



研究論文

中高齡退休者的服務學習經驗之探究

丁居倫

中正大學 成人及繼續教育學系

摘要

本研究以質性研究方法，探討南部某地區「六個服務學習機構」的中高齡退休志願服務者服務效益，並針對 20 位已退休並繼續在服務機構奉獻之退休者為研究對象，藉以瞭解退休者參與學校服務學習經驗之特性，包含服務動機、型態、方式、效益等經驗。研究結果發現，在服務學習經驗部分：(1)願意繼續服務的原因主要來自外在因素驅使；(2)退休者通常有一種以上的學習類型，又以經驗學習最為普遍；(3)服務學習途徑以非正規服務學習方式為居多。在服務學習效益部分：(1)退休後繼續服務學習可產生全人、家庭及社會三方面的效益；(2)退休者在志願服務過程中的學習與成功老化元素有關。

關鍵詞：退休、服務學習經驗、服務學習效益

1. 研究背景與重要性

依據內政部統計處(2017)資料顯示，臺灣地區 106 年 8 月時，老年人口 65 歲以上者 320.5 萬人，占總人口 13.6%，106 年 8 月底我國老化指數為 103%，且我國老年人口數首次超過幼年人口數，預估至 2018 年將超過總人口數的 14%，正式步入「高齡社會」。值得注意的是，在臺灣人口快速老化、壽命逐漸延長之際，實際退休年齡卻較法定退休年齡早。近幾年來，台灣社會不僅在人口結構方面有快速老化的趨勢，退休年齡也普遍較法定年齡提早許多。內政部統計處(2017)指出，國人平均餘命為 80.2 歲，行政院主計總處(2016)指出，國人退休平均年齡為 58.6 歲，但臺灣平均餘命為 80.2 歲，預估退休後至少有超過二十年的生活需要面對。

從成功老化的角度來看，這一群 50 歲以上的中高齡退休人口，蘊藏著無限有待開發的人力資源。如何針對高齡社會中雄厚的高齡人力，開發這股人力資源做有效的規劃與運用，使退休人力不至於閒置，進而服務他人、奉獻社會，應是邁向高齡社會最值得關注的課題之一(胡夢鯨、王怡分，2016)。因此，本研究的重要性在於以成功老化的概念為基礎，探討已退休者的服務學習經驗時所產生的效益，希望從其服務學習經驗與效益當中，找到一些線索，可以緩解未來的高齡人口的人力運用，強化高齡者照護服務與管理以及作為日後屆退人員之參考。

2. 研究目的

如前所述，此高齡化趨勢影響極為深廣而多面，雖然目前政府已經開始正視高齡化的現象，然而，退休後生涯應該如何度過，退休後是否仍願意服務學習，就成了邁向高齡社會一項值得關切的議題。不過，也有一些研究顯示，退休者願意在退休之後，繼續再學習、再服務或再就業。例如，有些研究再就業經驗（吳淑妃，2014；徐嘉璘，2009；黃緻茵，2014；顧秀琴，2006），有些研究自我學習經驗（陳美惠，2007；黃美津，2014）等。在上述這些相關研究中，直接針對已退休者，探討其服務學習經驗及成功老化之研究，仍然付之闕如。本研究屬於試探性研究(exploratory experiment)（黃寶園，2006），擬以退休者為對象，進而驗證 Rowe 和 Kahn(1998)達到成功老化必須包含三個條件：降低疾病和失能風險(low probability of diseases and disease-related disability)、維持心智身體功能(high cognitive and physical functional capacity)、積極參與晚年生活(active engagement of life)的策略理論模式，顯示出退休人力可以再加運用，成為一股重要的人力資源，然而，究竟國內實際的情況如何呢？本研究的主要目的即要應用成功老化觀點，針對臺灣「已經退休」的族群，以作為了解退休者的退休規劃狀態之參考。本研究目的包括：(1)探索中高齡退休者參與服務學習經驗，包含：服務動機、類型、方式等經驗；(2)分析中高齡退休者參與學校服務學習效益；(3)根據研究結果，提出具體建議，提供國內服務機構及教育訓練機構對於退休者輔導參考。

3. 文獻探討

3.1 成功老化

Rowe 和 Kahn (1998)定義成功老化為具有能力維持以下三個關鍵的行為或特性：疾病或失能的低風險、心智與身體的高功能、以及對老年生活的積極承諾，三者交集俱皆達成時即為最成功的老化狀況。說明如下：

疾病與失能的低風險

這是成功老化三元素當中的最基本也較容易達到的層次。避免疾病或失能不只是沒有疾病本身，也應該盡量減低罹病風險。許多疾病風險是可以避免的，例如經由飲食與運動來降低血壓、血糖、體重或膽固醇。而較難預防的疾病，則可藉由醫療方式來降低失能與疾病的不適，例如關節炎可經由人工關節置換來改善生活品質。特定疾病的預防包括心臟病、中風、部分癌症（乳癌、子宮頸癌、大腸直腸癌、前列腺癌、肺癌、皮膚癌）、骨質疏鬆、老年失智症、肺結核等，預防策略則包括運動、飲食、戒菸、荷爾蒙療法、疫苗注射等。

心智與身體功能的高效能

老年人需盡可能使其維持獨立生活，才能擁有自尊與滿足感，因此盡可能維持良好的心智與身體功能對老年人是第二項成功老化的要求。除了前述避免疾病與身體功能喪失的策略外，心智功能是否可維持以及如何預防喪失，也是成功老化關心的重點。研究發現(Albert et al., 1995; Schaie, 1990)，

預防心智功能減退或促進功能的策略包括生物的基因因素、教育、維持好的身體功能與體適能、自我效能(self-efficacy)的信念、環境因素(如工作)、訓練、社會支持、以及生物醫學途徑等。

老年生活的積極承諾

麥克阿瑟研究認為持續老年生活在心理社會層面上的快樂與投入，是成功老化的要件(Rowe & Kahn, 1998)。過去老年學中的撤退理論(disengagement theory)認為(Cumming & Henry, 1961)，老年生活將逐漸脫離或放棄原有的工作、休閒、朋友或家人，但在現代社會中，這種現象已漸漸消失。成功老化中的持續老年生活的積極承諾包括兩方面：(1)維持與他人的社會關係：包括社會情緒性的支持，例如情感、尊重、自尊的表達，以及工具性的支持，如直接給予體力或家事協助、交通和金錢來往的協助等；(2)持續生產力活動：老年人有給與無給的生產力活動。

3.2 服務學習經驗的概念與相關研究

本研究將正式學習、觀察學習、體驗學習及經驗學習皆納入成功老化探討的範圍內，不論是非正規學習方式或非正式學習方式的服務學習方式，其意義均等同於成功老化。因此，研究者進一步探究高齡者的服務學習相關經驗，不論是服務學習的動機、型態、方式或效益，本研究均稱之為「服務學習經驗」。

在服務學習動機部分，自我實現、創造價值、有意義的學習與改變是影響服務學習意願最主要的因素(陳儀珊, 1989; 王麗容, 1992; 謝秀芬, 1992; 嚴幸文, 1993; Wilson, 2000; Butler et al., 1998)，即透過服務學習或社會參與等，高齡者可從中獲得自我成長與奉獻的成就感。並且越來越多的研究顯示，從事志願服務學習，不但有助於自我認同與肯定，對於家庭角色的轉換，及老化所帶來心理調適皆有所幫助，更能進一步為所在的社區投入更多奉獻(陳毓璟, 2010; 楊培珊、羅鈞令、陳奕如, 2009; 吳明烈、詹明娟, 2010; 盧宸緯, 2008; 朱芬郁, 1998; 徐慧娟、張明正, 2004)。其次影響學習服務動機的因素是個人的興趣與專長(林美珠, 1994; 簡志文, 1994; 陳秋蓉, 2001; 王貴瑛, 2001; 鄭秀英, 2014)，若是能延續高齡者退休前的興趣或專業能力，將會增加其繼續服務的意願；有研究更進一步表示，從事與之前工作性質相似或有關聯的服務，會使得高齡者的滿意度較高(Choi, 2003; Montserrat & Feliciano, 2007)。再者，同儕及朋友之間的鼓勵，亦是促發高齡者願意服務的持續動力(王素蘭, 2006; 吳淑妃, 2014; 黃敏茵, 2014)，顯示社交狀況在高齡者的退休生活中佔極重要的比重。

以服務學習型態與方式來看，最主要的學習方式是正式的學習(賴榮正, 2009; 羅鳳寶, 1997; 林妙香, 2000; Ilsley, 1990; Kerka, 1998)，即透過正式學習將機構課程、政府培訓等課程延伸貢獻服務，目的在培養高齡志願工作者的專業能力，使高齡志願工作者同樣能對專業知識有所瞭解，以幫助高齡志願工作者在志願服務的過程能具信心，且經由系統化、機構化的訓練，讓高齡志願工作者學習從事服務時，所需具備的知識技巧與能力。該課程中，並分成基礎課程以及專業課程，基礎課程主要在協助高齡志願工作者了解服務及本身的基本理念，專門課程則依高齡志願工作者角色任務的不同，提供所需的專業知識。其次服務學習型態是非正式的學習(Kerka, 1998; 羅寶鳳,

1997)，非正式的學習是從經驗中學習的一種形式，且這種學習可能發生在工作中，以協助組織更有效率地運作。觀察學習(Jarvis, 1987; Ilesley, 1990)：志願服務者在服務過程中，會主動尋求典範並對觀察到的正向刺激加以模仿學習，再將其轉換、分類、組織成易於回憶的一套體系；並在適切的時分賦予行動化逐漸在修正的過程中使行動更正確更完善。因此在環境、個體認知與個體的行為交互作用之下，藉由觀察產生許多學習的內涵。至於體驗學習(黃嘉珍, 2011; 林妙香, 2000; Dewey, 1938)在個人成長的過程中，透過「直接體驗」(direct experience)會產生學習或行為上的改變，也就是說，直接而具體真實體驗才是真正學習的過程；經驗學習強調服務學習是一種歷程而非結果、學習是以經驗為基礎的持續過程、學習是一種適應環境的過程、學習過程必須解決問題、學習是增加知識的過程、學習是包含個人與環境的互動(Kolb, 1984; Jacoby, 1996; Eyler & Giles, 1999; 羅寶鳳, 1997)。志願服務者在服務的過程中不斷累積的服務經驗，或與他人互動中學習溝通與表達等經驗，經由反思提升服務技巧、服務能力、服務態度等。

相關研究顯示，凡是結合服務與學習的行為，都可認定為服務學習，在參與服務過程中，所有學習經驗，內含直接參與的服務活動經驗，包含服務過程中所聽、所想、所見、所做、所感受等，以各種方式所獲得學習與改變的歷程；提供非正規學習的角色與功能，包含了正式與非正式的學習，強調參與志願服務是學習成長，意即以各種方式獲得學習改變的歷程(Slgmon, 1990; 蔡美玉, 2002; 楊國德, 2006)。

3.3 效益的概念與相關研究

服務學習是一種全人教育的方式，針對效益而言，由於志願服務者為社會許可且認同的一種角色，透過志願服務的參與，高齡者可被視為社會資源而被善用。同時，參與其間高齡者本身也可找到一種運用時間的良好方式、創造每日生活的規律與結構、滿足與他人溝通互動的需求、中和寂寞的負向影響、建構更完整的自我感與認同(Bradley, 1999; Hunter & Linn, 1980; 魏惠娟, 2010; 林麗惠, 2006a; 陳麗光等人, 2011)。從國內外研究皆指出，高齡者服務所帶來效益，大致可分為個人、家庭及社會三個層面。個人層面部份，可促進個人自尊自重、修正與增強價值、信念與個人效能感(價值感與能力感)(Kinsley & Mcpherson, 1995)；能脫離以自我為中心的思考模式，能採納他人的想法與意見，擴充真實的自我(Berman, 1990)；能夠探索新角色、認同和興趣，願意冒險、接受新挑戰，為自己的行動負責及接受行動的結果(Kinsley & Mcpherson, 1995)。

相關研究顯示，因擔任志願服務者而獲人際關係技巧的精煉與修正機會，而這些調整與改變，往往會被帶回實際生活，生活型態改變，有助家人溝通、親子關係改善，提高生活滿意度，進而改善受訪者的家庭互動與朋友關係(蔡崇振, 1995; 陳儀珊, 1989; 王麗容, 1992; 劉怡苓, 2007; 陳麗光等人, 2011; 唐蓓玲, 2015)。

從國外相關政策來看，多半鼓勵高齡退休者繼續參與社會，尤其是投入志願服務。如聯合國於1991年通過「聯合國關懷老人原則」，鼓勵政府要積極提供高齡者服務社會的機會，以分享知識技能給年輕世代(葉至誠, 2012)；WHO(2002)提出的「活躍老化政策綱領」中，也有提到社會參與

是邁向活躍老化的三大支柱之一。此外，國內外相關研究皆指出，高齡者擔任志願服務者是其繼續貢獻社會的一條重要管道（林介士，2005；劉怡苓，2007；翁政田，2011；張翠蓁，2013；Herzog & Morgan, 1993），能有效的幫助高齡者適應退休生活，提升生活滿意度，達到活躍老化（陳慧珊，2013；葉至誠，2012；楊麗燕，2009）。另根據美國麥克阿瑟基金會在1984年針對「人類老化」與「成功老化」研究計畫裡提到：大部分的高齡者都在從事某種具有生產力的活動，而且多半是屬於無給職的義務工作；這些高齡者多半正積極參與某種有報酬或無報酬的工作，並將自己還能保持充沛活力的原因，歸功於從事這些工作；他們也提到被需要的重要性，因為被需要，所以能不斷前進（張嘉倩譯，1999）。

國內外研究皆指出，繼續奉獻社會能使高齡者坦然面對老年生活，增加幸福感（吳佳玲，2010；高櫻芳，2009）；也可拓展人際脈絡，結交新朋友，使其找到歸屬感而避免孤獨（林介士，2005；黃緻茵，2014；鄭秀英，2014）；更重要的是能使高齡者自我成長，找到生命價值，發揮餘熱，再度活躍（吳淑妃，2014；許雅清，2012；陳慧珊，2013；黃緻茵，2014）。由此可知，不論採取何種類型與方式繼續奉獻社會，可以肯定的是所帶來的效益絕對是相關可觀的。

4. 研究設計與實施

本研究透過文獻分析，蒐集有關成功老化、服務學習經驗及效益等相關文獻，做為研究架構理論的依據，然後運用半結構式訪談蒐集資料。

4.1 研究架構

本研究之研究架構，主要是根據前述成功老化之理論為基礎，擷取重要概念，將服務學習動機、型態和類型歸類為「健康」：降低疾病和失能風險(low probability of diseases and dis-ease-related disability)的基石；其次以全人效益及作為「維持良好人際關係」之發展；再者以家庭效益是增進維持心智身體功能(high cognitive and physical functional capacity)的力量；最後以社會效益是「擔任志工以繼續貢獻社會」擴展積極參與晚年生活(active engagement of life)等層面，針對已退休，但仍繼續在社會中貢獻之人員，探討其退休後的服務學習經驗，包含服務學習動機、服務學習類型及服務學習方式等議題，以及服務所產生的效益，包含個人、家庭及社會效益等。研究架構如圖1所示。

4.2 研究對象

本研究設定以南部某地區六個服務機構為研究地點，採立意取樣(purposive sample)，輔以滾雪球抽樣(snowball sampling)方式尋求研究個案，並採用成功老化最適合的族群(Rowe & Kahn, 1998)，首先就研究者所參與之服務機構中選取，符合本研究設定「中高齡者，並繼續奉獻社會」之條件。這些志願服務者均已退休，願意擔任志願服務者或轉換生涯，繼續奉獻社會，也符合本研究之目的；此外，並顧及性別分配之比例，儘量求取平衡及代表性，最後經選取男性10人，女性10人（如表

1)。選樣條件如下：(1)年齡介於 55 歲至 65 歲之中高齡志願服務者；(2)個案能以國語或台語進行溝通及書寫者；(3)志願服務經驗最少五年者；(4)願意接受訪談者。

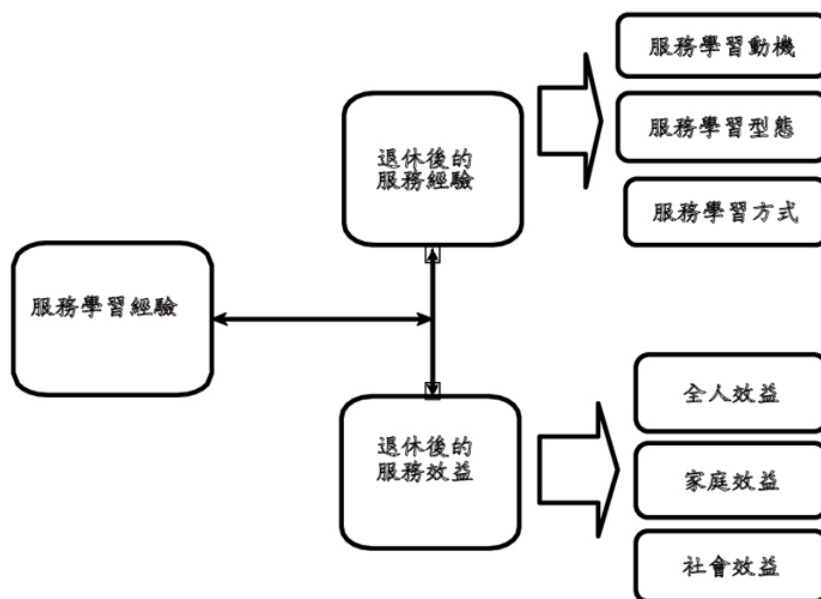


圖 1. 本研究概念架構圖

表 1. 本研究對象基本資料

受訪者暱稱	年齡	教育程度	服務機構	職稱	退休前工作
F1	65	大學	得勝	志工	教師
F2	65	碩士	得勝	志工	教師
F3	61	大學	得勝	志工	商
F4	60	高職	長青	志工	商
F5	62	高職	長青	志工	服務
F6	60	高中	彩紅	志工	商
F7	62	大學	彩紅	志工	教師
F8	60	大學	德榮	志工	教師
F9	55	大學	慈濟	志工	教師
F10	58	大學	福智	志工	護理師
M1	64	大學	樂齡	志工	軍
M2	60	大學	得勝	志工	軍
M3	65	碩士	得勝	志工	廠長
M4	65	高中	長青	志工	教師
M5	57	大學	長青	志工	校長
M6	58	小學	樂齡	志工	農
M7	60	大學	樂齡	志工	警官
M8	60	碩士	德榮	志工	教師
M9	60	大學	慈濟	志工	教師
M10	64	大學	福智	志工	教師

4.3 研究方法

本研究係以 Rowe 和 Kahn (1998)提出的達到成功老化必須包含三個條件：降低疾病和失能風險(low probability of diseases and disease-related disability)、維持心智身體功能(high cognitive and physical functional capacity)、積極參與晚年生活(active engagement of life)的策略理論模式為基礎，透過文獻分析，蒐集有關成功老化、服務學習經驗及退休準備等相關文獻，作為研究架構理論的依據，然後運用半結構式訪談蒐集資料。

4.4 資料分析

資料分析和資料蒐集過程是同步進行的(Merriam, 1998; Strauss & Corbin, 1998)，本研究首先蒐集分析相關文獻，並從文獻當中成功老化與服務學習理論觀點，擬訂半結構訪談問題，之後，當每謄完一份逐字稿文本，再將文本全部閱讀一次，以獲得一個整體的概念；接下來在研究對象編碼(coding)的部分，是研究者先依「性別」予以編碼，女性編碼由 F1、F2、F3 至 F10 共 10 位，例如 F1 為第一位女性研究對象。男性編碼由 M1、M2、M3 至 M10 共 10 位，例如 M1 為第一位男性研究對象。逐行進行編碼，由概念彙整成類別，最後形成主題(如表 2)，再將所蒐集到的訪談資料，皆輸入電腦軟體 MAXQDA，藉由軟體反覆檢閱資料，並有利於編碼的進行。此軟體為一獨特的質性資料分析軟體，允許使用者有系統地組織、評估和詮釋文件以及多媒體資料，並且有強大的編碼功能、直觀性、可以直接在文件中書寫批註或心得，對日後的查詢和處理皆十分便利。

表 2. 本研究資料編碼分析

主題	類別	概念	文本與代碼
退休後的學習	學習新技能	學習新事物	學習新的事物，像我上的那些課程攝影、拍照、基礎英文、電腦修圖、手機的運用，對我來說都是一種挑戰(M6-408)
		學習電腦操作軟體	學習過程 85 年 DOS，以前的 DOS 文書處理你會，你看我要學 Photoshop、我要學 Call draw，就是要學很多的操作軟體，我要應用在我的工作上(F3-191)
		參與學習喜歡課程	還有多參與學習喜歡或有興趣的課程，讓自己的生活充實……人總是越活越老，維持身心靈的安康，對我來說就是一種挑戰(F7-191)

研究者參考成功老化與服務學習理論觀點，歸納出訪談題目。本研究的訪談問題包括：

- (1) 請問您當初之所以加入志工行列的動機是什麼？
- (2) 請問您擔任志工服務受到哪些志工成員或那些因素影響？

(3) 請問您參與志願服務後，對您的人生有何改變？帶給您怎樣的收穫？

(4) 回顧您志工這段期間，有哪些您感到最有意義的服務經驗？

5. 研究結果分析與討論

本研究歸納出已退休中高齡志願服務者的服務學習經驗，可分為「服務學習動機」、「服務學習型態」、「服務學習方式」及「服務學習效益」等四個主題。

5.1 服務學習動機：包含內在及外在兩種動機

許多針對高齡者的調查皆指出，在身體狀況允許下，多數人在退休後都願意以不同的方式繼續奉獻，甚至願意參與社會活動，結交朋友，擔任志願性工作，進而對社會有所奉獻與回饋(林淑敏，2004；賴銑慧，1990；林麗惠，2006b；徐千惠，2010；鄭羽瑁，2010；魏惠娟、胡夢鯨、陳冠良，2010；覺元宏，2010)，此點顯然與成功老化理論有關。本研究結果顯示，已退休中高齡志願工作者願意繼續參與服務學習之原因，可區分為內在動機與外在動機兩部分。

內在動機主要與退休者本身有關，源自中高齡退休者的想法或規劃，有的中高齡退休者看見社區有服務的需要，因而自願走入社區；有的退休者則等到孩子都長大離家，在卸下家庭重擔之餘，開始向外尋找發展的機會；也有退休者因為想要預防老化而投入志願服務者行列(胡夢鯨、王怡分，2016)。這都顯示出退休生涯的延續與發展乃是極重要的課題，透過從事有意義的活動，能幫助中高齡退休者適應角色的轉換及老化所帶來的調適；當然，同一位退休者服務學習的動機可能有兩種以上，也可能同時包括內在與外在兩種動機。本研究歸納退休者的內在動機，受訪者說明如下：

我是從改作業開始，我發現那裡面內容非常好，對青年人很有幫助，我就義不容辭地加入改作業行列，三年前退休後，我就正式加入義工教學工作。(F4-312)

學校教育又不是能完全來補足這個方面，所以，我就想要幫助孩子，進而幫助家長，我的動機就是這樣子。(F5-210)

覺得我是基督徒更該參與這工作，是自然而然的，也剛好他們有這個需要，並且越做，也越覺得真的需要，因此自然而然的由生命出發。(M4-307)

外在動機則與他人鼓勵及環境的影響有關。有受訪者表示，因為鄰居的邀約，使其願意從家裡走出來，進入社區服務；也有受訪者受到鄰近服務機構的推薦，而開始一段社會服務的機會。此結果與本研究文獻相呼應，透過同儕及朋友的鼓勵，可以促發高齡者願意奉獻的動力(王素蘭，2006；吳淑妃，2014；黃敏茵，2014)，足見社交生活對於退休者的重要性。本研究歸納退休者繼續奉獻的外在動機高於內在動機，受訪者說明如下：

因為在教會裡面有一個讀書會，那讀書會裡面，有好多人都是那個得勝者的義工，邀請我加入協會生命教育志工。(F3-205)

因當初是我太太先當得勝者義工，在她當義工的那段期間，剛開始時我是沒有參與，後來當我工作有一段結束以後，我就開始去她所教的這些學校幫忙批改，當批改的志工。(M3-122)

後來我們就到另外一個中輟生的(慈暉音譯)分校區，那個時候因為晚上上課對有一些婦女的義工比較不方便，所以我太太就要求我去跟他當助教。(M4-318)

5.2 服務學習型態：正式學習、觀察學習、體驗學習、經驗學習

根據服務學習的理論觀點顯示，退休者在退休之後，如果得到適當的機構課程、政府培訓等課程、學習或訓練的輔導，延伸貢獻服務，培養退休志願工作者的專業能力，使退休志願工作者同樣能對專業知識有所瞭解，以幫助退休志願工作者在志願服務的過程能具信心，將可在服務學習上繼續奉獻其能力與智慧，使得退休人力得到合適的運用；也可投入個人成長、家庭照顧、社區服務等，繼續奉獻愛心及經驗(王政彥, 2008; 凌展輝, 2010; 洪慧芳, 2012; Bass, 1994; Bass & Caro, 1993; Butler & Schechter, 1995; Carr & Hendricks, 2011; Herzog et al., 1989; Herzog & Morgan, 1992; McClusky, 1971; Moody, 2001)。本研究訪談結果與服務學習理論觀點一致，可將二十位受訪者的學習經驗歸納為四種類型：正式學習型、觀察學習型、體驗學習型與經驗學習型等；當然，同一位退休者的學習型態可能包括兩種以上，例如：退休後再就業，而後才轉為志願服務；或是退休後先投入家庭照顧，之後才至社區開始服務。

第一種學習類型為「正式學習」，退休者大多具有豐富經驗、知識與技能，如果中高齡志願服務者能夠持續接收新知識，將學習當作一項休閒來參與，非但不易與社會脫節，更可以緊密融入社會中，透過參與社區服務，生活的層次加大，更創造身、心、靈的價值感。此發現與本研究文獻相符，顯示出高齡者退休後之所以會繼續參與服務學習，多半是由於高齡者參與服務學習，除了學到的知能充實自己，還回饋給社會，讓學習的價值延伸(劉建良, 1999; Gallp Organization, 1990)，若有高齡志願工作者提供服務的同時，其服務單位給予訓練活動並參與正式學習課程，則會傾向於選擇以志願服務或服務學習等方式繼續奉獻(林淑錦, 2010; 曾俊銘, 2004; 顧秀琴, 2006)。受訪者的經驗如下：

在學期初，我們得勝者都會辦理教學研討、志工倫理、班級經營、不管是技巧方面的或心理方面的，教給我們都會參加。(F5-950) (註：即所屬服務機構舉辦的研習都會參加)

彩虹媽媽我們參加的說故事培訓，主要是強調有初階跟進階。(F7-320) (註：即彩虹媽媽參加所屬服務機構的說故事培訓)

剛開始的時候，我們是在○○會所，有過兩三天的生命教育的老師的研習會；那些是志工基礎課程。(M3-950)

比方說我曾參加過嘉義市的心靈教師團的講師，所以在教師訓練裡，有提到生命教育課程只是培訓課程裡的一項……心靈講師的課程，是全國性的，整個縣市裡有10幾個心靈教師團成員，這些成員都集中在台北集訓，我是參加這樣的課程。(F9-828)

第二種學習類型為「觀察學習型」，因退休者藉由觀察他人的行為而學習，即藉由楷模觀察學習來增強或抑制自己的行為，以增加改善服務品質，受訪者不重在外在報酬的獲得，而是藉由服務或社區參與，再創個人的生命意義與價值，獲得奉獻的成就感；屬於此類型的受訪者經驗如下：

如果其他時間，若是內容，講員我覺得都蠻實在可以做榜樣，我也就樂於參與可以做榜樣，我也就樂於參與，……所以我倒覺得講員本身要有生命的榜樣，至於什麼形態，如果有一些分享，有一些對話，甚至能跟他一起住，所以講員很重要。(F7-315)

譬如說：這個師姐，他的手指，那種麻瘋病人，顏面，手指都是扭曲變形，講話也不太清晰，而且不識字，他們甚至於有零用金，他們會把零用金節省下來，捐給慈濟，甚至於後來他回到家裡，以後照顧一些單親的孩子，她照顧十幾個孩子，供他們吃住，所以她沒有結婚，她就有這麼多的孩子，那樣的生命，但展現讓我們看到「人生的美」。(M9-418)

我從一開始生命教育的志工裡面，就一直在○○國中，我蠻欣賞那邊的輔導主任；我都看他在哪裡身體力行的，為了生命，為了愛這些孩子們，他就在那裡努力的為孩子們認真的投入真的就是有教無類，和他們有點像朋友的關係，我看他們在私下孩子們也不會怕他，跟朋友一樣跟他們講話，蘇主任就是這樣子。(F8-526)

第三種學習類型為「體驗學習型」，一個人直接透過體驗而後建構知識、獲得技能和提升自我價值的歷程，少數退休者因為家庭關係而選擇提早退休，留在家中照顧年邁的雙親或年幼的孩童，以女性居多。但 Dewey (1938) 就曾經主張，在個人成長的過程中，透過「直接體驗」(direct experience) 會產生學習或行為上的改變，也就是說，直接而具體真實體驗才是真正學習的過程；退休者因為家庭需要而留在家中照顧兒孫或親友，也是成功老化的表現，屬於奉獻與回饋的一種。受訪者的經驗如下：

體驗活動就是要看不同的經驗體驗活動，譬如對父母親的念恩這一部份，就是讓我們去回憶，自己從小到大，母親養育我們的過程那些印象，然後就有這樣子的一個回顧，母親對我們無微不至的照顧，對父母有很深的感恩之情，那我覺得比較去想到的話，那這樣子的話，我應該要怎麼去孝順父母，所以孝順父母就不只是一個嘴巴講的行為，我要怎麼做，可是因為我有內心很深刻的感動之後，我就知道說我的行為上應該怎麼做。(F10-9503)

福智教師營帶給老師們全方位的生命教育研習，從生活的體驗、有經驗老師分享生命教育融入教學，老師們的反應大都需要生命教育的教學策略與技巧。(M10-329)

還有很多的體驗活動，讓我們實際的去作實際體驗。(F4-645)

最後為「經驗學習型」，藉由具體經驗接觸中，透過觀察與反思，體會自己的實際經驗，再經由反思中悟出新的原理、觀念，進而應用新觀點於新的具體經驗中；不希望與社會脫節，而想繼續充實自我，延續退休前的休閒興趣，或完成年輕時未達成的夢想。這也就是 Kolb (1984)所提出的觀點，認為退休者透過具體經驗和抽象概念來掌握訊息，經由反省觀察和主動實作來轉換訊息，形成一個完整且持續不斷的歷程，經由個人成長，找到自己的興趣，參與喜歡的課程或活動，維持獨立生活的能力，而不致成為他人的負擔，也是對社會的一種奉獻；並且，本研究退休者在基金會有計畫的活動中進行服務，也在服務當中學習，透過經驗的累積以及活動的反思，契合了經驗學習的法則。使志願工作者在服務情境中，不斷地學習，也不斷的成長，這是服務的態度，亦是學習的良好態度。參與志願服務在經驗學習型的比例明顯高於退休後正式學習型的比例，與前述之相關文獻相符合（林淑錦，2010；曾俊銘，2004；顧秀琴，2006），顯示高齡者擔任志願工作者確實是其繼續奉獻社會的重要管道（林介士，2005；翁政田，2011；張翠蓁，2013；Herzog & Morgan, 1993）。本研究歸納屬於此類型的受訪者為最多，共有十八位，顯示經驗學習型是退休的高齡者最常採取的奉獻方式，受訪者經驗如下：

自己的經驗其實也是其中之一，包括我人生的一些特別經歷，我都會對自己的生命為何會有這樣的經歷，而會有所檢討，也會有慢慢的，有一點必要的定位，經歷到生命隨時都可以走都有可能離開世界，所以我的生命都必要準備，這是我所體會的東西。(M5-1225)

還有很多老師，他會把他的教學經驗給我們大家做分享，藉著別人的經驗分享中，更激發我們要如何去認識這個生命，然後再把這樣的認識分享出去，這個短短生命中，彼此互相提攜成長這樣。(F2-418)

先有一個專家學者上課，下午再有分組討論，分組討論最主要在講各縣市，如何進行心靈改革課程。彼此做經驗的分享。(M6-5030)

5.3 服務學習參與方式：非正規學習方式與非正式學習方式

服務學習的概念不只是停留在早期的正式學習方式，舉凡樂齡中心、長青學苑、救國團、老人會、社區大學、美學館、基金會、社團、志願服務或是博物館中的學習等非正規的學習方式，都屬於成功老化的範疇（賴榮正，2009；王順節，2011；劉瓊文，2016；WHO, 2002；Walker, 2002；Davey, 2002；Rowe & Kahn, 1998）。換言之，根據服務學習理論觀點，退休者的志願服務學習經驗主要有兩種方式，一種是非正規的學習方式，另一種是非正式的學習方式。本研究的訪談結果，亦可以將受訪者的服務學習方式分為非正規與非正式二種；同樣的，同一位退休者的服務學習方式也可能同時含括此兩種方式。第一為非正規的學習方式，即非正規學習參與學習者是主動的，是為了生存、為了實現人生的夢想與活出有意義的生命價值，這種學習自主性較容易開發自己潛能與活出自我。其以學習者需求為導向，能以各種生動活潑的學習方法來吸引學習者加入學習的行列，也就是前述的正式學習。本研究結果顯示，少部分的受訪者曾於退休後短暫的不經由組織，個人本身無酬為他人服務；當然也可以是人與人之間彼此相互的協助(self-help)；同時，參與的方式可以是投

入個人成長、家庭照顧、社區服務等，繼續奉獻愛心及經驗的重要工作(Active Community Unit, 1999:9)。此結果與前述文獻相呼應，即中高齡退休者會選擇繼續以非正式的學習方式奉獻，主要是來自他們願意在一起透過志願服務，找時間彼此聚在一起、傳遞一些社會價值、分享助人的經驗（王秋絨，1997；粘容慈，2004），不論是採何種方式，目的都在積極參與社會活動，可使其成功老化，在晚年得到較好的生活品質。較特別的是，本研究發現這些選擇非正規學習貢獻的受訪者，也可能於再次退出非正規學習方式服務後，投入非正式學習方式貢獻的社會參與，受訪者的經驗如下：

擔任校長的時候，參與所喜歡的童軍會、野鳥協會，與一群同好、好朋友、志同道合的同事，一起擔任志工。我會每週固定參加，童軍會、野鳥協會、第八河川局志工服務、活動。(M5-742)

我 97 年退休我才去接我的社區總幹事的工作，我退休就很順銜接的很順利，完全沒有落差。我現在接兩個協會的理事長，民族音樂發展協會、民俗音樂劇英研究社，這兩個社。(M4-608)

第二是非正式的志願服務方式，也就是前述經驗學習、體驗式學習及觀察學習的類型，此種退休者的服務學習方式，其目的不在於獲取生產報酬，而是藉由奉獻其豐富的經驗與專業技能，創造個人的生命價值與意義。本研究發現，大部分的受訪者在退休後，都選擇非正式的志願服務方式，即或因家中的經濟需要而不得不再次投入勞動市場，也將於再次退休之後，以非正式的志願服務方式持續奉獻社會。本研究所有的受訪者皆曾以非正式的志願服務奉獻社會，其經驗如下：

~其實後來才參與福智一些課程之後，才發現重要的是我自己的生命有沒有長成或提升，~所以我覺得在參加了福智的這些課程之後，覺得對我重要的啟發，就是我自己的生命是怎麼看待我的生命的，我要如何去教育我自己這個生命，那我可以藉由我自己實際的體會這些實踐的經驗，可能有一些挫折或是一些失敗經驗，這些都變成我對於學生教學的一個很好的經驗。(F10-329)

固定的就參加學校的玩具夢想館樂齡志工，就是教一些學童玩具，夢想館裡面很多玩具，很多休閒設施，如果小孩子下課，我們就去督導看他安全主導他們的安全，注意他們的秩序，就是做這些，主要是做這些，主要是我們學校有DIY，我們去做紙飛機，像這個造飛機紙飛機，這些都是燈籠，這個不要的瓶蓋，這個廣告紙去折射出一個模型，像那個天燈，都是不要的東西，我們把他把他變成一個手工藝品，就是這樣子。(M1-725)

5.4 服務學習效益：產生全人、家庭及社會等三種效益

國外已有相關研究指出，退休後的持續奉獻與回饋，有助於高齡者的自我肯定、自我認同、對於家庭角色的轉換、以及對老化所帶來的心理調整等，甚至能為所在的社區挹注更多的效益(Herzog & Morgan, 1993；Butler et al., 1998)。這也符合成功老化的觀點，退休後的持續奉獻所帶來的不僅是傳統經濟生產的有形產值，更能達到豐富生命意義與價值的無形產值。根據本研究結果顯示，服務學習效益可分為全人、家族及社會等三種；當然，每位受訪者所知覺到的效益可能同時含括此三種。

在全人效益部分，主要包括生理、心理、靈性及未來規劃等層面。所有的受訪者均認為持續奉獻最直接、最明顯的效益是對自己所產生的影響，藉由持續走出去服務，使他們的身體狀況越來越好，生活變得更有目標和動力，也比較不害怕面對老年生活，並且自我成長，找到生命價值，使人生再度活躍等。此外，志願服務可引導高齡者們發展更堅實有力的社會網絡，藉以緩衝壓力、進而減少疾病的危險。許多研究結果亦已顯示：參與志願服務對高齡者的確有保持健康、增加自我健康感、對心智健康與主觀幸福感皆有正向效益(Willigen, 2000; Wilson & Musick, 1999; Choi, 2003)。此結果與前述文獻亦相呼應，顯示高齡者持續奉獻可使其坦然面對老年生活，增加幸福感，而避免孤獨、孤寂(吳佳玲, 2010; 高櫻芳, 2009)。本研究的受訪者均表示在全人層面獲得最大收穫，受訪者經驗如下：

擔任志工這段時間最大收穫是變年輕，常常有笑容，跟小孩子，他們都很喜歡我，我都叫他們伯伯抱一抱，很好啊！對不對？伯伯幫我簽個名好不好！就覺得很有成就感。(M2-675)

這樣也不會叫我跟年輕人斷層，讓我覺得更年輕，讓我的心更年輕，我的心好像不會很老，就是這樣子；因為常常跟這些年輕人在一起，就會讓自己顯得更年輕，就不會老化。(F8-324)

然後也可以看到別人的生命，有些義工在分享，我們可以看到他是在那麼難的環境裡，他竟然還可以做什麼跟什麼，這對我們的激勵很大，義工做很久就是越來越沒有動力，但是你看到別人年紀比你大、口才比你不好，他動力竟然這麼強！(F5-36)

尤其在這個時代裡面，我覺得是蠻好的，其實不只是幫助他們，我自己得幫助，我覺得說其實我受益最多了。(F3-424)

在家庭效益部分，本研究發現，藉由受訪者的持續奉獻，不僅家庭氣氛變得比較熱絡，甚至帶動全家一同參與的風氣。推究其因，可能是因為這些受訪者的退休生活不只侷限於家中，不僅生活範圍變廣，接觸的人也變多，無形中就會感染家中的氛圍，豐富家人聊天的話題與內容，其他的家庭成員也就容易受影響，而有願意一起奉獻的意願。本研究有察覺到家庭效益的受訪者有七位，其經驗如下：

我太太比我先到加昌國小樂齡中心當志工，我們一起參加活動，教小朋友製作玩具，我太太還有參加裡面的樂齡課程，她上完後都很開心。(M1-826)

我因為跟這些孩子相處後，我跟自己的孩子相處，就比較有耐性。(M7-512)

在社區效益部分，則是藉由本研究受訪者的奉獻與回饋，使其生活圈得以擴展，不只結交到新朋友，更找到歸屬感，也因為持續的服務，而影響社區的其他住戶和居住環境。如同相關文獻所顯示，繼續貢獻社會可以拓展高齡者的人際脈絡，結交新朋友，找到歸屬感而避免孤獨(林介士, 2005; 黃緻茵, 2014; 鄭秀英, 2014)。本研究在社會效益有提到的受訪者有十位，其經驗如下：

最大的收穫是交很多朋友，這是第一個，第二是在這朋友當中大家互相的學習、互相的鼓勵，我最大的收穫是這個。(M5-683)

大家聚在一起，可以一起讀聖經，分享神的話語，分享自己的心靈話語，還有正能量的話語，然後大家一起交通、一起唱詩歌，我覺得非常的好。(F2-128)

到隆昌國小、東河國小、電光國小，那些孩子的畢業生很想要擁有一本紀念冊，可是他們很多年都沒有印過畢業紀念冊，因為人數太少，沒有辦法印，我們之前的理事長，他自己本身是校長退休，他就會注意到這個區塊，他就去找那個東和國小我們義務幫你們拍照。(F3-671)

本研究發現，中高齡者從事服務學習工作均有正面的意義，包括自我、家庭、人際及社會層面，足見參與服務學習是協助中高齡者成功老化的途徑，與前述之相關文獻相符合（蔡美玉，2002；蔡佩姍，2006；劉怡苓，2007；魏妙珍，2007；嚴慧珣，2007；劉明菁，2008；賴素燕，2008）。

6. 結論與建議

6.1 結論

根據本研究結果，退休者在退休後繼續參與服務學習時，其相關經驗可分為「服務動機」、「服務途徑」、「服務方式」及「服務效益」，本研究結論綜合如下：

在內、外在雙重動機驅使之下，退休者願意繼續參與服務學習，但外在動機驅動的影響較大；高齡者於退休後願意繼續服務學習的原因可分為內在原因與外在原因兩個部分。本研究發現，受訪者持續參與服務學習奉獻的外在原因多於內在原因，這可能是因為他人的鼓勵或環境的影響，較容易促發退休者的意願，或是增強退休者的信心。由此可知，外在環境的激勵或促動非常重要，甚至可以由外在驅動內在，促使退休者產生持續參與服務。

退休者通常有一種以上的服務學習型態，其中又以經驗學習型態最為普遍；本研究所探索得到關於退休者服務學習類型之結果，與相關文獻相符合，可區分為四種主要型態：(1)正式學習型；(2)觀察學習型；(3)體驗學習型；(4)經驗學習型。本研究發現，以經驗學習型態為最多，並且，多數受訪者的服務學習型態不是只有一種，服務的機構也不僅一個，顯示出退休者一旦開始參與服務，不僅會持續做下去，更可能在不同的服務機構之中，依照自己的時間、體力而有一種以上的服務學習經驗。

退休者的服務學習方式以非正式學習服務的方式居多，反應出退休者較重視退休後的自我充實及生命價值；依照受訪者的服務學習方式，可區分為非正規學習方式與非正式學習方式兩種方式。受訪者中以非正式學習方式居多數，顯示人一旦退休，非正規學習方式參與服務的比例並不高，僅有少部分的人因基本專業知能學習需要而選擇非正規學習方式服務。此外，在非正式的服務學習

部分，個人成長與志願服務所佔比例較高，已有越來越多的高齡者會在退休後選擇繼續參與社會，不論是學習、旅遊，或是參與志願服務，皆比從前更願意從家庭中走出來服務學習。

透過志願服務可產生全人、家庭及社會三方面的效益，其中又以再創個人生命意義與價值為退休者最直接的收穫；本研究結果顯示，退休者貢獻後所得到的效益，可分為全人、家庭與社區等三部分，包括：(1)全人效益；(2)家庭效益；(3)社區效益。受訪者多表示，貢獻所得到的效益，最明顯且直接的反應在自己的身上，不論是身、心、靈層面，皆得到許多正向回饋，更是從中獲得肯定與認同，對於老後生活也不再感到擔憂。

退休者在志願服務過程中的學習與成功老化元素有關；本研究結果顯示，即「健康」、「維持良好人際關係」、「擔任志工以繼續貢獻社會」；首先「健康方面」涵蓋兩種形式，包括：(1)學習本身充滿認知刺激，有助記憶等認知功能的維持並減緩老化；(2)學習過程發展出的智慧，例如知福惜福、感恩、真正體會施比受更有福等，亦有益產生快樂感、幸福感、意義感，進而間接促進身心靈的健康；其次「維持良好人際關係」，受訪者因擔任志工而獲人際關係技巧的精煉與修正機會，而這些修正與改變，往往會被帶回實際生活，進而改善受訪者的家庭互動與朋友關係。最後「擔任志工以繼續貢獻社會」這項成功老化元素，得到豐富的學習、體悟、改變、與自我擴展，能在這些服務效益之中發現銀色資源，是未來推動高齡志工人力再運用的一個重要課題。

6.2 研究限制與反思

本研究的完成，受到了若干的限制，研究者必須加以反思。首先是研究對象的選擇，僅限於南部某地區六個服務機構的退休志願工作者，因此成功老化觀點的應用，無法推論到其他不同屬性的單位及退休人員。其次，受訪者的人數及受訪時間也受到限制，無法選擇更多的受訪者，也難以進行更長時間的訪談，所以只能就有限人員與時間的訪談結果做出結論。再者，以滾雪球方式收集訪談對象資料，大多參與者的教育程度都偏高，可能與機構的性質或滾雪球收案有關，因此機構屬性和教育程度對此研究也有影響。至於在研究者本身方面，雖已透過三角檢證儘量求其客觀、有效地解釋資料，但可能也難免涉入研究者的主觀判斷，此點就需留待讀者客觀地做出判斷與解讀了。

6.3 建議

依據本研究的結論，研究者主要針對「中高齡退休者」、「服務機構」及「後續研究」三方面提出建議如下：

對退休者的建議：把握參與學習的機會，開展自我成長空間，退休者應主動參與老年準備相關研習或加入樂齡教育團體，充實基本知能，提升老化相關議題知識；本研究的結果顯示，這是一個終身學習的時代，處處充滿學習的機會，退休者已然是加入了終身學習的行列中，在其參與過程中學習公民角色的扮演。然而學習是無止境，退休者若能持續地參與學習活動，把握參與正規學習與非正規學習的機會，則更能強化個人的思維、見地、與未來感。亦能藉由學習而開展自我成長的空間，以成為全能自主的學習者。只要時間與體力許可，再加上家人的支持，許多退休者均願意繼續

透過服務學習，繼續奉獻社會。而此一奉獻服務的行動，不僅有助於自身的健康與人際關係，更能對社會產生莫大的貢獻，成為國家的一種重要人力資源。因此，建議即將退休或已經退休的人士，能夠選擇志願服務途徑，繼續貢獻社會。

對服務機構的建議：開設前瞻因應教育方案，協助退休者準備老年準備規劃，可加強外在誘因，驅使退休者願意繼續奉獻；並安排專業培訓課程，強化繼續奉獻之專業知能；擁有前瞻因應行為取向的人，其面對未來可能遇到的問題，可以預先做好準備與規劃。前瞻因應能力可以透過教育方案建立出來，因此各高齡教育機構的教師可以開設有關於前瞻因應的教育方案，在課程中鼓勵中高齡者意識覺醒、思考未來生活目標，透過「情境模擬」的方式，設計老年可能遇到的情境或是壓力源，讓中高齡者思考如何預防，以教育中高齡者對於未來生活提出願景與具體目標。服務機構可藉由加強外在誘因，驅使退休者願意繼續奉獻，例如：由服務機構內部的成員鼓勵親朋好友一同參與、由服務機構邀約社區居民出來服務，或是服務機構可請鄰近學校、公司及相關組織機構推薦人員等，即以滾雪球之方式，尋找並激勵願意繼續奉獻之高齡者。此外，服務機構可針對有意願奉獻的退休人員，安排服務前的訓練課程，增加其專業知能及素養，並於奉獻中再安排研習課程，不僅再次強化專業能力，更藉此了解退休者在奉獻時所遭遇的瓶頸與阻礙，進一步協助面對並解決。

對後續相關研究的建議：加強已退休者奉獻經驗之相關研究；目前國內、外有關應用成功老化觀點在退休者的服務學習經驗之相關研究仍舊闕如。面對現今高齡化的社會趨勢，漫長的退休生涯，如何協助中高齡者在退休前即有妥善的生涯規劃及準備，並在退休後還能盡一己之力，於各領域中奉獻其能力與時間，促使高齡者不成為社會中的閒置人力，而是轉化為銀色資源，可說是高齡社會的當務之急。因此，建議未來加強成功老化觀點相關實證研究，以協助中高齡人力再運用。

參考文獻

1. Bass, S. A. (1994). *Productive aging and the role of older people in Japan: New approaches for the United States*. Japan Society.
2. Bass, S. A., & Caro, F. G. (1993). *Achieving a productive aging society*. Auburn House Pub. Co..
3. Bradley, D. B. (1999). A reason to rise each morning: The meaning of volunteering in the lives of older adults. *Generations*, 23(4), 45-50.
4. Butler, R. N., & Schechter, M. (1995). Productive aging. In G. L. Maddox (Eds.), *The encyclopedia of aging: A comprehensive resource in gerontology and geriatrics* (pp.763- 764). New York, NY: Springer.
5. Butler, R. N., Lewis, M. I., & Sunderland, T. (1998). *Aging and mental health: positive psychosocial and biomedical approaches*. Boston, MA: Allyn & Bacon.
6. Carr, D. C., & Hendricks, J. (2011). Relevance of social capital and lifestyle for the third age. *Gerontology in the era of the third age: Implications and next steps*, 207-224.
7. Choi, L. H. (2003). Factors affecting volunteerism among older adults. *Journal of Applied Gerontology*, 22(2), 179-196.
8. Eyler, J., & Giles Jr, D. E. (1999). *Where's the Learning in Service-Learning? Jossey-Bass Higher and Adult Education Series*. Jossey-Bass, Inc., 350 Sansome St., San Francisco, CA 94104.

9. Herzog A. R., & Morgan, J. N. (1993). Formal volunteer work among older Americans. In S. A. Bass, F. G. Caro, & Y. P. Chen (Eds.), *Achieving a productive aging society* (pp. 119-142). Westport, CT: Auburn House.
10. Herzog, A. R., & Morgan, J. N. (1992). Age and gender differences in the value of productive activities: Four different approaches. *Research on aging, 14*(2), 169-198.
11. Herzog, A. R., Kahn, R. L., Morgan, J. N., Jackson, J. S., & Antonucci, T. C. (1989). Age differences in productive activities. *Journal of Gerontology, 44*(4), S129-S138.
12. Ilesley, P. J. (1990). *Enhancing the volunteer experience*. San Francisco, LA: Jossey-Bass Publishers.
13. Jacoby, B. (1996). *Server-learning in higher education: and practices*. San Francisco: Jossey-Bass.
14. Jarvis, P. (1987). *Adult learning in the social context*. New York: Croom Helm.
15. Kerka, S. (1998). *Volunteering and adult learning*. ERIC Clearinghouse on Adult, Career, and Vocational Education, Center on Education and Training for Employment, College of Education, the Ohio State University.
16. Merriam, S. B. (1998). *Qualitative research and case study applications in education: Revised and expanded from case study research in education* (Vol. 62). San Francisco: Jossey-Bass.
17. Moody, H. R. (2001). Productive aging and the ideology of old age. *Productive aging: Concepts and challenges*, 175-196.
18. Strauss, A., & Corbin, J. (1998). *Basics of qualitative research: Techniques and procedures for developing grounded theory*. Thousand Oaks, CA: Sage.
19. Wilson, R. W. (2000). The many voices of political culture: Assessing different approaches. *World Politics, 52*(2), 246-273.
20. World Health Organization. (2002). *The world health report 2002: reducing risks, promoting healthy life*. World Health Organization.
21. 內政部統計處(2017)。內政統計通報。2018年5月3日取自 http://www.moi.gov.tw/stat/news_content.aspx?sn=11735
22. 王政彥(2008)。高齡人力在職場之運用：資本抑或成本？論文發表於2008全民終身學習論壇：高齡社會終身學習與人力資源發展。國立暨南國際大學成人與繼續教育研究所，南投縣。
23. 王素蘭(2006)。退休人員擔任志工者之社會支持，生活適應對參與志願服務動機之影響。國立嘉義大學家庭教育研究所碩士論文，嘉義縣。
24. 王貴瑛(2001)。國民小學家長參與學校事務之個案研究—以學校義工為例。臺中師範學院國民教育研究所碩士論文，臺中市。
25. 王順節(2011)。台灣成人非正規學習參與成效及未來需求之研究。國立暨南大學教育政策與行政學系博士論文，南投縣。
26. 王麗容(1992)。婦女參與志願服務工作模式研究。臺北：臺北市政府社會局。
27. 朱芬郁(1998)。退休老人生涯規劃模式研究，國立中正大學成人及繼續教育學系碩士論文，嘉義縣。
28. 行政院主計總處(2016)。105年受僱員工動向調查報告統計表。2018年5月3日取自 <https://www.dgbas.gov.tw/ct.asp?xItem=41848&ctNode=5624>

29. 吳佳玲(2010)。臺北縣國民小學退休教師社會參與及幸福感關係之研究。臺灣師範大學社會教育學系在職進修碩士班學位論文，臺北市。
30. 吳淑妃(2014)。退休婦女再就業經驗學習之研究。國立中正大學成人及繼續教育學系學位論文，嘉義縣。
31. 林介士(2005)。我國中、小學退休教師從事志工之研究—以彰化縣為例。國立中正大學系碩士論文，嘉義縣。
32. 林妙香(2000)。社區義工參與社區問題解決的學習及其影響之探討—嘉義市王田里社區義工為例。國立中正大學成人及繼續教育研究所碩士論文，嘉義縣。
33. 林美珠(1994)。家庭主婦參與志願服務對家庭關係之影響。私立東海大學社會工作研究所碩士論文，台中市。
34. 林淑錦(2010)。公教退休人力資源再運用之研究—以臺灣北部地區為例。銘傳大學公共事務學系碩士在職專班碩士論文，桃園縣。
35. 林麗惠(2006a)。台灣高齡學習者成功老化之研究。人口學刊，(33)，133-170。
36. 林麗惠(2006b)。高齡者參與志願服務與成功老化之研究。生死學研究，(4)，1-36。
37. 洪慧芳譯(2012)。熟年力：屬於新世代的熟年生涯規劃手冊（原作者：Ken Dychtwald, Daniel J. Kadlec）。臺北市，大塊文化。（原著出版年：2009）
38. 胡夢鯨、王怡分(2016)。從生產老化觀點分析退休者的貢獻經驗及障礙：以樂齡中心工作者為例。人文社會學報，12(2)，85-113。
39. 凌展輝(2010)。新加坡的成功老化政策。新加坡樂齡學習：組織與實務，23-48。高雄：麗文文化事業。
40. 唐蓓玲(2015)。和氣大愛中高齡志工服務學習經驗之研究。國立中正大學成人及繼續教育研究所碩士論文，嘉義縣。
41. 徐嘉璘(2009)。中高齡工作者再就業之研究—以新竹地區為例。玄奘大學成人教育與人力發展學系碩士論文，新竹市。
42. 翁政田(2011)。退休小學教師參與返校志願服務經驗之研究。東海大學教育研究所碩士論文，台中市。
43. 高櫻芳(2009)。雲林縣國小退休教師退休生涯規畫內涵，社會參與與生活適應關係之研究。國立中正大學國立中正大學成人及繼續教育所碩士論文，嘉義縣。
44. 張嘉倩譯(1999)。活力久久 *Successful Aging* (John, W., & Robert. 原著，1998 出版)。臺北市：天下遠見出版股份有限公司。
45. 張翠蓁(2013)。國小資深教師退休生涯規劃與參與志願服務之研究。南華大學非營利事業管理學系碩士論文，嘉義縣。
46. 許雅清(2012)。退而不休的生活—退休教師參與志願服務學習與成功老化之探究。國立雲林科技大學休閒運動研究所碩士論文，雲林縣。
47. 陳秋蓉(2001)。國民小學家長參與學校義工工作的動機和滿意度研究。台北市立師範學院國民教育研究所碩士論文，台北市。

48. 陳美惠(2007)。台南縣退休教師自我導向學習傾向與生活滿意度關係之研究。國立中正大學成人及繼續教育所碩士論文，嘉義縣。
49. 陳儀珊(1989)。婦女志願工作者之研究。東海大學社會工作研究所碩士論文，台中市。
50. 陳慧珊(2013)。退休生涯規劃與活躍老化關係之研究—以桃園縣教育志工為例。元智大學元智大學社會暨政策科學學系碩士論文，桃園縣。
51. 陳麗光、鄭鈺靜、周昀臻、林沛瑾、陳麗幸、陳淑軒(2011)。成功老化的多元樣貌。台灣老年學論壇，(9)，1-12
52. 曾俊銘(2004)。學校退休人員終身學習參與情形與再工作關係之研究--以嘉義地區退休教師聯誼會為例。國立中正大學成人及繼續教育學系碩士論文，嘉義縣。
53. 黃美津(2014)。退休居家者非正式學習經驗之研究。國立中正大學成人及繼續教育學系碩士論文，嘉義縣。
54. 黃嘉珍(2011)。中高齡女性志工服務學習歷程之研究。國立臺灣師範大學社會教育學系碩士論文，台北市。
55. 黃緻茵(2014)。中高齡男性退休後再就業及學習歷程之研究。國立中正大學成人及繼續教育學系碩士論文，嘉義縣。
56. 黃寶園(2006)。心理與教育研究法。台北：華立
57. 楊國德(2006)。志願服務社團提供非正規學習的角色與功能。中華民國成人及終身教育學會：成人及終身教育，(11)，28-37。
58. 楊麗燕(2009)。成功老化退休人員的自我照護素養、健康促進策略與學習經驗之研究。國立高雄師範大學成人教育研究所碩士論文，高雄市。
59. 葉至誠(2012)。高齡者社會參與。臺北市：揚智文化。
60. 劉怡苓(2007)。高齡者參與社區志願服務經驗之探討—以高雄縣兩社區為例。國立高雄師範大學成人教育研究所碩士論文，高雄市。
61. 劉瓊文(2016)。中高齡志工參與服務學習經驗之探究-以嘉義市樂齡學習中心為例。國立中正大學成人及繼續教育學系碩士論文，嘉義縣。
62. 蔡美玉(2002)。高齡志工服務學習經驗之研究。國立中正大學成人及繼續教育研究所碩士論文，嘉義縣。
63. 鄭秀英(2014)。退休教師擔任全職志工觀點轉化歷程之研究：以福智團體為例。國立臺灣師範大學社會教育與文化行政碩士學位班專班碩士論文，臺北市。
64. 賴榮正(2009)。民雄文教基金會資深志工的服務學習歷程之研究。國立中正大學成人及繼續教育研究所碩士論文，嘉義縣。
65. 謝秀芬(1992)。實驗社區婦女參與志願服務之研究。台北：中華民國社區發展研究訓練中心。
66. 簡志文(1994)。國家公園志願解說員制度建立之研究。中國文化大學觀光事業研究所碩士論文，台北市。
67. 魏惠娟(2010)。成功老化取向的高齡教育方案模式之建構與應用：規範性需求的觀點。國科會計畫編號(I, II, III) (NSC 99-2410-H-034-SS3)，計畫主持人。
68. 羅寶鳳(1997)。瞭解組織中的學習-台灣的一個個案研究。成人教育學刊，(1)，289-320。

69. 嚴幸文(1993)。醫院志願服務人員人格特質和工作滿意度之研究。東海大學社會工作研究所碩士論文，台中市。
70. 顧秀琴(2006)。公務人員退休後再就業之研究－以台北市政府交通局為例。國立政治大學行政管理碩士學程學位論文，臺北市。

Service Learning Experience of Retired Middle-aged Volunteers

Din, J.-L.

Department of Adult and Continuing Education, National Chung Cheng University

Abstract

This study uses qualitative research methods to explore the service benefits of retired middle-aged volunteers in the "six service agencies" in a certain area in southern Taiwan. In addition, 20 retirees who continued to contribute to the service organizations were selected as research subjects. The study aims to understand why the retirees participated in the school service learning experience, including service motives, patterns, methods, benefits and other experiences. The findings show that, for service learning experience: (a) The middle-aged retirees were compelled to continue to contribute to society mainly by external factors; (b) The middle-aged retired persons usually have more than one type of learning, the most common being learning by experience; (c) The service learning approach is mostly informal. For service learning benefit, the results show that: (a) Continuing to serve learning can produce three benefits to individuals, families, and societies through contribution; (b) Retired people in the process of volunteering service learning related to successful aging elements.

Keywords: retirement, elderly, service learning experiences, service learning retirement effectiveness

