

# 從青銀共讀繪本 關懷長者的樂齡生活

涂均翰 美和科技大學護理系兼任講師

## 前言

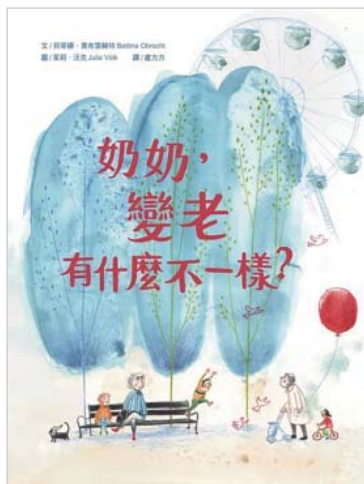
德國心理學家愛利克·霍姆伯格·艾瑞克森(Eric Homburger Erickson, 1902-1994)在西格蒙德·佛洛伊德(Sigmund Freud, 1856-1939)的性心理發展理論基礎上,提出心理社會人格發展論。他認為人生主要共可分為8個階段,在每一階段中,個人不斷轉換其人生角色與責任,也面對不同的發展課題與任務。個人必須在與其所處的社會環境互動與適應的過程中,克服危機與挑戰,始能完成每個人人生發展階段的任務。而隨著生命走到最後的老年階段,個人所要面對的心理社會發展課題為「統整」,即回顧自己的一生,並對於自身所經歷之人生經驗感到滿足與價值感,從而接受生命即將結束的事實,完成自我認同的統整;反之,若個人回首其一生卻自覺毫無意義與價值,便可能感到自責與痛苦,無法坦然接受生命終將到達終點的事實,而對自我與人生感到沮喪甚至絕望(注1)。

由上述可知,年輕一輩若能陪伴走至生命最後階段的長者共同回顧其過往人生,並從中發現其生命之意義與價值,則相當有助於其完成人生最後重要的自我認同與統整,以自在安詳的心態面對生命的終點。此外,長者除了藉由生命經

驗的回顧與智慧的累積之外,持續維持其與他人之間的情感交流與互動也是提升其樂齡生活品質的重要指標。因此,藉由長者與青少年或孩童共同閱讀兒童繪本的活動,不僅可促進彼此之間的陪伴、溝通與交流,也能促發彼此對於生命不同階段之經驗內涵的深刻省思。據此,本文將介評以下3本適合青銀共讀的繪本創作,分別為《奶奶,變老有什麼不一樣?》、《幸福之家的狗醫生哈迪:爺爺奶奶的復健治療犬,老小孩和毛小孩是好朋友!》以及《你記得嗎?您忘了嗎?》,茲分述如下。

## 《奶奶,變老有什麼不一樣?》(注2)

本書作者貝蒂娜·奧布雷赫特(Bettina Obrecht),1964年出生於德國南部的羅拉赫(Lörrach)。後來在海德堡學習西班牙語和英語期間,獲得其第一個詩歌與散文文學獎。自1992年以來,作者一直擔任自由作家與翻譯者,並於1994年出版第一本童書,至今已出版了超過50多本兒童與青少年書籍,其中許多已被翻譯成各國語言。其也與音樂家兼廣播劇製作人Werner Cee合作,撰寫與編輯廣播劇及廣播專題文本(注3)。本書繪者茱莉·沃克(Julie



Völk) 1985 年出生於奧地利首都維也納，為知名童書繪者。其畫風清新細膩，將現實與幻想巧妙地融為一體，極具個人色彩，且擅長描繪個人的成長與奇妙的際遇等生活面向，其創作曾獲得波隆納拉加茲最佳童書大獎、德國特羅斯多夫圖畫書獎與白烏鴉獎等殊榮之肯定，並於 2018 年被評選為國際兒童圖書評議會 (International Board on Books for Young People, IBBY) 的榮譽插畫家。

在本書首頁中，小男孩以其童稚而好奇的口吻向奶奶問道：「奶奶，變老像什麼？」奶奶回應男孩：「它就像年輕，只是有一點點不一樣。」由此奶奶以智慧長者的角色展開其對於「老年」與「年輕」兩種人生不同階段的思辨旅程。奶奶說道：「當你還小，你喜歡笑；當你老了，你也一樣愛笑」以及「當你還小，你不會事事都喜歡，當你老了，一樣不會什麼都喜歡」等諸如此類看似簡單而平淡的話語中，卻透顯出對人性深刻洞

察的智慧，道出人類從年幼到年老時所共通的人性所在，一樣會有喜、怒、哀、樂等情緒，也一樣會有自己的偏好、興趣與交友圈。然而，書中奶奶也道出在人們隨著年齡漸長而老去時，不同於年輕時的身心變化，例如人在小時候容易在學習事物的過程中遭遇挫折而生氣，而在年老時則是對於自己過往已習得之事物的能力逐一衰退而感到失落。吾人在小時候總是沒耐心地期盼自己能快點長大，讓時間過得快一點，年老時則因感悟時光飛逝而不再急躁。在年幼時對於世界充滿好奇和疑問，但年老後則對於許多問題的答案一笑置之，少了解除疑惑的急切與熱望，卻多了一份了然於心的靜定與自在。同樣地，在年輕時曾對生命懷抱著許多夢想，想要翱遊四海，而年老時則發現過往的夢想多數已經存在於人生之中，且更加珍惜人海路途中的每份相遇，彼此相知而相惜。此外，人們在孩提時期與學齡階段，總覺得要聽從大人的話而凡事都被決定，但是長大甚至年老後，則可以自主決定許多事情，做自己想做的事，而不需受到太多限制與束縛。在小時候總覺得人生有許多可能性，例如在職業與人際情感關係上，似乎有許多扇門向吾人敞開而值得入內一探究竟，然而到年老時，便會因為發現自己人生的核心關懷與目標，而選擇關注對自己最有意義與價值的那扇門，其可能是一份懷抱人生使命的工作，也可能是值得自己持續投入與承諾的情感關係。最後在書末奶奶說道：「當你還小，你會愛很多人。當你老了，也會這樣。老就像年輕，只是，有一點點不一樣。」說明人到年老時

一樣可以保有愛人的能力和需求，也首尾呼應地透顯出人性不受年齡限隔而普遍共通的美善與溫暖。

筆者以為書中奶奶對年老的描述，可謂為完成自我認同與價值之統整的長者之人格典範，不僅能覺察與接納自我的情緒與需求，且在人生經歷中所醞釀累積的智慧，使其可立足於自身的核心關懷，並發現自我生命的意義與價值所在，從而能自在而坦然地面對老年生活，乃至生命的終點。而書中的插圖畫風精緻而優美，繪者運用渲染的色彩搭配勾勒細膩的線條，並以色塊虛實的對照呈現出歲月的更迭變化，構成一幅幅極具巧思而深刻動人的人生風景，配合書中奶奶充滿人生智慧的話語，不僅讓閱讀者同時浸淫於智慧與美感的洗禮，也啟發其對於自身生命歷程的回顧與探索。

## 《你記得嗎？您忘了嗎？》(註4)

本書作者羅金玫秉持著為孩童推廣閱讀習慣的初衷，擔任班級故事媽媽長達 20 多年，也將推廣家庭教育作為自己的職志，曾於 2021 年與本書繪者許貽綸共同創作並出版兒童繪本《我跟你說！你不要跟別人說！》並贈送給各鄉鎮圖書館、學校與幼兒園，而本書則為其第二本以親子關係為主題的繪本作品，蘊含著其與兒子互動的靈感與共同創作的結晶。為將家教教育理念普及化，作者除了創作與推廣以親子關係為主題的兒童繪本之外，也曾執行「愛家 515 不插電親子

桌遊趣計畫」，將親職教育融入桌上遊戲與親子互動的過程中。作者對於家庭教育的貢獻使其於 2021 年榮獲屏東縣家庭教育的績優志工，並於 2022 年獲得教育部社會教育貢獻獎之肯定。本書繪者許貽綸為臺灣本土的漫畫家、插畫家與繪畫老師，目前從事圖像繪畫以及漫畫教學等工作，並於臉書社群平臺發佈原創漫畫，本書為其與作者合作並出版的第二本兒童繪本。

本書以一對企鵝父子對彼此傾訴的話語為對照，分別對應呈現父親對兒子年幼時無微不至的照顧直到其成長，以及兒子用心照護年邁父親直至其離世的過程，除了彰顯父慈子孝的傳統美德，更突顯出父子在彼此生命中長期依附的親密關係與其中真摯情感的流動。作者在文字話語的安排上也極具巧思，透過兩相對照讓吾人更深刻理解到在生、老、病、死之人生的必經過程中，父母與子女之間的親情連結與彼此照護皆扮演著重要角色，不僅提供飲食起居的生活照顧，更重

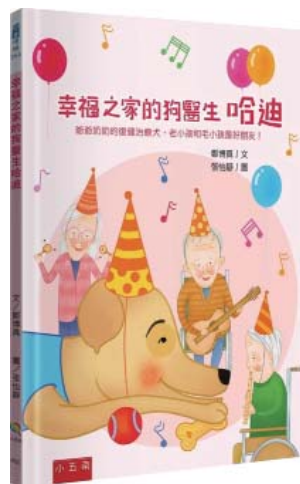


要的是彼此在情感上的相互包容與體諒，例如書中說道：「寶寶，你記得嗎？小時候，你總要我推著你去認識世界。爸爸，您忘了嗎？您老了，我也會推著您到處尋找回憶。」說明在小時候，子女總期待著父母帶我們去認識與探索外面的新奇世界，而當父母年邁時，則換成子女帶著行動不便的父母到世界中重溫其人生中的美好回憶。此外，在小時候子女牙牙學語時，父母總是孜孜不倦地重複教導其一字一句地說話，而在父母年老甚至失智時，則換成身為子女的我們重複傾聽著父母敘說其兒時過往的故事；在小時候，父母陪著子女一步步緩慢地學習走路，長大後則換成子女陪伴父母步履闌珊地緩慢前行。小時候，父母幫子女洗澡和換尿布，長大後，子女也同樣幫父母洗澡和換尿布。凡此看似平凡無奇的生活瑣事，卻是在親子間彼此的陪伴與關照下，才得以順利的進行，而推動著彼此生命相伴前行的主要動力，則是期待著彼此能夠健康快樂地生活，乃至邁向終老的愛與盼望。

本書文字風格洗鍊而生動，在父子簡短話語的對照中，巧妙呈現父子之間真摯而動人的情感，也提醒我們親子之間的相處之道，在於懷抱著感恩的心情，體諒與包容彼此的脆弱與需求。而繪者以簡約樸素的線條與透明水彩的不同色塊，呈現出企鵝父子在幼年、少年與老年的生動形象與對比，搭配平凡卻又感人的故事情節，極具情感渲染力而讓人印象深刻，相信也會讓許多讀者因不禁憶起自身對於父母與子女的情感而為之動容。

## 《幸福之家的狗醫生哈迪：爺爺奶奶的復健治療犬，老小孩和毛小孩是好朋友！》(注5)

本書作者鄭博真為國立高雄師範大學教育學系博士，現為中華醫事科技大學幼兒保育系副教授，亦為童書繪本創作者，除了指導學生設計兒童繪本並運用於幼兒教育，也經營「臺灣原創繪本」之線上社團(注6)，致力於推廣臺灣本土的繪本創作並培訓繪本閱讀之推廣人員。其曾獲得中國語文獎章與高雄市柔蘭兒童文學獎等殊榮，並出版《我的爸爸是白衣天使》(注7)、《我的媽媽是公車司機》(注8)與《臺灣水果有學問 1-5 套書》(注9)等 20 餘本兒童繪本作品。本書繪者張怡靜幼年在母親的啟蒙下開始學習繪畫與學習美術，大學就讀電影戲劇相關科系，畢業後曾參與電影與戲劇短片的製作工作，之後負笈加拿大的蒙特婁學習電影動畫，並長居當地已 20 餘年，



其在體會異國文化與生活的經驗中，培養個人對於環境之同理與關懷，希望藉由其藝術創作分享人類共通之情感，並傳達快樂與光明之希望，其過往創作之作品集可參見其個人網站（注 10）。

依據臺灣動物輔助活動及治療協會（Formosa Animal-Assisted Activity & Therapy Association, FAAATA；俗稱臺灣狗醫生協會）網站之簡介說明，臺灣狗醫生計畫之推行始於 1999 年，並於 2000 年在國科會動物輔助治療研究計畫中建立臺灣本土化動物輔助活動及治療的基礎規範及實施準則，主要推廣動物輔助治療的理念與服務，希望藉由有接受過培訓的治療犬定期到醫院、老人養護中心或特殊教育中心進行義務探訪與陪伴活動，讓病人、長者與身心障礙人士能在與動物的互動經驗中，感受到溫暖的陪伴與關愛，並為其帶來身、心、靈的撫慰，而至今臺灣已有一百餘隻接受訓練並授證的狗醫生大使（注 11）。

本書主角即為在「幸福之家」安養中心裡陪伴老人的治療犬哈迪。牠是一位聰明的狗醫生，每天陪伴爺爺奶奶們進行刷牙、洗澡與吃飯等日常事務，也會一同運動和玩耍，或陪伴老人們到廣場散步，同時欣賞美麗的風景。此外，安養中心也會為老人舉辦為哈迪進行美容的課程，讓爺爺奶奶們學習幫哈迪梳理毛髮、清潔沐浴與修剪指甲，甚至為哈迪設計造型，也會為牠舉辦慶生會，讓老人們在照顧與關懷哈迪的過程中，除了提升自身生活的技能與肢體協調的能力，也增進其心理上的自我效能感以利建立正向的自我認

同。對於安養中心裡行動不便或患有失智或恐慌等身心疾病的老人們，哈迪的陪伴和引導更扮演著重要的角色，為其帶來溫暖與希望。本書描述後來因為疫情的緣故，哈迪被迫短暫離開安養中心，讓爺爺奶奶們相當傷心，只能藉由視訊來懷念哈迪的陪伴，直到疫情緩和後，哈迪回歸安養中心，讓老人們再度重展笑顏，足見其陪伴角色之重要性，及其與爺爺奶奶們之間的真誠而感人的情感連結。

本書故事情節以治療犬哈迪和安養中心的爺爺奶奶們之間的互動為中心，看似平淡的日常生活，卻在在流露出生命之間彼此接納、親近與關懷的絲絲暖意。繪者採用跨雙頁的大場景構圖，運用飽滿的色彩與柔和的筆觸，在一幅幅綠意盎然且生機蓬勃的樹林與草地，或是落英繽紛的櫻花樹林中，瀰漫著哈迪與爺爺奶奶之間彼此相處愉快而溫馨的氛圍，讓人深刻感受到哈迪為老人們的生活所注入可愛的趣味與親密的情感，以及生命之間彼此充實與映照所展現的希望與活力，令人不禁莞爾而回味再三。

## 結語

在上述三本兒童繪本中，《奶奶，變老有什麼不一樣？》與《你記得嗎？您忘了嗎？》兩書的主題與內容實有其相似互通之處，皆呈現出個人在年老與年輕時的生活差異，唯前者強調的是長者在精神上看待自己與世界的想法與感受，與尚處於年幼時期的孫子之間的差異，而後者則是

藉由父母與子女在各自不同人生階段中彼此照護的生命歷程中，呈現出對彼此需求與脆弱的包容及照顧。相對於此，《幸福之家的狗醫生哈迪：爺爺奶奶的復健治療犬，老小孩和毛小孩是好朋友！》一書則描繪在安養中心的長者，因為平時通常沒有兒孫在旁照顧，治療犬與老人間的陪伴與親密互動，則有助於填補長者心中對於愛與溫暖的情感需求。職是之故，筆者以為上述三本兒童繪本作為青銀共讀的圖書媒材，不僅可適用於生活於家中、醫院或安養中心等不同場域的長者，亦可適用於與長者不同關係類型的陪伴者，例如兒孫子女、志工或看護等。藉由繪本的引導與啟發，老年、少年與幼年等不同世代間的讀者共同閱讀與討論彼此的生活、回憶與智慧，也在陪伴與關懷長者的過程中，促進代間溝通的相互交流、理解與支持，從而豐富與提升長者之樂齡生活的內涵與品質。

注釋

1. 陳皎眉、林宜旻、徐富珍、孫旻暉、張滿玲著。《心理學》（臺北市：雙葉書廊，2015），頁391-410。
2. 貝蒂娜·奧布雷赫特（Bettina Obrecht）著；茉莉·沃克（Julie Volk）繪；盧方方譯。《奶奶，變老有什麼不一樣？》（*WIE ANDERS IST ALT?*）（臺北市：水滴文化，2023）。
3. 貝蒂娜·奧布雷赫特（Bettina Obrecht）個人網站 <https://www.bettinaobrecht.de>。
4. 羅金玟著；許貽繪。《你記得嗎？您忘了嗎？》（高雄市：東雨文化，2024）。
5. 鄭博真著；張怡靜繪。《幸福之家的狗醫生哈迪：爺爺奶奶的復健治療犬，老小孩和毛小孩是好朋友！》（臺北市：五南，2024）。
6. 「臺灣原創繪本」線上社團臉書網址：[www.facebook.com/groups/355360579576103](http://www.facebook.com/groups/355360579576103)
7. 鄭博真著；許家瑋繪。《我的爸爸是白衣天使：性別工作平等，熱愛工作，成為職場英雄！》（臺北市：五南，2022）。
8. 鄭博真著；許家瑋繪。《我的媽媽是公車司機：職業性別平等，展現自己的優勢，就是職場達人！》（臺北市：五南，2022）。
9. 鄭博真著；何彥霖、葉曼玲、陳怡臻、吳奕瑤、針葉林繪。《臺灣水果有學問1-5套書》（新北市：小宇宙文化，2022）。
10. 張怡靜個人網站：[hinunu.wixsite.com/mysite](http://hinunu.wixsite.com/mysite)
11. 臺灣動物輔助活動及治療協會網站之協會簡介：<https://www.doctordog.org.tw/about.php>



## 毛澤東時代的真實社會

：共產黨如何改變中國階級與人民面貌？

文浩（Felix Wemheuer）著；項佳谷（Jiagu Richter）譯

臺灣商務印書館 / 11306/464 面 / 21 公分 / 630 元 / 平裝  
ISBN 9789570535716/549

作者認為要回答這個問題，必須從上層的中共官方政策，以及下層的民間社會實態著手，剖析共產黨全面改造社會的同時，農民、工人、地方幹部、知識分子、少數民族、舊社會精英等人群，他們所面對的挑戰，而這也永遠改變了中國社會的樣貌。是社會史研究方法論的絕佳範本。作者大量蒐整調查資料，從各行各業的人民生活微觀看歷史，再與當時的國家政策，找到密切的互動與聯繫。（臺灣商務印書館）



## 在地的幸福生活

：美伶姐的台灣地方創生故事 PART II

陳美伶 著

遠見天下文化 / 11306/376 面 / 21 公分 / 600 元 / 平裝  
ISBN 9786263558144/552

陳美伶服務公職近 40 年，有許多走到第一線的機會，致力於推動地方創生。卸任公職後，她持續拜訪全台各地的地創團隊。2021 年 11 月，「台灣地方創生基金會」成立，由陳美伶擔任董事長，加速她推動地方創生的速度。她認為 2024 年後，台灣的新價值與新時尚，是地方創生，並將下一個 5 年定錨為：「讓地方創生成為在地幸福生活的代名詞。」她期待以本書燃起大家對地方創生的熱情，一起投入為家鄉做一點事的行列。（遠見天下文化）