

方案規劃之幸福發想



重點
清晰

謝明原 助理教授
0916-013886

ABOUT

現職

- 美和科技大學社工系 助理教授
- 台灣活力老化推展協會 秘書長
- 中華民國老人福利推動聯盟 常務理事

曾任

- 國立中正大學通識教育中心 兼任助理教授
- 國立空中大學 兼任助理教授
- 樂齡學習中心 講師



學歷

- 高師大成人教育研究所 碩士
- 中正大學成人及繼續教育系 博士

專長

- 樂齡人生規劃座談
- 高齡人力運用經濟
- 非營利組織運作與經營管理
- 商業數據分析師
- 樂齡學習/手機科技教學

謝明原 0916-013886

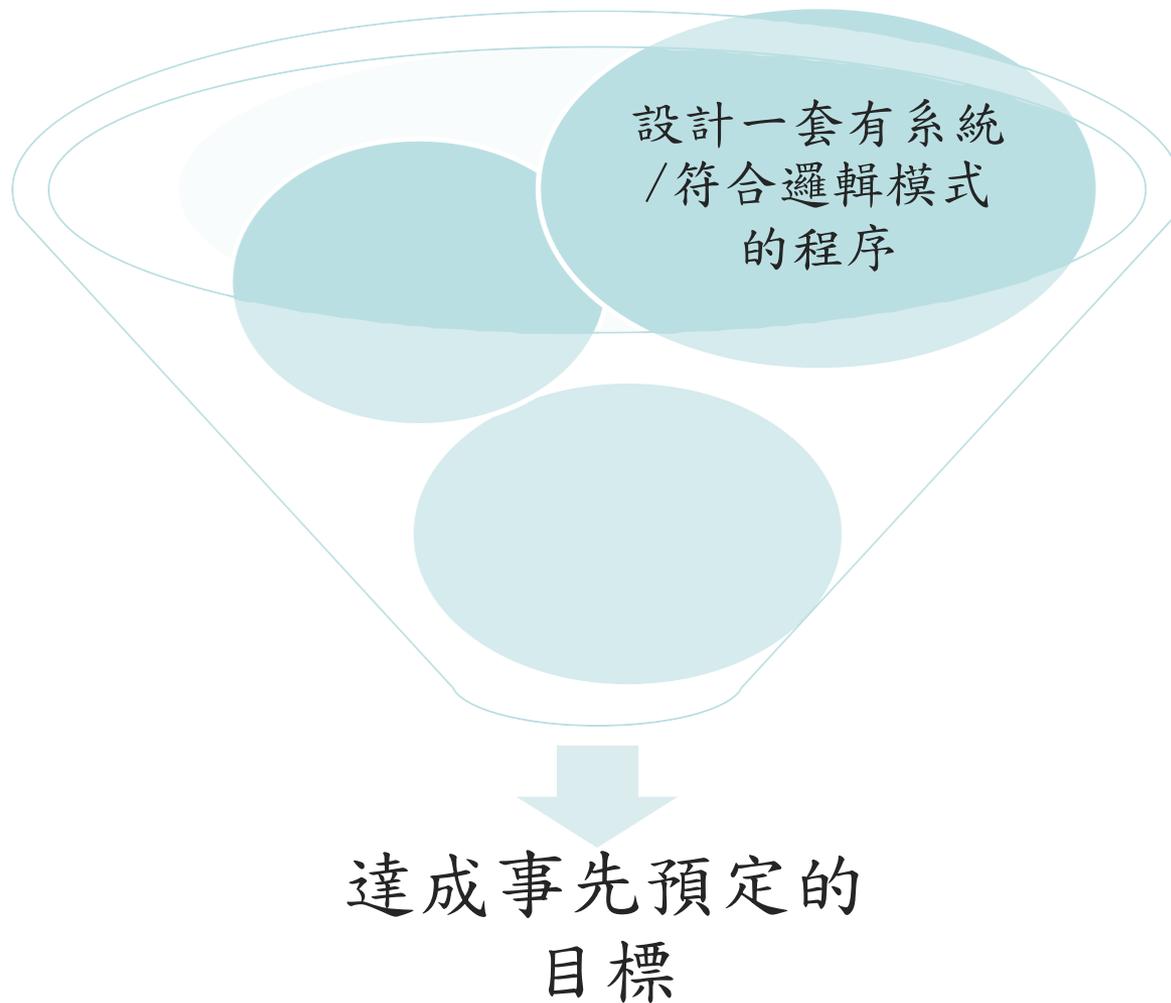
hmy1215@gmail.com



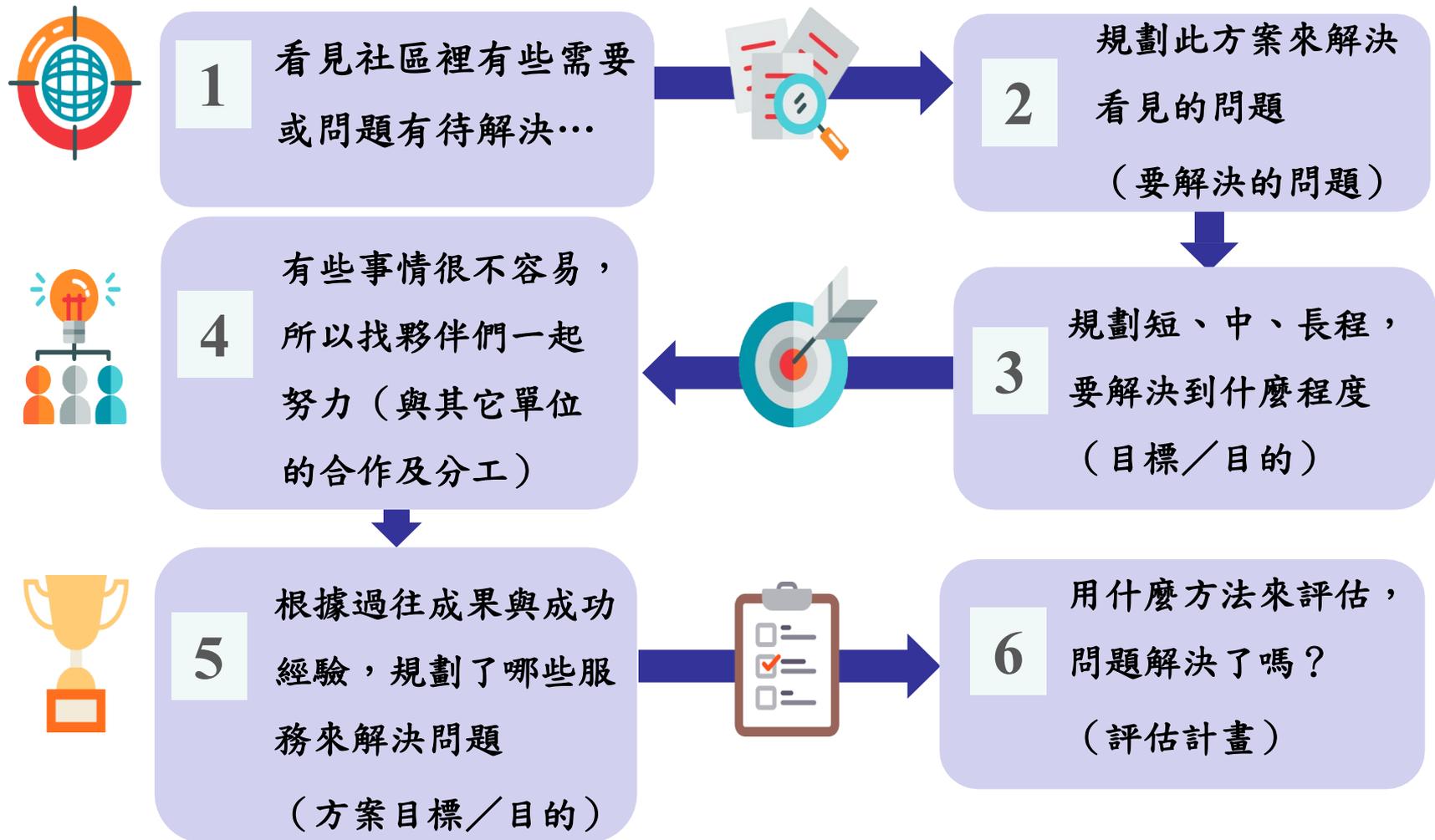
為樂齡族做方案規劃，
就是為全年齡做規劃。



甚麼是方案



方案規劃思考邏輯



方案架構中關於問題或需求

◀ 問題研究 ▶

- 1) 陳述明確
- 2) 個案與社區範圍之掌握

◀ 需求評估 ▶

- 1) 特殊性、需求性或必要性
- 2) 與問題之因果關係

背後的思考邏輯



你的方案（亦即背後的方法），
到底能解決服務對象什麼煩惱或
困擾？

- 需要規劃服務方案？主要原因是為解決案主的需求或問題。
- 任何服務方案所應具備的基本特性為：
 - 1) 以未來為取向；
 - 2) 以目的為導向；
 - 3) 是個連續性過程；
 - 4) 凡事都與機構的決策相連結；
 - 5) 使用的服務方法需與預期的結果相銜接。

- 其必定有「形成具體構想、看法或特定任務的源頭」，才可能被規劃而成之。
- 方案構想不論是來自社工人員的實務觀察、生活經驗、教育背景、知識訓練、價值理念、上級要求或行政命令，全都是來自「工作經驗面」，但也有來自案主所要求的「問題面」或「需求面」。

你要服務的對象是誰？



顧及每個族群

- 醫生、教授、老師、公務人員？
- 職業婦女、家庭主婦、貴婦？
- 賣菜、廚師、農人（不識字？）
- 失智症

他們到底需要什麼？

1

醫生、教授、老師、公務人員？

概念背景知識很重要

2

職業婦女、家庭主婦、貴婦？

不再被笑的生活資訊力

3

賣菜、廚師、農人（不識字）

拍照傳訊、語音類功能最優先

4

失智症

配合身體復健運動

例:基地台設置需求

- 1.社區位在窮鄉僻壤，交通不便利，遇有重要災難或是重大事件時無法即對外聯繫，需要有5G基地台需求。
- 2.對於在地長輩無法立即與外地子孫聯繫情感或相關事宜
- 3.疫情關係，在地學生需要高速數據服務，以利數位學習。

方案架構中關於目的

清楚且可執行

不要過多，導致無法徹底執行

如方案有超過單一類型服務對象，
依對象分別設計目的

方案架構中關於策略與成效

◀ 策略執行 ▶

- 1) 策略設計回應服務需求
- 2) 方案內容的深化與創新
- 3) 執行的可能性

◀ 成效評估 ▶

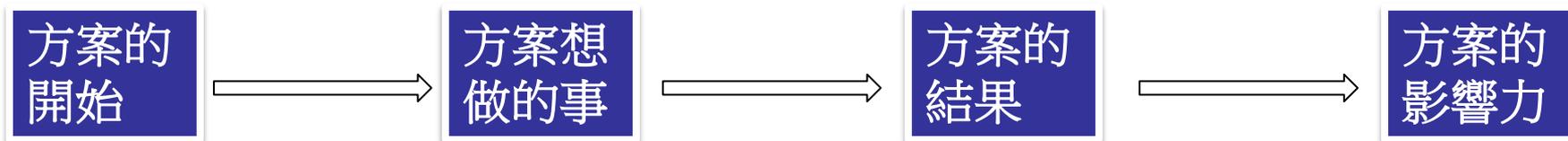
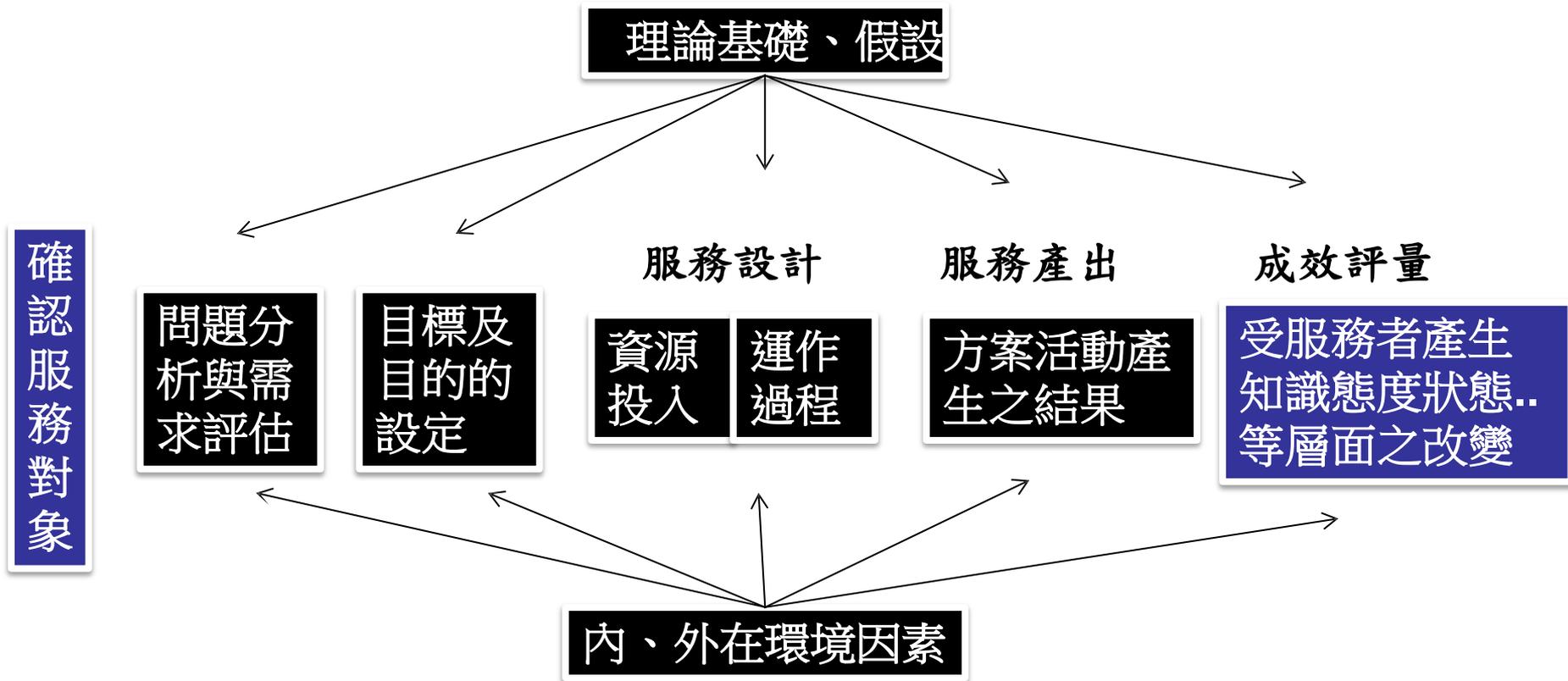
- 1) 評估工具之設計
- 2) 評估工具與服務目標的連結性
- 3) 質與量兼重

方案架構中關於成效評估

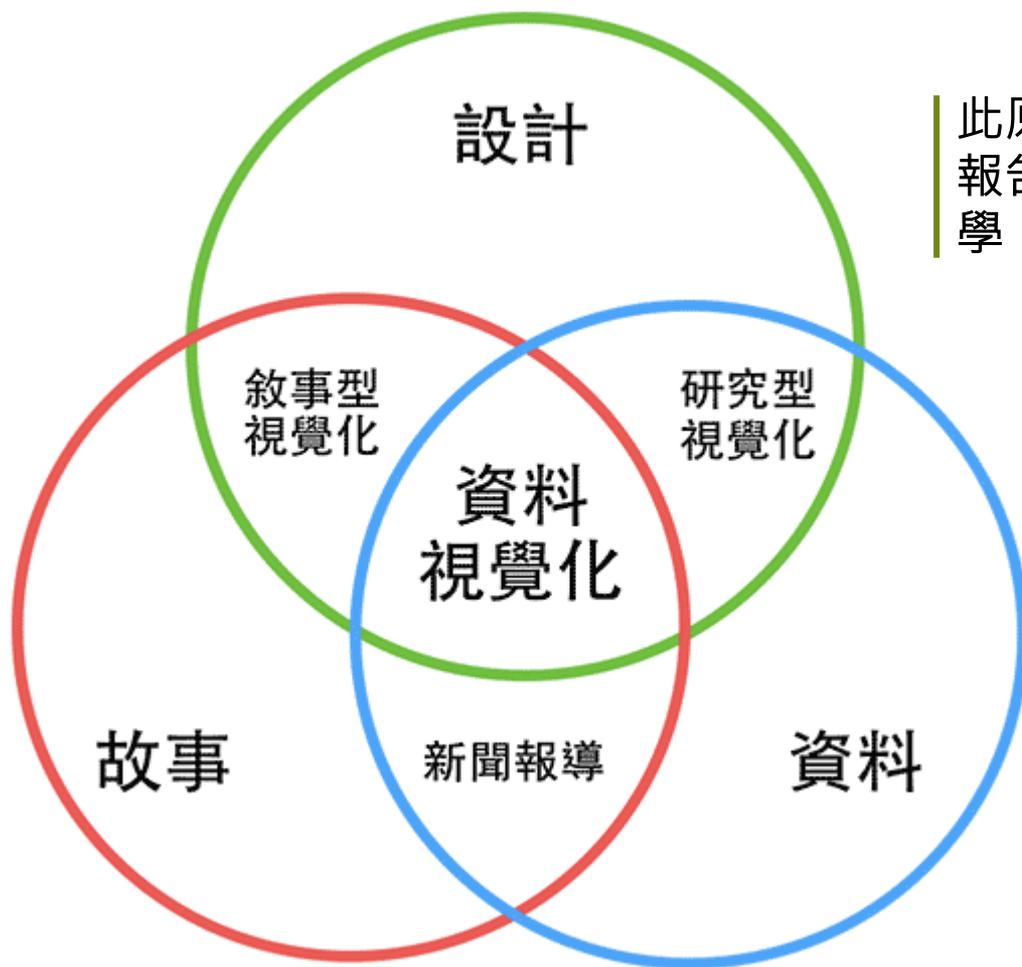
評估需求，服務策略具有邏輯性

成效需同時兼顧質與量

成果可測量或具體描述



資訊設計 Infographic Design



此原則適用於計畫書、報告、簡報、標案、教學、考試（申論題）。

資訊設計 Infographic Design

你先看圖，還是先看文字？



1 準備一個水瓢，將一平匙產品放入水瓢中。



2 打開水龍頭加入清水，此時將產品與清水攪拌混合，並靜置3分鐘活化酵素。



3 將混合液直接倒入洗碗槽中。



4 最後再以清水沖洗一次即可。

60歲以上的高齡使用者，
比較偏好閱讀圖示下面的文字說明。
年輕人則先看懂圖片才看說明。

資訊設計 Infographic Design



資訊設計可以...

- 省去我們在腦內處理繁瑣資料的程序。
- 整理分析訊息，產生新的訊息，讓閱讀者在資訊叢林中找到方向

懶人包概念

資訊設計 Infographic Design

個人從2008年起跟著魏惠娟、胡夢鯨兩位教授推動樂齡教育，一開始覺得自己是個推動者，現在深深覺得自己是其中的一個受益者。

尤其慢慢邁入半百的年紀，更能體認樂齡生活就是「要活就要動，越動就越樂活」。

動，不是只有運動，認知介入的動腦也是很重要的；此外其實還有一個動，勞動，指的就是工作。



把重要內容圖像化

資訊設計 Infographic Design

樂齡教學123 (實例)



QR CODE (QR碼)
投影片/影片/講解



【操作】下載APP與操作
【練習】課堂練習



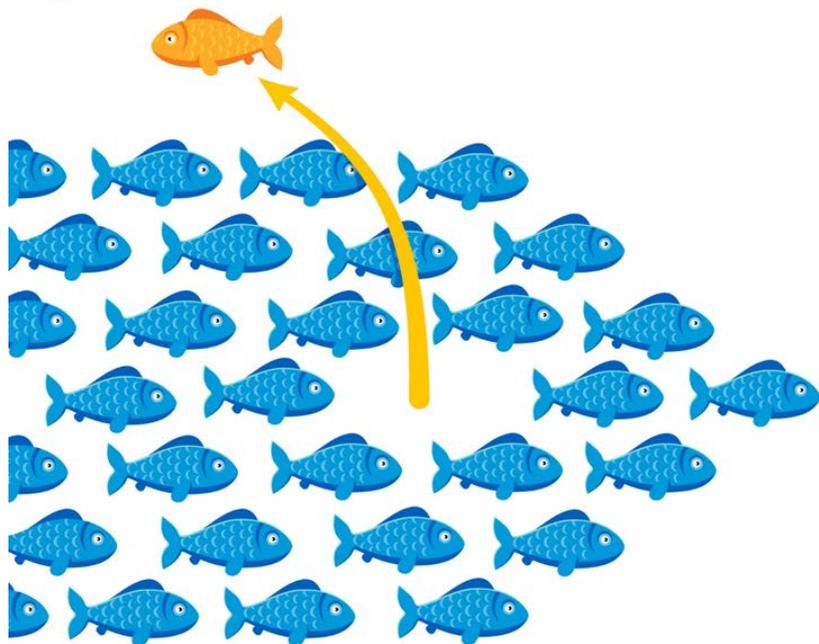
【作業】收集3種
QR CODE並掃描

用圖像化呈現概念

資訊設計 Infographic Design

用圖像化呈現概念

你的中心也有這些問題嗎？



不管多努力，
始終都只是魚群中的一條魚。

圖像的層次

二、台灣人口高齡化現象

■啃老現象

日本啃老族、尼特族(NEET)、繭居族。



尼特族：

起源自英語NEET (Not in Employment, Education or Training的縮寫)，指不升學、不就業、不進修或不參加就業輔導，終日無所事事的青年族群。

一張好圖，
勝過千言萬語

圖像的層次

寂寞會殺人



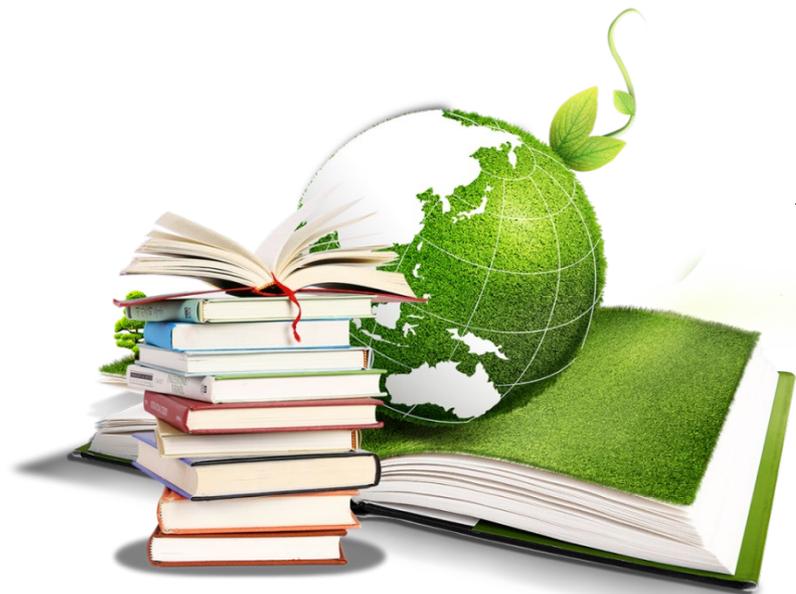
有份國外研究追蹤1,700位平均年齡71歲的老人，長達六年的時間，結果發現表示孤單或寂寞的老人在研究結束後，22.8%死亡、25%健康狀況嚴重衰退。



【新養老觀系列課程】

樂齡核心課程

一張好圖，
勝過千言萬語



感謝您的聆聽

Q & A
