



2026 第六屆

金質歷程獎

Golden Academic Portfolio Award



社團法人

慈治教育協會

我的跨世代互動教學設計與實踐歷程



完整作品

| 學校 醒吾高中 | 類別 課程學習成果 | 作者 蔡怡柔 | 指導老師 林芸竹 老師

百字簡述

隨著高齡化社會發展，長者面臨孤單與社交減少，我透過**跨世代互動活動參與**，從**陪伴**到**設計記憶遊戲與桌遊**，培養觀察與引導能力。

在實務操作中，學習**理解長者需求**，並調整**互動方式**，展現**自身活動設計與人際互動上的成長**。

動機與目標

過去參與跨世代相關活動與比賽，我觀察到長者在與年輕人互動過程中，能展現更多笑容與活力，而**年輕世代**也能從中**理解長者的生命經驗**，這讓我開始關注**跨世代互動的實際價值**。

透過本次學習歷程，我不再只是參與活動，而是逐步發展出**觀察、調整與設計活動的能力**，也更加確立**未來持續投入高齡服務與跨世代互動相關領域的學習方向**。



▲與長者互動，帶領長者製作杯子蛋糕。

學習過程

跨時代互動議題與觀察

適切的活動設計能同時促進認知參與與情感交流，使長者產生投入感與成就感，也讓年輕世代建立理解與同理心。因此我開始從「參與者」轉變為「**活動設計的思考者**」，透過觀察與反思，調整**互動方式與活動內容**，使跨世代互動不只是陪伴。在多次與長者互動的過程中，我逐漸觀察到，長者除了基本生活照顧外，更重視情感陪伴與人際交流的需求。當有適合的互動活動時，長者往往展現更多笑容與參與意願，也更願意分享自身經驗。

在學習過程中，我參與了多項跨世代活動，並觀察長者在活動中的反應與參與情形。我發現，當**活動內容符合長者能力與興趣**時，他們會展現出更高的**參與意願與自信心**，也更願意分享自己的生活經驗。同時，年輕世代也能從互動中了解長者的成長背景與人生故事，進而建立**尊重與同理心**。

活動規劃與調整能力

在實際參與跨世代活動的過程中，我逐漸學習如何依據**長者的需求與現場狀況調整活動內容**。從最初著重於活動流程的安排，到後來開始思考**參與者的感受與互動品質**，我發現成功的活動不僅需要完善的規劃，更需要靈活的應變能力。透過觀察長者的反應，我會適時調整**活動節奏、互動方式與內容難度**，讓每位參與者都能獲得成就感與參與感。這段學習歷程讓我培養了活動設計、溝通協調及問題解決能力，也更加了解以使用者需求為核心的重要性。

學習收穫

透過本次跨世代互動活動的參與與設計，我不僅了解長者在認知與情感上的需求，也逐步培養了觀察與分析的能力，能從活動過程中判斷參與者的反應，並進行適當調整。從原本單純的參與者，逐漸轉變為能**思考活動設計與引導方式的學習者**。



▲了解並體驗長者輔具的舒適度、用法。



▲帶領長者一同做舒展操。



▲將所學的實際做成教案設計，並參與比賽。

心得反思

在跨世代互動學習歷程中，我最大的改變，是開始從「**自己的角度**」轉向「**長者的角度**」思考。一開始，我認為只要設計活動、陪伴長者參與，就能達到互動的目的。但在實際帶領與觀察的過程中，我發現如果沒有理解長者的需求與能力，再好的活動也無法產生效果。

這讓我意識到，活動的重點不在於形式，而在於是否真正符合參與者的狀況。這次經驗讓我不只是參與活動，而是開始思考如何透過設計，讓每一次互動都更有意義。對我而言，跨世代互動不只是一次學習歷程，更是一個讓我學會**理解他人、調整自己**，並持續成長的重要過程。



▲聆聽長者需求，給予陪伴與回應。