

(八) 樂齡時尚

1. 成果資料

國立臺中科技大學 111 學年度內涵服務學習課程成果表

一、課程基本資訊			
課程名稱	樂齡時尚	辦理期別	☐ 上學期 ☒ 下學期
開課單位	美容系	課程屬性	☒ 專業課程 ☐ 通識課程
任課老師	林洄瑜	系所/職稱	助理教授及專業技術人員
開課年級	美容三 1	必/選修	☒ 必修 ☐ 選修
學分數/時數	3 學分/3 小時	人 數	1. 修課人數：合計 <u>48</u> 人 (含男 <u>3</u> 人、女 <u>45</u> 人) 2. 校外服務人數：合計 <u>48</u> 人 (含男 <u>3</u> 人、女 <u>45</u> 人)
學期服務次數	1.全班：合計 <u>3</u> 次 2.個人：合計 <u>3</u> 次	服務單位 如何擇定	☐ 學生 ☒ 教師 ☐ 學校安排
服務時數	每人 <u>9</u> 時	服務時段	☒ 課堂 ☐ 課餘時間
二、課程符合通識中心核心能力之向度			
<u>10 %</u>	G1 自我意識覺醒與自我反省能力	<u>10 %</u>	G6 科技與科學素養
<u>25 %</u>	G2 獨立思考與表達溝通思維	<u>25 %</u>	G7 生命與社會人文關懷
<u>0 %</u>	G3 品格道德與倫理價值陶冶	<u>20 %</u>	G8 自然環境的關懷與感知
<u>0 %</u>	G4 宏觀的國際視野與胸襟	<u>0 %</u>	G9 跨界團隊合作學習能力
<u>0 %</u>	G5 民主與多元文化的認同與尊重	<u>10 %</u>	G10 美學與多元媒體涵養
三、課程目標			
台灣近年樂齡人口逐漸攀升至 110 年 1 月底已占人口比率 16.2%，隨著樂齡化的社會來臨，在美容相關行業的消費也逐漸上升，本課程從服裝穿著、健康飲食、自我按摩保健等方面，來引導學生了解樂齡族群日常生活需求，以期學生能更清楚樂齡群組美容相關的消費市場。			
四、課程內容			
1. 淺談樂齡身心靈。 2. 色彩搭配應用。 3. 穿衣、髮型、彩妝造型應用。 4. 溝通、互動技巧。 5. 健康飲食、按摩保健、消費行為等需求。 6. 樂齡時尚造型創作。			
五、教學策略			
本課程計畫分 3 次邀請 36 位長輩來學校參加樂齡時尚課程，讓學生能在課程上實際操作樂齡族群長輩的彩妝、髮型、服裝等造型，不侷限僅在課程中同儕演練上，學生先與長輩溝通互動並觀察長輩穿著後，規劃在母親節前夕為長輩造型相關服務，並引導服裝搭配、拍照及影片編輯處理等，讓長輩留下一組美麗的活動照片。			

六、各階段工作及各週流程		
準備	1. 簽訂合作備忘錄 2. 機構介紹及服務說明	第 1 週 聯繫合作服務機構，共同擬定服務計畫。 第 2-3 週 向修課學生詳述出隊服務的方式、機構簡介，及服務時需注意的事項。 第 2-6 週 專業授課及技能養成。 第 5 週 與機構簽訂「國立臺中科技大學內涵服務學習課程協力單位合作備忘錄」。
服務	1. 分組練習及服務 2. 樂齡美容服務	第 6 - 7 週 將學生分為 8 組，每組有 6 人共同為長輩服務，且同學依組別練習技法。 第 8、12-13 週 校外實作服務，同學從互動了解長輩需求、化妝、髮型、服裝配飾搭配、引導擺姿勢拍照等，最後將長輩照片設計成時尚雜誌風格、或年曆、海報等作品後，將檔案送給每位長輩。
反省	1. 活動檢討及反思 2. 心得及成果製作	第 10 週 第 1 次校外服務執行細節檢討、改善，以求完善。 第 12、14 週 第 2-3 次校外服務執行細節檢討、改善，以求精進。 第 15 週 引導學生思考服務過程中的體會，並填寫「內涵服務學習課程期末反思問卷」、校外服務反思心得，並製作成果海報。
慶賀	1. 成果分享 2. 致贈成品給長者留念	第 15 週 同學上台報告及分享成果作品，老師口頭績優表揚學生。 第 16 週 將長輩彩妝髮型造型等影片、照片檔完成並贈於每一位長輩作紀念。
七、合作機構		
機構名稱/聯絡人	財團法人天主教聖母聖心修女會惠華長青學苑/黃 O 婷社工 甘霖基金會中區社區照顧關懷據點/譚淑比社工	
機構電話	04-2222*****201	
e-mail	Hu****@gmail.com	
機構地址	臺中市市區市府路 103 號	
服務工作項目或內容	彩妝、髮型、服裝搭配宣導，彩妝、髮型、服裝造型等活動。	
合作模式	1. 分 3 次邀請 36 位長輩來學校參加本課程，服務時數為 8-10 小時。 2. 學生 8 人為一組共分為 8 組，每組負責 1-2 位長輩的彩妝、髮型、服裝穿搭、配飾、拍照、動作引導等相關造型。 3. 照片彙整、後製處理、作品完成後將完成檔案送給長輩作紀念。	

八、服務進行方式					
課程說明會	112 年 2 月 21 日	R105 教室	本次課程樂齡長輩參與型態說明。	林洵瑜老師	1 小時
行前訓練	112 年 3 月 14 日	R105 教室	樂齡造型說明示範	林洵瑜老師	3 小時
活動溝通	112 年 4 月 11 日	R105 教室	第一次彩妝、髮型服裝搭配等造型服務+拍照	黃乙玲社工 林洵瑜老師	3 小時
造型活動	112 年 5 月 9 日	R105 教室	第二次彩妝、髮型服裝搭配等造型服務+拍照	譚淑比社工 林洵瑜老師	3 小時
造型活動	112 年 5 月 16 日	R105 教室	第三次彩妝、髮型服裝搭配等造型服務+拍照	譚淑比社工 林洵瑜老師	3 小時
九、評量方式					
分組分享，學生撰寫心得及問卷。					
十、服務效益					
本課程修課人數為 48 人，透過分組讓同學都能參與樂齡造型，並讓學生了解在同儕與樂齡者服務之間的差異，並了解市場的區隔性。					
十一、延續性規劃及具體作法					
本課程之服務課技、機構選定及服務反思活動，由授課老師負責推動與督導，於服務後課程結束做總檢討，作為後續規劃的參考，也期望次年能繼續辦理與追蹤。					
十二、檢討與未來建議					
檢 討	1. 本次課程共邀請 2 個社區分 3 次，讓同學做妝容造型服務部分同學覺得次數過多了。 2. 長輩都很準時到校門口集合，同學是在教室等長輩，還好到第 3 次會主動出來迎接長輩。				
未來建議	1. 未來服務前可先請長輩先提供照片讓學生有概念。 2. 透過這 2 年的邀請社區長輩到校內讓學生做專業服務，長輩們都覺得新奇又開心，未來要想些不同的點子，讓社區長輩能更有意願參與。				
十三、教師經驗分享					
本次課程邀請財團法人天主教聖母聖心修女會惠華長青學苑 10 位長輩，甘霖基金會中區社區照顧關懷據點 26 位長輩分，共分為 3 次到校來參加本課程的造型相關活動，老師透過課程中不斷的引導與說明，讓學生比較不會害怕能主動跟長輩互動，過程中雖然有些許的世代的隔閡，但透過活潑學生的帶動及說明學習到適用於自己的色彩與彩妝技巧，同時讓長輩們能瞭解美容科系同學所學習的專業，並在造型及拍照中玩得很開心，多數長輩反應很多年沒化過妝了，透過本次的彩妝活動讓長輩們都能將眼睛放大展現出亮麗的氣色，看到自己亮麗自信的一面，長輩們從同學們拍照的引導及影片的錄製看到整個造型的過程，活動中每位都笑聲不斷，不斷詢問何時還會有這樣的活動可以來參與。					



我們幫長輩彩妝的過程



幫奶奶梳理頭髮



幫奶奶夾假睫毛並黏貼上假睫毛



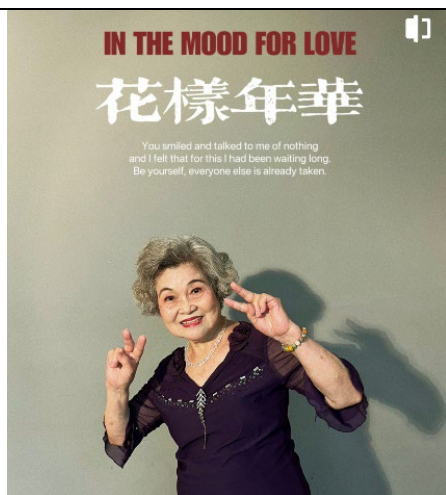
拍攝成果照-幫長輩化妝、設計髮型、服裝配飾搭配、引導擺姿勢後，完成整體造型設計服務留影



兩位長輩是好朋友還自行帶道具~



奶奶自行帶與身上同色系的陽傘做搭配拍照



學生們將在攝影棚拍的長輩照片利用後製，設計成時尚雜誌風格，贈送長輩作紀念



學生們將在攝影棚拍的長輩照片利用後製，設計成時尚雜誌風格，贈送長輩作紀念



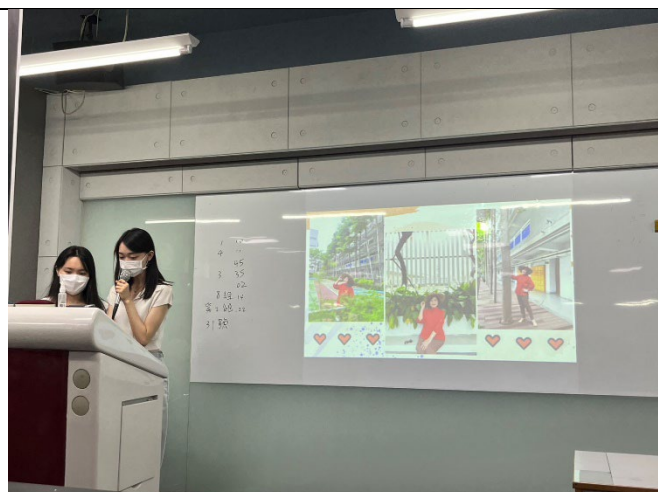
與長輩團體照



長輩們大合照



學生、老師與長輩們一起開心的大合照



上台報告檢討此次活動，以求精進

2. 反思心得

國立臺中科技大學 111 學年度第 二 學期內涵服務學習課程反思心得

課程名稱	樂齡時尚	服務地點	臺中科技大學民生校區
系 級	美容三 1	姓 名	劉○婷、徐○慧、林○靜、宋○如、周○婷、唐○瑄

一、服務/課程內容：

【What】服務學習期間，印象最深刻的是？(做了什麼？看見什麼？聽到什麼？接觸到什麼？之前你們準備的過程?...等等)

印象最深刻的，一是認識桂英奶奶，大部分的長者都喜歡鮮豔的顏色，像是之前遇到的第一位奶奶帶了四套衣服都是飽和色彩，而桂英奶奶不斷強調自然就好，讓我們了解事情溝通的重要性。二是每次幫長輩化完妝後他們笑起來的樣子，還有相處的過程中了解彼此的生活軌跡，在化妝時能有更多的觀察，讓人物裝扮及刻畫的更鮮明，把最初陌生的感覺逐漸消融，甚至陪他們走出校園時長輩都還在叮嚀一些日常瑣碎的事，讓我們覺得心裡有溫暖流淌而過，不過感傷的是人與人的相處-由陌生到熟悉至最終別離，不過最開心的大概是緣分讓我們相識吧！

二、學習要點：

【So What】服務學習期間，學習到什麼？(表現如何、成長、益處、收穫)

遇到哪些困難與問題？如何面對與解決？或者是所見所聞，給你帶來什麼思考與感想？對你的意義為何？

經過這三次幫長輩化妝的經驗，我們明白到，幫爺爺奶奶們化妝的方式真的跟年輕人化妝的方式不一樣，有些較豔麗的妝容在年輕人臉上可以很完美的呈現，但畫在長輩臉上反而會顯得更老氣，而在這幾次的嘗試後，我們便學會如何拿捏，學會如何選擇色彩，學會凸顯長輩的優點讓他們看起來更年輕。除了化妝技巧的提升，我們還學習到了能讓長輩理解我們的想法以及接受妝容的溝通技巧，還有在化妝的過程中也讓我們更懂得如何和長輩聊天，更知道他們對什麼話題感興趣，也從中發現那時的爺爺奶奶不但很快樂，還總散發著耀眼的光芒，我們都認為這是非常難能可貴的。

遇到的困難點是在幫桂英奶奶化妝的時候，因為奶奶本身就喜歡簡單樸素的妝容，不喜歡太豔麗的妝法，所以我們有先詢問奶奶要不要貼假睫毛，但奶奶說不用這樣就好，我們就沒幫奶奶貼假睫毛，後來是洵瑜老師幫我們和奶奶說，貼上雙眼皮貼和假睫毛能讓眼睛變的更有神，貼上後奶奶覺得還是有點艷的感覺，可是也沒有不喜歡，後來奶奶也拍了許多照片，很喜歡這次的活動。

化妝時長輩們對自己的造型都很有想法，我們覺得很棒，即便她們老了但是卻都保有一顆年輕愛漂亮的心；在過程中還會主動跟我們分享她們的活動內容，有唱歌、跳舞等等，看得出來她們過得很開心，我們也覺得這種生活很不錯，快快樂樂的認識新朋友，不會孤單，達到了樂齡生活的真正意義。

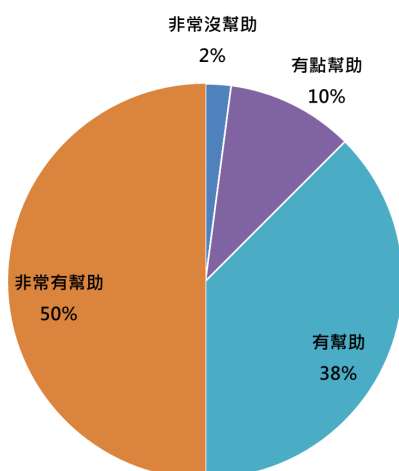
三、執行/參與省思：

【Now What】服務學習期間，發覺自己有什麼改變？(對自我、社會、人事物的看法，例如對自己和小組期待與改善是什麼？個人準備進步的方向為何？未來對什麼事情的想法有何改變與影響？對自我的認識與存在又有什麼影響？有什麼疑惑？關心什麼社會議題..等)

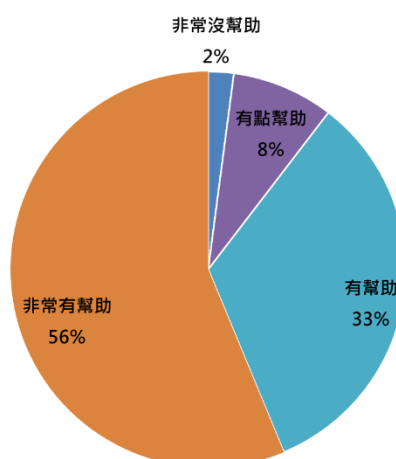
我們的改變是整個小組變得更有團結力了，經過多次分工合作，齊心協力為長輩們做妝容，讓他們變得更漂亮及帥氣，完成造型後長輩們非常開心滿意的同時，我們也感到十分榮幸且有成就感，之前我們都沒有幫年長者化過妝的經驗，這次的服務體驗不只是技術上的提升，在服務學習期間長輩們的鼓勵和誇讚，也更加堅定了大家對美容產業這條路的熱忱。

3. 問卷統計分析圖

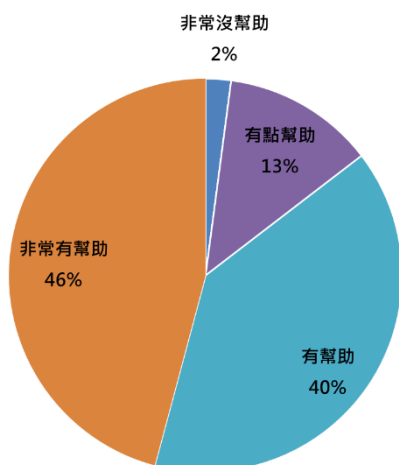
一、啟發對服務的興趣與熱忱



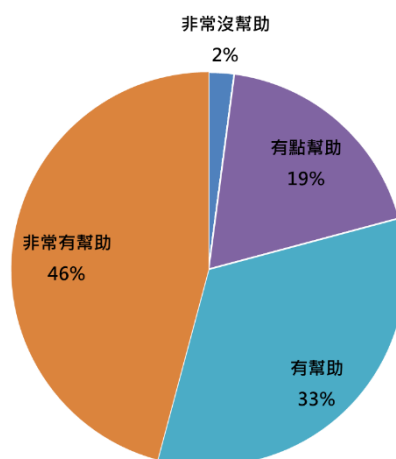
二、樂意幫助別人並從中獲得快樂



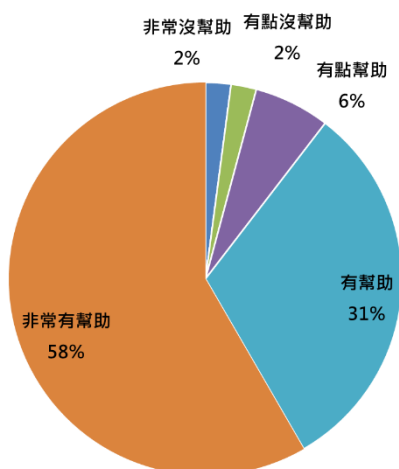
三、在幫助別人時很少想到是否得到回報



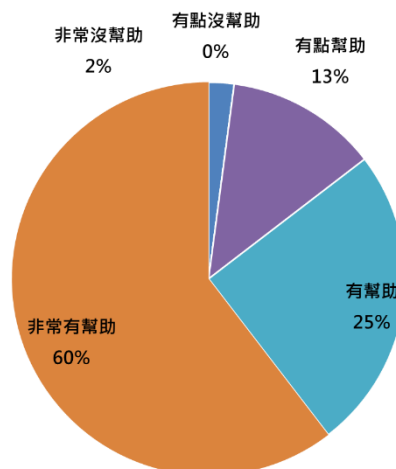
四、覺得自己是有價值的人



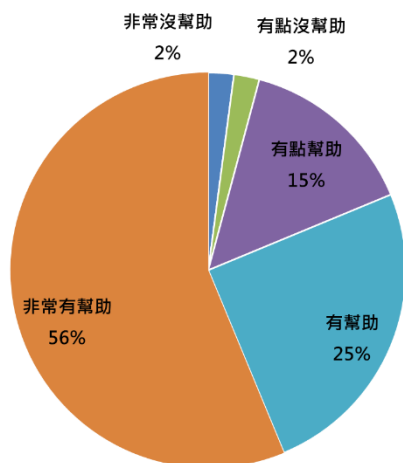
五、有耐心的傾聽別人



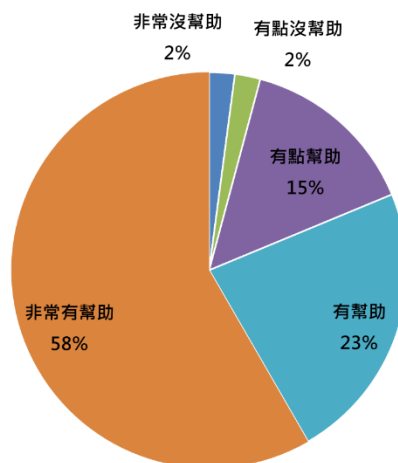
六、樂於與不相識之人互動



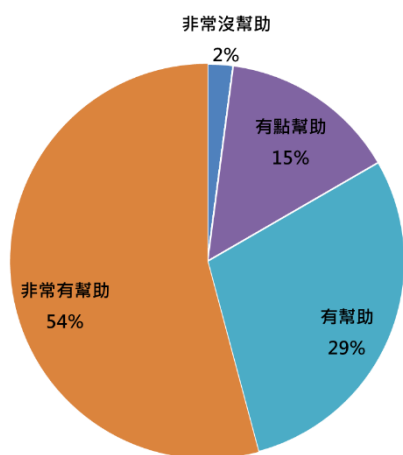
七、喜歡與他人共同合作完成一個任務



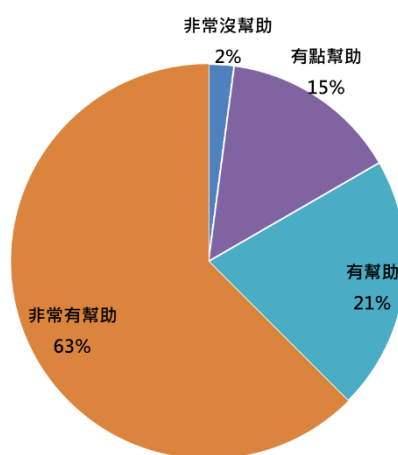
八、在與人合作工作時 會主動地與他人溝通



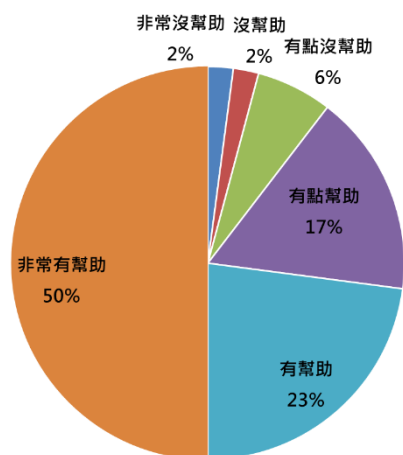
九、將服務融入課程的教學方式，您認為有趣且有實際效用



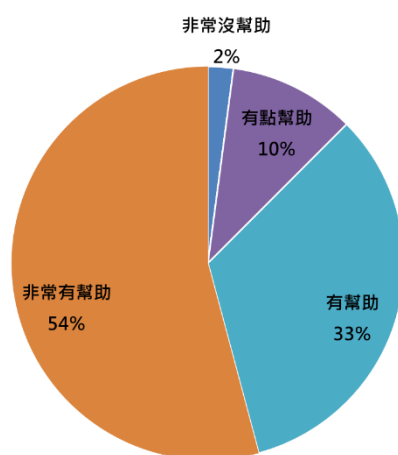
十、從事服務活動時，確實有運用到自己的專業知識



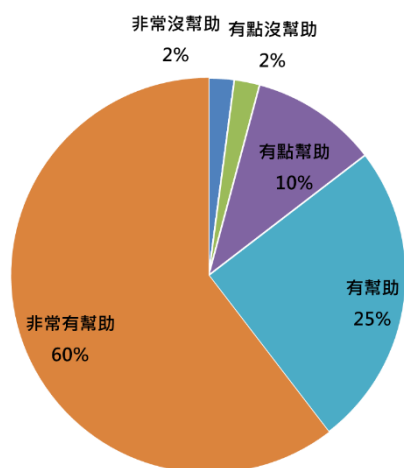
十一、透過服務活動，有助於我更瞭解自身職涯發展的方向



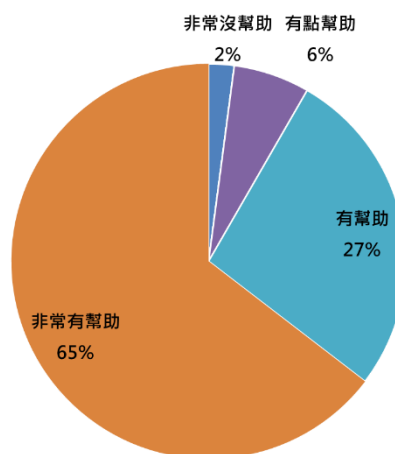
十二、對於此次服務學習之整體成效，您是感到滿意的



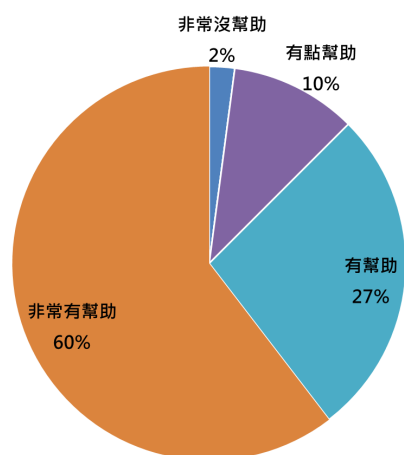
十三、能從不同角度思考問題



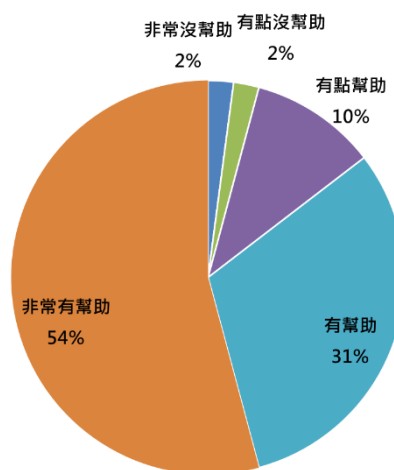
十四、願意去了解與您不同生活型態、背景的人們



十五、修習本課程，能夠豐富校園生活與學習狀態



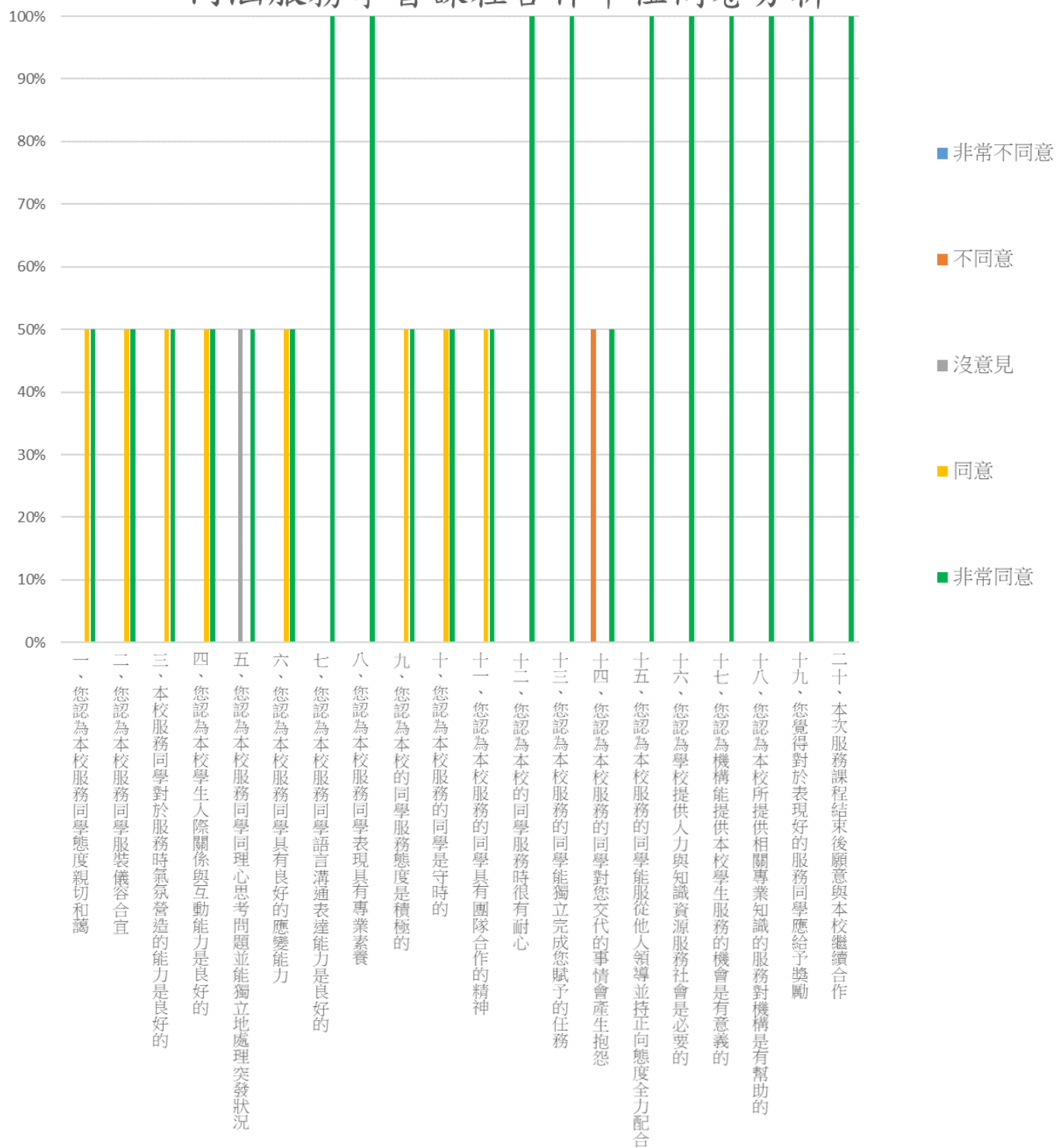
十六、願意再參加服務學習之相關課程



4. 合作機構問卷

樂齡時尚

內涵服務學習課程合作單位問卷分析



樂齡時尚

內涵服務學習課程



國立台中科技大學

NATIONAL TAICHUNG UNIVERSITY
OF SCIENCE AND TECHNOLOGY

美容系

授課班級/美容三1

指導教授/林洸瑜

海報製作/周育琳、黃好娟

服務單位/財團法人天主教聖母聖心修女會/

惠華長青學苑、甘霖基金會

課程計畫與說明

2021年時，全台65歲以上老年人口超過393萬人，佔全台總人口比例的16.8%，顯示目前已經進入「高齡社會」。本課程從服裝穿著、健康飲食、自我按摩保健等方面，來引導學生了解樂齡族群日常生活需求，並使學生能更清楚樂齡群組美容相關的消費市場。

執行狀況與說明



學生分組進行彩妝服務



學生在攝影棚引導長輩擺姿勢及拍照



後製照片並且讓長輩帶回去作紀念



執行成果與結論

校外服務時，學生從一開始和長輩找不到話題聊天、害怕幫長輩們化妝，到後面慢慢的與他們打成一片、無話不談，並能與長輩溝通後打造出以往不敢嘗試的风格，讓同學們從中獲得成就感。在整個化妝過程中，我們能從長輩們的臉上逐漸浮現出自信和喜悅的表情中，感受到他們內心的變化。長輩不斷地在鏡子中觀察自己，並以驚喜的口氣表示從未想過可以再次變得更年輕的，他們對自己外貌的新發現和自信的提升，是令我們印象最深刻的部分。

反思心得 與建議

透過這幾次的樂齡時尚課程服務活動，發覺老一輩的思想跟我們這一代有很大落差。在為奶奶們化妝的過程中，發現儘管世代在改變，奶奶們依舊保守、不敢去凸顯自己。每位奶奶都說自然就好，不要太浮誇，卻在完妝後，明顯感受他們的喜悅卻又無法放開做自己，直到最後帶動氣氛，才開始接受自己可以多打扮，妝扮不要一直被過去束縛住。