

國立臺灣師範大學

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

**A Case Study of Senior Students' Learning Status in
Taipei Cultural Center Advanced Vocal Class**

碩士論文

音樂學系碩士班音樂教育組

研究生：郭怡姣

指導教授：陳曉霽博士

中華民國一百零二年一月

致 謝

在撰寫論文的這段日子，最要感謝的是我的指導教授—陳曉霽博士。謝謝老師包容我很弱的語文能力，還有不合常理的跳躍式思考；謝謝老師一路以嚴謹的態度督促我，並一再提醒我邏輯思考的重要，更要謝謝老師總是很用心的修改我的論文，總是不厭其煩的教導我寫作的技巧並鍛鍊我思考的能力；除了課業之外，謝謝老師關心我的生活、我的教學，也總會叮嚀我處事的哲學。能夠當您的研究生，是我的福氣，謝謝您。

感謝莊敏仁教授、潘宇文教授以及溫賢詠老師在專家效度中提供的協助及建議，使我的論文更臻完善；感謝我的口委，莊敏仁教授以及林小玉教授，謝謝您們在口試時提供的寶貴建議，使我的論文在修正後更為完整；謝謝任蓉教授用心指導臺北市立社會教育館聲樂進階班，每回我在旁彈伴奏，都會被您及學員的努力及進步深深感動；感謝參與問卷及訪談的叔叔、阿姨們，謝謝您們的分享，使我能將您們學習的點滴心得撰寫成論文，並將這些珍貴的寶藏與他人分享；謝謝臺北市立社會教育館提供完善的社會資源，幫助許多人在學校教育後仍能有學習參與的管道，若沒有您們的付出與辛勞，我的論文便不會誕生。

我親愛的研究所夥伴們，嘉彥、苡安、啓箴、伊娣、琬婷，以及易瑩，謝謝妳們！七仙女結緣在2009年夏天，懷念那段課前一同準備課業、課後不斷討論的日子，我們一起參加了許多研討會，還一起參加教師甄試，互相勉勵、打氣，互相分享教案、教材，有妳們真好；感謝一路上給我許多許多協助的靜雯學姐，特別在寫論文的這段日子，妳與我分享許多實用的經驗和資源，並不斷鼓勵我，如果沒有妳，我絕不可能這麼順利。

最後，最要感謝的是我的家人。謝謝您們的用心栽培，讓我能無憂無慮的長大，謝謝您們一路陪伴我，分享我的喜怒哀樂，永遠都當我的最佳避風港，讓我能安心依靠。要感謝的人太多了，僅以這篇論文，獻給所有愛我、幫助我的人。

郭怡妏 謹誌

2013年2月

摘要

本研究之目的在瞭解臺北市立社會教育館聲樂進階班之銀髮族參與社會音樂教育的現況，並且探討該班之銀髮族參與社會音樂教育受背景變項影響之情形。本研究採用個案研究法，使用研究者自編之「臺北市立社會教育館聲樂進階班銀髮族學員之背景與參與該班學習情況之調查問卷」作為研究工具，以臺北市立社會教育館聲樂進階班（2012年春季班）中滿60歲之學員（N=42）為研究對象，實訪問卷調查，共得有效問卷42份，回收率100%，再從該問卷中篩選訪談對象，藉由問卷與半結構性訪談，以回答本研究之待答問題。研究結果如下：

- 一、臺北市立社會教育館聲樂進階班之銀髮族參與社會音樂教育之現況：
 - （一）該班銀髮族參與社會音樂教育之種類，集中傾向歌唱類別；
 - （二）該班銀髮族參與社會音樂教育之動機分為五大面向：熱愛音樂、仰慕名師、分享聯誼、自我實現、健康促進；
 - （三）該班銀髮族持續參與社會音樂教育之原因分為五大面向：身心狀況良好、時間分配得宜、音樂修習偏好、同儕共學努力、授課教師魅力；
 - （四）該班銀髮族參與社會音樂教育之感受有四項：學習明顯感進步、習唱深具挑戰性、課程有趣不枯燥、互相幫助向前行。
- 二、臺北市立社會教育館聲樂進階班之銀髮族參與社會音樂教育受背景變項影響之情形：
 - （一）性別：男性較不受影響，女性受影響較大；
 - （二）職業、退休與否：與職業之關係不大，與退休與否關係較大；
 - （三）個性：無明顯受影響。
 - （四）音樂學習經驗、舞台展演經驗影響：過去經驗能帶來一些增強功能，但直接影響不大。
- 三、臺北市立社會教育館聲樂進階班之授課教師與學員對該班之看法：
 - （一）聲樂「團體教學」的優勢為：當局迷旁觀清、相互鼓勵切磋、個性得以調整、免去獨唱壓力、情感聯誼交流、學費便宜親人、他人錯為借鏡；劣勢則為：教材進度規劃困難、學員程度參差不齊、無法立即得到回饋；
 - （二）「銀髮族」歌唱學習之優勢為：學習時

間較充裕、與教師年歲接近情誼佳、不願錯失學習機會而努力加倍；劣勢則為：功能固著易固執己見、身體機能退化並影響學習參與；(三) 該班學員之習唱動機為：想學習歌唱技巧、想學習廣泛的發聲技巧；(四) 學員感受到的進步與突破有：發聲法、音樂整體素養、背譜能力；感到困難的部分則有：發聲法、語言咬字、歌曲詮釋。

最後，本研究依據研究結果，分別對政府機關、授課教師、銀髮族學員及未來研究者提出建議。

關鍵字：銀髮族、社會音樂教育、臺北市立社會教育館聲樂進階班、聲樂學習

Abstract

The primary objective of this paper was to study the current situation of seniors' participation in music education in society. It also investigated how seniors' background factors influenced their motivation to participate in music education in society. Questionnaires, devised by the researcher, were used for collecting data from the Taipei Cultural Center Advanced Vocal Class in this case study. The subjects were students of the Advanced Vocal Class who are over 60 years old (N = 42). A total of 42 surveys were conducted with 100% response rate. In addition, some survey participants were chosen for interviews. Through the conducted survey and semi-structured interviews, the results were analyzed into the following findings.

1. The situation of seniors participation in the music education in society could be stated as:
(a) Seniors participated in various types of music, focusing on the vocal type; (b) Reasons of their participation can be subdivided into five categories: passion for music, reputation of mentor, socializing, self-enrichment and health improvement; (c) The five reasons for silver peer to continue participating included: healthy mind and spirit, adequate time management, self interest in music, desire to sing with others, and mentor's charm; (d) Overall, the feedbacks from the silver peers who participated in music education in society consist of improvement in learning, challenging but yet interesting materials, helping each other and working together.
2. The impact factors between seniors background and their participation in music education in society: (a) Gender – easier for male students to participate and more difficult for female students; (b) Occupation and retirement – less of a factor in occupation and more in whether participant retired or not; (c) Personality influence – not a very influential factor; (d) Music learning experience/stage experience – past experience can help students in

learning, but it was not a significantly influential factor.

3. Taipei Cultural Center Advanced Vocal Class – Feedbacks from mentor and students included: (a) Advantages of group learning: a spectator sees better than the chess player, encouragement with each other, self-improvement in personality, avoid solo pressure, friends making, less tuition, learn from others' mistakes. Disadvantages of group learning included: challenging to put together materials for everyone, different capabilities among students, unable to know self mistakes right away; (b) Advantages of seniors vocal learning: plenty of time for learning, closer relationship with the mentor, and working hard for every opportunity to learn. Disadvantages included: hard to change already developed habits, and deteriorated body functions; (c) Motivations of the students included: improving vocal techniques, learning various methods to generate sounds; (d) Breakthroughs and improvements from students: vocal techniques, overall music quality, and score memorizing. Challenges and difficulties from students: vocal techniques, dictions, and interpretation.

Finally, this paper proposed suggestions to government facilities, instructor, senior students, and future research base on the findings.

Key Words: Seniors, Music Education in Society, Taipei Cultural Center Advanced vocal Class, Vocal Learning

目次

摘要.....	i
英文摘要.....	iii
目次.....	v
表目次.....	vii
圖目次.....	ix
第一章 緒論.....	1
第一節 研究動機.....	1
第二節 研究目的.....	4
第三節 待答問題.....	4
第四節 名詞釋義.....	6
第五節 研究範圍與限制.....	9
第二章 文獻探討.....	11
第一節 銀髮族及其學習理論.....	11
第二節 社會音樂教育之相關理論.....	27
第三節 聲樂演唱與教學之相關理論.....	46
第四節 銀髮族音樂學習之相關研究.....	63
第三章 研究方法.....	71
第一節 研究場域與研究對象.....	71
第二節 研究設計.....	76
第三節 研究架構.....	79

第四節 研究工具.....	81
第五節 資料蒐集與處理.....	86
第四章 研究結果與討論.....	89
第一節 臺北市立社會教育館聲樂進階班銀髮族學員問卷之資料分析.....	89
第二節 臺北市立社會教育館聲樂進階班受訪學員與授課教師訪談之資料分析.....	118
第三節 臺北市立社會教育館聲樂進階班銀髮族學員問卷及訪談資料之綜合分析..	168
第五章 結論與建議.....	173
第一節 結論.....	173
第二節 建議.....	180
參考文獻.....	183
中文部分.....	183
英文部分.....	189
附錄.....	191
附錄一 專家意見彙整表.....	191
附錄二 正式問卷.....	204
附錄三 訪談大綱.....	215
附錄四 訪談資料代碼.....	220
附錄五 臺北市立社會教育館文化藝術研習班(2012春季班)開設課程一覽表.....	221

表目次

表 2-1-1	老化、老年及老人之概念.....	18
表 2-1-2	Peck 的人格發展成年晚期三大機.....	20
表 2-1-3	我國銀髮族教育服務種類.....	23
表 2-3-1	依年齡之發展時期人聲分類表.....	49
表 2-3-2	依音域區分之人聲種類.....	51
表 2-4-1	我國銀髮族參與音樂學習之相關研究.....	63
表 2-4-2	我國成人合唱參與之相關研究.....	66
表 2-4-3	我國銀髮族參與卡拉 OK 之相關研究.....	69
表 3-4-1	專家資料一覽表.....	83
表 3-4-2	問卷基本資料之題項表.....	84
表 3-5-1	代碼編排說明.....	88
表 3-5-2	訪談資料代碼.....	88
表 4-1-1	研究對象背景變項分佈情形.....	90
表 4-1-2	研究對象目前參與之課程/活動種類.....	93
表 4-1-3	研究對象目前參與之音樂課程/活動種類.....	95
表 4-1-4	研究對象進入本班的原因.....	96
表 4-1-5	研究對象參與該班之習唱動機.....	97
表 4-1-6	聲樂進階班學員參與該班之時間.....	98
表 4-1-7	吸引銀髮族持續參與聲樂進階班學習的原因.....	99
表 4-1-8	銀髮族如須中斷聲樂進階班學習之可能原因.....	100
表 4-1-9	該班銀髮族參與社群音樂之感受.....	101
表 4-1-10	研究對象之退休情形.....	103
表 4-1-11	研究對象之個性傾向.....	104
表 4-1-12	研究對象音樂學習經驗之修習管道.....	105

表 4-1-13	研究對象在參與聲樂進階班前之音樂展演的舞台經驗.....	107
表 4-1-14	研究對象在參與聲樂進階班前之音樂展演的舞台次數.....	108
表 4-1-15	研究對象認為在該班學習中對學習有幫助的部分.....	109
表 4-1-16	研究對象音樂學習能力自我評估.....	111
表 4-1-17	研究對象認為自己的學習情形.....	112
表 4-1-18	聲樂進階班的學習對研究對象的音樂能力提升程度.....	113
表 4-1-19	研究對象習唱過程感到最困難的部分.....	114
表 4-1-20	研究對象對於以團體形式上聲樂課的看法.....	115
表 4-1-21	「團體學習」及「個別指導」對研究對象的幫助.....	116
表 4-4-1	待答問題與施測工具之對應表.....	168

圖目次

圖 3-1-1	臺北市立社會教育館組織業務概況.....	72
圖 3-2-1	研究流程圖.....	78
圖 3-3-1	研究架構圖.....	80

第一章 緒論

第一節 研究動機

在人口結構轉型中，越來越多國家面臨高齡化帶來的衝擊，臺灣也不例外。人口老化是一種正面的轉型，是現代科學與醫學進步的結果，但大量高齡人口的出現，也使得老年族群受到關注，老年之學習或教育因此快速發展，各種型態的高齡教育活動紛紛興起，成為當今社會重要的特徵。

為因應瞬息萬變的世界，現今各國積極推動終身學習、建構學習社會及開發人力資源。美國首先在 1978 年召開白宮老年會議（White House Conference on Aging），明確指出：「教育是所有年齡團體的基本權利，它是使老人能夠享受完美和有意義的生活方式之一，也是促使老人能夠發揮潛能、貢獻社會的途徑」（引自白秀雄，1991）。其後，各國開始積極推動終身學習的活動，例如：歐盟會員國將 1996 年訂定為「歐洲終身學習年」（European Year of Lifelong Learning），以及聯合國倡議 1999 年為「國際老人年」（International Year of Older Persons），提出老人接受教育是一種基本人權，其應享有充分參與教育、文化、休閒及公民活動之機會，並期待各國能共同關注高齡化社會的教育問題（楊國德，1999）。

我國教育部審視當前社會發展的程度，於 1994 年第七次全國教育會議中提出推展

終身教育之議題，建議對銀髮族教育詳加規劃。1998年，在面對高齡社會建構終身教育的趨勢下，教育部發表《「邁向學習社會－推展終身教育，建立學習社會」白皮書》(1998)，並於1999年公布《教育基本法》，其第四條規定：「人民無分性別、年齡、能力……接受教育之機會一律平等」(黃富順，2008)，可見終身學習已形成一股時代潮流。國內目前高齡教育之實施機構，有正規的大學課程與非正式的高齡教育中心，主要有以下幾類(黃國彥，1994)：社會教育館、長青學苑、空中大學、社區大學、民間宗教團體的各種老人學校等，上述的機構皆屬於社會教育之範疇，並且多數都是以團體的形式實施課程活動。

社會教育，是有計畫的輔導社會全民進行學習活動的一種教育歷程。社會教育必須是積極的，實施對象則包括社會全體民眾，其施教內容包括生活環境中有組織的社會文化，而目的則是為了充實個人和社會群體的生活內涵，以促進社會全面向上發展(引自林勝義，1993)。社會教育之目的在於發展社會和教育再分配的策略，以產生一個更公平、更平等的社會，並促進地方機構更緊密的協調與合作，使教育不但能產生個人自主，亦可促進社會合作(林楊菁，2006)。我國自2011年起，推動「學習型城鄉－社區永續發展實驗站」計畫，補助10個縣市，共設置187個社區學習據點，並補助13個縣市設置27所社區多功能學習中心，辦理藝術文化、生態休閒及在地產業提昇等課程，提供社區民眾近便學習之機會，足見我國政府在推動社會教育之用心。

而社會音樂教育，主要藉由團體對個人的情感牽繫，使團體中的個人對團體產生歸屬感，並透過對生活上及技藝上的學習，達到個人對音樂及團體的認同，使人與人一起

形成音樂，並帶領他人主動享受及參與音樂。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），特別喜歡音樂藝術的人，多半都接觸過歌唱，歌聲是世界上最原始的樂器之一，也是人類與生俱來的能力（黃錦玫，2002）。

從音樂教育的觀點，有多位學者強調歌唱在音樂學習中的重要性，如：柯大宜（Zoltan Kodaly, 1882~1967）明白指出，歌唱是一切音樂教育的基礎，是人類天賦的樂器。綜觀我國的音樂教育，歌唱占有極大的份量，對多數人而言，接觸音樂最大的樂趣不只在於觀賞音樂的演出，更在於能夠親身體驗音樂，甚至能夠展演。歌唱，是一項讓民眾容易親近的藝術活動，因為歌唱具有普及性、方便性與獨特性，因此擁有大量的學習人口，也是在社會音樂教育中最普遍實施之項目，因此在音樂眾多的學習種類中，如：演奏、演唱、欣賞、創作等，演唱仍是在社會音樂教育中最常見的活動。

研究者於2009年七月至今，受聘於臺北市立社會教育館聲樂進階班擔任鋼琴伴奏，該班的學員多半為已退休之銀髮族，這些學員在學習過程中相當積極，並且進步的幅度非常可觀，令研究者感到好奇。同時，因研究者深感銀髮教育推行之勢在必行，但國內銀髮族在歌唱教育領域的相關文獻卻相形缺乏，而臺北市立社會教育館為國家實施社會教育的主要機構之一，在研究取樣上具有代表性，因此，研究者欲採用個案研究法，以臺北市立社會教育館聲樂進階班之銀髮族學員為研究對象，透過問卷及訪談，探討該班「銀髮族團體聲樂教學」之社會音樂教育參與情形，並藉由授課教師的訪談內容作為三角檢測之用，以檢驗研究的信效度。

第二節 研究目的

根據前述研究動機，本研究之研究目的如下：

- 一、瞭解臺北市立社會教育館聲樂進階班之銀髮族參與社會音樂教育之現況。
- 二、探討臺北市立社會教育館聲樂進階班之銀髮族參與社會音樂教育受到背景變項影響之情形。
- 三、瞭解臺北市立社會教育館聲樂進階班之授課教師及學員對該班教學之看法。

第三節 待答問題

依據上述研究目的，本研究欲探討之待答問題如下：

- (一) 臺北市立社會教育館聲樂進階班之銀髮族參與社會音樂教育之現況為何？
 - 1-1 銀髮族參與社會音樂教育之種類為何？
 - 1-2 銀髮族參與社會音樂教育之動機為何？
 - 1-3 銀髮族持續參與社會音樂教育之原因為何？
 - 1-4 銀髮族參與社會音樂教育之感受為何？
- (二) 臺北市立社會教育館聲樂進階班之銀髮族參與社會音樂教育受到背景變項影響之情形為何？
 - 2-1 銀髮族參與社會音樂教育受到性別影響之情形為何？

2-2 銀髮族參與社會音樂教育受到職業影響之情形為何？

2-3 銀髮族參與社會音樂教育受到個性影響之情形為何？

2-4 銀髮族參與社會音樂教育受到音樂學習經驗與音樂展演經驗之影響情形為何？

(三) 臺北市立社會教育館聲樂進階班之授課教師及學員對該班之看法為何？

3-1 臺北市立社會教育館聲樂進階班授課教師對其教學及學員學習情形之看法為何？

3-2 臺北市立社會教育館聲樂進階班學員對授課教師之教學理念與教學設計之看法為何？

3-3 臺北市立社會教育館聲樂進階班學員對自己及其他學員學習情形之看法為何？

3-4 臺北市立社會教育館聲樂進階班授課教師及學員對臺北市立社會教育館開設課程之看法為何？

第四節 名詞釋義

一、銀髮族 (Senior)

「銀髮族」一詞經常與「老年人」或是「高齡者」劃上等號。「退休」長期以來都被視作老年的起點，但目前由於壽命普遍的增長，以及越來越早停止工作的現象，退休已不再具備此方面的意義。所謂銀髮族，在不同國家、不同社會的劃分標準也不相同。黃國彥（1994）認為老年人的判定應該從下列各項標準來探討：生物上、社會上、法律上、年代上、心態上、心理情感上、經濟上等。學術界通常對於老年的定義是 65 歲以上人口，但這個年歲並未受到世界各國所公認，因為老化是一個連續性的過程，目前人口學的分析開始將 60 歲以上人口稱之為老年人口（蔡文輝，2003），並且基於對銀髮族族群的尊敬，1980 年在國外文獻中首次出現 Silver Peer 之詞彙來尊稱銀髮族。

根據定義，本研究以年滿 60 歲者為銀髮族，並以臺北市立社會教育館聲樂進階班中 60 歲以上之銀髮族學員及授課教師為研究對象。

二、社會音樂教育 (Music Education in Society)

廣義的社會教育是指一切具有發展社會文化作用的教育，包含家庭教育及學校教育；而狹義的社會教育，則是指正式學校教育之外的教育，以全民為施教對象，以提升國民文化水準為目標（孫邦正，1968）。《社會教育法》（1953年公佈，1959、1980、2002、

2003、2011年修正)第二條規定：社會教育是指在學校所實施之正規教育外，對全民所提供之有組織的教育活動。我國目前實施社會教育的八大目標分別為：成人教育、休閒教育、文化教育、家庭教育、藝術教育、技職教育、科學教育，以及生態教育。其後政府在1997年頒布《藝術教育法》，而社會音樂教育屬於其中之藝術教育，藝術教育能提供國民接觸音樂、研討音樂、學習音樂，並具備使音樂生活化、生活音樂化之功能，是延長或彌補學校或家庭音樂教育之管道，亦能提供社區民眾高層次的休閒文化。

根據上述定義，本研究將社會音樂教育定義為正式學校教育之外的音樂教育，以臺北市立社會教育館聲樂進階班為研究場域，以該班年滿60歲之銀髮族學員為研究對象，並以授課教師之訪談作為三角檢測之用。

三、臺北市立社會教育館聲樂進階班

臺北市立社會教育館開設文化藝術研習班，於每年春、秋兩季分別開課。2012年春季所開設之歌唱類型班級共有11班，其中的聲樂進階班，自1993年創班以來，已有近二十年之久（現任授課教師自1996年起接任之）。相較於一般之聲樂課程，該班的主要特色是授課教師將每堂課的授課時間分為前後兩半，前半段團體練唱，後半段個別指導。團體練唱是以團體形式教授聲樂，有別於聲樂課傳統一對一授課的型式，課程內容包含發聲法、練習曲、歌曲教唱以及季末歌曲總複習等，習唱曲目種類眾多，舉凡藝術歌曲、歌劇選曲、各國民歌等；個別指導則是由學員輪流上台接受授課教師以一對一的形式單獨指導，其餘學員旁聽，每人每次十分鐘；並於每期的最後一堂課舉行期末成果

展演，展演地點在臺北市立社會教育館一樓大廳，有意願的學員可自由報名參加。

在本研究中，研究者以臺北市立社會教育館聲樂進階班之銀髮族學員為研究對象，並以授課教師之訪談作為三角檢測之用，該班課程內容實施不同於其他歌唱類型班級之特色為：1. 該班採團體教學與個別指導兼具，而非全程團體教唱或僅有一對一型式之個別指導；2. 不論學員為男女老少，教師全程以美聲唱法教學，而非通俗唱法；3. 學員演出的形式皆為聲樂獨唱而非重唱或合唱。因臺北市立社會教育館聲樂進階班具有上述之特色，且臺北市立社會教育館為我國推行社會教育的主要機構之一，具代表性，因此研究者選取該班作為研究之場域，以該年年滿 60 歲之銀髮族學員為研究對象，並以授課教師之訪談作為三角檢測之用。

第五節 研究範圍與限制

一、 研究範圍

(一) 研究對象：

本研究以臺北市立社會教育館聲樂進階班2012年春季班學生中，年滿60歲之銀髮族為研究對象，並以授課教師之訪談作為三角檢測之用。該班60名學員中，共有42名符合資格。

(二) 研究地區：

由於本研究以開設於「臺北市立社會教育館」之課程為例，參與的學員多數為設籍於臺北市之市民，其中有少數學員來自鄰近的外縣市，如桃園或基隆。本研究整體仍以臺北市地區為主要研究範圍，並不因部分研究對象之設籍地不在臺北而影響研究結果。

(三) 研究法：

本研究採個案研究法，以臺北市立社會教育館聲樂進階班中年滿60歲之銀髮族及授課教師為例，共42位學員及1位教師為樣本，使用研究者自編「臺北市立社會教育館聲樂進階班銀髮族學員之背景與參與該班學習情況之調查問卷」，及半結構式訪談為主要收集資料之方法。

二、研究限制

(一) 研究對象作答之準確度：

本研究之研究對象為年齡較高之銀髮族，在問卷填答時，銀髮族可能較容易遇到文字閱讀的困難，或對於語意及填答方式不了解而影響作答結果。研究者為避免此因素影響研究結果，因此在研究對象填答過程中，研究者將逐題講解並全程陪伴，如有問題立刻協助處理，並在研究對象交回問卷時，從頭至尾檢查是否有漏題之現象，但仍難完全避免研究對象因誤解題意而影響研究結果。

(二) 研究對象之作答情形：

據研究者觀察，該班學員與授課教師之情誼濃厚，因此認為研究對象在參與研究時可能因不好意思填答較為負面的選項，而影響研究結果。研究者將在逐題講解的過程中提醒銀髮族選填最合適的選項，但仍難完全避免研究對象因人情顧忌而影響研究結果。

(三) 研究者之主觀：

在質性研究中，研究者即為研究工具之一，研究過程中，研究者難免因個人學習經驗，而對訪談資料分析產生主觀判斷。研究中，研究者將透過資料的信效度檢測，以降低影響，但仍難完全避免。

(四) 個案不能推論

本研究為個案研究，因樣本數小，其研究結果僅代表該班之學習情形，不能推論至其他相同性質或相同名稱之課程或活動。

第二章 文獻探討

本章依據研究的主題與其相關研究進行文獻探討，共分為四節。第一節說明銀髮族及其學習理論與現況；第二節探討社會音樂教育之相關理論；第三節討論聲樂演唱與教學之相關理論；第四節為銀髮族音樂學習之相關研究。以下分述之。

第一節 銀髮族及其學習理論

一、銀髮族之定義

基於對銀髮族族群的尊敬，銀髮族一詞是 1980 年代首次出現的詞彙；此外，尚有智者、高齡群、長者、資深公民等稱呼（陸美婷，2008）。有些學者認為老年並非全以年齡來界定，而應將「生理」、「心理」，及「社會」三種情況合併考慮，並從生物學、醫學、社會學與老年學等角度來界定。以下為不同專業為銀髮族所下的定義（陳英仁，2005）：

（一）人口統計學家

人口統計學家將人分為三階段的人口類型：15 歲以下和 65 歲以上者為經濟依賴人口；16 歲以上至 64 歲之間者為經濟勞動人口；銀髮族則是定位於 65 歲以上之依賴人口。

（二）心理學家

至於心理學家將人分爲八個時期：產前期、嬰兒期、幼兒期、兒童期、青年期、成年期、中年期及老年期。其中，老年期是指從 65 歲到死亡的時期。

（三）社會學家

社會學家分別從生理、心理以及社會三個層面來界定銀髮族，分別說明如下：

1. 生理的老年：因身體上機能殘障，缺乏正常活力，不能工作者謂之老年。
2. 心理的老年：因精神活動能力頹喪，心理失常，意志消沉，沒有奮鬥創造精神之人。
3. 社會的老年：根據退休年限之標準而訂，依產業不同從 55 歲至 65 歲皆有之。

如以各國相關法令之退休年齡探討，以新加坡 55 歲爲最低；韓國、法國、中國大陸、俄羅斯等爲 60 歲；英國、美國、加拿大、德國、義大利、瑞典、西班牙等皆爲 65 歲；以歐洲的丹麥、挪威、冰島與瑞典之 67 歲爲最高。而以 65 歲做爲職業退休年限，及做爲社會安全福利給付之標準最爲普遍（陳英仁，2005），如我國公務人員即以 65 歲爲退休年限。通常學術界對於老年的定義爲 65 歲以上人口，但這個年歲並未被世界各國所公認，如目前人口學的分析便是將 60 歲以上人口定義爲老年人口（蔡文輝，2003）。

依據聯合國世界衛生組織（World Health Organization, WHO）所訂定之標準，一個國家 65 歲以上之銀髮族人口，占全國總人口在百分之四以下者爲「青年國」；未滿百分之七者爲「成年國」；超過百分之七者爲「老年國」，意即已達到高齡化社會之標準。但由於現今社會銀髮族人口逐漸增加，老年群體便再被細分，依據 Atchley（1989, 1993）認爲六十五歲至七十五歲者爲「年輕老人」（the young-old）；七十五歲到八十四歲者爲「中銀髮族」（the middle-old）；年齡在八十五歲以上者稱爲「老老人」（the old-old）（引自蔡

培村，1996)。根據人口學家 Anstee (1989) 的分析，在六十五歲以上的銀髮族當中，以「老老人」年齡層的人口成長數字最為迅速，並稱這種現象為「老年的老化」(the aging of the aged) (引自蔡培村，1996)。

二、銀髮族之學習理論

(一) 銀髮族之學習特性

由於銀髮族面臨社會生活轉變、生理變化及智力衰退等變化，最明顯的三種心理特性為：低自尊、學習信心低，及友誼的需求 (楊欣恩，2002)。黃國彥 (1994) 認為，相較於青壯年人口，銀髮族的學習特性也有較明顯的特色，以下簡要說明之：

1. 學習速度較慢：銀髮族學習時強調正確性第一、速度第二。隨著年齡增長，反應速度變慢，因此學習新知需花費的時間，相較於年輕人較長，銀髮族喜歡花較多時間去研究教材，因此在時間的壓力下學習效果較差，如能在面對銀髮族的教學上加長反應時間，則可減少學習成效不佳之比例。
2. 缺乏彈性：銀髮族較以過去經驗作為參考，因而容易缺乏彈性，銀髮族的學習經驗大多決定於早期的教育經驗，因此在學習新經驗時會受舊經驗干擾而導致反應僵化，銀髮族受故有習慣牽制的情形比年輕人嚴重，功能固著的現象也會隨年齡而增加。
3. 自我觀念較低落：社會之刻板印象對銀髮族的智力有較負面的印象，造成銀髮族在學習中自我觀念較低落、缺乏自信心、害怕學習，試誤學習的機會降低，是阻礙學

習的一大因素。

4. 喜歡實用的內容：銀髮族喜歡與實際生活相結合的議題，對實用的內容較感興趣，對於無意義且不熟悉的學習材料較無學習動機。此外，對於增進生活情趣、提高文化水準、增進身心健康等事物特別喜愛，且對於可立即運用於生活情境的學習內容有所偏好。
5. 喜歡不費力的學習：希望教師能安排學習順序，並能提供足夠的線索與提示，避免「非學習因素」之干擾，使之能較不費力的學習。

(二) 銀髮族之背景變項與學習行為

Robinson (1998) 認為以下的因素可能影響銀髮族參與學習之行為 (引自吳老德, 2003) :

1. 個人背景因素：

- (1) 參與行為與性別：男生大部分參與職業取向課程、女生則多參與和家庭生活相關的課程；
- (2) 參與行為與年齡：教育參與行為與年齡成負相關，年紀越長，參與行為越低；
- (3) 參與行為與教育程度：教育參與行為與正規教育水準有正相關，教育水準越高者參與程度亦越高；
- (4) 參與行為與職業類別：與收入高低有密切的關係，收入高者參與程度較高；
- (5) 參與行為與婚姻狀況：有婚姻者須做較全面的考量，通常受家庭之限制較低者參與程度較高；
- (6) 參與行為與健康：銀髮族參與程度和健康條件有穩定性的正關係，越健康者參與程度越高，且健康壓力會隨年齡增加而擴大；
- (7) 參

與行為與居住地區：其便利性影響是否方便去上課，越方便者參與程度越高。

2. 規劃性因素：

- (1) 近便性：銀髮族參與學習活動，以距離近且容易到達之環境為優先考量；
- (2) 涉入程度：銀髮族參與學習活動之涉入程度越高者，其參與動機越強、持續性也越強；
- (3) 有意義的課程：銀髮族對較感興趣且覺得有意義的課程參與動機較強；
- (4) 教學效能：教師的教學效能越明顯，對銀髮族的吸引力則越大；
- (5) 參與成就：越能獲得成就感之課程，越能激發銀髮族學習的慾望。

(三) 銀髮族之學習效益與困難

1. 銀髮族之學習效益

從銀髮族參與或不參與學習活動的相關研究可發現：銀髮族參與學習活動者，在自我概念、自信心、生活滿意度、生理功能、情緒狀態、人際關係、生活充實感、生活情趣、休閒與生活知能、充實幸福感等方面，皆明顯高於不參與學習活動者(簡素枝, 2003；魏秋雯, 2002)。

徐立忠(1997)指出銀髮族教育的社會功能主要有以下六點：(1)「寓教於活」，教育即生活，接受教育可使銀髮族生活有規律朝氣；(2)「寓教於長」，教育即進步，教育就是成長，接受教育可以使銀髮族成長而不與社會脫節；(3)「寓教於用」，接受教育可使銀髮族更有能力、工作更勝任愉快；(4)「寓教於為」，接受教育能使銀髮族更能運用智慧、有所作為；(5)「寓教於樂」，接受教育可使銀髮族更快樂、生活更有趣；(6)「寓

教於群」，接受教育可使銀髮族更合群並能改善人際關係。

Snodgrass (1995) 的研究則指出，豐富生活有益於銀髮族，並且透過此學習活動可以幫助銀髮族達成下列狀態：(1) 刺激智力，使銀髮族持續成長，並在社會中扮演好市民之角色；(2) 透過與他人之互動，可調節身心，進而對自我生活的目的與意義有所認知；(3) 透過藝術表現或是志工參與，可自我實現達成生活目標，並對社會有所貢獻；(4) 瞭解學習是永無止盡的（引自賴奇旻，2008）。

上述相關研究與學者對銀髮族學習功能的看法，大致可分為三方面(林麗惠,2001)：

(1) 銀髮族本身方面：銀髮族學習既能引導老人學習新知與新事物，以提升適應社會生活與變遷之能力，並能激發潛能，安享休閒生活，進而追求自我實現，發展生命意義；(2) 社區家庭方面：混齡教學的靈活運用下，可消除代間疏離，使彼此更進一步瞭解，以落實親子教育。此外，銀髮族新知識與技能之習得，使高齡人力獲得應用，有益於社區與社會，亦可降低社會成本的支出；(3) 社會發展方面：高齡者老化情形如適應良好，則其累積多年之經驗、技能、智慧等，將可透過多元管道的方式貢獻於社會，且可成為社會之生產者，扮演退而不休、老有所用的積極性角色。

2. 銀髮族之學習困難

(1) 生理方面：老化

老化，是一種持續一生的過程，其發展不會停止。黃富順（2004）認為老化是身體結構或功能的一種改變過程，通常等到身體組織功能出現問題時，才會有所警覺。「老

化」可由下列四點作為指標（黃富順，2008）：① 生殖能力喪失—以婦女而言就是停經，約 50 歲左右；② 頭髮變為灰白—這項指標，個體的個別差異較大，每個人轉為灰白髮的速率也不相同；③ 生理功能的減退—如視聽能力衰退、呼吸短促、平衡力減弱、肺活量變小等；④ 慢性病的產生—通常也列為邁向老化的象徵之一。

生理的老化，洪錫井（1994）認為可分為三個方面（引自陳英仁，2005）：

- ① 感覺器官：主要在於視覺及聽覺。視覺方面，人類在 50 歲之後，須有較強的光線才看得清楚，且清晰度亦越來越低，視野也逐漸縮小；聽覺方面，人類在 45 歲過後，對於高頻率的聲音之聽力開始下降，到 70 歲時更明顯。因此與銀髮族對話時，說話者必須提高音量，且速度宜減緩，重要的字句應重複敘述，並注視銀髮族的臉，以便提供表情線索。
- ② 大腦和神經系統：從斷層掃描來看，人類大腦隨著年齡增加而有明顯縮減的現象，從 30 歲開始到 70 歲，大腦組織的損失將達 20%，且大腦裡傳遞訊號的某些化學濃度大量降低，腦中的慢速腦波亦會增加，使腦組織的血流更低、新陳代謝減緩，影響大腦及神經功能。
- ③ 疾病的發生：銀髮族身體機能逐漸喪失功能，疾病也隨之增加，一些慢性病，如高血壓、糖尿病、心臟血管疾病，以至癌症皆為常見疾病，。

銀髮族的生理狀況會隨著年齡而衰退，是自然現象，也是一種連續性的過程，老化現象雖然有差異性、持續性、多面向性、可延緩性，卻是無法避免的過程。胡淑慧（2008）就老化、老年以及老人的概念作一簡要分析，如表 2-1-1：

表 2-1-1 老化、老年及老人之概念

	老化	老年	老人
意涵	動態的過程 兼具發展及衰老	發展的最末階段	發展至老年階段族群－銀髮族
區分	無法以年齡區分	通常以年齡區分	通常以年齡或功能區分
分類	初級老化－生物基因 次級老化－外在因素 三級老化－生命將結束 成功老化－擁有活力	統整老年 VS 絕望老年	初老 中老 老老
時態	現在進行式	未來式或現在式	未來式或現在式
階段	涵蓋生命全程	人生後半段	人生後半段
特性	差異性、持續性、 多面向性、可延緩性	差異性、多面向、 普遍性	主體性、差異性、 互動性
看法	傾向對自己老化的看法	是社會既存之看法	對他人的老化看法
共同特點	時間：與生命歷程的發展相關 層面：具心理、生理、社會等層面 層次：個人層次－邁向全人的成長；社會層次－利他主義及增能改變 廣度：受生活型態、社會階級、文化、時代與公共政策所影響 過程：皆須主動規劃追求與掌握 學術：皆強調以跨學科之整合 趨勢：老化的正向觀點及老年卓越理論的興起		
共同問題	老化不等於老年（人）；老年（人）不一定老化 老化、老年、老人常被視為相同概念混為一談 具有刻板印象及呈現病理化、問題化、負擔化等年齡歧視的意識形態 缺乏政策的積極面向，大多以社會福利為典範		
可行途徑	終身學習與積極參與		
目標	成功老化	統整老年	幸福老人
相似概念	順利老化、圓滿老化、健康老化、積極老化、活躍老化		

資料來源：胡淑慧（2008）成人學生對邁向成功老化的認知、準備程度及學習需求之研究－以臺北市某技術學院進修專校成人學生為例。國立臺灣師範大學音樂學系碩士論文，臺北，未出版。

(2) 心理方面：害怕

心理的老化，指的是個體對老化過程的知覺，在逐漸變老過程中產生的心理反應。人文主義的教育老年學代表人物 Cole（1992）認為老化充滿著未知、恐懼和神秘，唯有以愛、熱情和接納才能成功的渡過（引自黃富順，2004）。

徐立忠（1989）認為銀髮族退休的前後時期，最容易在心理上產生失調，並將其心理的調適過程分為四個階段，分別為：①樂觀階段：個人沉醉於職業角色解除後，享受退休後之愜意生活；②沮喪階段：個人在退休後的生活情形與退休前所憧憬的生活有差距，因而心理產生失調；③調適階段：個人透過再進修的方式，接受老人角色，並糾正其老人生活的價值觀；④適應階段：接受老人角色，並適應其社會角色，直到生命終止。

Peck（1964）針對成年晚期的發展任務，提出必須加以解決的三大危機，分別為：自我分化與工作角色偏執；身體超越與身體偏執；以及自我超越與自我偏執（引自梁譯云，2010）。而成功處理此三大危機的情形如下：自我分化良好的銀髮族，價值感的建立完善，較不易因離開工作崗位而感到價值感喪失，並因此失去自尊與信心，相反地，因為過去成功經驗之累積，能夠創造自己的價值感，並能對老年生活感到滿足；身體超越良好的銀髮族，不會因生理功能日漸減退，而產生失落感，反而能將價值觀由身體層面轉移到人際關係或心智活動的層面，更能體驗生活的滿足與實踐；自我超越良好的銀髮族，能從容地接受死亡，認清自我的意義以及個人的成就並不因死亡而消失（梁譯云，2010）。詳見表 2-1-2。

表 2-1-2 Peck 的人格發展成年晚期三大危機

階段	危機說明	發展順利的特徵
自我分化與 工作角色偏執	一般成年人的自我價值感大都來自工作角色或職業的肯定，因此一旦退出工作崗位（退休），釋放了權力，原來自於工作的成就感會急遽下降瞬間失去了工作與權力而感到不安，容易覺得生活變得毫無意義，此即為「工作角色偏見」的結果。	若銀髮族能夠有良好的「自我分化」，可由其他的角色中取代已失去的工作角色，超越工作外的個人價值感，擁有些嗜好或興趣來界定自我存在的價值，對銀髮族的心理發展將有所助益。
身體超越與 身體偏執	因生理功能日漸減退，而面臨伴隨而來情緒的沮喪或失落感，會導致生活的滿意度降低和快樂的情緒驟減，當這樣的情形無法排除時就會有所謂的「身體偏執」，即將注意力完全集中於身體功能中。	銀髮族若能將價值觀由身體層面轉移到人際關係或心智活動的層面，更可以經驗到生活的滿足與實踐。
自我超越與 自我偏執	當面對不可避免的死亡問題時，個體若拒絕接受，或雖知死亡的必然性，但內心仍然拒絕死亡而造成內心衝突、恐懼與焦慮，即可視為「自我偏執」。	所謂「自我超越」是視死亡為人生無法避免的命運，並能夠從容接受，且主動思索死亡的意義，認清自我的意義以及個人的成就並不因死亡而消失，個人對社會的貢獻，可以經由子女或所愛的人薪火相傳，而超越死亡的限制，坦然面對死亡。

資料來源：引自梁譯云（2010）。高齡者參與業餘合唱團之個案探究—以高雄市漢聲合唱團為例。國立台北教育大學音樂學系碩士論文，臺北，未出版。

(3) 解決之道

黃國彥（1994）對銀髮族學習心理特徵提出了因應之道：①銀髮族的智力並不因年齡的增加而顯著改變，教學者應強調學習者的潛能；②教學者須明白銀髮族的記憶並沒有降低，只是對記憶訊息編碼不同；③在思考與問題解決上，銀髮族較不習慣以邏輯上唯一正確的途徑來思考；④學習材料呈現時間的長短與進度必須富於彈性；⑤隨時給予讚美與鼓勵，鼓勵學習者盡量反應作答；⑥避免銀髮族過去的知識與經驗造成的記憶干擾而影響學習。

蔡培村（1996）則從三個面向提出因應之道：A. 感官功能衰退方面－可增加刺激程度，並給予足夠時間察覺刺激，讓學習者調整自己的速度學習；B. 心理調適方面－宜安排合適的程度，並鼓勵成人參與或自行設計學習活動；C. 教學設施方面－應消除或減少干擾，並改善硬體設備等。

(四) 我國政府機構對銀髮族之教育推廣

1. 我國政府實施之教育政策

先進國家為使銀髮族重新建立美滿充實的第二階段人生，紛紛辦理及推廣各種老人教育機構，以及不拘形式的各種非正式推廣教育機構，提供銀髮族再學習的機會。例如：歐美的社區學院（Community College）；日本的「老人大學」、韓國的「高齡者教室」；法國的「第三年齡大學」（University for the 3rd Age），或專為銀髮族而設立的空中教學等（吳老德，2003）。

我國有關銀髮族教育的相關法令規章，有內政部 1980 年頒訂、1997 年、2006 年修訂的《老人福利法》；教育部在 1985 年公佈、1995 年修訂的《空中大學設置條例》；1991 年至 1995 年辦理的《老人教育實施計畫》；以及 1990 年公布的《社會教育工作綱領》(教育部，1996)。我國銀髮族教育是依據《老人福利法》第 19 條規定：「有關機關團體應鼓勵老人參與社會、教育、宗教、學術活動，以充實老人精神生活。」相較於其他先進國家，我國的銀髮族教育起步較晚，教育部於 2006 年制定邁向高齡社會《老人教育政策白皮書》，推動老人教育政策最重要的意義在於：(1) 保障銀髮族學習權益，以提升其生理及心理健康，促進成功老化；(2) 提升銀髮族退休後家庭生活及社會的調適能力，並減緩老化速度；(3) 提供銀髮族在教育與社會參與的機會，降低被社會排斥與隔離的處境；(4) 培養國人以正確的態度看待老化現象，建立一個對銀髮族親善且無年齡歧視的社會環境。

2. 我國政府辦理之教育機構

臺灣目前銀髮族的教育機構，涵蓋官方及民間團體。主要銀髮族的教育機構分成三類：(1) 教育機構與組織：非營利的、獨立的教育組織；(2) 社區機構：地區性的老人組織、自願性組織；(3) 社教機構：圖書館、博物館、科學館、音樂廳、戲劇廳、紀念館、社教館、廣播電台、劇團、資料館、文物館、文化中心、兒童及青少年音樂設施等 (吳老德，2003)。我國目前對銀髮族提供的教育服務種類，如表 2-1-3 所示：

表 2-1-3 我國銀髮族教育服務種類

銀髮族教育服務種類	說明
長青學苑或公民大學	成立退休人員大學或社區學苑、大專院校開設適合銀髮族進修或選修課程、安養機構附設老人大學、老人空中大學等。
銀髮族職業學校	各縣市職業學校提供銀髮族進修、習藝機會。
銀髮族講座或補習教育	定期或不定期演講或上課，提供銀髮族專業或專門知識
銀髮族圖書館或銀髮族圖書車	各級圖書館提供銀髮族圖書服務，或設立銀髮族專用圖書館，或提供銀髮族巡迴圖書車供偏僻地區使用。
銀髮族教室	銀髮族活動中心或社區活動中心，以及各級學校提供銀髮族唱歌、作詩、繪畫、插花等之趣味教室，供銀髮族使用。
銀髮族社團	輔導服務熱心與學有專長之銀髮族，參加長青志願服務隊，使其經驗、知識繼續貢獻於社會。
社區學苑	環保教育、社區婦女讀書會、銀髮族社區學習活動等
老人文康中心或松柏書院	配合不同需求之銀髮族，開設書法、國畫、太極拳、其意、健身韻律操、外語、電腦、園藝、歌謠以及各種銀髮族教育講座。
福利服務設施	老人福利中心、老人靜養人家、老人休閒中心、老人工廠、老人旅社、老人安養機構、老人療養院所、老人復健或休養之家等。
老人推廣教育	各級學校推廣教育或成人教育班，民間團體、企業或文教基金會網站，提供終身學習機會。

資料來源：研究者依據吳老德（2003）製表

三、銀髮族之休閒活動與藝術教育

(一) 銀髮族之休閒活動

賴奇旻(2008)將許多學者對銀髮族休閒偏好的研究整理為四種類型:(1)嗜好型:看電視、聽音樂、唱歌等;(2)運動型:游泳、打球、跳舞等;(3)社交型:親友聚會、聊天、聚餐、社會服務等;(4)戶外型:散步、郊遊、逛街購物等。

學者黃國彥(1994)特別將我國銀髮族的休閒活動細分為六項:(1)社交活動:圍棋、象棋、聯吟、飲茶聊天等;(2)文化活動:祭典、節慶活動的參與、展覽、音樂、戲劇、廣播、電視的欣賞、閱讀書報雜誌、攝影等;(3)體育活動:散步、登山、羽球、乒乓球、太極拳等;(4)郊遊活動:成群結隊到處遊玩如垂釣、旅遊等;(5)居家活動:養鳥、飼魚、園藝、含飴弄孫等;(6)其他活動:小部分喜歡諮商服務、喜歡年輕人向其請教、參與宗教活動、社會服務工作、諮商服務工作等。

(二) 銀髮族之藝術教育

藝術的本質，其實就是心靈中一種最自然的感情表達，被認為具有提升一般感情之效果，藉由藝術本身之美，可以引起聆賞者種種相關聯的情緒或心靈感應，因此藝術可說是具有高度的精神性價值。葉長海(1991)認為藝術活動與其他活動不同，具有其獨特性，因為它具備以下幾項特性：1. 藝術是具有自我目的性的活動；2. 藝術具有傳達結構之功能；3. 藝術是內在性象徵；4. 藝術是人類的精神性創造；5. 藝術具有高級精神性價值內容。

此外，美國史丹佛大學艾斯納教授（Elliot W. Eisner,1990）提出透過優秀藝術作品的學習所能培養的八項主要認知能力：1. 藝術能增強感受事物的關聯；2. 藝術能訓練關注細節變化；3. 藝術能強化問題的答案與多重的解決辦法；4. 藝術創作能培養一個人在處理事情的過程中改變目標的能力；5. 藝術能增強在沒有規則的情況下做決定的能力；6. 藝術是培養想像力的一個資源；7. 藝術培養在一定的媒介中表現的能力；以及8. 藝術培養一個人從美學的角度觀看世界的能力。藝術被認為是一種昇華的情感表現，必須藉由教育的方式來傳遞（楊欣恩，2002）。

藝術教育對於銀髮族而言，具有下列之功效（白秀雄，1991）：1. 增進適應變遷能力之功能，以協助銀髮族成功扮演生活的新角色；2. 充實生活情趣的功能，並提升精神生活；3. 自我成長與自我實現的功能，幫助銀髮族認識自我、接受自我，並追求個人成長；4. 促進社會參與的功能，透過互動切磋，能增進人際關係；5. 增加再就業知能的功能，有助發揮高齡人力資源潛力，創造成功幸福的第二生涯；6. 增加參與志願服務知能的功能，使銀髮族更加肯定自己的價值，是國家社會的重要資源；7 具有休閒活動的功能，同時可增進學習效果以及聯誼；8. 具有提高銀髮族在家庭及社會中的地位，藉由不斷學習吸取新知，增進溝通能力。

我國教育部在 1984 年訂定《加強推行藝術教育與活動實施要點》，並於 1991 年六月修正，其目標有二：加強推行全民藝術教育與活動，發揮社會教育功能，提昇國民生活素質；以及發掘與培育各類藝術優秀人才，策辦各項藝術展演，提倡正當休閒活動，改善社會風氣。教育部隨後於 1997 年 3 月訂定之《藝術教育法》，將藝術教育分為五類，

分別為表演藝術教育、視覺藝術教育、音像藝術教育、藝術行政教育，及其他有關之藝術教育，強調藝術教育的重要性及必須性。

目前我國銀髮族接受藝術教育的方式，一般皆採非正式、無學分、短期課程的成人教育方式。黃國彥（1994）將之分為三種方式：1. 學校教育—到校上課；函授方式；2. 社會教育—空中教學、專題講座等；3. 社區教育—老人教室、俱樂部、老人專用圖書館、出版社區性報紙刊物等。近年來，老年化的議題越來越受到重視，政府也仍在積極擴充銀髮族參與藝術教育之管道。

人口老化已是一種趨勢，面對人口老化帶來的種種問題，教育被認定是最佳的解決之道，再加上終身教育的推廣，帶來了銀髮族學習族群的興起。教師在面對銀髮族群的學員時，須先瞭解其生理、心理與年輕人之差別，以及學習的障礙與困難，才能在課程設計與教材教法上加以調整，以達事半功倍之效。如調整授課之進度，讓課程保持彈性，並且對銀髮族表示尊敬，多使用讚美以增進銀髮族之自信心；在課程規劃方面，應多提供實用的授課內容，在授課時將學習順序安排好，並提供足夠的線索與提示等，皆為有效協助學習之策略。

第二節 社會音樂教育之相關理論

本節主要探討社會音樂教育之相關理論，首先解釋社會教育之定義與法規，並說明社會教育與社會音樂教育之功能；其次分別從政府機關及地方相關活動探討我國社會教育與社會音樂教育之現況與實施機構；再次探討社群音樂之定義與發展；最後探究終身教育之發展與意涵，茲說明如下。

一、社會教育

(一) 社會教育之定義

社會教育，是有計畫的輔導社會全民進行學習活動的一種教育歷程。社會教育必須積極的實施，實施對象則包括社會全體民眾，其施教內容包括人類共同生活環境中有組織的社會文化，而目的則是為了充實個人和社會群體的生活內涵，以促進社會全面向上發展（林勝義，1993）。

有關社會教育一詞，最早出現在德國教育學者Adolf Diesterweg（1835）的論文中，其主張傳統教育應該擴大到國民各個階層，並注重社會生活的革新，於是創辦社會教育機構（引自周思恩，2008）。我國在1911年中華民國政府成立時，於教育部下設立社會教育司，此為我國官方正式使用社會教育一詞之始，而今日，社會教育一詞已成為國內學者界定成人教育或繼續教育（Continuing Education）的一個普遍名詞。

孫邦正（1968）曾針對廣義及狹義的社會教育提出論點，他認為，廣義的社會教育是指一切具有發展社會文化的作用，包含家庭教育及學校教育，意即教育全體之意涵；而狹義的社會教育，則是指正式學校教育之外的教育，以全民為施教對象，以提升國民文化水準為目標。楊國賜（1987）認為社會教育必須是：1. 能提供學習活動的計畫；2. 能規劃、進行評估成人學習活動的過程；3. 為社區發展的行動方案或自助方案的一種社會運動；4. 是一項學門或一項專業的研究領域。

陳益興（1992）則提出社會教育的意義，是指在正規的學校教育以外，所有對兒童、青少年及成人所實施之任何有系統、有組織的教育。含以下之規準：1. 非正規學制的教育；2. 有認知性意義的教育；3. 有價值的活動；4. 自願的參與；5. 有系統有組織的學習安排。林勝義（1993）則認為社會教育是學校或社教機構，在教育制度下，依學術研究所獲得專門知識，以適當的教育方式為全民提供各種學習活動的過程。因此他認為社會教育是協助全民學習的一種教育過程、教育活動、教育方針、教育學科以及教育制度。

（二）社會教育之法規

根據《社會教育法》（1959）第二條規定：社會教育是指在學校所實施之正規教育外，對全民所提供之有組織的教育活動。這是我國法制上首次對社會教育提出法定界說。

《社會教育法》並強調社會教育是一種有規劃、有系統、有目標的教育活動，並明訂社會教育之任務如下：1. 發揚國民精神及國民道德；2. 進行文化建設及心理建設；3. 訓練公民自治及四權行使；4. 普及科技知能及國防常識；5. 培養禮樂風尚及藝術興趣；

6. 保護歷史文物及名勝古蹟；7. 輔導家庭教育及親職教育；8. 加強國語教育，增進語文能力；9. 提高生活智能，實施技藝訓練；10. 推廣法令知識，培養守法習慣；11. 輔助社團活動，改善社會風氣；12. 推展體育活動，養成衛生習慣；13. 改進通俗讀物，推行休閒活動；14. 改善人際關係，促進社會和諧。

我國教育部於1990年頒布《社會工作綱要》，其中列舉九項社會教育活動工作領域，包含成人教育、家庭教育、文化教育、藝術教育、大眾科技教育、交通安全教育、圖書館教育、博物館教育、視聽教育等。社會教育屬於全民終身教育過程的重要環節，也是國家依法所進行的一項有計畫、全面性的終身教育。

目前我國實施社會教育的八大目標如下：1. 成人教育－推廣成人終身教育之概念；2. 休閒教育－提倡正當之休閒活動；3. 文化教育－提升人民之人文素養；4. 家庭教育－增進兩性及親子關係；5. 藝術教育－陶冶藝文素養，美化人生；6. 技職教育－充實職業之能；7. 科學教育－傳播大眾科學新知與方法；8. 生態教育－加強生態環境之認識與維護。

社會具有穩定的結構，包括角色、團體及機關，彼此間形成密切互動的網絡，林振春（1995）定義社會教育的基本理念如下：1. 結合地方生活經驗與教育需求，建立一個人人可學、時時可學、處處可學之社會教育環境，創造終身學習機會；2. 發展多元學習策略與網路學習平台，融合社教機構與基層社會學習資源，以共同推動全民終身學習活動；3. 提供豐富化的網路即時學習內容，排除弱勢族群的學習障礙，保障終身學習之權利；4. 發展地方文化創意的學習內容，開創生活化的學習管道，全面營造嶄新的社會學

習文化。

林振春（1995）並將社會教育歸納如下：1. 社會教育是一種教育或學習的過程；2. 社會教育是一連串正規或非正規、無形或有形、具體或廣泛性的學習活動；3. 社會教育是一個工作或理念的園地，只是人們通常較少去開墾它；4. 社會教育是一門專業。欲使社會得以正常發展，且使社會中之民眾獲得較好的學習，必須設計較為彈性之方案，社會教育必將成爲一門專業。

（三）社會教育之功能

社會教育的主要功能如下（關華山，1992）：

1. 補救教育：意即針對基本與識字教育，此爲所有社會教育之必備條件。
2. 職業技術與專業能力的教育：社會教育爲成人增強工作技能，或爲提供成人吸取新的知能而提供的繼續或擴充教育。
3. 健康營養福利與家庭生活的教育：爲提供健康、家庭、計劃家庭、衛生、家人關係、兒童照顧等。
4. 公民政治與社區能力的教育：包括有關政府、社區發展、公共與國際事務等各種教育活動。
5. 自我實現的教育：包括各種教育活動如：音樂、藝術、舞蹈、戲劇、文學、技藝等短期或長期的教育活動。其實施之目的爲使個人對生活感到滿意與自由，而非爲他人、社會取向之目的。

(四) 社會音樂教育之功能

在社會音樂教育上，許多學者曾提出社會音樂教育之價值與功能，如 Allan P.

Merrian (1978) 提出音樂對社會教育的十個目的如下：1. 音樂提供各情緒表達機會；2. 音樂在社會藝術、美學、美感方面有其功能；3. 藉著旋律、歌詞，可發揮情感與意識等方面的溝通功能；4. 有激發生理反應的功能；5. 可確立社會制度與宗教儀式；6. 有象徵意味的功能；7. 對文化的延續與穩定具有功效；8. 具有整合、團結社會團體的功能；9. 具有休閒、娛樂的價值；10. 能使人們遵從社會道德規範。

張大勝 (1978) 認為社會音樂教育之價值與功能為：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。

邱垂堂 (1991) 認為社會音樂教育是：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。

姚世澤 (1993) 認為社會音樂教育能：1. 維護傳統文化、道德及宗教力量；2. 具有娛樂與休閒的功能；3. 能提升音樂文化及休閒文化水準；4. 具有移風易俗的社教功能；5. 提升道德文化；6. 傳承固有民族音樂文化；7. 落實全民音樂教育的理想。

由此可見，音樂教育最終價值與功能建立於社會的文化根源，並期能提升人民教化功能以及建立生活素質為三大目標。音樂是一種美感教育，藉由音樂抒發情感、表達思

想與時代精神，所呈現的便是一種社會文明的象徵。

二、我國社會教育與社會音樂教育之現況

(一) 我國實施社會教育與音樂教育之政策

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。從地方文化活動的形式來看，可分為表演、展覽與研習三大類。文化活動的類別很多、範圍很廣，可分為四個層次：1. 國際性活動（如：國際小型展演活動）；2. 全縣（市）性活動（如：全國文藝季）；3. 推廣性活動（如：藝文研習）；以及4. 社區性活動（如：各社區自行舉辦的活動）。四個層次所強調的重點不同，但目的皆以提升地方文化藝術內涵、塑造地方文化特色為主（姚佳君，2005）。我國政府機關及社區舉辦之社會音樂教育活動如下：

1. 政府機關

近年來政府為了藝術教育之普及以及推廣，積極推動「音樂下鄉以及向下紮根」之文化推廣活動；各級縣市政府配合政府「藝術、文化、音樂下鄉」之政策，推動全國演藝團隊鄉鎮巡演、傳統藝術藝人住校傳藝、偏遠學校校園音樂欣賞等，深入臺灣民間，以推廣音樂風氣並落實音樂教育，以發揚及傳承傳統民俗文化（張育紋，2009）。

2. 地方相關活動

透過文建會推動「充實鄉鎮展演設施計畫」，各地積極推動社區營造活動，如社區文藝季、藝術節慶、城鄉風貌改造、公共藝術、地方性特色節慶等。如利用鄉鎮公所展演廳、活動中心、文康育樂中心、學校等場地辦理各項藝文及研習活動，活動內容如：藝術與生活專題演講、地方音樂及民俗活動的傳承研習、社區音樂會、社區舞蹈表演會等。部分城鄉並配合三大節日（春節、端午節、中秋節）或地方節慶廟會，結合當地文化特色、在地表演團體、社會熱心人士、民間企業團體、慈善公益團體及文建會的經費申請，讓藝術與民眾的生活結合，並增進社區居民的向心力凝聚及社區文化發展（張育紋，2009）。

（二）我國實施社會教育與社會音樂教育之相關機構

我國近年來在社會學習的推動上，呈現蓬勃多彩的現象，根據目標對象及實施方式之不同，可歸納為社區大學、社會教育館及社教站、民間組織等體系（劉奕權，2006）。

1. 社區大學

社區大學的興起，主要來自民間教改人士對當時高等教育的僵化感到憂心與不滿。黃武雄在1994年4月10日發起大規模的「四一〇」教改運動，主張設立社區大學，吸引社區人士進入高等院校就讀，以打破傳統的文憑主義，達到「解放知識、改造社會」之目標（顧忠華，2001）。我國於1988年在臺北市文山區木柵國中成立第一所社區大學。

2002年6月26日《終身學習法》公布施行，該法第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習

活動之教育機構。有了法源的保障，各地區之社區大學如雨後春筍般快速設立。

為培養社區民眾參與公共領域及養成批判思考的能力，將課程規劃成三大類（黃武雄，1999）：(1) 學術課程：分為人文、社會及自然三大領域，旨在提升學員的學術涵養，培養成人反省及批判思考能力；(2) 社團課程：旨在培養學員民主素養，增進社會參與能力；(3) 生活藝能課程：旨在提升民眾的生活品質，拓展生活型態、改變個人的價值觀。

2. 社會教育館及社教站

教育部社會教育司主管社會教育和社會教育館，我國共設有八所社會教育館，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，每一社教館都在轄區內各鄉鎮設立社教工作站。

社會教育館屬於綜合性的社教機構，承辦之業務廣泛，包括成人教育、婦女教育、生技教育、環境教育、老人教育、科學教育、交通安全教育、原住民教育、社區教育等。推行之方法包括開設研習班、研討會、專題演講、讀書會、音樂會、比賽、藝文展覽、展示、親子活動參觀及旅遊學習等。

社教站成立之原因，是因為社教館都設於都會地區，所轄廣泛，無法服務較偏遠處的民眾，因此政府在1980年發函鼓勵各社教館在工業區、基層鄉鎮、山地、海邊等設置社教館，主要工作包括成人、婦女、親子、生計、藝術、環境及休閒教育等。社教站之學習網絡，具下列特色（黃富順，2004）：(1) 社區學習結合，以社區生活為最高目的；

(2) 成員來自社區，結合當地仕紳，共同關心社區的事務；(3) 成員皆為志工，由志工服務社區，帶動投身志工的風氣；(4) 政府投入經費較少，但收益成效大，帶動民間資源的活絡應用；(5) 為社區培養人才，成為培育基層領導與執行人才的搖籃。

3. 民間組織

台灣社會開放及多元，民間團體組織也呈現多重樣貌，它涵蓋了眾多的職業性團體、政治團體、宗教團體、工藝團體、志願服務機構、福利事業團體、特殊議題團體等。這些民間組織以提供地方民眾學習需求為起點，提供學習機會，包括新知、保健、休閒、自我成長、婚姻、親子教養、家人相處溝通、人際關係、社會現況分析、國際現勢發展等。活動的舉行方式包括研習、講座、讀書會、工作坊、觀摩、考察、親子活動、網路學習、遠距教學、旅遊學習等。

(三) 我國實施社會教育與社會音樂教育之困難

上述三種單位在推廣社會教育暨社會音樂教育的過程中，也遭遇困境與難題，分別說明如下：

1. 社區大學：(1) 開課情況中，知識性強的科目，修習者很少，往往無法開成，使社區大學越來越遠離其原先構想的目標與理想；(2) 師資篩選，因無最低的條件限制，凡有該學科之專門知識或實務經驗者，均可延攬任教，普遍缺乏專業培訓，水準不一；(3) 社區大學均由縣市政府設立，多採「公辦民營」方式辦理，經費來自各縣市及教育

部補助，受政府更迭影響，呈現不穩定的現象。以上的問題都深深影響社區大學的永續經營，值得政府部門及相關單位的高度重視。

2. 社教站：(1) 社教站領導者的正確理念仍顯模糊，亟待形塑；(2) 志工的知能訓練不足，尚待加強；(3) 各站經驗的交流與分享仍不足；(4) 評鑑工作尚未落實；獎勵較少，無吸引力。
3. 民間組織：各民間組織彼此不相隸屬，各自為政，資源不能共享，有待進一步整合。

教育部（2004）也在「建立社區教育學習體系計劃」中，提出政策的執行檢討如下：

1. 人才不足：社區教育種子師資不足，導致內容廣度與深度受到限制；
2. 社區教育機構素質良莠不齊：部分機構或因主事者欠缺專業與熱情，素質不佳，亟需協助與輔導；
3. 公部門資源缺乏整合，導致浪費。

我國亦有多位關心社區教育之學者提出所見之困境（劉奕權，2006）：

1. 政府方面：(1) 未見政府部門之共同願景—當前社區發展與社區教育皆由政府許多部會共同推動，卻未能形構成共同的願景與協調機制；(2) 各縣市資源爭取、分配不一—目前各單位都在爭取同樣的資源，但資源的分配卻因城鄉差距而嚴重不均；(3) 社會教育尚未能加以整合—當前的社區發展與社區教育採官、民、產、學合作的模式，運作的關係皆欠整合，學習資源之整合亦有待加強，資源錯置的浪費應加以避免並妥善規劃；(4) 城鄉落差的平衡有待努力—都會地區與偏僻地區的落差造成學習差異，須提高誘因，鼓勵民眾參與學習。

2. 課程方面：(1) 各縣市提供的課程與學習內容同質性高，未能真正與當地社區人文、傳統與產業特色結合；(2) 課程開設之規劃不周－社會教育受限於市場機制，課程的開設有些質變，模糊了「建立公民社會」的設立宗旨，且課程的規劃未盡合理，宜加強協調，落實學習課程的分級設計。
3. 學員方面：民眾學習的意願有待提升－可結合獎勵機制，讓民眾樂於學習。
4. 志工方面：志工的教育有待強化，無論政府單位或民間組織，都缺乏足夠編制的員工，多仰賴志工協助，但志工素質不一，須加強培訓。

三、社群音樂之定義與發展

(一) 社群之定義

社群的定義，有以「空間為界定者」，認為「社群」是由民眾、組織與機構在一特定地區所形成的工作、休閒與生活的空間。宮崎清（1996）提出「社群」乃是有其固有歷史的人類生活空間，小自家庭、鄰近地方、村、町，大至縣、市、國家、地球、宇宙，都可構成所謂「社群」（引自林楊菁，2006）。

亦有學者強調「社區共同體意識」，如陳其南（2006）指出，一個村莊是一個社區、一棟公寓、一條街道、一個小鎮、一個城市都可以是一個社區，條件是居住在這有限範圍的居民，都必須具備共同體社會之認同意識。換言之，社區是一種民主社會的生活方式，是介於國家社會與家庭之間，而為現代人追求居住環境品質、提升生活品味的基礎

單位。在這種看法中，將「社群」與「社區」兩個名詞視作相等。

另有以「人群的互動及生活機能的完整性」為定義者，如林振春（1995）認為社群的概念包括：(1) 是一個地理位置；(2) 是一個心理互動的團體組織；以及(3) 是一個包含各單位功能的系統。徐震（1979）指出，不論是空間的有形因素、心理的無形概念或社會組織因素，在應用上應以「地理社區」的概念為基礎，以「行動社區」的概念為方法，以「心理社區」的概念為目的。如欲培養「社群」之概念，必須由社群成員的自覺開始，透過轉化傳統的方式來發揮自我經營以及管理社群的能力，並使社群成員產生歸屬感。

（二）社群音樂之定義與功能

1. 社群音樂之意義

社群音樂（Community Music，簡稱CM），即是所有能在社區或社群中存在的音樂皆稱之，社區未必是指地理上的名詞，也可能是一群具有共同興趣、經驗或背景的人，CM指在社區音樂標題之下所進行的音樂與音樂活動。

社群音樂是近年來常被討論的音樂議題之一。CM的概念發起於1930年代之美國，當時政府提出縮短工時的政策，導致週末閒暇時間增多，如何計畫休閒生活開始被廣泛討論。當時在一些城市中，有政府與企業贊助私人組織，開始為社區計畫音樂活動，可謂CM之雛形。在論及社群音樂的領域時，最具影響力的組織首推國際音樂教育學會（International Society of Music Education, ISME）下屬的Community Music Activity

Commission (CMAC)。第九屆的ISME委員會議於2000年7月9~16日在加拿大多倫多舉行，此次會議中有許多學者對CM的理想、特徵、原則提出一些討論，以下簡要介紹之。

CM是指人與人在音樂方面的合作，帶領他們主動的享受和參與音樂，這種情形可以在任何地方、任何人身上發生。音樂教育中的文化差異 (Culture Diversity in Music Education, CDIME) 是音樂教育之相關組織，其指出CM可以是在社區中心、監獄、退休之家的音樂，為學齡兒童與青少年的課外計畫，公立的音樂學校，社區的樂團、管弦樂團和合唱團，為尋求政治庇護者的音樂計畫，為街童設立的行進樂隊，及其他在社區音樂標題之下所進行的音樂與音樂活動。這些活動的關鍵之一是，它們的起點是參加者而不是教師或領導者。

Veblen 建議將 CM 視為下列五點，並且相互有所關聯 (Veblen, 2002): 1. 一個 CM 計畫所牽涉到的音樂與音樂產出—可以文化或藝術事件作為主題，或與節慶、祭祀、遊戲、教育或社會議題相連結；2. 領導者與參與者的意圖—CM 計畫強調終身學習以及所有人都能參與，因此 CM 的領導者時常強調音樂的力量是把人集合在一起，並且音樂能夠促進個人與集體認同；3. 參與者的特質—不同的計畫包含了不同年紀、文化、能力、社經環境、政治理念或宗教信仰。有些計畫是將音樂帶給弱勢團體或邊緣人；有些則安慰進入主流文化的外來移民；有些提供其服務對象、學習者等；4. 教學目標、內容與策略間的互動關係—CM 計畫強調教與學的互動，並重視主動積極的音樂產出與應用音樂上的理解；以及 5. 參與者在音樂社會中擔任觀察、參與、創造、領導等不同角色，個人對團體負責，團體也對個人負責。

1. 社群音樂之功能

社群教育之教學內容五花八門，十分多元，其中社群音樂是發展得較為成熟之地區最重要的課程內容之一，目前歐美先進國家之社群音樂教育已達蓬勃發展之階段，以下分別介紹之：

- (1) 丹麥：國家法律規定每個社區必須建立一所音樂學校，由國家教育部、地方政府及當地居民共同出資，以進行以全國160萬名兒童及青少年為主要群體之音樂教育。
- (2) 加拿大：每一社區皆有屬於自己族群的藝術活動中心，課程包括合唱、鋼琴、弦樂、銅管樂、打擊樂、舞蹈、美術等。
- (3) 美國：很多城市都擁有自己的社區樂團，成員多來自於該社區，利用周末和假日聚在一起演出，配合社區內的其他文化活動，或在該社區之音樂廳準備音樂會等。

社群音樂教育的起源及後續變化，常能間接反映當時社群的眾多現象和未來時代的演進趨勢，音樂文化若能與社區居民產生緊密的互動關係，即會產生下列之社群效益，對整體社群全面發展及良好的人文環境形成，有著重大的貢獻（金世餘、馬達，2008）：

- (1) 教化作用：使社區居民具備公共社群之修養，淨化不良之社群風氣。
- (2) 活化作用：以靈活多樣的教學內容、娛樂休閒的教學方式，將社區居民的注意力吸引至社區教育的環境中，不僅可提高社區居民的社區教育參與程度，也讓他們參與音樂體驗和接受音樂教育，滿足群眾在精神文化生活方面之需求。
- (3) 娛樂作用：學習音樂知識、瞭解音樂及相關文化，藉由親身參與體驗及創造音樂，從而獲得成就感，使社區居民從中獲得精神上的享受，心情愉悅並放鬆身心，同時

展現充沛的精力與活力，進而解決人口高齡化的種種問題。

- (4) 經濟作用：經常參與社群音樂活動的人們，普遍在身體健康狀況方面優於未參與者，當國人的心情與身體保持良好狀態，疾病就少了，不僅能減輕國家醫療保險的財政支出與個人經濟負擔，也能對整體社群經濟的良性發展產生正面成效。
- (5) 精神凝聚作用：無論參與演出或旁觀欣賞，音樂和諧的旋律能觸動人們的內在情感，參與演出者更必須集中注意力與群體中他人保持一致，形成精神凝聚力。
- (6) 彌補學校音樂教育不足之用：與學校音樂教育互為補充，使受教者能充分利用社群中所有的音樂教育資源，以全面提升國民音樂教育水準。

2. 學者對社群音樂發展之看法

面對教育需求日漸增長的現代社群，邱怡寧（2010）建議社群音樂教育應堅持以下四大基本傾向：

- (1) 大眾化：社群教育的對象為全體社區成員，社群音樂教育組織者可將社群音樂教育規劃為幼兒音樂興趣教育、青少年音樂知識教育、成人音樂修養教育和銀髮族音樂娛樂教育四大系列，分別採取措施加以推動。
- (2) 本土化：可結合利用當地資源優勢，體現地方特色，如此不僅可滿足社區居民需求，同時也能保護和發揚傳統音樂文化藝術。
- (3) 多樣化：在規劃社群音樂教育的專案和類型時，須考慮不同年齡階段學習者之要求，

動員各種教育資源，以多元化的課程內容及多樣化的學習管道，滿足不同群體的學習需求，避免單一性、枯燥性。

(4) 人性化：社群音樂教育的舉辦者和管理者要樹立以人為本的意識和服務精神，以永不懈怠的態度來經營社區音樂文化工作。

對於 CM 的展望與建議，MENC 在 2000 年的年會中提出，CM 課程和活動應該包含來自不同文化的音樂實踐、過程、材料與哲學，並對正式音樂教育提出六點建議：(1) 根本上調整學校和社區音樂教育；(2) 鼓勵學校系統的音樂教育家和社區音樂家彼此合作；(3) 建立針對音樂練習－修正的引導計劃，以音樂教育為內外結構；(4) 開發資源並讓他們廣泛地利用；(5) 探討音樂教育和從「世界」透視的音樂；(6) 鼓勵師資教育課程能重視並將 CM 文化多元化的價值納入音樂教育中。

張育紋（2009）提出以社群需求的觀點，音樂的社群教育功能暨發展方向如下：(1) 音樂的重要功能便是提供各種情緒表達的機會，如個人或團體的演唱（奏）活動；(2) 音樂能提供社群種種有關美感方面的享受，如社區不同音樂的表演，讓社群大眾有機會感受音樂之美；(3) 藉著音樂能充分發揮表達溝通的功能，如歌曲的創作能力及歌詞內容的意義，可表達出不同的意思；(4) 藉著音樂能產生生理反映的功能，如音樂可影響人的心情及心跳速度等；(5) 藉著音樂能建立社群制度及宗教儀式，如民謠、宗教音樂等，可凝聚銀髮族的社群意識；(6) 音樂具有象徵意味的功能，如不同的曲調及速度，有暗示的作用；(7) 音樂具有延續及穩定社群文化的功能，如傳統戲曲音樂具有文化傳承的教育功能；(8) 音樂對社群整合有其貢獻，如社區的音樂活動可凝聚人心、增進社群和

諧；(9) 音樂對社群提供娛樂，音樂提供許多休閒活動，如合唱團、國樂團等；(10) 音樂促使人們遵從社群道德規範，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。

四、終身教育

為鼓勵更多成年人參與教育活動，美國在 1978 年召開的白宮老年會議（White House Conference on Aging）指出：「教育是所有年齡團體的基本權利，它是使人能夠享受完美和有意義的生活方式之一，也是促使人發揮潛能貢獻社會的途徑」（白秀雄，1991）。由於世界各國高齡化人口持續增加，現今各國積極推動終身學習，建構學習社會，開發人力資源及提高國家競爭力以因應瞬息萬變的世界。歐盟會員國將 1996 年訂定為「歐洲終身學習年」（European Year of Lifelong Learning），聯合國也特別倡議 1999 年為「國際老人年」，期待各國能共同關注高齡化社會的老人教育問題（楊國德，1999）。

為因應世界潮流，教育部審視我國社會發展的程度，特定 1998 年為我國終身學習年，並發表《「邁向學習社會－推展終身教育，建立學習社會」白皮書》（1998），提出具體教育改革政策，積極推動我國成為一個學習型的社會（鍾肇騰，1998）。「終身教育」是一項新觀念、新制度，其主張個人從出生到死，可以隨時接受教育並同時工作，沒有階級劃分，包括在人生的不同階段與生活領域中，以正式的與非正式的方式學習，使個人獲得新知、技巧與態度，最終目的為促進個體的自我實現（楊欣恩，2002）。

近年在趨勢潮流的帶動下，各國銀髮族學習的重要性日增，歸納銀髮族教育興起之

原因如下（楊欣恩，2002）：1. 人類的壽命延長－當代進步國家，平均國民壽命都在七十歲以上，平均壽命的延長，也延伸出「活到老、學到老」的概念；2. 銀髮族的精神生活日漸貧乏－過去農業社會中老人地位較崇高，但現今之工業社會，小家庭型態形成，銀髮族較少出門，也逐漸與社會遠離，藉由教育能豐富其生活內涵；3. 銀髮族應該接受教育的觀念被強化－文化教育學者 Spranger（1954）認為銀髮族也有可塑性，有了可塑性就有教育的可能性，儘管沒有兒童時期大，但仍是有意義的；4. 終身學習概念的建立－終身教育的理念肯定了銀髮族的價值與能力（引自梁譯云，2010）。

終身教育是連續的、是綜合各種正規與非正規的學習型態，並且是個人及民間組織的學習活動，是在工作中學習的策略（彭駕駢，1999）。Cropley（1980）指出終身教育具有下列特性：個人為了應付不斷變遷的社會環境，促進個人自我實現，需要不斷地獲得、更新、增加知識、技能與態度，個人自我導向學習的動機和能力是實現終身教育的必要條件。因此，在終身教育的理念上，教育資源分成三大部分，正規如各級學校教育課程；非正規教育機構如補習班、宗教團體、社會大學所辦理之婦女教育、青少年教育、親職教育等；非正式教育如家庭教育等，皆重新受到社會重視。

我國社會音樂教育之對象的來源廣泛，包含以下三種：1. 尚在普通學校學習的學生：由於學校普及教育無法滿足他們個別的音樂求知欲，因此可透過社會音樂教育強化自己的音樂能力；2. 已服務於社會各階層、各行業的社會人：經由社會音樂教育滿足他們在音樂興趣上的發展需求，或彌補兒時未能有機會獲得良好音樂教育的缺憾；3. 專業音樂院校或專業音樂團體中的個人：為強化或進修某一專業技能課程之目的，而求助於高層

次社會音樂教育。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，使終身教育成爲近年來學習的新趨勢。

第三節 聲樂學習之相關理論

一、 歌唱之意義與分類

(一) 歌唱之意義與益處

1. 歌唱之意義

歌唱出自於人類的本能，是最原始的音樂表現形式。高大宜之所以特別強調歌唱教學，因為它是最普及、最有教育價值的教材。唱歌能幫助發展天生的旋律感、秩序觀、規則及組織能力（張蕙慧，1996），無論是古今中外、男女老幼，皆與「歌唱」離不開關係。Nöe, Moser 的德國歌唱法說：「歌唱就是語言的音樂要素高潮化」；東京音樂學校學友會則認為：「歌唱是由我們發聲器官所作，所分節，且根據音樂法則之音的總和」；日本有名的聲樂教師澤崎定之進一步說：「歌唱就是言語的音樂化」（楊兆禎，1972）。

2. 歌唱之益處

鄭方靖（1993）針對歌唱的優點提出幾點看法，她認為：(1) 歌唱具有簡易性，隨時隨地，開口便能唱歌；(2) 歌唱具有普遍性，男女老幼都能唱；(3) 歌唱具有經濟性，不必花錢買樂器；(4) 歌唱具有方便性，樂器可隨時帶著走；(5) 歌唱具有價值性，許多音樂需要以歌唱的感覺去體會，會唱歌的人比較能深入去感應；(6) 歌唱具有特色性，人人的音色不同，各有特色。

美國歌唱教師協會（American Society of Singing Teacher）手冊亦曾列舉歌唱之益處

如下（引自薛良，1987）：(1) 歌唱時進行深呼吸，能增強肺部功能，清新血液；(2) 歌唱能促成好的身體姿態，優美的形體動作及生動的面部表情；(3) 歌唱能促進思維活躍；(4) 歌唱能增強自信心，有益於形成樂觀沉穩的性格；(5) 歌唱可以鍛鍊思想集中，增強記憶力；(6) 歌唱能改善說話能力，建立正確的發音和豐富的音調；(7) 歌唱可以熟悉更多的詩詞，加深對語言、文字的領會能力；(8) 歌唱發展了對獨唱、重唱、合唱、音樂劇等歌唱藝術的欣賞能力；(9) 歌唱促進了對其他藝術的興趣；(10) 通過歌唱加深了美好事物的追求，體現對理想的探索；(11) 歌唱有助於情感的表達，是個人與外界溝通的橋樑；(12) 歌唱是自我娛樂的良好方式。

(二) 聲樂之意涵

談到聲樂，經常以「美聲法」直接統稱西洋聲樂學派。美聲法（Bel Canto）一詞為義大利文「美好的歌唱」或是「美麗的聲音」的意思，這個名詞泛指用義大利正統的發聲法演唱的技巧與風格。Bel Canto 這個名詞最初於 1858 年出現在 Rossini（1792-1868）所發表的言論中。美聲法經過兩百多年的考驗，經過時代不斷的蛻變，依舊為世人傳唱。尙家驥（2003）認為，美聲這個名詞指的不只是一種歌唱技巧，亦為一種演唱風格，更具有一定範圍的美學原則，這些原則包含：音樂中歌詞為先、節奏次之、聲音居末，如此才能被視為一種歌唱的學派。

關於美聲法，New Grove 音樂大字典（1980）說：「這是義大利正統的發聲法，產生優美的音色、修鍊的音節、清晰的音語，以及均勻的音序，唱出來能令每個音平正而

渾厚，這種唱法到了 19 世紀達到完美的階段，歐美各國一致認為這是歌唱技巧之最高理想，以及歌唱家所追求的最高目標。」牛津音樂辭典 (Oxford English Dictionary) 則將此一名詞定義為：「此一名詞是世紀以來，義大利歌唱家所有聲樂技巧之統稱，特別指明優美抒情之風格。」

(三) 聲樂之分類

1. 依歌唱的方式

- (1) 獨唱 (Solo)：單獨一人歌唱叫做獨唱。獨唱最能表現深刻的聲樂作品，獨唱起源於民歌，18 世紀後發展成藝術歌唱，歌劇中的獨唱則被認為是歌唱的最高境界。
- (2) 齊唱 (Unisonchorus)：多數人同唱一個曲調叫齊唱。此為較易被聽眾瞭解，也較合唱容易實行的演唱方式。軍歌、校歌等通常使用齊唱，合唱裡有時也以齊唱來表現力量與整齊。
- (3) 重唱 (Ensemble)：兩個人以上同唱不同旋律，且講求相互的協同與調和，便是重唱。兩人演唱稱為二重唱 (Duet)，此外還有三重唱 (Trio)、四重唱 (Quartet)、五重唱 (Quintet)、六重唱 (Sextet) 等。重唱多用於歌劇、神劇和清唱劇。重唱的各聲部必須獨立而明確地表現其性格與色彩，並保持著調和與一致。
- (4) 輪唱 (Round；Circle Canon [英]；Gesellschaftskanon [德])：分兩組以上，以相等的間隔，先後唱同一曲調。

(5) 合唱 (Chorus)：兩個聲部以上，每部皆有許多人演唱稱之為合唱。以聲部來說，可分為二部合唱、三部合唱、四部合唱等；以聲音的性質來分，可分為女聲合唱、男聲合唱、混聲合唱及童聲合唱等；以合唱的曲子來分，則有宗教與世俗兩大類之分。此外還有帶伴奏及不帶伴奏之分。高低音各部同時歌唱，謂之合唱。

2. 依歌者的年齡

人聲的發展過程，從人出生至年老，這期間之聲音會隨著年齡增長而產生變化，以下分為七個時期（馬國林，1980），詳如表 2-3-1：

表 2-3-1 依年齡之發展時期人聲分類表

階段	年齡	聲音發展時期
階段一	從出生至 7、8 歲	幼聲期
階段二	7、8 歲至 14、15 歲	童聲期
階段三	14、15 歲至 17、18 歲	變聲期
階段四	17、18 歲至 25 歲	春聲期
階段五	25 歲至 30 歲	定聲期
階段六	30 歲至 55 歲	成聲期
階段七	55 歲以上	老聲期

資料來源：研究者整理

上表所列之年歲，只是大約的標準，並非絕對，尤其女子的發展通常比男子提早兩、三年。器樂學習之年齡限制較小，聲樂較適合之學習年齡必須通過變聲期，此時男子的聲音會突然變低沉，比女子低八度，女子也有變聲期，雖不若男子明顯，但必須通過此

一時期聲音才能變得穩固，而確定真正的特性。簡言之，聲樂訓練較理想的時機為進入青春期之後。

3. 依歌者的音色

人聲之分類，依據男聲、女聲各分為三類，男聲分為：男高音、男中音、男低音；女生則分為女高音、次女高音以及女中音。一般來說，男高音明朗嘹亮；男中音勇壯深刻；男低音沉鬱雄厚；女高音音色透明清澈；次女高音溫厚亮麗；女低音成熟熱烈。（楊兆禎，1972）有了不同的音色，才能表現愛與恨、愉快與悲傷、歡笑與哭泣、祈禱與讚美、盼望與前進等。至於尚未變聲的童聲，音域及音色皆與女聲相似，故從前許多宗教歌曲，皆以童聲代替女聲。詳如表 2-3-2：

表 2-3-2 依音域區分之人聲種類

	音域	種類
女 聲	女高音 (Soprano)	A. 抒情女高音 (Lyric Soprano) B. 戲劇女高音 (Dramatic Soprano) C. 花腔女高音 (Coloratura Soprano)
	次女高音 (Mezzo Soprano)	
	女中音 (Alto)	
男 聲	男高音 (Tenor)	A. 抒情男高音 (Lyric Tenor) B. 戲劇男高音 (Dramatic Tenor)
	男中音 (Baritone)	A. 高男中音 (High Baritone) B. 低男中音 (Low Baritone)
	男低音 (Basso)	A. 詼諧男低音 (Basso Buffo) B. 莊重男低音 (Basso Profundo)

資料來源：研究者整理

二、 聲樂教學之內涵

潘宇文 (2004) 認為歌唱教學的方法在 20 世紀裡逐漸開花結果，不僅開始重視聲音在人生全期的生理發展變化，並在歌聲技巧傳授與歌曲學習模式等方面，形成了客觀的教學策略與法則。Phillips (1992) 說明早在 1960 年左右，一種兼顧歌聲發展與歌曲學習的歌唱「技能」教學方法 (A Psychomotor Approach) 開始萌芽，他強調歌唱是一個複雜的心理與生理程式，須各種感官知覺的協調才能完成，並且建議在音樂課程中若要進行歌唱教學，必須循序漸進的進行呼吸、共鳴、發聲、吐字與表情這五種技巧的基礎

訓練，並將這些技巧帶入歌曲的演練中。

聲樂的學習，雖然有大多數學派的主張不盡相同，但其終極目標卻是一致的，便是「以最輕鬆的方法，得到最大之成效」。Miller 於 1977 年發表 *Techniques of Singing*（歌唱的技巧）一書中將音樂教學法分述為：發聲、呼吸控制、母音形成與母音變化、共鳴、喉部位置、震動、聲區、聲音分類，以及語言（引自歐遠帆，2001）。Phillips（1992）則著重青少年歌唱的學習過程，並將訓練的細項分為：呼吸訓練概要、發聲訓練概要、共鳴音產生概要，以及表現訓練概要，並加以討論之。孫清吉（2001）則將歌唱簡要的劃分為：呼吸、發聲以及共鳴，用以探討自然歌唱法之基本發聲原理。以下說明聲樂演唱訓練中不可或缺的：呼吸、發聲、共鳴及吐字。

（一）呼吸

呼吸是對於歌唱是很重要的技巧，呼吸法大致可分為鎖骨式呼吸法、胸式呼吸法、腹式呼吸法與胸腹式橫隔膜呼吸法四種（蔡曲旦，1987），以下分述之：

1. 鎖骨式呼吸法：吸氣時，鎖骨自脊椎外移上抬，使上胸部抬起，雙間有向上或向外移動之傾向，使用鎖骨式呼吸法，會引起胸部、喉部，及頸部肌肉緊繃，因此歌聲往往較生硬不動人。
2. 胸式呼吸法：吸氣時，胸腔的兩側肋骨擴張，使空氣充滿在肺部，其缺點是產生的氣息量淺短、呼吸急促和聲音壓迫咽喉的現象，所發出的聲音較薄弱而沒有力度。
3. 腹式呼吸法：此種呼吸法是著重在橫隔膜上下活動的呼吸方式，強調腹部的運用，

可使氣息吸得更深，較不易產生氣息短淺的缺失。

4. 胸腹式橫隔膜呼吸法：是一種聯合橫隔膜與胸腔力量的呼吸法，除了要運用腹部，還要運用胸肌、肌骨等的力量。此種呼吸法的理念為，只運用腹部呼吸法不夠自然，氣息也不易貫通，因此無法形成長久且有支持力的氣柱，若能聯合運用胸腹部的力量，能使呼吸長而有力。

呼吸的型態有很多種，目前較多學者認為理想的呼吸方式是腹式呼吸法與胸腹式橫隔膜呼吸法，認為這兩種呼吸法強調腹部的活動，可使呼吸較深、氣息傳送的距離較長，並唱出柔和的樂句，使高音富有情感，蕭宏宇（2001）認為運用胸腹式橫隔膜呼吸法的支撐來控制呼吸的氣流，能使呼吸器官、共鳴器官與發聲器官產生密切配合，進而產生優美的歌聲。

（二）發聲

正確的發聲是經由生理與心理的相互協調配合，來傳遞悅耳動人的歌聲（鄭仁榮，1991）。潘宇文（2002）提出六個步驟來傳遞優美的歌聲，分別如下：1. 中樞神經系統：負責發送大腦的命令與接收身體的訊息；2. 呼吸系統：提供發聲時所需的氣息；3. 震動系統：產生高低不同頻率之嗓音；4. 共鳴系統：調整嗓音之特質及響度；5. 發音系統：將無特定意義之聲音變成有意義的語言；6. 聽覺系統：校正歌唱時發聲與發音之問題。

發聲的流程是，當開始歌唱時，聲帶閉合，由橫隔膜推出的氣息震動聲帶，在喉、

口、鼻產生共鳴而出聲，且舌頭的位置、氣息的控制與起音、止音的運用皆對發聲有所影響（姚和順，1994；任蓉，1995）。懂得發聲的人會將歌聲置於焦點，意即「將喉部聲帶擊出音波的位置放置於最正確處，使聲音光彩華麗並能平均持久。」

(三) 共鳴

良好的共鳴是建立優美歌聲的基礎，身體所吸入之氣息在各共鳴腔體擴大調節，以產出響亮優美的歌聲（鄭仁榮，1991）。發聲的過程可分為三個步驟：發動、擊出，及音波回響，因此靠聲帶和氣息尚不能發出理想的聲音，使聲音優美的必備要素是「共鳴」，共鳴方式如下（任蓉，1995）：

1. 頭腔共鳴：是人聲中最具魅力色彩的共鳴法，它能使聲音明亮、光彩，並且穿透力強，尤其是男高音與女高音，在演唱中須大量使用頭腔共鳴。
2. 鼻腔共鳴：鼻腔位於口腔上方，於鼻孔的後面有一個較大的腔體，這是鼻腔共鳴主要的位置，另有許多小孔洞組成的副鼻腔，這些孔洞稱為「竇」，其組成有額竇、蝶竇、篩竇，以及上頷竇。鼻腔共鳴使用恰當可得到高音的華麗效果。
3. 口腔共鳴：是聲音從喉嚨發出後第一個共鳴之區域，亦是日常生活說話使用最多的共鳴區域，口腔共鳴在歌唱中占有非常重要的部分，是胸腔共鳴和頭腔共鳴的基礎，口腔中的唇、舌、軟口蓋等都屬構音器官。
4. 咽腔共鳴：咽腔是從嘴後延伸到食道的管狀地帶，亦稱為「音響之口」，歌唱時須打開咽喉部位（宋茂生，1989）。咽喉分為上、中、下三部分，分別是：鼻咽、口咽，

以及咽喉。聲波最容易在下方聲帶附近的咽喉振動，而較不易在上方的鼻咽裡振動，因咽喉振動音響效果不佳，且傷聲帶，故應避免（梁友梅，1975）。

5. 胸腔共鳴：此種共鳴較常運用在較低聲區中，一般是指利用上胸腔作共鳴腔體，通過胸腔能配合及加強咽腔共鳴，使聲音具有承托力，美化聲音的色彩。

此外，人聲大致分為三個聲區，所運用的共鳴腔體也有些微不同。如高聲區，以頭腔和鼻腔共鳴為主，口腔和咽腔共鳴為輔，氣柱推送聲波達到頭腔，產生頭腔共鳴發出的亮麗聲音，能傳得又遠又清楚；中聲區，是歌唱的基礎聲區，又稱自然聲區，是歌唱中使用較多的聲區，以口腔和咽腔共鳴為主，鼻腔和喉腔共鳴為輔；低聲區，以胸腔和喉腔共鳴為主的聲區，聲帶的震動與胸腔、口腔及鼻腔的混合成聲，是說話時習慣使用的聲區（任蓉，1995）。

(四) 吐字

1. 母音

母音的訓練是達到聲音正確位置最好的方法之一，因其能使音色均勻，並使聲音位置明確，各國採用的母音並不完全相同，一般所說的義大利美聲法中有以下五個母音（任蓉，1995）：

(1) a：是母音中最開暢的。演唱時軟口蓋略緊，下顎低下，唇、口、喉均須開啓，演唱中低音時較自然，演唱高音時，須稍掩蓋使聲音圓潤，以減少咽喉的擴張與壓力。

(2) e：分為開的 è，以及閉的 é，由口腔形狀做決定，軟口蓋降低的使用，閉的 é 比

開的 è 低，舌頭較貼近軟口蓋。

(3) i：是最明亮的母音，發音時舌頭稍微升起，舌頭後部與軟口蓋貼近，喉也因而升起。

(4) o：該母音與 u 同屬較渾暗的母音，發音時主要在咽腔共鳴，閉的 ó 較接近 u，開的 ò 則較接近 a。

(5) u：最渾暗的母音，演唱時軟口蓋比 o 更縮緊，兩頰接近、口腔緊縮，唇更向前突起。

聲樂教師在訓練歌者時應著重母音之統一性，使五個母音有一貫性。母音發音位置雖然相近，但不可失去它們個別的特色，因此須留心細微的口型變化，練習時，宜將歌者較感困難的母音放置在較容易的母音間，或較容易的母音之後，以幫助母音的統一。

2. 子音

在義大利美聲法中，將唇、齒、舌，以及軟口蓋等各部份搭配而形成六種子音（任蓉，1995），分別為：(1) 喉音：如 c、g，又稱隱罩音；(2) 口蓋音：如 ci、gi、sc；(3) 舌音：l、n；(4) 齒音：d、t、n、s、z；(5) 唇音：b、m、p；以及(6) 齒唇音：f、v。

子音又分為「無聲子音」與「有聲子音」兩種，如齒音中的 t 為無聲子音、d 為有聲子音；雙唇音中的 p 為無聲子音、b 為有聲子音等。子音的練習，須先從單一的子母音連接練起，再加入雙音節或多音節的字。許多聲樂教師使用朗誦的方式使學生掌握語言，並使學生熟悉詩詞中的字音與重音，除了可以增強咬字的清晰程度之外，對樂曲詮釋也有益處。

聲樂的訓練，需要注意吐字的問題，除了著重美好聲音的演唱之外，清晰的吐字也是不可缺少的要素，歌唱時要保持肌肉的放鬆與自然，若肌肉過分擠壓，不僅有礙吐字，也會影響到演唱的效果（任蓉，1995）。

三、 聲樂教學之策略

（一）聲樂教學之教師素養

鄒長海（2002）認為歌唱需要具備基本音樂能力，如歌唱與發聲的技能、對音高、音響、音色、音量、速度與節奏的感受力。除了基本能力之外，歌唱還需要觀察力、理解力、鑑賞力、視覺想像力、表現力以及抽象概括能力。他並認為，聲樂教學最重要的是培養學生歌曲的分析能力、聲音的描述能力、演唱技巧、記憶能力、動作表演能力、歌曲情境的想像力、情感表達能力以及演唱的欣賞與評定能力。

此外，鄭秀玲（1994）認為聲樂教師必須具備以下的專業能力：優秀的演唱能力、鑑定聲音的能力、診斷歌唱錯誤的能力—靈敏的耳朵、糾正歌唱的能力，及彈奏歌曲伴奏的能力。

（二）聲樂教學法與教學技巧

唐林（2004）研究目前世界各國的聲樂教學，將其畫分為以下六種：

1. 心理教學法：此派典強調主觀的一些細節，如對聲音的記憶、心理的概念、感情和

信心等，並認為歌唱是一種全面的心理反映。

2. 機理教學法：與心理學教學法相反，此派典強調各種與發聲技巧相關之生理機能，並對其進行操縱與控制，透過反覆練習，使學生對肌肉能有意識的控制。
3. 示範教學法：在義大利美聲學派早期是很重要的一種教學手段，強調藉由示範與模仿，讓學生辨別可取與不可取的聲音，認為「只有耳朵提高了，聲音才能提升。」
4. 語音教學法：義大利美聲學派主張「在歌唱中找到一點語言，在語言中找到一點歌唱」，並認為歌唱除了須兼顧聲樂的種種技巧和音樂表現外，每個詞句的準確發音也是相當重要的。
5. 比喻教學法：在聲樂教學中常使用比喻來啟發學生，透過比喻將歌唱發聲技巧從抽象化變為較形象化，並以形象化的想像來啟發學生。
6. 歌曲教學法：此法在每一堂課開始時，稍微發聲後便開始唱歌，強調藉由歌曲的練唱過程，把技巧建立起來。

歐遠帆（2001）從心理學的角度，提出除了傳統的整體論與結構論外，21 世紀發展出來的折衷學派，分述如下：

1. 整體論（holistic）：是主觀型態的聲樂教學，以非直接的、經驗的、心理學的、自然的靈感等方式引導學生學習聲樂，其分為三個主觀學派：(1) 腦部想像－以感覺、類似或隱喻的方式，引導學生正向反映，如聞花香；(2) 型態心理學－以客觀外在的感覺，引導學生適當反應，如看到老師呼吸示範，學生立即反映正確的呼吸方式；以及(3) 積極學派－強調學生知自我刺激的學習方式，如自行選曲目與規劃練習時間。

2. 結構論 (mechanistic)：這是一種採客觀模式的聲樂教學，是一種建構在科學上的聲樂教學法，聲樂教師引導學生運用身體的力量，直接掌控與歌唱相關的肢體，其分為三個客觀學派：(1) 示範與模仿學派－由聲樂教師範唱學生模仿的教學模式；(2) 語言學派－主要建立在學生對於語言傳達的認知；以及(3) 行為心理學－為訓練學生以機械化的反應，應對適當的刺激，如呼吸、共鳴訓練等。
3. 折衷學派 (eclectic)：此學派被大部分 20 世紀末聲樂教師所採用，其教學方法綜合上述兩種，奠基於教學原理與教學法等原則，依據每一位學生的特殊狀況，設計出符合該學生的教學模式與方法。

尚家驥 (2003) 歸納聲樂的教學技巧如下：1. 培養學生靈敏的聽覺。此為傳統美聲法所強調，即透過示範和模仿來進行教學，以提高聽覺對美聲之鑑賞力；2. 以音樂的手段來進行教學。聲樂教學中，每種音樂手段都有它的功能，教師需熟知並活用每一種技巧手段，循序漸進的引導學生學習；3. 以母音和子音調整聲音。母音及子音會影響發聲位置；4. 以形象化的想像來啟發教學。以學生熟悉的事物作為比喻，讓學生易於達到正確演唱方法；5. 不僅在發聲方面，在音樂表現和情感表達也必須啟發學生；6. 以直接的重點鍛鍊來解決歌唱的問題。直接訓練需要改正的部分，將聲音是為單純的生理活動，在特定的階段做特定的訓練；以及 7. 以聲樂理論指導發聲。藉由聲樂的理論基礎，強化學生的理性認識，並實踐在聲樂教學之中。

(三) 聲樂演唱之困難

聲樂演唱困難可能來自於學生的錯誤判斷、聽唱片的錯覺或是教師之疏忽，產生以下常見之毛病（楊兆禎，1972）：

1. 歌唱觀念錯誤：認為只要大聲就是好的—因此往往使音質粗糙，無優美可言。事實上，歌唱質重於量，弱音有時比強音更能引人入勝；
2. 歌唱習慣錯誤：(1) 容易疲勞—如大聲喊叫、全身緊張、發聲法不正確或太過勉強之演唱方式，容易唱得聲嘶力竭；(2) 不喜用視唱法或不會讀譜：視唱能力差，或喜用「聽唱法」。該類演唱者較難自習，且學習較長歌曲時較不方便。
3. 歌唱技巧錯誤：(1) 吐字不清楚—演唱者吐字不清則使聽眾完全聽不清楚歌詞；(2) 容易走音—演唱者之音不準確，可能偏高或者是偏低。(3) 節奏含糊—輕視休止符、馬虎長音符，短音符又唱不清楚，因此拖泥帶水；(4) 無表情：音樂是思想感情的藝術，但有些演唱者唱起歌來，毫無喜怒哀樂，千篇一律，毫無韻味；(5) 呼吸不妥—是最普遍也是最糟的問題，演唱者氣不足便隨意換氣，將使歌詞支離破碎。
4. 發聲法錯誤：(1) 聲音放不出來—聲音悶在口腔裡出不來，很難傳遠，聽眾難以聽到歌聲；(2) 唱不高—演唱的音域有限，高聲區容易破音或是變成虛聲演唱。

任蓉（1995）提出在歌唱上易犯的錯誤如下：

1. 辨別聲音種類的錯誤：聲樂專家們認為天生的聲音是可以分類的，後天的加工，只能做少部分的修整。不正確的分類易導致聲音的殘缺，造成聲音發展的困難，苦練也難以有所進步。聲樂教師應先給予歌者聲音自由發展的空間，再仔細去認識並區辨其聲

音的分類，才不至於埋沒歌者的才華。

2. 唱法的錯誤：(1) 走音可分為兩種，其一為音感不好之走音，其二則是在聽覺沒有問題的情形下唱出偏高或偏低的音，其原因主要為發聲器官的使用不當；(2) 髒音一意即音不純淨，歌者發出發聲、共鳴之外的雜音，包含肌肉不夠放鬆，聲帶用力過度之「喉音」、鼻腔與口腔之間受阻閉塞之「鼻音」、上、下牙床空間不足之「齒音」、過於開放音色之「白音」；、共鳴無力之「空音」、氣流受阻壓使喉頭肌肉反射出之「扁音」、發聲器官過於疲累或氣息缺乏支持之「蒙音」以及「沙啞音」皆屬之；(3) 抖音一意即音不穩或不能控制的搖晃，主要的原因是用力過度，輕微的抖音常被誤認為聲音的自然顫動力，但事實上，兩者並不相同；(4) 乾直音一包括聲音僵硬或直硬，主要來自發聲時力度不足和肌肉僵硬，或是不會運用氣柱之彈力，導至共鳴偏失與乏力；(5) 衰老聲一指年輕人的聲音顯現出老態感，如鬆弛無力、疲累沙啞、顫慄發抖等，此為發聲法不良導致。
3. 音樂的錯誤：對作品時代的認識是歌手的基本功之一。歌手在演唱前須認識作品之音樂文化知識基礎，例如音樂的形式、風格、特點，只是忠實地依照樂譜演唱並不足，需要進一步學習傳統唱法並研究前輩名家的唱法，若只是按照自己喜好、自由的演唱，是演唱專業不足。聲樂教師應引導歌者步入正規、遵照作曲家的意願，作不離譜的演出。
4. 語言的錯誤：聲樂與純音樂最大的差異是，歌聲中有語言。語言在歌曲中占有極高的重要性，語言的表達不夠精緻、咬字混淆不清等，皆被視為嚴重的錯誤。此外歌者若

對歌詞、語言瞭解得不夠清楚，情感的掌握就容易出現錯誤，因此一位好的歌者，必須具備良好的語言能力，以唱出流利、正確的歌調。

音樂是人類情感的藝術表現，在所有音樂中僅有聲樂融入歌詞，因此更能將藝術的層面發揮得淋漓盡致，而人聲本身的感染力，更使其成爲人類傳遞情感的重要媒介之一。自嬰孩呱呱墜地以來，便開始使用聲音，以至生命終止爲止，在漫長的使用期程中，必須小心呵護，倘若不適當的使用發聲器官，可能造成日後的發聲困難，例如聲帶長繭，即便是透過手術治療，也僅是治標不治本，手術後若繼續錯誤使用，舊疾便會復發。

歌唱除了需要具備音樂能力，如音高、音響、音色、音量、速度與節奏，還需要觀察力、理解力、鑑賞力、想像力，及表現力等。聲樂教師的使命除了培養學生這些能力及訓練學生正確使用嗓音之外，更必須具備一雙靈敏的耳朵來鑑定聲音，找出錯誤並加以糾正。此外，洞悉學生的心理狀態，也是不可或缺的，聲樂教師應設法激發學生之學習興趣、建立學生對教師的信心，並且鼓勵學生勇敢質疑、勇敢發問，教學技巧要靈活運用，不宜墨守成規，如此一來，才能達到事半功倍之習唱效果。

第四節 銀髮族音樂學習之相關研究

臺灣過去對於銀髮族社會音樂教育以及歌唱學習的研究為數不多，雖然近年來越來越多人關注銀髮族學習的相關議題，但針對銀髮族的音樂學習，能蒐集的文獻數量仍然不多。因此，本節主要探討我國「銀髮族社會音樂教育」與「歌唱學習」之相關研究，茲討論如下。

一、銀髮族社會音樂教育

在國內碩博士論文中，探索銀髮族參與音樂學習的研究，僅得六篇，其中研究者選取其中三篇與本研究較相關之文獻加以探討，如表 2-4-1。

表 2-4-1 我國銀髮族參與音樂學習之相關研究

作者 (年代)	論文名稱	研究方法	研究工具	研究對象
林楊菁 (2006)	《參與高雄市社區型長青學苑音樂學習課程銀髮族快樂程度調查》	調查研究法	問卷 訪談	臺北市長青學苑音樂類別班級中，55 歲以上參與課程的銀髮族為主，共 120 位
翁爾婕 (2009)	《音樂對於銀髮族情緒影響相關因素之調查研究》	調查研究法	問卷	參與高雄市長青學苑音樂相關課程之銀髮族，採立意取樣，有效樣本共 290 份
李祐綺 (2011)	《參與音樂舞蹈活動之銀髮族心理效益、快樂程度及身體活動能力之研究》	調查研究法	問卷	以北部地區之臺北市與新北市都會公園銀髮族為研究母體，共回收問卷 463 份

上述有關銀髮族社會音樂教育的研究中，皆以調查研究為研究方法，研究工具為問卷，其中林楊菁（2006）使用問卷及訪談。針對上述論文之研究結果，分述如下：

(一) 快樂程度

這三篇研究，都是以音樂參與與否來探討銀髮族之快樂程度，其中，林楊菁（2006）的研究發現，銀髮族參與音樂學習主要的動機及需求為增進生活樂趣，並且認為音樂能抒解銀髮族情緒，不同的情境下，選擇適合的音樂，能提昇銀髮族之生活品質，此外，根據調查，發現銀髮族在日常生活中常會面臨孤寂感，因此可藉由音樂學習與參與來撫慰其心靈。

翁爾婕（2009）則發現，參與音樂學習的銀髮族快樂程度頗高，經常參與音樂活動的銀髮族與偶爾參與者在快樂程度上有顯著的差異。

李祐綺（2011）則認為參與音樂活動之銀髮族，有相當程度的心理效益；在快樂程度上，皆獲得相當程度的快樂；且身體的活動能力維持正常。

(二) 背景變項

翁爾婕（2009）發現，銀髮族的音樂學習狀況，不同年齡、宗教信仰、健康狀況、經濟狀況、音樂生活經驗，以及不同投入學習程度的參與者在其學習的表現差異皆達到顯著水準。該研究之受試者，在性別方面，女性多於男性，男女比約 7:3；年齡方面，以 71 歲以上之長者居多，約佔 30%；健康狀況方面，約有近半數的受訪者認為自己的健康狀況良好；經濟方面，86.9%的受訪者認為自己的經濟狀況普通。

在快樂程度上，性別方面未達顯著；年齡方面，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。

李祐綺（2011）發現在參與者的性別上，以女性最多；在年齡上，以 65~70 歲最多；在居住情形上，以夫妻同居者最多；在每週參與音樂舞蹈活動次數上，以 2 次者最多；在每次活動的時間上，以 61 分鐘以上者最多；在參與該項活動約有多久時間上，以 4-5 年者最多；身體症狀前五名依序為：骨質疏鬆、關節炎、肥胖、糖尿病，以及高血壓。

二、歌唱學習

研究者在論文搜尋的過程中發現，國內文獻討論銀髮族音樂學習的篇幅並不多，但是探討音樂照護、音樂治療以及音樂聆賞的篇數卻不少；在歌唱學習方面，研究者發現國內針對銀髮族歌唱學習探討的並不多，因此將搜尋之關鍵字自銀髮族、老年人、高齡者，延伸至及成人，得到較多文獻，因此以下將歌唱學習對象定義在成人，主要的文獻資料可分為兩個部分：

（一）合唱團體

臺灣目前在成人、銀髮族、高齡者及老年人參與歌唱教學的研究，以探究合唱團之成果較為豐碩，可搜尋到八篇，其中，研究者選取其中三篇與本研究較相關之文獻加以探討，如表 2-4-2。

表 2-4-2 我國成人合唱參與之相關研究

作者 (年代)	論文名稱	研究方法	研究工具	研究對象
周思恩 (2008)	《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》	調查研究法	問卷 訪談	新竹市立混聲合唱團、竹嶺男聲合唱團、科學工業園區合唱團，共取得55份有效問卷
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》	個案研究法	問卷 訪談 觀察	以參加「高雄市漢聲合唱團」55歲以上之團員為研究對象
邱于芸 (2010)	《台灣地區成人男聲合唱團之個案研究》	個案研究法	訪談 觀察 文件分析	仁仁(化名)男聲合唱團，訪談人員包括9位團員(含3位兼任行政團員)與指揮

1. 動機

周思恩(2008)指出，竹嶺合唱團、新竹市立混聲合唱團及科學園區合唱團這三個合唱團的年齡層分布各有不同，其中竹嶺合唱團以30歲以下的團員為主；科學園區合唱團居中，以30~40歲為主體；而市立混聲合唱團的團員則分佈在50~60歲，已屆退休之人員，其中以市立混聲合唱團與本研究之研究對象之年齡較相仿。研究發現三團團員參與合唱團的目的及收穫，皆以調劑身心最高，學習音樂知能次之。

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。研究發現，高齡者參與業餘合唱團之動機有：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；與樂共融，喜悅豐收；心靈寄託，回憶歸屬；以

及大師名曲，慕名遠至。

邱于芸（2010）發現仁仁男聲合唱團團員之參與動機為：(1) 歌唱是團員公認之最大興趣；(2) 團員凝聚力高且擁有共同的興趣與嗜好；(3) 從高中開始的合作關係且溝通互動良好，對合唱團有強烈歸屬感且期望高；(4) 團員之間頻繁交流合唱相關訊息。

2. 學習情形

周思恩（2008）指出，其團員缺席的原因中，以工作忙碌居首，以其他次之，家庭因素緊接在後。研究發現在參與合唱團所面臨的困難中，主要以程度跟不上與時間不易配合為主。

梁譚云（2010）發現，高齡者參與業餘合唱團之學習情形可分為：正確使用聲音，聲音永遠年輕；努力勤練歌曲，上台展現自信；生活必備行程，把握學習機會；珍惜練唱光陰，預防老化失智；志同道合好友，齊聚增廣見聞；及過程挫折難免，耐心教學相長。

3. 功能與經營

周思恩（2008）指出，合唱團的教育功能有以下六點：(1) 培養歌唱人才、推廣社會音樂教育；(2) 提倡正當休閒活動、淨化人心；(3) 藉由合唱表達團體和諧之美，透過音樂促進社會和諧之風氣；(4) 凝聚家族、同事、同儕情誼；(5) 提升個人及親友欣賞音樂的能力；以及(6) 促進國際間的交流與合作。此外，在音樂教育功能上，合唱團

可以由不同的曲目中，建立自我成就感，傳遞人與人之間的感情，進行文化上的傳承或國際交流，以培育人才並推廣公益。

梁譯云（2010）認為，高齡者參與業餘合唱團之教育功能為：提升音樂基本能力與表現機會，獲得豐富多元的藝術欣賞資訊，增進歷練與擴展社交方面的經驗，以及促進其他面向的學習，如文學、語言，以及待人接物等等。

邱于芸（2010）指出，仁仁男聲合唱團經營特質包含：(1) 為文建會扶植團體，故合唱團聘有正職人員處理所有行政事務，另有兼職人員負責國際事務，以處理合唱團頻繁的出國比賽與表演；(2) 合唱團也有其他長期贊助者的支持，對仁仁男聲合唱團營運助益頗大；(3) 合唱團之練習場地具有良好的設備，使團員能在舒適的環境下練習，增加團隊之向心力；(4) 近年另成立青年團與兒童團，在增加團隊知名度及經濟來源不無小補；(5) 合唱團的未來發展除了朝多元化的方向規劃之外，訂定明確的合唱團規範，使團員能有遵循的依據，已達建立長久經營團體之目的。

(二) 卡拉 OK 團體

我國在探究成人、銀髮族、高齡者及老年人參與歌唱活動之論文中，除合唱研究外，卡拉 OK 為最大宗，共得五篇，研究者選取其中兩篇與本研究較相關之文獻加以探討，如表 2-4-3。

表 2-4-3 我國銀髮族參與卡拉 OK 之相關研究

作者 (年代)	論文名稱	研究方法	研究工具	研究對象
陳曉琪 (2000)	《社區性老人卡拉 OK 活動的現象分析》	文獻分析 田野調查法	文件分析	台中市西屯區長興老人會卡拉 OK，以出席情形前 20 名為訪談對象
翁郁淑 (2008)	《中銀髮族參與卡拉 OK 之休閒動機、休閒涉入及休閒效益之研究》	調查研究法	問卷	以臺北縣年滿四十歲以上、參與卡拉 OK 之中銀髮族進行便利抽樣，共回收有效問卷 224 份

在陳曉琪（2000）的研究中，認為老年人參與卡拉 OK 的動機如下：老年時期生理已漸漸衰退，因此老年人喜歡參與較溫和的運動，或靜態的活動，卡拉 OK 是一項容易上手的活動，是一項不受限的活動，任何人都可輕鬆接觸，不需要額外的訓練，只要能播放，輸入曲目的代號，就能演唱自己喜愛的歌。許多老年人以卡拉 OK 作為凝聚老人的工具，主要因其方便從事且難度不高，進而使卡拉 OK 在社會人際交往中扮演了活絡彼此情感的角色。

翁郁淑（2008）發現，(1) 在休閒動機上，年齡、學歷、職業、每月可自由使用金額、經常與誰一起參與、參與資歷、參與平均時間不同，具有顯著差異；(2) 在休閒涉入上，婚姻、職業、每月可自由使用金額、經常與誰一起參與、參與資歷、參與平均時間不同上具有顯著差異；(3) 在休閒效益上，職業、每月可自由使用金額、參與平均時間不同上具有顯著差異。研究並發現，銀髮族參與卡拉 OK 之休閒動機、涉入與休閒效益具有顯著正相關。表示參與卡拉 OK 之銀髮族的休閒動機、休閒涉入愈高，休閒效益感受程度也愈高。

綜觀上述，可發現我國有關銀髮族歌唱學習的文獻仍相當缺乏，因此研究者希望能藉由探討臺北市立社會教育館聲樂進階班銀髮族學員參與現況之個案研究，瞭解銀髮族參與歌唱學習之情形。

第三章 研究方法

本研究以個案研究法探討「臺北市立社會教育館－聲樂進階班」之銀髮族參與社會音樂教育的現況，並探討該班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況。本章共分為五節：第一節為研究場域與研究對象；第二節為研究設計；第三節為研究架構；第四節為研究工具；第五節為資料蒐集與處理。

第一節 研究場域與研究對象

一、研究場域：臺北市立社會教育館

臺北市立社會教育館於民國 50 年 4 月開始籌備規劃，於民國 53 年元月成立。多年來，該館本著服務市民的宗旨，提供許多社教活動。民國 88 年 11 月 6 日臺北市政府文化局成立後，社教館的主管單位由教育局改隸文化局，並以積極推動藝術文化活動為主要業務。該館組織業務概況如下圖：

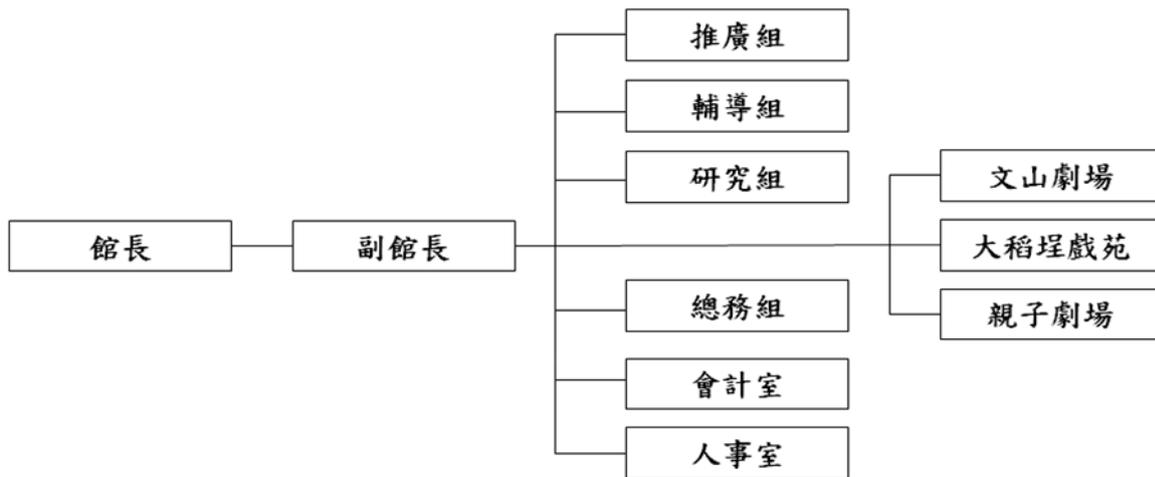


圖 3-1-1 臺北市立社會教育館組織業務概況

以下介紹社教館與本研究相關的推廣組與輔導組：

1. 推廣組

關於各項音樂、舞蹈、戲劇類型節目演出及承辦市府心靈饗宴文康活動、綜合性活動推廣、臺北文化獎、城市舞台各項設施之管理維護、城市舞台檔期管理與各項設施之管理維護事項及其他藝術活動之推廣。經台北市立社會教育館節目評議委員會審查通過之各類音樂、舞蹈、戲劇活動，由該組策劃與安排於城市舞台、文山劇場、親子劇場或該館一樓大廳舞台區演出。

「知音時間」亦為該組重要業務之一。「知音時間」定於隔週週三下午，以該館開設之音樂相關課程之班級有優先申請權，經申請通過後，提供表演者展出的舞台。本研究之聲樂進階班學員即在每期期末於「知音時間」舉行成果發表會。

2. 輔導組

主要業務是辦理該館文化志工培訓、市民講座、音樂沙龍、展覽場地營運管理及該

館自辦之年度邀請展，另辦理文化藝術研習班及兒童才藝營等推廣活動。其中的「文化藝術研習班」，每年分春、秋兩季開班，每期 14 週，每週一次 2 小時，共 28 小時。開設課程共分為十類，即：工藝類、花藝類、美術類、書法類、國畫類、琴藝類、歌唱類、舞蹈類、戲曲類以及其他類。在歌唱類的部分，開設有歌唱基礎甲班、歌唱基礎乙班、民俗歌曲初級甲班、民俗歌曲進階甲班、民俗歌曲乙班、民俗歌曲丙班、長青歌謠甲班、長青歌謠乙班、聲樂初級甲班、聲樂初級乙班、聲樂進階班，共十一個班級。其中名稱相同的課程，分為甲、乙、丙班，並無程度上的分別，只是授課教師不同，並且「基礎班」與「進階班」並無入班資格的限制，參與進階班的學員，不須事先參與基礎班的學習。本研究之「聲樂進階班」便是其中的課程之一，而該班授課教師—芙蓉（化名）老師，也同時擔任歌唱基礎甲班之授課教師。

二、研究對象

1. 授課教師

聲樂進階班授課教師—芙蓉老師，畢業於國立臺灣師範大學音樂學系。1965 年秋赴義大利進修，畢業於國立羅馬音樂院，榮獲該校最優聲樂畢業生獎學金，並在羅馬 Accademia S. Cecilia 音樂研究院、義大利 Chigiana 音樂院修畢研究課程。芙蓉老師早年獲有四項歐洲聲樂比賽大獎及三項歌劇院甄試比賽優勝獎，1973 年在羅馬首演歌劇《蝴蝶夫人》，在之後二十多年的演唱期間，曾獲得義大利文化促進會和音樂學術協會頒發多項演唱成就獎與金牌，以及報章音樂評論的許多佳評及榮譽。

在歐洲多年的演唱經驗，芙蓉老師足跡遍及義大利各大城市，演出場次超過三百餘場，並在法國、瑞士、美國以及台灣、東南亞、大陸等地演出，演唱歌劇、清唱劇、室

內樂和藝術歌曲等節目，曲目極為廣泛，包括古典、浪漫、現代等作品。芙蓉老師多次應邀擔任義大利國際聲樂大賽、歌劇院甄試主角大賽之評審，並受邀在歐、美及大陸擔任大師講座、音樂營講習及聲樂課程大師班等之授課。

芙蓉老師自 1993 年返臺後，任教於臺北市、新北市多所大專院校，並自 1996 年起，在臺北市立社會教育館先後擔任「聲樂進階班」以及「歌唱基礎甲班」教師，這兩個班級皆是以美聲法為基礎教授聲樂課程，「歌唱基礎甲班」較著重聲音的基礎訓練；「聲樂進階班」，顧名思義為進階的聲樂課程，除了歌聲訓練外，並教授舞台展演之藝術，習唱曲目也較有難度。芙蓉老師在臺北市立社會教育館任教至今已有 16 年，16 年來她所開設的班級總是座無虛席，學員的進步相當可觀，因此芙蓉老師被學員封為「臺灣聲樂界的國寶」。

本研究以部分學員作為訪談對象，以芙蓉老師的訪談作為聲樂進階班銀髮族學員問卷及訪談之三角檢測之用，以檢測信效度。

2. 學員

本研究以臺北市立社會教育館所開設的「文化藝術研習課程」之聲樂進階班學員為主要研究對象。該期課程（2012 年春季班）於 101 年 3 月 24 日開班，參加的學員共有 60 人（為該館設立之人數上限），其中有 42 位學員年齡在 60 歲以上，符合本研究所選取研究對象之年齡範圍，因此僅以這 42 位學員作為研究對象。

研究者自 2009 年起擔任該班伴奏，每週練習兩小時，與該班學員已有三年的相處時間，根據研究者的觀察，在這三年期間，學員的流動率不大，持續參與學習的狀況良好，也因此，研究者與該班大部分學員皆很熟悉，也對於學員之學習情形與參與狀況有所瞭解。該班每期約有 10 位新學員入班，其餘約 50 位皆為舊學員。在本研究所選取之

42 位研究對象中，僅有 2 位新學員，其餘 40 位為舊學員，舊學員中有多位自創班以來 16 年間始終沒有間斷地參與該班課程，可謂元老級學員。

本研究分兩階段進行，第一階段將發放問卷予該班年滿六十歲之銀髮族學員填答，並從問卷題目「在團體中，哪些同學的表現讓您印象深刻？」中，依據研究對象針對「唱得最好、進步最多、最常給您建議與協助以及學習態度最讓您敬佩」選項之推薦名單，選取訪談對象，預計共選取六位參與訪談，若受推薦之學員不願意接受訪談，則遞補之。

3. 上課流程與互動

臺北市立社會教育館聲樂進階班之上課使用教室，位於台北市立社會教育館四樓 401 教室。該教室寬敞舒適，約可容納 120 位學員，教室內設備簡明，備有白板 1 面、音響 1 台、直立式鋼琴 1 架、譜架 2 個、長桌約 40 張，每張可坐 3 人，教室內一個排面可容納 4 張長桌，共有 10 排。授課教師之座位在教室正前方，面對學員。

該班之上課時間為每週六上午 9:30 至 11:30，為社教館開課的熱門時段，因為開課在假日，因此部分上班族亦可報名參加。學員的座位沒有固定，採先到教室先選座位之機制，因此想坐在較前面座位的學員，通常會提早半小時到，或者搬椅子坐在前方走道。該班學員大部分年齡較大，聽力的部分較弱，因此較喜愛選擇前方的座位。

上課的流程為 9:30~10:30 團體練唱，內容有發聲練習、練聲曲以及歌曲。授課教師特別強調發聲練習，通常會練三~五組發聲，針對當天的習唱曲目搭配不同的發聲練習組。練聲曲及歌曲習唱的部分，視譜能力較弱的學員，通常會在課前先將簡譜以首調或是固定調的方式填在曲譜上；在課堂中，授課教師會將下週之習唱曲目，請伴奏分別彈奏伴奏及主唱旋律，並請學員錄音，以便回家可以預習。歌曲演唱的部分，由於外文對於銀髮族的難度較高，授課教師除了親唸每一句的歌詞，請學員錄音回家練習外，也會

逐字講解外文字彙之意義。此外，授課教師也會加以解說歌曲的背景、合適的演唱音色、推薦的演唱版本，或是分享過去教師在國外演唱期間之趣聞等。

10:30~10:40 為短暫的休息。學員通常會利用這段時間，詢問授課教師、伴奏或是其他學員方才課程中聽不懂的部分，或者與三五好友敘敘舊，以及使用茶水及化妝室。下半堂課程從 10:40~11:30，為個別指導時間，依學員名條之順序排列，每週約有 5 人可上台接受 10 分鐘之個別指導，參加個別指導之學員須自行準備曲目，有些學員會選擇上課教過的曲目，有些則選擇自己喜愛或者即將參加演出的曲目，並準備三份譜，一份給授課教師、一份給伴奏，另一份給自己。其他學員則在台下觀摩，或錄音，如有疑問，可在該位學員接受指導完畢之後提問授課教師，教師再一併加以回答，也因此有時討論的興致高昂時，若耽誤到後面演唱者的時間，則會順延到下週。課後正好為午餐時間，該班學員間時常進行餐敘，有時授課教師也會一同前往，情誼濃厚。

第二節 研究設計

一、個案研究

本研究依據研究目的及待答問題，選擇個案研究為研究方法。個案研究是質性研究中相當重要的一項，通常以一個單位作為研究對象，該單位可能是個人、家庭、社會團體、社會機構或是社區，藉以探討導致個人、團體或機構狀態行為之成因，或各變項間的相關性（王文科，2002）。因此個案研究強調研究對象的獨特性與特殊性，並講求多元且彈性的資料蒐集。

個案研究依其研究設計與單位分析，分為單一個案整體設計、單一個案嵌入設計、

多重個案整體設計，以及多重個案嵌入設計共四種。其中，單一個案嵌入設計為只有一個研究對象，但除了此個案為一個分析單位外，亦關注其子單位（subunit）（林小玉，2006）。本研究根據其研究目的以及待答問題，選擇臺北市立社會教育館聲樂進階班為例，採單一個案嵌入設計進行個案研究，以該班年滿六十歲之銀髮族為主要研究對象，並以該班之授課教師為子單位。

臺北市立社會教育館為國家實施社會教育的主要機構之一，具有代表性，且該班銀髮族學員之比例極高，研究者以伴奏身分融入該班學習之情境，並以問卷以及半結構式訪談進行資料蒐集以取得更豐富多元的資料。綜合上述之因素，本研究以臺北市立社會教育館聲樂進階班為個案進行研究。

二、研究步驟

本研究自2011年9月開始進行，首先擬定研究計畫、蒐集與整理相關文獻資料、擬定研究題目、研究目的並進行文獻探討，之後根據相關資料編擬問卷初稿，經專家效度、預試與多次修改後，於2012年5月中完成正式問卷編製，並於6月底發放與回收問卷，進行資料分析與整理，最後進行研究結論之撰寫。

本研究進程序分別為：準備階段、發展階段、實施階段、整理階段。各階段依據下列實施步驟撰寫研究結論，研究流程如圖3-2-1所示。

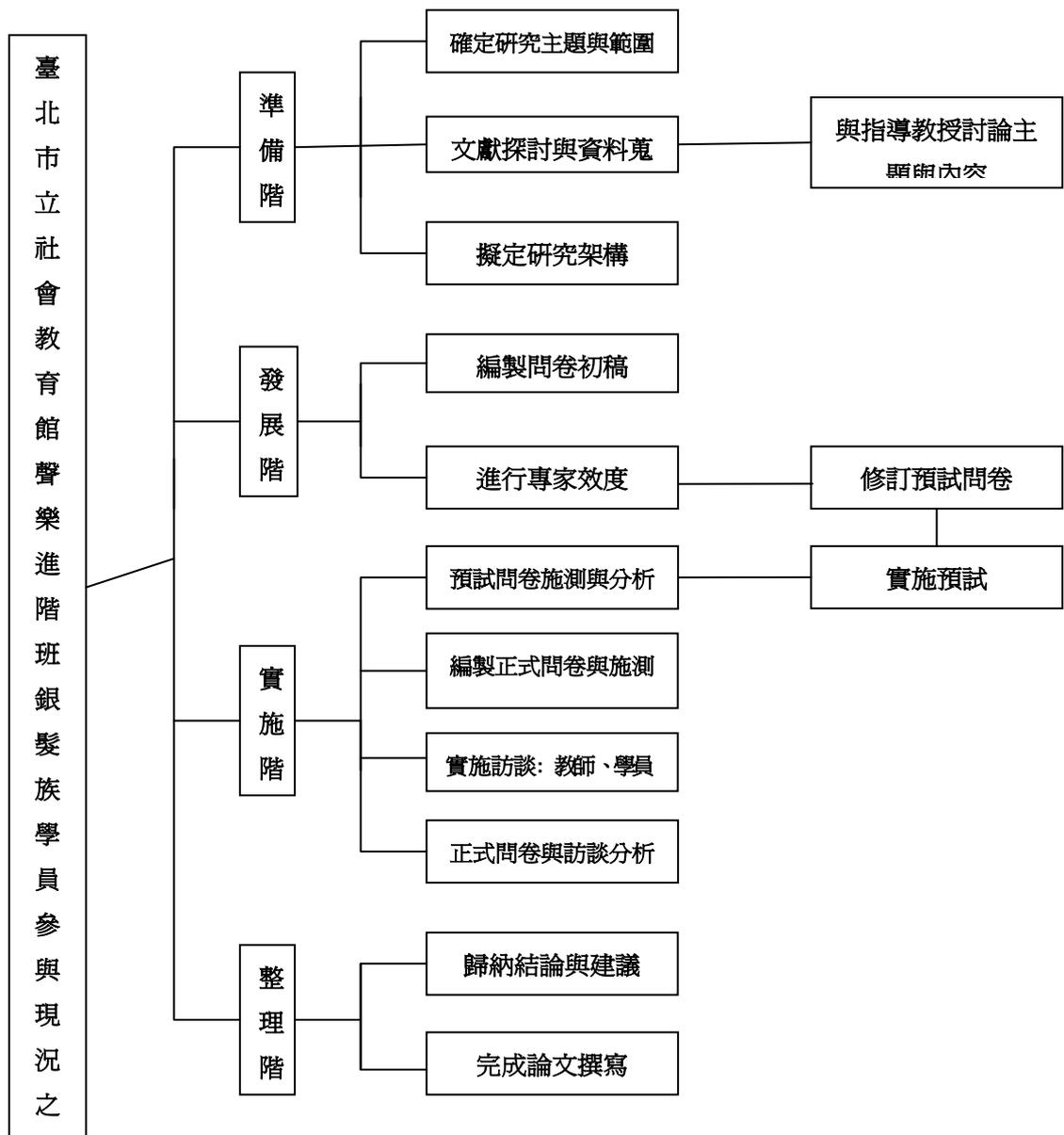


圖 3-2-1 研究流程圖

第三節 研究架構

本研究採用研究者自編問卷及半結構式訪談，透過個案研究法，以瞭解臺北市立社會教育館聲樂進階班中，年滿60歲之銀髮族學員歌唱學習背景及學習情況。研究者首先將自編問卷發放給臺北市立社會教育館聲樂進階班中年滿60歲之銀髮族填寫，並從問卷題目「在團體中，哪些同學的表現讓您印象深刻」中，依據研究對象針對「唱得最好、進步最多、最常給您建議與協助以及學習態度最讓您敬佩」的選項之推薦名單，選取訪談對象，預計共選取六位參與訪談，若受推薦之學員不願意接受訪談，則遞補之，並訪談該班之授課教師。本研究架構圖如圖3-3-1。

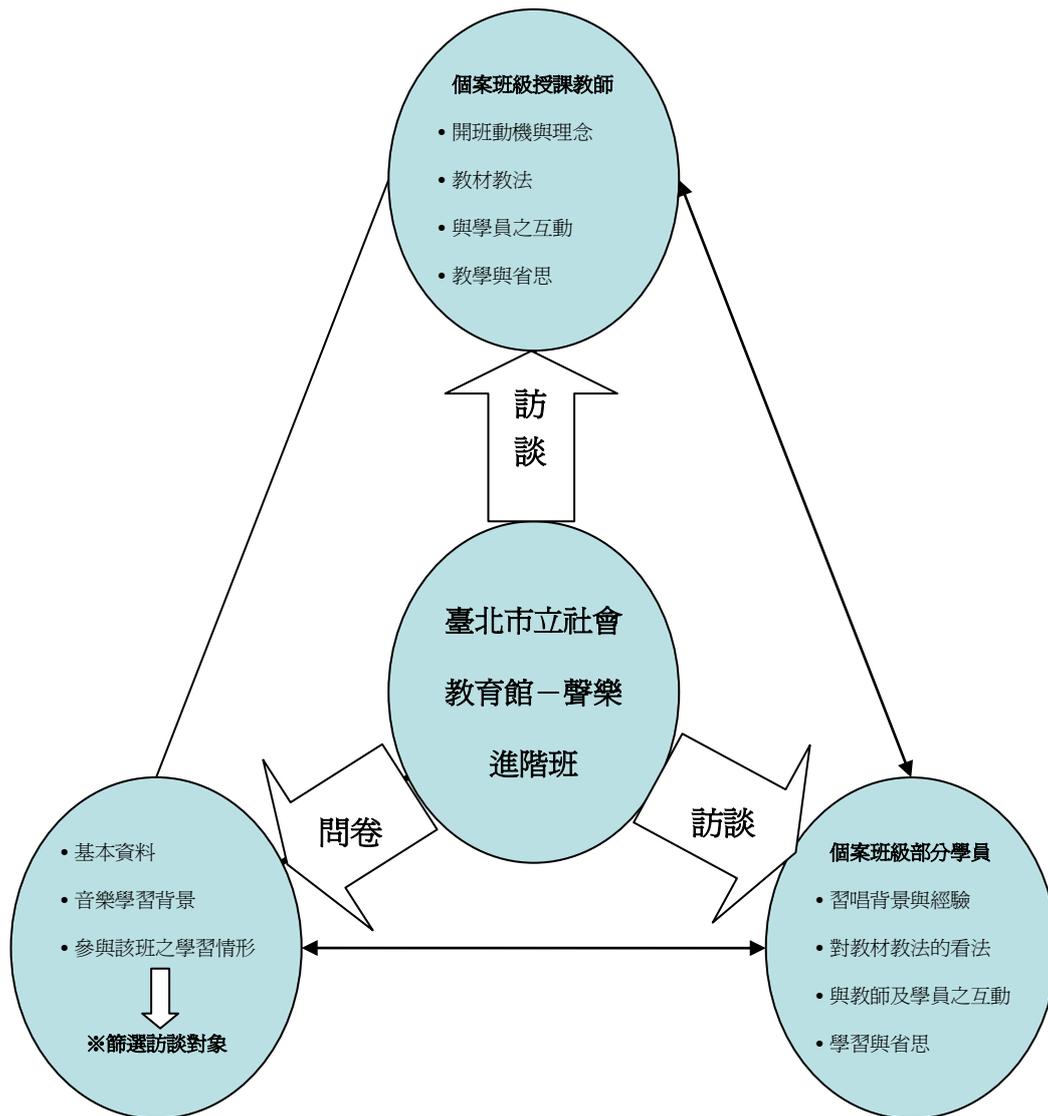


圖3-3-1 研究架構圖

第四節 研究工具

一、 研究工具說明

(一) 問卷

本研究問卷的施測目的在於瞭解銀髮族的音樂學習背景以及參與「臺北市立社會教育館聲樂進階班」學員的學習情況。研究者參考林楊菁（2006）、翁爾婕（2009）、邱芸（2010）、梁譯云（2010），以及李祐綺（2011）之研究論文，自編「臺北市立社會教育館聲樂進階班銀髮族學員之背景與參與該班學習情況之調查問卷」作為研究工具，問卷的題目設計如下：

第一大題：基本資料。

第二大題：音樂學習背景。

第三大題：參與「臺北市立社會教育館－聲樂進階班」課程相關問題。

第四大題：參與「臺北市立社會教育館－聲樂進階班」團體教學相關問題。

(二) 訪談

本研究之訪談，採半結構式設計，研究者參酌林楊菁（2006）及梁譯云（2010）之訪談題目設計編製而成。訪談對象分為兩個部分：該班授課教師及學員，訪談學員的名單擬從問卷調查結果獲得；訪談的題目設計主要對應待答問題第三題，僅有少數幾題對應待答問題第二題。待答問題第三題為較開放之題項，無法從問卷設計中蒐集資料，此

外研究者為更深入探討待答問題第二題，進而實施訪談，而授課教師的訪談資料將作為三角檢測之用。訪談的題目設計如下：

(1) 訪談授課教師—共分為四個大題：分別為開班宗旨、教材教法、與學員之互動及教學與省思。

(2) 訪談個案班級之部分學員—共分為四個大題：

第一大題：習唱背景與經驗。

第二大題：對教材教法的看法。

第三大題：與授課教師及其他學員的互動。

第四大題：學習與省思。

二、問卷編製依據及過程

本問卷為研究者根據相關文獻編製而成。在問卷初稿完成後，委請兩位任職於大學音樂系所之音樂教育學者專家及一位任職於公立高中之音樂教師，逐題審查並提供修改意見，以建立專家效度，意見如附錄一。三位專家皆具有聲樂以及合唱之專長，而其中任職於高中之音樂教師，也曾擔任臺北市立社會教育館聲樂進階班之伴奏，故特別委請以協助審題。最後，再請指導教授檢核問卷內容，經多次修改，確定正式問卷共 32 題，如附錄二。三位專家資料如表 3-4-1。

表 3-4-1 專家資料一覽表

專家	現職	職稱	學歷	專長
A	國立臺灣師範大學	副教授	博士	音樂教育、 聲樂、合唱
B	國立臺中教育大學	教授	博士	音樂教育、 聲樂、合唱
C	臺北市立第一女子高級中學	音樂教師	碩士	聲樂、合唱

三、 填答及計分方式

本問卷之內容分爲：(一) 基本資料；(二) 音樂學習背景與音樂能力評估；(三) 參與「臺北市立社會教育館－聲樂進階班」個人學習情況相關問題；(四) 參與「臺北市立社會教育館－聲樂進階班」團體學習情況相關問題四個部分，其說明如下：

(一) 基本資料

基本資料共六題，由受試者勾選適合之選項。包括性別、年齡、教育背景、退休與否、個性及目前所參與的課程/活動種類等內容。

表3-4-2 問卷基本資料之題項表

內容	問卷題項	題型
一、個人資料	1. 性別	單選
	2. 年齡	單選
	3. 教育背景：	單選
	(1)教育程度	
	(2)是否為音樂相關科系畢業	單選
	4. 退休與否	單選 開放式
	5. 個性：	單選
(1)較內向或外向		
(2)描述自己的個性	開放式	
6. 參與課程/活動種類	複選	
二、音樂學習背景與音樂能力評估	1. 曾參與之音樂活動類別	複選
	2. 修習音樂課程之管道	複選
	3. 音樂展演之舞台經驗	複選
	4. 音樂學習能力自我評估	單選
	5. 是否參與聲樂進階班以外之歌唱類課程	單選 開放式
	6. 持續參與音樂學習之原因	複選
	7. 如需中斷音樂學習之原因	複選
三、參與「臺北市立社會教育館－聲樂進階班」個人學習情況相關問題	1. 參與本班課程活動之時間	單選
	2. 入班動機	複選
	3. 進入本班之原因	複選
	4. 參與本班之學習情形	單選
	5. 學習過程中，哪些部分較困難	複選
	6. 學習至今，參與本班之感受	複選
	7. 本班的學習對音樂能力提升程度為何	單選
四、參與「臺北市立社會教育館－聲樂進階班」團體學習情況相關問題	1. 在本班中，哪些部份對您的學習有幫助	複選
	2. 在「團體練習」中，您的感受如何	複選
	3. 在「個別指導」中，您的感受如何	複選
	4. 在學習中，哪些同學讓您印象深刻	開放式
	5. 您對於以團體形式上聲樂課之感受為何	複選
	6. 與其他團體歌唱教學的課程相比，本班是否別有特色	單選 開放式

二、 進行預試

預試問卷編製完成後，隨即進行預試。本問卷之預試對象為臺北市立社會教育館「歌唱基礎甲班」（與聲樂進階班同授課教師）中年滿六十歲之學員，共35位參加預試。預試問卷於2012年6月18日發放，當日即回收完整35份問卷，刪除5份未完整填答之問卷，共回收30份有效問卷。

問卷預試結果，研究者發現，原來擔心銀髮族較容易遇到文字閱讀的困難，但預試結果顯示，參與「歌唱基礎甲班」之銀髮族學員，其教育水準皆達高中以上，無識字困難之問題，但雖然在預試對象填答過程中，研究者逐題講解並全程陪伴，但在交回問卷時，因適逢預試對象之下課時間，場面相當混亂，因此問卷的漏答情形十分嚴重。因此研究者認為，在正式問卷發放時，應給予受試者更充分的填答時間，改在一上課(9:30)即發放問卷以及逐題解說，並於中間休息時間及下課後收回問卷。

預試的填答情形大致良好，唯漏題情形較嚴重，其中有5份問卷，漏題情形高達兩頁之多，研究者推測，受試者可能在翻頁時沒有注意到，因此一連翻了兩頁所致。此外，在開放式手寫填答中，較多誤解題意而造成答非所問之現象。研究者認為，對銀髮族進行施測，應盡量避免填答式題型。

第五節 資料蒐集與處理

本研究之研究工具為問卷與訪談，資料分析如下：

一、問卷

問卷部分主要採量化的資料分析，在回收後，進行編碼、輸入以及統計分析。配合研究性質與研究問題的需要，採用主要的統計方法為次數分配 (frequency distribution)、百分比 (percentage) 及平均數 (mean)。

1. 描述性統計：

(1) 次數分配：

為瞭解每一個選項的勾選情形，採用次數分配統計，例如：性別此一背景變項，使用次數分配可統計所有樣本中男女生的人數。

(2) 百分比：

百分比用以表示某一樣本在所有樣本的相對位置，例如：年齡此一背景變項，使用百分比可統計所有樣本中不同年齡層之人數比例。

(3) 平均數：

藉由平均數可瞭解其平均得分的情形，並可論斷全體樣本在此題的意見。本研究採用李克特式五點量表的概念，但因施測對象為銀髮族，因此輔以文字敘述的方式呈現題目，使之較容易作答。在問卷中，「音樂學習能力自我評估」、「在本班您學習的情形如

何」、「本班的學習對您的音樂能力提升程度為何」此三題採用平均數分析之，平均數達 3.5 分以上表示高度認同，平均數在 2.5-3.5 分之間表示認同，平均數在 2.5 分以下表示不認同。

2. 開放式填答

開放式填答必須以手寫作答，旨在彌補以選擇題型作答之不足，或是無法以選擇題型呈現之問題。在本問卷中僅在「在學習中，哪些同學讓您印象深刻」（含唱得最好、進步最多、最常給您建議與協助以及學習態度最讓您敬佩四個向度），及「與其他團體歌唱教學的課程相比，本班是否別有特色」兩題中以開放式填答作答。其中以「在學習中，哪些同學讓您印象深刻」此題作為訪談對象篩選之用。

二、訪談

訪談的部分主要將質性資料做處理。研究者將訪談後的檔案轉譯成逐字稿，並紀錄訪談情境與受訪者的語氣表情，再依日期、不同的受訪者逐一編碼，待訪談逐字稿完成之後，再交由每一位受訪對象校稿，以進行三角檢測，確定無語意上、敘述上之誤解。

代碼編排如下說明及訪談資料代碼分別如下表3-5-2、3-5-3。

表3-5-1 代碼編排說明

代碼範例	代碼	日期	代碼說明
訪A120624	訪A	2012/06/24	「訪」代表訪談，第二碼英文則代表不同受訪者之編號，最後加上訪談日期。

表3-5-2 受訪對象代碼

受訪對象	代碼
芙蓉老師專訪	訪A120624
松樹專訪	訪B120707
向日葵專訪	訪C120714
玫瑰專訪	訪D120721
榕樹專訪	訪E120728
牡丹專訪	訪F120804
百合專訪	訪G120929

第四章 結果與討論

本研究以研究者自編「臺北市立社會教育館聲樂進階班銀髮族學員－背景與參與該班學習情況之調查問卷」為研究工具，為進一步瞭解該班銀髮族學員之學習情形而實施訪談，從問卷題目「在團體中，哪些同學的表現讓您印象深刻」中，依據研究對象針對「唱得最好、進步最多、最常給您建議與協助以及學習態度最讓您敬佩」選項之推薦名單，選取訪談對象，預計共選取六位學員參與訪談，以瞭解臺北市立社會教育館聲樂進階班之銀髮族學員參與社會音樂教育之現況，並探討該班銀髮族學員參與社會音樂教育受到背景變項影響之情形及其學習情況。依據待答問題所述，本章就臺北市立社會教育館聲樂進階班銀髮族學員問卷之資料分析、該班受訪學員與授課教師訪談之資料分析，以及問卷與訪談資料綜合分析進行討論。

本章為求用字之簡潔，以下將「臺北市立社會教育館聲樂進階班」，以「該班」簡稱之；而「臺北市立社會教育館聲樂進階班之銀髮族學員」，以「研究對象」稱之。

第一節 臺北市立社會教育館聲樂進階班銀髮族學員

問卷之資料分析

一、研究對象基本資料分析

研究者依據研究對象所填寫之個人基本資料，將其性別、年齡，以及教育背景（含教育程度、畢業科系）製成背景變項之次數分配與百分比統計情形，如表4-1-1所示。

表4-1-1 研究對象背景變項分佈情形

背景變項	變項類別	人數	百分比 (%)	排序
性別	男	11	26.2	2
	女	31	73.8	1
年齡	60~64歲	14	33.3	2
	65~69歲	11	26.2	3
	70歲以上	17	40.5	1
教育背景— 教育程度	國小	0	0	4
	國中（初中）	0	0	4
	高中/專科	14	33.3	2
	大學	24	57.1	1
畢業科系	碩士	4	9.5	3
	博士	0	0	4
	音樂相關科系畢業	3	7.1	3
畢業科系	教育相關科系畢業	10	23.8	2
	其他科系畢業	29	69.0	1

(N=42)

研究者在「2012年春季班」報名完畢後親訪臺北市立社會教育館，透過輔導組之協助，

得到該班該期之報名學員資料。透過資料，研究者發現，該班60名報名的學員中，共有39名學員實歲滿60歲，另有5名學員虛歲滿60歲。在問卷施測前，研究者詢問5名虛歲60歲之學員是否願意作答，其中3名願意，故得研究對象共42名，占該班人數70%。

受訪之研究樣本中，性別部分，女性學員比男性學員多，顯示該班以女性學員為多數，比例約為7:3。從翁爾婕(2009)、梁譯云(2010)，及李祐綺(2011)的研究發現，參與音樂學習的性別比例，女性往往多於男性，因此可推論該班之男女性別比例，亦為社會音樂教育參與之普遍現象。

在年齡分佈方面，以70歲以上之群組人數最多；60~64歲之群組次之；人數最少為65~69歲之群組。其中，雖然70歲以上之群組人數較多，但研究者透過社教館之學員名冊得知，這17名70歲以上的學員中，70~74歲有8人、75~79歲則有9人，因此該組人數較多之主因，是因其組距較寬所致，若將70歲以上同拆為5歲一個組距，即分為70~74歲以及75~79歲兩組，則年齡分佈方面，則以60~64歲最多。整體而言，各組年齡之分佈，人數差異不大，顯示研究對象之年齡分佈平均。

教育背景分為兩部分探討。在(1)教育程度方面，以大學畢業為最高，超過半數；其次為高中/專科畢業；再次為碩士畢業。該班學員之教育程度，無國小、國中以及博士畢業者。由表4-1-1可知研究對象之學歷主要集中在高中/專科及大學兩個群組，兩個群組人數相加共有38人(90.4%)。在(2)畢業科系方面，以非教育及音樂科系畢業佔大多數；其次為教育相關科系畢業；音樂相關科系畢業者最少。研究發現，選填音樂相關科系畢業之三位研究對象皆自師範院校畢業，故亦可將音樂與教育科系畢業兩者合併計算，共

有13人（30.8%）。研究對象中共有13位退休教師，教師也是研究對象中最多人從事的職業。

二、臺北市立社會教育館聲樂進階班之銀髮族參與社會教育之現況分析

(一) 該班銀髮族參與社會教育之種類

1. 該班學員目前參與之課程/活動種類

研究者在編撰問卷時，以臺北市立社會教育館文化藝術研習班於該期（2012春季班）所開設之課程種類作為選項，共分為11類，分別為：歌唱類、樂器類、舞蹈類、運動休閒類、視覺藝術類、語文類、閱讀類、戲劇類、手工藝類、花藝類以及家政類，欲探究該班學員目前參與課程/活動（含社教館及其他機構開設或舉辦）種類，如表4-1-2所示。

表4-1-2 研究對象目前參與之課程/活動種類

類別	人數	百分比(%)	排序
歌唱類	42	100.0	1
樂器類	8	19.0	2
舞蹈類	8	19.0	2
運動休閒類	8	19.0	2
視覺藝術類	6	14.3	5
語文類	3	7.1	6
閱讀類	2	4.8	7
戲劇類	1	2.4	8
手工藝類	1	2.4	8
花藝類	1	2.4	10
家政類	0	0	11

(N=42)

由表4-1-2可見，除了歌唱類外，研究對象參與之課程/活動種類中，最多人參與者為樂器類、舞蹈類以及運動休閒類；其次為視覺藝術類；在其他類別之課程的參與上較為零星，如語文類、閱讀類、戲劇類、手工藝類及花藝類，家政類則無參與人次。在參與課程之喜好上，除了家政類外，每一種類別皆有人參與，雖然該題為複選題，但除了歌唱類為必備選項外，學員複選的情形不多，由此可見研究對象參與課程/活動之種類多元。

2. 研究對象目前參與之音樂課程/活動種類

以下就研究對象目前所參與之「音樂活動」類別進行探討，如表4-1-3所示。

表4-1-3 研究對象目前參與之音樂課程/活動種類

類別	班別	人數	百分比(%)	排序
歌唱類	聲樂	42	100.0	1
	合唱團	16	38.1	2
	卡拉OK	6	14.3	3
	教會詩班	4	9.5	4
	傳統戲曲	1	2.4	8
樂器類	鍵盤	4	9.5	4
	弦樂	2	4.8	6
	國樂	2	4.8	6
	打擊樂	1	2.4	8
	管樂	1	2.4	8
	其他	1	2.4	8

(N=42)

如表4-1-3可知，在歌唱類的部分，研究對象目前參與之音樂課程/活動種類除了該班所屬之聲樂類外，最高參與人次為合唱團；其次為卡拉OK；再次為教會詩班；而傳統戲曲則僅有1人參與；樂器類最多人參與的是鍵盤類；其次為弦樂與國樂；再次為打擊、管樂與其他（口琴）。透過表4-1-3發現，研究對象以參與歌唱類學習者為多，顯示該班參與社會音樂教育的偏好，較集中傾向歌唱類別，甚至有多人在歌唱學習的參與方

面，跨足不同種類，但因該班本屬於歌唱類的課程，因此研究結果是可預想的。此外，研究者發現合唱團的參與人數明顯高於其他班別，其參與人數多於歌唱類其他班別（卡拉OK、教會詩班、傳統戲曲）之加總，因此研究者認為該班之研究對象較偏好團體性音樂學習。

3. 研究對象曾經參與之社教館開設相關的歌唱類課程

在歌唱類部分，臺北市立社會教育館所開設之文化藝術研習班中，設有歌唱基礎甲班、歌唱基礎乙班、民俗歌曲初級甲班、民俗歌曲進階甲班、民俗歌曲乙班、民俗歌曲丙班、長青歌謠甲班、長青歌謠乙班、聲樂初級甲班、聲樂初級乙班、聲樂進階班，共 11 個班級。透過問卷得知，除了聲樂進階班之外，該班學員曾參與社教館開設之其他歌唱類課程的有 15 人(35.7%)；未曾參與社教館開設的其他課程的學員有 27 人(64.3%)，以未參加的學員較多數。

在曾參與其他歌唱類課程的學員中，所參與的班級以「歌唱基礎甲班」佔最多人數，共有 9 人，其次還有民俗歌曲乙班、聲樂初級乙班、長青歌謠甲班。歌唱基礎甲班亦為芙蓉老師所開設之班級，相較於聲樂進階班，歌唱基礎甲班是較初級的聲樂課程，演唱的曲目難度也稍低，至今仍有許多學員同時參與這兩個班級。

(二) 研究對象參與社會音樂教育之動機

1. 研究對象之入班動機

在研究者自編問卷中，欲瞭解研究對象參與聲樂進階班之入班動機，以下將受試者

填答情形歸納如表4-1-4。

表4-1-4 研究對象進入本班的原因

題項	人數	百分比(%)	排序
授課教師的名氣	27	64.3	1
親友推薦	14	33.3	2
社教館課程介紹	13	31.0	3
原已參加本班教師在外開設的聲樂課程， 爲了精進學習而來	10	23.8	4
聆賞定期公演後慕名而來	5	11.9	5

(N=42)

透過表4-1-4發現，研究對象進入該班的原因，比例最高的是「授課教師的名氣」，共有27人（64.3%），明顯高於其它選項許多，其餘選項皆在50%的勾選率以下，研究者推論該班銀髮族習唱，很重視教師的知名度，甚至學員表示，他們年輕時都曾購買芙蓉老師的唱片，如今有機會能拜師學藝，感覺很特別（訪F120804）。此外親友推薦及社教館課程介紹分別排名第二及第三，並且人數差異不大。

2. 研究對象之習唱動機

在研究者自編問卷中，欲瞭解研究對象參與聲樂進階班之習唱動機，以下將受試者填答情形彙整如表4-1-5。

表4-1-5 研究對象參與該班之習唱動機

參與動機	人數	百分比(%)	排序
想學習歌唱技巧	37	88.1	1
想學習廣泛的發聲技巧（如說話/朗誦）	29	69.0	2
希望有舞台能展現歌喉	12	28.6	3
希望認識更多新朋友	9	21.4	4
想與好朋友一起進修	7	16.7	5
打發時間	4	9.5	6
其他	0	0	7

(N=42)

透過表4-1-5可知，研究對象的習唱動機，集中在「想學習歌唱技巧」，共37人(88.1%)，以及「想學習廣泛的發聲技巧（如說話/朗誦）」，共29人（69.0%），其餘的的選項比例皆在50%以下。因此，可推論研究對象之習唱動機傾向學習歌唱技巧本身，與梁譯云（2010）的研究中，提出高齡者之習唱動機為「熱愛音樂，鍾情歌唱；自我充實，學無止境」，並希望能「正確使用聲音，聲音永遠年輕」相仿。

(三) 研究對象持續參與社會音樂教育之原因

臺北市立社會教育館所開設之課程，每年開設兩期，每期為期三個多月（14堂課），研究者透過問卷調查研究對象參與該班的時間，並將其彙整如表4-1-6。

表4-1-6 研究對象參與該班之時間

題項	人數	百分比(%)	排序
一期（三個月內）	3	7.1	5
二~三期	7	16.7	3
四~六期	12	28.6	2
七~十期	6	14.3	4
十一期以上	14	33.3	1

(N=42)

透過表 4-1-6 可知，研究對象學習的人數比例以「十一期以上」為最多；其次為「四~六期」；人數比例最少的為「一期」，可見該班之流動率很小，本期入班之新學員中符合銀髮族年紀者，僅有 3 人。參與「二~三期」的學員有 7 人，表示前幾期剛加入之初學者，也有穩定的繼續學習。此外，前三期加總僅占該班成員約四分之一，該班以舊生比例高，或許與社教館政策中「每學期開放 70%的舊生（依出席率排序）可參加團報」有關。

從研究者自編問卷中，針對「吸引銀髮族持續參與該班音樂學習的原因」進行調查，在此將「持續」定義為：參與該班兩期以上，並且仍有意願繼續學習。由於該班共有3名學員僅參與第一期，研究者欲探討研究對象之「持續」參與情形，故不採計這三名學員之填答（n=39）。研究者依據相關變項製成次數分配與百分比統計情形，彙整如表4-1-7。

表4-1-7 吸引銀髮族持續參與聲樂進階班學習的原因

選項	人數	百分比(%)	排序
音樂學習使我身心狀況更好	31	73.8	1
對音樂學習很感興趣	27	64.3	2
能感覺自己明顯進步	25	59.5	3
喜歡與同儕一起學習	24	57.1	4
喜歡相關課程的練習	22	52.4	5
能突破學習的挫折，很有成就感	21	50.0	6
時間分配得宜	21	50.0	6
課程難度適宜	15	35.7	8
喜歡上台表演	8	19.0	9

(n=39)

藉由表4-1-7可看出，影響該班銀髮族持續學習的原因中，比例最高的是「音樂學習使我身心狀況更好」；其次為「對音樂學習很感興趣」；其後依次為「能感覺自己明顯進步」、「喜歡與同儕一起學習」、「喜歡相關課程的練習」、「能突破學習的挫折，很有成就感」以及「時間分配得宜」，以上為吸引銀髮族持續參與學習的原因中，獲得超過半數以上認同之選項。在選項中，「課程難度適宜」及「喜歡上台表演」此兩項未達半數之認同。

研究中，令研究者感到訝異的是「喜歡上台表演」為最少人勾選之選項，僅有8人勾選，顯示研究對象參與學習的動力來自喜歡上台表演的人數並不多，由於上台表演的形式為獨唱，因此研究者推論吸引該班銀髮族持續參與音樂學習的原因群體性勝於個別性，與周思恩（2008）、梁譯云（2011）及邱于芸（2010）研究符合。

研究者自編問卷中，除了正向的提問「吸引銀髮族持續參與學習的原因」外，也逆向的針對「銀髮族如須中斷音樂學習之可能原因」提問，以下將相關變項製成次數分配與百分比統計情形，如表4-1-8。

表4-1-8 銀髮族如須中斷聲樂進階班學習之可能原因

題項	人數	百分比(%)	排序
時間分配不來	27	64.3	1
身心狀況的限制	23	54.8	2
其他	5	11.9	3
學習感到挫折	4	9.5	4
感覺不到自己的進步	4	9.5	4
課程難度太高	2	4.8	6
不希望參與需要花時間練習的課程	1	2.4	7
對其他課程較感興趣	1	2.4	7

(N=42)

在「銀髮族如須中斷聲樂進階班學習之可能原因」中，「時間分配不來」與「身心狀況的限制」是主要原因，其餘的原因反映較不熱烈，顯示研究對象受限於生理及時間因素較大，該班之課程以及學員學習之情形較不直接影響持續參與的程度。此外選擇「其他」選項的學員，提出其他中斷聲樂進階班學習之可能原因包含「家庭因素」、「老師不教了」，以及「出國」。與周思恩（2008）的研究中，其團員缺席的原因中，以「工作忙碌居首，其他次之，家庭因素緊接在後」大不相同，可能與參與學習者之年齡有關，由於本研究

之研究對象皆為銀髮族，大部分已不再有工作及家庭的牽絆，卻也多了健康與時間的考量。

(四) 研究對象參與社會音樂教育之感受

從研究者自編問卷中，針對「銀髮族參與社會音樂教育之感受」之相關變項製成次數分配與百分比統計情形，如表4-1-9所示。

表4-1-9 研究對象參與社會音樂教育之感受

題項	人數	百分比(%)	排序
學到很多	36	87.5	1
極具挑戰性	24	57.1	2
有趣	23	54.8	3
溫暖	14	33.3	4
良性競爭	8	19.0	5
充滿壓力	3	7.1	6
其他	1	2.4	7

(N=42)

研究顯示，研究對象參與社會音樂教育的感受中，超過50%共計有3項，分別是「學到很多」、「極具挑戰性」，以及「有趣」。問卷中原設定選項「無聊」、「冷漠」、「惡性競爭」，以及「沒有學到太多」皆無人勾選，顯示出研究對象對於學習的看法多正向。另外，選填「其他」者，提出的看法為：上課努力學習，回家後再勤奮練習就有收穫，若只上課不練

習只是徒勞無功。其認為如果課後不再花時間、下功夫練習是絕對不足的。

三、研究對象社會音樂教育參與受到背景變項影響之情形

(一) 職業、退休與否

研究者透過問卷，瞭解研究對象的職業分佈，以「教師」居最高，共有15位（包含13位全職教師，以及2位家教老師），佔35.7%；次高者為「家管」，有6位，佔14.3%，兩者相加，已達該班一半之比例。其他研究對象的職業尚有：外商公司會計、樂器經銷商、金融業經理、銀行保險科長、軍人、民間企業有限公司董事長、中華電信工程師、工人、商業總經理、室內設計公司設計師、傳統產業總經理特助、翻譯人員、牙醫等。由於此題並非所有研究對象皆填答，有些或許想保留隱私，故上述之職業蒐集並不完整。

研究者從自編問卷中，將「銀髮族之退休情形」製成次數分配與百分比，如表4-1-10所示。

表4-1-10 研究對象之退休情形

題項	組別	人數	百分比(%)
已退休	已退休者	32	76.2
	退休後有兼職	4	9.5
	退休後無兼職	28	66.7
未退休	未退休者 (含6名家庭主婦)	10	23.8

(N=42)

退休情形方面分爲兩部分探討，在(1)退休與否中，已退休的研究對象比例較高，共有32位；未退休者共有10位，若扣除其中6名家庭主婦，則未退休者僅有4人（9.5%）；在(2)已退休者目前工作情形中，退休後無兼職者較多，退休後有兼職者則僅有4人，顯示在該班學習中，多數屬於退休後無兼職，故擁有較多可自由運用之時間。

綜合上述對研究對象職業與退休情形之分析，研究者發現，雖然該班職業分佈以教師爲最多數，但難以推論其他職業是否影響社會音樂教育之參與，因此研究者認爲影響研究對象參與社會音樂教育之主因，與職業本身相關性較小，與退休與否相關性較大。此外，由於該題無法從問卷中看出端倪，研究者進一步從訪談著手討論之。

(二) 個性

該題原先設計爲填答題，但由於在預試時，許多受試者在該題多無作答而呈現空白，因此研究者在題目下方列舉十個選項，包括：樂觀、自在、開朗、內斂、大方、被動、主動、害羞、焦慮與悲觀，卻誤導了正式問卷施測之受試者以勾選的方式來回答此題，

因此該題的資料分析將以研究對象勾選的情形來統計之。

透過問卷發現研究對象的個性傾向，偏內向的有24人（57.1%）；偏外向的有18人（42.9%）。以下從學員勾選的個性傾向，研究者將其製成人數與百分比的統計表格，如表4-1-11。

表4-1-11 研究對象之個性傾向

題項	人數	百分比 (%)	排序	題項	人數	百分比 (%)	排序
樂觀	27	64.3	1	被動	10	23.8	6
自在	23	54.8	2	主動	9	21.4	7
開朗	14	33.3	3	害羞	5	11.9	8
內斂	13	31.0	4	焦慮	3	7.1	9
大方	12	28.9	5	悲觀	1	2.4	10

(N=42)

從問卷探索銀髮族參與社會音樂教育受到個性影響之情形中，顯示偏內向與偏外向的人在比例上差異不大，且在個性描述的問卷題項上，除了「樂觀」及「自在」這兩項有超過半數人的認同外，其餘選項之勾選較分散。其中，研究者感到好奇的是，在「主動」這個題項中，研究對象的勾選並不多，顯示研究對象對同儕及團體的需求感高，團體價值在該班的參與學習中很有功效。

研究者發現研究對象參與社會音樂教育受到個性之影響不大。不管個性是內向或外向、開朗或害羞、主動或被動，並不會直接影響參與社會音樂教育學習的結果。

(三) 音樂學習經驗、舞台展演經驗

研究者透過問卷探討研究對象過去至今參與音樂課程之修習管道，以下分別從「最高學歷畢業前」與「最高學歷畢業後」兩個時間來探討，研究者將其製成人數與百分比的統計表格如表4-1-12。

表 4-1-12 研究對象音樂學習經驗之修習管道

題項	組別	人數	百分比 (%)	排序
最高學歷 畢業前	在學校習得	26	61.9	1
	參與社會性音樂社團習得	17	40.5	2
	不曾參加	6	14.3	3
	請專家或家教老師教授個別課	4	9.6	4
	其他	0	0	5
最高學歷 畢業後	參與社會性音樂社團習得	42	100.0	1
	請專家或家教老師教授個別課	8	19.0	2
	其他	0	0	3

(N=42)

透過問卷統計，發現研究對象在最高學歷畢業前，以「在學校習得」之比例為最高，其次為「參與社會性音樂社團習得」；僅有少數的4位學員「請專家或家教老師教授個別課」，顯示在銀髮族的求學年代中，找音樂家教老師上個別課相當不普及。問卷統計結果顯示，在最高學歷畢業前，有6人不曾參與音樂課程，但音樂是學校課程中的必修課程，因此研究者推測，過去或許因為音樂師資較缺乏，或者因為升學主義導向，因此還是有

些研究對象在成長過程中未曾接觸過音樂教育。

最高學歷畢業後，研究對象離開學校，開始接觸參與社會性音樂社團，此外「請專家或家教老師教授個別課」的比例也較過去增加了一倍，顯示研究對象在年長後，生活、經濟較為富足，也較願意投資學費在自己的學習上。但從問卷的填答中，難以看出研究對象過去之音樂學習經驗影響社會音樂教育參與之情形，研究者進一步從訪談著手討論之。

研究者另外透過問卷，調查學員在參與該班前之音樂展演相關經驗，分別就展演類型與展演次數兩部分，統計如表 4-1-13，以及表 4-1-14。

表4-1-13 研究對象在參與聲樂進階班前之音樂展演的舞台經驗

參與聲樂進階班前		題項	人數	百分比	排序
是否有舞台展演經驗				(%)	
是			34	81.0	
	獨唱類	聲樂	15	37.5	2
		卡拉OK	7	16.7	3
		戲曲	1	2.4	10
		民歌	1	2.4	10
	獨奏類	鍵盤（鋼琴）	3	7.1	6
		管樂	2	4.8	7
		國樂	2	4.8	7
	合唱奏類	合唱團	26	61.9	1
		教會詩班	6	14.3	4
		國樂團	6	14.3	4
		弦樂團	2	4.8	7
管樂團		1	2.4	10	
否			8	19.0	

(N=42)

從表4-1-13中可看出，研究對象有高達34人（81.1%）在參與該班前即有舞臺演出之經驗，從比例上看來，算是相當高的。在演出型態中，則以合唱團最高；聲樂次之，其中有9位學員表示他們入班前所參與的聲樂課程便是芙蓉老師在社教館外之其他機構所開設的聲樂課程；再次為卡拉OK；教會詩班與國樂團則各有6人。從問卷填答中，僅能發現研究對象過去曾有音樂展演的舞台經驗者比例不低，但未能看出過去的舞台展演經驗影響社會音樂教育參與之情形，研究者進一步透過訪談加以探討。

表4-1-14 研究對象在參與聲樂進階班前之音樂展演的舞台次數

題項	組別	人數	百分比(%)	排序
獨唱類	僅有一次	2	4.8	8
	二~三次	3	7.1	6
	四~六次	6	14.3	4
	七次以上	10	23.8	2
獨奏類	僅有一次	1	2.4	9
	二~三次	1	2.4	9
	四~六次	1	2.4	9
	七次以上	4	9.5	5
合唱奏類	僅有一次	1	2.4	9
	二~三次	8	19.0	3
	四~六次	4	7.1	6
	七次以上	18	42.9	1

(N=42)

從表4-1-14中可看出研究對象在參與聲樂進階班前之音樂展演的舞台次數，每一種類別都較集中在「七次以上」這個選項中，包含：歌唱類（23.8%）；樂器類4人（9.5%）；合唱奏類18人（42.9%）。從問卷填答中，研究者發現研究對象的舞台參與程度相當高，並且持續的程度亦高，但也未能看出過去的舞台展演經驗影響社會音樂教育參與之情形，研究者進一步從訪談中著手。

四、臺北市立社會教育館聲樂進階班學員對該班之看法

(一) 研究對象對授課教師教學設計之看法

芙蓉老師將課程切割為前半段團體練唱，以及後半段個別指導，以下研究者針對自編問卷中，研究對象對於芙蓉教師之課程設計流程中，對學習有幫助的選項之勾選情形，統計其次數與百分比如表4-1-15。

表4-1-15 研究對象認為在該班學習中對學習有幫助的部分

題項	組別	人數	百分比(%)	排序
團體練習	發聲練習	39	92.9	1
	練習曲	23	54.8	7
	歌曲	27	64.3	4
	季末歌曲總複習	12	28.6	9
個別指導	接受一對一個別指導	31	73.8	2
	旁聽他人接受個別指導	30	71.4	3
演出與欣賞	參與本班定期公演	25	59.5	5
	欣賞本班定期公演	19	45.2	8
	欣賞授課教師推薦之其他演出活動	24	57.1	6

(N=42)

根據表4-1-15，可發現研究對象認為課程中，對自己最有幫助的項目是「發聲練習」，有39人（92.9%）認同，是非常高的比例；其次是「接受一對一個別指導」，「旁聽他人接受個別指導」緊接在後。其他超過50%勾選的項目包括：「歌曲」、「參加本班定期公演」、「欣賞授課教師推薦之其他演出活動」，以及「練習曲」。「欣賞本班定期公演」以及「季末歌曲總複習」，此兩項研究對象的勾選較不踴躍。顯示研究對象在整體授課教師之教學設計中，最喜愛之內容為發聲練習，研究者推論研究對象很重視基本功的訓練。

根據研究者三年來擔任伴奏時的觀察，該班所指的發聲練習，除了暖「聲」用的發聲練習外，芙蓉老師在習唱的全程，皆一再強調與運用發聲法，包含在練聲曲中，老師會單元式的將發聲技巧，如呼吸、母音、吐字、裝飾音、換聲區、共鳴位置、嘴型...等，有系統的訓練學員；習唱歌曲時，芙蓉老師會先讓學員練唱歌曲中技巧比較困難的片段，然後逐字、逐音的修正發聲技巧；個別指導時，更是針對每個人在發聲上的個別問題，分別處理及修正。該班一再強調的發聲練習（發聲法），其實就是義大利正統的演唱技巧與風格—美聲法，正如文獻中尚家驥（2001）所言：「美聲法指的不只是一種歌唱技巧，亦為一種演唱風格，更具有有一定範圍的美學原則。」

（二）研究對象之學習情形

1. 音樂學習能力自我評估

問卷中瞭解研究對象音樂學習能力自我評估之六個向度，分別是：五線譜視譜能力、音準能力、節奏能力、中文歌曲演唱能力、義大利文歌曲演唱能力，以及詮釋能力。

以下將受試者填答情形整理、歸納如表4-1-16。

表 4-1-16 研究對象音樂學習能力自我評估

題項	組別	平均數	次數	百分比 (%)
五線譜讀譜	(3) 普通。會讀譜，讀譜速度中等。		26	61.9
	(2) 不太好。會讀譜，讀譜速度慢。		8	19.0
	(4) 很好。會讀譜，讀譜速度流暢。	3	8	19.0
	(1) 非常不好。完全不會讀譜。		0	0
	(5) 非常好。會讀譜，讀譜速度極快。		0	0
音準	(3) 普通。大致上是準的，碰到較難的片段則容易走音。		27	64.3
	(4) 很好。大致上是準的，碰到較難的片段也不容易走音。		12	28.6
	(5) 非常好。幾乎不會出現走音的情況。	3.36	2	4.8
	(2) 不太好。經常性的走音。		1	2.4
	(1) 非常不好。完全沒有音準可言。		0	0
節奏	(3) 普通。大致上是好的，碰到較難的節奏則容易發生錯誤。		26	61.9
	(4) 很好。大致上是好的，碰到較難的節奏也不容易發生錯誤。		15	35.7
	(2) 不太好。經常性的被糾正節奏錯誤。	3.33	1	2.4
	(1) 非常不好。完全沒有節奏感。		0	0
	(5) 非常好。幾乎不會出現節奏錯誤的情況。		0	0
中文 歌曲演唱	(4) 很好。透過練習，中文歌曲對我來說是容易的。		22	52.4
	(3) 普通。透過練習，中文歌曲對我而言就不那麼困難。		19	45.2
	(5) 非常好。不需要透過練習，中文歌曲完全難不倒我。	3.57	1	2.4
	(1) 非常不好。我完全無法用中文演唱歌曲。		0	0
	(2) 不太好。我認為中文歌曲很困難。		0	0
義大利文 歌曲演唱	(3) 普通。透過練習，義大利文歌曲對我而言就不那麼困難。		27	64.3
	(4) 很好。透過練習，義大利文對我來說是容易的。		7	16.7
	(1) 非常不好。我完全無法用義大利文演唱歌曲。	2.88	4	9.5
	(2) 不太好。我認為義大利文歌曲很困難。		4	9.5
	(5) 非常好。不需要透過練習，義大利文歌曲全部都難不倒我。		0	0
詮釋	(3) 普通。透過聆聽與練習，可以慢慢掌握歌曲詮釋。		29	69.0
	(4) 很好。透過聆聽與練習，能將歌曲詮釋到位。		9	21.4
	(2) 不太好。歌曲詮釋情感較難投入。	3.10	3	7.1
	(1) 非常不好。歌曲詮釋總是平板無味。		1	2.4
	(5) 非常好。歌曲詮釋非常到位，並能展現個人特質。		0	0

(N=42)

在六個向度中，僅在「中文歌曲演唱」中，勾選比例達到「很好」，其餘向度的最高比

例僅有達到「普通」。各向度的最高比例選項，皆達50%以上。「非常好」的選項有人勾選的向度是「音準」（2人）以及「中文歌曲演唱」（1人）；「非常不好」的選項包括義大利文歌曲演唱」（4人）以及「詮釋」（1人）。

整體而言，研究對象在各向度的自我評估相當平均，其中以「中文歌曲演唱」最為突出；以「義大利文歌曲演唱」最為吃力。從平均數來看，六個向度中由高至低分別為中文歌曲演唱、音準、節奏、詮釋、五線譜視譜、義大利文歌曲演唱。其中，「中文歌曲演唱」之平均值達3.57，達「非常認同」，其他五項平均值都在2.5-3.5之間，屬於「認同」。

2. 學習情形自我評估

以下將研究對象自我評估之學習情形以及聲樂進階班的學習對自己在音樂能力上提升之程度，歸納如表4-1-17以及表4-1-18。

表4-1-17 研究對象對自己學習情形之看法

題項	人數	百分比(%)
(4)很順利，但有時還是會遇到瓶頸	20	47.6
(3)一開始有些吃力，現在已經改善許多	13	31.0
(5)很順利，完全沒有問題	7	16.7
(2)至今仍有許多挫折，難以跟上進度	2	4.8
(1)我對我的學習完全沒有概念	0	0

(N=42)

表4-1-18 研究對象認為參與該班學習對自己在音樂能力上提升情形之看法

題項	次數	百分比(%)
(4)明顯	30	71.4
(3)普通	7	16.7
(5)相當驚人	5	11.9
(2)不明顯	0	0
(1)幾乎沒有任何提升	0	0

(N=42)

透過表4-1-17可知，研究對象認為自己的學習情形，最高比例為「很順利，但有時還是會遇到瓶頸」，約該班一半之比例；其次為「一開始有些吃力，現在已經改善許多」。研究發現，研究對象對於自我學習情況有95.2%表示是正向的，僅有4.8%的研究對象認為「至今仍有許多挫折，難以跟上進度」。研究對象自我評估自己的學習情形中，平均值達3.76，即為非常認同，說明研究對象對於自己音樂能力的提升，有相當正面的看法。

透過表4-1-18可看出，研究對象認為聲樂進階班的學習對自己的音樂能力提升程度，有達71.4%的研究對象認為是「明顯的」；勾選普通、明顯及相當驚人這三種選項者達100%，說明研究對象非常肯定自己音樂能力的提升。研究對象的音樂能力提升程度，平均值達3.95，亦為非常認同。

3. 學習的挫折

透過研究者自製問卷，調查研究對象在聲樂學習過程中感到最困難的部分，以下將

受試者填答情形整理如表4-1-19。

表 4-1-19 研究對象習唱過程感到最困難的部分

感到困難的部分	人數	百分比(%)	排序
發聲技巧	22	52.4	1
語言（外語歌詞）	19	45.2	2
音樂詮釋	14	33.3	3
上台獨唱	9	21.4	4
讀譜	7	16.7	5
伴奏	7	16.7	5
節奏	6	14.3	7
音準	5	11.9	8
個別指導	2	4.8	9
背歌詞	2	4.8	9

(N=42)

透過表4-1-19可知，研究對象最感困難的部分是「發聲技巧」，是唯一超過半數的選項。有趣的是，該項也是研究對象認為自己進步最多的，可見該班學員共同追求的方向很明確；次要困難的是「語言」，再其次為「音樂詮釋」。語言的部分，因該班習唱歌曲中，多義大利文、德文、西班牙文、法文等外文，而銀髮族日常使用的語言則多國語、臺語、日語及英語，因此銀髮族在演唱上述的語言時，不論是語意或是語韻方面皆較感陌生。

(三) 研究對象對於「團體學習」之看法

以下將受試者對於以團體形式上聲樂課之填答情形彙整如表4-1-20。

表4-1-20 研究對象對於以團體形式上聲樂課的看法

題項	人數	百分比(%)
很有動力	29	69.0
節省學費	27	64.3
很有趣	24	57.1
很親切	20	47.6
很新鮮	10	23.8
很普通	1	2.4
易懶散	1	2.4
品質不佳	1	2.4

(N=42)

透過表4-1-20可知，研究對象認為以團體形式上聲樂課最大的好處是「很有動力」，其次為「節省學費」，再次為「很有趣」，這三項皆有超過50%的學員認同。此外，「很親切」、「很新鮮」的勾選人數也不少，可見研究對象對於以團體形式上聲樂課之作法很肯定。研究對象在對於「團體學習」及「個別指導」對學員的幫助之看法如表4-1-21。

表4-1-21 「團體學習」及「個別指導」對研究對象的幫助

「團體學習」對研究對象的幫助	人數	百分比(%)
在團練中，老師精闢的解說與指導能使我學到很多	32	76.2
我喜歡透過團練，每週學習新的曲目	29	69.0
我喜歡團練中和同儕之間的互動，以及互相幫助的氛圍	26	61.9
相較於獨唱，團練比較不容易緊張	20	47.6
在團練時，我比較容易發現自己需要改進的地方	20	47.6
我喜歡和同儕們一起齊唱	20	47.6
透過團練，我能發現男女不同音色演唱相同曲目的特色	16	38.1
和同儕一起歌唱能讓我感覺不孤獨	12	28.6
「個別指導」對研究對象的幫助	人數	百分比(%)
我比較容易從老師給的建議中發現自己需要改進的地方	36	85.7
透過聆聽其他同學接受個別指導課程，讓我更能以旁觀者的角度領會歌唱的技巧	36	85.7
個別指導需要在其他學員面前唱歌，因此能督促我努力準備	29	69.0
我喜歡透過聆聽他人個別指導，學習許多好聽的歌曲	28	66.7
我喜歡在接受個別指導或聆聽他人個別指導後，和老師以及其他學員進行討論	26	61.9
我喜歡透過個別指導課程，發現彼此的優缺點，並互相加油打氣的氛圍	22	52.3
我喜歡演唱/聆賞獨唱之美	20	47.6
我喜歡在台上獨唱給大家聽，並接受掌聲	10	23.8

(N=42)

從表4-1-21中，可看出「團體學習」對研究對象的幫助中，選填百分比超過半數之選項有：「在團練中，老師精闢的解說與指導能使我學到很多」；「我喜歡透過團練，每週學習新的曲目」；以及「個別指導需要在其他學員面前唱歌，因此能督促我努力準備」。

這些選項都說明了研究對象對於團體練唱的看法正面。

此外，在「個別指導」對研究對象的幫助中，除了「我比較容易從老師給的建議中發現自己需要改進的地方」、「我喜歡演唱/聆賞獨唱之美」及「我喜歡在台上獨唱給大家聽，並接受掌聲」之外，皆與「團體學習」相關。而其中「我喜歡演唱/聆賞獨唱之美」及「我喜歡在台上獨唱給大家聽，並接受掌聲」這兩項為該題最少人勾選的，可再次驗證該班學員對於團體練唱持正面之看法。

第二節 臺北市立社會教育館聲樂進階班受訪學員與授課教師之 訪談資料分析

一、 受訪學員之基本資料

(一) 松樹

男性，65 歲，已退休，退休前為一名建築師，目前有兼職，擔任翻譯的工作。進入該班已有 3 年，他是該班唯一的一位男中音。在過去學習的過程中，因為該班以女性學員為多，因此在耳濡目染的情況下，不自覺的開始模仿女高音的演唱技巧，芙蓉老師發現後，重新調整了松樹的發聲法。松樹認為自己的年齡已經很大了，雖然不可能走專業，但他希望能盡最大的努力，唱到最好。在問卷調查中，許多研究對象推薦他為「學習態度最令人敬佩者」，因此選取松樹為訪談對象。

(二) 向日葵

女性，62 歲，未退休，目前的工作為經營家中之房地產事業。進入該班僅有 1 年，是一名女高音。以入班時間而言，是六位受訪學員中最資淺的。有五個孩子的她，年輕時因為要照顧家庭而無法擁有自己的時間學習才藝，現在孩子長大後，她也開始了她的圓夢之旅。非常喜愛唱歌的向日葵，參加了各種不同類型的歌唱課程，聲樂、卡拉 OK 以及合唱皆有涉獵。雖入班只有 1 年時間，但在問卷調查中，許多研究對象推薦她為「進步最多者」，因此選取向日葵為訪談對象。

(三) 玫瑰

女性，65 歲，已退休，退休前為國中音樂老師，退休後無兼職。玫瑰是一名虔誠的基督徒，目前仍在教會中帶領合唱團，也積極的投入志工服務的行列。進入該班已近 10 年，是一位女高音。過去玫瑰在聲樂演唱上，曾有很耀眼的表現，但後來因為發聲技巧使用不正確而導致聲音受損，透過朋友的推薦進入該班。目前已有大幅進步，但求好心切的她，仍然非常用功的在鑽研歌唱技巧，因此有時難免感到挫敗。在問卷調查中，許多研究對象推薦她為「進步最多者」以及「學習態度最讓人敬佩者」，因此選取玫瑰為訪談對象。

(四) 榕樹

男性，71 歲，未退休，是一名牙醫師，雖然未退休，但現在為了保留一些屬於自己的時間以學習感興趣的才藝，因此看診的時間已有大幅縮減。榕樹過去的樂器學習經驗為單簧管，有深厚的音樂底子，榕樹是一名男高音，進入該班約有三年時間，不算資深，但因為他非常用功，再加上他的醫學背景豐碩，常在課餘時間思考芙蓉老師解說的口腔運用方法，以更科學的方式思考歌唱技巧。此外，榕樹對於電腦操作也很拿手，經常從網路下載歌曲分享給其他學員，在問卷調查中，許多研究對象推薦他為「最常給予他人建議及協助者」以及「唱得最好者」，因此選取榕樹為訪談對象。

(五) 牡丹

女性，74 歲，已退休，退休前為國小級任導師，也教授唱遊及音樂課程。退休後開設補習班，目前已轉至幕後經營，不再教學。牡丹是一名女高音，十餘年前曾參加該班一段時間，後來因為經營補習班較為忙碌而暫停，約四年前才回到該班繼續學習，她目前飽受疾病所苦，她最大的希望是身體能夠健康，使她能夠繼續唱歌，並期望能在 75 歲那年，開一場獨唱會。問卷調查中，最多研究對象推薦她為「最常給予他人建議及協助者」，因此選取牡丹為訪談對象。

(六) 百合

女性，76 歲，已退休，退休前為高中生物老師。年輕時曾經聲帶受傷，說話沙啞，也無法唱歌，本來已打算進行聲帶手術，但醫師推薦她先找一名好的聲樂老師習唱。進入該班一年後，透過發聲法的修正，再到醫院去檢查時，醫生告知她，已經不需要手術了。百合是一名女高音，目前進入該班已有 15 年，由於她明顯的進步，也常主動的幫助他人解決聲音的難題，在問卷調查中，研究對象推薦她為「最常給予他人建議及協助者」以及「進步最多」，再加上聲帶長繭而後復原的特殊性，因此選取百合為訪談對象。

二、臺北市立社會教育館聲樂進階班銀髮族參與社會音樂教育之現況分析

(一) 受訪對象參與該班之動機

研究者透過與受訪對象訪談，發現銀髮族參與該班之動機可分為以下五類：熱愛音樂；仰慕名師；分享聯誼；自我實現；以及健康促進。分別說明如下：

1. 熱愛音樂

學員向日葵（化名）表示，她從小就非常熱愛音樂，但由於家境的關係，無法學音樂，只能自己哼哼唱唱，娛樂自己。她說自己很喜歡聲樂的聲音，過去她也曾參加合唱團、卡拉OK。一個偶然的機會，她在欣賞了一場歌劇饗宴後，從此無法自拔，她說：

就是覺得聲樂的聲音好美所以才來學！漂亮！好聽！那些古典的歌好美！我喜歡很多元的，我都喜歡嘗試。……有時候也會遇到挫折，就跟它拼了啊！

（訪C120714）

學員百合則提到，她無時無刻都在唱歌，開心時唱歌、難過時也唱歌，唱歌能夠讓她忘記一切的煩惱，所以總是能保有好心情，她說：

我真的非常喜歡唱歌……我天天唱歌，每次老師只要問說，誰要上來唱，都沒有人敢上來，我都舉手自己上去！我先生都會叫我不要那麼愛現，我說我只是愛唱歌啊！

（訪G120929）

學員榕樹認為，有許多人的學習都非常功利主義，一定要看見成效才願意投入，但

他認為那是本末倒置的，學習應該是發自內心喜歡，所以去學，他提到：

年輕的時候會比較覺得你學的東西一定會有用、有幫助。等到你到退休的年紀，你會開始覺得你學東西也沒有用了，所以就不太會想要去學，這就是年紀大的人不愛學習的原因。但我就是去學我喜歡的、我有興趣的，我當然不可能成為歌唱家了，但那又有什麼關係？……我一直要自己不要把「以後沒有用」跟現在的學習連在一起，如果我就是想要學習音樂，現在學，學會了就好，也不要想說，我做一件事情有沒有利益，不要把這個「利」放在前頭，付出的東西沒有收穫也沒有關係。

(訪E120728)

有虔誠信仰的學員玫瑰（化名），在學習上碰到許多挫折，她認為自己至今仍然跌跌撞撞，在聲樂的道路上摸索許久，還沒有突破障礙，但憑著對音樂的熱忱，而越挫越勇，她提到：

我擁有這麼美好的天賦，怎麼可以沒有好好的運用學好，這也是我一生的功課啊！你有學，學到了是你的，你沒有學到的話，即使是失敗了，也可以得到教訓，那就可以知道自己的失敗在哪裡。所以人生沒有得到，也會學到。……最重要的是你喜歡的，妳一定要伸手去追求！尤其我們這個年紀了，沒有太多時間和機會可以後悔。

(訪D120721)

在文獻中，林楊菁（2006）、翁爾婕（2009）及李祐綺（2011）皆以音樂參與與否

來探討銀髮族之快樂程度，並得到正面的研究結果，說明銀髮族習唱之首要要素，是喜愛音樂與追求快樂。

2. 仰慕名師

研究者透過訪談發現，銀髮族在學習上喜歡有品質保證的事物，因此對於師資也有很高的期待。該班之授課教師有28年留義演唱之經驗，也成為學員心目中的名牌。學員牡丹（化名）認為，因為大家都知道芙蓉老師是名聲樂家，既愛她，也有些畏懼她，因此會感到有些壓力，而適當的壓力能使大家進步（訪F120804）。

學員松樹（化名）則認為該班授課教師芙蓉老師（化名）總是堅持要用專業的水準來教導該班這些業餘的學員，因此他感到很幸運：

芙蓉老師對於專業技術就是不願意妥協，我認為是求之不得，因為能有一個國際水準的聲樂家，她願意放下一切身段來教業餘的，這是我們的一種榮幸、是很難得的。

（訪B120707）

3. 分享聯誼

學員榕樹，是一位半退休的牙醫師，在問卷中，他的名字一直被其他學員填寫在「哪位同學最常給您建議及協助」一欄中，當被問及習唱動機時，他提到自己雖然不算是個外向的人，但年紀越大後，要尋覓知音不是件容易的事，而在該班，大家都熱愛歌唱，

也因此有很多可以互相分享的事物，他說：

我希望能把我知道的東西跟大家分享，不管是我會的東西，或是我有的東西，像是我的譜，他們要我都可以給。我之前還會幫大家燒唱片，不過後來因為版權的考量而作罷……。我希望大家能夠融合在一起，像一個小團體這樣，大家比較愉快，來上上課就走的話，大家都不認識，那就沒那麼好。所以像大家要吃飯的話，我都會來參加。

(訪E120728)

因為年紀較長，總是喜歡以老大姐自居的學員牡丹，是一名退休的國小老師，過去在該班擔任班長期間，很努力做好班級經營，幫助學員情感交流，她認為一個和樂融融的習唱環境，總是使她每週迫不及待的來上課，她認為在該班，大家會互相鼓勵，除了音樂，感情上也有寄託：

我們班感情很好，之前班上有一個同學，她有乳癌，但我們都會鼓勵她，讓她有勇氣繼續治療。因為我們都來自不同的家庭跟職業，利用下課短暫時間，大家可以互相聚餐、認識，瞭解同學們的子女啊、成長、夫妻相處，會聊很多，從中我們會看出每個同學的心路歷程，修養啊、談吐啊！

(訪F120804)

4. 自我實現

學員松樹是一位建築師，他提到自己對於美的事物總是充滿好奇心，並且會盡全力去征服。在歌唱的學習過程中，他是老師眼中非常認真的學員之一，練唱之餘，每首習

唱之曲目，他總是會利用各種管道聆賞不同歌者的演唱版本，面對習唱的目的，他表示：

我的理想是要把我自己歌唱的能力要發揮到最高點，我知道不可能走專業，因為我的年齡跟那些專業演唱人員差不多，但他們已經準備要走下來了。一個 65 歲的人不太可能走專業了。……但因為我是業餘的，我的目標不同，只是想要達成自己的願望，我想要唱到滿足自己的潛能、發揮自己的潛能。這個目標我不是要敷衍、騙騙自己，不管我活到什麼年齡，我都希望可以學到最好、把潛能全部發揮，我的天生、我的上限是先天的，我想盡量達到。

(訪 B120707)

學員牡丹提到她年輕時會有許多發光發熱的機會，後來因為走入家庭，很多夢想都犧牲了，因此她參與社會音樂教育的動機是：

我年輕的時候很多夢想都沒有實現，還好，還能唱歌，我現在只祈求我能身體健康，還能唱歌。大家都一直鼓勵我開音樂會，慢慢練體力、膽量。……我希望我 75 歲時可以開一場全場的獨唱會。

(訪 F120804)

銀髮族的年紀，孩子通常已長大成人，有自己的生活，甚至是家庭，而伴侶也不一定還在身旁，心靈上的寄託如果能與樂共舞，想必是充實而燦爛的。學員玫瑰說：

我先生已經不在了，我現在這種年齡也沒有戀愛可以談了，也不適合過那種浪漫的日子了……，我現在追求的是心靈、靈性上的生活，這種靈性上的生活使

我也有一個抒發的對象，就是跟著音樂談戀愛，我就是用唱歌！我女兒她喜歡管風琴，她在國外四、五個不同教會裡彈管風琴，……所以我們可以在一些音樂上互動……。這是我跟孩子共通的話題。

（訪D120721）

5. 健康促進

學員百合是芙蓉老師最津津樂道的活教材，因為她曾經聲帶長繭，失聲到必須靠手術來處理的程度，於是醫師推薦她找個好的聲樂老師習唱。她加入該班後，努力將芙蓉教師的發聲法落實應用在日常生活的「說話」中，先以打呵欠的方式說話共鳴的位置提高，再加以訓練氣息的配合。她反覆聽著上課錄音，記著芙蓉老師的叮嚀，不到一年的時間，就找回了年輕時美妙的歌聲，她說：

因為我聲帶長繭啊…所以我就好好的學發聲，我其實也沒有特別去找名師，後來誤打誤撞我就來這裡了，我當時根本就不認識芙蓉老師，真的很幸運啊！我現在聲音已經恢復了，聲音還比年輕時更年輕！

（訪G120929）

學員牡丹已近75歲，幾年前身體開始出現一些疼痛和毛病，讓她很困擾：

我現在心臟也不好、膝蓋也不好，對我歌唱影響好大，我現在都不能太累，有一次我還要求老師讓我坐著唱，因為膝蓋沒辦法久站。心臟會影響，會喘，會影響呼吸。我這兩三年來學唱歌，咳嗽漸漸少了，一剛開始的時候我都覺得很丟臉，一張開口就開始咳咳咳，……我有感覺我這三年來，比之前有精神，健

康情形好很多，氣色也是，我先生也這樣說喔！

(訪F120804)

學員玫瑰非常重視身體的保健以及養身，她很喜歡運動，瑜珈、有氧課程、游泳，她都會定時的參與，此外，不論再忙，她每天一定會安排時間練唱，她認為聲樂的學習本身就是一項很好的運動：

每次練唱的時候我都會流汗，這已經是很好的運動了，所謂的內氣嘛！已經有用到了，而且我想讓我的聲音一直是年輕的，我一直在練習讓我的聲音不像老人家的聲音，雖然我還是年紀漸長，但如何能讓我的聲音保持年輕，不會生繭……。

(訪D120721)

(二) 該班學員之入班動機

1. 親友推薦

學員榕樹便是親友推薦而來，他說周圍的友人無人不知他熱愛音樂，因此有跟音樂相關的活動、課程或是唱片，大家都會與他分享，他說：

我的一位朋友，她已經推薦了一兩年，一直希望我來跟芙蓉老師學。有一天她打電話給我，說還有一個名額，已經幫我報名了，我想說這個也是一個機會……她知道我愛音樂。

(訪E120728)

學員玫瑰則是在旅行中透過友人推薦而入班：

93年我去土耳其旅行，旅行中我聽到我的朋友在發聲練習，她都會一直拿著錄音機在發聲練習，我說：「妳的練習好像很不錯！她就推薦我來跟芙蓉老師學。

（訪D120721）

2. 授課教師之名氣

松樹也是透過旁人的介紹認識芙蓉老師，他提到，曾經有朋友介紹他來上芙蓉老師的課，當時要教的是一堂合唱的課，他其實對合唱沒有興趣，但是當他得知芙蓉老師是留義的音樂家，馬上就感興趣，並且立刻報名。因此可知，芙蓉老師聲名遠播，是該班多數學員的入班動機。

透過上述該班銀髮族參與社會音樂教育之動機，研究者認為該班銀髮族持續參與社會音樂教育之原因如下：

1. 身心狀況良好：銀髮族之年歲較長，生理功能的運作飽受老化之威脅，因此身體健康可謂銀髮族持續學習之首要因素。
2. 時間分配得宜：退休後的銀髮族，比起年輕時擁有更多屬於自己的時間可運用，對於樂在學習的銀髮族而言，或許有許多感興趣的課程想參與學習，因此時間的妥善規劃便非常重要。
3. 對音樂學習感興趣：不論學習任何一種事物，「感興趣」是很重要的內在動機。如要持續社會音樂教育之參與動力，保持對音樂的喜愛便是不二法門。

4. 喜歡與同儕一起學習：銀髮族喜歡「有伴」一起學習，因此同儕的持續參與與否，時常會影響銀髮族的音樂社群參與情形。在音樂社群中有時會出現連鎖效應，較具有影響力的學員離開，可能有向心力瓦解之危機。
5. 授課教師的魅力：研究者發現聲樂進階班教師對學員之影響力很強大，許多學員在訪談過程中都一再提及對教師的崇拜與敬仰，可見教師的魅力除了是該班學員的學習動機外，亦是持續學習的動力。

(三) 該班銀髮族參與社會音樂教育之感受

透過訪談的分析，研究者彙整銀髮族參與社會音樂教育之感受如下：

1. 學習明顯感進步

學員榕樹認為，能夠感覺自己在突破是一件很重要的事，不管到了怎樣的年紀，能夠學習到新的事物，即使過程困難重重，也值得去嘗試，他認為學習最令人期待的就是進步，只要進步了，就算只是一小步也會覺得很開心，他說：

其實去年我連唱高音MI都吃力，我現在可以唱到FA，等於多了半音，但我想再過一段時間FA還可以唱得更好，覺得好有成就感……。

(訪E120728)

2. 習唱深具挑戰性

學員向日葵認為聲樂學習是很有難度的，過去她很喜歡聽聲樂演唱的唱盤，但總有
望塵莫及之感，但今日她卻可以嘗試發出那般美妙的聲音，她覺得很驚喜：

就跟它拼了啊！就再學！再弄更好一點！越挫越勇！有時候也是會遇到挫折，
有時候抓到好的就會覺得好棒，自己有學到東西，好棒！一直在挫折跟領悟中
琢磨跟掙扎。我現在好喜歡我自己唱歌的聲音，好專業！

（訪C120714）

學員松樹在學習方面則有自己的堅持，他認為學唱並不只是上台演唱，唱完得
到掌聲，這樣就夠了。他說：

我喜歡赤裸裸的、一件一件清楚的被糾正。如果不知道真相的話，下一步你怎
麼知道該怎麼走？即使是不好聽的，可是你就是要願意聽進去才能進步。

（訪B120707）

3. 課程有趣不枯燥

該班的學習曲目多元、風格迥異，且授課教師教授新曲目時，不僅針對語文、歌詞、
背景加以講解，並透過團體與個別的練唱一一指導學員，學員在接受指導之餘，也可有
「旁聽者」的角色。該班課程設計活潑是學員共同的感受。

4. 互相幫助向前行

學員百合曾經飽受聲帶長繭之苦，克服困難後，她當起老師的小幫手，以自身的經

驗幫助他人，她說：

他們唱不好，老師會叫他們問我，我都會教他們打呵欠，讓聲音起共鳴，我都是故意這樣子練啊！

(訪G120929)

學員松樹很享受半退休後，還能擁有一個「團隊感」的生活，隨時有好聽的音樂互相分享；旁聽他人個別指導如果聽到什麼問題，也總是不吝惜的告訴對方，並且提供自己的練唱經驗；假日偶爾還會相約練唱，他提到：

我覺得我們班蠻好的，我知道我是盡量鼓勵別人的，同時也會得到別人的鼓勵。互相鼓勵就會一起進步，是很有價值的。相較之下，要靠自己一個人的力量閉門造車，那是一件事倍功半的事啊！

(訪 B120707)

三、臺北市立社會教育館聲樂進階班之銀髮族社會音樂教育參與受到背景變項影響之情形

(一) 性別

受訪的四位女性學員對於參與社會音樂教育受到性別的影響比兩位男性學員有較明確的反映，全數認為在年輕時的夢想，因為工作、因為孩子而未能實現。如今已退休，

並且孩子長大了，才能有一些爲自己而活、爲自己而學的機會。說明如下：

1. 傳統女性對家庭的付出

傳統社會期待婦女必須爲家庭付出許多，不論是照料家中年長的長輩、丈夫，或是孩子的課業與成長等工作，大多落在女性的肩上。現今較爲倡導男女平等，但仍難以完全克服「男主外、女主內」之社會思維。學員玫瑰表示：

因為先生得癌症，他是直腸癌，我那段時間也不敢唱歌。這中間我要分心照顧他，每次上完大班課回去，就沒有時間練，也不敢練，怕吵到他，所以就一直想說反正也退休了，要練這個幹嘛？

(訪D120721)

學員牡丹是位凡事盡心盡力、親力親爲的老師，也是一位很愛孩子的母親，她有兩個兒子，她提到年輕時又要工作，又要帶孩子，又要打理家裡，時常忙得不可開交：

其實在孩子的成長過程中也是遇到很多問題啊！養孩子不容易啊！當媽媽的壓力一直到近幾年才有辦法卸下來。在過去我也沒有機會享受自己想要的生活。回想起來，有點可惜，但是不會後悔啦！就是一個過程啊……。

(訪F120804)

聊到教養孩子，有四個女兒、一個兒子的向日葵可謂經驗十足，她提到：

過去我有很長一段時間，生活重心只有公婆、丈夫跟孩子，很愛音樂啊！但音樂學習經驗等於零，當時唱歌好難聽啊…都會被笑。等小孩子長大了，比較多剩下的時間，我就決定去參加一些歌唱活動，好好雪恥……。

(訪C120714)

除了傳統女性的角色必須對家庭付出很多外，職業婦女更是辛苦。學員牡丹表示自己過去將近三十年的教學生涯是很忙碌的，退休後繼續辦補習班，忙碌依舊，甚至要更能獨當一面，直到現在，在補習班的角色移到幕後工作，孩子也長大了，才比較有自己的時間。(訪F120804)

2. 傳統社會對女性歌者的誤解。學員玫瑰提到：

因為我媽媽的觀念，她說女孩子不要唱歌，很像演藝人員，比較是下層階級才唱歌，那個年代，就像芙蓉老師說她媽媽也不要她唱歌。我媽媽不要我走那個路線，所以也沒有要專門去學。

(訪D120721)

由上述可見女性在家庭中具有舉足輕重的角色，也因此常會犧牲自己。研究結果可發現，該班學員之社會音樂參與對於男性的影響較小；女性多半因必須背負社會期待，且銀髮族之成長年代相較於今日更為傳統，可見過去婦女較難有機會實現夢想，多半等

到退休後、孩子也長大了才能圓夢，也許這是該班女性銀髮族的社會音樂教育參與比例遠遠高於男性的原因，與翁爾婕（2009）、李祐綺（2011）之研究結果相仿。

（二）職業、退休與否

在訪談的過程中，研究者發現，該班接受訪談的四位女學員中，有三位是教師，學員牡丹是國小導師退休、玫瑰是國中音樂老師退休、百合則是高中生物老師退休。學員玫瑰提到，因為教學必須長時間使用聲音，因此她有許多同事因為聲使用不當，在三十年的教學生涯中早已聲帶長繭、失聲，因此教師們通常都會注重聲音的保養，學習歌唱更是一項保養良方（訪D120721）。

而半退休的牙醫師榕樹則認為歌唱與「邏輯思考」的關係最大：

唱歌跟年齡沒有關係，就是要多思考、多嘗試。也許因為我所學的是比較科學的，所以做一件事情就比較會去分析學習。我自己是個牙醫師，我感覺到鼻腔有個腔、嘴巴有個腔……我開始想聲音要怎麼出來，怎麼傳到鼻子。像老師說的，唱歌要用腦筋，真的要去想肌肉怎麼用。

（訪 E120728）

由此可見，該班銀髮族在參與社會音樂教育時，多半會將新學習的事物與過去自己的專長加以結合，以利於學習。至於該班銀髮族參與社會音樂教育受到職業影響之情形，透過訪談，研究者認為除了「教師」這種長期高度使用聲音的職業類別外，其他職業較不影響社會音樂教育的參與，倒是與退休與否關係較大。

透過訪談，研究者發現在退休以前，所有學員不論是在家庭或是工作上，都必須付出相當大的心力與時間，因此即便是熱愛音樂，或者本質很好，很有發揮的潛能，但爲了生活都必須暫時擱下，等到從工作上退休了，孩子們也差不多長大了，才能夠有機會追尋自己的夢。該班學員中銀髮族的比例高達七成，想必是與「退休」有所關連。

(三) 個性：

接受訪談的六位學員之個性偏向，也是內向、外向參半。學員牡丹說：

我應該屬於外向的，我喜歡跟人家分享，過去我們學校常有外賓來，要看學校的音樂教學，我常是被指定的，我年輕的時候還做過克難樂隊，報紙都有登喔！

我是一個很棒的指揮。我一路都玩得很開心。

(訪F120804)

學員榕樹則認爲自己是比較內向的人：

我是很內向的人，但參加了這班以後就變得比較…不認識的人也可以互相幫助的感覺。不能說我現在變得比較外向，畢竟性格跟了我們幾十年，但是音樂真的會讓人比較容易打開心胸，去分享、去討論。

(訪E120728)

透過訪談，研究者發現受訪學員內外向的比例很平均，因此認爲研究對象之個性不會直接影響社會音樂教育參與之情形。

(四) 音樂學習經驗、舞台展演經驗

研究者發現這一個題項，在訪談過程，受訪對象的反映有分歧，有人認為參與社會音樂教育不受音樂學習經驗影響，有人則認為會受影響，分別說明如下：

1. 研究對象參與社會音樂教育不受音樂學習經驗影響

學員榕樹表示自己自幼家庭並沒有培養學音樂的環境，但他天生對音樂很敏銳、很喜愛，因此看別人學樂器，便會跟著自學，就連學唱也是會自己去找很多資源、書籍、唱片來研究，他認為音樂學習經驗與社會音樂教育的參與並沒有直接相關，最重要的是自己內心對音樂的喜愛與熱忱（訪E120728）。

學員松樹則是發現自己是從高中時期開始對古典音樂，特別是歌劇感興趣，但小時候家裡並沒有音樂學習的環境，於是他大學畢業以後就開始找聲樂老師來學唱。至今他仍然不會讀譜，他的音樂學習幾乎完全靠聽覺，松樹總說自己的程度不佳、底子不好，但他卻是班上唱得屬一屬二好的學員，他表示：

我不是在靠讀譜，我根本就不太會看譜。但現在主要是因為聽多了！雖然我讀譜讀得很爛，可是我跟著同學一起視唱時，水準也被其他同學拉高了！

（訪 B120707）

2. 研究對象參與社會音樂教育受音樂學習經驗影響

學員玫瑰成長在基督教家庭中，成長過程中都有音樂相隨，因此影響她長大之後成爲一名國中的音樂教師。她回憶童年，提到：

我小時候是在基督教的家庭長大，我的父親他是耕農跟經商，也有經營木材行，在木材行旁邊，我們有建一個教堂。我小時候就是在教會裡面彈琴、玩乒乓球，在聖歌隊裡面唱，唱到長大，我堂哥、我姑姑都是走古典音樂的路線。

(訪D120721)

玫瑰說自己過去有許多被肯定的經驗，更加使她喜歡唱歌、喜歡表演，她說：

年輕的時候，我的聲音被很多老師肯定，當時有指揮說我的聲音像鑽石。我的合唱老師當時很喜歡我的聲音，上課的時候都會叫我坐在中間，合唱團就圍在旁邊聽我唱。我們在YMCA唱時，我們到日本唱的時候，我都是solo耶！我們那時候唱莫札特的安魂曲，安魂曲裡的女高音都是我擔任獨唱。

(訪D120721)

百合在學校音樂教育中得到老師的特別指導，導致她從小就愛唱歌，並且養成一些練歌的好習慣，直至今日，她仍無時無刻在哼歌、背歌，她說：

從小我們的老師她很喜歡唱歌，所以在我們教室裡一定會放一架風琴，有空就會彈給我們唱，老師還會教我，因為我學點鋼琴，她會教我配伴奏，因為我是班長。還教我樂理、首調。我唱歌怕走調，所以我臺北跟高雄的家都會有鋼琴，老師教完回來我會自己唱，我一定會在鋼琴旁邊自己練，現在比較不會走音，也比較忙了沒有空，以前我還不用照顧孫子，回來我都很用功，都用鋼琴練，現在就是只是把老師的上課錄音帶一直聽、一直聽。

(訪G120929)

小時候歌唱方面也得到很多讚美的牡丹，進入家庭之後有些夢想被犧牲掉了，掛念了幾十年的夢，總算在退休之後得以實現：

小時候差不多在 17、18 歲時，我的音樂老師就帶我去跟有名的音樂家學唱，當時我是年紀最小的，他們其他人都 20、30 歲了，學了一陣子後，覺得以後如果有機會的話，一定要繼續深造……。

(訪 F120804)

綜合上述，研究者發現，過去學習經驗帶來的影響有：(1)小時候得到許多讚美，而有自信心；(2)因為自己本身從小就很喜歡音樂而有自學經驗；(3)得到良好的啓發而養成了音樂學習的好習慣；(4)小時候打下良好的基礎，使得今日的學習容易許多。如芙蓉老師所言：

學員的音樂背景當然影響他們的學習。他有好的音樂背景的話，學習上比較容易，我們教起來也比較容易。但是這不是最重要的，只要他能夠進步、能夠趕上我們的程度，並且我們教的歌他都很快學會的話，那個就是成功的，過去的學習背景倒不會直接影響他們的學習。

(訪 A120624)

由此可知，對銀髮族參與社會音樂教育而言，相較於外在動力，內在動力更是不可或缺的重要因素。芙蓉老師表示，在該班，有許多學員的進步都使她感到很驚奇：

現在時下的年輕人擁有的學習資源那麼多，想學歌的話，不管是電腦、有聲資料，或學校給的資訊，都非常的充足。再說，現在有多少孩子是從小學鋼琴、學才藝長大的，像我大學裡的那些主修學生，每個人的音樂底子都很好啊！相對來說，社教館裡的這些學員，他們年輕時的生活多半是很窮困辛苦的，那個年代填飽肚子都難了，哪有閒錢去學才藝！但我常會很驕傲也很感慨，這些銀

髮族的非專業學員，總是進步得比我大學裡那些要走專業的孩子們多，這是為什麼呢？因為兩個字，用心。

(訪 A120624)

綜合以上，研究者發現該班銀髮族小時候打下良好的基礎，能使今日的學習容易許多，音樂學習經驗與舞台展演經驗會對銀髮族參與社會音樂教育帶來一些增強功能，但直接影響性不大，對銀髮族參與社會音樂教育而言，內在動力才是不可或缺的重要因素。

四、臺北市立社會教育館聲樂進階班學員對該班授課教師之看法

(一) 該班學員看授課教師之教學理念

1. 不輕易妥協

學員松樹談到芙蓉老師的教學理念，提出了他的見解：

她就是把專業的水準拿來教導我們這些業餘的，她不願意妥協，有的人認為這不合理，我是認為求之不得，因為能有一個國際水準的聲樂家，她願意放下一切身段來教業餘的，她想將bel canto的藝術、技術、理論傳達，多好！

(訪B120707)

學員牡丹認為芙蓉老師的執著是，對於喜歡歌唱的學生，即便只是一個音，都必須練到達成她的要求，透過老師敘述她過去的學習過程，學員牡丹瞭解聲樂習唱得來不易，是靠點點滴滴累積的，也因此她一再強調：「老師是不會放水的！」（訪F120804）

學員向日葵認為芙蓉老師是一個藝術家，她在聲樂方面的經驗很豐富，因此她總是會給學員一個很遠的目標，而不是輕易可以混過去的（訪C120714）。

2. 用最輕鬆的方式唱歌

學員玫瑰認為芙蓉老師最核心理念是要輕鬆的歌唱，並且要用最漂亮的聲音來唱（訪D120721）。也因此，每當班上出現「聲嘶力竭」型的學員演唱時，芙蓉老師總會笑著說：

要是那些歌唱家像你這樣唱的話，歌劇院外得隨時有救護車等著！一部戲還唱不下來，就被扛走了。唱歌不必那麼費勁兒，你唱也累，也唱不久啊！

（訪A120624）

3. 歌聲的追求永無止盡

許多人反映，來到聲樂進階班的頭一年，多半都聽不懂老師在說些什麼，通常得到第二年，甚至是第三年才能開始領悟。正因為「聲樂」這項藝術看不見也摸不著，因此不像一般樂器那樣容易學習，進步不容易，並且永無止盡，學員榕樹說：

老師講的東西，也許是我們還沒有到那種程度，就很難去理解，但是我在學

習中間，漸漸體會到老師要什麼，很有成就感耶！她曾說有歌唱家，已經在病床上都還在找聲音，所以我們也是得慢慢找。

(訪E120728)

5. 芙蓉老師談教學理念

正因為面對的是一群業餘的歌唱愛好者，芙蓉老師既不願意對正統美聲法的教唱理念妥協，卻也不願意抹煞了他們對於藝術的追求與喜愛。談到對銀髮族的聲樂教唱，芙蓉老師說：

我認為教學就是要把我學到的東西，把聲樂的知識傳播給大眾、給更多的人……所以在教學的過程中，我是一直朝這個方向走的，除了傳播知識，他們也開始懂得藝術的難能可貴、懂得欣賞、懂得學以外，能在社會造成一種風氣，讓社會對這種優秀的、精緻的藝術有所認識……。我一直秉持這樣的理念，不曾改變。

(訪A120624)

針對銀髮族的教學，芙蓉老師有一定的堅持、有一貫的教學態度，不會因為學員年紀較大，就讓他們較鬆懈，或當成玩樂性質來指導，芙蓉老師認為：

我對銀髮族與我大學裡的主修學生沒有兩套標準，不會因為他們年紀大就特別調整，我只有就學員的困難，幫他解決。他不會的地方讓他進步，不能說學員程度不好，我就不好好教，或改變我的教學，……沒有！不管怎麼樣的學員，我都是盡全力讓他更進步，達到他們能夠做的程度。

(訪A120624)

這樣的堅持並不容易，對授課教師而言如此，對學員更是，有許多初學的學員來上了一、兩次課後，因為老師的嚴格，也因為課程的難度較高，就沒有再出現了；相對的，有些學員卻很喜歡老師挑毛病，覺得這樣可以學得清清楚楚，因此在該班亦有多位學齡長達十年以上的資深學生。

(二) 該班學員看授課教師之教學設計

1. 課程之特色

(1) 需要動腦，才能領悟

學員向日葵認為，芙蓉教師所教導的歌唱法，對學員而言並不是一蹴可幾的，必須透過反覆摸索，並且不斷嘗試與思考，才能有進展，但只要「想通了」就上路了。她表示：

老師的技巧很棒！我們還都只是學徒，望塵莫及，但她一揮手就可以做得很好，我們怎麼揮也摸不到，要學她的功夫不是三天兩天，想要學，可是急不得，要時間、要有領悟，也不是老師要給你，你就可以拿得到的。

(訪C120714)

(2) 耳朵訓練，習唱首要

聲樂教師的耳朵必須快、狠、準，聽到了問題，還必須想出解決的辦法。芙蓉老師認為「與其給魚吃，不如教其如何釣魚」，因此訓練學員有敏銳的耳朵是芙蓉老師一直強調的。學員牡丹認為芙蓉老師的反應很快，特別在個別指導時，因為每位學員只有十分

鐘，老師必須在這十分鐘內找到問題，並且給予方法去解決。芙蓉老師一直在訓練學員：
要讓耳朵成爲自己最好的老師。(訪F120804)

(3) 不僅會唱，還能詮釋

芙蓉老師的課程中，除了教唱之外，必定會針對歌曲的背景、內容加以介紹，因爲她認爲歌唱不僅是把歌曲唱出來，一定要全方位的理解才行。學員榕樹說：

唱歌是種藝術，它不是用器械，是要用你的感覺去感受，老師會講解一些歌曲裡面的故事、意思讓我們去瞭解曲子，感覺是很難用語言去敘述的。

(訪E120728)

2. 教學設計

研究者透過訪談，更深入探討學員對於這些項目的看法及喜好原因，發現受訪學員一致認爲「發聲練習」與「個別指導」對習唱的幫助最多，整理如下：

(1) 發聲練習

學員向日葵認爲基本功的訓練是歌唱中最重要的一環，只要基本功紮穩了，未來習唱才能不受限；如果基本功不穩，曲目練得再多，問題都是一樣的。(訪C120714)

學員牡丹在該班算是資深學員，但學習至此，她仍然最重視基本發聲法的練習：

發聲法永遠是第一要務！我們一定要很注意共鳴腔、換氣，我自己技巧也還是

不太好，我也一直在努力。……我覺得基礎是很重要的，我指的基礎就是發聲法，也就是老師常說的美聲技巧，國外那些女高音能唱得那麼好，都是靠好的發聲法。

(訪F120804)

學員百合在聲帶長繭復原後，非常重視聲音的保養，她提到過去參加合唱團，發聲都只是把聲音唱開而已，因此她經常性的遲到，認為發聲是無聊的。但因為芙蓉老師非常嚴格的要求發聲法，使她改變觀念，也開始認真的學習，再也不會遲到了(訪G120929)。

學員玫瑰的歌唱深受「壞習慣」所苦，要克服挫折，她認為發聲法是首要關卡：

老師常說我發聲是一套、唱的時候又是另一套。主要是因為壞習慣，這麼多年養成的壞習慣，使我唱曲子已經有慣性，但是發聲法是新的，頭腦比較容易被糾正過來……這需要時間，但是做了永遠不嫌晚。

(訪D120721)

(2) 個別指導

學員松樹很肯定個別指導的功能，特別認為「旁聽」比自己接受指導受益更大：

很多人在面對芙蓉老師指導其他人時，會認為與我何關？我認為是嚴重的錯誤，因為大多數人犯的毛病都是一樣的，所以老師在指導其他人時，其實也是在指導你！仔細聽的話可以學到非常多。因為老師在指導你時，有時候你太緊張，腦筋是一片空白的。

(訪 B120707)

學員向日葵很喜歡接受芙蓉教師的個別指導，認為如此她的缺點才可能被發現，此外，她將每一次接受個別指導，要在全班面前唱歌，都視為一次正式演出（訪C120714）

(3) 芙蓉老師談教學設計

芙蓉老師為了克服「實施團體課程無法單獨聽到每一位學員演唱」的缺憾，特地將每週兩小時的課程切為前半段與後半段，前半段課程包含：發聲練習、練聲曲、團體歌曲練唱；後半段則安排每一位同學輪流上台個別指導10分鐘，一週安排6至7位，其餘同學在台下聆聽老師以「大師班」的形式進行後半段的教學。當初這樣設計課程，芙蓉老師的想法是：

多半的聲樂課程都是個別的課嘛！我們的前半段使用團體練唱的原因是因為，沒有辦法一個一個的幫他們個別的發聲練習，也沒辦法一個一個給他們唱練聲曲，歌曲練歌也是大家一起練比較容易教……但如果後半段沒有個別指導的話，課程就沒有辦法很健全了。因為很多人都有個人的缺點、個人需要的特別的幫助，比方說他聲音上的運用，他在呼吸上有問題，就呼吸上給他加強；他在共鳴的運用上有問題，就共鳴上告訴他，哪一些是正確的；有的人咬字有問題，外文的吐字不會，我也會特別的給他指導。所以個別指導是很重要的。……16年、17年來，我覺得這是一個最好的方法帶領大眾、人數很多的團體教學。

（訪A120624）

該班的特色就在於團體練唱與個別指導各半的授課形式，但芙蓉老師相當堅持兩者缺一不可，因為兩者間所著重的要點不同，她表示：

團體練唱是學習歌曲的唱法，哪些應該注意的重點、歌曲本身的風格、技巧的解決，還有聲音的控制；而個別指導比較是個人的問題，比如說這個人的發聲法、吐字語言、表情記號、裝飾音有問題。老師確實有一定的方法要怎麼教，但是最重要還是要根據學生的程度和需求。

(訪A120624)

芙蓉老師的教學技巧很活，針對不同個性、不同問題的學員，她總要求自己以不同的方式來解決困難，透過訪談，她表示自己的教學非常重視因材施教的原則。

此外，定期的成果發表會也是芙蓉老師堅持一定要進行的，雖然她不會強迫每個學員都必須上台，但她認為如果沒有上舞臺的機會，許多人不曉得自己在臺上會出現一些不雅的習慣動作，此外，沒有壓力，就不會去背譜，也較不易進步。現在該班每一季（每三個月~三個半月）都有成果發表，在每一學期結束前都會舉行成果發表，芙蓉老師認為：

〔成果發表〕是非常有用的！有些人能夠在成果發表中學習要如何上臺，能夠學習表演藝術，怎麼樣來表演、怎麼樣來發揮他們的特長，這對他們而言是非常值得的。

(訪A120624)

3. 課程之曲目編排

(1) 曲目多元

芙蓉老師的課程編排中，很強調靈活，她認為一位歌者，什麼類型的曲目都要接觸，慢慢的摸索出最適合自己的風格類型，教師不可一開始就封閉學員的歌路。學員向日葵認為，芙蓉老師給予多元的歌曲，是爲了培養學員多元的鑑賞能力及藝術氣息（訪C120714）。

該班的歌曲編排涵蓋多國語言。芙蓉老師認為義大利美聲法中，強調吐字必須純正，因此歌曲編排以義大利文曲目最多，其次是中文。但每學期也會穿插其他語言的曲目，如德文、英文、西班牙文、拉丁文等，以增進學員多國語文的能力。

(2) 循序漸進

學員牡丹認為芙蓉老師很細心，她能洞悉學員的需求而隨時調整課程與進度，並且在課程編排有循序漸進的設計：

每學期都有新來的同學，所以不能一下子就唱太難，會把他們嚇跑。所以一開始外文的曲目都不會那麼多……有時候，老師發現我們唱得疲乏了，就會加一些有趣的小曲目；有時候她覺得我們進步了，就會增加難度。

（訪F120804）

團體課的教學必須照顧初學者，也必須照顧進階者，所以循序漸進的設計可以幫助

中等程度的學員提升程度。但曲目編排確實不易，受訪的其中兩位男性學員皆表示，曲目編排中，並非每一首歌曲自己都有意願去唱，有時反而是透過聆賞別人的個別指導，發現到喜歡的曲目，進而自學及演唱。學員松樹表示：

基本上那些曲子，雖然大多數是為了女高音或男高音，但我自己練歌時，我沒有真正想去學習每一首課本裡的曲子，只要每個學期有一兩首歌我能夠唱的，真的有意願去唱的，我就已經滿足了。

(訪B120707)

五、臺北市立社會教育館聲樂進階班學員對該班學習情形之看法

(一) 進步與突破

透過訪談，深入瞭解學員對於自己學習的過程中，所感受到的進步與突破如下：

1. 發聲法

學員向日葵說表示，雖然知道自己發聲越來越好，覺得好高興，知道方法，也知道大方向，知道下一步要往哪裡走，但是發聲法還是她認為在整體歌唱學習中最困難、最需要下功夫的(訪C120714)；學員玫瑰則認為自己：「進步最多就是聲音往前送這件事，主要還是發聲法」(訪D120721)；學員松樹則說：「以前完全不知道要聚焦在面罩，那個的確是有一些改善，focus的問題比以前好很多」(訪B120707)。

2. 音樂整體素養

松樹認為自己過去的音樂底子很差，完全不會讀譜，也沒有學習任何樂器，但加入該班之後，整體的音樂能力，受老師及同學影響而有所精進：

跟芙蓉老師學唱以後，對我的音樂感有很大的幫忙，學久了以後，在學一首新歌時，即便我都沒有聽過這個曲子，都大概可以猜到旋律要往哪裡走。我不是在靠讀譜，我根本就不太會看譜。現在學新歌時，我都可以自己跟著哼出來。

(訪B120707)

(二) 挫折與困難

1. 學員感到困難的部分

(1) 發聲法

芙蓉老師曾說，她很喜歡教完全沒有學過歌唱的學生，因為這樣的聲音很好雕塑。然而學員玫瑰是位在學習歷程上經歷很多困難和挫折的女高音，因為用錯技巧，卻又練習過度，有許多壞習慣已經根深蒂固，必須花更多的力氣才能修正。對她而言最困難的是：

以前從沒有人跟我說聲音要往前，他們都會提到聲音要是直筒的，要像一個雞蛋卡在喉嚨，但是那種想像，聲音就會往後跑。那我以前的觀念是說在雞蛋擺的地方是一個氣柱，但那樣唱的話聲音就會往後倒了。現在就是發聲法要重新調整，這對我是很困難的。很像是要從頭來，蠻挫折的。

(訪D120721)

(2) 語言、咬字

學員向日葵認為，日常生活幾乎不使用外文，因此要演唱外文曲目是很有難度的：

之前接觸得少，現在就覺得很陌生，要下功夫，聽得太少，瞭解的曲目也太少了。我在進入社教館之前對於外文歌曲的接觸幾乎是沒有的，大概唱比較多的就是臺語、國語、日語、英語。

(訪C120714)

學員百合則認為，如果不能瞭解歌詞意思，便很難背下來：

老師說我們唱歌要唱出感情來，要唱出味道，可是外文的意思我們不完全瞭解內容，就很像外國人在唱我們臺灣歌，也會覺得怪怪的，音好像也不太貼切。

(訪G120929)

(3) 歌曲詮釋

要把一首歌唱得很聽的話，就一定要「入味」，學員向日葵表示因為自己唱歌太在乎發聲法了，有時因為只專注在修正技巧，曲子的味道反而就出不來了（訪C120714）。

學員松樹認為，練唱新曲目前一定要先瞭解歌詞的曲意，尤其是外文歌曲，畢竟不是自己的母語，很容易就會全是錯誤，因此要唱一首歌前一定得要做足功課。（訪B120707）

芙蓉老師則認為，歌曲詮釋不單單只是把歌詞唱對、瞭解意思就夠了，更重要的是

要瞭解歌曲的時代背景，才能掌握正確的風格；要能認識外文的語韻，演唱時外文歌曲才能道地。(訪A120624)

(4) 壞習慣、反射動作

學員向日葵認為發聲技巧之所以無法套用在歌曲中，主因可能是因為對歌曲不夠熟，但也因為過去壞習慣累積太久，導致要很專注才能改正過來：

我的基本能力比較不好，我以前唱歌都很隨興，不按照拍子，花音也都自己想加就加。來到這裡學唱，老師很強調基本能力，我必須注意拍子，還有一些咬字的問題也很嚴重，是必須花很多時間去注意的，還不是花時間就可以解決的，壞習慣好難改啊！

(訪C120714)

針對壞習慣，學員松樹對自己多年來始終在原地踏步做出了這樣的結論：

發聲法要進步，必須克服反射動作，因為它不是靠你用功、用力而怎樣，我唱歌是很用力，其實那是用喉嚨在吼，聲音出來音色是白的，沒有一個亮度、透明度，那絕對不是用功努力就能達到，我有很多歌都唱上千遍，但問題不在那裏，問題是你要糾正你錯誤的唱法，所以你的慣性唱法，最可能會重複你習慣的唱法，一遍一遍犯同樣的錯誤。唯一的辦法是，在唱的時候要用你不習慣的方式唱。很多人會覺得這個很困難，因為忽然好像變得不會唱歌了。因為以前好像雖然唱得不是太好，但還算是「會唱」，多難聽的共鳴腔、再不足都還算是會唱，因此很多人都不願意放棄那個，我是下了決心要放棄錯誤的唱法。

(訪B120707)

2. 學員心理的挫折與負擔

(1) 剛入班時的程度落差

學員榕樹提到自己剛入班時覺得自己跟同學差距太遠，覺得大家都很會唱，因此很有壓力：

但我認為我對音樂既然有不錯的基礎，為什麼我會跟不上？我不想放棄，我要追上！現在就追上吧！哈哈！但是這也是團體班的缺點啦！又要照顧學很久已經很有程度的舊生，又要照顧新來可能什麼都不會的新生，老師不好當喔！

(訪E120728)

(2) 怕唱不好，不敢接受個別指導

年輕時聲音被許多老師讚為鑽石的學員玫瑰，因為過去發聲法有些錯誤，導致她越唱越重，漸漸的她開始失去高音及原先美好的音色。現在來到聲樂進階班，只要緊張就會唱破音，在臺上破音令她感覺很尷尬，她說：

我到現在還不敢在班上接受個別指導，同學私底下會告訴我說我在進步，這樣就好了，我已經很開心了，因為我已經從高峰跌下來了，現在又要慢慢的再爬。

(訪D120721)

在訪談過程中，研究者感受到學員玫瑰在過去的習唱過程曾有很輝煌的時期，後來因為長期在合唱團練唱中，養成了一些壞習慣，導致現在修正得很辛苦：

以前我都是在合唱團裡面唱，唱到後來大家都在比賽大聲的，真的是很糟糕的事情，老師沒有去控制音量，因為有時候音很高啊，你在合唱團裡又要表現聲音啊！人家說妳聲音很好，妳就唱很大聲，我就是被這個害到！後來唱不動，聲音就往後了，往後聲音就會有力量，你會覺得很大聲，但是那已經走位了。

(訪 D120721)

(3) 感受不到自己在進步

從歌唱高峰跌下來，充滿挫折感的學員玫瑰表示：

這幾年學唱是很痛苦，常常想要放棄，因為達不到老師要求的，也不知道方向要往哪裡去，感覺自己耳朵沒有訓練得很好，自己摸索不來，因為我們的觀念還不像老師的……。

(訪 D120721)

(4) 沒有練習場地，怕吵別人

學員榕樹提到自己剛開始學唱時，還唱得不是很好，都是趁兒女不在家時才偷偷練：

只有我一個人在家我才敢練，怕亂吼亂叫吵到家人。在沒有人的時候，我的聲音才敢放出來。這樣才會找到真正的聲音，那大家也許是在家裡哼哼唱唱，但並沒有真正去練聲音怎麼發……。

(訪E120728)

學員榕樹所提的這幾乎是所有人都會碰到的問題，學員松樹也曾說，他在家裡練唱，練沒幾分鐘，鄰居來按門鈴，說他太吵了。

(三) 季末成果發表會之功能

1. 加強練習，加速進步

學員榕樹認為，因為準備表演有時間性，會有些壓力，也會希望在這段時間把歌練得更好！每一回表演前，學員普遍會為了上台而更加緊練習，就會進步了(訪E120728)。

學員玫瑰至今仍不敢參與演出，但每回表演時，當她坐在台下聽大家唱，總覺得大家都進步很多、很明顯，她也很期待自己能再有勇氣站在舞台上接受掌聲(訪D120721)。

2. 上台練膽量

學員百合表示自己很勇敢，就算知道自己沒有唱得很好，她還是一定會努力上臺：

我都會上去唱！這是給我一個機會，就像是老師要辦考試一樣。老師如果從來不考試，你就不會去準備。要上台就會認真，上台緊張一下，下次再好一點。

(訪G120929)

學員榕樹認為，有很多人因為不敢唱就乾脆不上台表演了，但他無論再害怕一定會逼自己參加，雖然還是會緊張，但不想錯失機會，只因學才知不足（訪E120728）。2010年暑假，榕樹參加芙蓉老師舉辦之音樂營，前往義大利演出，他回憶當時：

我們去本來想說只是玩玩，沒想到還要上台，當時剛學不久，也是非常生疏，那給我很大的壓力。但我覺得因為這樣子，所以讓我敢上臺的膽子就練起來了，因為以前上台的機會可以說幾乎沒有，在義大利時很多當地的觀眾都要來看，而且我還是第一個上台唱的，練一練之後，那種恐懼感就慢慢在消失。

（訪E120728）

3. 紀念價值

學員牡丹非常珍惜每一次登台的機會，她提到自己總會打扮得很漂亮，並且招呼大家會後留下來合影留念，她覺得自己年歲較大，趁還有力氣、身體還健康時，她會努力留下每一份回憶，她認為有年紀了的人，想要做什麼，都不要拖，才不會後悔（訪F120804）。

（四）研究對象對於「銀髮族」聲樂學習之看法

1. 優勢

（1）時間較多

學員榕樹近期因為上了年齡，所以看診的時間也大幅減少，終於可以休息一下，做一些自己喜歡做的事（訪E120728）。

銀髮族多半都已離開職場，孩子也都成人了，也因此有較充裕的學習時間學習。芙蓉老師認為：

銀髮族…因為比較有時間，在學習上他們比較用功，也比較能夠跟我討論、問我一些問題，讓我知道他們的困難是什麼，在教學上對我是非常有用的，所以我覺得對銀髮族的授課是非常好的。

（訪A120624）

除了認真的預習、複習之外，他們也常聚在一起討論，或是思考，芙蓉老師常說，歌唱學習常需要領悟、要用頭腦，因此該班銀髮族的進步是有目共睹的。

(2) 全力以赴

學員牡丹說，自己年輕時要分心照顧家庭，有許多夢想都沒有實現，但現在已經退休，她會盡一切的努力，把唱歌這一件事認真做到最好，因為現在已經心無旁騖，中於可以在自己喜歡的藝術領域全力以赴、全心衝刺了（訪F120804）。

芙蓉老師認為，該班銀髮族學員在他們年輕時候，學習機會很缺乏，資源也不豐富。因此現在他們有機會、有時間能夠再進修，他們是非常珍惜，並且認真努力的。也因此芙蓉老師常言，這些銀髮族的學員，也許因為體力比較不好、聲帶比較老化，但是他們學習的精神是非常令人敬佩的（訪A120624）。

(3) 學員年齡較長，與教師產生亦師亦友之情誼

相較於求學時代，學生與老師的年紀差距，銀髮族的年歲都與芙蓉老師相當，甚至比老師更年長，無形中形成一種亦師亦友的關係。芙蓉老師很肯定這樣的關係：

我們這個班級，年齡與我相仿的很多，不但是老師學生的關係，也都變成了很好的朋友！我們在一起時談的不只是音樂，也是人生，也是大家的經驗，也是每一個家庭、每一個人所接觸的社會環境的意見交流，可以增進我們對社會的瞭解，使我們的視野更廣，看到整個社會不同的層面、不同的層次變化，不同文化背景的人他們的想法、情感，學員之間也是變成好朋友，也有很多很多的交流，不僅是聲樂上的，更多是生活上的。

(訪A120624)

2. 劣勢

(1) 健康情形備受考驗

學員牡丹已是75歲的高齡，她提到：

我現在心臟也不好、膝蓋也不好，對我歌唱影響好大，我現在都不能太累，有一次我就要求老師讓我坐著唱，因為膝蓋沒辦法久站，心臟也有影響，會喘，會影響呼吸。

(訪F120804)

芙蓉老師也認為，在該班，學員的流動率不大，但每期的十四堂課程中，能夠全勤者很不容易。因為年歲較長的關係，該班銀髮族的學員常需要告假看病或休養，

有些學員因為身體狀況不好，再也沒有來上過課了。因此，芙蓉老師深有感慨，身體的保養與保健便是銀髮族學員的首要功課，對老師自己本身亦然（訪A120624）。

(2) 對未來發展沒有期待

學員榕樹提到他過去的一些朋友在退休後沒有繼續進修，主因是他們覺得自己已步入晚年，人生也不可能再有發展，他說：

我認識一些人，他們在家裡待不住的話，就會帶本書到咖啡館去看看，另外就是有一些就是，到外面搭個大眾運輸跑來跑去，蠻多是沒事就待在家裡看電視，對學習比較沒那麼積極。

（訪E120728）

3. 功能固著，易固執己見

芙蓉老師認為該班銀髮族的歌唱教學，唯一的不同是他們的年紀比較大，在學習的時候會有很多自己的意見，她說：

普通的學生的話，你怎麼講他都聽，但銀髮族的話他會跟妳說：「老師，我這聲音是不能跟妳那樣唱的…。」他會提出許多他的問題來，所以我們要用更多的思考，用更多教學上不同的教法來讓他們瞭解，所以沒有特別的困難，但老師必須要能運用自如，才能夠幫忙到他們。

（訪A120624）

銀髮族經常透過過去他們熟悉的學習方法、思考方式來學習，即便不一定正確，但

他們較不像年輕學員那樣容易變通，因此教師在教學上必須更有耐心、更能變通。

(三) 益處與功效

1. 健康

既然身體的保養與保健這麼重要，除了透過一些平時的照料，以及多運動、多休息之外，芙蓉老師指出，學習唱歌對身體健康也很有幫助，除了增強記憶力之外，還能幫助呼吸道暢通，也是很好的增強肺腑的運動，芙蓉老師說：

很多銀髮族的學員初來的時候，他說他腦筋也不行、沒有記憶力了，或者喉嚨不行啊！這不行那不行的……可是真正講起來，我們的教學，教唱歌、背歌詞，就是一個記憶力的加強，所以我們有一些學員來跟我說：「我都快要沒有記憶力了，所以來學唱歌加強我的記憶力，這樣子背歌詞時就可以讓我進步。」有些學員也說他本來背歌很難，越來越容易了，所以記憶力是加強了。另外就是在健康上，我們知道唱歌是一種肺腑的運動，是由呼吸方法來控制歌聲，所以你的氣息運用如果很流暢，並且吸氣的方法很正確的話，我覺得對健康是一種維護和保養，所以我說唱歌是一個健康的運動、活動，能夠學習唱歌是非常好的。

(訪 A120624)

2. 潛能發揮

許多銀髮族退休之後，便無所事事，但該班學員很努力在求進步，他們不管自己的程度、不管自己的年紀、不管自己能唱到什麼程度，但就是盡力去做，經常使芙蓉老師

深受感動：

我覺得老師們在開設這樣的團體歌唱班，必須要有奉獻的精神。只要我們付出奉獻，學員也會給予回饋，我們從學員身上得到的就是，他們這樣的程度能夠進步，更確定他們這樣程度、這樣年齡的學習是有可能的，是可以達到某個目標的，讓我們認識到人的潛力是非常可怕的，人是可以做很多事情的，這是非常重要的。

(訪A120624)

(五) 學員對於「團體學習」之看法

透過訪談，研究者分析研究對象對於「團體學習」之看法如下：

1. 優勢

(1) 個性調整

學員向日葵認為自己的個性比較急，但因為在團體中學音樂，所以會調適讓自己稍微慢下來，會修正自己的腳步（訪C120714）。學員榕樹則說自己本來是內向的人，參與了該班後，認識了一些開朗的人，也慢慢融入音樂中，現在變得比較喜歡與人交談（訪E120728）。

(2) 免去獨唱壓力

學員榕樹提出，有些人害怕「獨唱」，因此團體課程能消除緊張，他說：

團體的話，本來不太會唱、不是非常想要獨唱的人才會來參加，所以團體班有這樣的優勢，讓大家都有來唱的機會。一對一壓力會比較大，尤其是連譜

也看不懂的、還沒到一個程度的，會學得很氣餒，但團體班不會有這種壓力。

(訪E120728)

學員牡丹對於學員榕樹的說法深感認同：

有些同學不敢一個人表現，或者她有很好的聲音，但在團體練唱的時候，她聽別人唱自己也唱，就會比較敢唱。

(訪F120804)

(3) 以他人的錯為借鏡

由於該班雖為團體班教學，但既有團體練唱，也有個別指導，因此許多學員都認為，既可以看到別人的缺點，又可以改變自己。學員玫瑰認為：

在台下聽別的同學個別指導很有幫助，以前比較聽不懂老師的教法時，就真的就聽不出來別人唱的好壞，所以這一段時間耳朵是很有進步的，現在臺下一定也還是有一些人像我以前一樣是比較聽不出來的，聽得懂了就是一種進步了。

(訪D120721)

大眾對於聲樂課的教學，大部分是以個別課的形式授課，但芙蓉老師認為團體教唱能促進學員觀察別人演唱，以糾正自己缺點的練習。特別在課程後半段的個別指導中，「當局者迷，旁觀者清」的現象尤其明顯。芙蓉老師說：

有時候你講了半天共鳴、呼吸的方法，怎麼不對怎麼不對，他不容易領悟，但當老師在教另一個與他有相同問題的學生時，他反而能發現別人聲音是有問題的。透過老師指導，原來是呼吸不對，這才發現原來呼吸不對會出現這個現象。

(訪A120624)

(4) 相互切磋與鼓勵

芙蓉老師認為該班的學員在互動上很活絡，特別是透過課程後半段的個別指導，有些學員上台演唱，其他學員發現他進步很多，便會鼓勵他；發現有些學員領悟不到老師教授的技巧，其他學員便會幫助他、提醒他；如果有學員唱一唱忘詞了，其他學員會趕緊幫忙提詞，芙蓉老師認為，透過團體的課程，進步效益是很大的。她說：

這種團體的學習，可以互相觀摩、互相交流，有時候自己學唱、練唱容易鬆懈，但有人在旁邊陪著，除了可以互相鼓勵外，也會產生一種良性的壓力，督促自己進步……。這種壓力對歌唱學習是非常重要的。

(訪A120624)

2. 劣勢

(1) 學員的看法

藉由訪談一些較喜歡「個別課」的學員，整理他們的看法，可以反觀團體課程的缺失。普遍而言，他們認為最大的問題是，團體課程較難立即知道自己錯在何處。學員榕樹認為：

當老師個別指導其他人時，因為唱的曲子不一樣，所以比較沒那麼直接，比較沒有辦法把她講的完全的吸收，如果是自己上去唱個別指導，卻是糾正自己的問題，我都不太會再忘記。

(訪E120728)

學員玫瑰則認為自己喜歡個別課的原因是，可以比較直接知道自己哪裡不對(訪D120721)。學員松樹也提到，透過個別練唱，本來以為沒有問題的，才能恍然大悟的發現很多地方是錯的(訪B120707)。

(2) 芙蓉老師的看法

① 教材與進度規劃

大班制上課對芙蓉老師而言，最大的挑戰便是教材與進度的規劃。因為歌曲有難易、有音域限制、有語言種類，更不用說會有個人偏好的問題，很難挑到每一首歌曲都適合每一位學員，也很難讓每一位學員都愛唱每一首歌曲。因此芙蓉老師16年來，在教材與進度的編排上，也有不少調整，她說：

課程的編排其實是非常的困難，我相信我在最初的編排和現在的編排一定有很大的不同。……我在編教材的時候，不但要考慮適合每個聲部、適合男女生，還要想到說這些曲子跟他們的性格、他們的聲音、他們的技巧是不是能夠配合，放在編排的時候，往往必須把一些容易的也穿插進去，因為我們是一個大班制，一班都有60個人上課，所以如果通通是太難的話，往往只有少數的人能夠勝任，所以在編教材的時候，我們在難度上的定奪，用了很多的

心思。

(訪A120624)

所幸有個別指導的安排，有些學員會選取適合自己演唱的曲目，也許並不在教師原先的曲目編排中，透過演唱給老師聽，並接受老師的個別指導，既能唱自己喜歡的歌曲，又能針對歌曲的演唱缺失對症下藥，甚至有些在台下聆賞的學員對於新曲目感到很有興趣，也會建議芙蓉老師將之放在下學期的習唱曲目中。因為搭配個別指導的安排，便能稍解教材編排之難題。

③ 學員程度參差不齊

人人皆有報名社教館課程的資格，因此前來學習的學員，先備知識與經驗落差很大，有些學員不識五線譜、不會數拍子；但有些學員甚至是學校裡退休的音樂老師，或者是音樂系的畢業學生，學員程度不齊除了在教材上很難編排外，在教學方法的應用上，更是要很靈活才行。芙蓉老師說：

學員的程度一直是我們這個課程上最大的困難，他們的程度是差得很遠，有的會看譜也會唱；有的甚至已經會唱很多歌曲，我們教的歌他已經都會唱。曾經就有師大音樂系畢業的學員來，……我覺得他的程度是很不錯的，可是還要看他欠缺什麼，幫他補強來使他更進步。……所以我不是訂一個最低的標準，我是訂不同的標準，讓他們可以一步一步的，大家都可以更進步。所以我們的最終目標是很遠的。

(訪A120624)

除此之外，每學期的第一堂課，芙蓉老師總會細心的再將發聲法清楚的解說一次，為的是不想讓初次到班的學員完全聽不懂。每期都大約會留下50位舊生，新進10位新生，因此芙蓉老師在每學期前幾堂課的曲目安排，都會編排稍微容易些的曲目，通常會從中文的小曲子開始，再慢慢添入外文、歌劇選曲、藝術歌曲等。

六、對臺北市立社會教育館開設課程之看法

1. 學員的看法

大部分的學員對於政府機構開設社會教育館，並開設文化藝術研習班，讓離開校園後的生活還有學習的管道，看法很正向。學員牡丹說：

讓我們這些退休的人有這樣進修的機會我覺得很好啊！……如果有進修機會一定要去，不要以前學一套就一直用下去，這樣不好，會誤人子弟……。

（訪F120804）

學員們也提出了一些建議，建議如下：

(1) 成果發表會擴展到整體社會

學員松樹認為，藝術就是應該要走出去，不論是成果發表會或是畫展，都不該被侷限

在社教館中小小的表演廳，他說：

這些作品都可以拿到各種地方去。（而不是）只是親朋好友來參觀而已。我們

政治界一天到晚說要走出去，我相信社會推廣藝術，絕對是正面的，問題是如何使它更好，只是關起門來展出，不是最理想的。

(訪 B120707)

(2) 社會教育機構仍需增設教育課程

學員向日葵看待老年化日益嚴重，對社會教育的不足感到有些隱憂，她提到，若社會教育機構的課程能為銀髮族規劃更充實的生活，讓他們比較有寄託，如此便能減緩憂鬱、失智這些疾病，也有讓老人家生活較有寄託(訪 C120714)。

但針對社教班數太少，熱門的班級又有人數限制，因此許多人常無法報名而錯失學習機會，她表示：

我們政府應該要考慮(銀髮族)他們的興趣，不論是運動、健身、藝術。費用是很合理，可以給他們一些補助，畢竟有些人經濟狀況是很難上一對一的個別課，有補助的話，他們比較不會有壓力，可以來哼哼唱唱，聽聽悅耳的聲音也很開心，總比在家裡面對牆壁的生活好多了。

(訪 C120714)

(3) 開課的種類更多元

學員榕樹平時就喜歡一些木工類的活動，但社教館這類的課程每次開放報名，往往因為報名人數不足而未能開班，他認為：

我覺得很多課程比較不適合男性，很多都是開給女生的。如果有的話，希望有能夠動手做的，比如說雕塑、木雕、木工、機器修理這些。這裡開的比較多是書法、插花、裁縫、佛朗明哥。

2. 芙蓉老師的看法

芙蓉老師認為，臺北市立社會教育館對成人教育的推行不遺餘力，這種大班制的教學，除了是一種教學、一種才藝的追求外，更是一種社會的聯誼，並且可以促進整個社會文化的進步，是非常重要的。

此外她認為，臺灣目前的聲樂教學、音樂教育，都還未上正軌，還有很多可以改進的，因此芙蓉老師建議社教館在師資的篩選上，必須更加用心，就歌唱教學而言，很需要好的老師來領導學員，所以教師的素質是很重要的（訪 A120624）。

第三節 臺北市立社會教育館聲樂進階班銀髮族學員之 問卷訪談資料綜合分析

本研究所使用之主要施測工具為問卷與訪談，問卷主要回應待答問題第一題及第二題；訪談對象除了該班授課教師外，由問卷填答者產生，主要回應待答問題第三題，同時補充第一題及第二題中，問卷所無法完整呈現的部分。本節中，研究者首先依施測結果將待答問題與施測工具之對應彙整如表 4-4-1，以利進行問卷與訪談資料之分析探討，並彙整研究結果。

表 4-4-1 待答問題與施測工具之對應表

題項 (待答問題)	施測工具	問卷	訪談師生
一、臺北市立社會教育館聲樂進階班之銀髮族參與社會音樂教育之現況			
銀髮族參與社會音樂教育之種類		●	
銀髮族參與社會音樂教育之動機		●	●
銀髮族持續參與社會音樂教育之原因		●	●
銀髮族參與社會音樂教育的感受		●	●
二、臺北市立社會教育館聲樂進階班之銀髮族參與社會音樂教育受到背景變項影響之情形			
性別			●
職業		●	●
個性		●	●
學習經驗與音樂展演經驗		●	●
三、臺北市立社會教育館聲樂進階班之授課教師及學員對該班之看法			
授課教師對其教學及學員學習情形之看法			●
學員對授課教師之教學理念與教學設計之看法		●	●
學員對自己及其他學員學習情形之看法		●	●
授課教師及學員對臺北市立社會教育館開設課程之看法			●

一、臺北市立社會教育館聲樂進階班之銀髮族參與社會音樂教育之現況

(一) 銀髮族參與社會音樂教育之動機

透過問卷得知該班學員之入班原因，比例最高的是「授課教師的名氣」，其次為「親友推薦」及「社教館課程介紹」；習唱動機中，主要為「想學習歌唱技巧」，及「想學習廣泛的發聲技巧(如說話/朗誦)」。訪談則進一步歸納學員參與社會音樂教育之動機有五項，分別是：熱愛音樂、仰慕名師、分享聯誼、自我實現以及健康促進。另外在入班動機中，訪談與問卷相同的是「親友推薦」以及「為授課教師之名氣而來」，可見在該題中，問卷與訪談達到一致性。

(二) 銀髮族持續參與社會音樂教育之原因

透過問卷得知影響該班銀髮族持續學習的原因中，比例最高的是「音樂學習使我身心狀況更好」，其次為「對音樂學習很感興趣」；在「銀髮族如須中斷聲樂進階班學習之可能原因」中，「時間分配不來」與「身心狀況的限制」是主要原因。透過訪談，進一步的將銀髮族持續參與社會音樂教育之原因分析歸納為身心狀況良好、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共五項。

(三) 銀髮族參與社會音樂教育之感受

問卷施測結果顯示，「學到很多」、「極具挑戰性」及「有趣」為該班銀髮族參與社會音樂教育之主要感受，顯示出該班學員對於學習多持正面看法。透過訪談則進一步將感受細分為以下四項：學習明顯感進步、習唱深具挑戰性、課程有趣不枯燥、互相幫助向前行。

二、臺北市立社會教育館聲樂進階班銀髮族參與社會音樂教育受到背景變

項影響之情形

(一) 職業

問卷施測結果顯示，該班銀髮族參與社會音樂教育之主因，與職業本身相關性較小，與退休與否相關性較大。在訪談中，研究者進一步發現該班銀髮族在參與社會音樂教育學習時，多半會將新學習的事物與過去自己的專長加以結合，以幫助學習；此外，除了「教師」這類長期高度使用聲音的職業類別對於聲音的保健特別著重，因此教師在該班的比例較高外，其他職業較不影響社會音樂教育的參與，但與退休與否關聯較大，與問卷施測結果一致。

(二) 個性

問卷調查與訪談結果同顯示該班銀髮族參與社會音樂教育與個性之關係並無顯著關聯，不管個性是內向或外向、開朗或害羞、主動或被動，都不會直接影響該班銀髮族參與社會音樂教育的學習。

(三) 音樂學習經驗與音樂展演經驗

透過問卷填答，僅能發現該班銀髮族學員過去音樂學習經驗，並得知該班學員過去曾有參與音樂展演的舞台經驗者之人數，但未能看出過去的舞台展演經驗是否影響社會音樂教育之參與。藉由訪談則發現該班銀髮族小時候打下良好的基礎，能使今日的學習容易許多，音樂學習經驗與舞台展演經驗會對銀髮族參與社會音樂教育帶來一些增強功能，但不會直接影響銀髮族之參與情形。對銀髮族參與社會音樂教育而言，內在動力

才是不可或缺的重要因素，芙蓉老師亦表示「內在動力」勝於過去的學習經驗。

三、臺北市立社會教育館聲樂進階班之授課教師及學員對該班之看法

本題主要由訪談資料來回應，但部分問卷之填答結果亦能與訪談結果相呼應。

(一) 學員對授課教師之教學理念與教學設計之看法

透過問卷發現學員認為課程中對自己最有幫助的項目是「發聲練習」，其次是「接受一對一個別指導」，「旁聽他人接受個別指導」緊接在後。由於待答問題第三題為開放式的題型，較難透過問卷得到完整的答案，訪談則全面的從教師之教學理念、教學設計、曲目編排一一探討，以補充問卷施測之不足。此外，研究者分別從訪談授課教師與學員關於授課教師之教學理念與教學設計，發現教師與學員對該題的回答一致性極高。研究者認為該班授課教師之表達能力很強，才能讓學員完全清楚自己的理念，再加上一再重複叮嚀重要的概念並闡述自己的信念，因此與學員之間達成很好的默契與溝通。

(二) 學員對自己及其他學員學習情形之看法

問卷施測結果顯示，聲樂進階班學員對於自己音樂能力的提升持正面看法，平均值達3.95。該班學員最感困難的部分是「發聲技巧」，但該項也是學員認為自己進步最多的；此外，該班學員認為以團體形式上聲樂課最大的好處是「很有動力」，其次為「節省學費」，再次為「很有趣」。透過訪談，研究者則發現該班學員對於自己在音樂學習的表現很有信心，並且非常肯定自己在歌聲訓練上的投入及成效；發聲技巧同樣是該班學員最努力的項目，同時授課教師也對學員之努力表示肯定，除了發聲技巧外，透過訪談發現學員認

爲在語言、咬字、歌曲詮釋方面較有難度；團體練唱的部分，透過訪談，學員進一步表示其優點有個性調整、免去獨唱壓力、情感聯誼、學費較便宜及以他人的錯爲借鏡。

整體而言，問卷調查結果與訪談結果一致性高，顯示參與訪談的學員足具代表性。此外，在研究結果上，透過訪談能補充問卷調查之不足，以完成待答問題之填答。在授課教師與部分學員的訪談中，研究者發現教師與學員不論對於教師教學理念、教學設計、以團體教學型式實施聲樂課程之優劣勢、銀髮族歌唱學習之優劣勢，以及該班學習情形之看法等，一致性也很高。顯示師生間對於聲樂學習有共識，因此有利於教學的進行。

第五章 結論與建議

本研究旨在瞭解臺北市立社會教育館聲樂進階班之銀髮族參與社會音樂教育之情形，並探討該班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況。本章依據本文之研究目的與待答問題，說明本研究所得之結論，並提出對政府機關、授課教師、銀髮族與未來研究之建議。

第一節 結論

本研究以單一個案嵌入設計之個案研究法進行探討，研究者以參加臺北市立社會教育館聲樂進階班（2012春季班）中，年滿60歲之學員為研究對象。首先發放研究者自行編製之問卷，除了資料蒐集外，也作為篩選訪談對象之工具，再對該班授課教師及六名學員實施半結構性訪談，根據第四章的研究結果分析，歸納各項研究結果如下：

一、研究對象基本資料分析

臺北市立社會教育館聲樂進階班（2012春季班）共有60位學員。在銀髮族與非銀髮族的分佈方面，該班共有42人年滿60歲，以銀髮族佔多數，說明在該班之社會音樂教育參與中，銀髮族相當積極。

在性別的分佈方面，女性學員比男性學員多，在該班之社會音樂教育參與中，以女

性學員較為積極；在年齡的分佈方面，該班以70歲以上之群組人數最多。但各群組的比例差異不大，顯示研究對象之年齡的分佈相近；在教育程度的分佈方面，研究對象之學歷主要集中在高中/專科以及大學兩個群組；在畢業科系的分佈方面，畢業於音樂及教育相關科系外者仍屬多數，但退休前的職業仍以教師最高，其中不乏多位音樂教師。

二、臺北市立社會教育館聲樂進階班之銀髮族參與社會音樂教育之現況

(一) 研究對象參與社會音樂教育之種類

研究對象參與社會音樂教育之種類，可分為歌唱類與樂器類。歌唱類的部分，除了該班所屬之聲樂類，最多人參與的是合唱團，其次為卡拉OK，樂器類最多人參與的是鍵盤。其次為弦樂及國樂，再次為打擊、管樂與其他（口琴），研究對象參與社會音樂教育之偏好，較集中傾向歌唱類別，甚至有多人在歌唱社群的參與方面，跨足不同種類，或是同一種類參與多個團隊，在樂器學習也有涉獵，顯現對音樂之喜好與參與程度極高。

(二) 研究對象參與社會音樂教育之動機

研究對象社會音樂教育之動機可分為以下五項：1. 熱愛音樂；2. 慕師名來；3. 分享聯誼；4. 自我實現；5. 健康促進。在這五項中，「熱愛音樂」是最優先的選項，銀髮族的學習，不若年輕學子有成績壓力，「喜愛與否」成了最重要的動機。此外，由於這一代銀髮族年輕時的學習資源很少，機會也不多，許多夢想因此被犧牲，因此「自我實現」也是研究對象參與社會音樂教育的重要動機。

(三) 研究對象持續參與社會音樂教育之原因

研究對象持續參與社會音樂教育的原因主要可分為以下五項：1. 身心狀況良好；2. 時間分配得宜；3. 音樂修習偏好；4. 同儕共學努力；5. 授課教師魅力。由於銀髮族之年歲較長，生理功能的運作飽受老化之威脅，因此，身體健康可謂銀髮族持續學習之首要因素。

(四) 研究對象參與社會音樂教育之感受

研究對象參與社會音樂教育之感受可分為以下四項：1. 學習明顯感進步；2. 習唱深具挑戰性；3. 課程有趣不枯燥；4. 互相幫助向前行。聲樂進階班之學員普遍對於參與該班學習有正面的看法，因此也才能有持續參與的動力。

三、臺北市立社會教育館聲樂進階班之銀髮族參與社會音樂教育受到背景變項影響之情形

(一) 性別

男性參與社會音樂教育較不受性別影響，但性別對女性影響較大。對於參與社會音樂教育與性別的關係反映很大，主要分為以下三點：(1)傳統女性對家庭的付出；(2)傳統社會對女性歌者的誤解。女性學員普遍反映，年輕時的夢想，因為工作、因為孩子而未能實現。如今已退休，並且孩子長大了，才能有一些為自己而活、為自己而學的機會。

(二) 職業、退休與否

研究對象在參與社會音樂教育學習時，多半習慣將新學習的事物與過去自己的專長

加以結合，以幫助學習，除此之外研究者認為銀髮族參與社會音樂教育與職業之關係並不大，倒是與退休與否關係較大。

(三) 個性

該班偏內向與偏外向的學員在比例上差異不大，訪談中，也發現內向、外向參半。因此銀髮族參與社會音樂教育與個性之關係並無顯著關聯。

(四) 音樂學習經驗、舞台展演經驗

該班銀髮族過去之音樂學習經驗帶來的影響有下列四項：(1)小時候得到許多讚美，而有自信心；(2)因為本身從小就很喜歡音樂而有自學經驗；(3)得到良好的啟發而養成了音樂學習的好習慣；(4)小時候打下良好的基礎，使得今日的學習容易許多。對銀髮族參與社會音樂教育而言，內在動力才是不可或缺的重要因素。

四、臺北市立社會教育館聲樂進階班之授課教師與學員對該班之看法

(一) 臺北市立社會教育館聲樂進階班授課教師對該班之看法

1. 教學理念與教學設計

芙蓉老師認為使銀髮族學員的發聲器官比以前健康、更會使用最為重要。面對一群業餘的歌唱愛好者，芙蓉老師既不願意對正統美聲法的教唱理念妥協，卻也不願意抹煞了他們對於藝術的那份真誠追求與喜愛，因此努力在傳播聲樂的歌唱能力、藝術的欣賞能力，希望讓社會對這種優秀的、精緻的藝術有所認識。

芙蓉老師為了克服「實施團體課程無法單獨聽到每一位學員演唱」的缺憾，特地將每

週兩小時的課程切為前半段與後半段，前半段課程包含：發聲練習、練聲曲、團體歌曲練唱；後半段則安排每一位同學輪流上台個別指導10分鐘，一週安排6至7位，其餘同學在台下聆聽老師以「大師班」的形式進行後半段的教學。此外，每期季末都會定期舉行成果發表會。

2. 以團體教學形式實施聲樂課程

優勢有二：(1)當局者迷、旁觀者清；(2)相互鼓勵切磋。劣勢亦有二：(1)教材與進度規劃困難。很難有歌曲適合所有學員，也很難有歌曲讓所有學員喜愛；(2)學員程度參差不齊。

3. 「銀髮族」參與歌唱學習之社群

優勢有三：(1)學習時間較充裕；(2)學員年齡較長，與教師產生亦師亦友之情誼；(3)不願錯失學習機會，加倍努力。劣勢亦有二：(1)功能固著，易固執己見；(2)身體機能退化，影響學習參與。銀髮族習唱之功效有二：(1)健康：習唱對身體健康很有幫助，除了增強記憶力之外，還能幫助呼吸道暢通，是很好的增強肺腑之運動；(2)潛能發揮：該班學員不管自己的程度、年紀、能唱到什麼程度，但就是盡力去做，常使旁人受到感染。

(二) 臺北市立社會教育館聲樂進階班學員對該班授課教師之看法

該班學員認為芙蓉教師之教學理念為：不輕易妥協；用最輕鬆的方式唱歌；以及歌

聲的追求沒有止盡。而教師之教學特色為：需要動腦，才能領悟；耳朵訓練，習唱首要；及不僅會唱，還能詮釋。在教學設計中研發現，受訪學員一致的認為「發聲練習」與「個別指導」最為重要。而曲目的編排部分，則著重在曲目之多元性以及循序漸進。

(三) 臺北市立社會教育館聲樂進階班學員對該班學習之看法

1. 學習動機

該班學員之入班動機中比例最高的是「授課教師的名氣」；排名第二的入班原因為「親友推薦」；排名第三的是「社教館課程介紹」。選項中僅有「授課教師的名氣」超過半數同意。該班學員之習唱動機中，最多人認同的是「想學習歌唱技巧」，「想學習廣泛的發聲技巧」次之。可見該班學員的習唱動機較傾向學習歌唱技巧本身。

2. 該班學員之學習歷程

(1) 學習的時間

該班學員學習時間之人數比例以「十一期以上」為最多，其次為「四~六期」，人數比例最少的是「一期」，而「一至三期」加總僅為四分之一之學員，可見該班之流動率很小。

(2) 學習的情形

音樂學習能力自我評估部分，整體而言，學員在各向度的自我評估都算平均，以「中文歌曲演唱」最為突出；以「義大利文歌曲演唱」最為吃力。學員在評估自我的學習情形及音樂能力的提升程度中，皆有很正面的看法。

學員對於自己學習的過程中，所感受到的進步與突破有：發聲法；音樂整體素養；

背譜能力。學員感到困難的部分則有：發聲法、語言咬字、歌曲詮釋；壞習慣、反射動作。

(3) 學員對於「銀髮族」聲樂學習之看法

銀髮族參與聲樂學習的優勢為：退休後，習唱時間較多，並且無其他負擔，較能全力以赴。劣勢則是：健康情形備受考驗，且因為年紀較大，對未來發展較沒有期待。

(4) 學員對於「團體學習」之看法

該班學員認為參與團體學習的優勢有：個性得以調整；免去獨唱壓力；情感聯誼交流；學費便宜親人；以他人錯為借鏡；團體具約束力。劣勢則是無法立即知道錯在何處。

(四) 對臺北市立社會教育館之看法

1. 該班授課教師對社會教育館之看法

芙蓉教師認為臺北市立社會教育館對成人教育的推行不只是一種教學、一種才藝的追求，更重要的，它是社會的聯誼、合作，並能促進整個社會文化的進步。但臺灣目前的聲樂教學、音樂教育未上正軌，建議社教館在師資篩選上須更加用心。

2. 該班學員對社會教育館之看法

大部分的學員對於政府機構開設社會教育館，並開設文化藝術研習班，讓離開校園後的生活還有學習的管道，看法很正向。但也建議成果發表會擴展到整體社會、社會教育機構仍需增設教育課程，以及開課的種類更多元。

第二節 建議

根據文獻探討及本研究之研究結論，研究者提出下列建議。

一、給政府機關之建議

(一) 政府單位

銀髮族之人口持續在成長中，而銀髮族之教育屬於終身學習之一環，雖然目前政府積極規劃及推動「終身學習」，並辦理多種社會教育之機構，如社區大學、空中大學等，但針對老人的教育機構仍顯不足。再者，政府對於銀髮族教育的落實，似乎僅在追隨國外社會教育之腳步，研究者建議政府單位應針對我國銀髮族之需求為核心進行安排與規劃，如此才能切合實際需求。

(二) 課程安排

現今社會教育的規劃已比從前進步許多，並能提供銀髮族多元的社會學習資源。但礙於經費及政策，銀髮族在參與社群學習時，仍碰到許多的限制，例如：開設班數不足，每班又有名額限制，銀髮族若想報名，必須在報名日凌晨即前來排隊等候報名，有許多銀髮族因為生理考量，被迫放棄學習的機會；又或者，過去曾開設之課程，因為報名人數不足即取消開班，讓想學習的人失去學習的機會。銀髮族人口的迅速增加，並且仍在持續成長中，面對快速變化的社會，銀髮族若有心向學，以適應現今多元的社會，政府應該強力的推廣與協助。

二、給銀髮族授課教師之建議

(一) 依銀髮族需求以調整教學

銀髮族學員因為老化的影響，記憶力、反映能力以及學習能力自然不如年輕人，因此教師在指導過程中，應視銀髮族之學習情形，調整上課步調、曲目選擇，或是練習次數等。例如在練唱新曲的同時，也不忘了適度的進行舊歌複習，以便能加深銀髮族學唱歌曲的印象；又或者教授外文曲目時能將教唱進度放慢一些，使對外文較不敏感的銀髮族能夠有一些反應時間，以跟上學習。

(二) 耐心、愛心、同理心

銀髮族因為錯過黃金學習期，在學習上難免較為吃力，故教師在教學時必須更有耐心的加以指導，如果教師能更瞭解銀髮族的生心理與非銀髮族之差異，必定能夠在教學時產生同理心，也能夠付出更多的愛心與陪伴。銀髮族人口一直在增加，在人口比例上大幅成長，未來勢必將成為欣賞藝術表演主要的觀眾族群，因此教師在教學之餘，更重要的使命是，為我國訓練、培養一群高素養之藝術喜好者。

三、給銀髮族學員之建議

(一) 善用科技產品輔助學習

銀髮族可能面臨記憶力退化之障礙，因此在課程中很難記下所有授課教師交代之事項，但今日科技之發達，坊間有許多錄音產品，都是學習的好幫手，不僅能錄下上課中

老師的教學及範唱，也能錄下伴奏，以能便自行在家中複習。此外，網際網路中也有許多資源可以幫助學習，如網路平臺YouTube中，便能找到許多好聽的歌曲，一首歌曲也有多種版本可以聆賞與比較。銀髮族若能活用科技產品，不僅能幫助歌唱學習，也能與時代接軌，並學習新興產業。

(二) 活到老學到老，不要怕

銀髮族參與社群教育，最常見的阻礙是「怕丟臉」、「怕表現不好」而退縮。有許多的銀髮族，因為社會的快速變化，深感自己難以接軌而將自己封閉起來，甚至在退休後，幾乎將自己鎖在小小的生活範圍之中，不願接觸新學習時代，這是很可惜的。反之，銀髮族學員應該善用當代的教育資源及社會資源，把握每一個學習機會求進步，並與他人進行分享、交流，如此除了能建立自信，更不怕被時代所淘汰。

四、給未來研究之建議

本研究僅以台北市立社會教育館聲樂進階班之學員為研究對象，故研究結果的推論有其限制。大臺北地區的教育資源、學員素質，以及學習動力與其他地區勢必有所差異，故建議未來研究者能選擇其他城市之學員作為研究對象，或者採取不同城市之學習比較。我國目前在社會音樂教育的推動上，有逐漸成長之勢，因此參與社會音樂教育的選擇也越來越多元，因此建議未來的研究亦可以延伸至其他城市、其他班別、其它樂器，以便瞭解不同對象的差異情形。

參考文獻

一、中文部分

王文科（2002）。**教育研究法**。臺北：五南。

中華民國社區教育學會（1996）。**社區學校化**。臺北：心理。

中華民國社區教育學會（1999）。**高齡者的學習權與社會權**。臺北：師大書苑。

白秀雄（1991）。我國老人教育的實施現況與檢討。**老人教育**，291-314。

任蓉（1995）。**美聲法與藝術的歌唱**。臺北：樂韻。

吳老德（2003）。**高齡社會理論與策略**。臺北：新文京。

宋茂生（1989）。**氣功與聲樂呼吸**。臺北：大呂。

李祐綺（2011）。**參與音樂舞蹈活動知銀髮族心理效益、快樂程度及身體活動能力之研究**。私立南開科技大學福祉科技與服務管理所碩士論文，未出版，南投。

林小玉（2006）。音樂教育個案研究的不可不知與不可不思。載於臺北市立師範學院主編，**2006 音樂教育與質性研究的邂逅：質性資料分析的理念與實作國際學術研討會論文集（93-107）**。臺北：臺北市立師範學員音樂教育學系。

林振春（1995）。凝聚社會意識，建構社區文化。**社區發展季刊**，**69**，25-33。

林勝文（1995）。**學校辦理社會教育理論與實務**。臺北：國立編譯館。

林勝義（1993）。**社會教育多元論**。臺北：國立編譯館。

林楊菁（2006）。**參與高雄市社區型長青學苑音樂學習課程銀髮族快樂程度調查**。國立

- 臺南大學音樂教學研究所碩士班論文，未出版，臺南。
- 林麗惠（2001）。**高齡者參與學習活動與生活滿意度關係之研究**。國立中正大學成人及繼續教育研究所博士論文，未出版，嘉義。
- 周思恩（2008）。**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**。國立新竹教育大學音樂學習碩士班論文，未出版，新竹。
- 邱于芸（2010）。**臺灣地區成人男聲合唱團之個案研究**。臺北市立教育大學音樂學系碩士論文，未出版，臺北。
- 邱垂堂（1991）。社會音樂團體之推廣。**音樂教育季刊**，**20**，6-9。
- 金世餘、馬達（2008）。社區音樂教育發展的時代背景和意義。**安慶師範學報**，**9**，34-37。
- 尙家驥（2003）。**歐洲聲樂發展史**。北京：華樂。
- 姚世澤（1993）。**音樂教育論述集**。臺北：偉文。
- 姚佳君（2005）。**高屏地區音樂教師社區資源運用之調查**。國立屏東教育大學音樂教育研究所，未出版，屏東。
- 姚和順（1994）。揭開聲樂學習的奧秘—「歌唱咬字構音」之探討。**臺北師院學報**，**7**，593-631。
- 胡淑慧（2008）。**成人學生對邁向成功老化的認知、準備程度及學習需求之研究—以臺北市某技術學院進修專校成人學生為例**。國立臺灣師範大學碩士班碩士論文，未出版，臺北。
- 洪美萍（2002）。**慈濟教聯會社區成人教育方案發展之研究**。國立臺灣師範大學社會教

育研究所碩士論文，未出版，臺北。

唐林（2004）。**聲樂教學泛論**。上海：上海音樂學院。

徐立忠（1989）。**老人問題與對策－老人福利服務之探討與設計**。臺北：商務印書館。

徐立忠（1996）。老人福利政策之探討與建構。**社區發展季刊**，74，68－78。

徐震（1979）。社區一詞的用法及其演進。**社區發展季刊**，6，8-12。

孫邦正（1968）。**教育概念**。臺北：臺灣商務。

孫清吉（2001）。**自然的歌唱法**。臺北：全音。

翁郁淑（2008）。**中銀髮族參與卡拉 OK 之休閒動機、休閒涉入及休閒效益之研究**。國

立體育大學休閒產業經營學系碩士論文，未出版，桃園。

翁爾婕（2009）。**音樂對於銀髮族情緒影響相關因素之調查研究**。國立臺灣師範大學音

樂學系碩士論文，未出版，臺北。

教育部（1959）。**社會教育法**。臺北：教育部。

教育部（1990）。**社會工作綱要**。臺北：教育部。

教育部（1996）。**社會教育工作綱領**。臺北：教育部。

教育部（1998）。**「邁向學習社會－推展終身教育，建立學習社會」白皮書**。臺北：教育部。

教育部（2004）。**建立社區教育學習體系計劃**。臺北：教育部。

教育部（2006）。**老人教育政策白皮書**。臺北：教育部。

陳育恬（2008）。**非營利組織推動社會音樂教育之個案研究－以嘉義市音樂協進會為例**。

臺南大學音樂學系碩士班碩士論文，未出版，臺南。

- 陳英仁（2005）。老人休閒動機、休閒參與及休閒環境偏好關係之研究。朝陽科技大學休閒事業管理系碩士論文，未出版，臺中。
- 陳思恩（2008）。臺灣基督長老教會詩班成員參與態度與現況看法之調查研究。國立臺南大學音樂學系碩士班，未出版，臺南。
- 陳益興（1992）。我國社會教育析論。臺北：五南。
- 陳曉琪（2000）。社區性老人卡拉 ok 活動的現象分析。國立臺南藝術大學民族音樂學研究所碩士論文，未出版，臺南。
- 郭美女（2000）。聲音與音樂教育。臺北：五南。
- 許雲卿（1992）。兒童發聲之生理探討。臺北市立師範學院學報，24，415-444。
- 張大勝（1978）。教育發展與文化建設。臺北：幼獅。
- 張育紋（2009）。音樂活動與社區發展之研究－以南庄基督長老教會兒童木笛班為例。國立新竹教育大學人資處音樂教學碩士班論文，未出版，新竹。
- 張琇鳳（2005）。成人藝術參與動機、藝術休閒體驗之研究－以社教機構藝術研習班為例。國立臺北教育大學音樂學系碩士論文，未出版，臺北。
- 梁友梅（1975）。歌唱發聲與吐字。臺北：天同。
- 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。國立臺北教育大學音樂學系碩士論文，未出版，臺北。
- 黃姿霓（2005）。中年人與銀髮族學習風格之比較研究－以臺北市社區大學為例。國立中正大學高齡者教育研究所碩士論文，未出版，嘉義。

- 黃武雄（1999）。我們要辦什麼樣的大學？－臺北縣五所社區大學設置企劃。教育研究資訊，7(5)，59-77。
- 黃國彥（1994）。銀髮族之心理與適應。嘉義：紅豆。
- 黃凱音（2006）。歌唱藝術。臺北：大陸。
- 黃富順（2004）。高齡學習。臺北：五南。
- 黃富順（2008）。各國高齡教育。臺北：五南。
- 黃錦玫（2002）。高雄市國小學童歌唱技巧認知研究。國立屏東教育大學音樂教育學系碩士班論文，未出版，屏東。
- 彭駕騏（1999）。老人學。臺北：揚智文化。
- 楊兆禎（1972）。歌唱的理論與實際。臺北：大陸。
- 楊欣恩（2002）。臺北市長青學苑藝術學習需求與現況之調查研究。國立臺灣師範大學音樂學系碩士論文，未出版，臺北。
- 楊國賜（1987）。社會教育的理念。臺北：師大書苑。
- 楊國德（1999）。老人學習及社會參與的新契機。成人教育學刊，48，51-58。
- 葉長海（1991）。藝術學。臺北：駱駝。
- 鄒長海（2002）。聲樂藝術心理學。北京：人民音樂。
- 鄭方靖（1993）。本世紀四大音樂教育主流及其教學模式。臺北：奧福教育。
- 鄭仁榮（1991）。淺談國中組合唱比賽及歌唱教學。中等教育，42(6)，67-72。
- 鄭秀玲（1972）。歌唱家的藝術。臺北：天同。
- 鄭秀玲（1994）。奇妙的聲音。臺北：三民。

- 潘宇文 (2002)。歌聲培訓的基本常識與暖身活動。國教天地，148，86-93。
- 潘宇文 (2004)。歌唱發音教學與演練之介紹。屏東師院音教系刊，4，5-9。
- 蔡文輝 (2003)。老年社會學。臺北：南天。
- 蔡曲且 (1987)。聲樂呼吸法。臺北：大呂。
- 蔡承家 (2010)。樂齡學習。臺北：師大書苑。
- 蔡培村 (1996)。老人學習與生涯發展。高雄：復文。
- 賴奇旻 (2008)。臺中市銀髮族休閒偏好與阻礙。亞洲大學休閒與遊憩管理學系碩士班論文，未出版，臺中。
- 歐遠帆 (2001)。聲樂教學初探。音樂藝術學刊，1，33-60。
- 薛良 (1987)。歌唱的藝術。臺北：丹青。
- 魏秋雯 (2002)。高雄市長青學苑高齡者參與休閒教育動機之研究。國立中正大學成人及繼續教育研究所碩士論文，未出版，嘉義。
- 簡素枝 (2003)。嘉義縣市高齡學習參與者與非參與者在人際關係、生活滿意度之比較研究。國立中正大學成人及繼續教育研究所碩士論文，未出版，嘉義。
- 關華山 (1992)。社會教育館建築計畫準則研究。臺北：內政部建築研究所籌備處。
- 鍾肇騰 (1998)。老人教育參與者、非參與者教育態度與規範失調之比較研究—以臺東縣為例。國立中正大學成人及繼續教育研究所碩士論文，未出版，嘉義。
- 蕭宏宇 (2001)。國小兒童合唱團教學之研究—以基隆市仁愛國小詹老師為例。國立花蓮師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版，花蓮。

二、英文部分

- Merriam, A. P. (1978). *The anthropology of music*. Northwestern University Press.
- Conway, C. (2008). College and community choir member experiences in a collaborative intergenerational performance project. *Journal of Research in Music Education*, 56(3), 220-237.
- Cropley, A. J. (1980). *Towards a system of life education some practical considerations*. New York: Pergamon Press.
- Erica, M. L. (1999). Understanding the voice. *Teaching Music*, 6(6), 39-40.
- Grasha, A. F., & Riechmann, S. W. (1974). A rational approach to developing and assessing the construct validity of a student learning style scales instrument. *The Journal of Psychology*, 87, 213-223
- Hargreaves, D. J., & North, A. C. (Eds.) (1997). *The social psychology of music*. New York: Oxford University Press.
- Lehmann, L. (1922). *How to Sing*. New York: Dover.
- Lori, W. (1997). Techniques for vocal health. *Teaching Music*, 4(4), 36-38.
- Melillo, J. F. (1985). Music for all ages. *Music Educators Journal*, 7(1), 1-14.
- Phillips, K. H. (1992). *Teaching kids to sing*. New York: Schirmer Books.
- Silber, L. (2005). Bars behind bars: The impact of a women's prison choir on social harmony. *Music Education Research*, 7(2), 251-271.

Shannon, D. H., & Stan, H. H. (2007). Music, song, and the creation of community and community spirit by a gay subculture. *Sociological Spectrum*, 27, 57–80.

Withnall, A., & Percy, K. (1994). *Good practice in the education and training of older adult*. Aldershot, England: Ashgate.

附錄一 專家意見彙整表

本修正表以 A、B、C 字母為三位專家之代號，茲將專家意見及修正結果彙整如下：

原題項	適合	修正後適合	不適合	專家意見	修正後題項	修正說明
填答說明	v					

(一) 基本資料

原題項	適合	修正後適合	不適合	專家意見	修正後題項	修正說明
1. : <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	v					
2. 年齡: <input type="checkbox"/> 59歲(含)以下 <input type="checkbox"/> 60~64歲 <input type="checkbox"/> 65~69歲 <input type="checkbox"/> 70歲以上		v		A: 研究對象已鎖定在60歲以上的42位學員,因此不應出現第一個選項的內容。 B: 與銀髮族定義不合,刪除此選項。	2. 年齡: <input type="checkbox"/> 60~64歲 <input type="checkbox"/> 65~69歲 <input type="checkbox"/> 70歲以上	與銀髮族定義不合,刪除此選項
3. 教育背景: (1) 教育程度: <input type="checkbox"/> 國小 <input type="checkbox"/> 國中(初中) <input type="checkbox"/> 高中/專科 <input type="checkbox"/> 大學 <input type="checkbox"/> 碩士 <input type="checkbox"/> 博士	v					
(2) 是否為音樂相關科系畢業: <input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否				C: 應斟酌此年齡學習者有可能為師範生、師專生,當時均須習樂 僅勾選音樂相關科系畢業不足以顯示其真正習樂背景?	畢業科系: <input type="checkbox"/> 音樂相關科系畢業 <input type="checkbox"/> 教育相關科系畢業(在校期間曾修習基礎琴法課程、鍵盤課程等)	增加教育相關科系畢業之選項

				其他科系畢業	
4. 退休與否： <input type="checkbox"/> 已退休， (1) 退休前的工作為： _____， 職稱為： _____	v		B：若不想回答職稱，保持個人隱私→自由填答	4. 退休與否： <input type="checkbox"/> 已退休， (1) 退休前的工作為： _____， 職稱為：_____ (可自由填答)	增加「可自由填答」之說明
(2) 目前工作情形： <input type="checkbox"/> 退休後有兼職 <input type="checkbox"/> 退休後無兼職	v				
<input type="checkbox"/> 尚未退休，退休前的工作為： _____， 職稱為： _____ <input type="checkbox"/> 全職家庭主婦	v	v	A：應為「目前」的工作。家庭主婦屬於尚未退休，因此不需再有一個獨立的選項，且對家庭主「夫」造成困擾（家管是最新的名詞）。 C：全職家管_較中性	<input type="checkbox"/> 尚未退休（含家管）目前的工作為： _____ ，職稱為： _____ (可自由填答)	1. 增加「可自由填答」之說明。 2. 刪除全職家庭主婦的選項，將該選項以「家管」的名稱置入「尚未退休」之選項中
5. 個性： (1) 您認為自己的個性較： <input type="checkbox"/> 偏內向 <input type="checkbox"/> 偏外向	v				
(2) 請簡單描述自己的個性： (如：大方/害羞/主動/被動/樂觀/悲觀/爽朗/沉著/自在/焦慮) _____ _____	v	v	A：改為頓號，且需修正「爽朗/沉著」這兩個不盡相對的詞句，以便於與其他範例一致。 B：若研究對象年老無法填寫，是否由研究者代填？若是，可以	(2) 請勾選符合自己的個性： <input type="checkbox"/> 大方 <input type="checkbox"/> 害羞 <input type="checkbox"/> 主動 <input type="checkbox"/> 被動 <input type="checkbox"/> 樂觀 <input type="checkbox"/> 悲觀 <input type="checkbox"/> 開朗 <input type="checkbox"/> 內斂 <input type="checkbox"/> 自在 <input type="checkbox"/> 焦慮	1. 修正為勾選題。 2. 「爽朗/沉著」修正為開朗與內斂。
6. 您目前所參與的課程/活動 (含社教館開設或舉辦) 有哪些種類？(可複選) <input type="checkbox"/> 歌唱類 <input type="checkbox"/> 樂器類 <input type="checkbox"/> 舞蹈類 <input type="checkbox"/> 戲劇	v				

類 <input type="checkbox"/> 運動休閒類 <input type="checkbox"/> 視覺藝術類 <input type="checkbox"/> 家政類 <input type="checkbox"/> 手工藝類 <input type="checkbox"/> 花藝類 <input type="checkbox"/> 閱讀類 <input type="checkbox"/> 其他：					
---	--	--	--	--	--

二、音樂學習背景

原題項	適合	修正後適合	不適合	專家意見	修正後題項	修正說明
<p>1. 您現在及過去曾經參與過的音樂活動類別：(可複選)</p> <p>歌唱類：<input type="checkbox"/>聲樂 <input type="checkbox"/>合唱團</p> <p><input type="checkbox"/>卡拉OK <input type="checkbox"/>教會詩班</p> <p>樂器類：<input type="checkbox"/>弦樂(含吉他) <input type="checkbox"/>管樂</p> <p><input type="checkbox"/>打擊樂 <input type="checkbox"/>國樂 <input type="checkbox"/>鍵盤(鋼琴)</p> <p><input type="checkbox"/>其他：</p> <p>_____</p> <p>其他類：</p> <p>_____</p>		v		<p>B：將現在和過去分成兩題。樂器類可以具體回答何種樂器。</p> <p>C：歌唱類應加入傳統戲曲等</p>	<p>1. 您過去曾參與的音樂活動類別：(可複選)</p> <p>歌唱類：<input type="checkbox"/>聲樂 <input type="checkbox"/>合唱團 <input type="checkbox"/>卡拉OK <input type="checkbox"/>教會詩班 <input type="checkbox"/>傳統戲曲</p> <p>樂器類：</p> <p><input type="checkbox"/>弦樂(含吉他)：</p> <p>_____</p> <p><input type="checkbox"/>管樂：</p> <p>_____</p> <p><input type="checkbox"/>打擊樂：</p> <p>_____</p> <p><input type="checkbox"/>國樂：</p> <p>_____</p> <p><input type="checkbox"/>鍵盤(含鋼琴)：</p> <p>_____</p> <p><input type="checkbox"/>其他：</p> <p>_____</p> <p>(樂器類，請在勾選樂器類別選項後，具體填上樂器名稱。)</p> <p>其他類：</p> <p>_____</p>	<p>1. 將過去和目前拆為兩題。第一題為「過去」；第二題為「現在」。</p> <p>2. 在樂器類加上填答說明：(樂器類，請在勾選樂器類別選項後，具體填上樂器名稱。)</p> <p>3. 歌唱類加入傳統戲曲之選項</p>

				2. 您目前曾參與的音樂活動類別：(以下同)	
<p>2. 您修習上述音樂課程的管道為何？(可複選)</p> <p>(1)最高學歷畢業前，</p> <p><input type="checkbox"/>在學校習得</p> <p><input type="checkbox"/>參與社會性音樂社團習得</p> <p><input type="checkbox"/>請專家或家教老師教授個別課</p> <p><input type="checkbox"/>其他：_____</p> <p>(2)最高學歷畢業後，</p> <p><input type="checkbox"/>參與社會性音樂社團習得</p> <p><input type="checkbox"/>請專家或家教老師教授個別課</p> <p><input type="checkbox"/>其他：_____</p>	v				
<p>3. 您過去有無參加音樂展演的舞臺經驗？</p> <p><input type="checkbox"/>有，(1)是哪一種類型的展演：(可複選) a. 歌唱類(限獨唱)：<input type="checkbox"/>聲樂 <input type="checkbox"/>卡拉OK <input type="checkbox"/>其他：_____</p> <p>b. 樂器類(限獨奏)：<input type="checkbox"/>弦樂(含吉他)<input type="checkbox"/>管樂 <input type="checkbox"/>打擊樂 <input type="checkbox"/>國樂 <input type="checkbox"/>鍵盤(鋼琴) <input type="checkbox"/>其他：_____</p> <p>c. 合唱/合奏類：<input type="checkbox"/>教會詩班 <input type="checkbox"/>合唱團 <input type="checkbox"/>管樂團 <input type="checkbox"/>弦樂團 <input type="checkbox"/>管絃樂團 <input type="checkbox"/>國樂團 <input type="checkbox"/>打擊樂團</p> <p><input type="checkbox"/>其他：_____</p> <p>d. 其他類：_____</p> <p>(2) 參與展演的次數為何： <input type="checkbox"/>僅有一次 <input type="checkbox"/>二~三次 <input type="checkbox"/>四~六次 <input type="checkbox"/>七次以上</p>	v	<p>B：逐項問展演次數，否則若 (1)有不同展演，則(2)就不知如何填寫？或是要總計？</p> <p>C：歌唱類應有戲曲演出的選項(多年前曾有學員具戲曲背景)</p>	<p>3.在修習本班(音樂進階班)之前，您過去有無參加音樂展演的舞臺經驗？</p> <p><input type="checkbox"/>有，是哪一種類型的展演：(可複選)</p> <p>(1)a.歌唱類(限獨唱)：<input type="checkbox"/>聲樂 <input type="checkbox"/>卡拉OK <input type="checkbox"/>戲曲 <input type="checkbox"/>其他：_____</p> <p>b.參與展演的次數為何： <input type="checkbox"/>僅有一次 <input type="checkbox"/>二~三次 <input type="checkbox"/>四~六次 <input type="checkbox"/>七次以上</p> <p>(2)a.樂器類(限獨奏)：<input type="checkbox"/>弦樂(含吉他)<input type="checkbox"/>管樂 <input type="checkbox"/>打擊樂 <input type="checkbox"/>國樂 <input type="checkbox"/>鍵盤(鋼琴) <input type="checkbox"/></p>	<p>1. 修正為逐項問展演次數。</p> <p>2. 歌唱類加入「戲曲」選項。</p>	

<input type="checkbox"/> 無，從來沒有參與任何舞臺演出				其他： _____ b.參與展演的次數 為何： <input type="checkbox"/> 僅有一次 <input type="checkbox"/> 二~三次 <input type="checkbox"/> 四~ 六次 <input type="checkbox"/> 七次以上 (3)a.合唱/合奏 類： <input type="checkbox"/> 教會詩班 <input type="checkbox"/> 合唱團 <input type="checkbox"/> 管樂 團 <input type="checkbox"/> 弦樂團 <input type="checkbox"/> 管絃樂團 <input type="checkbox"/> 國樂 團 <input type="checkbox"/> 打擊樂團 <input type="checkbox"/> 其他：_____	
4. 您認為音樂參與在休閒生活中扮演的角色為何？ <input type="checkbox"/> 是可有可無的休閒娛樂 <input type="checkbox"/> 只是生活的點綴 <input type="checkbox"/> 是與生活 緊密相連的一部分 <input type="checkbox"/> 是使生 命更美好的催化劑 <input type="checkbox"/> 其他： _____	v	v	A：此題不是「音樂學習 背景」 B：應修正為「參與音樂 活動在休閒生活中..... 」 C：前兩選項相似度高 後兩選項相似度高____ 較難回答		刪除此題
5. 音樂學習能力自我評估： (1) 讀譜能力： <input type="checkbox"/> 非常差。完 全不會讀譜。 <input type="checkbox"/> 不太好。會讀 譜，讀譜速度慢。普通。會	v		C：樂譜種類繁多，在此 僅指五線譜?若是則應標 明。	(1) 五線譜識譜能 力： <input type="checkbox"/> 非常不好。 完全不會讀譜。 <input type="checkbox"/> 不太好。會讀譜，	1. 修正該大 題之名稱原 為「音樂學 習背景」，修

<p>讀譜，讀譜速度中等。</p> <p><input type="checkbox"/>很好。會讀譜，讀譜速度流暢。<input type="checkbox"/>非常好。會讀譜，讀譜速度極快。</p> <p>(2) 音準能力：<input type="checkbox"/>非常差。完全沒有音準可言。<input type="checkbox"/>不太好。經常性的走音。<input type="checkbox"/>普通。大致上是準的，碰到較難的片段則容易走音。<input type="checkbox"/>很好。大致上是準的，碰到較難的片段也不容易走音。<input type="checkbox"/>非常好。幾乎不會出現走音的情況。</p> <p>(3) 節奏能力：<input type="checkbox"/>非常差。完全沒有節奏感。<input type="checkbox"/>不太好。經常性的被糾正節奏錯誤。<input type="checkbox"/>普通。大致上是好的，碰到較難的節奏則容易發生錯誤。<input type="checkbox"/>很好。大致上是好的，碰到較難的節奏也不容易發生錯誤。<input type="checkbox"/>非常好。幾乎不會出現節奏錯誤的情況。</p> <p>(4) 語文能力：<input type="checkbox"/>非常差。不論是中文或外文的曲子都覺得困難。<input type="checkbox"/>不太好。碰到外文的曲子就覺得困難。<input type="checkbox"/>普通。透過練習，語言對我而言就不那麼困難。<input type="checkbox"/>很好。透過練習，語言對我來說是容易的。<input type="checkbox"/>非常好。不需要透過練習，每一種語言都難不倒我。</p> <p>(5) 詮釋能力：<input type="checkbox"/>非常差。沒有音樂性，歌曲詮釋總是平板無味。<input type="checkbox"/>不太好。音樂性不佳，歌曲詮釋情感較難投入。<input type="checkbox"/>普通。透過聆聽與練習，可以慢慢掌握歌曲詮釋。<input type="checkbox"/>很好。音樂性不錯，歌曲詮釋非常到位。<input type="checkbox"/>非常好。音樂性極</p>			<p>B：聲樂中語文太多種，每人狀況不同，需區分。</p> <p>C：應修改為歌詞表達能力 因為語言能力強未必能在音樂上達</p> <p>B：詮釋能力與音樂性，有些相關但不相等 (同)，應重新修正。</p> <p>A：此大題亦不應放置在「音樂學習背景」題項中</p>	<p>讀譜速度慢。<input type="checkbox"/>普通。會讀譜，讀譜速度中等。<input type="checkbox"/>很好。會讀譜，讀譜速度流暢。<input type="checkbox"/>非常好。會讀譜，讀譜速度極快。</p> <p>(4) 中文歌曲演唱能力：<input type="checkbox"/>非常不好。我完全無法用中文演唱歌曲。<input type="checkbox"/>不太好。我認為中文歌曲很困難。<input type="checkbox"/>普通。透過練習，中文歌曲對我而言就不那麼困難。<input type="checkbox"/>很好。透過練習，中文歌曲對我來說是容易的。<input type="checkbox"/>非常好。不需要透過練習，中文歌曲完全難不倒我。</p> <p>(5) 義大利文歌曲演唱能力：<input type="checkbox"/>非常</p>	<p>正為「音樂學習背景與音樂能力評估」。</p> <p>2. 「讀譜能力」修正為「五線譜視譜能力」。</p> <p>3. 「語文能力」修正為「中文歌曲演唱能力」以及「義大利文歌曲演唱能力」</p> <p>4. 詮釋能力與音樂性，有些相關但不相等 (同)，故修正選項語詞。</p>
---	--	--	---	--	--

<p>佳，歌曲詮釋非常到位，並能展現個人特質。</p>				<p>不好。我完全無法用義大利文演唱歌曲。<input type="checkbox"/>不太好。我認為義大利文歌曲很困難。<input type="checkbox"/>普通。透過練習，義大利文歌曲對我而言就不那麼困難。<input type="checkbox"/>很好。透過練習，義大利文對我來說是容易的。<input type="checkbox"/>非常好。不需要透過練習，義大利文歌曲完全都難不倒我。</p> <p>(6) 詮釋能力：<input type="checkbox"/>非常不好。歌曲詮釋總是平板無味。<input type="checkbox"/>不太好。歌曲詮釋情感較難投入。<input type="checkbox"/>普通。透過聆聽與練，可以慢慢掌握歌曲詮釋。<input type="checkbox"/>很好。透過聆聽與練習，能將歌曲詮釋到位。<input type="checkbox"/>非常好。歌曲詮釋非常到位，並能展現個人特質。</p>	
<p>6. 在臺北市立社會教育館所開設的課程中，您是否參與過聲樂進階班以外的歌唱類課程呢？</p> <p><input type="checkbox"/>是，我曾參與過。我參與的歌唱類課程名稱爲：</p> <p>_____</p> <p><input type="checkbox"/>否，除了本班，我從未曾參與臺北市立社會教育館之其</p>	v				

他歌唱類課程。						
7. 在音樂學習的過程中，吸引您持續參與學習的原因為何？(可複選) <input type="checkbox"/> 時間分配得宜 <input type="checkbox"/> 音樂學習使我身心狀況更好 <input type="checkbox"/> 課程難度適宜 <input type="checkbox"/> 能突破學習的挫折，很有成就感 <input type="checkbox"/> 喜歡相關課程的練習 <input type="checkbox"/> 喜歡上臺表演 <input type="checkbox"/> 對音樂學習很感興趣 <input type="checkbox"/> 喜歡與同儕一起學習 <input type="checkbox"/> 能感覺自己明顯進步 <input type="checkbox"/> 其他： _____	v					
8. 如果有一天您必須中斷音樂的學習，您認為可能的原因為何？(可複選) <input type="checkbox"/> 時間分配不來 <input type="checkbox"/> 身心狀況的限制 <input type="checkbox"/> 課程難度太高 <input type="checkbox"/> 學習感到挫折 <input type="checkbox"/> 不希望參與需要花時間練習的課程 <input type="checkbox"/> 不希望上臺表演 <input type="checkbox"/> 對其他課程較感興趣 <input type="checkbox"/> 不喜歡一起學習的同儕 <input type="checkbox"/> 感覺不到自己的進步 <input type="checkbox"/> 其他： _____	v					

三、參與「臺北市立社會教育館－聲樂進階班」課程相關問題

原題項	適合	修正後適合	不適合	專家意見	修正後題項	修正說明
1. 您參與本班課程活動的時間：(本課程每年開設兩期，				A：那二、四、五等期要選哪個選項呢？ B：此題不易了解？是要	1.您參與本班課程共幾期：(本課程	將期數再細分，並標示清楚。

<p>每期為三個月)</p> <p><input type="checkbox"/>一期(三個月內) <input type="checkbox"/>三期內 <input type="checkbox"/>六期內 <input type="checkbox"/>十期內 <input type="checkbox"/>十期以上</p>			<p>問參加多久?或曾參加幾期?另外,三期內包含兩期嗎?</p>	<p>每年開設兩期,每期為三個月)</p> <p><input type="checkbox"/>一期(三個月內) <input type="checkbox"/>二~三期 <input type="checkbox"/>四~六期 <input type="checkbox"/>七~十期 <input type="checkbox"/>十一期以上</p>	
<p>2.您當初入班的動機為何? (可複選)<input type="checkbox"/>打發時間 <input type="checkbox"/>想與好朋友一起進修 <input type="checkbox"/>希望認識更多新朋友<input type="checkbox"/>想學習歌唱技巧 <input type="checkbox"/>想學習廣泛的發聲技巧(如說話/朗誦)<input type="checkbox"/>希望有舞臺能展現歌喉 <input type="checkbox"/>其他: _____</p>	v		<p>A:許多選項與課程無關,應在名詞釋義中清晰界定「課程」的內容為何。</p>		<p>將該大題「參與「臺北市立社會教育館—聲樂進階班」課程相關問題」修正為參與「臺北市立社會教育館—聲樂進階班」個人學習情況相關問題</p>
<p>3. 您當初選擇進入本班的原因為何?(可複選)</p> <p><input type="checkbox"/>親友推薦 <input type="checkbox"/>社教館課程介紹 <input type="checkbox"/>聆賞定期公演後慕名而來 <input type="checkbox"/>授課教師的名氣<input type="checkbox"/>原本已參加本班教師在外開設的聲樂課程,為了精進學習而來 <input type="checkbox"/>其他:_____</p>	v				
<p>4. 在本班,您學習的情形如何?</p> <p><input type="checkbox"/>我對我的學習完全沒有概念<input type="checkbox"/>至今仍有許多挫折,難以跟上進度<input type="checkbox"/>一開始有些吃力,現在已經改善許多<input type="checkbox"/>很順利,但有時還是會遇到瓶頸<input type="checkbox"/>很順利,完全沒有問題</p>	v				

<input type="checkbox"/> 其他：_____					
<p>5.在本班聲樂學習的過程中，哪些部分讓您感到困難？（可複選）</p> <p><input type="checkbox"/>讀譜 <input type="checkbox"/>節奏 <input type="checkbox"/>音準 <input type="checkbox"/>發聲技巧 <input type="checkbox"/>音樂詮釋 <input type="checkbox"/>配伴奏 <input type="checkbox"/>語文 <input type="checkbox"/>個別指導 <input type="checkbox"/>上臺獨唱</p> <p><input type="checkbox"/>其他：_____</p> <p>-</p>			C：語文項目建議修正為外語歌詞	<p>5.在本班聲樂學習的過程中，哪些部分讓您感到困難？（可複選）<input type="checkbox"/>讀譜 <input type="checkbox"/>節奏 <input type="checkbox"/>音準 <input type="checkbox"/>發聲技巧 <input type="checkbox"/>音樂詮釋 <input type="checkbox"/>配伴奏 <input type="checkbox"/>語言（外語歌詞） <input type="checkbox"/>個別指導 <input type="checkbox"/>上臺獨唱 <input type="checkbox"/>其他</p> <p>_____</p>	將語文選項加入「外語歌詞」之說明
<p>6.學習至今，您參與本班的感受為何？（可複選）</p> <p><input type="checkbox"/>極具挑戰性 <input type="checkbox"/>有趣 <input type="checkbox"/>溫暖 <input type="checkbox"/>良性競爭 <input type="checkbox"/>學到很多 <input type="checkbox"/>充滿壓力 <input type="checkbox"/>無聊 <input type="checkbox"/>冷漠 <input type="checkbox"/>惡性競爭 <input type="checkbox"/>沒有學到太多<input type="checkbox"/>其他：_____</p>	v		<p>A：提問的語句與許多選項皆看不出「課程」的內涵。</p> <p>B：此題每一選項，若受訪者回答，可能有不同的詮釋，可能配合訪談以確認每一題項的真正意義。</p>		<p>1. 將該大題修正為參與「臺北市立社會教育館－聲樂進階班」<u>個人學習情況</u>相關問題。</p> <p>2. 該題將在實施訪談中加以補充</p>
<p>7.本班的學習對您的音樂能力提升程度為何？</p> <p><input type="checkbox"/>幾乎沒有任何提升 <input type="checkbox"/>不明顯 <input type="checkbox"/>普通 <input type="checkbox"/>明顯 <input type="checkbox"/>相當驚人</p>	v				

四、參與「臺北市立社會教育館－聲樂進階班」團體教學相關問題

原題項	適合	修正後適合	不適合	專家意見	修正後題項	修正說明

		合			
<p>1.在本班中，您認為哪些部份對您的學習是有幫助的？（可複選）</p> <p>團體練習：<input type="checkbox"/>發聲練習 <input type="checkbox"/>練習曲 <input type="checkbox"/>歌曲 <input type="checkbox"/>季末歌曲總複習</p> <p>個別指導：<input type="checkbox"/>接受一對一個別指導 <input type="checkbox"/>旁聽他人接受個別指導</p> <p>演出與欣賞：<input type="checkbox"/>參與本班定期公演 <input type="checkbox"/>欣賞本班定期公演 <input type="checkbox"/>欣賞授課教師推薦之其他演出活動</p> <p>其他： _____</p>	v				
<p>2. 在「團體練習」中，您的感受如何？（可複選）</p> <p><input type="checkbox"/>和同儕一起歌唱能讓我感覺不孤獨<input type="checkbox"/>相較於獨唱，團練比較不容易緊張 <input type="checkbox"/>我喜歡透過團練，每週學習新的曲目<input type="checkbox"/>在團練時，我比較容易發現自己需要改進的地方<input type="checkbox"/>在團練中，老師精闢的解說與指導能使我學到很多<input type="checkbox"/>我喜歡和同儕們一起齊唱<input type="checkbox"/>透過團練，我能發現男女不同音色演唱相同曲目的特色<input type="checkbox"/>我喜歡團練中和同儕之間的互動，以及互相幫助的氛圍 <input type="checkbox"/>其他： _____</p>	v		A：需要更明確的敘述「對什麼的感受」或是「看法」	2. 您認為「團體學習」對您有哪些幫助？（可複選）	將題目「在團體練習中，你的感受為何？」改為「您認為團體學習對您有哪些幫助？」
<p>3. 在「個別指導」中，您的感受如何？（可複選）</p> <p><input type="checkbox"/>我喜歡在臺上獨唱給大家聽，並接受掌聲<input type="checkbox"/>個別指導需</p>	v		A：需要更明確的敘述「對什麼的感受」或是「看法」	3. 您認為「個別指導」對您有哪些幫助？（可複選）	將題目「在個別指導中，你的感受為何？」改為「您認

<p>要在其他學員面前唱歌，因此能督促我努力準備 <input type="checkbox"/> 我喜歡透過聆聽他人個別指導，學習許多好聽的歌曲 <input type="checkbox"/> 透過個別指導，我比較容易從老師給的建議中發現自己需要改進的地方 <input type="checkbox"/> 我喜歡在接受個別指導或聆聽他人個別指導後，和老師以及其他學員進行討論 <input type="checkbox"/> 我喜歡演唱/聆賞獨唱之美 <input type="checkbox"/> 透過聆聽其他同學接受個別指導課程，讓我更能以旁觀者的角度領會歌唱的技巧 <input type="checkbox"/> 我喜歡透過個別指導課程，發現彼此的優缺點，並互相加油打氣的氛圍</p> <p><input type="checkbox"/> 其他： _____</p>					<p>為「個別指導對您有哪些幫助？」</p>
<p>4. 在學習中，哪些同學讓您印象深刻？</p> <p>(1) 您認為哪位同學唱得最好？ _____</p> <p>(2) 您認為哪位同學進步最多？ _____</p> <p>(3) 哪位同學最常給您建議及協助？ _____</p> <p>(4) 位同學的學習態度最讓您敬佩？ _____</p> <p>(5) 其他 _____</p>		v	A：此與「團體教學」無關		<p>因此題將作為篩選訪談對象之題目，故保留此題。</p>
<p>5. 您對於以<u>團體</u>形式上聲樂課的感受為何？（可複選）</p> <p><input type="checkbox"/> 很新鮮 <input type="checkbox"/> 很有趣 <input type="checkbox"/> 很親切 <input type="checkbox"/> 很有動力 <input type="checkbox"/> 節省學費 <input type="checkbox"/> 很普通 <input type="checkbox"/> 很無趣 <input type="checkbox"/> 很疏</p>		v	A：其實是問「看法」或「意見」。	5. 您對於以 <u>團體</u> 形式上聲樂課的看法為何？（可複選）	<p>修正題目。將「感受」修正為「看法」</p>

<p>離<input type="checkbox"/>易懶散 <input type="checkbox"/>品質不佳 <input type="checkbox"/>其他</p> <p>_____</p>					
<p>6.您認為與其他團體歌唱教學（如合唱團、卡拉OK.....）的課程相比，本班是否別有特色？</p> <p><input type="checkbox"/>是。我認為本班的課程和其他團體歌唱教學相比，很有特色。</p> <p>特色是</p> <p>_____</p> <p><input type="checkbox"/>普通。我認為本班的課程和其他團體歌唱教學相比，相差不遠。不太相同的是：</p> <p>_____</p> <p>相同的是：_____</p> <p><input type="checkbox"/>否。我認為本班的課程和其他團體歌唱教學相比，毫無特色。這些課程共同的特色是：</p> <p>_____</p> <p><input type="checkbox"/>我沒有參與其他團體歌唱教學的相關經驗</p>	v				

附錄二 正式問卷

銀髮族參與社會音樂教育之個案研究 —以臺北市立社會教育館聲樂進階班為例 問卷調查

您好：

研究者為國立臺灣師範大學音樂學系之研究生，刻正進行「銀髮族參與社會音樂教育之個案研究」，針對研究主題，特編製此份問卷，主要希望瞭解您的音樂學習背景，以及參與「臺北市立社會教育館—聲樂進階班」的學習情況。

問卷內容包含：基本資料、音樂學習背景與音樂能力評估、參與「臺北市立社會教育館—聲樂進階班」個人學習情況，以及參與「臺北市立社會教育館—聲樂進階班」團體學習情況相關問題，共四個部分。由於目前銀髮族的學習已成趨勢，但國內音樂教育的相關研究卻相對缺乏，因此，您的寶貴意見，將帶給音樂教育領域莫大的幫助。

本問卷的填答時間約為十分鐘，您所提供的資料僅供研究使用，本問卷採無記名方式作整體性分析，請您安心作答，感謝您撥冗填寫此問卷。

順頌時祺

國立臺灣師範大學音樂學系碩士班音樂教育組
指導教授：陳曉霽博士
研究生：郭怡姣敬上

2012年6月

填答說明：

1. 本份問卷共分為四個大題，問卷題型主要為勾選題，另有少數幾題填充題。
2. 勾選題部分，請您在適合的選項空格內打「v」，若選項皆不符合，請勾選「其他」，並將您的答案填入後方之橫線上。
3. 若題目中無提示「可複選」，請僅勾選一個答案。

一、基本資料

1. 性別：男 女
2. 年齡：60~64歲 65~69歲 70歲以上
3. 教育背景：
 - (1) 教育程度：國小 國中（初中）高中/專科 大學
碩士 博士
 - (2) 畢業科系：音樂相關科系畢業
教育相關科系畢業（在校期間曾修習基礎琴法課程、鍵盤課程等）
其他科系畢業
4. 退休與否：已退休，(1) 退休前的工作為：_____，
職稱為：_____（可自由填答）
(2) 目前工作情形：退休後有兼職
退休後無兼職
尚未退休（含家管），目前的工作為：_____，
職稱為：_____（可自由填答）
5. 個性：
 - (1) 您認為自己的個性較：偏內向 偏外向
 - (2) 請簡單描述自己的個性：
(如：大方/害羞、主動/被動、樂觀/悲觀、開朗/內斂、自在/焦慮...等)

6. 您目前所參與的課程/活動（含社教館開設或舉辦）有哪些種類？（可複選）
歌唱類 樂器類 舞蹈類 戲劇類 運動休閒類

視覺藝術類 家政類 手工藝類 花藝類 閱讀類

其他：_____

二、音樂學習背景與音樂能力評估

1. 您過去曾參與的音樂活動類別：(可複選)

歌唱類：聲樂 合唱團 卡拉OK 教會詩班 傳統戲曲

樂器類：弦樂(含吉他)：_____ 管樂：_____

打擊樂：_____ 國樂：_____

鍵盤(含鋼琴)：_____

其他：_____

(樂器類，請在勾選樂器類別選項後，具體填上樂器名稱。)

其他類：_____

2. 您現在參與的音樂活動類別：(可複選)

歌唱類：聲樂 合唱團 卡拉OK 教會詩班 傳統戲曲

樂器類：弦樂(含吉他) 管樂 打擊樂 國樂

鍵盤(鋼琴) 其他：_____

其他類：_____

3. 您修習上述音樂課程的管道為何？(可複選)

(1) 最高學歷畢業前，在學校習得

參與社會性音樂社團習得

請專家或家教老師教授個別課

其他：_____

(2) 最高學歷畢業後，參與社會性音樂社團習得

請專家或家教老師教授個別課

其他：_____

4. 在修習本班（聲樂進階班）之前，您過去有無參加音樂展演的舞臺經驗？

有，是哪一種類型的展演：（可複選）

(1)a.歌唱類（限獨唱）：聲樂 卡拉OK 戲曲 其他：_____

b.參與展演的次數為何：

僅有一次 二~三次 四~六次 七次以上

(2)a.樂器類（限獨奏）：弦樂（含吉他）管樂 打擊樂 國樂

鍵盤（鋼琴）其他：_____

b.參與展演的次數為何：

僅有一次 二~三次 四~六次 七次以上

(3)a.合唱/合奏類：教會詩班 合唱團 管樂團 弦樂團

管絃樂團 國樂團 打擊樂團 其他：_____

b.參與展演的次數為何：

僅有一次 二~三次 四~六次 七次以上

(4)a.其他類：_____

b.參與展演的次數為何：

僅有一次 二~三次 四~六次 七次以上

無，從來沒有參與任何舞臺演出

5. 音樂學習能力自我評估：

(1) 五線譜識譜能力：

非常不好。完全不會讀譜。

不太好。會讀譜，讀譜速度慢。

普通。會讀譜，讀譜速度中等。

很好。會讀譜，讀譜速度流暢。

非常好。會讀譜，讀譜速度極快。

(2) 音準能力：

非常不好。完全沒有音準可言。

不太好。經常性的走音。

普通。大致上是準的，碰到較難的片段則容易走音。

很好。大致上是準的，碰到較難的片段也不容易走音。

非常好。幾乎不會出現走音的情況。

(3) 節奏能力：

非常不好。完全沒有節奏感。

不太好。經常性的被糾正節奏錯誤。

普通。大致上是好的，碰到較難的節奏則容易發生錯誤。

很好。大致上是好的，碰到較難的節奏也不容易發生錯誤。

非常好。幾乎不會出現節奏錯誤的情況。

(4) 中文歌曲演唱能力：

非常不好。我完全無法用中文演唱歌曲。

不太好。我認為中文歌曲很困難。

普通。透過練習，中文歌曲對我而言就不那麼困難。

很好。透過練習，中文歌曲對我來說是容易的。

非常好。不需要透過練習，中文歌曲完全難不倒我。

(5) 義大利文歌曲演唱能力：

非常不好。我完全無法用義大利文演唱歌曲。

不太好。我認為義大利文歌曲很困難。

普通。透過練習，義大利文歌曲對我而言就不那麼困難。

很好。透過練習，義大利文對我來說是容易的。

非常好。不需要透過練習，義大利文歌曲完全都難不倒我。

(6) 詮釋能力：

- 非常不好。歌曲詮釋總是平板無味。
- 不太好。歌曲詮釋情感較難投入。
- 普通。透過聆聽與練習，可以慢慢掌握歌曲詮釋。
- 很好。透過聆聽與練習，能將歌曲詮釋到位。
- 非常好。歌曲詮釋非常到位，並能展現個人特質。

6. 在臺北市立社會教育館所開設的課程中，您是否參與過聲樂進階班以外的歌唱類課程呢？

是，我曾參與過。我參與的歌唱類課程名稱爲：

否，除了本班，我從未曾參與臺北市立社會教育館之其他歌唱類課程。

7. 在音樂學習的過程中，吸引您持續參與學習的原因爲何？(可複選)

- 時間分配得宜 音樂學習使我身心狀況更好
- 課程難度適宜 能突破學習的挫折，很有成就感
- 喜歡相關課程的練習 喜歡上臺表演 對音樂學習很感興趣
- 喜歡與同儕一起學習 能感覺自己明顯進步
- 其他：_____

8. 如果有一天您必須中斷音樂的學習，您認爲可能的原因爲何？(可複選)

- 時間分配不來 身心狀況的限制 課程難度太高
- 學習感到挫折 不希望參與需要花時間練習的課程
- 不希望上臺表演 對其他課程較感興趣
- 不喜歡一起學習的同儕 感覺不到自己的進步
- 其他：_____

三、參與「臺北市立社會教育館－聲樂進階班」個人學習情況相關問題

1. 您參與本班課程共幾期：(本課程每年開設兩期，每期為三個月)

一期(三個月內) 二~三期 四~六期 七~十期 十一期以上

2. 您當初入班的動機為何？(可複選)

打發時間 想與好朋友一起進修 希望認識更多新朋友

想學習歌唱技巧 想學習廣泛的發聲技巧(如說話/朗誦)

希望有舞臺能展現歌喉 其他：_____

3. 您當初選擇進入本班的原因為何？(可複選)

親友推薦 社教館課程介紹

聆賞定期公演後慕名而來 授課教師的名氣

原本已參加本班教師在外開設的聲樂課程，爲了精進學習而來

其他：_____

4. 在本班，您學習的情形如何？

我對我的學習完全沒有概念

至今仍有許多挫折，難以跟上進度

一開始有些吃力，現在已經改善許多

很順利，但有時還是會遇到瓶頸

很順利，完全沒有問題

其他：_____

5. 在本班聲樂學習的過程中，哪些部分讓您感到困難？（可複選）

讀譜 節奏 音準 發聲技巧 音樂詮釋 配件奏

語言（外語歌詞） 個別指導 上臺獨唱

其他：_____

6. 學習至今，您參與本班的感受為何？（可複選）

極具挑戰性 有趣 溫暖 良性競爭 學到很多

充滿壓力 無聊 冷漠 惡性競爭 沒有學到太多

其他：_____

7. 本班的學習對您的音樂能力提升程度為何？

幾乎沒有任何提升 不明顯 普通 明顯 相當驚人

四、參與「臺北市立社會教育館－聲樂進階班」團體學習情況相關問題

1. 在本班中，您認為哪些部份對您的學習是有幫助的？（可複選）

團體練習：發聲練習 練習曲 歌曲 季末歌曲總複習

個別指導：接受一對一個別指導 旁聽他人接受個別指導

演出與欣賞：參與本班定期公演 欣賞本班定期公演

欣賞授課教師推薦之其他演出活動

其他：_____

2. 您認為「團體學習」對您有哪些幫助？（可複選）

和同儕一起歌唱能讓我感覺不孤獨

相較於獨唱，團練比較不容易緊張

我喜歡透過團練，每週學習新的曲目

在團練時，我比較容易發現自己需要改進的地方

在團練中，老師精闢的解說與指導能使我學到很多

我喜歡和同儕們一起齊唱

透過團練，我能發現男女不同音色演唱相同曲目的特色

我喜歡團練中和同儕之間的互動，以及互相幫助的氛圍

其他：_____

3. 您認為「個別指導」對您有哪些幫助？（可複選）

我喜歡在臺上獨唱給大家聽，並接受掌聲

個別指導需要在其他學員面前唱歌，因此能督促我努力準備

我喜歡透過聆聽他人個別指導，學習許多好聽的歌曲

透過個別指導，我比較容易從老師給的建議中發現自己需要改進的地方

我喜歡在接受個別指導或聆聽他人個別指導後，和老師以及其他學員進行討論

我喜歡演唱/聆賞獨唱之美

透過聆聽其他同學接受個別指導課程，讓我更能以旁觀者的角度領會歌唱的技巧

我喜歡透過個別指導課程，發現彼此的優缺點，並互相加油打氣的氛圍

其他：_____

4. 在團體中，哪些同學的表現讓您印象深刻？

(1) 您認為哪位同學唱得最好？_____

(2) 您認為哪位同學進步最多？_____

(3) 哪位同學最常給您建議及協助？_____

(4) 哪位同學的學習態度最讓您敬佩？_____

(5) 其他_____

5. 您對於以團體形式上聲樂課的看法為何？（可複選）

很新鮮 很有趣 很親切 很有動力 節省學費

很普通 很無趣 很疏離 易懶散 品質不佳

其他_____

6. 您認為與其他團體歌唱教學（如合唱團、卡拉OK.....）的課程相比，本班是否別有特色？

是。我認為本班的課程和其他團體歌唱教學相比，很有特色。

特色是：_____

普通。我認為本班的課程和其他團體歌唱教學相比，相差不遠。

不太相同的是：_____

相同的是：_____

否。我認為本班的課程和其他團體歌唱教學相比，毫無特色。

這些課程共同的特色是：_____

我沒有參與其他團體歌唱教學的相關經驗

感謝您的作答，為求研究的深度，研究者擬藉由訪談（約15分鐘）獲取更進一步的資料。如您願意接受訪談，敬請留下姓名及聯絡方式。

願意接受訪談者姓名：_____

聯絡電話：_____

感謝您的寶貴意見!

附錄三

訪談大綱

一、訪談個案班級之授課教師

1. 開班動機與理念

1-1 您擔任本班授課教師的動機為何？學員的表現是否有達到當初創班的目標？

1-2 您擔任本班授課教師多久時間？是否有難忘的事件？

1-3 您的教學理念為何？教學過程中是否曾改變？

2. 教材教法

2-1 您在課程的曲目教材編排以及授課進度上，有何步驟或想法呢？

2-2 大眾對於聲樂課程的認知多半是採個別課的形式，您將課程分為前半段團體練唱及後半段個別指導的用意為何？您曾考慮設計一系列的個別指導而取消團體練唱嗎？

2-3 針對每期的季末發表會，在習唱與排練過程中，您會特別強調或訓練學員哪些舞臺表演藝術嗎？您認為定期的發表會能幫助學員學習嗎？

2-4 本班參與的學員多半為銀髮族，對此您在教法或教材設計上與以往您在大學授課有所不同？

2-5 開設本班以來，您會針對銀髮族的學員調整教學法嗎？您對銀髮族學員的要求會比較寬鬆嗎？學員的歌唱技巧在您的預期中進步嗎？

3. 與學員之互動

3-1 本班學員的程度為何？您認為本班最大的進步和最大的阻礙分別為何？

3-2 您認為學員的音樂學習背景會影響他們的學習嗎？

3-3 您認為您對本班學員造成的影響為何？所謂教學相長，您認為本班學員帶給您的影響為何？

3-4 您與本班大部分學員的年齡相仿，會因此而產生亦師亦友的情誼嗎？如果有，您認為這樣的關係對學員的學習有影響嗎？

3-5 您對本班學員間的互動有何看法？您能看見學員間互助學習的成效嗎？這些成效在一般「一對一」的聲樂課程中能夠獲得嗎？這與您將課程分別設計為團體練唱與個別指導有關係嗎？

4. 教學與省思

4-1 您在推行銀髮族的歌唱教學上是否順利？如果遇到困難，是怎麼樣的困難？是如何解決的？

4-2 您認為本班學員能藉由團體的學習得到來自音樂與歌唱技能之外的進步與收穫嗎？

4-3 您認為團體練唱與個別指導課程的優缺點分別為何？

4-4 您對臺北市立社會教育館開設「聲樂進階班」的做法有何建議？

二、訪談個案班級之部分學員

1. 習唱背景與經驗

1-1 您認為您的背景（如性別、職業個性、音樂學習經驗、展演經驗等）對您目前的音樂學習狀況有影響嗎？

1-2 您認為參與音樂活動在休閒生活中扮演的角色為何？

1-3 除了臺北市立社會教育館開設之課程，您曾參與其他社會性教育機構開設之音樂課程或社團嗎？有哪些？

1-4 在過去的習唱生涯中，您有特別喜歡的演唱曲目嗎？您有特別難忘的經驗嗎？

2. 對教材教法的看法

2-1 您認為本班授課教師之教學理念為何？

2-2 您認為本班授課教師之教學特色及其對您的影響為何？

2-3 課程中涵蓋的四個部份（發聲練習、曲目練習、個別指導、定期公演）中，您最喜歡哪

個部份？爲什麼？

2-4 您喜歡本班授課教師對曲目的編排以及授課進度的規劃嗎？爲什麼？

2-5 您對於授課教師之教材教法、進度規劃、課程安排等有何建議？

3. 與授課教師及其他學員之互動

3-1 在本班習唱過程中，您能夠感受到同儕間的進步嗎？您認爲可能的進步原因爲何？

3-2 您認爲本班學員在學習上普遍遇到的阻礙爲何？可能的原因爲何？

3-3 您認爲本班的學習風氣爲何？互動的氣氛爲何？與授課教師的教學風格有關嗎？

3-4 您認爲透過團體教學，本班學員在互動上帶給彼此什麼影響呢？

3-5 您認爲本班授課教師能帶給學員們什麼影響呢？

3-6 本班授課教師與大部分學員的年齡相仿，您認爲會產生亦師亦友的情誼嗎？如果會，您認爲這樣的關係對學習有影響嗎？

3-7 在本班定期的季末成果發表會中，藉由對外的演出機會，您認爲能讓學員間更加團結、更有凝聚力嗎？

4. 學習與省思

4-1 學習至今，您參與本班的感受爲何？

4-2 您認爲自己在習唱的過程中，進步最多以及最難以克服的部分有哪些？

4-3 藉由團體的學習，您能從中得到來自音樂與歌唱技能之外的進步與收穫嗎？

4-4 一般大眾對於「聲樂」課程的印象通常都是以「個別課」的形式來進行，您是否參與過其他和音樂相關的團體班課程？若有，您認為相較於個別課，團體課程吸引您的原因為何？

4-5 您對臺北市立社會教育館開設「聲樂進階班」的做法有何建議？

附錄四

訪談資料代碼

代碼	文件名稱
訪A120624	芙蓉老師專訪
訪B120707	學員松樹專訪
訪C120714	學員向日葵專訪
訪D120721	學員玫瑰專訪
訪E120728	學員榕樹專訪
訪F120804	學員牡丹專訪
訪G120929	學員百合專訪

附錄五

臺北市立社會教育館文化藝術研習班（2012春季班）開設課程一覽表

類別	課程名稱				班數
工藝	布藝初級甲班	布藝初級乙班	布藝進階甲班	布藝進階乙班	15
	布可思議布藝班	亂針繪繡班	篆刻班	人物彩塑創作班	
	蝶谷巴特藝術拼貼	皮包設計創作班	捏麵人班	家飾黏土捏塑班	
	押花應用設計班	創意押花藝術班	巧手女紅班		
花藝	中國插花甲班	池坊插花乙班	生活花藝設計班	花藝設計班	4
美術	素描初級甲班	素描進階甲班	多元素描乙班	意象素描丙班	13
	粉彩fun 輕鬆班	粉彩進階班	油畫寫生班	油畫創作乙班	
	油畫創作丙班	水彩繪畫甲班	水彩繪畫乙班	水彩繪畫丙班	
	壓克力畫班				
書法	書法初級甲班	書法初級乙班	書法初級丙班	書法進階甲班	10
	書法進階乙班	書法進階丙班	書法丁班	書法戊班	
	書法己班	書法壬班			
國畫	國畫初級甲班	國畫庚班	國畫進階甲班	國化戊班	8
	國畫－鳥語花香	墨彩自然寫生班	國畫乙班	國畫丁班	
琴藝	數位鋼琴初級甲班	數位鋼琴初級乙班	數位鋼琴初級丙班	數位鋼琴初級丁班	22
	數位鋼琴初級戊班	數位鋼琴初級己班	數位鋼琴初級庚班	數位鋼琴初級辛班	
	數位鋼琴初級壬班	數位鋼琴初級癸班	數位鋼琴進階甲班	數位鋼琴進階乙班	
	數位鋼琴進階丙班	數位鋼琴進階戊班	數位鋼琴進階壬班	單鍵盤電子琴丙班	
	單鍵盤電子琴丁班	單鍵盤電子琴戊班	古箏甲班	古箏乙班	
	古箏丙班	口琴進階班			
歌唱	歌唱基礎甲班	歌唱基礎乙班	聲樂初級甲班	聲樂初級乙班	11
	聲樂進階班	長青歌謠甲班	長青歌謠乙班	民俗歌曲初級甲班	
	民俗歌曲進階甲班	民俗歌曲乙班	民俗歌曲丙班		
舞蹈	土風舞初級甲班	土風舞初級乙班	土風舞進階乙班	社交舞初級甲班	17
	社交舞初級乙班	社交舞進階甲班	社交舞進階乙班	踢踏舞初級班	
	踢踏舞進階班	佛朗明哥舞初級班	佛朗明哥舞進階班	民族舞蹈初級乙班	
	民族舞蹈進階甲班	民族舞蹈進階乙班	爵士舞甲班	爵士舞乙班	
	東方舞藝臺灣情				
戲曲	歌仔戲甲班	歌仔戲乙班	歌仔戲丁班	胡琴初級班	6
	胡琴進階班	笛簫班			
其他	數位攝影甲班	數位攝影乙班	茶文化班		3

