

「服務利他獎」歷屆得獎方案分享

掌握人生-布袋戲導入高齡社區開 創心量能



第五屆「服務利他獎」大專組 第三名

方案編號：108-B021

提案單位(人)

吳鳳科技大學長期照護系：徐苙耘・王姿懿

服務團隊成員：蘆瑋呈、徐苙珊、林家惠、徐俊文、廖嘉德

初評提案日：2019 年 10 月

成果驗收日：2020 年 06 月 15 日

布袋戲在台灣扮演著牽起宗教信仰、天地人神關係、經濟發展與文化價值傳承的緊密關係，透過布袋戲進行回憶，回憶起的不單是故事內容，而是當時的時空背景、宗教意涵、童年時光與經濟生活，這些對長輩而言不單是共同回憶，而且是珍貴的過去時光。

本篇選用布袋戲作為懷舊療法的導入物，主要考量民國 40 年代非常風靡布袋戲，只要有廟宇酬神或慶典皆以布袋戲等傳統戲劇進行展演，爾後更有電視版的霹靂布袋戲，帶動了全國民眾對布袋戲的熱潮，布袋戲不僅有寓教於樂的功用，對長輩而言是一種對過去生活的回憶，彼此聯繫感情的橋梁，更是藉由「掌中玩偶」導出「掌握人生」的意涵，藉由掌中偶帶動訴說故事、隱喻生命意義，盼此懷舊療法有助於協助老人重整生命意義及達到生命統合。

相關影音連結：



服務利他-我們與布袋戲距離

https://www.youtube.com/watch?v=Zrt0mL_WPGc&feature=youtu.be

初評提案

方案摘要

布袋戲在台灣扮演著牽起宗教信仰、天地人神關係、經濟發展與文化價值傳承的緊密關係。透過布袋戲進行回憶，回憶起的不單是故事內容，而是當時的時空背景、宗教意涵、童年時光與經濟生活，這些對長輩而言不單是共同的回憶，而是珍貴的過去時光。

本次預定於嘉義縣某社區發展協會進行活動，以布袋戲導入團體懷舊療法，採前、後測的準實驗設計，以蔡坤良(2004)修訂之「生命意義感量表」作為測量工具，並於活動介入後進行實驗組參與者的個別訪談，來檢視布袋戲懷舊團體活動介入後老人的生命意義改變的成效，共 10 次團體活動介入(每週一次、每次 2 小時)，研究目的有：(1)了解布袋戲導入懷舊團體對社區老人的生命意義影響(2)實施介入方案後社區老人的生命意義之改變。本篇選用布袋戲作為懷舊療法的導入物，主要考量民國 40 年代分長風靡布袋戲，只要有廟宇酬神或慶典皆以布袋戲等傳統戲劇進行展演，爾後更有電視版的霹靂布袋戲，帶動了全國民眾對布袋戲的熱潮，布袋戲不僅有寓教於樂的功用，對長輩而言是一種對過去生活的回憶，彼此聯繫感情的橋樑，更是藉由「掌中玩偶」導出「掌中人生」的意涵，藉由掌中偶帶動訴說故事、隱喻生命意義，盼此懷舊療法有助於協助老人重整生命意義及達到生命統合。

方案編號	109-B021	組別	☐ 社會組 ☒ 大專組 ☐ 高中組
方案名稱：掌握人生-布袋戲導入高齡社區開創心量能			
壹、前言（概述、動機與理念） 由於醫療發達、多數國家平均壽命延長、生育力降低，經過戰後嬰兒潮的世代人口屆臨退休，人口老化的課題持續發酵，衝擊到全球經濟、社會、政治等多層面。台灣亦面臨人口結構老化問題，而衛生福利部依據行政院 2016 年核定的「長期照護十年計畫 2.0(106-115 年)」持續辦理相關政策，例如：照顧管理機制、社區整體照護模式、失智症照護服務、預防及延緩失能照護服務、長照出院準備服務、長照給付及支付基準、家庭照護支持等等(衛生福利部，2019)。目前的衛政政策的長者服務多以生理及社會層面著手，然而心理衛生等相關照護資源仍較缺乏，老人於持續老化的過程需要持續地成長與調適，方能維持心理健康，達到健康老化。有鑑於此，心理健康於老人照護議題上，越加受到重視。			
貳、所見事實 在老化的過程中，首先面對的是生理的功能老化，而身體的功能與自理能力會直接影響長者對於生命的看法與感知到死亡的降臨，這些容易造成長者的挫折與壓力，適應老化的能力下降。倘若，自我生命意義感越高，越能坦然面對生老病			

死或老化導致的功能退化，生活適應力佳。依據文獻顯示，老人的懷舊團體能有助提升長者的生活滿意度、減緩憂鬱(方、黃、謝，2015)。Butler(1963)提出的懷舊治療(reminiscence therapy)，其概念為運用過去的事件、感覺或想法，引發老人分析與評價過去，可以得到人生滿足與自我肯定，進行生命的自我統合。

參、問題分析

預計嘉義縣水上社區為本計畫實驗場域，考量全台人口老化比例以嘉義縣18.61%最高，而水上的溪州村於民國初年時叫外溪洲庄，因為水上鄉境內有兩個溪洲都在八掌溪旁，為了方便分辨，靠東邊的在柳仔林東側的溪洲叫內溪洲，靠西方在水上外林南邊的叫外溪洲。早期外溪洲都稱為溪州仔，人口比外林少，從前外林人口較多，地域也較廣，從水上國小和水上市場東邊起到現在外林地區全部都是外林，據說日本大正時期，因為外林地區患鼠疫，很多人死亡，因此多數居民遷移至溪州仔居住，從此外林人口劇減，而溪州仔人口增多，然而，現在外林有良都新社區加入，人口數又超過溪州村了。另外，受到農業沒落，人口外移嚴重，且逐年減少、少子化等衝擊，於107年資料顯示人口外移減少428人(-0.860%)，學校的長輩人數更加減少，居民多為高齡長者，且該區的長照資源分布相較不足。因此，本次結合協會、社區與學校等多方資源，

肆、具體行動服務方案內容

將布袋戲導入懷舊課程之考量傳統技藝中布袋戲乃台灣庶民文化，台灣庶民文化與祭祀活動互相倚賴，是一種起源於17世紀中國福建泉州，主要在福建泉州、漳州、廣東福州與臺灣等地流傳的一種用布偶來表演的地方戲劇，偶頭是由木偶雕刻並經過12個製作程序，如：選木、粗坯、細坯、研磨、補土、上底漆、表面漆、彩繪、上亮光漆、保護漆、植髮(扎髻)，之後做造型含髮型及服裝(維基百科，2019)，早期約民國40~70年電視機尚未普及，當時只要有廟宇活動像是神明的壽辰，就會請布袋戲來熱鬧，就會有許多小攤販前來擺攤聚集形成夜市，較鄉下的地方鮮少有夜市所以是非常難得的，家家戶戶都匯聚在一起觀看野台戲，彼此聯絡情感、分享熱鬧的氛圍，是台灣最具代表性的傳統文化。隨著科技日新月異庶民文化及台灣的傳統習俗日漸式微，在早期甚至被認為布袋戲這類的民間戲劇可能從此消聲匿跡、逐漸沒落，但隨彩色電視機的興起，黃俊雄於1951年將布袋戲展演空間移至電視螢光幕上，並演出《雲州大儒俠—史艷文》創下超高收視率(黃、魏，1998)，翻轉了傳統能在特殊節慶觀看布袋戲的文化特色。布袋戲係以手就能去操作的戲偶，用手指去操作戲偶的一舉一動，搭配口白來表達他的喜怒哀樂，這些動作就能將布偶的角色顯得活靈活現，因此布偶又稱為掌中劇。過去研究中，戴(1994)將布袋戲各元素分為戲偶塑造、動作演練、台詞編寫、後場音樂及合作展演等融入課程內，但至今未有將布袋戲融入懷舊療法中應用於老人族群。

本篇選用布袋戲融入懷舊療法內有以下考量：

- (1) Ingersoll-Dayton & B(2006)提到文化有關的因素會影響懷舊介入的成效，因此本篇選用布袋戲作為介入設計方案，除了是值得探討的新興議題外，對該年

齡層的老人來說，布袋戲是過去曾經共同經歷的美好回憶。

- (2) 利用布袋戲作為懷舊課程的引導物，主要考量到長輩的世代皆有共同回憶、不論何種性別皆對布袋戲擁有回憶、也具有閩南文化的因素影響(Burnside & Haight, 1994)。此外，布袋戲在台灣扮演著與宗教信仰、天地人神關係、經濟發展與文化價值傳承具有緊密關係，透過布袋戲進行回憶，回憶起的不單是故事內容，而是當時的時空背景、宗教意涵、童年時光與經濟生活(維基百科，2019)。
- (3) 布袋戲為掌中偶，當長輩在繪畫布袋戲偶的臉部表情時，透過繪畫的過程，可以引導內心情緒。再者，以掌中偶作為角色扮演的的方式，將內心戲劇透過布袋戲偶能展現出來。
- (4) 最後藉由布袋戲的成果發表，於參與活動的過程中，重新發現自我價值與整合過去生命經驗，並從中獲得成就感與滿足。懷舊療法與生命意義之關聯存在主義大師法蘭克(Viktor E. Frankl)在納集中營的生活經驗，體會到最有希望存活下去的人，就是那些未來要成就某種意義的人，他認為人本身的存在就是意義，而個人意義可以藉由創造性價值、經驗性價值與態度性價值等三種來尋求生命的意義(Frankl, 1995/鄭納無譯，2002)。當改變個人的生命計畫或以不同觀點看待事件時，可以協助個案重新思考生命的意義(姚、陳，2018)。而懷舊療法本身即以讓個案藉由回憶，重新詮釋對過去的生命經驗，這些詮釋會因人、時間、地點或情境而有差異，以共同回憶的過程，增加個案的正向經驗(Cappelize, O'Rourke, & Chaudhury, 2005)。因此，使用懷舊療法為提供一個生命回顧與自我統合的機會，能夠重新以正面或賦予生命的意義與價值，發展生死智慧來面對死亡的威脅與晚年的生活。

本次「布袋戲懷舊活動」以布袋戲偶做為懷舊療法之引導物，課程一開始先以霹靂布袋戲偶與影片進行懷舊影片之播放，並引導長輩回憶過去觀看布袋戲的場景與影片片段，爾後請每位長輩選擇自己擔任的布袋戲偶進行製作，繪畫出屬於自己的臉部彩繪及衣服製作，並由操偶師指導長輩如何操作戲偶、口白練習與製作劇本，最後以長輩們設計的戲偶與劇本進行演出。於過程進行時，尊重老人的心理適應行為、尊重長者若於戲偶製作過程中若展現出過去生命歷程的負向情緒，予以同理並接納。

伍、實踐步驟、方法

1. 工作人員：吳鳳科大長照系
 - (1) 總策畫：徐苙耘
 - (2) 活動執行：王姿懿、盧瑋呈、徐苙耘、徐俊文、徐苙珊、廖嘉德
 - (3) 指導老師：林家惠 老師、徐俊文 老師、廖嘉德 老師
 - (4) 服務對象：嘉義縣社區長輩
2. 服務時間：每週一次 2 小時的課程，共 10 次。
3. 各項活動培養能力分析，如下表：

強項：★ 中等：■ 弱項：◎							
週次	活動名稱	肢體活動	情緒紓解	邏輯認知	社交技巧	職業訓練	服務利他宗旨
1	布袋戲偶介紹	◎	■	■	■	■	關懷、服務
2	布袋戲偶彩繪	◎	★	■	◎	◎	關懷、服務
3		★	★	★	★	◎	關懷、創意
4	活動吧！	★	■	◎	■	■	關懷、實踐、服務
5	布袋戲偶	★	◎	★	■	★	創意、實踐
6	牛刀小試	★	★	★	◎	★	創意、實踐
7		★	★	■	★	■	創意、實踐
8	偶的小劇場~	★	★	★	★	■	創意、實踐
9		★	★	■	★	★	創意、實踐
10	成果發表	★	★	■	★	■	關懷、服務

4. 本次的 10 週課程安排內容如下(相關教案內容，請參考附件)：

週次	活動內容	活動設計概念	預計參加人數
1	活動名稱：相約來看戲 (1) 量血壓 (2) 暖身操 (3) 具體活動：霹靂布袋戲之影片欣賞與懷舊	利用霹靂布袋戲的影片及戲偶，邀請長輩分享過去的生命經驗	20 人
2	活動名稱：布袋戲偶介紹 (1) 布袋戲偶的製作(關公戲製作) (2) 角色介紹(生、旦、淨、末、丑) (3) 戲偶的展示與互動	1. 了解當地長者的宗教信仰，並製作戲偶，心靈上的支持。 2. 透過介紹生、旦、淨、末、丑，來了解每位角色特性	20 人
3	活動名稱：布袋戲偶彩繪-臉部彩繪及穿衣	獨立完成戲偶製作(臉部彩繪、置入鬍子、穿偶衣)	20 人
4	活動名稱：活動吧！布袋戲偶 (1) 量血壓 (2) 體操 (3) 1475 的手指動作	透過介紹生、旦、淨、末、丑，來了解每位角色特性，1475 的手指操作	20 人
5	活動名稱：牛刀小試(上) (1) 分組 (2) 劇本討論	討論劇本設計，熟悉每位角色的設定及演出特性	20 人

	(3) 戲偶操作練習		
6	活動名稱：牛刀小試(下)	討論劇本設計，熟悉每位角色的設定及演出特性	20 人
	(1) 劇本討論		
	(2) 戲偶操作練習		
7	活動名稱：掌握人生—偶的小劇場(上)	1. 熟悉每位角色的設定及演出特性	20 人
	(1) 技術指導：口白、操偶	2. 兩位旁白進行口白訓練	
		3. 練習劇本走位與流程	
	(2) 劇本練習		
8	活動名稱：掌握人生—偶的小劇場(下)	1. 熟悉每位角色的設定及演出特性	20 人
	(1) 技術指導：口白、操偶	2. 兩位旁白進行口白訓練	
		3. 練習劇本走位與流程	
	(2) 劇本練習		
9	導劇「掌握人生」成果發表	透過成果發表，激發高齡者的成就與自信心	20 人
10	分享與回饋	將上次的影片剪輯，並撥放給社區長輩分享彼此成果	20 人

陸、預期效益

本研究透過前、後測來收集資料，並進行分析。期間卷內容包含：

1. 評估「生命意義感量表」共計 11 題，量表分為自我評價、自我統整、自我實現等三構面，每題 1-4 分。三構面加總後的得分愈高表示整體生命意義感高。
2. 另外，並於活動結束後訪談實驗組，了解其參與布袋戲懷舊療法過程中之感受，並開放式問題有：
 - (1) 製作布袋戲偶過程中，您的感受是？是否有聯想到什麼？
 - (2) 藉由布袋戲與大家一起回想過去的生活經驗，你覺得有甚麼意義呢？
 - (3) 藉由布袋戲懷舊療法中，對您的生命意義有什麼影響？
3. 於 10 次活動後，統計對於本次活動之滿意度。
4. 藉由閱讀西遊記劇本、準備道具、後製配音、口白、各種角色(生、旦、淨、末、丑)的舞台呈現，促進長者認知訓練與再學習的動機。
5. 藉由布袋戲活動，促進青銀共創的機會，延續傳統文化產業及將鼓勵青年留鄉與回鄉，營造有利於新血不斷投入社造環境。
6. 落實關懷：對高齡者在操偶布袋戲的過程中，以關懷、陪伴的精神，使其在團體中獲得溫暖與認同感。
7. 服務他人：藉由本次活動，長輩主動關懷與服務高齡者，培養自我主動關懷與服務他人的精神。
8. 實踐：培養自我實事求是的精神，將活動方案落實執行高齡者族群上，以貢獻社會、服務他人的理念參與活動。

柒、執行期程及經費概算

(一)執行期程

執行日期		年	2020 年					
		月份	1	2	3	4	5	6
計劃期	計畫設定							
	資料收集							
	聯絡講師與社區							
執行期	執行 10 週方案							
	設立布景							
評值期	成果發表							
	成效分析與檢討							

(二)經費概算

經費項目	單價	數量	合計	備註
布袋戲偶材料費	1400	20 人	28,000	
講師費	1600	2 人/10 周	32,000	
指導員費用	300	4 人/5 周	6,000	
行政管理費	(材料費+鐘點費)*10%		6,600	
場地舞台費	5000*5		25,000	
宣導費	2,400		2,400	
合計	100,000			

附件 布袋戲教案內容

教案一

活動一：布袋戲偶介紹

活動地點：嘉義縣社區

對象/人數：預計 20 人

設計動機 藉由早年的生活經驗，分享布袋戲對他們的生活意義

設計目標 1. 分享早年的生活經驗

2. 增進人際關係

活動方式 集體分享

活 10~15 分 暖身活動

動 1. 建立關係，自我介紹

內 活動流程

容 本土戲劇知多少？

60~80 分 1. 提問：我們所認識知道的傳統戲劇有哪些？

(可能的答案：歌仔戲、布袋戲、皮影

戲、傀儡戲…等)

2. 說明：這些傳統戲劇主要都是源自於中國大陸

隨早期移民流傳到台灣，但其中像布袋

戲等，已發展出本地獨特的文化。

3. 結論：由於布袋戲的發展兼顧了傳統與創新，

是故至今能吸引大多數人的喜愛。

4. 第二部分：講到布袋戲直接會聯想到什麼？

（霹靂布袋戲、素還真）

5. 說明：霹靂布袋戲可說是將傳統布袋戲文化現

代化。它因為在電視上播出，所以又可

以稱為電視布袋戲。

6. 播放霹靂布袋戲片段讓長輩觀賞（可以選擇打

鬥場面）

7. 利用圖片說明金光布袋戲，並請長輩分享在戶

外看野台戲的經驗（如廟會）

8. 簡單介紹完整布袋戲的發展流程（輔以圖

片）：傳統布袋戲→劍俠布袋戲→皇民化布袋

戲→反共抗俄布袋戲→內台布袋戲→金光布

袋戲→電視布袋戲

9. 播放電視「霹靂布袋戲」節目。

10~15 分

活動過程經驗分享~結束今天的活動

時間配置

90~110 分鐘

教案二

活動二：布袋戲介紹

活動地點：嘉義縣社區

對象/人數：預計 20 人

設計動機 (1) 布袋戲偶的製作(關公戲製作)
(2) 角色介紹(生、旦、淨、末、丑)
(3) 戲偶的展示與互動

設計目標 1. 促進手眼協調，增進人際互動
2. 了解當地長者的宗教信仰，並製作戲偶，心靈上支持
3. 透過介紹生、旦、淨、末、丑，來了解每位角色特性

活動方式 個別創作

活 15~20 分 寒暄問候~

動 回顧上次課程所教

內 建立現實感(人時地)

容 活動流程

一、介紹：生旦淨末丑

1. 角色介紹傳統戲曲中生、旦、淨、

末、丑等的角色區別，並與長輩 材料：

共同討論各種角色動作所應呈現 1. 布袋戲偶
的樣子。

2. 人偶合一：以實際演出方式來揣摩各種角色的動作特性。

80~100 分 3. 說明：戲偶是沒有生命的，我們

要怎樣讓它達到人偶合一，感覺

栩栩如生呢？（長輩可自由發表

怎麼讓戲偶生動）。

二、現場霹靂布袋戲偶介紹

1. 介紹各種布袋戲偶的角色、聲

調、動作。

15~20 分 2. 介紹常用布袋戲劇的配角、道具。

活動過程經驗分享~

時間配置 80~110 分鐘

教案三

活動三： 布袋戲偶彩繪 活動地點：嘉義縣社區

對象/人數：預計 20 人

設計動機 利用實際動手繪製戲偶，勾起長者的回憶

設計目標 1. 促進手眼協調，增進人際互動
2. 臉部彩繪及穿衣獨立完成戲偶製作

活動方式 個別創作

活 15~20 分 寒暄問候

動 1. 回顧上次課程所教

內 2. 建立現實感(人時地)

容 80~100 分 活動流程

1. 先欣賞這次活動要完成的作品
2. 說明作品的步驟，讓長輩們一步一步完成。

步驟一

將偶頭的臉部著上該戲偶的顏色

步驟二

依據個人喜好畫出戲偶的五

官，介紹各種不同偶的製作方式，示範關公臉部彩繪技巧(從眼睛、眉毛、鼻子、嘴唇)，各種繪畫方式。(此階段需要耗費較多時間，並且需要一一確認長者是否能跟上進度)。

步驟三

15~20 分 等待一周乾燥及上亮光漆後，
準備將戲偶的衣服及偶頭組裝，
將偶衣先剪出足以將偶頭的組裝
起來的大小，進行初步的組裝，
再將外衣組裝上去。

活動過程經驗分享~

時間配置 80~110 分鐘

教案四

活動四： 活動五：		活動吧！布袋戲偶	活動地點：嘉義縣社區
對象/人數：預計 20 人			
設計動機		實際參與角色本身，體驗小時候的時光及嚮往的舞台經驗	
設計目標		1. 透過介紹生、旦、淨、末、丑，來了解每位角色特性，1475 的手指操作 2. 促進團隊合作的關係 3. 增進彼此之間的情感	
活動方式		集體創作	
活動內容	15~20 分	寒暄問候~ 回顧上次課程所教 建立現實感(人時地) 活動流程 一、講師說明，操偶的基本手勢：概念、手勢、走路。 (一)概念 戲偶內體的衣服用布縫成，像布袋一樣，有人說因此它被稱為布袋戲尪仔。戲偶的結構是一個空的布袋，我們的手指伸進去，食指放在戲偶頭部內；用手指來操偶。 1.基本操作： (1)把手掌打開，食指向上； (2)如要操作戲偶頭部時，我們的拇指要放到偶頭旁，控制戲偶頭部。 2.基本走路： (1)要用雙手操偶，就是一隻手移動尪仔腳，配合尪仔手的移動，使尪仔看起來真的像走路一樣； (2)用食指和中指握住*「外腳」向前提起，同時*「外手」向後擺； (3)接下來，*「外腳」放下，把*「內腳」向前提起，同時*「外手」向前擺。 *「外」一指靠觀眾處；「內」一指靠演者處。	
	45~70 分		
		材料： 布袋戲偶、布袋戲舞台	

	20~30 分	(二)手勢 1.正確手勢：手掌打開； 2.手指方面，只彎上方的關節，戲偶看起來才不會駝背。 3.在表演時，通常尪仔的外手觀眾看到比較清楚，而內手是有點被尪仔的身體擋住的，觀眾比較看不到。所以，操作尪仔手的母指可以放在頸部旁來控制尪仔頭的移動，如此看起來，動作會比較細膩。 (三)走路-尪仔走路 1.一腳在前，一腳在後； 2.像拍皮球，但是，是整個手腕一起上下移動。 收尾 1. 活動過程經驗分享~結束今天的活動 2. 工作夥伴協助恢復活動區域原狀	
時間配置	80~120 分鐘		

教案五

活動六：		牛刀小試	活動地點：嘉義縣社區
活動七：			
對象/人數：預計 20 人			
設計動機		小時候的布袋戲後台是大家嚮往的秘密基地，讓長輩真實體驗布袋戲的演出，破解秘密基地的秘密	
設計目標		1. 促進團隊合作，增進彼此之間的溝通 2. 手眼協調 3. 能夠理解劇本內容，並能夠學會各種角色的特性	
活動方式		團體進行	
活動內容	15 分 80~ 95 分	寒暄問候~ 回顧上次課程所教 建立現實感(人時地) 活動流程 一、說明角色特性 (一)生：所謂坐台是大官或元帥出場時的小戲套。坐台一連串的動作試範分別如下： 1. 出台：掀起小面簾 2. 亮相：讓觀眾看清楚尪仔 3. 揚袖：整理手袖 4. 整冠：整理帽子 5. 拂鬚：如果是老生，拂一下鬚鬚 6. 開步：開始走路，走至戲台中央 7. 口白 8. 開步：走至戲台右端 9. 轉身 10. 走回椅子邊 11. 看椅：轉頭看椅子的位置 12. 坐下：外腳跨出去，再坐下 13. 四唸白：口白敘述角色身份、劇情等 14. 起身：外腳先提起、腳後跟著地、整個身體起來 15. 開步 16. 下台：可以從中間的門簾或「入相」下台，下台前回個頭看觀眾，才下台。	
		材料： 擴音設備、 布袋戲偶、 布袋戲舞台、 配樂器材、 劇本	

	25 分	(二)小旦走路： 1.走路時，小旦的頭有點低低的； 2.用手握住嫵旦的雙腳，慢慢的移動，移動的腳步細慢； 3.內手有小小的擺動。 (三)淨：淨也有人稱之大花臉，他的動作比較誇張、有力；大步大步的走路 (四)末 公末在布袋戲裡是一個老公公的角度。 末走路：外手和頭部擺一下，接著內手和頭部擺一下，動作慢，身體駝背。 (五)丑：是較滑稽的角色，動作誇張，走起路來蹦蹦跳跳。 活動結束 分享操控布袋戲偶的感覺	
時間配置	120 分鐘		

教案六

活動八： 活動九：		偶的小劇場	活動地點：嘉義縣社區
對象/人數：預計 60 人			
設計動機		實際體驗一齣完整的演出經驗	
設計目標		進行「西遊記-三借芭蕉扇」的劇本演練	
活動方式		團體進行	
活動內容	15 分	寒暄問候~ 回顧上次課程所教 建立現實感(人時地)	
	80~95 分	活動流程 1. 預告最後一周將會有成果發表會 2. 說明「西遊記-三借芭蕉扇」的劇本演練，共有十幕場景。 3. 分別進行各場景的排練與配樂，搭配劇本配音，布袋戲舞台上走位、幕後配樂、道具活動分享 4. 為執行口白的長輩進行訓練。	
	25 分	分享時間 分享今天完整走一遍布袋戲的感覺	
時間配置		90~110 分結束後	

教案七

活動十：成果發表		活動地點：嘉義縣社區	
對象/人數：預計 60 人			
設計動機		辛苦那麼久，讓每周活動都在後台忙碌的長輩欣賞自己的演出，感受自我肯定的價值。	
設計目標		1. 分享觀賞後的心得 2. 促進人際關係	
活動方式		影片欣賞	
活動內容	10~15 分	寒暄問候~ 回顧上次課程所教	投影備、
	60~85 分	建立現實感(人時地) 活動流程	

	25 分	1. 欣賞布袋戲演出成果影片。 2. 請長輩分享活動心得及影片觀後感 3. 大合照 請長輩幫忙協助整理演戲器材	喇叭
時間配置	95~120 分結束後		

參考資料

方文輝、黃思維、謝茉莉（2015）。老年人生命意義與憂鬱傾向之相關性。北市醫學雜誌，12(2)，43-53。doi:10.6200/TCMJ.2015.12.2.06

台灣失智症協會（2007）。失智症懷舊團體培訓手冊。台北：台灣失智症協會。
巫美鳳（2005）。應用懷舊療法照顧一位護理之家住民的護理經驗。長期照護雜誌，9(1)，76-87。

呂寶靜（2012）。懷舊團體介入方案對增進社區老人福祉成效之初探。臺灣社會工作學刊，(10)，119+121-152。doi:10.29814/TSW.201207.0004

李歡芳（2003）。老人自尊與懷舊療法。護理雜誌，50(4)，98-102。
doi:10.6224/JN.50.4.98

姚卿騰、陳宇嘉（2018）。社區老人參與藝術治療懷舊團體對其生命意義與自我生命統整成效之探討。逢甲人文社會學報，(37)，37-67。

張夙娟、胡月娟、吳佩燁、張靜雯（2015）。懷舊治療對機構老人憂鬱、自尊及生活滿意度之成效－統合分析。護理暨健康照護研究，11(1)，33-42。
doi:10.6225/JNHR.11.1.33

陳志昌（2018）。析論布袋戲的發展現況與困境－以臺中市為例。通識教育與多元文化學報，(7)，29-44。

黃強華、魏培賢（1998）。霹靂通鑑。台北：商業週刊股份有限公司。

維基百科（2019）。布袋戲。2019 年 2 月 27 日取自於 <https://zh.wikipedia.org/zh-tw/%E5%B8%83%E8%A2%8B%E6%88%B2>

蔡坤良 (2004)・小琉球漁村老人生命意義感、死亡態度與幸福感之研究(未發表的碩士論文)・嘉義縣：南華大長輩死學研究所。

衛生福利部 (2017)・長照政策專區・2019 年 2 月 20 日取自
<https://1966.gov.tw/LTC/mp-201.html>

Frankl V. E.(2017)・意義的呼喚—意義治療大師法蘭可自傳(鄭納無譯)・台北：心靈工坊。(2002)

戴玉珍 (1994)・掌中乾坤—布袋戲在課程中的運用・美育，48，49-56。

魏雪卿 (2005)・懷舊團體治療於護理之家老人對寂寞、生命意義、生活滿意之前驅性研究(未發表的碩士論文)・台北市：國立台北護理學院醫護教育研究所。

Butler, R. N. (1963). The life review: An interpretation of reminiscence in the aged. *Psychiatry*, 26,65-76.

Burnside, I., & Haight, B. (1994). Reminiscence and Life Review: Therapeutic Interventions for Older People, *Nurse Practitioner*, 19(4), 55-61.

Cappeliez, P., O'Rourke, N., & Chaudhury, H. (2005). Functions of reminiscence and mental health in later life. *Aging & Mental Health*, 9(4), 295-301.

D'Ambruso, S. (Eds.), *Handbook of Social Work in Health and Aging*, 781-788, New York: Oxford University.

Haber, D. (2006). Life review: implementation, theory, research, and therapy. *International Journal of Aging & Human Development*, 63 (2), 153-171.

Haight, B. K. & Webster, J. D. (Eds.), *The Art and Science of Reminiscing: Theory, Research, Methods and Applications*, 153-163, Washington, D. C.: Taylor & Francis.

Ingersoll-Dayton, B., & Rommarito, A. (2006). Reminiscence and Life Review, in Berkman, B. & D'Ambruso, S. (Eds.), *Handbook of Social Work in Health and Aging*, 781-788, New York: Oxford University.

2019 第五屆服務利他獎 服務利他實踐成果報告書

布袋戲導入高齡社區開創心量能



提案代號：108-B021

提案組別：大專組

提案單位：

吳鳳科技大學長期照護系：徐苙耘・王姿懿

服務團隊成員：蘆瑋呈、徐苙珊、林家惠、

徐俊文、廖嘉德

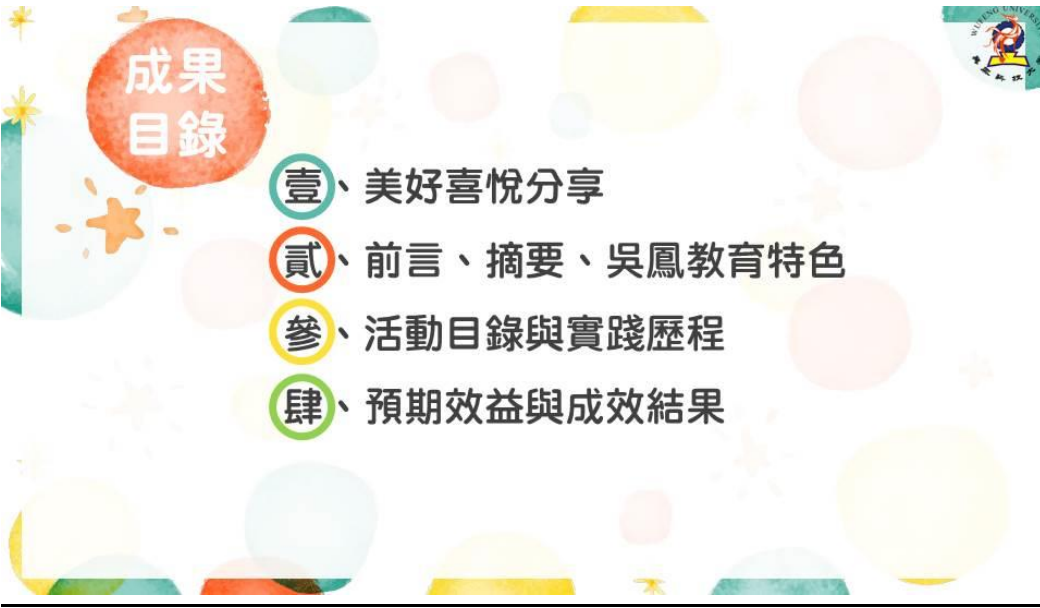


第五屆 服務利他獎-大專組

布袋戲導入高齡社區開創心量能

主辦單位：服務利他促進會
 執行單位：吳鳳科技大學
 指導老師：林家惠 老師、徐俊文 老師、廖嘉德老師
 成 員：王姿懿、盧瑋呈、徐苙耘、徐苙珊





成果目錄

- 壹、美好喜悅分享
- 貳、前言、摘要、吳鳳教育特色
- 參、活動目錄與實踐歷程
- 肆、預期效益與成效結果



美好喜悅分享！

第五屆 「服務利他獎」獲獎！




社區藥局C級長照站 樂活掌中戲乾坤

【本報記者林曉雲報導】由服務利他促進會主辦，吳鳳科技大學承辦的「第五屆服務利他獎」頒獎典禮，日前在國立台灣大學舉行。吳鳳科技大學「他利他獎」獲獎作品《社區藥局C級長照站 樂活掌中戲乾坤》獲頒大專組冠軍獎。

該作品由王姿懿、盧瑋呈、徐苙耘、徐苙珊四位同學組成，指導老師為林家惠、徐俊文、廖嘉德。作品內容為將布袋戲引入高齡社區，透過戲劇表演，增進長者對社區的歸屬感，並促進長者間的交流與互動。

頒獎典禮由服務利他促進會會長主持，並邀請多位嘉賓出席。獲獎作品代表在台上發表獲獎感言，感謝主辦單位的肯定與支持。



活動目錄



布袋戲偶
介紹
2020.2



布袋戲偶
彩繪
2020.2



活動吧！
布袋戲偶
2020.3



牛刀小試
2020.3



偶的小劇場
2020.4



成果發表
2020.5

實踐步驟與方法

融合四大主軸

強項：★ 中等：■ 弱項：◎							服務利他宗旨
週次	活動名稱	肢體活動	情緒紓解	邏輯認知	社交技巧	職業訓練	
1	布袋戲偶介紹	◎	■	■	■	■	關懷、服務
2	布袋戲偶彩繪	◎	★	■	◎	◎	關懷、服務
3		★	★	★	★	◎	服務、創意
4	活動吧!布袋戲偶	★	■	◎	■	■	關懷、實踐、服務
5		★	◎	★	■	★	創意、實踐
6	牛刀小試	★	★	★	◎	★	創意、實踐
7		★	★	■	★	■	創意、實踐
8	偶的小劇場~	★	★	★	★	■	創意、實踐
9		★	★	■	★	★	創意、實踐
10	成果發表	★	★	■	★	■	關懷、服務

參、實踐歷程

參、實踐歷程



布袋戲偶介紹

- (1) 播放霹靂布袋戲的影片勾起長輩的兒時回憶，邀請長輩分享過去的觀看野台戲的經驗。
- (2) 透過介紹生、旦、淨、丑、雜，來了解每位角色特性。
- (3) 說明布袋戲偶的製作過程，展示戲偶與長輩互動。



參、實踐歷程

布袋戲偶彩繪-臉部

透過用毛筆彩繪布袋戲的臉部/彩色筆繪畫偶衣，藉由拿筆的彩繪的動作訓練長輩的手部小肌肉及精細動作。



參、實踐歷程

布袋戲偶彩繪-結髮紮髻



布袋戲偶彩繪-穿內體及衣服



活動過程中，營造輕鬆正向的氣氛，聚焦在歡快與正向的回憶，並與彼此分享經驗。

參、實踐歷程



活動吧！布袋戲偶

- (1)透過1475的手指操作，活化大腦、提升手眼協調的能力。
- (2)表演生、旦、淨、末、丑的動作，來了解每位角色特性。

參、實踐歷程

生刀小試



- (1)討論「西遊記-三借芭蕉扇」劇本，熟悉每位角色的設定及演出特性。
- (2)戲偶操作練習(準備：齊天大聖、唐三藏、豬八戒、沙悟淨、牛魔王、鐵扇公主、觀世音菩薩及路人等角色布偶)
- (3)透過每次布袋戲配樂的撥放(例如：進場配樂、打鬥配樂、出場配樂)等，讓高齡者除了可以實現布袋戲偶操作體驗外，還能夠藉由背景音樂回顧兒時觀看布袋戲的經驗，並分享彼此經驗。



參、實踐歷程

掌握人生-偶的小劇場

- (1)口白、操偶、場景配樂，熟悉每位角色的設定及演出特性。
- (2)劇本練習，兩位旁白進行口白訓練及練習劇本走位與合作表演。

高齡者們操作布袋戲偶角色、配樂、口白等活動內容，盼此階段活動能增加團體間動力、建立支持系統，而使高齡者有歸屬感與成就感。



參、實踐歷程

「掌握人生」成果發表

- (1)透過成果發表，激發高齡者的成就與自信心。
- (2)活動過程中，營造輕鬆正向的氣氛，聚焦在歡快與正向的回憶，並分享彼此經驗。



分享與回饋

- (1)將上次的影片剪輯，撥放給社區長輩欣賞。
- (2)成果綜合過去活動與經驗，分享最愉快及有成就感的事件，強化愉快記憶。



參、實踐歷程



參、實踐歷程



肆、預期效益、成效結果

預期效益

1. 認知訓練與再學習的動機

閱讀西遊記劇本、準備道具、後製配音、口白、各種角色的舞台呈現。

2. 青銀共創，延續傳統文化產業

鼓勵青年留鄉與回鄉，營造有利於新血不斷投入社造環境。

3. 落實關懷

團體中獲得溫暖與認同感。

4. 服務他人

長輩主動關懷與服務高齡者，培養自我主動關懷與服務他人的精神。

5. 實踐

活動方案落實執行高齡者族群上，以貢獻社會



成效結果

共訪談10位參與者，在訪談指引下所談論資料，加以分析整理出三大類布袋戲活動導入後體悟：

- (1) 童年回憶-重拾回憶等次分類。
- (2) 祈求平安-尊重神祇、當下心安等兩個次分類。
- (3) 生命的回饋與收穫-透過學習看見生命成長。



以上三個主要脈絡協助高齡者體悟生命意義感、重新掌握人生。



我們與布袋戲的距離

<https://www.youtube.com/watch?v=Zrt0mLWPGc&feature=youtu.be>



感謝您的聆聽
Thank You For Your Listening

目 錄

致謝辭	31
壹、前言	33
貳、所見事實	34
參、問題分析	35
肆、具體行動服務方案內容	36
伍、實踐步驟、方法	42
一、布袋戲偶介紹	42
二、布袋戲偶彩繪	47
三、活動吧！布袋戲偶	50
四、牛刀小試	54
五、偶的小劇場	58
六、成果發表	60
陸、預期效益	62

致謝辭

首先誠摯地感謝**九華山地藏庵與服務利他促進會**給予我們機會，為提倡人與人之間彼此關懷、相互扶持及熱心公益之服務理念，我們身體力行，付諸實現成果，藉以陶冶「言行合一」之誠信態度，去服務、關懷需要我們的長輩。

感謝我們吳鳳長期照護指導老師 林家惠 老師、炎卿木偶雕刻社 徐俊文老師、廖家德 操偶師，在老師們細心的教導下，不時的討論並指點引導我們正確的方向，使得我們在實踐成果的日子中獲益匪淺，老師們對我們教學的嚴謹更是值得我們去學習的典範，老師不計酬勞、不眠不休的陪伴與教導更是令人動容感動，在此一一的致謝。

實踐成果的完成另外亦得感謝老師以及我們這組的所有夥伴們大力相挺協助，感謝所有夥伴們姿懿、瑋呈、苙珊、瑋呈，因為有你們的體諒、支持及相互幫忙，在眾夥伴們的共同努力下，終於實現我們的夢想，使得本實踐成果能夠更完整而精緻。

在本實踐成果的日子裡，每一次的參與活動，跟長輩互動玩樂學習，從不會閩南語，漸漸的講起台灣國語，到現在講話雖然還是會臭奶呆，但也能講出一口流利的閩南語，真的

很感謝陪伴我們一同成長的阿公阿嬤，從阿公阿嬤的生命故事上，讓我們學習收穫良多，因為有阿公阿嬤們的陪伴讓我們之間的生活變得絢麗多彩，充滿溫馨、喜悅與分享。

壹、前言

一、概述、動機與理念

由於醫療發達、多數國家國民平均壽命延長、生育率降低，經歷戰後嬰兒潮的世代人口屆臨退休，人口老化的課題持續發酵，衝擊到全球經濟、社會、政治等多層面。台灣亦面臨人口結構老化問題，而衛生福利部依據行政院於 2016 年核定的「長期照護十年計畫 2.0(106-115 年)」持續辦理相關政策，例如：照顧管理機制、社區整體照護模式、失智症照護服務、預防及延緩失能照護服務、長照出院準備服務、長照給付及支付基準、家庭照顧者支持等等(衛生福利部，2019)。目前的衛政政策的長者服務多以生理及社會層面著手，然而心理衛生等相關照護資源仍較缺乏，老人於持續老化的過程仍需要持續地成長與調適，方能維持心理健康，達到健康老化。有鑑於此，心理健康於老人照護議題上，越加受到重視。

貳、所見事實

在老化的過程中，首先面對的是生理的功能退化，而身體的功能與自理能力會直接影響長者對於生命的看法與感知到死亡的降臨，這些容易造成長者的挫折與壓力，適應老化能力下降。倘若，自我生命意義感越高，越能坦然面對生老病死或老化導致的功能退化，生活適應力佳。依據文獻顯示，老人的懷舊團體能有助提升長者的生活滿意度、減緩憂鬱（方、黃、謝，2015）。Butler(1963)提出的懷舊治療（reminiscence therapy），其概念為運用過去的事件、感覺或想法，引發老人分析與評價過去，可以得到人生滿足與自我肯定，進行生命的自我統合。

叁、問題分析

預定以嘉義縣水上鄉為本計畫實驗場域，考量全台人口老化比率以嘉義縣 18.61%最高，而水上的溪洲村於民國初年叫外溪洲庄，因為水上鄉境內有兩個溪洲都在八掌溪旁，為了方便分辨，靠東邊在柳仔林東側的溪洲叫內溪洲，靠西方在水上外林南邊的叫外溪洲。早期外溪洲都稱為溪洲仔，人口比外林少，從前外林人口數多，地域也較廣，從水上國小和水上市場東邊起到現在外林地區全部都是外林，據說日本大正時期，因為外林地區患鼠疫，很多人死亡，因此多數居民遷移至溪洲仔居住，從此外林人口劇減，而溪洲仔人口增多，然而，現在外林有良都新社區加入，人口數又超過溪洲村了。另外，受到農業沒落，人口外移嚴重，且逐年減少、少子化等衝擊，於 107 年資料顯示人口外移減少 428 人(-0.860%)，學校的長輩人數更加減少，居民多為高齡長者，且該區的長照資源分布相較不足。因此，本次結合協會、社區與學校等多方資源，執行高齡者的心理健康活動推廣，維持心理健康、提升自我達到生命的統合，落實健康老化。

肆、具體行動服務方案內容

一、工作人員：吳鳳長照系學生

總策畫：徐苙耘

活動執行：王姿懿、盧瑋呈、徐苙耘、徐苙珊

二、服務對象：嘉義縣兩處關懷據點

三、服務時間：每周一次 2 小時的課程，共計 10週。

四、活動前長者評估與調查：

本次「布袋戲懷舊活動」以布袋戲偶做為懷舊療法之引導物，課程一開始先以霹靂布袋戲偶與影片進行懷舊影片之播放，並引導長輩回憶過去觀看布袋戲的場景與影片片段，爾後請每位長輩選擇自己擔任的布袋戲偶進行製作，繪畫出屬於自我的臉部彩繪及衣服製作，並由操偶師指導長輩如何操作戲偶、口白練習與製作劇本，最後以長輩們設計的戲偶與劇本進行演出。於過程進行時，尊重老人的心理適應行為、尊重長者若於戲偶操作過程中若展現出過去生命歷程的負向情緒，予以同理並接納。

五、方案內容：以布袋戲為方案的主架構進行一連串相關性的活動。

強項：★ 中等：■ 弱項：◎

週次	活動名稱	肢體 活動	情緒 紓解	邏輯 認知	社交 技巧	職業 訓練	服務利他 宗旨
1	布袋戲偶 介紹	◎	■	■	■	■	關懷、服務
2	布袋戲偶	◎	★	■	◎	◎	關懷、服務
3	彩繪	★	★	★	★	◎	服務、創意
4	活動吧！ 布袋戲偶	★	■	◎	■	■	關懷、實 踐、服務
5		★	◎	★	■	★	創意、實踐
6	牛刀小試	★	★	★	◎	★	創意、實踐
7		★	★	■	★	■	創意、實踐
8	偶的小劇	★	★	★	★	■	創意、實踐
9	場~	★	★	■	★	★	創意、實踐
10	成果發表	★	★	■	★	■	關懷、服務

週次	布袋戲懷舊方案內容	懷舊方案執行元素	布袋戲 設計元素
1	方案名稱：相見歡 初步認識高齡者，先建立關係並說明本次活動之目的。評估高齡者(過去的生活背景、布袋戲的回憶)	進行高齡者評估後，透過布袋戲的影片，開啟過去的經驗	影片懷舊
2	方案名稱：懷舊影片 具體活動：霹靂布袋戲之影片欣賞與懷舊，利用霹靂布袋戲的影片及戲偶，邀請高齡者分享過去的生命經驗	與參與者一同進入布袋戲的經驗內，透過討論從小觀看布袋戲的節日，以5W(Where、When、Who、What、How)，引導個案思考說出經驗與感受(何時？與誰一起？哪裡？)	戲偶塑造
3	方案名稱：布袋戲偶介紹 (1)布袋戲偶的製作(關公	了解參與者過去的宗教信仰，關公對	戲偶塑造

- 戲製作)，了解當地的宗教信仰，並製作戲偶，心靈上的支持。(2)角色介紹(生、旦、淨、末、丑)，來了解每位角色特性。(3)戲偶的展示與互動
- 其生活上的意義與
玩偶戲的經驗，進
入廟會情境中進行
討論，並藉由分享
彼此相同宗教的信
念，增進人際關係。
- 4 方案名稱：布袋戲偶彩繪
活動過程中，營造
動作演練
臉部彩繪及穿衣，獨立完
輕鬆正向的氣氛，
成戲偶製作(臉部彩繪、置
聚焦在歡樂愉快與
入鬍子、穿偶衣及內襯)
正向的回憶，並分
享彼此經驗。
- 5 方案名稱：活動吧！布袋
活動過程中，營造
台詞編
戲偶
輕鬆正向的氣氛，
寫、後場音
1475 的手指操作，透過介
聚焦在歡樂愉快與
樂及合作
紹生、旦、淨、末、丑，
正向的回憶，並分
表演
來了解每位角色特性，
享彼此經驗。
1475 的手指操作
- 6 方案名稱：牛刀小試
透過每次布袋戲的
台詞編
(1)劇本討論「西遊記-三
播放(例如進場配
寫、後場音

- 借芭蕉扇」，討論劇本設 樂、打鬥配樂、出 樂及合作
計，熟悉每位角色的設定 場配樂)等，讓高齡 表演
及演出特性(2)戲偶操作 者除了可以實現布
練習(準備：齊天大聖、唐 袋戲偶操作體驗
三藏、豬八戒、沙悟淨、 外，還能夠藉由背
牛魔王、鐵扇公主、觀世 景音樂回顧兒時觀
音菩薩及路人等角色布 看布袋戲的經驗，
偶) 並分享彼此經驗
- 7 方案名稱：掌握人生-偶的 第七週與第八週為 台 詞 編
小劇場 I(1)口白、操偶、 操偶練習，高齡者 寫、後場音
場景配樂，熟悉每位角色 們皆有操作的布袋 樂 及 合 作
的設定及演出特性(2)劇 戲偶角色、配樂、 表演
本練習，兩位旁白進行口 口白等活動內容，
白訓練及練習劇本走位與 盼此階段活動能增
流程 加團體間動力、建
- 8 方案名稱：掌握人生一偶 立支持系統，而使
的小劇場 II(1)口白、操 高齡者有歸屬感與
偶、場景配樂(2)劇本練習 成就感
- 9 導劇「掌握人生」成果發 活動過程中，營造 合作表演

表，透過成果發表，激發 輕鬆正向的氣氛，
高齡者的成就與自信心 聚焦在歡樂愉快與
正向的回憶，並分
享彼此經驗

- 10 分享與回饋，將上次影片剪輯，並播放給社區高齡者分享彼此成果 綜合過去活動與經驗，分享最愉快及有成就感的事件，強化愉快記憶，並分享彼此經驗 分享與回饋

伍、實踐步驟、方法

活動一：布袋戲偶介紹 活動地點：水上鄉社區

對象/人數：預計 20 人

設計動機 藉由早年的生活經驗，分享布袋戲對他們的生活意義。

設計目標 1. 分享早年的生活經驗
 2. 增進人際關係

活動方式 集體分享

活 10~15 分 暖身活動

動 1. 建立關係，自我介紹

內 活動流程

容 本土戲劇知多少？

- 60~80 分 1. 提問：我們所認識知道的傳統戲劇有哪些？（可能的答案：歌仔戲、布袋戲、皮影戲、傀儡戲…等）
2. 說明：這些傳統戲劇主要都是源自中國大陸隨早期移民流傳到台灣，但其中像布袋戲等，已發展出本地獨特的文化。
3. 結論：由於布袋戲的發展兼顧了傳統與創新，是故至今能吸引大多數人的喜愛。
4. 第二部分：講到布袋戲直接會聯想到什麼？（霹靂布袋戲、素還真）

5. 說明：霹靂布袋戲可說是將傳統布袋戲文化現代化。它因為在電視上播出，所以又可稱為電視布袋戲。

6. 播放霹靂布袋戲片段讓長輩觀賞(可選擇打鬥場面)

7. 利用圖片說明金光布袋戲，並請長輩分享在戶外看野台戲的經驗(如廟會)

8. 簡單介紹完整布袋戲的發展流程(輔以圖片)：

傳統布袋戲→劍俠布袋戲→皇民化布袋戲→反共布袋戲→內台布袋戲→金光布袋戲→電視布袋戲。

9. 播放電視「霹靂布袋戲」節目

活動過程經驗分享~結束今天的活動

時間配置 90~110 分鐘



活動二： 布袋戲偶介紹

活動地點：水上鄉社區

對象/人數：預計 20 人

設計動機 (1)布袋戲偶的製作(關公戲製作)

(2)角色介紹(生、旦、淨、末、丑)

(3)戲偶的展示與互動

設計目標

1. 促進手眼協調，增進人際互動
2. 了解當地長者的宗教信仰，並製作戲偶，心靈上的支持
3. 透過介紹生、旦、淨、末、丑，來了解每位角色特性

活動方式 個別創作

活 15~20 分 寒暄問候~

動 回顧上次課程所教

內 建立現實感(人時地)

容 活動流程

一、介紹：生旦淨末丑

1. 簡單介紹傳統戲曲中生、旦、淨、末、丑的角色區別，並與長輩共同討論各種角色動作所應呈現的樣子。

80~100 2. 人偶合一：以實際演出方式來揣摩各種角色的動作特性。

3. 說明：戲偶是沒有生命的，我們要

怎樣讓它達到人偶合一，感覺栩栩如

生呢？（長輩可自由發表怎麼讓戲偶

生動）。

二、現場霹靂布袋戲介紹

15~20 分 1. 介紹各種布袋戲偶的角色、聲調、

動作。

2. 介紹常用布袋戲劇的配角、道具

活動過程經驗分享~

時間配置 80~110 分鐘



活動三： 布袋戲偶彩繪 活動地點：水上鄉社區

對象/人數：預計 20 人

設計動機 利用實際動手繪製戲偶，勾起長者的回憶

設計目標 1. 促進手眼協調，增進人際互動
2. 臉部彩繪及穿衣，獨力完成戲偶製作

活動方式 個別創作

活 15~20 分 寒暄問候~

動 1. 回顧上次課程所教

內 2. 建立現實感(人時地)

容 活動流程

1. 先欣賞這次活動要完成的作
品。

材料：

80~100 2. 說明作品的步驟，讓長輩一步 布袋戲偶頭
分 一步完成。 上色材料

步驟一 粗衣

將偶頭的臉部著上該戲偶的顏 外衣

色

步驟二

依據個人喜好畫出戲偶的五

官，介紹各種不同

偶的製作方式，示範關公臉部彩繪技巧(從眼睛、眉毛、鼻子、嘴唇)，各種繪畫方式。(此階段需要耗費較多時間，並且需要一一確認長者是否能跟上步驟進度)。

15~20 分 步驟三

等待一週乾燥及上亮光漆後，準備將戲偶的衣服及偶頭組裝，將偶衣先剪出足以將偶頭組裝起來的大小，進行初步的組裝，再將外衣組裝上去。

活動過程經驗分享~

時間配置 80~110 分鐘



布袋戲偶彩繪-結髮紮髻



布袋戲偶彩繪-穿內體及衣服



活動四： 活動吧！ 活動地點：水上鄉社區

活動五： 布袋戲偶

對象/人數：預計 20 人

設計動機 實際參與角色本身，體驗小時候的時光及嚮往的舞台經驗

設計目標 1. 透過介紹生、旦、淨、末、丑，來了解每位角色特性，

1475 的手指操作

1. 促進團隊合作關係
3. 增進彼此之間的情感

活動方式 集體創作

活 15~20 分 寒暄問候~

動	回顧上次課程所教	材料：
內	建立現實感(人時地)	布袋戲偶、
容	活動流程	布袋戲舞台

一、講師說明，操偶的基本手勢：

概念、手勢、走路。

80~100 (一) 概念

戲偶內體的衣服用布縫成，像布袋一樣，有人說因此被稱為布袋戲

尪仔。戲偶的結構是一個空的布

袋，我們的手指伸進去，食指放在
戲偶頭部內，用手指來操偶。

1. 基本操作：

(1)把手掌打開，食指向上

(2)如要操作戲偶頭部時，我們的

拇指要放在偶頭旁，控制戲偶
頭部。

2. 基本走路：

(1)要用雙手操偶，就是一隻手

移動尪仔腳，配合尪仔腳的

移動，使尪仔看起來真的像

走路一樣；

(2)用食指和中指握住*「外腳」

向前提起，同時*「外手」向

後擺；

(3)接下來，*「外腳」放下，把*

「內腳」向前提起，同時*「外

手」向前擺。*「外」-指靠觀

眾處；「內」-指靠演者處。

15~20 分

(二) 手勢

1. 正確手勢：手掌打開；
2. 手指方面，只彎上方的關節，戲偶看起來才不會駝背。
3. 在表演時，通常尪仔的外手觀眾看到比較清楚，而內手是有點被尪仔的身體擋住的，觀眾比較看不到。所以，操作尪仔手的拇指可以放在頸部旁來控制尪仔頭的移動，如此看起來，動作會比較細膩。

(三) 走路-尪仔走路

1. 一腳在前，一腳在後；
2. 像拍皮球，但是，是整個手腕一起上下移動。

收尾

1. 活動過程經驗分享~結束今天的活動
2. 工作夥伴協助恢復活動區域原狀

時間配置 80~120 分鐘



活動六：
牛刀小試

活動地點：水上鄉社區

活動七：

對象/人數：預計 20 人

設計動機 小時候的布袋戲後台是大家嚮往的秘密基地，讓長輩真實體驗布袋戲的演出，破解秘密基地的秘密。

設計目標 1. 促進團隊合作，增進彼此之間的溝通
2. 手眼協調
3. 能夠理解劇本內容，並能夠學會各種角色的特性

活動方式 團體進行

活 15 分 寒暄問候~

動 回顧上次課程所教

內 建立現實感(人時地)

材料：

容

擴音設

活動流程

備、布袋

80~ 一、說明角色特性

戲偶、布

95 分 (一)生：所謂坐台是大官或元帥出廠時的小

袋戲舞

戲套。坐台一連串的動作示範分別如下：

台、配樂

1. 出台：掀起小面簾

器材、劇

2. 亮相：讓觀眾看清楚尪仔

本

3. 揚袖：整理手袖
4. 整冠：整理帽子
5. 拂鬚：如果是老生，拂一下鬚鬚
6. 開步：開始走路，走至戲台中央
7. 口白
8. 開步：走至戲台右端
9. 轉身
10. 走回椅子邊
11. 看椅：轉頭看椅子的位置
12. 坐下：外角跨出去，再坐下
13. 四唸白：口白敘述角色身份、劇情等
14. 起身：外腳先提起、腳後跟著地、整個身體起來
15. 開步
16. 下台：可以從中間的門簾或「入相」下台，下台前回個頭看觀眾，才下台。

(二)小旦走路：

1. 走路時，小旦的頭有點低低的
2. 用手握住嫵旦的雙腳，慢慢的移動，移動

的腳步戲慢

3. 內手有小小的擺動

(三)淨：淨也有人稱之大花臉，他的動作比較誇張、有力；大步大步的走路

(四)末

末在布袋戲裡是一個老公公的角度。末走路：外手和頭部擺一下，接著內手和頭部擺一下，動作慢，身體駝背。

(五)丑：是較滑稽的角色，動作誇張，走起

25 分 路來蹦蹦跳跳。

活動結束

分享操控布袋戲偶的感覺

時間配置 120 分鐘



活動八：	偶的小劇場	活動地點：水上鄉社區
活動九：		
對象/人數：	預計 60 人	
設計動機	實際體驗一齣完整的演出經驗	
設計目標	進行「西遊記-三借芭蕉扇」的劇本演練	
活動方式	團體進行	
活 15 分	寒暄問候~	
動	回顧上次課程所教	
內	建立現實感(人時地)	材料：
容	活動流程	擴音設備、布袋戲舞台、配樂器材、劇本、錄影設備
80~95 分	1. 預告最後一週將會有成果發表會 2. 說明「西遊記-三借芭蕉扇」的劇本演練，共有十幕場景。 3. 分別進行各場景的排練與配樂，搭配劇本配音，布袋戲舞台上走位、幕後配樂、道具活動分享 4. 為執行口白的長輩進行訓練	
25 分	分享時間	
	分享今天完整走一遍布袋戲的感覺	

時間配置 90~110 分鐘



活動十：成果發表

活動地點：水上鄉社區

對象/人數：預計 60 人

設計動機 辛苦那麼久，讓每週活動都在後台忙碌的長輩欣賞自己的演出，感受自我肯定的價值。

設計目標 1. 分享觀賞後的心得

2. 促進人際關係

活動方式 影片欣賞

活 10~15 寒暄問候~

動 分 回顧上次課程所教

內 建立現實感(人時地)

投影設備、

容 60~85 活動流程

喇叭

分 1. 欣賞布袋戲演出成果影片

2. 請長輩分享活動心得及影片觀後感

25 分 3. 大合照

請長輩幫忙協助整理演戲器材

時間配置 95~120 分結束後



陸、預期效益

共訪談 10 位參與者，在訪談指引下所談論資料，加以分析整理出三大類布袋戲活動導入後體悟：(1)童年回憶-重拾回憶等次分類。(2)祈求平安-尊重神祀、當下心安等兩大刺分類。(3)生命的回饋與收穫-透過學習看見生命成長。

童年回憶-重拾回憶

多位高齡者訪談時都曾提到，霹靂布袋戲是從年輕的時候就在看的影片，當下回想起年輕時候的場景。特別有印象是「雲州大儒俠」在電視上演時，史艷文和藏鏡人是正反兩派代表。受訪者 C 表示：「我還記得第一部的故事在說中原與交趾戰亂，交趾在第一次東征時獲勝後，入侵中原的野心更加強烈，而藏鏡人就是交趾大將軍，與中原仇恨很深，搞得中原武林腥風血雨，我每次看到藏鏡人和史艷文交手，分常刺激。」另外受訪者 D 表示：「在看到現場布袋戲偶時，腦中浮現的是過去家中附近的廟會總有布袋戲的舞台，我好像回到了那個時光，還記得當時都自己帶板凳跟著哥哥姐姐一起去看，也想起了爸爸跟我說的話『人生如戲，要問心無愧』…，有些事原本我都忘了，看到之後我才想起爸爸曾經

跟我說的…」(哭泣)。受訪者 F：「當操偶師指導我們練習口白時，我才發現口白是不容易的，也想到以前看布袋戲的電視劇時，總是很專心地看著，不能理解一人多重配音男、女聲的困難，這次配音後才發現，除了男女聲的聲調不同外，而且不同的角色，例如：小生或武將，如何以聲音即能凸顯個性，這真的很不容易。」

祈求平安-尊重神祀

受訪者在描述當木雕師教導如何畫關聖帝君的眉毛、眼睛時，內心秉持著莊嚴且尊重態度來完成關聖帝君布袋戲偶。受訪者 A：「帝君是我們這區域的神明，我們全家大小都會尊重祂，這個區域都是靠祂在保佑我們。老師教我們畫眉毛跟眼睛、植入帝君的鬍鬚及穿衣服的時候，每個細節我非常的小心，而且我相信帝君是很靈顯的。」受訪者 B 也說：「畫眼睛的時候，雖然很困難，但是我還是小心翼翼的將它畫好，這是對神明的一種尊重。」

祈求平安-當下心安

受訪者描述將完成的作品-關聖帝君帶回家中時，會安排一個擺放神祀的地方。受訪者 E：「我把自己做的帝君帶回家時，將他放在我們神明桌旁的位置，我每次看見祂，都覺得

很安心。除了是自己做的原因，還有一種我相信祂會保佑我們，所以要將祂也放在神桌供奉。」受訪者 G：「每次我在家看到帝君的布袋戲偶時，我也可以感覺到關公在守護我們。」

生命的回饋與收穫-透過學習看見生命成長

受訪者多數表示，可以藉由這次的布袋戲展演，除了回憶童年的廟口記憶外，另外，將一個劇本完整導演出來，是非常有成就感的事。受訪者 A 表示：「我這次分配的角色是孫悟空，祂比較偏向武的角色，因此在走路、出場的步伐，都要大刺刺的走，而且在操偶過程還要配合口白及演出的動作，我真的學到很多，沒有想到我也可以做到演布袋戲。」受訪者 I 也說：「公開發表的前幾天，我邀請親朋好友來看戲，沒想到我們真的做到了，這真的是太厲害了。」受訪者 J：「我跟我孫子說，阿嬤會演布袋戲，而且我回去還會教他們，沒想到我也可以教他們些什麼，我感覺很有成就感。」受訪者 H：「我一直以為我的台語已經算會講，但是劇本中還有很多的台語是俚語，有些還需要操偶老師教我們，我真的越學越多，人生活到老真的是學到老。」受訪者 C：「沒想到配音是很重要的部分，我這次也學到電視劇上的爆破音樂、對打音樂、進出場等各種細節的配樂，從來也不知道配樂雖然是活

動的一小部分，但也影響整個戲劇的關鍵因素。這讓我體會到，生命中看似不重要的事，往往也扮演著重要角色。」

總之，從以上訪談的分析可得知，從現象學的角度來看，受訪者的布袋戲操作意義經驗，不僅可以在敘說中加以還原與描述，透過研究者的詮釋還可以拆解為意義單元，並整併為新的主題。這些主題經過經驗順序的鋪陳後，由懷舊布袋戲方案導入，導出童年回憶、祈求平安及生命成就等主要脈絡，協助高齡者體悟生命的意義感。

七、結論與討論

本研究初探社區高齡者布袋戲懷舊方案之成效，研究過程結合懷舊及布袋戲方案設計，以達本研究之目的。發現布袋戲導入懷舊方案的成效，包含「童年回憶-重拾回憶」、「祈求平安-尊重神祀、當下心安」、生命的回饋與收穫-透過學習看見生命成長」等。本次的經驗，也能呼應 Parker(1995)指出的懷舊三項功能的效果，個人功能藉由生命歷程的回顧，發現過去事件對自己的重要，有一位成員發現原本已經遺忘一些事情，藉由布袋戲的過程中，回憶起父親的話，發覺過去事件對自我的重要性；社會功能，則透過布袋戲排練過程中，大家一起分工合作，而減少孤獨感；而認知功能則為

回憶起過去孩童觀看野台布袋戲的經驗，來維持認知功能。除此之外，因本方案選用關公布袋戲偶，作為連結社區高齡者與至高者之關係，呼應 Mackenzie 等學者(2000)提出的透過信仰與更崇高者連結，提供靈性支持者的功能，此為成效之四。操作布袋戲過程中，高齡者音感知其過去的生活經驗與文化，雖存在不同時空中(同時存在於過去與現在)，但是能夠透過「意義感」的產生而開啟了跨時空的連結，此為成效之五。另外，部分的參與者表示操作布袋戲時，心中感到成就感且有寓教於樂之趣味，有正向的情緒感受，對應 Seligman(2012)提出的成就感會促進人們心理健康的福祉，且在方案進行中，讓高齡者體會到投入學習操演布袋戲的專注感受，藉由分享共同回憶、公開表演布袋戲劇，減少人際隔閡及建立人際關係，此為延伸方案之成效。整體來說，本研究嘗試以布袋戲作為懷舊方案的導入物，是個創新的方案，但仍有部分內容需要調整。此外，布袋戲為華人的傳統文化，過去的研究未有應用於高齡者族群，相關文獻驗證更為缺乏，本篇為布袋戲導懷舊方案之初探研究，企求未來能有更多研究深入探討，才能進行驗證並延伸布袋戲導入懷舊方案的成效。

7. 研究反思與建議

一、布袋戲導入懷舊方案實施歷程之檢討

針對本研究懷舊方案實施的空間、團體設計與布袋戲媒材等方面，進行檢討改進，首先，在活動場地方面，因是借用社區中社區長趙C據點空間實施本次活動，於活動中，偶有其他未參加本次活動之高齡者，與參與者交談，難免受到干擾，建議後續改進可與據點協調單一空間進行活動。再者，當活動進行到排練布袋戲偶導劇練習時，有些高齡者因擔心自己的能力不及於操偶師，例如：怕演得不好、口白經驗不足，而有退縮。活動帶領時常需要給予邀請與正向鼓勵，強調此為布袋戲活動，而非專業的表演，高齡者才願意繼續參與本次活動。另外，於每次的活動過程中，帶領者皆會引導高齡者回顧與布袋戲相關之經驗，但是本次活動設計時著力於表演「布袋戲」本身之技能，而「懷舊方案」降為次主軸，此與本研究之預先期待有些落差，建議爾後以布袋戲導入之相關懷舊方案時，仍需以「懷舊方案」作為主軸，以免分散焦點。

二、關主懷舊方案過程中之情緒

在活動帶領過程中，有位參與者睹物思人後，情緒出現不

穩定的情況，有名參加者於布袋戲活動中，想起過去父親曾教導他的人生觀念，參與者說「…『人生如戲，要問心無愧』…」，有些事原本我都忘了，看到之後才想起爸爸曾經跟我說的…」，這些情境引起他思念父親之情感，爾傷感父親已不在的事實。所幸活動帶領者曾受過相關同理心與溝通訓練，故建議執行懷舊方案時，需評估高齡者的身心健康與過去生活經驗後執行，能應變突發狀況。此經驗正如 Zhou 等多位學者(2012)提及懷舊與美好的記憶聯繫在一起，帶來正面的情緒體驗，但也有認為懷舊可能會引起負面的情緒體驗。為了避免「促景傷情」、「不堪回首」之類的懷舊負面體驗發生，關鍵在進行懷舊方案時，要以正向的刺激來「觸發」正向的情緒體驗。對研究者而言，從未認為「布袋戲偶」會觸發負向的情緒經驗，本次活動後之反思：每項的導入物皆有可能開啟參與者遺忘或是在意的人、是、物，我們沒有辦法一一避免負向情緒的產生，而重點在於當參與者出現負向情緒時，我們如何重新引導或將負向的思考轉化，此為本次研究之重要經歷與體會。

經費預算表

經費項目	單價	數量	合計	備註
布袋戲偶	1400	20 人	28,000	
材料費				
講師費	1600	2 人/10 週	32,000	
指導員費	300	4 人/5 週	6,000	
用				
行政管理	(材料費+鐘點費)*10%		6,600	
費				
宣導費	2,400		2,400	
合計		75000		