

南華大學社會科學院國際事務與企業學系公共政策研究碩士班

碩士論文

Master Program in Public Policy Studies

Department of International Affairs and Business

College of Social Sciences

Nanhua University

Master Thesis

年金改革對國小教師退休生涯規劃之影響

The Impact of Annuity Reform on the Elementary
School Teachers' Retirement Planning



劉燕芬

Yen-Fen Liu

指導教授：彭安麗 博士

Advisor: An-Li Peng, Ph.D.

中華民國 108 年 6 月

June 2019

南華大學

國際事務與企業學系公共政策研究碩士班
碩士學位論文

年金改革對國小教師退休生涯規劃之影響
The Impact of Annuity Reform on the Elementary
School Teachers' Retirement Planning

研究生：劉燕芬

劉燕芬

經考試合格特此證明

口試委員：陳希宜
彭宇麗
徐千偉

指導教授：彭宇麗

系主任(所長)：鍾志明

口試日期：中華民國 108 年 6 月 26 日

摘 要

本研究是在探討年金改革對國小教師退休生涯規劃之影響。主要目的是要瞭解年金改革前後的差異、教師對退休金的認知、教師的退休生涯目標、以及年金改革後對教師退休生涯規畫之影響。

為達上述目的，本研究首先探討相關文獻，以作為理論之基礎，再經由質性研究法的深度訪談方式進行資料的蒐集，編擬訪談大綱作為研究工具，分別訪談 3 位在職教師和 3 位已退休教師，並將訪談資料進行整理與分析，最後歸納出結論如下：

- 一、國小教師對年金改革的看法，傾向於不支持此次年金改革，且受訪的 6 位教師都認為在心理上受到了傷害，打擊了老師們的士氣。
- 二、國小教師對退休金的看法多元；其退休生涯目標包含了：改變生活方式、社會服務、運動健身、發展興趣、自我充實、實現人生理想與目標等。
- 三、年金改革對教師退休生涯規劃已造成全面性的影響，環環相扣牽一髮而動全身。

根據以上研究結論，研究者提出相關建議，以供教師、學校、政府參考。

關鍵字：年金改革、國小教師、退休生涯規劃

Abstract

This study aims to explore the impact of annuity reform on elementary school teachers' retirement planning. The main purpose is to understand the differences before and after the annuity reform, teachers' perception of pension, teachers' retirement career goals, and the impact of annuity reform on teachers' retirement planning.

In order to achieve the above objectives, this study first explores relevant literature as a theoretical basis, then collects data through in-depth interviews with qualitative research methods, compiles interview outline as a research tool, interviews three in-service teachers and three retired teachers respectively, and collates and analyses interview data. Finally, it concludes as follows:

1. Primary school teachers' views on annuity reform: they tend not to support the annuity reform, and all the six teachers interviewed think they have been psychologically harmed, which has seriously damaged the morale of teachers.
2. Elementary school teachers have multiple views on retirement pension. Their retirement career goals include: changing lifestyle, social services, sports and fitness, developing interest, self-enrichment, and realizing life ideas and goals.
3. The annuity reform has exerted a comprehensive impact on teachers' retirement planning, which is closely related to each other. Based on the above conclusions, the researchers put forward relevant suggestions for teachers, schools and government reference.

Keywords: annuity reform, elementary school teachers, retirement planning

目 錄

摘 要.....	I
ABSTRACT	III
目 錄.....	V
圖目錄.....	IX
表目錄.....	XI
第一章 緒論.....	1
第一節 研究背景與動機.....	1
第二節 研究目的與研究問題.....	7
第三節 研究流程與章節安排.....	7
第四節 名詞釋義.....	9
第二章 理論基礎與相關文獻探討.....	11
第一節 退休金制度的理論探討.....	11
第二節 我國教師退休制度的變革與分析.....	19
第三節 現行「公立學校教職員退休資遣撫卹條例」與學校教職員「退 撫新制」重點差異.....	25
第四節 退休生涯規劃相關理論.....	36

第三章 研究方法與設計	49
第一節 研究架構與方法	49
第二節 研究對象與工具	54
第三節 資料整理與分析	58
第四節 研究倫理	61
第四章 研究結果分析與討論	63
第一節 國小教師對年金改革的看法及其在心理上的影響	63
第二節 國小教師對退休生涯規劃的觀點	69
第三節 年金改革對退休生涯規劃的影響分析	77
第五章 結論與建議	91
第一節 研究結論	91
第二節 研究建議	97
第三節 研究限制	100
參考文獻	103
壹、中文部分.....	103
貳、英文部分.....	110
附錄	111

附錄一 訪談大綱（已退休教師）	111
附錄二 訪談大綱（在職教師）	113
附錄三 研究邀請函	115
附錄四 訪談同意書	116
附錄五 深度訪談記錄	117



圖目錄

圖 1：最近 10 年教育人員收繳撥付趨勢圖	4
圖 2：研究流程圖	8
圖 3：老年社會安全保障「三柱」(THREE PILARS) 的年金體系.....	18
圖 4：研究架構圖	49



表目錄

表 1：最近 10 年公務及教育人員退休平均年齡.....	5
表 2：我國公立學校教師退休金制度與相關學理（說）對照表	16
表 3：退休教職員退休金給與之計算基準彙整表.....	26
表 4：退休生效當年所對應之退休所得替代率一覽表.....	28
表 5：教育人員自願退休之年資與年齡對照表.....	32
表 6：訪談對象基本資料.....	55
表 7：訪談大綱內容架構.....	56
表 8：訪談引述編碼範例表.....	60
表 9：國小教師對年金改革的看法.....	65
表 10：年金改革對國小教師心理上的影響.....	68
表 11：受訪者與退休金學說對照表.....	72
表 12：受訪者退休目標.....	76
表 13：受訪者在財務規劃上的影響.....	79
表 14：受訪者在社會關係規劃上的影響.....	83
表 15：受訪者在健康規劃上的影響.....	85
表 16：受訪者在社會參與規劃上的影響.....	87
表 17：受訪者在休閒規劃上的影響.....	90

第一章 緒論

子曰：「老者安之，朋友信之，少者懷之。」這是孔子所嚮往的世界，其中第一順位就是「老者安之」。在職場上打拼了半輩子後，能有一個穩定、經濟無虞的退休生活，是大家所嚮往的。根據研究者多年從事教職與同事意見交流的經驗中，發現多數同事當初會選擇教職作為終生的職業，大多數也是因為到了年老退休後，能有一筆穩定並足以維持老後生活至一定水平的退休金作為保障，才會捨棄其他工作機會或升學管道而毅然投入教職。但隨著時代變遷，我國人口結構不斷老化、出生率降低，在少子化、高齡化及追求社會公平正義的發展趨勢下，為求國家永續經營與避免預見的破產危機，年金改革勢在必行。尤其公教人員退休金改革已於民國107年7月1日正式上路，不管是對已經退休或是在職教師的生涯規劃，勢必造成一定程度的影響。筆者基於同事朋友的立場想知道，這群年紀大約50、60歲的同事在年金改革衝擊下，他們的退休生涯規畫是否真有被影響或調整，因為很現實的，想要享受退休生涯的不管是時間、健康、財富或自由，一定要有一筆穩定且充足的退休金作為後盾，因此促成了本論文的誕生。本章第一節為研究背景與動機；第二節為研究目的和問題；第三節為名詞釋義；第四節為研究流程和章節安排。

第一節 研究背景與動機

本研究旨在探討年金改革對國小教師退休生涯規畫之影響，有關此一研究問題的背景與動機，分別說明如下：

壹、研究背景

自1944年6月22日國民政府制定公布「學校教職員退休條例」全文22條，我國學校教職人員退休制度創立，施行迄今已歷70年，其間雖經過多次修正，但整體

結構與原則均維持由政府負擔退撫經費之「恩給制」。但因政治、經濟、社會環境急遽變遷，遂於民國84年始將退撫制度改為「儲金制」。2016年第14屆總統當選人蔡英文於其就職演說，承諾將「年金改革」列為優先改革政策（自由時報電子報，2016），並同時設立任務編制的「年金改革委員會」，定期召開會議並提出變革方案，進而引起各利益團體傾軋、論述及學理相互競逐，新聞媒體亦爭相報導；改革的過程退休公教不斷地被汙名化、街頭抗議不斷，台灣社會也因為年金改革，世代之間、不同職業別之間更加的對立和撕裂。綜合而言，本研究背景可歸納包括以下幾點：

一、人口結構劇烈變化

這次年金改革最急迫的原因就是財政的危機，然而，臺灣人口結構的急速變化，面臨「少子化」及「人口老化」雙重挑戰，才是促成這次年金制度不得不進行改革最重要的原因（關中，2013）。

（一）少子化

我國從2010年以來，一直是全世界生育率最低的國家，以2017年為例，台灣總生育率1.13；2018為1.06，更創8年來新低，距離能達到世代更替的標準2.1幾乎少了一半（內政部戶政司全球資訊網，2019），也因此造成了新進教師減少、提撥教育人員退休基金的人口和金額減少的情況。

（二）人口老化

「人口老化」的指標之一，根據世界衛生組織的定義，65歲以上人口占總人口數超過7%稱為「高齡化」國家，超過14%稱為「高齡」國家，占20%以上者稱為「超高齡」國家。根據中華民國內政部全球資訊網2018年4月10日網路資料顯示：我國老年人口比率在1993年便超過7%，進入高齡化社會，而後受到戰後嬰兒潮世代陸續成為65歲以上老年人口影響，我國老年人口自2011年起加速成長，並於2017年2月首度超過幼年人口（老化指數達100.18），直至2018年3月，我國65歲以上老年人口占總人口比率達14.05%，正式邁入高齡社會（內政部戶政司全球資訊網，

2019)。造成請領退休金的人數增加及領取的年限延長，以致教育人員退休基金支出急速增加的現象。也就是領取退休金者多於繳交年金者的情況會越來越嚴重。

二、退撫基金恐有破產之虞

我國公務人員退休撫卹制度，自1943年建制後，原係維持由政府負擔退撫經費之「恩給制」；後因政治、經濟、社會環境急遽變遷，早期所設計之退撫制度，已面臨前所未有的挑戰，所以自1973年起由政府組織專案小組進行研究，至1995年7月1日起，改採共同提撥制，由政府與公務人員共同撥繳費用，建立公務人員退休撫卹基金，以支付改制後年資之退撫經費。但因以下因素，而又有破產之虞：

（一）基金經營績效差

公務人員退休撫卹基金2008年因受全球金融海嘯影響，產生鉅額虧損，政府連年未足額撥補退撫基金最低收益差額，目前尚有43.81億元待國庫依法撥補，監察院財政及經濟委員會2012年5月2日通過並公布監委程仁宏、楊美鈴調查報告，要求銓敘部、行政院主計總處檢討改進（數位網路報，2012）。

2013年7月3日，監察院以政府基金委外代操績效差，向行政院等5機關提出糾正案：「政府基金委外操作國內權益證券金額龐大，2012年底高達4,909.12億元，代操績效甚差，無論1年、3年、5年、10年期的年度報酬率，竟全部劣於自行運用，又中長期委外代操的報酬率，絕大多數年度均不如1年期定存利率」（監察院全球資訊網，2013）。

退撫基金不僅沒有達成當初計畫利用其收益，來支付教育人員相關支出的本意，而且，教育人員退休基金收支已於2014年發生逆差，並推估可能在2030年破產（蘋果即時新聞，2018）。如下圖所示：

金額單位：新台幣億元

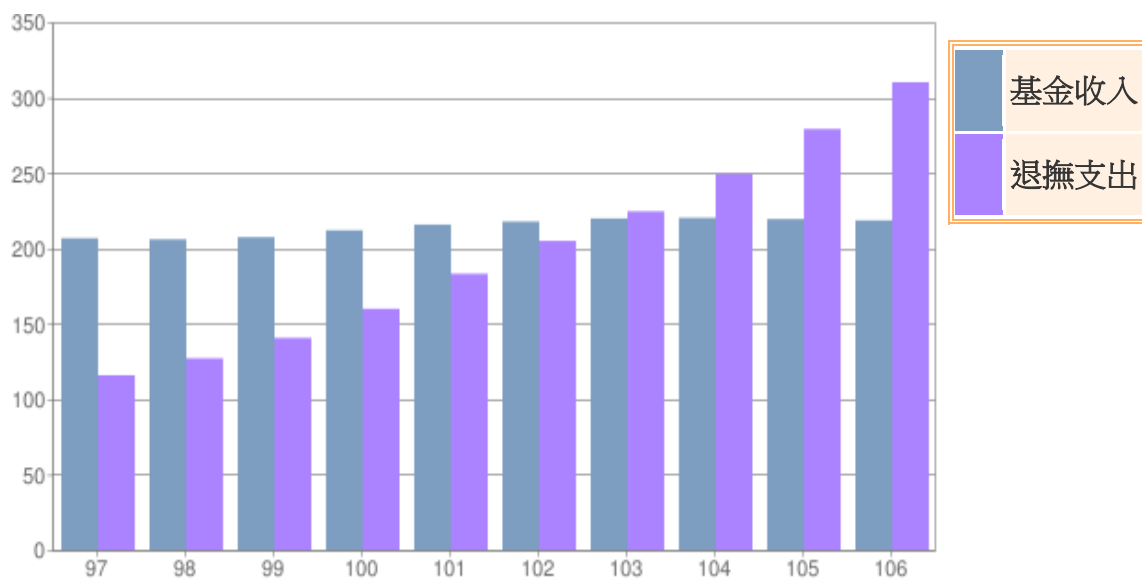


圖 1：最近 10 年教育人員收繳撥付趨勢圖

資料來源：公務人員退休撫卹基金管理委員會（2017）。退撫基金 106 統計年報

網址：<https://www.fund.gov.tw/mp1.html>。上網查詢時間 2018/11/5

（二）勞動參與率低

和其他先進國家相比，台灣是全世界勞動參與率最低的國家。其中台灣教職人員又比台灣勞工還早退出勞動市場，也是造成臺灣勞動參與率特別低的原因之一。以2017年為例，台灣教育人員平均退休年齡是54.27歲，而勞工平均退休年齡58.1歲（行政院主計總處，2018），教育人員比勞工平均早4.11年退休。行政院國家發展委員會對2016年至2061年之人口推估，我國將於2018年邁入高齡社會，2026年將再邁入超高齡社會。又我國2015年男、女平均壽命分別為77.01歲及83.62歲，依據該委員會2061年之人口推估，男、女平均壽命將會達到81歲及87.6歲（行政院國家發展委員會，2018）。因此，我國國人平均壽命延長、領取年金時間拉長，對於退撫基金之永續經營必然產生不良影響。如下表所示：

表 1：最近 10 年公務及教育人員退休平均年齡

西元	年度別	公務人員退休平均年齡	教育人員退休平均年齡
2008	97	55.53	53.95
2009	98	55.19	54.06
2010	99	55.10	53.90
2011	100	55.18	53.89
2012	101	55.27	53.98
2013	102	55.42	53.98
2014	103	55.60	54.00
2015	104	55.72	53.98
2016	105	56.60	53.95
2017	106	56.98	54.27

資料來源：公務人員退休撫卹基金管理委員會（2018）。退撫基金 107 統計年報

網址：<http://www.fund.gov.tw/ct.asp?xItem=5291&ctNode=424&mp=1>，上網查詢時間 2019/1/24

貳、研究動機

對公務人員而言，退休制度為人事制度重要的一環，對政府機關有促進新陳代謝之功能、現職者可使其無後顧之憂、退休者更有立即照顧其老年生活之功能。制度固然應隨著社會環境等因素之下作適宜之變革，但任何制度的調整，政府都應加強與社會各界、相關部門及被改革者協調溝通，力求周延可行以減少制度推動阻力（翁上閔，2017），但實際情況卻並非如此。

總統府年金改革委員會自第12次會議起，依序討論各項年金改革實質議題，包括年金制度架構、財源、給付、領取資格、特殊對象、基金管理及制度轉換機制，而銓敘部配合國家年金改革之推動，研擬公務人員退休撫卹法草案（年金改革法案）於2017年2月23日函陳考試院審議，考試院於2017年3月30日審查通過銓

敘部所研擬的「公立學校教職員退休、資遣、撫卹條例草案」並送立法院審議。立法院於2017年6月27日立法院第9屆第3會期第1次臨時會第3次會議三讀通過「公立學校教職員退休、資遣、撫卹條例」，並自2018年7月1日施行。其中1.逐年調降公保一次養老給付之優惠存款利率：(1)自2018年7月1日起至2020年12月31日止，年息降為9%。(2)自2021年1月1日起，年息歸零。(本金可全數領回) 2.逐年調降退休所得：再按核定退休年資，換算當年度退休所得替代率，並自2018年7月1日起至2029年為止，逐年調降「退休所得」至小於或等於當年度退休所得替代率換算之金額（即俗稱「天花板」），影響尤甚。前幾年因為聽聞年金改革恐造成繳多、領少、延退，故造成一股搶退潮，沒想到，年金改革實施後不但月退休金減少，連18%也將逐年歸零，並且溯及既往，所有退休老師退休俸將大幅縮水，不但調整幅度大，而且來得又快又急；另一方面，自願退休之月退休金起支年齡訂為58歲，自願退休之要件雖為：任職滿5年，年滿60歲或任職滿25年，但若退休提前於年滿月退休金起支年齡（58歲）前，開始領取月退休金；每提前1年，將減發4%，最多得提前5年，減發20%。許多老師考量退休後生活的不安全感，被迫將退休計畫延後，繼續留在教學第一線，造成了另類的延退潮，而原先計畫好的生涯規劃藍圖，也勢必被迫改變。不管是改革前的「搶退潮」，還是改革後的「延退潮」，皆反映出教師對此次改革的擔憂。陳正料（2007）也指出年金改革只關注外部（例如：減少財政負擔等經濟因素），卻忽略了對被改革者心理層面的影響。再者，公教人員長久以來多屬沉默的一群人，往往因囿於法令或輿論的壓力，使其有所顧忌而不便表達對制度改革的想法，但並不表示接受改革的結果或改革並不影響其原本的生涯規劃。

年金改革才剛上路，所有的問題也將一一浮現，因此本研究就年金改革公布實施後之現有現象進行研究，想瞭解國小教師退休生涯規畫是什麼？國小教師認同此次的年金改革嗎？又年金改革對國小教師退休生涯規畫之影響為何？此為引發研究者研究的動機。

第二節 研究目的與研究問題

基於上述研究動機，本研究希望透過以深度訪談的方式，了解國小在職教師和已退休教師們在生涯規劃上，於年金改革前和年金改革後，有何影響，而達到以下的研究目的。

壹、研究目的

- 一、瞭解年金改革現況。
- 二、瞭解教師對退休金的認知。
- 三、瞭解教師的退休生涯目標。
- 四、瞭解年金改革後對教師退休生涯規畫之影響。
- 五、根據研究發現提出具體建議。

貳、研究問題

- 一、探討何謂年金改革？改革前後的差異為何？
- 二、探討教師對退休金的認知為何？
- 三、探討教師退休生涯目標為何？
- 四、探討年金改革後對教師退休生涯規畫之影響為何？

第三節 研究流程與章節安排

壹、研究流程

本研究流程包括先釐清研究問題，從文獻資料收集，整理年金改革的過程與我國公教人員退休制度與退休生涯規劃相關研究內容，作為進行深度訪談的依據，最後綜合文獻探討的發現和深度訪談的結果，提出研究發現與建議。

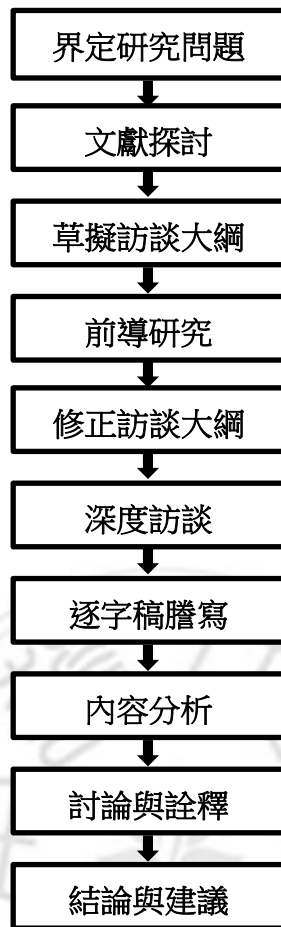


圖 2：研究流程圖

資料來源：研究者自行整理

貳、章節安排

本研究分為五章：除本章緒論為研究背景與動機、研究目的與研究問題和名詞釋義外；第二章為透過相關文獻探討我國的教師退休制度和年金改革的演進過程和產生的爭議與現況、退休生涯規劃相關的理論研究；第三章為研究設計與方法，包括了研究的架構與方法、對象與工具、資料整理與分析和研究倫理；第四章為探討年金改革對國小教師退休生涯規劃影響之結果分析與討論；第五章則為結論與建議。

第四節 名詞釋義

為使本研究所呈現的相關概念更加清晰，茲將本研究涉及的重要名詞釋義如下：

壹、年金改革

本研究所謂年金改革，是指有關我國（包含軍人、公務人員、教師、勞工以及農民）退休金或國民年金制度的改革。其中包括相關財政來源、稅制調整及退休金之調整等。也包含所得替代率、信賴保護、公平正義原則、世代正義等議題（行政院，2018）。

也就是指依據2017年8月9日總統公布之「公立學校教職員退休、資遣、撫卹條例」之條文內容。

貳、國小教師

本研究所謂國小教師分為兩部分：一為國小現職教師，二為國小退休教師。

一、國小現職教師

國小現職教師，是指教育人員任用條例（2014）第十二條定義國民小學教師應具有以下3樣資格之一：(1)師範專科學校畢業者；(2)師範大學、師範學院各學系、或教育學院、系畢業者；(3)本條例施行前，依規定取得國民小學教師合格證書尚在有效期間者。

本研究所指之現職教師，是指適用上述「教育人員任用條例」的新北市新莊區裕民國民小學的3位現職教師。

二、國小退休教師

國小退休教師，是指依教育部人事行政局公布之「學校教職員退休、資遣、撫卹條例」

（一）第三條規定，教職員有下列情形之一者，得申請退休

1.任職五年以上，年滿六十歲。

2.任職滿二十五年。

第三條第一款之退休年齡，對所任職務有體能上之限制者，得酌予降低，但不得少於五十五歲。

(二) 第四條規定，教職員任職五年以上，有下列情形之一者，應即退休。

1.年滿六十五歲者。

2.心神喪失或身體殘廢，不堪勝任職務者。

教職員已達前項第一款所規定之年齡，服務學校仍需其任職，而自願繼續服務者，得報請主管教育行政機關延長之，至多五年。

依據上述規定，本研究所指之退休教師，是指適用上述「學校教職員退休條例」以自願退休或屆齡退休方式的新北市新莊區裕民國民小學的3位已退休教師。

參、退休生涯規劃

本研究所稱的「退休生涯規劃」，是指退休者以有計畫的方式，為退休後生活做各方面的準備與安排，以達到健康老化的目標。退休生涯規劃重要性在於避免退休震盪的發生、肯定中高齡者生命的價值、達到成功的老化。生涯規劃內容，包含心理調適、身體健康、醫療保健、社會適應、家庭關係、終生學習活動、宗教人生、志工服務、再就業、休閒活動、財務規劃、臨終關懷。本研究將退休生涯規劃的內容分成：.財務規劃、社會關係規劃、健康規劃、休閒規劃、社會參與規劃，作為教師退休生涯規劃訪談大綱的方向，以利本研究對國小老師在退休生涯規劃上做深入的探討。

第二章 理論基礎與相關文獻探討

本章共分四節來論述：第一節為退休金制度的理論探討；第二節說明我國教師退休制度的變革與分析；第三節探討現行「公立學校教職員退休資遣撫卹條例」與學校教職員「退撫新制」重點差異；第四節探討退休生涯規劃相關理論。

第一節 退休金制度的理論探討

壹、退休的意涵

中國傳統社會中，所指的退休主要涉及官員。官員退休稱為「致仕」或「懸車致仕」，一般致仕的年齡為70歲，有疾可提前（廖靜芝，1987）。

自17世紀工業革命在歐洲開始，到19世紀，歐洲國家開始步入工業化社會。現代社會的退休制度，源自普魯士王國的首相奧托·馮·俾斯麥在1889年為了統一德意志組建德意志帝國而設計的。他最初的設計是：德國社會實行國家僱傭制度，雇員在70歲退休，由政府發放養老金直到去世。1916年，德國將退休年齡降到65歲，成為全世界工業國家退休制度的濫觴。流傳至今，乃成為大多數國家退休的年齡界限（魏文瑞，1996）。

第二次世界大戰後，全球人口平均壽命有了大幅度提高，而已開發國家則普遍進入老齡化社會。進入21世紀，隨著人口老齡化，勞動力人口減少，以年金形式發放退休金的政府，為維持現有制度，面臨巨大的財政壓力。德國政府預計2050年將法定退休年齡提高至67歲。2013年，英國政府宣布將法定退休年齡在2030年代將推遲至68歲。預計2050年，美國、德國的法定退休年齡為67歲。義大利、西班牙的法定退休年齡為65歲（大紀元，2016/1/16）。

對於退休的定義，國內外學者也都有不同的見解，下面就列舉部分國內外學者對退休的定義：

- 1.美國社會學家Atchley (1976) 指出：退休是個人被迫或自願請求而被允許離開工作崗位的情況。
- 2.Turner & Helms (1989) 分別指出：退休係指原有正式工作的結束，與全新生活角色的開始。
- 3.Theriault (1994) 認為：退休為每一位從事工作的人所必經的過程。在談及退休的內涵時，它通常被當作是一個心理社會轉換的過程。
- 4.蔡培村 (1993) 認為：退休是個人長期所從事的職業暫時或永久的終止。其退休行為是以全然或漸進的方式達成。並由於以往長期提供勞務而獲得退休金之報酬，以維持其晚年生活。
- 5.張明麗 (1998) 指出：退休是指一個人從工作環境中退出。這種退出工作環境的過程，可能是自願的，也可能是被迫的，但是不包括因身體疾病或心理失常而無法工作的人。
- 6.陳旭芬 (1998) 認為：退休是指在職時，服務機構為安定工作者之服務情緒，並促進工作效率，於服務者服務滿一定年限或服務者年老力衰無法繼續服務時，為保障其老年生活，所為之金錢上給付。
- 7.蕭雪玲 (1998) 表示：通常退休意指一個人開始享有領取退休金的權利，在許多社會裡，通常是指六十五歲以上的人。
- 8.洪錫欽 (2006) 認為：退休是個體因年齡限制和身體健康的因素，而自願或被迫退出工作環境，並領有一筆退休金，重新適應不同的生活方式。

綜上所述，教師退休是指政府為了強化人事新陳代謝、提高工作士氣，以法令規章制定一套制度，於教師已達屆齡或服務年資符合退休標準者，在一定的方法及程序下，於服務之學校申請辦理退休事宜，並給予一定數額之退休給付，藉以維持其退休後的經濟生活。

貳、退休金制度的理論基礎

「年金」，簡單地說，是指一種定期性、持續性的給付，無論是按年、按季、

按月或按週給付，都可稱為年金（勞保局，2016）。退休在不同的國家及職業有不同的法定年齡或工作年資，滿此年齡或年資的職員，被視為應該退出職場，將位置讓給年輕人。此時僱主必須給予一筆大額金錢作為勞工勞苦一生的獎勵，並以此作為不工作後的養老生活費和醫療費來源。

退休金制度設計與改革基於不同觀點，亦有不同之理論學說，有以財政為觀點者，有以社會為觀點者，或有以行政（管理）為觀點者，茲就其學理性質，綜合整理歸納如下：

一、功績報酬說（merit gratuity hypothesis）

認為退休金是僱主對於忠誠的員工的一種酬賞金或酬勞，其屬於一種恩惠性的給付；也就是說，員工長期忠誠盡職的服務，僱主恩賞性質的「恩惠性」給付，乃為一種賞恤、慰勞理論（gratuity theory）式的勞績報酬，且僱主對於退休金的發放係其自主性的施恩措施（葉長明，1995；陳榮宗，1996）。

我國公立學校教師實施的恩給制，即是以此觀點建立之依據，對於忠於職守者之特別報償。於其退休、殘廢或死亡時，給與相當數額之金錢，以酬庸其過去在職時之辛勞貢獻。

二、人力折舊說（human depreciation hypothesis）

此項論點係 1912 年，由美國學者史寬（Lee Welling Squier）所提出，並於 1946 年由美國聯合礦工協會（United Mine Working）首先設立福利基金，所謂人力折舊說係基於經濟學上機會成本的概念，將人力資源視為如同廠房或機械設備般會耗損的生產要素；一般來說，在計算生產成本時，經營者須將廠房或機械因長期耗損的折舊計入機會成本內；同理，運用於人力資源管理的概念上，則僱主應對於長期僱用員工退休後收入能力的喪失予以適當的補償，而須由僱主給予相當於充分折舊的退休金。所以對員工的照顧費用應成為一種成本，退休金為一種社會責任，機器設備因長期使用而會耗損折舊，而長期僱用的勞工亦然，勞工會因年老而喪失生產能力。因此，需要僱主提供退休金以保障勞工退休後生活（方明川，

1995)。

基於此論點，國家應基於道義責任，對於年老體衰的教師，於賺取所得的能力減弱時予以照顧，給予相當的退休金，以維持其老年生活安定。

三、遞延薪資說 (deferred wage hypothesis)

由美國學者Alber de Roode (1913) 提出，認為退休金給與原為應付薪資之一部分。(陳月霞、施博棊，1996) 但基於個人終生所得與消費需要之間的平衡考量，於在職服務時保留一部分薪資不予發給，延至其退休、殘廢或死亡時再行發給，故退休給與是政府對公務人員所負擔的公法上金錢債務，不可視為人道的贈與或服務的賞金。

遞延薪資說認為，員工對於現金工資增加與退休金制度二者之間有選擇權，如選擇後者，則視退休金給付為雇主支付勞工的一種延期工資。

四、永久所得說 (permanent income hypothesis)

芝加哥學派美國經濟學家米爾頓·傅利曼 (Milton Friedman) 於1957年所提出的消費理論。其主要觀點在於提出「永久所得」與「恆常所得」與「恆常消費」的觀念，所謂「恆常所得」是指一個消費者預估其一生中所可獲得之總所得的數学期望值，也就是終期一生預計可獲得之所得的平均值，傅利曼認為「恆常所得」才是影響消費者消費行為的根本因素，且「恆常消費」與「恆常所得」之間存有一定的比率關係，不過，永久所得既只是一個期望值，而非真值，為保障組織內人員基本生活，避免其因退休而使生活陷入困境，有必要建立退休金制度以維持永久消費能力 (吳秀蓮，2002)。

五、社會保險說 (social insurance hypothesis)

為現代社會安全政策觀念發達後之一種說法，承襲於近代福利國家社會連帶的理念。為基於社會安全的考量，由國家建立社會安全制度，負起老年人的養老責任，基於互助與保險原理，於在職時強制公務人員參加保險，按期繳付費用，可以平衡在職時與退休後之所得與消費，並將個人不可預期之危險轉嫁於多數人

分擔，從而取得退休給付之權益，此種保險方式已成為社會安全制度重要之一環。

此說認為永久所得才能維持永久消費，為了使員工能維持永久消費水準，必須將其一生實際所得平均分配，並藉強制性社會保險方式來平衡個人所得在不同時間的分配，此為解決老年經濟問題最具成效的分配。(柯木興，2001)。

六、適當生活維持說 (adequate living-maintenance hypothesis)

此由我國社會保險學者柯木興教授參酌的美國經濟學家Lee Soltow (1961)之「退休所得數理模式」，老年經濟學家James Schulz及Guy Garrin (1970)二人共同提出的「適度儲蓄率公式」(The Formula Of Required Saving Rates)而引申出來。所謂適當生活維持說，係指充實社會保險年金給付的內容，提高老年給付水準，使員工到達一定年齡及資格條件時所領受的老年年金，足以維持其退休後適當的生活水準與相當的消費能力，並可維持與退休前相當的所得替代率為原則。亦即希望能使勞工在制度的保障下獲得相當於退休前5年間平均所得70%左右的實質替代率，而不受通貨膨脹的影響，以實現維持退休後適當生活水準的目標(柯木興，2001)。

就此論點，不僅適用於民間部門的退休員工，亦適用於政府部門的退休公教人員，有助於釐清部份儲金計劃在整個退休金制度中的角色定位，以及退休給與是否足夠的必要性。

七、人事機能說 (Personnel Organism Hypothesis)

為了組織永續生存，一定要有新陳代謝之現象，以維持人力與生產力之提昇，國家亦然，所以有退休金制度之建立。

又國家基於道義責任，對於年老體衰之公務員，因退休後所賺取所得之能力減弱，故應給與相當之退休金維持其老年生活(黃宣榕，2010)。

綜上述可知，從不同角度與觀點切入，將各自形成不同之退休金制度理論與學說。應應不同時期的經濟環境、人口結構，或是社會情境的偶發因素等，使得某些退休金制度理論與學說成為主流學說。在早期建立發展的觀點為「功績報酬

說」與「人力折舊說」，但隨著工會組織興起與社會觀念改變，逐漸演進成「遞延薪資說」。而在公民意識崛起下，「永久所得說」得到當時歐美先進國家人民的認同，認為老年國民應當受到最基本生活的經濟保障，是公民權的延伸。不過此種保障牽涉到同世代間所得重分配及不同世代間連帶責任關係，於是為建構社會安全保障制度，亦發展出「社會保險說」與「適當維持生活」兩說。

以下就現行我國公立學校教師退休金制度與相關學理（說）做一對照：

表 2：我國公立學校教師退休金制度與相關學理（說）對照表

學理	制度	現行退休金制度	相應學說觀點說明
1.功績報酬說		X	由國家以雇主的身份與教師共同分擔基金費用。非國家對於教師於退休後恩給性給付。
2.人事機能說		O	維持組織生存運作，正常人事新陳代謝。
3.永久所得說		O	維持退休教師基本生活，避免其因退休而使生活陷入困境。
4.適當生活維持說		O	含有適當生活維持之給付設計。
5.人力折舊說		X	對於年老體衰的教師，於賺取所得的能力減弱時予以照顧，給予相當的退休金，以維持其老年生活安定。
6.遞延工資說		X	教師欲領取退休金，則需在職期間有按時繳費，並達到法定退休年齡始可領取。
7.社會保險說		O	教師退休納入社會保險一環，教師以國家受僱者身分，必須分擔退休年金的成本。

資料來源：研究者自行整理

反觀我國公職人員職業退休金制度之現況，早年因軍、公、教人員薪資所得偏低，退休金即被視為一種遞延給付，係現職人員服務期間給付請求權之延伸，而政府以雇主身分，編列預算負擔退休人員應予之給付，即是「功績報酬說」或「遞延薪資說」；又依司法院釋字第280號解釋（1991年6月14日）理由書所述：「公

務人員應盡忠職守，為民服務，國家對於公務人員亦應照顧其生活，於其年老退休時，給予適當之退休年金，以保障其退休後之生活，方符憲法第83條設置國家機關掌理公務人員退休、養老等事項之意旨。」即是納入「適當生活維持說」的概念；1996年後我國教師退休制度改採「共同提撥制」的年金制度，則是明顯以「永久所得說」為基礎，同時加入了「社會保險說」兩種概念架構而成。逐漸朝社會福利國家目標規劃年金制度。

我國現今在面臨景濟不景氣、人口逐漸老化、少子女化、年金財務困難等多重因素之嚴峻挑戰下，公教人員退休金制度的修訂，朝向逐漸調降年金至剛好維持退休人員老年基本生活開銷，如果期望退休後過較優逸的生活，則需由自己為退休生活多負一些責任。也就是說，退休金制度的新思維，仍在社會保險說的範疇，但已不再是由政府負擔老年經濟安全的全責，個人在平時也要為退休後的生活多做一些準備了。

參、國際對於退休金制度以建構多層年金為趨勢

因全球性的通貨膨脹、自由市場失靈、人口老化等因素，造成基金積累制的退休金制度，累積的基金大量縮水，並出現了鉅額虧損，嚴重影響和削弱了基金積累制退休金制度的保障功能。因此，在世界銀行（World Bank）、國際勞工組織（International Labor Organization）、經濟合作與發展組織（Organization for Economic Cooperation Development）等國際組織的倡導下，全球許多國家開始採用多支柱的年金架構。

尤其是世界銀行(1994)委託研究報告書《避免年老危機》(Averting the Old Age Crisis)指出，建議各國政府可實施「三柱」(three pillars)的年金體系模式，來解決老年人的經濟風險。第一層柱為「強制性公共管理支柱」(mandatory public managed pillar)的社會安全(social security)制度。其目標為藉由所得重分配以保障每位國人基本生存權，其財務來源為以稅收為主要收入的政府預算；第二層柱則是由雇主提供雇員退休金的「強制性私有管理支柱」(mandatory privately

managed pillar)，是以個人薪資為主的強制提存職業年金，通稱社會保險；第三層柱則為「自願性的商業保險儲蓄制度」，其目標為提高個人退休後的生活水準，可透過購買商業儲蓄保險或自行儲蓄等方式滿足。

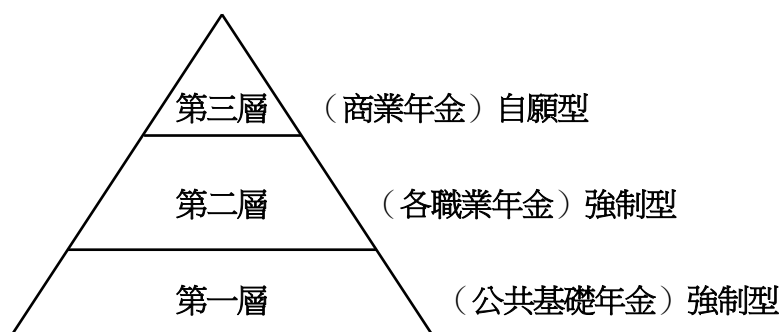


圖 3：老年社會安全保障「三柱」(three pillars) 的年金體系

資料來源：”Averting the old age crisis-policies to protect the old and promote growth”, World Bank, p.10, January 1, 1994

由於傳統的「三層柱退休金制度」主要涵蓋了「正式部門的工人」，但是這樣的「涵蓋率」(coverage rate)比較低，而且社會上尚存有需求和能力不同的另外兩各主要群體—「終身貧困者」(lifetime poor)和「非正式部門工人」(informal sector)，世界銀行 (World Bank) 於西元2005年再度修正了原先的「三層柱退休金制度」(Three-Pillar Pension System)，將其擴充成「多層式的退休金制度」(Multipillar Pension System)，增加了「第零層 (基層) 保障」—主要在擴大保障對象，從正式部門勞工擴大至終生貧窮者，或是不適用任何法定年金制度者，屬社會救助性質，和「第四層保障」—主要考量開發中國家固有傳統社會的家庭孝道的倫理思想，以及疾病相扶持的共濟觀念，屬倫理性的家庭供養制度。所以五層退休金制度依序分為：第零層社會救助 (救助型)、第一層基礎公共年金 (強制型)、第二層各職業年金 (強制型)、第三層私人提撥年金 (自願型) 和第四層家庭扶助或支持 (自願型)；透過增加對退休者老年生活之保障與提高保險覆蓋率來確保老年經濟安全穩定 (鄭雅文，2018)。

第二節 我國教師退休制度的變革與分析

學校教職員退休制度的退休制度，在考試院銓敘部1993年6月編印之銓敘報告書第八節內，定義為：「退休制度乃指機關學校或公私團體，為強化人事機能，提高工作效率，規劃建立一種給付制度，以解決其員工老年、殘廢等問題，進而安定員工及其家屬的生活。」

規劃良好的退休制度，可以使現職人員更全心而無後顧之憂的奉獻在教育現場，也能使退休的教師在年老的經濟安全得到適當的保障，能有尊嚴的度過退休後的生活。教職員及軍人的退休撫卹法規，長期以來雖然與公務員退休撫卹辦法分立而行，但其退休、資遣、撫恤、保險和福利等待遇與公務員是相似甚至相依相隨的（張瑞芳，2004）。而與公立學校教職員退休福祉有關的「學校教職員退休條例」自1944年6月23日國民政府公布全文23條至今，共修正了11次，任何一項法令制度都會隨著社會環境變遷而有改變的需要，所以要了解現今年金改革的內涵，必先探究其制度的發展歷程；本節就我國教師退休制度之法令沿革說明如下：

壹、「學校教職員退休條例」時期

近期公教人員退休制度可源溯自1943年，時值第二次世界大戰，「公務員退休法」明文規定了公務人員退休條件、請領退休金資格、以及退休金給付標準；1944年6月22日國民政府公布「學校教職員撫卹條例」及「學校教職員退休條例」全文共22條，是我國教師退休制度最早的法條。歷經國共內戰、中華民國政府播遷來台進入戒嚴時期，適逢國家長期動亂及政府財務窘迫，軍公教人員薪資待遇微薄，退撫經費之籌措則是由當年度編列預算支付，以致於薪俸與退休金偏低。當時規定的「月退休金最高可達現職人員待遇的百分之九十，教師服務滿四十年可達百分之九十五；一次退休金最高可達六十一個基數，教師最高可達八十一個基數」之高退休給付標準，其目的主要是為了維持退休人員最起碼的基本生活。如果退休金給付的標準訂的過低，就會沒有辦法維持生計（吳三靈，1995）。

貳、1958 年時期

直至1958年，政府為了加強軍公教人員生活照顧，特別制定多項優惠政策，開辦公務人員保險，除免費醫療外，並增加了養老給付的項目，依照規定退休人員的養老給付，最高可領36個基數。自從加入了公保的養老給付後，造成退休人員的所得反而可能會比現職人員還多的現象，政府為避免此一現象發生，將公教人員待遇合併成為本俸一項，另立工作補助費，並且規定工作補助費只有現職人員才能支領。當時由於本俸和工作補助費金額大致相當，所以又造成退休給付標準雖高，但退休人員所得卻只有現職人員待遇的一半再打九折或九五折的金額，收入大減。由於退休制度規定支領月退休金人員死亡後，就不再支給任何撫恤金或撫慰金，形成大多數的公教人員傾向支領一次性的退休金，但也因退休人員領了一次給付後，容易因理財不慎，導致退休公教人員生活陷入困境。政府為了改善此一現象，從此有了一次退休金的優惠存款，由政府編列預算來貼補利息差額，也使得退撫制度越來越複雜（吳三靈，1995）。

參、1979 年再度修法時期

隨著退休人員所支領的一次退休金金額龐大，以至於軍公教人員人事費用也水漲船高，造成政府財政負擔沉重。於是在1979年再度修法，其目的是鼓勵退休人員選擇請領月退休之撫卹方式，以減緩政府支付一次退休金的負擔。修法重點為：（李玉娟，2017）

一、再任公教人員時，已領之一次退休金無需繳回：

原條例第十四條規定：「依本條例退休者，如再任公教人員時，應繳回其已領之一次退休金。」而1979年修正時，第十四條修正為「如再任公務人員時，毋庸繳回已領之退休金；其退休前之任職年資，於重行退休時不予計算。」這讓學校教職員在退休後，仍能有機會再投身教育工作作育英才。惟條例中仍規定領受月退休金者，不得再任有給公職，否則將停止其領受退休金之權利，至其原因消滅始恢復。

二、增訂撫慰金的發給規定：

原條例規定請領月退休金人員死亡，不再支給任何撫恤金或撫慰金，造成絕大多數退休公教人員傾向支領一次退休金。1979年修正時，則增列了第十四條之一「領受月退休人員死亡時，應給與撫慰金，由其遺族具領。」除了提供遺族更妥善的照顧，也強化請領月退休金人員的信心。

肆、1995年「學校教職員退休條例」修正條文（退撫新制）

我國學校教職員退休制度，自1944至1979年修正的版本為止，都是採行由政府完全負擔退休金的籌措，按年編列預算支出，由政府全額編列預算支應退撫經費的「恩給制」，（吳三靈，1995；周麗芳，2002）。條例中的第九條明文規定「教職員退休金之給與，在國立學校，由國庫支給；在省立或直轄市立學校，由省、市支給；在縣、市、區、鄉、鎮、保立學校，由縣、市庫支給」。因為退撫經費是人事費的一部分，各級政府，尤其是基層機關政府總是難以編足退撫預算，讓想退、該退的人無法順利退休，阻礙了學校人事的新陳代謝。加上政府提供的一次退休金優惠存款利息補貼大幅的增加，更形成政府財政上的負擔，又加上國內經濟狀況不如前，政府財政逐漸陷入窘迫。因此政府繼1995年針對公務人員開始實施退撫新制，將退休金給付改由政府及公務人員共同提撥費用建立基金支付之「共同提撥制」，也在1995年8月2日修正公布新的「學校教職員退休條例」及「學校教職員撫卹條例」部分條文之修正，內容與公務人員退撫新制大同小異，也稱之為「退撫新制」；修正之前稱為「舊制」，並於隔年的2月1日起施行；1995年7月開始，軍公教的退撫法，從「舊制」--政府全額負擔退休經費的「恩給制」，改為「新制」--由政府與公務人員共同撥繳費用建立基金支付退休經費的「共同儲金制」，且明文規定退休金由政府與軍公教職員工共同撥繳費用建立之退休撫卹基金支付，並由政府負最後支付保證責任（陳彥嘉，2014）。1995年教師法公布後，我國公、教退休制度便分立而行，而此次的修法即是現在影響學校教職員退休最大的變革了（吳三靈，1995；周麗芳，2002）。而1995年修正版本的相關變革分述如下（吳三

靈，1995)：

一、成立退休撫卹基金

政府及教職員共同撥繳費用建立退休撫卹基金，教職員退休金由基金支付之。其中撥繳費用按教職員本薪加一倍為基數，法定提撥率為8%至12%，政府撥繳65%，教職員繳付35%，繳滿35年後免再撥繳。基金3年平均運用收益未達到依台銀2年期定存利率計算之收益時，由國庫補足差額。

二、教職員退休年資的採計提高

年資採計由原先最高的30年提高採計至35年，教師及校長增核退休給與的條件，亦配合修正為：教師或校長，須擔任教職30年的資歷，且退休前往前逆算必須連續擔任教師或校長5年以上，始予增核。成績優異者，最高可以採計至40年。

三、增加自願提前退休或離職之規定，促進人事的新陳代謝

為了促進人事的新陳代謝，除了明定教職員於年滿55歲時，得自願提前退休，並一次加發5個基數之一次退休金外。教職員於年滿35歲時，或年滿45歲時，自願離職者，得申請發還其本人及政府繳付之基金費用，並以台灣銀行之存款年利率加計利息一次發還。

四、支領月退休金的條件趨嚴

舊制中只要任職15年以上即可選擇支領月退休金，1995年修改後，除有年資限制外，還有年齡限制，規定教職員未滿50歲具有工作能力而自願退休者，或年滿65歲而延長服務者，不得擇領或兼領月退休金。以避免其貢獻基金的機會少，自基金提領月退休金的歲月多。同時這些精壯人力正值學術經驗最成熟的時期，不能繼續奉獻心力對國家是一種損失，如再就業，在退休金外又有一份豐厚收入，亦將造成社會財富分配的不公平。

五、統一退休生效日期，以免影響教學運作

因為學校教學是按學期計算，為了避免影響教學的完整性，所以增訂第四條之一的條文，規定教師或校長申請退休者，除有特殊原因，其退休生效日一律以

2月1日或8月1為準。

六、基數計算的不同及給付標準改變

舊制的基數計算是以退休人員最後在職之月薪額及本人實物代金為一個基數，民國84年則修訂成退休生效日在職同薪級人員之本薪加一倍。一次退休金給付標準部分也從最高81個基數修正成60個基數，月退休金則從最高的現職人員所得之95%修正成75%。

七、外國人擔任教師，符合規定者亦得依規定辦理退休，惟限制只能領一次退休金

也正因為民國84年修正的「學校教職員退休條例」，在第五條增列的「教職員於年滿55歲時，得自願得提前退休，並一次加發5個基數之一次退休金」，促使教師們紛紛將退休年齡提前至55歲。然而，近幾年來政府經濟衰退，引發社會大眾對公教退休制度的重新評估與討論。劉玉蘭（2001）指出，自願提前退休者，最早於50歲即可領取月退休金，造成資深教師大量申請退休，政府財政無力負擔的窘境，18%優惠存款之利息補貼，因利率趨降，亦已造成政府的財政問題，所以有了後續產生的年金改革議題。

伍、2017年「公立學校教職員退休資遣撫卹條例」與年金改革

退撫新制實施至今已20餘年，其中亦歷經幾次小幅修改，例如：1999年修正省立學校教職員退休金依國立學校之規定併由國庫支給，「市」修正為「直轄市」。2007年修正代理教師退休年資的認定問題，第三條修正為2008年1月1日以後之各項代理（代課）教師之年資，均不得併計為退休年資。1981年幼稚教育法實施後，全國陸續進行公立幼稚園之納編作業，惟對於教師納編前之年資可否併計為退休年資之規定付之闕如。為保障公立幼稚園教師之退休權益，實踐國家保障公教人員老年生活之精神，在2009年1月爰修正，使公立幼稚園教師納編前之年資可一併計算為退休年資。2009年10月法令規定其他公職、公營事業人員或公立學校代理

兵缺年資，於補繳退休撫卹基金費用後，並依規定辦理移撥，始得併計年資。2016年，將規範對象之範圍，定義的更明確「如再任公教人員時」修正為「如再任學校教職員時」、「無庸繳回已領之退休金」修正為「無庸繳回已領之退休金、資遣給與或離職退費」。明確保障再任或轉任後任職年資滿15年以上之公立學校教職員重行退休權益，與再任人員於重行退休、資遣時退休金採計方式的問題。還有，曾辦理退休的公教人員、公營事業人員、民選首長及1996年2月1日後轉任之軍職人員，再任或轉任學校教職員二次退休，與前一次年資合併計算，最高只能累計35年。2003年6月教育部再次對教師的退休辦法進行修訂，增列3種彈性退休方式，並且著手研議未來修法方向朝著：延長退休年限、改採展期年金及取消55歲自願退休加給5個基數等，以減輕政府財政負擔。年金改革成為2013年上半年最熱門的議題。

2016年適逢政黨輪替，根據公務人員退休撫卹基金管理委員會委託辦理基金第6次精算評估報告書中指出，公務人員退休基金與教育人員退休基金，分別可能在2031年與2029年相繼破產。蔡英文總統基於年金改革的必要性與急迫性，加快速度處理各基金面臨的財務危機，並將公務人員退撫基金與教育人員退撫基金併入年金改革中，其就職後於2016年5月30日函頒「總統府國家年金改革委員會設置要點」，成立總統府國家年金改革委員會，由副總統陳建仁擔任召集人，並於2016年6月8日成立行政院年金改革辦公室，主要任務包含「蒐集年金改革相關資訊、意見及各國年金改革經驗」、「針對各種年金改革意見進行專業評估」、「作為各公共年金制度利害關係人代表與人民表達年金改革意見之民主參與平台」、「提出年金改革備選方案」、「籌辦年金國是會議」等五項。該委員會說明政府推動改革的理由有四：(1)國人平均壽命延長；(2)年金制度分歧複雜；(3)退撫基金收支失衡破產在即；(4)年金給付不一，保障水準參差不齊；且於2017年1月19日揭示三項現階段年金改革目標：(1)永續：健全年金財務，永續經營；(2)公平：緩和漸進，維持尊嚴；(3)正義：兼顧職業衡平，實現世代互助（總統府國家改革委員會，2017），

以確保國民老年生活不虞匱乏及維持年金制度永續。

2017年5月民進黨立法委員等24人，以2016年6月甫修正過的學校教職員退休條例，仍有「開始支領月退休金年齡偏低、退休所得替代率偏高及退休金提撥不足」等問題，又考量社會人口結構急速高齡化及出生率持續偏低的狀況，遂提出審議「公立學校教職員退休撫卹條例草案」；而教育部亦認為當今教育人員退休基金財務吃緊，係因「教職員支領月退休金年齡偏低、退休所得替代率偏高、退撫基金費用提撥不足額」，並引用大法官第717號及第525號解釋，說明制定退撫新法不違反法律溯及既往及信賴保護原則的背景下，立法院於2017年6月29日三讀通過「公立學校教職員退休資遣撫卹條例」，除了第8條第4項及第69條自公布日施行外，其餘條文自2018年7月1日與「公務人員退休撫卹法」同步施行，且自2018年7月1日起，原「學校教職員退休條例」及原「學校教職員撫卹條例」不再適用（全國法規資料庫，2017）。2017年6月總統府國家年金改革委員會和立法院先是完成公務員的年金改革、公立學校教職員年金改革，隨後在2018年6月21日通過軍人年金改革，但因改革幅度過大、反彈聲量太大，間接造成民進黨2018年底九合一選舉敗選的原因之一，而最先會面臨破產的勞工年金改革則尚在推動中。銓敘部推估，此波的年金改革也僅能使公務員和教育人員退休基金延長經營19至20年。

第三節 現行「公立學校教職員退休資遣撫卹條例」與學校教職員「退撫新制」重點差異

2017年公布之「公立學校教職員退休資遣撫卹條例」全文共100條，共分6章，分別是：第一章總則、第二章退休、第三章撫恤、第四章退撫給與之支（發）給、保障及變更、第五章年資制度轉銜、第六章附則。以下就較受關注、爭議的議題彙整如下（鄭雅文，2017；高明賢，2017；許家驊，2017；董安琪與謝餘慶，2017；

賴宜廷，2017)：

壹、調整退休給付

一、延長投保薪資採計期間（本條例第 28 條至第 30 條）

退撫新制退休金計算基準為「最後在職年」，現行條例自民國107年7月1日至民國108年12月31日改為「最後在職前5年平均俸（薪）額」，之後逐年延後一年，至民國118年以後依照本條例之附表，調整為「最後在職前15年平均俸（薪）額」。其各年平均俸（薪）額規範如下表。

表 3：退休教職員退休金給與之計算基準彙整表

實施期間	退休金計算基準
中華民國一百零七年七月一日至一百零八年十二月三十一日	最後在職五年之平均薪額
中華民國一百零九年一月一日至一百零九年十二月三十一日	最後在職六年之平均薪額
中華民國一百一十年一月一日至一百一十年十二月三十一日	最後在職七年之平均薪額
中華民國一百一十一年一月一日至一百一十一年十二月三十一日	最後在職八年之平均薪額
中華民國一百一十二年一月一日至一百一十二年十二月三十一日	最後在職九年之平均薪額
中華民國一百一十三年一月一日至一百一十三年十二月三十一日	最後在職十年之平均薪額
中華民國一百一十四年一月一日至一百一十四年十二月三十一日	最後在職十一年之平均薪額
中華民國一百一十五年一月一日至一百一十五年十二月三十一日	最後在職十二年之平均薪額
中華民國一百一十六年一月一日至一百一十六年十二月三十一日	最後在職十三年之平均薪額
中華民國一百一十七年一月一日至一百一十七年十二月三十一日	最後在職十四年之平均薪額

實施期間	退休金計算基準
十七年十二月三十一日	
中華民國一百十八年一月一日以後	最後在職十五年之平均薪額
一、本表之適用對象，其退休金應按其退休年度，依本表所列各年度退休金計算基準計算之後不再調整。 二、本表所定「平均薪額」，指依相關待遇法令規定核敘薪點（額），並依行政院核定薪點（額）之折算金額，按各該年度實際支領金額計算之平均數額。	

資料來源：全國人事法規釋例（2018）

二、調降退休所得替代率，並給予最低金額保障（本條例第 37 條至第 39 條）

年金改革委員會副召集人林萬億表示，經濟合作暨發展組織（OECD）國家年金的強制性年金所得替代率平均是52.9%，表示退休後的生活所需約是退休前的5成到6成，即可過適足的生活，我國的所得替代率應適度調降，採逐年調降方式進行（自由時報，2016/12/6）。

（一）退休所得替代率算法

退休所得替代率（以下簡稱替代率）：指教職員退休後所領每月退休所得占最後在職同等級人員每月所領本（年功）薪額加計一倍金額之比率。但兼領月退休金者，其替代率之上限應按兼領月退休金之比率調整之。即：

$$\frac{\text{月退休金} + \text{公保優存利息}}{\text{最後在職本（年功）薪} \times 2}$$

退休所得，依教職員支領退休金種類，定義下：

1. 支領月退休金人員，指每月所領月退休金（含月補償金）加計公務人員保險（以下簡稱公保）一次養老給付優惠存款利息（以下簡稱優存利息），或於政府機關、公立學校、公營事業機構參加各項社會保險所支領保險年金（以下簡稱社會保險年金）之合計金額。
2. 兼領月退休金人員，指每月按審定比率所領月退休金（含月補償金），加計一次

退休金及公保一次養老給付優存利息或社會保險年金之合計金額。

3.支領一次退休金人員，指每月所領一次退休金優存利息，加計公保一次養老給付優存利息或社會保險年金之合計金額。

(二) 退休所得替代率上限及調降說明

因兼具退休新、舊制年資且支領月退休金者，有退休所得與現職者待遇相去不遠之情形；又因國人平均餘命增長，相對支領月退休金期限也變長，以致加重國家財政支出的負擔，因此退撫條例第37條，針對已退休人員規範每個月退休所得，不得超過依退休所得替代率上限計算之金額（即所謂天花板），並以10年為過渡期逐年調降，未滿一年之畸零年資，按比率計算；未滿一個月者，以一個月計。

（現職人員及新進人員替代率則同已退休人員）退休年資之退休所得替代率調降標準如下：

表 4：退休生效當年所對應之退休所得替代率一覽表

期間 年資	107.7.1	109.1.1	110.1.1	111.1.1	112.1.1	113.1.1	114.1.1	115.1.1	116.1.1	117.1.1	118.1.1
	§	§	§	§	§	§	§	§	§	§	以後
	108.12.31	109.12.31	110.12.31	111.12.31	112.12.31	113.12.31	114.12.31	115.12.31	116.12.31	117.12.31	
40	77.5%	76.0%	74.5%	73.0%	71.5%	70.0%	68.5%	67.0%	65.5%	64.0%	62.5%
39	77.0%	75.5%	74.0%	72.5%	71.0%	69.5%	68.0%	66.5%	65.0%	63.5%	62.0%
38	76.5%	75.0%	73.5%	72.0%	70.5%	69.0%	67.0%	66.0%	64.5%	63.0%	61.5%
37	76.0%	74.5%	73.0%	71.5%	70.0%	68.5%	67.0%	65.5%	64.0%	62.5%	61.0%
36	75.5%	74.0%	72.5%	71.0%	69.5%	68.0%	66.5%	65.0%	63.5%	62.0%	60.5%
35	75.0%	73.5%	72.0%	70.5%	69.0%	67.5%	66.0%	64.5%	63.0%	61.5%	60.0%
34	73.50	72.0%	70.5%	69.0%	67.5%	66.0%	64.5%	63.0%	61.5%	60.0%	58.5%
33	72.0%	70.5%	69.0%	67.5%	66.0%	64.5%	63.0%	61.5%	60.0%	58.5%	57.0%
32	70.5%	69.0%	67.5%	66.0%	64.5%	63.0%	61.5%	60.0%	58.5%	57.0%	55.5%
31	69.0%	67.5%	66.0%	64.5%	63.0%	61.5%	60.0%	58.5%	57.0%	55.5%	54.0%
30	67.5%	66.0%	64.5%	63.0%	61.5%	60.0%	58.5%	57.0%	55.5%	54.0%	52.5%
29	66.0%	64.5%	63.0%	61.5%	60.0%	58.5%	57.0%	55.5%	54.0%	52.5%	51.0%
28	64.5%	63.0%	61.5%	60.0%	58.5%	57.0%	55.5%	54.0%	52.5%	51.0%	49.5%
27	63.0%	61.5%	60.0%	58.5%	57.0%	55.5%	54.0%	52.50%	51.00%	49.50%	48.00%
26	61.5%	60.0%	58.5%	57.0%	55.5%	54.0%	52.5%	51.0%	49.5%	48.0%	46.5%
25	60.0%	58.5%	57.0%	55.5%	54.0%	52.5%	51.0%	49.5%	48.0%	46.5%	45.0%
24	58.5%	57.0%	55.5%	54.0%	52.5%	51.0%	49.5%	48.0%	46.5%	45.0%	43.5%
23	57.0%	55.5%	54.0%	52.5%	51.0%	49.5%	48.0%	46.5%	45.0%	43.5%	42.0%

22	55.5%	54.0%	52.5%	51.0%	49.5%	48.0%	46.5%	45.0%	43.5%	42.0%	40.5%
21	54.0%	52.5%	51.0%	49.5%	48.0%	46.5%	45.0%	43.5%	42.0%	40.5%	39.0%
20	52.5%	51.0%	49.5%	48.0%	46.5%	45.0%	43.5%	42.0%	40.5%	39.0%	37.5%
19	51.0%	49.5%	48.0%	46.5%	45.0%	43.5%	42.0%	40.5%	39.0%	37.5%	36.0%
18	49.5%	48.0%	46.5%	45.0%	43.5%	42.0%	40.5%	39.0%	37.5%	36.0%	34.5%
17	48.0%	46.5%	45.0%	43.5%	42.0%	40.5%	39.0%	37.5%	36.0%	34.5%	33.0%
16	46.5%	45.0%	43.5%	42.0%	40.5%	39.0%	37.5%	36.0%	34.5%	33.0%	31.5%
15	45.0%	43.5%	42.0%	40.5%	39.0%	37.5%	36.0%	34.5%	33.0%	31.5%	30.0%

資料來源：審計部臺北市審計處人事室彙整（2018）

每年退休所得必須與當年度之天花板進行比較，如有超出者，扣減至該年度之天花板金額，直至2029年為止，不再變動；未超出天花板金額者，依公式扣減，即：

- 1.任職年資滿15年，退休所得替代率從45%降至30%
- 2.任職年資滿20年，退休所得替代率從52.5%降至37.5%
- 3.任職年資滿25年，退休所得替代率從60%降至45%
- 4.任職年資滿30年，退休所得替代率從67.5%降至52.5%
- 5.任職年資滿35年，退休所得替代率從75%降至60%
- 6.任職年資滿40年，退休所得替代率從77.5%降至62.5%

（三）保障弱勢（俗稱樓地板）

退休所得高於32160元者（即「最低保障金額」，係指公務人員委任第一職等本俸最高級之本俸額+專業加給合計數額），保障支領32160元（107年1月1日軍公教待遇調整後，最低保障金額為33140元）；月退休總所得低於最低保障金額33140元，則不予調降，其中屬於公保養老給付的利息部分，以18%計算。

三、取消公保一次養老給付之 18% 優惠存款。（本條例第 36 條）

（一）支（兼）領月退休金者

支（兼）領月退休金者，其公保一次養老給付之優惠存款利息調整如下：

- 1.自107年7月1日起至109年12月31日止，優存利率降至9%。

- 2.自110年1月1日起，優存利率降至0%（本金可全數領回）。
- 3.依上述規定計算後，每月退休總所得低於最低保障金額者，應按最低保障金額中，公保一次養老給付可辦理優惠存款之金額，照年息18%計算利息；超過最低保障金額者，按照前述方案調降至最低保障金額為止。

（二）支領一次退休金者

- 1.每月「一次退休金」和「公保養老給付」合計之優存利息所得低於最低保障金額者，維持18%優存利息。
- 2.每月「一次退休金」和「公保養老給付」合計之優存利息所得超過最低保障金額者，其超過的部分，自107年7月1日起至109年12月31日止，優存利率降至12%；之後每2年調降2%，直到降為6%為止。

四、取消年資補償金（本條例第 34 條）

年資補償金是民國85年實施退撫新制時，針對當時仍在職且舊制年資不滿15年的公教人員，設計出的補償金制度。不過，107年7月年改上路，法條中增設1年過渡期，只有108年6月30日前退休者能一次領取補償金，之後退休者不再發給；已審定者照原規定發給，但亦須受所得替代率限制；另外，領取月補償金者，於本條例施行後，以其核定退休年資、等級，按退休時同等級現職人員本（年功）薪額，計算其應領之一次補償金，扣除其於本條例施行前、後所領之月補償金後，補發其餘額。無餘額者，不再補發。

此修改條文也是至今仍餘波盪漾、爭議不斷，尤其在九合一選舉民進黨大敗後，國、民兩黨均有不少立委主張，應比照軍人標準，刪除退休教師、公務員年資補償金限期1年發放規定，恢復公教原有權益（上報，2019/1/18）。

五、調整遺屬年金制度（原月撫慰金）（本條例第 45 條）

本法又俗稱為「嫩妻條款」，為防止領受月退休金之退休人員，其配偶年齡差距過大，或婚姻關係存續過短而修改。

本法案公布施行1年後亡故者，遺族仍可領受其月退休金之1/2的退休人員遺屬

年金，但擇領遺屬年金的限制如下：

- (一) 未再婚配偶，給與終身，但開始支領年齡為 55 歲；但以其法定婚姻關係於退休教職員亡故時，已累積存續十年以上為限，或為身心障礙且無工作能力者。
- (二) 未成年子女給與至成年為止。但身心障礙且無工作能力之已成年子女，給與終身。
- (三) 遺族領有依本條例或其他法令規定核給之退休金、撫卹金、優存利息或其他由政府預算、公營事業機構支給相當於退離給與之定期性給付者，不得擇領遺屬年金。但遺族選擇放棄本人應領之定期給與並經原發給定期給與之權責機關同意者，不在此限。

貳、調整月退休金請領資格（本條例第 18 條、第 31 條、第 32 條）

一、延後月退休金起支年齡

- (一) 為因應國人平均壽命延長的趨勢，漸進延後教師請領退休年金的年齡，但顧及高級中等學校以下教師工作內容與教授對象的特殊性，高級中等以下學校校長及教師年滿 58 歲，得擇領全額月退休金。但應隨平均餘命之延長與職場人口結構變化適時調整。
- (二) 除高級中等以下學校校長及教師外，其餘教職員自 2026 年 1 月 1 日，每年提高一歲，以提高至 65 歲為限。
- (三) 展期月退休金：符合自願退休條件但不符合前述領取月退休金的教師，仍可選擇辦理自願退休，但須至年滿月退休金起支年齡之日起，才可領取全額月退休金。
- (四) 減額月退休金：符合自願退休條件但不符合前述領取月退休金的教師，仍可選擇辦理自願退休，提前於年滿月退休金起支年齡前，開始領取月退休金；但每提前一年，減發百分之四，最多得提前 5 年，減發百分之二十。

(五) 過渡期間符合指標數者，得辦理退休，並可立即支領額月退休金，不需受法定退休金起支年齡之限制。

表 5：教育人員自願退休之年資與年齡對照表

適用期間	法定起支年齡		指 標	指標數 需搭配之年齡
	高中以下	其餘		
107.7.1~107.12.31	58 歲	58 歲	76	除符合指標數外 須年滿 50 歲
108.1.1~108.12.31	58 歲	58 歲	77	
109.1.1~109.12.31	58 歲	58 歲	78	
110.1.1~110.12.31	58 歲	58 歲	79	
111.1.1~111.12.31	58 歲	58 歲	80	
112.1.1~112.12.31	58 歲	58 歲	81	
113.1.1~113.12.31	58 歲	58 歲	82	
114.1.1~114.12.31	58 歲	58 歲	83	
115.1.1~115.12.31	58 歲	59 歲	84	
116.1.1~116.12.31	58 歲	60 歲	85	
117.1.1~117.12.31	58 歲	61 歲	86	
118.1.1~118.12.31	58 歲	62 歲	87	
119.1.1~119.12.31	58 歲	63 歲	88	
120.1.1~120.12.31	58 歲	64 歲	89	
121.1.1~121.12.31	58 歲	65 歲	90	
122.1.1 起	58 歲	65 歲	指標數不再適用	

資料來源：審計部臺北市審計處人事室彙整（2018）

二、15 年過度緩衝期的年度指標數

如果一下子將自願退休年齡往後延個5年10年，一定會造成很大的衝擊。為了

減緩退休金起支年齡延後對教師產生的影響，規劃了15年的年度指標數，採計退休年資與實際年齡合計數大於或等於下表所定年度指標數。

三、身心障礙教職員提前退休制度（本條例第18條）

教職員任職滿15年，有下列情形之一者，應准其自願退休：

- （一）出具經中央衛生主管機關評鑑合格醫院開立，已達公教人員保險失能給付標準所訂半失能以上之證明或經鑑定符合中央衛生主管機關所定身心障礙等級為重度以上等級。
- （二）罹患末期之惡性腫瘤或為安寧緩和醫療條例第三條第二款所稱之末期病人，且繳有合格醫院出具之證明。
- （三）領有權責機關核發之全民健康保險永久重大傷病證明，並經服務學校認定不能從事本職工作，亦無法擔任其他相當工作。
- （四）符合法定身心障礙資格，且經依勞工保險條例第五十四條之一所定個別化專業評估機制，出具為終生無工作能力之證明。

參、顧及退撫基金財源

一、提高現職教師退撫基金繳費提撥費率（本條例第8條）

法定費率提撥區間由12%～15%，調整至 12%～18%；政府與個人分擔比率仍為 65%：35%，並由政府負最後支付保證責任。

二、調降退休所得節省費用挹注退撫基金

各級政府調降退休所得和優惠存款利率所節省下來的經費，為求退撫基金財務永續發展，應全部挹注退撫基金。

肆、年資轉銜（本條例第87條）

為了因應各部門間人才流動的需求，以達人力的充分利用，並保障原有工作年資不致消失，在本次年金改革中設計了年資轉銜的機制：

- 一、教職員依本條例辦理屆齡或命令退休且任職年資未滿15年者，得併計曾任適用其他職域職業退休金法令且未曾辦理退休（職、伍）、資遣或年資結算已領

取退離給與之年資，成就請領月退休金條件。

二、教職員任職滿五年，於本條例施行後未辦理退休或資遣而離職且未支領退撫給與者，於轉任其他職域工作後辦理退休（職）時，得併計原教職員年資成就請領月退休金條件，並於年滿 65 歲之日起 6 個月內，以書面檢同相關證明文件，送原服務學校函轉主管機關審定其年資及月退休金。

伍、其他配套措施

除了上述主要變革外，為使立法更為完善，研訂了以下相關配套措施：

一、杜絕雙薪（本條例第 77 條）

已退休之公立學校教職員，再任以政府預算支薪之職務、公法人、行政法人、政府捐助（贈）達一定比例成立之財團法人、政府轉投資事業職務或私立學校職務，以致月薪超過法定基本工資者，暫停發給月退休金及優惠存款利息，直至退休者檢具月薪未超過法定基本工資之相關證明申復為止。

二、月退撫給與之調整機制（本條例第 67 條）

立學校教職員退休後所領月退休金，或遺族所領的月撫卹金或遺屬年金，得由行政院會同考試院，衡酌國家整體財政狀況人口與經濟成長率、平均餘命、退撫基金準備率與其財務投資績效及及消費者物價指數等因素調整；調整結果超過原領所得 5% 以上或低於原領所得者，應經立法院同意。

三、育嬰留職停薪年資採計（本條例第 8 條）

法案公布後之育嬰留職停薪年資，得選擇全額自費撥繳退撫基金費用，併計公立學校教職員退休、資遣或撫卹年資（條例公布前之育嬰留停年資不適用之）。

四、離婚配偶請求權（本條例第 83 條）

公立學校教職員具婚姻關係滿 2 年以上之離婚配偶，就婚姻關係期間占公職之部分，按其在審定退休年資所占比率二分之一請求分配該公立學校教職員退休金，但若該分配比率「顯失公平」，當事人可聲請法院調整或免除。另外，離婚配偶得請求之退休金，以一次給付為限。

五、年金制度監控機制之建立及定期檢討（本條例第 97 條）

本條例施行後，行政院應會同考試院建立年金制度監控機制，5年內檢討制度設計與財務永續發展，之後定期檢討。

六、年金改革方案實施時間

- （一）本條例除第八條第四項（育嬰留職停薪年資併計）及第六十九條（退撫給與設立專戶）自公布日施行外，其餘條文自 107 年 7 月 1 日起實行。
- （二）前項其餘條文施行之日起，原學校教職員退休條例及原學校教職員撫卹條例不再適用。

陸、結語

此次年金改革，最大特色是將退休與撫卹立法合而為一，除了力求解決目前退撫基金即將破產的燃眉之急，也改革了當今社會環境所衍生出的一些問題，以達到永續、公平、正義的目標。影響的層面不單是已退休人員，也擴及了現職人員和未來新進教育人員；改革重點總結如下：（銓敘部全球資料網，2018）

一、已退休人員改革重點：

- （一）調整新制年資之退休金基數內涵。
- （二）刪除月撫慰金。
- （三）調整優惠存款利率。
- （四）限制退休再任私校支領雙薪。

二、現職人員改革重點：

- （一）延後月退休金起支年齡。
- （二）調整退休金計算基準及新制年資之退休金基數內涵。
- （三）刪除現行不合時宜的給與。
- （四）調整優惠存款利率。
- （五）提高退撫基金提撥費率及調整分攤比。
- （六）提高退撫基金操作績效。

三、新進人員改革重點：

基於公教一致原則，配合公務人員退休制度改革方案，對於未來新進教育人員法定職業退休金部分擬採行「兼採確定給付與確定提撥制」雙層年金給付機制。第一層公保年金：15%；第二層法定職業退休金：確定給付制30%；確定提撥制30%。

第四節 退休生涯規劃相關理論

因本研究要探討的對象包括有現職教師和已退休教師，所以本節先陳述何謂生涯規劃、再了解退休生涯規劃的相關理論。

壹、生涯規劃的定義

楊朝祥（1990）將生涯規劃（Career Planning）看成是一個人，生涯過程的妥善安排，在這個安排下，個人能依據各個計畫要點，在短期內充分發揮自我潛能，並運用各種資源，達到各個發展階段的階段目標，而最終達成其既定的生涯目標。

張添州（1993：156）認為生涯規劃的意義如下：(1)生涯規劃是個人自我認知、自我探索、自我實踐，進而達到自我成長；(2)生涯規劃是促進個人在面對困境時，激發淺能、追求卓越，達成自我實現的目標；(3)生涯規劃是持續不斷於個人內在、外在環境變遷因素中，尋求平衡點的生活歷程；(4)生涯規劃是個人生活方式的選擇與生活型態的規劃；(5)生涯規劃是扮演適切的人生角色，滿足個人及社會的需要；(6)生涯規劃是增進個人潛能的發揮，掌握生涯發展的大權。

Mondy（1995）從組織管理的角度，將生涯規劃定義為：一個人據以訂定的生涯目標，與找出達成目標的手段。

張翠蓁（2013）認為生涯規劃是：個人對自己的人生，根據不同的階段，考量個人的特質和外在相關的環境因素、及為未來所設定的目標，作一全面性評估，並設計了一連串活動的動態歷程，同時也安排了最適合的生涯發展方向。

綜上所述，生涯規劃就是：個人針對本身的特質與掌握周遭有利的環境資源，對其人生各階段的發展做全面性的、有計畫的規劃，以作為人生追求目標的指引；在不同的生涯目標下，個人運用潛能和生活環境中可及的資源，設計、完成生涯目標發展活動以達到生涯規劃之目的。

貳、退休生涯規劃的定義

隨著高齡社會的來臨，退休時期佔人生中的比例也相對加長，退休後人生階段的生活情形也就越顯得重要。退休者的生涯規劃，大都借用一般「生涯規劃」的理念，作為退休人員在規劃離開工作職場後的生活模式時，所應具有的一些概念、方法和技巧。也就是說，期望退休者有個「計畫性」退休的觀念，思考前瞻性、未來性的生活目標，在退休前作各種生活面向的準備。

國外學者Evans & Ekerdt（1985）認為：退休生涯規劃是指為實際退休後的生活所做的計畫。其內容包括經濟、休閒、健康、居住問題、退休後的工作及幾歲退休等。

國外學者Newman & Newman（1987）認為：所謂的退休生涯規劃，指的是願意並預先思考退休後可能發生在經濟、家庭角色、日常活動以及社會交往方面的變化，並採取某些措施引導這些變化。

黃富順（1995）則認為老年期的生涯規劃，最重要的是在選擇一種適合自己的生活方式。安排自己滿意的生活形態，進而促進個人成長，使自己的生涯具有意義。

鄭諭澤（2004）的退休生涯規劃，乃是期望退休者以「計畫性」的退休觀念，為退休後的生活，做各種面向的準備安排，以達成安詳晚年的目的。

許靖（2004）認為個人是一個自主性、自發性及自覺性的完整個體，可以抉擇其退休生涯發展目標，以決定個體適應環境的生存方式，並運用各種方式予以達成。

退休者的生涯規劃，是個人對退休生活方式和生活形態，所做的有目的的、

有計畫、有系統的規劃與安排；是一種設計、準備、期望和力行的過程。經由生涯規畫的過程，退休者將重新檢視自我的興趣、性向、專長、人格特質等，並對外在環境、社會資源做整體性的評估，以增進個人潛能的發揮，掌握生涯發展的大權，達成自我實現的目標。且在個人自我認知、自我探索、自我實踐，持續不斷於個人內在、外在環境變遷因素中，尋求平衡點的生活歷程。

綜上所述，退休生涯規劃的意義，就是希望在心中已有退休想法的人，能預先計畫性的思考退休後的生活目標，對自我做整體性的評估，在退休之前做全面性的準備，依階段性不同，將生活做有目的、有計畫、有系統的規劃與安排，使退休生活具有意義和成就感，以追求自我實現的生命價值。

參、退休生涯規劃的相關理論

綜觀各個學者對生涯規劃的看法，不同領域的學科、從不同的角度切入，就有不同的觀點，也都有助於對生涯發展本質的認識；以下就以Erikson的社會心理發展理論、Super的生涯發展理論、Schein的職業生涯發展理論，從不同的觀點分別說明之：

一、Erikson 的社會心理發展理論

心理學家Erikson（1963）在社會發展理論中，將人生歷程分為八個階段。每個人在每個階段都會經歷不同的危機與衝突，危機能否順利解決，將影響往後的人格發展。如果該衝突未獲得滿意的解決，個人將會繼續與之掙扎，並妨礙了健康的自我發展；危機若能順利解決，則自我就能獲得正面力量，朝正向積極的方向發展，並順利進入下一個階段發展。所以每一個階段的成功是解決下一階段危機的基礎。

Erikson 在社會發展理論中將人生的發展依照年齡，共分成八個階段，分別說明如下（引自張春興，2007）：

（一）0~1 歲：信任 vs.不信任

發展危機為信任對不信任。發展順利者，對人能充滿信任，內心會有安全感；

發展障礙者在面對新的環境時，內心會惶恐、不安。

(二) 1~3 歲：自主獨立 vs. 羞怯懷疑

發展危機為自主獨立對羞怯懷疑。發展順利者，能遵守社會規範而表現出目的性的行為；發展障礙者則因缺乏信心，做任何事總是畏首畏尾的。

(三) 3~6 歲：主動 vs. 內就

發展危機為主動對內就。發展順利者，對周遭事物充滿好奇，行動具有方向性，且開始具備責任感；發展障礙者，則會因為缺乏自我價值感，而表現畏縮。

(四) 6 歲~青春期：勤奮 vs. 自卑

發展危機為勤奮對自卑。發展順利者，包含求學做事與待人接物等方面會具備為人處事的基本能力。發展障礙者則因為生活基本能力欠缺的關係，心中會充滿失敗感。

(五) 青春期：統合 vs. 角色混亂

發展危機為統合對角色混亂。發展順利者，就會有明確的人生目標與自我概念；發展障礙者則會因為缺乏目標，導致生活漫無目的，不知道自己是誰，而感到徬徨不安。

(六) 成年期：親密 vs. 孤獨

發展危機為親密對孤獨。發展順利者，與人相處沒有隔閡、充滿親密感；發展障礙者則因缺乏人際互動，與社會有疏離感，因而感到孤單寂寞。

(七) 中年期：愛心關懷 vs. 頹廢遲滯

發展危機為愛心關懷對頹廢遲滯。發展順利者會因愛家，進而關懷社會，對自己份內該做的事，則充滿責任心及義務感；發展障礙者則對外界的人、事、物均冷漠不關心、失去生活的積極意義。

(八) 老年期：完美無缺 vs. 悲觀沮喪

老年期發展危機為完美無缺對悲觀沮喪。發展順利者能隨心所欲、愉悅地安享晚年、度過人生的最後階段；發展障礙者則因為對過往充滿悔恨而徒留遺憾，

過得不如意、晚景淒涼。

二、Super 的生涯發展理論

生涯發展理論學者 Super (1990) 以人類的發展階段為基礎。強調選擇是一個歷程，而非單一的事件，並將生涯發展分為五個階段，包括成長 (growth) 階段、探索 (exploration) 階段、建立 (establishment) 階段、維持 (maintenance) 階段和撤離 (disengagement) 階段。每個發展時期，再劃分為三個次階段，詳細內容如下：

(一) 成長階段 (出生~14 歲)

此階段是屬於孩童期，包括個人心理和心理方面的成長與發展。此時期的發展重點除了身體的成長、養育之外，也包含個人對此世界 (家庭、學校與社會) 的認同，並發展其自我概念，作為試探與選擇工作與生活的依據。此成長階段又分為三個次階段：

1. 幻想 (fantasy, 4~10歲)：尚依賴成人的養育，仍未清楚自我與環境。
2. 興趣 (interest, 11~12歲)：對社會事務感到有興趣並參與外在的活動。
3. 能力 (capacity, 13~14歲)：處理對外事務的能力漸強。

(二) 探索階段 (15~25 歲)

涵蓋了青少年期與成年期。在此時期個人透過學校、休閒活動與各種工作經驗對自我概念、職業工作、社會角色行為與休閒活動進行探索與適應。此探索階段又分為三個次階段：

1. 試探 (tentative, 15~17歲)：依據個人的興趣、喜好、能力與機會來考慮其將來的職業傾向與生活型態。
2. 轉換 (transition, 18~21歲)：職業或生活不適合時，會做重新的評估，因應與修正調整。
3. 嘗試 (trial, 22~25歲)：當確定自己將從事某一職業後，嘗試著將它當作一份維持生活的事業。

（三）建立階段（26～45 歲）

經由早期的探索與嘗試錯誤後，會慢慢找到適合自己的職業，並安於某種職業，對此職業產生認同，進一步在工作場域中累積自己的專業，以提升自己升遷的能力。大體而言是個人工作生涯的正式開始，個人開始在職業上建立基礎。此建立階段又分為三個次階段：

- 1.穩定（**stabilizing**，25～30 歲）：工作生活穩定下來並謀得一份安定的職位。
- 2.奠基（**consolidating**，31～45歲）：個人在職業場域之中，具有一定的身份和地位，且職位能獲得保障。
- 3.晉升（**advancing**，25～45歲）：累積專業，希望能在薪資或職位上獲得升遷。

（四）維持階段（46～65 歲）

此時期的時間長短，端視個人的生活適應、生理與心理的情況而定。此階段的要務是維持自己的工作事業，且為將來的退休生涯多做準備。此維持階段又分為三個次階段：

- 1.保持（**holding**）：保持其既有工作職位，並因應工作壓力（競爭、技術革新與健康衰退）的問題。
- 2.符合時代要求（**updating**）：除維持現狀是不夠的，還需配合時代和環境的改變 而與時俱進。
- 3.革新（**innovating**）：即使工作職位已達奠基期，但仍有必要再探索、再建立，以求創新。

（五）撤離階段（65 至死亡）

在這個時期中，個人因為身心狀態的衰退，逐漸從工作崗位上撤離或退休，開始其退休生活，發展出新的人生角色。此撤離階段又分為三個次階段：

- 1.衰退（**deceleration**）：個人隨著年紀越來越大而漸漸的想減輕工作負荷，準備退休。
- 2.計畫退休（**retirement planning**）：個人著手準備退休。

3.退休生活（retirement living）：停止原來的工作，轉而向家庭、休閒和社交等方面，發展不同的角色。

Super認為，每個人一生所扮演的角色，如同一道有著七種顏色的彩虹般，同時扮演許多角色。這些角色包括子女、學生、休閒者、公民、工作者、配偶、管家、父母與退休者等九項，而這九個角色乃分別在家庭、學校、工作場合與社區中的人生舞台上演出。在彩虹圖中，每一階段都有其顯著角色，成長階段是兒童、探索階段是學生、建立階段先是家長；而後是工作者。Super 的生涯理論融合了「時間」—發展歷程、空間—社會角色，的兩個向度，為人類的生涯發展，提供一個周全的觀點（謝榮茂，2003）。

三、Schein 的職業生涯發展理論

Schein認為個人在適應生涯的過程中，多半不會改變其人格或深層結構的部分，只有在面對新情境的挑戰時，會改變其情境我與社會我的部分，並加以重組（謝榮茂，2003）。Schein 將個人重要的生涯發展歷程如下：（1）成長、幻想和初探時期（0-21 歲）；（2）初進工作世界時期（16-25 歲）；（3）基礎訓練時期（16-25 歲）；（4）早期職業生涯時期（17-30 歲）；（5）中期職業生涯時期（25-35 歲）；（6）中期職業生涯危機時期（35-45 歲）；（7）甲：非領導者的職業生涯後期時期（40 歲到退休，很多人都停留在此階段）；（8）乙：領導者的職業生涯後期時期（40 歲到退休，有些人較早即達到此一階段）（9）衰退與責任解除時期（40 歲到退休，每個人的年齡不盡相同）（10）退休時期。

以下僅就與本研究對象相符的部分：非領導者的後期生涯時期、領導者的後期生涯時期、衰退與責任解除時期及退休時期，說明如下：（轉引自朱湘吉，2004）

（一）非領導者生涯後期的時期（40 歲到退休，很多人都停留在此階段）發展的任務：

- 1.由經驗累積智慧，維持既有能力，繼續維持技術方面的能力。
- 2.培養人際關係及團體技能。

- 3.增進督導能力或管理相關的技能。
- 4.在職位上學習如何更有效率的做決策。
- 5.處理組織內年輕同事間相互的競爭與攻擊。
- 6.處理自己中年階段的危機與家庭關係的相關問題。
- 7.準備好自己，成為更高階的領導者。

(二) 領導者的生涯後期時期(40歲到退休，有些人較早即達到此一階段)發展的任務：

- 1.將重心由最初的重視自我利益，進而為組織的福祉盡心盡力。
- 2.有智慧地處理組織的機密或極具重要性的事務。
- 3.學習處理組織更高階層的策略。
- 4.學習處理工作時間和家庭生活間的衝突問題。
- 5.學習掌握領導者擁有權勢，處理更高層次的問題，而不致有所抵觸。

(三) 衰退與責任解除時期(40歲到退休，每個人的年齡不盡相同)發展的任務：

- 1.從工作之外的其他領域，如興趣、家庭、社會參與中，找尋讓自我感到滿足的新生活方式。
- 2.學習與配偶過更親密的二人生活。
- 3.全面評估整個事業生涯並認真規劃退休生涯。

(四) 退休時期發展的任務：

- 1.從失去工作中，學習保有自尊與自我認同感。
- 2.學習將自己過去事業生涯上的能力和活力，運用於其他活動中。
- 3.將自我的智慧與經驗運用於實際退休生活中。
- 4.學習從過去的職場生涯中獲得成就感與滿足感。

肆、退休生涯規劃內容

退休可以說是踏入另一種社會生活的開始，若是沒有經過事先規畫，兩種截然不同的生活，很容易造成「角色中斷」的現象。一份妥善的退休規劃，可以使

退休後的生活不至於失衡，也因為有了周全的準備，不僅可以讓退休後的生活風險降低，也能開創更有價值的退休生涯。

一、退休生涯規劃步驟

蔡培村（1996）在教師生涯發展論的研究中，將教師退休生涯的發展，劃分為四個階段，用來說明退休生涯規劃的重要性；退休人員應當要了解自己的狀況，配合自己的興趣及習慣來訂定個人的退休生涯計畫，讓自己有較舒適、愉快的晚年生活：

- （一）調適期：指退休者剛進入退休的階段，此時必將面臨許多生活形態上的改變以及觀念態度上的衝擊，因此，調適個人生理及心理上的種種變化，並適應退休生活形態的改變，是此階段的重點。
- （二）重整期：本期是退休生涯規劃中最關鍵的時刻，指的是退休者必須衡量自己的狀況，並且配合家庭、社區環境，妥善規劃自己的退休生涯，退休者才能重整退休生活，度過有意義、愉快的退休生涯。反之，則難以適應退休後的生活，導致老化加速。
- （三）穩定期：指的是退休者在此階段，能重新評估自己的價值與生活目標，進而妥切規劃適合的退休生活形態，培養良好的休閒活動與嗜好，並尋回自我意義與價值，滿足且適應自己規劃的退休生活。
- （四）臨終期：指退休者面臨死亡的時期。退休者必預做適度的心理調適，培養淡然、樂觀的人生態度與虔誠的宗教信仰，才能愉快的走完人生旅程。

二、退休生涯規劃要點

（一）依據朱坤連（1996）、魏文瑞（1996）、蔡培村（1996）、蕭雪玲（1998）研究結果認為，進行退休生涯規劃應包含下列內容：

- 1.經濟規劃：可以妥善管理財務。
- 2.家庭關係：如何共享親情。
- 3.醫療保健：可以維持生理健康。

- 4.休閒活動：閒暇時間的安排。
- 5.宗教人生：確立生命之熱愛與信仰。
- 6.心理衛生：調適與平衡情緒。
- 7.終身教育：保持自我導向學習方式。
- 8.臨終關懷：對百年之圓滿態度。

(二) 齊克用(2008)提出在退休的生活規劃中應包括以下內容：

- 1.心理與社會適應：心理的調適與作息的調整，是退休後必須面對的第一個課題。退休者的心理和社會適應，最重要是抱持積極樂觀的態度，迎接老年生活的來臨。
- 2.財務規劃與資金管理：退休後的收入減少，財務應變能力降低，因此一切理財規劃以保本、安全性為最高原則，投資風險必須分散較好。
- 3.健康規劃：健康的心理和生理是退休後一切根本。飲食均衡營養、適當的運動定期健康檢查，做好身體保健，維持體力在良好的狀態，才能享受退休生活。
- 4.人際關係：退休後應妥善經營人際關係，發揮新的角色與價值，除了和老朋友常連繫，退休後的新人生也可以拓展新的生活圈和新的人際網絡。
- 5.居住環境與安排：退休的居住安排，宜視自己的個性、習慣、經濟能力和環境資源，選擇最適合自己的居住方式，以期退休生活過的安適。
- 6.休閒旅遊娛樂活動：退休前可以審視自己的興趣、專長、嗜好、體力、健康狀況、經濟能力等，安排適合自己的休閒娛樂活動，讓退休後生活充滿樂趣和幸福感。
- 7.工作與志願服務：退休後參與志願服務工作，一方面扮演著有意義的社會角色，建立新的人際關係，滿足社會互動的需求，另一方生活經常保持活躍狀態，可以提升生活品質。
- 8.進修研習活動：科技日新月異，環境快速變遷，退休者需要持續學習，一方面充實知識，適應社會轉變，另一方面可以啟發自身潛能，增進心靈成長，讓生活更充實。

(三) 林昭男 (1999) 對教職人員退休生涯規劃之探討發現，具體的規劃內容必須包含以下「六保」：

1. 保有身體健康：適當的飲食、規律的生活、定期健檢、保持心情愉快及適度的運動，才會有健康的身體和幸福的退休人生。
2. 保有老本：退休後生活、休閒娛樂、醫療都要錢，要有良好品質的退休生活，財務的運用規劃相當重要，千萬要保有老本，才能保有尊嚴的退休生活。
3. 保有老伴與老友：退休生涯中一定要珍愛伴侶，才能互相扶持照顧；也要結交志趣相投的朋友，生活才會豐富精采。
4. 保有生活重心：退休生涯規劃要有生活重心，再學習、再就業、參與志願服務等，如此退休生活才不會空虛難以適應。
5. 保有興趣和嗜好：退休生涯規劃準備之時，要朝培養多樣興趣與嗜好的方向進行，興趣愈多生活愈快樂。
6. 保有傻勁、涵養心性：處於退休階段的人心胸要豁達，一切順其自然、知足感恩、淡泊名利，凡事正向思考就能擁有愉快的退休生活。

(四) 高雄師範大學成人教育研究中心暨成人教育研究所 (1994) 辦理的研習課程指出，退休生涯規劃的內容為：(1)財務規劃、(2) 醫療保健、(3)家庭關係、(4) 休閒娛樂、(5)心理衛生、(6)宗教人生、(7)自我導向學習、(8)死亡教育。另根據國內實際辦理退休前生涯規劃教育及研究顯示，退休生涯規劃重要的內容主題為：(1) 財務管理、(2) 生理健康、(3)心理衛生、(4) 法律知識、(5)再就業、(6)住家安排、(7)休閒娛樂、(8)宗教信仰、(9)社會服務等九項 (呂美芬，2008)。

綜上所述，退休規劃的內容應盡量涵蓋生活的各個層面，包括個人的身心健康、經濟安全、休閒育樂活動、人際關係的維持、社會活動的參與等。

本研究也將以上述的理論、歸納出的原理原則為基礎，加上前導研究時，對訪談對象所收集到的訪談初步資料，將退休生涯規劃的內容分成：財務規劃、社會關係規劃、健康規劃、休閒規劃、社會參與規劃作為教師退休生涯規劃訪談大

綱的方向，以利本研究對國小老師在退休生涯規劃上做深入的探討。



第三章 研究方法與設計

本研究係在探討年金改革後對國小教師生涯規畫影響的相關性，將以相關文獻作為立論之基礎，又因年金改革後，每位教師受其影響的程度不同，心裡的感受也不一樣，以量性研究很難看出其內心真正的想法，所以再藉由深度訪談的方式進行資料的蒐集，以瞭解國小教師對於退休的觀點、退休生涯規劃的情形及年金改革後對其影響的關聯性。本章共分四節，以下就研究架構與方法、研究對象與工具，資料整理與分析，分述如下：

第一節 研究架構與方法

壹、研究架構

依據研究動機、研究目的以及文獻探討，得知年金改革會影響不管是現職或是已退休教師的退休生涯規劃。茲將本研究之研究架構圖以圖4表示如下：

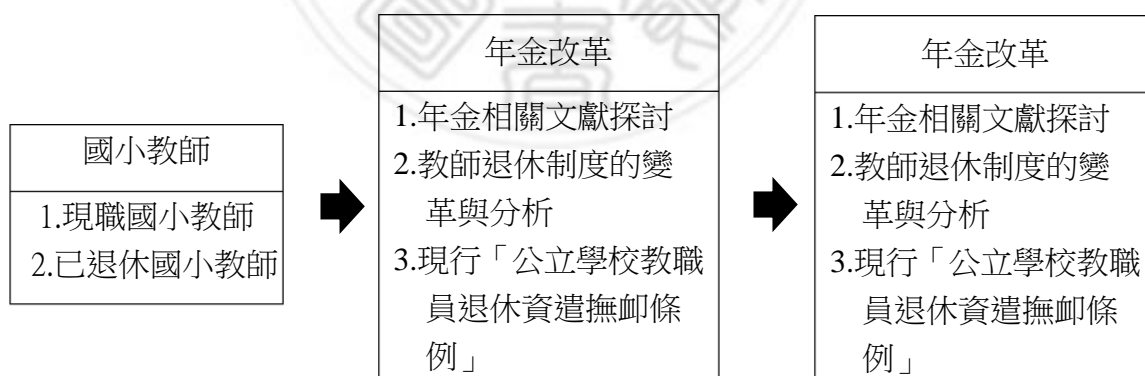


圖 4：研究架構圖

資料來源：研究者自行整理

貳、研究方法

本研究將透過質性研究方法，以新北市國小退休教師為範圍，邀請3位新北市裕民國小在職教師和3位退休教師，做為年金改革後對國小教師生涯規畫影響的訪談對象；並將生涯規劃訪談大綱分別從(1)財務規劃、(2)社會關係規劃、(3)健康規劃、(4)社會參與規劃、(5)休閒規劃等五大面向著手進行訪談；再藉由訪談資料的分析歸納，整理出年金改革後對國小教師生涯規畫實質的影響為何？進一步可提供給政府、學校和教師們做一參考。

一、質性研究方法

在社會科學研究法中，「量性研究」和「質性研究」一直是現代研究的兩大派別。「質性研究」和「量性研究」所關注的焦點不同，它們分別用不同的角度對事務進行探究。傳統「量性研究」是要去操作變項、證驗假設、進而解答問題；而「質性研究」是屬於詮釋的典範，通過研究者和被研究者之間的互動，對事物進行深入、細緻、長期的觀察；要去探討問題在脈絡中的複雜性，從被研究對象的角度來了解他們的看法或行為。所以質性研究在研究過程中，非常重視被研究對象個別經驗的專屬性，其研究結果無法被複製，或是進一步推論於類似情形的對象。研究者必需瞭解，在研究中所發現的現象對被研究者的意義及影響為何。藉由理論與蒐集到的訪談資料進行分析相互對話，透過交互運用對照、比較與歸納的方式，抽取主題或通則，最終形成理論的建構（葉美蓮，2008）。

「年金改革後對國小教師生涯規畫影響」之範圍，涉及財務規劃、社會關係規劃、健康規劃、社會參與規劃等層面，具有獨特專屬性，本研究為探究當事人的個人的觀點、認知過程和獨特經驗，所以採取質性研究法。

二、研究方法的運用

為了進一步探究本研究所涉及的研究問題，以作為理論之基礎，達到本研究的目的，研究者將採用文獻分析法及深度訪談法二種研究方法，用以收集研究所需之資料：

（一）文獻分析法（Document Analysis）

「文獻」一詞的原意為典籍，至於，從學術的角度來看，則是為官方或民間收藏用來記錄群體或個人在政治、經濟、軍事、文化、科學或是宗教等方面活動的文字或其它載體的材料，對此，文獻分析法係指根據一定的研究目的或課題，透過蒐集有關資訊、調查報告、圖書、期刊與學術論文等文獻資料，從而以系統、客觀的界定，全面且精準地鑑別和掌握所想要研究的議題現象，並且就上述資料加以研究歸納、整理分析，以增進對於事實科學有所認識的一種方法。

文獻分析法主要目的在於了解過去、洞察現在和預測未來，對此，蒐集內容儘量要求豐富及廣博，經過分析後歸納統整，再分析事件的淵源、原因、背景、影響及其所隱含的結構意義等，除此之外，因為文獻分析法不與文獻中記載的人、事有所接觸，因此，又稱為非接觸性研究方法，至於，文獻分析法包括閱覽與整理（Reading and Organizing）、描述（Description）、分類（Classifying）以及詮釋（Interpretation）等四大步驟。綜合以上，文獻分析法的特性如下：(1)它所研究的事件是過去而非目前發生，亦即，文獻分析超越過去時空的限制，紀錄的是過去的社會事實；(2)文獻分析可超越個人的經驗與視野；(3)文獻分析可超越調查互動中的不良影響；以及(4)文獻分析可提供詳實可靠的背景資料。一般研究中的文獻分析法，經常也會和相關的研究方法相互搭配，例如：深度訪談法、問卷調查法、電話調查或焦點團體訪談法等，藉此讓資訊或資料的收集更為完整（林萬青，2009）。

本研究主要蒐集了：年金相關文獻、我國的教師退休制度的變革資料、現行「公立學校教職員退休資遣撫卹條例」和退休生涯規劃相關理論的文獻探討資料，歸納出本研究所需之理論基礎，作為建構訪談大綱與結論討論的依據。

（二）深入訪談法（deep interviews）

「訪談」是質性研究中一種研究性的交談，訪談人透過語言溝通來獲取受訪者的某些訊息；至於深度訪談，根據學者文崇一的定義，深度訪談指的是希望透過訪談取得一些重要因素，而這些重要因素並非單純用面對面式的普通訪談就能

得到結果（文崇一、楊國樞，2000）。深度訪談有別於單純訪談，深度訪談目的在於透析訪談的真正內幕、真實意涵、衝擊影響、未來發展以及解決之道。一般而言，深度訪談能比一般訪談要花費更多的時間，但是其所得到的結果更具能深入描述事物的本質，以做為進一步分析的依據。深度訪談可分成：

- 1.結構式訪談（又稱為標準化訪談或正式訪談）：是指研究者運用預先設定的結構式問題來提問，以了解受訪者的想法、意見和態度。所以可獲得較正確性的資料，但較不易瞭解被研究者的內心世界，不易獲得較深層的資料。
- 2.無結構式訪談（又稱非標準化訪談或開放式訪談）：是指研究者在進行訪談之前，毋須預先設計一套標準化的結構式訪談大綱作為訪談的引導，僅告知受訪者研究的主題，強調藉由研究者與受訪者在自然情境相互對話中，了解行為現象及其行為背後的涵義。但由於訪談內容過於寬廣，較無一致性資料，不易進行整理比較。
- 3.半結構式訪談（又稱為半標準化的訪談或引導式的訪談）：是指研究者訪談進行之前，必須根據研究問題與目的，設計訪談大綱作為訪談指引依據（潘淑滿，2003）。

若欲進行深度訪談，首先須具備的要素是本身要能融入情境，但是又不能失去客觀性。至於深度訪談的實施流程，首先訪談者必須先調整自己的心態，其次則是訪談者於訪談前的準備工夫、第三是預訪、第四是約訪、第五是訪談時要能掌控現場氣氛、最後則是應能從事優質的寫作報導，分述如下：（萬文龍，2004）

- 1.調整訪談者心態方面：因訪談者對深度訪談的題目興趣也相當濃厚，故在進行深度訪談時，會想介入訪談內容，也想發表對訪談的看法，但這可能將造成受訪者的困擾，且會影響到訪談的客觀性；因此，訪談時應該要仔細的聆聽受訪者的論點，絕不能搶著發言。
- 2.深度訪談前的事先準備方面：在深度訪談前必須要研究調查所有國內外的文獻，包括論文、期刊、報紙、雜誌、廣播、電視、網路等資訊，以便對訪談內容有

徹底的了解，才能擬出夠深度的問題。且平日要維繫豐沛的人際關係，包括與各領域的產官學界專家有良好友誼。

- 3.預訪方面：在訂定深度訪談題目之前，可以針對訪談大綱進行預訪，而預訪對象可以是該領域的產官學專家，藉此修正題目，讓深度訪談更貼近實際狀況。
- 4.約訪方面：此與訪談者是否有良好的人際關係密切相關；此外，也可以透過一些學會組織來協助約訪。基本上，約談分為幾種方式，包括當面、傳真、電話、網路；若約訪對象為比較熟識者，則可以採用電話、網路等方式；但是若約訪對象為比較不熟悉者，則最好能先登門拜訪、當面約訪、或者以傳真的方式約訪，較容易成功。
- 5.掌握現場氣氛方面：依據基督教論壇報社長林意玲的經驗，深度訪談時要能掌控現場氣氛方面，第一步最重要的傾聽、聆聽，聽到別人聽不到的聲音，聽出弦外之音。透過歸納的問題，聽出問題有何可再追問，不要輕易滿足答案，從大問題問出小問題。
- 6.優質的寫作報導方面：從讀者的興趣點切入，找到關鍵點吸引，連結段落、一氣呵成故事實例與引述交替運用，且溶入現場感，如同連續劇，一環扣一環，運用實例、引述、數據、故事穿插；即使是沒到現場，也能描述出現場的味道、空氣、人的動作表情。

本研究將採半結構式深度訪談的方式，經由受訪者口述退休方式與動機、生涯的規劃與退休後人力再運用的生活經驗，瞭解國小退休教師人力運用的情形，以及退休後人力運用所面臨的挑戰、阻因和影響等，以促進國小退休教師人力資源的再運用。

本研究的目的是要深入了解國小在職和退休教師，在年金改革後，對其退休生涯規劃的影響為何？並將受訪資料進行比對，希望受訪者在足夠的結構或引導下，在研究議題上能採取比較開放的心態來描述。因此，本研究將採用半結構式的深度訪談法，來作為收集研究資料的方式。

第二節 研究對象與工具

質性研究所著重的焦點在於對問題的深入了解，故在樣本的選取上，並不需要大規模的抽樣，而是選取能提供豐富性及代表性資料的少數個案，也就是以有深度的樣本為主。基於質性研究的特質，本研究採取立意抽樣方法選取研究對象。立意抽樣（purposive sampling）又稱判斷抽樣（Judgmental Sampling），是指根據研究調查人員的主觀經驗，從總體樣本中，選擇那些被判斷為最能代表總體的單位，作為樣本的抽樣方法。故本研究抽樣方法以立意抽樣方法為主，由研究者主觀選取配合度佳、能提供個人內在資料、並願意參與此研究者為訪談對象。

壹、樣本的選擇

本研究欲探討國小在職和退休教師，在年金改革後，對其退休生涯規劃的影響為何，希望獲得深入且具代表性的資料，依據研究問題及目的，及研究者做初步的前導研究，諮詢幾位在職同仁後，本研究對象資格之設定如下：

- 一、年齡滿 50 歲以上之公立國小合格教師。
- 二、任公職年資滿 15 年以上之資深教師。
- 三、有退休想法之資深教師。
- 四、已退休之教師。

在受訪者的選取方面，研究者擬從本身服務學校中，尋找符合上述條件的資深教師，作為研究對象。

貳、研究對象基本資料

由於質化研究必須在研究者與受訪者彼此信任與合作的前提下，才能收集到受訪者最真實的內心話，以達到研究目的。因此研究者依設定之對象，是先以口頭、電話徵詢；對方若能認同並配合研究，願意分享個人的經驗與想法，則進一步誠懇邀約接受深度訪談，並隨後附上訪談大綱，進行實際的訪談，來了解在年金改革後，對其退休生涯規劃的影響為何。每一次訪談前都會向受訪對象說明研

究目的、研究進行的方式、研究倫理、保密原則，使其在放心、輕鬆的氛圍中，對研究議題暢所欲言，說出自己所要表達的內容訊息。並為求資訊的完整留存，在徵得受訪者同意下全程錄音。最後擇定下列6位教師作為訪談對象，其基本資料如表6：

表 6：訪談對象基本資料

代號	F1	M1	F2	fm1	fm2	m1
性別	女	男	女	女	女	男
年齡	55	61	55	53	51	56
職稱	組長	科任教師	導師	資源班教師	導師	導師
教育程度	大學	大學	大學	大學	大學	研究所
預計退休年齡	已退	已退	已退	58	58	60
退休幾年	5年	11年	3年	未退	未退	未退
健康情形	除了喉嚨長繭外，大致良好	大致良好	除了有膽固醇過高外，大致良好	除了有一些慢性病外，大致良好	大致良好	大致良好
婚姻狀況	小康 配偶 +2 子女	未婚	小康 配偶 +2 子女	小康 配偶 +1 子女	小康 配偶 +1 子女	小康 配偶 +4 子女

資料來源：研究者自行整理

參、研究工具

本研究訪談部分，主要是由研究者經由文獻探討後，所編擬的半結構式訪談

大綱，為研究訪談的工具。故本研究之工具包括：研究者本身、訪談大綱、訪談同意書、錄音設備、訪談記錄表等。

一、研究者本身

在質性研究中，研究者本身就是研究工具；研究者是資料的蒐集、統整者與意義的詮釋者。而研究者是否具備有效溝通能力、敏銳的觀察力和高度的親和力，都會影響到研究過程的真確性與結果的可信性。易言之，研究成果和研究者的知識背景、能力、經驗與態度之整體發揮息息相關。因此研究者需具備同理心、積極的傾聽，讓受訪者願意敞開心胸分享經驗與提供意見；在研究中扮演稱職的角色，才能獲得有信度的資料。

研究者在小學任教二十餘年，無論在年齡、教育程度、成長背景、工作經驗、工作環境上都和受訪者相似，對於研究主題有切身的體驗、對於資深教師的心境及想法，更能夠感同身受與理解，較容易和被研究者拉近距離，取得對方的接納與信任，讓受訪者在自然的態度下，盡情訴說內心的想法和經驗。再者，對家長進行訪談，是教育工作中重要的一環，不論是每學期固定舉辦的家長日活動，或是對學生家長進行家庭訪問或電話訪談，都累積了許多實務經驗，對於訪談情境並不陌生，也具備訪談的基本技巧。所以在研究過程中，研究者會時時提醒自己在研究中應扮演的角色，並善用訪談中所應注意的技巧，希望使訪談過程能順利成功，並蒐集到完整豐富的資料。

二、訪談大綱

本研究的訪談大綱（如附錄一）依據研究目的、文獻探討，在與指導教授討論後擬定，為使訪談內容能照著研究方向進行，問題的內容以半結構式的方式呈現。在訪談過程中儘量在最自然的情境下實施，使受訪者在愉樂的心境下盡情敘述個人的主觀感受。本研究之訪談大綱內容架構如表 7：

表 7：訪談大綱內容架構

1.受訪者的基本背景資料	(1)目前年齡 (2)退休年齡
--------------	--------------------

	<ul style="list-style-type: none"> (3)退休時擔任的職務 (4)婚姻狀況 (5)健康狀況
2.退休生涯規劃的觀點	<ul style="list-style-type: none"> (1)當初決定選擇教育生涯的理由？ (2)您對退休的認知為何？退休對你而言意義是什麼？ (3)退休金對你而言代表的意義是什麼？ (4)是什麼原因讓您決定退休？ 退休年金的給付是否是考慮退休的原因之一？
3.年金改革對退休生涯規劃的影響	<ul style="list-style-type: none"> (1)您現在如何安排每天的生活呢？ (2)年金改革前和年金改革後在財務規劃上有何不同？ (3)年金改革前和年金改革後在社會關係規劃上有何不同？ (4)年金改革前和年金改革後後在健康規劃上有何不同？ (5)年金改革前和年金改革後在社會參與規劃上有何不同？ (6)年金改革前和年金改革後在休閒規劃上有何不同？ (7)您支持此次的年金改革嗎？為什麼？ (8)您覺得此次年金改革在您心理上的影響為何？會因此而後悔當初選擇教育生涯嗎？
4.建議	<ul style="list-style-type: none"> (1)您希望政府或學校可以為退休人員在退休生涯規劃上提供哪些協助與服務？ (2)針對退休生涯規劃，您對未來計畫退休的教師，會給什麼樣的建議呢？

資料來源：研究者自行整理

三、訪談邀請函、訪談同意書

基於研究倫理及避免受訪者對本研究的不信任，研究者會先以電話、當面口頭徵詢邀請受訪者接受訪談。在受訪者同意接受訪談後，送予訪談邀請函（如附錄三）和訪談同意書（如附錄四）。訪談同意書應該將研究的內容、研究的用途、研究的進行方式、研究的保障等事項，具體地載明於書面中；在進行訪談前，請

受訪者詳閱同意書，清楚了解同意書上的說明，並願意遵守這個約定；徵得受訪者同意，應填寫訪談同意書，作為研究雙方的協議與保障。

四、錄音設備

為了不遺漏受訪者重要和關鍵的談話內容，更可於事後重複聆聽及永久保存，在不影響訪談氣氛與信任感，取得受訪者同意下，通常研究者都會準備錄音器材。研究者在訪談前應先向受訪者說明使用錄音設備的原因，並保證錄音內容只提供本研究使用，絕不對外洩漏訪談內容。

第三節 資料整理與分析

資料整理和分析是質性研究中非常重要的部分。將所蒐集的資料加以歸納分析，使資料具體化、概念化和類屬化，並從中尋找概念間的關聯和脈絡，讓訪談內容找到分析的架構，使零散片面的資料具有邏輯性，最終形成可資運用的知識。為了達到本研究想要瞭解年金改革和退休生活規劃之間的相關性，在做資料分析時，研究者會保持客觀的立場，盡量呈現最詳實的內容，不因個人的主觀意識，影響了資料的解釋與分析，使研究結果具有可信度。

壹、資料的整理

一、錄音資料處理：

每次訪談結束後，應即刻將訪談錄音內容製成檔案，且註明訪談對象、日期、時間、地點等以方便重複聽取，並儲存於多處資料夾，以免檔案遺失或銷毀。

二、訪談記錄：

訪談記錄主要功能是對訪談情境及受訪者非語言行為所作的記錄。在訪談過程中隨時記載，訪談結束後進行檢視，作為在整理、分析資料時的重要依據。

三、轉謄訪談逐字稿：

於每次訪談結束後，隨即將訪談錄音的內容，謄打為訪談逐字稿，並註記受

訪者的非口語的訊息（如：動作、表情等）。另外，訪談內容涉及隱私或訪談者不願公開部分，如人名、住址、團體名稱等，改以代（符）號處理。

四、重複聆聽錄音內容：

重複聆聽訪談錄音，除檢核校對逐字稿之正確性外，並從受訪者談話的語氣措詞中，感受其內心的情緒或背後深層的意涵。

貳、資料的分析

在資料蒐集的過程中，同時進行資料分析。主要的分析方式是透過「編碼」，運用開放式編碼（open coding）、主軸編碼（axial coding）、選擇性編碼（selective coding）的交錯進行。

一、開放式編碼（open coding）

針對研究參與者所提供的研究資料內容之原意，轉化為文字後，透過研究者理性的觸覺，找尋研究相關的現象段落。然後逐字、逐句的分解。最後以命名的方式將之概念化，使他具有理論發展中的概念性地位，成為可以被處理、分析的對象。而命名的依據。可從研究參與者口中所說的名詞，或是由研究者賦予該現象一個抽象層次較高的名詞（徐宗國，1994）。

二、主軸編碼（axial coding）

一開始，一定會獲得許多層次不一的概念，所以必須加以淬鍊，將相關概念集合建立起更高層次的「範疇」（category），也就是進行「範疇化」（categorize）的動作。而這便是主軸編碼的重要工作，因為有些概念無法聚集成一個範疇，那麼就必須在此階段進行修改；另外一個重要工作則是必須發展範疇的性質和面向，使範疇更為緊密，此時就必須再三檢視與範疇相關的概念，是否可以當作該範疇的「次範疇」（sub-category），以作為主要範疇的屬性或面向（林本炫，2005）。

三、選擇性編碼（selective coding）

透過範疇間性質與面向分析，找出已發展良好的主要範疇相互間的關聯。這個階段必須將資料、概念、範疇不斷進行比較，然後檢擇出核心範疇，並闡明「故

事線」(林本炫, 2005), 也就是他們之間的關係。

在後續研究過程中, 用更多案例確定這些關係是否存在, 也就是進行驗證。此時, 可能會出現支持或是反例, 支持的案例增多, 便可愈趨於理性飽和, 而反例的出現, 也可能說明某些關係會在某種條件下才成立。而當研究者發現研究資料所呈現的現象, 不斷重複在不同的案例中, 那麼, 研究者便可宣稱對這一概念與其相關資料蒐集, 以達到「理論性飽和」, 因此可以不再搜集這方面的資料(徐宗國, 1994)。所以若能在研究的過程中, 收集資料和分析並行, 不斷比較、萃取, 並隨時保持著高度的理論性觸覺, 再加上研究參與者人數和類型盡量多樣化, 相信愈能趨向理論性飽和。

資料編碼是依據訪談者的背景資料、問題大項及子項, 將深度訪談蒐集的資料做初步的整理。如發現訪談資料中可以呈現出某個已初步形成之類別主題, 則將訪談資料中相關的描述部分, 以題碼編號的方式進行分類, 完成資料單位, 以適當的代碼命名標記, 形成原始編碼表。本研究針對蒐集而來的資料與研究者的紀錄進行編碼, 建立了資料蒐集編碼表, 作為編碼依據。(見表8)

表 8：訪談引述編碼範例表

代號	概念	逐字稿內容摘錄
F1	教師退休生涯 規劃的觀點	<p>貳、 退休生涯規劃的觀點</p> <p>一、 請問您對退休的認知為何？退休對你而言意義是什麼？</p> <p>A：我對退休的認知是這樣的，就像從一個工作穩定的職場上卸下了責任跟角色，而不再過度的去關心、過問當初在職場上的一些事情；就像轉換了另一跑道那樣，沿路的</p> <p>風光也都不一樣了。(F1-2-1)</p>

代號	概念	逐字稿內容摘錄
訪談引述範例		F1 (受訪者) 2 (第貳大題) 1 (第一小題)

資料來源：研究者自行整理

第四節 研究倫理

舉凡以人作為研究的觀察、參與、實驗對象，所可能牽涉的公共道德爭議與規範，均在研究倫理討論的範疇內。瞭解並重視研究倫理之目的在於，透過對於這些公共道德爭議的釐清與相關規範的建立，讓研究本身不僅是在充分尊重被觀察對象、參與者、實驗對象的權益之情況下進行，且是在可被公眾信賴的基礎上持續進展，以善盡研究者對於研究參與者個人、社群與社會的責任。多數的國際倫理守則在自主性的基礎下，依據以下三個倫理原則來闡述研究倫理：尊重個人原則 (Respect for persons)、善益原則/不傷害原則 (Beneficence ; Do no harm ; Concern for welfare)、正義原則 (Justice) (國立成功大學人類研究倫理治理架構，2019)。

本研究採質性研究法，是以「人」為對象所做的研究。在研究過程中，深入探索被研究者的生命歷程，以了解被研究者內心的想法與生命經驗；為避免損害到被研究者的相關權益，研究者必須確實遵守以下教育學術研究倫理主要包括的尊重個人的意願、確保個人隱私、不危害研究對象的身心、遵守誠信原則、以及客觀分析及報告等五項研究倫理 (李玉娟，2017)：

壹、知情同意原則

研究者對於訪談對象的選擇，應先以當面訪談或電話進行口頭邀請，並告知研究目的與進行方式，請求受訪者予以協助，並給予充分的時間和尊重，讓其考慮是否參與本研究；若是受訪者同意，再進行深度訪談時間、地點等後續研究相關事宜的約定。在訪談期間，受訪者基於個人因素，可隨時要求終止參與研究或

表達不願錄音的部分。

貳、確保個人隱私原則

為確保受訪者隱私，研究者在研究的過程中將受訪者以代號的方式來處理，以達到確保個人隱私。再者，研究者將謹慎小心的保存錄音資料和訪談文字記錄，避免相關資料外洩，因而造成受訪者的困擾。

參、不傷害原則

在任何的研究中都不應該造成任何人的身心受創，這是研究倫理中最重要的一點，任何的研究都應該恪守此項原則。在本研究中，研究者將確保訪談過程中不造成受訪者的身心疲累，並使訪談在愉快、融洽的過程中進行。相信透過訪談同意書的事先解說，可以使受訪者免除此項疑慮和不安。

肆、遵守誠信原則

在不損害其他受訪者的隱私之下，研究者將遵守誠信原則，於研究訪談中，有義務告知受訪者，他想知道與研究主題相關的訊息。本著研究的倫理守則，研究者將會誠信以對。

伍、客觀分析原則

在錄音資料的轉錄和文字資料的分析中，研究者應用嚴謹的態度，嚴守中立、客觀的精神，謹慎的撰寫研究結論。務求事實的完整呈現，不可刻意選擇或捨去實際資料，要客觀詮釋資料所代表的意義，並詳實撰寫分析結果，讓研究的真實性和可信性都得以提升。

第四章 研究結果分析與討論

本研究旨在瞭解年金改革後對國小教師退休生涯規劃的影響為何？就整理的深度訪談對象所獲得的資料顯示，每一位資深教師因其個人背景因素不同，在退休生涯規劃上或有明顯的差異，但同為國小資深教師，在某些議題上也有些的共通性。本章將分三節，依據6位受訪者的訪談內容，透過文獻資料來做一比較分析：第一節為國小教師對年金改革的看法及其在心理上的影響；第二節為國小教師退休生涯規劃的觀點；第三節為年金改革對國小教師退休生涯規劃的影響。

第一節 國小教師對年金改革的看法及其在心理上的影響

壹、國小教師對年金改革的看法

本研究所謂年金改革，也就是指依據中華民國106年8月9日總統公布之「公立學校教職員退休、資遣、撫卹條例」之條文內容。副總統揭示年金改革的三大目標為：(1) 健全年金財務，促進制度永續；(2) 確保老年生活，經濟安全無虞；(3) 兼顧職業衡平，實現世代互助（總統府國家改革委員會，2017）。分析受訪者對年金改革的看法如下：

一、支持此次年金改革：

因為如果不改革的話，怕真的會拖垮整個國家的財政，這樣就真的很對不起其他行業類別的人。（M1-3-7）

二、部分支持此次年金改革：

我是採部分的支持。因為知道社會大眾的聲音，希望共體時艱，那我們也可以體諒，所以我支持的是年金是可以被改革的。但是我不支持粗暴式的改革，因為他一次的幅度，調整的太多了，讓我有措手不及的感覺，我希望以較溫和、漸

進式的方式來做調整。(fm1-3-7)

三、不支持此次年金改革：

因為這讓我們這些奉公守法一輩子的基層公教人員不知所措，沒有安全感、有被剝奪感、不信任政府，他們違約、沒誠信。不管基於何種理由要年金改革，都不應該漠視我們一輩子的付出，將我們先汙名化，再將年金改革合理化，所以我也有參加集體聯署活動，抗議此次這麼粗暴的年金改革。(F1-3-7)

因為政府的說法是說，年金改革若再不改革會破產。可是，看看近年來政府的施政、用錢的方向，真的是很多民脂民膏都被浪費在不需要或莫名其妙的地方。第二，為什麼唯獨我們老師被砍得最兇？連補償金都被砍了。勞保會最先破產，可是到目前為止卻沒有要改革的意思，這不是很不公平嗎？讓我覺得這次的改革很有針對性，所以心裡很不舒服。第三，為何我們的退休基金，可以被任意拿出來護盤？為何操作績效會那麼差？而且也因為這次的年金改革，讓我們老師揹負了很多的污名，莫須有的污名，所以我不贊成這次粗暴的年金改革。(F2-3-7)

第一個就是他改革的幅度太大、也太突然了，打亂了許多我原本的人生規劃，讓我措手不及，例如我前面說的，不能如願的回去照顧年邁的父親，這將造成我終身的遺憾。第二，這次的年金改革，既不公平、也不正義。為什麼會先破產的勞公保險不先改革，而卻先拿最後才會破產的我們先開刀？改革的版本當中又選對我們不利的版本，這分明就是刻意的、有選擇性的改革。(fm2-3-7)

我覺得過程不謹慎，政策宣導也不充足，大家對改革方案、計算公式與內容大都懵懵懂懂、不太了解；但一般民眾誤以為全部退休金都可以 18%，造成雙方誤解與對立，所以我不支持。(m1-3-7)

國小教師對年金改革的看法分析：

表 9：國小教師對年金改革的看法

對年金改革的看法 \ 受訪者	F1	M1	F2	fm1	fm2	m1
支持		△				
部分支持				△		
不支持	△		△		△	△

資料來源：研究者依訪談資料整理

四、小結：

受訪的6位教師中，有4位教師肯定的表示不支持此次年金改革，一位表示部分的支持，只有1位表示雖然嚴重影響了其退休生活規劃，但仍支持改革，其表示因為如果不改革的話，怕真的會拖垮整個國家的財政，這樣就真的很對不起其他行業類別的人。但又表示這次的年金改革真的砍很多，來的又快又猛，又溯及既往，這真的是在他剛決定退休時所料想不到的。

受訪者認為現在退撫制度改革過程，相對應於改革目標來說，考試院都沒有檢討退撫基金從84年7月14日到現在為甚麼都在虧損，為什麼可以拿出來護盤，而且對於基金的管理，大家都不了解，只是一昧的把我們要提撥的比例提高、把所得替代率降低、計算基準也拉低，就是沒有承擔起政府本身應該負起的責任，所有責任到最後都由教師們自己負責，所以就財務健全來說並不周全。教師與勞工本身就是不同職別，它的保障本來就會不一樣，不同職業因投保費用不同，而應領取的退休金就有所差別。把教師與勞工的距離拉近，這樣就是社會公平？這樣其實是對教師不公平的，應該是不同的職業別各自做自己的改革，而不是這兩者縮小差距才叫公平。而世代包容希望全體教師共體時艱，一同解決財務困境，對於以前退休的教師並無公平信賴保護原則。更重要的是，改革最重要的應該要考

慮教師的尊嚴，而不應該在社會上製造大家對教師族群的對立感，教育人員一直被民眾誤解，感覺有點被踐踏尊嚴，教師地位也一落千丈。

貳、年金改革對國小教師心理上的影響

根據鄭雅文（2017）、翁上閔（2017）、陳彥嘉（2014）以公務員或教師為研究對象，探討「公立學校教職員退休資遣撫卹條例」之公平認知與公立學校教師組織公民行為是否具有正向相關。實證結果顯示公務人員或教師對年金改革公平認知對工作滿意、工作滿意對組織承諾以及公平認知對組織承諾均具有正向相關。也就是說教師越支持年金改革，則對工作滿意度越高，越能展現出對工作的熱忱。但分析本次受訪者的訪談紀錄，卻不盡然如此：

一、心理受影響且後悔從事教職工作：

此次的年金改革，不但在金錢上讓我們損失很多，更在心理上讓我們造成很大的傷害，嚴重打擊了老師們的士氣。因為要將這次改革合理化，所以不惜一直往老師身上抹黑，造成社會大眾對老師的敵意，還有職業別之間的對立，造成社會的混亂。老師地位在現今社會上已經不高了，經過這次年金改革的對立衝突之後，老師在社會上的地位，更是一落千丈。想當初在十幾二十年前，當別人問到我的行業時，我會很光榮的說出我是老師。但現在當別人問起我的行業時，我總是輕描淡寫、含混其詞略過，甚至不敢承認自己是老師，以免引來不必要的酸言酸語。（F2-3-8）

會因此而後悔當初選擇教育生涯嗎？會的。如果時間可以重來，我寧可選擇在大學畢業的時候，繼續出國深造或進入外商公司工作，也好過到現在老驥伏櫪時，還要背上米蟲的罵名。（F2-3-8）

當社會大眾在吵得沸沸揚揚的時候，感覺對教師的工作已不再是尊師重道了。感覺社會大眾看待你的，教師只是一份工作，而不再是揹負著一份神聖的使命。感覺蠻失落的。（fm1-3-8）

那會後悔當初選擇教育生涯嗎？在吵的正嚴重的時候，自己心理上的確有不

同的想法，覺得當初如果是選擇別的公職的工作，可能不至於被罵得這麼慘，覺得好像自己沒什麼尊嚴了。（fm1-3-8）

二、心理受影響但不後悔從事教職工作：

此次年金改革在我心裡上次有一些的影響。有什麼影響呢？其實是有被傷害的感覺。感覺沒有安全感，也會憂慮在往後年老體衰的時候，物價又上漲了，沒有足夠的退休俸來支付自己的生活費用，生活品質會低下，真的可能會成為下流老人了。（F1-3-8）

我會後悔當初選擇教育生涯嗎？其實，我不會後悔當初選擇這個教育的職業，因為當初就是擇我所愛的。只是，我質疑現任的政府為何如此的短視，要傷害原本最忠心的公教人員，不能夠讓他們放心、安心的在他們的工作上。這樣做對師資的提升，是不是也有傷害呢？（F1-3-8）

我就很後悔呀！早知道會變成這樣當初就不應該退的。還有就是我們家是一個大家族，我父親有 10 個兄弟，所以每年的紅白帖我們不知包了多少出去，縱使有的真的平時很少有往來，或是感覺已經很生疏了，我們都還是會不失禮，但去年我父親過世，他們卻都不聞不問，連個表示都沒有，真讓人心寒！我的直覺就是因為這波的年金改革，軍公教被汙名化所導致的結果，感覺我們家在家族的地位已大不如前了！我不知道到底是不是真的因為這樣啦，不過我個人真的是這樣認為。（M1-3-8）

我不會後悔當初選擇了教育生涯。因為我是長子，當初家境實在不寬裕，真的供不起小孩念書，還好當初有不用錢的師專可以念，要不然我可能就要被迫去做工賺錢養家了。（M1-3-8）

這次的年金改革，讓我感覺自己好像是一個被利用完就可以丟掉的替代品，一個他們用來做政治鬥爭的犧牲品。我心理上會有很受傷、很不被尊重、甚至很不值的感覺。（F2-3-8）

雖然我很不認同這次的年金改革，實際上，我們也真的被砍了很多、損失了

很多。但是我會因此而後悔當初選擇教職生涯嗎？我的回答是不會。因為很簡單，擇你所愛、愛你所擇。其實教書一直都是我的夢想，這輩子能夠實現我的夢想，我覺得已經夠幸運的了。雖然在教書的生涯當中，承受了很多的壓力，也承受了很多的委屈；但是畢竟我們也替社會盡了一份心力，算是對社會有所貢獻、有所回饋了。所以覺得心裡還是值得安慰的，並不會因年金改革而後悔當初選擇教育生涯。（F2-3-8）

在心裡上會覺得很受挫，感覺不被重視的感覺。（m1-3-7）

會因此而後選擇教育生涯嗎？不會。因為我覺得教育就是一種志業，並不會因為年金改革的影響，而有所動搖。（m1-3-7）

年金改革對國小教師心理上的影響分析：

表 10：年金改革對國小教師心理上的影響

		受訪者					
		F1	M1	F2	fm1	fm2	m1
對心理的影響	有影響				△	△	
	沒影響	△	△	△			△
	後悔						
	不後悔						

資料來源：研究者依訪談資料整理

三、小結

受訪的6位教師中，所有的教師都表示此次年金改革，對其心理上都造成了一定程度的衝擊；但只有2位教師表示因此而後悔走上了教職一途，其他4位教師雖然心裡覺得很受傷，但仍不忘初衷，堅守自己的崗位。這是和其他研究的結果有所不同之處。研究者認為，公立學校教師屬於廣義的公務人員身分，向來就被高標準要求，所以當政府制定公立學校教職員退休資遣撫卹條例，以削減公立學校

教師退休薪資時，公立學校教師會在乎政府有無依照相關程序和法令進行之，以及有無徵詢及採納教師意見，因此公立學校教師對本條例的立法程序、分配、互動公平認知都偏低。然而在人格特質上，因為公立學校教師與公家機構員工的服從性較一般民眾的服從性高，以及公立學校教師在其養成過程中，將犧牲奉獻的精神與堅守教育崗位的態度深植於教師心中，所以雖然對本條例的公平認知偏低，但是其對職業的認同度並未因此而降低。

第二節 國小教師對退休生涯規劃的觀點

壹、國小教師對退休金的看法

研究者依據第二章文獻探討說明年金也就是所謂的退休金，指的是一個人因為年齡或其他因素從職場退出，其雇主必須給予的一筆較大的酬勞，這筆酬勞退休者可以選擇一次提領或是分期以年金的方式領取。退休金制度設計基於不同的觀點會有不同理論學說，茲將受訪者對退休金的認知，分析如下：

一、功績報酬說 (merit gratuity hypothesis)

認為退休金是雇主對於忠誠的員工的一種酬賞金或酬勞，其屬於一種恩惠性的給付；也就是說，員工長期忠誠盡職的服務，雇主恩賞性質的「恩惠性」給付，乃為一種賞恤、慰勞理論 (gratuity theory) 式的勞績報酬。受訪者觀點符合此學說的訪談如下：

我覺得退休金對我而言，它所代表的是一個當初進這個職場的約定，還有誠信的履行。也是肯定自己三十年來在職場上奉公守法的付出，算是一種我應得的報酬。(F1-2-3)

二、人力折舊說 (human depreciation hypothesis)

雇主應對於長期僱用員工退休後收入能力的喪失予以適當的補償，而須由雇主給予相當於充分折舊的退休金。所以對員工的照顧費用應成為一種成本，退休

金為一種社會責任，機器設備因長期使用而會耗損折舊，而長期僱用的勞工亦然，勞工會因年老而喪失生產能力。因此，需要雇主提供退休金以保障勞工退休後生活。受訪者觀點符合此學說的訪談如下：

退休金就是生活的保障、生活的經濟來源，在我越來越沒工作能力時，政府給我們的保障。（M1-2-3）

三、遞延薪資說（deferred wage hypothesis）

認為退休金給與原為應付薪資之一部分，但基於個人終生所得與消費需要之間的平衡考量，於在職服務時保留一部分薪資不予發給，延至其退休、殘廢或死亡時再行發給，故退休給與是政府對公務人員所負擔的公法上金錢債務，不可視為人道的贈與或服務的賞金。受訪者觀點符合此學說的訪談如下：

我覺得退休金就像是一種酬勞的遞延。雖然現在我們已經從職場離開了。可是我們將一生中最精華的部分，貢獻在職場上所，以在退休之後，也應該得到對等的照顧，所以就好像是在職時薪水的概念。（F2-2-3）

四、永久所得說（permanent income hypothesis）

傅利曼認為「恆常所得」才是影響消費者消費行為的根本因素，且「恆常消費」與「恆常所得」之間存有一定的比率關係，不過，永久所得既只是一個期望值，而非真值，為保障組織內人員基本生活，避免其因退休而使生活陷入困境，有必要建立退休金制度以維持永久消費能力。受訪者觀點符合此學說的訪談如下：

我覺得退休金就是有點像老年年金一樣，在我為工作付出了一段歲月後，達到了一定的資格，比如說年齡或年資，所應領受的類似老年年金。而這筆錢可以足以應付我退休後的老年人的生活，然後不必因為退休之後少了薪水的這一份收入而感覺捉襟見肘的生活（fm1-2-3）。

五、社會保險說（social insurance hypothesis）

為基於社會安全的考量，由國家建立社會安全制度，負起老年人的養老責任，基於互助與保險原理，於在職時強制公務人員參加保險，按期繳付費用，可以平

衡在職時與退休後之所得與消費，並將個人不可預期之危險轉嫁於多數人分擔，從而取得退休給付之權益。受訪者觀點符合此學說的訪談如下：

我覺得退休金就有點是像在繳保險的概念。我們每個月都會扣一筆錢存到退撫基金去，那相對政府也會撥一筆錢。等到退休之後，這筆錢就變成我們的退休金，所以就有點像在買保險，或零存整付的概念。就是你先繳錢。等到退休之後，再還本給你的感覺。(fm2-2-3)

六、適當生活維持說 (adequate living-maintenance hypothesis)

係指充實社會保險年金給付的內容，提高老年給付水準，使員工到達一定年齡及資格條件時所領受的老年年金，足以維持其退休後適當的生活水準與相當的消費能力，並可維持與退休前相當的所得替代率為原則。受訪者觀點符合此學說的訪談如下：

退休年金的給付，當然是我考慮退休的原因之一。想想我三十年的職場生涯這麼的努力，就是為了退休後能夠有個安穩退休俸，讓我可以平安喜樂的繼續生活著。(F1-2-4)

退休金就是生活的保障、生活的經濟來源，在我越來越沒工作能力時，政府給我們的保障。(M1-2-3)

退休年金的給付當然是退休時考慮的重要原因之一。因為退休之後，對我來說，退休金可能就是唯一的收入，是生活的最後保障。(F2-2-4)

我覺得退休金就是有點像老年年金一樣，在我為工作付出了一段歲月後，達到了一定的資格，比如說年齡或年資，所應領受的類似老年年金。而這筆錢可以足以應付我退休後的老年人的生活，然後不必因為退休之後少了薪水的這一份收入而感覺捉襟見肘的生活。(fm1-2-3)

退休年金的給付當然是考慮退休的原因之一，他是維持退休後生活基本保障。(fm2-2-4)

是一種養老生活的保障，讓你在老年生活中有足夠的金錢照顧到你的衣食、

健康等方面。(m1-2-3)

七、人事機能說 (Personnel Organism Hypothesis)

為了組織永續生存，一定要有新陳代謝之現象，以維持人力與生產力之提昇，國家亦然，所以有退休金制度之建立。受訪者觀點符合此學說的訪談如下：

我認為退休就是你在某一個機構服務了一段時間之後，慢慢的年紀大了，體力也越來越差了，所以就必須要退下來，讓新的人進來。(m1-2-2)

受訪者與退休金學說對照分析：

表 11：受訪者與退休金學說對照表

受訪者 退休金學說	F1	M1	F2	f _{m1}	f _{m2}	m1
1.功績報酬說	△					
2.人力折舊說		△				
3.遞延工資說			△			
4.永久所得說				△		
5.社會保險說					△	
6.適當生活維持說	△	△	△	△	△	△
7.人事機能說						△

資料來源：研究者依訪談資料整理

八、小結

綜合分析上述資料可知：受訪的6位教師對退休金的看法都不盡相同，有的認為較偏重功績報酬說，有的認為較偏重人力折舊說，有的認為較偏重遞延工資說，有的認為較偏重功永久所得說，有的認為較偏重社會保險說，有的認為較偏重功人事機能說，但所有的教師都不約而同地認同適當生活維持說。這正呼應了前面第一章所說的「根據研究者多年從事教職與同事意見交流的經驗中，發現多數同

事當初會選擇教職作為終生的職業，大多數也是因為到了年老退休後，能有一筆穩定並足以維持老後生活至一定水平的退休金作為保障，才會捨棄其他工作機會或升學管道而毅然投入教職」，豐厚而穩定的退休金是吸引優秀人才投入教職的主因之一，但如今對屆退或已退休教師來說，能適當維持生活是心中最大的期望了。

貳、國小教師的退休生涯目標

由Cumming所提出目標階層理論中認為，每個人都有自己追求的目標層次，可以是物質的，也可以是非物質的；個人的目標階層越多、越高，則心理調適會愈健全。目標越多的人，表示其退休後有較多的期望，也會為實現目標而努力，因此較不會產生心理調適的問題；相反的，目標越低、越少的人，就缺少了實現目標的動力，則較容易產生心理適應的問題。因此要減少退休者心理適應的困難，退休者應建立較多的目標和期望，才能有良好的退休生活（黃淑貞，2004）。資深教師有退休打算時，應先設定退休後的生活目標，如發展興趣、學習進修、社會參與、志願服務、再創業等，再依據生活目標擬訂退休生涯規劃，如此退休生涯規劃才能契合自己的需求。從訪談內容發現資深教師的退休目標很多樣，研究者歸納其主要目標為改變生活方式、發展興趣、自我充實、社會服務、運動健身、實現人生理想與目標，詳述如下：

一、改變生活方式

教育工作是一件勞心勞力的良心事業，教育工作者每天除了承擔繁忙的課務，也要面對行政、學生、家長等諸多問題。在經歷了長達二、三十年朝七晚五的教育生涯後，早已身心俱疲，期盼能放鬆心情、自由自在地過日子，享受愉快的退休生活。受訪者符合此學說的訪談如下：

我覺得退休後，我每天可以不疾不徐的好好的做家事，還可以好好的煮煮晚餐，順便準備隔天要給兩個小孩帶的便當，感覺日子過得既充實又自在，不像還在職時，常常因時間不夠用而顧此失彼，每天都像在打仗的感覺。（F1-3-1）

因為在職期間時間太趕、太忙，所以一直找不出時間來運動。所以退休之後，

我希望早上能有時間去運動。然後就回家做個稱職的家庭主婦，整理家庭、料理三餐。有空的時候可以去當當義工，晚上的時候，也可以去福智上上課，或是去學學畫畫和書法，就是做自己的興趣，而一直沒有時間去實踐的。(F2-2-5)

退休之前，一定是會有做一定的退休規劃，比如說想回鄉下，回歸田園生活，想去慈濟當義工，想去一趟國外的長程之旅。(fm1-2-5)

因為爸爸年紀大了，現在卻自己獨居在南部，靠一位印傭在照顧他。哥哥和嫂嫂工作又忙，無法常常回家探望，所以我非常擔心爸爸的起居生活，沒有人好好照料。所以原本希望能趕快退休，然後回去好好的照顧爸爸，和爸爸作伴。(fm2-2-5)

我期望退休後的生活是比較輕鬆、悠閒的生活，而不再過朝七晚五的緊張忙碌生活。我希望能夠去運動。養成每天早起運動的好習慣，保持身體的健康。也希望能夠去圖書館當義工。更希望把身體練好了之後，能實現我和太太想要每年騎摩托車環島的心願。(m1-2-5)

二、發展興趣

退休後可以延續自己的興趣、專長或嗜好，或許以前在職時迫於時間、體力等因素無法延續的興趣、第二專長等，此時就可盡情的發揮。受訪者符合此學說的訪談如下：

在決定退休前，我就規劃期盼著我想要去從事我所喜歡的一些興趣。包括從事志工的工作、學習新的事物、甚至於四處的旅遊。(F1-3-1)

因為在職期間時間太趕、太忙，所以一直找不出時間來運動。所以退休之後，我希望早上能有時間去運動。晚上的時候，也可以去福智上上課，或是去學學畫畫和書法，就是做自己的興趣，而一直沒有時間去實踐的。(F2-2-5)

三、自我充實

現代社會環境變遷快速，科技日新月異，退休者需要持續學習，一方面充實知識，適應社會轉變，另一方面可以啟發自身潛能，增進心靈成長，讓生活更充

實（齊克用，2008）。受訪者符合此學說的訪談如下：

在決定退休前，我就規劃期盼著我想要去從事我所喜歡的一些興趣。包括從事志工的工作、學習新的事物、甚至於四處的旅遊。（F1-3-1）

因為在職期間時間太趕、太忙，所以一直找不出時間來運動。所以退休之後，我希望早上能有時間去運動。然後就回家做個稱職的家庭主婦，整理家庭、料理三餐。有空的時候可以去當當義工，晚上的時候，也可以去福智上上課，或是去學學畫畫和書法，就是做自己的興趣，而一直沒有時間去實踐的。（F2-2-5）

四、社會服務

退休後若無適當的活動填補，容易加速心理的老化。因此，志願服務可以說是一種有意義的角色追逐，不僅可以建立新的人際關係，滿足社會互動的需求，獲得自我成長，也可滿足自我實現的心理（齊克用，2008）。受訪者符合此學說的訪談如下：

在決定退休前，我就規劃期盼著我想要去從事我所喜歡的一些興趣。包括從事志工的工作、學習新的事物、甚至於四處的旅遊。（F1-3-1）

之前有在輔大醫院當醫療志工，也在迴龍國中小當圖書館的志工。（M1-2-5）

有空的時候可以去當當義工，晚上的時候，也可以去福智上上課，或是去學學畫畫和書法，就是做自己的興趣，而一直沒有時間去實踐的。（F2-2-5）

退休之前，一定是會有做一定的退休規劃，比如說想回鄉下，回歸田園生活，想去慈濟當義工，想去一趟國外的長程之旅。（fm1-2-5）

我期望退休後的生活是比較輕鬆、悠閒的生活，而不再過朝七晚五的緊張忙碌生活。我希望能夠去運動，養成每天早起運動的好習慣，保持身體的健康。也希望能夠去圖書館當義工。（m1-2-5）

五、運動健身

隨著年齡的增長，身體器官的各個功能也逐漸走下坡，要活就要動，想要有豐富多彩、自主的退休生涯，健康的身體必不可少，持之以恆的運動就是最好的

方法。受訪者符合此學說的訪談如下：

在決定退休前，我就規劃期盼著我想要去從事我所喜歡的一些興趣。包括從事志工的工作、學習新的事物、甚至於四處的旅遊。(F1-3-1)

因為在職期間時間太趕、太忙，所以一直找不出時間來運動。所以退休之後，我希望早上能有時間去運動。然後就回家做個稱職的家庭主婦，整理家庭、料理三餐。有空的時候可以去當當義工，晚上的時候，也可以去福智上上課，或是去學學畫畫和書法，就是做自己的興趣，而一直沒有時間去實踐的。(F2-2-5)

我期望退休後的生活是比較輕鬆、悠閒的生活，而不再過朝七晚五的緊張忙碌生活。我希望能夠去運動。養成每天早起運動的好習慣，保持身體的健康。也希望能夠去圖書館當義工。更希望把身體練好了之後，能實現我和太太想要每年騎摩托車環島的心願。(m1-2-5)

六、實現人生理想與目標

Cumming認為每個人都有自己的目標層次，個人的目標階層越多、越高，則心理調適愈健全。退休只是轉換個跑道，追求人生的另一個目標，如此退休生活才不會空虛難以適應。受訪者符合此學說的訪談如下：

我期望退休後的生活是比較輕鬆、悠閒的生活，而不再過朝七晚五的緊張忙碌生活。我希望能夠去運動。養成每天早起運動的好習慣，保持身體的健康。也希望能夠去圖書館當義工。更希望把身體練好了之後，能實現我和先生想要每年騎摩托車環島的心願。(m1-2-5)

受訪者退休目標分析：

表 12：受訪者退休目標

受訪者	F1	M1	F2	fm1	fm2	m1
退休目標						

1.改變生活方式	△		△	△	△	△
2.發展興趣	△	△				
3.自我充實	△	△				
4.社會服務	△	△	△	△		△
5.運動健身	△	△				△
6.實現人生理想與目標						△

資料來源：研究者依訪談資料整理

七、小結

綜合分析上述資料可知：受訪的6位教師都有很明確的退休目標。對於退休的生涯規劃，相當的豐富、充實、多采多姿。而退休目標中的改變生活方式，是大多數受訪者共同的退休目標，只有M1因為礙於經濟的壓力，迫使得必須到處去兼職、打工賺錢，所以還不能過較輕鬆的退休生活。

第二個就是退休目標中的社會服務，所有的受訪者中，也只有fm2因為一心期望能回到南部去陪伴年邁生病的父親，所以尚未有此規劃，其餘的五位教師都有參與社會服務。

第三節 年金改革對退休生涯規劃的影響分析

根據第二章文獻探討，本研究將年金改革對退休生涯規劃的影響歸納成5方面來做分析，分別為：財務規劃方面、社會關係規劃方面、健康規劃方面、休閒規劃方面、社會參與規劃方面。

壹、在財務規劃上的影響

我國公教人員原本是一個安全幸運的族群，有穩定的薪資結構，退休後政府

又給予相較其他行業更為完善妥適的年金制度；可是年金改革後退休金大幅縮水，為了讓漫長的退休生涯能維持在一定的水平而無後顧之憂，在財務規劃上勢必會有所調整。針對6位受訪者的訪談內容，將在財務規劃上的影響分析如下：

一、開源

甚至於要努力的節流，更還想要去兼職賺取零用金。(F1-3-2)

之前我還有去當過大樓警衛現在就到處代課。(M1-3-2)

因為年金改革後，擔心退休之後的經濟壓力，所以我下定決心要繼續念研究所，然後增加自己的學術提敘，這樣才能開始存錢，然後應付未來的生活。(fm1-3-2)

在退休之後要從事全職志工的工作，但是隨著年金改革後，可能沒辦法全都是從事志工的工作，必須要再另外找兼職的工作，貼補退休年金的不足。(fm1-3-5)

這可以分成開源和節流兩部分來說。在開源部分，我聽從朋友的建議開始投資定期定額的基金，還有我會把家中用不到的東西，上網去拍賣，而不是直接丟掉。(fm2-3-2)

也規劃退休後希望能再回學校代課，賺一些零用錢補貼。(m1-2-5)

還有希望政府不要嚴格限制退休教師代課限制，讓我們以後也能回來代課的機會。(fm2-4-1)

二、節流

年金改革後，因為所得替代率會逐年降低、18%也是逐年減少，再兩年後就歸零了；有種莫名被剝奪感，感覺沒有安全感，所以不敢投資、不敢過度的消費。(F1-3-2)

之前有買過保險，那是透過朋友的朋友介紹的，本來繳著繳著也不覺有壓力，但這一波年金改革的影響下，就覺得是一筆不小的負擔了，再加上當初是因為透過人情的關係才買的，後來感覺對方的態度越來越冷淡，有點愛理不理的樣子，就決定不再繳費了。(M1-3-2)

在年金改革前，我長期都有在買股票和投資基金，可是在年金改革後就很少在買股票了。因為覺得收入變得很不穩定，很沒有安全感；至於基金部分也幾乎都賣掉了，只剩下兩檔比較穩健型的基金沒有賣掉。（F2-3-2）

在節流方面，以前，固定夏季和冬季換季的時候，會定期的到百貨公司去買衣服，每年的治裝費，都是一筆可觀的開銷。這兩年強迫自己改變觀念，衣服夠穿就好，不必要每年一定要添購新衣，不必要跟隨快時尚的潮流。還有最近我也把客廳的大冷氣拆掉，以後在客廳就改吹電風扇就好，以免大空間浪費不必要的電源，也可以順便做到節能減碳。（fm2-3-2）

為了因應年金改革後收入會大為縮減，所以我現在股票也不敢買了。（m1-2-5）

受訪者在財務規劃上的影響分析：

表 13：受訪者在財務規劃上的影響

財務規劃上的影響		受訪者						
		F1	M1	F2	fm1	fm2	m1	
開源	兼職	△	△	△	△	△	△	
	投資					△		
	買保險					△		
	網拍					△		
	繼續念書				△			
節流	不投資	△	△	△			△	
	不買保險		△				△	
	減少購物							
	節約能源					△		

資料來源：研究者依訪談資料整理

三、小結

一般來說，退休後的收入比起在職期間明顯減少，財務應變能力降低，因此一切理財規劃以安全、保本性為最高原則，投資風險也必須分散較好（齊克用，2008）。綜合6位受訪者可知，年金改革後6位受訪者均深感生活欠缺保障，擔心生活無法維持一定的水平。所以不論是三位已退休教師，現在就有在代課、教授柔力球或是當保全兼職；還是三位尚在職的教師，一致希望退休後仍有機會回學校代課補貼生活費，在在證明了教師們心理對財務規劃的不安全感。其次較特別的一點是，有的教師認為不投資、不買保險，才是節流之道，有的教師則認為要投資、買保險才是保本之道。但其實不論是前者還是後者，都共同反映出教師們對生活保障的憂慮。

貳、在社會關係規劃上的影響

退休後應妥善經營人際關係，發揮新的角色與價值，除了要和老朋友常連絡，退休後的新人生也可以開拓新的生活圈和新的人際網絡（齊克用，2008）。教師退休後生活圈子變小了，但每天有更多的空閒時間，此時更應積極參與社交活動，以拓展良好的社會關係，當然社會關係也包括和家人、親友維持良好的互動，營造和諧家庭、親友氣氛。針對6位受訪者的訪談內容，將在社會關係規劃上的影響分析如下：

一、正面的影響

可是在年金改革後，我在群體裡不敢貿然說自己是教育人員。因為周遭都是隨著媒體而批判教育人員的聲浪，尤其是前兩年，各報章媒體大肆報導相關議題，各電視台的名嘴們各種扭曲、挑撥的論點，掀起一般大眾跟我們對立、仇視的風潮，好像我們是貪得無厭的一群，好像他們賺的錢、所繳的稅金，都平白無故跑到我們口袋來了！我無法讓他們理解，我們領的是退休俸，是以前工作累積的所得、是約定的履行。也因為這個緣故，我找到了一個讓心靈可以獲得理解並從中可以得到安慰與依靠的地方，就是教會。（F1-3-3）

二、負面的影響

在年金改革前，我想著，我可以為人服務、我可以當志工、可以友善這個社會、我可以跟大家建立更好的互動關係。可是在年金改革後，我在群體裡不敢貿然說自己是教育人員。因為周遭都是隨著媒體而批判教育人員的聲浪，尤其是前兩年，各報章媒體大肆報導相關議題，各電視台的名嘴們各種扭曲、挑撥的論點，掀起一般大眾跟我們對立、仇視的風潮，好像我們是貪得無厭的一群，好像他們賺的錢、所繳的稅金，都平白無故跑到我們口袋來了！（F1-3-3）

但去年我父親過世，他們卻都不聞不問，連個表示都沒有，真讓人心寒！我的直覺就是因為這波的年金改革，軍公教被汙名化所導致的結果，感覺我們家在家族的地位已大不如前了！我不知道到底是不是真的因為這樣啦，不過我個人真的是這樣認為。（M1-8-1）

我雖然一直沒有結婚，但其實一直有一個小女朋友陪伴在身邊。我本來打算退休後就可以和她過著兩人世界、相依為命的生活，沒想到年金改革風潮一攪局，再加上之前投資失利的財務缺口，我自己都自身難保了，根本也供養不起她；為此我們也爭吵過無數次，她媽媽更是不放心把她女兒交給我，所以就帶她到大陸，因為他們有親戚在大陸開工廠，所以就一起在那邊工作，她在那邊當會計，她媽媽負責煮飯給大家吃，我還是會拼命努力開源節流，努力存錢，希望能再把她追回來。（M1-3-3）

這次的年金改革，讓我感覺自己好像是一個被利用完就可以丟掉的替代品，一個他們用來做政治鬥爭的犧牲品。我心理上會有很受傷、很不被尊重、甚至很不值的感覺。（F2-8-1）

在年金改革之前，父親的看護費和住安養院的錢，因為我是長女，又是公家機關退休有退休金領，都是由我一個人負擔的。可是因為要年金改革，我就要求兄弟姐妹也要幫忙平均分攤，或是希望他們也多少能夠分攤一點。可是因為一直以來都是我一個人出的，所以他們也習慣這樣的方式。現在我要求他們也要出一份力，他們常以現在經濟不景氣、家庭負擔重為由推託、不能接受。所以我們

常常因為這個問題，而有所爭吵，造成我們兄弟姊妹間的嫌隙越來越大，這也是我所始料未及的，感覺真的很無奈。(F2-3-3)

但是就社會大眾因為年金改革吵得沸沸揚揚之後，覺得社會大眾對教師的這一份工作，我覺得沒有像以前那麼的尊師重道。覺得，大家覺得教師也只是一份工作而已，所以等於我們跟勞工是一樣的，只是在執行從事一份工作，沒有特別的使命感可言。(fm1-3-2)

盡量不去讓自己站在社會大眾的對立面。尤其是在寒假暑假，我們教師放假的這一段時間，不敢張揚說自己的身分，盡量避免社會觀感對我們感覺不好。(fm1-3-3)

然後在親子方面的，然後在孝親方面，年金改革前，我覺得以目前的經濟能力，然後可以給長輩的孝親費，應該可以逐年增加。但是因為年金改革，孝親費變成持平了好幾年，也擔心以後會不會不增反減，引起妯娌的嫌隙。(fm1-3-3)

但現在當別人問起我的行業時，我總是輕描淡寫、含混其詞略過，甚至不敢承認自己是老師，以免引來不必要的酸言酸語。(fm2-8-1)

我們家是雙薪家庭，從結婚以來，家中的所有開銷，包括水電費、電話費、伙食費、補習費等等，都是由我支出，我先生他則負責房貸和車貸。但是房貸和車貸只會越來越少，而生活開銷的支出卻只會越來越多。也因為最近這一波的年金改革，讓我有種被剝奪的感覺，感覺錢好像會變得越來越少，很有危機感，所以就提出要他也一起分擔生活費的要求。但是他一直認為，長期以來我們的分工就是如此，為何現在要有這樣的轉變，而遲遲不肯接受。我們為了這件事，也已經吵過好多次。(fm2-3-3)

在心裡上會覺得很受挫，感覺不被重視的感覺。(m1-8-1)

原本打算 55 歲退休搬回高雄陪伴年邁的雙親的，就這麼剛好遇上年金改革，擔心退休後年金大幅縮水，無法支付生活開銷，只好繼續留任，也無法回去陪父母了。(m1-3-3)

受訪者在社會關係規劃上的影響分析：

表 14：受訪者在社會關係規劃上的影響

社會關係規劃上的影響		受訪者					
		F1	M1	F2	fm1	fm2	m1
正面	尋求宗教支持	△					
負面	失去光榮感	△	△	△	△	△	△
	失去女友		△				
	造成手足嫌隙			△			
	孝親費持平				△		
	夫妻失和					△	
	無法侍親						△

資料來源：研究者依訪談資料整理

三、小結

林昭男（1999）對教職人員退休生涯規劃之探討發現，退休生涯中一定要珍愛伴侶，才能互相扶持照顧；也要結交志趣相投的朋友，生活才會豐富精采。本研究綜合6位受訪者訪談資料發現，年金改革後6位受訪者均深感失去身為教育人員的光榮感，只有F1為尋求心靈的慰藉，因禍得福找到了宗教上的心靈寄託；其他人則均因年金改革而造成社會關係規劃上的不利影響：已退休教師因退休金立刻大幅縮減而造成社會關係破壞（F2造成手足嫌隙），在職教師則因退休年齡大幅延後而在社會關係受到影響（fm1造成妯娌的嫌隙、fm2造成夫妻失和、m1無法侍親）。

參、在健康規劃上的影響

健康的心理和生理是退休樂活之本。飲食均衡營養、適當的運動、定期健康檢查，做好身體保健，維持體力在良好的狀態，才能享受退休生活（齊克用，2008）。

潘清輝（2012）的研究指出，退休教師隨著年齡增長，因此研究的訪談對象退休生涯中，有很大的部分是在採取維護健康行動。健康就是最大的財富，注意健康、做好醫療規劃，才能落實生涯規劃。針對6位受訪者的訪談內容，將在健康規劃上的影響分析如下：

一、正面的影響

前幾年因應年金改革，就有保險業務員一直來推銷保險，感覺年金改革後生活的保障短少了很多，必須要再為自己的老年生活多買保險和長照的計畫。所以最近自己是有加碼了看護險的部分。（fm1-3-4）

第一就是每兩年的公教健康檢查，我以前常常會覺得偷懶、沒有那個必要，而忽略不去檢查。但是自從年金改革之後，比較有危機感，所以以後的兩年一次公教的健康檢查，我一定都會去。第二個是因為這一波年金改革吵得人心惶惶的，所以兩年前，我聽從保險業務員的建議加保了看護險。（fm2-3-4）

因為我本身有慢性疾病，醫生有說每三個月要定期追蹤，以前皮皮的總是一年、二年才回診一次，現在會怕了，萬一再發作，醫療費可能就吃不消了，所以現在都乖乖聽話，每3個月回診一次。（m1-3-4）

二、負面的影響

在年金改革前，我曾經想過，年紀越來越大，不適合再爬五樓的公寓房子，想再買一棟有電梯的房子。而且我的退休俸足以付貸款，而不至於讓子女有經濟的壓力。也曾想過要買看護險，以免讓自己在年老的時候無人照料。其實也一直有在物色合適的房子，可是年金改革後又不敢輕易地做決定，因為退休俸只會逐年減少，甚至一不注意，連付房貸也不夠了，更別說保險費了！還有也因為老公就是因為得到癌症，才從職場退下來，所以會特別注重養生這部分，以前還會去有名的養生館給人推拿，但所費不貲，現在幾乎不去了，也不食用昂貴的營養品了，改成每天早晨打打太極拳和每周上兩堂的瑜珈課，其實真的在心理的不安全感真的很深，好怕一不小心日子就會很難過了！（F1-3-4）

我一向是很注重健康保健的，所以一直都有保持健康檢查的習慣。以前都跑長庚，自從輔大醫院開始營運後，就改跑輔大，不過他們的健檢都屬於高階的，都在萬元以上，這兩年為了要省錢，加上長期以來健康檢查的結果都還可以，所以最近就去台北署立醫院檢查那種公教 3500 元的，最基本的那一種，雖然是最基本的，但該有的檢查也都有了。(M1-3-4)

其實我一直以來都是健身房的會員，這樣比較方便，每天我只要有空，不管任何時間，就可以去健身房運動，因為我有空的時間比較不固定，又可以避免掉日曬雨淋的困擾。可是，在年金改革之後，突然覺得這一項的開銷是可以省略的，

突然覺得這一項的開銷好像是浪費的，所以半年前我會費到期後就不再續約了。(F2-3-4)

受訪者在健康規劃上的影響分析：

表 15：受訪者在健康規劃上的影響

健康規劃上的影響		受訪者					
		F1	M1	F2	fm1	fm2	m1
正面	積極健檢		△			△	△
	定期回診						△
	加碼看護險				△	△	
負面	無力買電梯房	△					
	無力買看護險	△					
	無力負擔高階健檢		△				
	捨棄上健身房			△			
	捨棄買營養品	△		△			

資料來源：研究者依訪談資料整理

三、小結

謝榮茂（2003）研究指出，退休之際教師對於退休生涯規劃，非常重視身體健康，而對於住家安排方面等比較不常計畫。但本研究中受訪者F1，因年紀漸長，膝蓋不方便爬太多階梯，原本有換房的打算，卻因為年金改革後，退休金大幅縮水，而將換房計畫一直延宕。不過也因為年金改革，讓大多數受訪者產生危機意識，更重視健康檢查和醫療看護險的部分。因此本研究年金改革在健康規劃上的影響，不完全是負面的影響，也有警惕、提醒教師做好身體保健的正面影響。

肆、在社會參與規劃上的影響

社會參與是人們扮演社會角色、從事社會活動，以及和他人互動。退休是人生另一個生活階段的開始，是社會再參與的開始，是人生的目標、方向再定位的階段，是個體成長階段的轉換延續。繼續參與社會活動，對於個人退休後的生活及整個生命的過程，具有積極、正面的影響。分析6位受訪者在年金改革後的社會參與規劃受到影響的有：志願服務、宗教活動、社團活動、學習活動。

一、志願服務

我在志工方面的活動，卻因為這樣而必須做一個修正，沒辦法都去參與。期待以後年金改革慢慢適應之後，再調整以後再去參加志工。（F1-3-5）

之前有短暫的在輔大醫院當醫療志工，也在迴龍國中小當圖書館的志工，但現在因為要到處代課，時間不固定，人家排班也不方便，所以除了還在迴龍國中小當圖書館的志工外，就沒有再參加其他志工團體了。（M1-3-5）

退休後有時間，就是會去學校當圖書館的義工或導護義工（F2-3-5）

原本計畫說，在退休之後要從事全職志工的工作，但是隨著年金改革後，可能沒辦法全然都是從事志工的工作，必須要再另外找兼職的工作，貼補退休年金的不足。（fm1-3-5）

原本打算今年或明年就可以退休，然後可以加入宗教團體的全職志工。但是因為年金改革後，把退休年齡往後延到了五十八歲，所以我想參加全職志工的規劃，就無法實現了。（fm2-3-5）

二、宗教活動

也去參加教會的小組聚會。(F1-3-5)

也會去參加福智的團體。(F2-3-5)

三、社團活動

可是在年金改革之後，我會想要去教社區人士打柔力球，一來是可以賺取些許的零用金，更想要不忘初衷地去學習我一些喜歡的課程。(F1-3-5)

原本打算退休後要和朋友一起組感覺統合訓練社，現在退休年齡延後。被迫留任，也開不成了。(m1-3-5)

四、學習活動

還去學習花藝、上生態課程。(F1-3-5)

想學中醫針灸。(m1-3-5)

受訪者在社會參與規劃上的影響分析：

表 16：受訪者在社會參與規劃上的影響

社會參與規劃上的影響	受訪者						
	F1	M1	F2	fm1	fm2	m1	
減少志願服務	△	△	△	△	△	△	
減少宗教活動	△		△				
減少社團活動	△						
減少學習活動	△			△		△	

資料來源：研究者依訪談資料整理

五、小結

所謂的社會參與，是指個人貢獻己力，主動參加社會事務、社團、活動、課程，與他人互動，並融入整體的生活，達到共享的過程（蘇琬玲，2007）。綜合6位受訪者的訪談資料得知：(1) 6位受訪者都有退休後社會參與規劃；(2) 3位已退休教師皆因為想額外賺取多一點的生活費，而減少了社會參與的時間，尤其是3位已退休教師，在年金改革前原本都有參加志願服務活動，但年金改革後，都共同地減少了志願服務活動；(3) 3位在職教師，在年金改革前原本也都有計畫退休後參加各自有興趣的志願服務活動，但年金改革後，因退休年齡延後，退休金大幅縮減，也都共同地想繼續兼職賺取生活費，而勢必減少了志願服務活動。

伍、在休閒規劃上的影響

休閒規劃是指在閒暇時間活動的規劃。國小教師在職時每天為課程、為班級經營、為學校行政公務繁忙，長久而往身心靈承受甚大的壓力，若未獲得適當的舒解，將致身心俱疲，相關疾病將接踵而生。所以，教師們期盼退休後，能放鬆身心清閒過日子，享受一種毫無拘束放縱的悠閒生活。分析6位受訪者在年金改革後的休閒規劃受到影響的有：國內旅遊、國外旅遊、上館子、逛街等方面。茲分析如下：

一、國內旅遊

規劃一些國內的深度旅遊，與好朋友們一起同遊，可是在年金改革後，國內的旅遊，就真正喜歡的景點再去就好，以免過度的花費。（F1-3-6）

我剛才說過我最喜歡的休閒活動就是爬山，以前一有空就會往山上跑，反正爬山又不用花什麼錢，接觸大自然又有益身心健康；但現在還是為了要到處兼課賺錢，不得已只好減少去爬山的次數，只能在放假時再去，但是往往在累了一個星期後，好不容易有了休息時間，又想休息不想動了，更何況假日人潮又多了起來，真是…（M1-3-6）

年金改革前有計畫一年大概兩次的長時間的旅遊，一次國外一次國內；可是年金改革之後，可能要把花費比較重的休閒旅遊上面做調整，那可能要多採一些

自助旅遊的方式，或以短程取代長程，或減少次數，減少購物行程，以節省旅遊的費用。(fm1-3-6)

二、國外旅遊

我在年金改革前的休閒規劃是每年可以出國參訪一些自己嚮往已久的景點。可是在年金改革後，就只能設定自己最多一年出國一次。(F1-3-6)

年金改革前我們全家每年的寒暑假，都會規劃一趟國外長程的旅行。原以為退休後，時間多了，就不必跟人家擠寒暑假，不但機位難定，團費也比較貴。

可是年金改革之後，每年寒暑假的國外旅行就改為一年一次。(F2-3-6)

年金改革前有計畫一年大概兩次的長時間的旅遊，一次國外一次國內；可是年金改革之後，可能要把花費比較重的休閒旅遊上面做調整，那可能要多採一些自助旅遊的方式，或以短程取代長程，或減少次數，減少購物行程，以節省旅遊的費用。(fm1-3-6)

原本以為，如果順利在這一、兩年內退休的話，就可以順道和即將計畫去美國讀書的女兒，在美國住一陣子，體驗一下美國人的生活，再回來；在每年規劃的國外旅遊時間，也終於可以避開寒暑假，而選擇平常上班日，就不用跟人家擠買機票，也可以避開人潮、避開較貴的住宿費。但是這一切的計畫，因為年金改革而全破滅了。(fm2-3-6)

應該這樣講，年金改革後退休金一定大幅縮水，旅遊休閒規劃對我來說，應該重要性是排在所有的規劃後面，所以應該會是在所有的規劃都好了之後，還有多餘的時間、多的金錢才會考慮休閒規劃，不過我看，除了我們家族一年一度的家族國內旅遊我還可以跟得上之外，我們家的年度國外之旅，可能要大幅縮短行程了。(m1-3-5)

三、上館子

還有在年金改革前。我們全家常常會三不五時就到餐館吃飯，年金改革之後，上餐館的次數就明顯減少了，在家自己煮的次數就明顯增多了。(F2-3-6)

四、逛街

還有就是年金改革之後，也比較少去逛街買衣服，一方面覺得反正現在也沒有在正式工作，另一方面也就是最重要的，就是覺得那些錢真的都應該要省下來，不能隨便浪費掉。(F2-3-6)

受訪者在休閒規劃上的影響分析：

表 17：受訪者在休閒規劃上的影響

休閒規劃上的影響	受訪者						
	F1	M1	F2	<i>f</i> m1	<i>f</i> m2	<i>m</i> 1	
減少國內旅遊	△	△		△			
減少國外旅遊	△		△	△	△	△	
減少上館子			△				
減少逛街			△			△	

資料來源：研究者依訪談資料整理

五、小結

在退休前可以審視自己的興趣、嗜好、專長、體力、健康狀況、經濟能力等，安排適合己的休閒娛樂活動，讓退休後生活充滿樂趣和幸福感（齊克用，2008）。綜合6位受訪者可知：(1)6位受訪者不論是已退休或在職教師，均把休閒活動納入退休生涯規畫之中，可見大家對休閒生活的重視，這和林莉蓉（2018）的研究發現只有一半受訪者將休閒規劃納入退休生涯規畫之中不同；(2)在休閒規畫上，大家尤其重視國外的旅遊活動，所以在年金改革之後，除了M1之外，大家的國外旅遊規劃都受到了影響。

第五章 結論與建議

本研究是以國小教師為研究對象，主要的目的在探討年金改革後對國小教師退休生涯規劃的影響。為達研究目的，首先蒐集相關理論及文獻資料加以探討分析，以作為本研究理論基礎與編製研究工具的依據，而以質化研究半結構方式進行深度訪談，獲得6份的訪談稿，將訪談資料加以彙整並編碼後，與相關理論及文獻資料進行探討分析。本章綜合歸納形成本研究之結論，並提出具體建議，希望提供教師、學校、政府等相關單作為參考。本章分為二節，第一節為研究結論，第二節為研究建議。茲分別敘述如下：

第一節 研究結論

綜合第四章之研究結果分析與討論，本研究歸納出以下的結論：

壹、國小教師對年金改革的看法及其在心理上的影響

「公立學校教職員退休資遣撫卹條例」除了第8條第4項及第69條自公布日施行外，其餘條文自2018年7月1日開始施行，施行至今雖未滿1年，但已全面性影響了教師的退休生涯規劃，對此次的年金改革，教師們的看法可約略分成兩派，總結如下：

一、國小教師對年金改革的看法

(一) 支持及部份支持此次年金改革：

本研究發現，只有受訪者M1因為擔心不改革的話，怕真的會拖垮整個國家的財政，這樣就真的很對不起其他行業類別的人，而決定支持此次年金改革；受訪者fm1因為受傳播媒體影響，聽到社會大眾的聲音，希望共體時艱，所以採部份支持年金改革。但是2人也不約而同認此次年金改革太粗暴，這一次的幅度調整得太大了，有措手不及的感覺。

（二）不支持此次年金改革：

受訪者 6 位中有 4 位完全不支持此次年金改革。綜合他們的理由分別是：(1) 沒有安全感、有被剝奪感；(2) 不信任政府，他們違約、沒誠信；(3) 將教師先汙名化，再將年金改革合理化；(4) 有針對性，會先破產的勞保，卻不先改；(5) 退休基金為何操作績效會那麼差；(6) 改革的幅度太大；(7) 施政不力，浪費民脂民膏；(8) 政策宣導不充足，卻貿然實施。

二、年金改革對國小教師心理上的影響

（一）心理受影響且後悔從事教職工作

此次的年金改革，受訪的6位教師都認為在心理上受到了傷害，嚴重打擊了老師們的士氣。受訪者F2、f1甚至因此後悔當初選擇從事教職工作，因為此次的年金改革造成職業別之間的對立、社會大眾對老師的敵意、還有老師在社會上的地位更是一落千丈，對從事教職不再有光榮感。

（二）心理受影響但不後悔從事教職工作

受訪者F1、F2、M1、m1都認為在心理上受到了傷害，但不後悔從事教職工作。原因是：(1) 從事教職是他所愛的工作；(2) 當年家境貧窮只能選不用錢的師專念；(3) 教書是他的夢想；(4) 覺得教育就是一種志業。所以並不會因為年金改革的影響，而對當初選擇教職工作的初衷有所動搖。

貳、國小教師對退休生涯規劃的觀點

一、國小教師對退休金的看法

依據第二章文獻探討指出：所謂退休金就是一個人從職場退出後，其雇主必須給予的一筆較大的酬勞，這筆酬勞退休者可以選擇一次提領，或是分期以年金的方式領取。基於不同的觀點會有不同理論學說，以下是受訪者對退休金的認知和退休金理論學說相符合的情形（由人數多至少排列）：

（一）適當生活維持說

6位受訪者均認同此學說，希望所領受的老年年金，足以維持其退休後適當的

生活水準與相當的消費能力。通常教師在職時有兼職的情況就很少，大家2、30年的職場生涯這麼的努力，就是為了退休後能夠有個安穩退休俸，所以對大多數教師來說，退休金可能就是唯一的收入來源，是生活的最後保障。

（二）功績報酬說

功績報酬說認為退休金是雇主對於忠誠的員工的一種酬賞金或酬勞，是屬於一種恩惠性的給付。受訪者F1因其服務年資有將近一半在民國84年前，而民國84年以前的退休金就是由政府編列預算提撥的恩給制，所以他會覺得退休金是他應得的慰勞。

（三）人力折舊說

隨著在職的年資越久，體力的衰退也愈來愈明顯。原本打算今年就要提出退休申請的M1，卻因此次的年金改革將退休年齡延後而不得不下來，因此她認為退休金就是在她越來越沒工作能力時，政府提供的保障。

（四）遞延薪資說

受訪者F2認為我們將一生中最精華的部分貢獻在職場上，所以在退休之後，也應該得到對等的照顧，所以就好像是在職時薪水的概念，不可視為人道的贈與或服務的賞金。

（五）永久所得說

久所得說認為保障組織內人員基本生活，避免其因退休而使生活陷入困境，故有必要建立退休金制度以維持永久消費能力。受訪者fm1除了因此次的年金改革將退休年齡延後而不得不下來，更因等到真正退休時，所得替代率又會逐年降低，對未來充滿了不安全感，所以又去研究所進修，希望藉此提高俸額，因此她覺得退休金就是有點像老年年金一樣，在退休後仍可以一直領，而足以應付其老年的生活。

（六）社會保險說

受訪者fm2覺得退休金就有點是像在繳保險的概念。因為我們每個月都會扣一

筆錢存到退撫基金去，而相對政府也會撥一筆錢，等到退休之後，這筆錢就變成我們的退休金。符合社會保險說所說的於在職時強制公務人員參加保險，按期繳付費用，將個人不可預期之危險轉嫁於多數人分擔，從而取得退休給付之權益。

（七）人事機能說

在所有在職的受訪者中就屬m1的年紀最大，所以也只有他考慮到組織新陳代謝的問題，認為退休金制度就是讓服務年資久的人退下來、讓新的人進得來的制度。

二、國小教師的退休生涯目標

Cumming的「目標階層理論」認為，個人的目標階層越多、越高，則心理調適愈健全。目標越多的人，顯示退休後有較多的期望，會為實現目標而努力，因此較不會產生心理調適的問題。以下歸納、整理受訪者的退休目標如下（由人數多至少排列）：

（一）改變生活方式

教育工作是一件勞心勞力的事業，在職時教師們往往受制於為了學生、為了工作、為了滿足家庭的經濟需求、為了照顧家人，往往不能隨心所欲地依照自己的意願去做想做的事、過想過的生活方式，一旦退休了就終於可以去做想做的事、過想過的生活方式。本研究6位受訪者中，除了M1因受限於經濟壓力，不得不努力拚經濟外，其餘5位受訪者都想改變生活方式。

（二）社會服務

本著取之於社會用之於社會的精神，許多教師退休後都會參與志願服務工作，本研究6位受訪者中，除了fm2因一心擔憂獨居在南部的父親而暫無此規畫之外，其餘5位受訪者均將社會服務納入退休生涯目標中。退休後從事社會服務一方面扮演著有意義的社會角色，建立新的人際關係，滿足社會互動的需求，另一方面生活經常保持活躍狀態，可以提升生活品質。

（三）運動健身

在職場上服務數十年後，仍希望擁有健康的身體、充沛的活力，來迎接人生的下半場，就要靠平日的運動健身了。本研究6位受訪者中，有3位受訪者未將其納入退休生涯目標中，據研究者了解應該是與年輕時就沒有養成規律運動的習慣有關。

（四）發展興趣

退休後有較多的時間培養自己的興趣，找到自己喜歡做的事，是非常幸福的一件事。因此許多教師在退休後延續自己的喜好，並將其納入退休生涯規劃中。受訪者F1受訪者F2希望退休後能學習新的事物、甚至於四處的旅遊、學學畫畫和書法。

（五）自我充實

雖然退休了，但活到老學到老，在社會環境快速變遷的時代，退休者需要持續學習，跟得上時代的脈動，才不會被時代所淘汰；另一方面也可以啟發潛能，增進心靈成長，讓生活更充實。受訪者F1、受訪者F2想要去運動、從事志工的工作、學習新的事物、甚至於四處的旅遊、去福智上上課，或是去學學畫畫和書法，以達自我充實的退休目標。

（六）實現人生理想與目標

退休只是轉換個跑道，追求人生的另一個目標，如此更能激發對生命的鬥志，退休生活才不會空虛難以適應。若能更進一步實踐自己年輕時候沒辦法實踐的理想，則讓生命更加豐富、更加精采。受訪者當中只有m1希望能實現和太太想要每年騎摩托車環島的心願，其餘受訪者未提及此項退休目標。

綜合分析上述資料可知：受訪的六位教師都有很明確的退休目標，但退休規劃的內容卻未涵蓋全部的生活層面。研究者認退休規劃的內容應盡量涵蓋全部的生活層面，如此才能讓退休生活充滿樂趣和踏實感。從本研究資料發現，受訪者6人的退休生涯規劃內容（去除實現人生理想與目標不談），除了受訪者F1 是5項全

部含括以外，其餘5人均有缺漏不足之處，對其退休生活是否造成一定程度的影響，值得繼續觀察、了解。

參、年金改革對退休生涯規劃的影響分析

本研究依據文獻探討將退休生涯規劃內容歸納為財務規劃方面、社會關係規劃方面、健康規劃方面、社會參與規劃方面、休閒規劃方面，年金改革對退休生涯規劃的影響綜合分析如下：

一、在財務規劃上的影響

年金改革之前教師退休制度福利優渥，因此有關退休生涯規劃的相關研究內容較少提及財務規劃。但在年金改革之後，本研究的受訪者都重視財務方面規劃，畢竟想要過自己理想中的退休生活，必須要有良好經濟條件作為後盾。而且6位受訪者不論是退休或在職，均表示退休後想回學校代課，其他財務規劃上的影響有：減少生活開銷、減少投資。

二、在社會關係規劃上的影響

6位受訪者均感受到年金改革在社會關係上帶給他們負面的影響，心理上會有受傷、不被尊重、被汙名化的感覺，不利他們在社會關係的建立，甚至M1影響到了家族間的關係、F2影響到了手足間的關係、fm1影響到了妯娌間的關係、fm2影響到了夫妻間的關係、m1影響到了與父親間的關係。但F1卻因此與教會建立起新的社會關係。

三、在健康規劃上的影響

6位受訪者中有3位因年金改革在健康規劃上受到正面的影響：fm1、fm2加碼了看護險、fm2嚴格執行健康檢查、m1定期慢性病的回診追蹤。有3位因年金改革在健康規劃上受到負面的影響：F1被迫仍住在要爬樓梯傷膝蓋的公寓、M1捨棄高階健檢、F2捨棄上健身房運的享受。

四、在社會參與規劃上的影響

6位受訪者退休生涯規劃均有社會參與規劃，也均表示受年金改革影響必須撥

出時間兼職，將排擠到社會參與規劃的時間。F1減少志願服務、宗教活動、社團活動；M1減少志願服務；F2減少志願服務、宗教活動；fm1減少志願服務、學習活動；fm2減少志願服務；m1減少志願服務、學習活動。

五、在休閒規劃上的影響

本研究發現6位受訪者不論是已退休或在職教師，均把休閒活動納入退休生涯規畫之中，年金改革後也都受到了影響。尤其是在規劃國內、外旅遊部分，所有的受訪者均表示不管是在行程或次數上受到了影響，其次是減少上館子、逛街的部分，F2、m1均減少其次數。

「公立學校教職員退休資遣撫卹條例」自2018年7月1日開始施行，至今雖只短短半年左右，但因其來的又快又猛，本研究發現已對教師造成全面性的影響，大家也尚在摸索適應中，後續情況如何發展，更值得無論政府或個人持續關注之。

第二節 研究建議

綜合上述的研究結論，本節將對國小教師、學校、政府相關單位等三方面，提出研究建議如下：

壹、對教師的建議

一、審慎評估退休時間

在尚未年金改革前，校園中常可聽見老師們互相討論著：「你打算幾歲退休？」年金改革之後，大家默默接受要撐到58歲以上的結局。不論是之前的「搶退潮」還是後來的「延退潮」（抽回退休申請單），都說明了教師們心裡的惶恐與不安，但現在一切塵埃落定，準備退休的教師在決定退休前，一定要想清楚自己的退休動機並且事前規劃好退休計劃，仔細評估退休時間，不要只是因為符合了退休的條件，或是盲從跟著同儕們一起退休，卻不知道自己退休後想做什麼、能做什麼而冒然決定退休；因為有發生教師在退休後，發現退休生活不如預期的美好，產

生適應不良的現象而後悔當時衝動的決定。所以如果沒有明確的退休目標，不如繼續留在學校工作，並不需要急於退休，而亂了自己的人生規劃。

二、做好退休理財規劃

由本研究的訪談可知，大部分的國小教師在理財工具的選擇上普遍較傳統及保守，但年金改革後繳多、領少、延退是必然的趨勢，所以建議現職教師在課餘時間要多方面吸收理財相關的知識，要更重視退休理財規劃的部份，還有提早做好理財準備和開始的時間，以免像本研究的3位已退休受訪者那樣，為了那意料之外一年不如一年的退休金，必須挪用自己其他生涯規畫的時間去兼職補足不足的生活費，造成退休生活的震盪。

三、重視身體保健，為退休生涯奠定根基

健康因素常常是教師規劃退休的重要原因之一，更是影響退休生涯規劃的關鍵因素。年金改革後退休年齡普遍性大幅延後，在體力漸漸衰退、視力逐漸老花之際，還要堅守在教育第一線的崗位，身體保健更形重要。平日忙於教學工作的教師，想要實現自己的退休生涯規劃，應該及早培養正確生活習慣，規律生活作息，均衡飲食，尤其是適當持續的運動，定期的健康檢查，隨時保持樂觀開朗的心情；有健康的身體為基礎，除了能免除醫療費用的支出，也才能隨心所欲的從事各種活動，享受期待中的退休生活。

四、做好全面性的退休生涯規劃

「凡事豫則立，不豫則廢」，想要擁有充實美滿的退休生活，就應該即早做好全面性周全的準備。本研究建議，退休規劃的內容應涵蓋全部的生活層面，除了前面所強調的6位受訪者在年金改革後均感困擾的理財規畫和健康規畫外，有終身學習規畫的教師，可依自己的興趣或需求，現在就多參與一些社群團體，宗教團體或志工服務，使社會學習、社會參與成為一種生活模式；退休後想保持良好的社會關係，退休前就應該經營好自己的人際網絡，和親朋好友保持良好的互動；退休後想擁有豐富的休閒規劃，退休前就應該多方嘗試、結交和自己興趣相同的

朋友，找出適合自己的休閒娛樂方式。退休生涯規劃若能面面俱到，積極做好具體的準備行動，就能避免退休震盪期的產生，無縫接軌充實、愉快的退休生活。

貳、對學校的建議

一、組織所屬退休人員，協助成立退休人員聯誼會

學校應協助所屬退休人員，組織、召開退休人員聯誼會，給學校的退休教師聯誼會或退休教師組織，訂定「退休人員聯誼辦法」，定期召開退休人員聯誼會，而學校則提供場地，提供一個退休教師們專屬的空間或固定聚會的場地、資源與必要的協助，可增加退休教師們對學校的向心力。平時退休教師們定期聚會，一起聊聊天，舉辦聯誼和學習活動，講座，或是政策、政令、福利方面的宣導活動；退休教師們也可以借由聚會獲得相關訊息，讓退休教師也能即時掌握最新訊息，跟得上社會脈動，不會感覺被社會所遺忘或淘汰。

二、辦理有關退休生涯規劃的研習課程

學校在平時的教師進修活動中，應主動規劃一系列的退休生涯規劃相關的研習課程，請學者、專家、專業人士講授如何面對退休問題，以及如何做好完善的生涯規劃，或邀請已退休教師分享這一方面的經驗，讓在職教師有退休生涯規劃的概念和心理準備。

三、和退休教師們保持良好的連繫和互動

為了讓退休教師們保持對學校的向心力和認同感，學校舉辦一些大型的活動，例如：運動會、園遊會、校慶、成果展、忘年會等活動時，可以主動邀請退休教師回來參加；或適時的給予表揚，肯定他們服務熱忱及對學校的付出及貢獻。如果學校能主動釋出善意去關心退休教師，和他們保持熱絡、友善的聯繫，讓他們感覺到學校對他們的尊重和關懷，退休教師也會相對的給予學校回饋，他們會比較有意願和機會回來協助學校各方面的事務。雙方多接觸，保持良好的互動，產生互惠互利的效果。

參、對政府的建議

一、成立專責的單位，積極籌辦退休輔導，並適當的行銷、宣傳

全國教育退休人員協會已於104年1月30日內政部核准設立，但絕大多數的教師並不知道此一訊息，也從未聽聞此協會的相關活動或報導，實在與其成立宗旨不相符合。所以希望政府能成立類似國軍退除役官兵輔導委員會專門照顧退除役軍人般的專責機構，為退休教師專門提供服務，積極輔導、協助辦理教育退休人員進修學習、社會服務、生涯規劃、休閒聯誼之相關活動；或辦理教育退休人員權益福利之諮詢、主動照顧關懷弱勢教育退休人員；或出版相關刊物宣導退休人員相關法令政策與福利。希望政府單位能建置相關資訊平台，讓有意退休的教師能更清楚知道未來退休的各項法規或福利，有助其做好退休生涯規劃。

二、保持法令的彈性，隨社會變化和需求做調整

因應年金改革後，退休教師的退休金逐漸減少，許多退休教師紛紛想再找分兼差工作，以彌補生活開銷不足的部分，但礙於「肥貓條款」，再回學校代課，變成了許多老師的首選，所以希望能放寬退休後轉任的限制，法令要鬆綁。例如現在規定退休人員再回學校代課，最多12節的上限規定，應做適當的調整。

三、制定合宜的退休制度，保障退休生活以安師心

年金改革後，原本優厚的退休金被七折八扣後是否足以保障退休生活？兢兢業業從事教育工作多年的教師，要的就是一份安定的生活，和退休後生活的保障。年金改革時，政府說這是一種滾動式的修法，會因時制宜而修改。本次年改對於補償金出現著軍人和公教間的不公平、已退和在職間的不公平，回復公教人員一次領取的補償金在立法院有高達八成立委支持提案，政府機關應盡速制定合宜的退休制度，除了考慮國家財政問題，也要保障教師退休生活，更能讓現職教師安於教育工作而無後顧之憂。

第三節 研究限制

本研究係採質性研究法，以深度訪談蒐集研究資料，為獲得深入且較客觀的

資料，研究者在選擇訪談對象前，已考量到性別比例、擔任職務差異性、現職與退休人員平衡等因素，但實際探尋訪談人選後囿於當事人的意願，最終擇定6位受訪者作為研究對象，因此本研究有以下限制：

壹、在研究對象方面

因研究對象選取是立意取樣，且研究樣本只有6人，研究結果缺乏普遍性，是故不適宜作廣泛性的推論。又由於人力、物力、時間及其他客觀因素的限制，僅就北部某公立小學退休及在職教師作為研究對象，至於其他學校、地區的退休及在職教師，可能會因區域環境不同，而有不一樣的研究結果，故本研究結果無法適用於全國性的相關議題研究。

貳、在研究方法方面

本研究採質性研究之半結構訪談法進行，雖然可掌握受訪者的真實反映，獲得更深入的資料，但因研究對象較少，無法代表多數教師的想法，因此研究結果有其推論上的限制，如能佐以量化研究之問卷調查，擴大研究的樣本數，其研究結果更能貼近年金改革對國小教師退休生涯規劃影響的真實情形。

參考文獻

壹、中文部分

- 方明川（1995）。個人年金保險新論。台北：作者自印，頁 34-36。
- 朱坤連（1995）。退休人員生活需求及滿意度相關因素之研究以高雄市公教退休人員為例。國立高雄師範大學成人與繼續教育研究所碩士論文，高雄市。
- 朱湘吉（2004）。生涯規劃與發展。國立空中大學，台北市。
- 吳三靈（1995）。公立學校教職員的退休撫恤制度改革。人事月刊。12（3）：4-11。
- 吳秀蓮（2002）。公務人員退休金確定提撥制精算之研究-高中職教師個案分析。彰化師範大學商業教育學系碩士論文。
- 李玉娟（2017）。國小退休教師人力運用現況之研究—以樹林國小退休教師聯誼會為例。南華大學國際事務與企業學系公共政策研究碩士班碩士論文，嘉義縣。
- 李珮君（2015）。我國公務人員退休金制度改革之研究。國立成功大學政治經濟研究所碩士在職專班碩士論文，台南市。
- 李勝彰（2003）。國民中學教師工作壓力、因應策略與退休態度之研究。師範大學教育研究所碩士論文，彰化市。
- 呂美芬（2008）。國小教師個人風險認知度、工作價值觀與退休生涯規劃之相關研究—以台北縣為例。銘傳大學教育研究所碩士論文，台北市。
- 周麗芳（2002）。公務人員展期年金之設計與規劃。公務人員月刊。頁 68：4-7。
- 林本炫（2005）。工欲善其事，必先利其器：訪談錄音與謄稿工具的建制。質性研究方法與議題創新，頁 1-22。
- 林昭男（1999）。教師退休生涯規劃之探討。臺灣教育期刊，第五八五期，頁 46。
- 林莉蓉（2018）。退而不休—國小教師退休後生涯規劃之探討。國立臺南大學行政管理學系碩士在職專班碩士論文，台南市。

- 林萬青（2009）。遷台後中華民國紅十字會總會領導之研究。台灣師範大學政治學研究所碩士論文，台北市。
- 林銘山（2002）。國民小學教師退休自願退休問題之研究。國立台南師範學院碩士學位論文，台南市。
- 洪錫欽（2006）。國民小學教師退休態度與工作滿意度之研究。國立嘉義大學師範學院國民教育研究所碩士論文，嘉義市。
- 柯木興（2001）。社會保險。頁 143
- 胡義晟（2018）。新竹縣國小資深教師因應年金改革之退休準備研究。國立中正大學教學專業發展數位學習碩士在職專班碩士論文，嘉義縣。
- 翁上閔（2017）。年金改革公平認知、工作滿意與組織承諾之關係。國立臺中科技大學企業管理系碩士論文，台中市。
- 徐宗國（1994）。紮根理論研究法：淵源、原則、技術與涵義。香港社會科學學報（4），頁 194-221。
- 陳月霞、施博棊（1996）。臺灣企業退休金概述。退撫基金季刊，2，13-27。
- 陳正料（2007）。全球化與多元民主社會下政府推動行政改革方案之公平衡量研究：以公務人員退休八五制改革方案為例。考銓季刊，50：104-130
- 陳居春（2010）。高雄市國民小學教師工作壓力、因應策略與退休態度關係之研究。立高雄師範大學學校行政碩士班碩士論文，高雄市。
- 陳旭芬（1998）。我國現行私立學校教師退休撫卹制度之探討。國立政治大學公共行政學系碩士論文，台北市。
- 陳孟玉（2010）。苗栗縣國民小學資深教師退休態度與退休生涯規劃關係之研究。玄奘大學成人教育與人力發展學系碩士班碩士論文，新竹市。
- 陳佩屏（2007）。國小退休教師生涯規劃之個案研究。國立屏東教育大學教育心理與輔導學系碩士論文，屏東市。
- 陳彥嘉（2014）。公務員工作滿意度、年金改革公平認知及工作動機對工作績效

- 影響之研究。義守大學管理碩博士班碩士論文，高雄市。
- 陳雅惠（2018）。公立學校教職員退休資遣撫卹條例公平認知與公立學校教師組織公民行為之關聯性探討。大葉大學管理學院碩士在職專班碩士論文，彰化縣。
- 許家驊（2017）。公立學校教職員退休資遣撫卹條例實施後對公立學校教育人員及教育生態之可能影響與省思。臺灣教育評論月刊，6（11）：1-9。
- 許靖（2004）。從未來學觀點探討教師退休生涯規畫。私立佛光人文社會學院碩士論文，宜蘭。
- 張明麗（1998）。成長團體對國小女教師退休前後心理適應之影響。國立政治大學教育學系碩士論文，台北市。
- 張春興（2007）。教育心理學：三化取向的理論與實踐。台北：東華書局。
- 張添洲（1994）。生涯發展與規劃。台北：五南。
- 張瑞芳（2004）。我國教師退休制度之變革。國立中山大學碩士論文，高雄市。
- 張翠蓁（2013）。國小資深教師退休生涯規劃與參與志願服務之研究。南華大學非營利事業管理學系碩士論文，嘉義縣。
- 曾威超（2015）。國立大學資深公務人員退休生涯規劃與事業發展之研究。南華大學企業管理學系非營利事業管理碩士班碩士論文，嘉義縣。
- 黃宣榕（2010）。自願退休公務人員月退休金起支年齡延後方案預評估之研究：以行政院衛生署為例。國立臺北大學公共行政暨政策學系碩士論文，台北市。
- 黃淑貞（2004）。國小退休教師生涯發展之研究。國立高雄師範大學工業科技教育研究所碩士論文，高雄市。
- 黃富順（1996）。終生學習與教育改革。台北市：師大書苑。
- 彭桂芳（2009）。臺北市國民中學教師組織公平知覺、組織承諾與組織公民行為關係之研究。台北科技大學碩士論文，台北市。
- 葉長明（1995）。軍公教人員退撫制度改革之研究。考銓季刊，第2期，頁71-82。

- 葉美蓮（2008）。準退休教師生涯規劃之研究。國立中正大學高齡者教育研究所碩士論文，嘉義縣。
- 廖靜芝（1987）。退休人員人力運用之研究。中國文化大學勞工研究所碩士論文，台北市。
- 董安琪、謝餘慶（2017）。既患不均，可不患寡、不患貧乎？—從財政永續性與世代間不均的角度看臺灣的年金改革。臺灣經濟預測與政策，48(1)：頁 41 - 73。
- 萬文隆（2004）。深度訪談在質性研究中的應用。生活科技教育月刊，37(4)：頁 17-19
- 齊克用（2008）。退休規劃一典通。台北：上旗文化。
- 蔡培村（1993）。運用退休教師人力推展成人教育可行性之研究。教育研究資訊，1:6，頁 28-44。
- 劉玉蘭（2001）。從教育人員退休風潮談我國教師退撫制度。教育資料與研究，24：12-14。
- 潘淑滿（2003）。質性研究理論與應用。台北：心理。
- 潘清輝（2012）。臺北市國民中小學教師自願退休原因及其退休後生涯規劃之研究。國立臺灣師範大學教育系碩士論文，台北市。
- 鄭雅文（2017）。教師對年金改革的知覺與其規劃行為意向、工作士氣之關係。國立政治大學碩士論文，台北市。
- 鄭諭澤（2005）。退休生涯規劃與生活適應之研究-以中國老人教育協會附設老人社會大學為例。實踐大學家庭研究與兒童發展研究所碩士論文，台北市。
- 賴永和（2001）。國民中小學退休教師生活適應及其影響因素之研究。國立高雄師範大學成人教育研究所碩文論文，高雄市。
- 賴宜廷（2017）。台灣年金改革政策研究。臺灣經濟研究月刊，40(9)，121-127。
- 蕭雪玲（1998）。國民小學退休前教師退休態度、退休準備及退休前教育需求之

- 調查研究。國立新竹師範學院國民教育研究所碩士論文，新竹市。
- 謝榮茂（2003）。中部地區國民小學教師退休態度、工作壓力、退休生涯規劃及其教育需求之調查研究。國立臺中師範學院國民教育研究所碩士論文，台中市。
- 魏文瑞（1996）。退休前國民中小學教師工作狀況與退休態度及退休準備之研究。國立高雄師範大學成人與繼續教育研究所碩士論文，高雄市。
- 蘇琬玲（2007）。退休教師社會參與與老化態度關係之研究。嘉義：國立中正大學成人及繼續教育研究所碩士論文，嘉義縣。
- 上報（2019）。【公教年改止血】綠委喊恢復年資補償金，料再掀一波黨內論戰。網址：https://www.upmedia.mg/news_info.php?SerialNo=56200(上網查詢時間：2019/1/18)。
- 大紀元（2016）。劉植榮：外國真實退休年齡和養老金。網址：<http://www.epochtimes.com/b5/16/1/16/n4617713.htm>（上網查詢時間 2019/6/29）
- 中華民國內政部全球資訊網（2018）。網址：https://www.moi.gov.tw/chi/chi_news/news_detail.aspx?type_code=02&sn=12772（上網查詢時間 2018/11/16）。
- 公務人員退休撫卹基金管理委員會（2018）。退撫基金 107 統計年報（全球資訊網頁）網址：<http://www.fund.gov.tw/ct.asp?xItem=5291&ctNode=424&mp=1>（上網查詢時間 2019/1/24）
- 自由時報電子報（2016）。年金制度，為什麼現在要改!非改不可? 總統府國家年金改革委員會 QA 及文宣。網址：<https://pension.president.gov.tw/cp.aspx?n=4B4ECF469B4D0122&s=54CA3ADDDC E03F52>。（上網查詢時間 2017/10/24）。
- 自由時報（2016）。平均投保薪資採計年數適度增加。網址：

<https://news.ltn.com.tw/news/focus/paper/1065455>(上網查詢時間:2017/12/23)。
行政院年金改革辦公室(2016)。網址:<http://pension.president.gov.tw>(上網查詢時間:2018/12/23)。

全國人事法規釋例(2018)。C:\Users\Ann\Desktop\所有條文-公立學校教職員退休
資遣撫卹條例-全國人事法規釋例資料庫檢索系統
<http://weblaw.exam.gov.tw/LawContent.aspx?LawID=A0041000>(上網查詢時間2018/11/16)。

高明賢(2017)。**公立學校教職員退休資遣撫卹條例有關退撫給與及 18%優存對高中以下教師影響之重點簡介**。取自
eps.ntpc.gov.tw/peolab/program/note-edu.docx(上網查詢時間 2018/12/12)。

國立成功大學人類研究倫理治理架構。南區研究倫理課程 2019 年 4 月 10 日。網址:<https://rec.chass.ncku.edu.tw/>(上網查詢時間:2018/4/26)。

勞保局(2018)。**國民年金的簡介**。網址:
<http://www.bli.gov.tw/sub.aspx?a=DUBMXxAoFv4%3D>(上網查詢時間:2018/9/26)。

銓敘部全球資料網網址:<http://www.mocs.gov.tw/>(上網查詢時間 2019/02/13)。

數位網路報(2012)。**監委程仁宏、楊美鈴要求銓敘部、行政院主計總處檢討改進**。網址:http://hanreporter.blogspot.com/2012/05/blog-post_7196.html(上網查詢時間:2017/11/21)。

監察院全球資訊網(2013)。**政府基金委外代操績效差 監察院糾正行政院勞工委員會等 5 機關**。日期:102-07-03,網址:
https://www.cy.gov.tw/sp.asp?xdURL=./di/Message/message_1.asp&ctNode=903&mp=1&msg_id=4519(上網查詢時間 2018/12/3)。

總統府國家年金改革委員會(2017)。**公立學校教職員退休資遣撫卹條例**。取自
http://pension.president.gov.tw/Content_List.aspx?n=7F9366E69441FB26(上網

查詢時間 2018/12/3)。

關中 (2013)。金改革的意義與政策背景 (考試院長關中 102 年 7 月 26 日講於
行政院人事主管會報)。人事月刊, 2013.9.6 第 337 期 P16。

http://hanreporter.blogspot.com/2012/05/blog-post_7196.html (上網查詢時間:
2017/11/24)。

蘋果即時新聞 (2018)。退撫基金將破產。網址：<https://tw.appledaily.com> (上網
查詢時間：2018/4/26)。



貳、英文部分

Atchley (1976). *The sociology of retirement*, New York : distributed by Halsted Press.

Evans, Linda, Ekerdt, David J., & Bosse, Raymond (1985). Proximity to Retirement and Anticipatory Involvement: Findings from the Normative Aging Study. *Journal of Gerontology*, 40(3), 368-374.

Erik Erikson (1963). *Childhood and society*. New York: Norton.

Newman, P. & Newman, B. (1987). *Development through life : A psychological approach*. California : Brooks / Cole Publishing Company, 1987.

Schein, E. H. (2006). *Career anchors: Discovering your real value*. San Diego CA: University Associates Inc.

Super, D. E., Savickas, M. L. & Super, C. M. (1996). The life-span, life-space approach to career. In D. Brown & L. Brooks, (Eds.). *Career choice and development : applying contemporary theories to practice*. San Francisco: Jossey-Bass.

Theriault, J. (1994). Retirement as a Psycho-Social Transition: Process of Adaptation to Change. *International Journal of Aging and Human Development*, 38(2), 153-170

Turner, J. S. and D. B. Helms (1989). *Contemporary adulthood*. (ed.). Holt, Rinehart and Winston, Inc. U.S.A.

Thompson, W. E. and Hickey, J. V. (1994). *Society in Focus: An Introduction to Sociology*, 291-301. New York: Harper Collins College Publishers.

Walker, J. W. & Price, K. F. (1976). Retirement policy formulation: A systems perspective. *Personnel Review*, 5, 39-43.

World Bank, "Old Age Income Support in the 21st Century", January 1, 2005

附錄

附錄一 訪談大綱（已退休教師）

壹、個人背景

- 一、目前年齡
- 二、退休年齡
- 三、退休時擔任的職務
- 四、婚姻狀況
- 五、健康狀況

貳、退休生涯規劃的觀點

- 一、當初決定選擇教育生涯的理由？
- 二、您對退休的認知為何？退休對你而言意義是什麼？
- 三、退休金對你而言代表的意義是什麼？
- 四、是什麼原因讓您決定退休？ 退休年金的給付是否是考慮退休的原因之一？
- 五、在決定退休之前是否有規劃和期望退休後的生活？

參、年金改革對退休生涯規劃的影響

- 一、您現在如何安排每天的生活呢？
- 二、年金改革前和年金改革後在財務規劃上有何不同？
- 三、年金改革前和年金改革後在社會關係規劃上有何不同？
- 四、年金改革前和年金改革後在健康規劃上有何不同？
- 五、年金改革前和年金改革後在社會參與規劃上有何不同？
- 六、年金改革前和年金改革後在休閒規劃上有何不同？
- 七、您支持此次的年金改革嗎？為什麼？

八、您覺得此次年金改革在您心理上的影響為何？會因此而後悔當初選擇教育生涯嗎？

肆、建議

一、您希望政府或學校可以為退休人員在退休生涯規劃上提供哪些協助與服務？

二、針對退休生涯規劃，您對未來計畫退休的教師，會給什麼樣的建議呢？



附錄二 訪談大綱（在職教師）

壹、個人背景

- 一、目前年齡
- 二、預定退休年齡
- 三、擔任的職務
- 四、婚姻狀況
- 五、健康狀況

貳、退休生涯規劃的觀點

- 一、當初決定選擇教育生涯的理由？
- 二、您對退休的認知為何？退休對你而言意義是什麼？
- 三、退休金對你而言代表的意義是什麼？
- 四、是什麼原因讓您考慮退休？ 退休年金的給付是否是考慮退休的原因之一？
- 五、在決定退休之前是否有規劃和期望退休後的生活？

參、年金改革對生涯規劃的影響

- 一、目前的工作現況為何（如工作壓力、工作滿意度...等）？有因年金改革而影響您的工作價值觀嗎？
- 二、年金改革前和年金改革後在財務規劃上有何不同？
- 三、年金改革前和年金改革後在社會關係規劃上有何不同？
- 四、年金改革前和年金改革後在健康規劃上有何不同？
- 五、年金改革前和年金改革後在社會參與規劃與上有何不同？
- 六、年金改革前和年金改革後在休閒規劃上有何不同？
- 七、您支持此次的年金改革嗎？為什麼？
- 八、您覺得此次年金改革在您心理上的影響為何？會因此而後悔當初選擇

教育生涯嗎？

肆、建議

- 一、您希望政府或學校可以為退休人員在退休生涯規劃上提供哪些協助與服務？
- 二、針對退休生涯規劃，您對未來計畫退休的教師，會給什麼樣的建議呢？



附錄三 研究邀請函

○○老師您好：

我是劉燕芬，目前就讀南華大學國際事務與企業學系研究所，現正撰寫研究論文，題目是「年金改革對國小教師退休生涯規劃之影響」。主要目的是要瞭解年金改革前後的差異、教師對退休金的認知、教師的退休生涯目標，以及年金改革後對教師退休生涯規畫之影響。誠摯的邀請您參與這個研究。

本研究採質性研究半結構式訪談法，希望透過深度訪談來進行資料的蒐集。整個訪談時間約為一個小時。在訪談過程中，為了事後的研究分析工作能順利進行會使用錄音器材（以利轉騰成逐字稿），對於您個人資料部份，將絕對保密，以保障您的隱私權；其過程如有覺得不妥時，可隨時中斷或停止受訪，並要求銷毀資料。

訪談對象以及訪談內容，絕對恪遵研究倫理，並盡到研究者的義務與責任，保障您的隱私權，此研究為一學術性研究，訪談內容僅作為本研究之用，絕不移作他用，研究資料亦以匿名方式呈現，受訪者無須擔憂真實身分的曝光，所以請您放心。再一次感謝您熱心的支持，因為您的提攜與協助，這份研究才能順利完成，謝謝您！敬祝

平安如意

南華大學國際事務與企業學系

公共政策研究碩士班

研究生：劉燕芬敬上

附錄四 訪談同意書

本人_____經研究者說明研究主題、目的及性質後，同意參與「年金改革對國小教師退休生涯規劃之影響」之研究訪談，提供個人的經驗與想法做為論文分析資料。訪談過程中，若有任何涉及個人隱私或不便他人知曉的部分，本人可以拒絕回答或錄音，其餘可以錄音的部分，本人同意在研究者遵守保密原則下，轉謄為逐字稿，以便研究進行。錄音及訪談內容，僅供學術研究之用，不做其他用途。

受訪者：_____（簽名）

研究者：_____（簽名）

日期：_____年_____月_____日



附錄五 深度訪談記錄

(依訪談時間順序排列)

受訪者 F1

壹、個人背景

目前年齡	退休年齡	退休年資	退休時擔任的職務	婚姻狀況	健康狀況
55 歲	50 歲	5 年	組長	已婚	除了喉嚨長繭外，大致良好

貳、退休生涯規劃的觀點

一、當初決定選擇教育生涯的理由？

答：我當初會決定選擇教育生涯的理由，是因為這是一個工作穩定的職場，可以教育別人的小孩，更可以教育自己的小孩，對一個職業婦女來講，是很好的選擇；還有就是這也是可以被一般社會人士所尊重的職業。

二、您對退休的認知為何？退休對你而言意義是什麼？

答：

(一)、我對退休的認知是這樣的，就像從一個工作穩定的職場上卸下了責任跟角色，而不再過度的去關心、過問當初在職場上的一些事情；就像轉換了另一跑道那樣，沿路的風光也都不一樣了。

(二)、那退休之後對我的意義是什麼呢？我覺得就是放下我的身分跟角色，重新找回自己的興趣與能力，然後再度去尋找自我、規劃自己未來的方向跟目標；也可以說終於可以做自己喜歡的事，而不必每天被時間追著跑，做自己必須做但不見得是自己喜歡的事。

三、退休金對你而言代表的意義是什麼？

答：我覺得退休金對我而言，它所代表的是一個當初進這個職場的約定，還有誠信的履行。也是肯定自己三十年來在職場上奉公守法的付出，算是一種我應得的報酬。

四、是什麼原因讓您決定退休？ 退休年金的給付是否是考慮退休的原因之一？

答：

(一)、是什麼原因讓我決定退休呢？我覺得三十年的教育生涯已經占據了我人生的三分之一了，這樣的生活對我來講已經足夠了，因為在這個教育職場上的壓力真的是越來愈大，生活的品質也越來越不好，我覺得我不想要這樣的生活品質，因為我每天都要板起臉孔來面對學生，這並不是我的本性；我希望自己快樂、學生也快樂，所以我決定退休了，因為我做不到對學生的問題行為視而不見，但你的用心付出，往往不但不是正向的回饋，還有可能因此而「惹禍上身」，不諱言的，挫折感蠻重的。

(二)、退休年金的給付，當然是我考慮退休的原因之一。想想我三十年的職場生涯這麼的努力，就是為了退休後能夠有個安穩退休俸，讓我可以平安喜樂的繼續生活著。所以想說趁這一波年金改革尚未拍板定案之前，可以走了就退吧，沒想到 18%還是被砍了、所得替代率還是被降了，所有的退休老師還是沒能躲過溯及既往的現實。

五、在決定退休之前是否有規劃和期望退休後的生活？

答：在決定退休前，我就規劃期盼著我想要去從事我所喜歡的一些興趣。包括從事志工的工作、學習新的事物、甚至於四處的旅遊，開拓自己的視野，增廣見聞，然後與人、事、物建立一個更好的友善關係。這就是我所期盼退休後我想要過的生活方式。

參、年金改革對退休生涯規劃的影響

一、您現在如何安排每天的生活呢？

答：我退休後每天怎麼樣安排生活呢？我大概是每星期一到星期五，大約在

六點左右起床學打太極拳。每天選擇半天的社區大學課程來學習。每個星期的二、三、五晚上教社區的民眾打柔力球，假日的時候就陪伴家人。我覺得退休後，我每天可以不疾不徐的好好的做家事，還可以好好的煮煮晚餐，順便準備隔天要給兩個小孩帶的便當，感覺日子過得既充實又自在，不像還在職時，常常因時間不夠用而顧此失彼，每天都像在打仗的感覺。

二、年金改革前和年金改革後在財務規劃上有何不同？

答：年金改革前和年金改革後，在財務規畫上有什麼不同嗎？是有一些不同的，年金改革前我計畫每個月可以存多少錢？可以投資些什麼？可以消費多少錢？一切都在掌控之中，感覺生活過得很安穩；可是年金改革後，因為所得替代率會逐年降低、18%也是逐年減少，再兩年後就歸零了；有種莫名被剝奪感，感覺沒有安全感，所以不敢投資、不敢過度的消費、甚至於要努力的節流，更還想要去兼職賺取零用金。所以現在我在社區大學和慈濟園區有兼職教授柔力球的課程、也積極學習插花進階課程，學成取得證照後，就又有了一項既符合自己興趣又可賺取生活費的開源之道了。

三、年金改革前和年金改革後在社會關係規劃上有何不同？

答：年金改革前和年金改革後，在社會關係規劃上有很大不同的感受。在年金改革前，我想著，我可以為人服務、我可以當志工、可以友善這個社會、我可以跟大家建立更好的互動關係。可是在年金改革後，我在群體裡不敢貿然說自己是教育人員。因為周遭都是隨著媒體而批判教育人員的聲浪，尤其是前兩年，各報章媒體大肆報導相關議題，各電視台的名嘴們各種扭曲、挑撥的論點，掀起一般大眾跟我們對立、仇視的風潮，好像我們是貪得無厭的一群，好像他們賺的錢、所繳的稅金，都平白無故跑到我們口袋來了！我無法讓他們理解，我們領的是退休俸，是以前工作累積的所得、是約定的履行。也因為這個緣故，我找到了一個讓心靈可以獲得理解並從中可以得到安慰與依靠的地方，就是教會。是的，我從一個無神論者成為了一位基督徒，現在

每個禮拜都會到教會和大家研讀聖經，也讓自己心靈找到歸屬。

四、年金改革前和年金改革後在健康規劃上有何不同？

答：年金改革前和年金改革後，在健康規劃上有什麼不同嗎？有的。在年金改革前，我曾經想過，年紀越來越大，不適合再爬五樓的公寓房子，想再買一棟有電梯的房子。而且我的退休俸足以付貸款，而不至於讓子女有經濟的壓力。也曾想過要買看護險，以免讓自己在年老的時候無人照料。其實也一直有在物色合適的房子，可是年金改革後又不敢輕易地做決定，因為退休俸只會逐年的減少，甚至一不注意，連付房貸也不夠了，更別說保險費了！還有也因為老公就是因為得到癌症，才從職場退下來，所以會特別注重養生這部分，以前還會去有名的養生館給人推拿，但所費不貲，現在幾乎不去了，也不食用昂貴的營養品了，改成每天早晨打打太極拳和每周上兩堂的瑜珈課，其實真的在心理的不安全感真的很深，好怕一不小心日子就會很難過了！

五、年金改革前和年金改革後在社會參與規劃上有何不同？

答：年金改革前和年金改革後 我在社會參與上有些許的不同。在年金改革前，我去參加志工活動，也去參加教會的小組聚會，還去教別人打柔力球，還去學習花藝、上生態課程，最主要是想要跟學員，有一個融洽又愉悅的一個相處。可是在年金改革之後，我會想要去教社區人士打柔力球，一來是可以賺取些許的零用金，更想要不忘初衷地去學習我一些喜歡的課程，但是我在志工方面的活動，卻因為這樣而必須做一個修正，沒辦法都去參與。期待以後年金改革慢慢適應之後，再調整以後再去參加志工。

六、年金改革前和年金改革後在休閒規劃上有何不同？

答：我在年金改革前的休閒規劃是每年可以出國參訪一些自己嚮往已久的景點。

或者是規劃一些國內的深度旅遊，與好朋友們一起同遊。可是在年金改革後，就只能設定自己最多一年出國一次。國內的旅遊，就真正喜歡的景點再去就

好，以免過度的花費。

七、您支持此次的年金改革嗎？為什麼？

答：我個人是不支持此次的年金改革。為什麼呢？因為這讓我們這些奉公守法一輩子的基層公教人員不知所措，沒有安全感、有被剝奪感、不信任政府，他們違約、沒誠信。不管基於何種理由要年金改革，都不應蓋漠視我們一輩子的付出，將我們先汙名化，再將年金改革合理化，所以我也參加集體聯署活動，抗議此次這麼粗暴的年金改革。

八、您覺得此次年金改革在您心理上的影響為何？會因此而後悔當初選擇教育生涯嗎？

答：

(一)、此次年金改革在我心裡上次有一些的影響。有什麼影響呢？其實是有被傷害的感覺。感覺沒有安全感，也會憂慮在往後年老體衰的時候，物價又上漲了，沒有足夠的退休俸來支付自己的生活費用，生活品質會低下，真的可能會成為下流老人了。

(二)、我會後悔當初選擇教育生涯嗎？其實，我不會後悔當初選擇這個教育的職業，因為當初就是擇我所愛的。只是，我質疑現任的政府為何如此的短視，要傷害原本最忠心的公教人員，不能夠讓他們放心、安心的在他們的工作上。這樣做對師資的提升，是不是也有傷害呢？

肆、建議

一、您希望政府或學校可以為退休人員在退休生涯規劃上提供哪些協助與服務？

答：我希望我們的政府或者學校可以為退休人員提供一些有關健康、還有休閒等方面的講座，甚至於急難的協助機構還有訊息。也鼓勵退休人員能夠成立退休聯誼協會，讓會員們能夠彼此聯誼、彼此關懷，甚至於一同為社會做一些建設性的服務與關懷，來提升我們社會的友善關係。

二、針對退休生涯規劃，您對未來計畫退休的教師，會給什麼樣的建議呢？

答：我想要對未來計畫要退休的教師們，有這樣子的一個建議，就是還是先為自己買一些穩妥的儲蓄保險，提前培養退休後的一些興趣，還有要保有愉悅的身心，要調整好心態，要多方面考量，為退休生活做了妥適規劃了以後再退休，以免後悔。



受訪者 M1

壹、個人背景

目前年齡	退休年齡	退休年資	退休時擔任的職務	婚姻狀況	健康狀況
61 歲	50 歲	11 年	科任教師	未婚	除了膽固醇 過高外，大 致良好

貳、退休生涯規劃的觀點

一、當初決定選擇教育生涯的理由？

答：當初是因為家境不好，父母無法負擔我們的學費，所以不單是我，後來連我的大弟也和我一樣讀師專，你知道的當時的師專是公費，而且畢業後就會分發學校，馬上就有工作了。

二、您對退休的認知為何？退休對你而言意義是什麼？

答：

(一)、退休就是生活型態的改變，也是一種角色的轉換，也是一種責任的卸除，也表示你年紀大了該交棒給年輕人了。

(二)、退休對我而言最大的意義就是我完成了階段性的任務，不必每天面對永遠改也改不完的作業，永遠在錯誤中重複犯相同錯誤的學生，和永遠只站在自己小孩立場想的家長；每天一直重複的生活型態，終於可以告一段落了！

三、退休金對你而言代表的意義是什麼？

答：退休金就是生活的保障、生活的經濟來源，在我越來越沒工作能力時，政府給我們的保障。是當初政府和我們簽訂的契約條文之一，其實也算是當初我會選擇教書的原因之一吧。

四、是什麼原因讓您決定退休？ 退休年金的給付是否是考慮退休的原因之一？

答：

(一)、就像我前面講的那樣，我覺得教師的地位日益低落，上面常常交代一大堆雜七雜八的事情要我們做，教育政策改來改去，有問題的小孩越來越多，家庭功能不彰，卻要我們概括承受，最可怕的是所謂的恐龍家長，稍不如他意就揚言提告，教育現場對我們來說真的是越來越不友善了，所以一達到可以退的條件，我就馬上提出申請了。

(二)、退休年金的給付當然是考慮退休的原因之一，畢竟後半生都要靠它維持生活了。不過當時因為在職和退休，每個月只相差了幾千元，其他的福利也沒什麼變，所以一到可以退當然就退了，而且還退的很高興，終於不必每天面對調皮搗蛋的學生了！沒想到一下子年金改革砍的那麼狠，想回去也都回不去了，真的是欲哭無淚了！

五、在決定退休之前是否有規劃和期望退休後的生活？

答：在決定退休之前是沒有仔細規劃退休後的生活，我的個性就是如此不會想的那麼多，高興做什麼就做什麼。因為我喜歡爬山，所以在退休的前兩年，我一有空就往陽明山跑，一個人從早爬到晚，從外雙溪爬到文化大學、從文化大學爬到擎天崗、從擎天崗爬到北投，幾乎每一條路我都走過，甚至連人煙罕至的荒野都走過，生活過得還蠻愜意的。

參、年金改革對退休生涯規劃的影響

一、您現在如何安排每天的生活呢？

答：我現在每天早上七點左右出門，趕 7 點 10 分幫同事站導護，然後假如學校有人需要代課，我就會留下來繼續幫忙代課，如果沒有，我就會到附近兩所國小代課，中途若有空堂，我就會到圖書館看看報章雜誌，等到放學再趕回學校站導護。晚上的時間就上上網、看看電視。假日時就會到附近的青年公園爬爬山，或找朋友聊聊天或幫忙的帶小孩。

二、年金改革前和年金改革後在財務規劃上有何不同？

答：因為我現在還要奉養老母親，加上之前因投資失利，損失了一些錢，到

現在資金上還有一些缺口，年金改革後情況就更雪上加霜了。之前我還有去當過大樓警衛，每天工作 12 小時，每個月扣掉勞保、健保和一些福利互助的錢，大概領個 1 萬 7 左右，可是每天只能睡個 4、5 小時，體力吃不消，後來就聽同事建議，乾脆去考代課老師，所以現在就到處代課，或上客語課，或上書法課，不過至少星期六、日還有得休息，感覺輕鬆了不少。還有之前有買過保險，那是透過朋友的朋友介紹的，本來繳著繳著也不覺有壓力，但這一波年金改革的影響下，就覺得是一筆不小的負擔了，再加上當初是因為透過人情的關係才買的，後來感覺對方的態度越來越冷淡，有點愛理不理的樣子，就決定不再繳費了，所以現在身上一張保單也沒有。

三、年金改革前和年金改革後在社會關係規劃上有何不同？

答：我雖然一直沒有結婚，但其實一直有一個小女朋友陪伴在身邊。我本來打算退休後就可以和她過著兩人世界、相依為命的生活，沒想到年金改革風潮一攪局，再加上之前投資失利的財務缺口，我自己都自身難保了，根本也供養不起她；為此我們也爭吵過無數次，她媽媽更是不放心把她女兒交給我，所以就帶她到大陸，因為他們有親戚在大陸開工廠，所以就一起在那邊工作，她在那邊當會計，她媽媽負責煮飯給大家吃，我還是會拼命努力開源節流，努力存錢，希望能再把她追回來。

四、年金改革前和年金改革後在健康規劃上有何不同？

答：我一向是很注重健康保健的，所以一直都有保持健康檢查的習慣。以前都跑長庚，自從輔大醫院開始營運後，就改跑輔大，不過他們的健檢都屬於高階的，都在萬元以上，這兩年為了要省錢，加上長期以來健康檢查的結果都還可以，所以最近就去台北署立醫院檢查那種公教 3500 元的，最基本的那一種，雖然是最基本的，但該有的檢查也都有了。還有就是原本我每天一大早也有去文教中心和人家打太極拳，但後來因為要趕在 7 點 10 分前幫忙同事站導護，怕來不及，就漸漸沒去打拳了。

五、年金改革前和年金改革後在社會參與規劃上有何不同？

答：之前有短暫的在輔大醫院當醫療志工，也在迴龍國中小當圖書館的志工，但現在因為要到處代課，時間不固定，人家排班也不方便，所以除了還在迴龍國中小當圖書館的志工外，就沒有再參加其他志工團體了。再過一陣子吧，等再過一陣子再看看有沒有其他的機會。

六、年金改革前和年金改革後在休閒規劃上有何不同？

答：我剛才說過我最喜歡的休閒活動就是爬山，以前一有空就會往山上跑，反正爬山又不用花什麼錢，接觸大自然又有益身心健康；但現在還是為了要到處兼課賺錢，不得已只好減少去爬山的次數，只能在放假時再去，但是往往在累了一個星期後，好不容易有了休息時間，又想休息不想動了，更何況假日人潮又多了起來。真是…

七、您支持此次的年金改革嗎？為什麼？

答：

(一)、我應該算支持要年金改革

(二)、因為如果不改革的話，怕真的會拖垮整個國家的財政，這樣就真的很對不起其他行業類別的人。但是這次的年金改革真的砍很多，來的又快又猛，又溯及既往，這真是在我剛決定退休時所料想不到的，那時大家都說能退趕快退，以免被波及，結果…，這次的年金改革真是把我害慘了，早知道會變成這樣當初就不應該退的。

八、您覺得此次年金改革在您心理上的影響為何？會因此而後悔當初選擇教育生涯嗎？

答：

(一)、我就很後悔呀！早知道會變成這樣當初就不應該退的。還有就是我們家是一個大家族，我父親有 10 個兄弟，所以每年的紅白帖我們不知包了多少出去，縱使有的真的平時很少有往來，或是感覺已經很生疏了，我們都還是

會不失禮，但去年我父親過世，他們卻都不聞不問，連個表示都沒有，真讓人心寒！我的直覺就是因為這波的年金改革，軍公教被汙名化所導致的結果，感覺我們家在家族的地位已大不如前了！我不知道到底是不是真的因為這樣啦，不過我個人真的是這樣認為。

(二)、我不會後悔當初選擇了教育生涯。因為我是長子，當初家境實在不寬裕，真的供不起小孩念書，還好當初有不用錢的師專可以念，要不然我可能就要被迫去做工賺錢養家了。

肆、建議

一、您希望政府或學校可以為退休人員在退休生涯規劃上提供哪些協助與服務？

答：我希望政府盡量趕快把長照這部分做好，畢竟我是單身，以後就要仰賴長照了。至於學校，我希望學校的退休人員聯誼會，以後開會盡量選在假日來開，要不然很多人都不能出席，像我就是平常都有事，也只有星期六、日有空，所以很多訊息都不知道。

二、針對退休生涯規劃，您對未來計畫退休的教師，會給什麼樣的建議呢？

答：對未來計畫退休的老師，我強烈的建議要先想好、規畫好，最好和家人、朋友商量好再退休。未來的趨勢應該會一直往後延至 65 歲吧，有年紀了，體力大不如前、眼睛也老花了，還要繼續在第一線作戰，真的是很辛苦。但若沒有事先把各方面都規畫好，尤其是健康與財務方面，等到出問題了，你會更辛苦！

受訪者 F2

壹、個人背景

目前年齡	退休年齡	退休年資	退休時擔任的職務	婚姻狀況	健康狀況
55 歲	52 歲	3 年	導師	已婚	大致良好

貳、退休生涯規劃的觀點

一、當初決定選擇教育生涯的理由？

答：當初決定走教職這條路，是因為我大學畢業後，就直接去唸研究所，唸到一半因為身體出了一些狀況，不得已只好休學。就在家靜養的這一段時間，剛好遇到了有國小學士後師資班的招生，因同學的邀約，再加上從事教職原本就是我從小的志願，就抱著試試看的心態去考試，結果就考上了，於是就轉換跑道從事教職。

二、您對退休的認知為何？退休對你而言意義是什麼？

答：

(一)、我覺得退休就是一種新陳代謝。老一輩的人走了，才能夠有新的一批新血輪的加入。這樣子，教育的職場，才可以就像接力賽接棒一樣，一棒接一棒一直傳承下去。

(二)、退休對我而言就像是跑馬拉松的中途休息一樣。在經歷過一段長時間激烈的競爭之後，終於能夠停下來、喘口氣、稍作休息，同時也再充充電，以繼續未完的行程。我覺得退休也像是一種角色的轉換。在人生的漫長道路上。我們必須同時扮演許多角色，而職場上的角色是最主要的角色。退休了，就表示你可以放下了最主要的角色，那你也可以去選擇其他的角色。有一點轉換跑道的意思。

三、退休金對你而言代表的意義是什麼？

答：我覺得退休金就像是一種酬勞的遞延。雖然現在我們已經從職場離開了。

可是我們將一生中最精華的部分，貢獻在職場上所，以在退休之後，也應該得到對等的照顧，所以就好像是在職時薪水的概念。同時退休金也像是一種保障，也因為有了這層保障，所以當初在眾多的選擇工作中，我才會捨棄其他薪水更優渥的工作，選擇教職的工作。因為知道退休後有充裕的退休金可以繼續維持我的老年生活。

四、是什麼原因讓您決定退休？ 退休年金的給付是否是考慮退休的原因之一？

答：

(一)、我會決定退休的原因之一是因為年紀慢慢大了，體力真的是大不如從前了。其次我覺得，教育的環境真的越來越糟糕，我們被賦予太多的責任，可是相對的權利卻一直的被剝奪，我們承擔的責任，甚至連許多家庭教育的範圍，也變成是我們要承擔的責任，真的是會有力不從心的感覺。第三，退休制度的政策一直有爭議，一直有疑慮，讓人不放心。第四，看到學校代課老師越來越多，年輕的一輩想進卻進不來，想想可以退，還是退了吧。

(二)、退休年金的給付當然是退休時考慮的重要原因之一。因為退休之後，對我來說，退休金可能就是唯一的收入，是生活的最後保障。所以，退休年金的給付，對我來講，當然是很重要的一環。

五、在決定退休之前是否有規劃和期望退休後的生活？

答：在決定退休之前，是有做一個初步的規劃。因為在職期間時間太趕、太忙，所以一直找不出時間來運動。所以退休之後，我希望早上能有時間去運動。然後就回家做個稱職的家庭主婦，整理家庭、料理三餐。有空的時候可以去當當義工，晚上的時候，也可以去福智上上課，或是去學學畫畫和書法，就是做自己的興趣，而一直沒有時間去實踐的。

參、年金改革對退休生涯規劃的影響

一、您現在如何安排每天的生活呢？

答：我現在大概每天的行程就是，早上一大早去公園打打太極拳，打完之後，

回家就順道到菜市場去買菜，然後回家料理家務、煮好三餐。下午或晚上的時間在社大或上福智的課，其餘的空餘時間若福智有法會或是活動，我就會去參加或是當義工。

二、年金改革前和年金改革後在財務規劃上有何不同？

答：年金改革前和年金改革後，我在財務規畫上最大的不同是，在年金改革前，我長期都有在買股票和投資基金，可是在年金改革後就很少在買股票了。因為覺得收入變得很不穩定，很沒有安全感；至於基金部分也幾乎都賣掉了，只剩下兩檔比較穩健型的基金沒有賣掉。還有就是因為現在台灣的教育環境越來越不好，原本打算讓女兒大學就到美國念書，現在可能要有所改變了，老本越來越少，只好等到念研究所才能到國外念了，對於這一點我也一直感到很困擾，不知該如何是好。

三、年金改革前和年金改革後在社會關係規劃上有何不同？

答：因為父親年紀大了，住在安養院，也常常進出醫院。在年金改革之前，父親的看護費和住安養院的錢，因為我是長女，又是公家機關退休有退休金領，都是由我一個人負擔的。可是因為要年金改革，我就要求兄弟姊妹也要幫忙平均分攤，或是希望他們也多少能夠分攤一點。可是因為一直以來都是我一個人出的，所以他們也習慣這樣的方式。現在我要求他們也要出一份力，他們常以現在經濟不景氣、家庭負擔重為由推託、不能接受。所以我們常常因為這個問題，而有所爭吵，造成我們兄弟姊妹間的嫌隙越來越大，這也是我所始料未及的，感覺真的很無奈。

四、年金改革前和年金改革後在健康規劃上有何不同？

答：其實我一直以來都是健身房的會員，這樣比較方便，每天我只要有空，不管任何時間，就可以去健身房運動，因為我有空的時間比較不固定，又可以避免掉日曬雨淋的困擾。可是，在年金改革之後，突然覺得這一項的開銷是可以省略的，突然覺得這一項的開銷好像是浪費的，所以半年前我會費到

期後就不再續約了。現在我還是會運動，可是就是早上打打太極拳，或是晚上到附近的學校去跑操場，這是最大的改變。其次，以前聽人家介紹說吃什麼好，補充什麼營養素可以預防什麼疾病，就會去購買，現在也改掉這種毛病，反正飲食均衡，保持運動的習慣就好，不再隨便浪費錢了。

五、年金改革前和年金改革後在社會參與規劃上有何不同？

答：其實因為我已經退休了，所以一直以來只要學校有需要代課，都會找我，問我可不可以短代。剛開始覺得好不容易可以休息喘口氣，又要重回職場，感到有些厭倦，所以幾乎都能推就推。可是最近一年多來，如果學校有需要人代課的話，我還是會偶爾去兼差賺賺零用錢。退休後有時間，就是會去學校當圖書館的義工或導護義工，也會去福智參加義工的團體。可是年金改革之後，如果學校有需要人代課的話，我還是會去。也因為較常去代課了，所以義工方面因為有時時間衝突，所以去的次數就沒有那麼頻繁了。

六、年金改革前和年金改革後在休閒規劃上有何不同？

答：年金改革前我們全家每年的寒暑假，都會規劃一趟國外長程的旅行。原以為退休後，時間多了，就不必跟人家擠寒暑假，不但機位難定，團費也比較貴。

可是年金改革之後，每年寒暑假的國外旅行就改為一年一次。其實，就是為了節省下不必要的開銷。還有在年金改革前。我們全家常常會三不五時就到餐館吃飯，年金改革之後，上餐館的次數就明顯減少了，在家自己煮的次數就明顯增多了。還有就是年金改革之後，也比較少去逛街買衣服，一方面覺得反正現在也沒有在正式工作，另一方面也就是最重要的，就是覺得那些錢真的都應該要省下來，不能隨便浪費掉。

七、您支持此次的年金改革嗎？為什麼？

答：我並不贊成這次的年金改革。為什麼呢？因為政府的說法是說，年金改革若不改革會破產。可是，看看近年來政府的施政、用錢的方向，真的是

很多民脂民膏都被浪費在不需要或莫名其妙的地方。第二，為什麼唯獨我們老師被砍得最兇？連補償金都被砍了。勞保會最先破產，可是到目前為止卻沒有要改革的意思，這不是很不公平嗎？讓我覺得這次的改革很有針對性，所以心裡很不舒服。第三，為何我們的退休基金，可以被任意拿出來護盤？為何操作績效會那麼差？而且也因為這次的年金改革，讓我們老師揹負了很多的污名，莫須有的污名，所以我不贊成這次粗暴的年金改革。

八、您覺得此次年金改革在您心理上的影響為何？會因此而後悔當初選擇教育生涯嗎？

答：

(一)、這次的年金改革，讓我感覺自己好像是一個被利用完就可以丟掉的替代品，一個他們用來做政治鬥爭的犧牲品。我心理上會有很受傷、很不被尊重、甚至很不值的感覺。

(二)、雖然我很不認同這次的年金改革，實際上，我們也真的被砍了很多、損失了很多。但是我會因此而後悔當初選擇教職生涯嗎？我的回答是不會。因為很簡單，擇你所愛、愛你所擇。其實教書一直都是我的夢想，這輩子能夠實現我的夢想，我覺得已經夠幸運的了。雖然在教書的生涯當中，承受了很多的壓力，也承受了很多的委屈；但是畢竟我們也替社會盡了一份心力，算是對社會有所貢獻、有所回饋了。所以覺得心裡還是值得安慰的，並不會因年金改革而後悔當初選擇教育生涯。

肆、建議

一、您希望政府或學校可以為退休人員在退休生涯規劃上提供哪些協助與服務？

答：我希望政府或學校能夠針對退休人員，定期或不定期的舉辦一些活動。比如說電腦、插花、運動，之類的活動；或是有關生活方面的講座，或是政策、政令、福利方面的宣導活動。讓退休人員也能即時掌握最新訊息，跟得上社會脈動，不會感覺被社會所遺忘或淘汰。

二、針對退休生涯規劃，您對未來計畫退休的教師，會給什麼樣的建議呢？

答：我想給準備退休的老師的建議是：真的要想好了、規劃好了，再提退休。不要因為一時的衝動，而做出退休的決定。因為現代人的餘命都還很長，要有充足的規劃與準備，才不會白白浪費了寶貴的生命，或讓自己的萬年陷入不好的境界當中，再要後悔，就已經來不及了。



受訪者fml

壹、個人背景

目前年齡	預定 退休年齡	目前 擔任的職務	婚姻狀況	健康狀況
53 歲	58 歲	資源班教師	已婚	除了有一些 慢性病外， 大致良好

貳、退休生涯規劃的觀點

一、當初決定選擇教育生涯的理由？

答：因為小時候曾經在國小的時候，擔任老師的小幫手，負責學校的板書。那時候老師有常常稱讚我說，我的字寫得很工整、很漂亮。然後老師就說那以後你長大蠻適合當老師的，這時候在我幼小的心中，已經種下了一顆小小的種子；再加上大學的時候念的是中文系，所以理所當然，也很順利的，畢業以後就從事教職的工作。

二、您對退休的認知為何？退休對你而言意義是什麼？

答：

(一)、我覺得退休一種重心的轉移，你原本的生活重心都是在工作上，每天早出晚歸的，不管你喜歡不喜歡、願意不願意，但退休後就不必每天過這樣的生活，是全新生活的開始，你想做什麼就可以做什麼，幾乎可以完全掌控自己的生活，不必被工作上的總總所羈絆。

(二)、我覺得退休對我而言意義就是自由。退休以後就是可以不受時間的約束，可以做自己喜歡做的事情。

三、退休金對你而言代表的意義是什麼？

答：我覺得退休金就是有點像老年年金一樣，在我為工作付出了一段歲月後，達到了一定的資格，比如說年齡或年資，所應領受的類似老年年金。而這筆

錢可以足以應付我退休後的老年人的生活，然後不必因為退休之後少了薪水的這一份收入而感覺捉襟見肘的生活。

四、是什麼原因讓您決定退休？ 退休年金的給付是否是考慮退休的原因之一？

答：

（一）、是身體的狀況，還有工作的壓力。感覺身體的狀況和工作的壓力剛好成反比，視力、體力等等各方面一天不如一天，但工作量和壓力卻越來越大，感覺身體沒辦法繼續負荷。

（二）、退休年金的給付當然是考慮退休的原因之一。年金改革，然後讓我越不敢考慮退休。覺得自己的退休規劃，又必須要延後。因為怕退休之後，然後生活的品質會下降，所以不敢考慮太早退休。

五、在決定退休之前是否有規劃和期望退休後的生活？

答：退休之前，一定是會有做一定的退休規劃，比如說想回鄉下，回歸田園生活，想去慈濟當義工，想去一趟國外的長程之旅，不過也等到小孩可以獨當一面的時候才會考慮真正的退休時間。

參、年金改革對退休生涯規劃的影響

一、您目前的工作現況為何（如工作壓力、工作滿意度…等）？ 有因年金改革而影響您的工作價值觀嗎？

答：

（一）、因我目前的工作現況是資源班老師，每天面對的就是有特殊狀況、有特殊需求的小朋友，不論是安全的照顧、課程的設計或是和家長的溝通上，都要經過特別的安排與設計，再加上上面交代、承辦的事情也越來越多。畢竟隨著年紀的增加，身體狀況不再是年輕時候，所以覺得教師這份工作的壓力越來越重。這也是我考慮退休的主要原因。

（二）、有因為年金改革影響你的工作價值觀嗎？有啊。因為原本感覺教職的這份工作有一份使命感在，但是就社會大眾因為年金改革吵得沸沸揚揚之後，

覺得社會大眾對教師的這一份工作，我覺得沒有像以前那麼的尊師重道。覺得，大家覺得教師也只是一份工作而已，所以等於我們跟勞工是一樣的，只是在執行從事一份工作，沒有特別的使命感可言。

二、年金改革前和年金改革後在財務規劃上有何不同？

答：原本我已經打算要提退休了，現在不但退不成，還要辛苦的去唸研究所，提高學歷，這是最大的改變。因為年金改革後，擔心退休之後的經濟壓力，所以我下定決心要繼續念研究所，然後增加自己的學術提敘，這樣才能開始存錢，然後應付未來的生活。

三、年金改革前和年金改革後在社會關係規劃上有何不同？

答：現在社會氛圍在尊師重道的這一塊，漸漸的有感覺，不再像是當初二十幾歲入行時候的社會的觀感，所以漸漸的，自己也有所體悟。然後，對這份工作慢慢的，慢慢的可以去了解，社會大眾對教師的這份工作的想法是什麼？盡量不去讓自己站在社會大眾的對立面。尤其是在寒假暑假，我們教師放假的這一段時間，不敢張揚說自己的身分，盡量避免社會觀感對我們感覺不好。然後在親子方面的，然後在孝親方面，年金改革前，我覺得以目前的經濟能力，然後可以給長輩的孝親費，應該可以逐年增加。但是因為年金改革，孝親費變成持平了好幾年，也擔心以後會不會不增反減，引起妯娌的嫌隙。

四、年金改革前和年金改革後在健康規劃上有何不同？

答：前幾年因應年金改革，就有保險業務員一直來推銷保險，感覺年金改革後生活的保障短少了很多，必須要再為自己的老年生活多買保險和長照的計畫。所以最近自己是有加碼了看護險的部分。

五、年金改革前和年金改革後在社會參與規劃上有何不同？

答：原本計畫說，在退休之後要從事全職志工的工作，但是隨著年金改革後，可能沒辦法全然都是從事志工的工作，必須要再另外找兼職的工作，貼補退休年金的不足。因為志工排班上有困難，無法配合你兼職的時間，所以肯定

當志工的時間勢必會大受影響。

六、年金改革前和年金改革後在休閒規劃上有何不同？

答：年金改革前有計畫一年大概兩次的長時間的旅遊，一次國外一次國內；可是年金改革之後，可能要把花費比較重的休閒旅遊上面做調整，那可能要多採一些自助旅遊的方式，或以短程取代長程，或減少次數，減少購物行程，以節省旅遊的費用。

七、您支持此次的年金改革嗎？為什麼？

答：

(一)、我是採部分的支持。

(二)、因為知道社會大眾的聲音，希望共體時艱，那我們也可以體諒，所以我支持的是年金是可以被改革的。但是我不支持粗暴式的改革，因為他一次的幅度，調整的太多了，讓我有措手不及的感覺，我希望以較溫和、漸進式的方式來做調整。

八、您覺得此次年金改革在您心理上的影響為何？會因此而後悔當初選擇教育生涯嗎？

答：

(一)、當社會大眾在吵得沸沸揚揚的時候，感覺對教師的工作已不再是尊師重道了。

感覺社會大眾看待你的，教師只是一份工作，而不再是揹負著一份神聖的使命。感覺蠻失落的。

(二)、那會後悔當初選擇教育生涯嗎？在吵的正嚴重的時候，自己心理上的確有不同的想法，覺得當初如果是選擇別的公職的工作，可能不至於被罵得這麼慘，覺得好像自己沒什麼尊嚴了。

肆、建議

一、您希望政府或學校可以為退休人員在退休生涯規劃上提供哪些協助與服務？

答：我希望在退休之後，最重要的在醫療方面，可以有一定的保障。也就是老年的長照部分，希望政府能趕快規劃一套完整的制度並落實。然後在自己的身體許可之下，如果可以發揮所長，回學校兼課的話，希望不要有時數的限制。因為在還年輕、在身體可以負擔狀況之下，我可以多兼幾堂課，那漸漸的身體不允許之下，可能你兼的堂數就會慢慢變少，這個希望政府有不同的規定，可以較彈性的調整。

二、針對退休生涯規劃，您對未來計畫退休的教師，會給什麼樣的建議呢？

答：我覺得要有財務的完整的計畫，然後作好老年保險的準備，而且要讓自己的身體照顧好，不要造成下一代的負擔，所以自己要有固定的運動的習慣，然後飲食也要改變走清淡的路線。然後固定有社會參與的團體活動，比如說，自己所信仰的宗教方面，可以讓自己在心靈上面獲得充足。然後調整自己退休後的心態，不要讓日子一天過一天，茫茫然不知何所從，白白浪費了寶貴的生命。所以我覺得這幾點滿重要的。

受訪者fm2

壹、個人背景

目前年齡	預定 退休年齡	目前 擔任的職務	婚姻狀況	健康狀況
51 歲	58 歲	導師	已婚	良好

貳、退休生涯規劃的觀點

一、當初決定選擇教育生涯的理由？

答：應該說是家庭因素吧。因為我是南部人，在南部老一輩傳統的觀念中，教書就是女孩子最好的職業的選擇。當然我也不排斥啦，所以就這樣順理成章就走上了教職這條路。

二、您對退休的認知為何？退休對你而言意義是什麼？

答：

(一)、我覺得退休就是離開你原本正式的工作，從工作場域中完全的退出，對工作的事不再過問，然後開始了另一段新的生活，和原本工作完全不一樣的新的生活型態。

(二)、退休對我而言，就是終於可以真正的做自己。過自己想要的生活、做自己喜歡的事情。

三、退休金對你而言代表的意義是什麼？

答：我覺得退休金就有點是像在繳保險的概念。我們每個月都會扣一筆錢存到退撫基金去，那相對政府也會撥一筆錢。等到退休之後，這筆錢就變成我們的退休金，所以就有點像在買保險，或零存整付的概念。就是你先繳錢。等到退休之後，再還本給你的感覺。

四、是什麼原因讓您決定退休？ 退休年金的給付是否是考慮退休的原因之一？

答：

(一)、讓我考慮退休的原因，就是因為累了。在這麼多年的教育生涯後，感

覺真的累了。體力大不如前，而且小孩子越來越難管教，上面對我們的要求也越來越多，教育的政策又是一變再變，社會氛圍也變了，動則得咎，感覺整個大環境，越來越不友善，教育現場越來越難以適從。所以我才會說累了，身心都感到極度的疲倦。

(二)、退休年金的給付當然是考慮退休的原因之一，他是維持退休後生活基本保障。也就是因為這樣，這幾年一直在吵年金改革，一直在吵年金改革，也一直沒有個結論出來，所以一直觀望，不敢提退休，因為覺得退休的準備金存的還不夠；沒想到就在我終於可以提退休的時候，年金改革也終於拍板定案，我又被迫要繼續留在職場，而且以後退休金被砍的剩下更少了！

五、在決定退休之前是否有規劃和期望退休後的生活？

答：有啊。因為爸爸年紀大了，現在卻自己獨居在南部，靠一位印傭在照顧他。哥哥和嫂嫂工作又忙，無法常常回家探望，所以我非常擔心爸爸的起居生活，沒有人好好照料。所以原本希望能趕快退休，然後回去好好的照顧爸爸，和爸爸作伴。可是現在一切的計畫全都落空了，這是讓我一直耿耿於懷，非常擔憂的現況，但也真的很無奈！

參、年金改革對退休生涯規劃的影響

一、您目前的工作現況為何（如工作壓力、工作滿意度…等）？有因年金改革而影響您的工作價值觀嗎？

答：

(一)、我目前擔任的是四年級的導師。每天要照顧全班二十六位小朋友，要面對二十六位小朋友後面的家長。不知道為什麼，班上的有問題的小朋友，不管是家庭問題，或是過動的問題，或是情緒障礙的問題，真的是越來越多，再加上交辦的行政事項多如牛毛，教育政策又一變再變，讓我覺得疲於應付，感覺工作壓力真的越來越大。

(二)、我覺得教育工作是社會發展很重要的一環，雖然在年金改革上，可以

很明顯的感受到社會大眾對我們的不諒解，甚至是不友善或是敵意。但是並不會影響我對於教育工作的價值觀，因為我覺得教育工作是十分重要的，也是非常有價值的，並不會因年金改革而有所改變。

二、年金改革前和年金改革後在財務規劃上有何不同？

答：這可以分成開源和節流兩部分來說。在開源部分，我聽從朋友的建議開始投資定期定額的基金，還有我會把家中用不到的東西，上網去拍賣，而不是直接丟掉；在節流方面，以前，固定夏季和冬季換季的時候，會定期的到百貨公司去買衣服，每年的治裝費，都是一筆可觀的開銷。這兩年強迫自己改變觀念，衣服夠穿就好，不必要每年一定要添購新衣，不必要跟隨快時尚的潮流。還有最近我也把客廳的大冷氣拆掉，以後在客廳就改吹電風扇就好，以免大空間浪費不必要的電源，也可以順便做到節能減碳。

三、年金改革前和年金改革後在社會關係規劃上有何不同？

答：我們家是雙薪家庭，從結婚以來，家中的所有開銷，包括水電費、電話費、伙食費、補習費等等，都是由我支出，我先生他則負責房貸和車貸。但是房貸和車貸只會越來越少，而生活開銷的支出卻只會越來越多。也因為最近這一波的年金改革，讓我有種被剝奪的感覺，感覺錢好像會變得越來越少，很有危機感，所以就提出要他也一起分擔生活費的要求。但是他一直認為，長期以來我們的分工就是如此，為何現在要有這樣的轉變，而遲遲不肯接受。我們為了這件事，也已經吵過好多次。

四、年金改革前和年金改革後在健康規劃上有何不同？

答：在健康的規劃上，我有兩點很大的轉變。第一就是每兩年的公教健康檢查，我以前常常會覺得偷懶、沒有那個必要，而忽略不去檢查。但是自從年金改革之後，比較有危機感，所以以後的兩年一次公教的健康檢查，我一定都會去。第二個是因為這一波年金改革吵得人心惶惶的，所以兩年前，我聽從保險業務員的建議加保了看護險。

五、年金改革前和年金改革後在社會參與規劃上有何不同？

答：原本打算今年或明年就可以退休，然後可以加入宗教團體的全職志工。但是因為年金改革後，把退休年齡往後延到了五十八歲，所以我想參加全職志工的規劃，就無法實現了。

六、年金改革前和年金改革後在休閒規劃上有何不同？

答：原本以為，如果順利在這一、兩年內退休的話，就可以順道和即將計畫去美國讀書的女兒，在美國住一陣子，體驗一下美國人的生活，再回來；在每年規劃的國外旅遊時間，也終於可以避開寒暑假，而選擇平常上班日，就不用跟人家擠買機票，也可以避開人潮、避開較貴的住宿費。但是這一切的計畫，因為年金改革而全破滅了。

七、您支持此次的年金改革嗎？為什麼？

答：

(一)、我不支持這次的年金改革。

(二)、為什麼呢？有兩個最主要的原因：第一個就是他改革的幅度太大、也太突然了，打亂了許多我原本的人生規劃，讓我措手不及，例如我前面說的，不能如願的回去照顧年邁的父親，這將造成我終身的遺憾。第二，這次的年金改革，既不公平、也不正義。為什麼會先破產的勞公保險不先改革，而卻先拿最後才會破產的我們先開刀？改革的版本當中又選對我們不利的版本，這分明就是刻意的、有選擇性的改革。

八、您覺得此次年金改革在您心理上的影響為何？會因此而後悔當初選擇教育生涯嗎？

答：

(一)、此次的年金改革，不但在金錢上讓我們損失很多，更在心理上讓我們造成很大的傷害，嚴重打擊了老師們的士氣。因為要將這次改革合理化，所以不惜一直往老師身上抹黑，造成社會大眾對老師的敵意，還有職業別之間

的對立，造成社會的混亂。老師地位在現今社會上已經不高了，經過這次年金改革的對立衝突之後，老師在社會上的地位，更是一落千丈。想當初在十幾二十年前，當別人問到我的行業時，我會很光榮的說出我是老師。但現在當別人問起我的行業時，我總是輕描淡寫、含混其詞略過，甚至不敢承認自己是老師，以免引來不必要的酸言酸語。

(二)、會因此而後悔當初選擇教育生涯嗎？會的。如果時間可以重來，我寧可選擇在大學畢業的時候，繼續出國深造或進入外商公司工作，也好過到現在老驥伏櫪時，還要背上米蟲的罵名。

肆、建議

一、您希望政府或學校可以為退休人員在退休生涯規劃上提供哪些協助與服務？

答：我希望學校可以幫我們成立退休人員聯誼會之類的常設性組織。可以定期召開聚會，或任何形式的活動，大家聯絡一下感情、交換一下生活心得、也順便可以將政府最新的措施，宣導給退休人員知道。當退休人員在生活上遇到任何困難時，也好有個求助的窗口。還有希望政府不要嚴格限制退休教師代課限制，讓我們以後也能回來代課的機會。

二、針對退休生涯規劃，您對未來計畫退休的教師，會給什麼樣的建議呢？

答：最重要的就是身體要健康。不管於是選擇繼續教書或退休，都要有個健康的身體，才是最根本的，所以運動和規律的生活很重要。學校有許多提供給老師運動的社團，不管是瑜珈、羽球、柔力球或是太極拳，選擇一個加入吧。第二，如果真的要選擇退休，真的要把退休生涯規劃做個全面性的、完善的安排，千萬不要貿然提退休。因為現在退休教師的福利，真的已經比以前少掉很多。據我所知，很多退休的同仁，經過這一波年金改革後，經濟一下變得吃緊，都很後悔當初為什麼不再撐一下，如果不要那麼早就退休，就不會讓自己現在處於進退不得的窘境當中了。

受訪者 m1

壹、個人背景

目前年齡	預定 退休年齡	目前 擔任的職務	婚姻狀況	健康狀況
56 歲	60 歲	導師	已婚	有慢性疾病

貳、退休生涯規劃的觀點

一、當初決定選擇教育生涯的理由？

答：因為從小到大接觸很多的老師，在教小朋友，自己慢慢地也喜歡上去服務別人，指導別人，所以就喜歡上教育這個工作。

二、您對退休的認知為何？退休對你而言意義是什麼？

答：

(一)、我認為退休就是你在某一個機構服務了一段時間之後，慢慢的年紀大了，體力也越來越差了，所以就必須要退下來，讓新的人進來。

(二)，退休對我來說，就是指年紀大了，體力不堪負荷。所以就退下來開始過比較輕鬆、休閒的生活。但仍可將你的智慧、經驗做傳承，所以只是轉換了另一個跑道，還是可以繼續服務別人。

三、退休金對你而言代表的意義是什麼？

答：是一種養老生活的保障，讓你在老年生活中有足夠的金錢照顧到你的衣食、健康等方面。

四、是什麼原因讓您決定退休？ 退休年金的給付是否是考慮退休的原因之一？

答：

(一)、不會是因為退休年金制度的改革而考慮退休，是因為自己覺得在衡量身體狀況和需求，會覺得應該要休息就休息了。

(二)、那退休年金給付不是考慮的重點。

五、在決定退休之前是否有規劃和期望退休後的生活？

答：我期望退休後的生活是比較輕鬆、悠閒的生活，而不再過朝七晚五的緊張忙碌生活。我希望能夠去運動，養成每天早起運動的好習慣，保持身體的健康。也希望能夠去圖書館當義工。更希望把身體練好了之後，能實現我和太太想要每年騎摩托車環島的心願。

參、年金改革對退休生涯規劃的影響

一、您目前的工作現況為何（如工作壓力、工作滿意度…等）？有因年金改革而影響您的工作價值觀嗎？

答：

（一）、我目前是擔任六年級的導師。每天面對堆積如山的作業待批、一堆學生的行為問題要和家長溝通協調、這學期要舉辦的畢旅、校外教學、拍畢業冊、學校運動會表演、競賽的活動、藝文活動、畢業考、畢業典禮……，每天回家第一件事就是直接躺平，工作壓力就可想而知了。

（二）、不會。會受影響的是工作上是不是進行得很順利，然後在職場上自己的專業上是否能發揮；教育是一種志業，所以不會因為年金改革而有所動搖。

二、年金改革前和年金改革後在財務規劃上有何不同？

答：為了因應年金改革後收入會大為縮減，所以我現在股票也不敢買了，也規劃退休後希望能再回學校代課，賺一些零用錢補貼。還有，原本全家每周都要上館子聚餐的習慣，現在也漸漸改了。

三、年金改革前和年金改革後在社會關係規劃上有何不同？

答：原本打算 55 歲退休搬回高雄陪伴年邁的雙親的，就這麼剛好遇上年金改革，擔心退休後年金大幅縮水，無法支付生活開銷，只好繼續留任，也無法回去陪父母了。

四、年金改革前和年金改革後在健康規劃上有何不同？

答：因為我本身有慢性疾病，醫生有說每三個月要定期追蹤，以前皮皮的總是一年、二年才回診一次，現在會怕了，萬一再發作，醫療費可能就吃不消

了，所以現在都乖乖聽話，每 3 個月回診一次。

五、年金改革前和年金改革後在社會參與規劃上有何不同？

答：原本打算退休後要和朋友一起組感覺統合訓練社、想學中醫針灸，現在退休年齡延後，被迫留任，也開不成、學不成了。

六、年金改革前和年金改革後在休閒規劃上有何不同？

答：應該這樣講，年金改革後退休金一定大幅縮水，旅遊休閒規劃對我來說，應該重要性是排在所有的規劃後面，所以應該會是所有的規劃之後，還有多餘的時間、金錢才會考慮休閒規劃，不過我看，除了我們家族一年一度的家族國內旅遊我還可以跟得上之外，我們家的年度國外之旅，可能要大幅縮短行程了。

七、您支持此次的年金改革嗎？為什麼？

答：

(一)、不支持。

(二)、我覺得過程不謹慎，政策宣導也不充足，大家對改革方案、計算公式與內容大都懵懵懂懂、不太了解；但一般民眾誤以為全部退休金都可以 18%，造成雙方誤解與對立，所以我不支持。

八、您覺得此次年金改革在您心理上的影響為何？會因此而後悔當初選擇教育生涯嗎？

答：

(一)、在心裡上會覺得很受挫，感覺不被重視的感覺。

(二)、會因此而後悔選擇教育生涯嗎？不會。因為我覺得教育就是一種志業，並不會因為年金改革的影響，而有所動搖。

肆、建議

一、您希望政府或學校可以為退休人員在退休生涯規劃上提供哪些協助與服務？

答：以軍公教來說，在公教部分，從民國八十四年凍省以後，對於退休人員

的照顧就沒有一個特定的單位。但是像軍人的話，就有像退輔會，可以提供一些福利照顧他們的退休後的生活。很希望可以像以前省政府時代成立的某些單位可以協助一些事情。比如說當年的公教的一個小單位，他們就協助大家集資少量的錢，成立了教師會館，讓所有的老師出外的時候，可以有一個暫宿的地方。我的意思是說有一個提供退休教師服務的專責單位。

二、針對退休生涯規劃，您對未來計畫退休的教師，會給什麼樣的建議呢？

答：年金改革後退休的年齡勢必一直延後，所以到了可以退休的時候，年紀應該是比之前可以退休或現在已經退休的人要大很多，那也不要因為看別人都退了，就急著想退休。畢竟退休後的生活還很漫長，所以一定要有全面性的規劃才可以提退休。但退休了就要以積極的態度面對退休，把退休視為人生的另一個階段的新生活的開始，妥善的規劃，仍然可以繼續創造出人生另一個層面的價值和意義的。