



03

高龄学习活动的设计 与实施原则

前言

21世纪,受到医学进步和科技发展的影响,人类寿命普遍延长,高龄化社会成为一种普世现象。为了因应高龄化社会的来临,联合国将1999年定为“国际老人年”,强调对高龄者的关怀与重视。其中,教育是促进高龄社会成功发展的关键。就高龄学习者而言,透过教育的途径,能使其角色与责任重新定位,赋予新的意义,也能促进其成功老化(陈欣兰,2007)。就高龄社会的角度而言,教育使得高龄者能适应社会,服务社会,进而促进国家社会的发展与进步。

高龄社会之所以重视教育的另外一个原因,乃是受到全球化终生教育思潮的影响。终生教育倡导每一个人都要不断地学习,才能自我成长与自我实现。各国在面临高龄社会来临之际,其重要的对策之一就是学习的提供(黄富顺,2004)。因此,高龄社会须以教育来帮助高龄学习者,使其借着参与教育活动来拓展视野,成功老化。

由于教育是“高龄社会”的对策之一,因此各国应积极地规划高龄者的学习活动。本文的研究目的有三:一为了解并破除一般人对高龄者的迷思;二为了解高龄者参与学习活动的必要性;最后则为探讨高龄学习活动的设计与实施的原则,以作为高龄教育工作者之参考。

对高龄学习者的迷思

一般人由于害怕老化及对老人的偏见,造成对高龄学习者的错误看法。这些负面看法使高龄学习者被误解,形成了刻板印象,对高龄学习者十分不公平。具体而言,有以下几点迷思(Bryan,1993):

- 一、高龄学习者无法学习新的事物;
- 二、高龄学习者没有余力参与学习活动;
- 三、高龄学习者的智力不如年青人;
- 四、高龄学习者不适合以测验的方式进行评量;
- 五、高龄学习者不思改变,无法处理日常事物,悲观又依赖;
- 六、高龄学习者是没有用的,是不事生产的。

综上所述,对高龄学习者的迷思乃是起因于对高龄者的不了解或误解所致。事实上,高龄者有能力再学习,晶质智力和智慧的开展也胜于年轻人,乐观进取及利他奉献的精神也能透过学习再造高峰。厘清了迷思,有助于破除一般人的刻板印象,也有助于高龄教育者规划高龄学习的课程与活动。高龄者在退休后,如果能继续参与学习活动,便是开启了新的生涯规划,包含发展新的兴趣、个人的成长、学习、服务和休闲。

高龄学习的必要性

高龄学习,是指高龄者借着参与学习活动,以增进新知,获得技能或达成态度、价值观念的改变,旨在促进高龄学习者自我满足、克服困境、及强化个人应付生活之能力。高龄学习受到重视,主要是因为终生学习理念的影响及社会变迁所致。具体而言,有以下四个主要原因,使高龄者认知再学习的必要性(Hiemstra,1985:169-170):

- 一、觉察到社会环境的瞬息万变,科技的日新月异,以及全球的脉动;
- 二、因为上述的环境变迁,使工作所需的知识快速过时;
- 三、老化人口稳定成长,持续增加中;
- 四、生活方式随社会变迁而异,需要借由学习,培养另一种兴趣,增加生活的乐趣。

高龄学习活动的设计与实施原则

鼓励并激发高龄者参与学习活动是高龄社会的对策之一,因此高龄教育工作者必须在高龄学习活动的设计与实施原则上,尽量满足他们参与学习的机会。首先,在学习活动的设计上,必须要兼顾以下原则:

- 一、高龄学习活动的内容须多样化,以满足高龄者的学习需求与兴趣,因应多元化的社会;
- 二、高龄学习活动须提供工作的知识与智能,作为高龄者转业或兼职的准备;
- 三、高龄学习活动的内容应教导高龄学习者如何因应老化过程及减缓老化;
- 四、高龄学习活动之内涵应包含对高龄者的心理调适与辅导之设计,以克服其心理危机,纾解其压力;
- 五、高龄学习活动须帮助高龄学习者适应与发展新的社会关系,譬如,因应配偶或好友丧失之调适,提供志工服务的训练等;
- 六、高龄学习活动须提供休闲、旅游、管理等方面的知识与技能,以利其安排生活,善用退休金,处置遗产等。

另外,任何学习活动的实施都必须考虑高龄学习者的生理、心理和社会特质,故其实施原则应包含以下六项:

- 一、学习活动的进行应考量高龄者日渐衰退的体力负荷;
- 二、学习活动的费用应让高龄者有能力负担;
- 三、学习活动的住宿场所应让高龄学习者觉得舒适;
- 四、学习活动的安置环境应考量高龄学习者的身心特性;
- 五、学习活动的内容应能提升高龄学习者的兴趣并满足其需求;
- 六、学习活动的安排应考虑高龄学习者的交通便利问题。



结语

高龄学习的目的，就是提供高龄学习者，经由再学习、再社会化的统整过程，完成有意义的学习。高龄者参与学习活动能开展积极的人生，促进身心健康，提高生活品质，并且成功老化（Lemme, 2006）。高龄学习活动的规划与设计原则，就是针对高龄者的学习需求及其发展任务，提供解决的途径与方法，目的乃在鼓励高龄者参与学习活动，并借以提升其生活满意度，再创生命的意义与价值。

陈欣兰（台湾地区南开技术学院讲师）

摘自：《终身学习杂志》第11期，2007年6月

03 Princípios de criação e aplicação das actividades de aprendizagem da terceira idade

Introdução

No século XXI, em virtude do progresso da medicina e do desenvolvimento da ciência e tecnologia, a vida humana é prolongada e o envelhecimento torna-se um fenómeno comum na nossa sociedade. Com vista a melhor enfrentar uma sociedade com muitos idosos, a Organização das Nações Unidas definiu o ano de 1999 como o "Ano Internacional da Terceira Idade", a fim de dar importância e atenção à problemática dos idosos. A educação é um elemento chave para fomentar um bom desenvolvimento da sociedade da terceira idade. Através da educação, é possível redefinir o papel e responsabilidade dos idosos, atribuindo-lhes um novo papel e facilitando o seu envelhecimento com êxito (Chan Yan Lan, 2007). Do ponto de vista da sociedade, a educação de idosos facilita que estes se adaptem às novas características sociais e que possam servi-la melhor, promovendo assim o seu desenvolvimento e progresso.

Outra razão pela qual a sociedade dá importância à educação da terceira idade é a noção de educação universal. Esta propugna que o ensino deve ser contínuo e abranger toda a gente, de forma a proporcionar um maior desenvolvimento pessoal. Uma das estratégias para os países enfrentarem o início da sociedade da terceira idade é a disponibilidade da aprendizagem (Wong Fu Shun, 2004). Por isso, na sociedade da terceira idade, os estudantes idosos devem ser apoiados na sua educação, de modo a que possam participar nas actividades educativas, explorando as suas capacidades e enfrentando o seu envelhecimento sem dificuldades.

Como a educação é uma das políticas da "sociedade dos idosos", os países devem planear actividades de aprendizagem para os idosos. Neste artigo, tenho três objectivos de estudo: primeiro, conhecer e eliminar o desentendimento das pessoas em relação aos idosos; segundo, perceber as necessidades dos idosos ao participarem nas actividades de aprendizagem; o último é estudar o padrão de desenho e realização das actividades de aprendizagem para idosos, por referência aos educadores dos idosos.

Desentendimento em relação aos estudantes idosos

O público em geral tem medo do envelhecimento e preconceito em relação aos idosos, originando opiniões erradas sobre estudantes da terceira idade. Este ponto de vista negativo faz os estudantes idosos serem mal entendidos, criando uma imagem rígida. Para estes alunos, isso é muito injusto. Nomeadamente, os mal-entendidos são os seguintes (Bryan, 1993):

1. Os estudantes idosos não conseguem aprender novos assuntos;
2. Os estudantes idosos não têm energia adicional para participar nas actividades de aprendizagem;
3. A inteligência dos estudantes idosos não é tão grande como a dos jovens;
4. Não é apropriado avaliar os alunos idosos com testes;
5. Os estudantes da terceira idade não pensam em mudanças, não têm capacidade para tratar dos assuntos quotidianos, são pessimistas e dependentes;
6. Os alunos idosos não são úteis, não produzem nada.

Em conclusão, os mal-entendidos sobre os alunos idosos são propiciados por desconhecimento ou por conhecimento erróneo da realidade. Na realidade, os idosos têm capacidade para aprender novos conteúdos, o desenvolvimento intelectual e a sabedoria são maiores do que os dos jovens, o espírito optimista, empreendedor e de dedicação podem ser estimulados através dos estudos. Depois de esclarecer os mal-entendidos, é mais fácil eliminar a imagem rígida na mente das pessoas, podendo os educadores melhor projectar programas e actividades de aprendizagem para a terceira idade. Se os idosos continuarem a estudar após a aposentação, estão a iniciar um novo plano de vida, auto-valorizando-se e desenvolvendo novos interesses e áreas de estudo e de trabalho.

A importância da aprendizagem da terceira idade

A aprendizagem da terceira idade consiste em os idosos, através da participação em actividades de estudo, adquirirem mais informação, obterem técnicas ou conseguirem alterações ao nível da atitude e do sistema de valores, com vista a melhorar a capacidade de satisfazerem autonomamente as suas necessidades, superarem as dificuldades quotidianas e consolidarem a capacidade individual para tratarem da sua vida. A aprendizagem da terceira idade é valorizada por causa da influência da aprendizagem vitalícia e a mudança da sociedade. Concretamente, os motivos para os idosos sentirem a necessidade de aprender novamente são (Hiemstra, 1985: 169-170):

1. Perceber a rápida mudança do ambiente social, a renovação permanente da ciência e tecnologia e as alterações do mundo;
2. Por causa das mudanças do ambiente acima referidas, a informação necessária para trabalhar torna-se rapidamente desactualizada;
3. A população da terceira idade aumenta gradualmente;
4. Como o modo de vida varia de acordo com as mudanças sociais, é necessário fomentar outros interesses através dos estudos, de forma a ter uma vida mais feliz.

Padrão para desenho e aplicação das actividades de aprendizagem da terceira idade

Continuação Pág. 12

Incentivar e estimular os idosos a participar nas actividades de aprendizagem é uma das políticas da sociedade da terceira idade. Por isso, o educador dos idosos deve satisfazer o melhor possível as suas necessidades educativas conforme o padrão de desenho e aplicação das actividades de aprendizagem. Em primeiro lugar, ao desenhar actividades de aprendizagem, é necessário considerar o seguinte:

1. O conteúdo das actividades de aprendizagem para os idosos deve ser variável, com vista a satisfazer as necessidades e interesses de estudo da terceira idade, de acordo com a natureza diversificada da sociedade;
2. As actividades de aprendizagem para os idosos devem proporcionar conhecimentos profissionais e intelectuais que os preparem para mudar de emprego ou prestar trabalho a tempo parcial;
3. As actividades de aprendizagem para os idosos devem ajudá-los a adaptarem-se ao envelhecimento e a adiá-lo;
4. As actividades de aprendizagem para os idosos devem incluir acompanhamento psicológico a fim de resolver crises psicológicas e aliviar preocupações;
5. As actividades de aprendizagem da terceira idade devem ajudar os idosos a adaptar-se e desenvolver novas relações sociais, como por exemplo, disponibilizar formação na prestação de voluntariado para as situações de perda do cônjuge ou amigo íntimo;
6. As actividades de aprendizagem para os idosos devem dar informação técnica nas áreas de descanso, turismo e gestão, com vista a facilitar a organização das suas vidas pessoais, o bom aproveitamento das pensões de reforma e o tratamento das respectivas heranças.

Por outro lado, para realizar qualquer actividade de aprendizagem para a terceira idade é necessário considerar características físicas e mentais dessas pessoas e também circunstâncias sociais. Neste caso, os princípios de aplicação são:

1. Ao desenvolver actividades de aprendizagem, é preciso ter em consideração que a capacidade física dos idosos decai dia a dia;
2. Os encargos com as actividades de aprendizagem devem ser razoáveis para os idosos;
3. O alojamento deve ser confortável;
4. O ambiente das actividades de aprendizagem deve corresponder às características físicas e mentais dos alunos idosos;
5. O conteúdo das actividades de estudo deve estimular o interesse dos idosos e satisfazer as suas necessidades;
6. Ao organizar-se actividades de aprendizagem, deve ter-se em consideração o transporte para os idosos.

Conclusão

O objectivo da educação de idosos é ajudá-los a concluir um processo de aprendizagem que auxilie a sua reinserção social. A participação dos idosos nas actividades de aprendizagem pode proporcionar uma vida mais dinâmica, melhorando a saúde física e mental, elevando qualidade da vida e possibilitando a entrada na terceira idade de forma pacífica (Lemme, 2006). Os princípios para projectar actividades de aprendizagem para os idosos devem disponibilizar meios e métodos viáveis correspondentes às suas necessidades de estudo e desejo de desenvolvimento. Devem também ser capazes de incentivá-los a participar nas actividades de aprendizagem, aperfeiçoando o nível de satisfação com a vida e criando, assim, os novos significados e valores para a vida.

Chan Yan Lan (Docente do Instituto Técnico Nan Hoi da Região de Taiwan)
Extracto da "Aprendizagem ao longo da vida", No. 11, Junho de 2007

03 Design and Implementation Principles for Senior Learning Activity

Preface

With the advancement of medical science and development of technology, the life span of people is lengthened generally in 21st century. Aging community is a worldwide phenomenon. For the sake of the coming of aging community, the United Nations designated 1999 as the "International Year of Older Persons" to emphasize their strong concerns and values on older persons. Among others, education is the key factor to promote the successful development of aging community. As to this senior learner, education can re-position his/her roles and responsibilities with new meanings, and help contribute to the success of aging. (Chen Xin Lan) 2007. From the point of view of senior community, education enables the senior to adapt to and serve society. Furthermore, it enhances the development and improvement of country and society.

One of the reasons senior community considers education as important is affected by the global thought of life-long learning. Life-long learning advocates that everyone needs to learn all the time to achieve self-grow up and self-fulfillment. To prepare for the coming of senior community, one of the important strategies of every country is to provide learning for seniors. (Wang Fu Shun, 2004). Therefore senior society needs education to help senior learners to broaden their view through educational activity, with the success of aging.

Since education is one of the ways to deal with "senior community", every country should actively plan learning activities for the senior. There are three research purposes of this article: the first one is to eliminate the illusion on seniors by people in common; the second one is to understand well the necessity of seniors to participate in learning activities and lastly to explore the design and implementation principles for senior's learning activity, providing reference for educational workers on senior.

Illusion on Senior Learner

In general, people are afraid of becoming old and have prejudice on older persons. This kind of thinking brings up misconception on senior learner. This negative concept misunderstands that senior learner and forms a stiff impression, which is quite unfair to senior learner. In detail, there are several illusions: (Bryan, 1993):

1. Senior learner is incapable of learning new things;
2. Senior learner has no extra energy to participate in learning activity;
3. Senior learner's intelligence is not as good as young people;

Continuing on p.13