國立臺灣師範大學音樂學院

音樂學系

碩士論文

Department of Music

College of Music

National Taiwan Normal University

Master's Thesis

臺北市樂齡學習中心學員音樂學習需求看法之調查研究

A Survey Study on the Opinions of Music Learning Needs of the Participants at the Senior Citizens' Learning Centers in Taipei City

盧恩旎

Lu, En-Ni

指導教授：潘宇文博士

Advisor：PAN, Yu-Wen, Ph.D.

中華民國 110 年 2 月

February 2021

謝誌

時光荏苒，轉眼間三年半的研究所生涯即將畫下句點，回首這段時間奔波於任教學校及研究所的時光，半工半讀的生活以及研究所的繁重課業著實令人疲累，但這充實的生活以及研究所學習的點點滴滴卻令人不捨，不論是課堂上教授們用心安排的精實課程抑或是下課後與夥伴們的挑燈奮鬥，都是教學旅途中最珍貴的經驗與回憶。

首先，感謝最親愛的潘宇文教授，願意擔任學生的指導教授，成為學生求學路程中的那一道最溫暖的光，不論是在課業或是生活中總是給予最正向的支持與啟發，「教育是用生命改變生命的歷程」，您對於教育的無私奉獻是學生最好的榜樣，期許自己也能夠成為如您一般溫暖的老師，繼續傳承這份愛的志業。接著，也要深深地感謝論文口試委員陳曉雰教授及林小玉教授，指正學生論文中的缺失，協助學生梳理論文之脈絡，使論文得以更完整。

此外，也要感謝這一路以來許多人的支持與鼓勵，使我能夠完成論文取得碩士學位，由衷的感謝深愛的父母，感謝您們無條件的愛與包容，辛苦的工作給予我音樂的環境，也支持著我繼續走在教職的路，謝謝妹妹願意北上協助問卷的發放和支持姊姊的一切決定，謝謝臺北的家人總是給予最大的溫暖，成為北漂青年最強大的後盾，謝謝秉軒在我需要時給予一切的幫助，謝謝研究所的好夥伴們相互打氣同甘共苦，謝謝身邊朋友們時刻的關心與包容，因為有大家的愛，才能成就了今天的盧恩旎。

最後，僅將一切獻給摯愛的主，你的話是我腳前的燈，路上的光，使我能勇敢克服一切難關。唯有相信，便不再懼怕，期許自己未來也能夠繼續用滿滿的能量，迎接生命旅途中的每一個波折與挑戰，成為他人溫暖的幫助，也成為更好的自己。

盧恩旎 謹誌

中華民國一百一十年二月

摘要

二十一世紀全球人口快速高齡化，各國積極推動終身學習，我國也於各縣市開設多所樂齡學習中心，提供 55 歲以上的樂齡者終身學習的環境。音樂學習能幫助樂齡者保持身心愉悅、增進社會互動及充實自我能力等，也能營造快樂學習、樂而忘齡的學習場域，是終身學習中重要的一環。有鑑於此，本研究目的為瞭解樂齡者對於音樂學習需求之看法，以臺北市樂齡學習中心學員為研究對象，探究其對於身心健康、社會互動及探索實現等三項學習需求之看法，並進一步探討樂齡學員不同的性別、年齡、最高學歷及音樂學習經驗等背景變項，對於音樂學習需求看法之差異情形。

本研究採用調查研究法，以立意取樣選取臺北市五間樂齡學習中心開設之音樂與非音樂課程學員為研究對象，並以研究者自編之「臺北市樂齡學習中心學員音樂學習需求看法之調查問卷」作為研究工具。共發出 342 份問卷，收回問卷 324 份，回收率達 94%，有效問卷共 319 份。

本研究之主要結果如下：

一、臺北市樂齡學習中心學員對參與音樂學習能夠滿足身心健康之學習需求表達認同，尤其是能提升心肺功能以及保持專注力。不同未來參與音樂課程意願之學員在身心健康學習需求的看法達顯著差異。

二、臺北市樂齡學習中心學員對參與音樂學習能夠滿足社會互動之學習需求表達認同，尤其是能增加與人互動的機會。不同未來參與音樂課程意願之學員在社會互動學習需求的看法達顯著差異。

三、臺北市樂齡學習中心學員對參與音樂學習能夠滿足探索實現之學習需求表達認同，尤其是能開展音樂的視野。不同未來參與音樂課程意願之學員在探索實現學習需求的看法達顯著差異。

最後根據研究結果，對樂齡學習相關機構及後續研究提出建議。

關鍵詞：音樂學習需求、樂齡音樂學習、樂齡學習中心

Abstract

Rapid aging of global population in the 21st century, many countries have been actively promoting lifelong learning. At the same time, Taiwan builds up many Senior Citizens' Learning Centers, which provide a lifelong learning environment for 55 years old or above citizens, in various cities and counties. Music learning helps senior citizens to maintain physical or mental pleasure, enhance social interaction, and enrich self-capabilities. Additionally, music leaning can create an environment of "'Learning in joy, forgetting the age''. This is an important core of lifelong learning. Therefore, the aim of this study was to investigate the opinions of the music learning for senior citizens, who was participants at the Senior Citizens' Learning Centers in Taipei city. In addition, the study analyzed the gender, age, education level, and music learning experience of these senior citizens, then compared these statistics to their opinions of music learning needs.

The survey method was utilized in this study. The subjects were the participants from five Senior Citizens' Learning Centers in Taipei City which offered both music and non-music classes. The instrument was a self-designed questionnaire. A total of 342 questionnaires were sent out and 324 questionnaires were recovered. The recovery rate was 94%. There were 319 effective questionnaires.

The major findings of this study were as follows:

1. The subjects were recognized that having music learning can meet physical and mental health learning needs. Especially, it could "improve cardiovascular function" and "keep concentration". The subjects with different willingness to participate music courses in the future had significant differences on the opinions of these physical and mental health learning needs.
2. The subjects were recognized that having music learning can meet social communication learning needs. Especially, it could "increase the opportunity to develop social relation". The subjects with different willingness to participate music courses in the future had significant differences on the opinions of these social communication learning needs.
3. The subjects were s recognized that having music learning can meet music knowledge discovery and self-realization learning needs. Especially, it could "broaden musical knowledge horizons". The subjects with different willingness to participate music courses in the future had significant differences on the opinions of these music knowledge discovery and self-realization learning needs.

Finally, based on the research findings above, the researcher proposed relevant suggestions to the institutions of senior citizens learning and future research studies.

Keywords: music learning needs, senior citizens music learning, senior citizens' learning centers

目次

中文摘要 i
英文摘要 ii
目次 iii
表次 iv
圖次 v
第一章 緒論 1
第一節 研究動機與背景 1
第二節 研究目的與問題 5
第三節 名詞釋義 6
第四節 研究範圍與限制 7
第二章 文獻探討 9
第一節 樂齡學習需求與學習特性 9
第二節 社會音樂教育與樂齡音樂學習之內涵 27
第三節 樂齡音樂學習之相關研究 42
第三章 研究設計與實施 49
第一節 研究方法 49
第二節 研究樣本 50
第三節 研究工具 53
第四節 研究步驟 58
第五節 資料分析 61
第四章 研究結果與討論 63
第一節 研究樣本個人基本資料分析 63
第二節 音樂學習需求看法分析結果與討論 66
第五章 結論與建議 81
第一節 結論 81
第二節 建議 84
參考文獻 87
附錄 97
附錄一 研究問卷之專家效度意見彙整表 97
附錄二 臺北市樂齡學習中心學員音樂學習需求看法之預試問卷 104
附錄三 臺北市樂齡學習中心學員音樂學習需求看法之正式問卷 108

表次

表 1 樂齡學習需求分類表……...14
表 2 樂齡學習需求相關研究……...21
表 3 社會音樂的價值與功能面向表……...30
表 4 我國法規明訂社會教育機構及終身學習機構……...32
表 5 樂齡者參與音樂學習之效益……...39
表 6 樂齡音樂學習相關研究……...41
表 7 臺北市樂齡學習中心秋季音樂學習班之班級與人數統計表……...49
表 8 研究樣本取樣機構及回收數量分配表……...51
表 9 本研究問卷之專家效度評鑑名單……...52
表 10 音樂學習需求看法量表之向度名稱定義……...54
表 11 音樂學習需求看法量表題目出處與內容……..55
表 12 研究樣本背景變項分布情形……..60
表 13 音樂學習需求看法整體題項與三個類別之平均數及標準差……..65
表 14 研究樣本對於身心健康學習需求看法之情形……..66
表 15 研究樣本之背景變項在身心健康學習需求看法整體及二向度的差異性分析…..68
表 16 研究樣本對於社會互動學習需求看法之情形……..70
表 17 研究樣本之背景變項在社會互動學習需求看法整體及二向度的差異性分析…..72
表 18 研究樣本對於探索實現學習需求看法之情形……..74
表 19 研究樣本之背景變項在探索實現學習需求看法整體及二向度的差異性分析…..76

圖次

圖 1 研究架構圖……..……..48
圖 2 研究流程圖……..……..59

第一章 緒論

二十一世紀全球人口快速老化，許多國家積極推廣終身學習的理念，期許國民在這瞬息萬變的時代，能夠藉由學習，強化對社會變遷的適應能力，因此，營造終身學習的場域，成為當今各國的重要目標。「夫樂者樂也，人情之所不能免也」（荀子，n.d.），音樂在生活中無所不在，能寓教於樂也能為身心靈帶來正面的效益，是人生中不可或缺的一部分，人們可透過終身音樂學習，快樂學習樂而忘齡。

第一節 研究動機與背景

聯合國於 2019 年出版的《世界人口展望》報告中指出目前全球 65 歲以上的高齡人口已達總人口的十分之一，預估到 2050 年，高齡人口將佔全球人口的六分之一（United Nations，2019）。全球人口快速高齡化已成為當今各國共同重視的議題，其對於一個國家的影響，不只在經濟、福利及醫療等生活層面，在教育方面亦不能忽略中高齡者的學習需求。根據聯合國世界衛生組織（World Health Organization，簡稱 WHO）定義，凡年滿 65 歲者稱為「高齡者」，當一個國家高齡人口達到總人口的 7%時稱為「高齡化社會」（ageing society），達到 14%時稱為「高齡社會」（aged society），若達 20%則稱為「超高齡社會」（super-aged society）（引自教育部，2006）。我國已於 2018 年 3 月正式邁入高齡社會（國家發展委員會，2018）。

聯合國教科文組織（United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization，簡稱 UNESCO）於 1996 年指出：「終身學習為二十一世紀的重要關鍵，它能迎接快速變化的世界帶來的挑戰」（Delors，1996）。世界衛生組織（World HealthOrganization, WHO）則在 2002 年提出「活躍老化」（active ageing）觀念，意謂個體在老化過程中，要為老人健康、社會參與及社會安全尋求最適當的發展機會，以提升老年生活品質（WHO, 2002）。

在這終身學習的趨勢下，我國教育部於 1998 年發表《邁向學習社會白皮書》推展終身教育，指出未來社會應以建立「學習社會」代替以學校教育做為唯一學習管道的教育體制，同時強調臺灣應發展良好且完善的終身學習制度，並鼓勵設立社區大學，使學習管道更多樣化（教育部，1998）。為落實白皮書中的理念，教育部於 2002 年頒布《終身學習法》積極推動終身教育，強化社會教育，增進學習機會，藉此鼓勵國民終身學習（教育部，2006），並於 2008 年起，將 55 歲中高齡國民稱之為「樂齡者」，積極推動樂齡教育，並在各縣市鄉鎮市區推動「樂齡學習中心」提供多元學習的環境，期盼國民能夠快樂學習，樂而忘齡（教育部，2008）。

美國心理學家 E. H. Erikson（1902-1994）於 1963 年提出社會心理發展階段，將人的一生分為八個發展階段，並認為在每個階段中持續學習是極為重要的。我國樂齡者的年齡（55歲）橫跨了 Erikson 社會心理發展階段的第七階段的成年期（40-64歲）及第八階段的老年期（65歲以上），成年期及老年期的人們會開始思考該如何完成自己認定的人生，並檢視自己對人生是否滿意或符合期待，對此 Erikson 進一步指出若能整合一生的經驗與每階段的心理力量以面對老化與死亡，便能使身心達到良好發展（周怜利譯，2000）。而我國高齡教育研究者黃富順也提出每個年齡層的人們均有學習的必要與可能，唯有學習，才能因應環境的改變及滿足個人的成長需求（黃富順，2014），因此樂齡者可以藉由不斷地學習來瞭解自身的需要，同時透過參與學習活動以滿足生理、心理及社交等方面的需求。

1970年代，美國政府開始關注高齡者的學習需求， McClusky 於第二次的白宮老化會議（White House Conference on Aging）中強調高齡者的學習需求包含應付的需求（coping needs）、表達的需求（expressive needs）、貢獻的需求（contributive needs）及影響的需求（influence needs）、超越的需求（transcendence needs）等五個面向，期望高齡者透過學習滿足個人在身心靈、社交互動、增進自我等需求，進而提升整體生活品質（McClusky，1971）。接著，Londoner於 1978 年亦針對高齡者於學習中是否能立即得到滿足感，提出表達性學習（expressive learning）、工具性學習（instrumental learning）等

兩種學習需求。自此之後，高齡者的學習需求逐漸地受到社會教育的重視。

經由分析彙整國內外中高齡學習需求的相關研究，在研究主題上包含了生活型態、學習動機、學習滿意度、相關因素等內容，以及其與學習需求的關係。其中針對學習需求的分類中，可發現對於中高齡者學習需求內涵的分類非常多元，大部分研究以McClusky的五種學習需求層面為基礎進行研究，亦有解析相關文獻後形成自己的學習需求理論。在研究的對象上，涵蓋不同地區的居民，或是樂齡學習中心、長春學苑及老人日照中心等學習機構的學員，同時亦探討其性別、年齡、教育程度等相關因素對於學習需求的影響。在研究方法上，大多採用問卷及訪談進行資料蒐集。

音樂在生活中扮演重要的角色，可以幫助人們改善憂慮、緊張等情緒問題，達到溝通與放鬆的效果（吳幸茹譯，2008），也可藉由音樂的學習提升自我能力，獲得成就感（Joseph & Southcott，2014）。對於中高齡者而言，參與音樂活動能夠減緩老化程度、刺激記憶、增進自我價值感、及提升生活品質（吳成瑤，2008），也能將音樂做為媒介，縮短他們與年輕人之間的隔閡，再次體驗生命力，並感受到自己的能力（Creech、Hallam,、McQueen & Varvarigou，2013）。由上述可發現參與音樂學習能為中高齡者在生理、心理、社會及自我實現等面向帶來正面影響，目前台灣已經進入高齡社會，若能了解中高齡者參與音樂活動的狀況，對於將來推廣社會音樂教育是非常重要的議題。

經由分析與國內外中高齡音樂學習之相關研究，在研究主題上主要分為參與因素與學習效果兩大類。在參與因素方面，探究中高齡者參與音樂學習的主要原因；在學習效果方面，探討音樂學習對於中高齡者在身體健康、情緒感受、生活品質等影響。該些研究的對象多為社會學習機構音樂課程班的學員，包含社區大學、長青學苑等學習機構。在研究方法上，多使用問卷及訪談來進行資料蒐集。

研究者有幸於 2018 年春季以觀摩學習者的身分，參與某音樂教育學會開設的樂齡班課程，樂齡學員們在該課程中快樂學習，樂而忘齡的模樣，使研究者印象深刻，也激起研究者的興趣，欲瞭解樂齡者對於音樂學習需求在身心靈及社交等不同層面的看法。

經研究者調查，國內各縣市截至 108 年止已設置 366 間「樂齡學習中心」（教育部，2008），部分樂齡學習中心提供多樣的音樂課程供樂齡者選擇。因此本研究欲針對樂齡學習中心學員對於音樂學習需求之看法，以及不同背景的學員是否會在音樂學習需求看法產生差異進行探討，希冀本研究結果能夠提供樂齡音樂教師在安排課程時，以及樂齡相關機構推廣課程時之參考。

第二節 研究目的與問題

根據以上的研究動機，本研究之研究目的及待答問題分述如下：

一、研究目的

本研究目的旨在瞭解臺北市樂齡學習中心學員對於音樂學習需求之看法，包含身心健康、社會互動及探索實現三項學習需求，同時探究該些中心不同背景之學員對於音樂學習需求看法之差異。

二、研究問題

（一）臺北市樂齡學習中心學員對於音樂學習之身心健康學習需求有何看法？

1－1 該些中心學員對於音樂學習之身心健康學習需求之看法有何看法？

1－2 該些中心不同背景之學員對於音樂學習之身心健康學習需求看法有何差異？

（二）臺北市樂齡學習中心學員對於音樂學習之社會互動學習需求有何看法？

2－1 該些中心學員對於音樂學習之社會互動學習需求有何看法？

2－2 該些中心不同背景之學員對於音樂學習之社會互動學習需求看法有何差異？

（三）臺北市樂齡學習中心學員對於音樂學習之探索實現學習需求之有何看法？

3－1 該些中心學員對於音樂學習之探索實現學習需求有何看法？

3－2 該些中心不同背景之學員對於音樂學習之探索實現學習需求看法有何差異？

第三節 名詞釋義

一、樂齡者（Senior citizens）

「樂齡」一詞源自新加坡對於年長者的尊稱，其意義在於鼓勵高齡者經由不斷學習，進而達到樂而忘齡的精神（教育部，2008）。「樂齡」取義「快樂學習、樂而忘齡」，讀音亦與英文字「Learning」諧音，藉此鼓勵 55 歲以上國民能夠活到老、學到老（黃月麗，2016），並樂於參與各項終身學習活動。而我國也於 2008 年起，將 55 歲以上國民稱之為「樂齡者」，積極推動樂齡教育，並在各縣市鄉鎮市區推動「樂齡學習中心」。

本研究之研究對象為參與樂齡學習中心的學員，而我國樂齡學習中心依據「教育部設置各鄉鎮市區樂齡學習資源中心實施計畫」規定，招收之對象為年滿 55 歲以上的中高齡者（教育部，2008），故本研究所指之「樂齡者」，為實足年齡滿 55 歲以上之臺北市樂齡學習中心學員。

另外，在本研究之文獻探討部分，凡觸及 55 歲以上，包含「成人」、「中高齡」及「高齡」的文獻，皆為本研究解析之內容。

二、音樂學習需求（Music learning needs）

Lamdin 和 Fugate（1997）認為學習需求是個人意識到知識不足，透過學習活動才能滿足，以達到期望結果。McClusky（1971）提出高齡者的五個學習需求項目，包含應付的需求、表達的需求、貢獻的需求、影響的需求及超越的需求（influence needs）。而音樂學習是一種自然愉快的終身學習（Bugos，2010），能夠滿足人們在生理、心理及社會等層面的需求（Fung & Lehmberg，2016）。

本研究所指音樂學習需求為研究對象對於參與音樂學習能夠滿足身心健康學習需求、社會互動學習需求及探索實現學習需求的看法。身心健康學習需求分為個人在生理及心理層面的需求；社會互動學習需求分為人際拓展及溝通互動等需求；探索實現學習需求則分為知能探索及自我實現等需求。學習者在本研究問卷題項上得分越高，表示對於該題項內容的認同程度越高。

第四節　研究範圍與限制

本研究有鑒於時間與人力因素之考量，係以研究對象、研究內容兩方面，來說明本研究之研究範圍與限制。茲說明如下：

一、研究對象

本研究是以臺北市樂齡學習中心 2020 年秋季音樂學習班之學員為研究對象。根據教育部規定，樂齡學習中心之學員需為年滿 55 歲以上之國民。臺北市共有 12 個行政區，包含中正區、中山區、內湖區、南港區、士林區、大安區、信義區、松山區、大同區、文山區、萬華區及北投區等，每一區各成立一所樂齡學習中心。

本研究所指樂齡學習中心，是指位於臺北市的 12 所樂齡學習中心，並以同時提供音樂與非音樂學習班之樂齡學心中心學員為研究樣本。此外，受限於人力、物力及時間的因素，本研究結果無法推論至臺北市樂齡學習中心以外的樂齡學習者。

二、研究內容

本研究主要調查臺北地區樂齡學習中心參與音樂學習班與非音樂學習班學員對於音樂學習需求之「身心健康」、「社會互動」及「探索實現」三種學習需求的看法，以及音樂學習需求看法在不同背景變項之間的差異，因此，本研究結果不宜推論至音樂學習需求的其他層面。

第二章 文獻探討

本研究旨在探討臺北市樂齡學習中心學員對於音樂學習需求之看法，並進一步分析不同背景變項的學員在不同學習需求的差異情形。本章將對相關文獻進行分析與探討，以作為研究主題之理論基礎、研究工具之發展依據，及研究結果討論之依據。全章共分為三節，第一節為樂齡學習需求與學習特性；第二節為社會音樂教育與樂齡音樂學習之內涵；第三節為樂齡音樂學習之相關研究。樂齡者的年紀橫跨成人及高齡，因此以下文獻將包含成人及高齡的相關文獻。

第一節 樂齡學習需求與學習特性

樂齡學習者受到老化及生活環境改變的影響，因此有其獨特的發展任務、認知功能、以及參與學習的型態偏好（Lamdin & Fugate，1997）。為探究樂齡者之學習需求與學習特性，本節分為樂齡學習需求理論、樂齡學習特性及樂齡學習需求相關研究三部分進行論述。

一、 樂齡學習需求理論

「樂齡」一詞源自新加坡對於年長者的尊稱，其意義在於鼓勵高齡者經由不斷學習，進而達到樂而忘齡的精神（教育部，2008）。在人口快速高齡化的時代，終身學習已是各國重視的議題，臺灣也於 2008 年起，將 55 歲中高齡國民稱之為「樂齡者」，積極推動樂齡教育，並在各縣市鄉鎮市區推動「樂齡學習中心」提供多元學習的環境，期盼國民能夠快樂學習，樂而忘齡（教育部，2008）。我國學者也提出人們在每個階段的需求不同，唯有學習才能因應環境的改變及滿足個人的成長需求（黃富順，2004）。若能夠了解樂齡者的學習需求，營造終身學習的環境，便能幫助樂齡者活到老學到老，以下依序探究學習需求的意義與內涵、樂齡學習需求理論及其內涵，及樂齡學習需求之相關因素。

（一）學習需求的意義與內涵

人生而有所需求，產生在學習方面則可稱之為學習需求，係因各種個體與環境因素，使個體本身有對於某些事物繼續探究的慾望，並進一步體現於外成為需求，將帶動個體尋求各種方法與管道尋求此種「知之慾望」的滿足（陳姿岑，2009）。「需求」一詞在心理學與教育學的領域中時常出現，是涉及到生理、心裡、社會等等其他層面意義的一種複雜而且多元的概念。在教育部國語辭典中對於需求的解釋為：「心理學上指引起個體行為的內在動力。」；國際教育百科全書則指出需求是一種差距（discrepancy）、需要（want）、喜好（preference）或不足（deficit）；陳姿岑（2006）則認為需求是一種來自個體本身的一種欲求，使個體追求自身所不足或缺乏的部分以求得自覺與滿足的平衡。張春興（2013）認為需求是指使個體行為的內在動力，及個體內在的一種匱乏狀態。

在需求理論中，最具代表性的為 Maslow 於 1970 年提出的需求層次理論（hierarchy theory of needs），Maslow（1970）強調人類的動機是由多種不同性質的需求所組成，而在不同的層次之間又有先後順序與高低的分別。Maslow（1970）將需求分為兩大類，前四層較低層級稱基本需求（basic needs），後三層較高層級稱成長需求（growth needs），基本需求為生存或心理有欠缺產生,故又稱為匱乏的需求（deficiency needs），基本需求包含生存需求（physiological needs）、安全需求（safety needs）、愛與隸屬的需求（love & belongingness needs）及自尊需求（self-esteem needs）等四種需求，而成長需求為較高層的層次，包含知的需求（cognitive needs）、美的需求（aesthetic needs）及自我實現需求（self-actualization needs）等三種需求。

由上述學者的論述中可以發現，需求是可以被知覺到的，是個人的需要或興趣；需求也是一種是來自個體本身的匱乏或欲求，因此個體期盼藉由外在的行為，來滿足自身的興趣或補足其自身的不足。

進一步探究學習需求的相關理論，對於學習需求的定義，亦有許多學者提出定義與內涵，Lamdin 與 Fugate（1997）認為學習需求是個人意識到的知識不足，透過學習活

動才能滿足，以達到期望結果。黃富順（2004）將學習需求定義為個體自身有意識、或是專家學者判定有所匱乏、有需要的部份或是應該要有的部份，因而表現出來的欲求或是偏好即是學習需求。林振春（1997）將學習需求定義為個體在發展過程為了完成各發展階段的任務，需要藉由學習來滿足其發展的需求。林美和（1990）認為學習需求，係指個體為達到期望的成就水準，所知覺其希望學習或期望學習的課程內容。陳明蕾（2004）認為學習需求為個體自身意識到有所匱乏或有所需要，獲是專家學者判定學習者會有所匱乏，所表現出來的學習欲求或需要。

有部分學者以成人為對象，提出對於成人學習需求的探討，如 Knowles（1980）將成人學習需求定義為個人為了自己、組織及社會的利益所應學的知能，而其本身實際的狀況與期望之間的差距就是學習需求。在高齡者的部分，賴銹慧（1990）認為學習需求為個體為達到期望的成就狀態，所知覺其需要學習或偏好學習的課程內容，並提出高齡者由於生理、心理與社會方面都面臨老化，因此高齡者的學習會因為本身身體方面的限制而有所侷限，在心理方面也會顯得比較畏縮，但其心智與知識經驗將會因個人不同而產生不同的學習需求。

由上述的學習需求定義，可發現學習需求是從個體的角度出發，是個人察覺到自身的匱乏，期許藉由學習來滿足的需求，因此，研究者將學習需求定義為學習者知覺其自身需要，希望透過參與學習來滿足自身渴望的需求。

（二）樂齡學習需求理論及其內涵

成人教育、高齡教育及學習需求相關研究提供了樂齡者學習需求的探討，如 Bergevin（1967）、McClusky（1971）、Monette（1977）、Londoner（1978）及 Knowles（1980）從不同的面向提出不同的學習需求內涵。

Bergevin 於 1967 年提出 3 個學習需求，包含表徵的教育需求（symptomatic needs）、感受的教育需求（felt educational needs）、真正的教育需求（real educational needs）等三個層面。表徵的教育需求是個人認為是天生、真正的需求，但實質上可能代表其他意義

的事物；感受的教育需求是個人認為必要的需求，且對個人教育發展所需要，但可能為真，也可能為假；真正的教育需求是指學習者真正欠缺的，且能從自身學習經驗中獲得的。

Atwood 與 Ellis（1971）分析成人學習者的相關需求時，認為學習需求應包括確實存在匱乏的學習需求，以及可透過學習而滿足的學習需求，前述兩者混和而成的教育需求；被視為必須，且可察覺的教育需求；徵候需求，被視為實質而卻僅為症狀顯示的需求等五種學習需求。

Monette 於 1977 年蒐集 ERIC 教育論文資料庫關於成人學習相關資料後，歸納出成人學習需求的內涵應包括以下四類：（引自郭昱均，2004；阮惠玉，2012）

1. 本能的需求（basic human needs）：為內在的、自然的、非學習而來的狀態，為人類與生俱來的基本需求，如：飢餓、口渴、傷害、性等方面的需求。
2. 感覺或表達的需求（felt or expressed needs）：個體所知覺到的「渴望」或「想要」的狀態。學習者自覺想要學習某種知識，並認為藉由學習過程，可獲得樂趣或滿足，且學習的結果可能對自身有幫助，甚至實現自我理想的需求。
3. 規範的需求（normative needs）：指必須達到的規範標準與實際存在目標之間的不足或差距。不同的價值判斷會影響標準的認定，故規範的需求會隨著社會價值的改變或知識的發展而改變。
4. 比較的需求（comparative needs）：指產生於團體或個人，與其他團體或個人比較之下所感受到應提升自我的需求。

Knowles（1980）分析成人教育的目的，並簡化 Maslow 的需求層次論，將成人的需求融合為兩大類，一為人類基本需求（basic human needs），另一種為教育需求（educational needs）。前者建立在 Maslow（1970）的需求理論基礎上，包含 6 種需求分別為生理需求(physical needs)、成長需求(growth needs)、安全需求(the need for security)、

經驗需求（the need for experience）、情感需求（the need for affection）與認可需求（the need for recognition）；後者教育需求是指個人實際能力與必須具有或期望具有能力之間的差距，經由學習可縮短之間的差距。若個人愈能確實掌握自己的教育需求就越能觸發學習動機，且當個人的教育需求與組織或社會的期望符合時，學習會更有效率（郭昱均，2004）。

在高齡者的學習需求層面，1970 年代，美國開始注重高齡學習需求，積極訂定各項高齡教育法規與政策，並多次舉辦白宮老化會議（White House Conference on Aging），廣泛蒐集實務工作者、學者與專家對於高齡教育的想法與建議，釐清高齡教育的目標、方向與標準，並進行研討及改革（鄭羽琄，2010）。1971 年 11 月，美國舉行了第二次白宮老化會議。

美國高齡教育之父 McClusky 於美國白宮老化會議中強調須重視高齡者的學習需求，並提出五項高齡者最重要的學習需求，也是最適合利用教育的方式滿足的需要，此五項學習需求如下（黃富順，2004；Hiemstra，1982；McClusky，1971）

1. 應付的需求（coping needs）

高齡者的日常生活中最常面臨的困難有二，首先是老化導致其生理與認知功能的衰退；其次則是其原有的社會互動方式不足以應付快速變遷的社會。應付的需求就是指個體在社會中能夠應付複雜社會的功能需求，其中包括了基本生理需求、社會互動、日常生活技能等項目，如果無法達到最低程度的滿足，則個體會無法生存，也無法追求成長或是產生利他行為。這種需求和 Londoner（1978）的工具需求(instrumental needs)， Frank（1955）的適應需求（adjustment needs）概念相類似。

2. 表達的需求（expressive needs）

這是一種為了學習而學習，為了活動本身而從事活動，而非為了達到其他目標的需求。主要是指個人參加活動的動機，則是來自於本身的興趣，並從中得到內在回饋，例如：滿足感、參與感、參與樂趣等，多屬於自發性的活動需求，例如：瑜

珈、氣功、排舞、美術、音樂、歌唱、烹飪等課程，此類需求的學習目的有別於為學位、工作或更高層發展的學習（陳明蕾，2004）。Peterson（1983）認為「表達需求」類型的課程，如：音樂、表演、園藝…等，相當受到高齡學習者的青睞，參與這類型課程的人數不僅相對較多，且參與的時間也相對較長。McClusky（1971）認為高齡教育課程提供，應該讓表達的需求愈少受到限制愈好。

3. 貢獻的需求（contributive needs）

施比受更有福，McClusky（1971）認為人們有從幫助他人增進自我價值或充實自我的傾向或慾望，而且高齡者亦可從幫助他人中得到繼續與社會連結的機會，以及提升自我價值感，因此提出貢獻的需求。但是大多數高齡者雖具有貢獻性需求卻不一定具有服務他人的能力，因此相關教育機構可以提供適當的課程，以提升高齡為他人服務的能力。

4. 影響的需求（influence needs）

一般而言，幾乎所有的人都希望因自己的努力，而使社會發生有意義的變遷，而這也就是 McClusky 所說的影響的需求。McClusky（1971）指出高齡者於晚年時，對於其生活環境及世界，還是有想要發揮其影響力的需求，且有意願參與政治活動、社區團體或組織等，以滿足對於影響的需求，並強調老年人在各方面的能力雖然逐漸衰減，但是他們並非完全沒有能力的一群人，如果能賦予適當的教育，他們所失去的能力將可以被恢復。

5. 超越的需求（transcendence needs）

這一種自我實現的感受，能夠克服生理及年齡限制的一種需求（鍾肇騰，2011）。高齡者會藉由回顧過往、超越生理限制以達到深入了解生命意義的需求。相關研究也曾經論述，由於高齡者有想要更深入探索生命意義的需求，因此需要來參與教育課程。關於生命意義的探討，通常是透過生命回顧的方式，高齡者很喜歡藉著再一次檢視生命中的轉折點，來反省自己這一生的生活意義與價值（胡夢鯨、陳冠良、

魏惠娟，2010）。

由上述可見，McClusky 提出的高齡者的需求是有層次的，從基本應付生存的需求，到個人興趣學習的表達需求，進而提升到貢獻社會的需求，與影響他人的需求，最後能夠達到個人自我超越的需求。

Londoner 也於 1978 年提出高齡者的學習需求可以依其滿足感是否立即實現，區分為表達性學習（Expressive learning）、工具性學習（Instrumental learning）等兩種學習需求的模式。表達性學習是指學習者參與學習是基於學習的內容，而非其他目標，且能夠從學習活動中立即獲得滿足感；工具性學習則是指學習者參與學習是基於實現學習內容以外的慾望及目的，且從學習活動中得到的滿足感需要等另一個目的完成後才能獲得（Londoner，1978）。Peterson（1983）認為這是對高齡者學習需求的描述最具理論架構的一個模式。此外，Londoner（1978）提出學習者的學習需求會受到其社經背景、教育程度、退休前工作型態、以及所處時代背景等變項的影響。

藉由上述理論可發現，學習需求是從個人的觀點出發，個人感覺到需要的，且能夠透過學習而滿足的需求。對於學習需求的內涵，學者們各自提出了不同的分類方式，以下茲將上述學者對於學習需求內涵的分類，整理如下表 1。

表 1
樂齡學習需求分類表

學者（年代）	對象	學習需求分類
Bergevin（1967）	無區分	表徵的教育需求、感受的教育需求、真正的教育需求
Atwood & Ellis（1971）	成人	確實存在匱乏之學習需求、可透過學習而滿足的學習需求、上述兩者混和而成的教育需求、被視為必須的教育需求且察覺的教育需求、徵候需求，被視為實質而卻僅為症狀顯示的需求。
Knowles（1980）		人類基本需求、教育的需求
Monette（1977）	高齡者	人性的基本需求、感覺或表達的需求、規範性的需求、比較性的需求
McClusky（1971）		因應的需求、表現的需求、貢獻的需求、影響的需求、超越的需求。
Londoner（1978）		表達性學習、工具性學習

資料來源：Bergevin（1967）、Atwood & Ellis（1971）、Knowles（1980）、Monette（1977）、McClusky（1971）、Londoner（1978）

綜合上述，就成人學習需求而言，以 Monette（1977） 提出的四點學習需求最為周詳，包含了生理、心理、人際互動、社會規範及提升自我等需求內；而高齡學習需求，則以 McClusky（1971）提出的五種學習需求涵蓋的層面較廣，同樣包含了生理、心理、人際互動及自我提升的內涵，並加入了高齡者渴望對於社會有所貢獻及產生影響的需求。由此可見，雖然對於學習需求內涵有不同的分類方式，但仍然可以從其中找到其相似之處，且大多包含了生理、心理、社會互動及自我提升與超越的內涵。

（三）樂齡學習需求之相關背景因素

有關學習需求方面之實證研究，由於研究對象不同，其結果也未盡一致，然確實可從已有的研究中發現個體之特質與學習需求有相關性（郭昱均，2004）。以下就年齡、性別、教育程度、婚姻狀況、經濟狀況、健康狀況等六個面向進行探討：

1. 性別

Hiemstra（1976）發現性別對於學習需求的偏好不同，男性較偏好工具性學習課程，女性則較偏好表達性課程。賴銹慧（1990）研究顯示在「家庭生活與管理」層面為女性顯著高於男性，而在「社會與政治」、「休閒生活與娛樂」、「身心保健常識」以及「個人進修」方面則為男性高於女性。Purdie & Boulton-Lewis（2003）於高齡者學習需求的調查中，發現女性對於健康、休閒以及一般效能有較高的學習需求。詹涵雯（2008）及黃富順等人（2008）研究結果皆指出女性在學習需求的程度上顯著高於男性。陳姿岑（2009）發現男性在「生活知能」層面上高於女性，在「健康知識」、「人際關係」、「自我實現」、「休閒娛樂」等學習需求層面上則未達顯著差異。阮惠玉（2012）發現不同性別對於學習需求的層面上具有顯著差異，男性在「貢獻需求」層面的學習需求程度顯著高於女性。

綜合上述研究結果，不同性別的學員在學習需求的程度上有顯著差異，在不同層面的學習需求程度也有所差異。

2. 年齡

賴銹慧（1990）研究指出在 65~69 歲的學員學習需求程度最高，75-79 歲則最低。陳姿岑（2009）研究長青學苑學員學習需求及學習滿意度之關係，發現 55-59 歲組對於學習需求的程度是顯著大於其他年齡組；鄭羽琄（2010）指出 50-69 歲組的學員學習需求較為強烈；阮惠玉（2012）研究結果為年齡 55-64 歲組顯著高於 65-75 歲(含)以上組。郭昱均（2004）調查顯示特別是在自我實現以及社會關懷與服務方面的學習需求是年齡越低的高齡者表現出來的需求程度較強烈。黃富順等人（2008）的研究結果則指出在學習需求上是年齡越低的高齡者在人際關係、休閒娛樂、自我實現、整體學習需求等方面都表現的較為強烈。

鍾肇騰（2010）發現不同年齡花東地區客家高齡學習者在學習需求的「基本生活能力」與「自我表現」層面上有顯著差異，55-64 歲者對於基本生活能力的學習認為是最為需要，65-74 歲則認為需要學習的是自我表現學習內涵，相反的 84 歲以上學習者則認為最不感到需要學習的是自我表現學習內涵。而 Hiemstra（1976）、王麗萍（2005）及王慧媚（2017）的調查研究結果皆發現不同年齡對於學習需求並沒有顯著差異。

綜合上述研究發現，樂齡者對於學習需求的程度在年齡層上越來越低，從賴銹慧（1990）的研究到陳姿岑（2009）、鄭羽琄（2010）及阮惠玉（2012）的研究中，具有較強烈需求的年齡層從 65-69 歲降低到 50-69 歲；另外從郭昱均（2004）及黃富順等人（2008）的研究可以發現年齡越低的高齡者對於學習需求的層面也變得廣泛；不同年齡層的學員在不同學習需求層面的強度也有所差異（鍾肇騰，2010）。

3. 教育程度

賴銹慧（1990）發現在學習需求的程度上以「大學以上」者為最強烈。郭昱均（2004）及黃富順等人（2008）研究中也顯示教育程度越高者，其學習需求程度也是最高的。陳姿岑（2009）指出不同教育程度之學習需求只有在「人際關係」的需求方面沒有顯著差異存在，其餘學習需求層面皆以「國中（含以下）」的學習需求程

度最低。阮惠玉（2012）研究發現高中職以上教育程度在整體、表現的需求、貢獻的需求，皆顯著高於國小(含)以下教育程度。上述二研究也顯示出教育程度越高者，其學習需求程度也是越高的。王麗萍（2005）結果則相反，在學習需求的整體層面上，「未受教育但識字」的高齡者其整體層面的學習需求顯著高於「小學肄業」、「小學畢業」和「初（國）中以上」的高齡者，表示教育程度越低者的學習需求程度越強。

綜上所述，以學歷越高者學習需求的需求程度即越高，王麗萍（2005）的研究結果正好與其他研究結果相反，可能由於其研究對象為長照中心的高齡者，和其他研究多以樂齡學習中心或是長青學苑的研究對象較為不同。

4. 婚姻狀況

黃富順等人（2008）、阮惠玉（2010）發現不同婚姻狀況在學習需求上有顯著差異，已婚者學習需求較高，喪偶者學習需求較低。陳姿岑（2009）指出不同婚姻狀況的學員在生活知能、健康知識的需求層面有顯著差異，婚姻狀況「未婚」、「已婚」的高齡者大於「喪偶」的高齡者。鍾肇騰（2010）發現不同婚姻狀況的高齡學習者在學習需求的基本生活能力與自我表現層面有顯著差異。「離婚者」對於學習最感迫切需要，認為最不需要學習的是「喪偶者」。Hiemstra（1976）、詹涵雯（2008）、鄭羽琄（2010）則指出在婚姻狀況方面，不會因為學員不同的婚姻狀況而有學習需求上的差異。

綜合上述，發現婚姻狀況對於學習需求有影響，普遍以「已婚」者學習需求較高而「喪偶」者學習需求較低。

5. 經濟狀況

黃富順等人（2008）指出經濟狀況皆學習需求有顯著差異，經濟狀況較好者之學習需求高於經濟狀況較不好者。王麗萍（2005）發現經濟狀況小康的高齡者在休閒娛樂層面的學習需求上顯著高於有點困難和需要幫助的高齡者。

由上述可見，經濟狀況對於學習需求有影響，且經濟狀況較好者之學習需求高於經濟狀況較不好者。

6. 健康狀況

賴銹慧（1990）指出身心狀況很好者對於「社會與政治」、「身心保健常識」的學習需求強度最高。黃富順等人（2008）發現學習需求與健康狀況有關，健康狀況較好者，其學習需求較高。陳姿岑（2009）發現不同健康狀況之學習需求在「總和需求」、「生活知能」、「人際關係」、「健康知識」、「休閒娛樂」的需求方面有顯著差異存在，「健康」的高齡者大於「不佳」的高齡者，「尚可」的高齡者大於「不佳」的高齡者。

由此可見，健康狀況對於學習需求有影響，且健康狀況較良好者，其學習需求高於健康狀況較不好的高齡者。

根據上述研究發現，年齡、性別、教育程度、婚姻狀況、經濟狀況及健康狀況等因素皆對於樂齡學習需求造成顯著影響。雖然在不同的研究對象，會出現不同的結果，但仍可以教學的參考，樂齡教師可以在教學前瞭解學習者的背景變項，瞭解其需求，安排更合適的學習。

二、樂齡學習特性

人們在生命中的每個發展階段會因為角色之轉換、社會文化的約束、生活經驗的增加、身心的發展變化等之影響而皆有其特殊性，此種發展上的特殊性，即構成學習的特性。成人由於生理、心理發展狀況以及社會角色的特性顯現出與兒童不同的學習狀況，而高齡者已邁入老年時期，生理隨年齡增長而衰退，異質性也相形擴大（郭昱均，2009）。按 Erikson 的心理社會期發展論，個體的自我發展，並非在一生中經過同樣的心理歷程，而是在不同的年齡階段產生不同性質的心理危機，也遇到不同性質的社會適應問題，因此個體需藉由學習，在經驗中調適自我，從而化解因困難而形成的危機（Erikson，1982），

由此可見，學習對於樂齡者的重要性，因此以下將分為生理、心理、社會三個層面來探討樂齡學習的特性。

（一）生理

吳文琴（1999）指出高齡者在學習上會面臨許多困難，除了生理自然老化的因素之外，學習干擾、反應慢、記憶力退化、自發性運作缺損等，都是影響老人學習效率的因素，但其實許多文獻皆指出老年人的智力及智慧是具有其學習的可能性與特性的。

智力方面，Cattell（1963）和 Horn（1982）提出的流體智力及晶體智力理論，前者類似於天生智力，後者是指從教育及一生經驗中得來的知識與能力。研究指出流體智力自而同期開始成長，經青少年時期達到高峰，至成年期會逐漸開始下降，但晶體智力則是不受時間限制，持續增進知識、從事教育活動，反而能夠不斷提升及增長，因此，若持續保持學習，成年後也能顯得睿智成熟，嘗試越來越豐富，解決文題的能力越來越好，判斷力也會越來越正確（朱郁芬，2011），是年輕人未必能及的。因此，教育者宜強調老人所累積之知識與經驗，提供適宜的學習。

記憶力方面，一般人認為老人是容易遺忘的，但老人舊有的經驗是豐富的，且年紀所引起的感官功能的衰退，會對記憶能力有影響，但對記憶容量則無影響，故老化對感官記憶的影響很少且不重要，老年人仍然可以有效地提取感官記憶中的消息（黃富順，2008）。而思考與解決問題的能力，老人的經驗多，統整思考的能力與年輕人不同，於是能較為周延。可見只要利用老人的優勢，提供適當學習方式及學習機會，社會多給予鼓勵學習，老人還能發揮其潛力（蔡培村，1995）。

（二）心理特性

由於高齡者的認知功能改變，形成其獨具的心理特性。高齡者自尊心強但容易對於自己的學習能力缺乏信心，懷疑自己的能力，所以不喜歡有太大壓力的學習活動（陳清美，2001），也容易以自我為中心，不考慮或關心他人的立場（江亮演，1988），因此教育者必須依據其行為、能力、興趣，規劃合適之教學策略。

在學習動機方面，主要在於認知興趣及社交關係（朱郁芬，2011），且高齡者會希望

能夠自己決定學習的時間、地點與學習目標、學習的方法與內容，並瞭解該如何尋找學習的資源（蔡培村，1995），在參與學習方面，高齡者是主動且積極的。

（三）社會特性

「家有一老，如有一寶」，樂齡者歷經了大半的人生歷程，具有豐富的人生閱歷、經驗與智慧，形成了高齡學習者寶貴的社會特殊性，包含角色改變，社會地位與工作的角色喪失，人際關係改變等，可能造成樂齡者的心理孤立，因此需要透過學習活動來建立新的關係並增進社會歸屬感；教育經驗及豐富而多樣化的經驗，樂齡族的教育程度及經驗乃是學習的重要資源，且為重要特徵，若能妥善運用，可對學習產生莫大的助益，並激發學習的動機，進而協助樂齡族尋找晚年的生活目的及價值（朱郁芬，2011）。

綜合上述，樂齡學習者因年齡、性別、人生歷練、教育程度及職業水準等方面的不同，造就了每一個人的獨特性，因此，在進行樂齡教學時，須考慮影響樂齡的學習需求及其學習特性，可採用個別化的教學，也可以採用小組教學並給予立即的回饋，強化樂齡者的信心及興趣，因而願意持續參與學習在方案規劃或課程設計上，才能達到真正的教學效果。當樂齡者透過學習活動滿足其學習需求後，能使其角色與責任重新定位、肯定自我，賦予新的意義，進而促進其成功老化。

三、樂齡學習需求之相關研究

經由搜尋國內外樂齡學習需求相關之學位論文與學術期刊，選取 2 篇國外期刊及 9 篇國內論文，整理如下表 2。

表 2
樂齡學習需求相關研究

研究者（年代）	研究主題	研究對象	學習需求分類
Hiemstra（1982）	Elderly Interests in The Expressive Domain	內布拉斯加州人 256 位年滿 55 歲以上的居民	表達性需求、工具性需求、退休生涯規劃
賴銹慧（1990）	我國高齡者學習需求及其相關因素之研究	臺灣各縣市長青學苑 65 至 79 歲的學員	社會與政治、家庭生活與管理、休閒生活與娛樂、身心保健、個人進修
Purdie & Boulton-Lewis（2003）	The Learning Needs of Older Adults	澳洲布利斯班市 17 位 70 至 82 歲的高齡者	運用新科技的技巧與知識、健康方面的議題、休閒及娛樂、生命意義方面的議題
郭昱均（2004）	高雄市長青學苑高齡者生活型態與學習需求之研究	高雄市長青學苑 280 位年滿 55 歲以上之學員	休閒生活與娛樂、衛生健康、社會政治、資訊科技、語文與科學、自我實現與成長、社會關懷與服務
王麗萍（2005）	嘉義縣高齡者的學習需求之調查研究-以老人日間照顧中心為例	嘉義縣老人日間照顧中心學習活動 279 位年滿 65 歲以上高齡者	日常生活知能、社交/人際關係、自我實現和生命意義、健康方面、休閒娛樂/嗜好
詹涵雯（2008）	桃園縣高齡者學習需求與參與意願之研究	桃園五所長青學苑及社區大學 517 位年滿 55 歲以上學員	應付、表現、貢獻、影響、超越
陳姿岑（2009）	高雄市社區型長青學苑學員學習需求與學習滿意度關係之研究	高雄市社區型長青學苑 530 位年滿 55 歲之學員	生活知能、人際關係、自我實現、健康知識、休閒娛樂
鍾肇騰（2011）	花東地區客家高齡學習者生活品質、學習需求、學習態度與自我發展關係之研究	花東地區樂齡學習資源中心 306 位年滿 55 歲之客家學員	基本活動能力的需求、自我表現的需求、探索生命意義的需求
沈素甜（2012）	高雄市樂齡學習中心學員終身學習需求與生活品質之關係	高雄市樂齡學習中心 613 位年滿 55 歲學員	應付生活、自我成長、貢獻社會、影響社群、超越生命
王慧媚（2017）	中高齡者終身學習需求與學習動機之探討	臺南地區的社區發展協會及樂齡中心之 50 至 64 歲中高齡者	應付、表現、貢獻、影響、超越

資料來源：研究者自行整理

Hiemstra（1982）曾進行「高齡者對表達性學習需求方面的興趣」的研究，訪談 256

位 55 歲以上的高齡者（平均年齡為 68.11 歲）。研究結果顯示，高齡者較偏好工具性學習課程；在職業及教育程度方面，藍領階級較偏好工具性學習，白領階級和大學學位以上的高齡者則較偏好表達性學習課程；在性別、地區、種族及婚姻狀況方面，男性、農村居民、非白人及已婚人士較多選擇參與工具性學習課程，女性、城市居民、非白人較多參與表達性學習課程；而年齡、職業，種族和婚姻狀況特徵在表達性學習的偏好中沒有顯著差異。

賴銹慧（1990）曾進行我國高齡者學習需求及其相關因素之研究，以參加台北市、高雄市、及各縣市的長青學苑 65 至 79 歲 的學員，樣本人數共 1079 人，並以研究者自編之「高齡者學習需求調查問卷」作為研究工具。研究將高齡者的學習需求分為社會與政治、家庭生活與管理、休閒生活與娛樂、身心保健、個人進修等五向。研究結果發現，高齡者認為最重要的學習需求為身心保健，次要為家庭生活與管理、社會與政治及個人進修，而休閒生活與娛樂方面需求最少。此外，在不同背景變項的研究結果，女性在家庭生活管理的需求高於男性，男性在社會與政治；休閒生活與娛樂、個人進修等層面高於女性；在年齡方面 65~69 歲組學習需求最強烈；高齡者身體狀況很好者，對社會與政治及身心保健常識的學習需求最高；教育程度為大學以上的學習需求最高；居住狀況以和配偶及子女居主者學習需求最高，居住在鄉村地區與市鎮者學習需求最高。

Purdie 與 Boulton-Lewis（2003）對澳洲布利斯班市（Brisbane）老人進行學習需求調查研究，範圍包括學習需求、學習障礙與學習需求成就效能，以 17 位 70 歲至 82 歲以上之高齡者作為研究對象進行訪談。研究將高齡者的學習需求分為科技技能與知識、健康議題、休閒娛樂、生命議題等四項。研究結果顯示，健康、休閒及娛樂以及生命議題等為最迫切需要學習需求，而運用新科技的技巧與知識的需求，則被認為是最不需要的。在性別方面，女性對於健康、休閒以及一般效能有較高的學習需求。

郭昱均（2004）探討高雄市長青學苑生活型態對學習需求之影響，以自編問卷「高齡者生活型態與學習需求問卷」調查參與高雄市長青學苑第25期、年齡為55歲以上之高

齡者的學習需求，有效樣本共280份。研究將學習需求分為休閒生活與娛樂、衛生健康、社會政治、資訊科技、語文與科學、自我實現與成長、社會關懷與服務等七類。研究結果顯示高齡者之學習需求，以「衛生健康層面」的需求程度最高。此外，在不同背景變項的研究結果顯示，男性在資訊科技層面之學習需求較高；年齡較小之高齡者，於社會關懷與服務、自我實現與發展層面之學習需求較高；教育程度愈高之老年人，在資訊科技、語文與科學、休閒生活與娛樂、衛生健康以及整體層面之學習需求程度也較高；健康狀況良好之高齡者，於社會關懷與服務、資訊科技等以及整體層面之學習需求高。

王麗萍（2005）進行嘉義縣高齡者的學習需求的調查研究，以嘉義縣梅山、隆興、西昌、岸腳、北華、紫雲與大林等七個老人日間照顧中心的 279 位高齡者為研究對象進行問卷調查。研究中將學習需求分為以下五項：（1）日常生活知能方面；（2）社交/人際關係方面；（3）自我實現或生命意義方面；（4）健康方面；（5）休閒娛樂/嗜好方面。研究結果發現，高齡者在學習需求以「社交/人際關係」層面的學習需求最高，「休閒娛樂/嗜好」層面的學習需求最低。高齡者的學習需求會隨著性別、最高學歷、婚姻狀況、居住狀況和日照歸屬的不同而有所不同，女性、未受教育但識字、喪偶、獨居、北華站的高齡者在整體層面上有較高的學習需求。

詹涵雯（2008）進行桃園縣高齡者學習需求與參與意願之研究，以參與桃園市長青學苑、中壢市長青學苑、北區松柏大學、南區老人大學及聖德長青學苑等學員為研究對象，進行深度訪談法及問卷調查。研究採用 McClusky（1971）應付、表現、貢獻、影響、超越等五項高齡者學習需求。研究結果顯示，高齡者的學習需求介於需要與普通程度之間，並以應付需求的參與意願最高。

陳姿岑（2009）探究高雄市社區型長青學苑學員學習需求與學習滿意度關係，以參加高雄市 11 個行政區所開辦之社區型長青學苑課程的學員為研究對象，進行問卷調查。研究將學習需求分為生活知能、人際關係、自我實現、健康知識、休閒娛樂等五類。研究發現，高齡者的學習需求在各層面均有中上程度，學習需求的程度最高的為健康知識需求，其次為人際關係、自我實現及生活知能，最弱的是休閒娛樂。不同背景變項之學

員的學習需求有差異，就性別及年齡而言，除了在生活之能層面，男生高於女生，55-59歲顯著大於其他年齡組，其餘需求層面皆未達顯著差別；就健康狀況而言，除了自我實現層面未達差異，其餘層面皆為健康者大於健康不佳的高齡者；就教育程度而言，除了人際關係層面未達顯著差異，其餘層面皆為國中（含以下）的學習需求程度最低；就婚姻狀況而言，在生活之能及健康知識層面達顯著差異，未婚及已婚者大於喪偶。

鍾肇騰（2011）進行花東地區客家高齡學習者生活品質、學習需求、學習態度與自我發展關係之研究。採立意取樣，以花東地區樂齡學習資源中心之客家高齡參與者為研究對象，進行調查研究，樣本數共 306 分。此研究將學習需求歸納為基本生活能力、自我表現、探索生命意義等三個學習需求層面。研究結果發現，客家高齡學習者有迫切的學習需求，而整體的生活品質、學習需求、學習態度及自我發展間有正相關。在不同背景變項的研究結果上，客家高齡學習者在學習需求以較年輕者及離婚者較迫切；教育程度反應兩極，低教育程度者以基本生活能力學習需求較為迫切，高教育程度者則以自我表現學習需求較迫切。

沈素甜（2012）探討高雄市樂齡學習中心學員終身學習需求與生活品質之關係，並分析不同背景學員在終身學習需求與生活品質之差異等。採立意取樣，以高雄市 22 個樂齡學習中心學員為對象，進行調查研究，樣本數共 613 分。此研究歸納學習需求內涵分為應付生活、自我成長、貢獻社會、影響社群、超越生命等五類學習需求。研究結果顯示，樂齡學員之終身學習需求以「應付生活」層面最高，最低是「影響社群需求」；不同背景學員之終身學習需求呈顯著差異，以女性、55-59 歲中高齡者、婚姻狀況屬同居或分居者的學習需求較迫切；在「應付生活」的需求方面，不分男女都非常強烈；，而教育程度越高、學習經驗越豐富對於「影響社群」和「超越生命」學習需求越高。

王慧媚（2017）探討中高齡者於終身學習之動機及需求、不同背景變項下中高齡者在學習動機與學習需求之差異情況，以及學習需求對學習動機之間是否顯著的影響。以臺南地區的社區發展協會及樂齡中心之 50 至 64 歲中高齡者為抽樣對象，且以滾雪球

抽樣的方式對於不同背景的中高齡者進行問卷調查。此研究將學習需求分以下應付、表現、貢獻、影響、超越等五種需求。研究結果顯示，高齡者的學習需求不會因年齡、教育程度、職業類別及平均月所得的差異而有所不同;婚姻狀況曾在影響需求達顯著差異，已婚者的需求大於未婚者；子女狀況於應付的需求達到顯著差異，膝下無子女的高齡者之需求會高於子女已離家者；退休情形於超越需求達顯著差異，已退休者的需求高於現職者；經濟狀況於貢獻需求達顯著差異；在健康狀況則於應付的需求達到顯著差異。

綜合上述研究可以發現，每個研究對於學習需求的分類不同，大部分是以 McClusky（1971）提出的五項學習需求為基礎，再依據研究需要改編成個人的分類，總結來看，皆涵蓋了個人生理與心理的基本需求、人際互動與社會參與的需求、以及提升自我的能力及探索生命意義等需求面向。就研究對象而言，以樂齡學習中心、長春學苑及老人日照中心等學習機構中之學員為主。就研究結果而言，學習者在健康層面及人際互動上的學習需求程度較高。此外，在學習者不同背景變項的研究結果中，發現性別、年齡、教育程度等在不同的學習需求程度也不同。

第二節 社會音樂教育與樂齡音樂學習之內涵

音樂在生活中無所不在，能寓教於樂、促進身心健康也能激發創造力，是人生不可或缺的一部分。在全球人口老化的趨勢下，各國積極推廣終身學習的理念，離開學校後，社會教育可繼續提供人們音樂的學習機會，Fung 與 Lehmberg 也指出中高齡者的音樂學習應該得到更高的關注（Fung & Lehmberg，2016）。本節茲就社會音樂教育的功能與發展、樂齡音樂學習的內涵兩部分進行論述。

一、社會音樂教育的功能與發展

Erikson 的《老年研究報告書》中提到，邁入老年期的最初幾年，非常適合藝術生活，藝術領域所帶來的創意及刺激，可以豐富老年人生活，為喜悅的來源（周怜利譯，2000）。全球高齡化世代，隨著終身學習理念遍及世界各地，音樂學習不再侷限於學校教育或年輕人為對象，樂齡者也可以享有學習音樂的權力（邱珮綺，2020）。以下分別從音樂教育的重要性、社會音樂的價值與功能以及我國社會音樂教育的發展與現況，以瞭解社會音樂教育的內涵。

（一）音樂教育的重要性

藝術源於生活，應用於生活，是人類文化的累積，更是陶育美感素養及實施全人教育的主要途徑（國家教育研究院，2015），而音樂則是人類最古老、最具普遍性和感染力的藝術形式之一（中國教育部，2011）。

在古希臘羅馬時代，將音樂與幾何學、天文學和數學、同列為學習的四大重要學科，且受教育的人都要會演奏樂器，柏拉圖於《共和國》提及每位公民均有接受音樂教育之必要，音樂能提升人們的性格品質（李茂興譯，2013）且音樂可以陶冶精神是最能感動人心，使心靈美化的工具。在中國古代，荀子曾形容音樂「其感人深，其移風易俗，故先王導之以禮樂而民和睦」，周公「制禮作樂」藉由禮樂引人向善，至聖先師孔子也認為音樂可以教化人心，好的音樂能將人心引導至良善的境界，在我們熟知的「六書」中，也將音樂視為一門學科。可見自古以來，音樂的教育即受到中西先哲一致的重視與肯定。

音樂可培養人們良好的性格，因此任何年齡段的人都應學習音樂（陳夢慧，2011）。音樂學習活動涵蓋了生活素養、人格特質、感官協調、美學文化、心靈卓越，以及理性與感性，因此，任何年紀學習音樂都可以為人生帶來不同的收穫與感動（江貝渝，2017）。在音樂教育的過程中，學習者可藉由欣賞、演奏及作曲等活動，獲得音樂的陶冶、涵容、感應、鼓舞，進而塑造了心性與人格（李永剛，2001），而音樂教育的目標，就是提高人們的音樂素養來造就更多具有完整人格的人（鄭方靖，1993）。

曾焜宗（2006）指出音樂教育具有以下四種獨特性，情理交融：以情為首，理性判斷；自由舒暢：精神上的自由、忘我與舒暢；沉潛久遠：深入心靈，藏於記憶之中；均衡統整：各種潛能的均衡，理智與情感的交融。音樂不僅能提升內在情感，也能增進人們對於善惡的敏感度與判斷力，同時讓人學習在閒暇時能享受自由自在的快樂（林詩軒，2010）。

在音樂教育哲學的觀點上，實踐哲學指出音樂有許多重要的價值，人們在自我發展、自我認識以及伴隨著音樂享受的獨特情感體驗，是音樂和音樂教育最重要的價值之一（Elliott，2005）。透過音樂知識的學習及實際的應用與演奏，學習者能依據個人經驗及想像，發展其自主的創造力，運用音樂溝通、表現與創作，由此過程，認識自我並展現自我，同時音樂知識也能涵養美感素養及開拓視野，感受生活的幸福，進而與他人共創美好社會與文化，將音樂從課堂中帶回生活中。

由上述可見，不論古今皆對於音樂教育非常重視，音樂教育可使人們培養心性，也可以激發潛能，於人們在各方面的扮演著重要的角色。音樂不應拘泥於任何形式、任何環境、任何教法、任何年齡，所有民眾皆有學習的機會，從中獲得音樂教育價值，並可藉由音樂的學習得到各種不同教育功能（周思恩，2009），以下繼續探討社會音樂教育的價值與功能。

（二）社會音樂教育的價值與功能

音樂行為存在於人與人或人與社會之間，在成長的過程中，透過學校安排的正式課程參與音樂學習，離開校園後，則由社會教育提供持續參與音樂學習的場域。音樂在社會上具有許多不同性質與層次的功能，不論是在個人或是社會中都能帶來正面的影響（張哲榕，2014），以下有許多學者及研究對於社會音樂教育的價值與功能提出看法。

Merriam 從人類學的觀點指出「功能」在音樂活動中扮演極重要的角色，即使在文明和非文明社會中音樂存在的理由不同，音樂卻提供著基本且相同的功能，他於 1964 年提出以下十大音樂的主要功用（Merriam，1964）：1.提供各情緒表達機會；2 提供個人美感經驗的滿足；3.具有情感交流與溝通聯繫的功能；4.能夠激發生理反應的功能；5.確立社會制度與宗教儀式；6.能連結非關音樂本質的事物，具有象徵的功能；7.促進文化延續性與穩定性；8.具有整合、團結社會團體的功能；9.提供娛樂的功能；10.使人們遵從社會道德規範，藉由音樂或歌詞意義的傳達，使人們無形中接受正確的道德觀與價值觀。

Hargreaves 與 North（1997）則認為，音樂持續在個體各階層日常生活中扮演重要的角色，可區分為個體內在、人際互動、社會地位、意識形態等四種層面。1.個體內在層面，可藉由多元的音樂活動，促進人們提升自我、情緒表達；2.人際互動層面，可建立人與人之間的橋樑，在進行音樂活動時也提供了同儕互相了解和溝通的機會；3.社會地位層面，音樂可反應在友誼型態與青少年對「團體」的定義，不同層級的個體各有屬於自己階層的音樂，可藉由音樂來進行群體認同；4.在意識形態層面，透過音樂引導，個體可從中學習自己國家與其他國家的文化，進一步培養欣賞與尊重多元文化的概念與精神（Hargreaves & North，1997）。

張大勝（1981）認為社會音樂教育具有以下三點價值與功能：1.良好的音樂環境有益於國民之身心健康；2.社會上的音樂風氣高雅興盛，國家的文化水準勢必提高；3.好的音樂可以移風易俗。

姚世澤（2001）認為社會音樂教育除了滿足個人的求知欲、啟發個人潛能之外，同時兼具有休閒、娛樂，發揚固有優良文化傳承的功能，這些都是人類的基本需求，並提出了以下七點社會音樂教育的功能：1.維護傳統文化、道德及宗教的力量；2.具有娛樂與休閒的功能；3.能提昇音樂文化及休閒文化水準；4.具有移風易俗的社教功能；5.提昇道德文化；6.傳承固有民族音樂文化；7.落實全民音樂教育的理想。

邱垂堂（1991）認為社會音樂教育具有以下五點的功能：1.提供社區民眾接觸音樂、研討音樂、學習音樂，並使音樂生活化、生活音樂化；2.延長或彌補學校或家庭音樂教育；3.轉移不良社會風氣或不當活動；4.提供社區民眾高層次的休閒文化；5.發揚光大地區性文化特色。

此外，社區是組成社會的基本單位，社區音樂教育也是社會音樂教育的一環，張晴（2003）認為社區音樂教育是一種群眾性之教育，即是為了滿足社區民眾的音樂教育需求，由社區民眾來參與，宋艷玲、馬達（2008）進一步指出社區音樂旨在提高全體社區成員之音樂素養，並有利於身心健康發展，是一種普及性、大眾性、本土化及人性化的音樂教育活動。

由上述可知，社會音樂教育在人類活動中扮演重要的角色，不只是在生理、心理的層面，在形塑人類參與社會的行為時以及文化的延續上也有著顯著的影響力，同時，音樂的意義是構築於社會及人際關係的脈絡、社會的功能及其對音樂行為的影響層面，涵蓋了個人、大小群體、社會及文化整體（Hargreaves & North，1997）。綜合上述，研究者將社會音樂教育的價值與功能統整為個人內在、社會互動、文化傳承、知能提升、音樂學習五個面向，彙整如表 3。

表 3
社會音樂的價值與功能面向表

功能面向	面向內涵
個人內在	刺激個體內在的生理反應、情感表達與自我認同。
社會互動	增進人際互動、增強社會意識、欣賞多元文化、促進社會融合。
文化傳承	促進文化傳承、發揚地區文化、提升文化水準。
知能提升	提升個人潛能、滿足求知慾、提供審美體驗。
音樂學習	音樂生活化、提供音樂學習機會。

資料來源：Merriam（1964）、Hargreaves & North（1997）、姚世澤（2001）、邱垂堂（1991）、張大勝（1978）

由上表可知，關於社會音樂教育的價值與功能涵蓋了個人內外在的效益以及社會互動與文化的傳承，音樂會隨著時代的脈動而改變，因此音樂活動是反映社會文明現象最好的見證，而音樂教育的理想目標在於促進終身學習與音樂全民化，人人都有接受音樂教育的機會。

社會音樂教育可說是學校音樂教育的延伸與輔助，深入社會的各個階層，且音樂具有教化人心的力量，因此音樂教育不應該以學校教育作為學習的終點，而是成為終身教育的一環。音樂教育在人生的每個階段都扮演著重要的角色，透過音樂的美感教學建立文化藝術認知與價值，而社會音樂教育便是達成終身學習、音樂全民化最重要的管道，以下繼續探討我國社會音樂教育之發展與現況。

（三）我國社會音樂教育之發展與現況

社會教育是延伸自學校教育，是有計畫的輔導社會全民進行學習活動的一種教育歷程，提供人們在離開學校後仍擁有學習的機會與學習環境。我國社會教育機構近年來在推廣社會音樂教育上不遺餘力，提供國人多元選擇之機會，而音樂是一種共通的語言，可以交流溝通、宣洩情感、表達自我等（郭美女，2000）。以下藉由我國社會音樂教育之相關政策、實施社會音樂教育之相關機構，以瞭解我國社會音樂教育的發展與現況。

1. 我國社會音樂教育之相關政策

我國推展社會教育相關政策，主要依據的法規《社會教育法》及《終身學習法》。

我國於民國四十二年公布《社會教育法》以實施全民及終身教育，接著為了鼓勵及推展終身學習、強化社會教育，我國教育部又於民國九十一年公布《終身學習法》。

我國目前尚無以「社會音樂教育」作為名稱之法條，但能仍從《社會教育法》及《藝術教育法》設立的沿革中看見社會音樂教育的推行。我國社會藝術教育的淵源，可追溯自民國元年蔡元培出任教育總長時，擬定教育部官制，特設社會教育司，與普通教育司、專門教育司並立，此為我國正式採用「社會教育」一詞之開始（李建興，1986）。依據民國三年七月修正教育部官制中，社會教育司共有九項執掌，其中第四項為「關於文藝、音樂、演劇事項」（教育部，1974）。由此可見，藝術教育在我國社會教育官制的設置之初，即已佔有相當重要的份量與地位可見我國於民國四十年代便已開始重視並推廣社會藝術教育（黃美賢，2004）。

我國《社會教育法》於民國四十二年制定，以實施全民教育及終身教育為宗旨（教育部，2015），本法共有十八項任務，其中包含「培養禮樂風尚及藝術興趣」，而教育部於民國七十九年接續頒定《社會教育工作綱要》，明定社會教育的範圍包括「社會藝術教育」，並於民國八十六年頒布的《藝術教育法》」中明定藝術教育可分為表演藝術教育、視覺藝術教育、音像藝術教育、藝術行政教育四項，並於一百零四年修正後加入其他有關之藝術與美感教育共五項，而藝術教育之實施管道則分為「學校專業藝術教育」、「學校一般藝術教育」與「社會藝術教育」。由上述可知我國對於音樂教育以及社會藝術教育的重視。

近年來為因應全球人口快速老化，我國於民國九十一年公布《終身學習法》，本法條主要在推動終身教育、增進學習機會，內容除明確定義終身學習之相關名詞外，並規定各級主管機關應依規定設置社區大學、樂齡學習中心等（教育部，2016）。終身學習法的公布，除了對社區大學的設立提供了法源依據之外，對各級機關推動終身學習活動，也提供了明確而具體的規定，使我國在推動學習型組織，建構學習型社會的腳步又向前邁進了一大步。

在藝術教育方面，民國 102 年教育部頒布「教育部補助辦理藝術教育活動實施要點」，

鼓勵直轄市、縣（市）政府、各級學校及民間團體辦理多元藝術教育活動，補助內容以推廣學校一般藝術教育或社會藝術教育活動為主。下方將繼續探討目前臺灣有哪些重要的社會教育機構，且同時有提供音樂相關課程。

2. 我國實施社會音樂教育之相關機構

根據《社會教育法》相關法規可知我國社會教育機構之設立可以分為：國立（由中央設立）、市立（由直轄市設立）、縣（市）立、鄉（鎮、市、區）立、及私立（由私人或團體設立）等五種階層。音樂藝術相關的實施機構則包含藝術館、音樂廳、戲劇院、社會教育館、文化中心、生活美學館、社區大學等（教育部，2015）。《終身學習法》第四條則規定，終身學習機構之種類分成以下社會教育機構、文化機構及學校、政府機關、社區大學與前二款以外提供人民多元學習之非營利機構及團體三大類（教育部，2018），其中社會教育機構包含社會教育館、圖書館及科學教育館等七項，文化機構包含藝術中心、生活美學館等四項。將上述機構比較整理如下表4。

表4 我國法規明訂社會教育機構及終身學習機構

法規	《社會教育法》	《終身學習法》
社會教育機構 / 終身學習機構	1. 圖書館或圖書室。 2. 博物館或文物陳列室。 3. 科學館。 4. 藝術館。 5. 音樂廳。 6. 戲劇院。 7. 紀念館。 8. 體育場所。 9. 兒童及少年育樂設施。 10. 動物園。 11. 其他有關社會教育機構。	1. 社會教育機構 （1）社會教育館。 （2）圖書館、圖書資訊管或圖書室。 （3）科學教育館或科學類博物館。 （4）體育場所。 （5）兒童及青少年育樂場館。 （6）動物園。 （7）其他具社會教育功能之機構。
		2. 文化機構 （1）文化類博物館或展覽場館。 （2）文化中心、藝術中心或表演場館。 （3）生活美學館。 （4）其他具文化功能之機構
		3.學校、機關與前二款以外提供人民多元學習之非營利機構及團體。

資料來源：《社會教育法》（民104年5月6日）；《終身學習法》（民107年6月13日）；研究者自行整理。

因《社會教育法》及《終身學習法》立法宗旨皆為推展終身教育，因此《終身學習法》經修正後，將原本社會教育之任務及規範列入其中，並於民國一百零四年廢除《社

會教育法》，以《終身學習法》作為臺灣推行終身教育最終要的法規。

近年來，國人對本土文化以及社區營造日漸重視，使政府、文化團體以及社會大眾開始瞭解文化、藝術與音樂是社區經驗中不可割捨的一部分，並逐漸重視與推廣社區藝文活動（郭怡妏，2013）。以下就社會教育館、社區大學以及樂齡學習中心進行說明。

在社區大學方面，《終身學習法》第 3 條第 5 項條文界定社區大學為正規教育體制外，由直轄市或縣（市）主管機關自行或委託辦理，提供社區居民終身學活動之教育機構（教育部，2018）。此法於民國九十一年頒布後，各地區之社區大學如雨後春筍般快速設立。經研究者調查發現，許多社區大學都有開設音樂相關課程，其內容包含中西樂器演奏、歌曲歡唱、音樂欣賞等，可見目前臺灣社會音樂教育在社區大學中發展蓬勃且深受重視。

在社會教育館方面，教育部社會教育司主管社會教育和社會教育館，我國於民國 40 年代開始逐步設立八所社會教育館，分別成立於臺北市、高雄市、新竹市、彰化縣、臺南市、臺東市、金門縣及連江縣。民國九十六年原隸屬教育部之新竹、彰化、臺南、臺東等四所社會教育館，規劃移由文建會主管，並更名生活美學館。臺北市立社會教育館則於民國一百零三年配合文化局組織規程修正定名為「臺北市藝文推廣處」，提供戲劇、舞蹈、音樂等專業演出及校園推廣外，也開設歌唱班、西樂及國樂的器樂班等音樂類課程，提供年滿18歲以上的本國國民報名。

在樂齡學習中心方面，教育部於民國九十七年起，為落實「在地學習」理念，結合當地各級學校、政府機關、民間團體等單位，以全國各鄉鎮市區至少設置 1 所「樂齡學習中心」為目標，並以「一鄉鎮、一特色」的方式規劃（教育部，2008），目前全台灣共有 369 間樂齡學習中心，各縣市包含各離島皆有設立，提供全台灣的樂齡者終身學習的機會與環境。經研究者蒐集資料後發現，一百零八年度全臺灣各縣市的樂齡學習中心皆有平均 5 間的樂齡學習中心有開設音樂相關課程，課程內容包含歌曲演唱、樂器演奏以及音樂欣賞講座等，雖然各縣市皆有相關課程但以總比例來說仍不算高，可見音

樂相關課程在樂齡學習中心尚未普及，期盼未來在每一個鄉鎮或是每一區皆能提供樂齡者音樂學習的機會。

上述三種社會教育機構在招收學生的限制上不太相同，以社區大學招收的限制最少，不限學歷，不限戶籍地，只要年滿18歲以上即可選課註冊，也有部分的社區大學不限年齡皆可報名；社會教育館則是以該縣市市民為主要報名對象，年齡上年滿18歲以上即可選課註冊，特定館區則是13歲以上就可以報名，如高雄市立社會教育館；樂齡學習中心則規定要55歲以上才可報名，且部分中心規定須同時設籍於該行政區的居民才可以報名課程。在音樂課程方面，社區大學及社會教育館皆有多元的課程及藝文相關活動供民眾選擇，而樂齡學習中心雖在各行政區皆有設立，但在音樂課程的開設上仍盼未來能有更多元性的課程。

社會音樂教育可說是學校音樂教育的延伸和輔助，目前政府積極提倡要教給學生「帶著走」的能力，加以目前人口老化的問題日益嚴重，使終身教育成為近年來學習的新趨勢（郭怡妏，2013）。現代社會音樂教育的發展朝向全民化與普及化，不再強調高超的技巧、或是專業的知識才能走入音樂的殿堂，而是從學校、生活中的社會教育機構去推廣音樂，將音樂與生活連結，配合傳播媒體、網際網路等方式，讓更多的人能夠接觸音樂，將音樂教育以終身學習的觀點去多方推廣，必能獲得音樂普及化與生活化之社會價值。

二、樂齡音樂學習的內涵

在全球人口老化的趨勢下，各國開始推廣終身學習的理念，而音樂能夠增進人們的語言能力、感官知能、理解力、創造力以及專注力等多項能力，對於身體、心理、知能方面皆能產生相當程度的作用力，間接地提升學習的效果（周熙文，2016），以下將探討樂齡音樂學習的內涵，以進一步了解參與音樂學習對於樂齡者的重要性，以及能夠為樂齡者帶來哪些效益。

（一）樂齡音樂學習的重要性

音樂在我們的生命中扮演重要的角色，透過參與音樂活動，可以滿足人們在不同面向的需求，不同的年齡階段有不同的需求，對其也會有不同的影響。Erikson 在《老年研究報告書》中提到，邁入老年期的最初幾年，非常適合藝術生活，藝術領域所帶來的創意及刺激，可以豐富老年人生活，為喜悅的來源（周伶利譯，2000）。而在藝術的範疇中，音樂是最能與人親近且能輕易接觸到的，與我們的日常生活息息相關，音樂能在不知不覺中觸發人們的情感與表達（蘇孟苹，2011）。樂齡者的年紀橫跨了成人及高齡者，以下藉由成人及高齡者的音樂學習相關理論與研究，探討樂齡參與音樂學習的重要性。

Reimer（1993）認為成人音樂學習不同於學校，其豐富的社會經驗與學習背景，正可呼應音樂內涵的多元性（引自林亮如，2010），且成人學習者在學習音樂時多以實現圓滿的人生為目標，而 Carlsen（1988）認為成人共有三種基本的需求（引自 Boswell，1992），包含第一種為身分的需求（identity needs），人會想要展現其獨特的價值，發掘其自身的獨特性，並持續發展其獨特的特質；第二種為參與的需求（participation needs），人會想主動參與及創造成功的經驗，去達成個人的目標，並從自身或所屬文化中尋求價值性的回饋；最後是夥伴與親密關係（Partnership and Intimacy Need），人非獨居的生物，需要與他人交融與來往。

Boswell（1992）認為成人參與音樂的活動可以同時滿足 Carlsen（1988）指出的三項人類基本需求，透過音樂的實作或音樂性團體的參與，能為情感經驗帶來新的體驗與意義，進而滿足人類潛能的發展是最可貴的。音樂的參與也提供成人在步入老化階段時，能夠更具有創造力，因為音樂的參與是個經驗不斷重組的歷程，在新的體驗中同時也開創更多的想像力、驚奇、不預期感及各種的可能性（郭庭妏，2015）。

在高齡者方面，音樂可以提供一種媒介，透過此媒介能縮短他們與年輕人之間的隔閡，再次體驗並感受到自己的能力（Creech, Hallam, McQueen, & Varvarigou，2013）。在音樂學習能力方面，高齡者依然能夠精準分辨出簡單的旋律，且對於音樂歌唱、演奏、

作曲等學習皆是充滿興趣的，高齡者不僅與生俱有發展音樂技能能力，且一生都在維持這些技能（Brotons & Pickett-Cooper，1994；Clair，1996；Gibbons，1984），雖然在參與音樂學習時可能因身體和心理的變化，如反應變慢、記憶力衰退或是視覺和聽覺的老化等，面臨心靈上的挫敗，但許多研究證實，這些挑戰會因為音樂學習帶來的豐富體驗，以及高齡者積極學習的心態而獲得改善（Fung & Lehmberg，2016）。

楊欣恩（2002）認為老人藝術教育可促進個人健康，增進心智發展，增加家庭成員間交流的機會陶冶情感，提升精神生活。翁爾婕也於 2009 年提出高齡者參與音樂學習的五大功能，包含促進身體健康、心理發展的功能，發揮適應老年期變化的能力；滿足「知」的需求，同儕間相互切磋進而擴展人際關係；提供休閒與教育管道，增進生活目標與情趣，促進家庭和諧；從學習過程中擴展視野，改變觀念和個性，符合社會脈動；追求精神生活，從事社會參與，提升心靈層次（翁爾婕，2009）。

除此之外，研究指出中高齡者在參與音樂學習時，往往表現出比年輕人表現出更高的投入和動機，在學習動機方面可分為以下幾點，1. 學習是為了個人，包含生活娛樂、自我提升，及自我表達（McQueen & Varvarigou,，2010）；2. 基於音樂的本質，因熱愛音樂而學習音樂、表演音樂（Hallam，2012；McQueen & Varvarigou，2010）；3. 心理上的調節，如放鬆、調節情緒等（Hallam，2012；McQueen & Varvarigou，2010）；4. 增加社交活動的機會，結識新朋友以及獲得歸屬感等（Hallam，2012；McQueen & Varvarigou，2010；Southcott，2009）；5. 心靈重建與再生的管道（Fung & Lehmberg，2010；McQueen & Varvarigou，2010)）。

由上述可知，參與音樂學習對於中高齡者來說是非常重要的，中高齡者能透過音樂學習滿足多方層面的需求，也能使其在步入老化的階段開創更多的想像力及創造力，發揮人生的各種可能性。「老化」是一個複雜且連續的過程，需透過適當且符合其需求的方式來緩衝生理、心理狀態之不同所產生的各種負面感受（陳清美，2001），積極的音樂參與對於長者可產生許多益處，包括正向的自我感受、避免孤立孤獨感、維持或建立認知技巧、促發情感表達與社會化等（林淑芳，2017），可見樂齡參與音樂學習的重要性，

以下繼續探究樂齡參與音樂學習的效益。

（二）樂齡參與音樂學習的效益

Creech、Hallam、McQueen 與 Varvarigou（2013）指出中高齡者者參與音樂創作有以下五大益處，維持福祉和生活品質、減輕壓力；獲得新技能；提供心理活動和智力刺激的機會；促進社會活動的參與；保持身體健康；提供目的感和自主權。Fung 與 Lehmberg（2016）亦提出參與音樂活動對於高齡者有正面影響，可分為生理上的益處，如改善心肺功能、提高身體靈活性；心理上的益處，如增強自信心、獲得成就感；社會上的益處，如與他人互動，共同努力實現目標，並建立社區意識等。

音樂的節奏、曲調及力度可影響呼吸、心跳，脈搏和血壓，也能調節與壓力有關的體內激素（林珍如、夏荷立譯，1999）。Altshuler 於 1948 年提出音樂的刺激會經由視丘傳遞到大腦半球，視丘掌控情緒與情感的反應，大腦則控制個體之注意力、記憶力、理解力等高層次功能的運作，因此在聆聽音樂或是進行音樂活動時，情緒會獲得直接的刺激，意即音樂存有的潛在功能，刺激著人類的生理反應（引自莊婕筠，2004）。多項國外研究指出中高齡者參與音樂活動能增強心肺功能、改善身體狀況、保持大腦活躍、緩解關節疼痛及活化肌肉等（Hays，2005；Hanna & Perlstein，2008；Hillman，2002），進而能減少吃藥和看醫生的次數（Hanna & Perlstein，2008）。

人們隨著年齡越大反應會越慢、身體肌肉的活動力也會下降，透過長期的音樂訓練可使高齡者保持警覺性、專注力（Landry & Champoux，2017），也可以藉由簡單的樂器練習，使高齡者手指靈活度與移動範圍可獲得增長，降低關節炎不適的情形，同時也能增加高齡者社會互動的機會（Zelazny，2001）。

音樂參與是日常生活的一部分，可以帶來正面影響並促進幸福感（Croom，2012；Juslin & Västfjäll，2008； Koelsch，2014）。Fung 與 Lehmberg（2016）指出音樂的參與能夠增強中高齡者的心理健康、提高整體生活質量，使他們心情愉快，並對於生活保持積極、正面的態度。林楊菁（2006）指出音樂能抒解老年人的情緒，撫慰其孤寂的心靈，進而提升老年面臨人生日落時期的生活品質，而參與在音樂製作中，如歌唱、樂器演奏

及創作等，除了可以增強社會的凝聚力及個人發展，也有助於成人在生活的後期從憂鬱的情緒中恢復（Creech, Hallam, McQueen & Varvarigou，2013）。此外，多項研究結果也顯示學習樂器有助於提升高齡者的滿足感、成就感以及自信心的提升（Fung & Lisa，2016；Taylor &Hallam，2008），且投入音樂的程度越高則快樂程度越高（翁爾婕，2010）。

隨著步入生命的晚年，老化是個體必經的歷程且會使生心理產生若干的變化（黃富順，2004），身體狀況和認知能力也會漸漸退化，將影響其心理健康，使其感覺孤獨甚至憂鬱（Luanaigh & Lawlor，2008），魏惠娟（2013）亦指出，個人心理問題與人際關係之變化是高齡期可能面臨的問題。中高齡者可藉由音樂活動增加結交新朋友及加入團體的機會（Prinsley，1986），有助於滿足他們的社交需求（Fung & Lisa，2016）並提高社交技能（Coffman & Barbosa，2013）。除此之外，也可享受與他人一起演奏、演唱及創作音樂的樂趣（Taylor & Hallam，2008），而參與的過程中，藉由與團體中的夥伴一同完成目標，可獲得歸屬感並增強自信心（Coffman & Barbosa，2013；Gibbons，1985）。

Ernst（2004）指出透過音樂學習，將成人經驗連結給下一代，換言之，音樂的學習編織一個緊密的社會網絡，在音樂表演中，將音樂層次、律動和線條所形成的音樂織度，將人連結起來（引自林亮如，2010），多項研究也指出人們在生命的後期，藉由音樂學習可增強社會凝聚力，進而提升生活幸福感（Coffman，2002；Sixsmith & Gibson，2007），也可透過參與社區舉辦的音樂演出，提高社會參與及與人交流的機會（Coffman，2002；Joseph & Southcott，2014）。

學習音樂是社交過程的一部分，它可以通過教育來進行（Merriam，1964），若能與自己不同文化、種族的人們一起參與音樂，也增加了跨文化學習的機會（Fung & Lehmberg，2016），藉由音樂走入世界，透過音樂學習促進樂齡者主動社會參與，除了能夠建立人際關係、增加團體合作的機會以外，同時還可提供其滿足感、安全感、歸屬感以及鼓舞人心之作用，幫助樂齡者發展更有意義的生活。

音樂能開發及鍛鍊中高齡者的創造潛力（Fung & Lehmberg，2016），並提供想像的空間，使人促發回憶、探索潛意識，以進一步的自我了解（吳幸如、黃創華，2006），Fung

與 Lehmberg（2016）的研究中便指出中高齡者能夠藉由參與音樂活動刺激回憶，連結過去的生活，以及探索自我等。此外，音樂活動可幫助中高齡者提升自我表達能力（Davis, Gfeller & Thaut，1999，2008）、提高自我形象、發展人生目標（Fung & Lehmberg，2016）等功能，Southcott 於 2009 年探究老年合唱團參與者的經歷，參與者也指出，加入合唱團能為他們的生活提供目標、提升個人能力、獲得成就感等（Southcott，2009）。

Joseph 與 Southcott（2014）亦提及高齡者參與社區的音樂表演，除了可以提高生活品質、維持他們與社會之間的聯繫外，也能突顯高齡者依然具有社區貢獻的能力，同時滿足高齡者的表演需求。中高齡者也可藉由音樂活動，增廣音樂的視野、獲得新的技能（Hallam, Creech, Gaunt, Pincas, Varvarigou & McQueen，2013）、享受學習音樂的樂趣，並完成參與音樂的夢想（Hillman，2002）。

綜合上述，可發現樂齡者藉由參與歌唱、樂器演奏及創作等音樂活動，在各層面獲得許多正面的效益，研究者整理上述研究與理論，將樂齡者參與音樂學習之的效益分為生理、心理、社會互動及自我實現四大面向，統整如表 5。

表 5
樂齡者參與音樂學習之效益

效益面向	面向內涵
生　　理	增強心肺功能、保持大腦活躍、緩解關節疼痛、保持專注力等。
心　　理	獲得心靈鼓勵、緩解憂鬱情緒、增加生活幸福感、增強自我價值感等。
社會互動	增進人際互動、增強社會意識、滿足社交需求、增加團體活動機會。
自我實現	提升個人能力、增廣音樂知能、獲得成就感、滿足表演需求等。

資料來源：研究者自行整理

由上表可知，樂齡者藉由音樂學習在生理上可恢復及改善行動力退化、減緩老化程度；在心理上可抒發心靈情緒、減緩生活壓力；在社會方面可增進其人際關係，及增加與社會互動的機會。除此之外，樂齡者也可透過音樂參與增廣個人音樂知能的視野，進而提升個人的能力與藝術氣息，亦或是完成過去渴望學習音樂的夢想，達到自我實現，提升整體生活品質及幸福感。

綜觀上述，音樂學習是一種自然愉快的終身學習且可以持續的議題（Bugos，2010），隨著社會的變遷，音樂學習不再只是國民中小學以及高等教育討論之範疇，中高齡者選擇參與音樂學習課程作為退休後之規劃與日俱增，而目前臺灣已經進入高齡社會，政府大力推動終身學習，許多的機構也開始納入音樂的課程，若能了解中高齡者對於音樂學習需求的看法及情形，對於將來推廣社會音樂教育將是非常重要的貢獻。

人口快速老化的二十一世紀，各國皆面臨高齡社會帶來的重大挑戰，倘若中高齡者能在屆臨退休前做好生活規劃，將有助於成功老化和活躍老化。社會音樂教育的最終目的在於倡導全民終身學的觀念，音樂教育除了能夠提升個體內在的能力，也為整個社會提供審美、娛樂、文化傳承等功能，進而促進社會的制度的實施及社會的融合，穩定社會的秩序與和平，樂齡者也可透過音樂學習在生理、心理、社會及自我實現等層面帶來正面效益。

第三節 樂齡音樂學習之相關研究

本節彙整臺灣與國外樂齡音樂學習相關之學位論文與學術期刊，以瞭解樂齡對於不同層面音樂學習需求的看法，以及參與音樂學習的成效，此外，會進一步分析不同背景變項的學習者，在音樂學習成果的差異情形。

經由搜尋國內外相關研究後，發現針對樂齡者的音樂學習相關文獻仍然不多，因此研究者茲整理以下 12 篇包含成人及高齡參與音樂學習之相關研究，共有 4 篇國外期刊及 8 篇國內論文，相關文獻整理如下表 6 所述。

表 6
樂齡音樂學習相關研究

研究者（年代）	研究主題	研究方法	主要調查內容
Coffman (1999)	The Contributions of Wind Band Participation to Quality of Life of Senior Adults.	問卷調查	調查樂齡者參與管樂團與生活品質之間的關係
Hillman（2002）	Participatory singing for older people: A perception of benefit.	問卷調查	調查參與歌唱練習的老人是否在情緒及生活品質上是否有改變
楊欣恩（2002）	台北市長青學苑藝術學習需求與現況之調查研究	問卷調查 訪談調查	探究長青學苑藝術老人參與藝術學習之意願、需求及影響因素
林楊菁（2006）	音樂對於老年人情緒影響相關因素之調查研究	問卷調查 訪談調查	探究音樂對於老年人情緒影響以及影響情緒變化的相關因素
翁爾婕（2009）	參與高雄市社區型長青學苑音樂學習課程老年人快樂程度調查	問卷調查	調查老人的學習狀況與快樂程度
梁譯云（2010）	高齡者參與業餘合唱團之個案研究－以高雄市漢聲合唱團為例	訪談調查	探討高齡者的參與動機與學習情形
方盈柔（2012）	銀髮族的音樂學習與休閒之研究	問卷調查	調查銀髮族音樂學習的動機與成效
郭怡妏（2013）	臺北市立社會教育館聲樂進階班銀髮族學員學習現況之個案研究	問卷調查 訪談調查	調查學員的學習動機、持續學習因素、學習感受等
Perkins & Williamon（2014）	Learning to make music in older adulthood: A mixed-methods exploration of impacts on wellbeing	訪談調查	探究參與音樂學習的老人的音樂學習主觀體驗及學習音樂與幸福感之間聯繫的主觀體驗

接續下表

接續上表

郭庭妏（2015）	成人音樂學習動機及繼續學習因素之研究－ 以臺北市社教機構音樂研習班學員為例	問卷調查	調查社教機構音樂研習班學員的音樂學習動機及繼續學習因素
Fung & Lehmberg（2016）	Music for Life: Music Participation and Quality of Life for Senior Citizens	訪談調查	瞭解參與音樂活動以及未參與音樂活動的樂齡者們，對於音樂參與在生活上帶來的生理、心理和社會效益的看法
邱珮綺（2020）	高齡者音樂學習動機與學習滿意度之研究─以北北基樂齡學習中心成員為例	問卷調查	探討高齡者參與樂齡學習中心音樂課程音樂學習動機與學習滿意度之情形

資料來源：研究者自行整理

Coffman（1999）探究美國中西部樂齡者參與管樂團，對於生活品質影響之看法，以瞭解樂齡者參與樂團對於身體、心理、社交及對於生活品質整體的影響。研究對象為 52 名 55 歲以上退休樂齡者組成的管樂團成員，並以問卷調查的方式進行研究，問卷分為五點式量表以及開放式問題。研究結果顯示，樂齡者認為參與管樂團能夠對於心理、人際關係以及自我能力提升有很大的益處，且能滿足娛樂和學習的需求，其中影響最大的是能夠提高個人的音樂素養（表演技巧和音樂理解力），其後是社會化利益（人際關係、與他人互動）和個人幸福利益（情緒改善、瞭解自我），結果中只有「與親戚的關係」、「參與鄰里或社區活動」的影響較不顯著。

Hillman（2002）探究蘇格蘭格拉斯哥地區的高齡者參與社區歌唱班，對於生活品質及情緒的影響。研究對象為社區歌唱課程中 60 歲以上女性及 65 歲以上男性，研究以問卷調查及訪談調查的形式進行。研究結果顯示，參與者認為參與社區歌唱對於身體健康（呼吸與行走）、心理情緒（改善憂鬱、放鬆心情）、社交互動（走出家門、結交新朋友）、音樂素養（歌唱技巧、表演興趣）等有正面的改善，且能增強自信提升整體生活品質，其中影響最大的是提升對於歌唱的理解，其後是情緒健康和生活品質的提升，最後則是身體健康的改善。

楊欣恩（2002）探究長青學苑藝術老人參與藝術學習需求、學習意願及影響等因素。

以隨機取樣方式抽取臺北市 12 個行政區 120 名 60 歲以上老人為研究對象，並以自編問卷為研究工具進行問卷調查。研究結果顯示，老人對藝術學習需求之參與課程方面，對於音樂課程需求以「演唱流行歌曲」、「古典音樂鑑賞」、「合唱」之學習需求最高，而比例最低的為「音樂歷史」課程；影響老人參與藝術學習之因素，以「自己對這方面有興趣」比例最高；其次為「增加生活情趣、陶冶性情」、「想結交朋友」、「有益身心健康」、「提高自己藝術素養」、「無聊想消磨時間」、及「能發揮自己專長」等，而比例最少的理由為「和家人一起學習」，在研究樣本的背景變項方面，藝術學習的參與程度女性大於男性，年齡及教育程度等其他因素並無顯著差異；參與藝術學習的理由「自己對這方面有興趣」，女性及男性並無顯著差異。

林楊菁（2006）研究音樂對於老年人情緒影響之相關因素，探究影響老年期情緒變化的相關因素、音樂學習活動影響情緒的相關性以及不同的音樂類型對老年人的情緒影響。以臺北市 12 個行政區開設之長青學苑音樂類別班內 55 歲以上的學員為研究對進行問卷及訪談進行調查。研究結果顯示，參與音樂課程的動機主要為能增加生活樂趣，若學員具備樂器專長，主要動機則是增進音樂技巧；在音樂學習方面，增加自信心為參與音樂學習的最大益處，同時也能撫慰心靈；在音樂與情緒方面，針對不同的背景學員，在不同情緒時提供不同聆賞及哼唱的音樂選擇，能有助於其抒發情緒及身心的愉快。

翁爾婕（2009）透過自編的問卷探究參與音樂學習老年人之學習狀況與快樂程度，同時探討其學習狀況對快樂程度的影響。以高雄市社區型長青學苑音樂相關班別共 9 班中 55 歲以上的學員為研究對象進行問卷調查研究。研究結果顯示，參與音樂學習的銀髮族快樂程度頗高。在不同背景變項的快樂程度，性別上未達顯著差異，而不同年齡、經濟、健康狀況及經常參與音樂休閒活動的老年人與偶爾參與者在快樂程度上皆有顯著的差異，年齡越高，快樂程度越高；健康狀況方面，較健康的老人較快樂；經濟方面，經濟狀況良好的老人較快樂；在參與休閒活動方面，常常參加休閒活動的老人比偶爾參與的老人快樂；音樂學習經驗方面，經常參與音樂活動者與偶爾參與者在快樂程度上有顯著的差異，經常參與音樂活動者較快樂，而不同年齡、宗教信仰狀況、健康狀況、經

濟狀況及音樂生活經驗的參與者在其學習狀況的表現差異達到顯著水準。

梁譯云（2010）探討高齡者參與業餘合唱團之學習歷程，以瞭解其學習動機、學習情形，包含學習現況、學習心得、學習困難及個人期許等，及教育功能等。研究對象為高雄市漢聲合唱團 55 歲以上之團員，先以基本資料問卷篩選研究對象後進行半結構式訪談。研究結果顯示高齡者參與業餘合唱團之四個重要動機為：熱愛音樂，鍾情歌唱；自我充實，學無止境；執著理想，自我實現；以樂為媒，共鳴友誼。

方盈柔（2012）探究新北市三所樂齡學習中心樂齡學員的學習情形、學習動機及學習後的學習成果，並進一步分析不同背景變項的學員在結果的差異。在研究對象上，採用立意取樣選取新北市樂齡學習中心音樂課程之 55 歲以上學員。在研究法上，採用問卷調查法，以研究者自編之「銀髮族參與音樂學習前問卷」及「銀髮族參與音樂學習後問卷」進行研究。研究結果顯示，學員持續參與音樂學習的動機為豐富休閒生活及提高人際關係，不同背景變項在學習動機方面，男性、70-74歲的學員、曾有音樂學習經驗者、喪偶者及大學畢業的學員有較高的學習動機；在學習成效方面，為國小畢業者、有音樂經驗者的成效較高，在心靈成長層面為男性及國小畢業者程度較高，在身心健康層面為女性、65-69歲者程度較高，在價值提升層面唯有音樂學習經驗者及離婚者程度較高。

郭怡妏（2013）探討銀髮族參與社會音樂教育受背景變項影響之情形，以及該班參與學員的學習情形，研究對象為臺北市立社會教育館聲樂進階班之年滿 60 歲之銀髮族學員。在研究法上，採個案研究，透過問卷及訪談，瞭解該班銀髮族學員的音樂學習背景、習唱經驗、對教學的看法及師生互動及省思等內涵。研究結果顯示，銀髮族參與社會音樂教育之動機有五項，分別為熱愛音樂、仰慕名師、分享聯誼、自我實現以及健康促進；而持續參與社會音樂教育之原因有五項，分別為身心狀況良好、時間分配得宜、對音樂學習感興趣、喜歡與同儕一起學習及授課教師的魅力等，在研究樣本背景變項影響方面，男性較不受影響，女性受影響較大；與職業之關係不大，與退休與否關係較大；音樂學習經驗、舞台展演的過去經驗能帶來一些增強功能，但直接影響不大。

Perkins 與 Williamon（2014）探究中高齡者參與音樂學習的主觀體驗及學習音樂與幸福感之間聯繫的主觀體驗，以半結構式訪談調查 21 名 50－74 歲的學員，分別學習非洲鼓、鍵盤、直笛及吉他的學員。研究結果顯示，高齡者透過學習音樂能夠促進身心健康，且能透過以下幾點來增強主觀幸福感，包含愉悅的主觀體驗、增強社會互動、在日常生活中進行音樂的參與、實現音樂野心、製作音樂的能力及音樂知能的進步，進一步實現自我滿足。

郭庭妏（2015）探究社教機構音樂研習班學員的音樂學習動機及繼續學習因素，使用自編之「成人音樂學習動機及繼續學習因素之調查問卷」進行調查，同時進一步分析音樂研習班學員不同的班別、性別、年齡、最高學歷及音樂學習經驗等背景變項，對音樂學習動機及繼續學習因素的差異情形。研究結果顯示，音樂學習動機以「求知興趣」向度對其參與課程的決定影響最大，而繼續學習的主要因素則包含「個人音樂能力明顯提升」、「與他人一起學習音樂很快樂」，另外在其他繼續參與音樂學習的因素中，學員表示對於整體音樂學習感到快樂、認為學習音樂對於身、心、靈具有提升或正向的作用，而音樂學習所帶來的成就感也是重要的因素之一，在研究樣本背景變項層面，不同的班別、性別、年齡、最高學歷及音樂學習經驗的學員在音樂學習動機回應上有顯著差異；在繼續學習的因素方面，性別、年齡及最高學歷皆無顯著差異，而不同音樂學習經驗的學員在繼續學習因素的回應上有顯著差異。

Fung 與 Lehmberg（2016）探究美國東南部一個大型退休社區中參與、未參與音樂活動的 55 歲以上中高齡者，對於音樂參與在生活上帶來的生理、心理和社會效益的看法，研究以焦點小組對談的方式進行。研究結果顯示，不論音樂參與者和非音樂參與者皆認為透過音樂參與可提升生活的質量，並對於身心及社會有正面的效益。兩組對象皆認為在身心健康方面，音樂參與能夠減少身體的疼痛感、恢復記憶能力、提升成就感及自我價值感、享受音樂使心情愉悅等，在社會福利方面且能夠從團體活動中獲得歸屬感及需要感、提供結交朋友及參與社區活動的機會、加強溝通和自我表達，並提高了社區的生活水平等。在不同背景變項結果顯示，音樂參與者認為參與音樂活動可提升心肺功

能、並能夠藉由表演時與台下的聽眾互動，以上兩點是非音樂參與者未提及的效益，且對於音樂參與者來說音樂是生活中有不可或缺的一部分，可以為其生活帶來極大的益處，而非音樂參與者則認為音樂活動與其他活動的差異不大，重要性是較低的。

邱珮綺（2020）探討參與北北基樂齡學習中心音樂課程之樂齡學員，在音樂學習動機與學習滿意度之情形，以自編之「高齡者音樂學習動機與學習滿意度之調查問卷」做為研究工具進行問卷調查，並進一步分析音樂研習班學員不同的性別、年齡、教育程度、居住狀況及婚姻狀況等背景變項，對於音樂學習動機及學習滿意度的差異情形。研究結果顯示在音樂學習動機方面，以「認知興趣」向度最高，「家庭凝聚」向度最低，表示大多數高齡者是基於求知的慾望與興趣，尋求音樂相關知能而參與學習，而高齡者的音樂學習動機越高，對課程整體的滿意度亦可能越高。而不同背景變項的研究結果顯示，在音樂學習動機方面，性別無顯著差異，年齡層面「70-74 歲」與「75 歲（含）以上」學員學習動習高於「55-59 歲」，教育程度層面「大專以上（含研究所）」學習之高齡者「國小」教育程度的高齡者，其「家庭凝聚」學習動機高於「大專以上（含研究所）」；在音樂學習滿意度方面，性別、年齡及最高學歷皆無顯著差異。

綜合以上分析之樂齡音樂學習相關的學位論文及學術期刊，發現研究主題可分為探究學習動機、學習的成效兩個面向，在參與因素方面，探究樂齡參與音樂學習的主要原因；在學習效果方面，探討音樂學習對於樂齡者在身體健康、人際互動、情緒感受、生活品質等影響。研究對象則以 55－65 歲以上來自業餘的音樂社團，或是社區大學、長青學苑等學習機構中特定音樂課程班級學員為主，僅有方盈柔（2012）、林楊菁（2006）、翁爾婕（2009）及邱珮綺（2020）等人的研究是以機構內所有的音樂相關課程之學員為研究對象。

在研究方法上，以量化的問卷調查為主，其次為質化的訪談調查，以便於蒐集各式樂齡參與音樂學習的相關資料。研究結果顯示，音樂學習能改善身體機能、增強幸福感與快樂程度、改善憂鬱情緒、增進人際互動，以及提升自我能力等。此外，在不同背景變項中，年齡、性別、教育程度、有無音樂學習經驗等皆會對於學習動機、學習成效形

成影響。

綜合以上樂齡音樂學習之相關研究，本研究將針對樂齡學習者對於音樂學習需求之看法進行探討。在研究變項方面，將音樂學習需求分為身心健康、社會互動及探索實現學習需求三個子變項，並以樂齡學習中心之音樂班及非音樂學習班學員為研究對象。在學員不同變項方面，研究者欲探討「性別」、「年齡」、「最高學歷」及「音樂學習經驗」等背景變項是否對上述研究者欲探討的內容造成差異。

第三章 研究設計與實施

本研究旨在探討臺北市樂齡學習中心學員對於參與音樂學習之學習需求的看法，並進一步分析不同背景變項的學員對於不同學習需求看法的差異情形。循此目的，本章分為研究方法、研究樣本、研究工具、研究步驟，以及資料分析等五節來進行說明。

第一節 研究方法

本研究採用調查研究法，旨在探討研究樣本對於音樂學習需求看法的認同程度，根據研究目的與問題，以問卷調查的方式來蒐集其對於音樂學習需求主要變項的資料。

音樂學習需求看法的變項內容，參考 McClusky（1971）、鍾肇騰（2011）及陳姿岑（2009）等人關於樂齡學習需求的研究及研究中學習需求之分類方式，以及 Fung 與 Lehmberg（2016）、郭庭妏（2015）、方盈柔（2012）等人關於樂齡音樂學習之研究內容及問卷，將本研究之音樂學習需求分為身心健康、社會互動、探索實現三個子變項，三個子變項皆各包含兩個面向，身心健康學習需求分為生理及心理面向，社會互動學習需求分為人際拓展及溝通互動面向，探索實現學習需求則分為知能探索及自我實現面向。

本研究亦探討樂齡者的性別、年齡、最高學歷及音樂學習經驗等背景變項，對於音樂學習需求在身心健康、社會互動及探索實現學習需求三個子變項看法之差異情形。本研究之研究架構，如圖 1 所示。

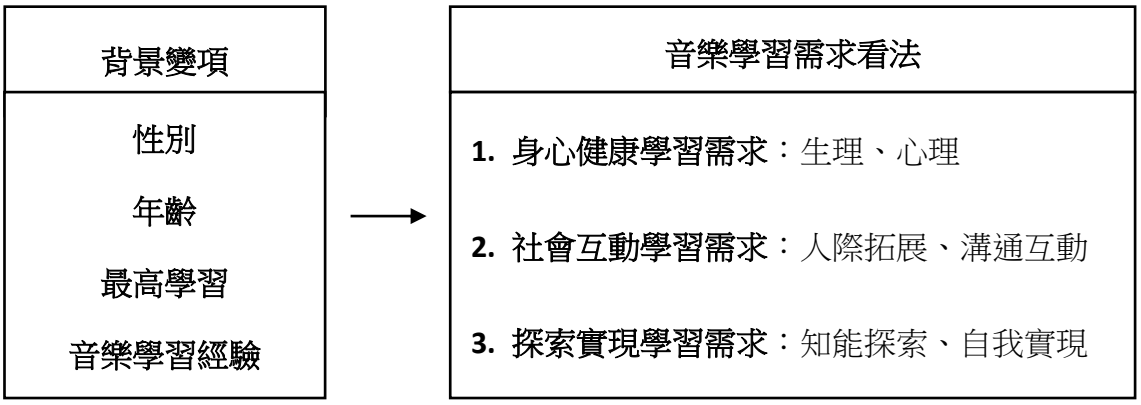

圖 1 研究架構圖

第二節 研究樣本

本研究之問卷調查對象，以臺北市樂齡學習中心 2020 年之秋季班學員為研究樣本。茲將標的母群體、樣本選取概況說明如下。

一、標的母群體

本研究之母群體，為有開設音樂課程之臺北市樂齡學習中心之樂齡學員，根據我國樂齡學習中心依據「教育部設置各鄉鎮市區樂齡學習資源中心實施計畫」規定，招收之對象須為年滿 55 歲以上的中、老年人（教育部，2008）。臺北市行政區共有 12 個行政區，每一區各成立一所樂齡學習中心，該中心學員皆須年滿 55 歲且同時為臺北市居民，方可報名該中心之課程（教育部，2008）。因此本研究之研究對象皆為年滿 55 歲以上之樂齡者。

研究者整理 2020 年秋季班開課情況，共有北投區、大安區、士林區、信義區、中山區、中正區及南港區等七間樂齡學習中心開設音樂學習班，研究者將臺北市各樂齡學習中心秋季班開設之音樂學習班級人數統計如表 7。

表 7 臺北市樂齡學習中心秋季音樂學習班之班級與人數統計表

中心名稱	研習班名稱	音樂班級總數
北投區樂齡學習中心	木箱鼓打擊班（一）（N=25）、木箱鼓打擊班（二）（N=25）、烏克麗麗班（N=20）	3
大安區樂齡學習中心	國臺英語歌唱暨養身保健班（N=40）、歡唱學英語（N=20）	2
士林區樂齡學習中心	烏克麗麗進階班、日語教唱班（N=60）、西洋金曲歌唱班（N=60）	3
信義區樂齡學習中心	美聲歌唱（N=50）、合唱（N=80）、烏克麗麗（N=30）、歡唱卡拉 OK（N=80）、快樂木箱鼓（N=30）	5

接續下表

接續上表

中山區樂齡學習中心	SDD 合唱（N=70）、英文歌輕鬆唱（N=80）、 日文歌輕鬆唱（N=80）、美聲合唱(進階班)	4
中正區樂齡學習中心	烏克麗麗樂團（N=30）、樂齡歌唱（N=50）	2
南港區樂齡學習中心	烏克麗麗快樂彈唱入門（N=25）	1

資料來源：研究者自行整理，依據臺北市樂齡學習中心 109 年秋季班開課情形。

二、預試樣本

預試樣本抽取方式採用「非隨機方便抽樣法」來取得，研究者以高雄市大社區樂齡學習中心書法班、高雄市仁武區樂齡中心二胡班，以及高雄市苓雅區樂齡中心樂齡律動課之學員為預試對象，共發放及回收 61 份問卷，預試問卷回收率 100%，全部問卷皆為有效問卷。

三、正式樣本

本研究採取立意取樣，選取臺北市同時開設音樂學習班與非音樂學習班之樂齡學習中心，並各選一班作為研究對象。經研究者調查後共有五間樂齡學習中心願意協助研究，分別為大安區、士林區、信義區、中山區及南港區樂齡學習中心，研究者於該些中心選取音樂學習班及非音樂學習班各 1 班，共 10 班，每班平均 20-80 人。問卷的調查方式以研究者委託親友親自到課堂發放問卷為主，其中信義區及南港區樂齡學習中心因負責人要求而改為寄發紙本問卷後由授課教師協助問卷的發放與回收。本研究樣本人數分配及回收情形請見表 8 所示。

表 8
研究樣本取樣機構及回收數量分配表

中心名稱	研習班名稱	發出問卷	有效問卷	班別類型	
				音樂類	非音樂類
中山區樂齡學習中心	SDD 合唱班	70	68	◎	
	初階日文班	41	41		◎
大安區樂齡學習中心	國臺英語歌唱暨養身保健班	33	31	◎	
	快樂銀髮毛線編織班	25	24		◎
士林區樂齡學習中心	西洋金曲歌唱班	40	37	◎	
	粉彩進階班	28	27		◎
南港區樂齡學習中心	烏克麗麗班	25	22	◎	
	體適能班	40	31		◎
信義區樂齡學習中心	快樂木箱鼓	20	20	◎	
	初階書法	20	18		◎
總計人數		342	319	178	141

資料來源：研究者自行整理。

由上表可知，本次問卷調查之班級為音樂學習班及非音樂學習班各五班，音樂學習班包含了歌唱及器樂兩種班別，而非音樂學習班則包含了語言、美術、手作及運動等不同的班別。總共發放 342 份問卷，因調查期間天氣較寒冷，有部分學員請假，最後共收回問卷 324 份，回收率達 94%，有效問卷共 319 份。

第三節 研究工具

本研究使用研究者自編之「臺北市樂齡學習中心學員音樂學習需求之調查問卷」為研究工具進行調查研究，問卷的編製過程、內容架構及預試情形如下分述：

一、問卷編製過程

本研究之問卷，問卷內容以分析國內外樂齡者音樂學習及樂齡者學習需求之相關文獻探討的結果作為基礎，歸納及定義「身心健康」、「社會互動」及「探索實現」三個學習需求的內涵，並參考相關研究之問卷工具後，與指導教授討論，完成自編「臺北市樂齡學習中心學員音樂學習需求之調查問卷」初稿。

問卷初稿完成後，再交由三位專家學者（表 9）進行內容效度之審查，並提出修正意見，以確定問卷內容的適當性，專家修正意見詳見附錄一「研究問卷之專家效度 意見彙整表」，後依其提出的建議來修改或刪除問卷題目，形成預試問卷（請見附錄二）。

表9
本研究問卷之專家效度名單

專家	現職	專長
A	國立臺灣師範大學音樂學系副教授	音樂教育
B	國立臺灣師範大學音樂學系副教授	音樂教育
C	臺北市立大學音樂學系教授	音樂教育

其後，對預試樣本進行問卷調查的預試工作；待預試問卷回收後，採內在信度考驗的方式，以 Cronbach α 係數來求取內部一致性，並依據 a 值的高低，進行題目的項目分析，作為刪題的標準，α 係數值預設達到.70（吳明隆，2007）。形成正式研究問卷後，即進行正式的問卷調查（請見附錄三）。

二、問卷內容架構

本研究的「臺北市樂齡學習中心學員音樂學習需求之調查問卷」問卷架構主要分為研究者信函、個人背景資料、音樂學習需求量表等三部分，其編制說明如下：

（一）研究者信函

信函內容述說問卷的研究目的、學術研究的保密原則、填答說明、問卷架構及研究者與指導教授的署名。

（二）個人背景資料

有關研究樣本基本資料的內容，為封閉式量表，由受試者從中勾選回答問題，共有4 個問題，內容包括性別、年齡、最高學歷及音樂學習經驗，內容依序說明如下：

1. 性別：

   以生理性別為依據，分為男性及女性兩種。

2. 年齡：

   年齡變項分為 55-60 歲、61-65 歲、66-70 歲、71-75 歲及 76 歲以上等五組。

3. 最高學歷：

   最高學歷變項分為國小畢業、國（初）中畢業、高中（職）畢業、大學畢業、研究所畢業及其他等六個選項。

4. 音樂學習經驗：

   音樂學習經驗分為「目前參與樂齡學習中心的課程類型」、「過去參與樂齡學習中心音樂課程的次數」及「未來參與樂齡學習中心音樂課程的意願」等三項。

（三）音樂學習需求看法量表

音樂學習需求看法量表之題目，分為身心健康、社會互動、探索實現三個部分，每個部份再細分為兩個向度，共六個向度。第一部分的身心健康學習需求分為生理及心裡向度，第二部分的社會互動學習需求分為人際拓展及溝通互動向度，第三部分的探索實現學習需求則分為知能探索及自我實現向度，各向度名稱之定義及題號分配，如表10所

示。

表10
音樂學習需求看法量表之向度名稱定義

變項		向度名稱	定義	題號
第一部分	身心健康	生理	學習者對於音樂學習影響身體變化的看法	1-4
		心理	學習者對於音樂學習影響心智變化的看法	5-10
第二部分	社會互動	人際拓展	學習者對於音樂學習影響人際發展的看法	1-4
		溝通互動	學習者對於音樂學習影響與人溝通能力的看法	5-8
第三部分	探索實現	知能探索	學習者對於音樂學習影響音樂知能學習的看法	1-4
		自我實現	學習者對於音樂學習影響個人實現的看法	5-8

資料來源：研究者整理

如表 10 所示，本研究之音樂學習需求量表共 26 題，在題項分配上，除了第一部分的身心健康有 10 個題項之外，第二、三部分的社會互動及探索實現，皆為 8 個題項。此量表參考 Fung 與 Lehmberg（2016）、郭庭妏（2015）、方盈柔（2012）、邱怡寧（2011）、梁譯云（2011）、賴惠玲（2019）等人的問卷工具及研究中與學習需求有關之論述進行修改，加上研究者自己編製的題目，以達到本研究之待答問題所涵蓋的面向，量表題項改編出處與內容，如表 11 所示。

表 11
音樂學習需求看法量表題目出處與內容

第一部分：身心健康		
向度名稱	原文獻出處與內容	修改後的題項
生理	Fung & Lehmberg（2016）：減輕疼痛和壓力。	1. 減輕身體不適。
	Fung & Lehmberg（2016）：提升呼吸功能，使肺部得到擴張。	2. 提升心肺功能。
	研究者自編：減緩肌肉退化、增強肢體平衡。	3. 增強肢體協調度。
	Fung & Lehmberg（2016）：恢復記憶能力。	4. 減緩記憶力的衰退。

接續下表

接續上表

心理	Fung & Lehmberg（2016）：增強心智，提高注意力。	5. 保持專注力。
	Fung & Lehmberg（2016）：提振精神。	6. 提振精神。
	Fung & Lehmberg（2016）：增強自尊及自我價值感。	7. 增進自我價值感。
	邱怡寧（2011）：鬆弛緊繃的情緒，減緩生活壓力。	8. 減緩生活的壓力。
	方盈柔（2012）：增加生活幸福感。	9. 增加生活幸福感。
	郭庭妏（2015）：想藉由音樂學習讓心靈有所寄託。	10.得到心靈寄託。

第二部分：社會互動

向度名稱	原文獻出處與內容	修改後的題項
人際拓展	Fung & Lehmberg（2016）：增加結交新朋友的機會。	1. 增加認識新朋友的機會。
	梁譯云（2010）：結交來自各行各業的音樂同好。	2. 結交來自不同行業的音樂同好。
	Fung & Lehmberg（2016）：在音樂團體中，獲得歸屬感。	3. 得到歸屬感。
	研究者自編：增加參與社區活動的機會與管道。	4. 增加參與社區活動的管道
溝通互動	郭庭妏（2015）：增進與他人相處及溝通的能力。	5. 增加與人互動的機會。。
	研究者自編：學習與人合作、幫助他人。	6. 學習與人互助合作。
	郭庭妏（2015）：想與親友分享音樂所學。	7. 與家人分享音樂所學。
	研究者自編：與朋友分享音樂知識、音樂學習成果。	8. 與朋友共享音樂的學習成果。

第三部分：探索實現

向度名稱	原文獻出處與內容	修改後的題項
知能探索	方盈柔（2012）：可以開闊視野。	1. 開展音樂的視野。
	郭庭妏（2015）：認識世界多元文化。	2. 認識不同的音樂文化。
	賴惠玲（2019）：與他人合奏的技能。	3. 學習與他人合奏（唱）。
	賴惠玲（2019）：演奏長笛樂器的技能。	4. 學習音樂創作的方法。
自我實現	邱怡寧（2011）：提升個人氣質，補足過去美育涵養之不足。	5. 提升音樂涵養。
	研究者自編：增強自我表現能力。	6. 增強音樂表現能力。
	賴惠玲（2019）：夢想實現。	7. 完成學習音樂的夢想。
	研究者自編：得到公開演出的機會。	8. 得到公開演出的機會。

資料來源：研究者整理

如表 11 所示，上述所有題項皆為參考國內外相關文獻後進行改編，並加入研究者自編題目，以達到本研究之待答問題所涵蓋的面向。此量表採用李克特式（Likert Scale）五點量表填答計分，每題皆有不同程度之選項，受試者依自己感受與事實相符程度圈選適合的選項，問卷的五個選項為「非常認同、認同、普通、不認同、非常不認同」，分別給予 5、4、3、2、1 分，研究樣本所答題的得分越高，表示對於該觀點的認同度越高。

三、問卷題目信度分析

回收的 61 份有效預試問卷以 SPSS 23.0 for Windows 統計軟體進行處理，針對問卷中的第貳部份「音樂學習需求看法量表」，以 Cronbach α 係數進行信度考驗，量表之 Cronbach α 係數越高，表示量表整體的內部一致性越高（王保進，2002）學界對於 Cronbachα 係數要多大才可作為選取的標準，看法並不一致，但是一般來說 .80 以上較為可行，.70 以上則作為可接受的最小值（張慶勳，2010）， 音樂學習需求看法量表共分為三個因素向度，經分析後發現全部量表題目的 α 值達 .965，在「身心健康」因素向度之 α 值為 .944，「社會互動」因素向度之 α 值為 .950，在「探索實現」因素向度之 α 值為 .932。不論是整體量表或各向度構面的 α 值皆高於可接受之最小值 .70 許多，顯示此量表信度極佳，故全部題目保持不變，做為正式問卷之內容。

第四節 研究步驟

一、準備階段

研究者在確認研究方向後，開始閱讀國內外相關領域研究文獻，進行蒐集及分析，與指導教授討論後，確定了研究目的及研究方法。而後藉由文獻的探討，設定本研究的變項，並蒐集相關研究的問卷工具，開始著手編製問卷初稿，並提出研究計畫。

通過研究計畫後，完成問卷初稿，於 2020 年 1 月經由專家學者進行問卷內容效度的鑑定，修正問卷後，於 2020 年 3 月進行問卷的預試，兩週後完成預試問卷回收，進行問卷信度之統計分析，以作為題目修改或刪除之依據，由於所分析之各量表題信度皆為可接受範圍，其後便形成正式問卷。

二、研究實施階段

研究者於 2020 年 9 月開始，依據開課調查結果，以立意取樣的方式，選取同時開設音樂班及非音樂班之臺北市樂齡學習中心之學員作為研究樣本。實施過程由研究者親自聯繫各樂齡學習中心負責人，確認可進行研究的班別、班級人數及研究時間，並因應各中心要求，發送正式的電子公文至各樂齡學習中心。

最後共有五間樂齡學習中心可接受調查，其中三間中心同意研究者入班進行調查，由於研究者目前於學校任教無法於樂齡學習中心開課的時間親自進行調查，因此訓練了一位問卷調查員至各樂齡學習中心發放問卷進行問卷施測、講解問卷題意，並協助樂齡學員們填答問卷，填答後馬上回收。另外兩間則以問卷寄送至樂齡學習中心，或研究者親自將問卷送至中心，但不進入現場之方式，由該班授課教師進行問卷的發放及回收。

問卷調查時間約為期一個月，共發出 342 份問卷 ，最後收回問卷 324 份，回收率達 94%，有效問卷 319 份，研究者隨即進行資料的處理與統計結果的分析。

三、資料分析階段

問卷回收編碼後，將問卷資料登錄於電腦中，並以 SPSS 統計軟體進行資料處理與統計結果分析。

四、論文完成階段

根據資料分析結果，歸納出本研究的結論與建議。研究流程如圖 2 所示

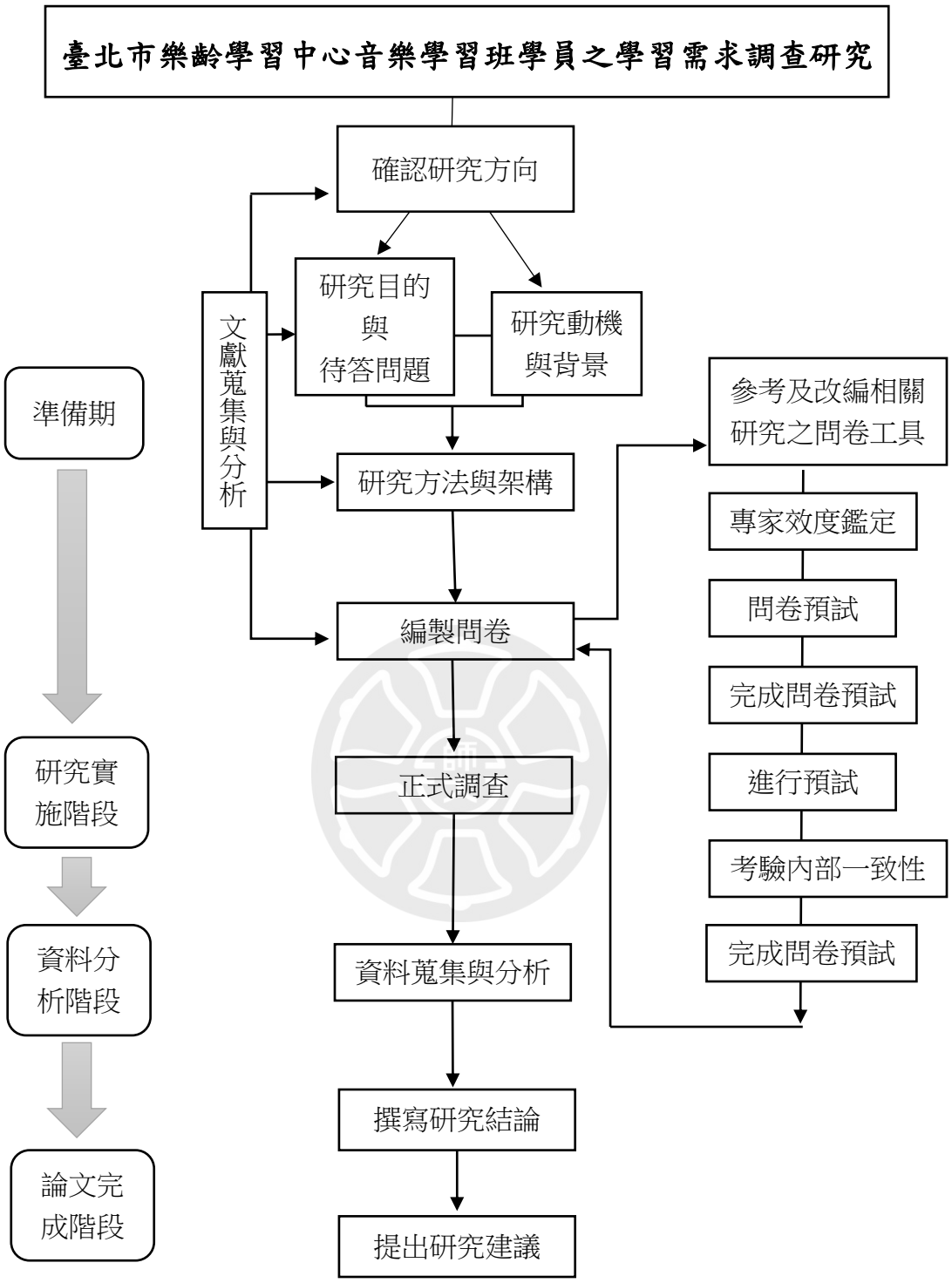
臺北市樂齡學習中心音樂學習班學員之學習需求調查研究
確認研究方向
研究目的與待答問題
研究動機與背景
文獻蒐集與分析
研究方法與架構
編製問卷
參考及改編相關研究之問卷工具
專家效度鑑定
問卷預試
完成問卷預試
進行預試
考驗內部一致性
完成問卷預試
正式調查
資料蒐集與分析
撰寫研究結論
提出研究建議
準備期
研究實施階段
資料分析階段
論文完成階段

圖 2 研究流程圖

第五節 資料分析

本研究問卷回收完畢後，首先針對問卷進行整理，將無效問卷予以剔除後，對於有效問卷進行編碼、建檔，並以 SPSS Statistics 23 統計軟體進行分析與整理。本研究所使用之統計分析方法為描述性統計分析、獨立樣本 t 檢定及單因子變異數分析。如下所示：

一、描述性統計

本研究受試者所填問卷中的「基本資料」項目，包含性別、年齡、最高學歷、音樂學習經驗等四個項目，使用描述性統計之次數分配、百分比及平均數，做為研究樣本基本資料分布情形說明。根據研究問題所述，以次數分配、百分比、平均數與標準差，分析研究樣本在「音樂學習需求看法量表題」之內容。

二、獨立樣本 t 考驗（t-test）

兩組平均數差異的檢定，可運用獨立樣本 *t* 考驗（王保進，2002）。本研究運用獨立樣本 *t* 考驗，以探究不同「性別」背景變項的研究樣本，對於身心健康、社會互動、探索實現需求之看法是否有差異，藉以探究研究問題 1-2、2-2 及 3-2，以 $\alpha \leqq 0.05$ 為顯著水準進行考驗。

三、單因子變異數分析（one-way ANOVA）

超過兩組平均數之間是否有顯著差異時，可採用變異數分析（葉重新，2004）。本研究針對不同背景變項的題目性質，採用單因子變異數分析，考驗「年齡」、「最高學歷」及「音樂學習經驗」三個不同背景變項的樣本，對於身心健康、社會互動、探索實現需求之看法是否有差異，藉以探究研究問題 1-2、2-2 及 3-2，以 $\alpha \leqq 0.05$ 為顯著水準進行考驗。

第四章 研究結果與討論

本研究欲探討臺北市樂齡學習中心學員對於音樂學習需求的看法，以自編之「臺北市樂齡學習中心學員音樂學習需求看法之調查問卷」為研究工具，調查臺北市樂齡學習中心學員對於音樂學習需求之看法，共得有效問卷 319 份。根據研究問題所述，本章分為（1）研究樣本個人基本資料分析及（2）音樂學習需求看法結果與討論等兩節依序進行討論。

第一節 研究樣本個人基本資料分析

本節依據研究樣本在研究問卷中所填寫的個人基本資料，包含性別、年齡、最高學歷、音樂學習經驗等背景變項，將人數及百分比統計如表 12，以瞭解研究樣本背景變項的分布情形。

表12
研究樣本背景變項分布情形

背景變項	變項類別	人數	百分比（%）
性別	男	67	21.0
	女	251	78.7
	遺漏值	1	3.0
年齡	55-60 歲	32	10.0
	61-65 歲	69	21.6
	66-70 歲	95	29.8
	71-75 歲	70	21.9
	76 歲以上	51	16.0
	遺漏值	2	0.6
最高學歷	國小畢業	22	6.9
	國（初）中畢業	26	8.2
	高中（職）畢業	108	33.9
	大學畢業	128	40.1
	研究所畢業	17	5.3
	其他	13	4.1
	遺漏值	5	1.6

接續下表

接續上表

	目前參與的課程類型	音樂類	101	31.7
		非音樂類	97	30.4
		以上皆有	113	35.4
		遺漏值	8	2.5
音樂學習經驗	過去參與音樂課程的次數	無	107	33.5
		一次	52	16.3
		兩次（含）以上	154	48.3
		遺漏值	6	1.9
	未來參與音樂課程的意願	有意願	266	83.4
		尚未決定	37	11.6
		無意願	14	4.4
		遺漏值	2	0.6

N=319

由表 12 得知研究樣本在性別方面，女性人數較多共有 251 人（占 78.7%），而男性學員共有 67 人（占 21%），可發現人數比例的差距頗大，女性學員和男性學員的比例約為 7 比 3，參與音樂學習相關課程的學員以女性為多數。

在年齡方面的五個區段中，人數最多集中於 66－70 歲此區間，共有 95 人（占 29.8%）；其次為 71－75 歲的學員共有 70 人（占 21.9%）、61－65 歲學員共有 69 人（占 21.6%），及 76 歲以上學員，共有 51 人（占 16%），人數最少的則是 55－60 歲的學員共有 32 人（占 10%）。由上述可知參與樂齡學習中心課程之學員仍以 65 歲以上的高齡者為多數，占了總人數的七成左右，雖然樂齡學習中心的設置是希望鼓勵 55 歲以上的中高齡者終身學習，但目前參與的 55－60 歲樂齡者卻僅有一成，而 61－64 歲則僅占了兩成。

在最高學歷方面，以大學畢業的學員人數最多，共有 128 人（占 40.8%）；其次為高中（職）畢業共有 108 人（占 33.9%）、國（初）中畢業以下共有 26 人（占 8.2%）及國小畢業共有 22 人（占 6.9%）；而人數最少的則為研究所畢業共有 17 人（占 5.3%），而其他（無）則有 13 人（占 4.1%），其他部分有兩位填寫「大專」，其餘則空白。由上述可發現，學歷具有高中（職）以及大學畢業的學員占了總人數的七成，表示具有高中（職）

以上學歷的學員，持續終身學習的比例較高，而研究所畢業者僅占不到一成。

在音樂學習經驗方面，目前參與的課程中，人數最多的為同時參與音樂與非音樂類課程的學員，共有 113 位人（占 35.4%），其次為僅參與音樂類課程的學員，共有 101 人（占 31.7%），最少的則是參與非音樂類課程的學員，共有 97 人（占 30.4%）。在過去參與音樂課程的次數方面，人數最多的為參與兩次（含）以上音樂課程的學員，共有 154 人（占 48.3%），其次為未參與過音樂課程的學員，共有 107 人（占 30.4%），最後則是僅參與過一次音樂課程的學員，共有 52 人（占 16.3%）。在未來參與音樂課程的意願方面，人數最多的為未來仍有意願持續參與音樂課程的學員，共有 266 人（占 80.4%），其次為尚未決定是否參與的學員，共有 37 人（占 11.6%），最後則是未來無意願參與音樂課程的學員，共有 14 人（占 4.4%）。

由上述分析可發現，目前參與音樂類的學員占了六成左右，這其中有將近五成的學員都參與過兩次以上的音樂課程，而未來有意願持續參與音樂課程的學員高達八成以上，表示樂齡者的音樂學習需求是高的。

綜觀上述，本研究樣本以女性居多，女性與男性的人數比例為 7 比 3；而參與課程學員的年齡分布平均，61－65 歲、66－70 歲、71－75 歲這三個年齡區段的人數皆為兩成左右，而 55－60 歲則僅有一成；最高學歷層面，以大學畢業人數最多，占學員總人數的四成左右，而高中職次之。在音樂學習經驗方面，目前正在參與音樂學習的人數，約六成左右，其中同時參與音樂與非音樂的人共三成，表示有部分學員們不只參與一堂課，且音樂課程是學員們很有意願參與的；此外，具有音樂學習經驗的學員，佔了六成以上，而未來「有意願」參與音樂相關課程的學員則高達八成，由上述可見，樂齡學習中心的學員參與音樂學習的意願及需求是很高的。

第二節 音樂學習需求看法分析結果與討論

本節依據研究問卷第貳部分「音樂學習需求看法」的調查結果進行分析與討論。音樂學習需求看法旨在瞭解研究樣本對於音樂學習需求看法，包含「身心健康」、「社會互動」及「探索實現」三個需求類別，除了身心健康類別包含 10 個題項，其餘兩個部分各有 8 個題項，共 26 題。答題型式採用五點式李克特式量表，其選項為「非常不認同」、「不認同」、「普通」、「認同」及「非常認同」，依序給予 1、2、3、4、5 分。由於本量表的「認同」選項數值設定為 4 分，當題項平均數高於 4 分，代表學員對於該題項的看法達到認同程度，反之則未達認同程度；若標準差大於 0.5，將進一步探究此數值對於研究結果的影響。

一、音樂學習需求看法整體層面得分之分析與討論

本研究有效問卷共計 319 份問卷，經由內部一致性統計分析後得知，音樂學習需求看法問卷整體題目之 α 係數為 .868，在身體健康學習需求、社會互動學習需求及探索實現學習需求的 α 係數分別為 .944、.934 以及 .927；身心健康學習需求中生理及心理兩個向度的 α 係數分別為 .862 與 .930；社會互動學習需求中人際拓展及溝通互動兩個向度的 α 係數分別為 .894 及 .897；探索實現學習需求中知能探索及自我實現兩個向度的 α 係數分別為 .847 及 .902，由上述可知本研究問卷題目的信度頗高。

研究樣本在填答第貳部分音樂學習需求看法問卷中，音樂學習需求看法整體題項及三個學習需求類別的統計結果，以描述性統計求出其平均數（mean）與標準差（standard Deviation）如表 13 所示。

表 13
音樂學習需求看法整體題項與三個類別之平均數及標準差

音樂學習需求看法		題項數量	平均數	標準差	排序
整體看法		26	4.21	0.52	
類別看法	身心健康	10	4.33	0.53	1
	社會互動	8	4.22	0.57	2
	探索實現	8	4.09	0.64	3

N=319

由表 13 可知，整體平均數為 4.21，表示學員對於整體音樂學習需求的看法是高於認同程度的，而標準差為 0.52，表示學員之間的看法差異性不大，具有一致性。進一步檢視三個類別的平均數，可以發現三個類別的平均數介於 4.09 至 4.33，平均數皆高於 4，高於認同程度，平均數由高至低分別為「身心健康」，次之為「社會互動」，最低的則是「探索實現」，平均數依序為 4.33、4.22 及 4.09。結果顯示學員對於參與音樂學習可滿足此三個類別的學習需求看法皆為認同的。

以下針對音樂學習需求看法在「身心健康」、「社會互動」及「探索實現」三個學習需求類別在各題項得到的數據，以及各學習需求與背景變項之關係進行進一步的分析與討論。

二、身心健康需求類別相關結果之分析與討論

首先，音樂學習需求看法的「身心健康」學習需求又分為「生理」及「心理」兩個向度，「生理」向度中共有四個題項，而「心理」向度中則有六個題項，共 10 個題項。研究者將各題項之結果分析，彙整成下表 14，包含向度、題項內容、五個選項的勾選人數與百分比，遺漏值、題項平均數、標準差，以及向度與整體類別題項排序。

表 14
研究樣本對於身心健康學習需求看法之情形

向度	題項	選項					遺漏值	題項平均數（標準差）	向度排序	向度總平均數（標準差）	類別排序
		非常不認同（%）	不認同（%）	普通（%）	認同（%）	非常認同（%）					
生理	1.減輕身體不適	2（0.5）	12（3.8）	35（11.0）	154（48.3）	116（36.4）	0	4.15（0.82）	4	4.30 (0.59)	10
	2.提升心肺功能	0（0）	1（0.3）	14（4.4）	150（47.0）	152（47.6）	2	4.42（0.59）	1		2
	3.增強肢體協調度	0（0）	6（1.9）	42（13.2）	149（46.7）	118（37）	4	4.20（0.73）	3		9
	4.減緩記憶力的衰退	0（0）	1（0.3）	20（6.3）	142（44.5）	154（48.3）	2	4.41（0.62）	2		3
心理	5.保持專注力	0（0）	1（0.3）	17（5.3）	146（45.8）	153（48）	2	4.42（0.61）	1	4.35 (0.54)	1
	6.提振精神	0（0）	0（0）	17（5.3）	154（48.3）	145（45.5）	3	4.40（0.59）	2		4
	7.增進自我價值感	0（0）	2（0.6）	31（9.7）	156（48.9）	127（39.8）	3	4.29（0.66）	6		8
	8.減緩生活的壓力	0（0）	1（0.3）	25（7.8）	164（51.4）	126（39.5）	3	4.31（0.62）	4		6
	9.增加生活幸福感	0（0）	0（0）	28（8.8）	154（48.3）	134（42）	3	4.33（0.63）	3		5
	10.得到心靈寄託	0（0）	2（0.6）	33（10.3）	146（45.8）	137（42.9）	1	4.31（0.67）	5		7

N=319

由表 14 可知，生理向度總平均數為 4.3，題項平均數介於 4.15 至 4.42 之間，平均數皆高於 4 超過認同程度，表示研究樣本認同參與音樂學習可以滿足生理需求，且對於各題項之看法皆認同，而各題項標準差皆小於 1，表示研究樣本對於參與音樂學習能夠滿足生理向度看法的認同度達到一致性。以下依據認同程度由高至低依序為：題項「2.提升心肺功能」（*M*=4.42，*SD*=0.59）、題項「4.減緩記憶力的衰退」（*M*=4.41，*SD*=0.62）及題項「3.增強肢體協調度」（*M*=4.20，*SD*=0.73），認同度最低的為題項「1.減輕身體不適」（*M*=4.15，*SD*=0.89）。

在心理向度方面，向度總平均數為 4.35，題項平均數介於 4.39 至 4.42 之間，上述平均數皆大於 4 超過認同程度，表示研究樣本認同參與音樂學習可以滿足心理需求，且對於各題項之看法皆認同而各題項標準差皆小於 1，表示研究樣本對於參與音樂學習能

夠滿足心理向度看法的認同度達到一致性。依據認同程度由高至低依序為：題項「5.保持專注力」（*M*=4.42，*SD*=0.61）、題項「6.提振精神」（*M*=4.40，*SD*=0.59）、題項「9.增加生活幸福感」（*M*=4.33，*SD*=0.63）、題項「8.減緩生活的壓力」（*M*=4.31，*SD*=0.62）及題項「10.得到心靈寄託」（*M*=4.31，*SD*=0.67），認同度最低的則是題項「7.增進自我價值」（*M*=4.29，*SD*=0.66）。

由整體觀之，生理及心理兩個向度的總平均數分別為 4.30 及 4.35，研究樣本在心理向度的認同程度略高於生理向度，而平均數皆高於 4，表示研究樣本皆認同透過音樂學習能為樂齡者在身心靈上帶來正面的影響，並滿足其生理及心理的學習需求。研究樣本最為認同的為生理向度的題項「2.提升心肺功能」及心理項度的題項「5.保持專注力」，其平均數皆為 4.42。

綜合上述研究結果，發現與 Hillman（2002）、郭庭妏（2015）、Fung 與 Lehmberg（2016）等人的研究結果相似。Hillman（2002）調查高齡者參與社區歌唱班，對於生活品質及情緒的影響，高齡者表示參與音樂學習可增強心肺功能以及維持行走能力，並幫助改善憂鬱情緒以及放鬆心情，與本研究生理向度的題項「2.提升心肺功能」、「3.增強肢體協調度」，以及心理向度之題項「9.增加生活幸福感」的結果相似；郭庭妏（2015）探究社教機構音樂研習班學員繼續學習因素的結果也發現，該社教機構學員們對於整體音樂學習感到快樂，並可從中獲得成就感，與本研究心理向度之題項「9.增加生活幸福感」的結果相似；Fung 與 Lehmberg（2016）調查中高齡者透過音樂參與在生活上帶來的生理、心理和社會效益的看法，其研究樣本皆認同可以透過音樂參與減少身體的疼痛感、恢復記憶能力、提升成就感及自我價值感、享受音樂使心情愉悅等，與本研究生理向度的題項「1.減輕身體不適」、「4.減緩記憶力的衰退」，以及心理向度之題項「7.增進自我價值」的結果相似。

接著，探討不同背景變項之研究樣本對於參與音樂學習對於身心健康學習需求影響的看法，以獨立樣本 t 考驗（t-test），或單因子變異數分析（one-way ANOVA）等差異

性統計方法，來分析不同背景變項的研究樣本對整體身心健康需求看法，以及生理和心理兩個向度上是否具有差異，若平均數達到顯著差異時，再以 Scheffé 法進行事後比較。研究結果如表 15 所示。

表 15

研究樣本之背景變項在身心健康學習需求看法整體及二向度的差異性分析

背景變項 \ 需求面向			生理 平均數	生理 F / t 值 事後比較	心理 平均數	心理 F / t 值 事後比較	身心健康（整體） 平均數	身心健康（整體） F / t 值 事後比較
性別	男		4.26	-0.58	4.31	-0.778	4.29	-0.719
	女		4.31		4.36		4.34	
年齡	55-60 歲		4.38	1.722	4.45	1.460	4.42	1.747
	61-65 歲		4.38		4.41		4.39	
	66-70 歲		4.18		4.25		4.22	
	71-75 歲		4.37		4.40		4.38	
	76 歲以上		4.25		4.32		4.29	
最高學歷	國小畢業		4.18	0.766	4.25	0.227	4.21	0.374
	國（初）中畢業		4.21		4.36		4.30	
	高中（職）畢業		4.29		4.36		4.33	
	大學畢業		4.37		4.37		4.37	
	研究所畢業		4.20		4.37		4.30	
	其他		4.30		4.29		4.30	
音樂學習經驗	目前參與的課程類型	音樂類	4.28	1.672	4.30	1.918	4.29	2.104
		非音樂類	4.23		4.30		4.27	
		以上皆有	4.38		4.43		4.41	
	過去參與音樂課程的次數	無	4.22	1.844	4.26	1.786	4.25	1.778
		一次	4.24		4.35		4.30	
		兩次（含）以上	4.36		4.39		4.37	
	未來參與音樂課程的意願	有意願	4.36	11.130*** 1>2 1>3	4.39	6.989*** 1>2	4.38	9.901*** 1>2
		尚未決定	3.95		4.09		4.02	
		無意願	3.94		4.09		4.03	

***$p \leq .001$（N=319)

由表 15 可知，研究樣本在性別、年齡及最高學歷等三個背景變項，對於整體身心健康學習需求及兩個向度的看法皆未達顯著差異，表示研究樣本對於身心健康需求的看法不會因該些背景變項有所差異。

在研究樣本音樂學習經驗的三個層面，「**目前**參與的課程類型」及「**過去**參與音樂課程的次數」皆未達顯著差異，僅有「**未來**參與音樂課程的意願」達到顯著差異。表示不論目前是否參與音樂類課程，以及過去參與音樂課程的次數皆不會影響研究樣本對於身心健康學習需求的看法。

在音樂學習經歷的「**未來**參與音樂課程的意願」層面，在「生理」向度、「心理」向度及整體身心健康學習需求上皆達顯著差異，F 值分別為 11.130 、6.989 及 9.901，p 值皆 $\leq .001$，經事後檢定後發現，在生理向度層面，「有意願」持續參與音樂學習的學員認同度顯著大於「尚未決定」及「無意願」持續參與音樂學習的學員；在心理向度層面，「有意願」持續參與音樂學習的學員認同度顯著大於「尚未決定」的學員；在整體身心健康學習需求層面，也是「有意願」持續參與音樂學習的學員認同度顯著大於「尚未決定」的學員。

研究結果顯示，有意願持續參與音樂學習的學員對於音樂學習需求的看法認同度比較高，此結果與郭怡妏（2013）探討銀髮族持續參與社會音樂教育之原因，以及郭庭妏（2015）探究社教機構音樂研習班成人學員繼續學習因素的研究結果相似，兩項研究皆指出學習者未來持續參與音樂學習的主要原因就是認為學習音樂有益身心健康，能為身心靈帶來正向作用。

三、社會互動學習需求看法類別相關結果之分析與討論

首先，在音樂學習需求看法的「社會互動」學習需求類別分為「人際拓展」及「溝通互動」兩個向度，兩個向度各包含 4 個題項，共 8 個題項。研究者將各題項之結果分析，彙整成下表 16，包含向度、題項內容、五個選項的勾選人數與百分比，遺漏值、題項平均數、標準差，以及向度與整體類別題項排序。

表 16

研究樣本對於社會互動學習需求看法之情形

向度	題項	選項					遺漏值	題項平均數（標準差）	向度排序	向度總平均數（標準差）	類別排序
		非常不認同（%）	不認同（%）	普通（%）	認同（%）	非常認同（%）					
人際拓展	1.增加認識新朋友的機會	1（0.3）	1（0.3）	28（8.8）	164（51.4）	122（38.2）	3	4.28（0.65）	1	4.21（0.60）	3
	2.結交來自不同行業的音樂同好	1（0.3）	5（1.6）	40（12.5）	165（51.7）	105（32.9）	3	4.17（0.72）	3		5
	3.得到歸屬感	0（0）	6（1.9）	39（12.2）	169（53.0）	103（32.3）	2	4.16（0.70）	4		7
	4.增加參與社區活動的管道	1（0.3）	4（1.3）	25（7.8）	173（54.2）	115（36.1）	1	4.24（0.67）	2		4
溝通互動	5.增加與人互動的機會	0（0）	3（0.9）	14（4.4）	159（49.8）	143（44.8）	0	4.38（0.61）	1	4.23（0.61）	1
	6.學習與人互助合作	0（0）	2（0.6）	29（9.1）	149（46.7）	138（43.3）	1	4.33（0.66）	2		2
	7.與家人分享音樂所學	0（0）	4（1.3）	45（14.1）	163（51.1）	106（33.2）	1	4.16（0.70）	3		6
	8.與朋友共享音樂的學習成果	2（0.6）	8（2.5）	59（18.5）	147（46.1）	103（32.3）	0	4.06（0.80）	4		8

N=319

由表 16 可知，人際拓展向度總平均數為 4.21，題項平均數介於 4.16 至 4.28 之間，平均數皆大於 4 達到認同程度，表示研究樣本認同參與音樂學習可以滿足人際拓展需求，而標準差皆小於 1，表示研究樣本對於參與音樂學習能夠滿足人際拓展向度及溝通互動項的看法認同度達到一致性。依據認同程度由高至低依序為：題項「1.增加認識新朋友的機會」（*M*=4.28，*SD*=0.65）、題項「4.增加參與社區活動的管道」（*M*=4.16，*SD*=0.70）及題項「2.結交來自不同行業的音樂同好」（*M*=4.17，*SD*=0.72），認同度最低的則是題項「3.得到歸屬感」（*M*=4.16，*SD*=0.70）。

在溝通互動向度方面，向度總平均數為 4.23，題項平均數介於 4.06 至 4.38 之間，平均數皆大於 4 達到認同程度，表示研究樣本認同參與音樂學習可以滿足溝通互動需求，而標準差皆小於 1，表示研究樣本對於各題項之認同度達到一致性。依據認同程度由高至低依序為：題項「5.增加與人互動的機會」（*M*=4.38，*SD*=0.61）、題項「6.學習與人互

助合作」（*M*=4.33，*SD*=0.66）及題項「7.與家人分享音樂所學」（*M*=4.16，*SD*=0.70），認同度最低的則是題項「8.與朋友共享音樂的學習成果」（*M*=4.06，*SD*=0.80）。

由整體觀之，人際拓展及溝通互動向度的總平均數分別為 4.21 及 4.23，研究樣本對於人際拓展向度的認同度略高於溝通互動向度，而平均數皆高於 4 表示研究樣本皆認同音樂學習可以滿足社會互動學習需求。研究樣本最為認同的是題項「5.增加與人互動的機會」，其題項平均數為 4.39。

綜合上述， 此結果與下列多篇研究結果相符合，包含 Coffman（1999）探究中高齡者參與管樂團對於生活品質影響之看法、Hillman（2002）調查高齡者參與社區歌唱班對於生活品質及情緒的影響、楊欣恩（2002）探究老人參與藝術學習需求、學習意願及影響等因素、Perkins 與 Williamon（2014）探究中高齡者參與音樂學習的主觀體驗，以及 Fung 與 Lehmberg（2016）調查中高齡者透過音樂參與在生活上帶來的生理、心理和社會效益的看法，上述研究之研究結果皆指出，學習者認為透過參與音樂活動能夠從團體活動中獲得歸屬感、結交新朋友、與他人互動、增加參與社會活動的機會等，與本研究人際拓展向度的題項「1.增加認識新朋友的機會」、「3.得到歸屬感」，以及溝通互動向度的題項「5.增加與人互動的機會」之研究結果相似。

此外，本研究結果與 Prinsley（1986）、Coffman 與 Barbosa（2013）、Fung 與 Lehmberg（2016）等人提出透過參與音樂活動能增加樂齡者與人互動的機會、提升其溝通互動的能力，並滿足其社交需求等論點相符合。

接著，探討不同背景變項之研究樣本對於參與音樂學習對於社會互動學習需求影響的看法，以獨立樣本 t 考驗（t-test），或單因子變異數分析（one-way ANOVA）等差異性統計方法，來分析不同背景變項的研究樣本對整體社會互動需求看法及人際拓展和溝通互動兩個向度上是否具有差異，若平均數達到顯著差異時，再以 Scheffé 法進行事後比較。研究結果如表 17 所示。

表 17

研究樣本之背景變項在社會互動學習需求看法整體及二向度的差異性分析

背景變項 \ 需求面向			人際拓展 平均數	人際拓展 F / t 值 事後比較	溝通互動 平均數	溝通互動 F / t 值 事後比較	社會互動(整體) 平均數	社會互動(整體) F / t 值 事後比較
性別	男		4.24	0.40	4.25	0.21	4.24	0.32
	女		4.30		4.23		4.22	
年齡	55-60 歲		4.27	2.092	4.25	1.704	4.26	2.047
	61-65 歲		4.14		4.20		4.17	
	66-70 歲		4.11		4.13		4.12	
	71-75 歲		4.33		4.37		4.35	
	76 歲以上		4.31		4.27		4.29	
最高學歷	國小畢業		4.23	1.052	4.26	.749	4.24	.997
	國（初）中畢業		4.29		4.27		4.28	
	高中（職）畢業		4.28		4.31		4.29	
	大學畢業		4.16		4.20		4.18	
	研究所畢業		4.01		4.04		4.02	
	其他		4.36		4.26		4.31	
音樂學習經驗	**目前**參與的課程類型	音樂類	4.11	3.193*	4.14	2.319	4.13	3.034*
		非音樂類	4.17		4.20		4.18	
		以上皆有	4.31		4.32		4.32	
	過去參與音樂課程的次數	無	4.19	0.285	4.20	0.225	4.19	0.245
		一次	4.15		4.22		4.18	
		兩次（含）以上	4.22		4.25		4.24	
	未來參與音樂課程的意願	有意願	4.24	2.955	4.27	4.022* 1>2	4.25	3.803* 1>2
		尚未決定	3.98		3.99		3.98	
		無意願	4.21		4.07		4.14	

*$p \leq .05$（N=319)

由表 17 可知，研究樣本的性別、年齡及最高學歷等三個背景變項，對於整體社會互動需求及兩個向度的看法皆未達顯著差異。表示研究樣本對於社會互動學習需求的看法不會因該些背景變項有所差異。

在研究樣本音樂學習經驗的三個層面，研究樣本僅在「**目前**參與的課程類型」及「**未**

來參與音樂課程的意願」層面達到顯著差異，在「**過去**參與音樂課程的次數」不論是整體社會互動學習需求，亦或是人際拓展及溝通互動需求皆未達顯著差異，表示研究樣本不會因過去的音樂經驗而影響對於社會互動學習需求的看法。在「**目前**參與的課程類型」層面，在「人際拓展」向度及整體社會互動需求皆達到顯著差異，F 值分別為 3.193 及 3.034，p 值皆≤.05，進一步以 Scheffé 進行事後檢定後發現結果並無顯著差異，表示不論研究樣本目前是否參與音樂類課程，皆不會影響其對於社會互動需求的看法。

在音樂學習經驗「**未來**參與音樂課程的意願」層面，在「溝通互動」向度及整體社會互動學習需求皆達顯著差異，F值分別為 4.022 及 3.803，p值皆 ≤ .05，經事後檢定後發現，「有意願」持續參與音樂學習的學員對於整體社會互動需求及「溝通互動」向度的認同度皆顯著大於「尚未決定」的學員。研究結果顯示有意願持續參與音樂學習者對於整體社會互動需求的看法認同度比較高，但不影響研究樣本對於參與音樂學習可以滿足人際互動需求的認同度。

此研究結果與下列多篇研究結果相似，包含方盈柔（2012）調查新北市三所樂齡中心學員的學習情形、學習動機及學習後的學習成果、郭怡妏（2013）探討銀髮族持續參與社會音樂教育之原因，以及郭庭妏（2015）探究社教機構音樂研習班成人學員繼續學習因素，該些研究結果皆顯示學習者未來持續參與音樂學習的主要原因，是認同透過音樂學習可增加與人相處的機會，並拓展人際關係。

四、探索實現學習需求看法類別相關結果之分析與討論

首先，在音樂學習需求看法的「探索實現」學習需求類別分為「知能探索」及「自我實現」兩個向度，兩個向度各包含 4 個題項，共 8 個題項。研究者將各題項之結果分析，彙整成下表 18，包含向度、題項內容、五個選項的勾選人數與百分比，遺漏值、題項平均數、標準差，以及向度與整體類別題項排序。

表 18

研究樣本對於探索實現學習需求看法之情形

向度	題項	選項					遺漏值	題項平均數（標準差）	向度排序	向度總平均數（標準差）	類別排序
		非常不認同（%）	不認同（%）	普通（%）	認同（%）	非常認同（%）					
知能探索	1.開展音樂的視野	0（0）	0（0）	25（7.8）	167（52.4）	126（39.5）	1	4.31（0.61）	1	4.16（0. 59）	1
	2.認識不同的音樂文化	0（0）	2（0.6）	36（11.3）	169（53）	108（33.9）	4	4.21（0.66）	3		4
	3.學習與他人合奏(唱)	0（0）	0（0）	35（11）	156（48.9）	127（39.8）	1	4.28（0.65）	2		2
	4.學習音樂創作的方法	4（1.3）	16（5）	95（29.8）	124（38.9）	78（24.5）	2	3.80（0.90）	4		6
自我實現	5.提升音樂涵養	1（0.3）	2（0.6）	39（12.2）	154（48.3）	123（38.6）	0	4.24（0.71）	1	4.02（0.73）	3
	6.增強音樂表現能力	1（0.3）	3（0.9）	52（16.3）	149（46.7）	112（35.1）	2	4.16（0.74）	2		5
	7.完成學習音樂的夢想	2（0.6）	12（3.8）	71（22.3）	138（43.3）	94（29.5）	2	3.97（0.85）	3		7
	8.得到公開演出的機會	8（2.5）	31（9.7）	90（28.2）	113（35.4）	77（24.1）	0	3.68（1.02）	4		8

N=319

由表 18 可知，知能探索向度總平均數為 4.16，題項平均數介於 3.80 至 4.31 之間，向度總平均數大於 4，表示研究樣本認同參與音樂學習可以滿足知能探索學習需求，而標準差為 0.59 達到 0.5 以上，表示研究樣本對於部分題項的看法是較為不同的。達到認同程度之題項由高至低依序為題項「1.開展音樂的視野」（*M*=4.31，*SD*=0.61），其次為題項「3.學習與他人合奏(唱)」（*M*=4.28，*SD*=0.65）及題項「2.認識不同的音樂文化」（*M*=4.21，*SD*=0.66），上述三題項除了平均數皆大於 4，唯題項「4.學習音樂創作的方法」平均數為 0.38，認同度介於普通與認同之間但未達認同程度，而標準差為 0.90 趨近 1，表示研究樣本對於此題項之看法較為不同。

在自我實現向度方面，向度總平均數為 4.02，題項平均數介於 3.68 至 4.42 之間，向度總平均數大於 4，表示研究樣本認同參與音樂學習可以滿足自我實現的學習需求，而標準差為 0.73，學員對於此向度題項的看法更為不同，表示學員對於部分題項的看法

是較為不同的。達到認同程度之題項分別為題項「5.提升音樂涵養」（*M*=4.24，*SD*=0.71），以及題項「6.增強音樂表現能力」（*M*=4.16，*SD*=0.74），兩題項平均數皆達 4，標準差皆小於 1，表示研究樣本對於該題項皆認同且具有一致性。而未達到認同程度之題項為題項「7.完成學習音樂的夢想」及題項「8.得到公開演出的機會」，題項「7.完成學習音樂的夢想」的平均數為 3.97 趨近於 4，標準差為 0.85，表示學員之間對於此題項看法較不同，且未達認同程度，而題項「8.得到公開演出的機會」平均數為 3.68 未達 4，且標準差為 1.02 超過 1，表示學員之間對於此題項看法之差異甚大，且未達認同程度。

由整體觀之，知能探索及自我實現向度的總平均數分別為 4.16 及 4.02，研究樣本對於知能探索向度的認同程度略高於自我實現向度。而研究樣本最為認同的是題項「1.開展音樂的視野」，題項平均數為 4.31，而認同度未達平均數 4 的題項共有以下三題，包含題項「4.學習音樂創作的方法」、題項「7.完成學習音樂的夢想」及題項「8.得到公開演出的機會」，表示研究樣本對於參與音樂學習能滿足上述需求的是未達認同程度的。

綜合上述，本研究結果與下列多篇研究結果相符合，包含 Coffman（1999）探究中高齡者參與管樂團對於生活品質影響之看法、Hillman（2002）調查高齡者參與社區歌唱班對於生活品質及情緒的影響 Perkins 與 Williamon（2014）探究中高齡者參與音樂學習的主觀體驗，以及邱珮綺（2020）探討參與北北基樂齡學習中心音樂課程之高齡學員在音樂學習動機與學習滿意度之情形，該些研究皆指出學習者認同參與音樂學習能夠開展個人的音樂視野、學習音樂知能，並提升音樂素養，與本研究知能探索向度的題項「1.開展音樂的視野」、題項「3.學習與他人合奏(唱)」，以及自我實現向度的題項「5.提升音樂涵養」之結果相似。

然而，在研究樣本對於題項「7.完成學習音樂的夢想」看法未達認同程度之研究結果與郭庭妏（2015）探究成人音樂學習動機，以及賴惠玲（2019）探討引導成人學習長笛之教學技巧之研究結果不同，該些研究指出學習者認為參與音樂學習可完成其夢想的實現。

此外，本研究結果也符合 McClusky（1971）、Londoner（1978）及 Monette（1977）等人提出中高齡學習者參與學習的「表達需求」，表示學習者參與學習主要是為了學習而學習，且期望從學習活動中獲得滿足感，甚至實現自我理想的需求。

接著，探討不同背景變項之研究樣本對於參與音樂學習對於探索實現學習需求影響的看法，以獨立樣本 t 考驗（t-test），或單因子變異數分析（one-way ANOVA）等差異性統計方法，來分析不同背景變項的研究樣本對整體探索實現需求看法及其知能探索和自我實現兩個向度上是否具有差異，若平均數達到顯著差異時，再以 Scheffé 法進行事後比較。研究結果如表 19 所示。

表 19

研究樣本之背景變項在探索實現學習需求看法整體及二向度的差異性分析

背景變項 \ 需求面向		知能探索		自我實現		探索實現 (整體)	
		平均數（標準差）	F / t 值 事後比較	平均數（標準差）	F / t 值 事後比較	平均數（標準差）	F / t 值 事後比較
性別	男	4.14	-.372	3.95	-.762	4.04	-.612
	女	4.16		4.03		4.10	
年齡	55-60 歲	4.21	1.343	4.10	1.757	4.15	1.711
	61-65 歲	4.13		4.00		4.06	
	66-70 歲	4.06		3.88		3.97	
	71-75 歲	4.25		4.14		4.19	
	76 歲以上	4.24		4.12		4.18	
最高學歷	國小畢業	4.20	1.538	4.19	.941	4.19	1.174
	國（初）中畢業	4.08		4.05		4.07	
	高中（職）畢業	4.23		4.06		4.14	
	大學畢業	4.16		4.00		4.08	
	研究所畢業	3.82		3.70		3.76	
	其他	4.13		4.02		4.10	

接續下表

接續上表

音樂學習經驗	**目前**參與的課程類型	音樂類	4.14	1.821	4.01	1.797	4.08	1.957
		非音樂類	4.08		3.91		3.99	
		以上皆有	4.24		4.10		4.17	
	過去參與音樂課程的次數	無	4.11	.585	3.91	1.622	4.01	1.176
		一次	4.11		3.98		4.04	
		兩次（含）以上	4.19		4.08		4.13	
	未來參與音樂課程的意願	有意願	4.20	4.988** 1>2	4.07	6.597** 1>2	4.14	6.364** 1>2
		尚未決定	3.89		3.61		3.75	
		無意願	4.01		3.94		3.98	

**$p \leq .01$（N=319)

由表 19 可知，研究樣本的性別、年齡及最高學歷等三個背景變項，對於整體探索實現需求及兩個向度的看法皆未達顯著差異。表示研究樣本對於探索實現學習需求的看法不會因該些背景變項有所差異。

在研究樣本音樂學習經歷的三個層面，「**目前**參與的課程類型」及「**過去**參與音樂課程的次數」皆未達顯著差異，僅有「**未來**參與音樂課程的意願」達到顯著差異。表示不論目前是否參與音樂類課程，以及過去參與音樂課程的次數皆不會影響研究樣本對於探索實現學習需求的看法。

在音樂學習經歷的「未來參與音樂課程的意願」層面在兩個向度上及整體皆達顯著差異，F 值分別為 4.988、6.597 及 6.364，p 值皆≤ .01，經事後檢定後發現「有意願」持續參與音樂學習的學員在認同程度上皆顯著大於「尚未決定」的學員，表示有意願持續參與音樂學習者對於探索實現學習需求的看法認同度比較高。

此研究結果與下列多篇研究結果相似，包含方盈柔（2012）調查新北市三所樂齡中心學員的學習情形、學習動機及學習後的學習成果、郭怡妏（2013）探討銀髮族持續參與社會音樂教育之原因，以及郭庭妏（2015）探究社教機構音樂研習班成人學員繼續學習因素，該些研究皆指出學習者未來持續參與音樂學習的原因，是認同參與音樂學習能夠獲得成就感、增強個人的音樂能力，進而達到自我實現。

第五章　結論與建議

二十一世紀全球人口快速高齡化，各國積極推動終身學習，我國也於各縣市開設多所樂齡學習中心，提供 55 歲以上的樂齡者終身學習的環境。音樂學習能幫助樂齡者保持身心愉悅、增進社會互動及充實自我能力等，也能營造快樂學習、樂而忘齡的學習場域，是終身學習中重要的一環。有鑑於此，本研究目的為瞭解樂齡者對於音樂學習需求之看法，以臺北市樂齡學習中心學員為研究對象，探究其對於身心健康、社會互動及探索實現等三項學習需求之看法，並進一步探討樂齡學員不同的性別、年齡、最高學歷及音樂學習經驗等背景變項，對於音樂學習需求看法之差異情形。

本研究採用「調查研究法」，以立意取樣選取臺北市士林區、中山區、大安區、信義區及南港區等五間樂齡學習中心學員為研究對象，上述中心皆同時開設音樂與非音樂課程，並以研究者自編之「臺北市樂齡學習中心學員音樂學習需求看法之調查問卷」作為研究工具。共發出 342 份問卷，收回問卷 324 份，回收率達 94%，有效問卷共 319 份。

第一節 結論

本節依據研究目的與待答問題，綜合問卷所調查與分析的結果，整理歸納出以下結論：

一、樂齡學員對於參與音樂學習能夠滿足身心健康之學習需求表達認同，其中認同度最高的題項為提升心肺功能以及保持專注力。不同背景變項的研究樣本在未來參與學習的意願上達到顯著差異。

本研究結果發現，臺北市樂齡學習中心學員認同參與音樂學習能夠滿足身心健康學習需求，在「生理」及「心理」兩個向度也都達到認同程度，且「心理」向度的認同程度略高於「生理」向度。學員最為認同參與音樂學習能夠滿足生理向度的「提升心肺功

能」以及心理向度的「保持專注力」，此外對於參與音樂學習可減緩記憶力的衰退、減少生活壓力等看法也皆表達認同。

不同性別、年齡、最高學歷、目前參與的班別以及過去參與音樂學習班次數等背景變項，對於身心健康需求的認同度皆無顯著差異，表示不分背景的樂齡學員皆認同參與音樂學習能夠滿足身心健康學習需求。僅於學員未來參與音樂學習的意願達到顯著差異，未來有意願參與音樂學習的學員認同程度顯著高於尚未決定及無意願參與者，表示學員未來持續參與音樂學習的意願，會影響學員對於身心健康學習需求的認同程度。

二、樂齡學員對於參與音樂學習能夠滿足社會互動之學習需求表達認同，其中認同度最高的題項為增加與人互動的機會。不同背景變項的研究樣本在未來參與學習的意願上達到顯著差異。

本研究結果發現，臺北市樂齡學習中心學員認同參與音樂學習能夠滿足社會互動學習需求，在「人際拓展」及「溝通互動」兩個向度也都達到認同程度，且「溝通互動」向度的認同程度略高於「人際拓展」向度。其中學員最為認同參與音樂學習能夠滿足人際互動向度的「增加與人互動的機會」，此外也認同參與音樂學習能夠學習與人互動合作、增加認識新朋友的機會以及參與社區活動的管道等。

不同性別、年齡、最高學歷、目前參與的班別以及過去參與音樂學習班次數等背景變項，對於社會互動需求的認同度皆無顯著差異，表示不分背景的樂齡學員皆認同參與音樂學習能夠滿足社會互動學習需求。僅於學員未來參與音樂學習的意願達到顯著差異，在整體社會互動需求及「溝通互動」向度上，未來有意願參與音樂學習的學員認同程度顯著高於尚未決定者，表示學員對於未來持續參與音樂學習的意願，會影響社會互動學習需求的認同程度。

三、樂齡學員對於參與音樂學習能夠滿足探索實現之學習需求表達認同，其中認同度最高題項的為開展音樂的視野。不同背景變項的研究樣本在未來參與學習的意願上達到顯著差異。

本研究結果發現，臺北市樂齡學習中心學員認同參與音樂學習能夠滿足探索實現學習需求，在「知能探索」及「自我實現」兩個向度也都達到認同程度，且「知能探索」向度的認同程度略高於「自我實現」向度。其中學員最為認同參與音樂學習能滿足知能探索向度的「能夠開展音樂的視野」，此外也認同參與音樂學習能夠學習與他人合奏(唱)的技能、提升音樂涵養、認識不同的音樂文化等，然而在「學習音樂創作的方法」、「完成學習音樂的夢想」及「得到公開演出的機會」三項看法中未達認同程度，表示研究樣本對於參與音樂學習能滿足上述三項需求的認同度是較低的。

不同性別、年齡、最高學歷、目前參與的班別以及過去參與音樂學習班次數等背景變項，對於探索實現需求的認同度皆無顯著差異，表示不分背景的樂齡學員皆認同參與音樂學習能夠滿足探索實現需求。僅在學員未來參與音樂學習的意願達到顯著差異，研究結果顯示未來有意願參與音樂學習的學員認同程度顯著高於尚未決定者，表示學員對於未來持續參與音樂學習的意願，會影響探索實現學習需求的認同程度。

第二節 建議

根據本研究之結果與結論，研究者針對樂齡學習中心及未來研究提出以下幾點建議：

一、樂齡學習相關機構

（一）持續開設多樣的音樂課程

本研究結果發現樂齡學員對於音樂學習能滿足各項學習需求之看法皆認同，且除了目前正在參與音樂課程之學員，未參與音樂相關課程之學員在未來參與音樂學習的意願也很高，因此建議樂齡學習相關機構可開設不同音樂類型之相關課程，以提供樂齡學員多元的音樂學習選擇，增強學員不同面向的音樂知能，進而滿足樂齡者在各方面的需求，鼓勵樂齡者持續精進及實現自我，同時也能夠吸引更多樂齡者參與音樂學習活動。

（二）瞭解樂齡者的學習需求

本研究結果發現樂齡學員對於探索實現需求的認同度是三項需求中較低的，其中對於參與音樂學習能學習創作音樂方法及增加公開演出的機會等題項未達認同程度，建議未來研究可更深入探討樂齡學習者對於哪一類型的音樂課程較有興趣，或是期望透過音樂學習滿足哪些需求，以利相關樂齡機構與教師能規劃相關的課程。

此外，本研究也發現參與課程的樂齡學員大部分仍為 65 歲以上的高齡者，而臺北市樂齡學習中心開設之課程也大部分在安排在平日的白天，因此建議樂齡相關機構可多方面蒐集資料、瞭解樂齡學習者可參與課程的時間，適時的增設晚上或是假日的課程，讓年滿 55 歲以上之樂齡者，都能夠在下班或是閒暇之餘持續學習，落實「終身學習，樂而忘齡」之精神。

二、對未來研究的建議

（一）研究樣本

本研究僅以臺北市的樂齡學習中心為樣本，因此研究僅能瞭解臺北市樂齡學習中心學員的音樂學習需求看法，雖然臺北市樂齡學習中心的音樂相關課課程已是較多元的，但研究結果可能還是會有地區上的差異，未來建議能擴大取樣的範圍，使研究結果得以獲得更全面與客觀性的推論。

此外，本研究是以臺北市樂齡學習中心為取樣的機構，然而目前樂齡者進修音樂的管道已非常多元，除了樂齡學習中心之外，也有許多公家單位的機構如社會教育館及社區大學等，而坊間也有許多的機構和民間團體（如合唱團、律動班等）皆有提供樂齡者的音樂課程，因此建議未來可以多方的取樣，進一步比較不同機構、團體樣本的差異。

（二）研究內容

本研究主要依據 McClusky（1971）提出高齡者的應付、表達、貢獻、影響及超越等五個學習需求項目，以及其他與樂齡音樂學習相關研究中重要的內容，將本研究之音樂學習需求聚焦於身心健康、社會互動及探索實現三個子變項，其他的內容未包含在本研究中，建議未來研究可使用不同的分類方法，期盼能夠對於樂齡者的音樂學習需求有更全面的瞭解。

（三）研究方法

本研究採問卷調查法，雖然可在短時間之內獲得較多的數據資料進行客觀的統計分析，但樂齡者亦可能受限於問卷題目，或是採取較為保留之態度進行填寫，使研究者無法從該些數據中獲得更深入的訊息，因此建議未來研究者可採用半結構式訪談方式，或參與式觀察等方式，透過研究者與受訪者的對談和互動，進一步瞭解樂齡者的音樂學習需求。

此外，在進行問卷施測時，因樂齡學習中心學員的年齡較高，填寫問卷時較容易遇到閱讀及填答的困難，建議研究者在進行問卷調查時可親自或是委託授課教師朗讀題目，帶領長輩們逐題填答，並針對問卷填寫的方式進行更詳盡的說明，例如圈選錯誤時可以如何修改等，進而減少無效填答的發生，同時也可以減輕樂齡學員們填寫問卷的負擔。

參考文獻

一、中文部分

中華人民共和國教育部（2011）。**義務教育音樂課程標準**。中國北京：北京師範大學。

方盈柔（2012）。**銀髮族的音樂學習與休閒之研究**（未出版之碩士論文）。國立臺北教育大學，臺北市。

王保進（2002）。**視窗版 SPSS 與行為科學研究**（第二版）。臺北市：心理。

王慧媚（2017）。**中高齡者終身學習需求與學習動機之探討**（未出版之碩士論文）。南臺科技大學，臺南市。

王麗萍（2005）。**嘉義縣高齡者的學習需求之調查研究─以老人日間照顧中心為例**（未出版之碩士論文）。國立中正大學，嘉義縣。

朱芬郁（2011）。**高齡教育－概念、方案與趨勢**。臺北市：五南。

江貝渝（2017）。**還好我有學音樂：32 首音樂處方籤適用 0－99 歲，讓你生活不卡關**。臺中市：白象。

江亮演（1984）。老人教育的點與線，載於中華民國社區教育學會（主編），**社區老人教育**（頁 155-170）。高雄市：復文。

吳文琴（1999）。學習社會中的高齡者教育，**成人教育，49**，29-37。

吳成瑤（2008）。撫慰人心的曲調－談音樂治療。**諮商與輔導，272**，2-5。

吳幸如、黃創華（2006）。**音樂治療十四講**。臺北市：心理。

吳幸茹（譯）（2008）。**音樂治療理論與實務**（原作者：Davis, W. B.、Gfeller, K. E.、Thaut, M.）。臺北市：麥格羅希爾。（原著出版年：1999）。

吳明隆（2007）。**SPSS 操作與應用－變異數分析實務**。臺北市：五南。

宋豔玲、馬達（2008）。社區音樂教育理論與實踐研究。**藝術研究，3**，13-15。

李永剛（2001）。音樂教育的功能與我國音樂教育政策。**國教院教育資料集刊，12**。

李建興（1986）。**中國社會教育發展史**。臺北市：三民。

李茂興（譯）（2013）。**音樂教育概論**（原作者：Hoffer, C. R.）。新北市：揚智。（原著出

版年：2008）

沈素甜（2012）。**高雄市樂齡學習中心學員終身學習需求與生活品質關係之研究**（未出版之碩士論文）。國立高雄師範大學，高雄市。

阮惠玉（2012）。**高齡者學習需求及參與意願關係之研究－以高雄市樂齡學習資源中心為例**（未出版之碩士論文）。國立高雄師範大學，高雄市。

周伶利（譯）（2000）。**Erikson 老年研究報告：人生八大階段**（原作者：Erikson, E. H.、Erikson, J. M.、Kivnick, H. Q.）。臺北市：張老師。（原著出版：1994 年）。

周思恩（2009）。**新竹市社會性合唱團音樂教育功能探討─以市立混聲、竹嶺男聲、科學工業園區合唱團為例**（未出版之碩士論文）。國立新竹教育大學，新竹市。

周熙文（2016）。**高雄市學習音樂國中生音樂學習與學業成績之調查研究**（未出版之碩士論文）。國立臺南大學，臺南市。

林亮如（2010）。**成人音樂學習**。臺北市：稻鄉。

林珍如、夏荷立（譯）（1999）。**莫札特效應：音樂身心靈療法**（原作者：Campbell, D.）。臺北市：先覺。（原著出版年：1997）

林美和（1990）。我國成人學習需求評估報告。**社教雙月刊，38**，46-49。

林振春（1997）。臺灣地區成人教育需求內涵的德惠法研究。**成人教育學刊，1**，43-82。

林振春（2004）。高齡者的學習需求。載於黃富順（主編），**高齡學習**（頁 219-241）。臺北市：五南。

林淑芳（2017）。**中高齡婦女參加合唱團之休閒動機─休閒阻礙與生活幸福感關係之研究**（未出版之碩士論文）。國立高雄師範大學，高雄市。

林楊菁（2006）。**音樂對於老年人情緒影響相關因素之調查研究**（未出版之碩士論文）。國立臺灣師範大學，臺北市。

林詩軒（2010）。**亞里士多德教育思想研究**（未出版之碩士論文）。東海大學，臺中市。

林燕如、周桂如、張佳琪（2011）。音樂治療於臺灣老人之應用。**新臺北護理期刊，13**（1），53-62。

邱垂堂（1991）。社會音樂團體之推廣。**音樂教育季刊，20**，6-9。

邱珮綺（2020）。**高齡者音樂學習動機與學習滿意度之研究─以北北基樂齡學習中心成員為例**（未出版之碩士論文）。臺北市立大學，臺北市。

姚世澤（2001）。音樂教育是否反映人類需求與社會文明的價值觀。**統整藝術教育與人文素養的學習與教學國際學術研討會論文集**。臺北市：國立臺灣藝術教育資料館。

翁爾婕（2009）。**參與高雄市社區型長青學苑音樂學習課程老年人快樂程度調查**（未出版之碩士論文）。國立臺南大學，臺南市。

荀子（n.d）。**荀子：樂論**。取自：https://ctext.org/xunzi/yue-lun/zh

國家教育研究院（2015）。**十二年國民基本教育領域課程綱要核心素養發展手冊**。臺北市：國家研究院。

國家發展委員會（2018）。**中華民國人口推估報告（2018 至 2065 年）**。取自 https://www.ndc.gov.tw/Content_List.aspx?n=84223C65B6F94D72

張大勝（1978）。**合唱指揮研究**。臺北市：全音樂譜。

張春興（2013）。**教育心理學－三化取向的理論與實踐**（重修二版）。臺北市：東華。

張哲榕（2014）。**學校音樂欣賞教學模式之建構與詮釋**（未出版之博士論文）。國立臺灣師範大學，臺北市。

張晴（2003）。社區音樂教育淺談。**理論界雙月刊，3**，101。

張慶勳（2010）。**論文寫作手冊**。臺北市：心理。

張鐸嚴（2000）。高齡化社會中高齡者的終身學習策略與規畫。**空中大學社會科學學報，8**，1-22。

教育部（1974）。**第四次中華民國教育年鑑**。臺北市：正中。

教育部（1998）。**邁向學習社會白皮書**。臺北市：教育部。

教育部（2006）。**邁向高齡社會老人教育政策白皮書**。臺北市：教育部。

教育部（2008）。**教育部設置各鄉鎮市區樂齡學習資源中心實施計畫**。取自教育部樂齡學習網：http://moe.senioredu.moe.gov.tw/front/bin/ptlist.phtml?Category=6

教育部（2015）。**社會教育法**。臺北市：教育部。

教育部（2015）。**藝術教育法**。臺北市：教育部。

教育部（2016）。**教育部樂齡學習政策說明。**取自教育部樂齡學習網：http://moe.senioredu.moe.gov.tw/UploadFiles/20160727094441933.pdf

教育部（2018）。**終身學習法**。臺北市：教育部。

梁譯云（2010）。**高齡者參與業餘合唱團之個案研究－以高雄市漢聲合唱團為例**（未出版之碩士論文）。國立臺北教育大學，臺北市。

莊婕筠（2004）。**音樂治療**。臺市北：心理。

郭怡妏（2013）。**臺北市立社會教育館聲樂進階班銀髮族學員學習現況之個案研究**（未出版之碩士論文）。國立臺灣師範大學，臺北市。

郭昱均（2004）。**高雄市長青學苑高齡者生活型態與學習需求之研究**（未出版之碩士論文）。國立臺灣大學，臺北市。

郭庭妏（2015）。**成人音樂學習動機及繼續學習因素之研究－以臺北市社教機構音樂研習班學員為例**（未出版之碩士論文）。國立臺灣師範大學，臺北市。

陳姿岑（2009）。**高雄市社區型長青學苑學員的學習需求與學習滿意度相關之研究**（未出版之碩士論文）。國立高雄師範大學，高雄市。

陳美慧（2011）。淺談古希臘音樂社會功能學說對當下美育的啟示。**音樂大觀，12**，93。

陳清美（2001）。高齡者的學習特性。**成人教育雙月刊，63**，45-50。

曾焜宗（2006）。**音樂的教育功能**。高雄市：復文。

黃月麗（2016）。人口老化下的高齡教育政策。**國土及公共治理季刊，4**（1），106-114。

黃美賢（2004）。**我國社會藝術教育政策之研究－以社會文化取向為觀點**（未出版之博士論文）。國立臺灣師範大學，臺北市。

黃富順（2004）。**高齡學習**。臺北市：五南。

黃富順（主編）（2008）。**高齡教育學**。臺北市：五南。

黃富順、林麗惠、梁芷瑄、林曉齡（2008）。**我國屆齡退休及高齡者參與學習需求意向調查研究報告**。教育部委託專案報告。玄奘大學，新竹市。

楊欣恩（2001）。**臺北市長青學苑藝術學習需求與現況之調查研究**（未出版之碩士論文）。國立臺灣師範大學，臺北市。

葉重新（2004）。**教育研究法**（第二版）。臺北市：心理。

詹涵雯（2008）。**桃園縣高齡者學習需求與參與意願之研究**（未出版之碩士論文）。國立中央大學，桃園縣。

蔡培村（1995）。**老人學習與生涯發展**。高雄市：麗文文化。

鄭方靖（1993）。**本世紀四大音樂教育主流及其教學模式**。臺北市：奧福教育。

鄭羽琄（2010）。**我國樂齡學習資源中心課程類型、學習需求及滿意度之研究**（未出版之碩士論文）。國立中正大學，嘉義縣。

賴惠玲（2019）。**引導成人學習長笛之教學技巧探討~以中國青年救國團終身學習中心為例**（未出版之碩士論文）。國立臺北教育大學，臺北市。

賴銹慧（1990）。**我國高齡者學習需求及其相關因素之研究**（未出版之碩士論文）。國立臺灣師範大學，臺北市。

鍾肇騰（2011）。**花東地區客家高齡學習者生活品質、學習需求、學習態度與自我發展關係之研究**（未出版之碩士論文）。國立中正大學，嘉義縣。

魏惠娟、胡夢鯨、陳冠良（2010）。從 McClusky 需求幅度理論觀點分析台灣樂齡學習中心課程。**成人及終身教育學刊，15**，115-150。

蘇孟苹（2011）。**音樂輔導活動方案提升中高齡者自我概念與人際關係之研究**（未出版之碩士論文）。國立中正大學，嘉義縣。

覺元宏（2009）。**高齡學習需求與參與情況分析之研究：以嘉義市長青學苑為例**（未出版之碩士論文）。國立中正大學，嘉義縣。

二、外文部分

Atwood, H. M., & Ellis, J. (1971). The concept of need: An analysis for adult education. *Adult Leadership, 19*(7), 105-166.

Bergevin, P. (1967). *A philosophy for adult education*. New York, NY: Seabury.

Boswell, J. (1992). Human potential and lifelong learning: Jacquelyn Boswell explores the

importance of lifelong music learning and offers ideas for teachers and learners. *Music Educators Journal, 79*(4), 38-40.

Brotons, M., & Pickett-Cooper, P. (1994). Preferences of Alzheimer's disease patients for music activities: singing, instruments, dance / movement, games, and composition/ improvisation. *Journal of Music Therapy*, *31*(3), 220-233.

Bugos, J. A. (2010). The benefits of music instruction on processing speed, verbal fluency, and cognitive control in aging. *Music Education Research International, 4* (1), 1-9.

Cattell, R. B. (1963). Theory of fluid and crystallized intelligence: A critical experiment. *Journal of Educational Psychology, 54*(1), 1-22.

Clair, A. A. (1996). *Therapeutic uses of music with older Adults.* Baltimore, MD: Health Professionals Press.

Clift, S., Nicol, J., Raisbeck, M., Whitmore, C., & Morrison, I. (2010). *Group singing, well-being and health: A systematic mapping of research evidence.* United Kingdom: Sidney De Haan Research Centre for Arts and Health.

Coffman, D. D. (1999). The contribution of wind band participation to quality of life of senior adults. *Music Therapy Perspectives, 17*(1), 27-31.

Coffman, D. D. (2002). Music and quality of life in older adults. *Psychomusicology, 18*(1-2), 76-88.

Coffman, D., & Barbosa, I. (2013). Instrumental Ensembles: Community case. In K. K. Veblen, S. J. Messenger, M. Silverman, & Elliott, D. J. (Eds.), *Community Music Today*. (pp.261-272). Retrieved from https://reurl.cc/D60qEd

Creech, A., Hallam, S., McQueen, H., & Varvarigou, M. (2013). The power of music in the lives of older adults. *Research Studies in Music Education, 35*(1), 87-102.

Croom, A. M. (2012). Music, neuroscience, and the psychology of well-being: A précis. *Frontiers in Psychology, 2*, 393.

Delors, J. (1996). *Learning: The treasure within, report to UNESCO of the international*

commission pocket edition. Retrieved from https://www.gcedclearinghouse.org/sites/default/files/resources/%5BENG%5D%20Learning_0.pdf

Elliott, D. J. (2005). Musical understanding, musical works, and emotional expression: Implications for education. *Educational Philosophy and Theory. 37*(1), 93-103.

Erikson, E. H. (1982). *The life cycle completed: A review.* New York, NY: Norton.

Fung, C. V., & Lehmberg, L. J. (2016). *Music for life: Music participation and quality of life of senior citizens*. United Kingdom: Oxford University Press.

Gibbons, A. C. (1984). A program for noninstitutionalized, mature adults: A description. *Activities, Adaptation, and Aging, 6*, 71-80.

Hanna, G., & Perlstein, S. (2008). Creativity matters: Arts and aging in America. Retrieved from the Americans for the Arts website https://www.americansforthearts.org/

Hargreaves, D. J., & North, A. C. (Eds.) (1997). *The social psychology of music*. New York, NY: Oxford University Press.

Hays, T. (2005). Well-being in later life through music. *Australia Journal on Aging. 24*(1), 28-31.

Hiemstra, R. J. (1976). Older adult learning: Instrumental and expressive categories. *Educational Gerontology, 1*, 227-238.

Hiemstra, R. J. (1982). Elder interests in the expressive domain. *Educational Gerontology, 8*, 143-153.

Hillman, S. (2002). Participatory singing for older people: A perception of benefit. *Health Education, 102*, 163-71.

Horn, J. L. (1982). The theory of fluid and crystallized intelligence in relation to concepts of cognitive psychology and aging in adulthood. *Aging and Cognitive Processes,* 237-278.

Joseph, D., & Southcott, J. (2014). The show must go on: Older entertainers making music in the community in Melbourne, Australia. *Australian Journal of Music Education,1*, 66-

76.

Juslin, P. N., & Vastfjall, D. (2008). Emotional responses to music: The need to consider underlying mechanisms: Erratum. *Behavioral and Brain Sciences, 31*(6), 751.

Knowles, M. S. (1980). *The mordern practice of adult education: From pedagogy to andragogy*. Chicago, IL: Association Press.

Koelsch, S. (2014). Brain correlates of music-evoked emotions. *Nature Reviews Neuroscience, 15*, 170-180.

Lamdin, L., & Fugate, M. (1997). *Elderlearning: New Frontier in an Aging Society*. Phoenix, AZ: The Oryx Press.

Landry, S. P., & Champoux, F. (2017). Musicians react faster and are better multisensory integrators. *Brain and Cognition, 111,* 156-162.

Londoner, C. A. (1978). Instrumental and expressive education: A basis for needs assessment and planning. In R. H. Sherron, & D. B. Lumsden (Eds.), *Introduction to educational gerontology* (pp.93-110). Washington, DC: Hemisphere.

Luanaigh, C. O., & Lawlor, B. A. (2008). Loneliness and the health of older people. *International Journal of Geriatric Psychiatry, 23* (12), 1213-1221.

Maslow, A. H. (1970). *Motivation and personality* (2nd ed.). New York: Harper & Row.

McClucky, H. Y. (1971). *Education: Background issues*. Washington, DC: White House Conference on Aging.

Merriam, A. P. (1964). *The Anthropology of music*. Evanston, IL: Northwestern University Press.

Monette, M. L. (1977). The concept of education need: An analysis of selected literature. *Adult Education, 27*(2), 116-127.

Perkins, R., & Williamon, A. (2014). Learning to make music in older adulthood: A mixed-methods exploration of impacts on wellbeing. *Psychology of Music, 42*(4), 550-567.

Peterson, D. A. (1983). *Facilitating education for older learners.* San Francisco: Jossey-Bass.

Prinsley, D. M. (1986). Music therapy in geriatric care. *The Australian Nurses' Journal, 15*(9), 48-49.

Purdie, N., & Boulton-Lewis, G. (2003). The learning needs of older adults. *Educational Gerontology, 29*(2), 129-149.

Sixsmith, A., & Gibson, G. (2007). Music and the well-being of people with dementia. *Aging & Society, 27*(1), 127-145.

Southcott, J. E. (2009). “And as I go, I love to sing”: The happy wanderers, music and positive aging. *International Journal of Community Music, 2*(2-3), 143-156.

Taylor, A., & Hallam, S. (2008). Understanding what it means for older students to learn basic musical skills on a keyboard instrument. *Music Education Research, 10*(2), 285-306.

Thaut, M. H. (1999). Group music psychotherapy in correctional psychiatry. In W. Thaut, B. Davis, K. E. Gfeller, & M. H. Thaut (Eds.), *An introduction to music therapy. : Theory and practice* (2nd ed.) (pp. 248-258). NY: McGraw Hill.

United Nations (2019). *The United Nations world population ageing 2019: Highlights.* Retrieved from https://population.un.org/wpp/Publications/Files/WPP2019_10KeyFindings.pdf

World Health Organization (2002). *Active aging: A policy framework.* Retrieved from https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/67215/WHO_NMH_NPH_02.8.pdf

Zelazny, C. M. (2001). Therapeutic instrumental music playing in hand rehabilitation for older adults with osteoarthritis: Four case studies. *Journal of Music Therapy, 30*(2), 97-113.

附錄

附錄一 研究問卷之專家效度意見彙整表

臺北市樂齡學習中心學員音樂學習需求看法之調查問卷

您好：

感謝您協助本研究的進行！目前樂齡學習已成趨勢，但國內針對此議題的相關研究數量並不多，因此，本研究主要目的在於瞭解您對於音樂學習需求的看法。您的寶貴意見非常重要，請您協助。

本問卷採**不記名填答**方式，填答時間約需 10 分鐘，包含「個人背景資料」、「音樂學習需求量表」兩個項目。問卷結果僅做為學術研究之用，填寫的內容會絕對保密，敬請安心作答。

順頌 時祺

國立臺灣師範大學音樂系碩士班音樂教育組

指導教授：潘宇文 博士

研究生：盧恩旎 謹啟

日期：109 年 2 月

專家意見	合適	A
	修正後合適	B：第一段是要「請託協助」或是「感謝協助」，請釐清並注意語氣。 C：您的音樂學習需求對於音樂學習需求的看法。您的寶貴意見非常重要（而寶貴），請您協助。

✶ 填答說明：

1. 本問卷的「音樂學習需求」是指樂齡學習中心學員對於音樂學習需求的看法。
2. 本問卷包含「身心健康」、「社會互動」、及「探索實現」等三個部分。每個題目皆有五個答題選項，⑤代表**非常認同**；④代表**認同**；③代表**普通**；②代表**不認同**；①代表**非常不認同**，請您依據題目所示作答。

專家意見	合適	B
	修正後合適	A：選項可省略逐一說明，之後的題項有標示即可 C：「請您依據題目所示作答」，此句可刪除。
修正說明	參考專家A及專家C之意見，省略題項選項說明。	

壹、個人背景資料

請依您實際的狀況，在下列題項的□中勾選適當的選項。

項目	專家意見		修正說明
填答說明	合適	A、C	依據B專家之意見修正，將「題項」改為題目
	修正後合適	B：可改為「在下列『題目』的□中勾選適當的選項」	

1. 性別：☐男，☐女。
2. 年齡：☐55~60歲，☐61~65歲，☐66~70歲，☐71~75歲，☐76歲以上。
3. 最高學歷：☐國小畢業，☐國（初）中畢業，☐高中（職）畢業，
   ☐大學畢業，☐研究所畢業，☐其他：_____

項目	專家意見	
性別	合適	A、B、C
年齡	合適	A、B、C
最高學歷	合適	A、B、C

4. 音樂學習經驗：

（1）現在參與的課程類型：□音樂類，□非音樂類，□以上皆有。

（2）過去參與樂齡學習中心音樂類課程的次數：□一次，□兩次(含)以上。

（3）未來參與音樂類課程的意願：□有，□無

原題項內容	專家意見	
（1）現在參與的課程類型: ☐音樂類，☐非音樂類，☐以上皆有。	合適	A
	修正後合適	B：音樂類與非音樂類之分野，填答者可能會有疑慮，請先說明。 C：參與的課程前方建議加入「樂齡學習中心」
◎修正說明：參考C專家之意見，將題目修改為目前參與樂齡學習中心的課程類型。		
（2)過去參與樂齡學習中心音樂類課程的次數：☐一次，☐兩次(含)以上。	修正後合適	A：是指次數或是種類？ B：過去的定義為何？時間上是否有所範圍界定之？ C：是指次數或是期數？
◎修正說明：與指導教授討論後，保持原題目。		
（3）未來參與音樂類課程的意願：	合適	B

□有，□無	修正後合適	A：增加「還未決定」選項 C：音樂類課程前方建議加入「樂齡學習中心」
◎修正說明：參考C專家之意見，題目修改為未來參與樂齡學習中心音樂課程的意願		

貳、音樂學習需求量表

首先請您閱讀**中間的題目描述**，接著填答**左側「讓我」**（對於自己）音樂學習需求的看法，之後再填答**右側「讓大家」**（對於他人）音樂學習需求的看法。

非常認同	認同	普通	不認同	非常不認同		非常認同	認同	普通	不認同	非常不認同
5	4	3	2	1	**參與音樂學習活動能…**	5	4	3	2	1
讓我						**讓大家**				

項目	專家意見	
填答說明	合適	A、B
呈現方式	合適	B
	修正意見	A：無法得知是否有「讓大家」建議直接問，「讓我或別人」，不需分開左右側。 C：不像需求調查問卷，而像音樂學習價值問卷。建議刪去「讓大家」部分，因為意義不大，且很難推論。
◎修正說明：參考專家A意見並指導教授討論後，將左右欄刪除改為一欄，並將「讓我/讓大家」刪除。		
題目敘述	合適	A、B
選項內容	合適	A、B

第一部分：身心健康

原題項內容	專家意見	
1. (讓我//讓大家)減輕身體不適。	合適	B、C
	修正後合適	A：「**讓大家**」建議直接改「讓我或別人」
2. (讓我//讓大家)促進身體健康。	合適	B、C
	修正後合適	A：每一題都是促進身體健康，過於空泛。
◎修正說明：參考專家A之意見，並與指導教授討論後決定刪除此題項。		
3. (讓我//讓大家)提升呼吸功能。	合適	B
	修正後合適	A：「**讓大家**」建議直接改「讓我或別人」 C：呼吸功能建議修改為「心肺功能」
◎修正說明：參考專家A、專家C之意見，將題項改為「提升心肺功能」。		
4. (讓我//讓大家)增強肢體協調度。	合適	B、C
	修正後合適	A：「**讓大家**」建議直接改「讓我或別人」
5. (讓我//讓大家) 減緩記憶力的衰退。	合適	B、C
	修正後合適	A：「**讓大家**」建議直接改「讓我或別人」
6. (讓我//讓大家)提振精神。	合適	B、C
	修正後合適	A： 同上，題項與第七題相似。
◎修正說明：與指導教授討論後，保持原題目。		
7. (讓我//讓大家)保持專注力。	合適	B、C
	修正後合適	A：同上，題項與第六題相似。
◎修正說明：與指導教授討論後，保持原題目。		
8. (讓我//讓大家)提升個人的自信。	合適	B、C
	修正後合適	A：「**讓大家**」建議直接改「讓我或別人」
9. (讓我//讓大家)減緩生活的壓力。	合適	B、C
	修正後合適	A：「**讓大家**」建議直接改「讓我或別人」

10. (讓我//讓大家)增加生活幸福感。	合適	B
	修正後合適	A：「**讓大家**」建議直接改「讓我或別人」 C：建議刪去「生活」
◎修正說明：與指導教授討論後，保持原題目。		
11. (讓我//讓大家)得到心靈寄託。	合適	B、C
	修正後合適	A：「**讓大家**」建議直接改「讓我或別人」

第二部分：社會互動

原題項內容	專家意見	
1. (讓我//讓大家) 結交不同領域的朋友。	合適	B
	修正後合適	A：「**讓大家**」建議直接改「讓我或別人」 C：「結交」改為「認識」
◎修正說明：參考專家C之意見並與指導教授討論後，題項修改為「 」增加認識新朋友的機會。		
2. (讓我//讓大家) 滿足社交的需求。	合適	B、C
	修正後合適	A：每一題都是社交的需求，過於空泛。
◎修正說明：參考專家A之意見並與指導教授討論後，決定刪除此題項，並加入「增加參與社區活動的管道」此題項。		
3. (讓我//讓大家) 得到歸屬感。	合適	B、C
	修正後合適	A：是否類似身心健康的「得到心靈寄託」？
◎修正說明：參考專家A之意見，將題項修改為「得到團體的歸屬感」。		
4. (讓我//讓大家) 結交來自不同行業的音樂同好。	合適	B、C
	修正後合適	A：類似第一題「結交不同領域的朋友」
◎修正說明：與指導教授討論後，保持原題目。		
5. (讓我//讓大家) 學習與人互助合作。	合適	B、C
	修正後合適	A：類似下一題
◎修正說明：與指導教授討論後，保持原題目。		

6. (讓我//讓大家) 增加與人互動的機會。	合適	B、C
	修正後合適	A：類似上一題
◎修正說明：與指導教授討論後，保持原題目。		
7. (讓我//讓大家) 與家人分享音樂所學。	合適	B、C
	修正後合適	A：與家人是否屬於社交呢？
◎修正說明：參考專家A意見並與指導教授討論後，將題項改為「家人朋友分享音樂所學」。		
8. (讓我//讓大家) 與朋友共享音樂的學習成果。	合適	B、C
	修正後合適	A：「**讓大家**」建議直接改「讓我或別人」
◎修正說明：與指導教授討論後，刪除原題項，並加入「縮短與年輕人之間的隔閡」。		

三、探索實現

原題項內容	專家意見	
1.(讓我//讓大家) 開展音樂領域的視野。	修正後合適	C
		A：「**讓大家**」建議直接改「讓我或別人」 B：領域二字似多餘
◎修正說明：參考專家B意見，將題項改為「開展音樂的視野」。		
2. (讓我//讓大家) 認識不同的音樂文化。	合適	B、C
	修正後合適	A：「**讓大家**」建議直接改「讓我或別人」
3. (讓我//讓大家) 學習與他人合奏(唱)。	合適	B、C
	修正後合適	A：「**讓大家**」建議直接改「讓我或別人」
4. (讓我//讓大家) 學習音樂創作的方法。	合適	B、C
	修正後合適	A：「**讓大家**」建議直接改「讓我或別人」
5. (讓我//讓大家) 提升音樂氣質。	合適	B、C
	修正後合適	A：如何定義氣質？
◎修正說明：參考專家A意見，將題項改為「提升音樂涵養」。		

6. (讓我//讓大家) 增強表現能力。	修正後合適	A：哪方面的表現能力？ B：確認「表現」或「表達」即可 C：建議修改為「音樂」表現能力
◎修正說明：參考專家A及專家C的意見，將題項改為「增強音樂表現能力」。		
7. (讓我//讓大家) 完成學習音樂的夢想。	合適	B、C
	修正後合適	A：**「讓大家」**建議直接改「讓我或別人」
8. (讓我//讓大家) 得到公開演出的機會。	合適	B、C
	修正後合適	A：**「讓大家」**建議直接改「讓我或別人」

高雄市樂齡學習中心學員音樂學習需求看法之調查問卷

您好：

懇請您協助本研究的進行！目前樂齡學習已成趨勢，但國內針對此議題的相關研究數量並不多，因此，本研究主要目的在於瞭解您對於音樂學習需求的看法，您的寶貴意見非常重要。

本問卷採**不記名填答**方式，填答時間約需 10 分鐘，包含「個人背景資料」及「音樂學習需求看法量表」兩個項目。問卷結果僅做為學術研究之用，填寫的內容會絕對保密，敬請安心作答。

順頌 時祺

國立臺灣師範大學音樂系碩士班音樂教育組
指導教授：潘宇文 博士
研究生：盧恩旋 謹啟

✶ 填答說明：

本問卷的「音樂學習需求」是指樂齡學習中心學員對於音樂學習需求的看法，其中包含「身心健康」、「社會互動」、及「探索實現」等三個部分。

壹、個人背景資料

請依您實際的狀況，在下列題目的□中勾選適當的選項。

1. 性別：□男，□女。
2. 年齡：□55-60歲，□61-65歲，□66-70歲，□71-75歲，□76歲以上。
3. 最高學歷：□國小畢業，□國（初）中畢業，□高中（職）畢業，
   □大學畢業，□研究所畢業，□其他：_____
4. 音樂學習經驗：
   （1）目前參與樂齡學習中心的課程類型：□音樂類，□非音樂類，□以上皆有。
   （2）過去參與樂齡學習中心音樂課程的次數：□無，□一次，□兩次（含）以上。
   （3）未來參與樂齡學習中心音樂課程的意願：□有意願，□尚未決定，□無意願。

貳、音樂學習需求看法量表

此量表旨在了解您對於音樂學習需求的**看法**，請依據您的實際看法，圈選「認同程度」之對應「數字」。

第一部分：身心健康

參與音樂學習活動能…	非常認同	認同	普通	不認同	非常不認同
1. 減輕身體不適。	5	4	3	2	1
2. 提升心肺功能。	5	4	3	2	1
3. 增強肢體協調度。	5	4	3	2	1
4. 減緩記憶力的衰退。	5	4	3	2	1
5. 保持專注力。	5	4	3	2	1
6. 提振精神。	5	4	3	2	1
7. 增進自我價值感。	5	4	3	2	1
8. 減緩生活的壓力。	5	4	3	2	1
9. 增加生活幸福感。	5	4	3	2	1
10. 得到心靈寄託。	5	4	3	2	1

【請翻頁繼續作答】

第二部分：社會互動

參與音樂學習活動能…	非常認同	認同	普通	不認同	非常不認同
1. 增加認識新朋友的機會。	5	4	3	2	1
2. 結交不同行業的音樂同好。	5	4	3	2	1
3. 得到團體的歸屬感。	5	4	3	2	1
4. 增加參與社區活動的管道。	5	4	3	2	1
5. 增加與人互動的機會。	5	4	3	2	1
6. 學習與人互助合作。	5	4	3	2	1
7. 與家人朋友分享音樂所學。	5	4	3	2	1
8. 縮短與年輕人之間的隔閡。	5	4	3	2	1

【請翻頁繼續作答】

第三部分：探索實現

參與音樂學習活動能…	非常認同	認同	普通	不認同	非常不認同
1. 開展音樂的視野。	5	4	3	2	1
2. 認識不同的音樂文化。	5	4	3	2	1
3. 學習與他人共同唱奏。	5	4	3	2	1
4. 學習音樂創作的方法。	5	4	3	2	1
5. 提升音樂涵養。	5	4	3	2	1
6. 增強音樂表現能力。	5	4	3	2	1
7. 完成學習音樂的夢想。	5	4	3	2	1
8. 得到公開演出的機會。	5	4	3	2	1

== 問卷結束，非常感謝您的協助填寫！ ==

臺北市樂齡學習中心學員音樂學習需求看法之調查問卷

您好：

懇請您協助本研究的進行！目前樂齡學習已成趨勢，但國內針對此議題的相關研究數量並不多，因此，本研究主要目的在於瞭解您對於音樂學習需求的看法，您的寶貴意見非常重要。

本問卷採**不記名填答**方式，填答時間約需 10 分鐘，包含「個人背景資料」及「音樂學習需求看法量表」兩個項目。問卷結果僅做為學術研究之用，填寫的內容會絕對保密，敬請安心作答。

順頌 時祺

國立臺灣師範大學音樂系碩士班音樂教育組

指導教授：潘宇文 博士

研究生：盧恩旋 謹啟

★ 填答說明：

本問卷的「音樂學習需求」是指樂齡學習中心學員對於音樂學習需求的看法，其中包含「身心健康」、「社會互動」、及「探索實現」等三個部分。

壹、個人背景資料

請依您實際的狀況，在下列題目的□中勾選適當的選項。

1. 性別：□男，□女。
2. 年齡：□55-60歲，□61-65歲，□66-70歲，□71-75歲，□76歲以上。
3. 最高學歷：□國小畢業，□國（初）中畢業，□高中（職）畢業，
   □大學畢業，□研究所畢業，□其他：_____
4. 音樂學習經驗：
   （1）目前參與樂齡學習中心的課程類型：□音樂類，□非音樂類，□以上皆有。
   （2）過去參與樂齡學習中心音樂課程的次數：□無，□一次，□兩次（含）以上。
   （3）未來參與樂齡學習中心音樂課程的意願：□有意願，□尚未決定，□無意願。

貳、音樂學習需求看法量表

此量表旨在了解您對於音樂學習需求的**看法**，請依據您的實際看法，圈選「認同程度」之對應「數字」。

第一部分：身心健康

參與音樂學習活動能...	非常認同	認同	普通	不認同	非常不認同
1. 減輕身體不適。	5	4	3	2	1
2. 提升心肺功能。	5	4	3	2	1
3. 增強肢體協調度。	5	4	3	2	1
4. 減緩記憶力的衰退。	5	4	3	2	1
5. 保持專注力。	5	4	3	2	1
6. 提振精神。	5	4	3	2	1
7. 增進自我價值感。	5	4	3	2	1
8. 減緩生活的壓力。	5	4	3	2	1
9. 增加生活幸福感。	5	4	3	2	1
10. 得到心靈寄託。	5	4	3	2	1

【請翻頁繼續作答】

第二部分：社會互動

參與音樂學習活動能...	非常認同	認同	普通	不認同	非常不認同
1. 增加認識新朋友的機會。	5	4	3	2	1
2. 結交不同行業的音樂同好。	5	4	3	2	1
3. 得到團體的歸屬感。	5	4	3	2	1
4. 增加參與社區活動的管道。	5	4	3	2	1
5. 增加與人互動的機會。	5	4	3	2	1
6. 學習與人互助合作。	5	4	3	2	1
7. 與家人朋友分享音樂所學。	5	4	3	2	1
8. 縮短與年輕人之間的隔閡。	5	4	3	2	1

【請翻頁繼續作答】

第三部分：探索實現

參與音樂學習活動能...	非常認同	認同	普通	不認同	非常不認同
1. 開展音樂的視野。	5	4	3	2	1
2. 認識不同的音樂文化。	5	4	3	2	1
3. 學習與他人共同唱奏。	5	4	3	2	1
4. 學習音樂創作的方法。	5	4	3	2	1
5. 提升音樂涵養。	5	4	3	2	1
6. 增強音樂表現能力。	5	4	3	2	1
7. 完成學習音樂的夢想。	5	4	3	2	1
8. 得到公開演出的機會。	5	4	3	2	1

== 問卷結束，非常感謝您的協助填寫！ ==