

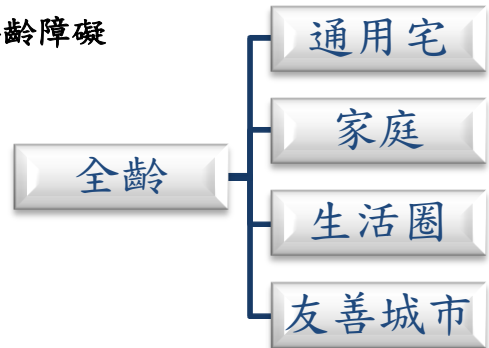
# 翻轉家庭！家的全齡幸福管理養成與實務課程 課程摘要筆記

紀錄:餐管碩一 楊正華 2017.09.26

## 全齡：跨齡/多世代(multi-generation)沒有年齡障礙

不分年齡人人共享的社會

1. 健康的生活、友善的環境
2. 便利的交通、居住和通訊
3. 適切的公共衛生和社會服務



- 全齡通用宅指的是從0~100歲皆可使用的住宅，必須要有電梯、無障礙設施、浴室防滑
- 平均換屋 2 次，第一次在夫妻有小孩的時候，第二次在小孩長大或有兄弟姐妹的時候
- 家庭資源管理:有效的運用各種資源，以滿足家人需求，達成家庭目標的活動，為家庭管理的前身
- 管理:運用資源以達成目標的過程。
- 當要決定任何事情之前，必須要有選擇

## 家庭生命週期

家庭發展	持續時間	
建立期 新婚階段	2 年	角色轉換、家人關係、 迎接新生命
擴展期 育兒階段 (新生兒、學齡前後、青少年)	20 年	子女發展、親子關係 社會網絡、學校家庭 工作家庭
收縮期 子女離家，空巢	22~32 年	生活適應 退休安排 代間關係 老年婚姻 喪偶調適
收縮期 老年夫妻、喪偶階段 (73 歲便進入臥床階段)		

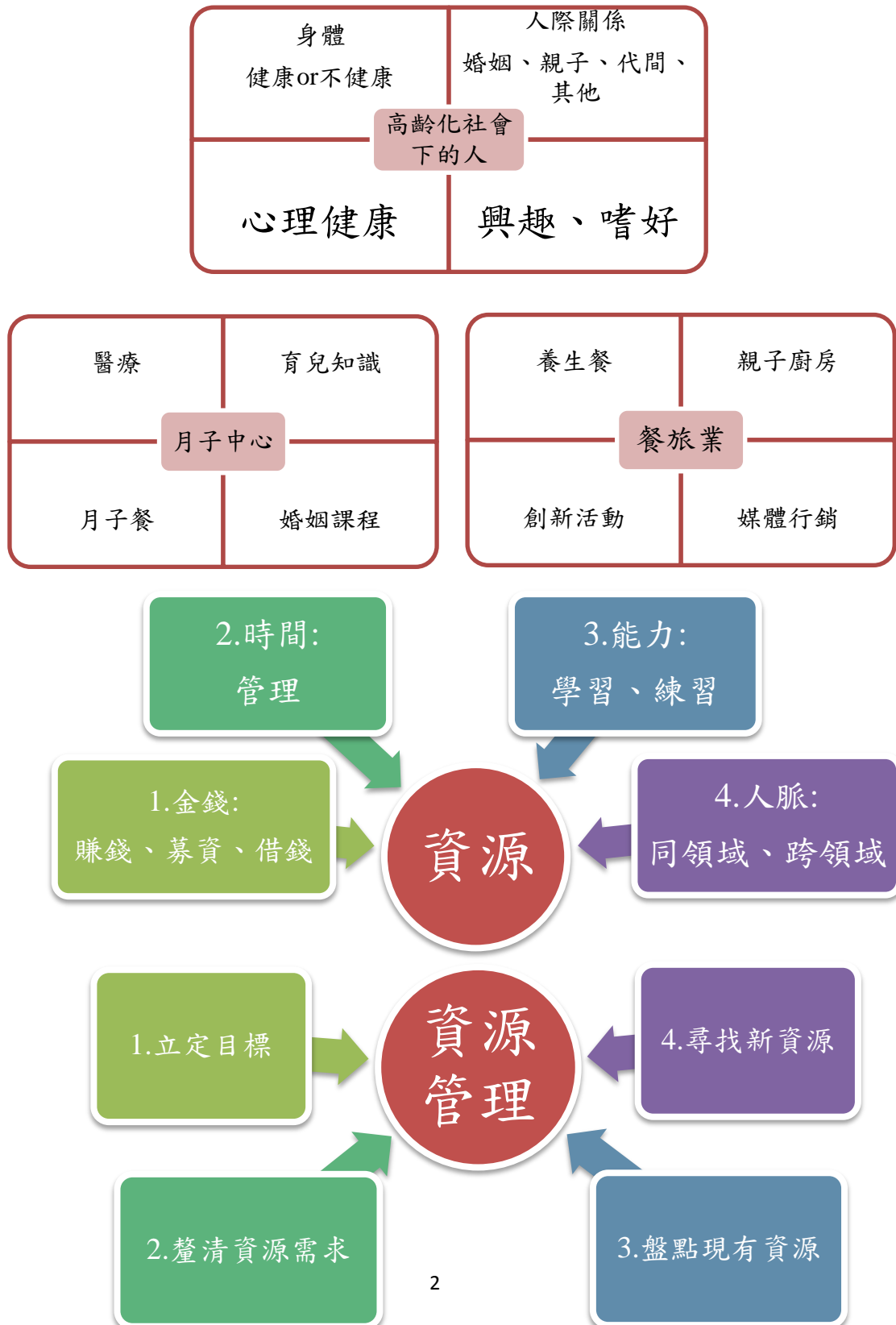
家庭生命週期 VS 全齡家庭

原生家庭 VS 生殖家庭

**專業和事業的關鍵：**

1. 家庭成員的視角（誰是決策者）
2. 家庭事件的視角（誰是需求者）
3. 家庭支柱的視角（誰是付費者）

**全齡家庭生命週期與資源管理**



## 數位學習網站

- 01 iLove 戀愛時光地圖
- 02 iCoparenting 和樂共親職
- 03 iMyfamily 愛我們的家
- 04 Medpartner 美的好朋友
- 05 Pan Sci 泛科學

## 課尾分享語：

Everyone is a genius but if you judge a fish on its ability to climb a tree, it will live its whole life believing that it is stupid. --Albert Einstein.

每個人都是天才，但如果你用會不會爬樹來評斷一隻魚，牠會一輩子都覺得自己是笨蛋。--愛因斯坦