

高雄市政府教育局家庭教育中心-家庭教育幸福劇場

《超人佻阿嬤》教學示例

中年級

114年10月17日發布

壹、理念說明

根據統計，台灣在2025年正式從高齡化社會進入超高齡社會，意即65歲以上老年人口占總人口數已經達20%，每5人中，就有1人是老年人口。事實上我們在2018年才步入高齡社會(老年人口占比超過14%)，只經過7年就從高齡進入超高齡，社會老化速度不容小覷。

根據衛生福利部於2024年3月21日公布最新臺灣社區失智症流行病學調查結果，全國社區65歲以上長者失智症盛行率調查結果為7.99%，每100位65歲長者中，約有8位可能罹患失智症，足見在高齡社會的趨勢下，失智是關照高齡人口重要的議題。



事實上，失智症(Dementia)不是單一疾病，而是一群症狀的組合，不單純只是記憶力的減退，還會影響到其他認知功能，包括語言能力、空間感、計算力、判斷力、抽象思考能力、注意力等方面的功能退化，同時可能出現干擾行為、個性改變、妄想或幻覺等症狀，這些症狀嚴重者將影響其人際關係與工作能力。然而很多人卻認為人一旦老了都是這樣，他們只是老番癩、老頑固，忽略就醫的重要性，事實上失智症並非正常老化現象，需要進一步的診斷了解可能的病因，進而選擇適當的治療與照顧方法。

目前尚無法治癒失智症，藥物的幫助有限，需要搭配運動、社交、認知訓練等非藥物治療來協助減緩退化。失智症者的短期記憶功能會逐漸衰退，會忘記曾經熟悉的人和地方、工作，甚至連自己的身份和經歷也變得模糊不清，還可能出現令人困擾的問題行為，不僅對患者造成困擾，也會造成家人情感上的糾結及照護上的負擔。

本系列教案以橋頭國小師生所製播的超人和阿嬤皮影戲為教學媒材，希望透過傳統戲劇的表演，喚起校園及家庭對於高齡化社會現象的關注，並依不同學習階段設計三份教案：低年級從覺察祖孫陪伴互動經驗出發，繼而鼓勵學生透過可實踐的行動促進家人互動；中年級則以「懷舊治療」為基礎，鼓勵創造美好記憶，幫助失智長者建立正向情緒、找回記憶力；高年級更進一步引導學生能認識政府針對高齡化社會推行的相關政策，學習協助家中老者迎向成功老化的策略。

貳、教學設計

一、教學重點

- (一)藉由阿嬤陪阿俊玩躲貓貓、說故事、騎腳踏車去公園玩、阿嬤秀獨輪車，教阿俊認識綠繡眼等劇情，強調祖孫互動美好的一面。
- (二)最後以趕走阿嬤失智的超人是阿俊，強調家人陪伴對失智老人的助益。
- (三)積極創造精心時刻的回憶，設計孩子與阿公阿嬤愛的連結，可當場電話連線也可寫小卡擇日繳交或傳送。無祖父母者，可改對主要照顧者的愛的連線。

二、教學設計

(一)單元架構表

活動名稱	節次	時間(分)	單元重點
超人佻阿嬤 愛的連線	2	80分	分享祖孫同框照、觀賞皮影戲、討論影片重點、創造溫馨回憶並分享。

(二)單元內容

議題		家庭教育	設計者	謝慧華、劉素鈴
實施年級		三、四年級	總節數	2
單元名稱		超人佻阿嬤_愛的連線		
設計依據				
總綱核 心素養	面向	A1		
	項目	身心素質與自我精進		
	項目 說明	E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。		
家 庭 教 育	主題軸		家人關係與互動	
	學 習 重 點	學習 表現	2-II-2表達對家人的情感支持與關懷。 2-II-3參與家庭活動並與家人分享經驗。	
		學習 內容	B-II-4家人情感支持與關懷的行動。 B-II-5家庭活動的形式、意義與重要性。	
議 題 融 入	學習 主題	家人關係與互動		
	實質 內涵	家E7 表達對家庭成員的關心與情感		
與 其 他 領 域/ 科 目 的 結 合	領域	N/A		
	學習 表現	N/A		
	學習 內容	N/A		
教材來源		家庭教育幸福劇場-超人佻阿嬤 https://www.youtube.com/watch?v=3BpAFIGs57s		
教學設備/資源		數位照片、網路、電腦、大屏、電話、彩色小卡		
學習目標				

一、分享參與家庭活動的經驗或心得，例如家庭共餐、家人出遊、閒暇聊天等。

二、以自己能力所及的方式，表現對家人的愛與關懷。例如說出對家人的感謝或鼓勵、寫卡片、留字條、問候、製作小禮物等。

活動設計

一、第1節

(一)暖身活動-喚起舊經驗(5分鐘):

註:課前請學生家長提供祖孫同框照片(電子檔尤佳)，無需面對鏡頭，家人側拍也行。(以下為範例)



老師:老師接下來要播一些照片，猜猜誰在裡面~看見自己的請起立跟大家揮揮手再坐下。

(老師播放照片，可穿插不是學生的照片)

老師:這些照片有甚麼共通點?

學生:有阿公、阿嬤、孫子、很開心、一起吃東西、一起玩、阿公阿嬤都很老...

(老師秀出全部照片的頁面)

老師:有誰要分享哪一張照片讓你特別有感覺?要分享原因哦~

學生:小美那一張，他阿公在吃披薩，我覺得很稀奇，我阿公最喜歡帶我去吃黑輪烤香腸...(自由回答)

老師:你們喜歡跟阿公阿嬤一起做甚麼事?做過甚麼事讓你很難忘?

學生:(自由回答)

老師:一起做喜歡的事真的很幸福，這就叫精心時刻!跟阿公阿嬤一起幸

福的回憶非常重要，是可以救人的解藥哦~

(二)發展活動(共34分鐘)

老師:等一下老師要播一部皮影戲，跟剛才提到的精心時刻有關係，幾個看戲重點，老師寫在黑板上，等一下請大家仔細看劇中出現哪些人物？發生了什麼事？讓自己印象最深刻的部分？看完之後，我們再來討論。

■老師播放超人恰阿嬤(從1分40秒~17分30秒)(16分鐘)

老師:看完影片，先閉上眼回想一下，10秒後，大家一起來討論幾個問題。

1. 看到哪些人物？ (1分鐘)

蜘蛛精、阿福、阿俊、阿嬤、阿俊的爸、同學。

2. 發生了什麼事？ (5分鐘)

- 阿嬤會跟阿俊一起玩。
- 阿嬤老了忘記很多事。
- 蜘蛛精會控制人腦。
- 阿俊考上大學後離開阿嬤。
- 阿俊喜歡跟同學打傳說。

3. 有哪些印象深刻的事及感受？ (5分鐘)

- 蜘蛛精會控制老人，尤其孤獨老人。
- 阿俊跟阿嬤會一起玩、阿俊嬤很多才藝，讓人羨慕。
- 阿嬤會騎獨輪車，很厲害。
- 阿嬤忘記事情之後，換阿俊教阿嬤，讓人很感動。

4. 從影片學到什麼？ (2分鐘)

- 如果沒有陪長輩，他們就會被蜘蛛精控制而失智。
- 多陪伴老人可以降低失智的可能。
- 要珍惜跟阿公阿嬤相處的時間。

老師:在進行下一題討論前，老師要放一段這齣戲對演員的啟發，有助於我們討論下最後一題。(22分24秒~23分33秒) (1分鐘)



5. 聽完這幾位主角的感想，你未來想做的改變或行動~ (4分鐘)

- 想留下更多與阿公阿嬤的回憶。
- 每個禮拜回阿公阿嬤家。
- 回阿公阿嬤家時，少用手機跟平板。
- 多問爸爸媽媽有關於阿公阿嬤的事。
- 我要常打電話給他們。
- 寫卡片給阿公阿嬤。

三、統整活動(1分鐘)

老師:從剛剛的討論，你學到人變老時，身體會有什麼改變？會需要我們協助他們什麼？

學生:(自由回答)

老師:你覺得自己可以為日漸變老的阿公阿嬤做些什麼呢？

學生:(自由回答)

老師:大家對於今天課程很有想法，心動不如馬上行動，回家後就來跟阿公阿嬤愛的連線吧!(請學生回家後將在課堂上討論的策略實作，例如:打電話或寫卡片等……。)

二、第2節

(一)暖身活動(2分鐘)

請學生分享上一堂課的重點。

(二)發展活動(35分鐘)

1. 介紹愛的語言：

愛是維繫家人關係的重要基石，然而愛有很多表達方式，每個人喜歡和感受愛的方式又不盡相同，就像語言溝通一樣，如果我們不了解彼此的「愛之語」，很可能產生誤解，甚至阻礙愛的傳遞。介紹「愛的五種語言」，協助學生去覺察並學習用對方喜歡的方式表達愛意，讓愛在家人之間流動得更順暢、更深刻。

(1)真心禮物 (Gift):透過送禮物來表達愛。

(2)精心時刻 (Quality Time):專屬於愛人的陪伴時間。

(3)服務行動 (Acts of Service):為對方做事情，如幫忙分擔家務、跑腿等。

(4)肯定言語 (Words of Affirmation):說出正向和肯定的話語給對方聽。

(5)身體接觸 (Physical Touch):以實際的肢體碰觸溝通彼此的愛。

2. 老師請3-5個學生分享自己喜歡的愛之語，確認學生是否能掌握此概念。

3. 愛的行動分享：

邀請若干學生分享經過上一次課程後，自己回家與祖父母或家人互動的作業及心得，並請全班一起判讀屬於何種愛之語，師生給予回饋。

(三)統整活動(2分鐘)

老師回饋:大家都很用心的和長輩進行愛的連線，有直接到長輩家裡探望的、打電話問候的、甚至有用line進行視訊或文字傳訊息的，也有些是和長輩們住在一起，表現出應有的問候和關懷，這些都是很棒的作法，希望各位同學能繼續持續下去，而不只是因為上課有講到，之後就不做了，愛的連線要隨時隨地保持下去。

師生一起總結:要以自己能力所及的方式，持續表現對家人的愛與關懷，

創造美好的回憶，幫助失智長者建立正向情緒、找回記憶力。

(三)單元評量

活動名稱	評量目標	評量方式(工具)
超人佻阿嬤 愛的連線	1. 能參與討論並分享。 2. 具體實踐一個與祖父母或家人愛的連線行動。	實作評量(參與討論、提出實際可行方案並確實執行)

(四)參考資料

失智症與正常老化的區別	
老化	★可能突然忘記某事，但事後會想起來。 ★若做記憶測試，可能會無法完全記住測試中的物品。
失智	★對於自己說過的話、做過的事，完全忘記。 ★無法記住記憶測試中的物品，甚至完全忘記自己做過測試。
資料來源：邱銘章、湯麗玉，失智症照護指南，2009，原水文化。	

(五)補充教材

1. 五種愛的語言：

每個人都有一種最擅長的主要的愛的語言。愛有共通的語言，彼此之間的交流就會很順利；相反的，如果彼此所熟悉的語言各不相同，那麼愛的溝通就可能會遇到阻礙。本課程將精心時刻當做共通的愛之語，希望藉由相互陪伴創造更多幸福的回憶，奠基未來減緩失智的基礎。

(1)真心禮物 (Gift)：透過送禮物來表達愛。

(2)精心時刻 (Quality Time)：專屬於愛人的陪伴時間。

(3)服務行動 (Acts of Service)：為對方做事情，如幫忙分擔家務、跑腿等。

(4)肯定言語 (Words of Affirmation)：說出正向和肯定的話語給對方聽。

(5)身體接觸 (Physical Touch)：以實際的肢體碰觸溝通彼此的愛。

2. 參考文章：

- (1) 「懷舊治療」延緩失智退化！幫助長輩建立正向情緒、找回記憶力https://genx.nhri.edu.tw/servicedetail_tw.php?id=5408
- (2) 讓他做個被愛的失智者保持好奇心和冒險精神，是照顧失智患者的關鍵<https://www.ankecare.com/article/2605-2023-06-29-15-59-01>
- (3) 失智最重要的是陪伴<https://money.udn.com/money/story/6808/4575423>
- (4) 如何與失智者相處<https://www.healthnews.com.tw/article/56590/>