

香港教育學院與香港信義會合辦的「樂為耆師」是香港首個長者導師培訓專業證書課程。課上一群年輕長者臥虎藏龍，有社工，有英語教師，有八級鋼琴師。課程讓這班年輕長者一族的學員，學懂長者教學法，結合自己專長，令自己和更年長者的人生變得更有意義。



攝影/ 劉永發
徐振國
編輯/ 陳漢榮
美術/ 利英豪
記者/ 陳芷慧

白髮長者當大學旁聽生，你能想像長者們的大學生涯嗎？

真正活到老學到老 第三齡教育

當人人都將香港未來的重擔放在年輕人身上，香港教育學院教育基礎學院前副院長陳培佳博士卻揚言：「政府應投放更多資源在第三齡教育上。」值不值得？他說人口老化問題日益嚴重，年輕人擔子越重，唯一解決辦法就是教育，提高他們生產力。今天，「長者大軍」剛換了一批新血，他們就是戰後嬰兒潮，他們有學歷、豐富人生經驗、熱血，有些人甚至參加大學旁聽生計劃、長者自發環台跑籌款。究竟，香港年輕長者需要甚麼？他們可以有甚麼生產力？



「樂為耆師」課程 師生心聲

已退休的前香港教育學院院長陳培佳博士，不斷研究第三齡教育。退休大計是修畢希伯來文、希臘文憑課程，重新編譯《聖經》、重修太極和劍術。



學員

在公園見到一個耍太極的阿伯，自言耍的太極結合陳楊兩家，再加以「自己 edit 的 Chan's style」，轉頭舞刀弄劍，運氣提腿一氣呵成，雙眼瞪得大大的。我心想：「隻眼唔使睇咁大呀？」他堅定不移的眼神，相比後方坐長椅打發餘生的阿伯，確實南轅北轍。別看小這公園阿伯，他是香港教育學院前副院長陳培佳博士，三年前他退休，六時一覺醒來，自問：「嗰？今天不用工作，我應該何時起床？」然後拖到八時起床，「我吃粥？油條？決定吃西餐了，侍應又問吃甚麼？一連串平日沒想到的生活問題，讓我這類喜歡思考的人，很煩惱。」退休首三個月，他像活在迷霧。迷霧散去，終實行他早已安排的退休大計，「重新鍛煉武功，起初每天練習七小時。」後來香港教育學院現任校長張仁良，邀請他出任香港教育學院國際教育及終生學習系，任教「樂為耆師」長者導師培訓專業證書課程。簡言之，培訓年輕長者成為導師，教授更年長者。他曾跟張校長大呻：「某次重返校園，門口保安員認不出我了，我感到很落寞。」張校長回應：「你可以重新成為我們學院一分子，你重新遞交履歷表。」不是嘛？還要寫履歷？然而，陳培佳還是重新寫了厚厚十多頁的履歷表，猶如退休後成績單，自信滿滿遞交去了。陳培佳：「退休後我未曾停下來，不斷參考國內外例子，與其他國家教育專家電郵交流，致力研究第三齡人士教育發展。」想不到曾經威武一時的前教院副院長，今天為了學院給他一張新名片而樂上半天，他終於再與保安員混熟，不是呢 like，而是對方一個敬禮，哄得他這個老人家很高興。

長者水平提升 需求不同

陳培佳屬第三齡人士（泛指退休或半退休後展開人生新階段人士），明白長者心理狀況，課程雖教學員如何培訓長者，實則是先打通學員任督二脈，鼓勵這群剛退休或半退休的年輕長者相信自己的能力。陳培佳上課不用大聲公，聲音洪亮：「退休這個字是騙人的，是工業社會用來淘汰資深專才的手段。」他編譯英語筆記，鼓勵學員進修英語，「我又用科學理論說服學員，有研究指長者智慧仍會不斷增長，屬於一種晶性智慧，想法是多層次，年輕人思考是直線向，長者卻是多角度曲線思考，才給人慢的錯誤印象。」今天，香港剛加入年輕長者大軍的人，一半有中學程度學歷。「現在，第三齡人士對社會仍有影響力，若不提高他們生產力，一來他們的生活會不滿足，二來年輕人的經濟壓力會爆煲，我們是第一會受證書的長者課程，證書不是用來掛在家中裝飾，而是規定學員要服務更年長者。」

已退休的黎江佩嬋以前做行政助理，她已學習書法七年，退休大計是修畢「樂為耆師」課程後，教授長者書法，視書法為長者手指運動。



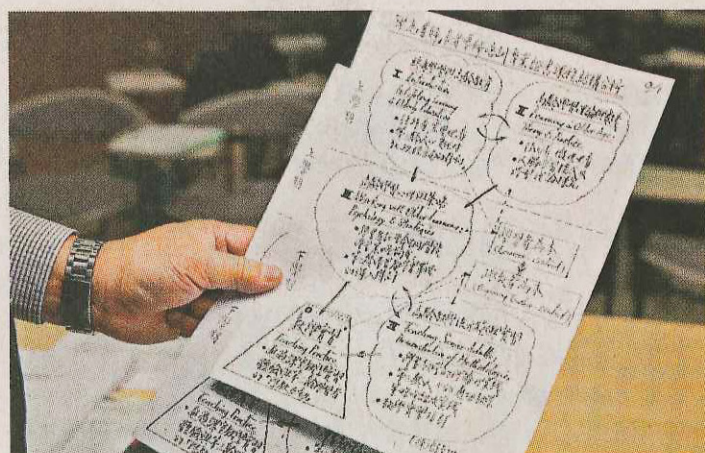
學員

半退休的蘇靜軒是國畫老師，退休大計是教授老人家國畫技法，「老人家畫畫時，開心得從心笑出來，這份滿足感前所未有，不過他們自尊心強，因此要上課學習培訓長者妙法。」

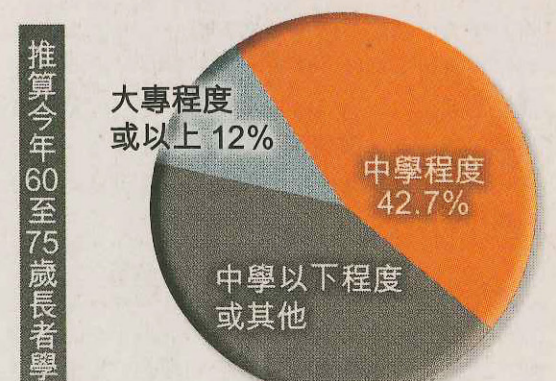
已退休的譚志強原為社工，退休大計是環台慈善跑，向年輕人和長者分享自己經歷，鼓勵他們積極面對人生。



學員



為讓學員容易接受，手繪圖像文字筆記，「比powerpoint更有連貫性。」



2001年政府統計處統計，45歲至59歲的未來長者群，有一半人士學歷達中學程度或以上，15年後的今天，他們已屬60歲至75歲一羣。



吳朝享(右, 62歲) 教育學院旁聽生

「上學年我報讀香港教育學院旁聽生計劃，上了一個『信仰與自由』課程。我認為今年輕長者有一定學歷，各大院校應開放興趣班以外的課程給長者，如哲學、心理學、社會學。對我最大啟發是，原來年輕人的思想不是我想像中這般膚淺。女兒認為我到大學讀書，識得reg科、GPA等詞語，拉近到彼此距離。」



梁穎翔(約60歲) 城市大學旁聽生

「有感一向只接觸到關於工作領域的知識，退休後希望學習文理各方面知識，我在大學已上了第七個學期，最大啟發是，過往我對某些事情看法偏執，現在學懂多角度分析，與更多的人交流，讓我學懂接納不同的意見。」



陳顯偉(約70歲) 城市大學旁聽生

「退休是編排時間的藝術，我不能再為錢工作。我曾上關於核能、fundamental engineering的課程，最喜歡social、culture、gender等社會、文化科目，最啟發我的是，原來同性戀不是病，而是與生俱來。」



曾惠卿(約70歲) 城市大學旁聽生

「有些同學不做小組功課，我做到血壓高，年輕人竟說沒時間做功課，我這個老人家頂硬上。唉！從前論文講求文采、論點融入文章，現在交功課要跟系統上載模式，很多步驟，我要寫好後交由公司同事幫助上載，唉！」

發起義跑 為防癌會籌款

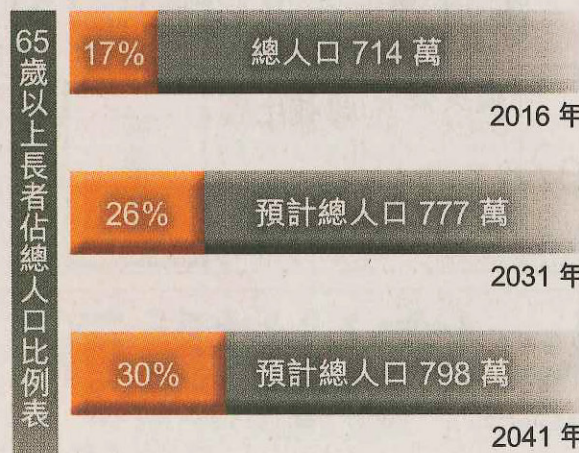
在「樂為耆師」課堂內，每個學員就像帶住一個興趣來上課，讓陳培佳啟發成可以發光發熱的燈。陳博士上課時常說：「反思！反思！反思！」就是想學員能夠確立生命定向，尋找人生另一階段的意義。年初各大報章報道一位61歲長者譚志強發起「環臺960公里慈善跑」，為香港防癌會籌款，贏盡掌聲，原來故事「前傳」也源自「樂為耆師」課程。

臨跑前，譚志強記得陳培佳的再三叮囑：「反思！反思！反思！」譚志強：「我55歲開始跑全馬，我反思如何把長跑興趣結合過往38年社工經驗，幫助有需要的人。」於是他想到了慈善跑，之後每天練跑，數月間由每天10公里、12公里、25公里至50公里毫不間斷，信心大增，主動聯絡慈善機構合作。不少機構擔心這位阿伯體能不足，譚志強：「我跑步時會思想哲學思想，有時會放慢跑，讓自己更專心思考。」他更在facebook成立「小小環臺慈善跑」專頁，每天分享艱難歷程，故事尚未完結，至今他

還主動到不同機構或中心，向不同人分享自己退休人生。陳培佳：「這一代長者有經濟能力，而且在知識和精神層面上，對上下兩代都可以有很大影響力。政府應將長者視為培訓國民般看待。」香港原來早於2007年，勞工及福利局和安老事務委員會已經推行了「長者學苑課程」，當中某些院校已推行「電影看人生」、「中國中理學」、「國畫書法」等興趣班，設旁聽生計劃，某些課程頗有趣，如香港教育學院有一門「西方經典童話文學與形式」，頗受歡迎。

應像九年免費教育 納入常規資助

最近政府統計處調查指年輕長者就業率上升，究竟是否與香港長者教育政策有關？陳培佳立即要手搖頭，他認為香港長者學苑課程其實只是補習班，真正發展第三齡教育，應該像九年免費教育般納入常規資助，而非短期制發放資助，而且應給予長者課程認受性；「還有，旁聽生計劃長遠不是辦法，一班只能有兩三個旁聽生，又非針對長者。」他認為可參考國外做法。



資料來源：政府統計處

外國第三齡教育

北歐 有 Learning passport 學習護照計劃，任何人拿着護照，一年裏可有兩個月讀書時間，在指定機構完成課程，政府全數支付學費。更重要是，兩個月全職學習時間，工作機構需仍發放薪金。這項計劃特別有利「時間充裕」的長者。

日本 日本有八成長者參與學習活動，更有不少老人大學。其中世田谷區終身大學更提供60歲以上區民終身學習的機會，引導學生多參與其居住地區公共事務，營造力量。

英國 以長者自行籌組、自行報道的形式辦學。不同以往興趣班的性質，由教授親自授課，所以有一定認受性。