

南華大學旅遊管理學系旅遊管理研究所碩士論文

A THESIS FOR THE DEGREE OF MASTER PROGRAM OF TOURISM

MANAGEMENT DEPARTMENT OF TOURISM MANAGEMENT

NAN HUA UNIVERSITY



打工度假旅遊者之自我成長與能力提升

Individual Growth and Ability Promotion for Working Holiday

Makers

研究生：張巧臆

GRADUATE STUDENT : CAIO-YI CHANG

指導教授：陳貞吟 博士

ADVISOR : CHEN-YIN CHEN Ph.D

中 華 民 國 100 年 六

南 華 大 學
旅遊管理系
碩 士 學 位 論 文

打工度假旅遊者之自我成長與能力提升

研究生：張巧臆

經考試合格特此證明

口試委員：黃淑琴
丁誌敏
陳貞吟

指導教授：陳貞吟

系主任(所長)：丁誌敏

口試日期：中華民國 101 年 6 月 24 日

南華大學旅遊管理學系旅遊管理研究所100學年度第2學期碩士論文摘要

論文題目：打工度假旅遊者之自我成長與能力提升

研究生：張巧臆

指導教授：陳貞吟 博士

論文摘要內容：

打工度假是一種結合工作與觀光的新興型態旅遊方式，有別於傳統旅遊的固定天數與遊程，打工度假能邊工作邊旅遊，且停留在旅遊地的時間也較長，更能深入了解當地的人事地物。本研究以質性研究的方法，進行三個不同階段的資料蒐集，分別為第一階段-部落格文章分析；第二階段-深入訪談，透過滾雪球的方式，對八位曾經參與過打工度假體驗者進行半結構式深入訪談；第三階段-參與觀察，瞭解打工度假體驗者真正所獲取之成長經驗與技能。結果發現，大部分從事打工度假的受訪者介於20到30歲之間，大多認為打工度假是一種相當不錯的體驗學習機會，提供「做中學」的良好旅遊模式，在自我成長及心態改變與技能提升也皆有良好的獲得。分為以下幾點來說明：(一) 打工度假動機：個人利益(面臨人生的轉折、漫长假期的安排、回憶曾經美好的回憶)及享受人生意義(想要接受挑戰、增加自我知識的成長、體驗異國文化與生活)；(二) 打工度假參與過程中所遇到的困難與挑戰：專業能力的挑戰(對於工作專業知識的不足、語言能力的不足)、與人相處上的挑戰(國籍文化不同的待人方式、與相處者難以親近)及工作上的挑戰(角色轉換的期待落差、工作倦怠感的出現)；(三) 參與後的改變：個人成長與心態改變(個性上正面的轉變、更能有效得掌握時間、豐富了自我的人際關係、人生態度的調整、情緒調適、對於環境生態更加關心、更加獨立)及能力提升(專業能力的精進、工作體驗上的能力獲得)。

關鍵詞：打工度假、自我成長、能力提升

Title of Thesis : Individual Growth and Ability Promotion for Working
Holiday Makers

Name of Institute : Master program of Tourism management, Department
of Tourism Management ,Nan Hua UNIVERSITY

Graduate Date : January 2012 **Degree Conferred :** M.B.A

Name of Student : Chang Caio-Yi **Advisor :** Chen Chen-Yin Ph.D.

Abstract

Unlike traditional travels, working holiday has no certain schedule, and it combines tourism and work together that makes backpackers have enough time to touch and learn local culture with the depth of understanding. In this regard, this study taking qualitative study as methodology divides into three phases, as follows: the first is to explore related articles in blogs. Via snowball-sampling method, the second phase is to have a deep interview with eight experienced backpackers. Then, the final is to be an observer for understanding their growth on experiences, skills, etc. According to the result, it shows that most of workers are around 20-30 years old, and they think it is a good opportunity to experience values of “learning by doing.” Firstly, their

motivation includes personal profits—for instance, facing turning point of life, arranging long holiday, and recalling good memories in the past—and the enjoyment of life, such as to accept challenges, to broaden self-knowledge, and to experience foreign culture. Secondly, difficulties and challenges are professional skills (for example, lacking professional knowledge of the work, language ability), human relationship, including different treatments and no close relationship because of cultural difference, and challenges of the work, above all, the gap between roles changing and tired feelings on work. Thirdly, changes after working holiday can be found from personal changes (positive attitude, mature and independent personality, good relationship with others, etc.) and abilities (working experiences and professional skills).

Keywords : Working Holiday, Individual Growth, Ability Promotion

目錄

目錄.....	V
表目錄.....	VIII
圖目錄.....	IX
第一章 緒論	1
1.1 研究背景與動機.....	1
1.2 研究目的.....	6
1.3 研究流程.....	6
第二章 文獻探討	8
2.1 打工度假.....	8
2.1.1 打工度假的定義.....	8
2.1.2 打工度假的起源.....	9
2.1.3 打工度假的分類.....	11
2.2 打工度假之自我成長與能力提升.....	14
2.2.1 打工度假是一種體驗學習.....	14
2.2.2 打工度假之自我成長.....	16
2.2.3 打工度假之能力提升.....	18
2.3 打工度假之相關研究.....	19
2.4 小結.....	21
第三章 研究方法	22
3.1 研究方法的選擇.....	24

3.2 第一階段質性研究方法-部落格文章分析	25
3.2.1 研究方法.....	25
3.2.2 資料蒐集.....	26
3.3 第二階段研究——一對一深度訪談	28
3.3.1 訪談對象.....	28
3.3.2 研究工具與資料分析.....	29
3.4 第三階段研究——參與觀察	31
3.4.1 參與觀察時間與地點.....	31
3.4.2 參與觀察地點的搜尋與確立.....	32
3.4.3 參與觀察的工作內容與心情.....	32
3.5 研究的信度與效度	33
3.5.1 研究信度.....	34
3.5.2 研究效度.....	34
第四章 研究結果分析	36
4.1 第一階段研究——部落格文章分析	36
4.1.1 部落格樣本分析.....	36
4.1.2 結果分析.....	37
4.2 第二階段質性研究——深入訪談	45
4.2.1 打工度假參與者之動機.....	45
4.2.2 參與打工度假過程中遇到的困難與挑戰.....	48
4.2.1 參與後的改變.....	52

第五章 結論與建議	60
5.1 結論	60
5.1.1 打工度假者的動機	62
5.1.2 參與時所遇到的困難與挑戰	64
5.1.3 參與後的改變	65
5.2 建議	66
5.2.1 給想參與打工度假者的建議	66
5.2.2 給相關單位的建議	67
5.3 研究限制及給後續研究建議	68
參考文獻	70
中文文獻	70
英文文獻	73

表目錄

表 1.1 「打工度假(青年交流)簽訂」參考資料.....	3
表 3.1 受訪者資料表	29
表 3.2 訪談大綱	30
表 4.1 打工度假者的動機	39
表 4.2 打工度假過程中遇到的困難與挑戰	41
表 4.3 參與後的改變	44

圖目錄

圖 1.1 研究流程圖	7
圖 3.1 本研究的三階段研究	23
圖 5.1 研究結果彙整.....	61

第一章 緒論

1.1 研究背景與動機

沒有旅行過，不知世界有多大；沒有冒險過，不知生命有多可貴

---林義傑

「旅行」從英文單字來看，有很多種不同的解釋，其中有一種解釋為「離開某地到另外一個地方」(Dictionary.com, 2010)，旅行可能包含觀光、休憩、度假、探險等成分。傳統的旅行方式大都需要準備好足夠的經費才能出發，像是團體旅行就需要先預付一部分的團費，接著身上只需要準備好一筆旅行當中所要使用的旅費即可出發，若在旅行當中旅費不足，也只要忍著購物的衝動等待假期結束返程即可。但時下正流行著一種和傳統攜帶一筆足夠旅費即出發不同的旅行方式，與傳統旅行方式最大的差異在於，此種旅行方式，在觀光的期間，也同時從事給薪或給宿的工作，在旅行期間做的所有給薪的工作，都是為了能延長這段旅行，而進行的一種籌措資金的手段 (Uriely, 2001)，此概念較常被運用的名稱為「打工度假(Working Holiday)」。

陳慧婷(2012)提到，自從 2004 年紐西蘭、澳洲相繼開放度假打工以來，台灣年輕人趨之若鶩的熱潮，八年來越演越烈。去年 11 月，金車文教基金會針對 12 所大學、5 所高中職進行國際觀的問卷調查，回收的 1425 份問卷中，顯示出打工度假已經成為台灣年輕學子與國際文化交流的首選，其次才是留學與出國參訪。從 2005 年推出至今的「青輔會青年海外生活體驗專案貸款」，資助青年赴海外自助旅遊，也以打工度假的申請案例占居多，去年獲得貸款的青年就占了七成以上。維持打工度假熱度不減的另一個原動力，來自接受打工度假淬練過的青年回國後，不斷地分享自己在旅途中蛻變成長的故事，召喚著尚未出發的靈魂：「來吧！有為者亦若是」。無論是在自己的部落格上分享點滴或是講座分享，讓那些曾經參與打工度假者回憶起來都會笑著分享如何克服困境、超越困難、處理挫折。

越來越多國家開放台灣青年打工度假，也是支持打工度假這股熱潮的基礎動力。目前，各國在台灣開放打工度假的形式都不太一樣，形式如下表 1：

表 1.1 「打工度假(青年交流)簽訂」參考資料

國別	時間	名稱	形式
紐西蘭	2004	打工度假計畫協議	提供 18~30 歲青年在紐西蘭時用打工度假簽證，用打工度假方式資助旅費，並體驗當地生活，時間長達一年。(同一雇主不得超過三個月)
澳洲	2004	打工度假雙邊協議	提供 18~30 歲青年在紐西蘭時用打工度假簽證，用打工度假方式資助旅費，並體驗當地生活，時間長達一年。(同一雇主不得超過三個月)
日本	2009	打工度假制度	提供 18~30 歲台灣青年能有體驗日本文化及日常生活方式之機會，認可其在期限最長為一年之度假期間，為補旅費之不足，而從事打工活動的一種制度。
德國	2010	台德青年打工度假計畫聯合聲明	提供年齡 18~30 歲青年，具備良好健康狀況，並符合雙方國家有關入境法規，以度假為主要目的，並以短期打工一段時期(同一雇主不得超過三個月)，補足其財源。
韓國	2010	台韓打工度假計畫備忘錄	提供年齡介於 18 ~ 35 歲的台灣青年，可以申請到短期工作許可證，前往韓國旅遊和工作，時間長達 一年。
加拿大	2010	體驗加拿大 (IEC)	提供年齡 18-35 歲的台灣青年前往加拿大合法工作及體驗另外一種文化，時間可達一年。
英國	2011	青年旅行工作計畫	提供年齡介於 18 到 30 歲的台灣青年前往英國生活、工作或求學，最長不超過兩年。

資料來源:整理自外交部領事事務局 (2011)

事實上，提供打工度假資訊的管道非常豐富。外交部、青輔會與各國在台辦事處皆可以詢問到相關訊息。還有體驗者在國外生活的部落格分享、青輔會所舉辦的講座等等，也是蒐集資訊的管道之一。更重要的是，要有設定目標、迎接挑戰的心理準備。而近年來，外國的打工度假風潮也吹向了台灣國內民宿業者，紛紛以打工換宿的方式吸引年輕人。有特殊專長的用專長，沒有特殊專長的付出勞力，都可以跟民宿做為交換條件，用最省的花費，玩遍台灣，且以此方式讓打工度假體驗者能用另外的角度更深入了解台灣的文化與美麗，並在此過程中學習技能與提升，最後達到自我成長與認同。

旅行一直被視為是研究自我成長、實踐自主獨立性經驗的一種方法，特別是打工度假旅行，提供了人們更親近自己、展現自己且改變自己的機會。人們能在打工度假旅行中透過與當地人的親近互動，在不同的主客轉換中，不斷自我省思，自我質疑，慢慢了解自己的能力，進而自我成長與實現(曾寶芬，李君如，2004)。Blasi (1988) 也認為不斷的透過與他人的互動，是形成個人認同的過程之一，而認同的過程也包含希望能達到社會期望和現實的情況，最後塑造出一個統整而多面的自我。因為打工度假旅行，人會開始尋找自己，解放自己原本的一貫的思維，開放自己面對事物的好奇心，向每個擦身而過的人學習，進而教育

自己，也會漸漸增進自己基本技能與技術的能力(丘引，1997)。

技術是人類生活的一部份，能力是能完成某種活動所必須的，而且會直接影響完成活動效率的個性心理特徵(俞文釗，2001)。學習，本來可以是一種享受，可以是充滿成就感與快樂，然而，傳統的教育方式和學習的規範，限制了我們的好奇心與創造力，也抹殺了我們思考的人生。而在打工度假旅行中，你可以把學習和工作當成玩樂的代名詞(郭和杰，2004)，邊度假遊樂邊工作體驗人生。也因為在打工度假的過程中，有許多未知與突如其來的挑戰，更可以讓打工度假者學習到更多的自身技能與增進本身的知識。因此，對年輕人而言，打工度假是一種教育體制外或是工作職場外體驗學習的良好機會。

由以上得知，打工度假是一個引領未來風潮的旅遊方式，也確實能夠提升打工度假者的成長與技能。但目前相關研究皆偏重於討論打工度假者的動機、跨文化適應性能力及人格特質等等，因此，本研究從打工度假者的角度，檢視他們打工度假的體驗歷程，且從其中瞭解打工度假者所獲取之成長與技能，期望研究結果能提供給旅遊相關業者與個人之參考。

1.2 研究目的

基於以上的背景與動機，本研究的主要研究目的可歸納如下三點：

- 一、瞭解參與打工度假者所獲取之自我成長與其影響。
- 二、瞭解參與打工度假者所獲取之能力提升與其影響。
- 三、從研究結果中，提出建議提供未來將參與打工度假者或業者參考。

1.3 研究流程

本研究之流程可彙整如下圖：

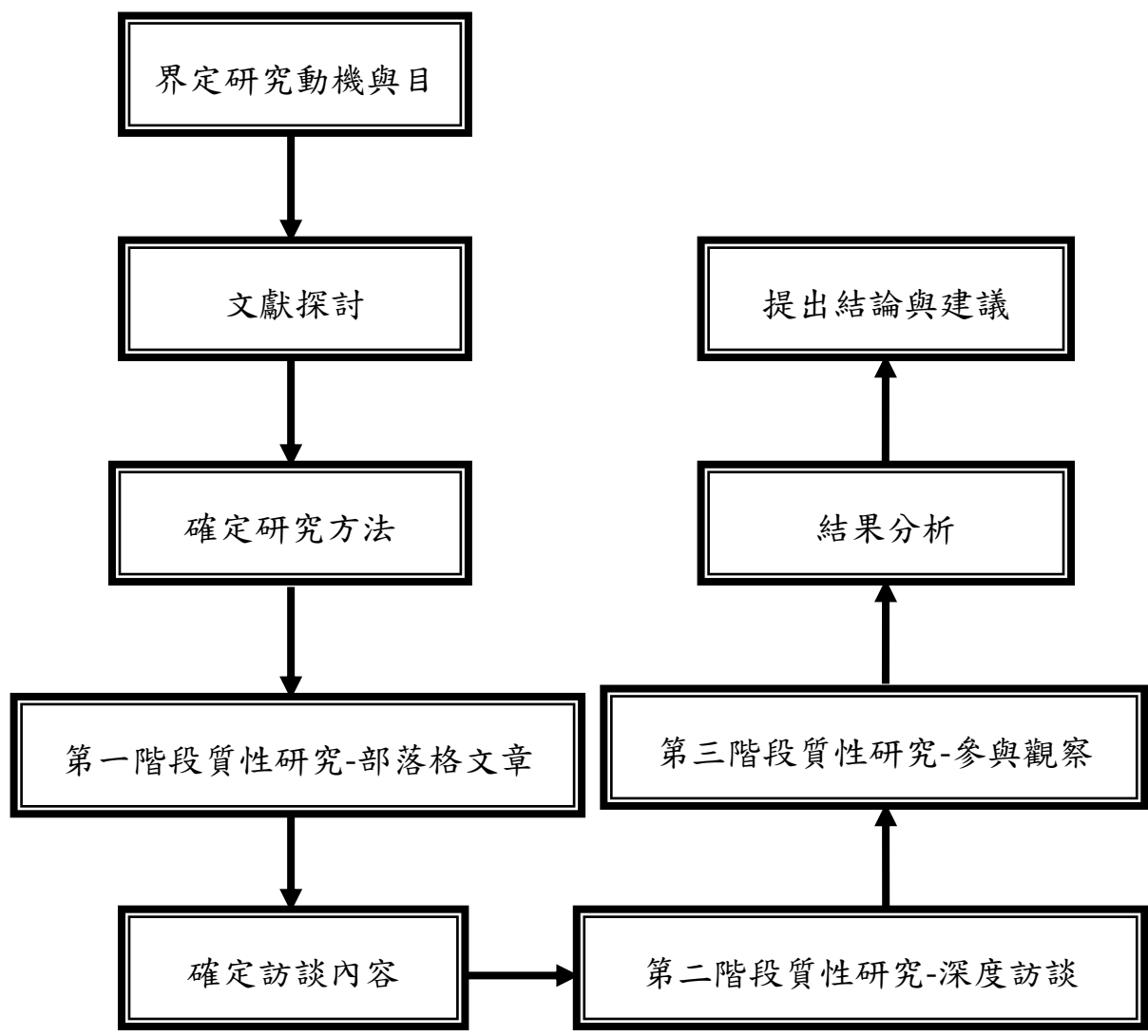


圖 1.1 研究流程圖

資料整理：本研究整理

第二章 文獻探討

「打工度假」是一種有別於傳統旅行方式的新興旅行型態，相較於傳統旅行最大的不同點在於，此種旅行方式可以在外旅行時，進行工作賺取旅費，且打工度假旅行可以在旅遊地停留更長的時間，也因此比傳統旅行會遇到更多的問題(彭詩容，2010)。打工度假因為在旅途中不斷的與他人互動、學習他人的長處優點，是給予自己自我覺醒和自我成長的最好機會(胡錦媛，1996)。也因為這樣的環境下，無論大小事務都需要靠自己的努力解決，也可以藉由這樣的學習提升自我的能力與知識，是一種體驗學習的好機會。因此，本章節將從體驗學習的角度切入，探討打工度假的定義與類型、打工度假的發展、體驗學習對於打工度假自我成長與能力提升之影響及打工度假相關研究的闡述。

2.1 打工度假

2.1.1 打工度假的定義

Cohen (1973)的研究中指出，旅遊者的角色為漂泊者時，在旅遊的過程中會完全依靠自己在當地生活，並以觀光為主要目的，且旅程經常是沒有固定路線與天數，亦沒有明確目標，完全個人化主義，且於觀光期間會從事「臨時性」或「非例行性的」工作，這種旅遊方式被稱為打工

度假 (Working Holiday)。Uriely (2001)更進一步指出打工度假是屬於另類觀光的一種度假形式。

打工度假是工作假期的一種形式，也被譯為「勞動假期」或「工作假期」，指的是一種新型態的休閒方式，參與者利用假期，自願性的參與對社區或生態環境有益的勞動工作，藉由勞動得到不同於一般度假時的體驗(喻曉月，2009)。由於打工度假早期的發展是以志工服務為訴求，參與者於假期間貢獻自身心力參與義務勞動，藉由工作來服務社會，追求與當地的情感交流與互動，並且得到放鬆休閒度假的功能，進而發展成另類的深度旅遊觀光型態。由於參與者為了前往旅遊地從事深度旅遊，而在當地尋求打工度假的機會，這樣的機會滿足了很多經費有限的年輕人出國旅遊的夢想，因此發展出多元的型態。

而打工度假在國外命名也各有不同，英國、紐西蘭、澳洲將打工度假多以「Working Holiday」表示，而美國人則多以「volunteer tourism」來表示，兩者雖然命名是所不同，但實際上參與的打工度假卻是相同的。

2.1.2 打工度假的起源

打工度假的概念源自於以色列在1990年代形成的Kibbutz村落——一個提供居民共同擁有和經營村莊的鄉村共同體制度，此種體制最後漸漸發展成為年輕人打工度假的制度，且到了第一次世界大戰後，法國及德國

的青年組成工作隊幫忙遭受嚴重破壞的法國農場重建之後，在1970年代吸引許多歐美的背包客參與此類的活動，各地因此漸漸興起打工度假的風潮(蔡桂妙，2008)。到了1980年代，開始又有非營利組織將這樣的工作營隊形式運用在環境保護上，參與者不只是玩樂或是體驗大自然，還可以從事淨山、復育植被等勞動工作，藉由實地工作融入當地的自然與人文，也為環境付出一點心力(台灣環境資訊協會，2004)。同時，紐西蘭及澳洲等國家也於1975年開始核發「打工度假簽證(Working Holiday Visa)」，讓18至30歲之外國青年藉由在紐澳的短期工作經驗獲得旅費，能更深入的接觸與體驗澳洲當地人民的生活，也使澳洲人有機會認識其他國家，並協助紐澳觀光產業的發展，解決鄉村人口外移後欠缺的農業勞動力等問題(The Parliament of the Commonwealth of Australia, 1997)。隨後，越來越多國家開放打工度假實施方案，也越來越多的年輕人因此興起到海外打工兼度假體驗人生。

國內的打工度假風潮則是由工作假期漸漸演變而來。2004年台灣環境資訊協會首先引進生態工作假期，至今已多次舉辦不同主題的工作假期體驗活動，逐漸受到國內外環境人士的認同與參與(台灣環境資訊協會，2004)。林務局則於2006年首次舉辦霞喀羅步道工作假期活動，招募志工參與新竹縣五峰鄉桃山村清泉部落以結合生態與文化的義務勞動工

作，包含步道修整、環境清理及部落文化巡禮的活動(林務局，2006)。換言之，打工度假早期發展是以志工服務為訴求，參與者利用假期貢獻自身心力參與義務勞動。但是，隨著時間的推移，在2008年逐漸興起於綠島、蘭嶼、澎湖、墾丁、觀光區、花蓮、宜蘭等地的民宿與餐廳業者。每年暑假在這些地區的民宿、餐廳業者會釋出多個不等的名額，讓有興趣的人投遞履歷，經過業者審核後給予機會讓國內外遊客在台灣也能從事打工度假的體驗。

因此，打工度假在國外已經行之有年，在台灣也漸漸萌芽，而台灣業者不僅提供國內青年打工度假的機會，近年來也致力於打造一個安全友好的打工度假環境，提供國際青年來台觀光，且能配合他們個人不同需求釋出工作機會供其選擇(NYC，2005)。打工度假的風潮也因此在國內市場逐日蓬勃發展且具有相當發展潛力。

2.1.3 打工度假的分類

Cohen (1974) 依參與者的心態與參與形態將打工度假分成兩大類：一種為旅行是為了工作的「工作導向」，另外一種為工作是為了旅遊的「旅遊導向」。本文參考張瑋琦、張高傑(2006)及蕭文君(2007)將工作導向與度假型態分成下面五類：

(一) 職業性旅遊

此類型是為了實行工作，參與者非自願性成度相當高。例如觀光產業之空服員及領隊、商務旅行、出國開會等，通常是基於工作上的責任，是帶有壓力的。因此，什麼時候是工作，什麼時候可以放鬆度假，都必須依照參與者的主觀認定來決定(蕭文君，2007)。

(二) 遷移式勞動觀光

歐美國家比較常見，與職業性的旅行不同，都是在不同的目的地從事相同的工作活動，通常需要具備良好的技能，而這些工作通常都有季節性失業，但是參與者可以從工作中獲的樂趣，且參與者多半單身沒有家庭經濟壓力，因此，願意獲取較低的薪資到世界各地巡迴的工作，過著如游牧一般的生活(Uriely, 2001)。

(三) 打工度假

參與者類型的遊客經常出現在學生族群或年輕人，因為他們是屬於經濟能力較困乏的一群，藉由從事出賣勞力的工作換取體驗國外生活，通常這類型的工作不需要特殊技能、工作薪水低，但是業者會提供吃住。如紐西蘭、澳洲為了促進國外青年旅客人口成長，簽訂打工度假協定，提供簽約國的青年有較長的旅遊簽證且允許在旅途中從事短期的打工(蕭文君，2007)。

(四) 以勞動為度假方式

以勞動從事度假方式的參與者是有正常的工作，參與者利用自由支配的時間從事勞動工作，並且沒有從工作中獲得任何金錢，而藉由工作中的到放鬆的休閒效益(莊淑姿，劉建麟，郭宇罕，張雅嬪，魏良育，2006)。例如:WWOOF(World Wide Opportunities on Organic Farms)，讓參與者成為農場短期的勞工，體驗農場的生活，雖不支領薪水，但農場提供食宿(蕭文君，2007)。

(五) 付費勞動體驗活動

參與者必須付出勞力以及出錢幫助當地社區解決經費不足的問題(張瑋琦，張高傑，2006)。主辦單位會與當地社區或者是到需要幫助的地區進行場勘並與專家學者討論過後，設計出一套以勞動為主的商品販賣給消費者，而勞動內容大多從事與環境保護及當地社區生活相關的工作(蕭文君，2007)

其中「職業性旅遊」、「遷移式勞動觀光」是屬於工作為導向，參與者必須具備良好的專業技能，才能夠在參與中獲得應有得報酬，以維持生活的必須開支。而「打工度假」、「以勞動為度假方式」、「付費勞動」則是屬於旅遊導向，參與者利用閒暇的時間從事簡單勞力付出的工作，藉由參與勞動的方式獲得旅遊的體驗。

在眾多的類型之中，本研究所討論的打工度假為勞動假期的類型之一，由於從事此類型的旅遊族群，在金錢負擔上面是比較拮据的，故在旅途中工作成為了支持參與者繼續旅遊"不得不"的條件之一。Uriely & Reichel (2000)認為對於打工度假的年輕人而言，不僅是旅遊，連旅遊過程中的打工都是極具特別意義的體驗。

綜合以上所述，本研究選擇以「打工度假」這個名詞代表在「旅途過程中，透過付出勞力獲得工作，而進行有給薪或無給薪的工作型態，做為得以延續旅遊時間之條件的旅遊類型」，而參與此類型活動的參與者則稱為「打工度假體驗者」。主要的目的為度假，工作附帶賺取旅遊生活費並更深入體驗當地生活，這種特殊的經驗，成為了日常生活中另類的體驗(莊淑姿，2006)，也是一種有別於教育體制或工作職場的體驗學習。而透過打工度假的體驗學習，也為打工度假體驗者帶來了不少的收穫。

2.2 打工度假之自我成長與能力提升

2.2.1 打工度假是一種體驗學習

教育大師杜威(John Dewey)有一句名言「從做中學」(learning by doing)，他認為在個人的成長過程中，想要產生學習或行為上的改變，需要強調「直接的經驗」(Direct Experience)，直接、具體且實際的經驗才

是真正的學習過程 (Dewey, 1983)。體驗學習(experiential learning)一詞在各領域廣為使用，它不僅是一種教學方法，更可以代表一種整體的哲學思維，針對經驗進行反思、批判分析與統整，在過程中提出疑問、建構意義、解決問題、整合先前的知識等活動，讓體驗者能夠主動參與、做決策並為結果負責。(李靜姝，2011)

直接倡導並提出體驗學習的是 Kolb (1984) 其「體驗學習」一書中提到了體驗學習的四個階段時期，包含:1. 具體經驗；2. 觀察及反思；3. 形成抽象概念化與類化；4. 在新的情境中檢驗概念內含。另外 TWP (2007) 提出體驗學習主要有四個特質:1. 學習者對於正在發生的學習過程是察覺的；2. 學習者必須投入於反思的體驗中，並且連結學習到過去、現在及未來；3. 那些體驗的內容是對個人有特殊意義的，學到了什麼?如何學到?對個人的重要性如何?；4. 體驗過程當中體驗者完全投入。體驗學習同時也強調遷移或學習遷移的歷程，一種經驗對於未來學習經驗的影響稱為「學習效果的遷移」。經驗是學習的基礎，在既有的經驗之上學習，不僅加強人的學習動機，並且會使其不斷的學習進步(梅靜宇，2001)

Kraft & Sakofs (1985)進一步說明了體驗學習的過程，其中包含了幾個要素:1. 學習者在學習的過程中扮演參與者的角色，須親身經歷並非旁觀者；2. 學習活動要求個人的動機，以表現主動學習、參與與責任感；

3. 學習活動會以最自然的方式呈現給學習者，所以是真實而有意義的；
4. 學習者的反思內省是整個學習過程中最重要的關鍵因素。

綜合以上所述，體驗學習強調學習者在真實的環境之下，對於某種事物產生興趣與學習的動機，進而在學習中發現問題、思考問題和提出解決問題的方案，並在最後得到立即性的回饋來提升自我的學習能力。其中學習必須具備親自參與、自我的動機、自然及反思內省等要素。而打工度假即一種體驗學習活動，在打工度假的過程中，體驗者自我決定參與的動機，且親身體驗完全程的活動，而在體驗的過程中以最自然的角色，真實體驗未知的困難與挑戰，在最後反思內省後達到自我成長與本身能力的提升，這就是體驗學習帶給打工度假參與者的價值。

2.2.2 打工度假之自我成長

自我成長和自我改變是人在生命中建構他們身分的一個關鍵時刻，Wheaton & Gotlib (1997) 指出自我成長是改變人生的一個轉捩點，在打工度假旅行中，不斷的與他人進行互動，有助於認識自我。Wearing & Wearing (2001)則進一步指出，自我成長形成的過程，有可能透過接觸新奇事物的體驗(例如:打工度假旅行)而發展，當旅行者能夠在旅行的環境中實現夢想，而更瞭解自己或體驗自己內心的聲音，可謂是自我成長與

實現(Pearce & Caltabiano, 1983)。Adler (1999)指出旅行並不為單純的觀光活動而已，而是體驗異國事物的渴望，注重與他人的互動與異國文化的接觸，提供了旅行者自我覺省和自我成長的機會。旅行的目的在於能在旅行經驗中獲得快樂和體驗的過程，打工度假旅行是用自我與生命去體驗自然萬物，是豐富人生經歷的一種方式，因為在每一次的打工度假旅程中，每一個轉彎都會有不同的發現(林姬瑩，1999)。Poon (1993) 發現打工度假旅行者，打多具有體驗新事物的高度好奇心、能積極的掌握生活、有自信及嚮往自我成長實現等特質。

自我發展的特徵包含了自信心的增加、建立目標、同理心、冒險、寬容和合作的精神(Hopkins & Dutnam, 1993)，然而自我成長是一種概念、經驗歷程的整合，藉由自我與社會的關係重新產生不同的變化，且認知能力、生活經驗與人格特質都會是影響自成長的因素。因此，在打工度假中，如果參與者能夠試著去敞開心胸、學習接受與改變，則可能讓自己在打工度假旅行中，能更懂得誠實的面對自己、傾聽自己內心的聲音，尋找自己的弱點，了解人的一生就是一連串抉擇的過程，是自我成長實現的歷程。

2.2.3 打工度假之能力提升

能力是指個人學習和在不同情況發展下的能力或知識 (Kelly, 2001). 包括關鍵能力、基本能力、必要的能力、可轉換的能力以及可以在世界各地就業的能力(澳洲國家培訓管理局, 2003)。澳洲國家培訓局 (2003) 的報告指出，每個教育體制統，包括學校、職業教育、培訓等等，都會對於能力學習有所影響。教育已被視為在旅遊上一個重要的旅遊動機，尤其是在歐洲(Goeldner & Ritchie, 2006)。

在年輕人的旅遊市場中，除了正規教育的經驗和知識的累積之外，旅遊也成為加強教育的學習方式之一。年輕人遠離家鄉，透過發展他們個人的能力和個人特質，參與旅途中的活動，在途中與來自不同國籍、背景和文化的人溝通互動(Atkins, 1999)。Kuh (1995) 指出，旅遊為年輕人提供一個學習能力提升的好機會，除了學校的經驗外，將提高批判性思維、領導能力和組織能力等，且這種學習的影響更是長遠與深刻。

李櫻姍(2010)研究中指出，打工度假的體驗歷程裡最大的特色就是邊工作邊旅行，工作的技能學習往往在打工度假體驗裡是最特別且難得的經驗。一般打工度假的工作種類及內容通常沒有特殊限制要求，且大多是低技術勞動力性質的工作，因為工作進入門檻低、語言要求不高，是極為容易爭取到的工作機會。除了有給薪的工作型態外，有可能到食宿

交換的農場工作。雖然工作簡單且多勞力，但是多元的工作型態使體驗者的生命歷程更加豐富。而且，這些付出勞動力的工作可能是現代年輕人這輩子從未想過或接觸過的工作，所以對他們而言仍是充滿驚奇的工作，不僅刺激他們想法，也學習到新的知識與能力。

因此，打工度假的能力提升已經從教育的角度跨越到旅遊的領域上，打工度假提供了年輕人去探索和開發自我潛力和可能性，可以提供他們領導能力、反思與組織能力，進而增強自我的能力提升。

2.3 打工度假之相關研究

過去對於打工度假旅遊的研究，大多著重於發掘旅遊動機、跨文化適應、人格特質及體驗等方面來探討此議題。以下就這幾列來分別說明：

在旅遊動機方面，吳嘉瑋(2008)探討打工度假客至澳洲打工度假的動機與體驗，以及探討澳洲打工度假動機對其體驗的影響一文中，由於研究者本身的好奇心驅使，將自己放逐到澳洲打工度假一年，在這一年打工度假的經驗中，以此幫助自己開拓視野、逃離原本在看世界的心態。研究者認為打工度假的動機對於體驗的影響在旅程中會不斷的累積，於其結果發現動機並非單一的，將動機分為「逃離原有的生活」、「對澳洲的好奇心」、「學習英文」、「冒險挑戰」、「自我實現」。而鐘尚澄

(2009)則在其研究中將打工度假的動機分為四類：「漂鳥者」-希望能體驗更多樣的人生、「語言學習者」-雖體驗國外生活，但大多會前往語言學校學習英文、「掏金者」-以賺錢為目的，大部分時間都投入工作與「夢碎者」-在體驗期間無法承受生活之孤寂且最後意識到自我的夢想並非當台勞，因此短時間夢碎並返台，這四者的動機、參與歷程及所得之利益皆有所不同。在打工度假旅遊動機上皆非單一動機傾向，而是會因為不同體驗者想要獲得的體驗歷程不同，而有所差異。

在跨文化適應方面，彭詩容(2010)研究中則提及，打工度假者在打工期間面對語言與溝通調適問題，且在不同城市的轉換中接觸到不同文化，因此常會產生跨文化適應的衝擊與刺激。而且跨文化的適應方面不僅是在打工度假體驗期間，體驗回國之後會再次面臨到跨文化適應的問題。

而有關打工度假者的人格特質研究，如蔡依純(2011)、徐惠珍(2010)的研究中則提到，打工度假者的人格特質大可分為外向性，開放性，親和性，友善性，謹慎性及神經質。這些不同的人格特質對於打工體驗獲益、人際互動及生活調適及環境適應裡皆有不同表現及滿意度。

如上所列，過去研究分別探索打工度假者的動機、跨文化適應問題，以及人格特質，但是如前所述打工度假是一種學校體制外重要的體驗學習機會，透過打工度假能夠獲取許多自我成長與能力提升，但目前卻少有研究深度去探究這些問題，這也因此成為本研究的研究重點。

2.4 小結

由以上論述可見，打工度假旅遊已經成為新興潮流的旅遊市場，是不容忽視的一股旅遊力量。對於傳統的大眾旅遊方式的遊客而言，在旅遊仍未完全脫離原本的生活模式，導致大眾旅遊者未能真實融入體驗當地文化，但是打工度假旅遊體驗卻可以補足這一點缺憾，打工度假旅遊可以長時間居住在當地，與當地的人互相交流，融入當地的生活模式及體驗文化，藉由旅程中不斷出現的自我挑戰，激勵自己改變學習，進而達到自我審思及成長，這也是打工度假旅遊值得思考的價值。

第三章 研究方法

本研究探討打工度假者體驗過後之自我成長與能力提升，體驗的自我感覺是屬於比較內心層面的探討，於是本研究使用了質性研究來做為主軸。一般質性研究被認為為探討人內心的想法與感受的一種研究方法，而本研究透過質性研究方法希望可以更了解打工度假者內心的感受與體驗過後的自我成長與能力提升。

本研究第一階段採用部落格文章的分析，希望透過打工度假體驗者所撰寫的文章內容，由裡面剖析出關於打工度假者的想法與感受。

第二階段則採用訪談法，訪問了八位曾經參與過打工度假的體驗者，藉由他們寶貴經驗的分享，期望能更了解打工度假者本身的自我學習過程。

第三階段則由研究者本身進行參與式觀察，研究者親自前往花蓮體驗為期一個月的打工度假活動，希望藉由親自體驗與從旁觀察，更深入了解打工度假者體驗的學習過程與自我成長的內心感受。

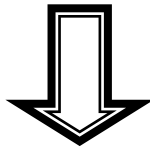
本研究藉由三階段研究(如下圖 3.1)的交叉比對後，試圖更深入瞭解打工度假者的自我成長與能力提升。

第一階段

方法：部落格搜尋

目的：透過部落格的文章，瞭解打工度假者之打工度假之歷程，以及對於打工度假者之自我成長與能力提升

時間：2010/11/05~2010/12/07

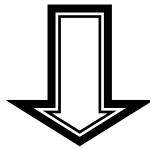


第二階段

方法：一對一訪談

目的：基於第一階段部落格分析所獲得的概念再進一步發展訪談大綱，更深入了解打工度假體驗者的自我成長與能力提升

時間：2010/12/31~2011/04/31



第三階段

方法：參與觀察法

目的：實際體驗打工度假者之行為與感受，並驗證前二階段的研究結果

時間：2011/01/31~2011/02/31

圖 3.1 本研究的三階段研究

3.1 研究方法的選擇

潘淑滿(2003)認為質性研究指的是一種社會現象的真實性與生活中互動所建構出來的主觀經驗，此經驗明顯受到不同時空因素影響。也是現實社會充滿複雜且不斷異動的現象(簡春安，1998)。當研究者想要了解被研究者的內心世界，或概念仍屬於探索、發現階段的研究是何運用質性研究方法。因為打工度假這種獨特的旅遊方式，感受會因人而異，所以為了追求事實並瞭解被研究者當時的內心想法，因此採用質性研究方法來進行打工度假的探索。

另外，張紹勳(2001)認為質性研究主要目的是在分析事物的本質，因此常常被用來詮釋多元的社會現象，時常使用訪談法、資料分析法、參與式觀察法來收集資料。盧惠馨(2004)對於參與式觀察法提出說明，指出參與觀察是源自於人類學的田野工作，其方式乃研究者與被研究之對象共同參與活動，由參與的過程中觀察並感受研究對象的行為表現，並加以記錄下的的研究方法。

最後，為了更深入發掘研究對象的真實想法，採用一對一深度訪談進行資料蒐集，訪談時以半結構是問題為主，讓受訪者可以隨意的表達內心真實的想法，為了詳細記錄資料，所有訪談的內容皆在受訪者的同

意之下以錄音的方式紀錄，並在訪談前清楚告知受訪者，若該段內容不願被錄音可以隨時提出中止要求，且在受訪過程中若引起其不悅感受，受訪者亦可以終止訪談。讓受訪者清楚明白他們可以自己決定是否讓自己的經驗成為研究內容的一部分。

因此，本研究進行三階段之調查，希望藉由三個不同階段的資料收集與調查，讓本研究從不同面向探討打工度假者所獲取的自我成長與能力提升之影響。

3.2 第一階段質性研究方法-部落格文章分析

3.2.1 研究方法

本階段研究方法採用網路民俗誌，進行關鍵字搜尋，挑選研究所需要的文章進行研究分析，希望透過部落格文章的分析，了解並呈現打工度假者對打工度假後體驗學習之獲得。網路民俗誌是一種由個人管理、不定期發表新文章、圖片或影音的網頁或線上日記，用來抒發自我情感或資訊分享。由於打工度假體驗者的文章是一種公開存在的線上資訊，也是打工度假者以此表達心情、想法與體驗過程的一種網路媒介(蔡京君，2010)。為了應用不同的領域範疇的研究及因應快速的網際網路變遷時代，網路民俗誌研究法也不斷被求新求變，因此由 Kozinets (2002)率

先提出適用於以電腦及網路為溝通媒介的網路社群使用者為研究對象的質性研究方法，也就是「網路民俗誌」，透過網路社群公開發表的文章作為資料來源，並藉由這些文章資訊解釋及瞭解網路社群使用者的文化及研究者所欲觀察之現象(蔡京君，2010)。

3.2.2 資料蒐集

本研究以在部落格上有提到打工度假體驗經歷的文章為分析資料，且以立意抽樣的方式進行部落格資料搜尋。而且，基於網路民族誌的精神，本階段研究期盼透過網路部落格的觀察解析打工度假者在體驗打工度假後之學習與成長。

由於 Google 網頁排序(Page Rank)的算法是利用網頁空間的連結結構以及網頁的內容，找出最具有權威的網頁(Brin & Page, 1998)。搜尋結果的排序結果可能代表目前最普遍及廣泛被使用的網站為何，因此透過最受歡迎的網路平台進行部落格文章的搜尋，不僅可以蒐集到較多打工度假者的體驗文章，該網站部落客的打工度假心情與經驗感想也有一定的影響力(盧庭韻，2008)。因此，研究採取下列兩種方式來搜尋部落格文章。

1. 本研究於 2011/11/05 透過 Google 搜尋「部落格」此關鍵字，確認國內目前最普遍使用的部落格平台為 Yahoo 奇摩部落格。

2. 另外，根據波仕特線上市調網(2010)的調查，有經營部落格的網友占 82.39%，而以經營無名小站 59.23%位居第一，其次為雅虎奇摩部落格，占了 19.24%，第三則為痞客邦。

因此，本階段研究選擇無名小站、Yahoo 奇摩部落格與 PIXNET 痞客邦為此三大部落格平台，於 2011 年 11 月 05 日~2011 年 12 月 07 日以「打工度假」、「打工換宿」、「工作假期」為關鍵字進行部落格文章搜尋，會以此三個關鍵字最為搜尋的字詞，是因「打工度假」為國內外對於此活動普遍的稱呼，而「打工換宿」與「工作假期」則在台灣為較多人使用，於是本研究採用這三個詞做為關鍵字搜尋，以便能全面閱覽，共蒐集了 50 篇符合本研究議題的部落格文章。最後只採用 50 篇網誌作為第一階段的文章篇數，因為蒐集到 50 篇時這些文章已經對於打工度假的體驗描寫得非常清楚，且在打工度假體驗過程中所遇到的問題以及對於自我的成長及能力提升都相差不遠且文章也已到達飽和，於是最後選取 50 篇為第一階段的文章分析。

3.3 第二階段研究——一對一深度訪談

3.3.1 訪談對象

本研究為了取得最接近研究概念與目的的資料，採用立意抽樣，條件設定為「曾經參與過打工度假的年輕人」。之所以選擇年輕人是因為打工度假的單位通常規定需要三十歲以下的年輕人。由於對象分散不易取得，因此採用部落格搜尋曾經參加過打工度假之部落客後，在部落格上以留言邀請及朋友介紹徵求自願受訪者，再以滾雪球的方法，請自願受訪者協助推薦其他適合人選。本研究剛開始本想以在台灣打工度假的人為主要訪談對象，但在訪談對象尋找上遇上了尋找不到人的困難，所以經過討論後，決定以有在國內外體驗過打工度假的年輕人為主要的訪談對象，最後共計有 8 位願意受訪者參與，彙整如下表 3.1:

表 3.1 受訪者資料表

編號	性別	年齡	體驗時年齡	學歷	地點	時間
A	女	25	24	大學	澳洲	一年
B	男	32	31	專科肄業	綠島	一年
C	女	25	24	研究所	綠島	兩個月
D	女	25	21	大學	綠島	兩個半月
E	女	24	20	大學	紐西蘭	兩個月
F	女	25	20	研究所	澳洲	一年
G	女	26	24	大學	日本	一年
H	女	26	23	大學	蘭嶼	一個月

資料整理：本研究整理

3.3.2 研究工具與資料分析

本研究採用半結構式訪談大綱來作為資料蒐集的工具，同時使用錄音設備來記錄資料，謄寫逐字稿時則使用 Word 軟體來協助。訪談方式由於有些受訪者長年旅居國外，無法面對面進行訪談，於是訪談資料則透過 MSN 或 E-mail 信件做為輔助工具。本研究之訪談大綱主要參考李櫻珊(2010)研究而定，內容著重於受訪者在打工度假中的歷程與體驗，同時

也著重這些深刻體驗背後所真正獲取的成長與能力提升，訪談大綱如下

表 3.2 所示：

表 3.2 訪談大綱

<p>一、請您回憶陳述您的打工度假經歷？您曾經參加過國內或國外的打工度假？請分別陳述您的國內與國外的經驗，包含次數/地點/停留多久？您覺得國內與國外打工度假的差異？</p> <p>二、您參與打工度假的動機為何?(推(促成)/拉(阻擾)動機)</p> <p>三、您在選擇打工度假時的條件有哪些(例如地點、時間或工作報酬等)?您所從事的工作度假通常是有給薪或無給薪？</p> <p>四、在打工度假過程中，您通常從事的工作內容有哪些？請逐一列別說明。</p> <p>五、在這些從事的工作中，您獲得哪些有形的技能學習(例如:學會開車、料理、打掃、對於本來已經會的事情又更精進……等生理層面的)?又，您的學習這些技能的歷程如何?</p> <p>六、在這些從事的工作中，您獲得哪些無形的自我成長(例如:生活的態度、對自我的認同、價值觀的改變、對於看待事情會站在不同的角度、對於人際關係的調適、壓力調適……等心理層面的)?又，您獲得這些自我成長的歷程如何?</p> <p>七、對您而言，在這些學習中，印象最深刻的是什麼？為什麼?</p> <p>八、實際參與打工度假跟您當初所期待的學習是否有落差?為什麼?</p> <p>九、體驗打工度假結束後，您認為這些無形的技能學習對您自我的成長有哪些影響與幫助?</p>

3.4 第三階段研究—參與觀察

Lofland & Lofland (1984)將參與觀察定義為一種實地觀察(field observation)或間接觀察(direct observation)，是研究者為了對一個團體有科學瞭解，而與該團體建立和維持多面向和長期性關係。參與觀察並不是唯一的目的，但卻是進入該團體最低的要件之一。Patton (1990)則認為參與觀察是一種完全進入場域的研究，共分做完全參與、旁觀者與部分參與者。Jorgensen (1989)認為參與觀察法最終的目的在於，紮根在親身體驗所觀察的事實，適時的發掘實踐和理論的真理。

參與觀察法有助於瞭解現象的意義，且更可以觀察到連續性脈絡的現象(Bogdewic, 1992)。因此，為了能更真切的體會打工度假者的想法，在此階段由研究者於2012年2月實際前往花蓮十二號橋空間民宿參與為期一個月的打工度假，體驗在打工度假中與人的互動、發生的事件、參與的工作等等現象，並於體驗當時紀錄下來做成書面資料，以利事後分析。

3.4.1 參與觀察時間與地點

2012年2月前往花蓮「十二號橋空間民宿」為期一個月。

3.4.2 參與觀察地點的搜尋與確立

在尋找打工度假地點之初，是利用網路上搜尋有提供打工度假的民宿業者，再寄 E-mail 詢問業者今年有沒有提供打工度假的機會。在詢問第一間民宿時，因為時間上不符合所以沒有媒合成功，但是老闆非常熱心的提供了我"十二號橋空間民宿"的打工度假資訊，所以我寄出了我的詢問信，信裡面大概陳述了我的身份、為什麼想要打工度假的原因、可以前往的日期及多長時間等等，最後很幸運的收到了老闆娘熱情的回信，歡迎我到他們的民宿。在 2012 年二月份我帶著期待及興奮的心情到了花蓮。

3.4.3 參與觀察的工作內容與心情

在花蓮，我度過了很平靜且悠閒的一個月。由於去的期間剛好過了寒假人潮擁擠的旺季，所以民宿不是相當忙碌，但是老闆剛好也想要趁這一段住客沒有那麼多的期間，裝修民宿一番，於是我搭上了整裝民宿的列車。

在這段期間的工作內容，大概有清掃院子、修剪花木、鋪床、打掃房間、準備早餐等等，很多瑣碎的事情都要幫忙做。老闆娘說民宿的事情看起來不多，但是做起來卻很多，因為沒有什麼大事情只有細瑣之事。

平常沒有事情我就會到民宿主人幫客人貼心準備的觀海平台上，聽海浪拍打在岩石上的浪濤聲，然後思考自己的人生及沉澱自己；有時跟老闆聊他的民宿，老闆是一個很有想法的人，當初一個機緣來到沿海路十二號橋旁蓋起了當時在這裡的第一間民宿(現在沿海線上超級多民宿)，因為很多後起之秀的民宿蓋得很有特色而且很創新，所以老闆也不斷的想要幫自己的民宿跟上這個時代的腳步，也許外觀無法做很多的改變，但是希望想法是可以跟上現在的腳步。

當初去的時候，也問過老闆娘為什麼會想要做打工度假的媒合，老闆娘說因為想要跟這些年輕人交流不一樣的想法與人生。因此，在這一個月裡面，受到十二號橋空間民宿一家人很熱情的款待，有時候我都忘記我是來打工兼度假的，因為每天面對海，所以讓自己的心胸也寬大許多，也在花蓮體驗了很多我以前不敢做的事情、也嘗試了過去不認為自己做得來的事情，讓我真正打工度假者的成長與學習，真的很感謝這趟旅程為我帶來的改變，也更驗證我第一階段與第二階段的研究結果。而這一個月的觀察日誌也成為我後續分析與討論時的輔助資料。

3.5 研究的信度與效度

質性研究方法不像量化研究就一樣有明確的信效度測量工具，質性研究者對於質性的信效度皆持多種看法。

3.5.1 研究信度

質性研究探索過程複雜且多變數，主題又具有明顯的個體性，因此信度往往很難建立。質性研究的信度，乃指研究者於研究過程中，針對研究的角色、研究對象的選擇、情境分析、概念確認及資料蒐集等細節做審慎的規劃並執行，以求提高研究的信度(高敬文，1996)。

在此研究進行中，研究者透過部落格的分析、實際參與體驗打工度假，並記錄其體驗生活，因此較能貼近打工度假者的體驗感受與想法，同時也聽取擁有打工度假經驗的朋友的意見，以做為研究的參考。

3.5.2 研究效度

胡幼慧和姚美華(1996)認為質性研究的效度是指研究者在研究的過程中所獲的正確答案的程度。本研究以下列方式提高研究效度：

1. 三角檢驗法：

為了克服質性研究中單一理論研究者與單一理論觀察者所產生的偏差，本研究採用三角檢驗法，包括部落格、參與觀察、訪談、等資料進行比對驗證，以檢視研究之一致性。

2. 專家效度:

參考李櫻珊(2010)所設計之訪談題目及相關文獻參考且參考第一階段的分析結果，設計出半結構式的訪談大綱，與指導教授討論後定稿再進行訪談。

3. 和研究對象建立良好的關係

因為與研究對象同樣都曾經歷過打工度假體驗一段時間，因此在訪談的過程中常有共鳴之處，因此建立起信賴基礎，因此受訪者大多願意將其經驗於訪談時相告，便於蒐集真實的研究資料。

第四章 研究結果分析

研究結果發現，打工度假體驗對於打工度假者的自我成長及能力提升的確帶來許多深刻的影響，藉由受訪者所述說的資料、研究者本身的參與觀察，以及相關部落格文章的陳述，從三種角度多方探索與體認打工度假者所獲取的有形與無形的成長與能力提升。因此，此章節分別依序說明三階段的研究發現。

4.1 第一階段研究—部落格文章分析

此階段主要採用相關部落格文章分析打工度假者之自我成長與能力提升之獲得，也從中了解打工度假者的體驗動機。根據所挑選的 50 篇部落格文章，將分析結果歸類出打工度假體驗動機、打工度假所獲得的自我成長及打工度假後自我能力的提升，並分別說明如下：

4.1.1 部落格樣本分析

本研究根據取樣之 50 篇部落格中的個人介紹，解析部落客的基本資料。在性別方面，有 28 位女性(56%)，22 位男性(44%)，顯示出女性樣本所占比率較高。在年齡方面只有 2 位部落客公開其年齡，其餘皆未公開，此兩位部落客分別為男生(29 歲)，女生(23 歲)，平均年齡為 26 歲，而其

餘部落客則從其照片以及文章陳述亦可判斷應是介於 20 至 30 歲的年輕人。由此顯示樣本符合本研究所設定的 30 歲以下的年輕人，且均具有打工度假經驗者使用年齡都在 30 歲以下，與 Perseus(2005)研究結果一致。在打工度假地點選擇方面，以澳洲 25 篇占最多，其次為台灣(含外島)13 篇，日本 7 篇，紐西蘭 4 篇，美國 1 篇。

4.1.2 結果分析

此階段分析結果可歸納為下列幾點：

(一) 打工度假者的動機

打工度假參與者在提及參與動機時，大致可以分為看到過去經驗者的推薦、想要體驗異國生活與文化、結交朋友、親朋好友的支持及想要接受挑戰。打工度假者在參與之初，心中會有很多想法，這些想法最後都會是驅使打工度假者做出決定的關鍵。有些打工度假體驗者會透過曾經體驗過的人的部落格或分享會，經由過來人的體驗分享，讓自己審視或更堅定自我內心的鬥志與想法，讓自己出走闖一闖。另外，有些部落客則想要到國外體驗異國文化與生活的洗禮，將自我放逐到一個陌生的地方，經由長期的居住與體驗，更深入了解一個地方的人、事、物。在旅程中，人際關係的建立定是旅程中最棒的收穫之一，有些打工度假體

驗者希望能在這趟旅程當中，認識來自各國的朋友，能夠喚醒自己曾經也會作夢的能力。同時，好朋友的支持也替打工度假體驗者打入了一劑強心針，讓本來放在心裡已久卻有可能無疾而終的打工度假之旅，順利地執行。

此外，部落客在文章中也吐露，如果對於自己沒有嘗試過的事，就選擇放棄，那麼永遠都不知道自己能不能完成，所以挑戰自己、體驗異地生活，讓自己的青春不要留下空白頁，也希望藉由這一趟旅程，讓自己接受各式的挑戰，進而讓自己更認識自己也可以讓自我更成長。部落客實際的例子，如表 4.1 所示。

表 4.1 打工度假者的動機

主類別	子類別	部落客實際例子
打工度假者的動機	經驗者本身的推薦	在某個網頁裡看到一個在那裡一邊度假一邊打工的人，用打工賺來的錢旅行，然後用他的相機記錄在當地一年的生活點滴，於是，我決定也把握我，勇敢得出去闖一闖。(06)
	體驗異國生活與文化	這次旅行的主要目的不是去學校念書，也不是想去撈錢回台灣，我只是想去體驗當地生活，擴展人脈與視野，到處旅行走走，讓心靈休息。(16)
	結交朋友	這次旅行的目的是想要認識許多願意分享的朋友和深入了解當地人事物.....藉由打工換宿，我可以認識民宿的主人、可以認識背包客、.....每一個過客都將會是我這趟旅程重要的角色。(07)
	親朋好友的鼓勵	澳洲打工度假，這個夢想伴隨著我兩年，我要謝謝我的一個特別的朋友，如果不是她的鼓勵與信任，現在的自己沒有這樣的自信。(42)
	想要接受挑戰	每個人的人生都是不斷累積的過程，沒有去嘗試去體驗，你怎麼知道如此的經歷不會為你的人生加分呢!就算你也許會把在台灣賺的錢拿去國外花光，但是人生這麼長，在台灣也是一年，去國外體驗生活也許會是個充滿挑戰的一年。(47)

資料整理: 本研究整理

因此，從部落格分析可以得知，打工度假者的動機是多元化的，分別來自外在環境、身邊好友及自己本身的影響，而這些動機都是促使打工度假者為自我的提升邁向第一步的開始。

(二) 參與打工度假過程中遇到的困難與挑戰

每個打工度假者在體驗過程中都會遇到一些困難與挑戰，畢竟是到了一個陌生的環境裡生活，在工作、語言以及新環境適應的挑戰之下，都會產生很多挫折。很多的部落客指出，因為打工度假不是一個長期的工作型態，工作不固定的情形在生活裡常常發生，有時候還會因為自己的疏忽跟機會錯身而過，因此很多時候都在做相當多的抉擇。也有部落客覺得自身的語言能力不足，而讓自我在工作的表現上不佳或是無法與人溝通，因此相當難過。在生活中，有很多事情都是到了當地才第一次接觸，因而情緒跟心情上都相當的緊張。有相當多的打工度假者，到了體驗地所從事的工作都是果園、農場等，需要付出體力與勞力的地方，常常會在工作中弄得全身是傷，但是為了生活與體驗後期的旅遊經費，還是必須堅強的努力工作。

部落客提出的實例則如表 4.2 所示。綜合而言，打工度假期間，在工作上的困難與挑戰占最大的部分，不管是找工作或是在從事工作的期間都是相當受到考驗，而本身語言能力不足，也讓打工度假體驗者覺得相當困擾，但是在不斷的練習與熟悉之後，都有了不錯的改善。

表 4.2 打工度假過程中遇到的困難與挑戰

主類別	子類別	部落客實際例子
參與打工度假過程中遇到的困難與挑戰	語言能力不足	我最怕的就是被客人問問題，他們講的商品名稱我往往都會聽不懂，都只好叫他們等一下...這時就又深深覺得自己的日文真的不太好……(08)
		我們來這裡之後，就決定要去上語言學校了，我們覺得在這裡跟這裡的人格格不入，跟根本就沒辦法溝通。(19)
	陌生領域	媽呀~我這輩子沒碰過收銀機，一推紅紅綠綠的按鈕，看到眼睛都花了，更何況還有一推蘋果餅乾飲料和調酒都還不認識。(09)
	工作不固定	在澳洲打工度假的日子裡，背包客不固定的工作生活型態讓大家總必須面臨許多選擇，而在這之前你永遠也無法預知會有怎麼樣的際遇。(12)
		像我們這種果園，一打來叫你上工，是隔天就要上，不能上機會就是別人的了，所以多多少少也是要運氣...但是確定的是，老闆跟水果不會等你，所以很難做著先找到工作再來澳洲的美夢，或事先確定老闆錄用在移動到這哩，這麼好的事情發生機率很小。(44)
	工作難度	我每天都要忍受蚊子蒼蠅的顏面攻擊，一不小心還會吃到他們，因為有採收速度的壓力，割蘑菇的時候難免會不小心割到手，在攀爬樓梯與搬運箱子的過程中也會撞傷手肘和膝蓋等等(16)

資料整理：本研究整理

同時，在充滿挑戰的打工度假體驗裡面，經過了這些重重的關卡，體驗者認為獲得相當多的自我的成長跟能力提升，有相當大的感觸，也都得到了不少的改變。最後一段將分析關於參與打工度假後這些體驗者的自我改變與能力提升，如表 4.3 所示。

(三) 打工度假者參與後的改變

每一個體驗完打工度假的體驗者，都會帶回一個全新的自我與滿身的回憶，在這些體驗的日子裡所遇到的困難、所認識的朋友、所改變的心情等等，都成為一生中最美好的回憶，也在這個體驗的過程裡，帶給自己一個重新成長與學習的機會。下列將部落客實際例子分成自我成長與能力提升二部分來探討：

(一) 自我成長與心態改變

(1) 認識自己

在部落客的實際例子裡，部落客藉由聽取體驗時業者的故事，在故事中瞭解到自我所欠缺的部份，而重新再一次認識自己，並且藉由這些過來人的故事，重新反思自我的過去，而讓自己能更全面重新的思考未來。

(2) 人際拓展

部落客指出，在打工度假體驗的過程中，朋友是不可或缺的重要事項之一，這些有一在出外的環境中，更讓人覺得彌足珍貴，因為這些朋友的陪伴得以讓體驗者度過困難與挑戰，雖然在旅程中有聚有散，但事後回想起來都是最美好的回憶。

(3) 個性上的轉變

體驗完打工度假後，有些部落客在個性上有了轉變，如實際例子裡

提到的體驗者因為個性相當急躁，覺得自我天生就是個勞碌命，但是在體驗其間卻因為氣候的關係，讓體驗者不得不讓自己的生活步調慢下來，後來才漸漸發現，很多事情急不得，就算急也沒有用，因此變得比較想得開。

(4) 人生態度的調整

部落客在打工度假體驗期間，因為工作的關係必須在城市與鄉村間來回移動，所以當從城市移到鄉村時，雖然因為在台灣居住的的關係，對於鄉村有一種親切的感覺，但卻對於體驗者來講，是一種心靈上的考驗，因為他們已經在科技進步的時代中，離不開文明的產物。但在鄉間的生活，卻讓他們重新思考自我的生活品質、調整自己，收穫並不亞於旅途上的見聞。

(二) 能力提升

大部分的部落客對於能力的提升都來自於烹飪技術的進步，有的是因為體驗的物價太高，所以買食材回來自己烹煮是最省錢的一種飲食方式。而另外一種則是一方面買回來煮可以省錢，一方面可以跟來自世界各地的打工度假體驗者一起交流各國的飲食文化。因此很多部落客都提及在回國後都練就了一身好廚藝。

打工度假體驗者在自我的成長上分成了內在的反思自己、個性上的改變以及人生態度的改變，加上外顯的人際關係的獲得，這些都是部落客實際參與打工度假後所獲得的無形收穫。在能力提升方面，普遍大家都對自我廚藝的進步相當的開心且自豪。

表 4.3 參與後的改變

主類別	子類別	部落客實際例子
<p style="text-align: center; font-size: 1.2em; font-weight: bold;">打工度假者參與後的改變</p>	<p style="text-align: center;">自我成長與心態改變</p>	<p>聊到了去流浪的想法，誰啟蒙的，流浪的過程與結果…阿怪與我們分享他的故事我聽得津津有味，因為，那就是我想要的，我所欠缺的！「體會孤獨，認識自己」聊了好多好多，聽聽前輩的經驗，回頭看看自己；有趣地大笑、自省的沉重、有值得深思的叮嚀。(07)</p>
		<p>很多朋友的支持才能撐過這一關。真的覺得這一年有去打工度假真好。留下很多美好的回憶，也交了很多好朋友。(08)</p>
		<p>我是個勞碌命，很難想像，我在過去六個月中，幾乎是三個月工作，三個月休息的狀態(因為氣候)，剛開始也是一整個急性子，到後來慢慢習慣”很多事急不得”，於是乎我就開始變得”想得開”。(44)</p>
		<p>當然，對於這種鄉間生活逐漸陌生的我們…更是另外一種心靈上的體驗與生理體能的考驗。從城市再次回到大自然的環境裡…。雖然事後證明，我們還是離不開某些文明生活與事物，可是這使我們重新思考生活的本質，總之，收穫並不少於旅途上的見聞。(46)</p>
	<p style="text-align: center;">技能提升</p>	<p>第一次試著做台灣小吃，蔥油餅、滷味、沒有蚵仔的蚵仔煎等，都在這一一以家庭手工的方式出爐，才發現人的潛能真是無線，在台灣幾乎從不下廚的兩人，既然可以連這些東西都變得出來。(46)</p>
		<p>一剛開始到澳洲的我，最多只會主韓國泡麵加青菜，基本上從沒碰過調味料和炒菜，經過農場和工廠的工作後漸漸學會了買菜煮飯。(37)</p>

資料整理：本研究整理

4.2 第二階段質性研究—深入訪談

4.2.1 打工度假參與者之動機

(一) 個人利益的動機

(1) 面臨人生的轉折點

當體驗打工度假者本身就很喜歡體驗當地的生活，又因為一些事情的發生，剛好朋友在此時提起邀約，就讓體驗者做出了出走的決定。如下面這位受訪者所述：

「本來就很喜歡綠島的藍天、大海、月亮、星星，再來就是那時候工作也告一段落，而且那時候有點想轉換心情，離開台灣，因為失戀。而剛好朋友也在那，請我過去幫忙，所以就去了了一年。」(B:31 歲:L03-L05)

(2) 漫长假期的安排

因為兩個半月的暑假假期不知道如何安排，又剛好在此時在網路上接觸到打工度假體驗的消息，於是決定用這樣特別的方式來度過漫長的假期。如受訪者所言：

「起初是因為有一整個暑假的時間不曉得要如何安排，後來也是從網路上得知台灣許多離島都有提供暑期度假打工的機會，就想說試試看用這種方法體會一下台灣的美。」(D:21 歲:L08-L11)

「想要規劃一個跟人家不同的暑假，剛好也在網路上看到，在台灣也可以打工度假的訊息，所以就投履歷應徵，結果就上了，於是就出發

去體驗打工度假。」(H:23歲:L10-L12)

(3) 想要回憶曾經參與過的美好回憶

另外有受訪者表示，因為曾經自己是到牧場體驗的小朋友，當時體驗完後相當喜愛這個國家，也想要再自親身回去體驗當時看到那些大哥哥、大姐姐在場打工度假的感覺，一方面也想要去回憶過去那段美好的生活。如這位受訪者所言：

「會參加牧場的打工是因為，在我升高一的暑假，我去了王家牧場當學員，那時是抱著玩的心態，與體驗當地生活的熱情去看看紐西蘭是個甚麼樣的國家，去完後，就喜歡上這個國家……所以在大二時就報名了牧場康輔員，最主要的目的是想回去看看，想把那時在牧場當學員的感覺分享給學弟妹(牧場當學員的人)。……最主要的動機是想回去看看，回憶那時候的生活。」(E:20歲:L13-L20)

(4) 個人規劃

在人生的十字路口，面臨很多選擇的時候，排除自己不想要的且剛好出現了一個很棒的機會，讓受訪者重新規劃自己的人生：

「其實只是船到橋頭自然直的生活態度，並沒有特別想要繼續念書，也不知道自己到底想要做什麼樣的工作，既然剛好有這個JR北海道的甄選機會，可以不用花大錢就能出發並且開始社會經驗，又不是我陌生的日本，從這邊開始，我想我一定能拿到更多在台灣學不到的東西。」(G:24歲:L08-L11)

(二) 享受人生的意義

(1) 想要接受挑戰

在陌生的城市中，很多事情都需要自己完成，有受訪者認為在這樣一個環境之下，可以自我學會面對很多困難：

「當初會來到這裡，是因為希望藉由打工度假的機會，出國增廣見聞，學習面對不熟悉的環境給予的困難。」(A:24歲:L08-L09)

(2) 增加自我知識成長

另外也有受訪者提到，不想要讓自己跟著常規就這樣過一生，想要利用打工度假體驗讓自己知識更為增加，提升自我的思考深度，如受訪者所闡述：

「促使我有到澳洲打工度假的主要動機是想要增加自己的見識，但我要的不只是國際觀，更重要的是增加自己生活的經歷、思考的深度，不想要按照正規常態這樣過一生。」(F:20歲:L03-L05)

(3) 體驗異國文化與生活

除了以上這些，因為體驗地為一個文化的大熔爐，受訪者認為在這段期間裡，可以親身體驗了解當地的文化與生活方式，如受訪者所言：

「在澳洲這個國家，容納了來自不同國家的人，待在這裡一年的時間，可以讓自己更深入去了解這裡的文化和生活方式。」(A:24歲:L10-L11)

綜合以上資訊所述，受訪者的參與動機可以分為有 1.好朋友的邀約；2.漫长假期的安排；3.想要回憶曾經參與過的美好回憶；4.想要接受挑戰；5.增加自我知識成長；6.體驗異國文化與生活，本研究發現打工度假參與者的動機為多重動機，每個人最初的想法皆異質，也帶著不一樣的夢想往體驗打工度假出發。而研究者也親身體驗到這點。

研究者在書寫這個論文的同時，也完成了一直以來住在我心裡的夢想，就是能夠在台灣體驗打工度假。這個想法在我心裡住了兩年，終於讓我在論文期間完成了它。同時，在訪談這些受訪者時，每個人的動機都讓我覺得很感動，不管是個人利益的動機或是想要享受人生的意義，大家都擁有同一個夢想，然後在各自旅途中碰撞出不同的火花。

4.2.2 參與打工度假過程中遇到的困難與挑戰

(一) 專業能力的挑戰

(1) 對於工作專業能力的不足，但適應後有改善

因為剛開始接觸到新的工作，礙於專業能力的不足以及適應的不良，所以前期壓力很大，但是因為熟悉了工作事項，之後就很上手了。如下面這位受訪者所述：

「房務員的工作必須在一定時間內完成項目，剛開始很不適應，壓力也很大，但熟悉了之後，打掃速度自然能夠越來越快，這些問題也跟著就迎刃而解了。」(A:24 歲:L43-L45)

「必須去瞭解餐點的內容物有哪裡，如何跟客人介紹。其實這些東西都不困難，但是需要花時間去記憶，一開始會感覺複雜並且做得不好，

因為我沒有餐飲業的經驗，但是經過每天不斷練習與熟悉之後，很快就
能分辨每一種餐點的差異以及製作過程的不同。」(D:21 歲:L27-L30)

「在學習馬術的時候，常常要提防被馬踢，因為這一腳踢下去，除了很
痛外，馬上就會瘀青，要很久才會好。不過學習了馬術就可以多了解馬一些，
也可以知道馬的喜怒哀樂，所以算是一種不錯的技能。」(E:20 歲:L32-L34)

在研究者親身的體驗中也有同樣體認。在剛到民宿之初，很多工作都不上手，所以常常一做就要好久的時間，但是後來上手之後就變得順利很多。在工作的那期間也會不斷的思考，因為即使是打掃民宿也都需要一段適應期了，尤其如果是過去被保護的年輕人，完全不懂打掃應對進退的人來到這裡，是不是適應過度期會更長。而且，在打工期間必須學習凡事彎下腰來工作，如果心理無法調適，有可能在過渡期的那段時間就撐不下而半途放棄。不過，從上面幾位受訪者的回答來看，大部分人都很堅強的度過了艱難的過渡期而漸入佳境，其實這些心理的轉換就是最好反思了。

(2) 語言能力的不足

另外，有受訪者提到，因為語言能力的不足，所以體驗打工度假時所能夠從事的工作都是比較勞力的選擇，看在別人的眼裡覺得很不可思議：

「由於語言能力不夠強的關係，幾乎每個來到澳洲的台灣背包客都
只能做勞力工作，總有許多家長認為何苦要來到這裡當”台傭”，在澳
洲人的想法裡，讀過大學已經很厲害，照理來說應該要待在辦公室裡工
作的，當他們聽到我們這些背包客個個大學畢業，都覺得不可思議，不

懂我們為什麼要大老遠跑來這裡出賣勞力。」(A:24 歲:L52-L55)

(二) 與人之間相處上的挑戰

(1) 國籍文化不同的待人方法

受訪者透露，在工作上遇到不一樣國籍的主管，因而受到了不同的對待方式，因為與體驗者有相同語言的主管，對於者些打工度假者相當予以照顧。但是在不同國籍及文化語言的主管之下，卻受到歧視與欺壓：

「我的第一個主管是中國人，也許是因為語言相同的關係，十分照顧我們這些來自台灣的背包客，但後來換了一個印度人主管，對下屬的態度就不是很好，可能跟文化不相同也有關係，感覺印度人不是很尊重女性，在這樣的主管底下工作，說實在的心理不是很舒服，但總是要調適自己的心情，畢竟做好自己的份內的工作才是最重要的。」(A:24 歲:L46-L50)

(2) 與相處者難以親近

受訪者提到，雖然體驗打工度假當地人相當好，但是時間一久卻覺得每個人都帶著厚重的面具，雖然長時間相處在一起，卻難以親近彼此，需要自我在中間找到平衡點：

「去的時候很快就融入綠島的氣氛了，但慢慢會察覺到一些跟都市的差異性，那邊的人都很好，但帶的面具卻有時候覺得很明顯，可以幫忙的人跟無法幫忙的人，對待的親疏蠻明顯的，也有可能是因為大家距離都很近，畢竟每天 24 小時都在一起，表面的和平很重要，這是我在中期，在努力平復的問題。」(B:31 歲:L07-L14)

另外，有受訪者表示，跟其它打工度假者再一起的相處情誼跟自己去之前的期待落差很大，讓她覺得心裡非常不適應：

「當然這麼多的人一起工作，就會有小圈圈阿，就講人家是非或者是什麼的，剛開始到那邊不能適應的就是人跟人之間的相處，跟我去之前所期待得有很大落差，去之前我心裡覺得應該是大家相處非常融洽、感情很好、互相幫忙，可是我發現不是這樣阿，怎麼會這樣莫名其妙，這麼自私。」(C:24 歲:L30-L35)

從以上幾位受訪者的回答看來，有人是在雇主上遇到了挑戰，有些人則是很難與天天相處的同儕們親近。在我自身體驗打工度假時，很幸運的自己找到的一個業者對待體驗者相當好的民宿來打工度假，老闆一家人不會因為我是來打工度假的陌生人，而對我相當冷漠，反而是熱情的跟我介紹環境、家人以及常常關心我有沒有吃飽、睡好，讓我覺得相當窩心，就好像回到家一樣。因此，從我自身的參與觀察也驗證，與業者與同儕之間的相處經驗在打工度假的期間也會帶給體驗者很重要的影響。

(三) 工作上的挑戰

(1) 角色轉換的期待落差

由於受訪者曾經以參與者的角色參加過此活動，如今以體驗者的角色回到那個地方，當角色轉換之後，卻發現在工作上是一個極大的挑戰，在體驗打工度假期間，總會有快被榨乾的感覺：

「回去後才發現，與自己想樣的真的完全不一樣，畢竟當初學員的身分是付錢的人，是去享受那裡的所有事物，那些大哥哥大姐姐是負責把我

們照顧好的,而現在角色互換才發現原來這是一份既有挑戰性,也有一些吃力不討好的一份工作,畢竟這次的角色我們是去照顧人的,並沒有付龐大的費用,所以跟牧場主人是以老闆與工作者的關係相互存在.在工作的途中感覺是有種要被榨乾的感覺。」(E:20 歲:L50-L56)

(2) 工作倦怠感的出現

因為旺季需要工作的時間相當長,所以在體驗打工度假期間,出現了工作倦怠的感覺,而工作倦怠感,讓受訪者覺得有些愧對來出遊的旅客,因為都沒有盡到自己的本份服務他們,如下面受訪者所述:

「之後,則是很難排除的疲累感,到8.9月時,因為每天上班時間很長,開始有些倦怠,那時候會覺得很對不起客人,畢竟到度假的地方,應該要帶給他們歡樂,卻開始有些規式化的招呼他們了...」(B:31 歲:L11-L15)

綜合上述資訊,受訪者體驗打工度假期間所遭遇到的困難與挑戰整理如下:1. 專業能力的挑戰;2. 與人之間相處的挑戰;3. 工作上的挑戰。本研究發現打工度假者在體驗過程中所與到的困難與挑戰來自於本身能力的不足以與適應能力及人跟人之間的考驗。

4.2.1 參與後的改變

(一) 自我成長及心態改變

(1) 個性上正面的轉變

受訪者因為打工度假中,工作接觸的關係,讓她的個性變得更開朗,

也比以前更能大方的面對群眾。受訪者陳述內容如下：

「這份工作也使得我可以打開自己的心胸，在面對人群的時候可以更大方、更得體，對我的個性也有所影響。」(F:20 歲:L38-L39)

「我是一個比較怕生的人，但是因為到蘭嶼是從事餐廳外場的工作，不得不面對人群，所以就必須學會改變。體驗回來後，變得比較活潑而且也比較敢跟人對談。」(H:23 歲:L30-L32)

另外，也有受訪者認為自己比較能夠站在他人的角度，先替別人著想，在心態上能做得比以前更好的調適。如受訪者所言：

「精神上，可以坦然面對一些事，譬如：覺得遇到不公平的對待，不耐煩時心態的調適，溝通時也稍稍比較婉轉一些，更會替對方或更客觀的講話。」(B:31 歲:L40-L42)

亦有受訪者提及自己以前是比較感性的思考，容易因為一件事情而膠著不前，或是衝動前後不顧，但經過體驗打工度假這段期間，讓自我的心態更為成長，個性也更相信自己、正面思考。如受訪者所敘述：

「以前我比較情緒化然後感情用事，常常一件事情躊躇不前，或者瞻前不顧後。但是自從到了那邊工作兩個半月後，我發現很多事情是必須客觀思考而且果斷的去做決定，這也會使我勇於冒險之餘能多一點籌碼，更相信自己的決定。可以說對於個性上的改變較多。」(D:21 歲:L57-L60)

還有受訪者提到，以前的她因為本身自我的關係加上壓力很大，所以看事情都比較負向，都會先往壞處想，但是經過打工度假這一趟體驗，

讓她看見了正向的能量:

「看事情比較正向一點，雖然現在也是很負面，但是有好一些，在去綠島這一趟的過程中。」(C:24 歲:L65-L66)

(2) 能更有效的掌握時間

受訪者在打工度假期間所從事的工作為需要和時間賽跑的飯店房務整理，所以在整理時間的掌控上需要非常得宜，也因此讓受訪者對於時間的掌控進步很多。如受訪者所談及:

「在飯店的工作，每天都有時間壓力，正因為這樣我在工作的時間掌控上有很大的進步，同時也學會要如何與他人溝通並分工合作，也因為每天多少都會遇到突發狀況，不僅增加了我的抗壓性也加強了我隨機應變的能力。」(F:20 歲:L24-L27)

此外，也如以下這位受訪者所言，因打工度假期間長時間與老闆，在這過程的互動中也能策勵自我管理，成為懂得規劃生活的人:

「我覺得我到了綠島之後，反而理解何謂善用時間。一直以來我做事都比較屬於做了再說，不太會有規劃或計劃的人，包括決定到綠島打工度假也是臨時起意。但是我到了綠島工作之後，長時間與老闆相處在一起。我發現一個成功的人他不一定有什麼過人之處，但他一定是個懂得善用時間的人。」(D:21 歲:L41-L45)

(3) 豐富了自我的人際關係

有受訪者認為在這趟打工度假體驗裡，最大的成長收穫就是認識了很多不一樣的人，因為這些人在他的生命中出現，更豐富了他的精彩：

「認識了許多人，非常非常多的人，以及發現會去度假打工的人的一些共同點。是認識很多很多不一樣的人，包含遊客、島上的人，世界上同時有很多人在一起活著的感覺。」(B:31 歲:L33-L35)

另外，因為工作型態的關係，需要每天大量面對群眾，接觸人群的機會增加，因而獲得相當多的友誼。而這些友誼也為受訪者在忙碌的工作中，增添了許多感動與開心。如下面受訪者所言：

「能在流動式餐車販售食物的這份工作讓我印象很深刻，每次工作都可以接觸到各式的人群，不僅交到了很多朋友，而且在簡短的對談中可以彼此交流，有時對方可因為你的一兩句招呼或一點小動作而開心，自己也會同時感到愉悅。就算工作再怎麼忙，客人的一句噓寒問暖就可以瞬間讓人感到開心或是感動，也讓我體會到人與人之間的往來是很真誠、很單純的。」(F:20 歲:L32-L35)

(4) 人生態度的調整

經過一趟打工度假的經歷，受訪者更能將思考放大到多元化，而不再是局限於自我的框架中，也讓自己思考人生的態度更加積極與正面。如下列受訪者所述：

「經由這些學習過程能瞭解自己在什麼方面是可以靠付出努力而獲取成就感，在綠島的生活步調比較慢，也能靜下心來享受身邊的事物，

雖然在工作，但是會覺得心情還滿平靜的，對於很多事情也不會過度執著在上頭，比較想把時間花在有意義的事情上面。」(D:21 歲:L32-L36)

「對於自己人生的可能性不會太過於侷限，也有更多元的思考方向，同時會更珍惜與親人朋友的相處時間，也更獨立，更珍惜各種學習的機會，對於自己追求的目標也更加積極。」(F:20 歲:L44-L47)

也有受訪者表示，這是離開學校以打工度假的體驗進入社會的一個階段，因而讓她覺得自己還有很多事情需要學習，離開學校是個學習的結束，卻也開啟她另外一個更廣闊學習的開始。如受訪者所言：

「這一趟打工度假算是我在社會的出道，很多事情都和以前讀書時有人照顧不同，學會了很多比較實際層面的東西。學校只是人生的一個過程，是學習的開始，而真正嚴苛、困難的學習，是從社會開始。我還想要在去闖更多不同的文化、地方。」(G:24 歲:L60-L64)

(5) 情緒調適

受訪者表示，因為工作需要面對相當多的人潮，讓她學習到該如何得宜的控制情緒：

「因為在餐車工作常常要跟著餐車主人跑到各個不同的市集或夜市，因而對於他們的辛苦也有更深的體驗，而在各個市集裡也常聚集大批的人潮，因此更知道要如何去調適自己的情緒，不把負面情緒帶到工作上或反應在客人身上。」(F:20 歲:L18-L23)

(6) 對於環境生態更加關心

體驗打工度假讓受訪者開始關心自己所居住的這塊土地，開始注意到環境與生態的變化，進而讓自己更懂得保護大自然。如受訪者所言：

「去綠島，某個程度上更環保愛護自然了，因為可以感受到環境的被破壞、生態的改變、生物的減少，真的會察覺生態維護的重要。」(B:31 歲:L50-L51)

(7) 更加獨立

在還沒有打工度假之前，受訪者完全沒有自己出過遠門，沒有自己規劃一件事情，但是經過打工度假體驗過後，自己卻一一的完成了這些事情，如受訪者所述：

「我覺得我變得比較獨立了，我完全沒有想到我可以自己訂火車票、訂去綠島的機票、聯絡計程車，全部所有的事情都自己來」(C:24 歲:L60-L61)

(二) 技能的提升

(1) 專業能力的精進

受訪者原先就是學設計的，去體驗打工度假時他也沒有埋沒了他的才華，繼續將專業能力運用在打工度假上，因為體驗了過去從未學習到的模式，所以讓他的專業能力更加精進：

「設計能力來講的話，現場的作畫功力有進步，因為必須要畫很大一塊地方或是牆壁的經驗，以往是沒有的。然後也更了解室內工作設計流程，是以前在都是沒有接觸的一塊。」(B:31 歲:L31-L32)

(2) 工作體驗上的能力獲得

1. 新能力-騎馬技術

受訪者在體驗期間必須教授小朋友騎馬與跟隨在側，所以每個打工度假的體驗者都需要接受騎馬技術的訓練，因此讓受訪者學會如何騎馬。如受訪者所言：

「學會了騎馬的技術,怎麼騎馬,或是可以教人騎馬。」(E:20 歲:L58-L58)

2. 認識與烹飪食物的能力

於打工度假期間，因為接觸的工作為餐飲服務業，因而在體驗打工度假的同時，也學會了一點烹飪的技術，如以下受訪者所述：

「在餐車販售食物讓我對於食物的料理更熟練。」(F:20 歲:L14-L14)

「學會料理是最主要的部分，因為每天都需要去製作一些基本的(沙拉、調酒、甜點潔、飲料等)，然後打掃也有固定的流程，因為餐廳最重要的就是環境整的問題。」(D:21 歲:L24-L26)

「學習到調酒吧!~但是也沒有很熟練，只是調這個酒的時候，大概是什麼加什麼，或是這杯酒的製作方式。」(C:24 歲:L32-L33)

「在這段期間，因為工作的關係，我學會了服務業如何服務客人，還學會一些飲料的調製，算是旅程中小小的收穫。」(H:23 歲:L13-L14)

3. 房務整潔的能力

因為到飯店從事體驗的工作，於是在房務整潔上獲益良多，可以更迅速且有條理的完成工作。如受訪者所談：

「而透過飯店清潔人員這份工作也讓我在打掃及整理房間方面可以更有條理、更迅速。」(F:20 歲:L15-L15)

「房務員的工作，增加自己打掃清潔相關的技能，學會快速鋪床等等，用最短的時間，效率的完成打掃工作。」(A:24 歲:L40-L41)

4. 語言能力的提升

受訪者表示在餐廳工作需要接待許多客人，因而在點餐及交談之中，讓語言比以前進步很多：

「在餐廳接客的技能吧，除了敬語、謙遜語之外，包括笑容、端盤子的技巧、待人處事的圓融度等等，還是日文進步最多囉。」(G:24 歲:L30-L32)

綜合以上資訊所述，受訪者參與後所獲的對於自我的影響及能力提升如下：1. 個性上的轉變；2. 能更有效的掌握時間；3. 豐富自我的人際關係；4. 人生態度的調整；5. 情緒調適；6. 對於環境生態更加關心；7. 專業能力的精進；8. 工作體驗上的能力獲得。本研究發現打工度假參與者在體驗過後所獲得的自我成長及能力都為相當正向的改變。

第五章 結論與建議

本研究彙整研究結果，提出研究結論與建議，並針對業者及後續研究提出建議。

5.1 結論

在後現代理論裡強調自我的主體性，重視生活多樣性與豐富性，認為每個人都會因為價值觀認定的不同與社會背景的不同，而產生不同的旅遊體驗(Dann, 1997)，對於打工度假者而言，打工度假只是一種媒介，體驗才是令他們回味無窮的最終目的，且旅遊體驗具有娛樂作用，除了製造令人愉悅之外，也幫助人們驗證自我存在，找尋另外一種生命的價值(Cohen, 1979)。

本研究從瞭解打工度假者的體驗歷程，進而了解其體驗後所帶來的自我成長與能力提升。由於體驗過程所會面臨到的挑戰及自我成長與能力提升均是一種內心深層的表現，本研究因此採用質性研究，且採三階段不同面向的研究進行探討。在研究方法上，第一階段研究以網路民俗誌搜尋與分析與主題相關的部落格文章，解析打工度假者之體驗動機、遇到的挑戰與自我成長及能力提升；而第二階段則以一對一深度訪談，驗證第一階段所發現之結果，更深入且細部瞭解打工度假者體驗之動機、過程中的挑戰及參與後之獲得。最後，第三階段則輔以研究者的參與觀察再度驗證前二階段的研究結果。研究結果彙整成圖 5.1，並分別說明如下：

打工度假者的動機

- | | |
|------------|--------------|
| ★結交朋友 | ★漫长假期的安排 |
| ★體驗異國生活與文化 | ★想要回憶當初美好的回憶 |
| ★想要接受挑戰 | ★個人規劃 |
| ★親朋好友的鼓勵 | ★增加自我知識成長 |
| ★體驗者本身的推薦 | |

參與打工度假過程中遇到的困難與挑戰

- | | |
|------------|------------|
| ★文化不同的待人方式 | ★陌生領域 |
| ★與相處者難以親近 | ★角色轉換的期待落差 |
| ★工作不固定 | ★工作倦怠感出現 |
| ★工作困難 | ★語言能力不足 |
| ★專業能力不足 | |

參與後的改變

- | | |
|---------------|-----------|
| (一) 自我成長及心態改變 | (二) 技能的增長 |
| ★個性上的轉變 | ★烹飪技術 |
| ★更有效的掌握時間 | ★新能力-騎馬技術 |
| ★情緒調適 | ★房務整潔 |
| ★反思自己 | ★語言能力的提升 |
| ★人生态度的轉變 | ★專業能力的提升 |
| ★豐富自我人際關係 | |
| ★對於環境生態更加關心 | |
| ★更加獨立 | |

圖 5.1 研究結果彙整
資料來源:本研究整理

5.1.1 打工度假者的動機

本研究中打工度假參與者動機歸納如下:1.體驗者本身的推薦；2. 體驗異國生活與文化；3. 結交好友；4. 想要接受挑戰；5. 漫长假期的安排；6. 親朋好友的支持；7. 增加自我知識成長；8. 回憶當初美好記憶。本研究發現打工度假參與者的動機為多重動機，部分呼應前人之研究，如交朋友(Brown & Lehto, 2005)；體驗異國生活與文化(Broad, 2003)；想要接受挑戰(Desforges, 2000)。而本研究也發現了台灣參與打工度假之動機有別於西方，如體驗者本身的推薦；漫长假期的安排；親朋好友的支持；增加自我知識的成長；回憶當初美好記憶，本研究針對五項動機逐一詮釋。

1. 體驗者本身的推薦

打工度假參與者透過曾經參與過的人的部落格或是所舉辦的打工度假分享會，進而認識並了解打工度假這個活動，因此激發起欲參與者之鬥志，而且透過這些人的推薦，更能堅定自我的信心，踏出打工度假的第一步。

2. 漫长假期的安排

在研究中，發現參與者因為假期時間太長，怕浪費到漫长假期的時光，於是上網開始尋找打工度假的機會，也因此讓這長假更有意義。

3. 親朋好友的鼓勵

親朋好友的支持是鼓勵促使打工度假者勇於追求自我夢想的推手，有了家人與朋友正向的支持最為後盾，讓打工度假者能無後顧之憂的走出去。

4. 增加自我知識的成長

本研究中，有參與者提及想要讓自己的人生經歷更為豐富，不只是想要擴展自我的視野，還要增加自我思考的深度，不想要讓自我在常態的生活裡過一生，所以想用打工度假來增加自我知識的淵博。

5. 回憶當初美好的記憶

研究中亦發現，因為有參與者曾經以參加者的角色，參與了體驗打工度假地方的活動，因此一直對當地有一種眷戀的情感，所以想用打工度假參與者的身分，再次回到那裏去回憶當時的時光。

打工度假參與者的部份動機，如：交朋友(Brown & Lehto, 2005)；體驗異國生活與文化(Broad, 2003)；想要接受挑戰(Desforges, 2000)。與前人所做研究雷同，但也發現了一些過去研究未發掘的參與動機，如：體驗者本身的推薦；漫长假期的安排；親朋好友的支持；增加自我知識的成長；回憶當初美好記憶。但整體而言，打工度假參與者參與打工度假的動機為多重動機。

5.1.2 參與時所遇到的困難與挑戰

在參與打工度假過程中所面臨到的困難與挑戰彙整如下:1. 專業能力的挑戰; 2. 與人相處之間的挑戰; 3, 工作上的挑戰。上述發現可歸納為外在環境與個人內在條件分別陳述。

1. 外在環境

本研究發現打工度假參與者在與主管及在地人的相處上，出現了與預期的落差，因為文化習性的不同，如主管對於女性的歧視，讓體驗者在工作過程中覺得相當不舒服與痛苦。也有受訪者表示與當地人難以親近相處，只能維持表面上的和平，讓他的身心受到很大的衝擊。

2. 個人內在條件

壓力與挑戰來自於體驗者本身專業能力的不足及適應力不佳。在本研究中打工度假參與者因為自身專業能力的不足，所以剛進入工作前期，因對於工作內容的不熟悉，導致自我壓力很大，但經過適應期後，大多能夠較為上手。也有體驗者提到，自身語言能力不夠強，所以到了體驗區只能從事較為勞力的工作，無法接觸到專業的工作體驗。此外，因為工作時數過長及角色轉換的期待落差，讓打工度假體驗者身心疲倦。

打工度假參與者於打工度假期間所遭遇到的挑戰及困難是多方面的因素，整體而言，除了專業技能的培養之外，本身到了打工度假體驗地點的適應能力也很重要。

5.1.3 參與後的改變

打工度假者在體驗過打工度假後，皆有很深刻的感受及自我改變，除了增加自我的技能之外，也累積了相當多的經驗，促使自我成長。參與者對於自我的影響彙整如下:1.自我成長及心態改變；2. 技能提升，打工度假者於體驗後對自我的影響為正向的改變。本研究將就這兩個部分進行詮釋。

1. 自我成長與心態改變

打工度假者表示體驗過後，他們心態有明顯的改變與成長，包括有: 1. 個性上的轉變；2. 更有效的掌握時間；3. 豐富自我的人際關係；4. 人生態度的調整；5. 情緒調適；6. 對於環境生態更加關心。在一趟打工度假過後，有的體驗者的改變是來自於工作，因為工作性質的關係，需要面對群眾，所以讓自我在個性上有了轉變。也有體驗者的自我成長是來自於與業者的相處，進而受到業者的影響，而讓自己在時間的調配更為得宜。打工度假體驗者在參與過後，最難以忘記的就是認識了很多不一樣的人，豐富了自我的友誼。也更能夠替這個社會與地球思考，更加關心我們所生活的環境。

2. 能力的提升

體驗者指出有下列改變:1. 專業能力的精進；2. 工作體驗上的獲得。很多打工度假體驗者都是到了當地才開始接觸工作上的技能學習，因此打工度假體驗者在技能這方面，會因為接觸到很多新的體驗而增加了自我原本不熟機的技能獲得。但也有打工度假體驗者將自我的專業發揮在體驗期間，讓自身能力因此更為提升。

5.2 建議

5.2.1 給想參與打工度假者的建議

1. 態度上的調整

在本研究中，很多打工度假參與過的體驗者皆表示，有些人把打工度假想的太美好，可以一邊工作一邊度假，但到了一個陌生的環境後才發現很多時後不如自己所期待的那樣，有時候可能很長時間沒有工作，而身邊帶的旅費又不足，連下一個目標在哪裡都不知道，但是相當多的體驗者(包括部落格及訪談)表示，都已經去到當地，如果因為這樣的打擊而無功而返，真的會是一件很遺憾的事情。所以很多體驗者經由這樣的事件後，會由被動等待轉為主動出擊，自己替自己尋找機會，讓自己獲得工作機會及賺取旅費，也因此讓自我的心態有了調整。

在這樣的情況下，希望想要參與打工度假的體驗者，能夠將自我的心態調整好，到了新的環境隨時會面臨危機與挑戰，但是也因為這些挑戰才讓打工度假變得有意義，如果可以撐過去，那獲得的成長與經驗是一輩子難忘的回憶。

2. 專業能力的培養

在本研究中，很多參與者表示因為自身專業能力及語言能力的不足，所以大多只能從事勞力的工作或前期必須先以上語言為主，如果想要體驗打工度假的人能夠增進自我的專業能力，讓自我的競爭力提升，到了體驗區能夠用更專業的能力換取更好的工作。例如：結合自己所學，能夠將自己在校期間或是工作期間所特別喜愛的能力，做更深入的學習，培養專業能力的提升。語言則可以在出發前讓自我的語言能力能有一定的水準，這樣到了當地也比較容易進入狀況及工作類型的選擇也可

較多元。

3. 瞭解打工度假管道的選擇

在研究結果發現，打工度假者所獲取的成長與能力與提供打工度假的單位或老闆息息相關，因此行前慎選打工度假單位相當重要。在台灣打工度假的資訊獲得管道非常的豐富，青輔會、外交部、各國在台辦事處等，都有相當完整的資料可以查閱。體驗回來後的體驗者透過個人部落格的分享、打工度假分享座談會的舉辦、背包客網站等等，都可以讓想要打工度假的人在事前就做好準備，但是重要得是自己是否已經準備好了，不要盲目的去跟隨別人的腳步，在還沒有預備好自己以前，讓自己多一點的思考空間，這樣前去體驗打工度假才會更有意義。

5.2.2 給相關單位的建議

1.給旅行社或代辦中心

在本研究中，很多部落格主及部分受訪者的動機都是受到曾經體驗過打工度假體驗者的文章或舉辦的座談會的鼓勵而出發體驗，而這些資訊多方為正向的鼓勵，但經手這些體驗者的旅行社或代辦中心可將打工度假體驗的正負面情況做陳述，讓想要體驗者能有較為詳細的瞭解，也可以做好心理準備，以避免過度期待卻在體驗中期待落空造成心理落差而讓這趟體驗帶來反效果。

2.給政府單位

在研究中，很多體驗者在打工度假期間或進行旅遊期間，不管是結伴同行或獨自行動，都很容易發生意外或一些工作上的糾紛，因此建議政府單位能與與我國有簽訂打工度假條例的國家保持良好的聯繫建立起溝通橋梁，共同擬定辦法與條例，並加強進行宣導，例如:求職上的建議、

求職注意事項、緊急聯繫單位聯絡辦法...等等，以確保打工度假體驗者在體驗期間能獲得更安全的保障。

3.研究結果中，體驗者皆是屬於年輕的族群，且體驗的年齡多以大學生為主。建議提供相關打工度假的業者，可以與學校配合舉辦打工度假體驗講座活動，直接進到校園宣傳打工度假的活動與理念，進而使更多想要參與的學生能快速的瞭解，並加入體驗打工度假的行列。

5.3 研究限制及給後續研究建議

1. 第一階段研究僅借用了部落格的樣本做為分析，雖然部落格是一種個人日記的紀錄，但是也有可能在研究當中遺漏了不使用部落格的打工度假者，或是利用其他工具(如明信片、手寫日記等)紀錄其體驗過程的族群，因而後續研究可以使用更多不同類型的平台、網路社群或論壇等來進行樣本的蒐集，如近幾年來快速崛起的臉書(facebook)、噗浪、推特(Twitter)等，都可以蒐集到更多關於打工度假者的體驗抒發。

2. 第二階段的深入訪談，受訪者多數為到澳洲體驗打工度假，我國跟多數國家都有簽訂打工度假協定條例，後續研究可以針對到不同國家體驗打工度假者做一個比較，也不要只侷限在澳洲，可以更廣泛的討論。在台灣近年來也漸漸興起打工度假的風潮，後續研究也可以將到國外打工度假與在台灣打工度假的體驗者做兩相比較。

3. 本研究僅從體驗者的端點看待打工度假對於體驗者本身的自我成長與能力提升，但是提供者端也可能會成為一個影響體驗者學習的因素，因此後續的研究可以從提供者端與體驗者端做一整個連結。

4. 後續的研究也可以從體驗者的生活環境、成長過程、個性等等之類的面向，去探討打工度假對於不同體驗者的影響。

打工度假已經成為青年學子做為自我探索的很重要的旅遊型態，不管是到國外或在國內進行，透過體驗學習與參與，鍛鍊自己更加獨立、更有自信，讓自我更加提升與成長。期望後續能做更多相關延伸的研究。

參考文獻

中文文獻

- 丘引(1997)，愛走就走，台北市：女書文化事業有限公司。
- 台灣環境資訊協會(2004)，工作假期到底是什麼?〔線上資料〕，來源：
<http://www.ecowh.org.tw/intro/ch/p01.htm>
- 外交部領事局(2011)，「打工度假(青年交流)簽證」參考資料〔線上資料〕
來源：<http://www.boca.gov.tw/ct.asp?xItem=2707&ctNode=739&mp=1>
- 李櫻珊(2009)，工作假期參與經驗及其對職涯發展影響之研究，國立台灣師範大學運動與休閒管理學研究所，台北。
- 吳家瑋(2008)，澳洲打工度假客的動機與體驗之研究，未出版之碩士論文，國立台灣師範大學運動與休閒管理研究所，台北。
- 林耿平(2008)，我思·故我在澳洲——一趟打工度假之旅的看見，國立東華大學觀光暨遊憩管理研究所，花蓮。
- 林姬瑩(1999)，踩著夢想前進，台北市：大田出版社。
- 林務局(2006)，林業新聞〔線上資料〕，來源：
<http://www.forest.gov.tw/ct.asp?xItem=23132&ctNode=486&mp=1>，
[2006/12/20](http://www.forest.gov.tw/ct.asp?xItem=23132&ctNode=486&mp=1)
- 林義傑(2007)，林義傑回母校分享撒哈拉經驗〔線上資料〕來源：
http://mag.udn.com/mag/campus/storypage.jsp?f_ART_ID=60722
- 胡錦媛(1996)，繞著地球跑(下)-當代台灣旅遊文學，幼獅文藝，83(12)，頁 51-59。
- 胡幼慧、姚美華(1996)，質性研究理論方法及本土女性研究實例，台北：巨流。

- 俞文釗(2001)，管理心理學，台北：五南。
- 徐惠珍(2010)，澳洲打工度假者人格特質、旅遊動機與旅遊滿意度之研究，未出版之碩士論文，國立體育大學休閒產業經營學研究所，台北。
- 徐竹(2012)，享受吧！一個人的冒險，新北市：好的文化出版社。
- 梅靜宇(2001)，探索教育活動對非行少年及一般國中生的影響之探究，未出版之碩士論文，國立台灣師範大學公民訓育研究所，台北。
- 張紹勳(2001)，研究方法，台中市：滄海出版社。
- 張瑋琦、張高傑(2006)，農業與休閒體驗的另類思考-以 WWOOF 為例。第三屆「休閒、文化與綠色資源論壇」-思想、理論與政策研討會論文集(G1~1-G1~15)。國立台灣大學農業推廣學系，台北
- 郭和傑(2004)，學習，始終來自於人性：你也可以把學習和工作成為「玩樂」的代名詞，新北市；智言館出版。
- 莊淑姿、劉建麟、郭宇罕、張雅嬪、魏良育(2006)，農業與休閒體驗的另類思考-以 WWOOF 為例，第三屆「休閒、文化與綠色資源論壇」-思想、理論與政策研討會論文集(A3~1-A3~11)，國立台灣大學農業推廣學系，台北。
- 陳慧婷(2012)，度假打工，找到你的獨立靈魂，Cheers 快樂工作人雜誌，頁 114-117。
- 曾寶芬、李君如(2004)。一路平安，女性自助旅行者的人身侵犯不安感，餐旅暨家政學刊，1(2)，頁 127-142。
- 喻小月(2009)，勞動假期角色模糊與角色衝突問題之研究，中國文化大學觀光事業研究所，台北。
- 彭詩容(2010)，從空間流動觀點探討打工度假者跨文化是應與自我認同之研究—以國人赴澳洲打工度假者為例，南台科技大學休閒事業管理

研究所，台南。

蔡桂妙(2008)，觀光業者對參與打工度假方案之態度-以墾丁地區為例，商業現代化學刊，4(4)，頁 53-54。

蔡京君(2009)，旅遊紀念品之回憶與情感，未出版之碩士論文，南華大學旅遊事業管理研究所，嘉義。

蔡依純(2010)，海外打工旅遊者其人格特質與跨文化學習之相關研究，未出版之碩士論文，國立暨南國際大學教育學院課程教學與科技研究所，南投。

潘淑滿(2005)，單質性研究理論與應用(第五版)，台北市:心裡

盧惠馨(2004)，質性研究，台北市:心裡。

盧庭韻(2007)，旅遊部落格與行銷意涵，未出版之碩士論文，南華大學旅遊事業管理研究所，嘉義。

蕭文君(2007)，勞動假期主客衝突之研究-以 2006 年南華生態工作假期為例，未出版之碩士論文，中國文化大學觀光事業研究所，台北。

簡春安(1998)，社會工作研究法，台北:巨流。

鐘尚澄(2009)，台灣之澳洲工作假期參與者之動機、歷程與利益，未出版之碩士論文，中國文化大學觀光事業研究所，台北。

英文文獻

- Adler, J.(1989) .Origins of sightseeing. *Annals of Tourism Research*, 16(1), pp.7-29.
- Australian National Training Authority (ANTA), Adelaide, Australia:
National Centre for Vocational Education Research. (2003). *At a glance: Defining generic skills*.
- Blasi, A. (1998). Identity and the development of the self. In D. K. Lapsley and F. C. Power(Eds.), *Self, Ego, and Identity*. New York:Springer-Verlag.
- Bound, D. & Cohen, R. & Walker, D. (2000). *Using Experience for Learning*. Milton Keynes: SRHE/Open University Press.
- Brin, S. & Page, L. (1998), The Anatomy of a Large-Scale Hypertextual Web Search Engine, *Computer Networks and ISDN Systems*, Vol.30,NO.1-7 , pp.107-117
- Broad, S.(2003). Living the Thai life-a case study of volunteer tourism at the Gibbon Rehabilitation Project, *Tourism Recreation Research*, 28(3) pp.63-72.
- Brown, S.(2005). Travelling with a Purpose: Understanding the Motives and Benefits of Volunteer Vacationers.*Current Issues in Tourism*, 8, pp.479-496.
- Cohen, E.(1973). Nomads from affluence: Notes on the phenomenon of drifter tourism. *International Journal of Comparative Sociology*, 14(1-2), pp.89-103.
- Cohen, E.(1974). Who is tourist? A conceptual clarification. *The Sociological Review*, 22(4), pp.527-555.
- Cohen, E.(1979). A phenomenology of tourism experience. *The Journal of The British Sociological Association*, 13(2), pp.179-201.
- Dann, G. M. S.(1997). Anomie, egoenhancement and tourism. *Annals of tourism Research*, 4, pp.184-194.

- Decker, P. J., & Nathan, B. R.(1985). Behavior modeling training : Principles and application, New York : Praeger.
- Desforges, L.(2000). Travelling the World. Identity and Travel Biography. *Annals of Tourism Research*,27, pp.926-945.
- Dewey, J.(1983). Experiential and education. New York: Collier.
- Goeldner, C.R., & Ritchie, J. R. B.(2006). Tourism: Principles, Philosophies Hoboken, N. J., : John Wiley.
- Mcintosh, A. J. & Bonnemann, S. M. (2006). Willing Workers on Organic Farms(WWOOF): The alternative farm stay experience? *Journal of Sustainable Tourism*, 14(1), pp.82-99.
- Kelly, A.(2001). The evolution of key skills: Towards a Tawney paradigm. *Journal of Vocational Education and Training*, 53(1), pp.21-35.
- Kolb, D. A.(1984). Experiential learning : Experience as the source of learning and development. Englewood Cliffs, NJ.
- Kozinet, R. V. (2002). The field behind the screen: Using netnography for marketing research in online communities. *Journal of Marketing Research*, vol 39, NO.1, pp.61-72
- Kraft, R. & Sakofs, M.(1985). The theory of experiential education. Boulder, CO: Association of Experiential Education.
- Kuh, G. D. (1995). The other curriculum: Out-of-class experiences associated with student learning and personal development. *Journal of Higher Education*, 66(2),123-155.
- Pearce, P. L.,& Caltabiano, M. L.(1983). Inferring travel motivational from travelers experience. *Journal of Travel Research*, 11(3), pp.342-357.
- Poon, A.(1993) .Tourism, technology and competitive strategies. Wallingford, UK:CABI.
- Uriely, N., & Reichel, A.(2000). Working tourists and attitudes to hosts. *Annals of Tourism Research*, 27(2), pp.267-283.
- Uriely, N.(2001). “Travelling worker” and “working tourists”:Variations

across the interaction between work and tourism. *International Journal of Tourism Research*, 3(1), pp.1-8.

Weil, SW. & McGill, I.(1989). Society for Research into Higher Education, and International Conference on Experiential Learning: Marking Sense of Experiential Learning: Diversity in Theory and Practice. Philadelphia: Open University Press,

Wheaton, B., & Gotlib I. (1997). Trajectories and turning points over the life course: Concepts and themes. *In stress and adversity over life course: Trajectories and turning points*, I. Gotlib & B Wheaton, eds., Cambridge: University Press.

Wearing, B., & Wearing, S. (2001). Conceptualizing the selves of tourism. *Leisure studies*, 20(2), pp.143-159.