

野外獨處課程對山野活動學習者 體驗價值之影響

淡江大學
黃谷臣





研究動機與目的

Background

- 課程特性
- 向山致敬政策
- 山野教育的推動

文獻探討

Literature Review

- 山野活動的動機與價值
- 方法目的鏈理論 (Means-End Chain theory)
- 野外獨處 (Wilderness Solo)



山野活動的動機與價值

- 山林活動(步道健行、登山、露營、溯溪等)約佔國人遊憩活動的14.4%(交通部, 2018)



- 林玫君, 2006

Means End Chain

- Gutman 1982所提出的消費者行為理論
- 探討個人價值取向與選擇產品之關係
- 質性訪談、內容分析及階層價值圖分析
- 目的地選擇(Alison & Maree, 2005)、自然體驗(林慧年等, 2016)、
繩索體驗(Goldenberg et al., 2000)、水域活動(黃仲凌, 2011)、
登山健行(林喜雯等, 2015)

野外獨處 (Wilderness Solo)

- 文化意涵極為多元，存在於原住民文化或是宗教儀式中 (Smith, 2005)
- 排除人為干擾的自然環境中獨自地與其自我相處，會有較深刻的體驗經驗 (Knapp & Smith, 1994; Daniel et al., 2006)
- 獨處分為靈境追尋式、自發性簡單式、野外求生式及反思性獨處 (Angell, 1994)
- 獨處可以提升創造力、自我覺察、發現潛能、同理心、凝聚力與環境意識的反思 (Koch, 1994; 陳祖欣, 2013; 蕭如軒, 2009; 黃韞臻、林淑惠 2009; 阮璟雅等, 2016; 吳崇旗與陳郁璿, 2010; 洪瑋蔓、謝智謀, 2011)

研究問題

- 學生所認知山野活動之屬性、結果與價值為何？
- 學生對活動屬性、結果與價值之階層關係為何？
- 野外獨處經驗是否會影響參與山野活動價值？



研究方法

Research Methodology

研究對象

- 山野活動與環境探索的課程學生為研究對象，選課人數30名，完成課程者26名(11名女性，15名男性，平均年齡21.65歲)，13名學生參加野外獨處體驗活動。



研究場域



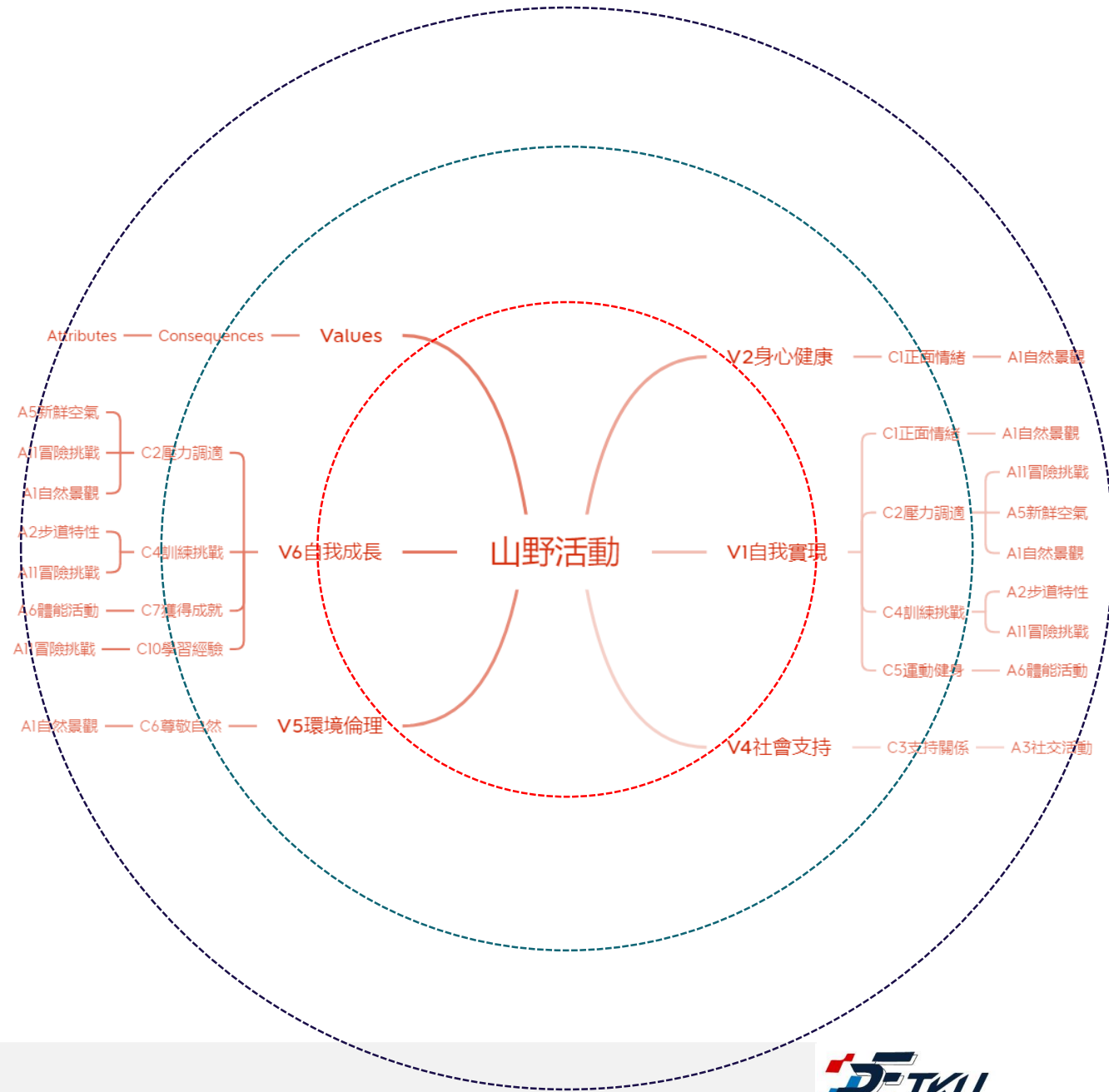
- 720林道位，思源啞口附近，距武陵農場約10分鐘，海拔高度約2000公尺
- 羅葉尾山登山支線，鮮少有登山客經過可避免人為干擾，該處環境適合進行獨處活動。

MEC研究步驟

- 學期初、末各進行一次階梯式訪談
 - Step1：誘出屬性
 - Step2：進行深入訪談
- 學期中：山野活動+獨處體驗
 - 獨處日誌、反思分享
 - 行為觀察

資料處理與分析

- 內容分析
- 類目建構
- 蘊含矩陣
- 價值階層圖



類目建構

• 屬性

- 自然景致
- 步道特性
- 社交活動
- 天氣狀況
- 新鮮空氣
- 體能活動
- 可及性
- 獨立思考
- 表達能力
- 冷靜謹慎
- 冒險挑戰
- 專業技能

• 結果

- 正面情緒
- 壓力調適
- 支持關係
- 挑戰訓練
- 運動健身
- 尊敬自然
- 獲得成就
- 珍貴回憶
- 風險知覺
- 學習經驗

• 價值

- 自我實現
- 身心健康
- 美好生活
- 社會支持
- 環境倫理
- 自我成長

蘊含矩陣

		結果										價值					
層級	編碼	C1	C2	C3	C4	C5	C6	C7	C8	C9	C10	V1	V2	V3	V4	V5	V6
屬性	類目																
	A1	01.00	01.00			04.00	02.00	11.00		07.00	03.00	00.03			00.03		00.03
	A2									03.00			00.01				
	A3	01.00		05.00		01.00		04.00				00.03			00.02		00.03
	A4																
	A5																
	A6	01.00	03.00			03.00		05.00		01.00							00.03
	A7																
	A8							02.00		02.00	02.00				00.01		00.03
	A9													00.02	00.02		
	A10		01.00							03.00		00.01					00.03
	A11				01.00							00.02			00.02		00.03
	A12					02.00					06.00						
結果	C1									02.00						02.00	01.01
	C2					01.00				01.00				00.01		01.00	03.00
	C3					01.00									04.00		
	C4		01.00									01.00					
	C5											06.04			02.02		05.02
	C6															02.00	
	C7											08.02	01.00		05.00		09.03
	C8																
	C9					01.00		01.00					05.00		04.01		06.00
	C10	02.00			01.00							02.03			01.03		07.09

- 計算A-C-V鏈結關係之次數。
- 若A與C、C與V直接相鄰，則屬直接關係；若A與V則須透過C才加以連結，代表A與V屬間接連結。
- 小數點前代表直接關係的數目，小數後表示間接關係的數目。
- 灰底表示大於截取值。

截取值

蘊含矩陣分析中，直接關係大於設定截取值者以灰底表示，即為欲保留之數值，依Gengler與Reynolds (1995) 建議，為精簡HVM圖形時可將截斷值設為3以上且保留70%資料為原則。

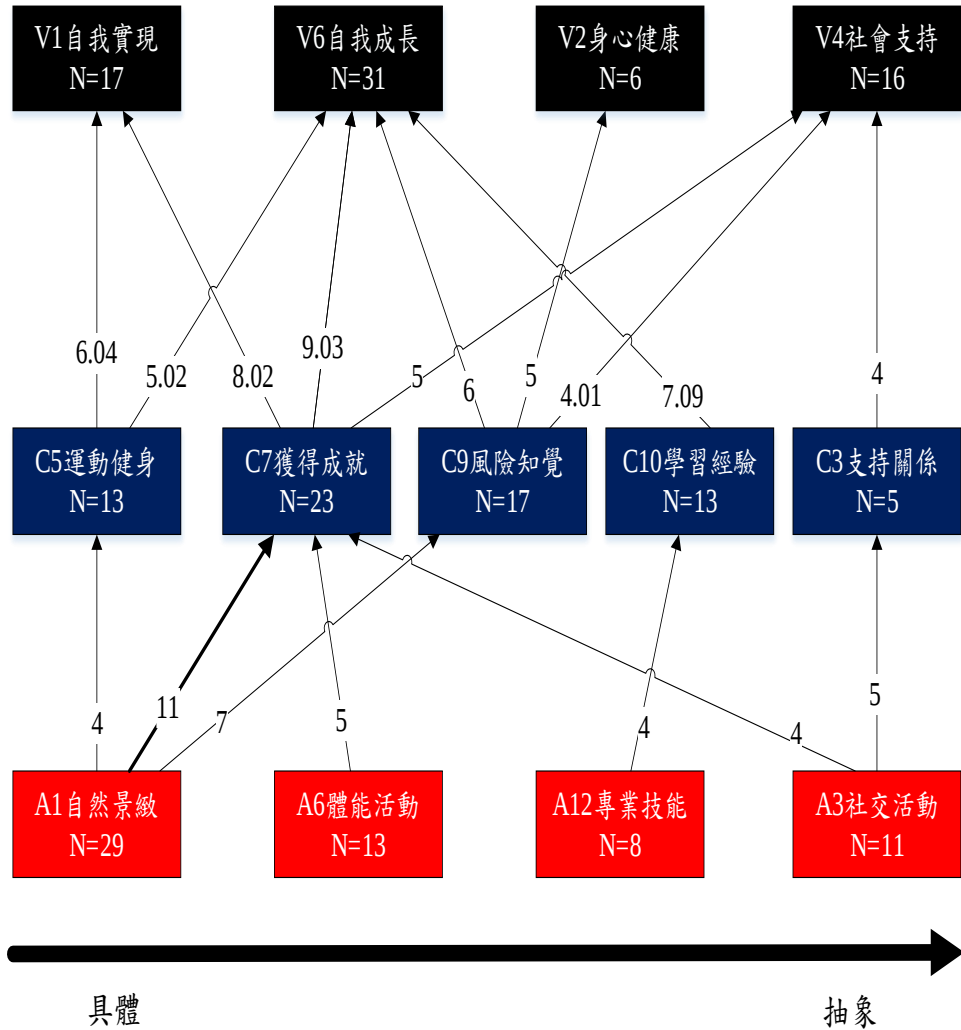
截取值	<u>前測訪談</u>					<u>後測訪談</u>				
	關係鏈結		單元格				關係鏈結		單元格	
	N	%	N	%			N	%	N	%
1	161	100.00	61	100.00		288	100.00	76	100.00	
2	141	87.58	34	55.74		281	97.57	50	65.78	
3	119	73.91	23	37.70		267	92.71	43	56.58	
4						215	74.65	29	38.16	



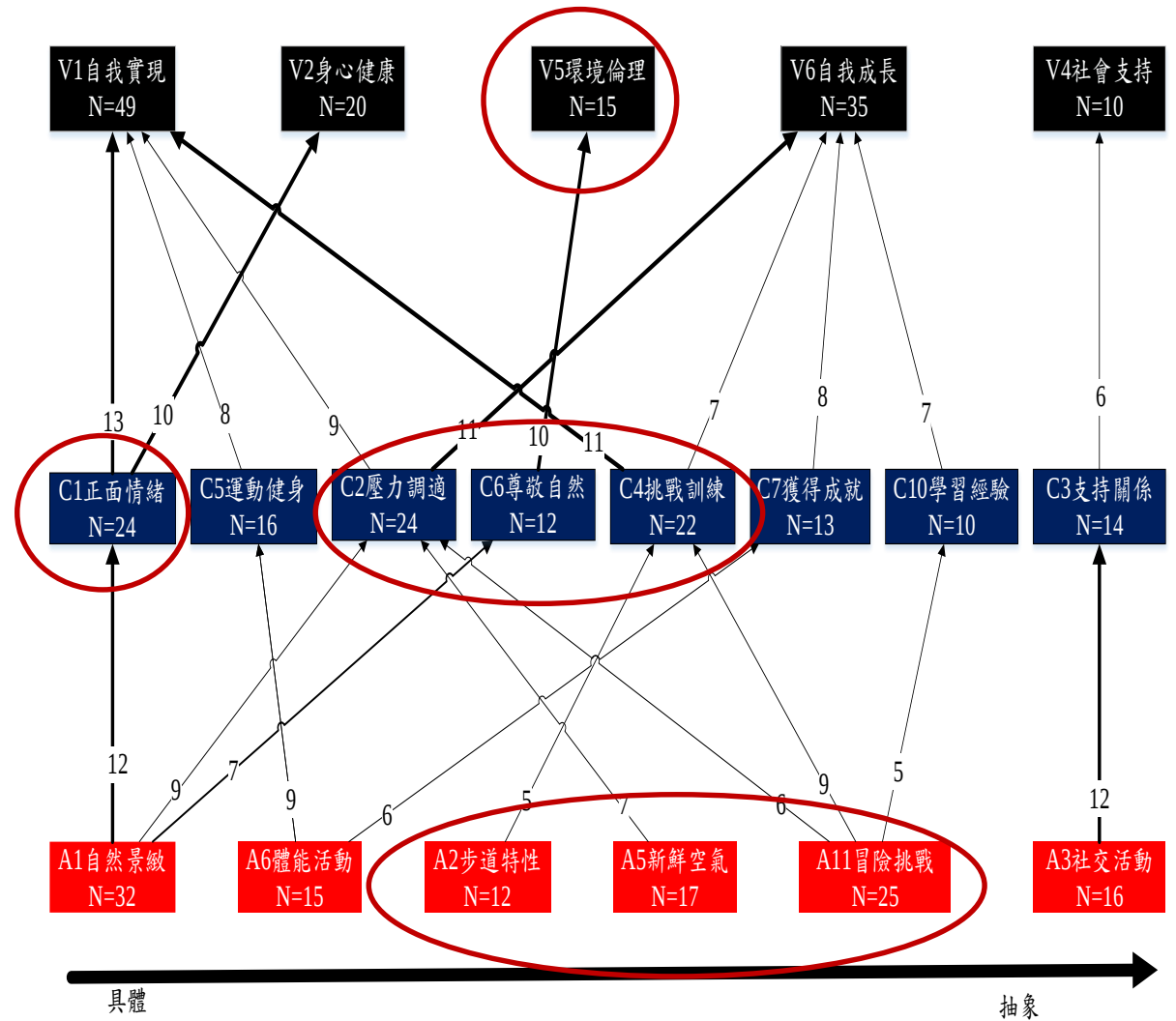
課程前後的價值變化

Hierarchical Value Map, [HVM]

前測



後測



課程前後之比較

- 在課程中學習到透過自然景觀的踏查可培養正面情緒、壓力調適的效果，並透過實際體驗活動能引發尊重自然的態度，進而重視環境倫理的價值。
- 獲得山野活動知能後期待透過冒險挑戰累積學習經驗來達成自我成長。
- 大學生面對不斷升高的生活壓力，追求自己想要的休閒方式，以抒解壓力進而獲得個人所需要的感受與價值(黃仲凌，2011)。



獨處前後的改變

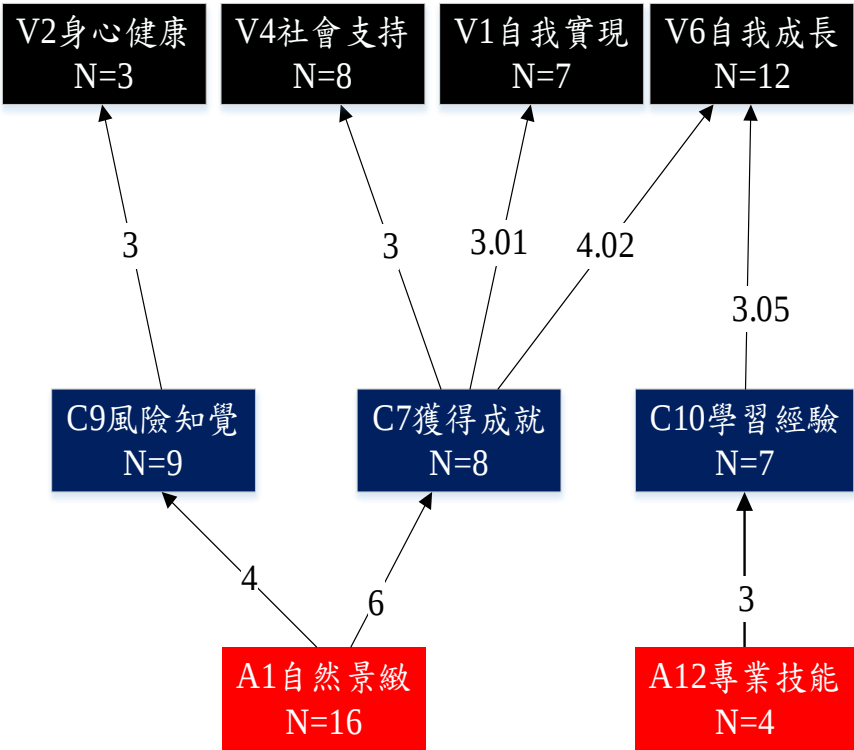
課程進行



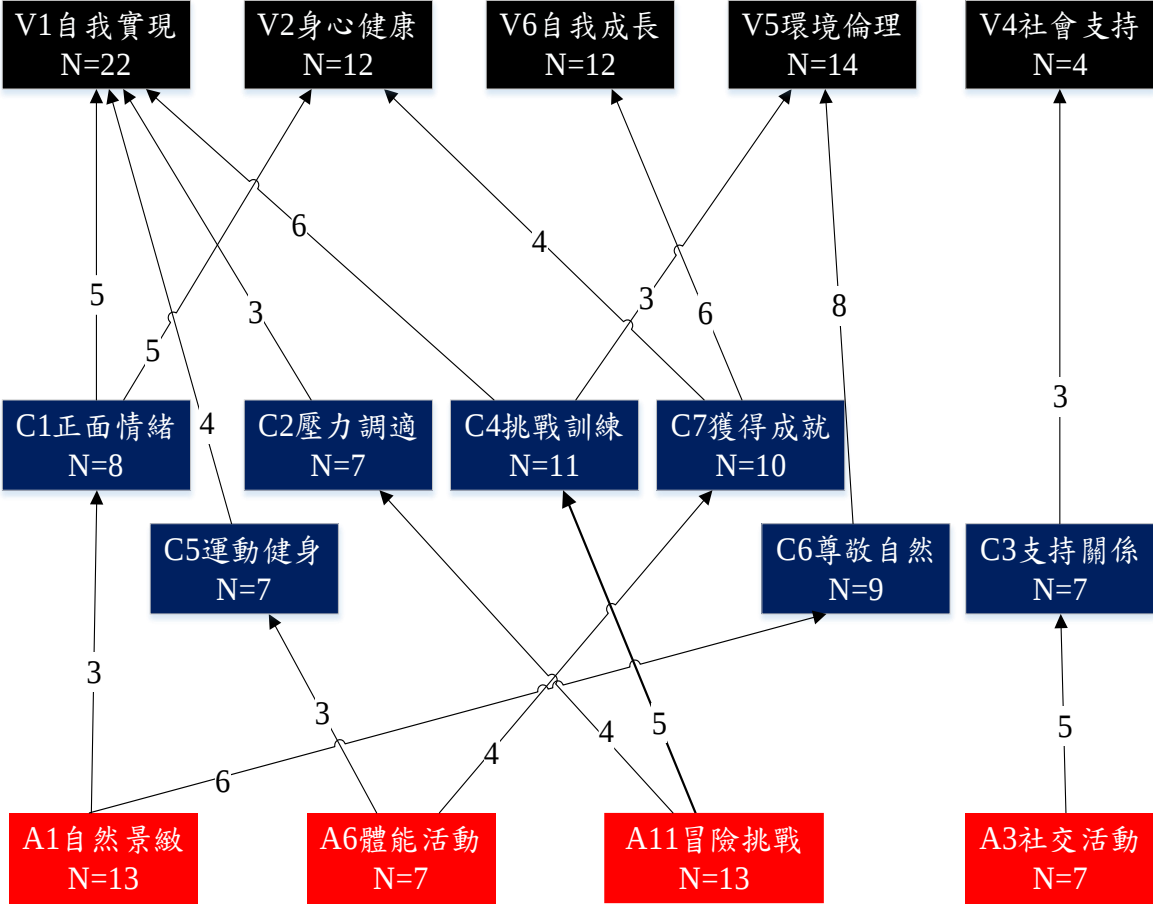


獨處後反思分享

• 前測



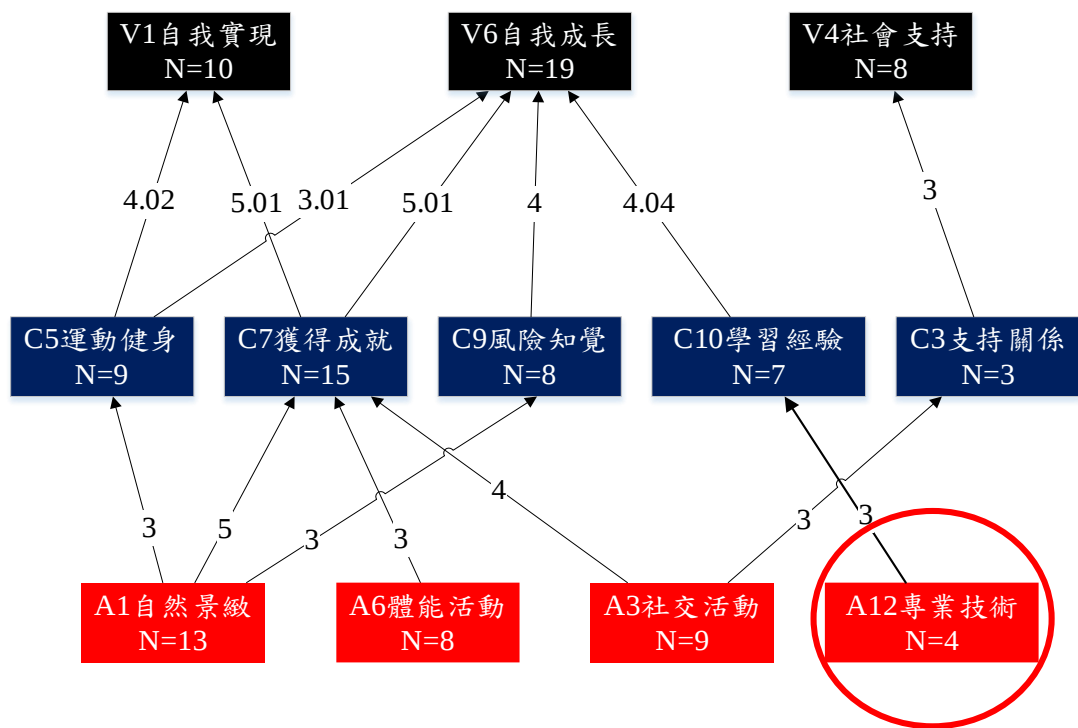
• 後測



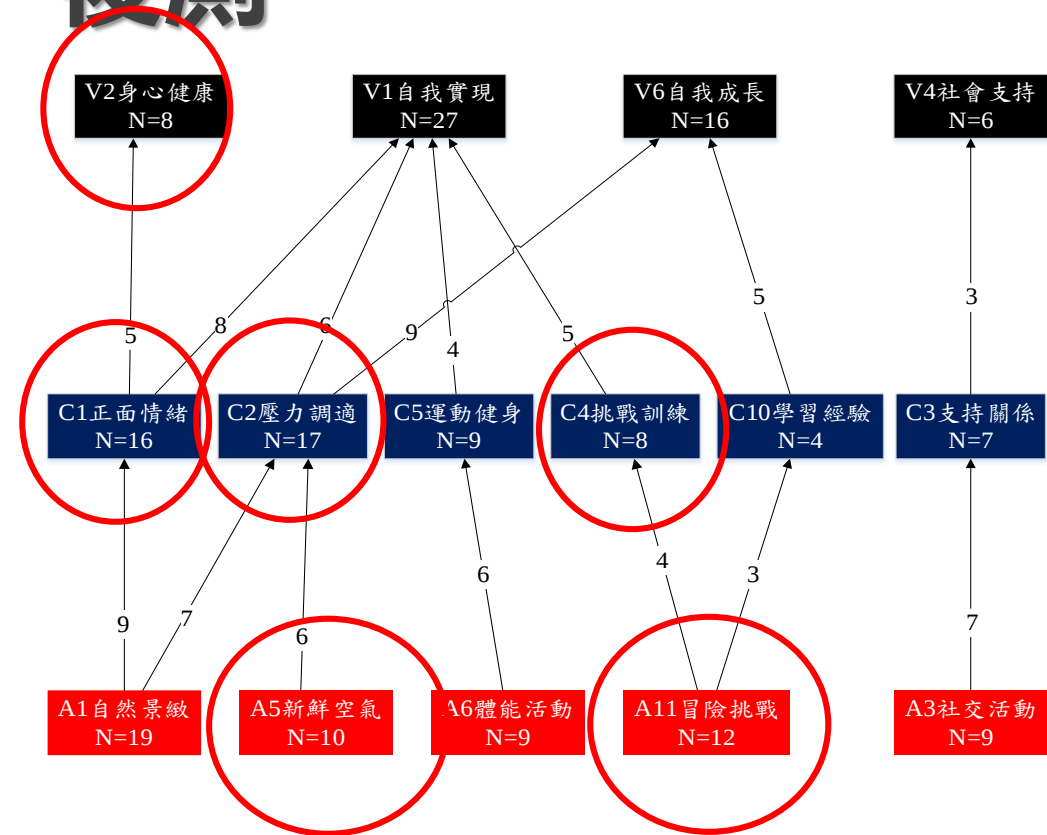
- 自然景觀→正面情緒→自我實現與身心健康
- 自然景觀→尊敬自然→環境倫理
 - 課程中強調LNT概念、登山環境、登山禮儀、山難案例解析等有關。
- 新增體能活動、冒險挑戰及社交活動
 - 實地踏查與獨處，體認到山野活動是需要長時間的體能活動→獲致運動健身的效果及獲得成就→獲得自我實現、身心健康及自我成長的價值。

無獨處經驗的HVM

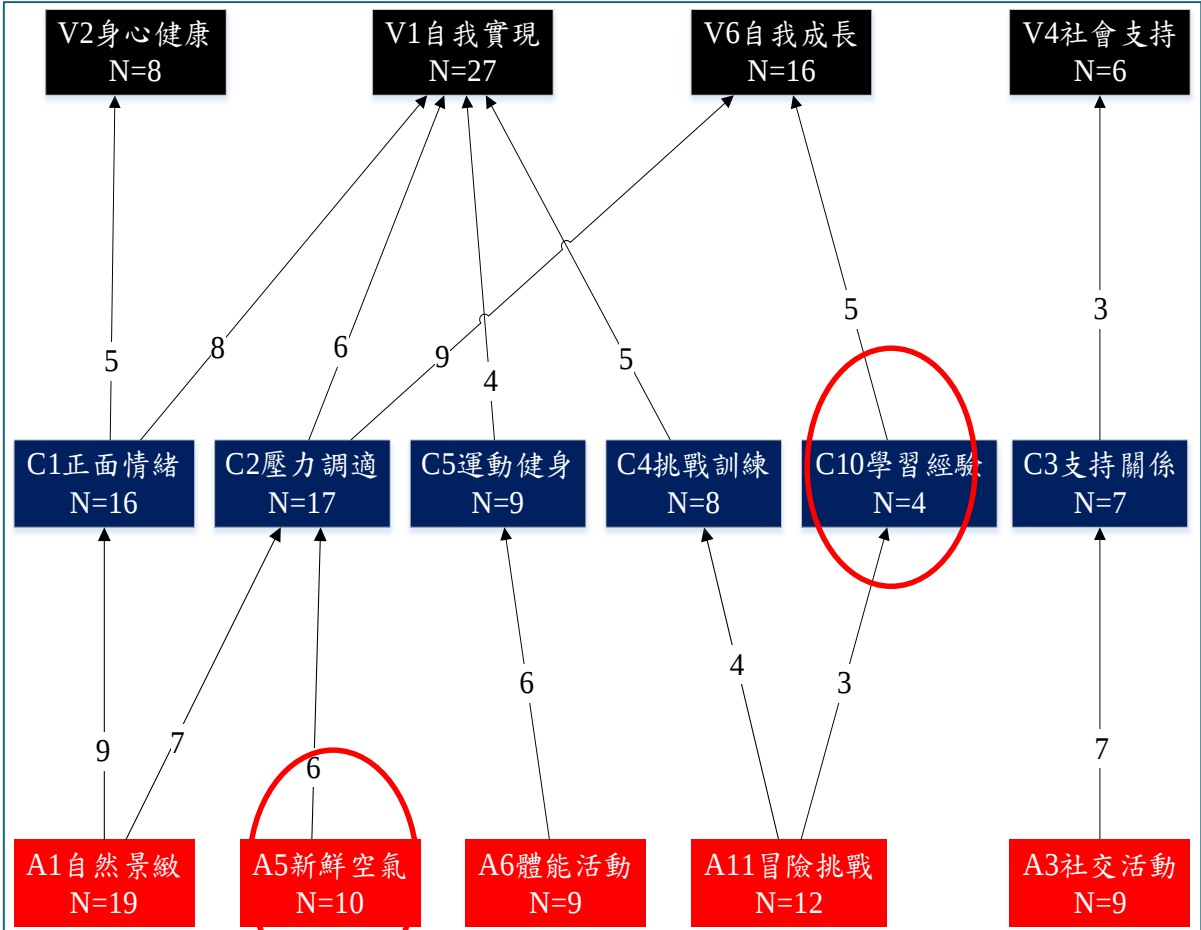
前測



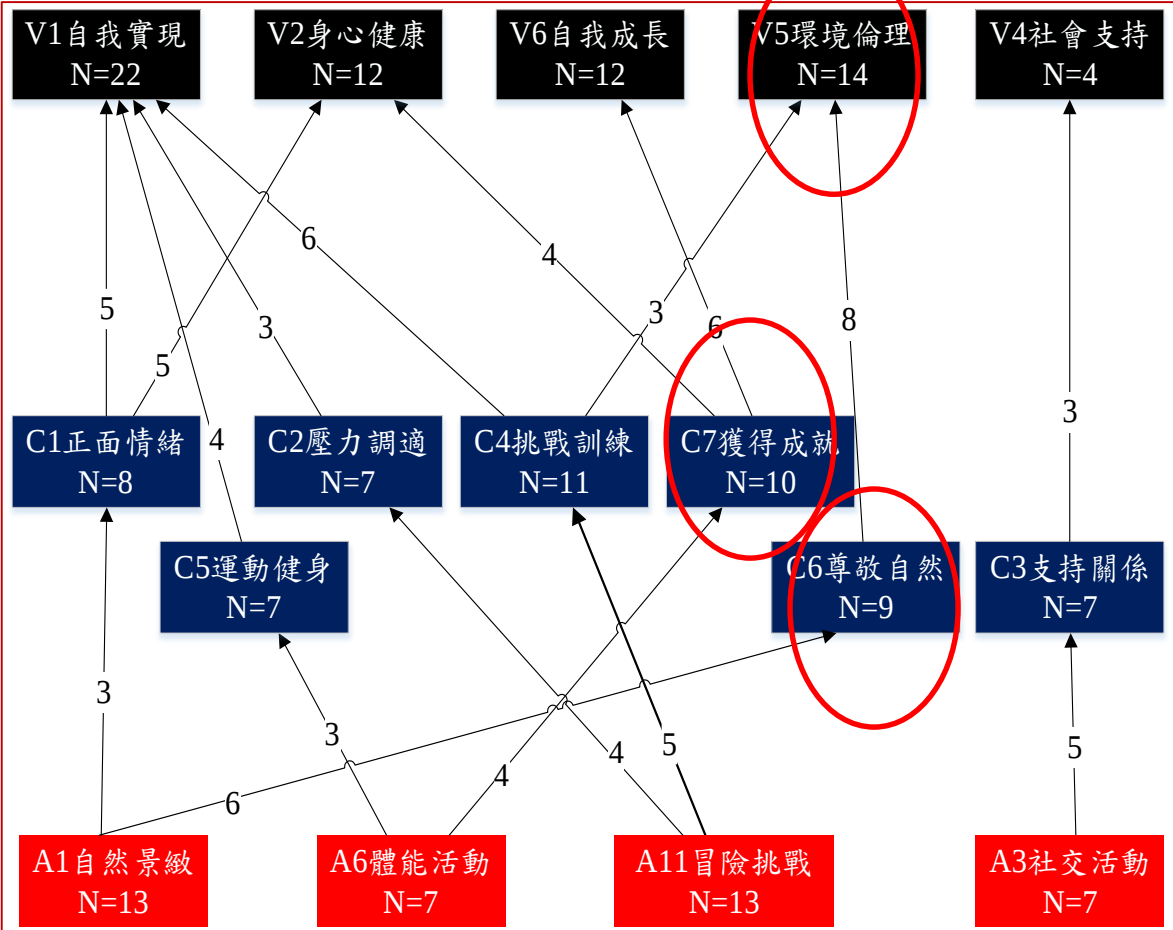
後測



有無獨處經驗的比較



非獨處組



獨處組

兩組間的比較

- 無獨處經驗組欠缺環境倫理的價值
 - 獨處課程能促使學員進行反思，在環境態度上會明顯增強（吳崇旗、陳郁璿，2010）。
 - 非獨處組因缺乏這樣的體驗，在環境議題的感受較不明顯。
- 無獨處經驗組強調山野活動具冒險挑戰的屬性，透過實作累積學習經驗，來達到自我成長。
 - 與獨處組於現地實作時有實際操作到搭帳、緊急露宿、繩結應用、攀升垂降、困難地形通過等實務課程有關。
- 有無實務操作經驗對於冒險體驗學習有重要的影響。

反思日誌

小丁登山登大人
作:林昀潔 曲:林昀潔 繪:林昀潔
譯:林昀潔 詞:林昀潔
小丁跟著老師與同伴來到了...
去迪卡農買的登山帽(儀式感)



Date:

可能獨處對我來說不是一個很困難的挑戰，
凡而是野外的環境才是，我平時就很常在夜
深人靜的時候思考人生，所以這個體驗只是
改在戶外而已，過人在完全沒有外在感擾的
時候心真的淨很多，平時太多繁雜事會干擾
思緒，想法很容易跟著當下的情緒走，戶外
是個可以安靜的地方

可能獨處對我來說不是一個很困難的挑戰，
凡而是野外的環境才是，我平時就很常在夜
深人靜的時候思考人生，所以這個體驗只是
改在戶外而已，過人在完全沒有外在感擾的
時候心真的淨很多，平時太多繁雜事會干擾
思緒，想法很容易跟著當下的情緒走，戶外
是個可以安靜的地方

Date:

心難得平靜，現在大四畢業了，不管是就學
或工作，還有人際交友各方面都遇上了很多
挑戰，最近也十分苦惱，雖然順利考上台科
大研究所，但心中還是有許多迷惘，包括怕
私校出身會跟不上或是讀完之後就職方向，
不想一股腦衝科技業，又怕選別的賺不到
錢，種種的矛盾很難有個標準解決，令人懊
惱。

心難得平靜，現在大四畢業了，不管是就學
或工作，還有人際交友各方面都遇上了很多
挑戰，最近也十分苦惱，雖然順利考上台科
大研究所，但心中還是有許多迷惘，包括怕
私校出身會跟不上或是讀完之後就職方向，
不想一股腦衝科技業，又怕選別的賺不到
錢，種種的矛盾很難有個標準解決，令人懊
惱。



教學反思

- 專業人士協助
- 教師成長社群
- 野外獨處的時間

學生回饋

期末教學評量

