

國立中正大學通識教育課程教學大綱

開課學年度/學期	114 學年度第 1 學期																																
課程名稱 (中文)	中高齡教育與職涯發展																																
課程名稱 (英文)	Middle-Aged and Elderly Education and Career Development																																
課 碼	7400033	學分數	2																														
授 課 方 式	請勾選(可複選)： ☒ 課堂講授 ☐ 網路教學 ☒ 分組討論 ☐ 校外教學 ☒ 其他 <u>工作坊</u>																																
教學目標及範圍	本課程旨在培養學生全球性與台灣之高齡社會趨勢的了解，及人口結構老化對產業以及人類生活的影響，進而思考在人口持續高齡化的脈絡中，如何促進產業、生活的轉型或優化，最後幫助學生從自身的專長進行思考，作為未來職涯發展的準備與參考依據。本課程透過理論、專家分享以及實作過程，學生將能： 1. 知識層面：增進對全球高齡議題的認識，並能在未來高齡社會趨勢與職涯中應用所學知識。 2. 情義層面：認識高齡社會趨勢重要性，並且思考如何將自己的專長應用於高齡社會脈絡中。 3. 技能層面：運用自己的專長結合高齡社會發展的機會，掌握產業優化與轉型可能帶來的職涯新發展。 本課程適合對高齡社會發展與因應、成人學習與設計有興趣的學生，透過本課程理論與實作的結合，在高齡社會脈絡中獲得職業發展的機會。																																
授 課 大 綱 (週次表及每週課程詳細內容說明)	<table><tr><th>週次</th><th>日期</th><th>主題</th></tr><tr><td>1</td><td>09/09</td><td>高齡社會的發展趨勢(李雅慧、王秋玲)</td></tr><tr><td>2</td><td>09/16</td><td>成人發展特性與學習需求 (李雅慧、王秋玲)</td></tr><tr><td>3</td><td>09/23</td><td>高齡社會的機會：產業趨勢與職涯發展 (李雅慧、王秋玲)</td></tr><tr><td>4</td><td>09/30</td><td>高齡社會發展趨勢、健康福祉與終身學習推動 (李雅慧、王秋玲、高齡社會發展與終身學習專長講師: Professor Wei Yang)-全英授課</td></tr><tr><td>5</td><td>10/07</td><td>中高齡學習需求與社會參與 (李雅慧、王秋玲、中高齡學習需求與社會參與專長講師: Professor Bingqin Li)-全英授課</td></tr><tr><td>6</td><td>10/14</td><td>中高齡者的數位學習特性 (李雅慧、王秋玲、數位科技專長講師: 查顯達)</td></tr><tr><td>7</td><td>10/21</td><td>工作坊：優化數位產品設計 (李雅慧、王秋玲、數位科技專長講師:查顯達)</td></tr><tr><td>8</td><td>10/28</td><td>期中考週 (成果展示與發表之調整)</td></tr><tr><td>9</td><td>11/04</td><td>議題待定(李雅慧、王秋玲、講師: Gita Aulia)-全英授課</td></tr></table>			週次	日期	主題	1	09/09	高齡社會的發展趨勢(李雅慧、王秋玲)	2	09/16	成人發展特性與學習需求 (李雅慧、王秋玲)	3	09/23	高齡社會的機會：產業趨勢與職涯發展 (李雅慧、王秋玲)	4	09/30	高齡社會發展趨勢、健康福祉與終身學習推動 (李雅慧、王秋玲、高齡社會發展與終身學習專長講師: Professor Wei Yang)-全英授課	5	10/07	中高齡學習需求與社會參與 (李雅慧、王秋玲、中高齡學習需求與社會參與專長講師: Professor Bingqin Li)-全英授課	6	10/14	中高齡者的數位學習特性 (李雅慧、王秋玲、數位科技專長講師: 查顯達)	7	10/21	工作坊：優化數位產品設計 (李雅慧、王秋玲、數位科技專長講師:查顯達)	8	10/28	期中考週 (成果展示與發表之調整)	9	11/04	議題待定(李雅慧、王秋玲、講師: Gita Aulia)-全英授課
週次	日期	主題																															
1	09/09	高齡社會的發展趨勢(李雅慧、王秋玲)																															
2	09/16	成人發展特性與學習需求 (李雅慧、王秋玲)																															
3	09/23	高齡社會的機會：產業趨勢與職涯發展 (李雅慧、王秋玲)																															
4	09/30	高齡社會發展趨勢、健康福祉與終身學習推動 (李雅慧、王秋玲、高齡社會發展與終身學習專長講師: Professor Wei Yang)-全英授課																															
5	10/07	中高齡學習需求與社會參與 (李雅慧、王秋玲、中高齡學習需求與社會參與專長講師: Professor Bingqin Li)-全英授課																															
6	10/14	中高齡者的數位學習特性 (李雅慧、王秋玲、數位科技專長講師: 查顯達)																															
7	10/21	工作坊：優化數位產品設計 (李雅慧、王秋玲、數位科技專長講師:查顯達)																															
8	10/28	期中考週 (成果展示與發表之調整)																															
9	11/04	議題待定(李雅慧、王秋玲、講師: Gita Aulia)-全英授課																															

10	11/11	高齡者數位教育、健康促進與終身學習推動 (李雅慧、王秋玲、高齡與數位教育專長講師: Professor Padmore Adusei Amoah)-全英授課
11	11/18	中高齡期的視覺老化特性與設計 (李雅慧、王秋玲、視覺設計專長講師: 賴一予)
12	11/25	中高齡期的健康促進課: 學習運動 (李雅慧、王秋玲、運動保健專長講師: 潘叡昱)
13	12/02	工作坊: 如何運用我的專才促進中壯世代的健康與運動 (李雅慧、王秋玲、運動保健專長講師: 潘叡昱)
14	12/09	中高齡期的視覺老化特性與設計 (李雅慧、王秋玲、視覺設計專長講師: 賴一予)
15	12/16	模組成果展示與發表 1 (李雅慧、王秋玲、數位科技專長講師: 查顯達、視覺設計專長講師: 賴一予、運動保健專長講師: 潘叡昱)
16	12/23	模組成果展示與發表 2 (李雅慧、王秋玲、數位科技專長講師: 查顯達、視覺設計專長講師: 賴一予、運動保健專長講師: 潘叡昱)
17	12/30	自主學習: 高齡社會之挑戰與機會(1)
18	01/06	自主學習: 高齡社會之挑戰與機會(2)

本課程分成三大模組:

模組必修: 高齡社會的發展趨勢、成人發展特性與學習需求 (4 小時)

模組一: 高齡社會趨勢與終身學習 (Aging Society Trends and Lifelong Learning) (8 小時)

9/30 高齡社會發展趨勢、健康福祉與終身學習推動

10/7 中高齡學習需求與社會參與

11/14 議題待定

11/11 高齡者數位教育、健康促進與終身學習推動

模組二: 中高齡者數位學習與設計 (Digital Learning and Design for Midlife and Older Adults) (8 小時)

10/14 中高齡者的數位學習特性

10/21 工作坊: 優化數位產品設計

11/18 中高齡期的視覺老化特性與設計

12/16 或 12/23 模組成果展示與發表

模組三: 中高齡期健康與運動學習與設計 (Health and Physical Activity Learning Design for Midlife and Older Adults) (8 小時)

11/25 中高齡期的健康促進課: 學習運動

12/02 工作坊: 如何運用我的專才促進中壯世代的健康與運動

12/09 中高齡期的視覺老化特性與設計

12/16 或 12/23 模組成果展示與發表

每週課程詳細內容說明：

週次 1 09/09：高齡社會的發展趨勢

課程內容：

人口結構改變與高齡社會趨勢

嬰兒潮世代老化影響全球高齡社會的樣貌

國際組織對於高齡社會發展的重要倡議

授課教師分工：

李雅慧、王秋玲（共同教學）

1. 探討人口結構改變對高齡社會的影響
2. 分析嬰兒潮世代的老化趨勢與全球高齡化社會的發展
3. 介紹國際組織對於高齡社會的倡議，如 WHO「活躍老化」政策

週次 2 09/16：成人發展特性與學習需求

課程內容：

成人生理、心理與社會特性

成人學習與兒童、青少年學習的差異

老化影響成人學習的特性與因應策略

授課教師分工：

李雅慧(主教學)

1. 解釋成人發展的生理、心理與社會特性
2. 比較成人學習與兒童、青少年學習的異同

王秋玲(協同教學)

1. 討論老化對成人學習的影響，並提供學習適應策略

週次 3 09/23：高齡社會的機會：產業趨勢與職涯發展

課程內容：

由王秋玲教師分享人口高齡化對人類生活、產業發展的影響，並提出如何透過瞭解成人與高齡者的特性，得以在高齡社會中找到機會，並在高齡社會相關產業進行職涯發展。

授課教師分工：

王秋玲(主教學)

1. 分享高齡社會對人類生活與產業發展的影響
2. 解析如何透過瞭解成人與高齡者的特性找到職涯發展機會

李雅慧(協同教學)

1. 進行補充說明與案例分析討論

週次 4 09/30：高齡社會發展趨勢、健康福祉與終身學習推動(模組一：高齡社會趨勢與終身學習)

課程內容：

高齡人口結構變遷對公共政策與教育資源配置的挑戰與契機

健康老化與終身學習發展趨勢

授課教師分工：

高齡社會發展與終身學習推動專長講師：Professor Wei Yang (主教學)

說明高齡社會轉型下的健康福祉與教育政策趨勢

李雅慧、王秋玲(協同教學)

引導學員討論與案例分析

週次 5 10/07：中高齡學習需求與社會參與(模組一：高齡社會趨勢與終身學習)

課程內容：

中高齡者學習需求與動機

中高齡者的社會整合與社會連結

授課教師分工：

中高齡學習需求與社會參與專長講師：Professor Bingqin Li (主教學)

分析中高齡者的學習需求與社會參與障礙

李雅慧、王秋玲(協同教學)

引導學員討論與案例分析

週次 6 10/14：中高齡者的數位學習特性(模組二：中高齡者數位學習與設計)

課程內容：

中高齡數位學習特性

中高齡者數位學習困境與因應策略

授課教師分工：

數位科技專長講師:查顯達(主教學)

探討中高齡者數位學習的挑戰與因應策略

李雅慧、王秋玲(協同教學)

引導學員討論與案例分析

週次 7 10/21：工作坊：優化數位產品設計(模組二：中高齡者數位學習與設計)

同學盤點自己的專長，根據中高齡期的老化與數位學習需求，透過分組與不同系所的同學相互激盪與討論，提出促進中高齡者數位學習與設計之藍圖與策略。

小組報告模式：隨機抽籤決定上台順序，依序進行小組報告。組別在報告後，先由底下同學進行意見回饋交流；而後再由外聘講師或教師給予簡單該組回饋；最後，外聘講師或教師進行總結。

授課教師分工：

數位科技專長講師:查顯達(主教學)

評估學員提出的數位產品優化方案

李雅慧、王秋玲(協同教學)

指導小組討論與報告製作

週次 8 10/28：期中考週(成果展示與發表之調整)

同學於該週繳交紙本提案，以作為後續模組課程成果展之基礎。

授課教師分工：

王秋玲、李雅慧

1. 引導學員進行自我評量與調整
2. 評論並提供改善建議

週次 9 11/04：議題待定 (模組一：高齡社會趨勢與終身學習)

課程內容：

授課教師分工：

講師：Gita Aulia (主教學)

李雅慧、王秋玲(協同教學)

引導學員討論與案例分析

週次 10 11/11：高齡者數位教育、健康促進與終身學習推動(模組一：高齡社會趨勢與終身學習)

課程內容：

高齡者數位落差

健康促進與終身學習

授課教師分工：

高齡與數位教育專長講師：Professor Padmore Adusei Amoah (主教學)

探討高齡者數位參與困境與解方

李雅慧、王秋玲(協同教學)

引導學員討論與案例分析

週次 11 11/18：中高齡期的視覺老化特性與設計(模組二：中高齡者數位學習與設計)

友善視覺設計的原則及案例及中高齡友善視覺設計改造：挑選一項常見文宣設計品（如簡報、告示、海報、問卷、學習單），進行「友善改造設計」初步練習。

授課教師分工：

李雅慧、王秋玲、視覺設計專長講師：賴一予(共同教學)

綜合評估學員數位產品設計，提供專業回饋

週次 12 11/25：中高齡期的健康促進課：學習運動(模組三：中高齡期的健康與運動學習設計)

課程內容：

中高齡期的運動對健康與生涯發展的重要性

根據中高齡期的發展需求與學習特性，提出適合中高齡期運動與健康之學習設計

授課教師分工：

運動保健專長講師:潘叡昱(主教學)

介紹適合中高齡者的運動學習設計

李雅慧、王秋玲(協同教學)

參與討論與補充學習策略

週次 13 12/02：工作坊：如何運用我的專才促進中壯世代的健康與運動(模組三：中高齡期的健康與運動學習設計)

課程內容：

同學盤點自己的專長，根據中高齡期的健康與運動需求，透過分組與不同系所的同學相互激盪與討論，提出促進中高齡者運動學習與設計之藍圖與策略。

小組報告模式：隨機抽籤決定上台順序，依序進行小組報告。組別在報告後，先由底下同學進行意見回饋交流；而後再由外聘講師或教師給予簡單該組回饋；最後，外聘講師或教師進行總結。

授課教師分工：

運動保健專長講師:潘叡昱(主教學)

評估學員專長與運動設計方案

李雅慧、王秋玲(協同教學)

促進分組討論與成果產出

週次 14 12/09：中高齡期的視覺老化特性與設計(模組三：中高齡期的健康與運動學習設計)

友善視覺設計的原則及案例及中高齡友善視覺設計改造：挑選一項常見文宣設計品（如簡報、告示、海報、問卷、學習單），進行「友善改造設計」初步練習。

授課教師分工：

李雅慧、王秋玲、視覺設計專長講師：賴一予(共同教學)

綜合評估學員數位產品設計，提供專業回饋

週次 15 12/16：模組成果展示與發表 1

課程內容：

同學根據個別或組別(1-4 人一組)的規劃成果進行發表並相互觀摩，並由授課教師提供綜合評論，作為同學修改或調整作品或作業之參考建議，同時也了解自身的想法或作品在高齡社會發展的適切性。

授課教師分工：

	李雅慧、王秋玲、數位科技專長講師:查顯達、視覺設計專長講師:賴一予、運動保健專長講師:潘叡昱(共同教學) 評論學員發表內容，提供具體建議與修正方向 週次 16 12/23：模組成果展示與發表 2 課程內容： 同學根據個別或組別(1-4 人一組)的規劃成果進行發表並相互觀摩，並由授課教師提供綜合評論，作為同學修改或調整作品或作業之參考建議，同時也了解自身的想法或作品在高齡社會發展的適切性。 授課教師分工： 李雅慧、王秋玲、數位科技專長講師:查顯達、視覺設計專長講師:賴一予、運動保健專長講師:潘叡昱(共同教學) 評論學員發表內容，提供具體建議與修正方向 週次 17 12/30：自主學習：高齡社會之挑戰與機會(1) 綜整本學期的理論、案例分享與實作、成果發表展示，思考個人的專長可以在高齡社會趨勢中可能的發展機會。 學習內容與活動(1)： 案例搜尋：個人或產業如何察覺高齡人口的需求，進而找出在高齡社會中發展的成功案例，並分析其案例能以成功之要素，撰寫分析報告。 授課教師分工： 李雅慧王秋玲(共同教學) 1. 指導學員搜尋並分析成功案例，並撰寫分析報告 週次 18 01/06：自主學習：高齡社會之挑戰與機會(2) 根據所提出之案例分析，以反思如何應用於自己未來職業之發展與規劃。 學習內容與活動(2)： 創意設計：應用案例成功要素，套用自身擬定產業優化與可能改良的方向。 授課教師分工： 李雅慧王秋玲(共同教學) 2. 指導學員發展創意設計方案，應用於未來職涯發展
教科書及延伸閱讀	自編教材 「請尊重智慧財產權，不得非法影印教師指定之教科書籍」 1. 李雅慧、王怡分、李振威、張舜欽、潘叡昱、查顯達(2023)。樂齡學習系列教材 44：迎(贏)向 50+：退休生活準備教學手冊。教育部終身教育司。 2. 曾熾芬, & 鄧建邦. (2021). 成為遷移者: 臺灣年輕人跨國職涯發展與遷移潛力. <i>Journal of Population Studies</i>, (63), 51-97. 3. 杜正勝(2006)。邁向高齡社會老人教育政策白皮書。教育部。 4. 胡夢鯨 (2023)。翻轉成人教學：理論、方法與應用。師大書苑。 5. 教育部(2021)。學習社會白皮書。教育部。

	6. 莊彥輝、李幸純、李藹慈 (2022)。退休再就業者之前瞻因應策略：以公務人員為例。人文社會科學研究，16(1)，23-52。https://doi-org.autorpa.lib.ccu.edu.tw:8443/10.6284/NPUSTHSSR.202203_16(1).2 7. 賴弘基(2022)。數位媒體素養融入高齡教育課程教學者觀點之分析。福祉科技與服務管理學刊，10(3)，125-138。 8. Baluku, M. M., Löser, D., Otto, K., & Schummer, S. E. (2018). Career mobility in young professionals: How a protean career personality and attitude shapes international mobility and entrepreneurial intentions. Journal of Global Mobility, 6(1), 102-122. 9. Boselli, R., Grosso, C., Negoita, G., Schuller, T., & Watts, J. (2023). Midlife in a Changing and Post-Pandemic World. Implications for Career Education and Older Adult Learning Using On-Line and in Person Solutions. European Review of Applied Sociology, 16(26), 34-43. 10. Khattab, N., Madeeha, M., Modood, T., Samara, M., & Barham, A. (2022). Fragmented career orientation: the formation of career importance, decidedness and aspirations among students. International Journal of Adolescence and Youth, 27(1), 45-59. 11. Lee, Y. H. (2015). Older adult education: New public pedagogy in 21st century Taiwan. Australian Journal of Adult Learning, 55(3), 460-476. 12. Saeed, B., & Naqvi, I. (2024). Navigating Career Development: A Qualitative Analysis of Planning, Exploration, and Decision-Making in Young Adults. IUB Journal of Social Sciences, 6(1), 77-90. 13. Schofield, G. H. (2007). After 50 it's up to us: Developing the skills and agility we'll need. San Francisco, CA: The Clarity Group, Inc. 14. Tomczyk, Ł., & Kielar, I. (2024). Empowering the elderly in the information society: Redefining digital education for Polish seniors in the age of rapid technological change. Educational Gerontology, 1-16. 15. Wang, Z. (2024). Research on Mobile Application Interface Design Strategy under the Background of Aging Society. Europe, 12(19.85), 24-72. 16. WHO (2002). Active aging: A policy framework. Geneva, Switzerland, WHO.
評 量 方 式	請勾選(可複選)，並填寫類別： ☒ 課堂參與 A 類 ☐ 期 中 考__類 ☐ 期 末 考__類 ☒ 小組報告 B 類 ☒ 小組討論 C 類 ☐ 書面報告__類 ☐ 課後作業__類 ☐ 平時測驗__類 ☐ 心得分享__類 ☐ 學習紀錄__類 ☐ 專題創作__類 ☒ 其他 D 類 A 類佔 15 %；B 類佔 40 %；C 類佔 30 %；D 類佔 15 % (類別可自行增加) 備註： A:課程參與包括出席情況學習參與態度 B:小組討論包括創意發想、腦力激盪與討論內容 C:小組報告:小組討論結果呈現的書面報告與口頭報告 D:自主學習之案例分析與反思報告 一、 課堂參與（15%）：上課出席。 課堂參與成績規定：

	1. 未能選上本課程的同學，如需加簽，敬請於第一堂課到課加簽。未能於第一堂課到課的同學，將不予加簽。若第一堂課因故無法到課，請於上課前寫 E-mail 跟老師請假，則可於下一堂課上課時協助同學加簽。 2. 同學不得以前兩週加退選尚未選本課程為由，不出席本課程，需要加簽本課程的同學，前兩週亦需到課，若未到課，每次將扣除「課堂參與」成績五分。 3. 同學需參與本課程學習，有事無法出席，需於「上課前」完成請假手續。 4. 請假方式：請使用本課程 E-course「線上請假單」作為請假記錄，並於「備註」欄註明請假事由，無需出具任何證明。本課程不採計口頭（自己或他人）、E-mail、學校請假系統的假單。 5. 同學可提前事先請假，若無法於「上課前」請假，則需另外向助教提出相關證明，以完成請假手續。 6. 每次請假，將扣除「課堂參與」成績五分，若請假次數超過兩次，第三次起每次請假將扣除本項成績十分。若有不可抗力之因素，需請假超過兩次，須檢附相關證明，則第三次起每次請假不予扣分。「無故缺席」，亦即未於「上課前」完成請假手續，每次將扣除本項成績十分。 7. 遲到，亦即「點名未到」，除「特殊原因」或「不可抗力之因素」，第一次警告，第二次起將扣除本項成績兩分。遲到超過一節課將扣除本項成績四分。 8. 課程中，若需提早離開，需跟老師說明離開的理由，若經發現點完名後無故離開，將扣除本項成績十分。 二、 小組討論（30%）：同學於課程相關議題進行小組討論。評量標準包括：創意發想、腦力激盪與討論內容邏輯性與完整性。 三、 小組報告（40%）： 同學於每次小組討論後進行口頭報告，分享給課程參與的同學，並繳交書面報告。評量標準：口頭及書面報告各佔 50%。其中口頭報告評分內容包括：簡報的內容與設計、邏輯性、清晰性及流暢性，書面報告的評分內容則包括：資料與內容論述之完整性、豐富度。 四、 自主學習之案例分析與反思報告（15%）：同學需於課程之餘進行自主學習，而後將其學習的內容進行案例分析，並撰寫反思報告。評分標準包括：整體案例分析論述之完整性、資料豐富度，以及反思性(案例與自身的關聯或應用程度)。
與聯合國永續發展目標(SDGs)及細項之對應 (請參閱 SDGs 對照表)	目標: <u>4</u> 細項: <u>4.4</u> 目標: <u>8</u> 細項: <u>8.3</u> 目標: _____ 細項: _____ (至多三個目標，每個目標至多三個細項) 範例： 目標: <u>4</u> 細項: <u>4.3</u> <u>4.5</u> <u>4.7</u>

核心能力指標設定	核心能力指標 (請勾選主要的 3-5 項)	說明	課程能培養學生此項核心能力者請打 ✓
	(1)思考與創新	能夠進行獨立性、批判性、系統性或整合性等面向的思考，或能以創意的角度來思考新事物。	✓
	(2)道德思辨與實踐	能夠對於社會、文化中相關的倫理或道德議題，進行明辨、慎思與反省，或能實踐在日常生活中。	
	(3)生命探索與生涯規劃	能夠主動探索自我的價值或生命的真諦，或能具體實踐在自我生涯的規劃或發展。	✓
	(4)公民素養與社會參與	能夠尊重民主與法治的精神、關心公共事務及議題，或能參與社會事務及議題的討論與決策。	✓
	(5)人文關懷與環境保育	能夠具備同理、關懷、尊重、惜福等人文素養，或能擴及到更為廣泛的環境及生態議題。	
	(6)溝通表達與團隊合作	能夠善用各種不同的表達方式進行有效的人際溝通，或能理解組織運作，與他人完成共同的事物或目標。	✓
	(7)國際視野與多元文化	能夠了解國際的情勢與脈動，具備廣博的世界觀，或能尊重或包容不同文化間的差異。	
	(8)美感與藝術欣賞	能夠領略各種知識、事物或領域中的美感內涵，或能據此促成具美感內涵之實踐力。	
	(9)問題分析與解決	能夠透過各種不同的方式發現問題，解析問題，或能進一步透過思考以有效解決問題。	

授課教師資料	姓名：李雅慧 ■專任教師 成人及繼續教育學系(所，中心) 職稱：教授 學歷： 法國波爾多第二大學教育科學學系博士 經歷： 國立中正大學通識教育中心主任 國立中正大學成人及繼續教育學系教授 國立中正大學成人及繼續教育學系副教授 國立中正大學成人及繼續教育學系助理教授 專業領域： 成人教育、退休準備、中高齡人力資源發展
	姓名：王秋玲 ■專任教師 學系(所，中心)： 通識教育中心 職稱：講師 學歷： 大葉大學人力資源管理暨公共關係研究所碩士 經歷： 執行長 立基國際企管顧問公司執行長室 行政主管 行政部陶氏化學 人事主管 行政部遠東機械 人事管理師 人事部濟業電子 專業領域： 人力資源管理、職涯規劃、企業社會責任
備註	「請尊重智慧財產權，不得非法影印教師指定之教科書籍」