

## 水域、戶外探索、健身職場實習歷程之敘說探究：

### 學生的觀點

鄭秀貴\*、許玫琇\*\*

#### 摘要

本研究為質性研究，以學生觀點敘說探究的方式，呈現休閒運動保健系大三學生在水域、戶外探索、健身職場實習歷程的身心體驗。以敘事化的深度訪談為蒐集資料的主要方法，另輔以學生實習心得、實習老師訪視日誌、實習單位相關文件、撰寫研究者日誌及反思等，歷經三個月多重資料的彙整，進行資料分析及文本的重建，為建立研究的可信任性，採用參與者檢核、同儕檢核、研究參與者和實習場域之簡介、述明研究歷程與研究者立場。經由「小英」水域救生員、「典成」戶外探索輔導員、「文華」健身指導員，三個職場情境質化書寫的再重現，發現：學生在職場實習互動中，實際學習到人際關係的建立、相關工作經驗的吸取、檢視自身所學技能與證照是否符合業界需求，進而積極提昇自己在職場的專業能力。隨著運動產業的蓬勃發展，學生到各場域的實習也變得相當廣泛且多元，建構學生三段精彩且獨特的親身體驗，等於是匯編了三堂實習場景寶貴的教材，是具有實質上的參考價值，期許休閒運動學術領域應重視「學生的聲音」，積極關注以學生為主題的經驗故事，匯集並記錄學生在各職場實習情境多面向的資料，提供學校、學生與業界在共享多元智慧的交流中，彼此有著更豐富的認知與再學習。

關鍵字：實習歷程、敘說探究、學生觀點

---

\*、\*\*美和技術學院專任講師

## 壹、緒論

### 一、研究背景

二十世紀醫療和生物科技的加速突破，開發更新、更好的工具，以預防疾病及延長人類壽命的成效顯著，使得全球人類的平均壽命可活 75 歲以上，生命科學更證實，生活方式不僅影響健康品質，也影響壽命，因此追求良好生活習慣的觀念漸受重視（陳正芬譯，2003）。台灣地區隨著經濟起飛與勞動權益的爭取，從 2001 年即實施周休兩天的制度，使國人開始逐漸重視生活品質，進而對休閒活動的需求大幅提升（林欽榮，2007）。運動休閒的健康意識已深植人心，促使國人在工作之外的閒暇時間，願意從事更多元的休閒活動，因為休閒運動能達到娛樂、放鬆、保健身心舒展之效果，也帶動著休閒運動產業的蓬勃發展（程紹同，2003）。基於社會人口老化又長壽、產官學的密切合作、生物科技的研發，造成休閒、運動、健康相關場域及產業，正積極的以多元經營的方式不斷的在創新與發展（石曜堂，2009）。

二十一世紀運動產業市場已形成全球化的趨勢，運動產業與各大產業已產生密不可分的關係，凡是和運動相關的人、事、物均包括在內，提供全球消費者運動及休閒娛樂的相關產品與服務項目，為求國家整體經濟發展之成效，應積極培育運動休閒產業相關之專業人才（程紹同等，2002）。因此，美和技術學院結合醫護生技、商業管理、人文社會學群之專業資源，於民國 92 學年度 8 月奉准成立休閒運動保健系，為因應社會各休閒運動產業、學術領域、政府部門之實際需要，課程之編排以休閒運動保健綜合領域之理論與實務技能的學習為主，校外實地參觀和見習各相關產業為輔，重視學生在校期間到業界場域之實習課程，訓練學生學習專業知識、適應並快速融入職場、培養實務工作能力，將學生所學能符合產業界的需求，以培養休閒產業規劃、運動傷害防護、運動健身指導領域之專業人才為教學目標（美和技術學院，2009）。

蘇維杉（2005）對運動產業就業市場的探究，以及姜慧嵐（2005）健身產業人力運用現況趨勢的了解，均認為由學校、企業和學生組成的實習夥伴關係，可讓學生在學校所學與工作場域實務運用做連結，以達到培育出符合社會業界需求之專業人才。基於此，美和技術學院休閒運動保健系學生校外實習課程從 95 學年度開始實施至今，已邁入第四個學年度，實習單位是由學生自行接洽或由老師們提供，再經過實習老師審核實習單位確實符合專業領域之範圍，才核准學生與實習單位簽定實習合約的方式進行，目前計有 36 個實習單位完成合約的簽定，實務性的提供休保系學生多元且優質的實習職場（美和技術學院，2010）。

### 二、研究目的

Newman（1997）認為研究也是一種真實的活動，我們應該在真實的情境中和真實的人互動，而許多社會中的真實現象也都都會影響到這個真實活動的進行。

『真實』(truth, reality) 其實是由個體與其生活世界互動所建構而成 (Merriam, 1998)。美和技術學院休保系在各年度學生校外實習課程概況的瞭解，是從學生心得報告、簡易問卷調查表及實習老師的訪視資料，獲得綜合制式化的回應，爲了能全面且深入的了解學生在實習過程中的情境與想法，本研究採以 98 學年度校外實習大三學生的敘說，以學生的敘事方式，引領我們一起進入學生實習生活的世界，彙整學生在各職場實習歷程的經驗資料，提供多面向實境的知識與大家分享與再學習。

## 貳、研究方法

質性研究主要爲歸納性邏輯取向，它著眼於社會世界中的特別情況或人物，而且強調文字的敘述，而非數字和統計 (高薰芳、林盈助、王向葵譯，2001)。Clandinin 和 Connelly 的觀點，認爲經由敘說才能重述「經歷經驗」，而敘說探究是一種瞭解經驗的方式，在敘說故事時，教育自己也教育了他人 (蔡敏玲、余曉雯譯，2003)。敘事是澄清、轉化的過程，敘說者透過語言的表達，歸納了時間、空間及與人的關係，也就是個人如何詮釋自我與實習單位的關係 (Crossley, 2000)。

本研究以敘事化的深度訪談爲蒐集資料的主要方法，另輔以學生實習日誌、實習老師訪視觀察紀錄、實習單位相關文件進行分析，將豐富的多重資料，運用歸納、組織、分析，建構研究文本 (潘淑滿，2003)。敘說分析是以學生觀點對整體實習內容爲取向的面向來進行，從文本故事內容擷取的事件、情節、知覺經驗，深入探索學生在實習生活中的內在世界，全面性了解學生在實習過程中的經歷經驗 (王勇智、鄧明宇譯，2003)。爲了印證文本的確證性與確實性之檢核，採取研究者與研究參與者互動形式的資料紀錄、資料分析與檢核，呈現建構事件、情境、行動的過程是可信任的 (王文科，1994)。

### 一、研究參與者和實習場域之簡介

本研究是從 95 級休閒運動保健系大三學生共計 66 人全程參與 98 年 7 月~8 月 (暑假期間) 計 256 小時專業實習課程之實習學生爲主要對象 (美和技術學院，2010)，爲取得多元且多面向的資料，故挑選三位各自在不同實習單位的學生擔任研究參與者，爲尊重三位研究參與者的隱私權，在本報告中皆各以匿名稱呼。以下爲三位研究參與者在三個實習場域之背景介紹：

匿名	性別	年齡	實習單位	實習工作項目
小英	女	25	台北縣貢寮鄉龍洞灣國家海洋公園潛水服務區－水上玩家行 <a href="http://longdong-oceanpark.emmm.tw/">http://longdong-oceanpark.emmm.tw/</a>	救生員 浮潛、獨木舟... 水上活動之助教
典成	男	21	花蓮市光合作用戶外探索學校	輔導員

			<a href="http://www.outdoor-taiwan.com">http://www.outdoor-taiwan.com</a>	
文華	男	21	屏東市體適堡健身中心 <a href="http://www.wretch.cc/blog/bodyhouse88">http://www.wretch.cc/blog/bodyhouse88</a>	健身指導員

## 二、研究歷程

於 98 年 9 月先後取得研究參與者的同意函，以開放式的提問方式，分別搜集三位學生在兩個月實習過程中的感受與體會，共有四次的正式訪談，每次約一至兩小時，另有二至三次的非正式訪談，將訪談錄音轉錄成共二萬七千多字的逐字稿，採用三位學生自然且特有的語氣、習慣用詞完成轉錄稿，再請學生各自檢核自身實習故事的訪談轉錄稿，確保記載的是學生所欲表達的觀點，再以學生實習心得、實習老師訪視日誌、多重相關文件，建構研究文本。98 年 9 月至 11 月歷經三個月的資料整理，研究過程與學生們、實習老師以及數次參與「質性研究支持團體」<sup>1</sup>，與同儕們共同討論並檢核資料，使得研究結果的詮釋是值得信賴。

## 三、研究者立場

本文之兩位研究者都是美和技術學院休閒運動保健系之專任教師，其中研究者之一，是擔任 98 年 7 月、8 月暑假期間校外實習課程之訪視老師，實地到台灣南、東、中、北部各實習單位進行觀察與了解各學生之實習概況，爲了能更完整且全面性的瞭解學生在實習過程中的感受與體會，採以深度訪談的方法，經由三位學生回溯她、他們在不同實習場域的經驗敘說，蒐集以學生觀點多重實境的資料，進而深入探究學生在實習過程中的體驗，期望藉由真實情境質化書寫的呈現，提供老師與學生們在「教」與「學」到「運用」的互動中有更豐富的認知。

## 參、水域、戶外探索、健身職場實習歷程之敘說

深度訪談是用來收集以個人中心詳盡、豐富想法和觀點的方法，就是「以人爲本」的研究取向，在談話過程進一步了解受訪者對問題或事件的認知、思考、感覺與行爲的詮釋（范麗娟，2004）。本研究聚焦在三位學生回溯校外實習整體事件的敘說，訪談主題著重在「選擇實習單位的動機」－「實習的初體驗」－「實習過程中的情境事件」－「實習結束後的反思」，建構出三個實習場域的實境，爲了讓文本的閱讀是充實且流暢，每一主題先由「小英」再由「典成」、「文華」相繼出場的敘說方式，導引讀者穿梭在三個不同實習場域的時空裡，共享三段獨特且自然的經驗故事，以下所有的轉錄文本，都是根據三位實習學生接受訪談的情境所呈現的：

<sup>1</sup>2009 年 10 月 09 日至 12 月 30 日由北體高麗娟教授主持「質性研究支持小組」，每兩週聚會一次研討並進行多元檢核，12 名固定參與的組員為跨校院系所且均修習研究所一學期以上的質性研究課程。

## 選擇實習單位的動機

### 小英的決定：

我有中華民國水上救生協會的救生員證照，一般都是在布魯樂谷、八仙遊樂場之類的游泳池當救生員，想著要學潛水，甚至準備在暑假期間想要取得潛水或 OPEN WATER 潛水員的證照，所以選擇去「水上玩家行」實習，看能不能在實習場域學習到潛水技能的實務經驗。初去面試時，因女性救生員較少，業界對我會帶點「？」看我到底有何能耐，一開始就講說：「這個行業很辛苦，不會很輕鬆，園區很大什麼事都要做，妳是救生員，但！還是要洗游泳池。」98年6月5日去面試，6日先實習半天了解園區整體環境與工作內容，確定被錄用之後，7月1日就去報到（訪談轉錄稿 98.09.23.）。

### 典成的選擇：

剛開始的動機是想找攀岩的場所實習，因為認識的攀岩教練暑假太忙無法帶實習生，於是介紹「台灣攀岩資料庫」的網址叫我上網查詢看看，當時5月初就必須要提出實習單位，網路公告都沒有徵人的訊息，心情有點慌，看了看…然看到有蠻多教學課程的單位，就開始每家公司也含光合作用這間公司都寫信去詢問，看有沒有缺實習生，光合公司先打電話給我說：「暑假有夏令營，你可以來當輔導員？」就高興著答應了，雖然是7月2日開始，想要提早去瞭解公司活動的情況以及輔導員的訓練模式，6月28日期末考考完馬上搭火車到花蓮報到了（訪談轉錄稿 98.10.28.）。

### 文華的面試：

系上有一位老師跟健身俱樂部的經理是認識的，希望有四位同學去那邊實習，但！我們有八位同學想去體適堡健身中心實習，在五月底的時候，我們八位同學都到公司面試，有氧老師 Marco 想要瞭解我們的意向，請我們一個一個到舞台上把自己的經歷講出來，我是講：「我想要接觸與嘗試健身俱樂部各項實際事務的學習，未來希望取得 FISAF(國際運動有氧體適能聯盟)健身教練的證照。」六月初，公司以電話通知我被錄取了，並告知公司每個月的第一個假日就是維修日，全部的成員都要到公司整理清潔每一間教室及健身器材，維修日那天，我與另外三個錄取的同學都到公司學習工作的內容，說明實習期程是從7月1日至8月4日止，可休假四天，實習時間每日下午 1:30 至晚上 10:00，公司提供晚餐，實習結束後每人發給三千元車馬補助費（訪談轉錄稿 98.11.04.）。

## 實習的初體驗

### 小英的水域生活：

剛報到的頭一天，就接到台北縣貢寮鄉和美國小舉辦暑期夏令營水上活動，年齡 7 歲以下的小朋友，原則上就是在園區開放的安全水域游泳…戲水等活動，超過 7 歲至 9 歲以上的小學生，會考慮當天的浪況，帶出去做獨木舟的體驗課程以及風景的導覽，我有獨木舟 C 級教練證照，所以由我教小朋友如何使用獨木舟…玩獨木舟；浮潛和潛水的活動必須要有專業證照的教練，才可以帶領遊客到教學範圍的海域內操作潛水動作，我只能在旁邊當助教並見習教練現場的教學方式（訪談轉錄稿 98.09.23.）。

### 典成的輔導員生活：

輔導員受訓的項目，第一天園區整理，第二天溯溪，第三天爬樹和攀岩，了解營隊活動的地理環境，注意哪些比較危險的地方，練習煮食，必須學習小朋友若有問題知道怎麼回答，最主要的是協助領導者注意孩子們活動時的安全。參加探索課程大部分都是中、北部的小朋友，而且是家長們在網路上看到資訊而報名的，一個梯次學員最多 30 人，區分成 1~6 年級的學童組，7 到 9 年級的青少年組，工作人員固定都在台北車站等各地來的學員，學員們集合完畢，再一起搭火車到花蓮，每一組的活動行程由一個引導員四個輔導員負責。

第一梯次帶學童組，學員中午到達，大家各自認識、園區介紹、注意安全活動規則…等，下午溪邊玩飄飄樂，就是坐在游泳圈上從溪邊的上游往下流，4、5 點的時候就開始爬山健行，走 3 公里約有 3、4 百公尺的高度吧！走到晚上 9：30 分才到達目的地，在這裡的重點是三餐要自己料理，領隊會分發食材，輔導員先講解或示範煮食的方式，就是不能幫小朋友煮，吃完在山上紮營，等小朋友睡了，我們還要開會檢討，小朋友互動的狀況、注意需改進的地方及明天活動的討論…才能就寢；第二天花蓮縣立體育場，攀高度約 10 公尺左右的人工攀岩場；第三天，騎腳踏車就是最危險的活動，路途大概 10 公里汽車來來去去的，要很注意各個小孩的動向，如果一不小心就會發生事故；第四天，鯉魚潭划獨木舟，划到比較深的地方，用充氣式獨木舟搭一個小跳台讓小孩玩跳水；第五天，花蓮銅門部落山區的清水溪溯溪，走 2~3 小時到一個深水潭，以簡單高熱量的飯團為午餐，之後，用攀岩的方法想辦法爬上差不多兩層樓高的巨石，再跳下來，那種感覺很像在跳樓一樣，剛開始大家很害怕，但跳過第一次之後會一直想跳，離開時說明走過不留痕跡，所以會先撿垃圾，很像無痕山林的課程。

六天探索課程中，學員溯溪多多少少都會撞到、嗆到水或不敢下水、被蜈蚣咬到、生病發燒…等等，比較小的學員會想父母親，只要時間空著就開始要哭了，但在活動中發現好玩的，就會笑了不會想回家，看他們哭得那麼痛苦，結訓後又要求下次還要再來參加，真是令人玩味（訪談轉錄稿 98.10.28.）。

### 文華的健身指導員生活：

我跟另一個男同學分配在教練部，David 教練先帶我們認識並學會操作訓練身體肱二頭肌、三頭肌、腹外斜肌、腹背、股二頭肌、股四頭肌、肩部…等各肌群的 13 座機械式器材，還有自由訓練器材：臥推訓練架(平胸、上胸)、史密斯訓練架(多功能)、啞鈴組…等；教導我們工作要有耐心，對每一個會員講話的方式要依會員的反應做應變，主要的工作，就是示範並指導會員以正確的姿勢配合呼吸使用健身器材，以能達到最好的健身效果為原則。

每天下午 1：30 分就先把各訓練儀器擦一遍，差不多三、四點的時候，會員就會陸續進來使用，另有瑜珈、飛輪、有氧課程的教室也是由我們負責整理，這些課程會員都要事先打電話預約，每天兩堂飛輪課都爆滿，上課時間晚上 7：10 分，我們 6：50 分就要先打開教室的電燈及冷氣，把老師的耳 mic 準備好，老師配合音樂帶會員，第一堂課上完，緊接著第二堂課又馬上開始，十分鐘內趕快用乾布拖把，將地上及 20 台飛輪腳踏車上的汗擦拭乾淨，準備給下一班的會員使用（訪談轉錄稿 98.11.04.）。

### 實習過程中的情境事件

#### 小英的難忘經驗：

販賣部的櫃台有套裝行程的預約服務，浮潛、潛水、獨木舟的課程是要事先報名的，早上 8：00~10：00 遊客就會先打電話來預約，我們會觀察當天海浪的狀況，決定能不能夠帶出去？然後再回電話通知遊客，如果，浪況不 OK 就取消預約行程，浪況 OK，行程確定，當天下午 2：30 分的時候，將一批一批的遊客帶到警戒線範圍內，做套裝行程或其他戲水活動。

園區全部的海水浴場大概有 50 公尺乘以 50 公尺的範圍，劃分成三個責任區域，由救生員分別坐在負責區塊的救生梯上，共有六個救生員，採取輪休的方式，有一次，是由我負責中間區域遊客的安全，坐在救生梯上才剛看完右手邊的區域，頭再轉到左手邊的時候，只一秒鐘的時間，就看到兩個小朋友其中有一個浮板掉了，海底是天然礁石地形有類似海溝的地方，深淺不一，前面踩的到石頭…下一步…就踩不到地了，沒穿救生衣又踩不到地，兩人一緊張就抱在一起…抓在一起…手都在掙扎…吃水的表情，真的！我馬上

先丟救生圈，再從兩公尺高的救生梯直接跳下海！然後把他們拉回到岸邊，當時心裡真的『很嘔！』因為在海邊是不容許出事的，感到救生員的工作真的是不能有任何的閃失。

原本實習合約是從 7 月 1 日到 8 月 31 日，業界很需要我！想說可以做到開學前，就繼續做到 9 月 6 日共 569 個小時，每月底薪 16,500 元，再加上救生員的津貼 8,000 元，包吃包住，有勞健保，月休四天，星期六、日遊客最多不能休假，兩個月都住在園區內，每天有做不完的事，清洗泳池…做植栽…還要抓蟲，因為蟲會吃掉植栽…澆不完的花，8 月 8 日莫拉克颱風過後，園區的海域每天漂來很多漂流木，真的超多的…滿滿都是漂流木，都沒辦法游泳，全部的工讀生將近一個禮拜喔…都在清泥沙清得很辛苦啊！（王昭月、蔡政諺、林順良、羅紹平，2009）之後，觀光局派出小山貓把淤泥鏟走，10 日就對外營業了（訪談轉錄稿 98.09.23.）。

### 典成的難忘回憶：

青少年組共有 12 個學員騎單車花東七天挑戰性的活動，出發前先試騎、排騎乘順序、教補胎、維修及保養…等等，分組後，每一人發 120 元的現金，每天都要採購早中晚餐，不能購買現成食物，各組自行炊煮，嚴禁攜帶現金、手機…等等，路線要自己安排看地圖行進，輔導員是隨行陪騎、到達目的地搭帳篷。出發前，學員們選了一位不太會看地圖的學員當隊長帶路，一直往前騎，不太敢轉彎，到我們給提示時他才發現錯誤，但已離路線好幾公里，只好折返再騎，有些青少年會耍脾氣，叫也叫不聽、右耳聽左耳出就會發生事情，可能是叛逆期，有時太生氣講不聽會想打人，喝水不能一次喝太多，因為不知道下一站飲水的地方還多遠，若沒有水就找同隊分一點，這就挑戰到同隊情義之間的問題，他們選的都是山路，同隊當中體力好的就先騎，體力差的慢慢騎，我們要看著體力差的，還要顧及已經騎到前面的人，吹哨子叫他們停下來等，那一天騎完，腦海中一直在想回家要大吃大喝。

另一梯次是青少年騎單車探索之旅，第一天花蓮－瑞穗，第二天玉里－長濱，第三天－石梯坪，第四天－花蓮，第一天早上 7:00 出發騎到晚上 9:30 分騎了 100 多公里，幾乎都是上坡，學員中有一位不太會騎且有氣喘疾病的青少年，常常休息或用牽車的方式慢慢前進，到了晚上 6:00 左右到了最頂端，可能上坡時太累了，下坡太舒服，他忽然飛出去摔到 3 公尺左右深的田裡，輔導員當時嚇一跳，車丟旁邊，馬上下去把青少年拉上來，然後在路邊攔車坐車到目的地，幸好只是擦傷，但是他的眼鏡飛出去找不到，隔天一早，領隊叫我跟另一位輔導員去把眼鏡找出來，我們把所有裝備帶在車上，這位輔導員的專長是鐵人三項，他越騎越快，我就在後面一直追，一直



調整呼吸、氣喘如牛，騎到事發地點原本想說可以喘口氣，沒想到 2 分鐘就找到眼鏡，又開始衝回露營地，時間還早，但我已經快把體力用完了，馬上準備出發，好死不死學員們又選擇難騎的山路，也是騎到晚上 7：00 多，那一天我真是生不如死！…（訪談轉錄稿 98.10.28.）。

### 文華的體驗與學習：

機械式健身器材的使用狀況都還好，但是！飛輪課程是預約的比較麻煩，沒有預約的會員，到現場沒有位子就是候補，公司有規定，老師開始上課三分鐘後，如果預約的會員沒有到就讓候補上去；課程剛開始正好有一個空位，有一個候補會員等不及要馬上進去，我們怕預約的會員在換衣服或是突然跑來，當下就跟他說：「三分鐘一到，位子一定給你」，他很生氣就說：「爲什麼還要一直等！」然後就走出去，我們過去跟他說：「不好意思真的沒有辦法…」，每天的飛輪課我們就一直在跟這種情況的會員道歉。

有一堂飛輪進階課程，老師會教很多動作配合音樂踩飛輪，甚至踩到加速的斜坡，有一個新會員蠻逞強的，他覺得預約到了這堂課就要進去體驗，我們跟他說：「這堂課是較激烈的」，可是他還是進去踩，踩了十分鐘就臉色發白，還是繼續踩，踩到二十分鐘的時候，我們在飛輪教室外面，隔著一面透明玻璃老師跟我們揮手，說這個會員好像不太對勁，他也下了車走出教室就軟腳，好像要暈倒，我們兩個實習生就傻眼…緊張的扶他到旁邊休息一下，馬上請教練過來處理，之後，會員就可以談話神情也 OK，我們才放心。

實習第三週的某一天約下午三點以前，教練利用 In Body 儀器教我們操作基本體適能檢測（FA1）的程序與解說，檢測結果會以數據顯示出會員體脂、鈣質、礦物質的狀況，學習當中，只懂得檢測表格上的名字、年齡、體重、身高、性別，其他的都不會，回家就上網搜尋有關體適能基本檢測的資料，深入瞭解 In Body 相關資訊，因爲明天教練要我幫一位會員做基本體適能的檢測與解說。隔天，教練在我旁邊一起幫會員做檢測，結果是體脂肪過高，由我示範並教會會員做一個小時的運動，讓他知道身體各機能的狀況，講解完後覺得很有成就感，但是要準備很多相關知識，如果沒有資料你就會愣在那裡…，這次的體驗讓自己學到很多，對我影響真的蠻深也意義很大（訪談轉錄稿 98.11.04.）。

### 實習結束後的反思

#### 小英的感受：

身處在實習環境學習，等同是進到職場的先修課程，自己在實習過程中，不斷的在修正教課與帶活動的內容，也豐富了我的實務經驗，實習單位

的教練指導我們說：「在海域活動時不要認為遊客是你的客人，就把自己的身份往下拉一階，要把顧客當作自己的朋友一樣，提供專業的建議，耐心的跟他們討論和說明安全的重要，不要遇到無理的客訴，就一直的道歉，在人際溝通應對方面要多多學習。」這是我欣賞單位主管做事態度和方法。

暑假期間福隆海洋音樂祭結束後，再主打"ㄉㄨㄚˋㄩˋ攤"（台語）一系列的活動，到了9月1日小朋友都上學了，遊客、人潮就變得比較少，水域活動只能「衝」兩個月，教練就問我們：「能不能提供行銷活動的 Idea 來增加遊客？」因此，希望能修習休閒市場開發、休閒事業經營與規劃、運動行銷等課程，充實並加強自己在規劃與行銷活動方面的能力，這將是我大四的學習目標（訪談轉錄稿 98.10.14.，實習心得 98.9.15.）。

### 典成的體會：

實習期間的津貼是以公司最基本工作人員一天 500 元計算，包吃包住及勞保，一天工作都要 10 小時，在休保系所學應用到的科目有水域活動、團體活動設計規劃、挑戰性活動、生態旅遊…等等，像獨木舟就有實際操作到，但在實習過後，覺得安全比技術重要，既使技術再怎麼厲害還是敵不過大自然環境的變化，希望學校在課程內容除了技能的學習之外，也要增加安全知識的傳授，如：山域、攀岩、水域運動指導與安全，在實習過程中，學習到實務的技巧也發現自己的興趣，覺得生活很精采又可鍛鍊身體，希望以後有機會的話可以往這方面發展，因為興趣跟工作結合才會有動力做下去（訪談轉錄稿 98.10.28.，實習心得 98.9.18.）。

### 文華的目標：

實習過程中，常運用到學校必修科目的資料有：俱樂部經營與管理、體重控制與健身健美、運動營養學、體適能與運動處方，覺得課程內容比較基本，當我們面臨實務職場時，以基礎理論資料對會員做說明時就覺得不夠用，建議相關課程內容能再深入加強專業知識的學習，理論資料能延伸到個案的指導與解說上的運用，希望能增加個案理論與實務結合運用的多元認知，這樣以後到職場實習就能學以致用。

實習期間每天都跟上班族、老師、教官、經理級…各式各樣的社會人士見面，談話互動中，知道家庭主婦對有氧、瑜珈課程或是肚皮舞…都蠻有興趣的，他、她們來此的目的就是要健身、保持身材，因此，我常會上網搜尋有關人與人之間如何交談的資訊，學習到人際關係的溝通就是要有耐心，實際瞭解健身教練工作的現況，實習之後，想去報考健身教練的課程與證照，這是我的興趣也是我為自己訂的目標（訪談轉錄稿 98.11.04.，實習心得 98.9.14.）。

### 我們研究者：對學生校外實習歷程的反思

哈佛商學院組織行為學 Thomas J. Delong 教授認為：「人與人在生活互動裡，處處存在著，對別人發揮正面影響力的機會」（譚家瑜譯，2004，頁 205）。暑假期間分別到台灣各地，訪視校外實習學生的行程中：龍洞灣—看到了全身被太陽曬成古銅色的「小英」、花蓮—見到了穩重、爽朗過著清苦生活的「典成」、屏東—觀察到正在指導會員操作健身器材的「文華」，在各個場域與實習單位主管的交談中，知道學生在實務工作上與員工們互動的適應情況，各實習場域的主管，大都誇獎學生的表現良好，學習態度均出於自動自發，接著視察學生在當地的生活起居，叮嚀學生應隨時注意自身的安全…等等，隨後即一一的與學生們道再見，每次在離去的路程中，內心覺得在短暫且制式化的訪視當中，如何能深入瞭解學生每天在實習工作中所經歷的點點滴滴呢？學生實習過程中的體會與感受又是如何呢？我們應該從傾聽學生的聲音中，關注學生在整個實習生活中的身心體驗，學生的觀點應該受重視（取自實習教師綜合日誌 98.08.30.）。

在 9 月至 11 月資料蒐集的過程中，透過「小英」、「典成」、「文華」實習情境的敘說，來來回回的牽引著我們，穿梭在--「小英」整理園區及進行各項水域的活動，擔任海水浴場救生員的海洋生活，感受到擁有專業證照與技能之外，還要充實休閒事業經營規劃、行銷活動相關課程的學習；「典成」擔任輔導員，協助學員們共渡攀岩、溯溪、獨木舟、騎腳踏車…艱苦冒險刺激的探索生活，體會到大自然環境的千變萬化，覺得戶外活動安全的防範比技能重要，希望在專業課程內容應增加安全知識的講授；「文華」擔任指導員，每天與各式各樣的社會人士做有效的溝通，示範及講解正確操作健身器材的動作，幫助會員們達到健身目的的職場生活，覺得相關理論與器械操作課程的基本學習，實際運用在職場時的深刻體悟就是「學到用時，方恨少」，了解到，唯有不斷的加強專業知識的學習，才能豐富自己的實力（取自研究者日誌 98.12.23.）。

丹麥哲學家齊克果說過：「唯有回顧過去，始能了解人生，但也應當持續努力往前看」（譚家瑜譯，2004，頁 93）。這是美和技術學院休閒運動保健系 95 級大三學生校外實習三個職場情境的呈現，真實記錄著「小英」、「典成」、「文華」實習生活所經歷的事件及行動的探索，我們期許經由學生觀點的質化書寫，提供實習歷程理論與實務運用的多元智慧，使得學生們從瞭解經驗的反思中，明確的規劃自己未來的學習方向，教師們探究學生們各面向的實際想法，審慎編整課程內容，期能使校訂課程的學習與職場的需求是相契合的，系所教師、學生、業界共同努力營造優質學習的環境，培植學生擁有休閒運動產業之專業能力，為投入職場作好充實的準備（取自研究者日誌 98.12.30.）。

### 肆、實習經驗的分享與再學習

中央大學劉全生校長對大學生的叮嚀：「大學不只是學習知識的地方，也是學習生活的所在，真正的教育，是教學生做人的教育，人生就是不斷學習的過程」

(高永謀, 2005)。在將近三個月的研究歷程, 透過了「小英」、「典成」、「文華」三位學生觀點的敘說, 經由多重資料的收集、觀察、轉錄、分析與重建文本, 建構出, 學生剛開始面臨選擇實習單位的動機、在各實習場域的初體驗、實習過程中的情境事件以及實習後的反思, 四個階段精彩且獨特的主體實景, 是學生們在實習生活中身心體驗的再呈現。和學生在聽與說共享情境書寫的研究過程, 發現學生在職場實習互動中, 實際學習到人際關係的建立、相關工作經驗的吸取、檢視自身所學技能與證照是否符合業界需求, 進而積極提昇自己在職場的專業能力, 實際了解學校與業界的實習合作, 對學生是有益處且是相當重要的(廖偉傑, 2009)。

全球頂尖設計諮詢公司 IDEO 總經理 Tom Kelley 認為:「說故事的人透過生動故事和大家溝通, 就是傳遞資訊最基礎的人性方法, 因為故事的價值, 就是親身體驗, 無可取代; 聆聽和闡釋故事的人們, 在於寫出故事的內涵和意義」(林茂昌譯, 2008)。藉由「小英」水域救生員、「典成」戶外探索輔導員、「文華」健身指導員, 三個真實情境質化書寫的再重現, 等於是匯編了三堂實習經歷經驗寶貴的教材, 近年來休閒運動保健系實習課程隨著運動產業的蓬勃發展, 學生到各實習場域的實務學習也變得相當廣泛且多元, 學生在各職場實習歷程的親身體驗, 是具有實質上的參考價值, 期許休閒運動學術領域應重視「學生的聲音」, 積極關注以學生為主題的經驗故事, 匯集並記錄學生在各職場實習情境多面向的資料, 提供學校、學生與業界在共享多元智慧的交流中, 彼此有著更豐富的認知與再學習。

## 參考文獻

- 王文科 (1994)。質的教育研究法。台北：師大書苑。
- 王勇智、鄧明宇 (譯) (2003)。C. K. Riessman 著。敘說分析。台北：五南。
- 王昭月、蔡政諺、林順良、羅紹平 (2009, 8 月 16 日)。88 世紀水患—漂流木癱漁港清都清不完。聯合報，A6。
- 石曜堂 (2009, 7 月)。健康產業之企圖 (前瞻、宏觀) 與遠景。發表於美和技術學院研究發展處主辦「2009 南台灣健康照護產學論壇」，87-122。
- 林欽榮 (2007)。企業倫理。土城：華立。
- 林茂昌 (譯) (2008)。Tom Kelley & Jonathan Littman 著。決定未來的 10 種人。台北：大塊。
- 姜慧嵐 (2005)。健身產業人力運用現況與管理趨勢。國民體育季刊，43 (2)，76-82。
- 范麗娟 (2004)。深度訪談。於謝臥龍主編：質性研究，83-122。台北：心理。
- 美和技術學院 (2009)。休閒運動保健系-系所介紹。2009 年 10 月 23 日，取自 <http://mit4.meiho.edu.tw/onweb.jsp?webno=333333315>;
- 美和技術學院 (2010)。95 級實習機構資料表。2010 年 2 月 22 日，取自 [http://mit4.meiho.edu.tw/onweb.jsp?webno=3333333036&webitem\\_no=1434](http://mit4.meiho.edu.tw/onweb.jsp?webno=3333333036&webitem_no=1434)
- 高薰芳、林盈助、王向葵 (合譯) (2001)。J. A. Mazwell 著。質化研究設計：一種互動取向的方法。台北：心理。
- 高永謀 (2005)。請問大學校長。台北：先覺。
- 陳正芬 (譯) (2003)。M. Dychtwald 著。C 型人生—事業、愛情、家庭、娛樂、學習、健康的未來與商機。台北：商智。
- 程紹同 (2003)。運動行銷與贊助研究。台北：師大書苑。
- 程紹同、方信淵、洪嘉文、廖俊儒、謝一睿 (2002)。運動管理學導論。台北：華泰。
- 廖偉傑 (2009)。建教合作對運動管理學系學生重要性之探討。大專體育，100，29-35。
- 蔡敏玲、余曉雯 (譯) (2003) D. J. Clandinin & F. M. Connelly 著。敘說探究：質性研究中的經驗與故事。台北：心理。
- 潘淑滿 (2003)。質性研究：理論與應用。台北：心理。
- 譚家瑜 (譯) (2004)。記得你是誰 哈佛的最後一堂課。台北：天下。
- 蘇維杉 (2005) 台灣運動產業就業市場分析。國民體育季刊，43 (2)，31-36。
- Crossley, M. L. (2000). Narrative psychology, trauma and the study of self/identity. *Theory & Psychology, 10*, 527-546.
- Merriam, S. B. (1998). *Qualitative research and case study applications in education*. San Francisco, CA: Jossey-Bass Publishers.

Newman, L. W. (1997). *Social research methods-qualitative and Quantitative approaches* (3<sup>rd</sup> ed.). Boston, MA: Allyn and Bacon.

## **Narration for Internship Process from Aquatic, Outdoor, and Health Promotion the Viewpoint of Students**

Hsiu-Kuei Cheng <sup>\*</sup>, Mei-Hsiu Hsu <sup>\*\*</sup>

### **Abstract**

This study was a qualitative research which was from the viewpoint of students to narrate the internship course for them in DRSHP of MIT. Those data were collected by mainly in-depth interviews, daily records from the students, observing records from the teacher, documents from the internship organization, and the reflection of the author. The reliability of this study was based on data triangulation, member check, peer examination, and expressing the researchers' position and audit trail. Those data were analyzed, and the texts were constructed by multiple methods in three months. The three students in the internship course situations were played as a safety guard, an educational consultant, and a health instructor, respectively. In the internship course, those students learned how to build social relationship, how to get the experiences from work, whether their abilities match the requirement of business from self-check, and how to enhance their professional competence. In addition, those three students reconstructed their value from the internship. Based on the findings, the researchers expect that we should respect and listen to the voice of students and share students' precious experiences from their internship with others.

**Key Words:** internship process, narration, viewpoint of students

---

<sup>\*</sup>、<sup>\*\*</sup> Instructor, Department of General Studies, Mei Ho Institute of Technology