「日照劇場」一堂課：「聲動人生」的創齡生活福祉初探

陳懷萱 ｜ 國立臺灣大學創新設計學院專案助理教授

2020 年下半，在疫情相對和緩之際，我在所任教的大學籌劃了一堂以日照中心為場域的共授新課程，希望能夠帶領不同領域的學生探索戲劇方法，並以其作為關照高齡長者的陪伴模式。這堂課的名稱「日照劇場青銀共戲」反映出課程設計藉由學生四次進入日照中心與長者互動，在日照使用者的日常生活中創造非日常的「劇場」展演關係，以「戲劇」互動來打開青銀對話的企圖。

2021 年春天，這堂課順利開張，然而，並非照護相關專業領域的我們，

如何在進入場域的短暫時間中，讓同學與背景多元、身心狀況與活躍程度不一的長輩互動並發展關係，則成為展演形式活動設計的挑戰。第一次站上「日照舞台」的學生們，在現場帶領所設計的「第一次接觸」遊戲，即使經過事前排練，肢體、表達與引導語仍十分僵硬，甚至不敢往前靠近台下的觀眾，現場大哥大姐反應不一，互動稀稀落落。

然而台上台下的距離，在節目轉場所安排的歌手自彈自唱中，開始有了變化。當歌手唱出台下一位大姐點播的台語老歌，全場一起聆聽陪著點歌的大姐打拍子，降低了彼此的生疏感。隨後在師生合唱鳳飛飛的歌曲〈愛的禮物〉並與長者一一握手致意中結束。而課程也因為這次的經驗，遂將大哥大姐在日照中心卡拉 OK 常聽常唱的歌曲，當作主題來發展互動形式—包括「真人 KTV」與「歌廳秀」。在疫情升溫、日照中心關閉之際，在鏡頭前演繹歌曲敘事、導覽個人防疫生活等任務，也成為學生們透過音聲展演來創造連結，關照鏡頭另一端長者的交流「共戲」方式。

事實上，不只這堂課在疫情下發展出新的線上劇場表演型態；日照中心的合作夥伴告訴我們，在疫情需要保持社交距離、長者無法到中心「上課」的情況下，藉由視訊或電話互動問安，也成為中心照顧工作者讓長者聽到熟悉的聲音、安撫居家照顧緊張關係的重要方式。另一方面，我在自身以關懷據點乃至日照中心等活動課程參與觀察的經驗中也發現，音樂／聲音不只是課程實作產出成果或是活動的聲景營造方式，也是健康促進與形塑照顧關係的手段。晚近 Carla Greubel（2020: 78）的民族誌研究指出，音樂／聲音的使用對於長期照顧機構不只是提供個人聆聽以轉換心情的一種方式；對於機構裡的日常照護關係而言，音樂聆聽互動的身體經驗可以映照出照顧者與被照顧者共同參與在聲景之中的集體自我營造過程，同時也是一種調節與形塑友善照顧關係的機制。

「照顧的日常聲景」也讓我想起某學期在永和社大的教室裡，一位超過 75 歲的大哥上了講台，用口琴吹奏出一段日本童謠的曲調。在這節課主要是請同學們介紹他們心目中的「傳家寶」。這位大哥分享，手中這把小心保存的蝴蝶牌口琴是父親留給他的紀念，每次吹奏樂曲時就會想起童年時期父子相處的情景。在場來自不同的成長背景，年齡從 50 歲到 80 歲橫跨近

30 年的同學們，開始聊起了各自兒時常聽的童謠、學校音樂教育體驗的種種，頓時間教室成為不同人時空記憶相遇、相互關照的空間。樂音的體驗，不只召喚生命情感經驗記憶，作樂的機制更創造出每個人以自己的聲音與他人對話連結的方式。也因如此，從 2017 年我開始在社大開設課程以來，音聲活動就是我用來觀察與了解當前中高齡族群看待老年的各種觀點，探索各種人生故事的重要途徑。

對於各自成長環境不太熟悉的師生，在交談聲中藉由交換與分享這些個人的生活場景與回憶，開始建立自己與其他人、不同時代與生活背景的連結，使得這堂課成為生長於不同時代學員之間發展「共鳴」關係的相遇之所。在教室現場，同學們藉由樂音相談「喚出」自身片段的生命經驗記憶與週遭世界創造連結，也成為彼此關照與交換老年人生觀點的「合奏曲」。對於來社大上這堂課的學員來說，學習的理由往往來自於自身生活對於面對老年所產生的各種心理調適與社會連結需求。尤其在社會上仍對「老後生活」存在刻板印象、視高齡為沈重待解的「問題」之際，透過課程設計以藝術發聲，藉由聲音／音樂活化記憶，來探討老年社會文化脈絡的觀察點，從個人對人生的「創作」演繹到藉由傾聽彼此生命敘事來產生相互看照的連結方式，一方面為這群終身學習實踐者創造表達舞台，另一方面更容易藉由這些相對「軟性」、「輕鬆」的敘事表達，從聆聽的參與中，開展自身對於高齡議題的多元視野。

近年來，不管是從以成人學習為社區實踐導向的社區大學，或在是以高齡教育為導向所推動的樂齡學習中心或長青學苑等教育、社政、民間不同部門組織開辦的課程中，都可以看到藝術相關課程蓬勃發展。有別於過去著重在生理健康的照護，藝術與人文活動作為「創意健康」（creative health）範疇，即藉由創造身體感官經驗的作用與關係的連結，來發揮促進身心健康與社會融入的作用。從樂齡團體到失智長者，運用音樂歌曲作為活躍老化的表達性藝術活動，已成為常見的課程活動。

這樣的發展也回應 2002 年世界衛生組織（World Health Organization, WHO）提出活躍老化（active ageing）觀念作為老年健康政策的目標，主張藉由持續的參與社會、經濟、文化、靈性與公民事務，促成老年獲得最適化機會，進而提升老年生

活的品質（World Health Organization 2002）。值得一提的是，創意高齡（creative aging）的概念也被納入活躍老化政策的附加條文中，著重在生命光譜上藉由參與藝術活動激發創造力對於營造老年生命意義的重要性。事實上，歐美各國自 1970 年代以來，即將藝術視為驅動個人與社區健康老化，促進老年社會參與的媒介，發展的型態多元，有的著重藝術教育家的培力、有的則強調參與式創作的過程。在此脈絡下，創意高齡概念由美國精神科暨老人學專家 Gene D. Cohen（2001, 2006）經過多年研究觀察所提出，強調高齡者仍能藉由藝術活動與各種社會參與的行動來激發大腦運用創造力，統整其生命經驗，延緩老化，進而促進自身老年福祉。

尤其在人口高齡化成為全球重要課題之際，用藝術創意來「顧健康」的效益也開始受到關注。流行病學與健康照顧領域的學者 Fancourt 與 Saoirse 在世界衛生組織 2019 年發表的一份長期研究分析報告，證實了藝術參與有助於長者健康與福祉的發展，反映出藝術創作與參與對於高齡服務領域的價值與潛力（Fancourt and Finn 2019）。在臺灣，《安可人生》雜誌即以「創意高齡」作為品牌經營重點，定義「創齡」為「以『年齡』為核心，藉由音樂、電影、文學、戲劇、舞蹈、美術等」藝術活動引發創造力來開闢社會思考與實踐活躍老化的行動（邱詩琁 2019：5）。2020 年，《安可人生》更借鏡英國籌辦創齡藝術節的經驗，串連臺灣表演藝術團體與藝文場館，開辦了全亞洲第一場「創意高齡藝術節」，除了舉辦熟齡為主要對象的藝文活動工作坊，並且也藉由大型論壇與全臺創齡小聚打開藝術與高齡照顧服務跨領域連結的可能性。在聚焦熟齡的新媒體平台與藝術節系列活動的推展下，藝術創齡的展演也成為翻轉社會對高齡刻板印象，促進老年生活社會參與的高齡服務行動。

如同 Tolstoy 在 *What Is Art?* 一書中提到，藝術創作開始於人們用不同的外在符碼—包括文字、聲音、色彩、動作等表述情感經驗等，有近乎宗教的神聖功用。他認為藝術有助於傳遞與表達人們的觀點與經驗，並藉著感官的體驗交流情感，與人連結（Tolstoy [1897] 1995）。在一次次課堂實驗中，我藉由樂音進入了不同時空，「聽見」了以藝術作為方法建構出穿梭於相異生活世界，感性經驗交織而成的老年相談聲景，也藉此思考在日常中各種生命

圖像交會，相互照看的照顧意涵。

我認為藝術活動在長照與終身教育的場景中，與其說是對於社會知識菁英賞析品味的陶冶，其更關鍵的意涵在於發展藝術療癒共融關係，以連結與體現個人乃至社群身心健康與生活福祉。也因此，在藝術與人文活動成為活躍老化「創意健康」的範疇之際，從原來就存在於臺灣高齡社會樂齡學習與長照生活日常的「藝術」關係來理解創齡意涵，實有其意義。在此脈絡下，藝術創造的活躍老化聲景，不只是為了個人的愉悅，更是我們能夠在邁向超高齡社會的路上，召喚身體記憶以創造社會參與與傾聽多元對話關係的人際交往技藝。

引用書目

邱詩琁。

2019。〈歡迎加入創意高齡的行列〉。《安可人生》13: 5。

Cohen, Gene D.

2001. *The Creative Age: Awakening Human Potential in the Second Half of Life.* New York: Harper & Collins.

____.

2006. “Research on Creativity and Aging: The Positive Impact of the Arts on Health and Illness.” *Generations* 30(1): 7-15.

Fancourt, Daisy, and Saoirse Finn.

2019. “What is the Evidence on the Role of the Arts in Improving Health and Well-being? A Scoping Review.” *Health Evidence Network Synthesis Report 67*. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe.

Greubel, Carla.

2020. “Caring through Sound and Silence: Technology and the Sound of Everyday Life in Homes for the Elderly.” *Anthropology & Aging* 41(1): 69-82.

Tolstoy, Leo.

[1897] 1995. *What Is Art?* London: Penguin Books UK.

World Health Organization.

2002. *Active Ageing: A Policy Framework*. Geneva: World Health Organization.