蠻高，整個態度就是會比較活潑」。

(2) 樂於分享生命經驗

S2說：「他們樂於分享生命經驗或者是他們人生發生的事務……」；S5亦說：「溝通就是分享他們的生活情況，感覺長輩比較好互動……」；S3則回應：「我發覺長輩接受度很高，……也不會有代溝，他們可以開心和我聊天……」。

(3) 樂意參與活動及學習能力佳

他們其實蠻接納我們去社區，很願意參與我們的活動，和我們一開始設定的本來不一樣。(S4)

我覺得一開始認為長輩學習停滯，但和他們互動後發現長輩能力比想像中來的好……。(S7)

2. 青銀共學的方法

青銀共學的方法包含一起學一起完成學習目標、一對一服務及引導示範、相互提點指導、青銀互助-傳承與新知交流等。

(1) 一起學習共同完成學習目標

S1覺得讓長輩開心學習很重要的：「我是跟阿公阿媽一起來學習的，一起完成學習這件事，讓阿公阿媽開心是很重要的」；S6則認為：「透過進入社區服務我們一起學一起在成長……」。

(2) 一對一服務及引導示範

S2回應：「我們盡量做到一對一或一對二的服務，每個人可以專心對每位長者」；S5說用引導跟示範帶領長輩：「做的時候就是一步步的引導長輩，

讓他跟著去做讓他自己動手，引導跟示範」。

(3) 成為彼此老師

S3認為：「多多讓孩子教導長輩也讓長輩變成老師，多提點他們，讓他們彼此可互相指導」；S4說：「長輩做不到事情我們會鼓勵慢慢達成……」。

(4) 傳承與新知交流

長輩在懷舊課程，例如小時候零食、童玩，就會介紹，長輩會露出滿意笑容覺得很有成就感；我們教導長輩新知如手機教學，使長輩學到手機的功能……。(S7)

3. 學習過程中青銀交集

知識交流重視平等性，從長者視角理解不同世代，建立互學夥伴關係，透過同理心與訊息傳遞，促進觀念思維、經驗分享及互動交流。

(1) 知識交流平等性

S1表示：「聽長者們的故事時我覺得自己好像亦參與其中……，我可以從長者角度看到不同的世代」；S7則認為：「我覺得交集有知識交流平等性、營造及共鳴，當彼此瞭解同理傳遞訊息與知識……」。

(2) 產生共鳴

不同世代理解與交集會產生共鳴，如S2認為：「我覺得是觀念，他們所經驗過的每件事，是交流也產生交集」；S3在過程中認為同一個單元活動會有共同的

目標，她提到：「在同一個活動時一定會有共同的目標，有自己意見和想法，彼此互動會一起努力達成目的……」；而S5認為是活動內容會產生共鳴，他說：「針對活動內容會產生一些共鳴，就會跟我們學生分享……」。

(三) 參與青銀共學後的改變

1. 參與青銀共學後改變

年輕人會主動關懷長輩，長輩勇於分享作品，打破刻板印象，透過互動建立良好關係，促進青銀賦權、彼此成長獲得新的體悟。

(1) 主動關懷長輩、長者勇於分享作品

S1說明：「對於長者我會主動關心健康狀況關懷問候……」；S2則表示：「長者會願意上臺作分享漸漸改變也願意互動了，勇於講述作品製作心得……」。

(2) 打破對高齡者刻板印象

對我們大學生是累積我們的經驗，影響我們對長輩及孩子的認知，打破之前對長輩的刻板印象……。

(S3)

可以藉由活動接觸學習到新的東西，不同背景和生活經驗帶給彼此不同的想法……。(S4)

「對我們就是瞭解怎麼和長輩交談、建立關係……。(S5)

(3) 青銀賦權，社區學習課程更多元

S6回應：「其實對我們專業都會提升，對於長者他們去多跟人連結，那他們在社會參與度就會比較高」；S7則認為：「第一專業知識運用，更能瞭解高齡特質；第二賦權長輩，當長輩把他的智慧和知識傳遞給我們，讓他肯定自我是很有成就感及有用的人；第三是年輕的一代給據點帶來更多活力和火花，讓社區學習課程更多元」。

共學促進不同世代之間的經驗分享與知識技能互學，改變觀念認知，建立夥伴關係，成為重要的互動溝通與認識的途徑。

2. 新體悟

新的觀念強調透過同理心打破代溝，長輩需陪伴與關心，適當的互動方式能促進社會參與，激發長者接受挑戰性活動的動力，並有助維持健康，提升社會參與度。

(1) 同理打破藩籬

與長輩相處，要從他們的角度思考問題，S1說：「有了新的想法像同理心，長輩們要的很簡單其實就是陪伴和關心」，S7分享：「體悟是年齡雖有界限，但在彼此理解與同理下仍然可以打破這個藩籬，共同完成任務過程……」；S4則說：「和長輩相處的體悟是互動要軟硬兼施……」。

(2) 長輩有動力，促進健康

S5說：「體悟長輩是非常有動力，比較可以接受挑戰性的活動」，S6則說：「我覺得是好好保持健康ㄟ，那基本上就是你要會自主的行走啊……」。

3. 鼓勵學弟妹參與青銀共學

鼓勵學弟妹參與青銀共學能探索不同領域，申請老人領域實習時加分，參與社團可累積實務經驗，提升溝通技巧及方案撰寫能力，帶來更好服務與學習新模式。

(1) 探索不同領域

S1說：「我會鼓勵學弟妹參與社區服務這樣的活動，而且會推薦相關社團活動……」；S2亦說：「我會鼓勵學弟妹參與社區服務工作，因為我覺得讀社工系就要多摸索不同的領域……」。

(2) 實習加分、增加社團經驗與溝通技巧

S3覺得累積經驗外有加分作用：「可以增加自己經歷，你參加這些活動就會比較加分作用，參與社團累積與老人接觸的經驗」；S4認為可增進溝通技巧能力，「我會鼓勵學弟妹參與，因為這個活動可以增進很多與人溝通的技巧的能力，……」；S5亦分享：「學弟妹他們來參加會累積一些就是實務經驗……」。

(3) 提升方案撰寫能力，創新服務學習模式

S6認為：「會，對於他在建構他的方案的思維會比較好，未來的一些撰寫

方案的能力會比較好……」；S7回應：「會喔！參與社區的青銀共學方案，可以帶來更好的服務和學習的新模式……」。

三、落實青銀共學方案效益與發展

(一) 落實青銀共學方案效益

1. 增強與社區連結，關注在地議題

大學社會責任著重於與社區合作，關注在地議題如高齡需求，透過大學生參與，促進世代共融，增強學生社會關懷，並推動青銀共融方案發展。

(1) 學校是社區重要服務資源，帶來雙贏

學校服務隊願意作社區陪伴，加上學校的推動支持，學校成為了政府部門重要的社會資源……。

(S1)

學校跟社區周圍的親情連結，提供附近的社區更多的資源。(S5) 在社區做的連結，是難得的機會，進到社區，彼此雙贏局面……。

(S4)。

(2) 提早接觸高齡者，理解需求

S3說：「年輕人可以多接觸長輩，如何來幫助長輩……」；S4則說：「社區是長者生活的一部分，學校一直有新生進入，對於兩者皆有好循環的過

程……」。

(3) 提早關注高齡議題，未雨綢繆

S6認為：「學校去社區做連結，讓我們在求學過程中就是一直在去關注社會上，那我們出社會後可跟上社會步調去做改變」；S7表示：「人口快速老化，讓學生提早關注這議題，當面臨迫切需求才有能力因應和面對……」。

2. 青銀共學從在地需求實踐SDGs

青銀共學以在地需求為基礎，透過大學生陪伴長者，激發社區活力，促進代間融合與SDGs實現，創造互利共贏的永續社會環境。

(1) 理解長者的需求共學的力量

S1說：「持續活動可幫助到長輩生活更充實不會孤單」；S5認為：「家訪也可以讓我們知道社區內的一些獨居長輩的狀況」；S2則表示：「長輩在家裡不要那麼孤單至少有人可以陪伴照顧……」。

(2) 促進世代融合

S3、S4、S7均持相同看法，認為是促進世代融合，S3說：「落實社會責任可讓大學生服務在地長輩，同時可以讓社區保持活力……」；S4表示：「青銀互相合作有落實永續發展的社會責任，大學每年有新生可到社區，社區提供服務知識的機會，兩者有好的循環」；S7亦表示：「高齡議題是大家應該有責任一起解

決……」。

林美杏等人（2020）認為安排高齡者直接與年輕世代正面的互動接觸，可產生新的瞭解與體悟，有效提升對銀髮族的正向態度，此與本研究發現是一致的。

(二) 推動青銀必要性

青銀共融方案順應時代趨勢，結合理論與實踐，提升大學生自主思考能力，促進世代間的相互理解與合作。

1. 時代趨勢

S1、S5、S7說明實務經驗重要S1說：「我是屬於那種在實務經驗中找到我不足的地方然後作修正……」；S5也說：「學生累積實務經驗，讓附近的長輩就是生活比較有不一樣的內容」；S7也回答：「提供學生有機會去接觸這個方案，學習無法從書本學到的實務……」。

2. 增進青銀相互理解

推動青銀必要性S2認為：「當老人越來越多時如何將老人與社會作結合，不要讓他們有太多的孤單，至少有人照應」；S3也說：「對於學生來說，知道現在長輩的需求、注意的事情可和新一代的年輕人做交流……」；S4看法他說：「讓年輕人來服務高齡者，高齡者分享他們生活經驗兩者有其必要性」。

(三) 發展青銀共學挑戰

面臨挑戰包含團隊協作、人力資源需

求、世代互動與宣導多元化等挑戰，需提升撰寫青銀共融教案能力，促進和諧共處並吸引各世代參與。

1. 時間管理與團隊共識

偏向自己本身或學生像時間管理、技能不成熟，組織成員共識不同……。(S1)

如何讓長輩和孩子這兩個族群可以做活動，帶領活動讓他們都可以投入活動是最大的挑戰及設計教案能和實際帶活動可以呈現。(S2)

2. 不同年齡層和諧與方案持續性

每一個年齡層他們所遭遇的階段也不太相同，讓他們去和諧的待在同一個空間，是最先遇到的挑戰。(S6)

第一持續性問題，讓更多年輕人也有機會持續參與方案才会有影響力……。(S7)

3. 需要更多人力支持

S5說：「和長輩交流的過程會需要到較多的人力去和長輩互動交流」；S3亦說：「社團招生管道只有到系上到班級宣傳給學弟妹知道訊息，沒有其他管道，招生宣傳有些封閉，有必要改變社團招生方向，多元管道才可以讓社團招生新血壯大」。

(四) 發展青銀共融方案建議

參與者對發展青銀共融方案提出幾項

建議，首先透過學長姐分享實務經驗，協助團隊達成共識，提升教案撰寫和活動策劃的效率；其次鼓勵學生參與社區服務並接受教案設計培訓，以提升服務品質。第三，學校應建立傳承系統，確保服務持續發展。最後倡導跨代雙向交流，促進多元互動，鼓勵不同科系參與，擴大影響力並實現世代共融。

1. 團隊協商共識、向有經驗的學長姐請益

團隊要有共識或各退一步或是再協商再討論，讓服務活動更順利。(S1)

校內大四學長姐會給大三學弟妹寫方案的建議、經驗及出隊注意的事項……。(S3)

2. 鼓勵學生參與社區服務與教案設計培訓

S2說：「鼓勵學生參與社區服務及教案及企劃案撰寫的訓練及人力培訓」；S3說：「建議請專業人士在青銀共融方案經驗可分享實務經驗……」。

3. 學校引領服務推動傳承教育

S2則說：「學校更要積極推動，鼓勵學生都能參與社區服務」；S3表示：「可讓學弟妹辦活動容易上手可增加參加意願，讓他們減少挫折感」。

4. 推展跨代共學照顧相關方案，促進共融體驗

S4表示：「成立青銀公寓互相照

願，多元發展老人活動，來大學多元交流不只有去社區活動，老人可以走出來去參加多元活動，可以讓方案的內容更加擴大，不同地方來交流……」；S5則說：詢問其他科系的學生有沒有興趣參加這個工作。」

5. 成熟方案帶動發展青銀共融

S6分享：「多去辦理一些相關的講座活動或者是一些譬如說社會參與類的進到社區去服務……」；S7建議：「大學社會責任可以將這些在地成熟方案不斷發表，鼓勵更多大學推動……」。

伍、結論與建議

一、研究結論

(一) 參與關懷據點青銀共學方案動機

P大學社工系學生參與關懷據點青銀共學主要因為修習社區工作課程及學長姊的引導和推薦，並且可以接觸不同領域而參加。

(二) 參與關懷據點青銀共學方案過程改變

參與前對高齡者的刻板印象有行動遲緩、缺乏社會參與、學習動力及語言和溝通隔閡。然而實際互動中，長輩展現出主動性和樂於分享的態度、學習能力佳，積極參與活動。透過共學年輕人主動關懷長

者，勇於分享彼此的經驗，打破對長輩的刻板印象，促進雙方的關係建立。青銀共學讓不同世代在互動中共同成長，彼此賦權，帶來全新體悟與理解。參與青銀共學過程改變如表2。

(三) 青銀共學意義、價值與發展

1. 青銀共學意義

提升高齡者社會連結、促進世代和諧共融，透過大學生的參與促進跨代共融，增強學生社會關懷，並推動相關方案。不僅提升大學生的自主思考能力，還促進不同世代間的理解與合作。

2. 青銀共學價值

青銀共學的重要性與社區的合作，亦可透過大學社會責任計畫，關注高齡需求等在地議題，落實在地連結。

3. 發展青銀共學

未來發展為團隊協作、人力資源需求和多元化宣導，提升撰寫青銀共學教案的能力，以促進和諧共處並吸引各世代共同參與。

二、研究建議

(一) 社工系積極推廣青銀共學相關方

案，以提升高齡者社會連結、促進世代和諧共融

研究發現大學生在參與共學後認為可以達到青銀賦權，過程中年輕人積極關懷長者，活絡不同年齡層間溝通與認識，長

表 2 參與關懷據點青銀共學方案過程改變

參與過程	參加前	參加期間	參加後
對高齡者看法	刻板印象化 認為行為如孩童、情緒低落、行動遲緩，缺乏社會參與和學習動力，並被認為思想保守、固執，甚至與年輕世代存在語言及溝通隔閡。	實際互動改變觀點 長輩具高主動性、樂於分享生命經驗，態度活潑且學習能力佳，積極參與各類活動。	青銀賦權 年輕人積極關懷長者，勇於分享，長者也樂於交流心得，雙方打破刻板印象、建立深厚關係。長者的智慧與知識傳承給年輕人，促進社會參與，據點充滿活力與多元學習機會。
參與青銀共學看法	事先準備 主動與長輩互動，使用臺語溝通，妥善安排時間；瞭解組織內容、活動流程及道具製作，具備專業知識和良好的活動設計能力。	共學方法 一起學一起完成學習、一對一服務及引導示範、相互提點指導、青銀互助-傳承與新知交流。	同理打破藩籬 彼此理解與同理、長輩有動力接受挑戰性的活動、促進健康；鼓勵學弟妹參與。
青銀共學方案助益	增進兩代間的互動與交流，打破年齡刻板印象，有助增強代間理解與尊重。	1.知識交流平等 從長者角度理解不同世代，建立互學夥伴關係。 2.同理心傳遞共鳴 促進觀念思維、經驗分享與互動交流。	大學社會責任與社區需求連結、從在地需求實踐SDGs（理解長者的需求共學的力量、促進世代融合）。

資料來源：研究者整理。

者亦把智慧與知識傳承給年輕人，促進社會參與，使據點充滿活力與多元學習。因此大學社工系推廣青銀共學相關方案，有助於提升高齡者社會連結、促進世代和諧共融。

(二) 發展更多青銀共學模式，將成熟方案不斷發表讓更多社區、大學不同科系學生參與

研究發現大部分研究參與者會鼓勵學弟妹參與青銀共學，因此學校可以把握

契機，促進社區與不同科系學生參與青銀共學，亦可呼應「高齡社會白皮書」，揭示四大發展願景為自主、自立、共融、永續，社區亦會因大學生加入帶來更多發展具活力的青銀共融方案帶來雙贏。

(三) 推廣青銀共學需有系統性規劃與教案撰寫能力之培訓

參與學生除修習專業課程外，亦應接受青銀共學教案設計培訓或實體演練以提升服務品質，讓青銀共學方案成為學校常態性的社區服務才能持續不間斷的傳承下

去。

(本文作者：第一作者全秀蘭為南投縣信義布農文化協會理事；通訊作者洪筱蘋為嘉義南華大學助理教授級專業技術人員、靜宜大學食品營養學系高齡健康產業組博士候選人；第二作者柯琇慧為嘉義市立北興國中教師；第三作者王秀燕為靜宜大學社會工作與兒童少年福利學系副教授)

關鍵詞：大學社會責任、青銀共學、專業服務

📖 參考文獻

- 林妙芬、邱怡玟（2022）。〈老人社區關懷據點活動參與及自覺健康之現況調查〉。《長期照護雜誌》，25（1），73-89。
- 林宜穎（2005）。《美國代間學習之研究》（碩士論文，國立中正大學）。臺灣博碩士論文知識加值系統。<https://hdl.handle.net/11296/zxqzvr>
- 林美杏、莊宗倩、鄭雅婷（2020）。〈師資生應具備代間關係課程素養〉。《臺灣教育評論月刊》，9（11），83-86。
- 彭懷真（2014）。《老年社會學》。揚智。
- 鈕文英（2024）。《質性研究方法與論文寫作第四版》。雙葉。
- 楊培珊、梅陳玉嬋（2011）。《台灣老人社會工作理論與實務》（二版）。雙葉。
- 劉嘉仁、葉德君、吳淑雯、陳慈惠、謝明軒、王實之、黃勝堅、翁林仲（2019）。〈慈悲關懷社區中推動青銀共學〉。《整合照護專題特刊》，16（SP），145-152。
- 劉樹忠（2019）。〈代間學習-世代間的互動共好〉。《清華教育》。<https://cfte.site.nthu.edu.tw/var/file/275/1275/img/905725689.pdf>
- 靜宜大學社會工作與兒童福利學系（2023）。《經驗傳承與服務設計實作服務學習計畫》。靜宜大學。

- 簡嘉佑（2022）。《少子化衝擊高教學者建議「青銀共學」：不宜以退場解決》。聯合新聞網。<https://udn.com/news/story/7266/6708643>
- Canedo-García, A., García-Sánchez, J.-N., & Pacheco-Sanz, D.-I. (2017). A systematic review of the effectiveness of intergenerational programs. *Frontiers in Psychology*, 8, 1882.
- Kaplan, M. S. (2001). *School-based intergenerational programs*. UNESCO Institute for Education.
- Minichiello, V., Aroni, R., Timewell, E., & Alexander, L. (1995). *In-depth interviewing: Principles, techniques, analysis* (2nd ed.). Longman.
- 諾伊曼（W. Lawrence Neuman）（2000）。《社會研究法：質化與量化取向》（朱柔若，譯）。揚智。（原著出版年：1997）

📖 附件一 訪談大綱

走入社區，跨代交流 —— P大社工系學生參與青銀共學方案的經驗

一、研究目的

- （一）瞭解P大社工系學生參與青銀共學方案的概況
- （二）探討P大社工系學生參與青銀共學方案過程中不同世代間在學習上的互動、交集、挑戰
- （三）探討青銀共學方案意義、價值與發展

二、訪談大綱

研究問題	訪談大綱
一、參與關懷據點青銀共學的原因？過去曾參與哪些服務？平時與在學期間和高齡者互動概況？	1-1 你參與關懷據點青銀共學的原因為何？ 1-2 平時如何和高齡者互動？
二、參與關懷據點青銀共學方案過程？參加前看法？參加期間看法與經驗？參加後改變和影響（效益）是什麼？	參加前 2-1 參加前對於高齡者的認識是什麼？ 2-2 參與關懷據點青銀共學需要有哪些準備？

2-3 為使單元設計達到共學需要有哪些專業知識和技能？

參加期間

2-4 參加關懷據點青銀共學和長輩互動過程對高齡者的認識和初始有何不同？

2-5 如何達到共學效果？

2-6 你覺得不同世代在學習過程會產生哪些交集？

參與後改變與影響（效益）

2-7 共學對於不同世代互動影響是什麼？

2-8 參與青銀共學後你從高齡者身上產生哪些新的瞭解與體悟？

2-9 參與青銀共學後年輕世代與高齡者間常互相分享是什麼？

2-10 參與青銀共學後您會鼓勵學弟妹和長輩參加相關方案嗎？

三、大學社會責任關注在地議題（如高齡人口需求）看法？青銀共學方案對於落實社會責任的意義？發展青銀共學方案的必要性？會面臨挑戰？你的建議？

3-1 大學社會責任強調學校和社區連結關注在地議題（如高齡人口需求）你的看法是什麼？

3-2 聯合國永續發展(SDGs)議題，從在地需求出發，青銀共學方案對於落實社會責任的意義？

3-3 您認為發展青銀共學方案的必要性為何？

3-4 發展青銀共學方案會面臨哪些挑戰？

3-5 發展青銀共學方案你的建議是什麼？
