

來一杯特調爺奶！ 臺科大團隊以藝術創造共感



臺灣科技大學設計系副教授董芳武與社區樂齡中心合作，開設適合長者們的創意老化課程，透過團隊合作完成「點點畫」創作。

圖片來源：臺科大

走過台灣街頭巷尾，隨時都有清涼好喝的手搖冰飲。但是這杯獨特的「特調爺奶」，你一定沒喝過！臺科大整合系所資源，結合師生創意，設計出活力十足的銀髮創作課程，以藝術之力前進社區，協助減緩老化與失智症發生。

「人生本來就該多點風味！」臺科大設計系副教授，同時也是這項「i設計 愛學習—營造老少共學的多媒體互動智慧生活環境」計畫主持人董芳武笑著表示，好玩的「特調爺奶」精準傳達了計畫主旨，是由學生自主發想，以一系列課程，讓年輕人進入社區，協助年長者延緩老化與失智發生。

「老化」已是不可逆轉的趨勢，臺灣即將邁向高齡社會，如何更積極創造對銀髮族友善的生活環境，已成重要課題。在這樣的構想下，董芳武積極串聯臺科大設計系、數位學習所、醫學工程研

究所資源，於 2020 年 9 月至 12 月間，分別在新北雙連樂齡健康活力中心及社團法人台灣厝邊有愛關懷協會台北和平據點，舉辦「創意老化」課程活動。

「朝向『創意老化』，我們嘗試降低藝術創作門檻，引發年長者的藝術共感與體驗，並藉此延緩失智發生機率，」董芳武解釋，一套 8 周的「色彩×音樂共感」課程，主要藉由「音樂」和「色彩」刺激長者的視聽，保持大腦高功能運作，也訓練手部肌肉靈活，盼能達到延緩老化、預防失智。



創意老化課程-色彩與音樂共感覺

創造藝術共感 以音樂與色彩激發想像

這麼有意義的活動，怎麼著手呢？首先，團隊必須對參與的年長者進行測試。透過臺科大醫學工程研究所開發的穿戴式量測裝置，先以脈波量測分析，為長者早期偵測慢性疾病，了解年長者的身心狀態。



早期偵測-微循環量測系統

再來，就必須與社區結合，並藉由師生創意，設計課程與教具，重點便是「音樂」和「色彩」。

翻開一本本令人驚嘆的「作品集」，這些都是參與學員的豐碩成果，8 周課程當中，臺科大學生轉換角色為老師，引導長者利用不同媒材創作，像是壓克力自畫像、古早童玩作畫等，從創作中回憶自身生命經驗，重新認識自我。

發想出「特調爺奶」計畫名稱的臺科大設計所學生邱韋如，便拿出別出心裁的「懷舊寶盒」，包括彈珠、毽子、陀螺、竹蜻蜓、波浪鼓、紙飛機等古早童玩的 3D 列印橡皮圖章，一顆顆都蘊含著年長者的童年記憶。



創意老化課程-童年紀事

這些元素一出現，很快便產生「破冰」效果，容易打開話匣子。「比方說有人就會跳出來表示自己是彈珠王，告訴其他人怎樣打彈珠才能所向無敵。」

又比方說「自畫像」，一開始大家覺得難度很高，但透過拼貼、上色等方式，讓爺爺奶奶自由組合色彩，很快就勾起參與熱情。



創意老化課程-自畫像

激發創意實踐 以獨特設計連結生命經驗

美食，尤其是課程中共鳴度很高的創作主題，爺爺奶奶玩得不亦樂乎。「你會看到大家都很投入，還有人到隔壁『借菜』，妝點自家的黏土料理。」董芳武笑著舉例。

在這個以黏土「動手做」來自我表達的過程中，常有出乎意料的驚喜，讓人充滿發現的樂趣。比方說，長輩眼中的美食，不一定是慣常想像的家鄉菜、古早味，「我們有學員就做和牛大餐，因為這是她人生經驗中很難忘的食物！」



創意老化課程-回憶美食

在熱烈的交流中，原本對藝術還有些猶豫的高齡長者逐漸建立信心，開始打開話題，也增加了互動。透過懷舊元素的設計，串起記憶與人生經驗，也同時激發了想像力。有些爺爺奶奶的數位化程度更是讓人吃驚，不少人做完作品，便馬上拍照上傳 Line 群組或臉書，與親朋好友分享喜悅。

「我特別想強調的是，這不只是做勞作，而是在激發共感，創造記憶的連結，」董芳武解釋，8 堂課的規劃，前 4 周為歲月足跡繪本主題，後 4 周為色彩與音樂共感主題，創造「共感」才是真正的關鍵字。

「設計思考就是要以人為本，」董芳武回顧，課程實際展開後發現，很多長者年輕時沒法好好上學，因此他們的青春記憶，其實與現代年輕人想像的有些不同。「但他們來參加這堂課，會因此想更了解藝術，也會想透過色彩來表現自己的想法，這是很令人感動的！」

不只鼓勵年長者以色彩畫出新視界，這次的計畫，也鼓勵學員由音樂探索感官經驗。臺科大團隊用心投入教具設計與製作，並將活動「模組化」，因此未來不一定非得是藝術教師才能指導上課，年輕志工也可引導爺爺奶奶創作。

創造青銀對話 為不同世代找到表現舞台

「長輩們並不會因為年紀較輕而不理睬我們，」擔任本次計畫助理的洪甄苓回顧，「這系列的課程，其實是一種關係建立的過程，爺爺奶奶開始相信我們，也開始相信自己！」循序漸進的課程，

消除學員對自我表達的不安，讓他們了解不一定要有筆才能畫，每個人都有獨一無二的心靈，都能做出創意十足的作品。

像是本次計畫焦點的專利色彩唱盤，就是設計系與電子、電機系通力合作的成果，也是「用色彩來創造音樂」的獨特發想。每種色彩都有對應的音階，有高低音分別，爺爺奶奶先在唱盤排出色點，不同的組合，能在唱機播放獨樹一格的旋律，每個人都可感受音樂創造的奇妙氛圍。

「我覺得其中最棒的地方，就是能把想法與創意應用在計畫裡，」邱韋如這樣回顧。「而參與計畫的設計與執行，也更增強了我們的同理心，在與長輩的對話互動中得到很多收穫，」洪甄苓亦如此表示。



臺科大 USR 計畫團隊與社區樂齡中心的長者們大合照。

年輕學子的創意，透過美感、善意與現代科技，做出了「青銀共享」的最佳示範，延緩了老化與失智，也為大學師生及銀髮長者找到表現的機會與舞台。

這也難怪，本計畫參加「2020 智在家鄉」聯發科技數位社會創新競賽，便榮獲優等獎肯定，吳靜吉博士便在講評時稱許，「這是用最有創意的方式，來解決萬年存在的（老化/失智）問題！」



臺灣科技大學 USR 計畫「i 設計 愛學習-營造老少共學的多媒體互動智慧生活環境」

董芳武 臺科大/設計系/副教授/計畫主持人(圖右三)與其團隊：

深入社區樂齡中心探索高齡者從事創造力學習之需求，開發創意老化課程以及設計輔助長者進行創作的裝置，並將創意老化概念落實在地社區。