

回憶的香氣與旋律——新北市十三行博物館失智症教育活動之行動研究

陳佳利¹、游貞華²

摘要

近年來，有越來越多博物館從業人員認為，應善用博物館的豐富資源關懷高齡者，拓展博物館的社會角色，並開發博物館促進身心健康的潛能。面對日益成長的失智症人口，博物館應如何透過教育活動規劃，以促進失智症長者之身心健康？懷舊物件、食物與老歌，又如何促進高齡觀眾透過多元感官來社交互動與回憶？本研究與新北市立十三行博物館合作進行行動研究，邀請失智症患者及其照護者參訪博物館，透過 5 場活動之參與觀察與問卷調查，並藉由規劃、反思與修正博物館所舉辦的失智症患者參訪活動，提出博物館籌劃相關活動須注意的事項，並分析參與者懷舊互動以及聆聽老歌與戲曲所引發之回憶與互動。

研究發現在懷舊互動上，如善用多元感官並提供適當的引導物，如古早味零食、童玩與戲服試穿體驗，能引發參與者的回憶與互動；而在做餅乾工作坊中播放老歌，更讓回憶充滿香氣與旋律，甚至帶來青春與幸福的感受；但也要注意播放的老歌，年代要符合參與者年輕時流行的歌曲，才能引起最大的共鳴。問卷調查顯示，失智症長者偏好充滿嗅覺、味覺與聽覺的咖啡試喝及手做餅乾聽老歌活動，而照護者則更喜愛需要創意與技藝的手做活動。然而，值得注意的是參與者的回憶多屬於敘事型回憶，有些屬於負面經驗；或許未來增加懷舊互動時間與技巧，能成功引導參與者進行統整型回憶。最後，博物館展示導覽仍是參與者最喜好的內容，但也要留意失智症患者不易吸收新知，內容要簡易並以失智症患者為主體，加強與他們的互動並尊重多元文化與性別，將更能豐富整體的參觀經驗並增進回憶與幸福感受。

關鍵詞：博物館與失智症患者、懷舊互動、聆聽老歌、多元感官與高齡觀眾

¹ E-mail: chiali21@hotmail.com

² E-mail: chyu361742@mail.e-land.gov.tw

前言

近年來，探討高齡社會下的安老議題與疾病，成為廣受歡迎的電影題材。從電影《明日的記憶》中遲暮夫妻在先生失智症病發後，生活產生巨大變化的無奈身影，到《我想念我自己》中，罹患早發性失智症的大學女教授，如何被迫提早退休，這些電影沒有好萊塢式的英雄劇情或浪漫結局，只有高齡社會下真實人生的寫照。近年來，隨著臺灣高齡化社會的來臨，也使得失智症人口逐年成長，而其中有不少屬於早發性或早期失智症患者，對於這些還具有一定行動與認知能力的失智症患者，他們的日常生活除了到日照中心或醫療院所外，多半居家並由家人或看護人員照護，很少能參與休閒或藝文活動；而對於長期照護失智症患者的照護者，日積月累的照護工作，也使得他們身心俱疲，少有機會能夠透過休閒及藝文活動來抒發壓力。在博物館快速蓬勃成長的臺灣，博物館要如何因應高齡社會的來臨，滿足年長者不同的需求，並提供失智症患者休閒娛樂，提昇他們的生活品質，已經逐漸受到重視。

根據統計，2015 年全球失智症人口為 4,680 萬人，而臺灣的失智症人口，依據衛福部委託臺灣失智症協會進行的調查結果，2016 年臺灣 65 歲以上年長者約三百萬人，其中失智人口達 24 萬人，約占高齡人口 8%。因此，臺灣失智症協會推估 65 歲以上年長者，每 13 位就有一位罹患失智症，而 80 歲以上年長者，則每 5 位就有一位失智者³，且持續成長。面對日益成長的失智症人口，除了藥物治療外，非藥物治療如懷舊療法、藝術治療及音樂治療等，也被社工及看護機構所引介與應用，期望延緩病症並促進身心健康。

另外，隨著博物館的社會角色日益受到重視，如何促進社會平權 (Social Inclusion) 並挑戰各種社會議題，如失業、身心障礙者文化參與權及年長者身心健康等問題 (陳佳利，2015)，也促使博物館規劃專屬的活動，希望提供失智症長者及其照護者愉快的博物館經驗。究竟，博物館應如何透過教育活動規劃，促進失智症長者之身心健康？懷舊物件、食物與老歌，又如何促進高齡觀眾透過多元感官來社交互動與回憶？本研究擬透過文獻分析及新北市十三行博物館失智症者教育活動設計及參訪經驗研究，探討博物館推動相關工作之理念與實踐，並分析博物館如何應用懷舊文物及音樂，豐富失智症長者及其照護者之博物館經驗與回憶。

高齡學習與失智症特質

高齡者學習有何特性？黃富順 (2008) 認為，高齡學習者經常是短期記憶力較差，而長期記憶力較好，且自尊心強，重視獨立自主的需求並強調生命經驗的統整，因此在方法上，可以應用圖文聯想法及多重感官來進行，並避免有壓力的學習方式，且從長期記憶中提取訊息時，如能提供適當的線索，可以獲得良好的效果。對於失智症患者而言，部分高齡者學習的特徵更明顯，因為一般而言，他們記得較久遠的事物，但新近接觸的人事物，往往轉眼就遺忘 (伊佳奇，2014)。除此之外，罹患早發性失智症的克莉絲汀·伯頓在其自傳中，也說明她的注意力有限，一次只能非常努力的消化一項資訊，因此對於吵雜的環境會感到痛苦，因為大腦不知道該接收哪一項訊息。她因此提出警告，對於想用更多刺激來鼓勵失智症患者脫離沒有知覺的狀態，反而會因為過多的刺激令他

³ 臺灣失智症協會，http://www.tada2002.org.tw/tada_know_02.html (瀏覽日期：2017/07/23)。

們感到疲憊（李素卿譯，2004）。

失智症患者的記憶與認知能力，會因為罹病種類及病程的不同，而有所差異。一般而言，失智症可分為：一、退化性失智症，如阿茲海默症及額顳葉型失智症等。二、血管性失智症，由心血管疾病所導致的失智症。三、可治療失智症，如腦瘤或甲狀腺功能過低及中毒所引發的失智症（伊佳奇，2014）。其中，占失智症患者達 60% 的阿茲海默症，是由德國的醫師阿茲海默於 20 世紀初發現，他檢視一位女性病患的腦，發現除了神經元數目大幅減少之外，也發現神經細胞間有不尋常的沉積以及糾結，這些發現仍是目前醫學診斷失智症臨床上重要依據（徐仕美譯，2016）。在病症上，失智症也分為初期、中期與晚期，以阿茲海默症為例，初期以記憶力退化為最明顯的症狀，對時間地點人物辨認出現困難，因為負責記憶的海馬迴最先受到損傷，然而隨著病程的變化，方向感、判斷力、抽象思考力、注意力及行動能力也都會隨之退化；而如果罹患額顳葉型失智症，因為掌管行為情緒與人格的額葉、顳葉產生病變，患者容易出現特殊行為或喪失控制力，如不停的講話及重複動作，或早期出現語言障礙（伊佳奇，2014；楊淵韓，2016；梁家欣等，2014）。而失智症晚期，病患往往不認識周圍的環境與家人，生活上無法自理，令人感到猶如陌生人。因此，Kirwood (1997) 表示失智症患者經常面臨去人性化 (depersonalized) 及被剝奪賦權 (disempowerment) 的待遇，而日常溝通也常遭遇以下問題，包括對方講話速度太快、用對待兒童的態度與口吻說話、欺騙失憶症患者（如告知已逝的妻子一會兒就回來），以及把他們當作不存在的人，甚至當面與他人討論失智症患者的行為 (Kirwood, 1997; Schweitzer and Bruce, 2008)。

那麼要如何與失智症患者溝通，以及

促進學習與記憶呢？目前學界提倡以個人為中心 (person-centred) 的關懷與照護，並包含以下幾個重點：重視個人價值與人權，視其為獨立個體 (individual)，尊重他們個別的健康、社會狀況及生命經歷。再者，也要以他們的角度來理解世界，並且提供持續性及支援性的社會環境，讓他們成為社區及社群團體的一分子 (Schweitzer and Bruce, 2008)。相對於將他們視為失能的人，Brooker 和 Surr (2005) 則提倡個人增能的理念 (personal enhancer)，例如認可及讚美患者過去與現今的成就、認可其現況與情感，例如知道失智症患者去找已往生的家人，可以說明我雖然不是你的家人，但我可以聆聽你的感受與需求。再者，溫暖親切的態度以及鼓勵參與和接納也很重要。換句話說，將重點放在個人仍然擁有的能力、經驗與感受，並鼓勵他們表達，而非只專注在病症上。

在與失智症患者溝通上，王靜枝等人 (2011) 綜合整理文獻，提出與失智症患者溝通宜用尊重的口吻並放慢速度、重複說明、一次只問一個問題，眼神接觸並適時地運用手勢及肢體語言；Schweitzer 和 Bruce (2008) 則提出幾點對話原則，例如給予充分的回應時間、耐心等待沉默、幫忙填補找不到的詞彙、有技巧地確認對方的意思而非指出錯誤，用是否的方式來提問，比開放性問題較容易回答。而王靜枝等人 (2011) 認為如能瞭解患者喜好的五官感受，如觸覺、味覺、影像及聲音等來進行溝通，將有助於進入其內心世界。另外，針對患者遺忘的詞彙，如用音樂的方式哼唱熟悉的旋律，或使用懷舊療法搭配各種視覺輔助資訊，也能幫助喚起記憶。楊淵韓 (2016) 醫師也指出對於失去語言能力的病患，運用影像照片也是很好的溝通模式；如果失智症者有熱衷的休閒嗜好，如與三五好友唱京劇，也能延緩病程的發展。

懷舊與音樂治療

正因為失智症患者對久遠的事物印象較為持久與鮮明，且聽覺記憶也較晚遭受破壞，因此懷舊療法與音樂治療被廣泛應用在非藥物治療中。在英國與美國，博物館應用懷舊療法關懷年長者已經行之有年，在臺灣則較為醫療機構於養老院中所應用，因此本文文獻交叉探討國外博物館如何應用懷舊療法，及臺灣醫療院所實施懷舊療法成效。首先，懷舊療法會引發哪些類型的記憶？Wong 和 Watt (1991: 273-274) 透過文獻回顧，區分以下幾種懷舊回憶 (reminiscence) 類型：

一、**統整型回憶 (Integrative Reminiscence)**：認同個人的過往是有價值的，並且瞭解理想與現實的落差，對於過去負面的事件或衝突，能達到和解狀態。

二、**工具型回憶 (Instrumental Reminiscence)**：將過去的經驗，作為解決現在問題的方法，為問題導向解決型的回憶。

三、**傳承型回憶 (Transmissive Reminiscence)**：將個人的經驗與智慧透過回憶法與說故事的方式傳承，分享給年輕的世代。

四、**逃避型回憶 (Escapist Reminiscence, Defensive Reminiscence)**：只彰顯過去的光榮，甚至誇大神化個人的英雄事蹟，以維護自尊，並且有過度美化過去及逃避現實的傾向。

五、**固著型回憶 (Obsessive Reminiscence)**：源自於對於過去的罪惡感，經常會對個人的過去以痛苦、罪惡感及絕望的方式呈現。

六、**敘事型回憶 (Narrative Reminiscence)**：對於過去的回憶主要是描述性而非詮釋性的，包括日常生活的自傳性資料及軼事，偏向資訊提供。

Wong 和 Watt (1991) 分別針對居住於社區及療養院的年長者實行回憶法，由兩

位學者分別針對逐字稿進行編碼並交叉比對，發現成功老化的年長者（各項身心健康指標得分較高者），其回憶內涵多偏向統整型與工具型回憶，尤其是居住在社區、受教育程度高的年長者更為顯著，然而該研究並未針對失智症長者進行研究。而針對懷舊療法應用在失智症病患上的成效，許寶鶯等人 (2005) 在精神病院針對 17 位輕度及中度失智症病患進行為期 6 週的懷舊治療，並以簡短智能測驗及老人憂鬱量表進行前後側，發現懷舊療法雖然無法顯著提昇其認知功能，但卻能改善憂鬱狀況，這部分研究與黃松林等人 (2009) 的研究發現相似，該團隊針對 12 位中度失智症患者，以懷舊飲食團體活動，透過憂鬱量表進行前後側，發現懷舊療法能顯著改善病患之憂鬱程度，但對原本已經重度憂鬱的患者則無影響。

此外，音樂治療也是一種相當有效的介入方式。神經內科醫師 Sacks (2007/2008) 曾經指出，失智症患者幾乎完全遺忘了自己的經歷，但是他可能記得許多樂曲，音樂甚至是某些阿茲海默症患者與這個世界的唯一連繫。Schweitzer 和 Bruce (2008) 在介紹如何規劃懷舊療法時，指出失智症患者對於音樂及身體記憶往往較持久，一起唱熟悉的歌曲可以促進團體的認同感和歸屬感。在實徵研究方面，董曉婷和陳桂敏 (2007) 應用加賀谷氏音樂療法，也就是播放音樂旋律引導參與者肢體動作，進行每週兩次為期 3 個月的活動，並在後期加入老歌哼唱活動，透過前後測，該研究發現參與的失智症病人在認知與憂鬱方面都有顯著的改善。另一項研究探討音樂對於阿茲海默症患者的效果，結果發現，倘若播放他們所不熟悉的音樂，則患者的自我意識 (self-consciousness) 會變差，反之，倘若播放他們所熟悉的音樂，則患者的自我意識與情緒方面會有大幅改善 (Arroyo-Anlló et al., 2013)。吳孟庭和蔡振家 (2017)

在安養院透過質性訪談瞭解年長者聆聽鄧麗君歌曲的感受，發現年長者聆聽鄧麗君的歌曲，不但會引發正面感受及轉移疼痛，也會引起懷舊與人際情感連結。其中，值得注意的是也有少數人因為聆聽音樂而帶來的負面回憶，如想到往生的妻子或者抱怨不幸的婚姻。

整體而言，學者（Spence, 2007；Spence and Gallance, 2008；黃富順主編，2008；Jacques, 2007）認為對高齡者規劃學習活動，若透過多元感官來學習，所記憶的經驗將比單一感官來得有效；但對失智症患者而言，本文認為初期的患者或許還適合給予新鮮的學習素材或學習新事物，對於中後期病患，則要增進熟悉感並且避免一次給予過多的刺激。在應用懷舊療法方面，雖然研究證實無法有效改善失智症病患的認知能力，但能減緩初期與中期失智症患者的憂鬱程度；而聽覺是失智症病患最後喪失的感官，因此如何應用音樂於博物館活動中，也值得進一步探討。

博物館與失智症長者

博物館與年長者如何互動？博物館與一般醫療及藝術治療機構最大不同之處，就在於包含藝術、歷史及科學等豐富多元的文物，隱涵豐富的歷史文化與知識，成為引發高齡者內省及回憶的重要資源（陳佳利，2017）。另外，研究也指出針對不同的對象，必須應用不同的物件作為活動的觸媒，如對於阿茲海默症患者，可以增加觸覺與聽覺的活動（Silverman, 2002）。臺灣的博物館近年來針對失智症長者也開始應用懷舊法來與年長者互動。例如 2014 年，國立臺灣歷史博物館與在地的失智症協會及醫院合作，邀請阿茲海默症患者及照護者參觀博物館，運用博物館的懷舊場景進行交流與對談，喚起他們的回憶與生命連結（羅欣怡，2017）。若與英國

比較，英國的博物館自 1980 年代，便開始針對高齡觀眾提供懷舊療法（城菁汝，陳佳利，2009），近年來更針對失智症患者及照護者推出各種專屬活動及學習資源（陳佳利，2017），臺灣的博物館在這個領域，尚屬初步探索階段，還需要累積更多的經驗與研究評量，以瞭解臺灣失智症長者的學習方式、回憶特質及互動模式，這也是本文的研究所欲探討的議題。

博物館要如何針對失智症長者，辦理專屬的活動？創辦倫敦歲月流轉回憶中的 Schweitzer 和 Bruce (2008)，提倡結合懷舊療法與藝術創作來與失智症患者互動。透過歐盟的經費，該團隊在英國及歐洲多個國家舉辦為期 12 週的「記得昨日，關懷今日」（Remembering Yesterday, Caring for Today，以下簡稱 RYCT）工作坊。RYCT 工作坊邀請回憶療法、醫護、社工、藝術家等各個領域專家參與，強調結構性課程及非語言表達作為溝通模式，並將照護者與失智症患者分組進行活動，分別照顧不同的需求。該工作坊內容結合回憶療法與藝術創意，讓參與的失智症者不只透過懷舊文物來回憶過往的經歷，也能一起唱歌、跳舞、演戲、烹調等，將人生經驗與故事透過各種不同的媒材創作與表達，因為他們相信失智症患者有許多創意與想法，可以透過語言以外的方式溝通與傳達。

究竟在博物館舉行懷舊工作坊，與在安養院舉辦相關活動，有何差異？Miles 等人 (2013) 研究環境氛圍對於失智症患者回憶之影響，並邀請社區失智症長者參與研究，共有 12 位女性自願參加。活動分為兩階段進行，分別在丹麥的歷史博物館懷舊空間及安養中心的會議室中進行。在空間方面，博物館的懷舊空間佈置成 20 世紀早期的居家樣貌，有老舊的家具、燈飾及咖啡桌等；而安養中心的會議室擺設，則為現代常見的會議桌椅。兩次的活動內容除了觸摸的文物年代不同之外，

例如於博物館觸摸老電話，於會議室觸摸手機，其他內容均相似，包括喝咖啡、品嚐根據老食譜所烘焙的餅乾、觸摸 9 件文物並引發討論，最後共同唱兩首老歌作為結束。研究團隊針對參與者活動期間分享的內容逐句進行編碼，包括辨認 (recognition)、回憶 (recall)、自傳性記憶 (autobiography) 等。研究結果發現參與者在博物館舉辦的活動中，能引發更多的回憶且有更多的回憶細節。整體而言，在博物館舉辦活動時的回憶頻率與品質都高於在會議室舉辦活動，而回憶細節也多集中在童年及年輕時期，這也是學者認為的回憶高峰 (reminiscence bump)。

相似地，Camic 等人 (2017) 針對 80 位早期及中期失智症患者如何透過觸摸文物促進健康進行研究，活動共分為 12 組，每組準備 5 到 6 件博物館文物，提供參與活動的失智症患者進行觸摸，每次活動進行約一小時。該團隊所準備的文物以具特殊性的文物為主，以激發好奇心和學習；之所以不選擇年長者熟悉的常民文物，是因為該團隊認為回憶往往帶來壓力，且對於少數族群或者過去歷經傷痛的年長者而言，常民文物不見得是熟悉或愉快的。該研究透過量表發現參與者在快樂、興趣及自信等主觀健康感受都有進步，病症較輕者尤佳。

照護人員的博物館經驗

博物館在舉辦失智症教育活動上，隨行的照護者扮演著重要的角色。雖然多數活動與研究聚焦在失智症患者，也有學者針對照護者的參加經驗進行分析，期望瞭解他們的經驗與感受。例如，Lamar 和 Luke (2016) 研究美國 3 所藝術博物館針對

失智症患者所舉辦活動中照護者的經驗，獲得 29 位照護者同意進行訪談。在促進照護者的身心健康方面，多數受訪者認為博物館提供創意及靈感，有益身心健康且降低壓力，也讓他們暫時不需要照護病患；但也有 6 位受訪者感到焦慮和壓力，因為參與博物館活動是另一種責任與時間付出，且少數受訪者因為他們所照顧的病患不願意參與活動，或表現失常而感到有壓力。整體而言，照護者認同到博物館參加活動是很好的休閒活動，也認為博物館規劃的活動內容品質高於預期，但整體的經驗受到照護病患病情的影響。

理解到博物館不定期舉辦活動，仍無法滿足日益成長的失智症病患的需求，英國的利物浦博物館與萊斯特郡近年來都針對照護人員推出訓練活動，讓照護人員學習如何運用博物館的資源於家中或療養院中與病患互動，擴大服務範圍與效益。整理該館的評量報告，發現對參與的照護人員而言，最大的收穫為知識和技能的提昇，其次是資源的提供與認識 (National Museums Liverpool, 2012; 陳佳利, 2017)。然而，利物浦博物館雖然規劃詳盡的課程與資源，但沒有針對照護人員課後如何應用所學與失智症患者互動，進一步評估成效。在這個議題上，萊斯特郡則與諾丁漢大學合作，進行詳細的記錄與分析，說明如下⁴。

2014 年起，萊斯特郡特別針對失智症照護人員推出 Memory Plus 系列訓練課程，並於課後出借回憶箱讓他們帶回療養院中與失智症患者互動。該計畫委託諾丁漢大學研究團隊追蹤受訓後照護人員的實踐狀況，並針對 5 場於不同療養院、應用回憶箱所舉辦的懷舊工作坊進行研究。在方法上，該團隊應用失智症照護觀察

⁴ 2016 年 7 月 18 日研究者訪談萊斯特郡政府之學習、社區與身心健康服務部門主管 Brian Kennedy，獲得相關研究報告與資料。

表 (Dementia Care Mapping) 及半結構式訪談，觀察記錄失智症患者的參與程度，並訪談舉辦活動的照護人員。研究發現照護人員會用不同的方式來協助活動的進行，如有人一邊唱歌跳舞，一邊傳遞文物，也有人會播放音樂增加感受與氛圍。其中一位照護者除了應用皇家主題的回憶箱，如女王的手提包與手套等來與失智症患者互動外，也播放皇家婚禮 DVD，增進討論話題。該研究發現同時放置許多文物，有利參與者自行選擇喜歡的物件進行不同活動，讓失智症患者能運用多元的感官互動及回憶，分散對病症的注意力並促進所處時空的熟悉感；而對照護人員而言，也可以加強他們的文化意識，並更瞭解失智症患者的觀點、經歷與需求。但研究也發現負責活動的照護人員經常因為工作忙碌而無法全程參與，有些文物如沒有人協助使用會有安全上的疑慮，也可能被病患帶走或損毀；而照護人員協助活動時，一開始顯得信心不足，且如果參與團體人數眾多時，要如何滿足不同的需求也構成挑戰 (Chadborn et. al, 2015)。

十三行博物館失智症者參訪活動設計與行動研究

在回顧國外的博物館如何運用館藏資源來關懷失智症患者之後，反觀臺灣的博物館又如何針對其服務的失智症病患及照護者，規劃參訪活動呢？參與的失智症患者及照護者又有何經驗與感受？從上述文獻回顧，可以發現博物館與失智症患者互動的 3 種主要模式：懷舊療法、藝術欣賞與討論，以及針對照護人員使用博物館資源的訓練課程；但也有結合懷舊及藝術創作，鼓勵失智症患者以各種方式表達，如前述 RYCT 工作坊，提供本研究規劃參訪活動之參考。

本研究選擇新北市立十三行博物館為

合作對象進行行動研究，主要是因為其擁有實施高齡教育活動的經驗，且持續於研究期間規劃失智症患者參訪教育活動，希望透過研究反思，作為活動設計與改進之參考。行動研究廣泛為學校教育工作者所應用，透過診斷問題、選擇方案、尋求合作、執行規劃與評鑑等不同階段的研究與應用，以改進學校教育的實務 (蔡清田，2003)，是一種「自我反省探究」(吳明隆，2002：17)。本研究應用行動研究的理念與方法，與十三行博物館及臺灣失智症協會合作規劃 2016 年及 2017 年的失智症患者參訪活動，並透過觀察、專家訪談及問卷調查，分析、省思活動設計，再根據參與者反應調整活動規劃內容與實行方式。研究團隊包括研究者及 3 位受過觀察研究訓練之研究生；在分工上，由游貞華進行活動規劃與執行，陳佳利則參考十三行博物館過去滿意度調查問卷，修改調整為本次研究之問卷，而活動觀察記錄則由陳佳利及 3 位研究生負責。本研究獲得臺灣失智症協會同意，事先告知參與者研究進行方式並獲得參與者同意後，採參與觀察及問卷調查法為主要研究方法，以紙筆及拍照、攝影錄音等方式記錄活動進行內容及參與者互動狀況，並隨著每次觀察的心得與檢討，調整懷舊互動內容。為了保障參與者的隱私，所有的觀察紀錄都用化名稱之。其次，本研究也想透過問卷，初步瞭解探討參與者的心得、感受與建議，因此在活動結束前發放簡短的自編問卷 (附件一及附件二)。而之所以沒有採取讓參與者一一填寫同意書的方法，是參考國情及顧慮參與者感受所採取的權宜措施，因為在詐騙盛行的現今社會，年長者對於簽名等合約行為多有疑慮，因此決定透過合作協會事先說明，讓參與者容易瞭解並取得信任。另外，研究團隊也分別於 2017 年 8 月 14 日及 2017 年 8 月 28 日邀請臺灣失智症協會湯麗玉秘書長及臺北市

職能治療師公會柯宏勳理事長參與觀察活動，並進行訪談（訪談提綱如附件三），以瞭解專家對活動規劃內容的建議。

2016 年及 2017 年活動規劃的理念，以懷舊治療、藝術治療、社交參與及食物輔療 4 個概念，搭配兩檔特展所規劃的「珍愛記憶：十三行考古趣」及「懷舊音樂十三行」規劃失智症朋友參訪博物館活動，並與臺灣失智症協會討論活動的內容與流程，包括邀請李惠珍副秘書長與 3 位社工師進行場勘，討論活動實施細節及時間配比，並提醒應該注意的事項。在博物館人員訓練方面，十三行博物館的導覽員除了全程參與場勘會議外，也透過讀書會及邀請職能治療專家進行專題演講，以充實相關知識與專業。以下就活動規劃理念，說明如下：

一、**懷舊互動**：透過小團體（10 人一組）參觀展覽，支持失智者的人際互動並鼓勵失智者有組織地回想、討論並分享過往的事情及經驗，以增加自己的信心、自尊，進而減輕憂鬱情緒，緩解症狀。

二、**手做體驗**：以動手做的方式，在創作過程中鼓勵發揮創意和想像力，運用巧手改變舊物，創造襪子新用途或以海洋為元素捏塑輕質土音樂盒。藉由襪子娃娃及音樂盒 DIY 等體驗活動與失智症者互動，提供豐富之感官刺激及自我表達機會。

三、**社交參與**：在導覽、體驗活動及中午用餐時，希望成員間能相互協助形成良好人際互動、展開對話、增進參與活動動機，進而減緩退化並建立團體支持網絡。

四、**健康食物**：堅果類食物對長者有益，藉由團體手做堅果燕麥餅乾，教導長者及家屬於家中也可嘗試體驗，並透過咖啡、蜂蜜香氣及餅乾多層次口感，創造咖啡及餅乾記憶地圖。

在懷舊互動內容設計方面，研究者

參考 RYCT 及懷舊療法，建議 2016 年的活動在「咖啡的點點滴滴」特展中的小學課桌椅區，除了原來規劃的喝咖啡活動之外，也增加回憶童年學校時光的懷舊分享，由導覽老師挑選幾個問題和參與者互動。而 2017 年的懷舊互動內容，則搭配「因為音樂：音樂人類學特展」，選擇在歌仔戲和布袋戲展區，透過播放楊麗花歌仔戲《梁山伯與祝英臺》、《楊家將》來和參與者互動。考量到省籍不同而有不同的休閒嗜好，如有外省籍的年長者，也會播放京劇《四郎探母》片段。另外，研究團隊從第三場開始，於做餅乾活動時間播放老歌，希望觀察參與者心情是否會受到老歌的影響。2016 年第一階段選擇播放以下 7 首老歌：《黃昏的故鄉》、《何日君再來》、《我只在乎你》、《望春風》、《榕樹下》、《秋蟬》、《不了情》，歌曲選單是由研究者 2016 年於故宮南院對志工演講時，所進行的喜愛老歌調查，所選出 7 首最受歡迎的老歌。2017 年第二階段活動，則因為做餅乾時間較短，因此保留第一階段最受喜愛的 4 首老歌中的 3 首歌：《黃昏的故鄉》、《何日君再來》、《望春風》，並增加《雨夜花》及展場展出的老唱片中江蕙所唱的《褪色的戀情》。各場次參與人次及活動內容如表 1，以下綜合 5 場活動觀察紀錄詳細描繪活動歷程、反思及修正。

十三行博物館失智症者參訪活動觀察與省思

2016 年的整體流程為早上 10 點半左右到達館內後，首先引導團體來到演講廳觀看十三行簡介影片，之後由志工帶領進行約 10 分鐘左右的手部體操。接著，將團體分為 3 至 4 組，由導覽志工分別帶領，依循事先規劃好的不同參觀動線，分別進行約 90 分鐘的導覽參觀活動，並在特展區中選擇一處坐下來進行約 15 分鐘

表 1. 新北市立十三行博物館失智症病患與照護者參觀活動內容與人數表

日期	2016/6/20	2016/7/11	2016/10/17	2017/8/14	2017/8/28
人數	共 40 人，17 組家庭來訪，14 位男性、3 位女性失智症患者。	共 37 人，包含 3 位協會志工及 17 組家庭，9 位男性、8 位女性失智症患者。	共 37 人。包含 8 對夫妻。7 位男性、10 位女性失智症患者。	共 41 人，包含 2 位協會志工、5 位外籍陪同者及 17 組家庭。6 位男性、11 位女性失智症患者。	共 26 位，男性 8 位，女性 18 位，有一位外籍看護。5 位男性、7 位女性失智症患者。
活動內容	舊物新用特展、常設展、咖啡特展及手做餅乾和襪子娃娃。	參觀仿古船特展、常設展、咖啡特展及手做餅乾和襪子娃娃。	參觀咖啡特展及手做餅乾和製作胸章。	參觀音樂人類學特展，手做餅乾和製作海洋音樂盒。	參觀音樂人類學特展，手做餅乾和製作海洋音樂盒。

製表：陳佳利、游貞華

的懷舊互動。中午午餐過後，將所有人分為兩組，一組在教室內進行做餅乾活動，而另一組在大廳做手工藝品，完成後再兩組交換教室，完成兩項動手做活動，整個活動約到下午 3 點左右結束，全部活動時間約 4 至 5 個小時。2017 年規劃內容則調整為早上先動手做餅乾後進行導覽，下午進行海洋音樂盒製作及水下考古虛擬實境 VR 體驗。和國外博物館所規劃的年長者教育活動約 1 小時左右相比，臺灣博物館所規劃的活動時間明顯偏長，這是因為多數參與者將參觀博物館當作一日遊活動，也想善用租遊覽車的便利性，享受一天的活動，從回饋單中也得知參與者很滿意這樣的安排。但綜合專家訪談建議與參與觀察研究，也發現幾個值得注意的議題，以下逐一進行描述與分析。

一、資訊過於豐富的導覽內容

在展覽導覽方面，研究者發現導覽員的導覽內容與對一般觀眾的導覽內容相似，以流利、速度適中且專業的解說內容吸引觀眾，在解說過程中偶爾穿插提問，並引導觀眾觀賞作品，也經常獲得照護者的回應。例如，研究者於 6 月 20 日觀察其中一組導覽內容，發現除了有 1 位不停哼唱歌曲的阿勇大哥需要太太陪伴外，其他 4 位女性照護者均非常專注聆聽導覽，似乎很享受這得來不易、欣賞展品的時

光，而病情較輕的年長者，也能適時回應導覽員的要求，觀察展品並回答問題；但中重度失智症的年長者，則很少主動回應導覽員的提問。因為多數參與者第一次參訪十三行博物館，2016 年的導覽內容包含常設展與特展，長達 90 分鐘，對年長者的體力負荷稍大，因此經過研究建議後，2017 年安排的導覽則以特展為主，時間則縮短到 1 小時左右。整個導覽過程中會安排 1-2 個休息點，如懷舊互動區及走廊拍照區。十三行博物館十分瞭解當代觀眾喜愛拍照打卡等分享活動，在特展中設置好幾個拍照熱點，便很受到年長者的喜愛。

在內容方面，臺灣失智症協會湯麗玉秘書長表示，博物館導覽的內容必須要更簡易（約為一般觀眾 10% 的資訊量即可），重點不在於知識內容的傳達，而在於和失智症患者的互動，且不論長者回答的內容是否正確，都要用肯定的態度讚美。臺北市職能治療師公會柯宏勳理事長也指出可以多加入操作與體驗，例如傳遞展覽資訊或者請失智症長者觸摸或操作展品，來取代語言上的解說。研究者也發現照護者非常積極地聆聽導覽與互動，使得導覽活動可能成為以照護者為主體，而無法兼顧失智症患者的需求。未來，博物館可以參考國外博物館及 RYCT 的作法，嘗試區隔兩者的需求，規劃不同的導覽內容與動線。

二、多元感官的「喝咖啡聊是非」懷舊互動

2016年的懷舊互動活動為「喝咖啡聊是非」，當參觀團體進入「咖啡的點點滴滴」特展區後，便引導至小學課桌椅區就座（圖1），將小組成員交給了咖啡區負責人阿麗老師。一開始，阿麗老師除了介紹要給大家品嚐的藍山咖啡，也拿著咖啡粉給所有人都嗅了一下。此外，也運用個人增能模式，邀請參與者自願協助泡咖啡。在開始品嚐咖啡時，阿麗老師用很輕鬆的口吻說：「我們大家來喝咖啡聊是非！」，並問大家這個教室像不像小學時候的教室，請大家回憶小學時記憶最深刻的事，例如有沒有當過班長，當班長要做什麼。研究者發現身為客家人的阿麗老師，講話速度適中且可以用國臺語兩種語言溝通，也很大方地走入教室中和年長者互動，無形中拉近了距離，但在輕鬆的互動中，研究團隊也注意到較少為人注意的性別與族群議題。

以2016年7月11日場次之「喝咖啡聊是非」活動為例，詢問小時候玩什麼遊戲，有人回答：「陀螺，鄉下都玩陀螺！」。接著阿麗老師走到後方問一位男性參與者，他回答：「躲避球。」，阿麗老師便詢問：「有玩過躲避球的舉手？」現場多數人舉了手，阿麗老師對著沒舉手的前方男性說：「男生你沒有玩躲避球



圖1. 2016年6月20日臺灣失智症協會會員參加「喝咖啡聊是非」活動（攝影／蔡佩淇）

喔？」，他回答說自己都踢球。接著，阿麗老師問了大家兒時最喜歡的零嘴，並舉了自己父親兒時常吃的鍋巴企圖引起共鳴，此時一位女性參與者便開始分享從前如何使用大灶製作鍋巴。感受到大家對吃的比較有興趣，阿麗老師便問大家的拿手菜是什麼，也開始得到較多的回應。

與一般國外年長者對於童年生活與遊戲反應熱烈不同，臺灣的年長者成長於經濟貧困的1950至1960年代，生活物資缺乏且經常要幫忙家務或務農。再者，研究者發現雖然食物最能引發年長者的興趣，但現場並沒有食物或懷舊物件作為引導物，也不容易勾起童年回憶。因此，研究團隊徵得博物館的同意之後，在第三場準備了許多古早味零食與童玩，希望他們能透過觸覺、嗅覺及味覺，增加回憶互動。10月17日「喝咖啡聊是非」的活動進行前，研究團隊事先在每個小學課桌上放置古早味零食和懷舊物件，待參與者陸續就座後，阿麗老師請大家盡情享用桌上的零食，並問大家會想起什麼，普遍的回答都是：「小時候。」。本次活動也準備了兩種抽抽樂給參與者體驗，其中一個是抽紙，



圖2. 參與者喜歡可抽紙並且品嚐的綠豆糕（攝影／蔡佩淇）

中獎的話可以拿一片綠豆糕（圖2）。有人拿著抽獎的紙片感嘆說：「這真的小時候是這樣耶！」，也有人說以前一角可以抽一張。在活動進行時，一位原本都不說話的阿嬤在抽完抽抽樂後，開始對身旁的女兒講話，阿麗老師便邀請她與大家分享。阿嬤說她小時候總共有7個兄弟姊妹，媽媽以前每天會捏糖果分給大家一人一個。阿麗老師便問她說：「有沒有馬上吃，還是包起來？」，阿嬤回答說：「我哥哥跟我說你給我吃好不好？就給他吃了。」。阿麗老師又說：「那妳有沒有流口水？」阿嬤便說：「他吃，我媽媽不講。」，比出作勢抓取的动作，並說：「不可以去拿。」，流露出童年時遭遇男女不平等對待的記憶。

接著，阿麗老師拿出炆仔標一人發一個，有位原本都沒有反應的男性，在拿到時就脫口說出：「炆仔標。」，甚至還記得過去一毛錢可以買4個（圖3）。接著，阿麗老師拿起花露水，問到：「多久沒有聞到這個！」，有位過去擔任教官的阿嬤脫口說出：「花露水！」，接著阿麗老師將明星花露水打開給大家聞。教官阿嬤聞了點點頭說：「還是很香！」。另外，外省伯伯也指著花露水說：「以前有、現在沒有

了！」阿麗老師問他：「大陸也有？」外省伯伯表示：「有有、大陸也有。」，阿麗老師又問：「那放在哪裡？倒衣櫥？放在衣服上面香香的？」，外省伯伯則雙手搓揉抹在臉上。接著，阿麗老師便拿著花露倒一些給大家，有人將花露水直接抹在頭髮上（圖4）。

整體而言，參與者的回憶多屬於敘事型回憶，也就是對於過去的回憶主要是描述性而非詮釋性的 (Wong and Watt, 1991)，包括日常生活的軼事與資訊，也有少數人描述負面記憶，但或許是因為時間或引導不夠，或者是因為受失智症之影響，並沒有表現對於過去負面事件達到和解狀態的統整型回憶。臺灣的年長者一般比較害羞，也不習慣在眾人面前分享經驗與回憶，觀察發現請參與者享用古早味零食並把玩懷舊物件，可以增進互動與反應，而多元感官如味覺、嗅覺及觸覺，能有效引發回憶與感受。然而，從活動觀察中，也發現幾點值得注意的事。首先，有一場次喝完咖啡後，導覽員請大家繼續逛完咖啡區特展後就可以「吃飯飯」。因為該位導覽員導覽全程都用相當專業的語言進行解說，此時突然用了「吃飯飯」這個



圖3. 引發參與者眾多回憶的炆仔標（攝影／蔡佩淇）



圖4. 明星花露水引發參與者的回憶與討論（攝影／蔡佩淇）

兒語化的用語，讓研究者嚇了一跳，現場立刻有年長者複述「吃飯飯」，微微地表達對使用這樣幼稚的用語之不認同。另外在「喝咖啡聊是非」活動時，研究者發現帶領活動的老師對於沒打躲避球的男性長者的言論，也帶有性別刻板印象。此外，Camic 等人 (2017) 指出對於少數族群而言，常民文物不見得是熟悉或愉快的。而本研究也發現參與活動的年長者並不一定都有相似的童年生活，如有一位外省伯伯便表示有些童玩和零食與他童年時在大陸生活有所不同，幸好他能找到與大家共通的經驗並積極參與討論，這些都是未來規劃相關活動要特別留意的，也讓研究者特別留意在 2017 年規劃活動時，準備外省長輩喜愛的京劇。

三、大家一起來扮戲

2017 年配合特展，懷舊互動活動選在特展戲曲區中進行。以 8 月 14 日的活動為例，博物館將參與者分為 3 組進行導覽，每組約 10 人，輪流到錄音室及傳統戲曲區進行互動與導覽。傳統戲曲區佈置了一個簡易的小型戲臺子，並在戲臺前放置板凳，讓觀眾可以坐著觀看戲臺旁播放的《三娘教子》(圖 5)。不同於 2016 年懷舊互動區固定由阿麗大姊主持與互動，2017 年則由各組導覽員以不同的方式進行。如第一組阿忠老師在傳統戲曲區便是以講解為主，並以平板電腦播放一段影



圖 5.「因為音樂：音樂人類學特展」進行懷舊互動的歌仔戲和布袋戲展區 (攝影／陳佳利)

片，讓參與者猜猜看是哪一齣戲曲的片段，接著再討論當中的故事情節。觀察發現參與者對於故事劇情的問題較有反應，像問到史艷文的對手是誰時，一位伯伯馬上回答：「藏鏡人！」。儘管參與者回應不算熱絡，但看影片、聽講解時神情皆很專注，未來如果能使用大螢幕播放並增加簡易的互動會更好。而第二組的互動內容則較為輕鬆、隨性，阿緯老師一開始便邀請參與者試穿歌仔戲戲服並與戲臺合照留念，也會招呼著一旁的年長者一起照相同樂，互動性十足，很適合失智症長者參與；但比較可惜的是在一旁沒有試穿戲服的人，便顯得較無參與感。

而第三組導覽員阿秀老師在招呼大家坐下後，便請幾位已穿上歌仔戲戲服的年長者站在臺前，介紹服飾名稱與相對應的動作。接著，阿秀老師自己也披上一件戲服扮起梁山伯，唱了一段梁祝的經典臺詞，此時臺下可以聽到部分年長者跟著一同說唱。接著，阿秀老師又示範京劇中的《蘇三起解》，表情生動，唱腔優美，令參與者十分喜愛。除了表演之外，阿秀老師也穿插介紹並詢問大家一些戲曲的專有名詞，如詢問布袋戲偶穿的衣服是什麼時，臺下一位老爺爺回答「布袋戲的衣服」而沒有回答專有名詞，阿秀老師對他比了「叉叉」的手勢；這樣否定的回應，會讓原本害羞的年長者更加不敢發言。整體而言，戲曲互動區會隨著導覽老師的專業而有不同的互動內容，有些注重解說與問答，有些強調表演與體驗，未來如能更以失智症長者為中心，鼓勵參與體驗及互動，應該會有更好的效果。

四、聆聽老歌與歡唱

每場活動，博物館均安排手做餅乾工作坊。首先，由阿麗老師介紹製作餅乾的材料後，再透過 PPT 投影講解餅乾製作的步驟。在講解內容上，因為失智症長

者一次只能注意一樣東西，因此柯宏勳理事長建議一張 ppt 只要介紹一項食材；也可以運用藏寶箱的概念，將所有食材放入同一個籃子內，由工作人員詢問「麵粉在哪裡？」，讓他們取出，將製作餅乾的過程結合認知功能訓練。在操作上，一開始會由照護者動手打蛋及加入麵粉等，但她們也會適時地將攪拌工作分配給先生，也經常以夫妻為一組來捏餅乾。但並非所有人都投入做餅乾的活動，先前提到的阿勇大哥仍然很輕鬆的哼唱歌曲，顯得心情很好，另外一位阿中大哥帶著口琴，不時地吹奏一些片段，而在餅乾送進烤箱時，阿中大哥開始正式在麥克風前吹奏口琴，而另外一位大哥則跟著音樂手足舞蹈，現場非常的溫馨歡樂。觀察到參與者對於歌唱及音樂的喜好，研究團隊於第三場活動準備老歌於現場播放，並在等待餅乾烘焙時，由老師鼓勵大家一起唱。因為都是年長者耳熟能詳的老歌，因此許多人都很開心的跟著哼唱，餅乾的香氣加上老歌優美的旋律，使得氣氛溫暖而歡樂。

2017 年的活動配合特展，邀請參與者分組到錄音室錄製小組單曲專輯。研究者觀察 2017 年 8 月 14 日的活動發現，一開始高齡者都顯得很羞澀，站得離導覽員和麥克風遠遠的。因此導覽員預備了一些膾炙人口的曲目，如《月亮代表我的心》讓大家一同歌唱。此外，也有一些年長者對唱歌十分熱衷，如第二組的參與者便主



圖 6. 臺灣失智症協會會員與照護者在十三行博物館特展間之錄音室合唱（攝影／蔡佩淇）

動點了一首快歌《一見你就笑》，炒熱氣氛，一位老奶奶站在最前方，隨著歌曲左右擺動，並和陪伴的照護者互動熱絡，連坐在輪椅上的老爺爺也主動揮舞著手，展現十足活力（圖 6）。小組合唱後，導覽員會引導大家一起拍照作成專輯封面，透過網路 QR code，就可以下載、播放大家共同錄製的單曲，透過博物館的巧思設計，也讓大家有著共同的回憶與成果。因此，許多年長者走出錄音室時仍意猶未盡地哼著歌曲。

五、動手做工藝品活動

每次參觀活動，除了手做餅乾外，博物館均會安排一場動手做工藝品活動。以製作襪子娃娃為例，教學的老師一開始便特別叮嚀，請陪同者先協助失智症患者完成作品，並運用活潑幽默的口吻、國臺語交雜進行示範；過程中也可以發現年長者皆投以專注認真的神情，而黏貼眼睛與塗膠等動作雖然較細微，但可以讓參與者運用手臂肌肉。有鑑於做襪子娃娃需要較精細的手藝且難度較高，博物館於是將第三場活動改為製作胸章，只要簡單的繪圖透過機器印壓就可以完成作品，也讓參與者更有成就感。2017 年則配合水下考古 VR 體驗活動，進行海洋音樂盒製作，館方發放材料後拿出幾個範本給大家參考，讓大家自行發揮創意去完成。但觀察發現有很多人不斷地在問該如何做，問卷中也有家屬反映這項動手做活動對於失智症長者太困難了。其中，有幾位失智症長者有外籍看護陪同協助製作，但也有兩位失智症長者因為沒有人協助，所以就將材料打包要帶回去給孫子玩。未來，要如何將博物館所規劃的動手做活動，搭配簡易的教學步驟以調整成適合失智症長者的活動內容，或與藝術治療專家合作，應能達到更好的效果。

問卷調查結果

在問卷調查結果方面，由於第一、第二場問卷尚未加入對懷舊老歌及物件的選項，而第四場則因為館員忘了說明問卷填寫注意事項，以至於產生許多無效問卷，因此本研究分析將以第三場 2016 年 10 月 17 日回收的 34 份問卷，以及第五場 2017 年 8 月 28 日回收的 24 份問卷，共 58 份問卷為分析資料。這兩次問卷內容，除了部分題目因為年度活動內容不同而有不同的題項外，其餘題目皆相同。填寫問卷者以女性較多，其中失智症患者有 25 位（11 位男性，14 位女性）；而照護者有 33 位（28 位女性，5 位男性）。居住地以臺北市（35 人）為主，新北市（23 人）次之。在參觀經驗上，多數參與者（42 位）是第一次參訪十三行博物館，只有 8 位參與者一年內參觀博物館次數達 3 次以上。整體而言，參與者多數屬於博物館的非觀眾，這樣的結果符合預期，因為臺灣過去的博物館數目少，年長者很少在學習成長的階段，有機會培養參觀博物館的習慣。

在平日休閒嗜好上，研究者將失智症患者及照護者分開統計（見表 2）。失智症患者休閒喜好依序為：看電視、散步、聽

音樂與唱歌；而照護者喜好依序為：聽音樂、看電視、唱歌、散步與旅行，兩者興趣重疊性高。值得注意的，共有 14 位選擇參觀博物館，推測是本次參加十三行博物館舉辦活動的良好經驗所影響。

在對整體活動的滿意度上，高達九成（50 位）填寫很滿意，只有 8 位填寫滿意，可說是呈現極高的滿意度。在分項活動的喜好度上，請參與者依序填寫最喜歡的項目（最喜歡的填寫數字 1，次喜歡的填寫數字 2，依此類推），因此加總分數最低者為最喜歡的項目。綜合兩次問卷統計結果，不論是失智症患者或照護者，都非常喜歡導覽、健身操、戲曲互動及錄音活動，這也是臺灣年長者的特色，休閒不忘運動養身。而最大的差異在於照護者比失智症患者更喜歡較需要創意的手做胸章或音樂盒活動，而失智症長者則更喜歡拍照、充滿嗅覺與聽覺的咖啡試喝和分享，以及手做餅乾聽老歌活動。比較 2016 年與 2017 年的導覽項目，照護者的給分明顯退步，推測是因為 2017 年展覽導覽解說內容較 2016 年大幅縮減而影響得分。而在希望未來博物館多舉辦的活動選項上，加總兩者問卷，以動手做東西和動手做食物兩項獲得最高分，這也是十三行博物館規劃參

表 2. 參與者平日休閒嗜好勾選次數表

休閒嗜好	聽音樂	唱歌	跳舞	看電視	看電影	下棋	聊天	閱讀	散步	爬山	旅行	逛街	逛博物館	其他
失智者	14	13	3	19	1	3	6	7	15	2	6	2	5	2 (腳踏車)
照護者	21	13	2	15	6	1	7	7	10	4	10	5	7	1 (運動)
總計	35	26	5	34	7	4	13	14	25	6	16	10	14	3

製表：陳佳利、游貞華

表 3. 2016/10/17 博物館參訪各項活動的喜歡程度

活動項目	相見歡及 骨頭健康操	導覽	咖啡試喝 及分享	拍照時間	手做餅乾 及聽老歌	胸章 DIY
失智者	25	21	22	28	27	30
照護者	34	14	38	54	39	38

製表：陳佳利、游貞華

表 4. 2017/8/28 博物館參訪各項活動的喜歡程度

活動項目	相見歡及 骨頭健康操	導覽員 解說	戲曲活動 及討論	錄唱片	拍照時間	手做餅乾	做音樂盒 聽老歌	水下考古 虛擬實境體驗
失智者	12	27	20	21	5	67	39	20
照護者	32	49	30	16	45	77	29	64

製表：陳佳利、游貞華

訪活動時一直強調的重點。其次，他們希望未來也可以舉辦老歌歡唱會，這部分則在2017年的特展中，增加了於錄音室讓參與者可以錄製專輯的活動，該項活動也十分受到歡迎(表3、表4)。

在問到聆聽老歌，哪幾首引發熟悉感或回憶，2016年調查發現參與者最喜歡的依序為：《黃昏的故鄉》、《何日君再來》、《我只在乎你》、《望春風》4首。2017年最受歡迎的歌曲依序為：《何日君再來》、《雨夜花》、《望春風》、《黃昏的故鄉》，而《褪色的戀情》則較不受青睞，推測是歌曲年代相較為近代之故。至於聆聽老歌給他們什麼感受呢？填寫開放式問題的以照護者為主，他們表示：「享受，幸福」、「很愉快，心情很愉悅，沒有壓力」、「感觸良多」、「很溫馨，會想跟著唱歌」，也有人認為聆聽老歌會使人變年輕，甚至有戀愛的感受。例如，有兩則留言表示：「很放鬆、興奮，謝謝讓我們來參觀，有甜滋滋、戀愛的感覺」、「聽到老歌似乎人都年輕了」，這與周傳九(2016)報導在芬蘭的老人聚會中，大家一起唱詩歌有回到年輕時候的感受相似。推測這些歌曲雖然是老歌，但均是參與者年輕時聆聽的歌曲，可以連結到他們的年輕歲月，帶來幸福與青春的感受。

至於研究團隊準備的零食與童玩，參與者的喜好度為何？2016年問卷加總失智症長者與照護者的勾選，最多人選擇喜歡零食(24票)，其次是彈珠和炆仔標(21票)、水晶肥皂和明星花露水(21票)，最後是小豬撲滿(10票)。喜歡零食的原因，多是因為能引發童年的記憶。其中一位失智症長者表示：「小時候有零食吃是快樂的回憶。」，說明年長者童年時期普遍經濟不寬裕。而照護者們也表示：「再次回憶，想起小時候」、「小時候柑仔店裡都有」、「小時候喝中藥後甜甜嘴」。而彈珠和炆仔標這些常見的童玩，也令年長者回憶起：「小時候的玩伴很開心」、「憶起兒時快樂」、「想起小時候趴在地上玩」。除了味覺與觸覺之外，嗅覺也能直接勾起回憶，原因包括：「肥皂香令人想到往日」、「年輕時常用的東西，現在仍在用」。而2017詢問參與者懷念的節目與活動，最受歡迎的活動是聽老歌(20位)，因為「很懷舊且很有感情」、「能回憶年輕時光」，其次是看歌仔戲(9位)。另外，也有兩位選擇京劇，但沒有人選擇布袋戲，推測因為導覽員準備播放的節目以歌仔戲和京劇為主，且有穿戴戲服的體驗活動，更能引發年長者的回憶與喜愛。

從整體分享中，可以發現味覺及聽

覺最能引發臺灣失智症長者的回憶，其次是嗅覺與觸覺。相較於現今經濟發達物質生活享受充裕的年代，臺灣的年長者年少時期的休閒娛樂與物質文化並不豐富，然而，只要一首老歌或幾個古早味的零食，就能開啟失智症長者的時光長廊；而結合音樂與戲劇的歌仔戲，也是他們年輕歲月時重要的休閒娛樂，但相較於以傳統忠孝節義為題材的歌仔戲，老歌的旋律與歌詞貼近生活情感，更能增進人際連結與回憶。這方面的發現，也呼應吳孟庭和蔡振家 (2017) 的研究發現，該研究訪談得知年長者認為觀看京劇不如聆聽鄧麗君的音樂，更能觸發各種人際連結與回憶。

研究發現與建議

臺灣的博物館與失智症長者互動經驗還在起步階段，而本次行動研究透過活動觀察與分析，不斷觀察與省思參訪活動規劃與操作模式，並適時地修正活動內容與問卷內容，如增加刺激多元感官的懷舊零食與物件，或於做餅乾工作坊中播放老歌，並將觀察成果適時地回饋給導覽員，以調整互動方式與提問內容；希望透過做中學來精進博物館服務特殊團體的專業與技能，並將本次活動實施經驗透過研究分析，提供給其他博物館未來規劃活動之參考。然而，本研究受限於參加活動人數眾多，無法針對每一位參與者進行詳細的觀察，且每場次參與對象不同，也無法進行連續性參與博物館舉辦之活動所產生之影響研究，為本研究的限制。

從新北市立十三行博物館與臺灣失智症協會所舉辦的失智症朋友參訪博物館活動研究發現，臺灣的失智症長者過去參觀博物館的經驗不多，但很喜歡博物館安排的活動，並將參觀博物館活動當作一日遊活動。湯麗玉秘書長就表示，雖然唱歌及手做工作坊等活動，在協會或相關照護

中心都可以舉辦，但她表示博物館獨特的氛圍與環境，讓他們對於活動的記憶較持久，也成為日後聊天的話題；這部分觀察呼應 Miles 等人 (2013) 研究成果，在博物館的場域中舉辦活動更能引發回憶。

在各項活動中，出乎意料之外的，參與者相當喜歡的活動項目為導覽，顯示參與的早期失智症病患對於學習新知及認識文物有高度的興趣，也是整個參訪中最能展現博物館特質與資源的一項活動。但如同湯麗玉秘書長指出，失智症患者不易吸收新知，內容要更簡易並以失智症患者為主體，加強與他們的互動；柯宏勳理事長則建議活動項目可以減少，而每個活動時間則可以延長一點，讓過程更細緻化。而2016年的研究觀察也發現，長達90分鐘的展覽導覽對於失智症者而言負擔太大，因此2017年的展場導覽時間也縮短，並加入錄音間錄音等趣味互動活動。然而，這樣的調整似乎無法滿足照護者的求知慾，而使得問卷調查結果分數大幅降低。未來則可朝向失智症者與照護者分組導覽或設計不同的活動，以兼顧各自的需求。

再者，博物館在進行工作坊與導覽解說時，除了經常以簡單的是非題來與參與者互動，也要留意不要將失智症長者視為兒童，並尊重多元文化與性別，而陪伴的外籍看護中，有不少是來自印尼的回教徒，其特殊的飲食及宗教（朝拜麥加）需求，也需要被關照。因此，未來博物館的導覽培訓課程中，不應只專注在導覽技巧上，也應該增加多元文化與性別等課程。在懷舊互動上，研究發現臺灣的年長者對於在大眾面前表達自己較為害羞，但如提供適當的引導物並善用多元感官，如味覺、觸覺、聽覺與嗅覺，更能引發他們的回憶與興趣，尤其多數人對於食物非常感興趣，說明舌尖上的記憶，是令人難以忘懷的；而穿上戲服扮演傳統戲曲中的人物這種互動性十足的活動，不但能勾起往日

的回憶，也能增加團體成員間的互動，也十分令年長者喜愛。然而，值得注意的是本研究參與者的回憶多屬於敘事型回憶，較少統整型或工具型回憶，之所以如此，與懷舊活動時間只有短短 15 分鐘相關，且臺灣的博物館目前也沒有接受懷舊治療完整訓練的導覽員或教育人員，在引導懷舊互動技巧上仍在摸索階段。未來如能提供完整的訓練課程並延長懷舊互動時間，甚至如 RYCT 的懷舊工作坊，以一系列課程和失智症長者互動，或者參考利物浦博物館的作法，善用博物館的文物資源與展示環境，每週固定時段規劃年長者專屬的懷舊互動角落（陳佳利，2017），以增進年長者及失智症患者與博物館常態性互動，應該會有更好的效果。

在音樂治療方面，部分失智症長者雖然無法清楚地用言語表達，但很樂於唱歌或表演樂器，讓現場的氣氛十分和樂且愉快。許多文獻（ex. 董曉婷、陳桂敏，2007）都指出音樂治療對於失智症病患有許多益處，如降低憂鬱程度及增進認知能力。因此，研究團隊於第三場開始於做餅乾工作坊中增加老歌播放，讓全體參與者都能跟著哼唱，而根據問卷調查，一邊烤餅乾，一邊聆聽老歌，讓回憶充滿香氣與旋律，甚至帶來青春的感受；但也要注意選擇的老歌，年代要符合參與者年輕時流行的歌曲，才能引起最大的共鳴。整體而言，失智症長者偏好充滿嗅覺、聽覺及社交互動的咖啡試喝及手做餅乾聽老歌活動，至於較需創意及技藝的靜態音樂盒製作，則較受到照護者的喜愛。

參考文獻

- 王靜枝、胡嘉容、張文芸，2011。與失智症患者之有效溝通策略與方法，護理雜誌，58(1)：85-90。
- 伊佳奇，2014。趁你還記得。臺北：時報出版公司。

最後，目前博物館仍將失智症患者視為服務關懷的對象，未來如能以個人中心及增能模式來思考，可以考慮在活動一開始加入長輩自我介紹的時間，並在活動過程中邀請並鼓勵他們協助活動的進行，如本研究邀請參與者協助泡咖啡；或者邀請輕度失智症患者擔任志工，協助博物館一些簡易的工作，將能進一步強化博物館與失智症患者的互動，並增進其社會參與感。

誌謝

本研究要特別感謝所有參與活動的失智症患者及照護者、新北市立十三行博物館的導覽團隊、臺灣失智症協會及湯麗玉秘書長、臺北市職能治療師公會柯宏勳理事長、萊斯特郡政府之學習、社區與身心健康服務部門主管 Brian Kennedy 的熱心協助與分享，以及 3 位研究助理蔡佩淇、吳玟潔及林佳儀協助觀察記錄，使研究得以順利進行，特此致謝。本文曾以“Touch, Listen and Recollect: A Study on Museum Educational Programs of Older Adults Living With Dementia”為題，於英國 2017 The Tenth International Conference on the Inclusive Museum 國際研討會中宣讀。本研究為國科會專題計畫「觸摸、聆聽與回憶：博物館高齡教育活動之研究 II」研究成果，計畫編號 MOST 105-2410-H-119-008，並通過國立臺灣大學行為與社會科學研究倫理委員會審查通過，案號 201505ES081。

- 吳孟庭、蔡振家，2017。鄧麗君歌曲對於臺灣健康老年人與失能老年人的情緒效應，人文社會與醫療學刊，4：119-138。
- 吳明隆，2002。教育行動研究導論：理論與實務。臺北：五南出版社。
- 李素卿譯，Boden, C. 原著，2004。親愛的，你記得我是誰嗎？(Who Will I be When I Die)。臺北：時報出版公司。
- 周傳九，2016。北歐銀色新動力。臺北：巨流圖書公司。
- 城菁汝、陳佳利，2009。回憶法與英國博物館：促進年長者參與之應用，科技博物，13(2)：5-26。
- 徐仕美譯，Ingram, J. 原著，2016。記憶的盡頭 (Then End of Memory)。臺北：天下文化出版公司。
- 梁家欣、程蘊菁、陳人豪，2014。失智症之重點回顧，內科學誌，25(3)：151-157。
- 許寶鶯、王雅誼、李宜育、劉淑娟、邱麗蓉、謝佳容，2005。探討懷舊團體治療應用於精神科老年病患的介入成效，新臺北護理期刊，7(2)：33-44。
- 陳佳利，2009。社區互動與文化參與新取徑：探萊斯特郡開放博物館的理念與實務，博物館學季刊，20(2)：21-40。
- ，2015。邊緣與再現：博物館與文化參與權。臺北：臺大出版中心。
- ，2017。在過去的時光中相遇：利物浦博物館高齡教育活動之研究，博物館學季刊，31(1)：5-25。
- 黃松林、李志明、楊秋燕、陳家進，2009。懷舊處遇在失智老人服務之運用：臺灣屏東團體個案研究。The Journal of Nursing Research, 17(2): 112-119。doi: 10.6132/JCM.2011.6.1.08。
- 黃富順主編，2008。高齡教育學。臺北：五南出版社。
- 楊淵韓，2016。失智症事件簿：我想回家，吃年夜飯。新北：大和書報圖書股份有限公司。
- 董曉婷、陳桂敏，2007。音樂療法於改善機構失智老人認知、行為問題及憂鬱之成效探討，實證護理，3(4)：309-318。
- 廖月娟譯，Sacks, O. 原著 (2007)，2008。腦袋裝了 2000 齣歌劇的人 (Musicophilia: Tales of Music and the Brain)。臺北：天下文化出版公司。
- 蔡清田，2003。教育行動研究。臺北：五南出版社。
- 羅欣怡，2017。用藝術與記憶連結博物館高齡觀眾，藝術認證，72：44-51。
- Arroyo-Anlló, E. M., Díaz, J. P. and Gil, R., 2013. Familiar Music as an Enhancer of Self-consciousness in Patients with Alzheimer's Disease, pp. 752-965. Biomed Res Int.
- Brooker, D. and Surr, C., 2005. Dementia Care Mapping: Principles and Practice. Bradford: University of Bradford.
- Camic, P. M., Hulbert, S. and Kimmel, J., 2017. Museum object handling: A health-promoting community: Based activity for dementia care. Journal of Health Psychology (in press). DOI: <https://doi.org/10.1177/1359105316685899>.
- Chadborn, N., Argyle, E., Dunk, L., Thomson, L. and Coope, J., 2015. Evaluation of Museum Resources for Care Home Residents with Dementia and Training for Care Staff. Nottingham: The Institute of Mental Health.

- Jacques, C., 2007. Easing the transition: Using museum objects with elderly people. *In: Pye, E. (Ed.), 2007, The Power of Touch: Handling Objects in Museum and Heritage Contexts*, pp. 153-161. California: Left Coast Press.
- Kirwood, T., 1997. *Dementia Reconsidered*. Buckingham: Open University Press.
- Lamar, K. L. and Luke, J. J., 2016. Impacts of art museum-based dementia programming on participating care partners. *Journal of Museum Education*, 41(3): 210-219.
- Miles, A. N., Fischer-Mogensen, L., Nielsen, N. H., Hermansen, S. and Berntsen, D., 2013. Turning back the hands of time: Autobiographical memories in dementia cued by a museum setting. *Consciousness and Cognition*, 22: 1074-1081.
- National Museums Liverpool, 2012. *House of Memories: An Evaluation of National Museums Liverpool: Dementia Training Programme*. Liverpool: National Museums Liverpool.
- Schweitzer, P. and Bruce, E., 2008. *Remembering Yesterday, Caring Today*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Silverman, L., 2002. The therapeutic potential of museums as pathways to inclusion. *In: Sandell, R. (Ed.), 2002, Museums, Society, Inequality*. London: Routledge.
- Spence, C., 2007. Making sense of touch: A multisensory approach to the perception of objects. *In: Pye, E. (Ed.), 2007, The Power of Touch: Handling Objects in Museum and Heritage Contexts*, pp. 45-61. California: Left Coast Press.
- Spence, C. and Gallance, A., 2008. Making sense of touch. *In: Chatterjee, H. J. (Ed.), 2008, Touch in Museums*, pp. 21-40. Oxford: Berg.
- Wong, P. T. P. and Watt, L. M., 1991. What types of reminiscence are associated with successful aging? *Psychology and Aging*, 6(2): 272-279.

作者簡介

陳佳利：國立臺北藝術大學博物館研究所教授兼所長。

游貞華：前新北市十三行博物館營運推廣組組長，現任宜蘭縣立蘭陽博物館研究典藏組助理研究員。

附件一：珍愛記憶 - 十三行考古趣回饋表 (2016/10/17)

請填寫建議與回饋，以作為日後研究與辦理活動的參考，感謝您的填寫！

1. 您的年齡與性別 _____ 歲 男 女
2. 居住地 臺北市 新北市 其他地區
3. 第一次來到十三行博物館 是 不是

-
1. 您對今天的活動，整體感覺 很滿意 滿意 普通 不太滿意 很不滿意
 2. 今天活動的喜歡程度（最喜歡為 1，其次為 2，請依序填寫）
相見歡及骨頭健康操 導覽員解說 咖啡試喝及分享
拍照時間 手做餅乾 DIY 及聽老歌 胸章 DIY
 3. 在喝咖啡試喝及分享活動中，以下哪幾樣是您懷念的老東西，並告訴我們原因：
零食
彈珠、尪仔標
水晶肥皂、明星花露水
小豬撲滿
 4. 做餅乾活動中播放的老歌，以下哪幾首歌引發您的熟悉感或回憶：榕樹下
秋蟬 我只在乎你 何日君再來 不了情 望春風 黃昏的故鄉
 5. 希望博物館可多辦理哪些活動？ 博物館展示導覽 老歌歡唱會 戶外導覽
老東西分享與討論 動手做食物 動手做東西 其他
 6. 今年一共參觀幾次博物館（包含其他館舍）？ 1 次 2 次 3 次以上
 7. 平日的休閒活動（可複選） 聽音樂 唱歌 跳舞 看電視 看電影
下棋 聊天 閱讀 散步 爬山 旅行 逛街 逛博物館
其他

回饋與建議

1. 分享您在本次做餅乾活動中聽老歌的感受
2. 其他收穫與建議

附件二：懷舊音樂十三行 (2017/8/28)

請填寫建議與回饋，以作為日後研究與辦理活動的參考，感謝您的填寫！

1. 您的年齡與性別 _____ 歲 男 女
2. 居住地 臺北市 新北市 其他地區
3. 第一次來到十三行博物館 是 不是
4. 您的身分 失智症協會會員 陪伴者
5. 您的學歷 國小(含)以下 國中 高中 大專 研究所(含)以上

-
1. 您對今天的活動，整體感覺 很滿意 滿意 普通 不太滿意 很不滿意
 2. 今天活動的喜歡程度(最喜歡為1，其次為2，請依序填寫)
相見歡及骨頭健康操 導覽員解說 戲曲活動及討論 錄唱片
拍照時間 手做餅乾聽老歌 做音樂盒 水下考古虛擬實境 VR 體驗
 3. 以下哪些是您懷念的節目或活動，並告訴我們原因：
看歌仔戲
看京劇
看布袋戲
聽老歌
 4. 在動手做活動中播放的老歌，以下哪幾首歌引發您的熟悉感或回憶：
何日君再來 望春風 黃昏的故鄉 雨夜花 褪色的戀情
 5. 希望博物館可多辦理哪些活動？博物館展示導覽 老歌歡唱會 戶外導覽
看戲與討論 看老東西與討論 動手做食物 動手做東西 其他
 6. 今年一共參觀幾次博物館(包含其他館舍)？ 1次 2次 3次以上
平日的休閒活動(可複選) 聽音樂 唱歌 跳舞 看電視 看電影
下棋 聊天 閱讀 散步 爬山 旅行 逛街 逛博物館
其他

回饋與建議

1. 分享您在本次做音樂盒活動中聽老歌的感受
2. 其他收穫與建議

附件三：專家訪談提綱

1. 請問當初為何想參加十三行博物館規劃失智症患者的教育活動？有何期待？
2. 請問參加 2016 年及 2017 年十三行博物館規劃的教育活動，參與者的狀況與後續反應如何？
3. 貴單位參加博物館規劃的活動，是否符合非藥物治療的一環？在活動過程中，有沒有任何令您印象深刻的事？
4. 2016 年失智症患者的教育活動內容中，您覺得最成功的項目為何？成功的原因是否可以和我分享？有沒有您認為需要改進的項目？
5. 您認為博物館舉辦失智症者參觀活動，最需要注意的有哪些事項？
6. 您對博物館在與失智症患者互動上，未來有沒有什麼期待與建議？

Remembering Aromas and Melodies: Action Research on Programs for the Elderly Living with Dementia of the Shihsanhang Museum of Archaeology

Chia-Li Chen* Chen-Hua Yu**

Abstract

In recent years, more and more museum professionals have come to believe it is necessary to apply museum resources to programs for the elderly to expand museums' social roles and therapeutic potential. How can museums develop educational programs to enhance the well-being of those living with dementia? How do nostalgic songs and objects facilitate learning and recollection in older adults? To answer these questions, the authors collaborated with the Shihsanhang Museum of Archaeology in Taiwan to carry out action research. Those living with dementia and their caregivers were invited to the museum to participate in reminiscence workshops. From participant observation and survey questionnaires during 5 visits, museum practices in organizing, assessing and revising programs for those living with dementia were explored and participant experiences of listening to old songs, tasting foods, and smelling and handling objects were analyzed.

The results revealed that stimuli such as foods, toys and traditional Taiwanese opera costumes can encourage interaction and reminiscence. Playing old songs during cookie workshops stimulated memories via aromas and melodies, inspiring feelings of youthfulness and happiness. If the songs were popular during participants' youth, they evoked maximum resonance. From the questionnaires, those living with dementia preferred reminiscence sessions and workshops with aromas and old songs while their caregivers preferred DIY workshops that require more creativity and skill. It is worth noting that the memories of participants were narrative in nature, and some were negative. Increases in time and skills of reminiscence may help to better achieve integrative reminiscence. Guided tours were the favorite part of the visit. However, content should be simplified and developed specifically for those living with dementia, respecting their multicultural backgrounds and gender, with increased opportunities for interaction to make the museum experience more enjoyable.

Keywords: museum and the elderly living with dementia, museum and reminiscence, listening to old songs, multiple senses and the elderly

* Professor, Director of Graduate Institute of Museum Studies, Taipei National University of the Arts; E-mail: chiali21@hotmail.com

**Assistant Research Fellow, Department of Research and Collection, Yilan County Lanyang Museum; chyu361742@mail.e-land.gov.tw