國立臺灣體育學院休閒運動管理研究所

碩士學位論文

突破休閒冒險性活動
對青少年社會適應行為輔導之研究

The Study of Adventure-based Recreation Activities on Adolescent Consoling of Social Adapted Behavior

研 究 生：潘秋安　　撰

指導教授：楊秀珠　　副教授

陳春蓮　　副教授

中 華 民 國 九 十 五 年 八 月

突破休閒冒險性活動
對青少年社會適應行為輔導之研究

摘　　要

本研究旨在探討規劃之突破休閒冒險性活動，對社會適應青少年輔導之研究。本研究以訪談法、參與觀察法及問卷調查等方法進行資料蒐集，研究對象為國中一年級學生，共計 6 人；實施活動時間共計 8 週。根據青少年社會行為評量表問卷調查、突破休閒冒險性活動歷程記錄、觀察記錄、觀察省思及訪談資料等方式所得之結果。以三角驗證原則進行資料詮釋與分析。本研究所獲致之發現，臚陳如下：

一、團體成員的成長表現

成員能將活動經驗應用於真實生活，減少社會不適應行為；能建立良好人際關係，降低焦慮或憂鬱行為表現；從退縮行為，轉變為積極嘗試，自我效能已獲提昇；對生命價值觀形成正向的詮釋，能降低攻擊及衝動行為；能給予他人正向支持，提高尊重及互惠行為；領導員之鼓勵與示範，成員能逐漸表現社會適應行為。

二、突破休閒冒險性活動之效果

(一)成員於活動後，在社會適應行為方面呈現顯著之差異，顯示突破休閒冒險活動對不適應行為之青少年，具有提昇顯著的立即輔導效果。

(二)成員於活動後，在不適應行為方面雖未達顯著差異，但其平均數與標準差皆有提昇現象，顯示突破休閒冒險性活動對青少年之不適應行為問題，具有正面影響。

關鍵詞：突破休閒冒險性活動、青少年、社會適應行為

The Study of Adventure-based Recreation Activities on Adolesent Consoling of Social Adapted Behavior

Abstract

The purpose of the study was to investigate the effect of proper planning activities of Adventure based recreation activities on adolescents with maladapted behavior. The ways of the research were interview, observation in participation and the Questionnaire of Adolescent Social Behavior Scale. The subject of the study was the 6 fresh students in junior high school. The duration of the experiment was 8 weeks. It got the data by Questionnaire of Adolescent Social Behavior, the record of activity processing, observation and interview with subject. It used the scrutators' triangulation to analyze. The findings of the study were as follow：

1.Growth of the member

The members could make used of the experience on reality life and reduce social maladapted behavior. They could build good relationship with companion and decrease anxious and worried performance. They turned shrink to positive and enhance their self-efficiency. Besides, they had positive attitude to life and reduce attack and impetuous behavior. Show their support to others and increase interaction, respect and reciprocal with others. Last, they could perform adapted behavior gradually by courage and demonstration of leader.

2.Effect of Adventure based recreation activities

（1）After the experiment, members showed the difference on their social adapted behavior. It revealed that Adventure based recreation activities did have immediately counseling effect for the adolescents who were not adapted to society.

（2）After the experiment, though the effect on adolescents' maladapted behavior was not significantly, the means increased. It showed that the Adventure based recreation activities had positive effect for the adolescents with maladapted behavior.

Keywords：Adventure Based Recreation Activities, Adolescent, Social Adapted Behavior

謝　辭

人生總是期盼能有個完美的終點，接著再續下一個美好的起點。當我回首著研究生的學習生涯即將告一段落，這一路走來總是在跌跌撞撞中成長，幸好這途中有許多貴人們的協助與關愛。

首先我要感謝二位指導教授，秀珠老師，總是不厭其煩地指導我的研究過程，讓我能獲得想法得以順利完成論文，同時也感謝老師總是在旁鼓勵，及教導我做人處事之道，使我對生命有更深一層的成長與領悟。除此之外，我要更特別感謝春蓮老師，總是不眠不休地指導我，並且對學生的論文細心的審閱，從老師對生命認真的態度，往往也是我寫作動力的來源，更加促使我獲得研究過程的啟迪。

還要感謝三位口試委員，明榮老師的指導及提供活動設計的寶貴意見，還有感謝您總是在背後默默地支持與鼓勵；同時也感謝俊宏老師在研究方法及統計上的協助；最後，更加感謝渝苓老師在質性方法的指導；謝謝以上多位口委老師們的諄諄教誨，讓我在研究過程的學習獲得許多的知識與操作技巧，使得學生的論文更臻完整。

以及特別謝謝我的摯友倚霈，謝謝您總是千里迢迢地不論風雨再大，甚至還冒著“ 被當“的風險，不辭辛苦地協助研究活動，並且提供了許多研究資料，如果沒有您熱情的協助，想必研究過程充滿危機。除此之外，謝謝陸及陸媽這些年無微不至的照顧與支持，還有貝貝、書協助戶外課程的攝影與安全維護。

然而，研究活動過程，我要感謝實驗學校的張主任、許老師及曾老師的全力的支持與照顧，以及 6 位天真可愛的小天使們。也特別感謝炳煌大哥及 TA 伙伴的協助，讓我得以順利完成研究活動。

而在研究所學習這段日子，相當謝謝定雄所長的支持及關心，峰州老師論文格式的指導，芳芝老師在 AR 活動上的指導與鼓勵，以及所上的同窗好友們，讓我的研究所學習生涯增添了許多色彩。

最後，謝謝我的家人，感謝您們對我的包容與鼓勵，特別是感謝麗鳳姨對我在台中的照顧，以及第二個母親的育慈姨，感謝您總是支持我，並陪著我風吹日曬完成戶外活動。這些日子也因有您們的支持，讓我更加安心地在異鄉學習與成長，因此，僅以此論文獻給我最愛的家人們。

目　　錄

中文摘要 …… Ⅰ
英文摘要 …… Ⅱ
誌謝…… Ⅲ
目錄…… Ⅳ
表目錄…… Ⅵ
圖目錄…… Ⅶ

第壹章 緒論 …… 1
第一節 研究背景與動機 …… 1
第二節 研究目的 …… 5
第三節 研究問題 …… 5
第四節 名詞解釋 …… 5
第五節 研究範圍與限制 …… 7

第貳章 文獻探討 …… 8
第一節 青少年社會適應行為之界定與因應措施…… 8
第二節 突破休閒冒險性活動的歷史發展與設計理念…… 21
第三節 突破休閒冒險性活動對青少年輔導的研究文獻… 34

第參章 研究方法 …… 39
第一節 研究架構…… 39
第二節 研究流程…… 40
第三節 研究工具…… 41
第四節 研究對象…… 53
第五節 研究者與助理研究者之角色…… 57
第六節 資料處理…… 59

第肆章 研究結果與討論 …… 61
第一節 突破休閒冒險性活動之團體成員輔導歷程…… 61
第二節 領導者與觀察者之活動觀察省思…… 88
第三節 突破休閒冒險性活動對成員之輔導效果…… 99
第四節 活動後焦點團體訪談結果之分析與討論…… 103
第五節 突破休閒冒險性活動對青少年適應行為成長之分析…… 109

第伍章 結論與建議 …… 134
第一節 結 論 …… 134
第二節 建 議 …… 136

參考文獻…… 141

附件一 家長同意書…… 150
附件二 參與者同意書 …… 151
附件三 突破休閒冒險性活動之教案…… 152
附件四 領導者與觀察者之省思…… 175
附件五 活動前訪談稿 …… 210
附件六 八週活動逐字稿-A4 活動歷程逐字稿 …… 218
附件七 活動後訪談逐字稿…… 357
附件八 突破休閒冒險性活動過程之成果圖片…… 366

表 目 錄

表 1　情緒障礙量表的信度與四個誤差資料的關係 …… 42
表 2　非情緒障礙組在情緒障礙表分量表與情緒障礙商數之間相關對照表 …… 43
表 3　情緒障礙組在情緒障礙表分量表與情緒障礙商數之間的相關對照表 …… 43
表 4　情緒障礙與青少年社會行為量表之相關性一覽表 …… 44
表 5　活動前之突破休閒冒險性活動設計課程表 …… 47
表 6　活動後之突破休閒冒險性活動設計課程表 …… 48
表 7　觀察者之記錄表 …… 49
表 8　領導員之日誌內容表 …… 50
表 9　活動前訪談內容表 …… 51
表 10　活動後訪談表 …… 51
表 11　各項研究資料之編碼一覽表 …… 60
表 12　青少年社會行為評量表前-後測之相依樣本 t 檢定摘要表（學生自評）…… 100
表 13　青少年社會行為評量表前-後測之相依樣本 t 檢定摘要表（教師評量）…… 101
表 14　青少年社會行為評量表前-後測之相依樣本 t 檢定摘要表（同儕評量）…… 102
表 15　A 社會適應行為成長之分析表 …… 113
表 16　B 社會適應行為成長之分析表…… 117
表 17　C 社會適應行為成長之分析表…… 121
表 18　D 社會適應行為成長之分析表…… 124
表 19　E 社會適應行為成長之分析表…… 128
表 20　F 社會適應行為成長之分析表…… 132

圖 目 錄

圖 1　活動波段模式 …… 25

圖 2　經驗學習圈 …… 30

圖 3　學習遷移理論 …… 32

圖 4　研究架構圖 …… 39

圖 5　研究流程圖 …… 40

突破休閒冒險性活動
對青少年社會適應行為輔導之研究
第壹章　緒論

國民中學階段為青少年成長的關鍵期，正值精力旺盛、血氣方剛的青少年，面對生理變化急遽、心智尚未成熟、生活及學業壓力等等因素干擾；迫使他們必需尋求各種抒解壓力的管道，因而在抒壓的過程中，容易受環境的物質與慾望的誘惑與影響，甚而在無形中迷失及殘害自我，致使在就學時期即產生社會不適應行為。青少年社會不適應行為發生之際，其人格發展、學習行為及人際關係，必將隨之受到影響，而成長過程的經驗學習亦相對地面臨挑戰。

有鑒於青少年問題的日益嚴重，本研究擬以突破休閒冒險性活動為輔導策略，冀望青少年能將習得的活動體驗，遷移至真實生活情境之中，進而養成正面的價值觀與積極人生態度，使其在社會適應行為等方面的問題與困擾能獲得調適與改善。

本章共分為五節，第一節說明研究背景與動機，第二節為研究目的，第三節為研究問題，第四節為名詞解釋，第五節為研究範圍與限制。

第一節　研究背景與動機

本節將探討青少年形成社會不適應行為的原因，以及社會不適應行為對青少年造成的影響，並闡述選擇突破休閒冒險性活動做為本研究活動設計之動機。

近年來，在教育政策改革後，青少年升學及課業依舊沉重，加上少子化使得青少年多在溺愛教育方式下成長，成為經不起生活壓力的新時代“草莓族“，而產生社會不適應行

為。就馬麗莊(2001)指出，青少年生理變化、自我形象和性別認同有關，加上青少年需脫離父母保護，學習獨立能力，使得青少年在面對生理及心理的成長過程產生了生活壓力。然而，傳播媒體的報導可發現，青少年出現校園暴力、幫派鬥毆及沉迷電動遊戲等行為日益嚴重。陳南琦(2000)即指出，國中生屬於青少年前期(Younger Adolescents)介於12歲至16歲之間，適逢生理、心理和社會急速轉變，處於內外在環境產生巨大改變的狂飆時期，容易產生困擾與疑惑。林青瑩(1998)更指出，青少年無法滿足自我需求與調解沮喪、怨怒、生氣等情緒時，容易產生不適應行為問題。根據游福生(1998)、吳武典(2001)的觀點，當青少年產生不適應行為，會表現不遵守校規、不誠實、懶散、恐懼、退縮、衝突及攻擊等行為問題。因此，影響人格特質及成長過程。

就郭藩(2004)指出，具有不適應行為的學生，對新情境無法提高學習動機，容易被外在事物牽制，容易以自我為中心而扭曲價值觀，也較易受不良同儕影響等等。而Coie, Dodge & Kupersmidt（1990）也指出，社會適應能力較差的青少年，與同儕間的關係較為薄弱，因感受孤獨、低自尊及自卑，使往後生活也較易有適應不良的危險。因此，青少年的適應行為問題，也逐漸成為社會焦點並受到重視（楊士隆，1996；許義忠、莊麗君，2002；褚雪梅，2004)。

綜括而言，青少年出現社會不適應行為，使人際關係、個人效能與學習成長受到阻礙，未來更可能衍生社會問題。然而，學校教育與輔導機構及有關單位應正視青少年的問題，並積極尋求解決問題與策略實屬當務之急。本研究鑒於青少年適應行為問題的嚴重性，期盼能透過突破休閒冒險性活動

之設計與活動實施，讓青少年減少攻擊、衝動、違規行為、退縮及焦慮等不適應行為，並增進人際互動、溝通、互惠、尊重、自我效能及學業學習等行為，此為本研究動機之一。

突破休閒冒險性活動(Adventure Based Recreation Activities，AR)是在美國推行已數十年的五育訓練課程，Schoel, Prouty & Radcliffe(1988)指出，美國有不少研究成果及具體計畫證明，運用突破休閒冒險性活動的教育方式，可促進成員的自尊心、團隊精神和參與感。1997年金車教育基金會將突破休閒冒險性活動自美國引進臺灣，國立臺灣體育學院同年將此活動列為休閒運動學系課程。爾後，政府機關單位、學校社團組織與民間團體單位紛紛加入推廣行列。國內將突破休閒冒險性活動應用於青少年的研究，如周鳳琪（2000）針對學習適應不良學生，張文耀（2000）針對身心障礙的學生，梅靜宇（2000）針對非行少年及一般國中生的影響，余紫瑛（1999）針對國中生自我概念與人際關係，以及江美玲(2003)對低EQ國中生提升情緒智力效果…等，研究結果顯示，此活動對青少年情緒或適應行為均有顯著效果。

審度研究文獻，發現突破休閒冒險性活動有助於青少年身心靈發展。李義男(2003)更指出此類型活動，可幫助發展道德價值觀、健全性別認定和為未來生活做準備的效果，對青少年不適應行為具有積極效果，可達到犯罪預防和矯治的效果。而周鳳琪（2000）認為此類活動，能提供青少年生理與心理發展需求，藉由多項體能攀岩或繩索活動，能滿足青少年喜愛戶外活動及冒險性之需求，從中，青少年不僅可鍛練身體滿足生理活動的需求，尚可與伙伴共同分享及回饋活動歷程，亦可調適其行為與人際互動，使青少年之生、心理層

面獲得提升。李義男（2000）更提及，突破休閒冒險性活動在心理輔導方面的功能，成員可從事適度困難活動，從中嘗試解決問題及突破，而獲得經驗；也可調節身體功能及適應壓力，且融合動靜態活動，發展體能與內省的知能等。

從討論中可了解突破休閒冒險性活動，藉由做中學教育理念，提供青少年有別以往的輔導活動，相當適用於青少年輔導課程。但在一般學校的學生輔導活動中，突破休閒冒險性活動仍不普及，是值得開發的一塊教育園地。然而，檢視國內突破休閒冒險性活動的相關研究，發現鮮少呈現團體活動及成員個人之成長歷程。為期盼能將突破休閒冒險性活動的輔導效果，與更多教育工作者分享，本研究以突破休閒冒險性活動為主軸，以小團體輔導方式應用於青少年社會不適應行為，並透過對活動過程的詳細觀察與描述，深度呈現青少年的轉變歷程，提供未來輔導青少年社會適應行為之參考，此為本研究動機之二。

研究者在就讀休閒運動學系與休閒運動管理研究所期間，曾修習突破休閒冒險性活動的相關課程，對帶領活動具有豐富經驗。在帶領活動過程的經驗中，每每體驗到青少年的成長與行為改變，使得研究者本身對突破休閒冒險性活動的價值深具信心。研究者目前已修畢教育學程的學分，未來立志投入中等學校教育工作，對學生輔導工作自是責無旁貸。因此，也希望能將過往所學與青少年輔導相結合，為國家培育出社會適應良好的新一代，此為本研究動機之三。

綜合上述，本研究擬以突破休閒冒險性活動針對社會適應有困擾的青少年進行輔導，透過單組實驗前後測的設計，及對研究歷程的省思與觀察，一方面瞭解活動成效，並對青

少年的社會適應行為改變歷程做深度的剖析。最後歸納研究結果對青少年社會適應行為輔導與相關研究提出建議。

第二節　研究目的

本研究係以突破休閒冒險性活動，應用於輔導青少年社會適應行為，使其不適應行為得以調適改善。茲將本研究目的陳述如下。

一、瞭解青少年參與突破休閒冒險性活動前，社會適應與不適應行為問題之狀態。

二、析論青少年參與突破休閒冒險性活動過程，社會適應與不適應行為發展與轉變情形。

三、瞭解突破休閒冒險性活動，對青少年社會適應行為之改變成效。

四、歸納研究結果，提出以突破休閒冒險性活動輔導青少年社會適應行為之建議。

第三節　研究問題

一、青少年參與突破休閒冒險性活動前，社會適應與不適應行為問題之狀態為何？

二、青少年參與突破休閒冒險性活動過程中，社會適應與不適應行為發展與轉變狀態為何？

三、青少年參與突破休閒冒險性活動後，社會適應與不適應行為的改變為何？

第四節　名詞解釋

一、突破休閒冒險性活動

突破休閒冒險性活動係以室內、戶外的各種不同活動，以「做中學、學中覺、覺中做」的活動學習概念，在活動過

程中，讓團隊或個人共同面對問題，透過團隊合作、協助，讓成員解決問題。活動過程中不提供參與者任何解決問題的答案，透過活動經驗與分享過程中，讓成員獲得新的體驗與感受，從團隊中互相學習，進而能將習得的活動體驗，遷移至真實生活情境中。

本研究之「突破休閒冒險性活動」為研究者參考 Rohnke&Butler（1995）所編寫《Quick Silver》及蔡居澤、廖炳煌（2001）之《探索教育與活動學校》等專書編擬設計而成的活動。活動內容包含七種類型的活動，分別為破冰活動、低阻礙活動、信任活動、溝通活動、解決問題活動、社會責任活動、個人責任活動。

二、青少年

本研究之青少年指年齡介於 12-16 歲，就讀謝天(化名)國中一年級之學生。係由各班導師或學校輔導單位，依據青少年在校表現，並填寫鄭麗月(2001)情緒障礙評量表所得之結果，篩選出社會不適應行為較為嚴重的學生，經簽署同意書後成為本研究之成員。

三、社會適應行為

本研究之社會適應行為係指參照洪儷瑜(2000)編製之「青少年社會適應評量表」所列舉的行為，內容包括適應行為與不適應行為。適應行為涵括合群、溝通技巧、主動、尊重或互動、衝突處理、自我效能、學業學習。不適應行為包括外向性問題，如攻擊、違規行為、過動及衝動；內向性問題，如退縮及膽怯、焦慮、人際問題；以及學業適應問題等。

第五節研究範圍與限制

一、研究範圍

本研究旨在探究突破休閒冒險性活動對青少年社會適應行為的影響，本研究之「社會適應行為」係指以觀察法及訪談法，探討成員活動歷程，以及針對青少年於活動前、後填寫「青少年社會適應行為評量表」所得之結果。成員活動以外的行為不列入本研究觀察範圍。

二、研究限制

(一)研究對象

本研究以謝天國中輔導室的學生為研究對象，並請一年級教師群及學務單位依據平時觀察，推薦班級中可能出現或已出現社會不適應行為的學生，並透過導師客觀地填寫情緒障礙評量表，從量表中篩選出8位出現社會不適應行為的學生，實施突破休閒冒險性活動。研究係以具有社會不適應行為之青少年為對象。然而，其中2位成員因違反校規，導致無法繼續參與往後團體活動之遺憾，因此，本研究實際參與人數為6人。

(二)研究結果的推論

本研究由於僅針對 6 名社會不適應行為之青少年參與活動結果，研究樣本並不具全國代表性，因此，欲將本研究之結果推論至其它樣本，需審慎考慮。

第貳章　文獻探討

本章首先瞭解青少年社會適應行為之定義、成因及因應方法；其次，討論突破休閒冒險性活動之定義與理論根源；最後綜覽有關本研究之相關研究文獻。本章分為三節，第一節為青少年社會適應行為之界定與因應措施，第二節為突破休冒險性活動的歷史發展與設計理念，第三節為突破休閒冒險性活動對青少年輔導的研究文獻。

第一節青少年社會適應行為之界定與因應措施

本節文獻探討社會適應的意義，以及青少年階段較常出現的社會適應不良行為的種類與成因，並闡述社會適應不良行為之因應方式，以提供本研究輔導活動課程設計之基礎。

一、社會適應的意義及內涵

(一)社會適應的意義

社會適應是一種個體的和諧狀態，而Atwater（1979）認為社會適應即個體透過學習改變，達到與環境之間和諧關係，包括內在自我和外在環境的表現。而社會適應行為為避免人際間的矛盾，以維持和諧及和睦狀態，且能有安全感、情緒控制，個體的行為能符合社會期望則是良好的社會適應個體(林淑華，1998)。因此，適應包括了個體與環境需取得和諧的狀態。

除此之外，社會適應是一種能力表現。社會適應是指個人與環境能取得協調一致的狀態，個體為了滿足需求，適應需達環境與個人的平衡及和諧，就張春興、林清山（1983）亦認為，社會適應是指個人對自己、對他人、對環境事物的反應；一個具有健全人格的人，不僅能改變自己的內部心理

狀態，亦能改變外在環境，以維持和諧而平衡的交互作用。

社會適應是一種人際以及與環境良好互動，就簡茂發(1978)及路君約（1981）指出社會適應強調與他人建立良好的關係，使自己成為合群表現及社會化的品格與行為，進而實現人際關係和諧。除此之外，劉焜輝（1985）更進一步地指出社會生活適應則指個人生活在現實社會裡，與他周圍的人、事、物交往接觸，能知道自己該做些什麼，別人及社會對自己要求些什麼，而且也能妥善地處事待人以達成現實環境對自己的要求。

由上所述，社會適應包含了個體主動積極改變，與被動因應環境壓力兩種特質，也就是個體對自我及外在環境，能在各種壓力中取得平衡及和諧。再根據主動及被動的交互行為，個體能展現隨時因應環境，自我調解行為，使個體能滿足生理、心理及人際關係需求，而達到身心靈健康的狀態。

(二)社會適應的內涵

本研究社會適應為學生與老師、同儕間關係及環境的互動。有關學生在學校的社會適應行為，包含師生情感、同儕情感、常規適應、學習適應及自我適應。其中，師生情感包含，學生與教師間的人際互動情形及態度；同儕情感包含，學生與同儕互動的結構與次文化的互動情形與態度；常規適應包含學生對學校或班級常規的服從與遵守情形；學習適應包含，學生內在的學習與求知動機；自我適應包含自我接納、自信心與自我價值認同(楊錦登，1999；唐璽惠，2002)。除此之外，Kaplan&Stein(1984)認為良好的社會適應者能了解自己及接納他人，且能具有挫折容忍力。而吳武典(1982)認為，在學校社會適應良好的學生能表現積極的自我概念、能認同

他人、能接受與面對真相、能運用資源解決問題。

總括而言，個體在青少年階段過程，將面對自我認同、學業、成就及師生、同儕人際等社會適應問題，本研究冀望透過輔導活動，使個體能發揮社會行為技巧、促進和諧人際行為技巧及增進個人自我效能與自信表現。

然而，藉由透過下述之青少年社會不適應行為種類的討論與分析，可加以瞭解青少年社會不適應行為的相關問題，並做為輔導過程參考依據。

二、青少年社會不適應行為之種類

就青少年適應不良行為的種類，張春興（1992）將社會適應不良行為分成學習反常型、孤獨冷漠、自我排拒、病態適應、性別錯亂、行為怪異、惡性習慣、謊騙盜竊、行為放蕩、暴力反抗。其分類除了分成心理適應及外在表現兩方面外，社會適應不良行為尚包括學業適應方面。

而吳武典(1982)針對國中生社會適應不良行為的分類，敘述如下：

(一)外向性行為問題：即通稱的違規犯過行為或反社會行為，包括逃學、逃家、不合作、反抗、不守規律、濫發脾氣、撒謊、偷竊、打架、傷害別人、破壞行為、欺負弱小、粗語辱罵、不能面對現實，過度使用防衛機制等。

(二)內向性行為問題：即通稱的情緒困擾問題或非社會行為，包括畏縮、消極、不合作、不合群、不敢表示自己意見、過分依賴、作白日夢、焦慮反應、敵意情緒、自虐、自殺行為遇到困難，即放棄或怪怨他人等。

(三)學業適應問題：指成績不如理想、而非由智力因素造成，而是情緒上的困擾與行為問題。包括考試作弊、不做功課、

投機取巧、粗心大意、偷懶、偏愛某些功課而偏惡某些功課、學業成績不穩定、不專心注意力不集中、低成就等。

(四)偏畸習癖：不良習癖，多與性格發展不健全有關。包括吸吮拇指、咬指甲、肌肉抽搐、偏食、尿床、吸煙、喝酒、吸食藥物、性不良適應。

(五)焦慮症候：由於過度焦慮引發而來，有明顯身體不適症狀或強迫性行為，通稱為精神官能症候或神經質行為。

本研究所指之社會適應行為，係以洪儷瑜（2000）編製「青少年社會適應評量表」包括「適應行為」、「不適應行為」之分量表為判斷依據，說明如下：

(一)適應行為：學生在合群、溝通技巧、主動、尊重/互惠、衝突處理、自我效能、學業學習等之整體行為表現，即在「青少年社會適應評量表」之「適應行為」分量表的得分。

1.合群（group-related skill ,GRS），係指所屬團體的尊重與配合，主要測量學生參與活動、對多數人以及團體規範的尊重等行為表現的觀察評量。

2.溝通技巧（communication skill,CS），與人互動溝通的技巧，主要測量學生參與團體活動、對多數人以及團體規範的尊重等行為表現的觀察評量。

3.主動（activation,AC）：係指學生對周圍環境的人、事之興趣與主動性，主要測量與人交往的主動行為，如主動參與活動、邀請別人參加、主動好問等行為表現的觀察評量。

4.尊重/互惠（reciprocation,RC），係指對人互惠、尊重他人，主要學生與人交往時，對人的尊重，包括為別人設想、能與別人輪流使用器具、與別人分工、接受他人特質等行為表現的觀察評量。

5.衝突處理（conflict-solving,CFS），處理衝突的能力，學生處理不公平、被冷落等衝突情境表現之評量。

6.自我效能（self-efficacy, SE），為有效處理個人行為之能力，主要測量教師、同學或學生本人對自我表現的有效性評量，包括處理壓力、嘗試新經驗、扮演自己角色、以及建立好的工作習慣等的觀察評量。

7.學業學習（academic learning,AL），係指學業適應良好的表現，主要測量教師、同學或學生本人對學生的學習表現與學習方法、習慣的觀察評量。

(二)不適應行為：學生在外向性問題之攻擊、違規行為、過動/衝動；而內向性問題之退縮/膽怯、焦慮、人際問題；以及學習適應問題等之整體行為表現，即在「青少年社會適應評量表」之「不適應行為」分量表的得分。

1.攻擊（aggression ,AG），指對人、事、物的傷害，主要測量學生的攻擊、破壞等有關行為的觀察評量。

2.違規行為（delinquent-behavior ,DB），係指違反已定的規範之行為，主要測量教師、同學或學生本人對學生的法律、校規、或一般觸犯常規的行為表現之觀察。

3.過動/衝動（hyperactivity/impulsivity,HI）：係指行動的活動量與衝動性，主要測量學生的活動過多或衝動等有關行為的觀察評量。

4.退縮/膽怯（withdrawal/timidity,WT），為逃避、畏縮、膽怯，主要測量教師、同學或學生本人對學生的退縮、過度安靜、膽怯等有關行為的觀察評量。

5.焦慮（anxiety,AN），係指學生一般性及社會性焦慮，主要測量學生的焦慮、憂慮、恐懼等有關行為觀察的評量。

6.人際問題（interpersonal-maladjustment, IM），係指人際適應不良之表現，主要測量學生不受人喜歡的表現評量，如難與人共處、受異性同學排斥、不容易原諒別人等。

7.學習適應問題（learning-problem, LP），係指學業適應不良表現，主要測量學生學習不良行為、學業不適應表現之觀察評量，如學習能力不佳、跟不上進度、上課不專心等。

從上所述，可瞭解青少年社會不適應之內、外向性行為，可能影響人際關係及個體行為。而內向性問題致使青少年產生精神疾病及心理不健康。而長期學業的成就低落，因而影響青少年內在學習興趣與動機。因此，從以上討論可瞭解，青少年產生外向性問題、內向性問題與學業適應行為，將影響青少年身心靈的健全發展。

三、青少年社會不適應行為之成因

青少年社會不適應行為，與個人及生活中的情境息息相關，以下就學者針對個人、家庭、學校和社會等四種因素，針對社會不適應行為之成因提出看法。

(一)個人因素

社會不適應行為的個人因素，如先天遺傳、染色體之變異、腦神經功能失調的影響；自律神經系統不平衡，導致膽怯及暴躁行為之產生；體型或官能上的缺陷，影響心理之不平衡；內分泌失調，影響情緒之發展（黃素蓮，1995)。在後天環境方面，王鍾和(2003)指出，青少年在生理與性別象徵急速成長變化中，本身情緒起伏不定，形成生活中的壓力，致使個體無法滿足慾望，即可能產生不適應行為。翁淑綠、陳惠玉(2004)根據 Glasser（1981）的現實治療法，認為個體天生具有生理生存的需求、追求樂趣、自由、隸屬感及權勢

利益等五種需求，當個體無法滿足或滿足方式不適應個體時，便會產生不適應行為。青少年在成長過程中非常在意他人眼光，陳彰儀(2001)指出青少年對外在刺激，如常常不能自我肯定、習慣以負向方式思考、過於追求完美，則需要花很大精力注意別人的反應，因此情緒起伏大，致使產生不適應行為。由此可知，個體天生或後天的病變影響其心理產生變化，加上後天的成長與環境的各種壓力，讓個體無法獲得自我滿足，而形成社會不適應行為產生的原因之一。

(二)家庭因素

家庭是個體出生後所接觸的第一個社會結構，也是青少年人格的形成環境，黃素蓮（1995）認為家庭是人格培育的場所，也是主導個人社會化的地方，使個體具有能適應多變社會壓力的技巧，以達身心健全的發展。王淑俐（1995）認為家庭因素包含父母教養態度與期望、親子和諧關係等，直接影響青少年之情緒與行為。青少年在家庭中也深受成長的壓力，黃月霞(1991)就Mccandless(1970)的文獻指出，青少年受到成功壓力，他們被父母期望達到理想的標準，且在很多方面還被期望著需超過父母的成就。而家庭結構及父母管教態度對青少年的發展具有重要的影響力，針對家庭對青少年社會不適應行為成因有以下幾點因素，Patterson, Reid & Dishion（1992）提及家庭因素是造成問題青年學童主要的源頭，如家長缺乏管教及疏於關切孩童在學表現或交友狀況、缺乏雙向且友善的親子溝通、及父母長期性家暴家庭、父母長期感情失和等等。而家庭結構會是影響青少年不適應行為的因素之一，呂民睿、莊耀嘉(1992)及張英陣、彭淑華(1998)研究指出，父母離婚分居之青少年之違規行為比結構正常家

庭的青少年來得嚴重，單親家庭模式對子女心理情緒影響深遠；來自破碎家庭少年產生不良行為的機率，約是完整家庭少年的一倍半至兩倍。而周美智（2001）以雲嘉地區六所國中學生探討家庭因素、子女道德觀與青少年偏差行為之關係研究，發現家庭氣氛為間接影響青少年社會適應行為。同時也發現父母親採用忽視冷漠的管教方式比採用開明權威的管教方式，子女較易產生不適應行為。家庭氣氛也會影響青少年社會不適應行為，楊坤堂(2000)、侯禎塘(2002)認為家庭中父母的管教方式、家庭氣氛與親子互動、家庭結構、環境紀律及父母的婚姻狀況等等，對兒童在情緒與行為上有極大的影響。而劉玲君（1995）研究指出，父母感情不合、家庭氣氛不佳或破碎家庭之子女有較多的負向行為出現。從許多研究中顯示家庭結構、家庭氣氛、父母管教態度、情感與期望等等，這些家庭因素在有形及無形中，造成青少年社會不適應行為的成因。

(三)學校因素

許多研究發現，兒童在學校中較常引發情緒為憤怒、悲傷、焦慮、羞愧及愉悅（胡慧宜，1998；鍾永吉，1997）。學校是青少年學習生活過程最長的環境，然而，青少年特別重視與同儕間的互動，並尋求同儕團體的支持與認同。吳百祿、王財印(2002)指出，被同儕團體排擠的青少年，往往會產生社會不適應行為問題，因而造成青少年學習困擾、人際關係及技巧不良、導致學校生活適應不良、自卑感及自尊心低落，而形成社會不適應行為。

校園中的師生關係將影響青少年的行為，侯禎塘(2002)認為學校及教師的管教措施與態度，如缺乏關愛、不當體罰、

過於嚴苛或放任，容易導致師生衝突。吳芝儀(2000)指出，負面的學校經驗如師生衝突，造成師生氣氛不佳，青少年因而從校園裡模仿學習到利用暴力解決問題，因此產生社會不適應行為。除此之外，青少年面對課業壓力形成社會不適應行為，根據侯禎塘(2002)指出青少年學業成就被要求過高，當青少年無法達到預期期望時，極易形成情緒困擾，因而引發社會不適應行為。而王淑俐（1995）指出青少年在學校中，包含考試壓力、學習焦慮、升學等問題發生。而黃素蓮（1995）也提及課業壓力太重導致學生身心過於疲備，學校在無形中給予學生的生活壓力，造成學生在生活上的焦慮行為，有可能造成青少年社會不適應行為成因之一。

根據上述，學校的同儕模仿、師生關係、課業問題等等，與青少年社會不適應行為存在著密切關係，當學校課程無法引發學生學習興趣與動機，青少年學習成果必定效益不彰，青少年更無法獲得教師認同，導致師生逐漸關係疏離，而使得青少年對學習逐漸失去熱忱。由此可想與推測，在校園中逐漸形成一群學習動機薄弱的社會不適應行為青少年團體，共同尋找發洩壓力的途徑，學生們漸漸衍生出校園的種種社會不適應問題，因此，學校之同儕關係、師生關係、課業…等等因素，為造成青少年不適應行為之成因。

(四)社會因素

快速的社會變遷，許多電視與廣播節目、報章書刊、新聞媒體與網路資訊等，都充滿著暴力或色情的誘感，無所不在侵入青少年的生活之中，黃素蓮（1995）認為社會風氣過於重視財富與物質追求，形成個人過份奢靡，易引誘學生競逐物慾、誤入歧途。而侯禎塘(2002)認為個人的思想、情緒與

行為不時受社會文化與環境影響，而當青少年價值觀與生活型態、社會價值相互衝突，加上大眾傳播、次文化、社區不良影響以及低社經階級、種族歧視及衝突等等因素，很容易使青少年產生社會不適應行為。科技進步也是青少年社會不適應行為的原因之一，黃秋霞（2003），科技文明，媒體卻充斥著聳動色情文化與暴力的青春陷井，這種社會亂象很容易讓原本認知與道德判斷力薄弱的青少年，不自覺地掉入危險的遊戲陷井裡。而楊坤堂(2000)也認為社會結構改變帶來交通科技與資訊進步，青少年置身於國際文化交流的現代化社會中，在轉型的社會中，第一，存在與教師、父母的代溝；第二，加上青少年個人之人際關係是既複雜又淡薄；第三，自我尋求與外界探索過程中，自我概念、思想、價值觀及行為規範等等認知尚未成熟，這些種種因素在無形之中，讓青少年表現出社會不適應行為。

根據上述，社會在文明科技進步下，亦附帶造成金錢主義及色情、暴力環境、次文化等等影響，青少年在五花八門視覺與聽覺物質吸引下，可能不知不覺迷失自我與價值觀偏差，進而產生社會不適應行為相關問題。

四、青少年社會不適應行為之輔導策略

綜上所述，青少年社會不適應行為可分為外、內向問題後，以下討論為提供，輔導青少年社會不適應行為輔導策略，以做為研究輔導課程過程之參考依據。

(一)外向性行為輔導方式

從吳武典(2001)指出，輔導青少年外向性行為可從以下幾點著手，第一，使用行為改變技術，讓兒童訂定一套規範，並取得兒童支持；第二，把握立即增強原則，避免直接或強

烈懲罰；第三，讓兒童自知衝動行為並學習自我控制；第四，可調整家庭教育之態度，避免過度期望及不適當壓力；第五，學校教師需加以投入耐心與學生建立良好關係；第六，避免讓兒童產生挫折感，而從經驗中建立自信心及自尊心。除此之外，游福生(1998)也指出，面對此類兒童，應尊重學生人格，多包容及尊重兒童的意見，並鼓勵兒童參加社團，以調劑、發洩身心發展。

由此可知，個體在輔導過程中，教師與父母與青少年的互動，應給予較多鼓勵與正增強，而當個體發生行為問題時，則需減少懲罰，改以耐心及溝通的輔導方法，從中建立自信與自尊，讓個體能從中學習尊重及同理心，而提高與人良好的互動。因此，輔導方式過程需由學校教師及家庭成員，相互配合協力輔導青少年朝著正向行為發展。

(二)內向性行為之輔導方式

1.自卑、退縮行為輔導方式：自卑與退縮是錯誤的自我評價，因長時間的挫折而帶給個體感到內疚感與恐懼行為，因而拒絕新情境挑戰。就吳武典(2001)指出，輔導青少年之自卑、退縮行為可從以下幾點著手，第一，讓個人減少挫折感，增加成功的機會；第二，教師需給予特別的指導其學習過程的技能表現，建立與提高個體的自信心；第三，公開地給予讚賞，多提供正增強的鼓勵方式；第四，從輔導過程中，告知個體的長處，加以發揮其技能。除此之外，游福生(1998)也指出，面對此類兒童，應給予成功機會提供個體的滿足感，並多增加讚賞機會，從鼓勵中個體能學習上進心，並從中提高對他人之尊重。

2.焦慮行為輔導方式：焦慮一是種內在持續的緊張及不安狀態，而青少年較焦慮為課業與同儕人際等問題。就吳武典(2001)指出，輔導青少年之焦慮行為可從以下幾點著手，第一，告知個體多增加及嘗試新經驗，從中學習能建立新目標與責任感；第二，避免呈現挫折情境及事先預防挫折；第三，避免人際競爭及個人孤軍奮鬥情境，而改由鼓勵自我競爭之輔導方式；第四，協助個體接受他人批評，面對焦慮情境並學習克服折挫，以提高自我內控機會；第五，避免對個體嘲笑或諷刺，認同其努力表現並給予讚賞與正增強。

由此可知，教師及父母在輔導過程中，應多些關懷，減少個體經驗新情境之挫折感，多提高自信心、自我效能、鼓勵與正增強及避免不良競爭等等。此外，並需給予個體能力所及之新情境，從中發揮技能，認同個體成就表現，減少青少年內向性行為表現。

五、青少年社會不適應行為之輔導實施方式

為了增加青少年個體之社會適應行為及提昇身心靈健康，使得學校必須重視學生的社會不適應行為。因此，本研究歸納出下列增進青少年社會適應的輔導實施方式：

（一）進行同儕小團體輔導

根據呂翠夏（1992）翻譯Smith & Shaffer（2000）所做的相關研究，歸納其看法，同儕小團體的輔導方式具有下列幾項功能：其一為，發展社會認知及社會能力；社會認知的發展可以讓兒童更瞭解別人如何看待自己，以便適時修正。然而，社會能力的獲得更是重要，使個體與同儕互動過程中，發展其社交技巧，能使兒童與人交往更順利。其二為，情感依附與情緒的排解。兒童在學習的挫折過需要與他人合作才

能成功，同儕們提供適時解決其困境，獲得情緒的抒解而產生安全感，並提升自信心。因此，兒童與同儕互動過程中，學習同儕感情交流、意見交換以及行為的修正等。其三為獲得社會支持與團體歸屬感。個體為了取得在團體中的認同及避免被團體排斥，會不斷調適自己的行為，來因應及符合團體的標準，營建出與其同儕關係，使之產生團體歸屬感。

（二）輔導人際問題及解決問題技巧、策略

社會不適應行為兒童往往缺乏解決人際技巧與策略，較無法與他人有良好的互動。因此，以遊戲及輔導活動，為提供個體與他人之人際問題，可透過示範、解釋、說明、討論，幫助其減少人際衝突，有助於改善人際關係（王耘、葉忠根、林崇德，1995）。而Moore等人（1995）對三位行為異常學生進行社會技巧訓練，結果顯示與遊戲有關的社會技巧獲得改善，同時類化效果亦不錯。

綜上所述，對於社會適應欠佳學生，可利用團體遊戲輔導教育方式，教導他們人際問題解決技巧與策略，並在教學過程中促進他們類化至一般情境，以增進社會適應能力。而以遊戲方式，使青少年建立自我效能即與他人的關係，且能接納他人正負向回饋，透過合作與互助關係以解決問題，並從中學習人際溝通技巧，建立成就表現提高自信心，並促使自我效能提高，使社會不適應之內外向行為問題有所改善。

因此，本研究擬透過同儕小團體的輔導方式，針對社會不適應行為青少年，進行突破休閒冒險性活動的輔導課程。

第二節　突破休閒冒險性活動的歷史發展與設計理念

本節首先闡述突破休閒冒險性活動之定義及歷史發展；繼而說明活動設計的理念依據，以提供對突破休閒冒險性活動有更清楚的認知。

一、突破休閒冒險性活動的定義

關於突破休閒冒險性活動的定義，Priest（1990）提到此活動主要關心兩個議題，其一，是人與人之間的互動，其二，是與自己的關係。主要目的在引起朝向正面改變的意識，次要目的為提升自我概念及改善社會互動，活動過程包含冒險性活動的運用，如利用戶外或所謂人工的冒險環境，提供個人或團體一些問題解決及挑戰性的任務。李義男(2003)認為活動內容的意義為，建立成員自信、信任、與尊重的態度，從中養成溝通和解決問題的能力，再進而應用團體的體能活動的效力，及團體共同支持的行為改變，在未來生活中創造超越的意志力和追求人生意義的精神。然而，突破休閒冒險性活動是有目的、有計畫執行教育的過程，要使參加者具有冒險的觀念來從事一些教育活動，目的是使參與者從活動中擴展個人潛能，進而學習成長（蔡居澤，2001）。

本研究之突破休閒冒險性活動，所指的乃是透過有計畫、有目的活動設計，讓成員在遊戲活動過程中，藉由團隊合作、互助與溝通，共同解決問題面對挑戰，並期望將活動中所學習到的體驗概念化，將之活動經驗實際運用於生活中。

二、突破休閒冒險性活動的歷史及發展

關於突破休閒冒險性活動起源，可回溯至戶外學校的發展，追溯於Kurt Hahn於1920年代，在德國南方Salem學校擔任校長時，為瞭解及解決青少年的人際互動、健康、冒險心不

足、記憶力與創造力衰退、技能與努力、自我認知、自我要求等方面問題，而發展了一套課程計畫(Richards,1990)。

該計劃是為了協助青少年面對危機、重建自我認同，使學生能夠表現自己，其中有一個非常有效率的計劃便是提供學生冒險的情境，從中探索其情境並在經驗過程學習（Schoel,Prouty & Radcliffe,1988)。在推展此教育理念不久後，Kurt Hahn因政治因素，而遷移定居於英國(Miner,1990)，更在1934年於英國成立Gordonstoun學校，教育目標包括提供機會，使學生能探索自我並體驗成功與失敗，讓成員在追尋目標過程中，能發展其想像力及能力（Zwart,1988）。

到了第二次世界大戰，英國海軍當局為了解決年輕士兵總是比老兵容易死於戰場的問題，而邀請Kurt Hahn設計訓練計畫。Kurt Hahn運用過去教學經驗，成功地強化士兵的自信心，及提高士兵在戰場上生存機會與團隊合作能力(Miner,1990)。Kurt Hahn於1941年創立外展學校（Outward Bound School,OBS），以高刺激性的求生訓練做為課程基礎。

然而，突破休閒冒險性活動發展，為外展學校於1962年引進美國開始，而成立科羅拉多戶外學校（Garvey,1990）。在推廣活動過程，為了解決活動指導員的專業培訓領導人才，1965年Paul K. Petzoldt成立國家戶外領導學校（The National Outdoor Leadership School,NOLS），為培訓指導者應具有的技能、知識和判斷(Bachert,1990)。然而，在戶外專業人員培訓過程中，為解決戶外領導學校指導員認證及標準課程檢定，在1976年成立原野教育協會（The Wilderness Education Association,WEA.）設有技能(skills)、領導(leadership)、指導(instruction)的各個層次之認證和標準(Lupton,1990)，因此在

外展學校與原野教育協會成立之後，有了課程的證照檢定標因此提高了活動實施的水準，也為活動奠定了堅固的基礎。

雖然突破休閒冒險性活動在美國有不同組織，相繼推廣與發展活動，但當時仍欠缺一個能整合的組織，於是外展學校與大學教育等機構合作，並經過數次的商討會議後，在 1977 年美國成立了體驗教育協會（The Association for Experiential Education, AEE），以冒險教育（Adventure Education）作為協會發展的主要領域，每年出版 3 期的體驗教育期刊（Journal of Experience Education），以及舉辦研討會、學術研究等方式推廣，目前已成為研究與發展體驗教育的重要單位（Garvey,1990）。當活動在 1970 年代時推廣，美國教育界更有一波改革聲音出現，並有計劃將戶外、冒險教育課程納入一般學校的體育課程，而此計畫稱為 Project Adventure。

然而，在 1971 年 Jreey Peih 擔任高中校長時，更強力推廣課程，並將原來強調體能活動取向，轉而為培養個人成長與團體動力、團隊效能的學習與探討取向（蔡居澤，2001）。然而，他也將此計劃提供給聯邦政府教育部，使該課程融入中等學校教育。爾後，Jreey 成立 PA 公司加以推廣，並研發一系列適合學校、政府組織、企業行號等不同對象的課程領域（鍾文彬，2004；Prouty,1990）。因此，活動在美國發展的五大領域，分別是在教育、親子關係與社區發展、治療與輔導、企業組織教育訓練以及休閒產業等（陸宛蘋，2001）。

關於活動在臺灣的發展，於 1996 年金車教育基金會孫慶國執行長兩度參加 P.A.研討會後，體認到此課程可為我國教育帶來新思維與突破（洪煌佳，2001），於是 1998 年組團到美國學習，正式將該課程引進國內。由於 Adventure 直接翻譯

有挑戰、冒險等意義，而為考慮國情不同，金車基金會將活動取名為突破休閒活動（Adventure Based Recreation）為台灣本土化之名稱(金車基金會，1998)，而國內學術單位以國立臺灣體育學院休閒運動學系，首先推展此課程做為必修學分，取名為突破休閒冒險性活動（Adventure Based Recreation activities)。然而國內陸續相繼發展，此課程又另稱為探索教育（Project Adventure)、冒險教育（Adventure Education)、體驗學習（Experiential Education ）…等等，雖然名稱不同，但活動內容及本質是相同的。在政府方面，1999 年行政院青年輔導委員會積極協助活動的推廣，李義男（2003）指出九年一貫教育課程實施後，在童軍教育中更結合了探索教育。而民間團體的發展，如團隊發展國際股份有限公司、中華教育發展協會，為國內首座獲得 PA 認證的高空繩索課程設施，專為企業、教育單位實施團隊發展及教育訓練。（蔡居澤、廖炳煌，2005）此外，尚有中華體驗發展協會、陽明山福音園、救國團、楊梅埔心農場等團體都積極推展活動的教育訓練。

三、突破休閒冒險性活動的實施過程與指導

(一)突破休閒冒險性活動實施過程的三階段特性

突破休閒冒險性活動，每項活動實施過程有三個階段，第一階段之情境塑造(brief)，為領導者於活動開始前，設計活動冒險情境及結合目標後，再說明活動規則、限制、與注意的安全指引(Ellmo & Graser,1995)。而李德誠、麥淑華(2002)指出，活動的情境塑造技巧，可運用故事或譬喻、目標設定和全方位價值契約為基礎。第二階段為活動進行(activity)，領導者依據成員選擇性挑戰的觀念，在自我或團體協議後設

定活動難度與目標。領導者提供成員在活動過程的支持，以及能強化成員參與感、合作、冒險、身心安全、信任、誠實、挑戰自我以及情感促進，過程更應鼓勵成員參與活動的嘗試，而非其結果為何(Ellmo & Graser,1995)。除此之外，李德誠、麥淑華(2002)指出領導者除了營造正向氣氛，也需促進團體安全、關懷、鼓勵的活動過程。第三階段為分享回饋(debrief)，提供成員討論活動之經驗過程，領導者需從觀察活動過程，從中協助成員處理潛在的衝突與抗拒等敏感事件(Ellmo & Graser，1995)。李德誠、麥淑華(2002)認為分享內容包含經驗回顧、感受分享、檢視學習、未來探索等。因此，活動三階段使領導者能更清晰活動流程，使領導者能運用指導技巧，帶給成員正向影響與及活動省思。而 Henton(1996)更指出，此活動三階段為提供成員能融入活動，以促進主動且積極的過程。如下圖 1 所示，

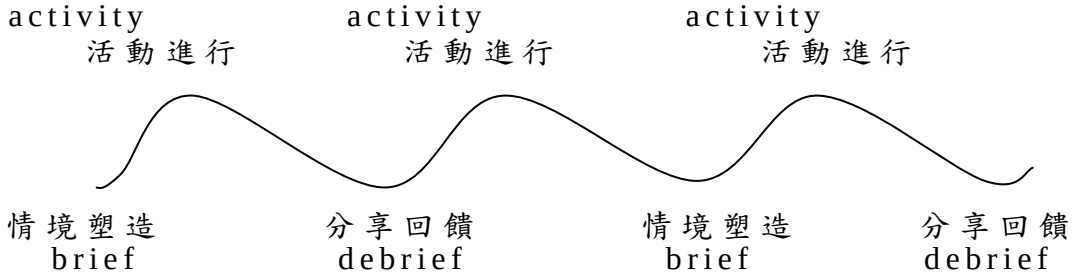

圖 1 活動波段模式

資料來源：Ellmo & Graser，1995

(二)全方位價值契約（Full Value Contract）

全方位價值契約為成員共同訂定規範與目標設定，提供領導者可依契約內容帶領活動，成員則需共同遵守與執行規範內容，達成目標設定，並以真實的互動投入活動情境中，

此為活動設計內容之一。根據Ellmo & Graser（1995）觀點指出全方位價值契約為課程中重要的觀念，成員需認同團體中每個成員的價值性，並將提出的價值性想法，經整合後形成團體的行為與指導規範。故全方位價值契約乃是讓團體成員共同討論，經由察覺正面積極的一種活動的歷程，通常應用在鼓勵、團隊共識的目標設定、團體討論以及解決衝突上。

而全方位價值契約，要求每一個團員都需做到以下各五項（蔡居澤、廖炳煌，2001）：第一項為出現（Show up），將生活重心放在課程學習上，而任何會分心的人、事、物排除。第二項為專心（Pay attention），將全部注意力放在體驗及課程上，並且聆聽他人及專注聆聽自己內心聲音，再反思過程與想法。第三項為說真心話（Speak the truth），每個人感受都具有獨特性，誠實的說真心話，同時虛心聆聽他人意見。第四項為開明的態度（Be open to outcome），應需試著放棄這些成見或恐懼，不在課程結束前做任何斷章取義的評斷。第五項為注意身體、情感上的安全（Attend to safety），團隊中每個人都有責任確保學習環境的安全顧慮，包含在語言或肢體行為，並給予夥伴最大的鼓勵與支持。

綜述而言，全方位價契約重視人際互動的真誠與回饋外，更重視成員在活動中與他人身體及心理安全上的維護，讓成員感受到活動價值的認同感，以及對團隊的尊重與契約訂定的責任感，更可以促進整個團隊的凝聚力及價值感。

(三)選擇性挑戰

選擇性挑戰（Challenge by Choice）為實施活動過程的方式之一，係指成員參與過程可依照自己能力或意願，重視個人自我決定，期望為自己所做的選擇負責。但選擇性挑戰並

非指個人可以決定不參與任何活動，而是秉持著尊重團隊，並擔任團隊或活動的觀察者，提供不同意見給團隊，增加不同角度思維。因此，選擇性挑戰為團體應適時尊重，個體應以正向回饋方式來增加團隊的經驗價值。其中包含三個構面，第一為成員有權選擇何時參與活動及參與的程度；第二為成員隨時都應提供經驗價值；第三為成員絕對尊重團體中任何成員決定（Scholel,Prout & Radcliffe,1988）。

(四)增進突破休閒冒險性活動學習轉移的技巧

領導者計劃活動時，應於活動前了解成員需求，而訂定活動目標並加以規劃。在設計活動時可以參考學習轉移的技巧為根據，為成員提出符合本身活動目標。以下為Gass（1990）提出十項在活動中可運用之學習遷移技巧：

1.擬定成員的活動目標：在活動計畫實施前，可設計適合遷移的活動情境，依此擬定個人目標。其中包括以下步驟，第一，成員能加以確定和建立改變的承諾；第二，成員對自我學習設定目標；第三，為成員寫下和設定合適的學習目標；第四，讓成員設下目標，及設定創造學習遷移的承諾。

2.設計符合成員相類似的學習情境：在活動的學習情境中創造要素，活動情境要與成員未來可能出現的情境相結合，如此才能潛移默化達到正向學習遷移。

3.提供成員學習轉移的機會：在活動時，提供成員效果遷移的機會。活動過程是最佳互相練習的時機，從中能獲得團體成員最立即性和強烈的支持和回饋。

4.使學習的成果自然化：領導者提供自然的活動過程，不能給予過多的活動涉入與干涉，以及提供外在動機的誘因，以免會降低學習遷移的結果。

5.使用隱喻技巧：領導者善用隱喻技巧，學習經驗使成員透過內化（internalize）和反省過程，並以獨特的思考方式將學習經驗具體表達出來；然而，領導者於情境塑造時，使用隱喻(metaphor)，進行活動導引提供成員思考機會。

6.提供模仿的角色：邀請有成功經驗的成員，共同參與活動。成員藉著看到他如何成功地將學習轉移至日常生活中，也對自我的學習經驗轉移，有所預想和期待。

7.與重要他人共同參與活動：可鼓勵或邀請過去曾參活動經驗的成員，提供成員在學習的過程中，藉著有重要他人（significant others）參與，增強其自我學習效果的遷移。

8.使成員承擔學習責任：在可行的活動情形下，使成員承擔較多的學習責任，可增進成員學習動機，並且加以激勵與鼓勵成員將此經驗運用未來情境。

9.強調分享回饋技巧：發展能促進成員學習經驗處理和分享回饋等效果遷移的過程技巧。

10.提供學習遷移的後續經驗（follow-up experience）：當成員嘗試將學習經驗轉移至日常生活時，可進行追蹤輔導（如持續性溝通，對學習決定、過程和選擇的回饋）更能增強其遷移能力，幫助成員適應未來生活。

四、突破休閒冒險性活動實施的教育理念

實施突破休閒冒險性活動過程，以經驗學習理論、經驗學習圈、經驗學習轉移及學習遷移理論，從上述的理論做為活動訓練的理論根基。

(一)經驗教育理論

突破休閒冒險性活動的教育基礎與發展，受經驗教育理論(Experiential Educational Theory)影響。而從杜威（Dewey）

的做中學(learning by doing)，並認為教育是經由經驗獲得而成長，經驗的發展能擴展至所處的環境，再將環境的一切吸收而融化於經驗中，使經驗能連續發展 （林永喜，1994)。然而，蔡居澤、廖炳煌(2001)提及活動能使成員在過程中達到經驗與行為學習，再將習得經驗用於未來生活。由此可知，活動運用經驗教育理論觀點，使學習者在參與過程，能對學習結果給予正向性的意義，使在參與活動後，經由領導者的討論引導而獲得經驗，學習者再將活動經驗，與先前經驗相互連結，進而遷移到日後的學習情境。

(二)經驗學習圈

根據上述提及領導者的帶領方式，將影響學習者發展及成長，就 Henton(1996)以經驗學習圈（The Experiential Cycle）指出團體討論活動過程使用三種語言，第一種為「What？」，領導者詢問成員在活動中討論整個團體互動過程和個人所遇的問題。第二種是「So What？」，從討論中表達成員或團體，有無依先前的察覺經驗而改變，並鼓勵成員設立的目標來評鑑結果。第三種「Now What？」，成員從討論過程檢視團體與自我省思，使成員習如何將經驗帶入未來真實情境。經驗學習圈強調個人經歷有助個人行為發展，群體藉由活動的交流、分享、辯論或討論，刺激思考獲得想法，個人再透過反思，藉此將個人過去經驗重新整理，進而建立一套新信念、觀念與思想邏輯系統，如下圖 2 所示。

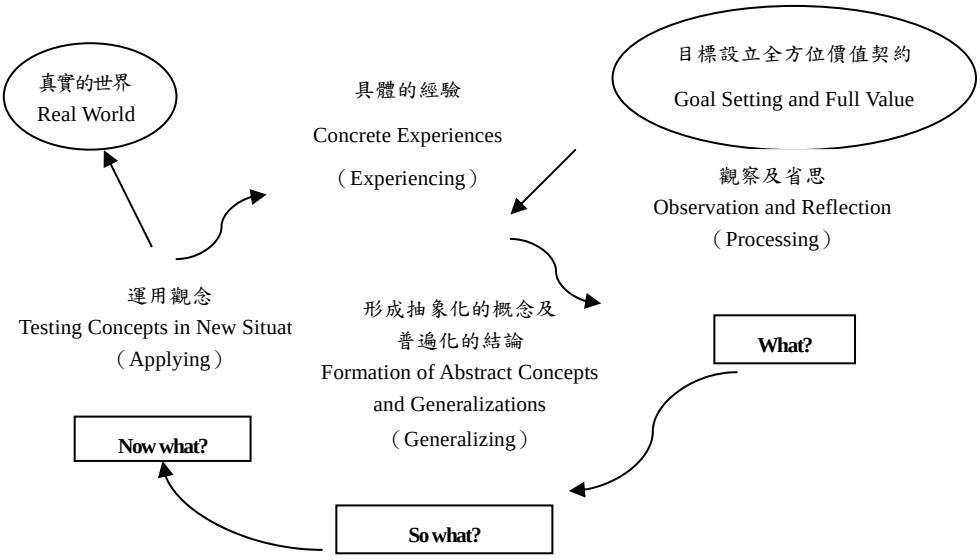

圖 2　經驗學習圈

資料來源： Henton（1996）； pp152-160

如上圖所述，而Kolb(1984)也認為經驗學習圈說明經驗轉移的過程，以每一階段性進行說明，則第一項為具體經驗，指成員在活動就直覺與感觸反應及表現，此階段強調從活動吸收新經驗。第二項為觀察及省思，係指成員針對每一個學習做暫時性經驗分享，從活動各個角度觀察及省思習得的體驗，此階段為個體轉化的學習歷程。第三項為產生概念與觀念，指經由活動觀察，從理性化思考和評鑑所學經驗，整合與連結各種觀察和反思事物的原理，並且系統化歸納出理論及觀念，以協助個人或團隊，面對新情境與挑戰時能適應環境，此階段為統整的歷程。第四項為實際運用新觀念於新經驗，個體將活動體驗及習得的新原則與觀念，推理地實際運用於真實世界的新情境，此階段為屬於調適過程。

（三）經驗學習轉移的五種層次

而Hopkins & Putnam（1998)將經驗學習轉移分成五個

層次，由接受、分析、創新、發展及成長。根據五個層次說明如下，第一項為接受的經驗，係指活動中成員為被動接受經驗安排，例如從觀摩活動，引起成員對活動的學習動機對興趣。第二項為分析的經驗，係指成員從戶外活動探究，從中分析環境和實際問題，再應用理論和知識於實務經驗中。第三項為創新的經驗，係指成員從活動中發展有創意作品及做法。第四項為發展的經驗，係指成員在活動中表現特有才能，加以發展並適任工作。第五項為成長的經驗，係指成員在與他人互動過程，適時奉獻自己，進而提供發展個人成熟的經驗。

就以上得知，個體從被安排的活動過程，得到新的具體經驗，並且從分享過程去反思自我與觀察他人，而在活動中創造新經驗，進而發展新原則與觀念。並於活動結束後，帶著新觀念實際運用於真實生活，以促進個人發展。因此，活動設計者應對成員的每一階段的變化，安排適當的活動，以達到個體參與的需求提供個體成長機會。

(四)學習遷移（The Transfer of Learning）

學習遷移係指學生將舊有的觀念、原理、價值、態度及技巧等，能運用到生活的新經驗中(胡秉正，1998)。而關於學習遷移的討論，Perkins & Salomon(1988)提出低路徑遷移(Low-Road)和高路徑遷移(High-Road)，所謂低路徑遷移，指某情境中反射性觸動熟悉事件，而引導至另一個類同情境。高路徑遷移則學習與應用情境的相似度較低，因此刻意塑造某情境，並從中攫取學習的知能移至另一個情境。

而 Gass（1990）也認為學習遷移為活動真正價值，係指期望成員在活動後，可提供特殊經驗影響未來的學習。下圖 3

為 Gass（1990）提出遷移理論運用於活動過程，第一種為特殊性遷移（specific transfer），學習者將先前經驗，應用於相似事物，是一種習慣與相關事物的結合。如圖 3，學習者將在攀岩學習的技巧運用於垂降中。第二種為非特殊性遷移（non-specific transfer），將活動中所學習的體驗概念化，運用習得的認知與態度於現實生活；如下圖的信任倒活動，從中與夥伴建立互信及支持，再將此概念延伸至學校生活，與同儕建立信任關係。第三種為隱喻性遷移（metaphorical transfer），從學習情境中將某些原則概念化到其他情境，但這些遷移的原則理論結構上並不相同，而是相似、可類比或隱喻的。如下圖，兩人划獨木舟，從中學習到合作、協調，而未來工作領域上，與他人共事時，也可以運用合作及協調等。

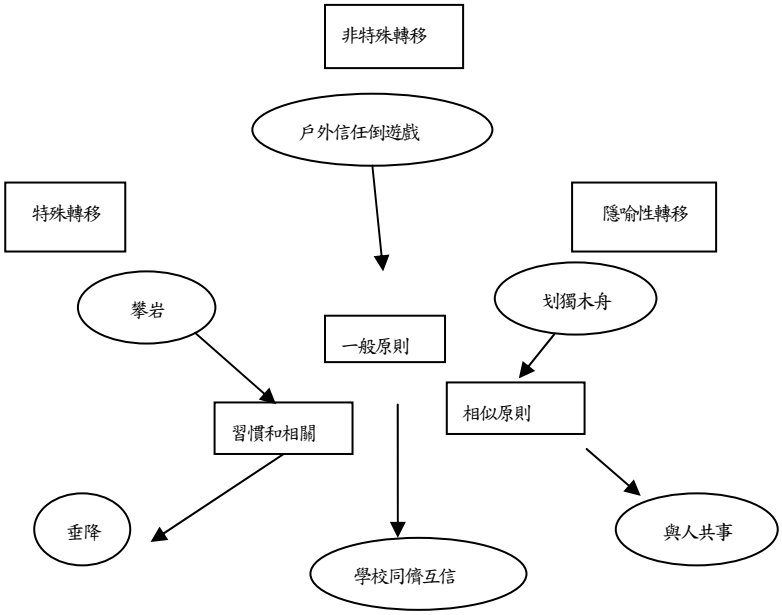

圖 3 學習遷移理論
資料來源：修改自 Gass, 1990

五、突破休閒冒險性活動設計種類

實施突破休閒冒險性活動課程設計，為以下七項活動設計種類與內容說明（李芳芝，1988；劉燕惠，2001；School, Prouty & Rcdcliffe,1988）。

（一）破冰、熟悉活動（Ice Breaker/Acquaintance），即暖身活動，利用趣味性活動、運動及遊戲，讓剛認識不熟的成員，打開陌生僵局，解除緊張、焦慮、恐懼及壓力感受；透過輕鬆自在的活動，以較少言語溝通方式，讓成員相互認識，增進彼此認識的機會。其活動難度較低，較能使成員獲得活動成就感，提高參與興趣與動機。

（二）低阻礙活動（De-Inhibitive Activities），在活動中塑造一個輕度冒險情境，使成員自我探索及勇於嘗試，學習創新的機會，以改善團隊人際關係的緊張及冷漠。而成員在分享過程，能夠坦然地敘述活動經驗，提供團隊及個人將面臨衝擊危機處理，並試著努力解決問題，而態度比結果成敗更為重要，因此，成員需相互鼓勵與合作，以增進伙伴間的信任感，促進團隊參與正向氣氛，例如，賞鯨船、BV。

（三）信任活動（Trust and Empathy Activities），藉由難度較高的活動，讓成員感到不安與恐懼，經由活動生、心理等情緒及行為反應，建立安全情境，體驗他人對生、心理衝擊的承受力，建立信任及同理心，讓成員從中體驗將自己交給團隊伙伴，並且能相信伙伴的幫忙，例如：信任倒。

（四）溝通活動(Communication Activities)，藉由活動，讓成員產生溝通、傾聽、專注的能力及技巧，從中練習溝通、面對挫折、提高耐心、真誠及包容心。團隊以口語或非口語方式，使成員表達自己的思想、看法，並且專注聆聽他人想法，增

進團隊解決問題能力，例如：矇眼三角、雪花片片。

(五)解決問題活動(Problem Solving Activities)，即團隊成員有相同目標，重視有效的共同溝通、合作、協助，而能一起面對困境，提高接受挫折經驗，並從相互傳達與接納彼此之間的包容、耐心等特質，從中尋找決解問題方法，激勵個人或團體的責任及榮譽感，例：蜘蛛網、酗酸河。

(六)社會責任活動(Social Responsibility Activities)，即以社會背影為引喻資料，提供成員將活動情境能與真實世界做連結。活動過程成員學習人生責任、意義、規劃、實踐及回饋等學習。在相互支持與合作過程，能吸取伙伴間的經驗，以達自我突破及因應困境，例如：搶救地球、電網。

(七)個人責任活動(Personal Responsibility Activities)，屬於個人難度較高的挑戰活動，成員學習未來面對挫折情境的能力，學習獨自面對恐懼與壓力，從中自我突破及發揮個人潛能的活動，進而增進、自我認同、決策、毅力、抗壓能力、自信心及開發潛在能力，例如：大擺盪、飛躍直柱。

本研究從以上的活動種類及內容，設計輔導活動課程。活動設計的目標將會出現重疊現象，是為了設計符合研究對象的教育目標及主題，其中包含了室內攜帶式器材及戶外高空繩索的活動。

第三節　突破休閒冒險性活動對青少年輔導的研究文獻

突破休閒冒險性活動不同於一般刻板教育，可讓成員能從樂趣的活動體驗與學習，並提供成員自發性改變生命價值觀，並培養互信、互愛、互重的素養。因此，本節欲探討國外、內之突破休閒冒險性活動對青少年輔導之相關研究。

一、突破休閒冒險性對社會不適應青少年之國外實證研究

突破休閒冒險性活動，在美國已成為學校教育的正式課程，在Zwart（1988）文獻中指出Stewart（1981）研究中，針對24名問題青少年，安排戶外活動的經驗課程，並在課程實施前及結束後填寫人格量表，研究結果顯示青少年在人格量表的「人際關係」分量表，有顯著的正向改變效果，在六個月後研究後測的追蹤測驗中，仍維持顯著的效果。在青少年情緒障礙方面，Zwart(1988)文中指出，Hobbs & Shelton(1972)以情緒障礙生為對象，以參與觀察法為研究方法，及活動的輔導員評鑑與參與，其研究結果為戶外學校課程，使得情緒障礙學員的人際互動技巧、合作、情緒管理等能力，均產生相當大的改變。Denti & Liderbach-Vega (1992)的研究為增進情緒障礙學生之自我概念、社交技巧及整體行為的表現，使情緒障礙學生能融入一般教育中；實施方式為每周一次在學校操場，進行約60分鐘的課程，以及一天的戶外繩索體驗課程。實驗時間為8週，共計二個月，研究工具Behavior Rating Profile-2、自我概念量表、Waksman社交技能量表及教室環境觀察表，進行實驗前、後測($p<.05$)，其研究結果為，成員的自我概念、社交技巧及整體行為表現均有明顯進步；而情緒障礙學生在實驗後，能適應於一般教育之學校生活。

在戶外活動方面，以情緒不良與行為學生為對象，Moote, & Wodarski（1997）文中指出 Freed（1991）以戶外露營方式針對情緒不良學生 29-35 人，研究目的為成員在人際關係方面之影響。以單組前後測實驗設計，研究工具採行為評估量表（BES）；研究結果顯示，成員在 BES 人際關係困難的分量表中有顯著影響，但沒有足夠的證據能證實該計畫有長期

的追蹤影響效果。Moote, & Wodarski(1997)的文中指出 Sachs & Miller（1992）以探討短期密集性的戶外冒險活動課程，對行為不良少年的社會互動與期待之影響，設實驗組與控制組各為 8 人，研究工具為行為問題核對表、修正後的 Josser 期望調查表直接觀察；研究結果為活動經驗，對學生在學校環境中顯現出的合作行為，以及有顯著短期影響。

而將突破休閒冒險性活動對虞犯少年的研究，在 Kimball & Bacon（1993）的文中指出 Cytrynbaum & Ken（1979）探討突破休閒冒險性活動對自我概念及社會行為的虞犯少年之影響，以 49 位的男女虞犯少年為研究對象，實驗設計為前後測、6 個月後延宕測驗，且有 54 位非等組的控制組。實驗結果為：在自我概念與行為上有顯著正面的改變；在研究後的六個月後，實驗組的社會表現顯著優於控制組。而 Tippet(1993)從 Wright(1983)的研究戶外學校課程對犯罪青少年之自尊心、自我效能、內外控信念、解決問題能力及體能健康的影響，研究發現實驗組與控制組在自尊心、自我效能、內外控信念、解決問題能力及體能健康方面有顯著差異，但在解決問題能力方面則無顯著差異。

突破休閒冒險性活動對學習低成就青少年的影響，就 Moote & Wodarski(1997)文獻中指出 Davidson(1987)研究以 10 位低成就高中生為樣本，採前後測、探制組實驗設計，進行活動，研究工具為 TSCS Selman 人際覺知量表、內外控量表，探討對人際關係及內外控信念之影響；研究結果顯示，所有的工具量表均具有顯著性的結果差異，但在出度和態度動作上，團體間無差異存在。

二、突破休閒冒險性對社會不適應青少年國內實證研究

近年來，國內企業或教育及輔導等單位，相繼實施教育訓練課程，活動對團隊溝通、合作、信任與個人突破，已逐漸成為團隊發展新趨勢。關於國內研究從余紫瑛（1999）研究發現，探索活動對增進國中學生的人際關係無顯著立即效果，但具延宕效果。而周鳳琪（2000）針對適應不良的學生，研究發現，探索諮商團體對國中適應不良學生人際關係之增進有顯著立即效果及追蹤效果。

突破休閒冒險性活動對身心障礙學生，就張文耀(2000)以突破休閒冒險性活動對身心障礙學生提昇自尊心之研究，以資源班學生 20 名為研究對象，施以 4 週每週 5 天，每次活動 1 小時實驗活動處理。研究結果發現，實施突破休閒冒險性活動對身心障礙學生提昇自尊心 有極顯著立即效果與延宕效果。而參與者對整體活動具有高的滿意度，並覺得整體團隊氣氛是愉快的，且在研究活動結束後，發現成員增進個人自信心，願意與他人分享，也能去認識別人而形成良好的動，成員也能將活動中所學應用在日常生活中。

另一方面非行少年與一般生的研究，梅靜宇（2000）研究結果發現如下，其一為活動能增進非行少年與一般生自我概念及內控信念；其二為活動對非行少年及一般生在自我概念、人際關係的增進上，有顯著差異，一般生高於非行少年；其三活動對非行少年及一般生在內控信念的增進有顯著差異，一般生外控傾向高於非行少年；其四為輔導員肯定非行少年在活動過程中的行為表現積極正向。

而施紅朱(2005)對犯刑青少年生命意義感的影響。以犯刑青少年 28 名為對象，實驗為 16 週，每週 100 分鐘的課程，

研究工具為生命意義感量表，本研究結果為，第一、課程對犯刑青少年在生命意義感有立即性的影響、持續性的影響。第二、課程對成員在活動安排、團體氣氛及個人對生命意義與目的具有正向的影響效果。

以探索諮商團體針對低EQ國中生提昇情緒智力效果，江美玲（2003）的研究，以國中生情緒智力量表為工具，研究發現，活動對提升國中生整體和自我情緒智力上有幫助，研究結果發現有五點，第一，成員對探索諮商團體的整體感受大都為積極、正向的反應，第二，具動態、好玩、新鮮、挑戰性、合作性高的活動越受成員喜歡，也對提升情緒智力有幫助，第三，情緒日誌和情緒文章對提升情緒智力有正面效果，第四，團體成員所習得經驗可應用到日常生活中，第五，從導師觀察記錄和成員回饋皆認為，探索諮商團體對其他方面的成長，如人際關係、了解自己、自我肯定、對他人看法、功課進步等方面，亦有正向改變。

由以上研究發現，突破休閒冒險性活動對青少年，在輔導上有立即正向的改變效果，並且在余紫瑛（2000）、梅靜宇（2001）、Stewart（1981）及Cytrynbaum & Ken（1979）等等研究中指出，活動對青少年情緒與行為具延宕效果。而江美玲(2003)研究中發現，活動結果帶給青少年在情緒智力有提昇效果，成員也增進自我肯定及正向化思考與行為改變。因此，本研究以活動介入輔導青少年，並且深入觀察成員在活動的過程，以及社會適應行為之表現情形，最後探討成員參與活動後的改變情形。

第參章　研究方法與設計

本研究根據研究目的，參考相關文獻後，透過訪談法與觀察法，以探討突破休閒冒險性活動對青少年社會不適應行為之輔導成效。本章茲就第一節研究架構、第二節研究流程、第三節研究工具、第四節研究對象、第五節研究者與助理研究者的角色及第六節資料處理，逐一析述如下。

第一節　研究架構

本研究旨在探討，突破休閒冒險性活動對青少年社會適應行為之輔導情形。在研究活動實施前，請導師填寫「情緒障礙評量表」，從量表中篩選出社會不適應行為的學生。進行八週研究活動，並採取參與觀察法，分析成員在活動中學習情形，以深入了解青少年輔導歷程。並以青少年社會行為評量表為研究工具，進行前、後測，比較研究成員適應行為的改變情形。研究活動結束後，則進行焦點團體訪談，並將訪談資料、活動歷程逐字稿、領導者日誌、觀察員記錄表及其他觀察員訪談結果等資料交叉比對，以了解活動對學生行為改變之情形。下圖4為本研究架構。

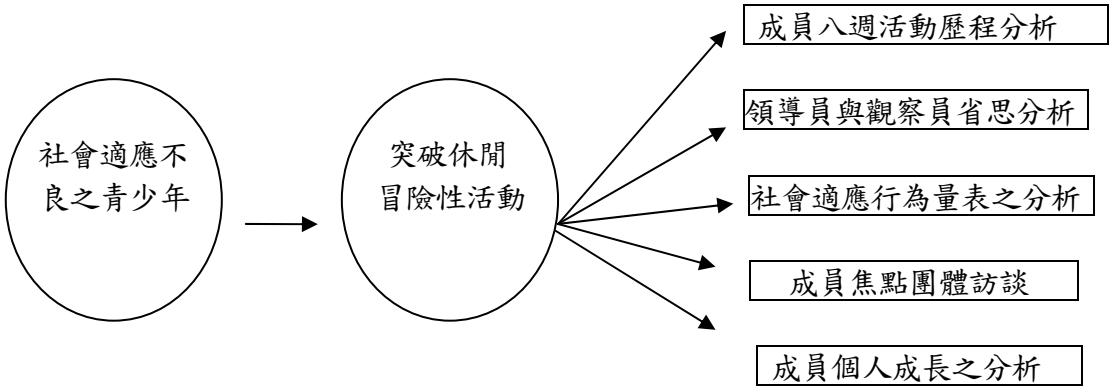

圖4　研究架構

第二節　研究流程

本研究經與指導教授討論確定研究領域後，即進行相關文獻蒐集與閱讀，進而擬定研究主題，篩選符合本研究之對象，並於活動前實行量表前測，繼而實施突破休閒冒險性活動，在活動結束後，實施後測量表。彙整研究所得資料與結果，經與相關理論對照討論後歸納出研究結論與建議。本研究流程如圖 5 所示。

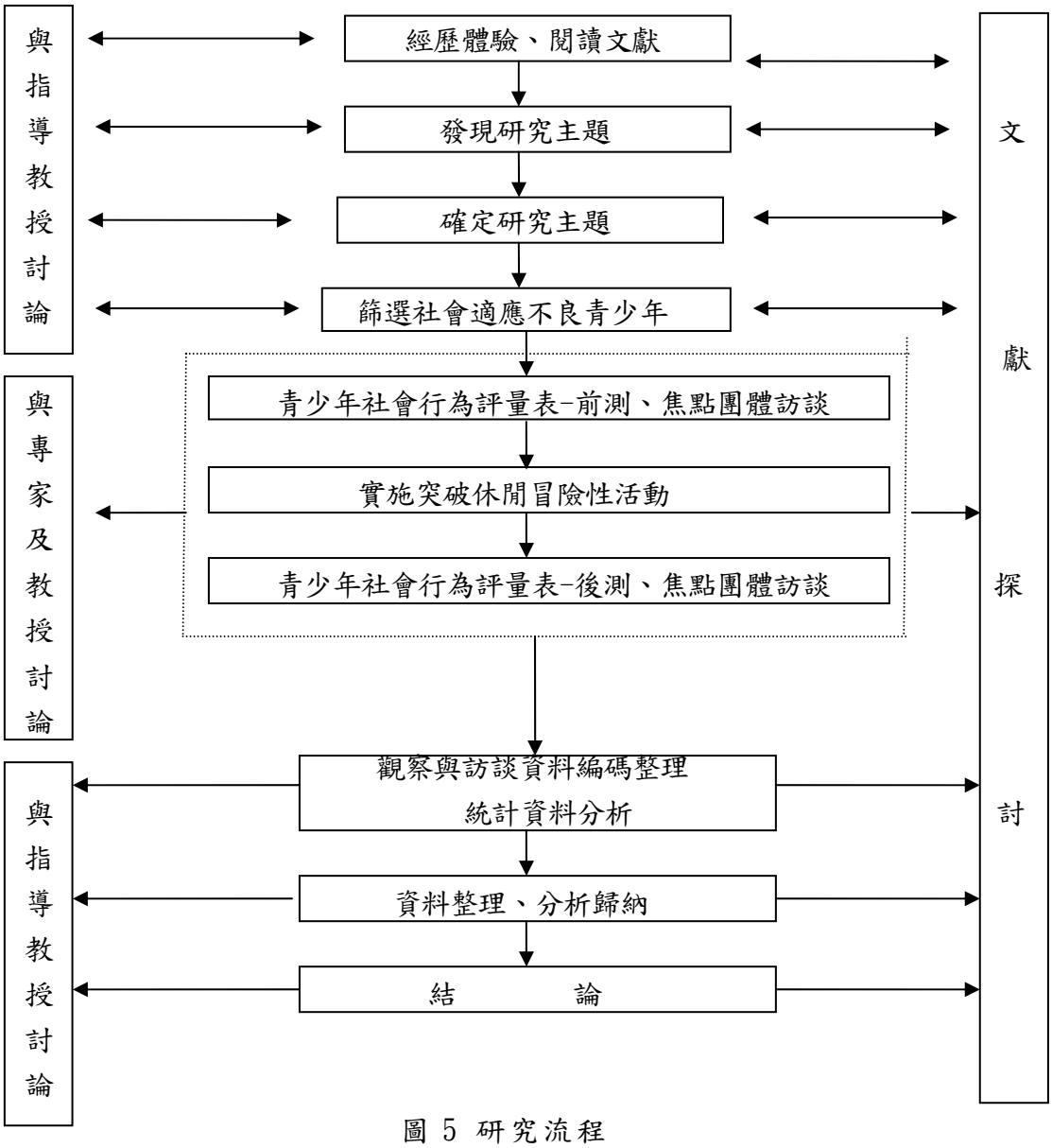

圖 5 研究流程

第三節　研究工具

本研究之研究工具以情緒障礙量表、青少年社會行為評量表、突破休閒冒險性活動課表設計、活動歷程觀察表領導者與觀察者之省思、訪談資料及活動逐字稿等等，做為資料蒐集與評量結果，茲分別說明如下。

一、量表工具

（一）情緒障礙量表

本研究之情緒障礙量表（Scale for Assessing Emotional Disturbance，SAED），由美國學者Michael H.Epstein和Douglas Cullinan在1998年所發展的情緒障礙評量表，鄭麗月於2001年編製符合臺灣文化之內容設計，包括七個分量表，總共有五十二個題目，和一個整體能力的表現。分量表評量五項情緒障礙的特徵，內容包括無能力學習、人際關係問題、不當的行為、不快樂或沮喪、生理症狀或害怕，一部份為社會失調的狀況以及教育表現之不利影響，尚有八個開放問題讓父母和專業人員可以記錄學生在運動、學業、社會能力、家庭和社區中的長處。本量表題目是以負向方式呈現，分數愈高表示兒童情緒困擾障礙愈高；分數愈低，兒童的問題愈少。

信度方面，而鄭麗月（2001）於1999年至2000年時依各地區人口比例分層叢集取樣共1150名建立常模，分別建立6至18歲的非情緒障礙的常模，台灣版的信度與有關的三個測驗誤差為：內容取樣、時間取樣、評量者和計分者的差異等三項。從表1的右側平均數欄裏，可看出本量表具有很高的信度，各分量表平均數介於.80 至.94 之間，內部一致性係數介在.78~.93，重測信度介在.50~.92。此證明本量表具有高度的

信度係數及微少的測驗誤差。

表1　情緒障礙量表的信度與四個誤差資料的關係（台灣樣本）

	測驗誤差資料				
	內容取樣				
情緒障礙量表數	非情緒障礙	時間取樣	評量者	計分者	平均數
無能力學習	93	83	88	99	94
人際關係問題	88	84	68	99	91
不當行為	92	69	80	99	92
不快樂或沮喪	86	90	49	99	90
生理狀況或害怕	80	59	49	99	84
社會失調	78	50	39	99	80
整體能力	88	92	78	99	93
商數	90	78	80	99	92

在效度方面，本量表（台灣版）效度檢測是以同時效度做為研究。資料取自台灣地區100青少年，由82位普通班及特殊班教師完成情緒障礙量表和行為情緒量表的評量工作。

最後要檢測的效度是構念效度，情緒障礙組在組成情緒障礙商數的五個分量表分數，社會失調分數和情緒障礙商數高於一般群體（非情緒障礙組）一個標準差。情緒障礙組在整體能力的分量表分數方面，大約低於一般群體（非情緒障礙組）一個標準差。T 測驗結果顯示這些差距具有統計學上的顯著性。至於五個分量表的標準分數和情緒障礙商數在兩個群體裡都有相關；從表2，非情緒障礙組五個分量表的相關係數.46 至.60，中數是.60，統計顯著值（p＜.0001）顯示具有很強的相關。五個分量表與情緒障礙商數的係數介於.73 至.85；中數是.83，統計顯著值（p＜.0001）也顯示具有很強的關係。

表2 非情緒障礙組在情緒障礙表分量表與情緒障礙商數之間相關對照表

	情緒障礙量表分量表				
情緒障礙量表	人際關係問題	不當行為	不快樂或沮喪	生理症狀或害怕	情障商數
分量表					
無能力學習	60	61	60	46	85
人際關係問題	-	61	74	66	84
不當行為		-	56	48	83
不快樂或沮喪			-	71	83
生理狀況或害怕					73

從表3，情緒障礙組五個分量表的相關係數.16 至.65，中數是.39，統計顯著值（p＜.0001）說明具有中度的相關。五個分量表與情緒障礙商數的係數介於.63 至.78；中數是.69，統計顯著值（p＜.0001）說明具有很強的關係。

表3 情緒障礙組在情緒障礙表分量表與情緒障礙商數之間的相關對照表

	情緒障礙量表分量表				
情緒障礙量表	人際關係問題	不當行為	不快樂或沮喪	生理症狀或害怕	情障商數
分量表					
無能力學習	39	39	34	16	69
人際關係問題	-	38	64	58	78
不當行為		-	29	20	73
不快樂或沮喪			-	65	74
生理狀況或害怕				-	63

本量表已經由台灣版修訂小組授權後，為本研究對象的級任教師或輔導單位教師，在輔導活動開始之前均填寫「情緒障礙量表」，以作為本研究對象的客觀篩選依據，本研究更以「青少年社會評量表」做為檢視突破休閒冒險性活動對成員之輔導成效。因此，以下欲將探討，「情緒障礙量表」，與「青少年社會評量表」之關連性，如表4。前者量表之「無能力學習」與後者量表之「學業適應」具有相關；其二，前者量表之「人際關係」與後者量表之「人際問題」具有相關；其三，前者量表之「不當行為」與後者量表之「攻擊、違規

行為及過動、衝動行為」具有相關；其四，前者量表之「不快樂或沮喪」與「退縮」；其五，「生理症狀或害怕」與「沮喪」，均具關連。由此可見，「情緒障礙量表」與「青少年社會行為評量表」前者之分量表與後者不適應行為分量表內容，皆具有相關性，本研究試以探討突破休閒冒險性活動對青少年社會適應行為之輔導情形。

表4　情緒障礙與青少年社會行為量表之相關性一覽表

情緒障礙量表	相關性	青少年社會行為量表
無能力學習		學業適應
人際關係	⟷	人際互動
不當行為		攻擊、違規及過動/衝動
不快樂或沮喪		退縮
生理症狀或害怕		沮喪

（二）青少年社會行為評量表

青少年社會行為評量表（Adolescent Social Behavior Scale,ASBS），係由洪儷瑜(2000)根據Martens & Elliot等學者建議編製而成，內容包括適應與不適應行為兩部分評量（Martens,1988；Elliotetal,1993）。測驗內容分為適應行為92題，不適應行為82題，每部分各有七個分量表，分別為適應行為，合群（GRS）、溝通技巧（CS）、主動（AC）、尊重或互動（RC）、衝突處理（CFS）、自我效能（SE）、學業學習（AL）；不適應行為之外向問題為，攻擊（AG）、違規行為（DB）、過動及衝動（HI）；不適應行為之內向性問題為，退縮及膽怯（WT）、焦慮（AN）、人際問題（IM）。而學業適應問題為，學業適應（LP）；本量表有三種版本：教師評、同儕評和學生自評，惟因同儕版在因素分析的結果無法獲得一致的因素，適應行為七個分量表獲得一個因素，

不適應行為的量表結果不穩定，因此，同儕版的不適應行為部分不適合計算因素分數。每題評量者依行為出現的頻率，以五點量表方式作答，「總是這樣」、「經常這樣」、「有時這樣」、「很少這樣」與「從不這樣」。

本量表常模資料的信效度，洪儷瑜（2000）依據教育部在1993年的教育統計資料，在北、中、南、東四區抽取小六到國三，四個年級共810學生，依不同年級與性別分別建立學生常模，內部一致性係數介為教師版的內部一至性α係數為.880~.946，同儕版的係數為.839~.936，學生自評版係數在.757~.869。教師版的重測信度.766，同儕版的重測信度.564~.780，學生自評版的重測信度在.484~.774，重測信度介在.48~.945，評量者間一致性信度介在.304~.810，以社交計量表為效標其同時效度為介在.298~.513。因此，本量表經由台灣版修訂小組授權後，為本研究於活動開始前、後，請成員、導師及同儕均填寫量表，以作為研究活動前後的客觀描述依據。

二、突破休閒冒險性活動之設計與實施

(一)活動實施時間及次數

本研究之突破休閒冒險性活動實施時間，許維素(2003)根據 Sharry(2001)文獻指出，團體類型與方案是相當多元的，主題式短期團體通常進行 4 至 8 次，有特定主題，以結構設計方式進行，設計學習正向思考或相關成長活動。因此，本研究為 8 周輔導活動，其中 6 週每次 2 小時，進行室內、外之低阻礙活動；另外二週每次 8 小時，進行，戶外繩索高空及低阻礙活動。

(二)活動場地與設計

本研究活動地點為學校團輔教室或空曠場地，以及桃縣龍潭渴望園區的繩索場地。研究設計所採用方式，以突破休閒冒險性活動理論基礎為架構，根據 Karl& Steve（1995）所編寫的《Quick Silver》及蔡居澤、廖炳煌（2001）之《探索教育與活動學校》一書，設計符合理論取向之活動。

(三)研究過程加入研究助理

本研究在活動進行中，加入研究助理協助帶領引導活動，及擔任觀察員，以協助觀察成員的活動表現。

(四)突破休閒冒險性活動課程表

下表 5 為本研究活動開始前，研究者與前述學者及書籍，並與指導教授討論後自編的活動課程。而下表 6 則是研究者根據文獻探討內容、研究觀察與省思，以及成員活動過程表現狀態，適時調整下表 5 的活動設計。而更動課程的原因為第四章領導者與觀察者之活動觀察省思中說明之。亦即，表 6 係本研究實際執行的突破休閒冒險性活動課程。

表 5 活動前之突破休閒冒險性活動設計課程表

週次	分鐘	課程名稱	課程內容	課程目標
1	15	名字接龍	藉由介紹自己，認識他人，拉近距離	破冰、認識遊戲
	20	雜耍	利用玩偶傳接，培養團隊默契與合作養成	合作、協調、工作效率
	30	全方位價值契約	用畫圖或文字表示，讓成員了解選擇性挑戰及建立團隊規範與活動安全	建立活動規範
	25	升學之路	把活動的責任塑造為成員升學過程會發生之事件，如何解決問題	合作、溝通、發現問題
2	30	猜猜是誰	利用布幕，再次藉由姓名遊戲認識彼此	培養良性競爭與互動
	30	齊楣棍	利用帳棚棍讓成員發現問題，並透過問題解決來建立彼此溝通方式	解決問題、溝通技巧
	30	酗酸河	從過河中，讓成員學習如何犧牲自己幫助他人，並學習如何互相扶持及安全維護	合作，解決問題
3	35	計算機	需完成三十個數字的檢查，成員經由工作與責任分配，瞭解自我成就及價值建立	自我認同、溝通、合作
	35	矇眼三角	在矇眼過程成員建立互相信任及問問題的技巧	溝通、解決問題、信任
	20	默契報數	從無聲的溝通方式，建立團隊凝聚力	信任、默契培養
4	50	賞鯨船	成員在木板上發揮團隊默契，從扶持過程學習幫助他人，並訓練成員自我控制能力	團隊建立、溝通、信任、支持、自我控制
	50	蜘蛛網	讓成員學習幫助他人及溝通過程才能解決問題，增進彼此的信任及安全感	團隊協調、信任、團隊建構、支持
	70	貓走路 Cat walk	在高空從始端到另一端，學習自我獨立及信任伙伴的安全確保，成員學習相互鼓勵	平衡、自我察覺、信任伙伴
	90	過五關	在五層不同的挑戰及任務，成員相互支持、合作及鼓勵，並學習未來做決定能力	信任與合作、溝通與支持、未來方向的決策
	90	攀岩牆	在攀岩過程，學習自我決策能力，在地面伙伴指引攀爬者，增進成員相互支持能力	未來方向的決策、信任與合作、支持
	90	大擺盪	成員自由選擇挑戰的高度，並自我克服恐懼及自我獨立能力，成員相互言語支持及鼓勵	信任、自我察覺、克服恐懼、極速挑戰
5	35	手結	在溝通及相互合作過程，解開已打結的繩子	溝通、問題解決
	55	交通阻塞	左右兩邊換位置，成員學習遇挫的情緒控制，及建立溝通方式	解決問題、溝通、情緒控制
6	60	蜘蛛人	利用膠帶讓成員可以安全被貼在牆上	合作、找出問題、溝通
	30	百變金鋼	從伙伴的相互犧牲與合作完成指令與任務	創意、合作、解決問題
7	40	高牆	從地面翻過高牆達成任務，增進團隊合作，意識安全與信任重要性	問題解決、團隊建構、溝通協調、決策力
	40	洞中洞	成員需安全穿過距離地面約 170 公分的洞	自我挑戰、經驗傳承
	70	拋開過去邁向未來	二人在高空中，互相扶持，抓住每一條間隔不一的繩子，學習自我決定與目標設立	平衡感、決策力、挑戰極限、風險承受
	70	巨人梯	有六層距離的梯子，三人共同爬上設立的目標，並學習支持與合作的行為	信任與合作、溝通與支持
	120	飛躍直柱	克服 18 米高的恐懼，能爬上去及站起來再跳出去，完成個人目標設立，突破自我	個人自我察覺、目標設定、挑戰極限
8	45	信任倒	成員克服恐懼倒在團隊的確保姿勢中，建立對他人及環境的安全維護	團隊信任、安全維護
	45	合作者	把數個大圈變成一個小圈，成員學習接納他人、合作及創意思考完成任務	跳脫與突破思維,解決問題

表 6 活動後之突破休閒冒險性活動設計課程表

週次	分鐘	課程名稱	課程內容	課程目標
1	20	名字接龍	藉由介紹自己，認識他人，拉近距離	破冰、認識遊戲
	25	雜耍	利用玩偶傳接過程，培養團隊默契與合作養成	合作、工作效率
	40	全方位價值契約	用畫圖或文字表示，讓成員了解選擇性挑戰及建立團隊規範與活動安全	訂定選擇性挑戰、公平、安全活動規範
2	30	星際之門 Star gate	從地球逃離到外星球，成員學習溝通與點作，安全初階建立	合作、解決問題
	30	手結	團隊合作解開一圈已打結的繩子	溝通、解決問題
	30	升學之路	把活動的責任塑造為成員升學過程會發生之事件，如何解決問題	合作、溝通
3	30	雪花片片	聽著領導者的指令，完成撕紙任務，從中察覺如何問對問題而建立良好溝通方法	察覺、如何問問題溝通的方法
	30	矇眼三角	在矇眼過程成員建立互相信任及問問題的技巧，培養溝通能力	學習與人溝通之方式、信任、解決解決
	20	同心協力	成員們使用握著彼此雙手的方式，使器材從起點安全運送到始點	團隊合作建立
4	40	信任倒	成員克服恐懼倒在團隊的確保姿勢中，建立對他人及環境的安全維護	信任與被信任
	40	電網	一條有電的網子，每一個人需安全逃離危險之處，團隊互助、犧牲及溝通過程。	團隊合作與信任，解決問題
5	40	賞鯨船	成員在木板上發揮團隊默契，從扶持過程學習幫助他人，並訓練成員自我控制能力	團隊建構、協調、信任、支持
	40	蜘蛛網	透過低空活動讓成員學習幫助他人及溝通過程才能解決問題，增進彼此的信任及安全感	團隊協調、信任、團隊建構、支持
	40	BV	二條為 V 字形的鋼索，二人相互合作與支持，完成目標設立。	平衡感、溝通與協調、對他人的接納
	50	貓走路 Cat walk	在高空中從起一端走到始端，學習自我獨立及信任伙伴的安全確保，成員學習相互鼓勵	平衡、自我察覺、信任伙伴
	60	攀岩牆	在攀岩過程，攀爬者學習自我決策能力，在地面伙伴指引攀爬者，增進成員相互支持能力	未來方向的決策、信任與合作、支持
6	40	酺酸河	從過河中，讓成員學習如何犧牲自己幫助他人，並學習如何互相扶持及安全維護	合作、問題解決
	40	搶救地球	小水桶的球需安全送達大水桶中，團隊學習合作與溝通，以解決問題	溝通，合作
7	40	洞中洞	成員需安全穿過距離地面約 170 公分的洞	經驗傳承、團隊建構
	60	拋開過去，邁向未來	二人同時在高空中，互相扶持，抓住每一條間隔不一的繩子，學習自我決定與目標設立	平衡感、決策專注力、風險承受
	60	巨人梯 Dango Duo	有六層距離的梯子，三人共同爬上設立的目標，並學習支持與合作的行為	信任與合作、溝通與支持
	70	大擺盪	成員自由選擇挑戰的高度，並自我克服恐懼及自我獨立能力，成員相互言語支持及鼓勵	信任、自我察覺、克服恐懼、極速挑戰
	130	飛躍直柱	克服將近 18 米的恐懼，試著爬上去，站起來再跳出去，完成個人目標設立，突破自我	自我察覺、目標設定、挑戰極限
8	40	鐵釘	利用 11 根鐵釘與木盒子，使十根鐵釘能站立在一根鐵釘上，成員學習克壓力能	自我察覺、決策、突破困境、情緒控制
	40	翻葉子	全部的人站在一塊布上，大家共同合作把布翻過來，成員學習相互合作，及自我檢視	合作、自我省思與察覺

三、研究歷程資料蒐集工具

（一）活動歷程之觀察記錄表

透過觀察活動，陳向明（2002）指出研究者可掌握有關研究對象的第一手資料，為構建研究之相關理論，提供具體論證基礎，並可以對當地社會文化情境有比較直接的感性認識，從中可發現行為或事件發生、發展、變化過程。下表7，為研究者所編製團體成員行為觀察紀錄，提供研究者，觀察成員活動參與過程，從表7得知，成員在活動中與他人之合群、溝通技巧、人際互動情形等社會適應行為方面的問題。此紀錄表由研究者於活動現場記錄，目的在於提供，研究者觀察成員在團體活動的反應，做為修改活動設計、成員個人分析、省思等等的輔助資料。紀錄表內容有下列幾項，其一為參與情形：為了解個別成員行為表現狀況；其二為互動情形，成員參與活動態度，為能客觀地描述領導員與團體成員，在歷程中互動行為情形；其三為團體氣氛，為了解成員於活動中團隊氣氛情形；觀察員觀察資料，以做為參與者在輔導歷程之影響分析資料。

表7 觀察者之記錄表

第　　次活動觀察者對團體觀察記錄
活動名稱
活動目標
參與情形
互動情形
團體氣氛
待解決問題
觀察員觀察省思

（二）領導員日誌

表8為本研究之研究助理擔任指導員時，於每次活動後，對觀察成員活動過程及互動情形撰寫日誌，從中發現輔導活動，成員的反應與突發狀況，以提供是否更改活動內容。然而，領導員之日誌資料，以做為本研究輔導成員活動歷程的發現與省思檢討。

表8　領導員之日誌內容表

第　次活動領導員對團體觀察記錄	
活動名稱	活動過程與發現
(一)	
(二)	
領導者觀察省思	

（三）錄音或攝影紀錄

取得輔導團體成員同意後，利用攝影及錄音設備蒐集資料，將每次團體活動及訪談過程，進行錄音或攝影，以利研究者在活動結束後，可再次蒐集成員活動過程的資料，再將重要影音內容轉化為文字，作為分析個別成員與團體輔導歷程之重要依據。

（四）焦點團體訪談記錄

本焦點團體訪談記錄及大綱，是為了加以瞭解成員，活動結束前、後之社會適應行為的情形及狀態。本研究訪談內容，為參考青少年社會適應行為評量表內容，研究者經與指導教授討論後，自編而成。在訪談過程中，依照訪談大綱內容實施，並於訪談結束後，將訪談內容轉換為文字，作為分析團體成員重要資料依據。以下表9及表10為本研究訪談內容陳述。

表 9　活 動 前 訪 談 內 容 表

題數	活　動　前　訪　談　內　容
1	請談一談，在學校下課或時間同學相處的情形（例：都從事的活動）？
2	在放學後如何與哪些人會互動（從事何種活動）？
3	當同學在與你說話時，你通常會有什麼反應？如何反應與他溝通？
4	當你心情好時，你會如何表現？
5	在學校你是一個會主動幫忙同學的人嗎？喜歡的人會幫忙嗎？不喜歡的人會幫忙嗎？如果在學校，同儕或老師請你幫忙，會怎麼回應？
6	在學校發生任何困難(課業、友誼情感、老師…等)時，會如何解決？
7	在學校與同學爭吵或衝突時，你會如何面對與處理？
8	當別人批評你的時候，我會如何處理與表現？
9	當同學表現嘲笑、或刺激你的時候，你會如何看待？如何表現？
10	你覺得在同學眼中，你會是怎樣的人？可舉例同學(其你的關係)？
11	你覺得在老師眼中，你會是怎樣的人？可舉例老師(其你的關係)？
12	你覺得自己是一個怎麼樣的人？平常的行為為何(處於快樂、生氣、沮喪、害怕、不安、緊張、害羞或者有其他感覺的狀態)？

表 10　活 動 後 訪 談 表

題數	活　動　前　訪　談　內　容
1	在室內、室外的活動，那些活動讓你們學習印象比較深刻？
2	請你們想想看，參加活動完後，自己跟過去行為有什麼改變？
3	想想看，在未參加活動前，你是怎樣的一個人，那現在呢，有什麼不一樣嗎？
4	在活動前你的行為是怎樣表現，那現在呢？例如：很容易生氣呀或常覺得不快樂、很沮喪呀，很容易與人衝突…等？
5	在高、低空活動中，哪些活動，對你控制行為有較大的影響，或者活動中學到什麼體驗？
6	活動前後與他人的互動為何？參與活動前,有常與人互動或溝通？人際溝通機會有沒有增加？

（五）備忘錄及省思札記

根據胡幼慧(1996)提及「研究者對所收集到資料的回應，對資料加以理論性的瞭解、解釋，對下一步應採取的思路過程，及研究中各階段的研究設計都是備忘錄的內容」（p.64）；透過這些撰寫內容，研究者可刺激與提醒，研究者應注意的現象，可協助日後研究發現的解釋與考慮。研究者在現場中的心路歷程與省思，從這些資料可以助於研究者在研究資料詮釋與分析上，能提醒研究者在過去研究現場所發生之情形。因此，在研究現場欲將活動的想法，以及與參與者互動言談一一記載於手札中，並在離開研究現場時，將其省思與感受記載下來。

四、資料蒐集之效度

本研究在資料蒐集與分析，是同時且持續不斷進行的，對於資料蒐集與分析內容效度，以相關檢驗法又稱三角檢驗法，「將同一結論用不同的方法、在不同的情境和時間裡，對樣本不同的人進行檢驗，目的是通過儘可能多的管道，對目前已經建立的結論進行檢驗，以求獲得結論的最大真實度」（陳向明，2002，p.549）。

本研究以三角檢驗法，第一將觀察到結果在團體焦點訪談中進行檢驗，避免或降低研究者主觀性，增加資料蒐集內容真實性，第二為透過研究助理的觀察省思了解成員的輔導歷程，第三，研究者、領導者及指導教授同步討論，第四為讓成員進行研究分析及結果的資料檢視。

第四節　研究對象

研究對象為提供資訊豐富經驗及內涵，而真實的獨特性經驗可探索真正社會脈絡，黃月霞(1991)認為團體理想人數應考慮年齡、聚會次數、匱乏程度等等，因此青少年團體理想人數為 8-10 人。本研究主要目的是瞭解，突破休閒冒險活動對青少年社會適應行為輔導歷程與狀態，以下為說明本研究對象選擇，研究者採用小樣本取樣方式，針對能提供豐富資料之成員，進行活動前、後觀察與訪談。

本研究之研究對象為謝天國中學生共 8 名，為導師及輔導單位推薦出現社會不適應行為的學生，再透過教師填寫「情緒障礙評量表」，從量表中篩選社會不適應行為的學生。再向成員說明研究動機、目的與過程後，請成員及家長簽署「家長同意書」(附錄一)及「參與研究同意書」(附錄二)。然而，活動進行前團體有 2 位成員，於活動前出現嚴重違規行為，使得成員需抽離活動，最後為 6 名成員參與活動。以下為瞭解研究對象之個人基本資料、校方背景資料、及訪談陳述與觀察，以瞭解成員社會不適應行為的問題。

一、個案 A：性別為男生，在身型特徵為適中體型，以下為背影資料、訪談陳述與觀察及情緒障礙量表結果。

(一) 背景資料：該生在學業課業缺乏興趣與動機，做家庭作業的能力欠佳、上課不專心、閱讀能力不良…等，在學校與他人相處時，偶爾會出現不尊重他人、反抗權威、取笑、奚落他人情緒反應，在行為方面，出現欺騙、說謊、偷竊的、吸菸等等不適應行為。

(二)訪談陳述與觀察：A 是個活潑、大方、開朗個性，從訪談中可隱約察覺，與他人相處發生挫折或衝突，通常會

以暴力方式解決，如果發生連自己都無法的解決問題，會找兄長來加以“施暴“解決。從A表現可知，他有衝動及逞兇鬥狠個性，同時也察覺他很容易受到同儕間影響，時常與C、D相約去吸菸與翹課。

（三）情緒障礙量表結果：測驗評量結果顯現該生情障商數標準分數為109，不快樂或沮喪分數為14，已達分量表標準以上，顯示該生此問題已出現嚴重情形。其次，分量表中的不當行為分數為12，無能力學習分數為13，顯示該生在社會不適應行為已出現綜合性問題。

二、個案B：性別為男生，在身型特徵為高壯型，以下為背影資料、訪談陳述與觀察及情緒障礙量表結果。

（一）背景資料：該生對學業課業缺乏興趣與動機，與他人相處與情緒方面時常表現口語毀謗、取笑或奚落他人、粗暴、喧囂、對未來表現悲觀…等不適應行為。另一方面就班級導師述敘，B是個直率、天真的人，然而，在國小時曾因衝突帶西瓜刀去學校砍人，但即時被老師攔下；現在還是偶爾會將其不良情緒與行為展現，而對同學自放狠話，實際雖未執行，但已使同學心生畏懼。

（二）訪談陳述與觀察：就學校背景資料得知，在訪談過程中，我覺得B的本性及情緒狀況不錯，在訪談互動中，對他人互動態度良好，雖然一開始對我有點防備的心，似乎不太願意分享其內心想法，而隨著聽著其他人互動中，也漸漸打開心房，在訪談的過程中，可瞭解B是個熱心助人，有個連家人都不知道的吸菸的習慣。

（三）情緒障礙量表結果：測驗評量結果顯現該生情障商數標準分數為107，不當行為分數為14已達其標準以上，

顯示該生此問題已出現嚴重情形。其次，分量表中的無能力學習為 13，顯示該生在社會不適應行為已出現綜合性問題。

三、個案 C：性別為男生，在身型特徵為瘦小，以下為背影資料、訪談陳述與觀察及情緒障礙量表結果。

（一）背景資料：該生上課分心不聽講、完成家庭作業的能力欠佳、對學業缺乏興趣、動機和正向態度，因此逃學而犯了校規，在平時老師觀察中也會出現欺騙、說謊及使用猥褻、性暗示的語言…等不適應行為。

（二）訪談陳述與觀察：在訪談過程中，可發現 C 是個外向、活潑，在說話過程，會有許多性暗示言語出現；在面對協助他人時，會要求其利益的回饋其主動與互惠過程不高，在國小五年級時與同儕互相影響的情形中學會吸菸，可發現 C 容易受同儕影響，曾經有打架、翹課之不適應行為出現。

（三）情緒障礙量表結果：測驗評量結果顯現該生情障商數標準分數為 105，無能力學習分數為 14，已達分量表標準以上，顯示該生此問題已出現嚴重情形。其次分量表中的不當行為為 11、不快樂或沮喪為 11 顯示該生在社會不適應行為已出現綜合性問題。

四、個案 D：性別為男生，在身型特徵為偏瘦的身型，以下為背影資料、訪談陳述與觀察及情緒障礙量表結果。

（一）背景資料：在學校時，會利用課堂空餘時間，去吸菸之違規行為，並且有蹺家習慣，其學業表現成績低落，上課專注力與做筆記的技巧問題有顯著影響，並缺乏與他人溝通、相處的正向態度。

（二）訪談陳述與觀察：在訪談過程中，發現 D 是個話少學生，但是很快會融入團體中，他對自己外表很有自信，

在訪談過程中會避免說出自己的不適應行為，無我自我省思；在談話中會脫口而出幾句“髒話“，與面對他人溝通時，大部份採用不理會與逃避之相處方式，如果與他人發生衝突時，會有罵人及打人的攻擊與衝動行為，而對學業表現為上課時常不專心，學習動機不強並採消極的方式面對；在放學時經常做的休閒活動為打網路遊戲。

（三）情緒障礙量表結果：測驗評量結果顯現該生情障商數標準分數為 117，無能力學習 14、不快樂或沮喪 14，已達分量表標準以上，顯示該生乙問題已出現嚴重情形。其次，分量表中的人際關係問題為 12、不當行為為 12，顯示該生在社會不適應行為已出現綜合性問題。

五、個案 E：性別為男生，在身型特徵為適中體型，以下為背影資料、訪談陳述與觀察及情緒障礙量表結果。

（一）背景資料：在學業成就、動機、上課時表現極不良，上課聽講與做筆記技巧欠佳，有時會出現奚落、取笑、毀謗他人，同時也有欺騙、偷竊行為，也曾經有逃家行為。

（二）訪談陳述與觀察：從訪談中可隱約察覺，E 在互動過程，有時對他人出現嘲笑或不適當言語。且略有隱藏真實的自己，需經過一段時間，才漸漸會道出想法。在訪談中發現，E 容易外界刺激而對他人會產生肢體攻擊的暴力現象。

（三）情緒障礙量表結果：評量結果顯現該生情障商數標準分數為 115，無能力學習為 14，已達分量表標準以上，該生已出現嚴重情形。其次，分量表的不當行為 13、社會失調為 13，顯示該生在社會不適應行為已出現綜合性問題。

六、個案 F：性別為女生，在身型特徵為高大圓潤，以下為背影資料、訪談陳述與觀察及情緒障礙量表結果。

（一）背景資料：得知其學成就整體表現不良，上課無法專心，在群體工作中表現不佳，被同儕團體排斥及拒絕、有時覺得別人找他碴或迫害他、口語毀謗、取笑或奚落他人，缺乏自信與社交能力。

（二）訪談陳述與觀察：從訪談的過程中，只有 F 一位女性，因此非常排斥加入團體，就她的想法認為在團體中的男生，一定會欺負他、辱罵他、嘲笑他…等等，但是，F 經過溝通及一段時間的觀察後，她願意試著加入，他從觀察中發現，團體中成員對她無表現出攻擊性，F 也慢慢融入團體之中，F 談話中，她是個較不主動發言及缺乏自信心，因她非常在意別人眼光及對她的想法，在言語對談中沒有出現不適當言語，與他人相處也蠻和諧的。

（三）情緒障礙量表結果：評量結果顯現該生情障商數標準分數為 127，人際關係問題為 17，無能力學習 14、不快樂或沮喪 14，已達分量表標準以上，顯示該生此問題已出現嚴重情形。其次，分量表中的生理症狀或害怕為 13、不當行為為 12，顯示該生在社會不適應行為已出現綜合性問題。

第五節　研究者與研究助理之角色

本研究中，研究者存在有兩個角色，一是活動助理、觀察與收集資料的局內人，二是檢視整個活動教學輔導過程的局外人。為避免研究者身份直接或間接影響研究結果，因此研究者進入研究現場之前，必需先釐清自己的角色。本研究因活動設計需求，邀請一位專業活動領導員為研究助理。以下就研究者與研究助理背景與角色詳細加以說明。

一、研究者的背景

研究者在大學曾修過突破休閒冒險性活動、青少年心理與輔導、行為改變技術…等課程；在大學修習實習課程時，曾在團隊發展股份有限公司實習二個月時間，擔任突破休閒冒險性活動之指導員助理；研究所課程中曾修習質性研究課程，就讀研究所一年級時，曾協助本系所教授所授課之「突破休閒冒險性活動」課程，擔任課程助理達一整學期。加上研究者在活動實際領導員經驗已有數年經驗，也曾帶領過一群社會局輔導的青少年。因此，有了有關活動相關背景與研究對象相似經驗，研究者更能依研究對象選擇，加以安排與編製突破休閒冒險性活動課程設計。

二、研究者的角色

研究者在活動前與研究助理、指導教授及活動專家，互相討論活動設計，並且瞭解活動設計是否符合研究目的。研究者的角色為領導員的助理，工作內容包括協助領導員活動進行，例如：器材的協助與配置、攝影。此外，另一角色為觀察者，本研究採用 6 人小團體的活動模式，研究助理與研究者需觀察成員反應後，依成員在活動過程的表現，修正活動設計。因此，活動設計變更前，研究者需與研究助理相互討論，從活動觀察與發現，再進行機動性變更活動內容。

三、研究助理的背景

研究助理在大學曾修過突破休閒冒險性活動、輔導原理與實務、教育心理學、人格心理學…等課程，在大學之實習課程時，曾在團隊發展股份有限公司實習二個月時間，擔任突破休閒冒險性活動的助理。在研究方面，曾發表數篇有關突破休閒冒險活動的相關研究，而活動實務帶領已有數年經

驗，因此，對研究活動內容與理論具有基本知能及技能。

四、研究助理的角色

本研究研究助理為擔任領導員，在活動前與研究者討論活動課程，及增加對研究對象的了解。而研究助理在每一次活動結束後，研究助理就活動過程的觀察及成員的反應情形，與研究者互相討論，並提供觀察及省思，提供研究者取得更完整的資料蒐集。

第六節　資料處理

本研究在量表的資料處理，利用 SPSS10.0 統計套裝軟體，將「青少年社會行為評量表」前、後測取得的資料，進行描述性統計、相依樣本 t 檢定。

而在觀察活動資料的處理，研究者一面搜集資料，及參與研究現場，從研究現場檢驗及觀察成員輔導歷程，分析歸納成員在活動中互動情形，以及成員社會不適應行為改變情形，因此，以下為呈現本研究觀察資料處理與分析方式。

一、資料登錄

從紮根法的資料分析中，登錄（coding）是指把「資料轉移成概念的過程」（胡幼慧，1996，p.61）。首先，研究者將訪談記錄、觀察現場記錄及個人研究手札中的原始文字資料，進行文字資料逐字、逐句登錄，以做為初步分析。其次，當資料逐漸累積之後，研究者又再次將初步分析資料將資料一一分解整理，以做為研究感興趣之不同主題概念加以類別。在資料登錄與編碼過程，經由研究中不斷閱讀與資料分析，形成本研究資料分析結果。

二、資料編碼

為達方便資料分析處理，確保成員之安全隱私與研究倫理，研究者依照「成員-年月日-活動編號-研究資料-頁碼」之順序，對研究資料內容進行編碼，以下第四章將套用此編碼方法，以進行資料分析與討論。資料編碼詳見為表 11，例：「A-950412-01-A3」係指「A 成員-95 年 4 月 12 日-第 1 次活動單元-觀察員記錄」，現略述方法如下所示。

表 11　各項研究資料之編碼一覽表

研究資料	活動前焦點訪談記錄	領導員日誌	觀察員記錄
編碼	A1	A2	A3
研究資料	活動歷程觀察逐字稿	活動後焦點訪談記錄	
編碼	A4	A5	

第肆章　研究結果與討論

本章茲將研究活動所得資料加以彙整分析，探討突破休閒冒險性活動對青少年社會適應行為之輔導歷程與效果。本章分為五節，第一節為瞭解成員參與活動之歷程，第二節為領導者與觀察者活動觀察記錄之省思，第三節為青少年之輔導效果呈現，第四節為活動後焦點團體訪談結果，第五節為活動後青少年個人成長之歷程與改變。

第一節　突破休閒冒險性活動之成員輔導歷程

本節旨在探討成員參與突破休閒冒險性活動之互動情形，以「青少年社會行為評量表」之分量表內容適應行為：合群、溝通技巧、主動、尊重/互惠、衝突處理、自我效能及學業學習；不適應行為：攻擊、違規行為、過怕/衝動、退縮/膽怯、焦慮、人際問題及學習適應問題等等，進行分析與討論，依活動實施週次順序分述如下：

一、第一週團體成員活動歷程

第一週活動內容為，告訴我名字(Tass a name)、團隊雜耍(Group juggle)、全方價值契約(Full value contract)，從以下敘述呈現成員在活動歷程之表現。

(一)成員表現出攻擊、過動及衝動行為。

成員在活動過程中，受外界及他人刺激後，出現言語直接的辱罵、威脅、恐嚇他人的情形。與他人互動時，有時會拿外表做文章，喜歡在談話中帶著諷刺言語，成員間互動非常不良。

●大部分的成員都漫不經心，非常自由的想做什麼就做什麼，對於言語也不經過修飾，想罵人時就罵人，有時還有攻擊性的言語與肢體動作出現(觀-950412-01-A3)。

● 死 E，換你了(C-950412-01-A4)。

● 死雀斑，老師 E 死掉了啦(C-950412-01-A4)。

● E 黑白講，白目，死雀斑 (A-950412-01-A4)。

● 你白目喔，等一下，下課你就死定了(A-950412-01-A4)。

● 老師，好，不要再說了，我們知道了，都是死雀斑（指 E）(A-950412-01-A4)。

（二）成員發生困難時，出現退縮行為。

成員在過程中，當任務失敗時，會暗示其他成員，告知活動結果不是很重要，成員們很快便相互影響，而選擇放棄繼續挑戰，出現退縮行為。

● 大部份的成員只有願意給自己一、二次的機會，當無法達成目標時，就想放棄。(觀-950412-01-A3)。

●L：第一次的任務我們花了 26 秒完成，你們覺得我們可不可以再快一點呢 ？
全體：不可以 (逐-950412-01-A4)。

● 這成績有什麼屁用，有什麼用 (A-950412-01-A4-A9)。

（三）團體成員缺乏溝通與合作，自顧自地參與活動。

活動過程中，當少部份成員嘗提出方法，大部份成員總在一旁嬉鬧，無法靜心聆聽他人意見。成員很少互相溝通，經常草率地進行活動，無法與他人產生合作之行為。

●第二個活動時…孩子們彼此間並不太溝通，大家各寫各的，甚至文不對題(領-950412-01-A2-A1)。

●活動過程中，D 提出「靠近一點」的要求，但沒人理會，E 說用傳的，大家還是置之不理，孩子會思考的，但接收他人意見的能力似乎闕如，在溝通上似乎不大順暢，不願聽取他人意見，只是一昧的蠻幹(領-950412-01-A2-A1)。

二、第二週團體成員活動歷程

第二週活動內容為，續上週之全方價值契約、星際之門、手結及麵包工廠，從以上活動呈現成員活動歷程表現。

(一)全方位價值契約後，使成員減少衝突行為。

在全方位價值契約之前，成員在互動過程中因受刺激而對他人展現不適應行為。而在訂定團體活動規範後，成員在活動過程，漸漸意識與人互動之言語或行為安全，開始減少攻擊行為。

- 也許在全方位價值契後，也逐漸意識到“言語安全“，在領導員的提醒中，也會意識到尊重他人的言語安全，比起第一次雖然有進步，但是這當中還是有許多的美中不足的地方(觀-950419-02-A3)。
- 活動過程也相當融入…，而且，訂完契約，可以用這個來提醒他們，多少有點幫助，畢竟那些話是他們自己約定的呀。(領-950419-02-A2)。
- L：最後，當我們在玩遊戲的時候我們需要注意什麼呢？

  A：安全 (逐-950419-02-A4)。

(二)自我效能良好的成員，可帶動退縮與膽怯成員成長。

在過程中，成員遇挫折容易放棄任務，表現出退縮行為。但經由某些成員鼓舞即將放棄活動的成員，而退縮的成員，總是接受其鼓勵後，便能再次投入及接受挑戰。在良好的學習與互動，可讓自我效能較良好的成員，可帶動面臨困難便退縮的成員，使其減少退縮及放棄的行為產生。

- 在第二次的活動時，A也同時的出現拒絕再嘗試，不想再玩，但是只要活動一開始時，便專心的投入，並且從他的行為可發現，他會適時的指導別人，在第二次分享時也提及，要堅持到底，而指導員也加以提醒了他，不能因為失敗就說不玩了；A也虛心接受。(觀互-950419-02-A3)。
- 你不是說可以玩完就不要玩了啦…不要玩了啦 (A-950419-02-A4)。

(三)從分享過程，建立成員的主動、溝通技巧。

過程中，成員與他人互動與言語交談過程，有時會出現辱罵或攻擊行為，領導員從分享中，試圖讓成員學習互動的

適當言語與行為，成員從討論中獲得共識後，漸漸產生良好的互動與安全維護，而能改善成員不適應行為表現，以建立良好的主動及人際溝通互動。

●A：會受傷。

C：打架，就是跟D打架。

C：會流血　(逐-950419-02-A4)。

●L：請問一下，罵人會流血嗎？

C：因為心裡會受傷(逐-950419-02-A4)。

●L：那請問一下被罵的人，他的心理會怎麼樣。

A：心靈創傷。

C：精神崩潰(逐-950419-02-A4)。

●L：罵人的人罵完之後，心理就會很舒服了嗎？

A：不會，會良心不安(逐-950419-02-A4)。

(四)成員出現良好溝通技巧，減少不良人際關係問題。

從先前幾次的分享討論後，成員開始以正向言語來鼓勵及叮嚀伙伴，逐漸能互相協助引導，彼此互動漸漸出現適應行為。有別於上周的衝動及攻擊方式，已能慢慢協助其他伙伴，共同解決問題，出現較正向之溝通與合作行為。

● C：好，小心(提醒B中)，你的腳小心，手…還有頭頭。

C：你(A)的頭，小心，喔，碰到了(逐-950419-02-A4)。

● C：小心，小心，腳起來　(逐-950419-02-A4)。

● C：後來就是他(B)引導我的　(逐-950419-02-A4)。

(五)成員意識團結為力量，能提高對他人互惠行為表現。

在歷經幾次失敗經驗後，成員能再嘗試而獲得成功經驗；他們逐漸感受到目標的達成，需適時互相給予協助與幫忙。從分享中，成員逐漸意識到團結為力量，成功需要每個

人的付出，成員逐漸產生些許分工及互惠行為。

●研究者與活動領導員，都有感受到參與成員的進步，已經可以感受到團體成員有一點意識到團結與合作的想法了。(觀省-950419-02-A3)。

● A：對，團結是力量。

A：而互相指導幫忙別人(逐-950419-02-A4)。

● C：哦…就是互相幫忙，互相合作（逐-950419-02-A4)。

● A：就是人家不會，然後有人指導就叫幫忙（逐-950419-02-A4)。

(六)從分享過程，讓成員學習調解退縮與焦慮行為。

A 在活動中遇挫折時，總是立即產生退縮及焦慮行為，馬上向領導者提出放棄，從中也會影響到其他成員的行為表現。領導者發現 A 成員有此行為的慣性，因此，在分享討論時以引喻方法提醒 A 成員，促使成員們學習勇於面對問題與挫折，並逐漸類化到生活情境中。

● A：對，因為失敗為成功之母。

L：可是，我剛剛好像有聽到有人說，我不要玩了啦，哦…。

A：不能虎頭蛇尾 （逐-950419-02-A4)。

● L：那請問一下以後你們如果回到真實生活裡面，或是家裡面、學校其他地方，你們要怎麼做。

A：堅持做那件事情要做到底 (逐-950419-02-A4)。

(七) 成員尚未建立溝通技巧。

在活動開始前，成員們未經討論便開始進行活動，而獲得失敗經驗。即使領導者在活動過程，不斷提醒成員，應進行討論建立共識後再開始，然而，成員總拒絕領導者的提議，立即進行活動。

●而領導員必須與參與者說明多次的規則後，才能進行活動，而在活動的開始前，其成員不太會與其同伴討論。(觀團-950419-02-A3)。

● L：又失敗了，要不要討論一下。

C：不要啦。

A：不要啦，快開始了(逐-950419-02-A3-A19)。

(八)成員間能相互管理秩序，使衝突行為些微減少。

成員在溝通與互動過程，當出現衝突與攻擊行為時，領導者會勸告行為不當的成員。此外，其他成員也會向伙伴提出勸說，出現相互警惕的情形。成員逐漸能自發性相互管理，因而減少衝突，也能學習自我的行為控制。

● L：D(警告中)認真一點喔，不要玩。

A：喔…你(D)不要耍白目啦，小心一點(逐-950419-02-A3)。

● 在第三次的活動中，由於D不斷的在玩對著攝影機玩耍，A還幫忙領導員管理秩序(觀-950419-02-A3-A)。

三、第三週團體成員活動歷程

第三週活動內容為：雪花片片(Snow flake)、矇眼三角、同心協力。以下敘述呈現成員在活動歷程之表現。

(一)成員將衝動與人際問題行為，帶入活動中。

上週為C生日，F送C 200元做禮物以示友好，而在這段期間，F導師得知後，請C導師追回C的200元，促使C必須歸還其200元，C因此產生衝動及攻擊行為。在第一個活動開始之前，C一進教室就對F惡言相向，在分享中還不斷地要求領導者不需理會 F，C不停展現攻擊行為，將生活中衝動行為帶入活動過程。

● 反而C對F，出現攻擊，C跟F課前不知出現什麼爭執，影響了他們兩個今天的參與。(領省-950426-03-A2)。

● 你(老師)不要理她(F)啦 (C-950426-03-A4)。

● 因她(F)白痴(C-950426-03-A4)。

(二)成員出現主動與互惠的行為表現。

在矇眼三角形的第一次活動時，由於規則上只能有一位成員擔任引導者，此時C與A均想擔任活動引導者，但A後來選擇退讓給C當引導者。在第一次的活動失敗後，C察覺自己不適任引導者的工作，而建議F來當團隊引導者，而A同時也提出想當引導者，但A又再次選擇退讓，讓F當活動引導者。然而在F協助下，團隊很快地完成了活動。由此可見，成員在相互禮讓與接納中，學習為團隊設想，從中增進互惠與主動的社會適應行為。

●任務第一次觀察者宣告失敗後，換領袖，C推薦F，雖然A也想當領袖，但基於讓F更融入的考量，我們還是利用小小的假民主讓F擔任領袖。

(領-950426-03-A2)。

● A：我要當啦 。

C：好啦，等一下，換F來當，因為你是女生比較不會亂。

A：她(F)就她當 (逐-950426-03-A3)。

(三)接納與尊重，使成員能改善焦慮與人際行為問題。

活動初期，其他成員對F的接納與認同度都不高，F與他人的互動也時常表現退縮及憂鬱，因而較無法融入團體。在矇眼三角形活動，F成功地協助其他成員完成活動後，F逐漸展現笑容，也能分享其感受。由此可知，經由成員間的彼此接納，促使人際技巧較不良的成員，逐漸敞開心胸而減少焦慮行為產生。

●F也必須回答，所以F感覺比較像團隊的一份子了。(-950426-03-A2)。

●F：非常好玩的東西。

F：因為只要回答是跟不是 (F-950426-03-A4)。

(四)活動經驗促使成員於真實生活，能提高自我效能。

在矇眼三角的活動過程，成員遭遇挫折時大都表現出焦慮與退縮，領導者試圖從分享討論中，讓成員學習從失敗自我檢視與發現問題，並從討論中培養解決問題的能力，使成員增進自我效能，而以積極態度面對問題與自我行為的調解後，願意再次挑戰新經驗。經由將活動的討論與生活情境做結合，使成員將活動獲得的經驗應用於生活中。

●L：那在扮演各種角色的同時，有沒有跟生活很類似的情形。

A：有，功課不會的時候要問人。

A：就是功課不會的時候要問，有時候老師說的沒有聽到，所以要自己問別人。

A：就是要出去時，不知道火車站怎麼走，所以要跟著媽媽，所以媽媽是領導者。

C：配角要聽領導者的話。

E：領導者叫你怎麼做就怎麼做(逐-950426-03-A4)。

(五)成員出現合群行為。

從經歷成功後，A 不斷地提出彼此需要團結，在分享過程也影響 B、E，使他們感受到團結與合作的重要性。A 提及，從團結過程，成員可產生默契，而在「同心協力」活動更加深 A 體驗彼此合作的重要性，成員已出現合群行為。

● A 在第二次活動後之分享中，意識到團結就是力量(觀參-950426-03-A3)。

● A：就是團結的力量，就是人在一起都會有一種默契 (逐-950426-03-A4)。

● A：合作的重要。

B：團結力量大 (逐-950426-03-A4-A30)。

(六)衝動言語，影響成員的憂慮與焦慮行為表現。

成員時常因衝動及無心言語而影響人際互動。如 D 在「同心協力」時，因領導者未加入活動中，致使 D 必需與 F 牽手，活動完成後，D 於分享時不斷向領導者提出，因觸摸到 F 會

得皮膚病必須去洗手。由於D的無心玩笑，無形中已傷到F的自尊心，而使得F產生些許憂慮與焦慮行為。

● D：我好想洗手，我摸到F了，皮膚病了。

D：好癢喔，她有皮膚病　(逐-950426-03-A4)。

(七)活動讓成員增進溝通行為。

從「矇眼三角」活動中發現，B在前二次活動與其他成員較少互動，而此活動完成後，已較能對其他成員說出心中想法。第一週時，A與E在活動中發生衝突，經由這次活動互助與相處後，在本週活動中，兩人情感與互動有明顯進步，產生良好的人際溝通行為。

●B在前二週與其他成員較不熟悉，因此，比較無發表其想法，但是，在第二次的活動時，因需要提出問題去問領導者(F)，而達成任務，也主動的與他人對話，從中發現他能漸漸打開心房接受他人。(觀互-950426-03-A3-A21)。

● 而A跟E感情似乎越來越好了，這群孩子好像因為活動的關係，彼此的互動及熟悉度都增加了　(領-950426-03-A2)。

四、第四週團體成員活動歷程

第四週活動內容為：信任倒、電網，以下敘述呈現成員在活動歷程之表現。

(一)成員自發性改變及調解退縮行為。

在信任倒活動時，A反應出生理的不適，向領導者提出暫時退出活動，A在旁觀察活動。而在電網活動過程，發現成員更需要人手協助，自發地提出欲加入活動，而領導者視活動情況後，尊重A的選擇，同意讓他加入活動中。A在加入後更能犧牲自己協助他人，進而完成挑戰。由A的主動地加入與挑戰，由此發現A逐漸產生自我效能及主動性行為。

● A：老師，好好玩，我也要玩，頭好痛(A加入活動中)(逐-950503-04-A4)。

(二)更改活動設計，藉以提高信任與建立安全。

從「信任倒」活動，成員意識團隊信任與安全的重要性。活動初期，成員不太信任其他成員的確保，但在領導者分享及示範確保動作後，成員體驗到被人確保的同時，從中學習其同理心。而將此感受運用在活動確過程，能給予他人安全感，成員也意識到不能開玩笑與嬉鬧。因此，此活動讓成員能從中學習如何信任他人與讓他人相任自己。

● L：一樣，好那我想再一下你們，C、E、D，你們都進行了二次的信任倒，你們第一次玩信任倒跟剛剛玩信任倒有什麼不一樣。

E：他(D)很信任我 (逐-950503-04-A4)。。

D：怕別人跌到然後會被壓到 (逐-950503-04-A4)。

● L：你們在怎麼做才能讓中間的人信任你們。

D：不要亂鬧。

B：不要開玩笑 (逐-950503-04-A4)。

(三)經由活動中止，讓成員能正視安全確保行為。

F 在「電網」被繩子絆倒時，成員沒有立即安慰 F，反而嘲笑 F 的能力不足，領導者見狀便立即停止活動，不讓成員繼續完成挑戰。好勝心強的 C 便向領導者請求是否能再給予團隊一次機會，但領導者為讓成員經歷失敗後，則進行分享活動。在分享中，讓成員意識到倘若危險發生在高空活動過程，會造成的後果。使成員意識到為何需要確保他人安全，以落實成員間的信任感建立。也能促使成員真正了解，若有人因而活動受傷，其受傷成員身心遭受的傷害，讓成員學習對生命的保護與重視行為。

● 雖然電網的活動失敗，但在最後的分享中，成員意識到確保的重要(觀省-950503-04-A3)。

● C：那再一次就好了呀。

L：很多時候人生只有一次機會，沒有辦法再來第二次了。

C：為什麼。

L：好，好假設今天的活動如果是在高空，那會發生什麼事。

E：會死掉 （逐-950503-04-A4）。

● L：如果你受傷的時候心裡在想什麼？

D：會很痛。

E：會不相信…嗯…還有害怕 （逐-950503-04-A4）。

（四）從失敗經驗，成員學習討論及溝通方法。

藉由活動的失敗，就成員從討論自我察覺團體未能進行討論，即使活動過程出現討論，但有些成員在旁玩耍，發出噪音導致無法清晰達成解決問題的共識。因此，透過分享討論而讓成員了解，與人互動及溝通時，應具備溝通技巧，學習與人互動時的良好態度。

● L：那沒有討論有可能會發生什麼事。

A：危險。

D：有人會受傷 （逐-950503-04-A4）。

● B：有人在玩就聽不到

A：雜音太多 （逐-950503-04-A4）。

五、第五週團體成員活動歷程

第五週活動內容為：戶外場地繩索課程，低阻礙活動為，賞鯨船、蜘蛛網、BV，高空繩索活動為滑索、貓走路(Cat walk)及攀岩。從以上活動呈現成員在活動歷程之表現。

（一）成員開始建立溝通，產生互惠與合群行為。

成員在活動開始，缺少討論與溝通，各顧各地嘗試活動，因此不斷遭遇挫折。經領導者適時提醒後，成員才願意

開始討論。因此，成員因由討論而獲得成功經驗，而在接下來活動的新情境已出現增加討論，共同集思廣益解決問題。

●成員在拒絕領導者的建議後，還是不斷地嘗試失敗，而領導者還是不斷地鼓勵，成員能夠討論一下，再進行活動，而成員便慢慢接受領導者的意見，開始有了討論。(觀參-950506-05-A3)。

● L：有辦法再減少失敗的次數嗎

A：喔，再增加討論　(逐-950506-05-A4)。

(二)成員從焦慮與退縮，逐漸改變為互惠、自我效能行為。

在之前幾週活動中，成員面臨挫折時，時常產生焦慮與退縮行為。然而經由獲得成功經驗後，自信心較為增加，開始能鼓舞其他成員，因此，團體接受挫折的能力逐漸提高，並以「成功為失敗之母」鼓勵彼此。

●E在賞鯨船說出“成功為敗之母“，在當中也漸漸影響其他成員的情緒。A在BV時，因與E體驗到活動的成功，會試著有著其活動能力，願意主動地去幫忙他人，無形之中，也刺激了其他的人，其遇挫就迎刃而解的心，其他原本想放棄的成員，在A的幫助之後，往往很快地就能挑戰成功。(觀參-950506-05-A4)。

● A：再來

E：沒關係，成功為失敗之母(逐-950506-05-A4)。

(三)從高空活動，提高成員信任、接納與尊重生命行為。

高空活動讓成員感受危險經驗，從中學習的生命可貴；同時也使成員在擔任確保者過程，學習謹慎及安全維護，讓被確保的成員，能從中感受尊重與信任。因此，成員在協助他人與被協助過程，因而提高彼此間的接納與信賴，進而增進其社會適應行為。

●高空活動，也讓他們知道自己的恐懼，同時學習被信任以及信任別人。(領-950506-05-A2)。

● 鼓勵大家給上面的人加油打氣，也學習相信幫他們確保的夥伴，不論是確保者或是攀爬者，都是不同的體驗，學習相信，學習確保他人的生命安全，這群孩子在擔任確保者時都很認真，可見他們對生命是尊重的。(領-950506-05-A2)。

● L：所以你的意思是，你可以信賴他們嗎

A：可以，因為我們都已經在一起的朋友 (逐-950506-05-A4)。

(四)成員相互鼓勵，提高人際互動技巧自我效能行為。

在「BV」活動時，A與E透過觀察學到活動技巧，很快地就挑戰成功。但D與B不斷地失敗，因而產生退縮與沮喪行為。而A與E則以替代方法協助D與B完成活動，反而激勵D與B願意再次接受挑戰，也很快地就完成活動。從活動過程讓成員學習，被協助的人增加自我效能及重拾信心，而幫助別人的成員也能獲得成就感，而提高人際互動技巧。然而，也能使成員遇挫折時，而能從觀察過程，學得解決問題的方法，因此，有助於成員在真實生活，獲得自我調解行為。

● A跟E提供指導、意見，讓成功的人有經驗傳承的機會，也讓尚在嚐試的人有學習的機會，然而還是無法成功，最後A提出他跟E一人帶一個方式，結果果然成功了，後來決定結束這個活動，B卻不死心的要求再試一次，本來一直不想玩的D也願意配合，最後終於成功了。(領參-950506-05-A2)。

● L：那你麼後來有想到什麼方法嗎，為什麼可以走到這麼遠

B：看著他們，照著他們那樣走 。

A：用我們的典範，所以才會成功 (逐-950506-05-A4-A24)。

● A：就是說，如果不行的話，我們再走一次給他們看，一直示範給他們看 (逐-950506-05-A4)。

(五) 成員漸離憂鬱與焦慮行為，展開笑容。

成員F在活動中總是帶著憂鬱或焦慮行為，很少提出想法，與其他人互動顯得內向與憂鬱。但F經由數次活動與成

員互動增加，加上在戶外時的低空及高空活動，F與領導者及其他成員的互動後，臉上笑容增添許多，也能提出想法，因此，活動過程讓F的憂鬱與焦慮行為逐漸減少。

● F，在今天的活動中，與其他成員在蜘蛛網有互相幫助與扶持，由於，其心情明顯開朗了很多，會慢慢地提出問題與參與活動。(觀參-950506-05-A3)。

● 而本來以為會很害怕的F，卻出現很開心的表情，這孩子不像別人以為的膽小喔！雖然他對自己、對新活動會有恐懼，但是真正體驗後，反而有不同體認，甚至會覺得沒那麼可怕。(領參-950506-05)。

(六)讓分享活動與真實生活情境相結合，增進自我效能。

分享時，領導者將成員在「BV」活動學得的經驗，與生活真實情境相連結，從中成員提及，新情境的學習應循序漸進，遇挫折時也不能受打擊而放棄，並認為挫折是成功的必經歷程。從討論可以漸漸感受，成員因活動經驗而逐漸影響日常生活及處事態度，而增進自我效能行為表現。

● A：人生啦

E：因為人生需要一步一步走(逐-950506-05-A4)。

● A：遇到挫折就要站起來，再來一次

E：對，成功為失敗之母 (逐-950506-05-A4)。

(七)成員再次學習同理心，使攻擊與衝動行為降低。

領導者在分享活動，藉由活動情境，假設活動過程若不專心，而發生危險使伙伴受傷，請成員思考可能產生的情境。成員發現如果因自己的疏忽，而讓他人受傷，除了自己的心理產生不安以外，受傷的人會有何種感受。因此，成員學習能隨時為他人著想之同理心，使成員減低真實生活中的攻擊與衝動行為。

● L：那如果換成你頭破血流或都下半身不遂，大家也都用這樣的方式對待你，你

會怎麼想。

B：心理不安。

B：到了最後就得自閉症。

E：到時候就精神崩潰。

A：神經分裂。

L：為什麼

A：因為他是我們的朋友 （逐-950506-05-A4）。

（八）成員已漸漸產生良好人際互動。

成員在參與「滑索」活動後，在分享過程，能說出與人相處互動安全與尊重，也意識到與他人互動過程，如果做了危險及玩笑行為，即可能危及他人生命、為他人帶來傷害。高空活動使得成員能將互惠及尊重行為，運用到未來類似的情境，因而增進成員之適應行為表現。

● A：心理的安全。

D：口語的安全，我剛我罵他死胖子，他罵我白痴 。

A：這樣就會傷人。

E：那個…如何與人相處 。

A：還有不要亂開玩笑，不然會犧牲人命 （逐-950506-05-A4-A28）。

（九）放下先前衝動及攻擊行為，出現尊重與互惠行為。

先前A總是對F產生攻擊行為，對F言語也不甚友善，但二人在經歷高空繩索活動彼此確保後，體驗伙伴的友善與幫助。A更在攀岩活動主動幫F做確保，因此，A對F開始產生了正向尊重與互惠行為表現。

● A在攀岩牆時主動提出要幫助F確保，讓我與領導者都大吃一驚，因A平常對F的言語態度不是很好，但他很主動提出幫忙時。(觀參-950506-05-A3)。

● A：我，我幫他確保就好了 （逐-950506-05-A4）。

六、第六週團體成員活動歷程

第六週活動內容為：酺酸河、搶救地球。從以下敘述呈現成員在活動歷程之表現。

(一)成員將焦慮帶入活動，再從活動過程解決焦慮行為。

A 將焦慮與憂慮行為帶入活動中，因而產生挫折時以退縮的想法放棄挑戰，A 向領導者提出在旁擔任活動觀察者。而在活動過程，A 發現伙伴需要人手協助，而提出欲加入活動。A 在「酺酸河」後的分享過程，能主動說出感受與想法。並且從 A 的表現可察覺，A 活動前的焦慮行為漸漸消失，也更加投入下一個活動。

因此，活動過程讓成員從中檢視自己的行為問題，再從中自我調解，逐漸降低焦慮行為後再回到真實生活之中。

- L：你(A)平常不是很多想法呀，你今天心情不好嗎

  A：對呀，我想翹課 (逐-950510-06-A4)。

- 今天活動一開始時，A 就一直在鬧情緒，吵著不想玩想翹課，而 L 也察覺 A 的情緒問題，一直尋問也問不出原因，A 不斷地產生不悅情緒，因此，無形之中影響到其他的人，但在 B 與 C 的一般勸說後，A 才開始願意加入活動，當 A 加入活動後，可發現他時常成為團體的領導者，當有成員提出其對活動的想法時，他會在活動過程中指導別人，也適時幫助別人(觀-950510-06-A3)。

(二)成員出現互惠及主動之行為。

在「酺酸河」活動，成員能解決問題以達成團隊目標，從中發現成員能主動協助伙伴，並且犧牲自己，有些成員則願意奉獻器材給 F 而逐漸接納 F，成員展現良好的互惠行為。

- 我發現 B 是個很會為他人設想的小孩，即使擔任揹人的任務再累，總是願意犧牲自己，而遭遇失敗也會提醒著其他成員再試一次(觀-950510-06-A3)。

- B：你(D)過來啦，我背你啦 (B-950510-06-A4)。

（三）成員未完全學會如何檢討缺失。

C 在「酸酸河」活動，因不小心使得團隊獲得失敗經驗，C 不斷爭辯及不承認自身缺失。其他成員則因失敗而責怪 C，出現不想再繼續嘗試活動。由上可知，成員尚未能接受自身錯誤，而其他人也尚未學會原諒別人缺失。

● L：C，你怎麼在這裡，你碰到了，要重來

C：沒有啦，老師我們已經都完了呀

L：可是你(C)為什麼要走過來呢，線不是在那裡

C：屁啦，線在前面好不好，那是他們拉過來的好不好 （逐-950510-06-A4）。

● A：喔…我不要玩了啦，回教室啦

C：我剛剛原本線就是在哪邊呀，然後我在裡面，然後就一直推呀，就出界了

C：我還在線的裡面好不好，然後 E 一直推…（逐-950510-06-A4）。

（四）失敗經驗使成員提高合群行為。

在「搶救地球」活動，成員若未在時間內完成任務便是失敗。因而促使成員在情境塑造後，即開始討論解決問題的方法，過程中，成員能扮演好自我角色及配合他人，成員逐漸體會每個人都需思考及提出想法，才能解決問題獲得成功。因此，成員透過活動因而感受合作及團結的重要性。

● 比較認真看待活動，也比較會利用分工合作進行活動(領-950510--06-A3)。

● E：合作

C：對，互相配合

A：因為我很團結、合作

A：因為…每一個人都提出不同的意見，然後才會使得我們成功

D：對，大家在提供意見，然後大家再配合 （逐-950510-06-A4）。

（五）成員提及戒菸想法，使違規行為獲得改善。

在分享過程領導者談及成員的菸害問題，A 提及主動戒

菸了二週時間，而 A 表示有此想法原因為，高空繩索經驗中，學習到重視生命的可貴。因此，成員因活動學習，逐漸出現正向行為，減少違規行為。

● A：哪有，你不要亂講，我已經二個星期沒抽了 提及戒菸（逐-950510-05-A4）。

（六）成員將活動經驗帶入生活中，減少衝動與攻擊行為。

在分享活動過程，成員能將活動經驗與真實生活情境做連結，成員提及願意改變，未來真實生活中與同儕互動方式，以及增加自我省思的行為，而從中能自我調節，融入真實生活的人際互動，並且減少衝動與攻擊行為。

● 成員都能說出，其對活動的感受，能適時說出為何失敗、為何成功，也時常意識到團結、合作對活動的重要性，但對與他人溝通的想法比較少，對活動帶給的感受，也能與生活的情緒做連結(觀-950510-06-A3)。

● E：就是班上決定的事情要配合

C：配合朋友

C：就是出去的時候大家意見很多就配合他

L：那生活之中如果有人不配合會發生什麼事情呢

E：衝突

B：沒辦法成功

C：會吵架，就衝突 （逐-950510-06-A4）。

（七）成員能自我控制，降低退縮行為表現。

在活動中，成員會在一旁玩耍，而 A 通常會扮演管理秩序角色，不斷提醒跳脫活動外的成員注意自身行為，由於 A 的提醒而使活動順利進行。從中發現，以往當有人產生不適應行為表現時，其他成員很容易受影響，而產生退縮與焦慮行為，但此情形現已逐漸減少。

● A 雖然在活動前鬧情緒，但是只要開始活動就會認真了起來，也一直叮嚀著成

員其注意的方法與事項，有時還會幫忙管理秩序（觀-950510-06-A3-A)。

● A 有點擔任糾察隊的工作，對於不認真從事活動的同學會給予警告糾正(領-950510-06-A2)。

(八)分享活動增進成員的溝通與人際互動。

團隊成員在先前幾次活動中，容易發生衝突及攻擊行為，經活動幾週後，E 與團隊成員互動變得較好。在討論中，成員逐漸能接納與配合他人意見，並且減少在旁玩耍，轉而較專心地聆聽領導者引導討論，成員也較能融入分享活動中，且能適時提出想法。團體成員藉由討論，相互學習與成長，在人際互動與溝通技巧都獲得改善。

● 因此在給予他們機會，雖然一開始出錯的人會被責備，但漸漸的責備不見，反而出現小心、慢一點的字眼，出了錯會主動要求重來(領-950510-06-A2)。

● 大家就比較能靜下心來，而且能夠開始出現討論、互相提醒的情形，用語方面也正面性語言增加(領-950510-06-A2)。

七、第七週團體成員活動歷程

第七週活動內容為：戶外場地繩索課程，低阻礙活動為洞中洞，高空繩索活動為拋開過去邁向未來、巨人梯、大擺盪及飛躍直柱。從以下敘述呈現成員在活動歷程之表現。

(一)成員開始主動討論，溝通技巧明顯改善。

在前幾週的活動過程，成員很少討論，總是一股腦地嘗試活動。但，此次的活動成員能預想可能遇到的挫折或難題，加上不斷的相互討論過程，而事先設想解決問題的方法，因而便能排除一些困難，減少失敗經驗與次數。

● 大家比較懂得互相幫忙，會互相討論了。(領-950520-06-A2)。

● C：那邊又沒有人

A：就扶著呀，扶著這個就好了，趕快讓她上去就好了

B：你(F)扶到另一隻手　　(逐-950520-07-A4)。

● A：E跟C啦，因C比較瘦　　(逐-950520-07-A4)。

(二)高空活動使成員提高自我控制能力。

C 前次因身體不適未能參與高空活動，因此，領導者請已學會吊帶穿著的成員示範及指導 C，而成員們在體驗高空經驗後，對安全確保的教學過程，顯得更專注與重視，非常認真指導 C 的吊帶穿著。而 C 在穿著吊帶時，也非常小心與謹慎，收起了平時愛開玩笑的態度，專心投入吊帶的學習。因此，成員從相互指導過程，從中學習如何互相協助他人，也在無形之中增進彼此合群行為。

● 而 C 也變得很謹慎，開始不斷地問其他成員，他穿的方法是對的嗎？當吊帶穿好之後，成員便再次複習其確保動作，其複習時成員的秩序與情緒也相當良好，沒有出現不耐煩、退縮…等行為(觀-950520-07-A3)。

(三)活動使成員增進個人成就感及自信心。

在「拋開過去邁向未來」的繩索活動過程，以二人共同進行活動，成員們都產生懼怕與恐懼，但共同在高空相互支持與鼓勵，因而克服困難達成目標，使成員能學習自我突破恐懼的過程，增進個人成就感及自信心。

●C依舊無法克服恐懼，而E也逐漸受興的影響，兩人不斷的以尖叫、言語發洩情緒，還一直想放棄活動想下來，而L不時給予他們兩個鼓勵，並且指導他們要下來，必須走到第二條繩子的地方，當二人意識到唯一能結束高空活動的辦法就是互相幫助試著往前走，在E先試著往前走時，C也慢慢減低其恐懼，慢慢地走了出來（觀-950520-07-A3）。

● B：E，你先上去啦，你拉她(F)呀

B：或者，C先上去，你(E)拉他的腳

A：大力一跳，我把你(C)拉起來，快一點　(逐-950520-07-A4)。

(四)成員學會自我挑戰、突破心房，增進自我效能。

在「飛躍直柱」的活動，成員全都無法克服恐懼進行自我挑戰。因此，領導者不停鼓勵他們，請成員在內心設定個人目標，當他們試著願意往上爬時就已經成功了。經過一番鼓勵後，一部份的成員經思考及自我調解後，終於願意挑戰及突破，排除恐懼及壓力，接受新情境挑戰，表示部份成員能在困境中增進自我效能行為。

● 大家對於這個挑戰相當恐懼，經過秋安一番柔情勸說，E果然又是第一個願意接受挑戰的，大家對他果然相當佩服，大家敬佩的眼神該不會是E搶當第一的動力吧…不過他敢挑戰的勇氣，倒激勵了A(領-950520-07-A2-A)。

● A也在一陣考慮後，願意自我挑戰，A上到高空時，很快地站了起來，在大家的鼓勵中，A，很快地跳地出去，雖然沒有抓到，也很快完成了自我挑戰(觀-950520-07-A3)。

(五)成員遇挫折時，能減少退縮或沮喪行為。

以往每當困難與挫折出現，成員會不斷吵著「不要玩了」，但是，這次活動過程，當成員歷經失敗卻很少有放棄的想法，反而是突破眼前難題，試著挑戰自己。

●E漸漸受到L一半正增強與負增強的影響，而想再往上爬一格，原本想放棄的B，願意幫助E再上一格，而A看見E想再往上爬的想法，便試著鼓動B往上爬，而B在A、E的影響下，依舊願意配合其他成員往上爬，(觀-950520-07-A3-A)。

(六)成員出現合群及主動行為表現。

「巨人梯」活動，必須經伙伴互相協助才能完成活動，然而E在經驗活動後，認知活動對下一組能力較不足的成員會有困難，在第二次活動，主動向領導者提出願意協助下一組的成員，而犧牲自己協助伙伴，其成員也因得到伙伴協助才達成目標。因此，成員已展現主動協助他人及合作行為。

● E：老師，先休息一下，讓我放鬆一下

L：等一下你要上去嗎

E：對呀，不然他們怎麼上去 （逐-950520-07-A4）

（七）成員能主動給予伙伴正向支持。

先前的活動，成員們總是與F互動不良，成員們常以攻擊行為與F相處。然而此次活動可察覺，當F面臨恐懼而表現退縮及恐懼行為，其他成員會主動給予鼓勵，F才逐漸克服挫折完成活動。因此，成員進行高空挑戰時，時常表現恐懼及退縮行為，而在地面上的確保團隊，能主動安撫高空上產生恐懼的成員。而高空上的成員獲得伙伴的支持與鼓勵後，較能克服困難解決問題達成目標。因此，成員已能表現互惠與支持行為。

● C：加油…(對著E) (C-950520-07-A4)。

● B：對，加油喔… (B-950520-07-A4)。

● A：喔…你(F)一定要上去，不然你一定會後悔，都難得來了，玩看看嘛

C：對呀，沒有那麼恐怖，很好玩

A：B，還不是不敢，他還不是玩了，還說很爽 （逐-950520-07-A4)。

八、第八週團體成員活動歷程

第八週活動內容為：鐵釘、翻葉子。從以下敘述呈現成員在活動歷程之表現。

（一） 成員未產生退縮及衝動行為。

在過去幾個活動，領導者總是需要花時間管理秩序，此次活動開始時，成員表現出能控制自己的行為，也會互相提醒好好珍惜最後一次活動的機會。在活動中更是展現專注與積極，也較減少衝動與過動表現，更專心投入活動的學習。

● 今天是活動的最後一週，成員一進教室就會嚷嚷著，活動是最後一週要好好珍惜。(觀-950524-08-A3-)

● 這次大家似乎因為意識到是最後一次活動了，大家都更懂得珍惜。(領-950524-08-A2-A)

● A：最後一節了，要珍惜這一節 (逐-950524-08-A4)。

(二)學會冷靜思考問題，展現自我效能及降低焦慮行為。

成員面臨活動難題時，以往會有急躁、不安及焦慮的表現。此次活動，成員異常冷靜，學會思考如何解決難題的方法，展現自我效能。由於成員思考解決方法過程中，不斷進行意見交換與討論，願意一再嘗試，互相交換想法，有著良好人際互動之行為表現。

● 在鐵釘活動過程中，大部份的成員出現願意動腦去思考(觀-950524-08-A3)。

● A：來，我想到了，給我試試看

A：就是，我們先把釘子這樣，先不要讓它倒一邊，然後等一下再把它放在這邊

C：E，你不要吵，讓我安靜想一想

A：好，我想到了，給我試試看(成員在嘗試中) (逐-950524-08-A4)。

(三)成員學會嘗試及克服挫折，已減少退縮行為產生。

成員先前經歷挫折時，總是會有放棄與退縮行為出現，也很少嘗試其他不同方法，通常會有沮喪及焦慮行為反應。但此次活動中，成員面臨問題與挫折時，仍願意試著各種方法，嘗試解決問題，與以往有著很大的改變。在分享活動中，成員提及自己感受到在真實生活的成長及改變，並且期許自己未來遇挫折，不會馬上退縮，而會試著努力去嘗試解決。

●C總是覺得活動一定能成功，他比較願意花很多時間去嘗試，即使失敗了，也願意重來(觀-950524-08-A4-A)。

● D：要去做才有可能，凡事都要試試看 (D-950524-08-A4)。

●L：你們有常常這樣嗎，遇到挫折就很容易放棄嗎

C：嗯，不會啦，因為我們已經長大了　(逐-950524-08-A4)。

(四)主動表現出正向鼓勵與支持。

在過去活動中，當他人成功時，成員很少主動給予鼓勵與讚賞，而在這次活動，領導者成功地示範活動後，成員主動給予掌聲，使得團隊氣氛良好，成員已能學會讚賞他人，而表現良好的人際互動。

● C：好厲害喔，成功了

C：好，鼓鼓掌　(C-950524-08-A4)。

(五)將經驗善用於真實生活，提昇自我效能與學習適應。

在分享討論過程，成員提及從最近學校的考試，已獲得進步與成就感，成就歸因為自己比過去較願意試著付出努力。因此，成員能將活動經驗運用於真實生活的情境，從中增進自我效能與學習適應行為。

● A：像學校考試本來覺得不可能，書多唸一點就覺得可能了，像我這次的地理考 78 分，比以前好很多　(A-950524-08-A4)。

● L：好，沒關係，那在參加這些活動後，有沒有對自己有增加一些信心

E：有，考試，我有多看點書　(逐-950524-08-A4)。

(六)高空繩索活動讓成員產生珍惜生命的想法。

從分享活動中，其中一位成員更提及已開始戒菸，其他成員提及高空繩索經驗帶來的恐懼與挫折，讓他們對生命有不同的詮釋與想法，現在而較能珍惜自身的生命。當成員對生命開始逐漸重視，便能尊重自己與珍惜他人，也逐漸產生正向的適應行為。

● B 體驗其恐懼的經驗後，漸漸有著以後不太敢做壞事的想法，認為生命很可貴。(觀-950524-A)

● 戶外活動也讓他們能體驗生命的可貴，也讓他們願意接受挑戰，這群孩子慢慢的在進步(領-950524-08-A2)。

● A：我在珍惜生命所以不抽菸　　(A-950524-08-A4)。

● A：因為發現要愛惜生命，人生還有很多事情可以體會　(A-950524-08-A4)。

● C：老師，像我在吃東西時，就會想到在高空中走鋼索時抓那個東西時，會比以前小心，比較會想愛惜自己的生命　　(C-950524-08-A4)。

（七）將過去不適應行為做為未來警惕，能開始自我省思。

在分享中，成員認為經由活動學習後，較能經由省思願意把自身曾經犯的錯與不適應行為表現，做為未來人生處事的借鏡，使自己能表現正向行為，才是對自己的生命負責。

● 問他們是不是會把過去拋掉，他們回答不會，甚至過去做的犯規的事情，對他們而言都是一種體驗，包括對犯錯後良心不安也是一種體驗，而且因為過去的經驗讓他們了解更多。看樣子這群孩子，除了調皮搗蛋，其實都有在思考，而且也很願意誠實的面對自己，包括恐懼、做錯事，他們不會否定自己所做的蠢事，而認為這些讓他們得以懷念過去幼稚、青澀的歲月(領-950524-08-A2)。

● E：有些事情還是要懷念，雖然是之前是做錯的，都是…幼稚，那長大以後回來想想那時候感覺為什麼要這樣做

● C：對呀，當你長大時，你會想小時候幹嘛那麼幼稚

A：我想到了，每一件事情不完全是壞的，可以讓自己學習，因為做壞事會讓自己良心不安，以後就不會做了　　(逐-950524-08-A4)。

（八）成員願意再次挑戰恐懼，減低退縮、膽怯行為。

成員在活動中雖然選擇放棄與退縮，並認為放棄過程是一種學習，能讓他們先經歷失敗經驗，從此經驗獲得體驗與學習。成員更自我許諾及期許，未來在失敗經驗中，願意讓自己重新突破而迎接挑戰，並克服曾經的恐懼與挫折。

●B在第一個活動中，因試了幾次很快地就放棄了，但在分享中，他認為因有小時

候放棄的經驗，但長大後，會利用過去的經驗，在未來才能願意放開自己，去嘗試曾經放棄與不敢試的事情。(觀-950524-08-A4)。

● 有啊，走鋼索呀，我現在不是不敢跳，以後就敢了呀 (B-950524-08-A4)。

(九)成員已減低攻擊、不良人際互動及衝動行為。

在過去幾週，成員表現較直接與衝動，當受外界刺激時，往往會以不適應行為宣洩不滿與不悅，而發生意見不和或衝突。在這次活動中，成員彼此之間能適時退讓與溝通，也能逐漸控制不適應行為，使得衝突得以解決。成員談及因高空的感受帶給自己的成長，也能運用到真實生活中，例如，個人對挫折的接受、與他人互動、接納、對生命看法以及延伸到對未來有較有信心與希望。

● 大家出現語言暴力的情況有所改善，而且從以前各做各的到現在已經比較會互相幫忙，分享時也較願意多說自己的想法，彼此間會互相約束、規範，而不是大家一起玩而忽略活動的進行(領-950524-08-A2)。

● 因為想一想做了壞事以後會有想想看什麼樣的後果 (E-950524-08-A4)。

小　結

成員在第一週活動過程，在表達自我情緒與人際互動時，會出現辱罵不適當言行，且展現攻擊性肢體動作。此外，活動中遭遇困難時便放棄，不願意繼續挑戰活動，與他人互動過程，也時常產生衝動及焦慮行為。

在第二週全方位價值契約活動後，成員漸漸學習如何與他人形成較正向言語互動；雖然成員面臨挫折時仍會選擇放棄，但已經有部份成員，能產生正向言語來激勵及帶動其他成員。在活動中，發現成員間很少討論與互動，因此領導員在「麵包工廠」活動，刻意製造議題增進討論，由於討論讓成員意識到團結就是力量；成員間出現了第一次相互管理秩

序，其有別第一週，減少了退縮行為，已漸漸願意在失敗經驗中，再次接受挑戰。

在第三週時，成員在矇眼三角活動中，能主動退讓他人與接受挑戰，成員感受到默契與團結的重要性，有別於第一週成員各顧各地參與活動，其中內向與憂鬱的F成員也逐漸敞開心胸。但是，成員將活動外焦慮行為帶入活動中，不斷有不良言語或攻擊的不良互動。

在第四週活動過程，A、E在觀察過程學習他人經驗，在第二個電網活動時，A、E主動地爭取加入活動。成員在活動中，也已逐漸學習如何與他人互惠與團結。成員從信任倒與電網活動，成員已逐漸學習與人相處的同理心、信任與被相任的建立、及人際互動應有的態度。

成員在第五週的低阻礙活動，在蜘蛛網活動，成員因失敗經驗出現了衝動、焦慮的行為，但是，很快地，成員能自我調解完成挑戰。而高空活動，成員如何學習激勵與帶動其不適應行為的成員，也不斷地經由觀察他人，從中學習解決問題，獲得成就感與自信心。

第六週室內活動，成員於活動前，就產生不良情緒，在活動過程成員表現衝動行為而導致活動屢次失敗，領導員因而給予時間與次數限制，成員才漸漸能專注於活動，從中慢慢學會犧牲自我與協助他人，進而達成目標。因此，成員能逐漸學習情緒控制與管理，使不適應行為漸漸減少。但是，接受錯誤的勇氣，以及寬以待人的行為仍需加強。

成員在第五週的低阻礙活動，很少出現討論與溝通的互動，但在第七週戶外活動過程，成員立即能將室內經驗帶到戶外課程，彼此之間有正向言語鼓舞，帶動團隊士氣，互相

扶持與幫忙，逐漸建立默契與信任感，也產生討論與溝通。在高空活動，成員學習對生命尊重以及與同理心。成員學會在遇挫折時，能自我突破與挑戰。而分享活動，成員能將活動感受經內化反思後，而帶入真實生活之中。而成員 F，一向帶著憂鬱與焦慮行為，也逐漸展開笑容。

活動到了第八週，成員一開始帶著積極參與的態度，過程中雖然出現難題，但成員也能冷靜思考，從中克服挫折，減少退縮行為以及增進自信心。過程中與他人相處時，會鼓勵他人，展現言語正向之互動。成員願意藉由過去不適應行為經驗，做為未來人生經營的警惕，調解自我行為。

由以上敘述，可了解成員從挫折及失敗經驗，學習自我行為控制、與他人互動、溝通技巧、互惠、主動及衝突處理等。並且活動讓成員能發自內心做中學習，使活動經驗遷移於真實生活之中，而漸漸降低攻擊、違規行為、過動、退縮、焦慮及人際問題等行為的產生。

第二節　領導者與觀察者之活動觀察省思

本節旨在呈現領導者與觀察者，以錄影音及現場觀察，從中了解成員間的互動表現、分享討論，做為活動後的觀察與省思，而提供未來研究者及領導者做為參考方向。

一、活動設計的觀察與省思

(一)第一週活動設計不良，較無法引起成員參與熱忱。

成員在第一週出現不積極參與活動的態度，省思後的原因為，第一週活動內容其中的「全方位價值契約」為提供成員建立團體規範，而在設計課程中忽略以下幾點，第一，靜態活動讓成員失去耐心與專注；第二，成員多為低能力學習

學生，對事件思考邏輯無法做更深層之分析。因此，未來活動領導員當發現成員有上述現象，可運用隱喻方式在旁引導成員，增加成員對規範訂定的重視感。

● 我發現A與D在一旁玩起了OOXX的遊戲（觀參950412-01-A3）。

● 有可能今天團體的成員對引導員的不熟悉，無法倘開其心胸地投入活動中，成員參與活動積極感與互動過程非常不好（觀省-950412-01-A3）。

（二）可以低空及滑索活動做為暖身，讓成員意識安全。

在高空繩索開始前，成員可先體驗低空項目，第一，使成員進行高空前，能逐漸適應離開地面高度，而循序漸進提高活動難度。第二，成員因高空的恐懼產生，而意識到危險的情境，而促使成員能更專注投入活動過程及安全維護。本研究發現，此次活動原本進行第一項「貓走路」的高空繩索活動，但察覺成員的安全確保較不穩定，而更改為不需其他成員協助確保的「滑索」活動，從此活動過程，使成員體驗高空感覺後，能增加未來高空繩索課程，彼此安全確保能更加謹慎，進而建立安全與信任維護。

● 在高空活動中，首先放入滑索的活動，讓成員能體驗其高空的感覺，而藉此活動讓成員，在下午的活動中，能意識到安全（觀參-950506-05-A3）。

● 觀1建議玩一個類似飛鼠的活動讓這群孩子體驗一下高空，這確實是一個好點子，因為對高度有點體認，他們的態度跟心態才能轉變吧(領-950506-05-A2)。

（三）加入戶外繩索活動延長成員學習社會適應行為。

經歷室內活動後，戶外繩索活動延長了成員互動學習時間及領導者正向影響。本研究結果發現，當成員因高空恐懼而產生退縮行為，而體驗過活動的成員，會鼓勵產生恐懼的人，勇於去嘗試活動。因此，成員減少了以往的批評或衝突，而改用正向行為，去說服退縮行為的成員。由此可知，高空

繩索課程，讓成員們能逐漸改變以往攻擊、辱罵、嘲笑及不良人際互動，轉為較溫和與和諧的鼓勵與支持，他們能與伙伴分享經驗，如果經由活動體驗，運用真實生活之中，可促使對他人之人際互動，成員也有了良好的適應行為，使他們在真實生活中有所成長。

- 剩下 F 不敢接受挑戰，大家不斷的說服他，第一次感到這個團隊，真的是一個團隊，大家一起鼓勵不敢挑戰的夥伴，而且是積極的經驗分享的方式，而且，最後F也不負眾望的接受挑戰（領-950520-07-A2）。
- 接受挑戰的人因為感受到美好經驗，都樂於和其他人分享，甚至鼓勵害怕的人試著挑戰看看（領-950520-07-A2)。

(四)透過活動過程的觀察與討論，可立即修正活動內容。

領導員與觀察員經觀察發現，成員在前二週的活動，鮮少提出看法及討論的互動，當活動失敗時，對犯錯的人出現責怪與辱罵行為。然而，經由討論後，重新設計課程內容，將「計算機」更改為「雪花片片」活動，藉此活動讓成員意識到，在矇眼過程中，彼此能冷靜地產生溝通技巧，例如：靜下來聆聽他人意見、提出問題與問問題。

過程也以「同心協力」取代「默契報數」，更能增強成員彼此之間團結與默契，讓團隊互動更好。因此，觀察者與領導者的觀察發現，可做為修正活動內容的參考依據，使成員參與活動過程能符合輔導目標，以增進成員適應行為。

- 在下次的活動中，儘量以需要溝通的活動為主軸，讓參與者能在挑戰中，尋找及學會如何與他人溝通的方法，而促使每位成員能提出自己看法，也試著讓參與者體會，如何與他人溝通之後而達到成功，因而減少其衝突的情形發生。在這下週以進行如何讓團體成員能夠在活動能提高溝通的能力，以及察覺如何溝通與溝通的技巧…等，為活動的考量因素（觀省-950419-02-A3）。

(五)領導者應對活動有基本知能與概念。

本研究發現，領導者應於活動前了解活動目標、動機為何，及安排合適成員的活動。領導者應了解此活動非團康活動，不是一種純粹遊戲過程，而是領導者藉由遊戲方式，讓成員在過程與分享活動，發揮個人所長及與他人相互學習，從中獲得省思功能，而察覺生活中問題，再從活動過程尋找到自我調解方法，使活動經驗運用到真實之中，因此，領導者之領導技巧及察覺能力，需不斷地從帶領活動經驗中獲得，使每一個分享討論，能達到契合活動的目標。

二、針對領導者指導方式之觀察與省思

(一)成員的表現，可做為分享討論及修正課程依據。

領導者及觀察者在討論後發現，成員溝通過程中，部分成員提出的想法，很少被接受與認同。成員也無法安靜下來去聆聽，總是被其他成員影響注意力，無法專注聆聽其他人想法、意見；因此，在省思後有二個方法可提高成員關注活動參與，第一，領導者在分享引導時，可加以討論活動過程，讓成員感受個人及團隊的互動問題，使成員察覺未來應該解決的問題；第二，檢視及修正未來活動設計，是否能改善成員行為問題。

- 每個人都是團隊的一份子，這個認同度，還是要再加強（領-950426-03-A2）。
- C 是一個希望自己能成為領導者的特質，渴望去幫助別人，但是，往往無法控制自己的情緒，及冷靜下來聽聽他人的想法（觀待-950426-03-A3）。

(二)領導者應尊重成員的選擇性挑戰。

避免強迫成員在不願意情況下進行活動，讓成員自我決定是否參與活動，以養成自我負責的態度。從研究中發現，

A、E成員從退出活動後，中途加入後能使其成員態度更加專注。經由選擇性挑戰，讓成員從逃離與退縮行為，能重新面對我自，經由自我調解後，再次真心的投入學習活動，使行為正向改變。但，領導者在運用此指導技巧需特別留意，如果時常讓成員以選擇性挑戰，做為退縮及放棄理由，會讓活動安全及流程受影響。因此，當成員屢次有逃避挑戰表現，爾後又臨時欲加入活動，領導者可拒絕成員加入活動；在分享時需加以提出討論，使成員學習自我選擇之責任感，也能增加團隊凝聚力。

● A，除了休息還擔任觀察者的角色，他提出的一些看法對團隊而言不就是另一觀點，也讓他們明白活動的選擇性挑戰(領互-950503-04-A2)。

(三)可讓成員擔任觀察者，學習自我調解增進自我效能。

本研究過程產生退縮行為的成員，在一旁做為團體觀察者，成員從觀察他人互動過程，以調解退縮行為。在分享討論時請觀察者分享其體驗，使觀察者及被觀察者都能學習，透過觀察活動，可讓自己檢視及了解問題，可提供為未來情境的警惕與學習，加以提高成員自我效能表現。

● L：好，E，沒關係，你不想玩可以在旁邊擔任觀察者，但是要告訴我們你看到了什麼呀(逐-950503-04-A4)。

● A：因為D在耍白目，嗯…差不多這樣子

E：我發現A與C在玩 (逐-950503-04-A4)。

(四)發現危險動作時，應立即停止活動進行。

領導員應隨時注意環境與成員於活動之反應，從中察覺成員之一言一行及環境之突發狀況，使活動在安全的環境進行。本研究過程，成員使活動產生危險或威脅，領導員立即停止活動，進行分享討論，使成員們從討論過程，瞭解活動

停止原因，而從中學習安全維護，以建立及增加其信任感。

●F跌倒，到也提供大家真正停下來省思的機會，懂得更注意安全問題，而F對他們的原諒，讓彼此的關係更合諧。不過這次的機會教育，把場景帶到戶外繩索空間討論，也作為提醒下次挑戰必須更加注意(領參-950503-04-A2)。

(五)經由領導者與觀察者示範，可激勵成員參與活動。

當活動中難度提高時，應避免成員因活動失敗，失去希望與信心，降低對活動學習動機與熱忱。領導者可衡量活動狀況，親身示範帶領成員學習，使成員因受其刺激與鼓勵後，能讓他們重拾信心及重新設定目標。本研究過程發現，大部份成員，總是輕視F能力表現，而當領導者帶領F進行「BV」活動，F很快地完成活動，也從中激勵其他的成員。從BV活動，成員們出現第一次對F能認同的互動，從中印證領導者的領導技巧改變，對其成員具有影響力。但，領導者在活動中，不可出現太多次示範情形，避免成員對領導者過度依賴，形成減少成員做中學及團體人際互動之機會。

● 晃動的繩索果然讓他們馬上就很有實際的恐懼，一直無法成功踏出一步，讓這群孩子很輕易的又想放棄了，然而在我跟秋安的示範下，讓他們知道這個任務的可能性，也建立目標，也許，這群孩子缺乏的是成功經驗、一個讓他們得以效法的成功對象(領-950506-05-A2)。

(六)領導者的適當刺激及激勵，可使成員增加自我效能。

本研究過程發現，當成員屢次獲得失敗經驗，往往會產生衝動或放棄行為；而領導者在活動帶領過程，總是給予成員鼓勵及支持，以及加入指導技巧，而試圖刺激及引起成員們的學習動機後，再給予成員多一點時間，而能獲得成功經驗，從中增進自我效能行為。

●L：我想你們可以更好，我記得曾經有國小的同學記錄比你們好一點，你們要不

要在挑戰一次；我想你們是一群更聰明的同學，可以表現得更好，要不要再考慮一次(逐-950412-01-A4-A8)。

●直到告訴他們某國小的小朋友表現比他們好時，他們才比較提出勁來，要有所刺激，而且是強而有利的刺激對他們而言較有效(領-950412-01-A2)。

(七)應用活動器材，提高成員適應行為。

本研究省思發現，在「酺酸河」成員欲獲得更多器材來完成活動，領導者在發器材時提出問題，使成員回想過去活動達成要件，藉此讓成員們學習思考與溝通，使其行為能運用於活動過程，藉以增進成員們正向行為表現。因此，領導者可善用活動設計，運用帶導技巧的改變，能為成員製造各種不同學習機會。

● 當L以還板子為誘因，問說：「怎樣才能成功」，成員也回答了：「合作、努力、團結…等。」(觀-950510-06-A3)。

(八)當成員之間發生抗拒及排斥，觀察員可適時介入。

團體成員F是唯一女生，在「星際之門」活動時成員的手必須牽起來，而男生們全都拒絕與F牽手，為避免成員因性別產生的尬尷，使活動順利進行，領導者與觀察員加入活動中，讓F站在二位之間，避免兩性尷尬情形。因此，當成員出現排斥伙伴時，領導員與觀察員可適時加入活動，一來可拉近與成員距離，二來可使被排斥之成員心理較不受創，更可使活動順利進行。

● 成員拒絕與F牽手，我加入活動中，讓F夾在我與L的中間，而F也較願意去參與活動，當其他的成員在指導他時(觀參-950419-02-A3)。

三、領導者與觀察者活動結束後的觀察與省思

(一)藉由省思修正指導技巧、教案及課程內容。

在本研究第一週結束後，研究者與領導者從對成員觀察中，發現成員無法靜下來完成活動，與他人互動、溝通行為不良，也欠缺對人及活動安全維護，加上領導者對於活動時間掌控也需多加注意。因此，在活動後針對成員表現及領導者指導技巧，經由討論後，檢視原先教案內容，團隊需要更多合作與肢體協助，成員的表現尚未有安全維護的概念，基於安全考量，而重新設計活動內容，在未來活動為先建立團隊初階合作與溝通，再逐循漸進增進活動難度。然而，經由領導者與觀察者在活動後的討論，可發現活動教案的設計是否合宜，而經由重新設計與調整，以達符合輔導的目標。

- 接下來在活動設計方面，簡短的活動，多樣性的放進不同活動，漸進性的將難度提升，我想，應該會好一點（領-950412-01-A2)。
- 由於時間掌控不好的關係，第二個全方位價值契約未能進行完成，所以在下週對於時間的掌控需加以注意（觀省-950412-01-A3)。

(二)認同成員獨有特質，並給予正增強與鼓勵

本研究結果發現，成員們大都為低能力學習及成就低落的學生。然而，在活動過程發現，當成員感受領導者的支持與成就認同後，總是較能增進自信心，在分享過程也較能增進自我省思機會，成員也能從省思過程，再重新修正行為表現，使不適應行為達到自我控制與調解，因而促使增進自我效能、自信心與成就感表現，進而轉化為社會適應行為。

- 每個孩子都有自己比較擅長的地方，比較敢冒險的E，在戶外場地儼然是一條活龍，與他想當警察的志願相符。反之，C就屬於比較室內型的孩子，他在室內活動尤其是動腦部份，總是格外有興趣，常是想點子的人。A則是個會視場合做事

情的孩子，愛玩但該安靜或認真時他則有分寸。D，有時會說出有哲理的話，但有時卻裝傻愛亂飛，是個古靈精怪的小孩。B，必要時會故意耍狠，但卻很願意幫忙，需要被採或協助時他總是願意伸出援手。F，唯一的女生，有時總會被排擠，但總會細細的品嘗活動的意義及和大家的互動，（領-950524-08-A2）。

四、八週活動正面具體作法的陳述

活動設計應符合本研究目標，在活動過程依循成員行為表現，對活動提出適時調整與規劃，以符合教育訓練目的。

（一）第一週活動後，檢視第二週原先設計「齊楣棍」活動，為成員尚未建立良好的互動，很容易讓成員在解決問題過程中發生衝突及爭執。而「酥酸河」為肢體接觸與溝通為較多的活動，在第一週發現成員尚處於風暴期，成員尚無法控制行為，成員彼此之間也尚未完全接納對方，因此，改以「星際之門」、「手結」、「升學之路」取代活動。

（二）第二週發現成員參與很少提出討論便開始嘗試活動，而檢視「計算機」的溝通技巧難度較高，成員很容易因失敗經驗使得自信心及成表現降低。因此，在第三週更改「計算機」為「雪花片片」。從「雪花片片」讓成員學習溝通方法及如何提出問題，並且冷靜聆聽他人想法。在「矇眼三角」活動後，為更加強化團隊團結氣氛，而臨時加入「同心協力」而強化團隊合作與凝聚力的氣氛。

（三）檢視第四週活動設計過程，發現過去幾週活動很少建立成員彼此間信任感，而將第四週「交通阻塞」活動更改為「信任倒」，讓成員意識個人在團體中，應扮演的角色及應做好安全上維護，以保護伙伴安全。而第四週活動目的為，成員第五週即將進行高空繩索，藉由信任活動使他們能建立信任

而增加安全的維護。而「電網」設計是為高空繩索進行前，使成員增加肢體接觸機會，並從信任伙伴確保，以及互助合作中，共同解決問題，以為第五週高空繩索活動做為準備。

(四)成員在第五週過程，在低阻礙之活動仍然時常出現社會適應不良行為。因此，將先前活動設計的「過五關」及「大擺湯」等活動，基於安全為考量以及團隊能力評估後，察覺團隊需由挑戰度較低活動開始，最先以「滑索」讓成員意識高度與活動安全維護，再進行難度較低之高空繩索活動，以建立團隊對確保安全及個人挑戰的初階學習。

(五)第六週為強化成員在高空繩索後，其溝通行為得以延續，更改先前以解決問題為主的「蜘蛛人」、「百變金鋼」活動，改以合作、溝通及確保他人安全的「酗酸河」、「搶救地球」進行，以提供給成員將所學習的經驗，再次省思與察覺而發現問題，運用於未來新情境中。

(六)第七週戶外活動，察覺成員從低阻礙活動中，比起前次之戶外低阻礙活動，其團隊互動過程良好。過程發現需強化成員正向行為、溝通及合作等互動，因此，以「拋開過去邁向未來」、「 巨人梯 」實施團體能共同合作與協助項目。爾後，實施「飛躍直柱」提供個人做決策與挑戰的項目，讓成員學習個人突破與挑戰，重新接納自我以及建立自信心，而增加獨立及自我效能行為。

(七)第八週之活動目標為，強化成員過去幾週，從活動所學習經驗與感受，而以「鐵釘」活動，使成員在面臨時挫折與困難時，能不受時間、空間及人為等壓力影響，能不產生退縮行為，並且運用過去經驗加以嘗試，獲得自我挑戰與問題解決。第二個活動更改「合作者」為「翻葉子」原因是，「合

作者」為營造團隊合作、凝聚力及創意思考，來獲得問題解決，而以「翻葉子」做為最後一個活動，可使成員在合作過程解決問題，並提供成員學習自我檢視與反省機會，使成員檢視過去不適應行為問題，能從自我反思，使成員學習能自我控制與自我調解行為。

由以上討論可得知，第一，課程設計應考量活動是否符合教育目標。第二，領導員於活動前應多準備些備案，以因應成員臨時表現與狀況。第三，活動設計者也需加入與其他活動觀察者互相討論，以做為更改活動的根基及理由，第四活動領導員應有專業技能及帶領活動技巧。

小　結

從領導者與觀察者的觀察與省思可知，在活動設計前需擬定，成員的特性及教育訓練目的，進而設立目標安排課程。活動實施過程，活動設計者應具有修正課程之評估技能，以因應成員在活動過程之行為反應，而臨時更改活動流程與內容，使活動更能符合輔導目標。

然而，在帶領活動過程中，透過省思更清晰了解，成員在過程的言語、行為及環境危險動作時，領導員應立即中止活動，讓團隊進行分享討論，使成員追溯過去經驗進而學習，針對活動過程觀察的情境提出討論議題，使成員正視活動安全及維護。在活動過程善用選擇性挑戰的指導技巧，使成員學習自我決定與負責。因此，領導者技巧性的引導，能增加成員的討論與溝通能力，使成員提高活動動機而減少失敗，使成員獲得成功經驗過程建立自信心與成就感。最後，透過領導者與觀察者的討論與省思，再次檢視活動過程成員的行為表現，以及活動設計是否達成活動輔導目標。

第三節　突破休閒冒險活動對成員之輔導效果

本節旨在探討突破休閒冒險性活動對青少年社會適應行為之輔導成效。參與者接受八週活動後，在青少年社會行為評量表之改變情形及輔導效果。現茲由下述之：

本研究之社會適應行為量表中的適應行為整體信度結果為 α =.9629；分量表的不適應行為整體信度結果為 α =.8366，不適應行為之外向性問題結果信度為 α =.8634，不適應行為之內向性問題結果信度為 α =.6543。

一、學生自評其適應行為之前後測結果分析

為了解突破休閒冒險性活動對青少年社會適應行為之效果，進行相依樣本 t 檢定，以學生自評，比較成員在活動前後的青少年社會行為得分差異，結果如表 12 顯示，「青少年社會行為評量表」paired-t 考驗，在適應行為方面呈現顯著差異(t=-2.835，p＜.05)，不適應行為之外向性行為亦呈現差異(t=-2.405，p＜.10)，適應行為分量表之「互惠」(t=-3.464，p＜.10)、「衝突處理」(t=-3.151，p＜.10)，呈現顯著差異，不適應行為分量表之「違規行為」(t=2.648，p＜.10)呈現顯著差異、而「攻擊」(t=1.997，p＜.05)、「焦慮」(t=2.335，p＜.05)呈現極為顯著差異，在後測適應行為方面，平均得分皆比前測高，而不適應行為方面，除了「退縮」、「人際關係」以外，平均都得分比前測低，代表突破休閒冒險性活動介入，對青少年社會不適應行為為皆有改進，成員在適應行為方面皆有明顯進步，而在不適應行為中的「學習適應」有退步現象，此問題將於本小結中再進行討論。

表 12 青少年社會行為評量表前-後測之相依樣本 t 檢定摘要表(學生自評)

構　面	前測 平均數	前測 標準差	後測 平均數	後測 標準差	前-後 t 值
適應行為-適 1-7	37.5	13.60	41.33	11.25	-2.835*
外向性行為-不適 1-3	62.33	10.40	65.83	10.08	-2.405**
內向性行為-不適 4-6	55	10.09	58.33	8.71	-1.147
適 1-合群 GRS	34	15.53	40	11.69	-1.466
適 2-溝通技巧 CS	39.83	10.90	42.83	10.34	-1.267
適 3-主動 AC	41.5	12.35	47.16	10.88	-1.973
適 4-互惠 RC	35.5	10.63	43.5	7.73	-3.464*
適 5-衝突處理 CFS	37.5	9.91	44.5	8.66	-3.151*
適 6-自我效能 SE	40.5	18.05	41.66	12.30	.4002
適 7-學習行為 AL	42	15.38	43.5	11.51	-.8885
不適 1-攻擊 AG	66.33	10.76	61.33	9.91	1.997**
不適 2-違規行為 CP	66.33	8.54	60.66	10.55	2.648*
不適 3-過動、衝動 HI	60.33	9.85	60.16	7.90	.0660
不適 4-退縮 WT	57.16	9.02	55.66	8.71	.3597
不適 5-焦慮 AN	54	10.73	50.16	12.52	2.335**
不適 6-人際關係 IM	58.5	7.89	57.83	8.40	.1660
不適 7-學習適應 LP	56.83	16.38	57	16.41	-.0786

* $p<.10$，**$p<.05$

二、教師評量適應行為之前後測結果分析

為了解突破休閒冒險性活動對青少年社會適應行為之效果，進行相依樣本 t 檢定，以教師評量，比較參與者在活動前後的青少年社會行為得分差異，結果如表 13 顯示，「青少年社會行為評量表」進行 paired-t 考驗，在適應行為，呈現極為顯著差異($t=-3.081$，$p<.05$)，適應行為分量表之「自我效能」呈現極為顯著差異($t=-3.655$，$p<.05$)，不適應行為分量表之「焦慮」呈現顯著差異($t=2.010$，$p<.10$)。總體而言，後測適應行為方面，平均得分皆比前測高，而不適應行為方面，除了「過動」以外，平均都得分比

前測低，代表教師評量學生在適應行為方面有明顯進步，而不適應行為方面，大部份皆有進步，但過動、衝動的行為有退步現象，其問題將於本章小結中討論。

表13 青少年社會行為評量表前-後測之相依樣本t檢定摘要表(教師評量)

構　面	前 平均數	側 標準差	後 平均數	側 標準差	前-後 t值
適應行為-適1-7	39.33	7.42	41.5	8.73	-3.081**
外向性行為-不適1-3	72.16	14.30	65.33	9.26	1.349
內向性行為-不適4-6	54.16	11.42	55.66	12.12	-0.596
適1-合群GRS	42.33	6.15	46	8.83	-1.938
適2-溝通技巧CS	44	7.77	47	7.92	-1.792
適3-主動AC	44.66	9.00	44.16	7.93	0.296
適4-互惠RC	42.16	8.42	42.16	7.08	0
適5-衝突處理CFS	39	10.17	42.16	11.92	-1.861
適6-自我效能SE	37.16	8.95	40.66	9.64	-3.655**
適7-學習行為AL	33	9.59	40.83	8.25	-2.011
不適1-攻擊AG	59.5	6.62	58	4.69	1.378
不適2-違規行為CP	60.16	4.79	58.83	3.86	1.396
不適3-過動、衝動HI	62.83	4.62	63	4.56	-0.307
不適4-退縮WT	56.5	12.45	55.66	10.89	0.550
不適5-焦慮AN	56.33	6.53	54.16	4.53	2.010*
不適6-人際關係IM	56.33	8.21	55.66	7.96	1.348
不適7-學習適應LP	63	7.64	62.5	6.50	0.504

* p<.10，**p<.05

三、同儕評量其適應行為之前後測結果分析

為了解突破休閒冒險性活動對青少年社會適應行為之效果，進行相依樣本t檢定，以學生自評，比較成員在活動前後的青少年社會適應行為得分差異，結果如表 14 顯示，「青少年社會行為評量表」進行 paired-t 考驗，在適應行為，呈現極為顯著差異(t=-4.566，p＜.05)，適應行為分量表之「合群」呈現顯著差異(t=-2.304， p＜.10)，而「溝

通技巧」(t= -2.886，p＜.05)、「衝突處理」(t= -4.869，p＜.05)呈現極為顯著差異；不適應行為分量表之「攻擊」(t=2.362，p＜.10)、「過動」(t=-2.236， p＜.10)、「學習適應」(t=-2.236， p＜.10)呈現顯著差異，在後測適應行為方面，平均得分皆比前測高，而不適應行為方面，除了「過動」、「退縮」、「學習適應」以外，平均都得分比前測低，代表教師評量學生在適應行為方面有明顯進步，但過動、退縮及學習適應的行為有退步現象，其現象於本章小結中討論。

表14 青少年社會行為評量表前-後測之相依樣本t檢定摘要表(同儕評量)

構面	前側 平均數	前側 標準差	後側 平均數	後側 標準差	前-後 t值
適應行為-適1-7	40.83	6.01	45.5	5.68	-4.566**
適1-合群GRS	45.5	8.75	51.16	4.11	-2.304*
適2-溝通技巧CS	40.33	6.86	45.33	8.21	-2.886**
適3-主動AC	45.16	8.88	47.16	7.25	-1.825
適4-互惠RC	39.33	9.04	41.66	7.44	-1.352
適5-衝突處理CFS	43.33	5.04	50.33	5.27	-4.869**
適6-自我效能SE	42	7.53	44.5	9.11	-1.908
適7-學習行為AL	38.16	6.36	43.33	7.00	-1.481
不適1-攻擊AG	63.5	8.54	59.5	5.00	2.362*
不適2-違規行為CP	60.83	8.08	58	2.89	1.154
不適3-過動、衝動HI	58.66	3.98	59.66	3.61	-2.236*
不適4-退縮WT	56.16	4.66	57.66	8.47	-0.596
不適5-焦慮AN	54	5.51	53	4.51	1.936
不適6-人際關係IM	62.66	8.52	59.5	5.61	1.020
不適7-學習適應LP	62.33	3.72	63.33	3.07	-2.236*

* p<.10，**p<.05

小 結

(一) 從表12成員自評結果發現，適應行為整體表現、外向性問題、互惠、衝突處理、攻擊、違規行為及焦慮等分量表結果皆有進步情形；表 13 教師評量結果發現，適應行為整

體表現、自我效能及焦慮等分量表皆有進步情形；表 14 同儕評量結果發現，適應行為整體表現、合群、溝通技巧、衝突處、攻擊、過動/衝動及學習適應等分量表皆有進步情形。由以上各量表結果顯示，成員在自我與他人評量後，參與活動後的社會適應行為有成長現象；而社會不適應行為有改變現象。

(二) 從上述量表結果發現，從表 12 學生自評與表 14 同儕評量的結果，在學習適應(LP)其整體結果有退步情形，其退步原因，可能係此研究未加入成員學業課程內容，學生之課業結果無法與其活動相連。

(三) 從表 13 教師評量結果，在過動、衝動(HI)其整體結果有微小之退步情形，但從成員的同儕評量結果顯示，成員之過動、衝動(HI)評量結果，成員有進步的現象，因此，教師與同儕評量出現差異情形。其退步與原因可從以下幾點探討，教師與成員之互動較少，其教師對成員先前過動、衝動的刻板印象太多，成員的改變是需要再加以延長教師的觀察，再加以評量；而同儕與成員生活互動相處的時間較多，對成員的觀察時間較長，而使同儕與教師評量出現差異。

第四節 活動後焦點團體訪談結果之分析與討論

在八週活動進行後，於一週內對成員進行訪談，從訪談中，可得知成員活動後的感受與改變情形，以下分述之：

一、在活動裡面包括室內、室外的活動，那一些活動讓你們學習印象比較深刻？

●B：走鋼索，讓我很害怕，然後，會一直記得，還有滑索、大擺盪很好玩。(B-950527-01-A5)。

●E：還有想到自殺，想到自殺以後不能選擇跳樓 (E-950527-01-A5)。

●A：還有設定什麼目標，就是嘛，要進步考試要考很高，設定目標就是”考試考很高，但就是做不到，差 1 分就達到了，對，進步 10 幾分(A-950527-01-A5)。

●C：走鋼索，因為很恐怖啊！想到會掉下去，想到走頂樓外圍那個，我們家頂樓那個(C-950527-01-A5)。

●D：我覺得是滑索，因為很好玩，而且很刺激(D-950527-01-A5-A)

●F：我覺得是一條鋼索那個，應該是吧，因為讓我覺得很高，而且會搖來搖去，很可怕(F-950527-01-A5)。

A 從高空繩索活動中，將學校考試情境與活動做連結，而逐漸學會自我目標設定；E 意識到對生命的尊重；而 B 與 C 對「拋開過去邁向未來」、「大擺盪」活動的印象較深刻，一直記得恐懼的經驗。D 覺得是「滑索」活動，F 覺得是「拋開過去邁向未來」活動，因此，高空繩索經驗讓成員們感受較深刻。

二、請你們想想看，參加活動完後，自己跟過去行為有什麼改變？

● A：不會輕易放棄，就上次玩遊戲的時候，然後一開始覺得自己不敢過，再給自己一點信心 (A-950527-01-A5)。

● E：碰到挫折時不會很快退縮，沒有自暴自棄就是考試(E-950527-01-A5-A)。

● E：會像最後一個遊戲一樣，其實沒有那麼可怕，生活之中有很多事情沒有想像中那麼可怕，遇到事情就會勇於嚐試(E-950527-01-A5)。

● C：之前很膽小，遇到事情會害怕，就像走鋼絲一樣，現在不會，看到大家在玩就不會害怕，所以在生活上遇到事情不會怕。(C-950527-01-A5)。

● D：較能聽別人的話，有時候 A 叫我不要吵，我就不會吵，因為別人會指導我去怎麼做，如果沒聽就會有危險(D-950527-01-A5)。

從訪談中得知，A 成員在活動後，能提高自信心，面對生活中新情境時較不會產生放棄與退縮。E 成員在活動後，當生活遇見新經驗時較有勇氣嘗試，E 把活動經驗運用在考試、課業挫折，較不會產生退縮行為，遇挫折較會以正向行為面對。C 成員在活動前，對新情境較會產生恐懼，而經歷活動過程的學習後，面對真實生活的困難，已較能減低對新情境的恐懼。而 D 在活動後較能配合與團體表現合群行為。由以上討論可得知，成員在個人自效能、合群、互惠及退縮行為皆有成長表現。

三、想想看，在未參加活動前，你是怎樣的一個人，那現在呢，有什麼不一樣嗎？

- A：懶散的人，遇到什麼事情都不想去做，參加活動之後呢，也是有一些事不想去做，遇到比較刺激的事情就會去做，以前什麼事都不想做，像考試啊！還有家裡的事情，就是如果被媽媽罵都會去想好的方面，都會去想那是媽媽為你好(A-950527-01-A5)。
- B：以前都不太相信老師，那現在會比較相信一點(B-950527-01-A5)。
- F：我覺得很好玩，可以跟別人說我有走過很恐怖的繩索…別人還是會亂說，但是，我會不理他就好了，不會不開心(F-950527-01-A5)。
- D：會比較喜歡到學校，因為可以和朋友相處…有，比較不會罵人跟生氣，別人惹我時，我就笑一笑，當他是白痴就好了(D-950527-01-A5)。

從上所述，A 成員在活動前，以退縮行為面對新情境，而活動後，會能選擇引發興趣的新情境，而當被他人指責時，會較以正向想法，來自我調解行為。而 B 在活動前，對他人的充滿不信任，但活動後，較能接納與信任他人，有助於增強適應行為。F 在活動後，當受他人刺激或批評時，能

自我調解，使憂鬱行為獲得調解。D 在活動後，在學習適應行為有些成長，而當受他人批評時，也能調解衝動行為，與他人衝突行為逐漸降低。

四、在活動前你的行為怎樣表現，那現在呢？例如：很容易生氣呀或常覺得不快樂、沮喪，很容易與人衝突…等

●C：我不開心的時候，上課的時候就很想睡覺，心裡就有點悶，會讓我很想生氣，現在呢，現在就不會了，要睡就睡了。老師，我有時候罵人，並沒有代表什麼意思 (C-950527-01-A5)。

● E：比較容易生氣，被罵的時候，老師怎麼罵的時候，不管罵怎樣都會生氣，老師都在大家面前罵懶散、壞小孩，懶惰鬼，上課睡覺，活動完，老師罵的時候，有時會，有時不會生氣，因為老師都是為我好，比較不會這麼容易生氣，可以控制自己的情緒 (E-950527-01-A5)。

● B：以前別人罵我的時候就會生氣，就罵一些不好聽的話，自目呀、胖子呀，現在不會，比較有改善，會體諒，但，我會罵回去，我以前是用打的，以前是用打的，現在有進步一點是不打了，改用罵回去而已 (B-950527-01-A5)。

● A：很容易生氣，不管別人說什麼，或者一直回想別人曾做過什麼，就會一直生氣，生氣時通常都是用罵人的，還有用打的，現在沒有用打的，不會打架，就是別人罵我，我就去打他的話，這樣會不好，就是別人罵我，我就只是聽一下而已，然後別人被我打一下，如果受傷的話很久才會好 (A-950527-01-A5)。

●F：常覺得不開心，現在我就不管別人說什麼，反正我又不是那樣就好了…比較會找同學說心事…因為可以與別人說說發生的事，互相討論 (F-950527-01-A5)。

從上所述，成員在活動前 C 常出現焦慮行為，活動後此行為較減少。E 在先前無法接受他人指責與批評，活動後，較能將外界刺激轉化為正向想法。B 從攻擊行為，到活動後，已減少攻擊行為，但仍然產生言語攻擊，因此，日後需加以

輔導，使 B 與他人互動情形能有更好的適應行為。A 的不適應行為是進步較多，當他人給予批評時，A 不會像活動前，產生攻擊或暴力行為，將不適應行為轉他為，較能為他人著想，以及能維護他人生命安全，因此，A 對他人互惠及尊重適應行為有進步現象。而 F 在活動前，產生憂鬱行為，而活動後，能找他人溝通，而自我調解使憂鬱行為能減低。

五、在高、低空活動中，哪些活動，對你控制行為有較大的影響，或者活動中學到什麼體驗？

●A：巨人梯，就是之前就是很獨立，不喜歡跟別人在一起，然後現在會比較相信朋友，巨人梯就是，假如你在爬的時候，你只有一個人，跟本就無法上去，需要朋友的幫助 (A-950527-01-A5)。

●E：我覺得是 panperploe，要信任，別人跳下來那瞬間會害怕，以前都比較不信任別人，現在比較信任 (E-950527-01-A5)。

●B：老師，我是走鋼索時那我印象比較深刻，就是我覺得玩過之後，很相信別人，因為會覺得別人在確保我的生命 (B-950527-01-A5) 。

●C：就是，走鋼絲呀，就會覺得怕怕，就是會覺得什麼事情都要試試看，就是膽子大一點了 (C-950527-01-A5)。

●F：我覺得是盪來盪去那個，還有走一條網索…因為我本來不敢上去，後來是他們一直說很好玩，我才上去，其實沒有那麼可怕，很好玩…因為有別人的幫忙，讓我覺得不會很恐怖，我一個人可能就不敢上去了(F-950527-01-A5-A8)。

●D：我覺得都不恐怖，但是在蜘蛛網的活動很難…因為要被抬來抬去，還要鑽洞什麼的，感受到被別人指導跟幫忙，會配合別人(D-950527-01-A5-A8)。

從上所述可得知，成員在經歷高空繩索後，有著與以往不同的想法與改變。A 成員平時為獨來獨往的個性，而在「巨人梯」活動，意識到需要他人協助才能達到目標，因此，運

用到生活能產生與他人互惠、合群的適應行為。E 成員在「飛躍直柱」活動後，而體驗高空中，同儕的支持與鼓勵維護，因而對他人信任感增加，對自己也產生信心。B 成員在經歷「拋開過去邁向未來」活動後，產生對他人的信任感，因此，在生活中也較能接納他人。而 C 成員在經歷「拋開過去邁向未來」活動後，對未經歷的事，都抱著嘗試著的決心，因此，C 在自我效能行為較為成長。F 有著他人鼓勵後，能自我調解挑戰新情境，在經歷活動後，能使自我效能提高，而接受新情境之挑戰。而 D 在活動中，體驗與他人互相配合，從中學習合群行為，以運用到生活情境，能融入團體生活之中。

六、活動前後與他人的互動為何。參與活動前，有常與人互動或溝通？人際溝通機會有沒有增加

- E：下課，跟朋友在一起比較多溝通，以前很少溝通 (E-950527-01-A5-A)。
- A：我會比較喜歡跟別人分享一切，就是發生什麼事情會跟別人講，還有對別人什麼不愉快事情也會講，以前很少講(A-950527-01-A5-A)。
- C：會呀，比較會想誇獎自己給自己的鼓勵 (C-950527-01-A5-A)。
- D：沒有，但是別人幫忙，我會感謝他的幫忙(C-950527-01-A5-A3)。
- F：我覺得較能敢去跟別人說話，但是只跟自己較熟的人(C-950527-01-A5-A10)。

從上所述，A 與 E 成員於活動前，很少與他人互動與溝通，很多事情會放在心裡，而在活動後，成員較能打開心胸，與他人分享一切，因此，當成員能夠多點與他人溝通，在調解不適應行為上有很大幫助。而 C 能對他人讚賞自己，能提昇自我認同及自信心。D 在活動後，對他人在互惠行為有進步現象，以促進與他人之人際關係。F 在活動後，能自發性地與他人互動，從中去調解過去的憂鬱行為。

小　　結

從以上討論可得知，成員對高空繩索體驗較為深刻，在經歷活動後，有以下改變與成長。一、能提高自我認同感與自信心；二、對他人信任感較增加；三、與他人相處時，比以往較能溝通，能增進互惠表現；四、成員也能以同理心，設身處地為他人著想；五、對於師長或家長的指導或指責時，較能轉換為社會適應行為；六、個人遭遇生活挫折時，較能自我調解與適應，不輕易放棄新情境，能提高自我效能與目標設定。從以上討論，發現活動後，成員個人能突破自我；面對團體時，也能較投入學習，因此，在社會適應行為有提昇表現，而在社會不適應行為有降低情形。

第五節　青少年社會適應行為的個人成長之分析

本節欲了解各個成員，在每週活動成長情形。以「青少年社會行為評量表」分量表內容，包括適應行為：合群、溝通技巧、主動、尊重/互惠、衝突處理、自我效能及學業學習；不適應行為：攻擊、違規行為、過怕/衝動、退縮/膽怯、焦慮、人際問題及學習適應問題等等，進行分析與討論。依實施週次順序、研究者的觀察及訪談，分述如下。

一、A 成員之成長歷程

(一)A 的八週活動歷程

A 在活動第一週在活動開始之前，還不斷地與其他成員打打鬧鬧，產生不合群的表現，自我效能表現相當不良。A 歷經活失敗或挫折，以退縮、焦慮的態度來面對挫折，時常遇到困難就想放棄，出現退縮行為，例如 ●A：就不要玩就好了…這成績有什麼屁用（例A-950412-01-A4-A8、9）。活動過程中，A 在活動中會引導別人，

但是，通常不願意聆聽他人意見，對他人言語互動，大都以衝動、暴力的言語表現，例如●A：你白目喔，等一下，下課你就死定了(A-950412-01-A4-A15)。綜括而言，A的自我效能、人際溝通及合群等行為表現不良，在不適應行為方面則出現了攻擊、衝動、焦慮及退縮的表現。

到了第二週，在訂定「全方位價值契約」後，A開始會注意與人互動言語安全，過程中，A遇到挫折雖說出“不要玩了”或放棄言語，但經由引導員分享過程，A感受到要面對挫折，例如●A：堅持做那件事情要做到底(A-950419-02-A4-A17)，也開始漸少表現出退縮行為，並且以較善意的行為與他人互動，例如●D，你小心一點啦(A-950419-02-A4-A21)。這週活動過程A在活動中還會幫忙領導員管秩序，綜括而言，A在主動、互惠與尊重行為有進步現象，而則出現了學習行為、退縮與焦慮行為。

在第三週活動中，A一開始參與活動顯得不太積極，與其他成員在一旁玩耍，但到了「矇眼三角」活動，雖然A想當團體的引導者，但，團體只能派出一位引導者，A在這個活動中自動退讓機會給其他伙伴，出現互惠行為，例如● 我要當啦…她(F)當就她當(A-950426-03-A4-A18)，與以往的他大有不同。活動分享中，意識與提及團結就是力量的概念，A已學習到適時的犧牲與奉獻，對他人攻擊性言語比起前幾週減少很多。綜括而言，A在互惠、尊重、衝突處理、合作、人際問題有進步的現象，但仍有退縮及主動性不高的問題存在。

在第四週時，A一來上課就向領導者表示身體不適，例如●老師我肚子痛，想睡覺(A-950503-04-A4-A1)，引導員請他在一旁當活動的觀察者，A在分享時，他能說出觀察的內容，例如●還有觀察到C一直在那邊笑(A-950503-04-A4-A6)。在第二個活動，其他成員無法解決問題，

而不斷地面臨失敗，A 雖身體不適仍然向領導者提出，欲加入活動幫忙伙伴，例如●老師，好好玩，我也要玩，頭好痛 (A-950503-04-A4-A14)，A 相當投入於活動中，去協助其他的伙伴，願意給伙伴踩著自己身體確保伙伴的安全，察覺 A 在這週活動中，即使身體不適也會試著去解決問題，因此，總括而言，A 在自我效能、合作、焦慮、人際互動及退縮行為皆有進步現象。

第五週到戶外繩索場地體驗活動，成員在進行低阻礙活動時，A 在蜘蛛網獲得失敗經驗，便開始產生退縮行為，不願再加入挑戰，但經由成員鼓勵及自我調解後，他又開始加入活動，專心地給予協助與幫忙，例如●扶助他(D)，讓他腳先過去就可以了(A-950506-05-A4-A12)。在「Big V」活動，一開始 A 與 D 一組，但 A 後來改由與 B 一組後完成了活動，A 完成活動後不斷地給予伙伴鼓勵與活動的指導，後來 A 向引導者提出，願意協助他們完成活動，例如●A：E，我們再一次代替他們(A-950506-05-A4-A22)，從 A 主動協助伙伴的表現而有很大的進步。在分享時，也提出要保護伙伴安全，不能隨意地開玩笑，而且要相信伙伴會認真確保彼此。在高空繩索過程，A 平時對 F 時常產生衝動行為，但在攀爬「攀岩牆」，主動提出願意幫 F 做確保，例如●我幫他(F)確保就好了(A-950506-05-A4-A36)，A 表現認真保護著 F，與以往對 F 的態度有很大的轉換。因此，綜括而言，A 出現了互惠、自我效能、合群及尊重之適應行為，而退縮行為有進步現象。

在第六週，A 把在學校的焦慮行為帶入活動中，例如●L：你(A)平常不是很多想法呀，你今天心情不好嗎…對呀，我想翹課(A-950510-06-A4-A2)。經由其他成員調解及過了一段時間，A 才願意再次投入活動中。在分享活動時，A 能說出團隊需要合作與團結。A 提及有想戒菸的概念，例如●我已經二個星期沒抽了 (A-950510-06-A4-A22)，他表示已戒菸二週時

間了，因此，綜括而言，A 出現了合作、違規行為有進步的現象，但是，仍有焦慮、退縮行為產生。

在第七週時， A 在這次活動，幾乎沒有出現放棄活動的行為，在團體項目中不斷協助伙伴，在「拋開過去邁向未來」活動，A 不斷地給予協助一起進行活動的伙伴，例如●你的腳跨出去就好了(A-950520-07-A4-A26)。而在下午個人決策與挑戰部份，A 能經過自我調解後，很快地克服恐懼去接受挑戰，突破自己去挑戰困難，例如●E，你快下來，我要上去啦 (A-950520-07-A4-A56)，而且還會協助與鼓勵團隊成員，使得活動達到目標。因此，綜括而言，A 在這一週出現尊重、自我效能、合群、溝通及主動之適應行為，而在退縮及焦慮行為有明顯進步現象。

第八週活動，A 一進教室就不斷地告訴其他成員應該珍惜最後一次活動機會。過程中，還會幫忙領導者管理秩序，例如●最後一節了，要珍惜這一節(A-950527-08-A4-A1)。A 在這次活動中，沒有出現退縮行為，在鐵釘活動會不斷地嘗試其他方法，例如 ●來，我想到了，給我試試看 (A-950527-08-A4-A2)。在分享活動中，A 提及他藉由活動學習與感受到的經驗，在這次考試時他訂定了目標，並試著努力，最後考試成績有進步了。A 對過去所做的壞事，有不同的看法。他認為，經由不良適應行為的經驗後，讓自己能從中獲得省思機會，未來才不會再做出違背良心的行為，A 已能漸漸產生自省的內化思考了，●每一件事情不完全是壞的，可以讓自己學習，因為做壞事會讓自己良心不安，以後就不會做了(A-950527-08-A4-A13)。因此，綜括而言，A 過去之退縮、焦慮及衝動行為已減少，也出現其自我效能、衝突處理及學業學習之適應行為。

(二)研究者對 A 觀察歷程與訪談的發現

A 在活動前時常遇挫折時，就不斷地呈現放棄與退縮的

念頭，與他人相處也時常產生攻擊或嘲笑行為，對目標達成的要求，時常提不起勁而有放棄的念頭。在八週活動後，從觀察中可察覺 A 漸漸能自我挑戰與突破，面臨挫折或困難時，退縮想法已經比起過去減少許多，對他人在言語或行為互動上也能產生較良好的人際互動，其敘述活動過程的表達能力進步許多，因此 A 減少了不適應行為表現。

活動後的訪談過程，A 談及在參與活動前，對生活的態度為較懶散，對於任何事總是缺乏興趣。在活動後，面對新經驗較能產生興趣及嘗試。並能把學習的經驗，真正地運用在生活之中，例如，學校考試及做事情遇到挫折時，較不會容易放棄與退縮想法。更受「巨人梯」活動影響，對朋友的產生較多的信任，也較主動與人溝通及訴說心事。當受外界刺激時，A 能調整自己情緒與行為，避免傷害到他人，也更能加珍惜自己與他人生命，並且使用同理心去對待他人。表 15 為 A 在八週活動過程之成長歷程分析表。

表 15　A社會適應行為成長之分析表

內容/週次	活動前	一	二	三	四	五	六	七	八	活動後
合群	◎				★	★		★		
溝通技巧	◎		★					★		★
主動				◎		★				★
尊重、互惠				★		★		★		
衝突處理			★	★					★	★
自我效能	◎				★	★			★	
學習行為			◎						★	
攻擊	◎	◎								
違規行為	◎									
過動、衝動	◎	◎		★						
退縮	◎	◎	◎	◎	★	★	◎	★	★	★
焦慮、憂鬱	◎	◎	◎	★			◎			
人際關係					★					
學習適應	◎									

◎ 行為表現不良　★出現成長及進步現象

二、B 成員的成長歷程

(一)B 的八週活動歷程

B 在活動前的訪談分享想法，對於課業學習不感興趣。在生活中時常出現抽菸及攻擊行為表現。在訪談中察覺 B 似乎略為隱藏真實的他，不太能說出真正的想法。

第一週，B 很少主動與人互動，有點內向放不開地參與活動，總是默默參與活動，當團隊出現問題，B 會適時地提供團隊解決問題的方法，例如●要合作(B-950412-01-A4-A11)；當 B 經歷失敗時，總是願意不斷地再嘗試。在分享過程 B 很少表達想法，總是在旁觀察與他人的互動，因此，綜括而言，B 出現合群的適應行為，但在主動及學習適應有不良現象。

第二週活動，B 與前一週不同的是，行為表現較為主動，他會去指導成員，如何地解決問題，在活動中，會適時地給予協助他人，例如●你(F)牽他的(B-950419-02-A4-A11)，活動過程較少出現焦慮行為參與活動，因此，綜括而言，B 在主動、尊重及互惠有進步現象。

第三週時，B 較不會與其他成員在一旁玩耍，很認真地在參與活動，選擇默默地協助他人，在分享時鮮少說出想法，但能意識到團隊合作的重要，例如●團結力量大(B-950426-03-A4-A30)，因此，綜括而言，B 在主動行為表現良好，但其溝通、人際關係行為有待強化。

第四週 B 在過程中，積極地想讓活動獲得成功，與成員互動與對話漸漸有增加現象。在活動中總是先犧牲自己，協助其他成員完成活動，例如●等一下，換人，我來幫忙扶(B-950426-03-A4-A16)，在協助他人過程中，很少出現不適應行為。而在信任倒時，意識到對他人安全與信任的重要性。B 在活動中很少與他人討

論，便開始參與活動，在活動失敗後才願意慢慢有了討論。活動中，B 很少有退縮行為，時常扮演著鼓勵著其他成員繼續參與活動，B 在活動中能適時提出其分享，例如●不要開玩笑(B-950426-03-A4-A12)。因此，綜括而言，B 在人際互動、互惠行為有成長現象，但溝通行為出現不良現象。

第五週為戶外活動，B 在低阻礙活動能聆聽 L 的說明，在過程中，很少產生不適應行為，不斷地在失敗中找尋方法，也能適時地給予伙伴幫忙，有時也會扮演著鼓勵成員需加入討論的角色，例如●好啦，我們討論吧(B-950506-05-A4-A8)。到了高空繩索時，B 不斷出現恐懼與焦慮行為，漸漸產生退縮與放棄行為，而 B 總在其他成員鼓勵後，能克服其恐懼完成活動，例如 ●那 A 我們一人帶一個就可以成功了(B-950506-05-A4-A21) 。綜括而言，B 在溝通行為逐漸有進步現象。但出現了不適應的退縮、焦慮行為。

第六週活動，依舊能適時犧牲自己，幫助別人，也提及團結與合作，即使遇見失敗也不會有放棄想法，總是認為團隊達到其目標，例如●老師，可以重來嗎(B-950510-05-A4-A18)。因此，綜括而言，B 持續出現主動及互惠行為，而在退縮行為有進步現象。

在第七週活動中，B 在高空「拋開過去邁向未來」活動無法克服恐懼，產生放棄及退縮行為，當經大家鼓勵後，B 會慢慢試著進行活動，但無法完成設定的目標。在之後屬於個人挑戰過程 B 面對恐懼，例如●好恐怖喔，我不要上去了(B-950520-07-A4-A18)，無法突破自己。但是，在高空繩索 B 產生恐懼，不斷地想放棄活動，但是當伙伴有著相繼續挑戰的念頭，B 卻願意配合其他成員完成任務，例如 ●我們站起來把他(E)拉上來，要不要(B-950520-07-A4-A37) 。因此，綜括而言，B 出現互惠、合群行為，但在自我效能、退縮及恐懼行為仍有待強化。

第八週活動，B 與往常一樣極積投入活動，能與他人合作共同協助完成目標。他在第一個活動中，無法解決問題，加上受 L 給予的時間壓力與成員影響，B 很快地就放棄活動，例如●B：對呀，別人都說不可能了 (B-950524-08-A4-A7)。在分享過程，較能說出想法，以及將活動中習得的經驗，與其他活動或生活相結合，例如●B：有啊，走鋼索呀，我現在不是不敢跳，以後就敢了呀(B-950524-08-A4-A13)，而提出想法。因此，綜括而言，B 在溝通技巧、合作及互惠行為表現有成長現象，而自我效能仍需加以強化。

(二)研究者對 B 觀察與訪談的發現

活動剛開始，B 很少與他人相互討論及互動，總是在一旁默默地配合；在分享活動也很少提及想法。而在第三週後，B 較能表現真性情，在活動中時常地能犧牲自己幫助他人，而衝動及暴力行為也較少出現。而在第五、七週的高空繩索活動，當團體項目進行挑戰，B 總是能壓抑自己的恐懼，去突破自己與配合伙伴。而在高空繩索個人挑戰部份，他很難去克服障礙，但，當他人在進行活動時，B 能給予伙伴正向支持與鼓勵。活動後的分享 B 提及，雖然現在無法克服恐懼，但在未來，他願意試著突破障礙去挑戰。在這幾週活動中，發現 B 在人際互動比起先前較開朗與活潑，也能與他人分享想法。活動後，B 能有著正向想法，進而應用到生活之中，當受他人影響時，B 仍然可以保持正向的社會適應行為，使他不受過去負向經驗影響，因而改變其社會不適應行為。

B 在訪談中提及，參與活動後，較能面對新情境的挑戰。參與活動後，面對外界的刺激時，其衝動、違規行為較能自我控制，而學習時也較能提高學習興趣。更從高空活動使他回到真實生活，較能提高對他人信任感。因此，綜括而言，

B 在衝突處理、學習適應、退縮、攻擊、衝動及違規行為等行為表現，皆有進步現象。表 16 為 B 在八週活動過程之成長歷程分析表。

表 16　B社會適應行為成長之分析表

內容/週次	活動前	一	二	三	四	五	六	七	八	活動後
合群	★	★						★	★	
溝通技巧	◎			◎	◎	★			★	
主動	◎		★	★			★			
尊重、互惠			★		★		★	★	★	
衝突處理	◎									★
自我效能	◎									
學習行為										
攻擊										★
違規行為										
過動、衝動	◎									★
退縮						◎	★	◎		★
焦慮、憂鬱						◎		◎		
人際關係				◎	★					
學習適應	◎	◎								★

◎ 行為表現不良　★出現成長及進步現象

三、C 成員的成長歷程

(一)C 的八週活動歷程

活動前訪談過程，發現 C 是一個外向與樂觀個性，能與他人有著較多的互動，但談話中，C 時常出現不恰當及威脅的言語，會不斷地插話影響其他成員，也不能尊重他人想法。在 C 談話中，當他受批評或嘲笑時，C 時常會出現攻擊行為，例如●c：像遇到同學的話就打他啦(插話中)(C-950405-01-A1-A6)。通常以“ 三字經“與他人互動，對於學校課業也以消極方式面對，對於困難的處理則以退縮方式面對，因此，綜括而言，C 出現溝通不良、攻擊、衝動、退縮及學業等不適應行為問題。

在第一週，C 在活動開始前，不顧 F 感受，以不安全言互動對待 F，也時常以 E 臉上雀斑為議題，不斷地嘲笑與批評著，例如 E●老師你看 E 滿臉雀斑(插話中)(C-950412-01-A4-A2)。過程中，當 C

成為團體領導者，由於很少聆聽著他人意見，所以，活動不斷獲得失敗經驗。C 在經歷失敗時，總是能自我調解，願意不斷地接受挑戰，例如●老師再給我一次機會(C-950412-01-A4-A3)，在過程中，C 會去鼓勵著其他成員不要放棄活動。因此，綜括而言，C 在適應行為之自我效能表現良好，而在尊重、攻擊、衝動及溝通技巧表現出現不良問題。

在第二週，從「全方位價值契約」活動後，較減少對他人產生不尊重行為，在此週活動中，C 很主動出來當團隊的引導員，並協助團隊的成員完成活動，在活動中已能說出正向的言語來叮嚀其他成員，例如 ●小心，腳起來(C-950419-02-A4-A6)。在「麵包工廠」時，C 主動提及與 F 合作，有別以往地總是攻擊著 F。在分享中，也較能說出想法，而提及對他人在言語安全上的互動是很重要，例如 ●C：那你(F)這個放開，這個給老師(C-950419-02-A4-A6)。因此，綜括而言，C 出現了尊重、主動已有些微成長。

第三週活動，C 在第一個「雪花片片」，不太極積參與活動，不斷地針對 F 說出不適當言語，與前二週不太一樣，不配合領導員帶領，不專注自顧自地參與活動，例如●不要理他(F)啦(C-950426-03-A4-A3)。在「矇眼三角」，C 主動擔任團體的引導員，但是，C 無法專注幫助其他成員解決問題，有時還會去嬉鬧成員，使得團隊經歷失敗。而 C 因而觀察出 F 冷靜與細心，推薦 F 當團隊引導員，使得活動成功。C 在經歷活動成功後，漸漸減少焦慮行為，又開始專注地投入活動中。在分享中，C 提及團隊合作的重要，並談及活動中需配合他人，例如●換 F 來當，因為你是女生比較不會亂(C-950426-03-A4-A18)。因此，綜括而言，C 在合群有些微成長，但其主動、自我效能出現問題行為。

第四週時，C 在信任倒活動時，產生恐懼行為，因此將

不良情緒發洩在F身上，對F言語互動產生不恰當的行為，也較不信任伙伴，無法成功進行活動，例如●你(F)白痴喔，推那麼慢(C-950426-03-A4-A6)。在L的再次鼓勵後，C慢慢地能信任成員的確保完成了活動。在電網活動中，C很少與成員討論，時常經歷失敗，但他總是不放棄參與活動，過程中能主動幫助其他成員，犧牲自己，也會試著把想法告訴成員。分享時，C提及活動需要認真才能確保伙伴安全，也意識到成員間需要合作與團結才能完成活動，例如●對呀，我們都讓人家笑，就是在安慰人(C-950503-04-A4-A20)。因此，綜括而言，C在互惠、合群、退縮及溝通技巧等行為有進步現象，但在恐懼、攻擊行為出現問題。

C在第五週由於身體臨時不適，未能到達活動現場參與活動。在第六週，在「毒龍潭」活動時，C不經意使團隊在成功之際失敗，C不承認自己的錯誤，例如●屁啦，線在前面好不好，那是他們拉過來的好不好(C-950510-06-A4-A8)，最後，在其他成員勸說後，C才承錯誤。但C依舊鼓勵著其他成員，再試著挑戰活動。C在今日活動中，較減少對F攻擊互動了，C在分享活動時不太專心，會轉移話題或與其他成員在玩耍。因此，綜括而言，C在衝突處理、攻擊有些微進步，而自我效能有退步現象。

第七週活動，C第一次來到戶外場地，積極地投入低阻礙活動，也鼓勵著其他成員不要放棄活動，在穿著吊帶練習時，C收起在學校耍寶、玩耍不專注態度，很專心在練習吊帶穿著。C經歷第一個高空繩索活動產生很大恐懼，在高空中遲遲不願跨出一步，而在E協助後，C在同儕幫忙與自我調解後而達成目標。在經歷此高空繩索活動後，對其他成員安全確保，顯得很認真與專注，還會鼓勵正在高空中的成員。C對F態度也有改善，當F在高空進行活動時，C也會

對F說著“ 加油“的言語，C在此次活動中，幾乎沒有攻擊行為，與他人互動也有正向改變，例如●哈…加油啦，你(F)往右邊走走(C-950520-07-A4-A23)。而在個人挑戰中，C克服恐懼去嘗試「大擺盪」活動。在「pemperpole」過程C選擇放棄活動，在地面上鼓勵與支持著其他挑戰的成員。因此，綜括而言，C在尊重、互惠、主動、攻擊及人際關係行為有明顯成長，而自我效能仍然有待強化。

最後一週C不斷地嘗試活動，當L給予時間壓力，其他成員皆放棄了，唯一只有C不願放棄地找尋方法及嘗試，從活動中可察覺C驚人的毅力。在經歷第二個活動，C分享已較能應用過去社會不適應行為提醒自已，未來不能做壞事，C有著與過去不同的改變，對事情較不會放棄，而對生命的看法，在經歷高空繩索課程後，而較能珍惜自己的生命，例如●因為C覺得可能，所以我們在等你(L-950520-08-A4-A3)。因此，綜括而言，C的自我效能及衝突處理行為皆有成長現象。

(二)研究者對C觀察與訪談的發現

C從一開始與人互動時常產生辱罵、嘲笑及攻擊行為，與他人溝通互動鮮去聆聽他人意見、及主動地幫助他人。而活動幾週後，C在活動中，較能主動關心與鼓勵伙伴，攻擊行為逐漸減少，也能意識言語安全，較能接受他人提供意見及配合他人想法。活動後從訪談中得知，C在生活中當遇見困難，會較有勇氣嘗試未經歷的事。C更提及活動前，因無法引起課業學習興趣，而產生社會不適應行為。然而，在活動後焦慮行為較減少了，也能誇獎自己較有自信心。而C向L提及，第一次的戶外活動未能參與，真正原因並非他生病，而是他玩電腦而懶床，表示非常後悔未能參與活動，C以誠

實的態度來面對自己，與先前總是會為自己找尋很多藉口，有所差異也有所成長。因此，綜括而言，C 在溝通技巧、互惠、自我效能、尊重、主動、退縮及學習適應行為皆有成長現象。表 17 為 C 在八週活動過程之成長歷程分析表。

表 17　C 社會適應行為成長之分析表

內容/週次	活動前	一	二	三	四	五	六	七	八	活動後
合群	◎			★	★					
溝通技巧	◎	◎			★					★
主動			★	◎				★		★
尊重、互惠		◎	★		★			★		★
衝突處理	◎						★		◎	
自我效能		★		◎			◎	◎	★	★
學習行為										
攻擊	◎	◎			◎		★	★		
違規行為	◎									
過動、衝動	◎	◎								
退縮	◎				★					★
焦慮、憂鬱					◎					
人際關係										
學習適應	◎									★

◎ 行為表現不良　★出現成長及進步現象

四、D 成員的成長歷程

(一)D 的八週活動歷程

D 在活動前的訪談過程中，發現 D 會說出不適當言語，他談及與人互動時，不會主動去幫助他人，與 D 在對話中他只能以較減短的言語回答，有時會文不對題的答覆。他談及在學校曾經因外界刺激，與他人發生肢體上的衝突。當生活中發生困難時，會以退縮或逃避來面對問題，對學校的學習以漠視不積極的態度面對。因此，D 在主動、攻擊、衝動、退縮、自我效能及學業適應行為等出現問題。

在第一週活動時，D 很容易與 A 在一旁玩耍，無法與他人溝通。在分享時，D 會不停地與 A 在一旁玩耍，在分享活動過程，D 時常偏離主題回答問題。第二個活動時，D 無法投

入於活動中，與A在一旁不停的玩起OOXX遊戲，即使L警告，D仍以不會寫做為玩耍藉口，繼續地不停玩耍，例如●我寫在OOXX裡面…嗯，我沒寫(D-950412-01-A4-A13)。因此，綜括而言，D在自我效能、溝通技巧及主動行為出現問題。

在第二週活動，D比起上週較投入活動參與，雖然有時會不自覺地與成員玩耍，總是需要被他人管理秩序後才加入團隊。D有時會說出不經思考的言語，無形之中會傷害到F，例如●B，你有辦到“春捲(F)“對不對(D-950419-02-A4-A8)。L發現D時常出現言語上的不安全，經過尋問後，D才說出他沒有任何惡意，只是想到什麼就說什麼。引導員給予D提醒後，D在分享時說出需要努力，便逐漸開始投入於活動中，配合著他人指導，第二個活動過程，D也較少出現玩耍情形，例如●在家靠家人，出外靠朋友(D-950419-02-A4-A18)。因此，D漸逐產生主動、自我效能行為表現，但其互惠及尊重行為仍待加強。

第三週活動中，D又不專心於活動過程，總是會讓團體浪費時間管理行為與秩序。其注意力總是容易受外界影響，無法投入於活動中。在最後一個活動，D願意犧牲自己與F牽手，D雖與F一同完成活動，但是，在活動中，仍以不恰當言語嘲笑著F，無形之中，會去傷害到F，例如●我好想洗手，我摸到F了，皮膚病了(D-950426-03-A4-A29)。因此，綜括而言，D在合群行為有進步現象，而學習適應及互惠行為仍有待強化

第四週，D依舊在活動時玩耍，但經由其他成員勸說後，才較投入活動中，也開始較能配合他人，共同一起解決問題。平時D會對F惡言相向，但在最後一個活動，D願意主動地扶持 F，使活動能順利完成。D在活動過程中，即使經歷失敗，很少會有焦慮行為，但，很容易受到他人影響行為

懷現，例如●D：F，快一點，踩他屁股，快上去，我幫你，快一點上去(D-950503-03-A4-A15)。因此，D在合群、主動、互惠及焦慮行為出現成長現象。

第五週，D在戶外活動，從低阻礙活動就能專心參與，但到了，「蜘蛛網」，因草地上蚱蜢使D轉移注意力，D不顧活動進行，而到一旁玩起蚱蜢，例如●D、A在旁發現蚱蜢，在旁玩耍中（逐-950506-05-A4-A15)。在高空繩索活動，D與其他成員不同的是，D沒有出現恐懼行為，能夠以平常心參與活動，在確保吊帶練習過程，D收起平時愛玩耍的態度，非常認真在穿著吊帶；在高空活動雖然產生恐懼，但，D很少表現出來，D不斷地向L表示身體不適，例如●老師我頭好痛(D-950506-05-A4-A28)。但是，當團隊在進行活動，D仍會協助團隊，D的態度較屬於被動，需要L提醒，才能去協助確保。D在活動過程，對F較少出現攻擊及衝動行為，能夠漸漸在活動中注意言語的安全。因此，綜括而言D在主動、自我效能、攻擊、衝動及焦慮行為皆有成長現象，但其合群行為仍有待強化。

在第六週D在第一個活動過程，向其他成員表示有玩過類似的遊戲，例如●老師，這我玩過了(D-950510-06-A4-A1），但，他沒有跟團隊討論，便開始玩起了遊戲，使得團隊經歷失敗。然而，活動失敗後，D較不會產生退縮行為，還會鼓勵著大家，可以再試一次，例如●老師，同意，重新啦(D-950510-06-A4-A9)。D比先前進步地收斂自己的玩耍行為。分享時也能提供L一些屬於自己的想法，例如●就我們兩個人的給他們，他們(A、B)揹我們(C、D)(D-950510-06-A4-A11）。因此，綜括而言，D在退縮、主動及衝動處理行為有些許成長，而溝通技巧仍有待強化。

在第七週，D因身體不適，未能到戶外場地學習。而第八週，D收起以往愛玩耍的個性，很認真地投入活動中，在

活動中能配合著其他成員，協助他人完成活動。D 在活動中也鮮少對 F 說出不適當語言，在分享中，也能提供想法，例如●因為每一種方式都試過了 (D-950524-08-A4-A4)●要去做才有可能，凡事都要試試看，需要引導者來引導 (D-950524-08-A4-A6)。因此，綜括而言，D 在合群、自我效能、衝動及溝通技巧行為等有明顯成長現象。

（二）研究者對 D 觀察與訪談的發現

D 在活動前幾週，時常在一旁玩耍，對分享活動很少能說出想法，以文不對題或岔開話題，干擾分享活動進行，也無法專心投入活動。而幾週活動後，D 較能配合他人及合作，在互動過程能減少衝動行為，與他人溝通時學會聆聽他人意見。在活動過程，出現主動協助他人，在與他人互動過程，D 的言語行為，已出現能尊重他人行為。在訪談中得知，D 面對他人刺激時，較能自我調解，減少衝突行為，因此，活動後，D 在合群、溝通技巧、衝突處理及衝動行為皆有進步。下表 18，為 D 在八週活動過程之成長歷程分析表。

表 18　D 社會適應行為成長之分析表

內容/週次	活動前	一	二	三	四	五	六	七	八	活動後
合群				★	★	◎			★	★
溝通技巧		◎					◎		★	
主動	◎	◎	★		★	◎	★			
尊重、互惠			◎	◎	★					★
衝突處理	◎					★	★			
自我效能	◎	◎	★			★				
學習行為										
攻擊	◎					★				
違規行為										
過動、衝動	◎									
退縮	◎					★	★		◎	
焦慮、憂鬱					★	★				
人際關係										
學習適應	◎			◎						

◎ 行為表現不良　★出現成長及進步現象

五、E 成員的成長歷程

(一)E 的八週活動歷程

活動開始前，E 在訪談中很少主動談話，總是在一旁聆聽著他人想法，E 提及平時很少與人互動，通常當同儕或朋友與他談話時，很少會理會他人，也不會主動去幫助他人。自己時常受焦慮行為影響，當受外界刺激時，會與他人發生肢體衝突產生攻擊行為，E 也會帶著危禁品到學校，出現違規行為。因此，綜括而言，E 在溝通技巧、尊重、主動、衝突處理、衝動、攻擊及違規行為發生問題。

第一週活動 E 不停地在一旁玩耍，完全不理會領導者，很容易分心。E 有時會提出意見，但無法與成員溝通，過程中很少與其他成員對談，在分享時也很少提出想法，當他人在分享時，E 有時還會插話及在旁玩耍，例如●這時候躺在地板及拿身旁的東西在玩(逐-950412-01-A4-A3)。因此，綜括而言，合群、主動、學習適應及溝通技巧行為等表現不良。

在第二週，E 在第一個活動很主動地跳出來當團體的指導者，例如●我也要(自願)(E-950419-02-A4-A4)，在過程中 E 會試著協助與叮嚀著其他成員，例如●小心…腳…腳(E-950419-02-A4-A7)。E 有時會分心在一旁玩耍，依舊缺乏溝通與互惠行為，但，已經漸漸能分享想法，並主動協助伙伴，遇到挫折時也較不會產生焦慮行為。因此，綜括而言，主動、互惠、合群及焦慮行為有進步現象，但在溝通技巧與學習適應行為有待強化。

第三週，E 比較專心投入活動，也鮮少說出攻擊語言，有時還會以幽默方式，讓團隊氣氛很愉悅。E 在分享活動已能說出想法，有別過去二週總是表現偏離主題且不恰當言語。E 談及，自己在活動中有時會缺乏耐心，因而無法達成

目標，E 開始會產生內化與自我省思。E 認為活動能成功，就需聽從領導者指示以及與人溝通，對於別人在說話時也需仔細聽，例如●還有別人說的時候要仔細聽(E-950426-03-A4-A6) ●用心聽人家講話(E-950426-03-A4-A11)，在活動中更需配合著別人，以及意識到團結力量，例如●對，團結的力量(E-950426-03-A4-A26)。E 的進步，可從他參與活動積極度，以及能分享與思考活動感受，具體地說出想法，與他人互動及個人也逐漸有正向成長。因此，綜括而言，E 在自我效能、攻擊、合群、互惠及學習適應行為皆有成長現象。

第四週活動，E 拒絕與 F 共同進行活動，而在一旁當觀察者，例如●好，E，沒關係，你不想玩可以在旁邊擔任觀察者 (E-950503-04-A4-A2)。在分享時，E 能清楚說出觀察內容。在電網活動，E 給予伙伴協助，犧牲自己趴在地板上，讓成員踩在身上，例如●我已經被踩了很多次了(E-950503-04-A4-A17)，協助成員完成活動。因此，綜括而言，E 出現合群、主動及互惠行為有明顯進步。

第五週，E 到戶外場地時，心情相當亢奮，很投入活動中，低阻礙活動開始，較少分心與玩耍，並專注地解決問題，過程中，不會去主導活動過程與指使他人，而默默地配合著伙伴。在賞鯨船活動中，也願意與成員討論，說出想法●你(A)站那邊，還要有一個比較重的站那邊(討論中)(E-950506-05-A4-A3)。在過程中，E 雖失敗但很少再出現有放棄及退縮行為。E 在參與「BV」活動，還與平時情感處得不是很好的 A，倆人能夠合作而達成目標，更主動去教導還沒達成目標的伙伴。在戶外活動中，E 是時常第一位出來挑戰活動，活動後也能與他人互相分享感受，例如●我要第一個(E-950506-05-A4-A32)。E 在分享時認為“ 失敗為成功之母 “，例如●沒關係，成功為失敗之母(E-950506-05-A4-A4)，試著去鼓勵著其他成員，不要放棄希望應該轉換心境接受挑戰。E 在這次戶外體

驗過程，已較減少在一旁玩耍，能提高專注力及協助他人，及提高自我效能，因此，綜括而言，E 在合群、溝通技巧、互惠、自我效能及退縮行為皆有成長現象。

第六週活動發現，E 能夠接受他人意見，以及配合團隊決定，在活動中比起以前已經減少與人爭吵的攻擊行為。當引導員情境塑造中，E 也較能安靜下來聆聽說明，然後再指導伙伴，例如●要不要我過去幫忙，F(E-950520-07-A4-A3)。在分享 E 提及合作的重要性，例如 ●團結就是力量(E-950520-07-A4-A20)。因此，綜括而言，E 在尊重、溝通技巧及衝動行為出現成長現象。

在第七週， E 在「拋開過去邁向未來」活動，他能自我克服恐懼，並且協助 C 完成活動。而 E 在巨人梯，雖然與 F 情感互動不良，但為達目標，依舊願意配合活動，例如●我們男生都爬上去，女生爬不上去怎麼辦(E-950520-07-A4-A25)。當完成此活動時，即使 E 顯得相當疲憊，他主動提出願意再次協助其他成員共同挑戰活動，例如●對呀，不然他們怎麼上去(E-950520-07-A4-A 35)。E 在「飛躍直柱」活動，E 出現了困難及恐懼，開始展現退縮行為，花了團體很多時間，但，經由他人鼓勵與自我調解後，E 能克服與突破達成目標，例如●E：好啦，死就死嘛 (E-950520-07-A4-A 52)。因此，E 在合作、自我效能、互惠、主動、攻擊及退縮行為已有成長。

第八週 E 在「鐵釘」活動，容易受其他成員影響放棄了活動，而在一旁玩耍了起來，例如●E，在一旁拿釘子敲木板(逐-950524-08-A4-A 3)。在分享時，較能說出與生活情境中，也能連結想法，提及現在較能自我調解行為，例如●因為考試有時候都一直試，可是都沒時間了，所以就放棄了(E-950520-07-A4-A 4)。在分享中，對自己曾做過不良行為，漸漸出現自我省思與檢討了，例如●有些事情還是要懷念，雖然是之前是做錯的，都是…幼稚，那長大以後回來想想那時候感覺為什麼要這樣做(E-950520-07-A4-A 13)；在參與活動這

段期間，E的考試開始試著去努力多看一點書。因此，綜括而言，E出現了自我效能及學業學習行為之成長。

(二)研究者對E觀察與訪談的發現

E在前幾週活動較易與他人產生攻擊、衝動的行為，也鮮少與他人合作、溝通，然而，經過幾週活動，E在高空繩索活動與人互動方式有明顯進步，能提出想法與團隊討論，也時常犧牲自己幫忙團隊達成目標。在個人挑戰活動方面，E能突破恐懼接受挑戰，也時常是第一位去挑戰活動，也能在分享活動，與其他伙伴分享感受間接影響他人。

在八週活動結束後，E在訪談中，談及經歷高空活動後，較敢嘗試新情境的挑戰，對於別人責備較能自我調解及控制不適應行為。E將高空繩索所建立對伙伴的信任感，能運用到生活而能較信賴他人，與同儕互動開始產生良好溝通與互動，也能與他人分享及對談。因此，綜括而言，E在適應行為各方面皆有所成長，而不適應行為在攻擊及退縮行為也皆有所成長。表19為E在八週活動過程之成長歷程分析表。

表19　E社會適應行為成長之分析表

內容/週次	活動前	一	二	三	四	五	六	七	八	活動後
合群		◎			★	★		★		★
溝通技巧	◎	◎	◎				★			
主動	◎				★			★		
尊重、互惠	◎						★	★		★
衝突處理	◎									★
自我效能				★		★				
學習行為									★	
攻擊	◎			★				★		
違規行為	◎					◎		◎		
過動、衝動	◎									
退縮	◎	◎				★				★
焦慮、憂鬱										
人際關係										
學習適應		◎	◎							

◎ 行為表現不良　★出現成長及進步現象

六、F 成員的成長歷程

(一)F 的八週活動歷程

F 在訪談過程，非常拒絕加入團體，總是認為其他成員會排斥他，在訪談中鮮少發言，總是等到其他成員不在教室內，F 才會向領導者表達想法。F 提及在班上人際關係良，下課很少與人互動與溝通。在訪談中不斷表現拒絕參與活動，出現退縮及憂鬱行為。因此，綜括而言，F 出現退縮、主動、憂鬱、溝通技巧及人際問係等行為問題。

第一週活動，F 一開始就與團體成員保持距離，在過程中，雖然有時會配合其他成員，但，鮮少與伙伴溝通及互動，臉上也時常掛著憂鬱與不快樂表情。分享時，F 很少提出意見與想法，當 L 問 F 時，F 也總是以點頭或搖頭來表示意見。因此，綜括而言，F 在活動中出現憂鬱、無法與團體主動、合作及互惠等行為問題。

第二週 F 在體驗「星際之門」活動後，心情較開朗了起來，在活動休息時，F 主動向 L 提及她時常認為別人不喜歡他，或者會在背後嘲笑及批評他，才產生憂鬱行為。因此，時常受他人影響自己的情緒，由此可發現，F 對自己的自信心不足，無法調解自己的憂鬱行為。因此，F 的主動及溝通技巧仍有問題，而憂鬱行為有些微進步。

第三週的「矇眼三角」活動，成員推薦 F 擔任團體成員的引導員，在 F 的細心過程中，因而協助成員達成目標，促使 F 的憂鬱行為減少。在分享時她也較能說想法及感想，與其他人互動也較多了，例如●很好回答(F-950426-03-A4-A 23)●因為只要回答是跟不是(F-950426-03-A4-A 23)，臉上也有較多愉悅的神情，因此，綜括而言，F 在合群、焦慮、溝通技巧及互惠行為有所成長。

第四週活動，F 出現害羞與不合作參與活動，經過領導者的溝通及 F 自我調適後，才慢慢參與活動。然而活動過程，因為成員們沒有幫 F 把安全確保做好，使得 F 跌到地板上，F 以悲傷來反應情緒，爾後，經成員道歉後，F 表現出自省行為，表示是自己的能力不足而使活動失敗。在活動中，F 會開始自省，減少責怪與懷疑他人。雖然經歷活動失敗與受傷，她也很快地能回復不會產生憂鬱與退縮行為，例如●F：嗯…沒有，因為我不怪他們，是我也沒有跳好(F-950503-04-A4-A 22)。因此，綜括而言，F 在衝突處理、互惠、退縮及焦慮行為皆有明顯改善。

第五週戶外繩索活動，F 開始與其他成員互動，加上 L 帶領 F 體驗活動成功，例如●那，F 來我跟你試試看(1-950506-05-A4-A 20)，F 的笑容與自信心逐漸增加，還會主動地與成員談話。在高空繩索活動，F 產生退縮及恐懼行為，因而拒絕嘗試活動，但經由伙伴鼓勵後，才逐漸接受挑戰活動。在整體過程 F 與人互動及溝通增多，也能與人分享感受，有別於前幾週的憂鬱行為，例如●F：對呀，相信我(F-950503-05-A4-A 35)。因此，綜括而言，可察覺 F 在主動、人際溝通、自我效能及焦慮行為皆有進步現象。

第六週活動，F 進教室就主動與人們，談著戶外繩索活動的感受，從 F 談話中，可察覺高空活動讓她相當愉悅。而活動開始，F 依然保持沈默地參與活動，分享時，也很少說出想法，總是在一旁默默聆聽他人想法。因此，綜括而言，F 在憂鬱與焦慮行為有成長，但主動、互惠行為仍然需強化。

第七週戶外繩索活動，F 能積極參與低阻礙活動，而到了高空繩索活動，例如●F：換我，怎麼上去(F-950520-07-A4-A2)，F 產生恐懼行為，在經過自我調解後，才繼續挑戰活動。然而，在「拋開過去邁向未來」的活動 F 表現退縮行為，例如●F：很高，我可以下去

了嗎(F-950520-07-A4-A23)，但 F 在經歷活動後，又漸漸展現了笑容，與他人開始有了互動與談話，例如●F：哈…老師他好好笑(F-950520-07-A4-A12)。開始與其他成員較能夠相處在一起。而在個人挑戰「大擺盪」活動，F 產生恐懼，但又經由成員們不斷鼓勵，F 才慢慢地決定上去挑戰，例如●F：好啦，不要太高喔(F-950520-07-A4-A48)。而到了最後一個活動時，F 有一點心動想要挑戰，例如●老師，惑覺被你洗腦…有一點想要上去(F-950520-07-A4-A53)，但因恐懼依舊產生退縮行為，F 選擇在地面上主動地給予伙伴支持，確保過程中與其他成員有著較良好的互動。因此，F 在焦慮、互惠及人際互動有所成長，而退縮及主動行為仍有待強化。

第八週，F 比平常晚進教室，活動開始前便察覺 F 又表現出憂鬱行為。活動中也帶著憂鬱行為，與他人互動也比在戶外來得少。F 在過程中因無法調解憂鬱行為，而向 L 提出當觀察者想法。在下課休息時，F 談及活動以外的時間，F 與 C 雙方發生一些誤會與衝突，二人雖試著解決衝突問題，但，因 C 對 F 口氣不甚良好，使得 F 產生憂鬱行為而退出活動，例如●那我不要玩了(F-950524-08-A4-A10)，由此可知，F 在尊重行為有進步現象，但在衝突處理、焦慮方面仍無法自我調解。

(二)研究者對 F 觀察與訪談的發現

F 在活動前，F 總覺得成員都對她產生敵意，大家都不喜歡她，因此導致 F 很難投入於學校或輔導團體裡，總是拒絕他人，在行為方面也時常表現得憂鬱、不快樂，很少與他人互動與溝通，導致人際互動關係非常不良。在八週活動中，F 從第二週漸漸能較融入團體活動，更在戶外繩索表現有著明顯進步。F 從一開始不願加入團體或分享討論，活動後幾週，才願意主動去協助別人，適時地說出感受。在高空

繩索活動過程，F 雖然產生恐懼及退縮行為，但仍然願意突破自己而挑戰，臉上笑容也逐漸增多，憂鬱行為也較為減少。再從 F 的訪談得知，F 提及因為自己的學習成就及家庭問題，使得對自己的自信心較低，有時會刻意與他人保持距離以保護自己。然而 F 在生活中，與他人互動些微增加，在參與活動期間較能倘開心胸與他人相處，當面對外界刺激時，其憂鬱的行為依舊會產生，但比過去較減少一些頻率。因此，綜括而言， F 在人際關係、焦慮、互惠、溝通技巧、自我效能及學習適應行為問題皆有些微進步現象。表 20 為 F 在八週活動過程之成長歷程分析表。

表 20　F 社會適應行為成長之分析表

內容/週次	活動前	一	二	三	四	五	六	七	八	活動後
合群		◎		★						
溝通技巧	◎			★						★
主動	◎	◎	◎				◎	◎		
尊重、互惠		◎	◎	★		★		★	★	★
衝突處理									◎	
自我效能						★				
學習行為										
攻擊										
違規行為										
過動、衝動										
退縮	◎				★					
焦慮、憂鬱	◎	◎	★	★		★		★	◎	★
人際關係	◎							★		★
學習適應										

◎ 行為表現不良　★出現成長及進步現象

小　結

從活動前的訪談，成員大都呈現社會適應行為之外、內向行為及人際互動問題。在活動後的訪談過程，可發現高空繩索活動對成員的社會適應行為影響較多，成員從高冒險的情境遇程，能學習如何與人互動、合作、個人責任及自我挑

戰等等，成員參與活動輔導過程，也展現將活動習得的經驗，類化到真實生活的情境。

然而，成員經由輔導活動八週後，其中的 A、B、C 及 E 成員在社會適應行為外向有明顯的成長及改變；而 D 也在活動後合群及衝突處理行為也有明顯的成長；成員 F 在活動前的社會不適應之內向性及人際互動最為嚴重，而在活動後已能讓 F 成員，較減少憂鬱行為以及增進人際互動。綜上所述，成員進行八週活動後，在社會適應行為有明顯成長現象，而在社會不適行為有減少現象

第伍章　結論與建議

本章旨在歸納突破休閒冒險性活動對青少年社會適應行為等問題之輔導歷程的種種發現，並依據研究發現提出建議，以做為未來帶領突破休閒冒險性活動、從事學生社會適應行為問題輔導，或者相關研究之參考。本章共分為兩節，第一節為結論，第二節為建議，分述如下。

第一節　結　論

本研究結果可分就團體輔導活動過程青少年社會適應行為之成長、青少年社會適應行為個人之成長、成員活動後社會適應行為的訪談結果、突破休閒冒險性活動輔導效果等，進行討論茲分述如下：

一、團體輔導活動可促進青少年社會適應行為

在八週活動前，成員面對困難與挫折時，常有退縮或放棄行為產生。而在活動八週後，成員能突破高空繩索的恐懼，挑戰與突破自己達成目標，因而促使個人自信心提高。在團體或個人目標設定能產生自我效能表現，顯得較為積極，也較能試著嘗試新情境的挑戰。除此之外，成員也學習如何與人合作與溝通。從歷程資料的結果，成員對同儕或朋友信任感增加、與他人溝通與互動機會也提高、違規及衝動行為減少，以及較能排解憂鬱或焦慮行為。

二、團體輔導活動使青少年獲得社會行為正向改變

成員在參與活動前，A、C、D 及 E 在攻擊、衝動及違規行為上最為嚴重，在 A、C、D 及 E 經由活動的學習後，較能控制及調解自己的不適應行為，使攻擊、衝動及違規行為減少產生。而 B 在活動前一經由外界刺激而產生攻擊行為，使 B 在人際關係關係表現產生社會不適應現象，而在活動後，B

減少衝動行為及人際關係問題。F 在情緒障礙量表顯示憂鬱、焦慮情緒最為嚴重，活動前幾週，時常展現憂鬱或焦慮行為，F 在活動後的憂鬱、焦慮行為已較明顯減少，能較主動性與他人互動。

三、輔導活動對成員的人際及學校學習具有正向影響

在活動後訪談顯示，成員能對生命價值形成正向詮釋，降低攻擊及衝動行為。成員經歷高空活動，從經歷恐懼及與他人確保互動中，成員學習愛護他人生命及同理心，更能體驗生命可貴。A 成員更將活動經驗運用於真實生活。A 表示當產生衝突行為時，將回溯於活動經驗，因而產生對生命尊重想法，而認知暴力或衝突行為的表現，將危及他人生命，而將攻擊行為得以正向轉化，進而逐漸減少對自己或他人造成生理及心理的傷害。

經由大多數成員在訪談結果顯示，於活動參與後日常生活行為已逐漸獲得正向改變。在學校方面，當面對師長批評與指責時，能接納師長意見及教導；學業學習方面，有別於過去能主動要求自己學習。在人際方面，當經歷與他人產生衝突或批評等刺激時，能運用活動中習得的經驗，自我調解後減少不適應行為發生。在個人方面，對自己具自信心，面對新情境自我效能較能提高。綜上所述，突破休閒冒險性活動對成員人際、個人及學習適應方面，具有正面的影響效果。

四、活動對青少年具有正向及立即輔導效果

成員於活動後，在社會適應行為方面有顯著之差異，顯示突破休閒冒險活動對青少年，具有影響顯著的立即輔導效果。然而在社會不適應行為未達顯著差異，但平均數與標準差有提昇現象，顯示活動對青少年外向性及內向性之社會適

應行為問題，具有正面影響，因此，青少年於輔導活動後能減少社會不適應行為的表現。

第二節　建　　議

本節針對本研究結論，提出對學校、輔導單位及教師之建議，再根據活動領導者及觀察者之省思，對領導者及未來研究提出具體建議。

一、對學校及輔導單位之建議

(一)突破休閒冒險性活動可應用於青少年輔導方案。

依據本研究結果發現，實施突破休閒冒險性活動方案可提昇青少年適應行為能力，降低外向性與內向性行為問題，對不適應行為青少年具有輔導效果。因此，建議其學校或教育單位能將其運用於輔導方案，在聯課、輔導及社團活動等，加以實施及推廣。

(二)可配合實施個別諮商，使成員降低社會不適應行為

本研究所實施之青少年社會行為量表於各分量表中，就適應性行為均達顯著，在外向性與內向性行為問題，平均數有進步現象，不適應行為獲得改變。因此，第一，建議輔導單位可在實施活動時，配合個別諮商，藉以達到輔導最佳效果。第二，亦可於活動結束後加入諮商活動，可適時協助成員解決不適應問題，再從中強化其正向行為改變。

(三)輔導教師能參與活動相關的研習，以充實輔導知能。

建議教師參與突破休閒冒險性活動相關研習，從中學習如何帶領、設計及引導活動。使輔導課程能結合遊戲方式，讓青少年能從樂趣中學習，並提高輔導效能，促進師生情感。

二、對未來活動領導者之建議

(一)領導者需具備專業知能，及活動指導實務經驗。

為使團體活動能提昇成員社會適應行為，建議領導者應具有活知能與體驗及參與活動相關的研習，並過去經驗中提昇活動的流程設計，及帶領引導技巧。在活動過程需詳細記錄活動過程的省思，從中發現問題及促進活動帶領技巧。

(二) 活動前應做實務練習，就成員表現而更改活動設計 。

本研究在活動中，成員出現過動、退縮、不配合活動或不斷地展現，不適應行為表現時，領導者因管理秩序而耽誤活動流程，因此，建議領導者對於時間與團體氣氛掌握，需在活動前加入實務操作，使活動過程能順利進行。

建議領導者應於活動前，第一，需瞭解活動流程及內容，做好場地規劃及活動道具安排，以避免未事先準備而擔誤研究活動之流程。第二，就成員活動情形，給予符合教育目標的活動設計。第三，能察覺成員表現情形，就領導者的認知能力更改活動設計。第四，領導者需準備活動備案，得以在活動就成員的表現而立即更改活動內容。

(三)以耐心及正向鼓勵成員，提高互動機會及學習興趣。

本研究於活動中察覺，成員不斷嘗試及經歷失敗，最後，總是需要比他人多一些時間而達成目標。因此，第一，建議未來領導者，能察覺成員受活動的挫折而產生不適應行為，領導者能以引喻式指導方式，使成員獲得成功經驗。第二，尊重成員個人的人格特質表現，當成員產生社會不適應行為，如果不影響活動安全，需耐心等待成員完成活動，並以正向言語鼓勵成員，使其獲得活動的成就。

(四)具有高空繩索帶領經驗，以維護活動安全。

本研究在活動過程中，如果欲加入高空繩索課程設計。第一，建議未來領導者，在帶領活動前，需實際參與體驗高空繩索活動，學習對每一項活動的特性及目標。第二，領導者對高空繩索攀爬及下降等確保流程，能有基礎認知與瞭解，而提高強化繩索活動之安全維護。

(五) 避免淪為團康活動，加強分享活動之引導技巧。

本研究過程察覺，當領導者對活動分享內容與技巧不熟悉時，無法提供引導式分享時，容易形成玩完遊戲即結束活動，雖讓成員製造愉悅氣氛，但會降低教育訓練功能。因此，第一，建議未來領導者，學習如何營造良好團隊氣氛，從中察覺成員活動過程的神情、肢體語言、情緒…等表現提出分享討論。第二，對每一項活動之引導技巧能有所瞭解，能將引導內容與活動過程中相結合，再將其活動經驗，藉由分享而運用於生活之中。

(六)活動前探勘場地與器材的選擇。

本研究之室內活動場地為團輔室，因場地及空間有限，以及下課時間受其他學生干擾、用另類眼光看待，使得成員容易分心或逃離活動，以及提供不適當的器材，容易造成危險環境。因此，第一，建議研究者可於活動前，能前往探勘活動場地，而選擇不受外界干擾之場地。第二，對場地的動線及規劃瞭解後，才能選擇適合場地大小的器材，以提供器材安全的在場地使用。第三，活動前應檢視器材是否有毀損情形，避免利器或不恰當的器材，使成員在活動中受傷。

三、對未來研究之建議

(一)對活動觀察者、研究助理及活動帶領者之評估。

本研究只加入一位帶領活動之研究助理，而發現戶外繩索活動需加入其他助理協助，因此，建議未來研究者，為提供研究流程能更加完善，第一，選擇觀察者時，需具備觀察的相關知能與技巧。第二，選擇研究助理時，需具備能瞭解活動相關程序與內容，以協助領導者帶導活動。第三，選擇活動帶領者時，需評估領導者之活動實務經驗、人格特質及引導能力等等。第四，增設資料搜集的研究助理，使搜集資料過程能分工，以詳細了解活動過程的內容。

(二)研究者與研究助理需學習活動後之觀察與省思的技能。

本研究過程需依參與者的現場表現而考慮是否更改活動設計，使活動更能符合教育訓練目標。因此，建議未來研究者，第一，可在每一次活動後，觀察成員之互動及表現，進行自我省思，以檢視未來活動是否符合團體成員需求。第二，活動後可與研究助理互相討論，從不同角度瞭解成員表現，做為未來活動設計參考，並提高研究工具之信、效度。

(三)可延長活動之實施次數。

本研究每週實施 1 次，每次 2 小時活動，因時間限制尚有許多高空活動的項目未進行，因此，第一，建議未來可 1 週實施 2 次，每次 2 小時活動或 1 週 1 次 4 小時的室內活動，延長活動次數，以增加較多討論議題，以強化成員輔導；第二，建議未來研究，可增加戶外繩索實施次數及時間，以強化活動訓練目標。

(四)加強教師與家長之間連繫與合作。

本研究活動中，只有成員單方面進行輔導活動，未與

教師及家長之間，進行連繫與溝通。而建議未來研究者，於研究前可與教師及家長們進行會談，並解說研究及觀察內容等。因此，加入教師及家長的觀察，以更詳細了解成員，在活動以外行為表現。

（五）建議擴大研究樣本及年齡層。

本研究僅以國一青少年為對象，其中女性僅佔一位，而使活動過程，產生性別尷尬或歧視情形，建議未來在研究對象之選擇時，第一，可擴大其研究的年齡層，以增進活動對其他對象是否也有輔導效益。第二，性別差異因素需做為考量，避免單一性別參與者加入活動，如果在選擇研象時，只有單一性別的參與者，可邀請年齡相仿之參與者加入活動中，以增進活動對成員之輔導成效。

（六）選擇青少年社會行為評量之簡化量表及延長活動天數。

本研究工具為青少年社會行為評量表，內容題數過多，填表人出現缺乏耐心，無法專注填寫量表的情形。此外，量表前後之填表時間過於相近，使得填表人出現過度練習情形，影響其研究結果信度。因此，第一，建議未來研究可採用本量表之簡化量表內容，減少增表時間及真實性。第二，建議未來研究者，可延長研究活動天數，把填寫時間距離拉長，以避免填表人過度練習。

參考文獻

一、中文部份

王淑俐（1995）。*青少年情緒的問題、研究與對策*。台北市：合記。

王耘、葉忠根、林崇德（1995）。*小學生心理學*。台北：五南。

王鍾和(2003)。青少年的生活壓力，*學生輔導雙月刊*，87，112-119。

呂民睿、莊耀嘉(1992)。單親家庭與青少年違規犯罪行為。*東海學報*，33，247-284。

呂翠夏（1992）譯Smith, C.（1990）。*兒童的社會發展-策略與活動*。台北：桂冠。

江美玲（2003）。探索諮商團體"對低EQ國中生提升情緒智力效果之研究“。臺灣師範大學教育心理與輔導研究所，未出版碩士論文。

余紫瑛（1999）。探索教育活動影響國中學生自我概念與人際關係之實驗研究臺灣師範大學公民訓育研究所，未出版碩士論文。

李自強（2004）。青少年偏差行為與家庭相關因素之分析。*菁莪季刊*，57-63。

李芳芝(1998)。突破休閒-冒險性運動。國立*台灣體育學院休閒運動系系刊-創刊號*，63-73。

李義男（2000）探索教育之超越心理功能。*國立台灣師範大學公民訓育學報，9*，63-80。

李義男（2003）。*探索教育與諮商治療*，台北：水牛。

李德誠、麥淑華（2002）。*整全的歷奇輔導*。香港：突破。

林永喜(1994)。*三大學派教育哲學思想概論*，台北，文景。

林金定、嚴嘉楓、陳美花（2005）。質性研究方法：訪談模式與實施步驟分析，*身心障礙研究*，3（2），122-135。

林青瑩(1998)。青少年偏差行為的家庭因素之分析研究。屏東師範大學教育心與輔導研究所，未出版碩士論文。

林淑華（1998）。原住民與非原住民學童父母管教態度與社會適應之比較研究。*台東師院學報*，9，307-346。

金車教育基金會（1998）。打造 EQ 希望公程休閒教育推廣研討會。台北市：金車教育基金會。

周美智（2001）。家庭因素、子女道德觀與青少年偏差行為之關係研究—以雲嘉地區為例-摘要。南華大學教育社會學研究所，未出版碩士論文。

周鳳琪（2000）。國中適應不良學生參與探索諮商團體之效益研究。臺灣師範大學公民訓育研究所，未出版碩士論文。

吳百祿、王財印(2002)。從青少年問題談情緒智力。*學生輔導雙月刊*，83，p33-47。

吳芝儀（2000）。*中輟學生的危機與轉機*，嘉義：濤石。

吳武典（1982）。行為評量及有關障礙的診斷。載於國立編譯館主編，特殊兒童的教育診斷。台北：正中。

吳武典(2001)。*青少年問題與對策*。台北：張老師文化。

侯禎塘(2002)。情緒障礙的成因與行為處理。*屏師特殊教育*，3，25-33。

施紅朱(2005)。探索教育課程對犯刑青少年生命意義感的影響之探討。國立高雄師範大學教育研究所，未出版碩士論文。

胡幼慧（1996）。*質性研究：理論、方法及本士女性研究實例*。台北：巨流。

胡秉正(1994)。*教育心理學*。台北：三民。

胡慧宜（1998）。國小兒童情緒適應行為與情緒感受經驗之相關研究。台北市立師範學院國民教育研究所，未出版碩士論文。

馬麗莊(2001)。*青少年與家庭治療*。台北：五南。

洪煌佳（2001）。突破休閒活動之休閒效益研究。國立台灣師範大學運動休閒與管理研究所，未出版碩士論文。

洪儷瑜（2000）。*青少年社會行為評量表*。台北市：心理。

唐璽惠（2002）。生活適應不良學生輔導策略。*學生輔導通訊*，83，70-83。

翁淑綠、陳惠玉（2004）。同儕對青少年偏差行為之影響。*師說:中華民國全國教育會月刊*，183，54-57。

許維素(2003)。*焦點解決短期心理治療的應用*。台北：天馬。

許義忠、莊麗君（2002)。矯正青少年偏差行為的另類方法：以利益為管理導向的休閒遊憩服務模式。*戶外遊憩研究*，15（2)，71-91。

郭　藩(2004)。*青少年發展與輔導*。台北：千華。

張文耀（2000）。突破休閒冒險性活動對身心障礙學生提昇自尊心之研究。國立台灣體育學院體育研究所，未出版碩士論文。

張春興、林清山(1983)，*教育心理學*。台北，東華。

張春興(1992)。*張氏心理學辭典*。台北，東華。

張英陣、彭淑華(1998)。單親家庭的問題與社會政策之探討。*社區發展季刊*，84，2-30。

陸宛蘋（2001）。*以體驗學習為基礎建構青少年休閒系統—以 project adventure 為例*。行政院青年輔導委員會。

游福生(1998)。*孩子行為的輔導*。台北：師大書苑。

褚雪梅(2004)。青少年的情緒困擾與因應，*學生輔導*，94，130-145。

陳向明（2002)。*社會科學質的研究*。台北：五南。

陳南琦(2000)。青少年休閒阻礙因素之探討。*台灣體育*，106 期，29-32。

陳彰儀(2001)，青少年情緒教育。*臺灣教育*，20-25。

梅靜宇（2000）。探索教育活動對非行少年及一般國中生的影響之探究。臺灣師範大學公民訓育研究所，未出版碩士論文。

黃月霞(1991)。*團體諮商*。台北：五南。

黃秋霞（2003)。如何處理青少年學童情緒或偏差為等相關問題。*屏師特殊教育*，6，56-64。

黃素蓮（1995)。學生的偏差行為輔導，*教育實習輔導季刊*，1(5)，64-67。

路君約(1981)。*少年人格測驗指導手冊修訂版*。台北：中國行為科學社。

楊士隆（1996)。*青少年飆車問題與因應對策*。青少年問題與輔導論文集，青年輔導年報編輯小組編，99-114，台北：行政院青輔會。

楊坤堂(2000)。*情緒障礙與行為異常*。台北：五南。

楊錦登（1999)。生活適應之探討。*國教輔導*。39(2)，45-55。

蔡居澤(2001)。探索教育與心療活動之探討。*公民訓育學報*，4，409－431。

蔡居澤、廖炳煌(2001)。*探索教育與活動學校*。台南：翰林。

蔡居澤、廖炳煌(2005)。*將探索教育帶回學校*。桃園：中華探索教育發展協會。

鄭麗月（2001)。*情緒障礙量表*。台北市：心理。

劉玲君（1995)。國中生之家庭特質與其心理需求、偏差行為之分析研究。國立彰化師範大學輔導研究所，未出版碩士論文。

劉燕惠(2001)。突破休閒對肢體障礙者能力提升之探討。*國立台灣體育學院學報*，9，501-509。

劉焜輝(1985)師大學生自我概念與生活適應之研究。師大學生輔導中心。

鍾永吉（1997）。*國小單親兒童的認知信念與情緒經驗之研究*。國立高雄師範大學輔導研究所，未出版碩士論文。

鍾文彬（2004）。從九年一貫談休閒教育與輔導的結合：以突破休閒冒險活動（Adventure-Based Recreation Activities）為例。*大專體育*，73，89-94。

簡茂發(1978)父母教養態度與兒童生活適應之關係。*教育心理學報*，11，63-86。

蘇建文（1980）。兒童及青少年焦慮情緒之發展及其相關因素之研究。*教育心理學報，13*，85-94。

二、英文部分

Bacher, D. W.（1990）. Historical evolution of nols: The national outdoor leadership school. In Miles,J.& Priest, S.（Eds.）. *Adventure education* pp.83-88. State College, PA: Venture Publishing,Inc.

Coie, J. D., Dodge, K. A. & Kupersmidt, J. B. (1990). Peer group behavior and social status. In S. R. Asher & J. D. Coie(Eds.), Peer rejection in childhood, New York: Cambridge pp17-59.

Denti, L. & Liderbach-Vega, J.(1992). Bridging the gap between regular & special education: Adventure-based counseling for students with emotional disturbances in public schools. (ERIC Document Reproduction Service No. ED 323018.)

Ellmo, W., & Graser, J.（1995）. Adapted adventure activities: A rehabilitation model for adventure programming and group initiatives. Dubuque, IA: Kendall/Hunt.

Garvey, D. (1990). A history of the AEE. In J. C. Miles & S. Priest (Eds.) *Adventure education*. State College, PA: Venture Publishing, Inc. pp 75-82

Gass, M. (1990). Transfer of Learning in adventure education. In J. C. Miles & S.Priest(Eds.) *Adventure education*.State College, PA:Venture Publishing, Inc. pp 99-208

Gass, M. A.(1993). Foundation of adventure therapy. *Adventure Therapy ：Therapeutic Applications of Adventure Programming*. Dubuque, IA：Kendall/Hunt.

Henton, M.（1996）. *Adventure in the classroom：using adventure to strengthen Learning and build a community of life-long learners*. Dubuque, IA: Kendall/Hunt.

Hopkins, D. & Putman, R. (1998). *Personal growth through adventure*. London: David Fulton Publishers. pp.104

Kaplan, P. S. & Stein, R. M. (1984). Psychology of adjustment. California: Wadsworth.

Kimball, R. O. & Bacon, S. B. (1993). The Wilderness challenge model. In Gass, M. A. Adventure therapy: therapeutic applications of adventure programming. Dubuque, IA:Kend--all/Hunt. pp.11-41

Kolb, D. A.（1984）. Experiential learning: Experience as the source of learning and development. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Lupton, F. (1990). WEA history. In J. Miles & S. Priest (Eds.). *Adventure education.* pp.89-96. State College.PA:Venture Publishing,Inc.

Miner, J. L. (1990).The creation of Outward Bound. In J. Miles & S. Priest (Eds.). *Adventure education* pp.55-66. State College, PA: Venture Publishing,Inc.

Moote, G. T. & Wodarski, J. S.（1997）. The acquisition of life skillsthrough adventure-based activities and programs: A review of the literature. *adolescence*. 32,125, pp.143-167.

Moore, R. J., Cartledge, G. & Heckaman, K. (1995). The effects of social skill instruction and self-monitoring on game-related behaviors of adolescents with emotional or behavioral disorders. *Behavioral Disorder*, 20(4), pp.253-566.

Patterson, G.R., Reid, J.B. & Dishion, T.J.（1992）Antisocial boys.Eugene,OR:Castalia.

Perkins, D.N., & Salomo , G.（1988）.Teaching for transfer, *Educational Leadership*,46（1）pp.22-32.

Priest, S. (1990). The semantics of adventure education. In J. C. Miles & S. Priest (Eds.)

Adventure education pp.113-117. State College, PA: Venture Publishing,Inc.

Prouty,D. （1990）.Project Adventure：A Brief History, In Miles. J.C. & Priest.S.（ Eds. ）， *Adventure education* pp.97-110. State College, PA: Venture Publishing,Inc.

Richards.A, （1990） Kurt Hahn , In Miles. J.C. & Priest.S.（Eds.）, Adventure Education Venture Publishing,Inc State College. pp 67-74.

Rohnke, K.&Butler, S.(1995).*Quick silver：Adventure games, initiative problem, trust activities and a guide to effective leadership*. Project Adventure,Inc.

Schoel, J. Prouty, D. & Radcliffe, P. (1988). *Islands of healing: a guide to adventure based counseling*. Hamilton, MA: Project Adventure, Inc.

Tippet, L. S. (1993). Therapeutic wilderness programming for borderline adolescents. In M. A. Gass (Ed.). Adventure therapy: Therapeutic applications of adventure programming. Dubuque, IA: Kendall/Hunt. pp.83-94

Zwart.T.J.（1988）.*The effects of a wildness / adventure program on the self-control orientation , and interpersonal behavior of delinquent adolescent.* Western Michigan University, Kalamazoo, Michigan.

附件一

家 長 同 意 書

親愛的家長您好，我是國立台灣體育學院休閒運動管理研究所的研究生，想邀請貴子弟共同參與突破休閒冒險性活動，本次的活動會善用六週的聯課活動課程進行室內活動，以及二週星期六全日的戶外活動。希望藉由團體的室內遊戲活動與戶外各種高低空的繩索活動(這是一項非常有趣且安全的活動)，也許能讓您的貴子弟在活動中獲得生命另一種的體驗與成長。

本活動純為學術研究之用，關於貴子弟的所有資料及內容，我將會絕對的保密與保証，絕不會提供給非研究相關人員（若有非研究相關人員想瞭解貴子弟的資料及內容，我會事先徵詢貴子弟的同意)。對於研究活動的過程貴子弟有做確認的權利，也為了保障貴子弟的權益與隱私為最高原則，貴子弟的真實姓名、或任何會讓他人聯想貴子弟的資料，也絕對不會出現在此研究報告、任何書面或口頭報告中。

如果您同意以上有關研究的目的、做法、資料運用與保密原則之說明，並同意貴子弟接受參與本研究，請在本同意表下，願意參與□內打「V」，我會與您的貴子弟聯繫；如果不同意請在本同意表下，不願意參與□內打「V」並毋需簽署您的大名，最後，非常感謝您的參與及協助。

＊ 我同意 _____ 同學 參加本次活動 …… □

＊ 我不同意 _____ 同學參加本次活動 …… □

家 長：_____

＊ 如有任何關於活動之問題可以與我聯絡：

指導老師：楊秀珠 副教授
陳春蓮 副教授
電 話：04-22213136*5

研 究 生：潘秋安
電 話：0952014952
電子信箱：lu693893@yahoo.com.tw
地 址：台中市雙十路一段 16 號

附件二

參 與 研 究 同 意 書

親愛的同學您好，我是國立台灣體育學院休閒運動管理研究所的研究生，想邀請您共同參與突破休閒冒險性活動，藉由團體的室內遊戲活動與戶外各種高低空的繩索活動(這是一項非常有趣且安全的活動)，也許能讓您在活動中獲得生命另一種的體驗與成長。

本次活動中，您所提供的資料對我而言是相當寶貴的，在活動的過程中，為了能更進一步正確地瞭解您的想法，將會進行團體的訪談與青少年社會行為量表的填寫，以及施行突破休閒冒險性活動，然而，活動的過程會攝影及錄音，如果您有一些想法或談話內容不想被錄音，您有權當場要求立即停止活動、攝影或錄音。

本活動僅純為學術研究之用，關於您（參與者）的所有資料及內容，我將會絕對的保密與保証，絕不會提供給非研究相關人員（若有非研究相關人員想瞭解您的資料及內容，我會事先徵詢您的同意)。對於研究活動的過程您有做確認的權利，也為了保障您的權益與隱私為最高原則，您的真實姓名、或任何會讓他人聯想您的資料，也絕對不會出現在此研究報告、任何書面或口頭報告中。

如果您同意以上有關研究的目的、做法、資料運用與保密原則之說明，並同意接受參與本研究，請在本同意表下，願意參與□內打「V」並簽署您的大名，我會與您聯繫；如果不同意請在本同意表下，不願意參與□內打「V」並毋需簽署您的大名，最後，非常感謝您的參與及協助。

* 我願意參加本次活動 …… □

* 我不願意參加本次活動 …… □

* 我願意參加本次活動 …… □

同意-攝 影 …… □ 同意-錄音 …… □

不同意-攝 影 …… □ 不同意-錄音 …… □

** 我瞭解並同意以上的敘述，願意簽名表示同意參與此項研究活動

參與者：＿＿＿＿＿＿＿＿ 日 期： 年 月 日

※ 如果您有任何問題或疑問，非常歡迎您，與我或指導老師聯絡：

指導老師：楊秀珠 副教授
陳春蓮 副教授
電 話：04-22213136*5

研 究 生：潘秋安
電 話：0952014952
電子信箱：lu693893@yahoo.com.tw
地 址：台中市雙十路一段16號

突 破 休 閒 冒 險 性 活 動 之 教 案

附件三

單元名稱	打破陌生僵局-團體關係建立	次 數	第 1 次	人 數	8 人
		時 間	90 分鐘	地 點	團輔室
單元目標	1、使陌生的成員能互相認識。 2、引起成員參與興趣，促進團體之初階的合作、溝通氣氛。 3、訂定團隊規範之活動契約。				
準備器材	玩偶、毛球、碼錶、海報紙				

活動名稱	活 動 流 程	時 間	器 材	備 註
1、投入一個名字 Toss a name + 2、雜耍 Group Juggle	1、情境說明（ brief ）：因為大家是一群要拯救世界的戰士，因此，在拯救世界之前，大家需要互相認識。 2、活動過程 (activity)： (一)活動開始之前，請成員們一起圍成一圈，伸出手，以輔導員先介紹自己之後傳給其他成員並說「XX，你好，我是00」，接到的人需說「謝謝00」，再一一介紹自己的名字或綽號，及想讓別人更了解你的內容或特質。 (二)介紹完成的人，需把手放下，以便識別，大家都介紹完後 (三)大家都完成及記住該傳給誰，該接誰的順序後，便開始進入Group Juggle。 (四)進階的規則為，成員可依自我選擇其玩偶或玩具之順序。 (五)成員互傳玩偶的順序，以玩偶不落地為目標，再加入計時，讓成員自行設定目標的難度，進而自我挑戰。 3、 分享回饋(debrief) (一)在傳玩偶時剛剛發生了什麼事？ (二)傳送的過程有何困難？如何解決這些困難而達到目標？ (三)要求的是效率或效能呢？ (四)生活情境中有類似的情形嗎？如何解決呢？ ★ 注意事項 1、避免硬質器材造成傷害，儘量選擇軟質之毛球或玩具。 2、領導員應隨時注意成員初次之互動過	20 25	1 玩偶、毛球數隻 1 玩偶、毛球數隻 2 碼錶	

	程，以免在丟擲過程產生衝突。 3、 讓成員自設目標，領導者可適時引導成員如何產生良好之目標達成			
3、全方位價值契約	1、 情境說明（ brief ）：我們接下來將面臨很多挑戰，因此，會遇見很多困難與問題，大家需集思廣益一起來解決。 2、 活動過程（ activity ）： (一)將大張海報紙平放後，需經大家討論及同意後，以文字或圖形寫或畫下來。 (二)請問你認為好玩是什麼？怎麼做才能達到好玩？ (三)什麼樣才叫負責的態度？過程中怎麼做才能達到負責 (四)團體中每人想一想，就您認為安全是什麼？當不安全時會發生什麼情形？ (五)可以將您的想法用文字或圖形說明，可以畫在紙張的任一個地方。 (六)完成後徵求團體每人同意後簽名或畫圖以示負責， 並請成員說明他們所寫的意義，以示願意遵守共同的約定。 3、分享回饋(debrief) (一)您們寫下或畫了些什麼？ (二)好玩是什麼？舉例說明。 (三)負責是什麼？舉例說明。 (四)安全是什麼？舉例說明。 (五)未來活動過程中如何運用呢？ ★ 注意事項 1、 避免成員在旁嬉戲或不經討論而寫下之規範。 2、 領導員引導時需清楚明瞭，而讓成員了解其問題內容，避免成員產生混沌不清之情形。 3、對學習能力較低成員，Lr可給予提示而讓成員達成共識，而訂定規範。	45	1 CD 音樂 2 CDPlayer 3 壁報紙 4 色筆	

單元名稱	拉近你我的距離	次 數	第 2 次	人 數	8 人
		時 間	90 分	地 點	團輔室
單元目標	1、使團隊在活動的互動而發展與人合作、溝通的技巧。 2、明確的達成共識，學習觀察去幫助需要的成員。				
準備器材	大小呼啦圈、繩子數條、水管數隻、大小球數顆				

活動名稱	活　動　流　程	時間	器 材	備　註
1 星際之門 star gate	1、情境說明（ brief ）：地球在人類不斷的破壞之下，地球已經快爆炸了，但是聰明的人類發現新的星球後，需要逃到新的星球上。 2、活動過程 (activity)： (一)首先成員們一起手牽手圍成一圈，請二人自願者出來握住呼啦圈。 (二)規則一：手需互相牽著手，不能放手。 (三)規則二：勇者的手不能在星際之門(呼啦圈)上隨意移動。 (四)規則三：只要有人碰到呼啦圈就得重來。 (五)目標是全部的人都必須穿過呼啦圈。 3、分享回饋(debrief)： (一)剛剛發生了什麼事？為何一直碰到呼啦圈呢？ (二)勇者是如何產生的？其他人扮演的角色為何？ (三)怎麼辦到的？如何成功的？ (四)活動的中有哪些盲點，與生活上的盲點。 (五)省思生活情境上是否有類似的情形，當我們再次體驗時又如何解決問題。 ★ 注意事項 1、 領導員需注意成員是否會產生性別尷尬，導致無法牽手。 2、 減少牽手過程之拉扯。 3、 檢查呼啦圈是否為安全狀態，避免過程割傷成員。	30	1 大小呼啦圈各一個	
2、手結	1、情境說明（ brief ）：人與人相處難免都會產生心結，而心結常常會誤	30	1 繩子數條	

	事，而如何將心結打開呢？請各位想一想怎麼做 2、活動過程（activity）： （一）成員各拿一條繩子，先把左手的繩子交給您想要交附的成員，再把右手的繩子交給您想要給予的成員，但都不能是左右兩邊的成員。 （二）規則是手不能放開繩子 （三）目標是解開這些結，完成一個圓。 3、分享回饋(debrief)： （一）在過程中，什麼聲音一直出現呢？看見什麼情形？ （二）如何解開成一個圓形呢？怎麼辦到的？ （三）當與人相處時，出現心結時，會發生什麼狀況，如何解決？ （四）省思是否與生活情境上是否有類似的情形，當我們再次體驗時又如何解決問題。 ★ 注意事項 1、當繩子無法解開時，可同意團隊選擇放掉其中一位成員的一隻手 2、繩子握在手中，勿纏繞在手腕。			
3、升學之路	1、情境說明（ brief ）：你們是核子彈的製造工廠，而必須負責把核子彈安全的送到目的地，因這是核子彈，當它掉到地上的話，地球會爆炸，所以你們背負著保護地球的責任。 2、活動過程（activity）： （一）每個人手上都有一根水管，雙手拿著水管。 （二）選定好工作定位後，每一個人工作的位置不變。 （三）輸送核子彈過程，出現掉落地面時，任務即失敗，需重新再來。 （四）目標是核子彈要安全到達目的地。 3、分享回饋(debrief)： (一)過程中發生了什麼事？	30	1水管數隻 2大小球數顆	

	(二)為何失敗？如何解決 (三)成功達成任務的條件為何？ (四)過程中如何訂定自己所處的工作崗位？如何努力？ (五)當發生難度愈來愈高時，如何看待事情？ (六)這次的體驗是否有與生活情境上類似或曾發生的經驗。 ★ 注意事項 1、避免水管出現尖銳的地方。 2、避免成員拿起球四處亂丟，以免出現投擲時的意外傷害。			

單元名稱	任務的挑戰與達成-問題解決	次 數	第 3 次	人 數	8 人
		時 間	90 分鐘	地 點	團輔室
單元目標	1、從團隊合作與自我思考創新中，進而獨立解決問題。 2、尋找解決問題的方法，並促進溝通的技巧。 3、無聲的溝通，個人情緒的控制與團隊默契的培養。				
準備器材	紙、大繩、眼罩、水瓶、玩偶				
活動名稱	活　動　流　程		時間	器 材	備　註
1、雪花片片	1、情境說明（ brief ）：大家即將進入看不見的世界之中，而必須在秘密圖騰之中尋找解答。 2、活動過程（activity）： （一）目標是大家都能有相同的圖形產生。 (二) 請大家矇上眼睛，每一個人都有一張紙。 (三)過程中如何不懂之處可以請問問題。 (四)請跟著領導者一起做先對折、再對折、撕下一個邊長一公分正方形、再對折、再折下一個邊長一公分三角形。 3、分享回饋(debrief)： (一) 過程中，請問我們大家聽見的指令與目標是相同的嗎？ (二) 那為什麼結果會不一樣呢？ (三)問對問題了嗎？目標認知是否統一了呢？ (四)那你們覺得生活中是否有很類似之處，大家目標一致，但接收的訊息不一致時，呈現出的結果也會無法統一？如果再有一次機會你怎麼做？ ★ 注意事項 1、每一個指令避免時間等待過久，以避免成員失去活動之耐心。 2、領導者需隨時關注成員之注意力，避免成員分心於活動過程中。		30	1 紙數張	
2、矇眼三角 Yes or No	1、情境說明（ brief ）：大家即將搭火車出發到另一個地方探險，因此，我們需要利用大家的力量找出火車站在		35 分	1 大繩子一條 2 眼罩	

	哪裡。 2、活動過程（activity）： （一）請選出或徵求一位自願的伙伴做為領導人。 （二）請各位觀察一下四周的環境注意安全，然後拿出眼罩，觀察完了就將眼罩帶上。 （三）目標是請各位找到一條很長繩子，並請各位將它拉成正三角形，且一頂點必須對著中壢火車站的位置！ (四)因為我們像是一家人完成時，每一個人都能握著繩子。 3、分享回饋(debrief)： （一）回想一下發生甚麼事？再來呢？ （二）各位怎麼找到繩子的？ （三）各位是如何拉正三角形的？ （四）想像和看見的差異大不大？其他人當時的想法？ （五）各位覺得繩子像甚麼？各位覺得這和生活情境有類似嗎？ （六）那你們覺得最有價值的是甚麼？如果再有一次機會你怎麼做？ ★ 注意事項 1、選擇較空曠的場地，避免成員在矇眼後，造成危險。 2、領導者需做好成員在矇眼後之確保維護。 3、讓團隊成員自由選擇團隊引導者。			
3 同心協力	1、情境說明（brief）：這個活動主是要考驗大家團結或默契，大家經過了這一關才能朝著更艱難的挑戰前進。 2、活動過程（activity）： （一）先二隻手把“ 讚“手勢做出來，就是伸出大姆指，雙手姆指朝左握住彼此。 （二）規則是手不能開放，目標物不能掉落地面。 （三）目標是水瓶與玩偶夾到目標地區。 3、分享回饋(debrief)：	25	1 水瓶 2 玩偶	

	（一）剛剛發生什麼事，聽見什麼聲音？ （二）過程中感覺到什麼？握別人的手感覺到什麼？ （三）過程中如何發現方法及成功的呢？ （四）是否有與生活情形相類似的情形？需要大家共同協助才能完成的呢？ ★ 注意事項 1、 握手的過程中，手互相握的方向需注意力道。 2、 選擇器材需注意是否有尖銳的地方。			

單元名稱	建立信任與同理心	次 數	第 4 次	人 數	8 人
		時 間	90 分	地 點	團輔室
單元目標	1、在任何情形時能信任別人，也學習去信任與幫助別人的心。 2、學習接納他人與同理心。 3、符合規則進而創意思考，團隊溝通進而解決問題。				
準備器材	繩子				
活動名稱	活　　動　　流　　程		時間	器 材	備　註
1、信任倒	1、情境說明（ brief ）：信任是安全的基礎，而團隊即將進入高空的挑戰，如果缺乏信任可能會帶來很多危險。因此，為了測試大家對安全的認知與否，這個活動為考驗大家對彼此信任感活動請大家共同挑戰。 2、活動過程（activity）： （一）二人一組，為一前一後一步的距離間隔站好。 （二）被確保者雙手抱胸，膝蓋直立站好。對著確保者說「我是***，我要進行信任倒，你願意確保我的安全嗎」？ （三）擔任確保的人手彎曲，手打開放在胸前，腳呈弓箭步站好。並對被確保者說「我***，願意確保你的安全」。 （四）初階完成後，再進行進階信任倒；團隊共同進行，請一位成員當自願者，其他成員肩並肩均分站成一個圓圈當確保員，並呈確保姿勢。 （五）倒者與確保者要完成互動的口令。 3、分享回饋(debrief)： (一)被確保與確保者之間的感受為何？ (二)當過程中發生了什麼事情會讓你感受不信任？不信任的感受會讓人如何？ (三)心理與生理被傷害會有怎樣的情形發生呢？ (四)此次經驗是否與生活情境上類似的地方，如何運用此次的經驗與生活情境做結合呢？ ★ 注意事項 1、成員的確保口令流程是否完善與正確。		45	徒手	手錶、眼鏡等飾品需摘下。

	2、當成員已逐漸進入活動狀態，領導員可視狀況加強難度與進階活動。			
2、電網	1、情境說明（ brief ）：這是一面電牆，從下面即無限延伸都產生極大的電流，因災難即將來臨，大家需想辦法從這裡逃脫出去。 2、活動過程（activity）： (一)規則是每一位成員身上任何地方都不能碰到繩子，碰到了就必須重來，目標是大家必須都過繩子。 (二)目標是每一位成員都要安全的過網 3、分享回饋(debrief)： (一)為何一直碰到繩子呢？過程中聽見什麼聲音？ (二)怎麼辦到的呢？如何找到方法？ (三)犧牲的人感受為何？被保護的感受為何？ (四)當你擔任被保護或為他人犧牲時，其想法與情緒為何？ (五)是否與生活類似的情形，如何實際運用於真實生活之中？ ★ 注意事項 1、成員在過網時，領導員需在一旁做確保維護，以免成員發生危險。 2、當最後一個成員選擇用飛躍及跳躍的過法時，有可能產生危險，領導員需隨時給予叮嚀。 3、架構電網繩子的高度，不宜超過成員平均身高的腰部以上。	45	1 繩子	

單元名稱	尋找、突破自我，建立團隊	次 數	第 5 次	人 數	8 人
		時 間	480 分	地 點	校外場地
單元目標	1、藉由低空的低阻礙活動，從解決問題中以增進成員間的合作、溝通、解決問題的能力，加以促進團隊氣氛。 2、從高空的挑戰活動中，自我突破，加以調解自我的情緒管理，以培養獨立面對問題與挑戰的能力。				
準備器材	碼錶、高、低空場地、繩索、吊帶、D 字環				
活動名稱	活　　動　　流　　程		時間	器 材	備　註
1、賞鯨船	1、情境說明（ brief ）：團隊即將去探險，但是欲搭一艘很危險的船才能到達目的地，而船上的成員都需要一起共同合作，才能控制這條船。 2、活動過程(activity) (一)全部的成員只能由左或右的一方上船。 (二)船四方的角不能碰地，碰地就必須重來。 (三)目標為全部的成員都要上船，並保持平衡 10 秒。 3、分享回饋(debrief)： (一)剛才發生了何事？聽見什麼聲音？ (二)船為為何會碰地？ (三)遇見了什麼困難？如何解決？ (四)那我們這個團隊下一次遇到未知的事情時會怎麼做呢？ ★ 注意事項 1、成員腳勿伸進木板中。 2、控制成員只能從單邊下來，避免失去平衡而受傷。		50	賞鯨船	
2、蜘蛛網	1、情境說明（ brief ）：請各位想像一下，眼前是一個超大蜘蛛所編織的網，而每一個需要逃脫不被蜘蛛捕捉的命運，大家需想想辦法，如何不被蜘蛛捕捉，一同確保大家的安全。 2、活動過程（activity）： (一)身體任何一個部位不可以碰觸到網		60	1 立體網子	

	子，碰觸到了全體就要重來。 (二)每一個網子只能過一位成員。 (三)目標為每一個人都要安全過網 4、分享回饋(debrief)： (一)在過程中發生了什麼事？ (二)如何解決問題？ (三)當你在過網時感受到什麼，自己可以獨立解決嗎？ (四)幫助別人或接受別人的幫助，可以獲得什麼？ (五)如何將此次經驗運用於真實生活之中？ ★ 注意事項 一、領導員在旁需協助成員做好安全維護。 二、依成員能力，而給予其是否增加其難度。			
3、BV	1、情境說明 (brief)：這是一條很神奇的鋼索，可考驗二人的友誼有多長，在上面會遇到很多挫折，所以，二人需要在這條很神奇的繩索上，去證明彼此的友誼。 2、活動過程 (activity)： (一)二人手握著彼此的手 (二)規則是二人共同合作踩在繩子上，不能碰到地面，碰到就須重來。 (三)目標是二人一起共同合作到設立目標之處。 3、分享回饋 (debrief)： (一)在繩索上的感受為何？聽見什麼聲音？發生了什麼事？ (二)為何會失敗？最後如何辦到的呢？ (三)在繩索上的感受及經驗，如何與高空繩索結合 (四)在繩索上的經驗是否有與生活情境相類似的地方？ (五)如何將此經驗運用於生活之中？ ★ 注意事項	70	低阻礙活動-BV	

	1、領導員需請其他伙伴進行確保動作，BV 的中間需要有一個確保的成員。 2、進行活動的成員，握手的姿勢需正確指導，以免發生生理傷害。 3、成員剛站在繩索上，手需要扶住木頭，以免滑倒。			
4、滑索	1、情境說明（brief）：高空即將開始，我們要先從這一裡滑到目的地，才能開始探險。 2、活動過程 (activity)： (一)學習確保口令後，再順著木柱慢慢向上爬 (二)目標是學習向上攀爬方法，而順著滑索下降到目標地 3、分享回饋(debrief)： (一)高空的感受為何？聽見伙伴什麼聲音 (二)滑下來的一瞬間感受為何？ (三)未來如何保護他人與自己的安全？ ★ 注意事項 1、領導員需向成員說明如何攀爬木柱。 2、進行高空前，需檢查確保者與被確保者的裝備是否完善。 3、繩索是否處於安全無折舊狀態。	100	1 高空繩索場地-滑索 2 繩索 3 吊帶 4 D 字環	
5、貓走路	1、情境說明（ brief ）：這是高空獨木橋，必須走到另一頭，才達目的地。 2、活動過程 (activity)： (一)自我征服高度的恐懼，保持平衡完成任務。 (二)其他伙伴幫忙擔任第一、二、三之確保者。 (三)攀爬時之確保流程：攀爬者需說「準備攀登」，確保者完成檢查動作後說「確保完成」，攀爬者說「開始攀登」，確保者說「攀登」。 (四)下降時之確保流程：下降者需說「準備下降」，確保者完成確保下降動作後	100	1 高空繩索場地－貓 走路 2 繩索 3 吊帶 4 D 字環	

	說「確保完成」，下降者說「準備下降」，確保者說「下降」。 (五)目標為從出發起點到終點結束，才回到中間下降。 3、分享回饋(debrief)： (一)欲上去之前的感受為何，而在過程中發生了什麼事？感受為何？ (二)在高空上有何感受？ (三)在地面初次幫忙確保的人感受為何？ (四)是否有信任與被信任的感覺？為什麼？ ★ 注意事項 1、當成員完成確保口令及檢查流程後，領導者需再次檢查一次以確保安全。 2、此活動下降需膝蓋伸直，身體往後躺，待頭部低於 cat walk 之木頭時，腳才能離開下降。 3、領導員示範下降的動作，以免下降時發生危險。 4、領導員需全程檢視對確保者的安全維護與操作。			
6、攀岩牆	1、情境說明（ brief ）：眼前是一面高山峭壁，如何爬到安全之處呢？才能過關安全抵達目的地。 2、活動過程 (activity)： (一)攀爬時之確保流程：攀爬者需說「準備攀登」，確保者完成檢查動作後說「確保完成」，攀爬者說「開始攀登」，確保者說「攀登」。 (二)下降時之確保流程：下降者需說「準備下降」，確保者完成確保下降動作後說「確保完成」，下降者說「準備下降」，確保者說「下降」。 (三)攀爬者需自我解決攀爬過程的難題，而其他成員可協助攀爬者在選擇決策時一個建議。 3、分享回饋(debrief)：	100	1 高空繩索場地－攀岩牆 2 繩索 3 吊帶 4 D 字環	

	(一)在過程中發生了什麼事？ (二)個人設立的目標達成了嗎？ (三)在攀爬時聽到了什麼聲音？ (四)他人指引方向才成功的嗎？為什麼 (五)是否有跟生活類似的情形，我們又該如何應用於生活之中呢？ ★ 注意事項 1、當攀爬者抵達攀岩石上時，樓梯才能拿開，以免攀岩者臨時突發狀況而造成危險。 2、領導員需全程檢視對確保者的安全維護與操作			

單元名稱	溝通與合作的建立	次 數	第 6 次	人 數	8 人
		時 間	90 分鐘	地 點	團輔室
單元目標	1、給予活動中的挫折感，以增進成員解決問題的能力 2、從活動的解決問題中，學習與人相處的尊重與互助。				
準備器材	墊子、繩子、水桶、繩子、球				
活動名稱	活　動　流　程		時 間	器 材	備　註
1 流酸河	1、情境說明（ brief ）：前面是一個毒龍潭，在毒龍潭是硫酸所形成的，但是我們想要冒險渡河完成任務，因此，上帝會賜給我們一些法寶幫助我們渡河。 2、活動過程（activity）： (一)要得到法寶之前，需先回答 Lr 之問題 (二)成員需運用法寶過河，身體任何一個部位不能離開法寶，而離開法寶後就需要全部重來。 (三)當法寶沒有被身體任何一個部位碰到的話，法寶就會被沖水(沒收)。 (四)目標是全部的人都要安全的過河。 3、分享回饋（debrief）： (一)剛才發生的情形為何？例:法寶為何被沖走，有人發生危險？ (二)如何達成目標的？如何運用限有的資源解決問題。 (三)省思是否與生活情境上是否有類似的情形，當我們再次體驗時又如何解決問題。 ★ 注意事項 1、當成員在進行活動時，領導者需在一旁擔任確保者。 2、領導者在收法寶時需迅速及安全，製造緊張的活動情境使成員更專心投入。		50	1 墊子數片 2 繩子二條	
2、搶救地心	1、情境說明（ brief ）：這一些核子炸彈，對地球已經造成威脅，而你們是一群很厲害的科學家，需要負責保護地球的安全，因此，必需將這些核子炸彈安全的運送到這盒子裡。 2、活動過程（activity）： (一)規則是一人拉一條繩子，手在指定的位		40	1 大小水桶 2 繩子數條 3 球數顆	

	置，且不能放手，有人放手就須重來。 (二)小水桶的球掉了出來就需要重來，只有三次機會進行活動。 (三)目標是將小水桶的球，安全地倒入大水桶中。 3、分享回饋(debrief)： (一)過程中發生什麼事，繩子的呈現如何？聽到什麼聲音？ (二)球為何掉落？ 從失敗中得到什麼經驗？ (三)如何辦到的、成功的？ (四)過程是否有與生活類似的情形？就需要大家共同配合才能完成的事？ ★ 注意事項 1、 繩子需要打上結點，做為手握時的標記。 2、可準備大小球以增加難度提高學員興趣。			

單元名稱	生命之可貴， 發展無限可能	次 數	第 7 次	人 數	8 人
		時 間	480 分	地 點	戶外場地
單元目標	1、團隊的合作，突破你我之間的心房。 2、效能與效率的取捨，學習符合人與人之間之安全的互動。 3、在合作間溝通，伙伴間的相互支持與信任。 4、自我的目標設定，學會突破困境，征服自我。 5、自我的察覺，在挑戰個人的極限，發揮其無限的可能。				
準備器材	高空場地、碼錶、繩索、吊帶、D 字環				

活動名稱	活　動　流　程	時間	器 材	備　註
1、洞中洞	1、情境說明（ brief ）：大家需要到另一個世界探險，因此這是一個時光隧道口，需從這裡到另一個世界才能到達目的地。 2、活動過程 (activity)： (一)每一個都要從洞中過，先過去的人需協助伙伴過關。 (二)旁邊的繩子不能碰，碰到了就需要重來。 (三)只要過去的人就不能再回來。 (四)因為時間有限，請大家共同來設定時間，在設定時間內完成，才算成功。 (五)目標為每一位成員都必須安全地過洞中洞。 3、分享回饋(debrief)： (一)過程中發生了什麼事？聽見了什麼聲音？ (二)當你在洞中的感覺為何？是否需要有人協助，為什麼？ (三)在緊急的時候團隊在乎的是安全還是任務的達成？效能與效率？ (四)在生活中的經驗中，如何達到效能與效率兼顧，且團隊能安全的過關？ ★ 注意事項 1、領導員需注意成員從輪胎上跳下來的安全維護。 2、輪胎搖晃過大時，避免成員靠近。	60	1 低阻礙場地－洞中洞 2 碼錶	

2、拋開過去邁向未來	1、情境說明（ brief ）：這就像是一條人生的道路，讓你體會如何放開過去邁向未來，而且需要與隊友共同協助。 2、活動過程（activity）： (一)過程中的繩索有長與短，如何在進退間之取捨，全靠自己的抉擇。 (二)與同伴相互協助，完成設定的目標。 (三)目標為最後一條繩索或自我選擇性挑戰。 3、分享回饋(debrief)： (一)在高空上的感受與為何？ (二)當你放掉繩索是的危機為何？ (三)抓住繩索一瞬間的感受為何？ (四)如何學會拋開過去邁向未來的決心與勇氣？ (五)如何將此經驗運用於生活之中？ ★ 注意事項 1、在攀爬到鋼索上時，領導者需引導成員如何安全站到鋼索上。 2、過程中，領導員需注意與提醒與確保成員的在確保時的專注力。 5、下降時膝蓋伸直，身體往後躺，待頭部低於鋼索時，腳才能離開而開始下降。	100	1高空繩索場地－拋開過去邁向未來 2繩索 3吊帶 4 D字環	
3、巨人梯	1、情境說明（ brief ）：人類總是嚮往著地球，而這是一個通往天堂的梯子，需要運用大家的力量才能完成，而通往天堂的入口。 2、活動過程（activity）： (一)過程中三位成員共同相互合作，討論各種方法攀爬。 (二)其他成員負責安全確保動作與指導在攀爬之成員。 (三)目標為成員自我目標之設定或到達巨人梯最上方。 3、分享回饋(debrief)： (一) 過程中時常聽見了什麼聲音？感受到什麼？	110	1高空繩索場地－巨人梯 2繩索 3吊帶 4 D字環	

	(二) 當別人在協助你的時候會有什麼感受？ (三) 幫助別人的感受為何？ (四) 是否達成目標？如何達成目標？ (五) 生活中的情境是否有類似的情形？未來如何運用此情境於生活中，進而解決問題？ ★ 注意事項 1、在攀爬時，確保者需不斷地專注攀爬者的舉動，以因應臨時掉落之意外。 2、為鼓勵攀爬者提高自我效能，確保者可適時給予一點協助與鼓勵。 3、當攀爬者在第一個梯子，確保者收繩速度需加快，以免發生急速降落危險。			
4、大擺盪	1、情境說明 (brief)：這是一個人挑戰自己的活動，當你完成自己設定的目標後就能得到一種勇氣，使你更加強壯。 2、活動過程 (activity)： (一) 團隊共同一起協助成員完成活動，拉著要挑戰的成員上高空。 (二)成員高度與目標為自我設定與決策。 (三)在高空上自我決策何時要拉下拉環，挑戰自己。 3、分享回饋(debrief)： (一)在活動的過程中有何感受？ (二)自我目標如何設定，是否達到？ (三)解開拉環之一瞬間的感受為何？ (四)這樣的體驗是否像生活中的經驗？ (五)未來遇見相同的難題時如何因應？做決策的方向如何思考？ ★ 注意事項 1、領導者在教攀爬者之解開拉環時，其在楷梯上之安全維護要點需加以注意，以免造成攀爬著從階梯上摔落。 2、當確保的伙伴在協助攀爬著拉繩子時，需要慢慢升到攀爬者所選擇之處，不能強迫攀爬者把高度升到最高而進行活動。	100	1 高空繩索場地－大擺盪 2 繩索 3 吊帶 4 D 字環	

	3、當攀爬者無法自我決策時，領導者與其成員需要在旁鼓勵與關心，減少產生心理受傷之機會。			
5、飛躍直柱	1、情境說明（ brief ）：這是能幫助你實現未來願望的一棵大樹，首先必須先許願，當你願意攀爬時已經能實現夢想，但是，當你站上去及跳躍出去時，夢想便能離你愈來愈近。 2、活動過程（activity）： (一)攀爬者需預先設立目標為何？ (二)攀爬者需要往上攀爬，想辦法站起來再跳出去。 3、分享回饋(debrief)： (一)設定的目標為何？ (二)在高空上攀爬的想法為何？站立時的感受為何？跳躍出去的感受為何？ (三)願意去嘗試已成功，經驗過程也是成功，達成目標更為成功，你對自我的目標設定時，誰能主導自我的人生？ (四)在學校或生活中，是否有類似的經驗？如何與此次經驗相結合。 ★ 注意事項 1、攀爬者的吊帶為全身式吊帶。 2、當攀爬者攀爬到一半欲有放棄活動之念頭，領導者需要不斷地鼓勵成員進行活動，以免攀爬者在中途下降時，身體在與木柱的碰撞時而產生危險。 3、當攀爬者在木柱上因恐懼而站立太久，領導者需以鼓勵及耐心等待成員完成活動。	110	1高空繩索場地－飛躍直柱 2繩索 3吊帶 4 D字環	

單元名稱	創造不可能的可能，放開過去邁向未來	次 數	第 8 次	人 數	8 人
		時 間	90 分鐘	地 點	團輔室
單元目標	1、個體面對難題時，能增進自我效能，提高學習動機 2、自我檢視及面對，學習自我價值認清 3、重新自我認同，學會自我調解其心境				
準備器材	鐵釘 11 隻、盒子、布				
活動名稱	活　動　流　程		時 間	器 材	備　註
1、鐵釘	1、情境說明（ brief ）：這是一個很神奇的盒子，它能讓十枝鐵釘能站在一枝鐵釘上面。 2、活動過程（activity）： (一)規則一：不能使用外力，就是利用頭髮、線或其他物品把它綁起來。 (二)規則二：不能使用暴力，就是把鐵釘折彎再放上也不行。 (三)規則三：不能使用念力：就是用特異功能的力量讓它站起來。 3、分享回饋(debrief)： (一)過程中發生什麼事，聽見什麼聲音？ (二)為何一開始很認真參與活動，最後卻選擇放棄，是受他人、時間、空間或自已影響嗎？ (三)生活中是否有類似的情形，覺得可能但後又選擇放棄了？ (4)當未來面對類似情境時，如何自我應對與調解？ ★ 注意事項 1、領導者需注意成員使用鐵釘時危險行為之發生。 2、需事先調查團隊是否有成員經歷過此活動，如果成員經歷過此活動，請該成員暫時做為活動的觀察者。		45	1 鐵釘盒	注意時間的掌控與配置
2、翻葉子	1、情境說明（ brief ）：這是一塊來自上帝的禮物，可以將你們從現在帶到未來的神奇布。 2、活動過程（activity）： (一)規則是每一個人的身體不能離開		45	1 布一塊	注意團隊過程的安全維護

	布，碰到了地板就需要重來 (二)目標是不能用手而把地上的布翻過來，成員都能安全站在布上面。 3、分享回饋(debrief)： (一)剛才發生了什麼事？聽見什麼聲音？ (二)怎麼完成的？過程需運用什麼方法？ (三)經歷這麼多活動後，是否願意拋開過去較不良的行為，而選擇展新的一面，願意再嘗式與體驗？ (四)在未來生活中，自我調解的心境為何，如何應用？ ★ 注意事項 一、領導員需在旁隨時做好安全確保。 二、布的選擇需就團隊人數而訂，不宜太小或太大。 三、布的質材宜選擇不易破損之材質。			

領導者與觀察者之省思

附件四

第 1 次活動領導者對團體觀察記錄

活動內容	活動省思
Toss a name	首先進行 Toss a name，其實，他們幾個彼此間已經知道對方名字，玩此遊戲的目的在方便我記憶吧！也許他們還在試探我，所以，表現 ok，最高大戴眼鏡的是 B，胖胖肉肉的是 A，瘦瘦算高的是 E，常被 A 依偎著的是 D，而人小小眼睛超大的是 C，唯一的女生 F。
group juggle	進行 group juggle，開始出現不耐煩，他們不懂把娃娃傳來傳去有什麼意義，對於能不能再更好，雖然有人認為可以，但是只要有人覺得不行，其他人就會受到影響，通常認為可以的更好的是 D、C，雖然 E 有時也會認同，但是只要有人唱反調，他會立即見風轉舵，通常出現拒絕狀態的是 A，而 F 則是保持沉默。活動過程中，D 提出「靠近一點」的要求，但沒人理會，E 說用傳的，大家還是置之不理，孩子會思考的，但接收他人意見的能力似乎闕如，在溝通上似乎不大順暢，不願聽取他人意見，只是一昧的蠻幹，卻不知問題出在哪裡。
全方位價值契約	之後進行的是全方位價值契約，先討論「好玩」包括其定義及如何才會達到好玩，接下來是「責任」，最後是「安全」，因為時間關係，只討論到前二者，孩子們彼此間並不太溝通，大家各寫各的，甚至文不對題，在分享方面，F 堅持不說話。
領導者之省思	第一次到 XX 國中，有點忐忑，但也有些期待。 孩子們陸陸續續進到教室來，總共六人，本來有八個人的，因為之前抽菸被發現，所以老師禁止他們參加了，有點可惜！ 活動的進行不太順利，其實，身為叛逆期的國中生，再加上他們比起同儕本來在情緒及人際間問題就比較大一點，感覺專注力也不太足夠，因此，不斷希望他們更進一步挑戰，對他們而言意義不大，對於榮譽感似乎也不太在意，不能以一般的價值觀看待他們。直到告訴他們某國小的小朋友表現比他們好時，他們才比較提出勁來，要有所刺激，而且是強而有利的刺激對他們而言較有效。 最後秋安採威脅利誘，表達對孩子今天表現的不滿，其實他們心地不壞，但是，規矩不好，也許本身專注力就不夠，再加上被放棄習慣了，也不太堅持，對任務的達成，也是可有可無。 接下來在活動設計方面，簡短的活動，多樣性的放進不同活動，漸進性的將難度提升，我想，應該會好一點。

第 1 次活動觀察員對團體觀察記錄

活動名稱		1、投入一個名字 Toss a name + 雜耍 Group Juggle 2、全方位價值契約
活動目標		1、在活動過程中，使成員能更加認識彼此，也讓引導者更能熟悉參與者。 2、從挑戰活動中漸漸營造團隊溝通，讓成員間學會互相合作，漸而達到其成員設定之目標 3、建立團隊規範之活動契約，與建立參與活動之安全規範
	參與情形	活動過程，從中發現一開始大家一進來團輔室時，因有木質地板，大家全部一股腦的躺在地上，只有 F 與 B 坐著，其他的人都一付不想玩的模樣，領導員在一陣的勸說之下，第一個活動很慢的才開始，從中發現，當領導員在說明情境時，大部份的成員都各自的說話，談天，彷彿不顧領導員在說什麼，等到活動開始時，才在活動中，慢慢得知規則。 在團體成員中 A 是呈現漠不關心，非常不想參與活動，並期待著領導員能給他們自由的空間，所以，在活動中不時與 D 在一旁打打鬧鬧的。 而 D 有時會出一些無厘頭的意見給領導員，會在被領導員觀注的同時，說出引導員會接受的回答，但是，過了一會就忘記了，又與 A 在一旁玩了起來。 C 在一旁不斷的搗蛋，不斷的注意 F 的舉動，話題一直圍繞在他身上，因此，不太注意領導員的說明，但對於活動開始時，又非常認真起來，會有許多意見去主導團體。 B 的話雖不多，但是非常的專心聽著領導員的導引，也配合成員提出的意見。 F 一開始與團體離得有點遠，經過一段時間後才加入團體，不想理會 C 的嬉笑，也配合團體的活動。 E 一直在一旁自己玩了起來，一直想跟 A 玩，但是 A 不太理會他，所以他一直做出不同於他人表現的行為，來引起領導員的注意。 在第二個活動中，成員總是自顧自的寫與畫下自己的想法，但是我發現 A 與 D 在一旁玩起了 ooxx 的遊戲，當領導員發現後對他們兩位的提醒後，他們還是依舊地在玩耍中。
	互動情形	這一次的活動氣氛成員沒有投入活動中，大部分的成員都漫不經心，非常自由的想做什麼就做什麼，對於言語也不經過修飾，想罵人時就罵人，有時還有攻擊性的言語與肢體動作出現。 領導員也有幾次的懊惱，因團隊成員顯示的行為表現，有幾次把活動停止下來，請參與者討論，為什麼總是無法達成團隊訂定的目標，而團隊在領導員不斷的鼓勵下，大部份的成員只有願意給自己一、二次的機會，當無法達成目標時，就想放棄。 而團體中的 A，從活動的挑戰一開始時，呈現的行為就顯得不耐煩，不斷的暗示其他成員，也一起放棄活動，但是，只要有人願意繼續挑戰，

		他也願意配合。而團隊的成員，似乎不太在乎其挑戰的結果，對於是否成功或失敗也顯得不在乎。 A與C，也許為團隊領導者，但是，不太去聽見別人的聲音，以自己的意見為意見。 E在活動中不小心說話影射到A，A在活動過程，利由活動器材用力丟E，使得E眼睛被打到而淚流滿面，經過領導者勸說A後才向E道歉。
	團體氣氛	因為成員不能自我控制，領導員需不斷的管理秩序，不斷地重覆其情境塑造的內容，也許成員無法冷情下來仔細聽其活動的內容，所以活動的結果不斷地失敗，等到失敗時，才會向領導員提出問題，而經過領導員的引導，成員間才會互相討論一下，但是討論的時間很短，很快的成員間又玩了起來。 在活動過程中，每當成員想要放棄活動，領導者總是協助成員以鼓勵的方式，希望成員能達成其設定的目標，以鼓勵及適當給予激勵的方式給予刺激，成員才慢慢願意再嘗試一次活動。
	觀察者之省思	有可能今天團體的成員對領導員的不熟悉，無法倘開其心胸地投入活動中，成員參與活動積極感與互動過程非常不好，由於時間掌控不好的關係，第二個全方位價值契約未能進行完成，所以在下週對於時間的掌控需加以注意。 從這次活動中察覺成員的反應，在與領導員討論後，在下週以能讓成員合作，互相溝通的活動設計，希望藉以讓成員更加融入活動與團隊形成的建立。

第 2 次活動領導者對團體觀察記錄

活動內容	活動省思
全方位價值契約	延續上禮拜請他們先將安全的定義跟如何達到安全請他們寫完並分享，之後繼行、繩結、升學之路。
星際之門	星際之門，C 跟 E 自願擔任守護者，一開始，人去鑽呼啦圈，很快就失敗了，後來兩位聰明的守護者想到用套的方式，大家也安全過關，出現慢一點、小心的話語，雖然對於比較胖一點的 A 跟 F，大家還是順利完成，第一次反而是因為守護者而功虧於一簣，將圈圈減小，有人覺得不太可能，但最後還是一次成功。因為背後的盲點，提醒孩子互助的重要，他們也提到生活中課業上的協助，任務的完成對他們而言真的不難。
繩結	繩結，A 幾乎扮演指揮的角色，請 C 鑽來鑽去，很快就解開了，第二次、第三次都很快就解開，大家會互相請對方鑽，但最主要還是 C 在鑽。E 說這樣像每個人的思想，糾結在一起，希望他們藉由這次，慢慢釐清，大家變成一個團圓。
升學之路	升學之路，一開始任務頻失敗，觀察者請大家討論，要怎樣才能成功，有人說球慢一點，所以出現緩一點的斜度，大家的連接也比較密，而 E 因為手的關係，球滾了出去，大家「喔」一聲，還是繼續努力，成功時露出開心的表情。
領導者省思	今天，大家明顯比上禮拜乖很多，相當配合，活動過程也相當融入，不知道是不是跟上禮拜被訓話有關，一方面，這禮拜的活動比較緊湊，也更動態了，而且，定完契約，可以用這個來提醒他們，多少有點幫助，畢竟那些話是他們自己約定的呀。 分享時，提到討論要怎麼做才成功的，以及球落點位置的人，是否故意讓球掉下去，讓孩子思考動腦以達成功，以及對於出錯的人的體諒，並互相提醒改進之處，也期待他們朝這個方向前進。

第 2 次活動觀察者對團體觀察記錄

活動名稱		1、星際之門 2、繩結 3、升學之路
活動目標		1、使團隊在活動的互動而發展與人合作、溝通的技巧。 2、體會幫助他人與被他人協助，從中學習相互合作，以解決問題。 3、明確的達成共識，學習觀察去幫助需要的成員。
	參與情形	在每次的分享中，C 總是相當願意說出自己的想法，雖然有時會回答不符合問題的想法，卻一直投入在活動中，即使失敗了，也不會有所放棄的想法，總是會想再來一次挑戰。 第一次活動，C，總是會在不經意中說出針對 F 的話，今天也許在全方位價值契後，也逐漸意識到“言語安全“，這次的活動反而在第三個活動中，願意與 F 一起合作，也比起上星期進步了不少，但是，C 帶了一個布丁來吃，會在分享活動時，偶爾跑去偷吃一口，彷彿在引起指導員的注意。 E 在活動中讓我發現，當領導員請二位自願擔任活動勇者，E，馬上義不容辭的幫忙，在大家經歷幾次失敗的過程中，E 不顧的大家的討論，卻自己試了起來，雖然讓團體找到了方法，只是，如果他能在活動開始之前，能把自己的想法提供出來，也許，團體就能避免失敗，更快的達成目標了 B 在第二個活動時，平時較沈默寡言的他，忽然當起了團體的領袖，儘力協助其他人去解開手結的活動，在分享活動中，也比起上星期三更投入與願意地，倘開心胸的與大家分享其想法了，今天我發現，B 是個不會強著出頭，當團體遇見無法解決的困難，他會適時地為他人提供協助。 A 在第一次活動中，每當經歷失敗後，就會鼓吹著大家放棄。但是，團體成員大都還是都願意接受挑戰，而 A 也會加入活動中；A 在手結的活動中，遇見失敗了，沒有產生負面的情緒，反而繼續地參與活動。在第三次的活動中，由於 D 不斷的在玩對著攝影機玩耍，A 還幫忙領導員管理秩序，雖然對著 D 用的言語還是有點太過於“ 直接“。 D，今天在第一個活動時還蠻投入地參與活動的遊戲，然而，在分享時總時不太願意分享自己的想法，時常的說出讓人啼笑皆非的話，而且每當分享時，就會不自覺的自我玩耍，而在他人說話時，D，也會不自覺的接著或插入別人的話，等到了指導的提醒之後，才會又回神了過來，他在分享中總是會說出不經過思考的言語，而當領導員深入的追問後，才會加以了解他並沒有惡意，因此，之後的活動應該朝著這方面去深入導引才是。 在第二個活動中，成員拒絕與 F 牽手，我加入活動中，讓 F 夾在我與 L 的中間，而 F 也較願意去參與活動，當其他的成員在指導他時，他也會配合完成活動。但是在分享中，總是聆聽他人的想法，還是不願意地表達自己的想法，而領導員也會不經意的請問他的想法，而 F 只是以點頭或搖頭來表示其想法。

	互動情形	由於活動後在分享，大都的成員在分享中會分心，並且轉開話題的聊起天，而領導員必須一次又一次的重覆問題，成員才會慢慢的說出其想法。 在第二次的活動時，A 也同時的出現拒絕再嘗試，不想再玩，但是只要活動一開始時，便專心的投入，並且從他的行為可發現，他會適時的指導別人，在第二次分享時也提及，要堅持到底，而領導員也加以提醒了他，不能因為失敗就說不玩了；A 也虛心接受。 F，今天一開始在活動前半段，發現她有一點悶悶不樂的，雖然配合著其他的成員完成活動，但是，從她的肢體語言還是可以發現他的不愉快；利用下課的五分鐘，我試探性的與她聊了起來，從中發現，她不喜歡團體成員中，有些人對她的言語不恰當而使得不愉快，因此，我與領導員也鼓勵她，能試著在適當的時候說出別人讓她不舒服的原因，也許這樣才能讓他人了解“言語的安全“，我們試著鼓勵她去說出自己的想法，這樣可以了解彼此雙方的想法，也許是說者無意，而她也願意試試看； 因此，大家依循著 E 的方法不斷接受挑戰，在分享時，大家也以掌聲謝謝了 E，從 E 不好意思的表現中，從中可發現他是一個不會邀功的個性。
	團體氣氛	這次的活動氣氛領導者與成員的互動比上次活動來得好，成員間也較投入去參與活動，成員間慢慢的減少不適當的言語與行為。 這次活動我與領導員觀察到，團體的成員無法專心聆聽領導員的導引，而領導員必須與參與者說明多次的規則後，才能進行活動，而在活動的開始前，其成員不太會與其同伴討論，其中有二、三個具有一點領導特質的同學，當了解其規則與目標後，便不經過與他人討論，便自己嘗試其想法與作法，因此，團體在每一個活動進行的過程中，必定會經歷過許多的失敗，也在無形中造成每位成員其意見的衝突與不和諧。
	待解進的問題	我與領導員在討論著，如何朝著每一個人都能說出其心中的想法，讓團隊能學習更多與他人溝通的技巧。因此，在下次的活動中，儘量以需要溝通的活動為主軸，讓成員能在挑戰中，尋找及學會如何與他人溝通的方法，而促使每位成員能提出自己的看法，也試著讓參與者體會，如何與他人溝通之後而達到成功，因而減少衝突的情形發生。在這下週以進行如何讓團體成員能夠在活動能提高溝通的能力，以及察覺如何溝通與溝通的技巧…等，為活動的考量因素。
	觀察者省思	這一次的活動下來，我與活動領導員，都有感受到參與成員的進步，已經可以感受到團體成員有一點意識到團結與合作的想法了，在領導員的提醒中，也會意識到尊重他人的言語安全，比起第一次雖然有進步，但是這當中還是有許多的美中不足的地方。 在過程中必經數次的失敗之後，團體的成員才會意識到如何從失敗中解決問題，雖然最後達成其目標，但是，我們仍然在思索著，下次的活動中我們如何提高成員，能願意在活動開始之前與他人溝通其想法，進而減少其失敗的機率，而達成團體訂定的目標與挑戰。

第　3　次活動領導者對團體觀察記錄

活動內容	省思內容
雪花片片	領導者請他們蒙上眼睛時，已經花了一點時間管理秩序，學生總會故意戴好，然後又往上或往下移，露出眼睛，等一切就緒，我開始口令，對折，大家都如期完成，再對折，F 動作較慢，不知道 C 怎麼知道了，罵了 F，請他們撕下邊長一公分的正三角形，C 問要怎麼撕，我回答：「用手撕」，A 不以為然的亂撕，看不出是個三角形，請他們再對折，然後在右上角撕下半徑一公分的圓形，有人問怎麼知道是一公分，A 說：「撕不起來」，已經撕好的人說回答可以撕，他更不以為然的亂撕了，最後一次再對折，撕下邊長一公分的正方形，B 動作比較慢一點。完成後請大家拿下眼罩，把自己的作品攤開，大家比較看看，有沒有一樣的？結果沒有，A 和 C 的都分屍了。問大家為什麼會這樣？我的口令有沒有一樣？有人回答因為看不到。問 A，你說撕不下來，最後撕下來了嗎？回答撕下來了，遇到挫折就常會說不玩的他，不知道撕不下來是不是另一種不玩的轉移，F 還是有點處在團隊之外，分享時習慣性的不說話，E 已經進步很多，從之前的「我怎麼知道？」、「你問我喔？」，到現在已經比較少出現這種言語，B 話還是不多，但他的回答，通常屬於乖乖牌，合乎期望的安全回答，今天 D 比較皮，不像之前說了馬上乖乖聽話，反而要說很多次。而 C，在上課前跟 F 吵架，今天的反應也不似以往全力配合，反而皮皮的。經過分享，大家認為要專心聽、用心聽，不懂要問，這也是這個活動希望他們能夠學到的，接下來繼續努力。
矇眼三角	講規則跟目標時，大家還是亂哄哄，告訴他們剛剛自己所說的話，好一點，但很快又亂了，詢問一個自願擔任領袖時，C 還是自願了，大家戴起眼罩，不太會問問題，尤其是問只能回答是否的問題，而 C 也無法適應只能回答是否，總會不小心的多說，任務第一次秋安宣告失敗後，換領導者，C 推薦 F，雖然 A 也想當領袖，但基於讓 F 更融入的考量，我們還是利用小小的假民主讓 F 擔任領袖，剛開始大家還是不習慣問問題，後來好不容易漸入佳境，F 會因為自己答非所問而道歉，感覺的個性挺畏縮，常常被要求安靜或被否定嗎？因為大家詢問，而 F 也必須回答，所以 F 感覺比較像團隊的一份子了，而圍成正三角形的過程，C 也自動擔任量三邊等長的角色，他的腦筋真的動的很快，也相當主動，過程中，D 好像沒問什麼問題。在利用繩子成為三角形的過程，讓他們學會問問題，A 說 F 擔任領導者角色較成功，對 F 算是正向鼓勵，分享中問她問題，她也願意回答了。
同心協力	請大家握住旁邊的人的拇指，D 會故意握的很大力，但大家在合力拿起玩偶或水瓶時，倒是挺合作的，但卻沒什麼討論。

第 3 次活動觀察者對團體觀察記錄

活動名稱		1. 雪花片片 2. 矇眼三角 3. 同心協力
活動目標		1、從團隊合作與自我思考創新中，進而獨立解決問題。 2、尋找解決問題的方法，並促進溝通的技巧。 3、無聲的溝通，個人情緒的控制與團隊默契的培養。
	參與情形	C，在第一個活動中表現得不像前二週的他，在活動參與上顯得不太積極，在分享中，也不太說出自己的想法，C 今日對 F 行為與情緒更顯得不友善，帶有一點挑釁言語與行為，在第一個活動中 C 與 D 不斷地在一旁玩耍，而在第二個活動中主動地徵求成為團體的領袖，但是，依舊無法協助成員達成目標，但是，C 是一個觀察環境的人，因而推薦 F 成為團體的領導者，在第二個活動後，似乎把之前在學校的不愉快情緒忘卻，在第三個活動中，極積的參與活動以及配合他人。 A 在第一個活動的分享後，察覺自己在活動中的表現，可能無法達成其目標；A 在第二次的活動中，雖然想當團體的領袖，但是，在有其他人出現擔任時，便為了配合活動的進行，會讓出其領導者角色。 雖然 A 有時會在領導員進行情境塑造時，還是會跟 E 或 D 玩了起來，但是在活動開始時，總是能很認真的投入活動中。 在第二次活動後之分享中，也意識到團結就是力量，從活動中可發現 A 是一個對於活動任務達成的企圖心，雖然不是擔任領袖角色，總是能夠犧牲自己與他人配合，在分享時，能夠說出想法以及對活動過程中的觀察具有敏銳能力，而我們都有其的感受到 A 與之前二週在今日的表現，明顯地在活動參與以及自我行為呈現地進步，過去 A 當遭遇時常會說出“不要玩了、無聊“…等等拒絕學習的情境，也時常不自覺地出現不適當的語言去警告他人，但是，這次的活動察覺 A 較無此抗拒的情緒，也較少出現具有攻擊性的言語，反而能投入以及邀請(控制秩序)其他的成員加入活動中，A 的表現在這週成長了不少。 F 從過去的互動中總是顯得沈默寡言，常常讓人感覺很憂鬱的情緒，她也很少能說出自己的想法，因團體只有 F 一位女生，所以與團體的其他成員總是有些距離感，在第一次活動的分享也總是以點頭或搖頭來替代；而在第二次的活動中有了 C 的推薦擔任團體的領導者，也能較放開心胸加入團體，並且協助成員達成目標，臉上的笑容也漸漸打開了起來，而在第二次的分享中，也能分享出其想法，而在這幾週，F 在這次的活動中與其他的成員互動明顯的增加。 D 與 A 便在第一個活動一開始時，就開始一旁玩耍了起來，即使領導員的勸說仍然很難控制嬉戲行為，但是，當團體成員的 A，警告及提醒時，還是願意配合活動，加入團體活動中，在參與活動時總是以自己的方式去解決問題，因此，無法與團體成員討論，總是常常在狀況外，也容易受外

		界的影響使其注意力遷移，所以很容易在一旁玩耍，而當遭遇困難時，時常也會想放棄，而行為時常表達，任務成功與否是不重要及不在乎的心態，在分享活動中，表達的言語是較無法思考到抽象的情境，有時會分享出無厘頭的想法，總是讓人啼笑皆非，在第三個活動時，D 雖抗拒與 F 有肢體上的接觸，但是為了能讓活動進行，還是投入活動中 團體成員中，B 在活動中比較不會在一旁玩耍，對於領導者的說明總是能清楚的接收到，在活動中適當地提出想法，也幫助成員達成目標，雖然 B 在國小時雖有出現不良的行為，但是，在整個活動中可察覺，B 是個較成熟及體貼他人的個性，與他人對談時也不會出現太多攻擊性的言語，在分享時，雖不會主動提出其想法，當團體成員能表達出其想法時，他能更加延伸去發展使得活動具有更深層的意義。 E 活動開始時，也能相當地投入活動中，但，當容易受到其他同儕的影響，只要有人在一旁嬉戲，他也會跟著他人在一旁玩耍，在分享時也能真誠及毫無保留地分享出其想法，能察覺其問題的所在，而分享出其看法；而在第二次活動一開始時，雖與其他人在玩耍，在領導員的勸說後，便停止下來，投入活動中。 從活動中可發現 E 是個與世無爭的個性，他不會因為擔任領袖不用戴眼罩，而提出擔任領袖的想法，從活動中是呈現好動、衝動的個性，也無法較冷靜聽著他人的意見，但是，從觀察中發現，E 較少出現攻擊及傷害他人的言語，也時常會以幽默的方式逗他人開心，比起前二週其與他人互動及行為較顯得友善，比起上一週進步了許多。
	互動情形	C 在活動課程開始之前，從其他的成員已經得知其心情不好，而 C 不願意分享他在學校發生了什麼事情。 在第一個活動時 A 與 D 在一旁玩耍，無法進入活動中，當不瞭解以及遇見問題時，總是出現不耐心的情緒，當有不良的情緒出現時便會到一旁玩耍了起來。 A 在第二個活動時，開始漸入佳境，而當團隊成員有人出現嬉鬧而使活動失敗時，A 還會叮嚀其他的成員，也會幫忙領導員管理秩序。 活動一開始時，F 也主動地與我們談話，讓我們感受到與 F 的距離愈來愈近，在活動休息時，F 也願意告訴我們其想法與意見，也較倘開心胸與我們分享其近況與在學校的生活，從中發現 F 對於團體的適應是需要一些時間，當她觀察一段時間後，她會慢慢地打開心胸地，並毫無保留地與他人分享與討論事情。 B 在前二週與其他成員較不熟悉，因此，比較不發表其想法，但是，在第二次的活動時，因需要提出問題去問領導者，而達成任務，也主動的與他人對話，從中發現他能漸漸打開心房接受他人。 E 在第一次活動開始時，E，因有點不耐煩而時常對領導者說出不適當言語，以表達自己的情緒。
	團	C 把 F 捉弄哭泣後，在他安慰 F 的過程中，發現 C 是一個嘴硬心軟的人，

	體氣氛	而在安慰的過程中，也以搞笑的方式，企圖打破與F的僵局，而C的本性是善良的，但是當外界給予挫折時，會不經思考地把自己的情緒以較不良的言語表現出來，在無心情形之中，往往不自覺地會傷害他人。 休息時間是領導員跟成員的互動，說著學校的生活與樂趣，過程中的談話氣氛良好
	待解決問題	從活動中可發現C是一個希望自己能成為領導者的特質，渴望去幫助別人，但是，往往無法控制自己的情緒，冷靜下來聽聽他人的想法，較以自我為中心，而當遭遇失敗時，會適時的退出，而拋開自己的情緒讓他人共同協助團體達成目標。 但是活動一結束，D一直提出許多抱怨的言語，無形中也可能會傷害了F的自尊心。
	觀察者省思	從觀察中發現，B，是個能配合團隊、心地善良的個性，當他熟悉團隊後能夠提供其能力去幫助他人，而發現他能夠把一時負面情緒調整好，未來也許是個可造之材。 團隊成員比較熟悉了，但是還是缺少對其他伙伴的尊重，當遇挫折時，會把負面行為發洩在其他成員身上，而成員間是否能把別人的負面行為，轉化為較好的行為，仍然有待觀察。 成員有時不自覺會把自己的快樂建築在別人的痛苦上。

第 4 次活動領導者對團體觀察記錄

活動內容	活動省思
信任倒	今天開始讓他們從事一些需要互相確保的活動，首先詢問他們前三次活動所學習的經驗，主要是喚醒他們自己所說出的約定或規則，因為接下來要進行的活動，真正進行到信任的部份，嘻笑怒罵實在很難建立彼此的信任，一開始進行的是信任倒，先從兩個人之間的信任開始做起，想建立的是口令及小團體的信任感，他們還是習慣嬉笑、不專心，但是倒也真的有練習，我跟F，其實，從他的倒下可以明顯看出他對我的不信任，雖然他嘴巴說相信我，但是腳還是本能的動了，推測，應該跟她成長背景以及他的運動神經，還有跟我的熟悉度有關吧。提醒他們可以把兩人間的距離拉長，明顯難度也增加了，也讓他們可以更體會到對彼此的信賴及危險性。 接下來進行的是團體信任倒，一個人在中間，外圍的人負責確保，一個團體裡面，只有一個女生卻時常會受到攻擊或排擠，國中的男生嘴巴真的是口不擇言，D會因為自己身子較瘦就覺得自己無法確保別人，同樣的其他人也會因為這樣無法完全信任他，但是，真正的開始活動，他們真的會用心，這也算是他們的成長吧。在一旁休息的A，除了休息還擔任觀察者的角色，他提出的一些看法對團隊而言不就是另一觀點，也讓他們明白突破休閒冒險性活動的選擇性挑戰。F擔任次活動中間被確保者時，腳不停的移動，一度引起大家的不滿，認為是對他們的不信任，由此可知他們漸漸的感受到被信任的感覺，然而，再請他們反思要怎麼做才能獲得F的信任，他們到也提出一些方法，我想，這群孩子也許成長的速度不快，但到也真的有所收穫吧！
電　　網	透過低階的信任活動，接下來進行的電網，需要將人運過腰部以上的繩子，這個活動需要大家的溝通、合作及對彼此的信任，才能夠讓團隊訓練通過。在這個活動，大家還是習慣性以男生思考，不斷提醒他們團隊是六個人才是一個團隊，有人沒過就不算成功，因此他們才開始思考F的問題，然而卻沒有真正想出解決方法，但是，倒也讓他們真正開始懂得以團隊作為考量，中間一度F跌倒，倒也提供大家真正停下來省思的機會，懂得更注意安全問題，而F對他們的原諒，讓彼此的關係更和諧。不過這次的機會教育，把場景帶到戶外繩索的空間討論，也作為提醒他們針對下次挑戰必須更加注意。
領導者省思	經過這次，發現他們對安全的重視及彼此的合作還是有所不足，而且不喜歡互相討論，總喜歡先做了再說，引導他們先互相溝通，思考合作方式以及對安全的注意，是下次到了高空要注意的地方。

第 4 次活動觀察者對團體觀察記錄

活動名稱		1. 信任倒 2. 電網
活動目標		1、意識確保及對安全維護的重要性，從中建立其成員彼此間之信任。 2、在任何危機中能信任別人給予的幫助，也學習去信任與幫助別人的心。 3、從活動的解決問題中，學習與人相處的尊重與互助。 4、增進成員肢體合作與言語溝通的機會
	參與情形	活動開始之前，成員其態度有些散漫，D、A，一進教室便在吃東西，E 與 C 繞著領導員詢問著，是否可以不要去戶外的活動，因需利用其假日，他們想在家上網或打電玩，而領導員在苦口婆心的溝通後，成員有稍些意願參加。 而 L 花了十幾分鐘，管理秩序之後，成員依舊以打打鬧鬧的情緒進行著信任倒的活動，在信任倒的活動需要二人一組，D 與 A 一組、B 與 C 一組、由於 E 不願與 F 一組，後來 L 與 F 一組，而 E 在旁做為活動的觀察者。 B 與 C 也互相交換角色練習著信任倒，在一旁的 D 與 A 拿著教室中的墊子互相嬉戲、開弄笑，即使 L 勸說也不加改進。當 L 發現後向他們二人勸說，此時，A 依舊說其肚子不舒服，L 請 A 在旁休息，並做為活動的觀察者，而 E 主動說要與 D 一組，想嘗試看看活動，當 E、D 二人信任倒都完成後，L 把團體成員全部集合起來，以進階活動的方式進行信任倒，團體成員開始進行著圍著一圈的信任倒。 活動一開始時，團隊中的男生，幾乎都呈現有點抗拒倒向 F 的位置，而 F 也表現得很害羞、尷尬，不太專心的配合活動，因此，當 C 做為圈內的被確保者時，當倒向 F 那邊，會出現圈圈的缺口，造成危險，而當 C 察覺其危險時，便對著 F 惡言相向。 由於一開始有著 C 的影響，接著換 E 與 D 當被確保者時，都相當拒絕倒向 F 的那一邊，於是活動一直出現隱藏的危險，而 L 也發現危險時，即使尚有其他人未進行活動，L 也停止了活動立刻進行分享；L 試著從分享中討論出成員間不信任與不團結時，有可能會造成的危險，由於危險的發生，可能對他人造成永久的傷害，也從分享中鼓勵其成員是否願意再建立彼此信任的心，在分享花了 10 分鐘左右時，才再進行第二次團體的信任倒。第二次活動團體信任進行過程，比起第一次來得順利，大家也願意去幫助其他的人體驗信任倒的活動。
	互動情形	上課鐘過後將近十分鐘，在活動開始之前，領導員還在控管成員的秩序，而 A 還在邊吃東西，嘴裡卻告訴領導員他肚子不太舒適，在領導員的勸說後，A 把手上的東西放好，不再吃東西了。 在信任倒的過程中，F 非常投入地與 L 做著信任倒的活動 在進行第二個活動開始之前，A 向領導員說他肚子痛，而領導員也准許 A 在一旁休息，並擔任觀察者的角色，在 L 說完情境塑造與規則後，A，

		又改口說他頭痛，因此向L提出要加入活動。
	團體氣氛	成員一開始時並沒有與其他的成員討論，分成三三兩兩的方式過去，在第一次碰到時無法說話，因此，成員在L的提醒之中，後來比較願意在活動開始先討論其方法，成員中有些人願意讓自己被別人採著自己的身體過網，有些人則幫忙協助的活動，但，成員有時急於過網，忘了安全的維護，當成員中D發現可以用跳的方式過網，並鼓勵其他的成員也可以用相同方式，但在成員中F過網時，不小心絆到繩子，因此讓F有點受傷了，領導者從分享中，讓成員學習為何必須確保他人安全，而其他成員不知為何用嬉笑的方式帶過，也以開玩笑耍寶的方式去安慰F。
	觀察者省思	雖然電網的活動失敗，但在最後的分享中，成員意識到確保的重要，而成員提出願意再挑戰一次活動，但L從這次的活動給予成員的失敗經驗中，獲得其確保及團體合作的教育經驗。

第 5 次活動領導者對團體觀察記錄

活動內容	活動省思
賞鯨船	首先進行賞鯨船，聽完規則不討論，直接試玩，已經成為他們一貫的作風，C 沒來，A 成了領導者，而 B、E 也比較多機會表達自己的意見。試了很多次，都很快就失敗了，一方面大家沒有討論，二方面是心態上仍然未認真看待活動，後來 A 提出要動作慢一點，大家也考量體重的分配等，終於漸入佳境，最後完成任務。
蜘蛛網	蜘蛛網的部份，B 比較投入活動，D 還是在旁邊玩蟋蟀，一開始很快的把比較簡單的下面兩個洞穿完，導致最後一位無法完成，經過引導讓他們發現問題點，大家同意留一個給最後一位-也就是常常擔任搬人角色的 B，經過幾次，他們決定先讓 F 穿下面的其中一個洞，再由他協助確保，協助後來的人，這樣也讓 F 能夠與團隊更多互動，在搬運其他人的過程，雖然中間有失誤，但是到也可以機會教育，為之後高空做暖身及討論，然而，就在快完成時，大家又忘了要互相幫忙，讓勞苦功高的 B 獨自一個人穿越下面的洞，而出現失誤碰到網子，一再提醒他們團隊完成的重要性，互相幫忙的重要，最後終於得以完成。
BV	經過兩個低空活動，他們對於繩索活動似乎還沒有很大體悟，態度上還是很輕率，對團隊合作互相支援都不夠積極，整個團隊還是很鬆散。 接下來進行 Big V，讓他們站在鋼索上，透過兩人合作才得以完成，利用站在鋼索上讓他們體驗一下繩索的感覺，以及確保的重要性，一站上去，晃動的繩索果然讓他們馬上就很有實際的恐懼，一直無法成功踏出一步，讓這群孩子很輕易的又想放棄了，然而在我跟秋安的示範下，讓他們知道這個任務的可能性，也建立目標，也許，這群孩子缺乏的是成功經驗、一個讓他們得以效法的成功對象，現實生活中是不是也是這樣，所以他們養成容易放棄的習慣？最後 A 跟 E 首先成功的挑戰成功，接下來 B 跟 D 時，鼓勵 A 跟 E 提供指導、意見，讓成功的人有經驗傳承的機會，也讓尚在嚐試的人有學習的機會，然而還是無法成功，最後 A 提出他跟 E 一人帶一個方式，結果果然成功了，後來決定結束這個活動，B 卻不死心的要求再試一次，本來一直不想玩的 D 也願意配合，最後終於成功了，B 雖然不是一個顯性的領袖，但卻是一個會努力思考期望成功的參與者，A 在活動中扮演領袖，但遇到挫折很容易放棄，不過經過刺激卻會拼命完成任務，而 B 則不易輕言放棄，會默默的配合或思考嘗試。D，在活動中不是一個會出點子的人，在這次活動裡也是一個很容易分心的孩子，但是，在團隊的要求下，他還是會願意配合，只是專注力真的不夠，也比較不會深入思考。不過，整體而言，在這個活動中，他們對確保的概念及動作都比較確實了，但是，距真正上高空，還是有那麼一點讓人不放心。
滑索	觀 1 建議玩一個滑索的活動讓這群孩子體驗一下高空，這確實是一個好點子，因為對高度有點體認，他們的態度跟心態才能轉變吧！在決

	定先後順序時，E 自告奮勇擔任第一個，之後的活動他也常常搶頭香，這孩子挺有冒險精神的，面對未知，卻勇於嘗試。這次的活動中，果然讓他們對高度有近一步認識，而本來以為會很害怕的 F，卻出現很開心的表情，這孩子不像別人以為的膽小喔！雖然他對自己、對新活動會有恐懼，但是真正體驗後，反而有不同體認，F 開始覺得沒那麼可怕，對未知的東西畏懼、沒有安全感。
Cat walk	下午進行 Cat Walk，大家都上去體驗，B 對於高似乎很恐懼，只要上去整個人就呈現緊張、呆滯，鼓勵大家給上面的人加油打氣，也學習相信幫他們確保的夥伴，不論是確保者或是攀爬者，都是不同的體驗，學習相信，學習確保他人的生命安全，這群孩子在擔任確保者時都很認真，可見他們對生命是尊重的。
觀察者省思	這是第一次帶他們到戶外場地，也是驗證他們在室內課程裡所學習的合作以及對安全的遵守等。 到了場地，也許是第一次到這麼地方，大家都成了好奇寶寶，舉凡小草、蟋蟀或任何設施都吸引他們的目光，先進行低空活動讓大家感受一下，預計下午進行高空。 這次的活動，雖然一開始大家注意力不集中，也許跟假日，心情放鬆以及到戶外場地有郊遊的心態有關吧。不過，漸漸的他們對活動認真程度有逐漸增加，而因為高空活動，也讓他們知道自己的恐懼，同時學習被信任以及信任別人。

第 5 次活動觀察者對團體觀察記錄

活動名稱	1. 賞鯨船 2. 蜘蛛網 3. BV	4、滑索 5、CAT WALK 6、攀岩牆
活動目標	藉由低空的低阻礙活動，從解決問題中以增進成員間的合作、溝通、解決問題的能力，加以促進團隊氣氛。 從高空的挑戰活動中，自我突破，加以調適自我的情緒管理，以培養獨立面對問題與挑戰的能力。	
參與情形	賞鯨船 在賞鯨船時，領導者發現成員一直不斷地經歷失敗，在活動過程中，領導者不斷地給予成員提示，希望他們能有討論的機會，但是，大部份的成員沒有接受，便立即不斷地嘗試失敗繼續活動。 成員在拒絕領導者的建議後，還是不斷地嘗試失敗，而領導者還是不斷地鼓勵，成員能夠討論一下，再進行活動，而成員便慢慢接受領導者的意見，開始有了討論，而成員在討論中尋找方法，才開始活動。 當成員在失敗中不斷地找尋方法，依舊無法達到目標，便漸漸產生負面情緒時，領導者讓活動停下來，進行分享的活動中，可給予成員適當提示與引導，讓成員在剛剛活動的討論中，能夠再重新整理，獲得共識，讓團體成員經歷成功，產生正面的行為。 在此活動結束後，領導者從分享中，提及如何減少失敗，而成員說出需要增加討論，領導者再深入引導到其討論的重要性，而團體也願意在下一個活動中，接受互相討論。 蜘蛛網 一開始成員都有帶著正向情緒參與活動，認為蜘蛛網的活動很簡單，而在活動前成員有進行討論，但在活動過程依舊不斷經歷失敗，領導者在發現成員只有少數幾個會去幫忙別人，在當中不斷地提醒成員要互相幫忙，可是，D 在一旁玩起了蚱蜢，A 有時又在玩耍中，因此，在 D 過蜘蛛網的過程中，因成員沒有把他扶好，D 跌了下來，領導者在成員發生危險時，立即停止了活動，宣告其任務的失敗，而 A 立刻產生極大的負面情緒，加入 D 抓蚱蜢的行列，而領導者在勸告二位之後，過了五分鐘，二人才立刻回到分享行列中，A 在分享中，不時地展現其負面情緒，E 也因經歷失敗後，產生想放棄此活動，想進行下一活動，但是，過了一會兒，B 向領導者提出，剛剛的活動已經快成功了，而領導者願意再給予團隊一次挑戰的機會，試著安撫 A 與 E 的情緒後，團隊就開始進行挑戰。 團隊在分享後，再次挑戰此項目，成員運用著過去的經驗，會開始去主動幫助其伙伴，給予協助，團隊很快地就完成了活動。 蜘蛛網的分享，成員提及，需要大家的幫忙與信任才能過關，所以合作與團結很重要。因此，領導者為強化其團隊成員彼此之間的信任感，就	

		往 BV 活動前進。 Big V D 在 BV 時以玩笑的方式在進行活動，無法冷靜下來面對挑戰，A 與 D 一組二人進行活動，因 D 不斷地玩耍，領導者的勸說也無法讓 D 冷靜下來，A 便幫忙管理 D 的情緒，D 才開始慢慢冷靜下來。E 在經歷失敗後，無法與 B 跨出一步，停留在原地，而提出活動太過於無聊。後來，領導者以親身示範為激勵方式，領導者與觀察員，進行一次活動挑戰，當領導者與觀察員在進行活動，成員在幫忙確保中不斷地玩耍，希望干擾其活動進行，當二人走到其 BV 目標時，便設定為團隊成員挑戰目標。 爾後，成員討論交換伙伴，而 A 試著與 B、E 與 D 一組，進行挑戰，二組都失敗了，F 在一旁觀察了很久，領導者與 F 一起進行活動，在領導者的帶領中，F 與領導者在第一次活動中，很快地就完成了。 B 與 A 在一旁觀察領導者與 F 的動作後，便主動地再次回到活動中挑戰，在這一次活動中，二人很冷靜地完成活動。而 D 與 B，一直無法完成活動，爾後，領導者試著鼓勵 A 與 B，能幫忙協助 E 與 D 的活動，二人一人帶一組進行活動，A 與 E 很快地完成活動。當 B 與 D 進行時，D 在活動一開始時不斷的嚷嚷著，其繩索很滑，無法跨出第一步，經過數次的失敗後，D 出現不適應行為，提出要放棄活動了，A 在一旁便也跟著 D 提出，請他們那一組不要玩了，而領導者勸說大家為一個團隊時，每一個人都要完成活動，A 雖有不適應行為，但他向領導者提出，想代替他們解決問題，領導者讓 A 與 E，替代 B 與 D 的活動，二人雖幫忙他們完成，B 在一旁便立即鼓勵 D 再試著挑戰一次，二人在進行時，一旁的成員給予提醒與指導，二人很快地完成活動。 滑索 在高空活動中，首先放入滑索的活動，讓成員能體驗其高空的感覺，而藉此活動讓成員，在下午的活動中，能意識到安全，而 E 是第一個上去高空挑戰，E 依然會有恐懼的言語出現，而其他成員在幫忙及觀察。 Cat walk 成員在互相確保過程中，學會如何用心地去維護他人的生命安全，而當自己體驗高空活動時，也能信任與接受別人，能用心地確保其他成員的生命安全，從中學習如何表現正向適應行為，讓成員在繩索活動中，學習如何與人互相信賴與互動。例如在活動中，A 有點不信賴 F 幫他確保，但是，領導者鼓勵 A 之後，A 願意試著讓 F 確保，而 F 也在確保他人之中，慢慢與團體的成員建立關係，並從中學習，如何與人有良性的互動，使 F 負面憂鬱情緒能減低。 D 在過蜘蛛網時，在一旁發現蚱蜢後，就不斷地分心，無法融入專心於活動中，而 A 在歷經失敗後，就會開始轉移焦點，與 D 一起在一旁抓蚱蜢。但是，在領導者勸說後，總算又開始回神地加入活動中。D 在 BV 時的情緒，相當亢奮，遇見困難時，無法冷靜下來處理問題，後來在 B 的激勵中，慢

		慢地冷靜下來，才完成活動。 B 表現得很積極，在活動中總是先提出其想法，再去試試看，不斷地給予其他伙伴幫助，當經歷活動挫折時，很少會放棄，在無形之中，會影響其成員產生正面情緒。在 BV 時還試著去安撫 D 的情緒，鼓勵著 D 再挑戰一次，給予其成員適當的幫助。 E 在活動中，充滿著熱情，很專心的投入活動中，會試著給予團隊成員幫忙，但是，無法主動地明白地向其成員說出其想法，總是有一些想法會放在心中，默默地配合著其他的人，在玩耍與失敗經驗中學習；他在過程中經歷多次挫折時，就不斷有放棄的念頭，但只要一旁的人給予適時地正向支持與鼓勵，他能再次回到活動中。E 在 BV 時也出現想要放棄活動，但，與 A 進行時，便很快地就成功了，其成功後，還願意與 A 一起再嘗試一次。E 在賞鯨船時，由於團體不斷地面臨失敗，他在活動過程中，提出要“動作小一點“團體也慢慢接受他的意見。成員在此活動，雖已達到三秒了，雖沒有成功，但已經慢慢進步了，而 E 認為 F 會影響活動，而向 F 提出，請她先暫時退出活動，而 L 向 E 說明，其團體的重要性，而 F 又回到團體活動中，E 接受後，請 F 先進行活動。 E 在賞鯨船說出“成功為敗之母“，在當中也漸漸影響其他成員的行為。E 在 BV，經歷失敗後，後來經由觀察者與領導者的示範之後，E 與 A 合作後，很地地就完成活動，在活動完成後，還試著去指導與協助他人，有很大的進步。E 在體驗高空活動時，總是為第一個，較願意接受外界給予的挑戰，但是在挑戰之前，依舊會有負面的焦慮情形，但是基於要挑戰自己，他總是率先嘗試。 A 總是很容易出現不耐煩、退縮放棄之不適應行為，但，領導員只要適時給予激勵與刺激，A 很快又會回到活動中，在活動中時常扮演著領導員與管秩序的角色；他在 BV 時，因與 E 體驗到活動的成功，會試著有著其活動能力，願意主動地去幫忙他人，無形之中，也刺激了其他的人，當遇挫折時就迎刃而解的心，其他原本想放棄的成員，在 A 的幫助之後，往往很快地就能挑戰成功，從拾其自信心與愉稅的心情。A 在攀岩牆時主動提出要幫助 F 確保，讓我與領導者都大吃一驚，因 A 平常對 F 的言語態度不是很好，但他很主動提出幫忙時，會讓人忽然感動一下。 F，在今天的活動中，與其他成員在蜘蛛網有互相幫助與扶持，F 的心情明顯開朗了很多，會慢慢地提出問題與參與活動；在 BV 活動時，也時常扮演好，確保他人的角色，F 總是在一旁靜靜地參與，在 BV 領導員邀請 F 一起進行活動，F，利用其安靜與聆聽的特質，與領導者很快地完成活動，在經歷其活動後，F，開始慢慢試著，放開心胸與其他人分享、互動。
	互動情形	領導員以親身示範為激勵方式，領導者與觀察員，進行一次活動挑戰，當領導者與觀察員在進行活動時，其成員在幫忙確保中不斷地玩耍，希望干擾其活動進行，當二人走到其 BV 目標時，此二人完成目標，便設定為團隊成員挑戰目標。

	團體氣氛	成員因為天氣炎熱，在活動剛開始時，便提出不想玩了，D 與 A，無法專心於活動中，其心情起伏很大 賞鯨船時 A 在活動中慢慢失去不耐煩，還說著再來，不斷地又開始加入活動，給予團體意見與協助，團隊很快地就達到平衡十秒的工作。
	待解決問題	如何讓 A，減少出現不適應行為，以及讓 D 能夠專心於活動中，再加以引伸到生活當中。F 的憂鬱行為減少，應來應考慮如何再加強，讓 F 產生自我調整與效能行為。
	領導者省思	成員漸漸學會互相信任與主動幫助的他人，但是在溝通方面，仍有待強化，因為，成員大部份很難靜下來聆聽他人的意見，而團體雖然在活動過程中有討論的情形，但有時無法發揮討論效益，仍然產生失敗時，仍會有負面情緒，因此，如何讓成員增加溝通的技巧與控制自己的行為。 當遭遇困難時，如何讓成員能把不適應行為減到最低，用較正向積極的心態去面對問題。

第 6 次活動領導者對團體觀察記錄

活動內容	活動省思
酰酸河	這次的活動，大家顯得有點心浮氣躁，首先在酰酸河的遊戲說明，就呈現吵鬧畫面，規則沒聽清楚就急著開始進行活動，C 嘻皮笑臉，活動過程中會故意鬧背他的人，活動中板子被收走，讓他們有點不悅，但也意識到沒認真聽規則造成的後果，失敗也讓他們出現放棄的念頭，請他們靜下來好好思考、討論，大家還是一幅屌兒啷噹，心不在焉的感覺，是因為外面有班級在烤肉讓他們很想一起同樂嗎？這樣定力似乎不夠，下課後，上課繼續挑戰，大家會比較小心進行，不再因為疏忽而面臨板子失去的慘劇，此外活動中大家也比較認真看待活動，也比較會利用分工合作進行活動，最後終於完成任務。
搶救地球	第二個活動-搶救地球，這次大家有了前車之鑑，比較認真聽規則，活動過程中專注力也比較高，A 有點擔任糾察隊的工作，對於不認真從事活動的同學會給予警告糾正，但是 D 今天一直有脫序的表現，C 也是會自己暗自亂拉繩子，因為一開始就提醒只能有兩次機會，所以一但不認真的比現很容易就被制止，但兩次的失誤很快就出現了，因此在給予他們機會，雖然一開始出錯的人會被責備，但漸漸的責備不見，反而出現小心、慢一點的字眼，出了錯會主動要求重來，而非嚷著放棄，可見他們接受挫折的能力有漸高的趨勢，除了責備會漸漸的轉向正面性的語言。
領導者省思	這兩次的活動完全需要團隊合作才能成功，主要是希望再建立一次他們是一個團隊的意識，希望下次的戶外活動他們能夠更發揮合作精神，雖然活動一開始他們顯得心浮氣躁，甚至有想外跑的傾向，但是下完課讓他們真正的和烤肉班級交流後，大家就比較能靜下心來，而且能夠開始出現討論、互相提醒的情形，用語方面也出現較多的正面性語言。

第 6 次活動觀察者對團體觀察記錄

活動名稱		1、酗酸河 2、搶救地球
活動目標		1、給予活動中的挫折感，以增進成員解決問題的能力 2、從活動的解決問題中，學習與人相處的尊重與互助。
	參與情形	在活動的過程中，我發現 B 是個很會為他人設想的小孩，即使擔任揹人的任務再累，總是願意犧牲自己，而遭遇失敗也會提醒著其他成員，再來一前、再試一次，在活動中很少出現恕罵他人的言語，較沒有攻擊性，有時在分享時，也蠻察言觀色的，不會插入他人的對話中，也適時提出自己的意見；但只要團體中的成員出現不適應行為時，B 有時也會被他人影響，加入嬉鬧情緒中，但其嬉鬧情緒的時間不長，很快地又會鼓舞其他人，再一次的挑戰活動。在活動過程中，會聆聽 L 與其他人的意見，有時會提出自己的看法，也會配合團體的運作，而在分享時，B 會根據事實所描述來分享自己的意見，但活動的經驗，B 很少與生活情境的事情做連結。 D，在第一個活動開始前已經說，以前有玩過的經驗，因此當 L 在說明規則與目標時，就無法專心聽講，一直想拿著 L 手上的板子在嘗試中，在第一個活動整個過程中，D 的行為表現是，自己不斷地在嘗試，而得到的方法會告訴自己的伙伴，偶爾加上 C 的意見後，便開始了活動，而當 D，遭遇到困難時，會不斷地亂開玩笑，亂說話，有時還會在旁邊跑來跑去，其情緒表現對他人較少攻擊性，對活動成就表現其態度為漠不關心，成功與否對他而言不是那麼重要，然而活動失敗時，只要有人提出需要重來，他也會願意配合團隊“第一活動說：配合別人“，在分享中，D 有時也會提出自己的想法，但是大部份都會陳述與事實相反的言語，或不定時的轉移話題，時常讓大家啼笑皆非。D 在經歷第二個活動的過程中，一拿到器材也不顧規則的說明與其他伙伴，便開始了活動，使得活動面臨失敗，也因受成員的警告而得到一些警惕，D 在配合他人活動時表現是屬於被動型，有時雖會自己嘗試找尋方法，但很少說出自己的看法去解決問題。 A，活動一開始時，A 就一直在鬧情緒，吵著不想玩想翹課，而 L 也察覺 A 的情緒問題，一直尋問也問不出原因，A 不斷地產生不悅情緒，因此，無形之中影響到其他的人，但在 B 與 C 的一般勸說後，A 才開始願意加入活動，當 A 加入活動後，可發現他時常成為團體的領袖，當有成員提出其對活動的想法時，他會在活動過程中指導別人，也適時幫助別人，像第一個活動願意揹著“C“過酗酸河，但是，C 不經意犯錯，使團隊面臨失敗時，A 其情緒會完全地往負向情緒中發洩，開始嚷嚷著，“ 不要玩了“以及一些抱怨、責怪他人的言語，會開始出現鬧情緒狀態，但過了五分鐘，A 往往也會漸漸受他人的影響加入活動中。 在第二個活動中，A 休息了五分鐘後，彷彿打起了精神，開始加入活動中，因有 L 的時間限制與成功的“ 正向增強(課後吃東西)“，A 很快的指引團

		體的成員完成活動。 C 在活動一開始時，心情就特別興奮，在這二個活動時拿到器材時，就自顧自地在玩耍中，對 L 的規則說明，沒有很專心在聆聽，一但失敗時，就會怪 L 沒有把規則說清楚，在活動中一直以玩耍的心境，沒有很冷靜去看待事情，但遇見挫折或經歷失敗時，總是非常有活力讓自己再次重來，C 在第一次活動時，由於自己的不小心，踩到邊界以及第二次在活動中，自己的急性子不聽清楚規則去挑戰活動，而不經意地使活動失敗，但是他沒有即時的認錯，卻一直尋找藉口與責怪他人，以及不斷地與 L 在辯論中，而在成員的勸說之後才開始承認錯誤，當自己承認錯誤後，雖不會開口說道歉，而是開始鼓舞著其他成員，再來一次挑戰活動，也試著去說服 L，讓他們再挑戰一次。在活動中，C，總是想幫助 F，但是總是以很兇的口氣對待 F，但是，對待其他的男生卻又不會；在分享活動時，C 有時會提出自己對活動的體驗觀察，說出自己的想法，但是有時會轉移話題，時常地插他人的對談，而使分享活動讓其他成員受其話題影響，總是讓 L 繞了一大圈才又回到分享活動中。 E 在活動中 E 的情緒是屬於較穩定，在這一次活動中比起前幾次活動來得有些進步，而自己在旁玩耍的頻率較減少，參與活動的積極感也較多，在活動中發現，E 能適時地接受他人的意見，能夠配合團隊的決定與活動過程，很少出現攻擊性的言語，對待他人，總是以讓步的態度，比起以前已經減少與人爭吵的頻率，活動中，雖然有時會拿到器材便玩了起來，但是能夠聆聽 L 的規則與說明，然後再提出其想法，試著幫助伙伴而積極地表現想要活動成功。在活動中，也偶爾會扮演勸說與鼓舞他人的角色，但，有時會受同儕的負面情緒帶動，而也跟著在旁鬧情緒，我發現，E，會很容易被同儕情緒帶著走，不會分辨是非，也許他，彷彿很深怕被團體成員拒絕，很想獲得同儕接受與認同感；在分享活動時能說出其簡單的形容詞，但無法再深入去描述其想法，總是由身旁的成員，替代說出，因此，L 很難得知，活動對 E 是否能夠影響其生活的成長。 當 F 今天一走進教室，便說著上次在戶外的經驗，但是當其他男生一進教室，她就會比較少說話了，在活動一開始，F 總是站在一旁聆聽著 L 的說明，在活動中，F 顯得比較不太積極、被動，但在活動中總是能配合其他成員的指示，而很少發言，L 總是會請 F 說出自己的想法，但也常常以點頭或搖頭表示，而在第一活動機智問答才能取得板子(法寶)，F，也呈現被動的心態，也還是由他人的協助給予提示之後才完成。在分享活動中，F，很少提出自己的想法，總是在一旁聆聽，會讓人覺得總是心有所思，不太專心地參與分享活動，因此，其他成員時常也會對 F，說出不太適當的言語，而 L 不斷地對著其他成員提醒言語安全，L 也會去問 F 的想法，但時常無法得知其想法。
	互動	第一個活動在第一節課的時間，成員依舊沒有完成，但在，下課五分鐘後，成員從教室外面回來時，當 L 以還板子為誘因，問說：「怎樣才能成

	情形	功」，成員也回答了：「合作、努力、團結…等。」而活動一開始之後不知為什麼，忽然不用之前揹人的方法，改用一個人一個人慢慢來的方法，因此，在成員彼此之間都很小心、注意、認真、專注的情緒中，他們一次就過關了！這樣的過程讓L很感到意外。成員也開始出現了愉悅情緒。 而當下課時間時，F已會變得比起過去較主動地來找我與L談天，這才能得知其想法，F，認為他很想走入團體裡面，但時常他們都會以較兇的語氣，她才會情緒受影響，而她也時常認為別人都不喜歡她，才對她那麼兇，她總是無法適時去表達自己的想法，久而久之，也不太想說話，在我們的言語之中，發現，F 因單親家庭因素，時常一個人在家，沒有說話對象加上在班上的人緣也不佳，對生活的打理也無法好好照顧自己，其衣著為有點髒髒的狀態，因而產生較自卑，退縮心態。 而我們也試著鼓勵著F,不要讓自己被自己假設的負面想法(總是以為大家都不喜歡她)，進而影響自己，應該打開心胸，去試著接納自己，也試著以婉轉的方式去建議她，應該把自己的衣服用乾淨，也教她洗衣服的方式，而她也能接受了。在談話過程中，F，告訴我們，她有送C“200元“當生日禮物的事，而此事被其老師發現了，而使得她與C之間鬧得不悅，而她也坦誠時常送同儕東西，辛辛苦苦存的零用錢，只是為了交朋友，我們試著勸說她，其教朋友的方式，儘量是以真心誠意的方式來結交友人，如果她時常用物質教友的觀念，會教不到真心的朋友，自己也會很辛苦的;F，彷彿能接受我們的建議，她也提出能來參加活動她很高興，而也每週都在期待活動的來臨，我發現，F，真得很需要同儕的支持。
	團體氣氛	今天活動一開始時，A不知為何一直說想要翹課，情緒表現相當不愉快，而在玩第一個活動流酸河時，成員一開始為一個一個過河，在過河的途中法寶被收走了，只剩下六個，由於空間的不足，成員必須互相揹著彼此的成員過河，由於板子的空間不足，成員在活動難度提高之後，出現在二至三次的失敗，而揹人的A，彷彿已經漸漸失去耐心。C不經意使得團體失敗時，總是提出很多看法，而D也依尋自己的方法在嘗試，A與F在一旁休息，團體氣氛顯得有點分裂，此時B在一旁不斷向A勸說後，大家才又回到揹人的方法。A與B也再次挑戰揹人的方法，因有著過去經驗的結合，成員已經曉得需要保護法寶(板子)，在活動已面臨成功時，興不小心踩入了界線裡，導致團體的活動需要再重來，而C不斷地與L爭吵著，他沒有犯錯，是E把他推進出線內的，而在一旁的A也不斷的勸說著C，請他(C)承認自己的錯誤吧！因此,C出現了有點不悅的情緒,在L的說明後，C很快的打起精神,去鼓舞著團體的士氣,此時,A還坐在櫃子一旁鬧情緒，E坐在一旁陪著傑鬧情緒，而D依舊拿著道具在嘗試中，但是，只要B與C說：「快一點，再來一次吧」，而A與E也會配合著團體加入活動，從中發現，A 雖然在活動前鬧情緒，但是只要開始活動就會認真了起來，也一直叮嚀著成員其注意的方法與事項，有時還會幫忙管理秩序。

		在第二個活動，雖面臨失敗，成員的不適應較減少，很快地完成活動，在每一個活動後的分享中，成員都能說出，對活動的感受，能適時說出為何失敗、為何成功，也時常意識到團結、合作對活動的重要性，但對與他人溝通的想法比較少，對活動帶給的感受，也能與生活的情緒做連結。
	待解決問題	活動過程中我們發現成員會受活動以外的事情影響行為，而帶著不適應行為參與活動。當活動一開始時，成員為了能讓活動挑戰成功，便積極投入活動中，比起過去幾週而更具參與活動的熱忱。然而，活動過程中，一旦經歷失敗時，便開始產生不適應行為，因此，如何能讓成員自我調解行為能再進點步一點。
	觀察者省思	今天活動成員無法在第一節課時間內完成第一個活動，L 想立刻終止活動，讓成員感受到活動的失敗，希望能重中獲得經驗學習。但是我們考慮討論中，認為成員很快地需要去戶外體驗，如果讓他們獲得活動的失敗，成員很容易因失敗而產生不適應行為，也許對整個團隊的成長與學習會有所影響，因此，在第二節時，我們讓成員再次的體驗活動，成員一進教室後，只花了一次的活動體驗，就能成功了，讓我們有很大的驚訝。在第二個活動時，成員因有時間壓力及活動次數限制，成員很小心翼翼地進行活動，而事情的溝通與合作，比起前一次活動有明顯地進步，成員很快就完就了活動，也許我們應該給予成員多一點時間與機會，不放棄他們而給予正向的鼓勵，能為他們帶來更多的成長。 活動後與 L 討論，我們覺得參與活動成員，其實是需要家人、老師給予他們多一些時間與機會，就像他們在活動中屢次的失敗，如果我們很快地失去耐心放棄他們，而讓他們時常經歷挫折無法得到生活的成就感，也許很快地他們也會放棄自己，因此，從活動中可察覺他們，而認為我們還是給予多數的鼓勵與正增強，他們也許會就就其讓我們預想不到的成果。

第 7 次活動領導者對團體觀察記錄

活動內容	活動省思
洞中洞 Hole in one	第二次來到戶外場地，D 沒來，C 有來，也許是因為對場地跟活動內容比較熟悉了，這次大家比較專注在活動上面。首先進行的洞中洞，不曉得是已經體驗過高空，大家對低空的興趣比較低，挑戰成功後再突破的意願就降低，一方面可能與之前活動有點類似，讓他們覺得較無新鮮感有關，不過，大家比較懂得互相幫忙，會互相討論了。
拋開過去邁向未來 multi-line	首先進行的高空活動是 multi-lin，這個高空活動，馬上讓 C 得到震撼教育，和他搭檔的 E 顯得比較冷靜，C 不敢動，但因為繩子有交錯到，因此只好靠 E 試著繞過 C 解開，雖然 C 一直不敢動，但是團隊卻少有口出惡言的現象，大家比較有同理心可以諒解在上面的人了。之後是 B 跟 A，懼高的 E 不大敢動，反而一旁的 A 只好在旁邊等待，好不容易說服他離開柱子，稍微走出來進行下降，A 繼續挑戰，成功的成為完成的英雄，總是衝前面的 E，是個敢冒險不會想太多的孩子，而 A 雖然也敢冒險，但他總會先在一旁觀察，感覺情況在他可以控制之下才會出手，屬於觀察思考而非單靠直覺的冒險者。F 和觀察者搭配，他口中不斷嚷著會害怕，不過覺得他的膽子其實不小（比起真正害怕的 C 跟 B），喊著害怕似乎是一種保護色，當作做不到的一個理由。
巨人梯	接下來進行的是巨人梯，首先是 E、C 跟 F，經過幾次合作，他們對彼此都比較瞭解了，對於 F、E 跟 C 其實給予很大的幫助，尤其是 E，在這次任務裡面扮演主要領袖角色，而 F 跟 C 則扮演協助，尤其在階梯距離越來越大時，E 再強也無法獨自完成，讓他們三人更體會到合作的重要性，F 似乎比較習慣接受幫助，對於幫助別人的角色不太清楚，因此一開始不太順利，但是漸漸的較能進入狀況了，而 C，雖然個子較矮無法提供太大的幫助，但是他利用口語給予的協助其實也有作用，尤其對 F 而言。不過稍為可惜的是，雖然 E 提供他們很多幫助，但最後 E 仍想繼續挑戰時，他們卻不願意配合，對他們而言，自己的疲憊與恐懼勝過隊友的期待，看樣子本位主義還是很重，沒有真正達到互相幫忙。之後是 A、B 跟 E，有過經驗的 E，力氣不似之前多，但卻提供較多經驗的分享，而 B 雖然恐懼，但卻願意配合其他想前進的人，較懂得與人合作、以整體為考量，他們這一組的特質是較能互相合作，而且願意配合彼此，雖然累、恐懼但接受挑戰的意願較高。過程中，一度出現他們覺得引導員口語給他們不安全感，這也代表活動所學的其實有潛移默化的作用，也許短時間內無法看出來，但是，終究對他們是有影響力的，真是令人感動！
大擺盪	之後進行的是大擺盪，這是一個純屬個人挑戰的活動，E 果然又是首先自告奮勇的，他也勇敢的到最高點然後下來，下來後他很開心的跟大家分享快樂的感覺，也讓不敢上去的 C、B、F 都有點心動，之後是 A，下來之後他也開心的跟大家說很棒，來了不玩真的很可惜，不斷的慫恿

	C，最後 C 決定上去挑戰，雖然他不敢到最高點，但是願意挑戰，願意突破自己害怕的心防，對他而言已經是不錯的成長了，下來之後他也很開心自己願意接受挑戰，因此最後 B 也因為大家的鼓勵，願意去嘗試，最後果然也是覺得雖然有害怕但卻是很好的體驗，剩下 F 不敢接受挑戰，大家不斷的說服他，第一次感到這個團隊，真的是一個團隊，大家一起鼓勵不敢挑戰的夥伴，而且是積極的經驗分享的方式，而且，最後 F 也不負眾望的接受挑戰。大擺盪屬於個人挑戰的活動，團隊成員雖然懼高的很多，但最後終於大家都願意突破心防，勇於接受挑戰，而且也都承認其中有害怕存在，只是後來都能得到趣味，最令人感動的是，接受挑戰的人因為感受到美好經驗，都樂於和其他人分享，甚至鼓勵害怕的人試著挑戰看看，最後團隊成員全部都完成了挑戰，在活動接近尾聲之際，看到他們大家不管男生女生，一起鼓勵彼此，那個景象真的令人感動，大家在做中學的過程裡，果然出現一點點的化學變化囉！
飛躍直柱 Pamper Pole	最後一個挑戰－Pamper Pole，大家對於這個挑戰相當恐懼，經過秋安一番柔情勸說，E 果然又是第一個願意接受挑戰的，大家對他果然相當佩服，大家敬佩的眼神該不會是 E 搶當第一的動力吧？？好不容易爬上去，恐懼席捲而來，E 站在上面大概有一個小時吧，雖然在下面經過一番考慮才上去，但是他應該沒料到恐怖程度會這麼高吧，所以猶豫很久，不過他敢挑戰的勇氣，倒激勵了 A，站了那麼久的時間，也讓 A 決定要速戰速決，因此後來 A 挑戰時的速度相當快，爬上去沒多久就跳出來了，這也驗證 A 是個會經過思考的冒險家，思量自己的能力，觀察別人首先挑戰的經驗與結果，再決定是否出手。
領導者省思	整體而言，團隊比較成熟了，經過一次次的挑戰，他們對合作比較熟悉了，對大家是個團隊的事實也較有所體認，其中 B 跟 E 屬於較會犧牲奉獻型，F 跟 C 屬於配合者及接受型，而 A，則是視情況決定出手與否，會協助但會考量恰當與否。

第 7 次活動觀察者對團體觀察記錄

活動名稱	一、洞中洞 Hole in one 二、拋開過去邁向未來 Multi-line 三、巨人梯	四、大擺盪 五、飛躍直柱 pomper pole
活動目標	1、團隊的合作，突破你我之間的心房。 2、效能與效率的取捨，學習符合人與人之間之安全的互動。 3、在合作間溝通，伙伴間的相互支持與信任。 4、自我的目標設定，學會突破困境，征服自我。 5、自我的察覺，在挑戰個人的極限，發揮其無限的可能。	
參與情形	洞中洞 團體的表現比起上次的低阻礙活動好，出現負面情緒次數明顯減少，在第一次挑戰活動完成後，L 便以計時來增加活動的難度，而成員也意識到活動加入計時規則，提高難度，雖有時開玩笑，但已經會互相討論，以及意識到如何解決問題的方法，此活動加入計時，比起前一次進行時間來得短，成員也有些許進步，但是，L 鼓勵成員再次挑戰，以達團隊的最好成績，但成員在相互討論之後，認為，他們已經有進步了，便拒絕再浪費時間在此活動，對挑戰其他的項目其興趣較大，而 L 也尊重其選擇，便進行高空之活動。 在進行高空之前，成員間開始複習之前之吊帶穿著，因，興上次未能參與活動，L 也請成員教興如何穿，讓他們彼此之間互相幫忙，成員在練習穿吊帶的過程，我發現，他們比起上次的練習中，來得更有秩序了，而興也變得很謹慎，開始不斷地問其他成員，他穿的方法是對的嗎？當吊帶穿好之後，成員便再次複習其確保動作，其複習時成員的秩序與情緒也相當良好，沒有出現不耐煩、退縮…等之負面情緒。 拋開過去邁向未來 第一個項目是高空活動，當 L 尋問哪二位成員要一起先上去挑戰呢，成員便開始討論了起來，而以體型較相近的人一起先上去體驗，而成員分配後，E、C 先上去體驗，當 E 上去高空時雖有點恐懼，但還是依舊想繼續挑戰，而當興上到高空時，一直抓住柱子不願意放手，不斷地尖叫，無法克服高空的恐懼，L 試著請 E 協助興，讓他能夠放開其柱子，試著離開柱子，出來挑戰，但是 C 依舊無法克服恐懼，而 E 也逐漸受 C 的影響，兩人不斷的以尖叫、言語發洩情緒，還一直想放棄活動想下來，而 L 不時給予他們兩個鼓勵，並且指導他們要下來，必須走到第二條繩子的地方，當二人意識到唯一能結束高空活動的辦法，就是互相幫助試著往前走，在 E 先試著往前走時，C 也慢慢減低其恐懼，慢慢地走了出來，二人在走到 L 規定的地點時，大家試著再次鼓勵他們前進，但是二人總是以生理狀況，例：腳與手無力，會害怕…等無法負荷的情形為藉口，依舊堅持結束活動，下到地面。	

		爾後，換A與B一起上去挑戰，B先走在A的前面，當B一上到高空時，便開始出現極大的恐懼感，即使L的鼓勵與指導，依舊無法幫助B試著走出來，B 也不斷的大叫，一直嚷嚷著要下來與結束活動，這種情形持續了二十分鐘左右，因此，A 便掛在高空的木柱上，手與腳也因抓著木柱快要沒力了，L便請求A試著幫助B，能試著走出去，這樣他才能繼續往前走，而A一開始有試著幫助B如何才能往前走，但，B依舊無法克服恐懼，過了一陣子，A已變得不耐煩…等不適應行為；L請A先上去，跟B交換位置，A才試著上到高空，A試著協助B要往前走時，B，依舊堅持停留在原地；而L便請A先自我挑戰，A在走到第三條繩子時，便以手無力以達目標想下來之想法，而L以“挫冰“為鼓勵著A，希望他能繼續挑戰，A也願意試著往前走，過程中，A，也試著想放棄，但在大家鼓勵與支持之中，到達了最後一條繩子，達成其任務，便下降；當 A 完成下降動作時，B依舊在高空上，無法突破自己往前走，L試著鼓勵B，請他信任下面的伙伴會讓他安全，而他也可以用A的經驗來試著讓自己走出來，而B也慢慢開始動搖，當B走到第二條繩子時，便以很堅定想法，告訴L，他不想再前進了，只想下來了，而 B 便開始下降時，情緒表現為恐懼，L 又花了數分鐘幫 B 做心理建設與指導，B才順利下到地面。 接下來換F與觀1進行挑戰，F在上到高空時也出現恐懼，無法往前走，觀1試著要幫助F往前走，F還是無法克服恐懼，拒絕離開木柱，而觀1一直不斷地協助F，F才慢慢地走了出來，當F到了第二條繩子時，便向L提出是否可以下去了，而L也不斷地鼓勵F，希望他能夠再往前走一條，而C此時在幫F做確保，也不斷地給F鼓勵中，F，試著與觀1往前走，但到了第三條時，F，還是選擇放棄了，但L仍以F表現得不錯來鼓勵她，希望藉此提高F的自信心。在活動中，我們察覺E與A雖然會出現恐懼，但是仍會在恐懼之中克服自己，試著去幫助其他的伙伴，C與B依舊無法克服自我恐懼感，當我們試著給予他們多一點時間適應時，他們便會願意慢慢的嘗試，而F一開始雖有恐懼，但是有著旁人的協助，便能降低其恐懼，而她的自信心與對他人之信任感也會漸漸提高，也願意試著讓他人來協助與幫忙，F，與人相處發言的機會變得較多了。 巨人梯 當巨人梯一開始時，成員便開始討論誰與誰一組，後來成員發現因 F 的力氣較小，因此分成三人、二人一組，而男生成員開始討論誰要與F一組，在一番爭論中，C主動提出與F一組，後來E也逐漸妥協地與F一組，於是C、F與E一組，一開始，C與E還是不太願意幫助F，F靠著自己一個人的力量也無法上去巨人梯，後來在 L 的引導需要三人一起合作去挑戰，C向E提出，還是需要幫助F，三人開始討論要怎麼上去，而討論出C先上去，再幫助F，當F在攀爬的過程中，E也逐漸地試著幫助F，上到第一階，E也在F與C的幫忙後，順利上到了第二階，三人在互相幫忙之下，登上巨人梯第二個階梯，其成員在第二個階梯便停了下來，以懼高及手沒

		力的理由，拒絕再向上爬，雖然 E 有提出想再嘗試往上攀爬，但是，E 突然的又顧慮到其他二位成員的感受與恐懼，便開始妥協，後來，他們三人依舊放棄了往上攀爬的挑戰，但 L 見 E 有想再挑戰的想法，便鼓勵著 E，能夠再與 B、A 一起挑戰一次。 E 也願意試著去協助 A 與 B 上去挑戰，在一開始時，三人仍然很少討論，只顧著要往上爬，但是幾次的失敗經驗中，有著 L 的提醒與指導，三人便開討論了起來，由 A 先爬，再慢慢協助 B，而 B 與 A 再試著拉 E 上來，三人就這樣到了第三階，而當三人到了第三階時，就漸漸出現身、心不適之反應，不想再繼續前進，而 L 試著以物質（冰）的鼓勵方法，以及半威脅的不准他們下來，大家都認為他們已經找到了方法，可以再更好，但是 B、A 依舊堅持不想繼續往上爬，但 E 漸漸受到 L 正增強與負增強的影響，而想再往上爬一格，原本想放棄的 B，願意幫助 E 再上一格，而 A 看見 E 想再往上爬的想法，便試著鼓動 B 往上爬，而 B 在 A、E 的影響下，依舊願意配合其他成員往上爬，三人爬到了第四階時，便無法再繼續前進。 大擺盪 進行到大擺盪時，L 說明完活動目標與規則，團隊成員因不熟悉皆不願意上去做自我挑戰，而有著觀 1 的示範後，E 最先鼓起勇氣去嘗試，在進行前 E 以“ 拼了“的絕心，去挑戰，在結束活動後，其感覺以“爽“來形容其感受，他下來之後便開始鼓勵著其他成員上去嘗試；A 先聽了維的話，上去嘗試，其自我挑戰到了最高頂，而在體驗完活動後，也跟 E 一樣去試著鼓勵其他人參與活動，爾後，B、C，接續上去挑戰，而 F 在一旁，仍然不願意嘗試，而一向對 F 的行為與態度不是很好的 A，在這時卻給予 F，正向鼓勵與支持，讓我們似乎都感到吃驚。 飛躍直柱 在進行此活動時，成員沒有一個人願意去自我挑戰，在 L 與觀 1 花了二十多分的鼓勵之中，E 最先上去自我挑戰，E 在上去的過程花了十幾分鐘，在大家的鼓勵之中才站了起來，但是，E 不斷地告訴大家其恐懼的心理，即使大家給予支持與鼓勵中，也無法使 E 勇於面對跳下來，E，也因自我的恐懼在高空中咆哮著，已經逐漸失去理智地與大家對話，因此，E 花了，一個多小時的時間才結束自我挑戰，其心得是因為太害怕了，不敢往下跳；而在 E 進行 pamper pole 時，L 與觀察者不斷地鼓勵團隊的成員上去挑戰，A 也在一陣考慮後，願意自我挑戰，A 上到高空時，很快地站了起來，在大家的鼓勵中，A 很快地跳地出去，雖然沒有抓到，也很快完成了自我挑戰，A 的心得是想要克服自己心中的恐懼，認為站愈久，就會愈恐懼，而已經願意接受挑戰，就毫無顧忌地去面對恐懼。 A 在洞中洞活動一開始時都會嚷嚷著不要玩，活動一開始時，卻能適時地給予成員意見，大都時候扮演為團體的領導者，這次 A 的表現比起上次來得進步很多，遇到困難時，也較少出現退縮及負面情緒，在 L 開始計時時，A 反而為求精進，不斷地要求 L 還不能計時，他也加入團體的討論

		中，在第二次的成績有明顯進步時，雖不願意再繼續挑戰，但是，他在整體表現上，已經比上次來得進步 在“拋開過去邁向未來“時，我們看見 A 自我挑戰的精神，在中途他一度想放棄，但是有旁人的鼓勵後，馬上又會開始往前挑戰，其與從前比起，遇見困難出現不適應行為也減少了；而在此項目幫忙別人做確保時，表現得相當認真，對確保的程序也相當遵守，有時也會出現正向性言語來鼓勵伙伴。 A 在巨人梯時會與其他成員相互討論，不斷地接受與給予意見，在無形之中成為此活動的領導者，當成員 E 無法控制及失控的情緒中，總是會幫忙管理其秩序，其情緒很容易影響其成員，當其設定目標時，便能與其成員相互合作來達成，當達到目標，便需要外界的正向性刺激（物質、言語鼓勵），很容易地他願意再進步一點，他再一次從挑戰中面臨失敗時，很容易放棄，但是，只要有其同儕願意再次挑戰時，他總是願意配合他人，再次接受挑戰，就很容易成功。 當大擺盪開始進行時，A 一開始就拒絕挑戰此項目，但是，經由同儕的經驗敘述為“好玩“及“正向情緒“的展現時，A 馬上就受同儕影響上去挑戰，經驗活動後也會把自我經驗告訴他人，希望別人也能夠參與，還出現鼓勵 F，要她勇於去嘗試，不要帶著後悔回去。 當 pamper pole 準備好時，A 總是猶豫不決，在 L 做了說明及心理建設之後，A 看了 E 嘗試之後，在自我調適之後，便鼓起勇氣向前挑戰，很快地完成自我要求。 C 在 hole in one 一開始便投入活動，過程總是會想出許多點子，提供給團體，在執行點子時，總是讓其他的人來領導，也會配合別人的意見，有時會適時地為“F“設想，C 在活動中願意去幫忙別人，出現負面言的語比在室內活動來得少，在遇見困難時，總是會不厭其煩地願意再接受挑戰。 在 multi-line 時，因第一次上高空，C 表現相當懼怕，在懼怕時也較少出現攻擊性的言語，在同儕協助與 L 鼓勵後，需要一些時間來自我調適，在調適後，C 較願意接受挑戰。經歷高空後，幫忙別人做確保時，總是特別小心與謹慎，也開始體諒別人在經歷危險時的心情，在確保時時會對成員給予正向性的言語鼓勵，C 的攻擊性行為、挑釁、威脅言語較過去減少許多。 在經歷巨人梯時，當其成員不願意幫助“F“時，C 總是願意先給予幫助，再從中去影響 E，當活動有點高度時，C 總是相當懼怕，嘴裡不斷嚷嚷著想放棄，但是，在他人的鼓勵之中依舊會很投入活動的參與中，總是會盡力之後才結束活動；在活動中發現 C，遭遇困難時，總是很容易為自己找台階下及圓謊之理由，會轉移他人注意，在當中會漸漸逃避，但負面的情緒已經比過去較少出現了。 在大擺盪時，C 一開始時非常懼怕，無法接受其活動，但是在有他人的鼓勵後，便能自我要求地上去挑戰此項目，在經歷其經驗後，更能適時

		地給予他人鼓勵。但在 pamper pole 的自我挑戰的部份，即使他人鼓勵之後卻無法再自我要求面臨挑戰，雖沒有自我要求挑戰活動，但是會在地面上給予別人正向鼓勵。 B 在 hole in one 活動一開始時，B 總是會積極參與，願意犧牲自己來協助他人，但有時還是會有抱怨的言語，其活動時總是接受別人的意見，配演著配合的角色，在面臨困難時，總是能一而再地接受，願意不斷地嘗試與改進。 B 在 multi-line 時的表現，讓我們大吃一驚，在面臨此活動的高度時，無法克服眼前的恐懼，在困難時，總是不斷有著想放棄的心理，而因困難的因素，不斷地出現退縮行為，即使成員在一旁給予協助，B 依舊無法前進，直到給他一點時間，他慢慢的調適心情之後，便漸漸出現勇氣，去面對眼前的難題。當心理建設預備好時，便漸漸地達到其目標，在這活動發現，B，在面臨團體活動時，總是能幫助他人，有較積極性的感覺呈現，但是，在個人的部份則屬較消極的態度，很容易放棄。 在玩大擺盪、pamper pole 時，因受先前經驗恐懼影響，不斷地產生負面情緒（放棄之退縮性言語），但會不斷地詢問他人意見，企圖在培養其自我挑戰之勇氣，在與他人經驗分享後，他會慢慢地接受其恐懼，給自己一次機會去嘗試，從中獲得一些感受，再給予他人分享。然而，在 pamper pole 時，B 放棄了自我挑戰的機會，其選擇在地面上學習別人挑戰的勇氣，適時給予正向性的鼓勵與討論。 E 在一開始時，E 有時參與熱烈，但很容易又離開活動的情境到一旁玩耍，在成員的提醒後，E 會回神來參與活動，認真地參與活動，也總是能幫助團體在活動中，很快地達成目標，當別人給予負面之言語，已經減少會跟別人爭吵的次數，在活動中願意犧牲自己來妥協他人的意見。 在 multi-line 時，E 會說出負面的言語來發洩恐懼的情緒，並且很快地能克服恐懼，還能對伙伴給予幫助，能自我克服眼前的難題，從中發現 E 的抗壓能力不錯，很短的時間能適應並很快地達成目標。 在巨人梯時雖然已經很累了，但是還是願意給予 A、B 協助， 成員觀察 從活動中發現 F，一開始都相當懼怕活動，常常退縮不敢嘗試，當 L 幫他訂定一個目標時，給他一點時間後，F，總是能慢慢達成目標。在過程中他人的鼓勵、與協助中，雖然有時還會害怕，但是會配合他人繼續完成活動，在活動後，笑容總是會展現，恐懼的表情就會慢慢減少，在活動中，也會試著去告訴別人其感受，封閉自己不與交談的情況已經慢慢減少，在活動中，也慢慢會展現其笑容，融入與人相處中，但其中，我發現 F 較被動，他不會積極地去協助他人，總是站在一旁，看著別人與聽著別人的意見，總是需要其他成員的帶領與指導才能繼續活動。 F，在大擺盪時非常的拒絕上去挑戰，而在成員的鼓勵以及勸說之後，他才願意上去挑戰，活動完成後，她的情緒也漸漸舒緩並展現笑容，覺得

		很好玩，還好有上來挑戰，而在 pamper pole 時，也是非常的懼怕，而在 L 的說明與鼓勵大家後，F，開始有一點動搖有一點想上去嘗試，但，因為成員在高空上站了太久，卻又開始退縮了，就放棄活動了不敢嘗試了。但，她很認真地在高空中，看著別人的挑戰，幫他人加油，打氣。
	互動情形	在巨人梯的活動中，我察覺，團體的成員是需要在旁他人的鼓勵與協助，他們在活動中，總是會遇見很多次的失敗，但是，一旁的人給予適時的鼓勵與指導，他們一開始也許不會接受他人的想法，但在經歷過一些失敗的經驗時，便又能回過頭來試著接受別人給予的意見，從中獲得經驗。 在 multi-line 活動中，當其中有一組成員在進行活動，在下面負責確保的成員已經出現會試著給予支持及正向的鼓勵，有時還會試著去指導在高空活動的伙伴。
	團體氣氛	中午期間，成員吃飯時，會主動拿便當與茶水給予 L 與其他的觀察者，讓人備感窩心與體貼。 成員在面臨新的恐懼時，往往會先產生退縮或不信任的負面情緒，但是，經由他人示範之後，再給予鼓勵，漸漸地讓他們有著對環境的信任，便能促使他們去面對環境的挑戰，而當成員，因在經驗其高空恐懼經驗後，有著其經驗的感同身受，便開始提供正向的情緒時，其他成員往往會受他人影響，不自覺地也會給予其他伙伴正向支持，注意到對他人與行為的重要。
	待解決問題	成員對自己的放棄是否經過詳細的考慮才下的決定，讓成員如何在不可能的挑戰中，也能克服自己的恐懼，突破自我。雖已有正向的鼓勵情緒與行為，如何才能加以運用於生活之中？ F 在他人的主動與正向支持後，其不適應行為之憂鬱部份已有明顯進步，而如何讓 F 能夠在活動體驗中，能夠不斷地再增進其主動性與對活動的積極性，對其人際關係亦能夠有良好幫助與改善。
	領導者省思	Hole in one 在這個活動我發現，成員無法一而再地接受同樣的活動，因他們較需要新鮮感，當他們認為活動成績已有進步後，則不願意再進一步自我挑戰，成員間也會因其他成員而相互影響，而促使其他成員很快地也放棄活動，不願意再對自我提出進步的要求，從中可察覺，成員仍有進步的空間，其進步速度為較緩慢，在活動過程中儘量不要勉強，讓成員學習自我決定的重要，以及放棄活動時對自己的行為負責。 在 pamper pole 這項活動，我們可以察覺，有些人願意去面對自我挑戰，有些人依舊無法去克服恐懼，但是，接受挑戰的人較容易學習到自我目標之設定，也達到了自我的期許，更願意去迎接恐懼。然而，沒有上去高空挑戰的成員，可以在下面學習如何給予高空的伙伴支持，也從他人自我挑戰的經驗，學習他人能夠面對事物的勇氣，當成員產生負面情緒時，在旁的 L 最好不斷地給予支持與正向性鼓勵，再從中加以分析給成員了解，即使成員出現負面情緒時，也能漸漸地明瞭並願意自發性地自我學習選擇改變與改善社會不適應行為。

第 8 次活動領導者對團體觀察記錄

活動內容	活動省思
鐵釘	這次大家似乎因為意識到是最後一次活動了，大家都更懂得珍惜。首先進行的是鐵釘，在不斷的詢問他們可能與不可能中，大家漸漸放棄，但 C 卻不死心，堅持到底，大家的放棄對他來說似乎不算是個壓力，分享時，大家比較會努力去思考，較願意也較會分享，而且戶外繩索的體驗，也不斷的被他們提出來，可見對他們而言印象真的很深刻，而且很多自我對話都在戶外繩索活動中出現，包括珍惜生命、接受挑戰、信任等。
翻葉子	第二個活動是翻葉子，期許他們將過去翻過去，迎接新的未來，可惜的是 F 不知道怎麼了，參與度不高，因此最後她擔任觀察者。其他五人也開始出現溝通、討論及執行者，從第 1 次活動不討論的情形到第八次的活動，他們已經有所進步了，此外，為了活動大家抱在一起，合力的完成任務，讓他們有同在一艘船上的感覺。分享時，問他們是不是會把過去拋掉，他們回答不會，甚至過去做的犯規的事情，對他們而言都是一種體驗，包括對犯錯後良心不安也是一種體驗，而且因為過去的經驗讓他們了解更多，看樣子這群孩子，除了調皮搗蛋，其實都有在思考，而且也很願意誠實的面對自己，包括恐懼、做錯事，他們不會否定自己所做的蠢事，而認為這些讓他們得以懷念過去幼稚、青澀的歲月，真該讓他們導師看看，這些孩子，在做壞事時也許不經過大腦，但這些體驗讓他們更加成長，老師能否不要因為他們過去的錯而一概否認他們!
觀察者省思	每個孩子都有自己比較擅長的地方，比較敢冒險的 E，在戶外場地儼然是一條活龍，與他想當警察的志願相符。反之，C 就屬於比較室內型的孩子，他在室內活動尤其是動腦部份，總是格外有興趣，常是想點子的人。A 則是個會視場合做事情的孩子，愛玩但該安靜或認真時他則有分寸。D，有時會說出有哲理的話，但有時卻裝傻愛亂飛，是個古靈精怪的小孩。B 必要時會故意耍狠，但卻很願意幫忙，需要被踩踏或協助時，他總是願意伸出援手。F，唯一的女生，有時總會被排擠，但總會細細的品嚐活動的意義和大家的互動，習慣接受幫助勝過幫忙其他人。 整體來說，大家出現語言暴力的情況有所改善，而且從以前各做各的到現在已經比較會互相幫忙，分享時也較願意多說自己的想法，彼此間會互相約束、規範，而不是大家一起玩而忽略活動的進行，戶外活動也讓他們能體驗生命的可貴，也讓他們願意接受挑戰，這群孩子慢慢的在進步，希望老師他們能感受得到！

第　8　次活動觀察者對團體觀察記錄

活動名稱		1、鐵釘 2、翻葉子
活動目標		1、克服其挫折，冷靜思考其問題，進而加以解決 2、學會犧牲自己，協助他人，增進人際互動 3、拋開過去負面情緒或行為，重拾未來之新希望，從中建立其信心
	參與情形	今日的活動中，A 都能儘量地去嘗試，以前的他每當遇見困難，嘴裡總是吵著說要放棄，今日這種情形比較少見，會想想看活動應怎麼進行，A 對別人的言語也較柔和，較沒有出現攻擊性言語，在經歷上次二次的高空活動後回來，A 在這次的考試有明顯的進步，他利用活動學習到得體驗，他試著把它用在學校的考試上，因此，在努力後其地理成績有進步，自己也覺得很有成就感。在高空活動中，意識到生命可貴需好好珍惜，根據他的描述，他已經二週沒有抽菸了，因他想戒菸了。 C 在活動中，表現一如往常的積極與主動，但他過去比較缺少與人討論，也較少尊重別人的意見，在這次活動中，當別人提出想法時，他有時會試著去做做看；而今日他與 F 在學校因有發生一些事件，使得他與 F 今日的情緒不是很好，他在活動中，有時還是會邀請 F 加入活動中，對 F 的口氣依舊不是很好，但在過程中則依然會很認真地投入活動中，熱心的提供意見，在第一個活動中，C 總是覺得活動一定能成功，他比較願意花很多時間去嘗試，即使失敗了，也願意重來。在第二個 C 活動中的分享認為不願拋開過去的不好經驗，用意是需要其經驗來提醒自己，長大後什麼壞事不能做，以對得起自己的良心。在活動中發現不懂時也會向 L 提出問題。 E 在今日的活動過程中，給予團體解決問題的想法比較少，但他一如往常地去配合與協助他人，在第一個活動中，很早就放棄活動，便不自覺拿起一根鐵釘在地上敲打，在 A 的秩序管理與警告後，E 很快地就不再敲了，以前的 E 即使旁人規勸、警告他，有時依舊繼續的調皮與破壞，但今日的他竟然會聽從別人的建議，很快地收斂自己的行為。在之前分享時，E 總是只能說出淺顯易懂的言語，而今日的分享卻能說出其看法，及引申到真實的生活情境中，更談及到，自己也對不適應行為的掌控，也已較能得心應手。 B 在經歷高空的活動後，其個性比起第一週活動剛來時更開朗，也時常提出其問題及想法，雖然不是團體的領導者，但會適時地幫助他人，在高空的經驗中，B 體驗其恐懼的經驗後，漸漸有著以後不太敢做壞事的想法，認為生命很可貴，B 在第一個活動中，因試了幾次很快地就放棄了，但在分享中，他認為因有小時候放棄的經驗，但長大後，會利用過去的經驗，在未來才能願意放開自己，去嘗試曾經放棄與不敢嘗試的事情。 D 在活動中已經減少胡言亂語的次數，今日的他更學會比較能視情形來說話與表達已見，也不會再去逗 F 來讓大家開心，而在分享中，D 一直

		認為生活中的任何一件事都要嘗試，但一定要有領導者來帶領，他在第一個活動中，試了幾次便很快地選擇放棄了活動，而在分享中，他也提出，他覺得因嘗試了許多方法，而試了之後，找不到方法就會放棄活動。今日L比較沒有花時間去管理D的行為與情緒，讓人很吃驚。 F 在今日活動前跟以往不同的是，她很慢才進教室且悶悶不樂，詢問她時，她說與C發生一些不愉快的事，在活動中，從F表情也是很想加入活動中，但是，又可能與C之間的情緒干擾，一直不願加入活動中，在分享，F一如往常的開始封閉自己，很少提出自己的想法；F在第二個活動中前半段有參與活動，因C一直給予較不好的態度，F向L提出想休息一下，而L也尊重F的想法，請她在一旁當觀察者，F一如往昔地還是有點憂鬱，總是會帶著其他的情緒加入活動中，比較不能控制自己的不適應行為。
	互動情形	成員在鐵釘活動過程中，大部份的成員出現願意動腦去思考，在過去成員大都會很快地就放棄活動，只有C不斷地堅持再嘗試，其他成員也相當地有耐心，等待他解決問題。 C與F這次活動的互動，因把活動以外的情緒帶入活動中，二人的互動不是很好，C很投入於活動中，但是F在第二個活動跳脫於活動外，做為觀察者。
	團體氣氛	今天是活動的最後一週，成員一進教室就會嚷嚷著活動是最後一週要好好珍惜，有時不經意秩序不好時，也會自我控制。 此次的活動進行也蠻順利，偶爾也需要管理秩序，但成員此次已慢慢學會控制自我的情緒，分享的言語，也較會去表達自己的想法，在L的活動說明時，成員比起過去幾週也較表現得安靜與專心，很快地了解活動，慢慢地進行討論。
	待解決問題	成員已在活動中感受與他人合作、溝通，並試著有耐心嚐試活動，去等待別人能，成員對自我的控制及自信心也有一些提升，但成員在分享時，提及在環境的壓力下，遇到挫折及他人影響後，依舊會有放棄的念頭，而活動是否能帶給成員，幫助延長其正向行為，是需要再加以輔導與教育。
	觀察者省思	活動分享中我發現，高空的活動體驗給成員的感觸很深，每當成員體驗室內活動時，總是會再回想到高空的歷程，而慢慢帶入生活經驗之中。 成員在活動後，大部份的成員，已經將活動中，所學習到的經驗實際應用到生活之中，也漸漸印證只要經過努力後，就會慢慢有進步，而對生命的看法，也有不同的詮釋，比起活動前更會珍惜自己的生命，對未來也充滿期待，成員在珍惜自己的生命以外，也能慢慢去愛護別人，而在人際關係中已可有良好的相處與互惠之模式。

活 動 前 訪 談 稿

附件五

A1　活　動　前　訪　談

一、請你談一談，在學校下課時間與同學相處情形（例：都從事什麼樣的活動）？
C：追逐、玩、去抽煙、打架，老師你問這做什麼？
I：沒有啦！只想更了解你們，那 D 呢？
D：睡覺。
I：還有嗎？
D：沒有了。
I：還有其他人，那 E 呢？
E：玩電腦。
I：還有嗎？
E：嗯…
I：好，那 F？
F：找人聊天吧！
I：找哪些人？
F：就女生呀！但是有時候是男生。
I：還有嗎？
F：嗯…就聊天、嗯…吹直笛吧！

二、在放學後如何與哪些人會互動（從事何種活動）？
B：打電腦。
E：撞球、電腦。
I：那 F 呢？你都在做什麼？
F： 就直接回家。
I：那都在家裡做什麼？
F：嗯…寫功課。

三、 當同學在與你說話時，你通常會有什麼反應？如何反應與他溝通？
H：哭爸(不適當言詞)。
G：哭爸(不知為何跟著 H 說出此話)
I：G 是什麼意思？
G：不知道。
H：也就是不要吵的意思。
I：那你講的時候別人會聽你的嗎？
H：有時會，看情形。
I：那 C 呢？
C：用三字經。
I：為何您要用三字經？
C：因為這樣他才會聽。
I：那如果別人也用三字經，你會如果表現呢？
E：不太鳥他。
I ：每一個人都同意嗎？
A、C、H、D：對。
I：那平時與你說話的老師呢？
A：也都不鳥。
H：對也都不鳥。

四、當你心情好時，你在會如何表現？
H：一樣呀哭爸呀，就這樣。
I：那心情不好呢？
H：一樣哭爸！
E、A、C、D：哈哈(大家笑成一團)。
I：那你說這是什麼意思？
H：不要吵。
D：罵別人爸爸的意思。
I：那你講了之後，別人會聽你的嗎？

H：會呀！
C：對呀！
A：對呀！別人才會聽。
G：不會呀！才不會聽你的。
H：你哭爸(罵人中)。
I：那你們認為別人會因為這樣的互動而聽你們的嗎？
C：會呀！我叫別人去福利社買東西，他就去買東西。
A：對呀！
I：那F呢？心情不好時會有什麼表現？
F：就是沒有講話也沒有什麼表情，不喜歡講話。
I：那如果心情好的時候呢？
F：就會找同學講話。

五、在學校你是一個會主動幫忙同學的人嗎？如果在學校，有人(同學、老師)請你幫忙時，你會怎麼回應？
G：不會。
A：不會。
G：不會。
E：不會。
H：不會。
D：不會。
B：看情形。
F：不一定，看情形。
I：那如果遇到喜歡的老師呢？
C：不會，但是那個小可愛我就會了。
I：是誰？哪一個小可愛？
C：就是那個8班的徐老師，他是新來的實習老師。
I：為什麼你會幫忙他？
C：因為他很正。
I：因為這樣你才幫忙嗎？
C：對。
A：是呀，他是這一種人。
A：不會。
G：不會。
E：不會。
G：不會。
D：不會。
B：看情形。
F：不一定，看情形。

六、那如果在學校有老師很拜託你幫忙，你會幫忙嗎？
H：不會，我會落跑。
I：老師很拜託你也不會嗎？
H：嗯…我會考慮看看。
I：那G呢？
H：老師不會拜託他，你放心好了（插話中）。
G：會呀！
H：屁啦！老師哪有拜託你過。
團體：哈哈大笑。
D：我會。
I：那你幫過什麼忙？
D：我會倒茶。
I：還有嗎？
D：沒有了。
ｉ：那A呢？
A：不會。
I：那老師很拜託你呢？你會不會幫忙？
A：有時候會，有時候不會。
I：為什麼有時會，有時不會？

A：心情爽、高興的時候會幫忙。
I：你(C)呢？
C：老師在拜託我的時候，我會叫老師幫我記小功，然後我再幫他。
I：每次拜託都要記小功嗎？
C：嗯…大部份。
I ：那E？
E：嗯…不一定，不爽的時候不會，但是要高興的時候會考慮。
I：那B呢？
B：看狀況。
I：看什麼狀況。
B：嗯…看是什麼忙，小忙吧，小忙我會幫忙。
I：可以舉例嗎？
B：拿東西、小事情方面。
I：那同學請你們幫忙呢？
C：看是男的還是女的。
H：他們吃屎，不會，但是女的會幫。
I ：那G呢？
H：都是人家幫他的(插話中)。
G：我喔…嗯，會。
I：那C？
C：都是別人幫我的。
I：別人幫你什麼？
C：幫我寫功課。
A：我聽你“虎爛“啦（插話中）
I：那A？
A：我不會幫忙，因為我不拜託別人，別人也不會拜託我。
I ：任何人都不會嗎？
A：但是認識的人就會。
I：你是指很熟的人嗎？
A：會。
I：他們都拜託你什麼？
A：找我翹課、抽煙。
C：哈…。
I：那C？
C：假如是女生我會幫忙啦，假如是男生的話，我會答應，然後叫他幫我寫功課。
I：一定是女生比較會幫忙嗎？
C：誰叫男生那麼白目。
I：E？
D：主要是看他喜“憨“不喜“憨“而已。
I：你是指喜歡嗎？
D：是呀。
C：老師，F都不說。
I ：F，你想說什麼就說什麼？不要客氣？
F：嗯。
C：他怕被吃掉。
I：被誰吃掉。
C：被虎姑婆（一陣喧鬧、笑聲)。
I：那吟玨呢？老師請你幫忙時會主動幫忙嗎？
F：會呀。
I：幫什麼忙？
F：就是老師叫我拿聯絡簿上去時，我會幫忙呀。
I：那同學呢？請你幫忙時會主動幫忙嗎？
F：會呀！
I：可以舉例嗎？
F：就拿東西呀。

七、在學校如果發生任何困難(課業、友誼情感、老師…等)時，你會如何解決？
C：我都落跑。

I：怎樣落跑？
C：發現事情大條的時候就落跑。
A：當面解決。
I ：怎樣當面解決？
C：使用暴力，我們（A）都用暴力。
I：A 你都用暴力嗎？
A：嗯。
D：哈…我看見別人拿武器，我就落跑（插話中）。
A：對，找人。
I：找誰？
A：找我哥。
I：找你哥，做什麼。
A：找我哥來，就可以“落人，“落人就揍他。
I：如果跟老師發生困難呢？
C：如果是老師的話我就罵他。
I：為什麼？
C：只是去抽個煙，他就在“哭爸“。
H：找人家來。
I：那遇到學業困難也要找人家嗎？
H：學業困難就擺著就好了，“ 擺爛“不鳥他就好了。
I：那 B？
B：不知道。
I ：遇到例困難學業？
B：就不要寫。
I：如果遇到老師或同學的相處因難呢？
B：嗯（考慮中），不知道。
C：像遇到同學的話就打他啦（插話中）！
I：那 H 呢？
H：我會罵老師
I：你有罵過嗎？
H：我有罵過歷史老師。
C：對呀，我罵過“石門山“(插話)
I ：那 E 呢？遇到困難怎麼處理？
E：不知道。
C：因為他是“卒仔“所以不敢(插話)。
I ：G 呢？
G：不知道。
I：那在學校校有無跟別人吵過架。
C：有。
C：有。
A：有 。
G：有。
E：有。
H：沒有，我沒有吵架，我只有打架而已，是直接打的。
D：有。
B：沒有。
F：沒有。
C：他們兩個（G、D）那時候有單挑過。A 也有。
I：D，C 有說實話嗎？
D：屁啦。
C：老師，我有說實話呀，你看我鼻子沒有變長。
A：我沒有，但是我有罵人，跟我哥一起。
I：那 B。
B：我沒有。
C：B 很乖（插話中）。
I：那 E 呢？
C：有好不好(插話)。
E：…有，有吵架，看他不爽。

I：那F？
F：想辦法解決，並趕緊把那件事情做完。
I：不小心你會如何面對與處理？
F：可能就一、二天就會找同學說，那次真對不起。
I：那你都用什麼方式？
F：嗯…我都直接講。
D：什麼是衝突？
I：就是吵架。
D：我會合解。
H：屁啦，用拳頭吧(插話)。
D：用…用聊天解決。
I：是溝通嗎？
D：恩…(不發一語)
I：那G呢？
H：給人家打(插話中)。
G：嗯…
C：老師，那朱老師說，有誰敢期負他的話，就叫大雄來。
I：誰是大雄？
C：是…XXX老師。
H：他會竹劍“伺候“
I：XXX老師…我跟他很熟喔，以後會不會尊敬我一點？
團體：一陣騷動…
C：呀…有…老師對不起
I：那我可以問是一個題目了嗎？
團體：嗯

八、別人批評你的時候，你會如何處理與表現？
C：別人批評我的時候，我就打他。
H：罵他，就給他批評。
E：假如別人批人我的時候我不會怎樣。
I：那B呢？
B：不會怎樣。
C：老師他裝斯文(B)他私底下超兇的，曾拿刀子要砍別人。
H：他小學時是壞學生呀(攪蛋中)，
B：默默不語…
I：那H呢，談談你自已？
H：講不聽，我就用揍他。
C：他都用硬幫幫的拳頭(插話中)。
I：那用什麼揍他？
H：就用拳頭揍他。
D：不處理。
C：老師他是“卒仔“。
I：D，不處理是什麼呢。
D：就跑就好了呀！
I：是逃避嗎？還是？
D：是呀，就不管他。
I：那A呢？
A：我會說“歹勢“，我不對。
I：那G。
C：老師他會找資源班的老師來打人(插話中)。
G：嗯…我…應該是我都笑笑給人家罵。
H：他都笑笑給人家罵。
C：我告訴你一件事，有一次四年三班拿一個吃過的蘋果給他(G)，他就放在口袋，過了一下子之後，他就又從口袋拿出來了，然後他老師來了之後，他就把他丟在電梯裡面。
I：你說的是真的嗎？
H：哈，是呀，我們老師上數學課的時候會在他們班上講。
I：那A？
A：老師你可以舉例嗎？

I：如果有人批評人的身材呢？
H：我知道，他(A)會說你再“哭夭“我就打你(插話)。
A：沒關係，胖是福氣。
C：他(A)騙人的，像別人看他，他就會說“看三小“。
H：他(A)“唬爛。
團體：一陣笑。
I：那 F 呢？
F：我會想說他是開玩笑的，但是有些人在批評我時，還會說一些笑話給大家笑。
I：是不是有些人會開玩笑，笑過頭，那我們這個團體是否有欺負過你的人嗎？
F：沒有，但是，會有我們班的人去亂講。

九、而當同學表現嘲笑、或刺激你的時候，你會如何看待？如何表現？
J：就 K 他。
E：老師，他(H)亂說的他不敢做。
I：那 E 呢？
E：我就會笑回去…一直哈…笑回去。
I：那 A 呢？別人如果嘲笑你會怎樣？
A：我會…哈…沒關係。
I：那 C 呢？
C：什麼？
I：你怎麼在狀況外，我說別人嘲笑你之後你會怎麼表現？
C：喔，好啦，我會跟別人說，你不要嘲笑我，你嘲笑我的話我會打你喔。
A：別人會說他(C)…哈…鞋子黑成這樣(插話中)。
C：這是皮鞋好不好(團體在嬉鬧中)。
I：那 E 呢？
E：罵回去。
I：B？你會怎樣表現？
B：我會不理他，就隨便他，坐在那邊，睡覺。
I：那 F 呢？有想法嗎？
F：我會罵回去。

十、在同學眼中，你會是怎樣的人？可舉例同學與你的關係？
G：是個很好相處的人。
H：我也不知道呀。
D：很乖，還有很帥…嗯，沒有啦。
A：人見人愛。
C：很好相處的人、很帥的人、很可愛的人、很善良的人。
I：那當你(C)使用暴力的時候呢？
C：別人可能會覺得我很兇，但是我會裝可愛。
I：那 E 呢？你認為呢？
E：不知道。
I：那 B？
B：我覺得在同學眼中我是一個很好的人。
I：那 F？
F：不知道。
I：好，你覺得在老師眼中，你會是怎樣的人？可舉例老師(與你的關係)？
C：壞學生。但是班導覺得我很乖。
H：哈，我也是很乖，而且都是第一名，喔是倒數第一名啦，喔沒有啦，G 才是倒數第一，我是第二啦。(插話中)。
I：那 G 呢？
G：很乖。
H：很白痴(插話)
I：那 E 呢？你覺得在老師眼中你是個怎樣的人。
E：不乖，而且成績爛、是個惹麻煩。
I：惹什麼麻煩？
E：不知道。
I：那 B 呢？你覺得在老師眼中你是個怎樣的人？
B：不知道…應該是乖寶寶吧、熱於助人呀。

A：巨無霸(插話中，因 B 身材較高大)。
I：那 F？
F：不知道。

十一、你覺得自己是一個怎麼樣的人？平常的情緒為何(處於快樂、生氣、沮喪、害怕、不安、緊張、害羞或者有其他感覺的狀態)？
C：星期五會感覺不快樂。
I：為什麼？
C：因為就想說想放假了，就覺得會想要趕快放學。
I：那其他大部份的時呢？
C：嗯…
I：那星期一至星期四？
C：就感覺很好玩、就很喜歡得快樂。
I：那假日呢？
C：就更好啦、更爽啦。
I：那 A 呢？
A：我星期五會感覺不快樂，因為我覺得很快就要放假了，不能見到朋友。
I：哇，你覺得朋友對你來說很重要嗎？
A：很重要。超級重要。
I：那 E？
E：不知道，因為都常常一個人在家。
I：一個人時會特別感到孤獨感嗎？
E：會，有一點，晚上都一個人在家。
I：晚上都一個人，家裡爸、媽都不在？
E：嗯，出去了。
I：那有兄弟姊妹嗎？
E：有一個三歲的妹妹，妹妹都跟爸媽一起出去。
I：好，那 B 呢？平常的情緒為何。
B：平常是感覺很快樂，但是星期五不快樂。
I：為什麼？
B：因為星期五的課不喜歡。
I：平常一個人的時候會覺得不快樂嗎？
B：不會。
I：那 H 呢？
H：我討厭星期四。但我不會覺得我平常的情緒很不快樂。
I：有覺得自己很暴力嗎？
H：沒有，因為打人也要看情況的好不好。
I：那就我的觀察，你都打 G 嗎？
H：哪是呀，他有時候神經時我才會打他。
I：那 F？
F：時好時壞。
I：什麼是時好時壞？
F：就是當別人很大聲時我會很生氣，我不喜歡別人對我很大聲。
I：G，那你呢？
G：恩…我覺得我常常很快樂，即使別人罵我時也很快樂。
H：因為他智商不足，所以樂在其中(插話中)。

十二、請問誰有犯過校規嗎？
C：我國中時抽煙被抓過、還有服裝不儀容，被記過。
I：何時開始抽煙？
C：國小五年級。
I：跟誰學的？
C：跟他(A)學的。
I：所以 A 跟他一起去抽煙的嗎？
A：是呀，是他(C)找我的，他還叫我幫他買煙。
I：還有誰犯過校規？
H：我國中翹課。

I：你怎麼翹課。
H：就翻牆，翹課，然後隔天就被老師打臉。
A：翹課還有抽煙，然後就被許老師打屁股。所以被記小過。
I：還有人嗎？D？
D：我沒有。
C：哪有，他(D)有打二年級的學長。
D：哪有，我很虛弱。
I：B 呢？
B：我沒犯校規，但是我也有抽煙。
I：為什麼要抽煙呢？
B：我不知道。
I：那你們在發育這樣會長不高，你知道嗎？
B：我不知道。
I：那你的爸媽知道這件事嗎？
B：他們不知道，你不要亂講話。
I：那你都在哪裡抽？
B：都在家抽。
C：他(E)帶打火機(插話中)。
I：為什要帶來？
E：沒有，因為無聊。

八週活動逐字稿- A4 活動歷程逐字稿　　附件六

第 1 次活動

1、toss’ name+group juggle

L：等一下當你們自我介紹時，可以幫自己取一個綽號或者你希望別人怎麼稱呼你，當你介紹完自己之後，你可把娃偶傳給下一位同學。首先我先自我介紹，我叫 ECHO，所以你們可以叫我 ECHO，那我就傳給下一位了。
D：我叫 A，(A 是其中另一位伙伴的名字，身旁同學一陣大笑後)，沒有啦，我叫 D。
L：除了稱呼你(D)以外，還有其他可以介紹自己的嗎？譬如：你有什麼興趣或平常喜歡做什麼？
D：嗯…看書(身旁同學起了一陣噓聲)。
L：喔，不錯喔，這時候應該來點掌聲吧！好你可以傳給你想認識的下一個人。
B：我叫 B。
L：還有想要介紹自己嗎？
B：沒有。
L：好，B 你好，你可以傳給你想認識的下一個人。
C：我叫淫魔…哈。
L：你希望別人一直叫你這個名字嗎？
C：嗯，那叫我 SM 盟主好了。
L：一旦決定我們在這裡就會一直稱呼你了喔。
C：喔，是喔。
L：所以你要在這時候考慮清楚喔。
C：女人，好我叫女人。
L：好，那我要叫你女人了喔。
C：不要，那我要叫胖子。
L：好，那胖子你平常的嗜好或喜歡做什麼？
C：嗯…打籃球。
A：我知道胖子喜歡什麼，他喜歡抽菸(插話中)
C：他亂講
L：好，胖子你可以傳給下一個。
F：我叫 F，沒有什麼要介紹的(生疏、內向)。
L：你可以傳給你還沒有介紹的下一個人。
C：死 E，換你了(插話中)。
E：我叫 E。
L：E 你好，你希望我們叫你 E 就好了嗎？還有沒有要介紹自己其他的嗎？
E：沒有。
L：E，你可以傳給你想認識的下一個人。
A：我叫 A。
L：你真得叫 A 嗎？
A：對啦，我叫 A 我喜歡打電腦嗯。
L：A 你好。
C：老師你看 E 滿臉雀斑(插話中)。
E：叫屁，你才是啦。
A：老師他是番仔喔。
L：E，你是哪裡人。
E：火星人。
L：嗯好，火星不錯，等地球毀滅後，我們會去投靠你。好了，請問大家你們每一位人的名字你們都記起來了嗎？有沒有人要幫我們把所有人名字再介紹一次。
A：記起來了，我來好了，他叫 D、E 雀斑。
L：他喜歡我們叫他 E 喔。
A：他叫 E 然後是 B、C，再來是吟魔。
L：他是叫吟魔嗎？
A：喔，不對，他叫 F。
L：好，那我呢。
A：嗯…
L：好，我叫 ECHO。
A：嗯…你叫 ECHO，就是黑狗（台語）。

L：好，我們非常謝謝A把大家的名字介紹一次，那還有沒有人可以把所有人的名字再唸一次。
C：好那我來，他叫E，A、…嗯。
L：他叫…（提示）。
C：他叫狗尾巴。
L：不對，再給你一次機會。
C：好啦，他叫E，再來是B跟F。
L：好，我們給他一個掌聲，真是太棒了。接下來我們要照原來的位子坐好，我手上有個娃娃，你要知道你要丟給誰，然後可以再傳給下一位，再說某某人你好，我叫什麼，而接到的人再說，謝謝某某人。這樣了解了嗎？舉例來說：我叫ECHO（丟給E），E你好，我叫ECHO。
E：嗯…（不發一語）。
L：E，你要把它接住，你要說，謝謝ECHO。
C：死E，老師他死掉了啦（插話中）。
E：謝謝ECHO，胖子你好，我叫E。
C：謝謝E，哈囉，D，我是C。
(D沒有接住娃娃)。
L： D，你要把娃娃接住。
D：謝謝胖子（傳給A)。
D：A你好，我叫D。
A：謝謝D，好，那給B。
B：謝謝A。剩下…。
L：你可以傳給F。
B：F您好。
F：謝謝B。
L：好，我要問一下各位，你們記得剛剛傳給誰的嗎？
C：我記得。
A：我不記得。
L：好，那我等一下要幫各位記時，你要記得傳給誰了喔，最後回到我這裡時間才能停喔。準備好了各位嗎？
C：好了。
E：嗯（E這時候躺在地板及拿身旁的東西在玩)。
L：E，注意喔，你不要一直引起我的注意喔。好預備開始。(大家開始在第一次挑戰任務中)。
L：在我們七個人的努力之下，第一次的任務我們花了２６秒完成，你們覺得我們可不可以再快一點呢？
全體：不可以。。
L：不可以，不可以嗎？真得嗎？為什麼？
A：因為愛，有你而存在…（哼歌中)。
L：不能再好一點嗎？
全體：不能（抗拒中)。
L：可是我覺得你們是很棒的一群，可以在這麼短的時間內傳回來，聰明的你們，我覺得可以再試一次喔。
C：好啦，再一次啦，帥哥。
L：請叫我美女，不要叫我帥哥。
A：好啦，再一次啦。
L：好，預備開始。
（第二次活動大家開始在挑戰任務中，但是秩序又失控了，所以中止）
L：好，很顯然的，你們還沒做好準備要不要再一次？
C：都是他了，亂丟，老師再給我一次機會。
L：好再一次，預備開始。
（第三次活動大家開始在挑戰任務中）
L：好，太棒了你們知道你們這一次幾秒嗎？
D：三秒。
L：面對現實，怎麼可能三秒？
A：十秒。
L：嗯…是１４秒，請給自己一個掌聲好嗎？你們又進步了。
A：好，老師你不要再誇我了。
E：對，老師你不要再誇他(A)了，他(A)會害羞。
A：你黑白講，你白目，死雀斑。
L：那你們挑戰過一隻的玩偶，我這裡有２４隻，你覺得你們可以再好一點嗎？
我們等下來試試看，剛是一隻１４秒，那你們覺得這些２４隻你們可以幾秒？
C：老師，這是什麼？

Ｌ：這是雞。
C：怎麼這麼噁心！
Ｌ：不會啦，他很可愛，那你們有要排順序嗎？還是開始了？
A：老師，那個硬的玩偶可以先拿開嗎？
Ｌ：那你們就排你們要的順序。(成員們排序中)。
Ｌ：那請問一下，剛是一隻１４秒，那這一次你們覺得這些２４隻你們可以幾秒？
A：太多了。
Ｌ：那你們希望幾隻？
A：二隻。
Ｌ：好，那你們希望二隻花幾秒呢？
D：一秒。
A：我知道２８秒，乘雙倍呀。
Ｌ：那你們決定２８秒，就計時開始了。
（第三次活動中）
Ｌ：停，你們猜這一次花了幾秒。
C：１０。
A：１３。
B：９。
E：１２秒。
Ｌ：對，E猜對了，是１２秒我們可以給他一個掌聲嗎？（掌聲中）他真得很厲害，猜得很準。
Ｌ：好，你們看呀，剛第一次一隻時本來２６秒進步到１４秒，現在二隻進步到只要１２秒，請問你們可不可以再好一點？
C：不行。
A：不行。
D：不行。
E：不行。
B：行。
F：行。
（現場所有人陷入一陣混亂中）
Ｌ：好，現在請你們把眼睛閉起來，我想問一下你們？你們可不可以再好一點？
C：不能。
A：不能再好一點。
Ｌ：好，請你們仔細想一想，你們第一次一隻時本來２６秒而進步到１４秒，現在二隻進步欲只要１２秒，請問…可不可以再好一點。
A：老師，我們可不可以不要玩這個，我們玩自由搏擊。
C：哈。
Ｌ：請各位再想一想，你們都很好，也進步了可不可以再好一點。可以的話請閉著眼睛舉手好嗎？
(F、B舉手中)。
Ｌ：好，有些人覺得可以，有些人覺得不可以，但是，我覺得你們可以更好，只要你們願意試試，我想你們可以更好，請問你們可以繼續挑戰嗎？
A：不可以。
C：老師，很累唉。
Ｌ：那我這樣子好了，請你們訂一個目標。
C：是不是完成就可以下課，或自由活動？
Ｌ：那你們要達成你們的目標喔，你們要訂幾秒？
C：十秒。
Ｌ：大家都同意了嗎？
C：是不是十秒就可以自由活動。
Ｌ：好，如果完成十秒我們就可以進行下一個活動，有沒有問題。
A：十秒，二十四隻怎麼可能。
B：對呀，不可能。
Ｌ：那你要幾秒？
A：５０秒。
D：２６秒。
Ｌ：好，那壯說的２６秒可以嗎？大家都贊成嗎？
全體：好。
Ｌ：準備好了，計時開始。
（再次挑戰第四次活動中，活動中還是一片混亂，A在呼叫他人的名字時，口出惡言）

Ｌ：好，你們猜幾秒？
A：２６秒。
Ｌ：再高。
E：４１秒。
Ｌ：再高。
D：５０秒。
Ｌ：再高。
A：５４秒。
Ｌ：再高。
D：６５秒。
Ｌ：對，答對了，我們花了６５秒時間掉了４２次，那你們覺得可以再好一點嗎？
全體：可以（氣氛投入中）。
Ｌ：那這一次你們覺得要訂的目標時間多一點，還是掉的次數少一點。
C：時間一分鐘，掉零次。
A：不可能。
Ｌ：那B好像有個問題？
B：丟的問題。
Ｌ：那B你認為別人怎麼丟你比較好接。
A：用拋的，不要亂丟。
Ｌ：那大家知道B的意見嗎？
C、A：知道。
Ｌ：那這次可以花多少時間，一分鐘可以嗎？
A：好啦（快一點啦）。
（第五次活動進行中）。
Ｌ：（發現E被打到眼睛，中止活動）等一下，誰傳給維的？
A：我啦。
Ｌ：你怎麼丟到他(E)眼睛，是不是應該跟他(E)說什麼…。
A：對不起…(嬉鬧中)。
Ｌ：你要不要原諒他？
E：好啦，原諒他。
A：那東西那麼硬，打到當然很痛。
Ｌ：好，所以大家在傳東西時，是不是要小心跟注意，所以我請問大家，應該要怎麼丟才不會打到人家？
A：快、狠、準。
D：放在他手上。
Ｌ：這也是一個方法，你們要試一試嗎？準備囉，開始。
（接第五次活動中，情況有比較好一點）
Ｌ：好這一次你們花了５９秒，掉了４２次，可以再好一點嗎？
A：不行。
Ｌ：你盡力了嗎？
A：盡力了（想退出活動中）
Ｌ：剛剛我有聽見有人說，要靠得很近，把東西放在別人的手上，你們有什麼想法嗎？
（發現C搗蛋中，管理秩序）
Ｌ：你們知道嗎，我帶過團體，他們有十幾個人，記錄是３秒，你們覺得可以再更好一點嗎？
A：三秒，我不相信。
Ｌ：真的。
A：別聽（老師）唬爛…好無聊喔。
（現場一片混亂…A、D、C、E，一起玩了起來）
Ｌ：好，現在全部的人回到自己的地方來。還是你們要回教室了（管理秩序中）
A：坐好。那他(D)為什麼不坐好？
Ｌ：好，D坐好。我希望你們想一想，因為你們很聰明，所以我覺得別人做得到，你們一定也做得到。
A：老師，好不要再說了，我們知道了，都是死雀斑（E）。
Ｌ：好，大家坐好，可不可以，時間少一點，掉的次數少一點？
C：可以。
A：都是你在講就好了。
Ｌ：好，大家都同意了嗎？
C：可以。
A：不可以。
D：不可以。

E：不可以。
B：可以。
F：可以。
Ｌ：我們真得也進步了，所以你覺得你們可以嗎？我覺得我們好好再想一次，請把眼睛閉起來，可以告訴我為什麼你們覺得你們不可以？
E：因為都是他（A)。
A：你(E)白目喔，等一下，下課你(B)就死定了。
Ｌ：好，再次請問你們可以嗎？
全體：可以。
Ｌ：好，那再請問你們怎麼做不會讓彼此受傷。
C：老師，傳太多了，把硬的拿走。
A：把那些拿走，然後只挑戰一次，２０秒以內就不要玩了。
Ｌ：好，剩下６個軟球嗎？
C：嗯。
Ｌ：那要怎麼傳呢？
C：用拋的。
Ｌ：嗯，用拋的。
A：用滾的。
Ｌ：用滾的就算掉在地上。
B：輕輕的。
Ｌ：嗯，輕輕的，還有嗎？沒有的話，請問那你們訂幾秒。
D：１５。
C：１６。
（兩人討論中）
D：10 秒。
L：10 秒嗎？掉幾次？
D：10 次以下。
L：好，大家都同意了嗎？那剛剛胖子說要怎麼丟？
A：用拋的。
C：輕輕的。
L：好了，那我要準備了喔。
（第五次活動中）
Ｌ：好，這次是２１秒，掉六次，掉的次數有進步，要不要在自我挑戰一次？
A：不要。
L：我想你們可以更好，我記得曾經有國小的同學記錄比你們好一點，你們要不要在挑戰一次？
A：他們是資優生，我們是我們，你(L)不要拿我們跟他們比。
L：我想你們是一群更聰明的同學，可以表現得更好，要不要再考慮一次？
C：好啦，再一次。
Ｌ：這一次呢，幾秒呢？想幾秒，掉幾次？
C：嗯，十次。
Ｌ：剛剛已經六次了。
C：好六次以下。
A：就六次以下，快一點啦。
Ｌ：好，預備開始。
（第六次活動中）
Ｌ：好，這次非常進步掉一次，１１秒，掉一次。
全體：(一陣歡呼聲)
Ｌ：可以再好一點嗎？有沒有什麼方法呢，討論看看？
E：換位置。
Ｌ：相關位置不變。
E：可以靠近一點嗎？
L：好，E 說靠近一點，還有嗎？
A：沒有。
Ｌ：好，準備好了，就…開始。
(活動中)似乎找到方法。
L：OK，這次是 9 秒。
全體：(一陣歡呼聲)
L：可以再好一點嗎？

A：不要，就不要玩就好了，那硬的會打到頭很痛。
L：那要怎樣不會打到頭？
B：用傳的。
L：用傳的，這也是一個方法，剛剛還有說怎樣不會受傷？
C：輕輕的，靠近一點。
L：對了，還有沒有別的方法呢？再試一次，準備囉。
A：快一點啦(不耐煩)。
(活動中)
L：這次退步了，４０秒，掉１２次。
A：喔，不要玩了啦。
L：你們覺得這可以代表你們的成績嗎？
A：這成績有什麼屁用，有什麼用。
L：好你們決定這是你們的記錄了嗎？
A：嗯！
C：好了，就這樣。
L：那B呢？
B：沒意見。
L：好，那沒意見的話，這就是大家的記錄了，那麼請大家坐下來，有幾個問題想問你們？
A：喔，很煩呢！
L：那在這次活動中，你們聽到了什麼聲音？
C：掌聲。
A：打鐘。
B：講話。
L：還有嗎？
E：自目。
L：(又失控）大家坐好，那有看到什麼嗎？
C：有人哭。
L：誰哭。
C：沒有啦，亂講的，E啦。
E：我哪有，是他（A）丟我的。
A：是自己（指E）耍自目，亂打人的。
L：還有嗎？
C：還有看到老師在生氣。
L：嗯，還有嗎？
D：看到老師的臉。
L：嗯，還有嗎？
C：還有有人講話很白目，亂丟東西。
A：好了，就沒有啦。
L：我想請問各位，在這次活動有人好像受傷了，為什麼會有人受傷？
A：沒有啦，哪有人受傷。
C：因為白目的人亂丟。
L：如果不小心又人真得受傷了會怎樣？
C：很痛。
B：不高興。
L：還有嗎？
A：不知道，好啦，趕快下一個遊戲啦。
L：那想想看受傷的人會怎麼想？
A：就不爽，好了沒有呀。

2、全方位價值契約

L：好接下來這個活動是，想請你們寫下或畫出來你們的想法，但是關於提出來的想法，要全體同學都同意之後，才能把它畫下來或寫下來。
C：什麼都可以嗎？
L：你的想法要經過大家的同意，好，第一個問題，你覺得什麼是好玩？
（現場，以乎沒討論，大家各自的寫或畫圖）
A：你不要白目，過去一點。
C：畫個刺謂頭，還有多啦A夢。
D：吵屁呀。

L：要討論一下跟想一下，要怎麼活動才會好玩，把它寫下來或下來。
（活動中，大家似乎還是不願意討論，拿筆亂畫了起來）
L：好了嗎？等下要請其中的一位同學跟我們報告，這是什麼意思及你們的想法是什麼喔？
C：好了。
L：那誰要負責報告。
A：C。
C：D啦，喔不是啦，是吟春…。
L：不是，他是叫…？
C：喔…F。
L：對了。好，現在由誰為我們報告呢？
A：F。
F：我不要，你們自己說。
L：好，沒關係，你們各自說看看自己寫了什麼？
A：幸好了沒寫。
L：好，你(C)先說，你寫了什麼？
C：我想給正妹老師帶。
L：為什麼？
C：因為比較好玩，有吸引力，有美女的吸引力。
L：還有嗎？
C：去另一個電腦教室上課。
L：為什麼？
C：因為可以玩電腦，又可以吹冷氣。
L：那我們這節課是什麼課？
C：我們這節是電腦輔導課 。
L：是嗎，什麼時候改的？
C：喔，老師，你說這是建議嘛，我只是建議…。
L：好，繼續，還有嗎？
C：開冷氣，以電腦上課。
A：老師不要再玩這麼白目的遊戲。
L：還有嗎？
A：發薪水。
D：我寫的是我要C當天王。
L：為什麼？
D：因為…沒有為什麼。
L：還有嗎？這寫什麼的？
C：還有，要合作，老師不要太兇。
L：老師為什麼要太兇？
C：因為我們不合作。
A：換老師就可以？
L：老師是故意的嗎？
C：好了，不要生氣。
A：對呀。
L：沒有，我們要討論啦。
A：老師要發薪水啦。
C：要發糖果。
L：還有嗎？
A：老師要換正一點的，可以吸引我們的，然後要去操場上課。
L：好，收到，B寫的是。
B：要合作。
L：怎麼樣合作。
B：嗯，沒有，就合作。
L：還有，這上面一點一點算什麼。
C：就是老師的正點。
A：為什麼沒有糖果可以吃。
L：好，還有嗎？你畫這是什麼意思
C：太陽。
L：為什麼？
C：嗯，要冷靜，因為這樣才會涼。

L：嗯，還有嗎？
C：上性教育。
L：F，你要不要說說看？
F：你講就好了。
L：好，要不要請一個人幫你講。
C：我幫你講，要團體合作、精神，什麼啦，看不懂。
L：F，你要不要再講一次？
F：不要…。
L：好，沒關係，F，這是不想講，我們下次再說，好，第二個問題，無論在學校或在家裡，我們都需要為自己負責，為別人負責，所以，我們需要怎麼做才能有負責的態度。請想一下，寫在海報上面的東西，要互相討論一下喔，再寫上去。
(活動進行中，有一點點討論，但討論的時間很短，A、D 兩人在畫 OOXX 的遊戲)
C：要有禮貌。
A：亂寫就可以了。
L：寫寫看什麼是責任，或為什麼自己負責，每個人都要寫。
D：責任。
L：每個人可以試著拿起筆寫寫看。什麼叫做負責。
A：我是 O 你(D)是 X（在玩中）。
L：你(D)有寫嗎？
D：有我在寫。
L：等下你(D)要告訴我你寫什麼？
(D 與 A 繼續玩遊戲中)
A：你輸了。
D：好，再一次。
L：什麼樣才是負責的態度？
C：寫完了。
L：好，那時間到，有誰要幫我們解釋？
C：吟魔先。
A：對他先啦。
L：好，E 你先告訴我們你寫什麼？
E：要專心一件事，並且做完它。
L：好，大家同意嗎？一件事情做完它就是負責。
B：同意。
A：F 啦，每次都是我們先。
L：有沒有人還要為我們說的，F 要不要試著說說看。
F：不要。
C：要有禮貌，不要吵架。
L：為什麼？
C：因為吵架會傷和氣。
L：好，B 呢？
B：要聽老師的話。
L：為什麼？
B：這樣才能聽到老師在說什麼，就這樣 。
L：D 你告訴我你寫了什麼。
D：我寫在 OOXX 裡面。
L：那代表什麼意思？
D：嗯，我沒寫。
L：為什麼沒寫？
D：因為我不會。
L：那別人寫的你都認同嗎？
D：認同。
L：還有沒有人要跟我們分享的？
A：沒有，好了啦，我們要回家，我媽叫我趕快回家。
L：好因為時間的關係，我們今天就先到這裡。

第 2 次活動

1、全方位價值契約

L：好上星期因為時間的關係，我們一樣要進行上星期沒有完成的，這裡還有一題，什麼叫安全，或者如何活動才能安全？
D：嗯…安全就是安全呀。
L：或者可以換方式，當處在不安全時，會發生什麼事(開始進行中)。
D：靈異現象。
A：會受傷。
L：還有嗎？
C：打架，就是跟 D 打架。
L：打架呢，然後呢？
C：會流血。
L：或者，活動時，怎麼做會安全。
C：戴護具。
A：喔，安全帽。
E：穿安全小雨衣。
L：或者，你要自己做才能安全，或別人如何對待你才能安全。
C：安全衣。
E：壽衣(胡說中)、沒有啦戴口罩。
L：想到什麼，你們可以討論後把想法寫上去？
D：戴假髮。
A：安全鞋
L：D，你可以寫上去，但是要跟我們分享喔。
D：我不會寫(不積極參與中)。
L：好，再請問各位題目是什麼？
C：要如何安全或不安全。
L：要怎麼做才能達到安全？
E：戴口罩(胡言亂言中)。
L：好，那再請問各位，安全有分為哪幾個種類？
C：很多呀。
D：打那個春捲(指 F)，打頭。
A：你很白目呀。
L：你剛剛說打頭是個種類嗎？把頭打下去會怎樣？
A：會流血和不流血。
L：什麼樣的情形會流血？
B：打架會流血。
C：硬的東西打下去。
L：喔，硬的東西打下去會流血。
A：內傷。
L：內傷會流血嗎？
A：不會。
L：什麼的情形也許會造成內傷？
A：心理的。
D：被尖的東西刺。
L：被尖的東西刺不會流血嗎？
A：會啦，等下我示範一次給你看。
C：哈。
L：請問一下，罵人會流血嗎？
C：不會。
L：為什麼？
C：因為心裡會受傷。
A：老師，我們寫完了，可以趕快進行下一個活動。
C：老師，你看我們的火星文。
L：好，都寫好了嗎？如果都寫完的話麻煩你們告訴我們，你們的思想是什麼？
C：好，安全鞋就是預防 F 踩到我的腳。
A：哈
C：安全衣預於有人打我，就不會內傷，安全帽就是東西打我的頭就不會痛，安全褲是，壞人在踢我腳時就不會痛，好可以了，換你(B)。

L：還有嗎？
B：發生衝突。
L：喔，有不流血的衝突嗎？
E：賞巴掌。
C：用罵的。
L：那請問一下被罵的人，他的心理會怎麼樣。
A：心靈創傷。
C：精神崩潰。
L：嗯，有可能還有嗎？
C：有呀，被人糟踏，身體洗不乾淨就精神崩潰。
E：哈，糟踏，你金色摩天輪看太多了吧。
L：罵人的人罵完之後，心理就會很舒服了嗎？
A：不會，會良心不安。
L：還有嗎？你們還有寫什麼(成員又自顧自已的扯開話題，聊了起來)
B：不流血。
L：代表什麼？
C：就是用罵人的，被罵的人心理會覺得很不爽。
L：還有嗎？眼神有沒有可能會讓人受傷？
C：有。
A：會不安。
L：還有嗎？(管理秩序中)。
E：電人。
C：被電會不安，哈，電你喔。
L：還有什麼要與我們分享？
A：沒有了。
L：好，那現在麻煩各位，拿起筆來，寫下你的姓名或用畫的也可以，表示願意為對你說的話負責，而沒有寫的同學，也代表他同意其他人的想法？
A：老師，畫錯怎麼辦？
L：沒關係，畫的及簽名的都代表你自己喔，C，筆可以借 F 一下嗎？
C：喔淫魔，你都不寫。
L：喔，你說什麼，好，現在全部筆放現在，討論一下，剛剛才說到不流血的不安全會怎樣(立刻制止分享)。
A：心靈創傷。
L：為什麼會造成心靈創傷？
B：因為他罵人。
C：好，好啦…是 F。
L：這樣了解了嗎？要把自己對自己說話，就要負責喔，都寫好名字了嗎？D，你的名字呢？
D：我不會寫。
L：你的名字呢？
D：喔…好啦好啦。
L：好，你們所寫的從現在的活動開始，都要非常注意彼此的安全，包括你們說話的安全、動作的安全，可以嗎？
C：可以。
L：只有個人可以嗎？
A：可以。
B：可以。
L：只有三個人可以嗎？
全體：可以。
L：好，現在每一個人把筆及所有的東西收好，我們準備進行下一個活動

2、星際之門

L：現在每個人看到這個東西，我們稱它叫呼啦圈。
全體：呼啦圈。
L：對一般說法是稱呼啦圈，但是在這裡我們叫它星際之門。
A：什麼叫做星際之門？
L：對，為什麼叫做星際之門，因為我們這個地球快要爆炸了。
C：喔，是喔。
L：對，因為地球快要爆了，我們需要徵求兩個勇者來保護這個星際之門。
D：F、B(插話中)…哈。
L：等下，還沒講完，而它有個特色喔，只要所有的人碰到星際之門就會被電到，而所有的人一切就得重

來。那我們的目標很簡單，就是所有的人都要穿越這個星際門，安全的到另一個星球。有沒有問題
全體：沒有。
L：好，那我們的目標是什麼。
A：穿越星際之門。
C：到另一個星球去。
L：對，所有的人都要到另一個星球去，可是我們有幾個規則，請你們注意聽喔，第一，我們只有兩個勇者的手可以碰到星際之門，而其他的人只要碰到，我們就得重來，有沒有問題。
全體：可以。
L：但是我們需要徵求兩位，有誰願意呢？
C：我(自願)。
L：還有另外一位。
E：我也要(自願)。
L：好，就由C與E來當我們星際之門的勇者。那其他的人的手必需牽起來，拿著星際之門的勇者手不能放開喔。好來吧。
(一陣喧鬧中與推擠中，因當中只有F一位女生)
L：我們剛剛說的安全。
A：安全，你(D)去牽啦，你們兩個
D：幹麻啦。
A：你(D)去牽才對啦，男生要主動。
觀：好，那F站中間好了(後來我與L一起加入解決兩性之間的尷尬問題)
F：好。
L：因為我們地球上只剩我們幾個人，我們一定要更團結，如果我們手一放開就得重來喔，規則都了解了嗎？
B：了解。
A：哈(取笑D中)，餓鬼假客氣(台語)。
L：好，現在你們可以決定由哪邊開始穿。
B：都可以。
C：好從老師那邊。
B：老師先。
觀L：我啊，那我要開始了喔。
L：只要碰到就得重來喔。
C：老師小心…小心。
全體：哇，碰到了啦。
(重來中)
C：下來一點啦(著對E說)。
觀L：那我要怎麼做，這樣好像不太行。
C：圈圈下來一點。
觀L：那我要蹲下來一點嗎？
E：嗯。
觀L：好那我下來一點(進行中)。
C：哈，又碰到了，你(E)那邊放開啦。
(E，忽然自己在尋找方法，自己把手放開而試了起來)
L：E，手不能放開喔。
C：好，那從你(E)那邊開始。
E：(手沒有在進行中)
C：小心，你(提醒E中)的屁股中心，不要太上來好換人(B)。
B：這樣怎麼過。
A：你行啦。
C：好，小心(提醒B中)，你的腳小心，手…還有頭頭。
L：YA，好棒喔…(下一個是A)。
C：你(A)的頭，小心(下一個是D，不小心碰到星際之門)，喔，碰到了 。
B：碰到了(第二次失敗)。
A：哈你這個“觸雖“(台語)。
L：D，你說是他(E)因為拿太高嗎？
D：對呀，太高了。
L：如果太高的話你就先跟他們 (E、C)說一下。
E：我覺得男生這邊先穿比較快。
C：對呀，好像那邊比較快。

觀L：好呀，就試試看吧。
E：我這邊先啦。
A：好啦，芝麻豆(指E)，快一點，小心一點。
L：我們剛剛有說包括語言上的安全喔(提醒A中)。
E：ㄟㄟ碰到了。
A：碰到了…哈(第三次失敗)。
L：這有方法的，你們要不要想一下？
(E，忽然又自己在尋找方法而試了起來，也在不知覺中找到了方法)
L：你(E)怎麼做的，你(E)可以教其他的人嗎？
D：就這樣，起來，下去(活動進行中，換B了)。
C、A：起來…下去哈(換A中)。
L：挺厲害的嘛(換L中)。
C：老師小心。
L：呀，好恐怖哦。
E：起來、下去。
L：好非常好。
A：就這麼簡單喔。
E：腳先來、腳先來(指F)。
觀L：換我。
A：哦，不要玩了啦，好無聊，喔，還有兩個。
觀L：碰到了。
L：哇，我們功虧一匱了，要重來一次？
C：這樣子啦，我知道了，這樣鑽啦。
L：請問一下，最後時，我們剛剛是用什麼方法(A，跳脫到旁邊遊走中）？
E：對啦，用鑽的。
觀L：A。
L：再來一次，你們好像已經找到一個方法了。
A：不好玩啦，好無聊喔。
L：請問一下，成功了嗎？
A：成功就可以不要玩嗎？
D：對，成功。
B：好啦，快點，成功、成功(勸說A中)。
C：等一下，換位置啦(尋求方法)。
E：好啦，換位置(活動再次進行中，由E這邊開始進行)。
C：小心，腳起來。
L：小心，越來越厲害了。
A：手要牽好啦(提醒D中)。
(活動順利成功)
L：真是太厲害了，真的很優秀了，你們遇到問題很快就解決了，但是呢？因為我們很優秀，所以難度要增加。
A：你不是說可以不要玩了？
B：變小了。
A：老師，你“虎爛“。
L：好，這樣可以嗎？
A：不可以，你不是說可以玩完就不要玩了啦。
(其他的人，拿起呼啦圈在嘗試中)
C：你(B)可以嗎？試試看？
D：哈。
C：好啦，可以開始吧(鼓勵成員中)。
E：好，開始了(進行增加難度的活動中)。
A：很簡單喔。
C：小心，小心，腳起來。
E：蹲、蹲。
C：小心…死胖子(指B)。
L：請注意語言的暴力也是一種不安全喔。
D：也是一種溝通。
C：小心…小心，蹲下。
A：卡住了。

E：小心…腳…腳。
(活動順利完成)
1：你們真是太厲害了，現在請大家圍一個圓圈。
C：老師不能再拆難度了嗎？
L：不能了。
(大家正在拿墊子)
C：老師這個給你。
1：謝謝，還有人沒有，要不要傳給其他的人。
A：好(正在拿給 F 中)
C：D 拿去。
L：好，坐好之後，我想請問一下是誰先想當勇者的。
D：C。
L：嗯，C，為什麼你那時候會主動說，好，我拿。
C：因為…大家還沒往前。
A：因為 D 想跟你牽手。
C：好，可以了。
L：你(C)還沒回答，不可以轉移話題。那你先想一下，那我請問一下 E，為什麼會自願出來當勇者。
E：因為我看到 C 先出來。
C：對，我也是看到 E 出來，所以才出來。
L：不是吧，你是第一個出來的勇者，幹嘛要學習 E 的答案。
C：哈…好啦，因為我想出來解救大家。
L：好，我們先給勇者一個掌聲好嗎？那 E 呢？
E：因為 C 先出來 。
L：因為有一個人出來當了，所以也想當當看，是嗎？
E：嗯(頭點中)。
L：好，那請問各位第二個問題，那其他的人，看到已經有人出來當勇者的時候，你的心裡在想什麼？
A：很不甘心。
L：為什麼很不甘心？
A：沒有為什麼。
L：還有嗎？當已經有人出來做勇者的時候，你的心裡在想什麼？
D：什麼都沒想。
L：B 呢？
B：不知道，什麼都沒想，一片空白。
L：好，那我再請問你們，當他們(勇者)在協助你的時候，或者是你自己爬過去那個呼啦圈的時侯，那時候的心境，你在想什麼？
D：很過癮，然後下一個會卡到。
L：為什麼。
D：因為他(B)比較胖，所以怕會卡到。
C：我覺得有一種快感，你們（L和觀L）是不是姊妹？
A：對呀，有點像。
L：好，不要轉移話題，那再請問你們一下，你們在活動的過程時聽到什麼，有沒有聽到其他人在講什麼？
C：有，罵人家淫魔，還有，他（D）想跟淫魔(F)牽手。
A：小心點。
L：小心什麼？
A：小心駛得萬年船。
D：有，小心卡到。
L：卡到什麼。
D：那個（呼啦圈）。
C：還有小心碰到門。
L：小心碰到腳，那還有嗎？
A：腳。
L：好，你們有沒有發現一開始，你們從一開始會罵髒話，或取笑別人，現在已經會請別人小心一點。
B：對呀，你（A）怎麼辦到的？
A：對呀，你（B）怎麼辦到的？
L：對呀，B，你怎麼辦到的？
D：B，你有辦到“春捲（F）“對不對 。
A：哈。
C：哈。

L：D，我可以請問你這句話是什麼意思嗎？。
D：嗯，我的意思是他（B）跟他（F）說，不要卡到，小心一點，很關心他。
A：老師，他（D）使用語言暴力。
L：對，語言也可能是一種暴力。
A：對呀。
L：還有嗎？還有聽到什麼？（全體無聲）
L：再請問一下各位，在剛剛活動進行的時後有人碰到，那請問一下，碰到的人那時候再想什麼？
A：害群之馬。
D：對。
L：你覺得碰到的人害到了大家，那碰到的了呢？
C：嗯，就覺得害到了大家。
A：那應該問漂亮（指觀L）老師。
觀L：碰到時，我的第一個想法，應該是用錯了方法。
L：嗯，那我想請問一下各位，第一個方法與第二個方法，有什麼不一樣？
D：都一樣。
L：都一樣嗎？想想看。
C：第一個很難。
L：為什麼第一個比較難。
A：不一樣，第一個是用鑽的。
C：對呀，這樣比較難，因為這樣子過，怕頭頂到門。
L：星際之門不能動，對不對。
C：對
L：那第二個呢？
C：第二個比較簡單，就門上下，上下，就可以過了。
L：喔，那請問一下，是誰讓你們上下、上下的？
B：指著C與E。
D：它有裝電池可以動。
A：哈。
L：那這個方法是誰想的？
C：是E想的。
L：那請問E是怎麼想到的？
D：他看到女人（插話中）。
C：對，他看到美女老師，就想到了。
E：沒有啦，我是牽就他，為他（B）著想，因為他比較難過（指B）。
L：所以我們已經為了有些人比較難過，我們已經在為他想辦法了。
C、E：對。
L：那我們給E一個掌聲好嗎？（掌聲中）。
E：不要（害羞中）。
L：好，那我想再請問一下各位，當第一個圈到第二個圈變小時，你們在想什麼？
A：不想玩。
L：不想玩，還有嗎？
C：就是，沒有過。
D：對，沒辦法過。
L：那怎麼辦到的呢？
C：就是用E的辦法。
A：因為…不曉得。
L：喔，因為用了E的方法，所以我會成功了。
B：會。
C：已經成功了。
L：對，已經成功了，那我想請問一下各位，這兩個保護者的角色，跟我們生活中有沒有什麼像的？
D：警察、警衛。
L：怎麼說？
A：保衛人民安全。
C：警衛就是人都火災就叫人民不要碰到火？
A：哈。
D：哪是呀，警察就是闖紅燈開罰單。
E：哈。
L：還有嗎？這兩位保護者跟我們生活中什麼很像？

A：教官。
C：老師。
L：為什麼？
C：因為老師叫我們要小心不要撞到桌角。
L：那為什麼們跟活動很像？
C：因為小心。
L：小心什麼？
D：過的時候要小心。
C：對。
L：那請問一下，過星際之門的人，背後看得到嗎？
B：看不到。
L：F 呢？
F：看不到。
C：老師手會很痛。
L：為什麼？
C：因為要過去的時候，手要牽著，後面看不到，所以手會折到，所以要小心。
L：那因為要過去，後面看不到，那請問一下各位後面有長眼睛嗎？
E：有呀，屁眼。
全體：哈（笑成一團）。
L：好，你們要小心說話，不然被別的老師聽到了就好不了。
A：老師，我跟你說，有一次我們班有老師也問一位同學，後面有長眼睛嗎？他也回答老師屁眼，後來，他就被另一個老師用腳踢三次屁眼。
D：只有大便看得到。
C：哈。
L：好，後面的部份我們看不到，我們需要誰來幫助我們？
D：別人。
A：勇者。
C：然後，叫他小心一點，不要碰到。
L：好，那我想請問一下各位，我們後面看不到的部份，我們需要別人幫忙，那這部份有沒有跟我們生活中很像的。
C：那個…被小偷跟縱。
A：哈。
L：被小偷跟縱，為什麼？
C：對呀。
A：你沒有聽清楚問題吧？
L：就是生活中，你後面看不到的部份，也許會需要別人幫忙？
C：喔…車子。
L：好，為什麼？
C：所以要交通警察。
E：因為叫他開罰單。
L：哈，你是被開過喔。
D：我騎腳踏車被開過（鐘聲響起）。
A：好，老師下課。
L：哈，因為下課了，我們下課五分鐘，請各位再仔細想想看等一下我們再討論一下（下課時間的圍繞在 L 身邊問問題）。

3、手結

L：好，這裡有繩子，請大家一人拿一條。
C：老師，這要玩ＳＭ喔。
A：哈。
L：好一人一條喔。
C：叫，你給我叫（玩耍中）。
E：哈。
L：好，不要玩了，每個人手都有一條繩子，請拿在一隻手上，現在請你們把對方的繩子牽起來，但是不能牽右左兩旁的人喔。
C：A 快一點啦。
L：好請趕快牽好，左右兩邊不能互牽喔。
C：我牽你的，你牽他的。
L：你不能牽左右兩邊的喔。

B：你（F）牽他的。
Ｌ：你們兩個不能左右牽。
A：喔，你（F）是阿呆喔。
Ｌ：請注意語言的安全。好，我們今天來到這裡的目的大家都一樣嗎？
D：不一樣。
C：一樣。
Ｌ：好，一樣，不一樣都沒關係，今天呢，我們的目標很簡單，就是把我們大家的不一樣把它解開來。
A：然後呢？
C：怎樣才能把它解開。
Ｌ：對，有人提出來一個很好的問題，就是我們要怎樣才能把它解開？
A：手放開就可以把它解開了。
Ｌ：對，我們要想辦法解開，所以我們大家一起來想辦法，所以，我們的規則很簡單，就是我們手不能放開，所以不要故意去拉對方的繩子，那我們的目標就是把它圍成一個圓，可以讓我們大家圍成一個圓，代表我們以後可以團結。好，最後，當我們在玩遊戲的時候我們需要注意什麼？
A：安全。
Ｌ：對，很好，就像A說的。
D：努力。
Ｌ：好，那我們要開始了，我們需要怎麼解開，一起來想個辦法。
（進行活動中，活動過程中有人不經意的手放開了）
Ｌ：哇，有人把手放開了。
C：誰把手放開了？
B：就是你（D）啦。
A：喔…白目。
Ｌ：好，沒關係，這次我們有進步了，但是我們如果沒有人把手放開的話，那我們的表現會更好，所以我們再重來一次。
A：不要啦（往旁邊走去）
Ｌ：A，快來圍圓啦。
C：你（B）拿我的啦。
D：我的拿去。
Ｌ：不能兩人互牽，來這個點他（B)。
C：那你（F）這個放開，這個給老師。
A：對啦，就是這樣啦。
Ｌ：好，現在要記得手不能放開了喔，不然就要重來了。
（第二次活動中）
C：A，你過來啦。
A：手不能放開喔。
E：我呢？
C：不是，走過去啦，。
A：這樣嗎？
C：走過去吧。不行，這樣不行要重來（失敗)。
Ｌ：好沒關係。
（再次交換繩子中，進行第三次活動）
Ｌ：好，有人放開了，要重來了。
C：喔…。
A：E，你的手不要那麼大力啦，不會拉緊一點啦。
Ｌ：好，沒關係，我們再一次，這一次都要提醒自己，手不能放開了喔。
A：煩呢。
C：要抓好喔。
A：(揮動繩子，差點打到E)
Ｌ：小心，不要這樣子，你羞點打到他，所以要跟他說什麼？
A：喔…ＩAM　ＳORRＹ。
Ｌ：好，再把繩子牽好，來牽好（正在溝通如何牽好，A拒絕跟F牽，而無去達成共識，最後，興自願把一條繩子放開，而他願意牽F的繩子，因此活動再次開始)，要拉緊喔。
（團隊成員中形成二個圈圈，再次重來一次）
C：哈。
A：怎麼會這樣。
Ｌ：我們目標是成一個圓，再來一次好嗎？
C：哈，好。

B：好啦。
（以下正在溝通如何牽好）
L：兩人不能互牽喔。
A：F，你這條給 D 啦。
C：那，你（B）這個再給我。
L：不能互牽。
C：你（B）這個放，這給他（A）。
D：我不要跟他(F)牽啦。
A：你(D)這個給他(C)啦。
C：喔，白痴喔。
L：不行啦，這樣我就跟他(D)互牽。
B：F，你給他牽。
（第四次活動進行中，而成功了）
L：好，大家都很棒，我們現在來圍成一個圓圈（C 一直在偷吃布丁）。
A：老師，你看 C，又在吃了。
C：好啦，快好了。
L：C，東西放著，我們現在在進行活動，那你上課會這樣吃嗎？
D：會呀。
C：會呀，我上課都這樣。
A：對呀，他都這樣。
L：好了嗎？可以開始了嗎？
C：好啦…好啦。
L：好，我們請問一下各位，我們剛剛在活動中都一直聽見什麼聲音？
C：就是 F，你要抓緊一點啦。
L：還有嗎？
A：不要咬衣服啦。
L：還有聽到什麼聲音？
C：就是轉過來一點啦…過去啦。
L：好，那我想請問一下，剛剛有誰是在活動中負責引導對方的？
C：喔，這個（指 B）。
A：這個，這個都最厲害了，他都在引導 F。
C：哈。
A：F，都是受他控制。
B：哪有，我都叫他（A）。
L：嗯…還有嗎？。
C：他（B）都胖子…胖子。
L：好，那我想再請問一下各位，當你握著別人的神子的時候，你那時候在想什麼？
D：沒有呀。
B：早點把遊戲解決。
L：早點把遊戲解決嗎？還有嗎？
C：我想吃布丁。
L：還有嗎？
A：沒有了。
L：那我想再請問一下各位，有些人是負責鑽來鑽去，有些人是站著？
C：有些人是站著，像 F 就是站著。
D：對嘛。
L：那你可不可以告訴我，當你在鑽來鑽去的時候你心裡在想什麼？
C：就很煩，不知道要去哪裡。
L：很煩，不知道要去哪裡。
C：對呀。
L：後來你知麼知道的？
C：後來就是他(B)引導我的。
L：他是誰？
A：眼鏡的(B)。
C：喔，是 E。
E：誰叫我？
A：B 啦。
C：哈，嗯，是 B。

D：四眼仔。
C：哈。
A：哈。
L：D，他（B）在自我介紹時有這樣稱呼嗎？
D：沒有。
L：還有嗎？A，你那時候在想什麼？
A：我想一下。
L：好，那 D 呢？
D：嗯…沒想什麼。
L：好，那我想請問一下 B，你那時候為什麼要指導 C 往哪走？
A：他明明就（B）指導 F（插話中）。
L：你（A）是 B 嗎？
A：不是。。
B：看見胖子很會會鑽
L：喔，你看得出來 C 很會鑽，所以你就指導他。
C：不是啦，我跟你（B）講說我很笨。你還講說我很會鑽，白痴。
A：哈。
L：還有嗎？那 E 呢？
E：不知道。
C：他(E)臉上有雀斑，雀斑會指導你。
A：哈。
E：想太多了。
L：好，我想請問一下，我們過程中，有幾次是有人手放開了，所以必須重來，那時候你們心中有什麼想法？
C：就很幹。
E：你娘（插話中）。
L：為什麼？
C：就覺得很幹、很不爽、很機車。
L：為什麼？
C：就是很幹嘛。
L：你現在講的是都是你的感想，可是你沒有告訴我們你為什麼會有這樣的感想？
C：就是不爽。
L：好，還有嗎？
A：我知道，就是覺得做了會白費掉。
L：就白費掉。
A：對。
C、B、D：（正在幫 A 鼓掌）
L：不錯喔，你們已經主動幫別人鼓勵了喔，還有嗎？
A：老師，F 都站在哪裡。
L：你為什麼那麼注意他（F）？
A：那有，都是（C）在幫他的。
L：C，你有幫他（F）嗎？
C：我哪有幫他（F），我還想罵他呢？
L：為什麼？
C：因為他一直站在哪裡不管呀。
L：你應該要問他呀，也許她正在想呀。
C：屁啦，她一直在哪邊呀
L：搞不好，她沒有走，是不是就代表，她不會把活動用很更亂呀。
C：老師你很厲害（鼓掌中）。
L：當我們後來中間用得很混亂時，你們那時候心裡在想什麼，B 你要不要告訴我們一下
D：他喜歡 F（插話中）。
L：D，你是 B 嗎？
D：不是。
B：他是我的複製人。
A：哈。
L：好，那我再請問一下各位，當你們成功把它變成一個圓圈時，你們的心裡在想什麼
C：很開心。
L：還有嗎？

D：就很開心。
L：我想再請問一下，當結解開時，那時候是誰的功勞？
C：是大家的功勞。
A：對，團結是力量。
L：怎麼說？
A：每個人都有幫忙到。
L：每個都有幫忙到。
A：而互相指導幫忙別人。
L：大家互相幫忙、團結合作，還有嗎？（互相玩耍了起來）
L：可以開始了嗎？好，那我想再請問一下各位，雖然我們在圍圓時都排好了順序，但是中間卻都很混亂，這樣的情形有沒有跟我們生活的情形很像？
C：就是跟車禍很像。
L：還有嗎？
B：思想。
A：跟辮子一樣打結。
L：B 你所指的思想是指，大家的思樣都不一樣嗎？
B：對。
L：還有嗎？那跟我們平常做什事情有沒有什麼地方很像的？
E：睡覺。
L：為什麼。
E：很混亂。
L：是指要睡覺時都很混亂嗎？
E：對呀。
L：你是指活動進行嗎？
E：對。
A：我知道，有頭有尾。
L：怎麼說。
A：要把事情完成。
L：你是指活動進行嗎？
A：對。
L：哦…如果我們剛剛活動進行到一半就沒有繼續下去會怎樣？
D：不會怎樣。
L：不會怎樣嗎？結打很開嗎？
B：會失敗。
L：怎麼說。
C：就沒有成功。
L：還有辦法圍成圓嗎？
C：沒有。
L：那請問一下以後你們如果回到真實生活裡面，或是家裡面、學校其他地方，你們要怎麼做？
A：堅持到底。
L：要堅持到底，還有嗎？
A：堅持做那件事情要做到底。
L：所以遇到不能馬上放棄？
A：對，因為失敗為成功之母。
L：可是，我剛剛好像有聽到有人說，我不要玩了啦，哦…
A：那是誰，怎麼會有這麼負面的話呢(A，知道 L 在指他)。
C：哈。
L：好，不知道是誰，沒關係，還有嗎？
A：不能虎頭蛇尾。
L：怎麼說？
A：我想一下意思。
D：牛頭不對馬嘴。
L：怎麼說？
C：牛的頭不對馬的嘴
D：對牛彈琴。
L：不一定要成語。
A：喔，我知道牛頭不對馬嘴的意思，就是意見不合 。
L：怎麼說？

A：他一直講、一直講。
L：喔，很多人意見不合。
A：對。
L：有辦法解開嗎？
B：沒有。
A：靠老師就可以了。
L：我有跟你們講答案嗎？
C：沒有。
L：我好像是聽你們跟我講說，老師你從這裡啦，從這裡啦。
C：哈。
A：靠朋友。
D：在家靠家人，出外靠朋友。
L：A，你說靠朋友，怎麼說？
A：因為友情。
L：好，那我想請問一下各位，如果沒有旁邊的人幫忙，你們有辦法解開嗎？
C：沒有。
L：所以，A，你是這個意思嗎？(跟 D 在玩)
A：對。
L：那再請各位，你們是怎麼解開的啦。
C：哦…就是互相幫忙，互相合作。
L：怎麼樣幫忙，怎麼樣合作。
C：就時教他從哪裡穿。
L：嗯，所以有人教他從哪穿，如果有人不聽他的話，會有辦法解開嗎？
全體：不能。
L：你如果隨便鑽、隨便鑽的話還有辦法解開嗎？
全體：不能
L：所以你指的互相合作是這個意思嗎？
C：對，互相幫忙。
L：對，所以在活動裡面要怎樣？
B：幫忙。
A：互相幫忙。
L：有人指導嗎？
A：就是人家不會，然後有人指導就叫幫忙。
C：對。
L：那請問你們，接下來的活動可以這樣嗎？
全體：可以。

4、升學之路

L：好，那接下來的這個活動，有一個水管，請一人拿一個，但是小心安全，不要拿來打來打去的因為你們是核子彈的製造工廠，所以你們必須負責把核子彈安全的送到目的地，而這是核子彈所以這個球掉到地上的話，地球會爆炸，好，再說一次規則就是位置不能改變，手不能碰到核子彈。目標就是核子彈安全到達目的地。好我問你們，球掉到會怎樣？
D：會爆炸。
L：好，如果沒有問題，就開始吧。
C：來了，碰…(第一次任務失敗)
L：不能離開你的工作岡位喔，第二次活動開始。
(第二次又失敗了)
L：又失敗了，要不要討論一下？
C：不要啦。
A：不要啦，快開始了。
(第三次活動進行中)
C：漂亮。
A：可以了，成功了。
L：好，很好，那現在製造要更複雜了，所以要加難度，要有三個人站著，一個人蹲下來，剩下的人半蹲，好你們去討論看看？
C：我站著。
B：我蹲下來。
A：我站著。
C：你(B)蹲下。

A：等下，站著的人在前面，然後一直排過去。
C：老師你半蹲。
A：你（C）在最後面，D，你去中間。
C：老師你蹲好啦。
D：老師你過來一點，低一點。
L：D，你的站著嗎？
D：不是啦，半蹲啦。
L：好那要開始了。
（高難度活動進行中，第一次成功了）
L：好，大家都表現很好，所以，這裡一人拿一根。
A：這麼細喔。
C：哈，對呀。
L：好，剛剛你們第一球都掉了，要不要討論一下，等下你們有沒有辦法不要掉？
C：好，討論一下。
A：等下不能轉彎。
D：不能斷掉。
L：還有嗎？
C：不能太快。
L：好，不能太快，那你們要挑戰幾顆？
C：好啦，全部來啦。
L：全部，只要有一顆掉就算敗了喔。
A：嗯，好啦。
L：要從哪邊開始？
C：這邊。
L：好，開始了（活動中），這一次失敗了，要不要討論一下，這有技巧的。
C：喔，這有什麼技巧。
A：老師，你這隻手上去。
L：哇，好像又失敗了，請問一下，為什麼？
A：太快了啦。
L：有人說太快了，怎麼辦？
C：慢一點啦。
L：好有人說球慢一點啦，要怎樣不會讓球太快？
A：我知道，水管平平的（D在玩耍中）。
L：還有嗎？手要怎麼拿？
A：一高一低。
B：手下去一點，不然手會往上。
L：對，手下去一點，還有嗎？
C：好，可以開始了嗎？
L：好開始。
（活動進行中）
L：好球掉了，球給我，為什麼會掉。
C：因為脫離軌道。
L：為什麼脫離軌道，還有呢？球的速度呢？
C：太慢。
L：還要再更快嗎？
D：太快了啦。
A：再慢一點。
L：好，有人說再慢一點，還有呢？（D在玩耍）
C：好，可以開始了。
L：D（警告中）認真一點喔，不要玩。
A：喔…你（D）不要耍白目啦，小心一點。
L：好再一次（活動進行中）。
C：喔，又失敗了。
L：好好，沒關係，再一次，能不能成功就看這一次了喔，你們要不要換個方向試試看？
C：好啦。
A：D，你小心一點啦。
L：D，從你這邊先，你要小心一點喔。
D：好。

(活動進行中)
L：好，這次成功了給自己鼓勵一下，好我們來討論分享一下，東西幫我收好一下。
C：老師，我幫你收。
L：F，幫我一下。
F：好。
L：現在請大家坐下來圍一個圓圈，請問一下第一種水管比較難還是第二種？
A：第一種。
L：為什麼？
C：因為有的人要蹭有的人用站的。
L：那剛剛的過程中你們有沒有一直聽到伙伴們不斷在說什麼？
B：慢一點。
L：還有嗎？
C：小心、小心球。
A：哪邊先，球來了。
L：嗯，很好，那小心什麼呢？
C：球不要掉下去。
L：還有嗎？小心什麼？
A：眼精要看球，手上的水管要拿好。
L：那請各位想像一下，運送這根水管時是呈現什麼樣的形狀？
D：高高低低的。
L：怎樣高高低低的？
B：有人用蹲的，有人用站的。
L：嗯，那你否覺得這像不像你的學習或人生的道路呢？
B：像。
L：為什麼？
A：因為有挫折。
L：怎麼說？
C：因為球一直掉下來。
L：球掉下是代表什麼意思？
C：挫折與失敗。
L：嗯，還有嗎？
A：有起伏。
L：怎麼說
B：人生本來就起起伏伏的。
C：所以更要小心。
L：很好，那你如何面對這些挫折，或當你發生挫折時，要怎麼處理或面對呢？
C：不知道。
A：勇於面對。
D：不管他
B：想辦法解決
L：很好，如何勇於面對，與想辦法解決？
D：可以問人。
C：問媽媽。
E：問爸爸。
L：很好，問知道的人是嗎？
A：嗯。
L：那剛剛的過程中，如何只有你一個人的話，會容易成功嗎？
E：不會。
C：不一定。
L：為什麼呢？
B：因為過程需要他人的幫忙，這樣比較好。
C：一個人運球的話比較不容易失敗。
L：嗯，一個人運球比較不容易失敗，但是，想想看，生活之中一個人的世界可以做很多事嗎？
A：不行，能力不夠。

L：那生活中是不是也需要跟許多人相處。
C：是呀。

L：那剛剛過程中，當有人把球不小心用掉了，當時的心情是如何呢？
A：不爽。
E：很幹。
C：很機車。
L：是呀，會產生這麼多不好的情緒，那當下你會怎麼發洩情緒呢？
C：就罵人、打人。
A：看他人不爽就用罵的。
E：看情形。
L：那打人或罵人後，就能解決問題嗎？
C：有時候。
B：不一定。
L：那請你回想一下過去產生攻擊行為時，事情是否有真正被解決。
A：對方比較不敢惹我。
C：對方會怕所以就會小心。
L：那如果假設被欺負的是你的家人呢？會有什麼感受？
B：會傷心。
A：會難過，再找人去打他。
L：那打人過程會發生何事呢？
C：流血。
L：誰流血。
C：被打的人。
A：一直有衝突。
L：怎麼說？
E：就是一直打來打去。
D：所以我就會打回去。
L：嗯，那事情真得有辦法獲得完善的解決嗎？
C：有時候就不行，只是短暫的而已。
L：是啊，因為時間的有限，請大家回去想一想，當你與人發生衝突時，你要如何面對自己的情緒？
A：老師，我幫你收器材。
L：好，球也收一收。

1、雪花片片

(上課前與F聊到，她送C生日禮物)
L：好，請各位先拿一條頭巾，跟我一起這樣做，把頭巾綁在眼睛上。
(A、D在玩中)
A：哈，看不見啦(不配合中)。
L：好，請大家趕快矇住眼睛，不要玩了。
D：好，看不見啦…哈。
A：老師我看不到啦。
L：對，就是不能看到，等下一人拿一張紙。
E：老師，看不到啦(插話中)。
L：好，聽我說，這個遊戲叫做雪花片片。
A：哈、好白痴。
L：為什麼呢，因為你們可以摸到這張紙很薄，現在請你們把這張紙拿起來，好嗎？
A：胖子你在幹嘛，把眼睛矇好
L：對，D，請把眼睛矇好，大家都坐好。等下我們的活動，請你們把眼睛矇住，當有人沒有依規則的話，我們會把活動停止喔。好，現在請你們把這張紙對摺，對摺一次就好了喔？
A：屁啦，看不到怎麼摺？
B：對了。
L：對摺一次好了嗎？
C：等一下。
B：還沒。
L：好的人可以舉手，讓我知道
C：F，你很慢呢？
A：你看得到喔。
L：好，現在我們再對摺一次。
E：喔，老師，你很煩呢。
(D-在玩中停留在第一次的活動、C-趴在地板上隨意的摺)
L：D，快一點喔，我們現在已經摺了二次了喔，好了嗎？
A：等一下，看不到。
L：好了嗎？接下來請在你右上角的地方。
B：老師，右上角嗎？
L：對，紙的右上角。
C：右邊是哪一邊。
L：吃飯拿筷子的那一邊。
C：這一邊嗎？
L：對，右上角的地方請撕下邊長一分的三角形。
B：老師撕不下來呀？
L：可以啦。
D：老師一公分是多大？
L：一公分就是你憑感覺來撕呀。
D：我不知道啦。
L：撕拿下的人請把你把那張紙放在口袋。
C：放哪裡？
L：口袋、口袋。
D：撕到哪裡？
L：在右上角的地方，撕下一個三角形，好了嗎？
B：好了。
L：接下來，再把我們這張紙再對摺一次(C-在玩撕下來的紙屑中)。
A：還要摺喔。
L：對，再對摺一次
C：老師，我的紙呢(在尋找中) ？
L：不對啦，是撕下來的那張紙放在口袋。
D：現在呢？
L：再對摺一次。
C：哈…(在玩耍中)。
在：好，摺玩了喔，那接下來請在我們左上角的地方請撕下一個邊長一公分的正方形。
D：老師一定要左邊才能撕一個正方形嗎？

L：對。
A：什麼啦？
L：在左上角的地方撕下一個邊長一公分的正方形。
A：屁啦，老師你都虎爛，喔撕下來了。
C：哈 。
L：可以啦，你再試看看。
C：喔，好感動喔(感動的心…哼歌中)。
A：感謝有你(哼歌中)。
L：撕好了嗎，你(C)的正方形呢？
D：老師，我的破掉了啦，你看。
L：繼續，剛剛的紙請繼續。
C：老師，好了。
B：是這樣子嗎？
L：對，還沒好的人一個正方形趕快撕。
B：老師，好了要幹嘛。
L：好了，喔，那我們現在這張大張的正方形再把它對摺一次。
A：一直摺…一直摺不會膩喔。
C：哦…老師我還沒撕好(停在上一個指令中)。
L：用手用力撕下來。
E：對呀，不然呢？
L：好了，再對摺一次之後，在你的右下角的地方，半徑為一個公分的圓形。
A：喇叭嘴。
B：老師，數學還沒交半徑一公分。
L：好，一個圓的半徑是一公分 。
A：最好是撕得下來看。
L：可以呀，你撕撕看？
A：你(L)撕給我看，喇叭嘴。
C：哈。
D：你不要欺負盲人喔。
L：有人已經撕起來了，胖子，你半徑一公分的圓形已經撕好了嗎？
C：喔。
L：撕好了嗎？
B：還沒。
L：A：撕好了嗎？
A：撕好了。
L：F，撕好了嗎？
C：不要理他(F)啦(插話中)。
F：好了。
C：理他幹嘛。
L：D(警告中)
D：幹嘛啦。
L：放下來(D 把眼罩拿起來)。
D：我眼睛很癢。
C、A：哈。
B：撕不下來。
L：可以的，試試看。
B：好了
L：其他的人呢？好了嗎。
C：好了。
E：好了。
L：好了的話，現在把其他的紙打開，可以把你的眼罩拿起來。
C：老師，我的紙呢？
L：好請大家坐成一個圓形。
D：老師我的壞掉了。
(C、D 在撕地上的碎紙屑自顧自的玩耍)
L：大家趕緊坐好，不要玩了，就算你的已經破掉也把它(紙)整合起來，放在前面大家看一下
A：然後呢？
L：我們看一下我們每一個人的形狀是什麼？

A：我的作品是怪怪的。
E：哈，你(D)的好好笑。
D：這一點也不好玩。
L：來，我們來看一下有沒有人是一樣的…。
E：跟你差不多的呀。
L：來，F 先放著。
C：你(老師)不要理她(F)啦。
L：有沒有人是完全一樣的呀？
E：喇叭嘴，怎麼會一樣。
L：有沒有？
A：沒有。
L：為什麼會不一樣呢？
C：因為我看不到。
L：因為看不到，還有嗎？
D：因為沒有尺。
E：因為熟悉度不夠好。
C：因為不知道怎麼做。
L：嗯…還有嗎？
A：因為沒有尺，所以不知道怎麼量半徑那些的。
L：喔…。
E：還有一直摺、一直摺沒有耐心。
L：一直摺、一直摺沒有耐心，還有嗎？
C：還有一個很重要的是，就是看不到美女老師。
A：對，因為沒有看到美女老師。
E：是穿什麼顏色的，橘色還是紫色。
A：當然是紫色的呀。
C、A：哈哈…。
(轉移話中，團體自顧自的聊天中)
L：好，那我再請問各位，我剛剛講的指令有沒有每個人的指令都不一樣嗎？
(還在玩耍中，不太理會領導員)
L：請把自己的東西收好。
E：都一樣。
A：都一樣。
L：為什麼？
D：不知道怎麼做呀。
A：因為老師是怪胎。
E：因為老師眼睛張開了。
A：對呀。
L：可是你們大家眼睛全部都閉起來為什麼你們都不一樣？
C：老師你沒帶眼罩。
A：因為個人創意獨特。
L：喔…還有嗎？
D：因為撕得不好。
L：撕得不好，怎麼說？
D：因為不知道怎麼撕。
L：為什麼不知道怎麼撕？
D：因為看不到叫創作。
L：好，那我想再請問一下，當你們眼睛一打開時發現有的人支離破碎時，你們的感覺是怎樣？
C：感覺怪怪的。
D：感覺好帥。
A：跟老師不一樣。
L：為什麼跟老師不一樣怪怪的？
A：因為老師給的東西是一樣，但是做出來的東西卻不一樣。
B：對呀。
L：那我想再請問你們一下，我剛剛說的指令，你們聽得清不清楚？
E：不清楚。
D：不清楚。
L：不清楚，為什麼？

D：因他耳襲有重聽。
C：因為沒有挖耳屎。
E：耳朵也被遮住。
L：這是遮住眼睛呀，好沒關係，那我想請問各位一個問題，當你們不清楚時，為什麼沒有人問我呢？
D：因為…老師我們有問圓有多少，可是你都說大概嘛。
L：喔，還有嗎？
B：還有，胖子有問怎麼摺，但是你都說用手摺。
L：對呀，用手摺。
D：所以大家都大概一下。
L：還有嗎？B跟F。
C：老師，你不用理她(F)了。
L：我們上次有說言語的安全呀。
C：喔。
L：好，那我想請問一下，你們剛說聽到的是一樣的，但是做出來的卻不一樣，這種情形有沒有跟生活中什麼很像的。
D：沒有呀。
A：再說一次
(團體在玩耍中)
L：好，那想問一下你們，包括比如說爸爸媽媽跟你們說的話，還有在學校老師跟你們說的話，交待的作業是不是都一樣，那每個人做的都會一樣？
B：不一樣。
(A與E在玩耍中)
L：那再請問一下當你們對別人講的東西不清楚的時候你們要麼做。
C：問人。
D：幫他做。
L：還有嗎？有什麼方法可以讓你們對別人說的話會比較清楚。
A：用心聽。
E：裝助聽器，比較聽得清楚。
L：嗯，還有嗎？
C：先看一下老師示範。
L：還有嗎？
(全部成員躺在地上，不理會引導員，在玩掉在地上的錢)
L：你們可以先不要玩了嗎？我剛剛問什麼？
D：剛剛問說。
E：要不要把我們問清楚。
A：對。
L：是嗎。
E：哈，被發現了
L：好那你們要回答我呀？
A：剛剛回答說要用心聽、還有裝助聽器、還有不要矇住眼睛、要挖耳屎。
E：還有別人說的時候要仔細聽。
L：別人說的時候要仔細聽，嗯，還有呢。
C：還有不要講太聲，不然別人會聽不到。
L：為什麼？
A：旁邊的人不要太吵，不然會聽不到。
L：喔，會聽到雜音，那你們剛剛聽的指令是一致的嗎？再問一次。
E：再說一次。
L：就是剛剛你們不是聽到老師說摺的正方形、圓形…等等聽的指令是一樣的嗎？
D：是。
L：那為什麼做出來會不一樣？
C：那因為不知道摺的地方在哪裡。
L：嗯不知道怎麼摺的地方在哪裡，是不是。
E：對。
A：是呀。
L：可我有講在左上角、右上角呀。
A：因為摺的有角度呀，又沒有尺。
C：還有左右不分。
B：還有不知道什麼直徑、半徑幾公分的。

L：嗯，那你們有試著問老師嗎？
C：有呀，就說用手做呀。
L：對呀，老師有試著告訴你們方法了，還有嗎？(A 在旁邊玩)
A：還有…。
L：還有嗎？
E：因為紙的開口不一樣。
L：紙的開口不一樣，怎麼說。
E：有的開口在上有的開口在下。
A：漂亮。
L：是指拿的方式？
D：對。
A：因為摺時候拿的會反過來然後再摺。
L：是指每個人的做法嗎？
E：每個人的開口不一樣所以做出來的都不一樣。
L：為什麼每個人的開口不一樣？
E：因為沒有看到。
B：因為沒有一致。
A：這樣可以告訴我們眼睛很重要對不對。
L：是說眼睛打開大家才有辦法做一樣嗎？
A：對。
L：想問一下，難道除了眼睛打開才做得到，而眼睛閉著就沒有辦法嗎？
E：是可以，只是要溝通。
L：要溝通，怎麼溝通？
E：就是說，要問開口在哪裡，哪一邊。
L：問問題嘛。
E：對。
L：還有嗎？要怎麼溝通？
A：…。
L：剛剛有聽到提問題是一種溝通，那還有其他的溝通嗎？
C：喔，老師，換 F 說了啦，他都搞自閉 。
D：對呀，她在哪會有自閉。
C：對呀，自閉症。
D：怕他會有自閉症為她著想。
C：對嘛，老師，我是為同學著想。
L：嗯，還有呢，怎麼溝通？
C：就是，用嘴巴溝通。
L：好，當大家眼睛都看不到嘛，當你想講就講的時後會達到溝通嗎？
A：不行，要一個一個來。
D：要慢慢來。
E：對呀。
L：等下，像這樣子的話我就聽不到了，我要聽誰的？
A：聽我的。
L：好你(A)先。
A：就是聲音很雜，會很模糊，聲音有汙染。
L：嗯，所以要怎麼做？
A：所以要一個一個慢慢來。
L：這也是一個溝通的方法嗎？同學，還有嗎？
B：沒有。
L：好那我們呈現的結果有沒有一樣？
D：不一樣。
E：不一樣。
L：那為什麼同樣的指令，為什麼結果會不一樣？
E：做法不一樣。
L：做法不同，怎麼說？
E：就是…有自己的意志力。
L：是指自己想要這樣做，就這樣做。
E：是呀。
L：那你想想看生活之中有沒有很類似的情節，例如說，老師同樣的指令，可是你們做法卻不一樣，呈現

的結果也不一樣？
A：是，有，像老師上課的內容都一樣，但是考試的結果都不一樣。
L：怎麼說？
A：就是老師上課的時候，很多人沒有認真聽，所以就考很爛。
L：還有嗎？
(C與D：在旁玩耍大笑中，引起其他人注意)
L：C，你剛剛溝通完了嗎？我剛剛說什麼？
C：你剛剛說…。
D：要怎樣做…。
L：好，當你不知道事情時你可以怎麼做？
A：說再講一次。
L：對，那有沒有硬頭皮說說自己知道？
A：沒有必要。
L：如果是這樣有辦法達到溝通嗎？
D：沒有。
L：如果是這樣的話我們倆個想法會一樣嗎？
B：不會一樣。
L：那我再講一次喔。
C：好
L：剛剛我們所接收老師的指令是都一樣
E：對
L：但是結果卻都不一樣。
A：對。
L：因此每個人的做法都不一樣，而且大家都沒有工具，而結果也不一樣，那這樣的情形，有沒有跟生活很類似的？
C：聽力不好。
D：講太多吸收不良。
L：怎麼說？
B：講太快聽不清楚。
L：你是說引導的人講太快所以聽不清楚？
B：對。
L：還有嗎？
C：F，你不要再搞自閉了(在旁逗F)。
L：好，眼睛看不到有什麼感覺？
A：一片黑暗。
L：還有嗎？
D：還有少許的光芒。
L：嗯，還有嗎？
B：會害怕。
L：會害怕，為什麼會害怕？
E：因為看不到路。
L：是指看不見東西的時候會讓你害怕嗎？
E：對。
L：那過程中有因為害怕而更專心聽引導者的問題嗎？
A：沒有。
L：為什麼沒有？
A：因為不認真。
L：除了A有不認真以外，那其他人呢？
C：都很認真。
D：哈。
L：那為什麼做出來的結果不一樣？
C：可是，因為看不到。
L：那如果看得到，大家的結果都會一樣嗎？
(E：在旁玩零錢)
L：E我問什麼。
C：E，你不要再鬧了喔。
E：又不是我。
D：E，你不要再否認認。

L：E，那我問什麼。
E：嗯…。
L：好，沒關係，有誰可以告訴他嗎？
A：我知道，除了 A 不認真以外，還有誰跟我一樣不專心。
L：嗯，對。好，再問一次，如果眼睛打開的話就會做得一樣嗎？
E：對。
L：會完全一模一樣嗎？
A：不會。
L：為什麼？
B：因每個人的特質不一樣。
(D，在旁玩、聊天)
L：D，請問一下 B，剛剛說什麼？
D：不知道，沒聽清楚。
L：好，那我們來討論一下，D，為什麼沒有聽清楚？
A：不認真。
L：好，當你不專心不認真的時候，沒有聽到指令時有可能會發生什麼事情？
D：想法不一樣。
L：還有嗎？
E：會死掉。
L：為什麼會死掉？
D：因為發生衝突。
L：是沒有聽清楚對方說什麼而發生衝突，所以會死掉。
D：對。
L：還有嗎？
D：會死掉。
L：已經講過，那還有其它的嗎？好，那如果我們處在很危險時，沒有聽清楚他人在講什麼導引時會發生什麼事情？
D：會死掉。
A：哈。
L：好，那我想再請問一下你們，即使指令一樣，但大家都沒有專心聽，因此有可能發生衝突，而嚴重的時候有可能會死掉？
D：對。
L：好，那回到生活中，我們要怎麼做？
D：要注意安全。
A：細心的聆聽。
L：嗯，細心的聆聽，還有嗎？我們回到生活中要怎麼做，才可以避免這些情況發生？
E：用心聽人家講話。
L：嗯，用心聽人家講話，還有嗎？好，那怎樣才能用心聽？
B：專注。
D：精神一致　　。
L：怎樣專注、怎樣精神一致。
E：意志力集中。
L：那意志的集中，可以用身上的什麼樣來表達？
A：嘴巴。
L：還有嗎？
E：精神。
L：精神是代表什麼？
E：嗯…。
L：可不可以用眼睛？
A：可以。
L：例如說當我在跟你說話時我在這樣子講話(看地面或其他的地方)，你知道我在跟誰說話嗎？
E：不知道。
A：這樣就不尊重了。
L：眼神沒有交會，當你在與我對談時，我會得到你的訊息嗎？
D：會。
L：為什麼？
D：因為聲音的關係。
L：好，那這樣會清楚嗎？

B：不會。
C：不清楚。
L：剛剛 E 說這樣會不合群？
C：就像 F 這樣不合群。
L：好，我們來問 F 的想法，看看她今天怎麼了。
C：她在思春啦。
L：好，等一下，我問一下 F，你(F)喜歡 C 剛剛那樣說嗎？
F：不喜歡。
L：F 說她不喜歡，好請問一下當有人不喜歡聽的話會造成什麼危險？
A：心靈創傷。
L：還有嗎？
E：會死掉。
D：憂鬱症。
L：對了，所以當我們說話時是不是要注意到對方的感受。
(F 把自己退到團體之外)
L：好那我們來討論她(F)為什麼會這樣？
C：因她白痴。
L：請注意安全喔。
D：我是說她(F)會罵人白痴。
L：D，你是她(F)嗎？
D：不是。
L：F，你今天身體不舒服嗎？
F：沒有。
L：那怎麼了。
A：她(F)今天被 C 罵。
L：F，他(C)今天有罵你讓你不舒服嗎？
F：(點頭)。
L：好，C，你有罵 F 嗎？
C：我沒罵她(F)好嗎？我是跟她講。
L：但是你已經造成她的不舒服了，所以你要怎麼做？
A、E、D、B：對不起、敬給禮、放個屁、送給你(提示、C 中)。
L：你們這些人是叫 C 嗎？
C：哈…好啦，好啦，對不起(示意拿枕頭，丟向 F，有點挑釁的意味在道歉著)。
L：你(C)拿枕頭做什麼？
B：老師，他(C)家族的習慣。
L：F，你願意原讓他(C)嗎？
F：搖頭。
C：對呀，你願不願意原諒啦(有點威脅的口氣)，幹嘛啦，不原諒也不要“ 哭爸 “，你很愛搞思春啦。
L：你今天說的這些是安全的嗎？
C：喔，好啦…好啦，你不要再搞思春了。
L：請問一下，今天就團隊的狀況，我們能進行戶外或其他的挑戰嗎？
A：老師，都是 F，不合作啦。
C：對呀，我們去就好了，管她去死喔。
L：可是大家都是一個團隊，只要有一個退出了，就不是一個團隊了，剛剛在分享中你們說的不是都是真心話嗎？
A：是呀。
L：好，那現在請你們跟我這樣做，先把自己的右手放在心臟上面。
A：我敢發誓。
C：屈臣士。
E：最便宜。
L：好，跟我一起做，我發誓，我剛所說的話是真心話。
全體：我剛所說的是直心話。
L：好，我相信你們剛剛所說的是真心話，但是你們剛剛所說的溝通跟專心聽，你們做到了嗎？
C：有。
L：好，因為我們這個活動就是我們這六個人，當有個人無法在我們團體，也許我們就無法去挑戰更多的項目了，了解了嗎。
D：了解。
L：接下來，休息五分鐘，那麼 F 還沒原諒 C，所以 C 你有一點時間去請求她(F)的諒解喔。

C：喔好啦
(試圖安慰 F 中，走向另一邊)
A：C，你不要走啦，把事情解決啦。
C：喔，我沒走，我去拿東西啦，你(F)到底怎麼啦，煩呢。
F：(搖頭中)，走開啦。
C：要怎樣啦，你哭什麼，“ 哭爸 “。
D：C，你不要欺負她(F)啦。
C：我哪有啦。
(活動休息時間，發著二人一包的餅包，所以安排 C 與 F 一起，並要求 C 得到 F 的原諒)
L：C，你知道為什麼 F 會生氣了嗎？
C：不知道
L：因有時你開的玩笑別人不喜歡，所以無形之中不小心去傷到人家了。
C：喔，好啦。
L：有時候開玩笑時會讓對方開心，但是開玩笑過頭的話，就會傷到人家，而且也不好笑跟幽默了。
A：對。
D：不會呀，我好開心。
L：因為你(D)的個性跟她(F)不一樣呀，就像你們剛剛說的每個人的思想都不一樣呀，所以認知也不同。
A：對呀。
C：好啦，你(F)要不要吃，不要哭了啦。
L：F，你只要有不任何的不舒服都要說出來，因為在生活中還是會有像興這樣大而化之的人，他(C)還沒有辦法了解，可能他(C)的思想還沒成熟，像有時候他(C)也會開老師玩笑呀，所以當你有不舒服要說出來
F：好。
L：還有，C，你要試著去觀察別人，有些人不喜歡，你就適合而止，可以嗎？
C：好啦，我知道啦。
(休息時間是指導員跟成員的互動，說著學校的生活與樂趣，過程中的談話氣氛良好)
A：老師，我們等下來玩上星期的遊戲好嗎？接球的。
L：玩過的活動通常不會再玩，所以你們一定要珍惜每一個遊戲，而且每一個活動是一種挑戰喔。
A：喔，好啦，那等下休息一下，再趕緊進行下一個。

2、矇眼三角

L：請問一下你們知道中壢火車站在哪裡嗎？
D：知道，那裡有很多賣口香糖的呀。
A：哈。
L：可以告訴我在哪一邊嗎？
E：嗯…那邊吧。
L：所以，中壢火車站在那邊，沒錯嗎？
E：對啦。
L：大家都同意嗎？
A：嗯。
B：同意。
L：D，(D 在旁邊與 E、A 玩，警告中)。等一下我們需要一個引導者。
C：我…要。
L：而這個引導者呢，在活動的過程中，他只能答是或不是。
L：D、A、E，剛剛我們不是有分享到要仔細聽、專心聽嗎，跑到哪裡去了(控制秩序中) ？
E：好啦。
L：好，我們現在需要一個人當引導者。
A：我。
C：我。
L：讓我說完，而這個引導者呢，在活動過程裡面，他只能答是或不是，他不能去碰任何一個人，可以嗎？
C：好，老師我啦。
L：C 要當你們的引導者大家同意嗎？
B：沒意見。
F：好。
L：A、D…(A 與 D 在玩，L 管理秩序中)，興，當你們的領導者同意嗎？
A：可以。
D：好啦。
L：那領導者是唯一裡面不用戴面罩的人。

A：哦，那我不要玩，我要當領導者。
L：所以，其他的人要麻煩你們把眼睛矇起來，整個過程當中，等一下大家必須先找出這條繩子來，找到繩子之後，我們有一個任務，這個任務需要大家的幫忙才有辦法完成，這個任務就是我們要圍成一個等邊的正三角形，可以告訴我什麼叫做正三角形嗎？
A：三角形就是這樣(手比劃中)。
L：對，就是等腰等長。
E：就是梯形面積。
L：剛剛我們已經知道中壢火車站在那邊了嗎？
A：對。
L：等下我們的目標就是要把這三角形頂點對在中壢火車站的方向喔，可以嗎？
B：可以。
L：我們要圍成什麼。
A：三角形，正的。
L：對，那頂點要朝向哪裡。
A：朝向那一邊。
L：對，朝向中壢火車站，這樣可以嗎？
B：可以。
A：No problem。
L：你覺得你們可以完成這個任務嗎？
A：OK、OK
L：等下活動開始前，有任何問題可以問 C 喔。
A：了解。
L：好，沒有問題的話，可以把眼罩戴起來喔。
D：老師，我看不到，你幫我戴。
L：好，你過來。
A：哈，我也是。
(團體成員戴眼罩時，還在玩耍，須等他人戴好時，才願意戴上，成員也會故意沒綁好，大概拖了快十分鐘)
L：動作要快一點喔，不然等下會延到下課的時間喔，戴好的人就不要亂碰它了，站在原地不要動
A：喔，好啦。
E：哈…，有人還沒戴好(跑來跑去中)。
L：好，頭巾全部拿下來了，活動不要玩了(警告中)。
A：喔…。
C：E，你很白目，很想打你喔。
L：好，可以了嗎？
A：戴好了，老師，C，你不要在那邊打屁喔。
L：C，你現在是領導者，你是不是需要做好領導者的角色？
C：好。
L：可以開始了嗎？
A：可以。
D：戴好了啦(D、走向 A 那一邊)。
L：你(D)戴好了，還可以走過去呀。
D：我站在這裡了。
L：好，戴好的人站在原地不要動，好的話，我們現在先來找繩子。
(活動開始中，繩子放在地上，成員不斷在尋找中)
B：繩子在哪裡？
A：C，繩子在哪裡？
L：(成員走到快接進教室外的場地)，你們不亂走動，我們繩子會放在木板上，你們可以問 C 呀
A：老師，我們可以走來走去嗎？
E：C，繩子在哪裡？
C：不知道。
L：C，你只能回答是或不是。
D：C，子在我的左邊嗎？
C：不是。
D：右邊。
C：不是。
D：前面。
C：不是。

D：後面。
C：不是。
D：啊，在哪裡，哈。
A：旁邊的人走開。
B：我看不到。
D：繩子在木板上嗎？
C：哈，(沒注意幫忙領導中)。
D：C，你都不理我
C：喔，好啦。
D：繩子，在木板上嗎？
C：不是。
A：到底在哪。
L：其他的人可以問問題。
C：哈(在玩中)。
F：在這裡
D：我拿到了
C：(在玩耍中)
A：這是繩子嗎？
C：是。
B：趕快我站…。
A：要正三角形。
B：趕快。
E：是這樣子嗎？
L：裡面的人需要問問題，不可以討論。
B：C，這是正三角形嗎？
C：不是。
D：你過來，後退啦，過來啦。
L：問問題，不可以討論。
D：喔，問問題喔。
B：三角形成功了嗎？
C：不成功。
L：你只能回答是或不是。
C：不是(走入團體中，碰觸成員，排三角形)
L：C，你只能回答他們，不能碰觸他們。
A：那現在是什麼形。
L：他只能回答是或不是。
B：現在呢？
L：裡面的人不能討論。
A：裡面的人是一個頭還是二個頭？
L：裡面的人不能討論講話。
A：呀，C，他只能回答是或不是。
L：所以你們要想辦法問。
B：現在是三角形？
C：不是。
D：是三角形還是正方形啦？
C：不是。
B：你(E)過來。
(團體開始走動，也不問問題了，各自個的走動排列三角形，領導者在旁邊看著其成員盲目的樣子，哈哈大笑)
L：如果亂走動的話，而不問領導者時有可能會發生危險喔。
A：等下啦，誰一直亂人啦，亂拉，死胖子。
C：哈(在玩耍中)
L：好，等一下，現在全部的人不要拉了，繩子放在地上，不要碰繩子了，全部不能碰繩子了，你們有聽清楚規則了嗎？
D：有。
L：規則是什麼？
D：不能討論。
A：不能講話。

L：還有嗎。
E：嗯，C 只能說是或不是。
L：嗯，那裡面的人可以討論嗎？
E：不行。
B：不行。
L：可以走動嗎？
A：不行。
L：隨意走動會發生什麼事？
B：危險。
L：好，等下只要一有危險的動作，我會馬上停下來喔。
A：好。
E：好。
L：好，那眼罩請重新綁好，再給你們一次機會。
B：好。
L：好，目標是什麼。
B：繩子，排出三角形。
D：對，三角形，可以先討論一下嗎？
L：不行，你們有一個領導者，他可以幫忙你們呀，你們要問問題。
C：好啦，等一下，換 F 來當，因為你是女生比較不會亂。
A：(作嘔姿態)
L：等一下，要換領導者，大家同意嗎？
C：好，同意，你們同意嗎？
D：他(A)想當。
A：我要當啦。
L：其他人呢，決定好了嗎？
D：好啦。
A：她(F)當就她當。
L：好，眼罩戴好了嗎？你們也戴太久了吧，這樣可能會失敗呀。
C：好啦，老師我們好了，不要鬧了，A，快一點。
A：好啦。
B：開始。
(活動第二次開始)
E：C，繩子在我的前方嗎？
L：是 F。
E：喔，F，繩子在我的前方嗎？
F：不是。
A：繩子在左邊還是右邊…哦，是左邊嗎？
F：不是。
A：是右邊？
F：不是。
A：是前面。
F：不是。
A：後面
F：不是。
A：在哪裡呀。
D：在我的右邊。
F：對…哦，是。
D：我碰到了。
B：你(D)在哪。
A：D，在我前面。
D：這邊啦。
C：繩子在哪裡啦。
L：你(F)只能回答是或不是。
F：哦。
B：繩子拿到了嗎？
C：拿到了。
L：裡面的人不可以討論。
A：是三角形嗎？

F：不是。
(裡面的成員還是在討論)
A：誰在頭那邊？
興：你(E)過來一點啦。
L：裡面的人不可以討論。
A：誰多出來了啦？
D：是 A 對不對。
L：裡面的人不可以討論，可以問 F 問題。
C：另外一個頭呢？
A：在你的腳邊。
D：給我繩子。
L：好，繩子放下來。是繩子放下來不是眼罩放下來。
E：喔。
L：裡面的人可不可以討論，等一下除了問問題的人以外，其他人再說話的話就是失敗了喔。
A：好啦。
D：好啦。
L：可以開始了嗎？
B：好啦。
C：開始了(活動第三次開始)。
A：這是三角形嗎。
F：不是。
C：這樣是三角形嗎？
F：不是。
B：快成功了嗎？
F：不是。
D：這樣是三角形嗎？
F：不是。
E：快成功了嗎，是不是？
F：不是。
D：成功了嗎？
F：不是。
D：哦。
B：成功了嗎？
F：還沒。
L：回答錯了喔，只能回答是或不是。
E：成功了嗎？
F：不是。
E：完成了嗎？
F：不是。
A：現在是什麼…。
D：現在是正方形嗎？
F：是。
C：哦，那有一個前面一點，老師，要三角形嗎？
D：對啦，三角形啦。
B：現在是三角形了嗎？
F：是。
D：好，老師她(F)說三角形了啦，完成了。
L：好，我們項點呢？
A：在這。
L：C 不能走來走去。
A：好，現在往左邊移，要慢慢的。
L：不可以討論，可以問 F。
C：F，現在是三角形了嗎？
F：是。
B：有頂點了嗎？
F：是。
A：我是靠火車站那裡嗎？
F：是。

A：哦，那就好，那現在是三角形？
F：是。
D：現在是三角形了嗎？
F：是。
D：有三個頂點了嗎？
F：是。
A：老師好了嗎。
L：可以問你們的領導者，放下來的結果就代表你們的成果了哦，要不要再確認一下，問問看？
C：等一下，等一下。
B：領導者這是正三角形嗎？
F：是。
C：好了。
B：OK 嗎，領導者？
F：是。
A：每個角都一樣長嗎？
F：是。
B：現在是正三角形嗎？
F：是。
C：好啦，老師 OK 了
L：確定了嗎？
A：確定。
L：好，那現在往後退一步，不要碰繩子。
A：好。
C：眼罩可以拿了嗎？
L：好，眼罩現在可以拿下來了，看一下你們的成果。
A：漂亮。
E：漂亮。
L：有沒有三角形？
C：有。
L：好，那我們給自己鼓勵一下，好，我們坐在三角形裡面。
A：好啦，老師我去拿水。
L：好。
D：要收繩子嗎？
L：不用，好，我想請問你們這次矇眼的感覺跟上次矇眼的感覺有沒有什麼不一樣？
E：都一樣。
A：引導者比較好。
D：就是眼睛會變比較小。
L：引導者會比較好，怎麼說？
A：這指導的比較好。
L：哦，你的意思是說，這個領導者指導的比較好。
D：對，比較不愛亂動。
L：還有嗎？
A：她（F）會給我們正確的指示。
L：她（F）會給我們正確的指示，好，E，你在做什麼（E 在一旁玩）。
C：哈。
E：沒有啦，沒事。
L：E，有什麼問題嗎？
E：沒有。
L：那我們的問題是什麼？
E：為什麼可以做一個很好的領導者？
B：不是啦。
L：好，為什麼這活動有領導者？
E：因為沒有領導者做不起來。
L：怎麼說？
E：因為有一個人眼睛沒有閉起來。
A：有一個人看得到的話可以幫助我們。
D：對。
L：誰看得到幫助我們？

A：是F。
L：好，那剛剛有兩個領導者，我請問一下這兩位的領導者感覺是怎樣？
D：Very good(插話中)。
F：非常好玩的東西。
L：當他們在問你(F)問題時，你的感覺是怎樣？
F：嗯…。
L：好，他們問的問題好不好回答？
F：很好回答。
L：為什麼？
F：因為只要回答是跟不是。
L：嗯，好我想請問一下，剛剛有人問說要往左邊是不是，但是在第一次時，好像有人會問左邊還是右邊，這樣的問題會對嗎？
E：不對。
L：為什麼？
A：因為他(F)只能回答是或不是。
L：哦，所以你們有聽清楚規則是嗎？
D：是的。
L：那第一次為什麼會失敗？
D：因為…我們還沒有經驗。
L：還沒有經驗，還有嗎？
E：嗯…指揮得不夠好(暗指C)。
A：你是白痴喔。
L：沒關係，C還有沒有其他的。
C：沒有。
L：為什麼第一次會失敗？
A：我覺得第一個比較好。
C：對。
D：對，第二個不愛動都站在原地。
L：好，第二個不愛動都站在原地，那第二個有失敗嗎。
D：第二個沒有失敗。
L：你的意思是說站在原地比較好囉。
D：不好。
L：站在原地不好，怎麼說？
D：要有一個人去檢查。
L：要有一個人去檢查，好，我想請問一下，你們眼睛都閉著了，誰去檢查了？
A：F。
D：嗯…那個胖子(C)。。
L：C，是違反遊戲規則
A：哈…是哦。
L：第一次失敗是因為你們沒聽清楚規則，也都沒遵守遊戲規則，所以才失敗的
E：哈，是哦，不能檢查喔。
C：對呀，不能檢查喔。
L：規則是每一個人手中都要握住繩子。
D：有呀，他(C)有握著呀。
L：他沒有，他走來走去的。
C：老師，這是因為我要去檢查。
A：你幹嘛檢查，你眼睛已經矇住了。
L：因為規則你們沒有仔細聽呀
C：喔，好
L：好，剛剛你們有說因為經驗所以成功，好經驗到什麼？
E：經驗到矇眼睛 。
A：經驗到事情的困難。
D：經驗到怎麼做。
A：還有矇眼睛的困難。
L：還有嗎？還有經驗到什麼？
E：矇眼睛做東西比較要不好做。
A：因為有一次所以第二次會比較好。
L：第一次失敗還是成功？

A：嗯…失敗。
L：那剛剛你們有討論到失敗的原因是嗎？
A：對。
L：有可能是規則沒聽清楚，還有領導者的關係，還有沒有什麼原因？
A：還有不夠合作。
L：不夠合作，那第二次成功是因為合作嗎？
B：對。
L：那是因為領導者的關係嗎？
E：嗯，算是。
L：好，那我想再請問一下你們，當你們在玩第一次時與第二次時，有沒有覺得哪裡改變了？
A：嗯…改變了問題，第二次會問得比較好。
L：嗯，還有嗎？聲音呢，環境的聲音呢？
A：有，變比較安靜。
L：同意嗎？
B：同意。
E：同意。
L：為什麼同意 A 的想法發生了什麼事情，想想看？
D：老師，你有白頭髮。
L：為什麼變安靜了，就會比較聽得到別人在講什麼？
E：因為沒有雜音呀。
L：那跟我們是不是跟剛剛討論很像？
E：對。
L：要怎樣才能聽得清楚？
E：要一個一個慢慢來。
B：一個一個慢慢問。
L：一個一個慢慢問，還有嗎？
E：不能有雜音。
L：不能有雜音，還有嗎？
A：沒有事情不要發出雜音。
L：沒有事情不要發出雜音，還有嗎？
C：老師，沒了。
L：好，我想再請問你們，自己說得這些事情，剛剛自己有沒有做到？
C：沒有。
A：沒有。
L：那第二次活動還是沒做到？
A：第二次有做到。
L：好，那我想再請位一下各位，剛剛在活動過程中，你覺得你自己扮演著什麼樣的角色？
A：嗯，我知道，盲人。
L：還有嗎？
E：瞎子。
L：還有嗎？
D：老師，挖鼻屎。
L：你扮演著挖鼻屎的角色。
A：哈，沒有啦，他是說興在挖鼻屎。
L：好，那請問一下，當你在抓著繩子時扮演著什麼角色？
A：嗯嗯…。
L：好，那你們擔任著什麼任務？
A：去火車站的任務。
B：要成功的任務。
L：要成功的任務，為什麼？
D：要努力。
L：好，想請問一下你們，我們有領導者的角色，還有什麼樣的角色？
D：配合者。
L：我想請問一下你們，剛剛你們有說領導者做得很好，但是如果沒有配合者的話任務可不可以成功？
D：不行要團結。
A：對，團結就是力量。
L：好，有領導者了，也有配合者了，那你覺得自己在配演著什麼角色？
A：去火車站的角色，要幫助人群。

E：一個人的角色。
L：什麼是一個人的角色？
E：一個瞎子的角色。
L：還有嗎（D 移位到 B 的附近，兩人在玩耍）？
A：D，你不要鬧了，不要耍白目。
L：剛剛 A 說默契是什麼意思？
A：就是團結的力量，就是人在一起都會有一種默契。
E：對，團結的力量(D，持續在玩耍中)。
L：好，什麼叫做團結力量大？
E：力量小，而團結起來力量也是很大
L：剛剛我們在活動中，每個人不是都有扮演一各種的角色。
D：是。
L：那在扮演各種角色的同時，有沒有跟生活很類似的情形？
A：有，功課不會的時候要問人。
L：怎麼說？
A：就是功課不會的時候要問，有時候老師說的沒有聽到，所以要自己問別人。
E：所以別人就是領導者。
L：還有嗎，在家中呢？
C：在家裡就要問媽媽。
A：就是要出去時，不知道火車站怎麼走，所以要跟著媽媽，所以媽媽是領導者。
L：嗯…媽媽是領導者，那你是扮演什麼樣的角色。
A：配角。
L：配角要做什麼樣的事情？
C：配角要聽領導者的話。
L：只要聽就好了嗎？
B：還要做。
L：只要做？
E：領導者叫你怎麼做就怎麼做。
L：那你們剛剛是怎麼做？
B：問領導者。
L：問，所以問問題很重要嗎？
B：是。
L：好，我想請問你們，你們說團結是力量嘛。
D：是。
L：那從剛開始的雪花片片。
A：什麼是雪花片片。
L：剛剛撕紙的那一個(興，在旁躺著引人一直注意)，好，因為你們有說需要團結、需要默契，這個活動很簡單，但是如果你們如果沒有團結或默契的話，就不可能完成可以嗎？
A：可以。
B：可以。
L：好，等一下，我需要我們每一人先坐著，把你的右手掌朝下，右手先伸出來，靠近一點。
D：老師你過來一點。
L：每一個人的手，握拳，但是把你的大姆指伸出來，握往彼此。
A：哈。
L：每一個人的心要握住右手邊那一個人的大姆指。
C：哈。
L：是右手嗎？
D：老師，那樣捉來捉去做什麼？
L：好，然後，左手一樣，把手掌朝上，伸出大姆指，跟剛剛一樣把右邊那一個人的大姆指握起來。
C：等一下。
L：好握住了之後，要站起來。
A：哈，慢一點啦。
L：好，慢慢的再下去一次，好再下來。
D：我的手快被折斷了。
L：好，再慢慢站起來
A：哈
L：好，因為各位都很棒，所以這裡有一個娃娃，所以我們現在一樣需要各位的幫忙，把這個娃娃從地板上夾起來。

D：怎麼可能。
(D 在聊天打耍中，不願跟 F 一起合作)
A：你(D)不要鬧啦，快一點啦。
C：哈。
L：好，手一樣右手掌朝下，左手掌朝上，只要有人放開我們就需要重來。
D：喔，她(F)夾住了叫我怎麼做，把我姆住伸進去幹嘛。
L：好了嗎？
E：哈。
D：好啦，你快一點啦。
L：好了嗎？我們娃娃在這裡，你們要夾起來。
A：好了，下去。
B：夾它的頭。
C：手小心一點。
D：我手指好痛喔。
L：好，手放開，需要重來(第一次重來)。
A：好啦，抓好。
D：緊一點。
C：哈。
L：小心，好，重來(第二次重來)，C…。
C：不是我啦是 E 啦(把娃娃丟到遠方)。
L：把娃娃放到原來的位置。
C：哈。
D：我手紅了。
L：來，請快一點，不要玩了。
A：好啦，握大力一點。
B：握大力一點。
L：好，可以開始了。
B：斜斜的。
C：不行啦。
A：好，回去，小心一點。
L：我知道大家都很厲害，所以這裡有一個小水瓶，一樣要你們幫忙，跟剛剛一樣，右手朝下，左手朝上握好來。
A：還要喔。
L：是的。
D：你(F)的指甲刺到我了。
F：SORRY。
A：SORRY 有用喔，警察用來幹嘛的。
C：哈。
B：好啦，快一點握啦。
L：好啦，快一點，D，成熟一點好嗎？不要玩。
A：D，你不要白目喔。
B：好啦。
L：很好，快成功了。
A：漂亮。
C：低一點。
L：好，很好，成功了。
D：靠，我等下要去洗手了。
L：好，全部過來，因為你們表現得太好了，請給自己一個掌聲。好，我想請問一下你們，當你們的手，這樣子握起來時，那一剎那站起來的感受如何？
D：感覺指甲刺到了。
A：我一直感覺得爽，不知道為什麼。
L：還有嗎？
D：我好想洗手，我摸到 F 了，皮膚病了。
L：D，坐好。
D：好癢喔，她(F)有皮膚病。
C：哈。
L：好，那我想請問一下你們，剛剛我們需要把手這樣握起來與把娃娃這樣抓起來的時候，你們覺得你們有辦法把它拿起來嗎？

A：有。
B：有。
L：好，那我想再請問一下你們，把手放開的時候，有辦法完成嗎？
E：沒有。
L：怎麼說。
A：因為把手放開就不團結了。
L：還有嗎？
B：沒有人可以幫忙
L：好，那在這活動中感覺到什麼？
D：手好痛。
L：還有嗎。
A：很擠。
L：還有嗎？想想看，感覺到什麼？
B：要大家幫忙。
L：幫什麼忙。
B：把娃娃夾起來。
L：嗯…還有嗎？
E：沒有了。
L：那在活動中有聽到什麼聲音嗎？
E：笑聲。
A：低一點。
B：慢一點。
L：還有嗎？
D：手好痛。
L：嗯，那想請問一下，一開始時為什麼失敗了？
C：因為不會呀。
L：還有嗎？
A：有人把手放開。
L：有人把手放開，還有嗎？
B：因為沒有練習過。
L：嗯，那後來為什麼越來越好，然後又成功了？
B：因為剛剛從失敗中的經驗知道怎麼做。
L：還有嗎？
A：因為有練習。
D：因為手好痛。
L：還有嗎？
A：還有慢一點會比較好。
L：那第一個娃娃跟第二個水瓶，有什麼不同呢？
A：第一個比較簡單。
L：為什麼？
B：娃娃是軟的。
L：還有嗎？
E：找到方法。
L：什麼方法？
E：怎麼夾呀。
L：那第二個是怎麼成功的。
A：在靠近一點。
L：怎樣靠近一點？
B：就是因為水瓶很小，手要小一點還要轉過來，把它夾起來。
L：還有嗎？
C：夾過娃娃，所以第二次比較知道方法，而且要慢慢的。
L：在第二次夾水瓶時有感受到什麼嗎？
A：合作的重要。
B：團結力量大。
L：嗯…很好，還有嗎？
C：沒有了。
L：好因為時間的關係，今天就到這裡喔。

第 4 次活動逐字稿

1、信任倒

L：好，活動開始之前，我想請問一下你們，我們從一開始第一次參加活動，一直到上禮拜為止，你們還記得你們在活動中說過哪些話。
C：說過…我要喝水、我要吃乖乖、我要吃餅乾…。
L：上禮拜我們在玩雪花片片。
E：垃圾不要亂丟。
C：老師不要問這些，活動開始了啦。
L：我想問你們，是因為你們說過的話，就是未來都要做到的事情，讓我想提醒你們，你們還記得曾經說過哪些事情？
C：喔，遵守交通規則、就是遊戲規則。
A：要團結。
L：要團結，還有嗎？
A：不可以欺負別人，還有想睡覺、肚子痛。
L：要不要去保健室休息？
A：不要。
E：保健室又沒用，每次都說觀察一下，然後等一下就放學。
D：再裝嘛。
L：好，請你們想一下，在矇眼三角形時你們說了些什麼？
A：老師我肚子痛，想睡覺
D：他想大便。
A：我不想大便，我只是肚子痛。
L：要不要去保健室拿個藥？
A：不用，想睡覺。
C：老師，遊戲可以開始了啦，有一些大概都忘記了，那麼久了。
L：好，我想請問一下你們，當眼睛矇起來的時候要注意什麼？
B：要注意安全。
L：要注意安全，還有嗎？
C：要注意安全，保持安全。
L：還有嗎？
E：不要踢到別人。
L：還有嗎？
C：好啦，老師可以開始了啦。
L：好，那開始之前，我想請問一下你們，你們自己說的話可不可以做到。
C：可以。
B：可以。
C：我已經沒有罵 F 了喔。
L：好，沒關係，有可能因為時間的關係你們已經忘記了。
C：對呀。
L：希望接下來的活動，你們能開始回想之前所做的承諾，所以，接下來你們跟別人的互動之前給的承諾是什麼，還要注意哪些安全，還有你們剛說的團結，怎樣可以團結呢？怎樣可以讓活動更好，可以嗎？
B：可以。
L：因為木板的關係，現在可能需要請你們把襪子脫掉。
C：可不可以不要脫，這樣很安全。
L：每個人都要脫。
A：好啦，脫就脫。
F：老師我不想脫。
D：老師，他有香港腳
A：老師，他(F)要脫，為了她的安全。
C：趕快，我不會看啦，那麼醜。
L：好，現在請自己決定，想脫就脫。
A：好啦，活動快一點開始。
L：好，等下我們這個活動叫做信任倒。
C：信任倒。
L：什麼叫做信任倒，你們知道嗎？
B：要有人保護。
L：好，等下需要兩個人一組。
A：D，我跟你一組。

C：B，我跟你。
E：我不要跟 F 啦。
L：要兩個兩個一組。
E：那我不想玩了啦。
L：沒關係，你們不是說需要一個團隊。
E：我不要啦。
C：沒關係啦，快一點啦。
D：對啦，快一點啦。
E：那我不要玩了
L：可以開始了嗎？
A：快一點啦。
L：好，E，沒關係，你不想玩可以在旁邊擔任觀察者，但是要告訴我們你看到了什麼呀？
E：好啦。
L：好，我們兩個兩個組了嗎？等下，有一個人會先倒，而先倒的人，手需要像我這樣抱胸
C：這樣嗎？
L：對，等下還有一點，先倒的人，需要喊一個口令，口令很簡單。
(D 與 A 在旁玩耍)
L：D：注意聽喔，好，大家跟我一起喊一個口令，我叫…說名字，我現在要進行信任倒，你願意確保我的安全嗎？
D：我叫 D，你願意確保我的安全嗎？
L：對了，那後面的人需要回答他說，我願意。
C：我是 C，你願意確保我的安全嗎？(在嘗試中)
L：等一下，確保的人要注意，你的手要先撐好，腳一前一後站好呈弓箭步，可以嗎？
C：可以。
A：後面的人你願意確保我嗎？
D：願意。
(倆人在玩耍中，不照遊戲規則進行著活動)
L：前面的人可以很放心的倒，後面的人可以保護你的？
D：好可怕喔。
L：所以你要相信你的伙伴呀。
C：我叫 C，要往後倒了，你(B)願意確保我的安全嗎？
B：願意。
C：你願意我才不要，哈(玩耍中)。
L：C，不要玩喔(D 與 A，趁 L 與 F 在進行信任倒時，在一旁模仿社交舞的動作，玩耍中)
L：D、A，你們有互相練習倒過了嗎？
D：倒過了。
L：你們的距離可以愈來愈遠，要注意安全。
C：好，我 C，我要倒下去了，你願意確保我的安全嗎？
B：好，願意。
C：好可怕喔。
A：我是 A，我要倒下去，你願意確保我的安全嗎？
D：哈。
B：C，換我了。
C：不行我接不住你，你太重了。
B：沒關係。
L：等一下，你要倒下去的人膝蓋要打直，不可以這樣彎彎的，好，B 來請你當我的模特兒，示範一下
B：我 B，要做信任倒，你願意確保我的安全嗎？
L：願意，A，不要玩，注意聽(A，在一旁玩耍)。
D：你(A)不要鬧了啦。
A：我肚子很痛，我可以休息嗎？
L：B，再一次。
B：我 B，要做信任倒，你願意確保我的安全嗎？
L：願意，好確保的人腳要站這樣，手放在這裡。
A：老師，我肚子很痛。
L：好，那你在一旁休息。
D：老師，我不要跟 F 喔。
E：老師，那我跟他(D)一組。
L：好，等下再注意一下，倒的人要把膝蓋伸直喔。

D：我是 D，你願意確保我的安全嗎。
E：哈，願意。
D：老師，你看他都沒有貼住(玩耍中)。
C：哈。
D：我跟你(E)換。
E：我是 E，你願意確保我的安全嗎？
D：我不願意(D-不配合中，在開玩笑中)。
C：哈(笑倒在地上)。
B：哈。
A：哈。
L：D，不要開玩笑，D、E，你們玩夠了嗎？
E：還沒玩夠。
L：可以了嗎？
E：好啦，好啦。
L：好，剛剛都是二個二個一組，那現在我們需要變成全部的人信任倒，那做確保的人一樣需要一前一後站好，那倒的人要把手放在胸前放好(E：在搞笑中)。
E：好。
L：D，可以嗎？
D：可以呀。
L：好，可以的話，有沒有人要先當中間的呀。
C：我來。
L：大家圍成一個圓，D，不要玩了啦，我們大家要確保他的安全呀。
D：喔，好啦。
L：不要開玩笑喔，如果他等下倒下去受傷的話，我們要負責的。
C：對呀。
L：準備好就開始。
(D 在還在一旁開玩笑中，C 的被確保動作沒有做好)
L：等一下，C，你的手要抱好，還有 D，不要開玩笑，他(C)要信任我們。
D：好…信任。
L：好，C，你要說口令才可以開始。
C：喔，我是 C，你們願意確保我的安全嗎？
全體：願意。
(C，順利完成活動)
L：好，下一個誰要嘗試。
C：D。
D：好啦，我是 D，怎麼說。
L：我是誰…現在要進行信任倒，你們願意確保我的安全嗎？
D：喔，我是 D，現在要進行信任倒，你們願意確保我的安全嗎？
全體：願意。
L：D，你可以開始了。
D：好(拒絕倒向 F 的那一邊)。
L：D：你要放輕鬆，都會倒向任何一個人。
D：每一個人？
L：你放輕鬆，我們會推你。
D：喔，好啦。
L：口令。
D：我是 D，你們願意確保我的安全嗎？
全體：願意。
D：老師，他(F)好可怕。
C：哈。
L：F，手與腳要準備好喔，不然他會受傷喔。
F：好。
(D，其身體呈現僵硬的，也不願意倒向 F 那一個位置)
L：再一次，D，下口令。
D：我是 D，你們願意確保我的安全嗎？
全體：願意。
L：D，你膝蓋要伸直，放輕鬆。
D：好啦，好可怕。

(E，在一旁腳沒站好，在開玩笑中，D，倒向 E 那一邊，倆人跌在地板上)
L：E，你這樣對嗎？
D：對呀，你這樣對嗎？
L：你的腳要一前一後站穩來，不然中間的人倒下來，你會接不住，很危險的。
E：好啦。
L：換誰。
E：我。
L：口令。
E：我是 E，你們願意確保我的安全嗎？
全體：願意。
L：對了，E 這樣子很好，放輕鬆。
(E 身體沒有站好，以不願意的肢體語言，倒向 F 那一邊，而 F 沒有把 E 確保好)
C：你(F)白痴喔，推那麼慢。
D：對呀，推那麼慢。
L：好，先停下來，先坐下來，A，你過來坐下來，告訴我你觀察到什麼？
A：我觀察到 F 不負責任。
L：還有嗎？
A：還有 E 不太願意倒向 F 那一邊。
L：還有嗎？
A：還有老師說要確保好。
L：還有嗎？
A：還有老師在生氣。
L：我為什麼要生氣？
A：因為不夠團結。
L：不夠團結怎麼說。
A：這樣出去玩的時候會發生意外，所以要團結，不要一直在旁邊玩。
L：你從哪裡看到大家不團結。
A：就從 D 開始。
L：怎麼說？
A：就從 C 開始，興倒向 D 那邊，D 都沒有把他確保好，很危險。
(察覺 D 偷偷把錄音機蓋住)
L：是誰，把它蓋住。
D：是我。
L：為什麼要這樣子做？
D：因為我無聊所以這樣子做。
C：哈。
L：好，A，你還有觀察到什麼。
A：還有觀察到 C 一直在那邊笑。
L：為什麼他一直在那邊笑？
A：因為 D 在耍白目，嗯…差不多這樣子。
L：好，那 E 呢，你剛剛觀察到什麼？
E：嗯。
L：就是當二個一組的時候，你在旁邊觀察，那觀察到什麼？
E：我發現 A 與 C 在玩。
A：你白爛，最好是。
L：還有嗎。
E：沒有(有點受威脅而不敢繼續說)。
L：好，我想問一下你們前面要倒的那一個人，相信後面的那一個人嗎？
D：相信。
L：D，相信。
A：我不相信，因為他(D)太瘦。
L：喔，他(D)太瘦，所以你不相信。
A：還有他不負責任。
D：最好是。
A：我們第一次玩的時候，是他一直在玩。
L：好，那我想請問一下你們，要怎麼樣你們才會信任後面那一個人。
B：要有正確的姿勢。
L：要有正確的姿勢，還有嗎？

A：不要開玩笑。
L：不要開玩笑，還有嗎？
A：沒有了。
L：E、C 你覺得呢？
C：F 啦，害我差點跌倒。
E：有些人不負責任。
L：所以呢，你們希望其他人需要怎麼做，你才可以信任到他們。
E：就是要。
B：接的人要站好。
A：接的時候要穩定。
L：嗯，還有嗎，D，你剛剛說你信任幫你確保的那個人，為什麼？
D：因為他比較胖。
C：哈。
L：還有嗎。
D：他接得住我
L：那 F 呢，你覺得要怎樣才可以信任別人。
A：他相任不了，因為他比老師胖。
C：哈。
F：沒有。
L：好，我想請問一下你們，當你們在做確保的時候，你有認真過嗎？
A：有。
L：你覺得你有認真做確保的人舉手。
(每個人都舉手)
A：最好你(E)有。
E：我有呀，我有接你呀。
L：大家覺得自己有呀，很好。
C：我有呀。
L：只有 D 沒有舉手，為什麼你沒有。
D：因為我不會伸直，太瘦了。
A：因為他(D)接不住我。
L：太瘦是一個理由嗎？
D：是。
L：當別人生命操縱在我們手上，太瘦是一種理由嗎？
D：我就接不住它。
L：你們剛剛都沒有站好，當然接不住，站要一前一後站好，不然維一來，D 沒站好，二個人就倒下去了，當中間的人進來時你才可以緩和把他推出去呀。
A：對呀，剛剛那樣很危險。
L：是呀，如果距離拉遠一點不是更危險，我還沒教你們玩進階的，要從上面倒下來的
A：那 D 上去就好了呀。
L：那跟體重沒有關係的，是你信任不信任的關係，你們有說到團結，但是信任彼此了嗎
A：信任彼此，我相信胖子(C)。
L：好，請問一下，C，你剛剛在中間如果不信任團體的話，你心裡會有什麼感覺
C：怕怕的。
L：怕怕的，不敢倒對不對。
C：對呀，會覺得怕怕的。
L：還有嗎，E 呢？
E：一樣。
L：好，請問一下，星期六你們要去高空，當你們讓高空的人感覺到不安全，他還敢再上次一次？
C：不敢了。
D：敢。
L：有些人敢，有些人不敢，那 C 為什麼你不敢？
C：因為很危險。
L：上面的人可能再也不相信他了對不對。
C：對，然後上面的人會受傷。
L：是不是有可能就從此不會再跟他合作了對嗎？
A：對。
L：可以再一次嗎？
E：好。

A：好啦。
L：C，可以再一次。
C：好。
L：好，那我先下課休息一下，等下回來再試試。
(下課休息)
B：好，老師我們可以開始了。
L：你們的確保動作呢，好，口令。
C：你們願意確保我的安全嗎？
全體：願意。
L：手撐好喔。
C：撐好(大聲對著 F 說)。
F：叫屁呀，我撐好了。
(C，順利成功)
L：好，下一個誰。
E：換我。
L：你們確保動作呢，(D 沒做好)D，你的呢？
D：有呀，這樣呀。
E：你們願意確保我的安全嗎？
全體：願意。
L：很好。
(E，也完成動作)
L：好，換誰。
B：我。
L：好，B 來，手與腳一樣準備好喔，E，腳站好來。
B：你們願意確保我的安全嗎？
全體：願意。
(B 在原地不動)
D：老師，他根本沒有動呀。
C：哈。
L：好準備好就開始。
(B 倒向 E 與 D 那邊，沒有接好 B)
L：E，你的手要往前推。
E：我真的可以出力。
C：再一次。
L：B，你願意相信我們嗎。
B：相信呀。
L：好，B，願意相信我們，所以我們要做好確保喔，腳要站好，手也準備好
C：腳啦(對著 F 很兇)
L：輕一點。
D：我快被壓扁了。
L：小心一點，好成功，換誰。
C：換 F 了。
D：肯定會被壓扁了。
Ｌ：你們不是說要團結嗎，大家不是都是同一個團隊嗎？
C：好啦。
Ｌ：F，你的口令，還有每個人的腳與手。
F：我是 F，我現在要進行信任倒，你們願意確保我的安全嗎？
全體：願意（小聲）。
Ｌ：那麼小聲他會沒有安全感。
全體：願意（大聲）。
F：要怎麼倒。
Ｌ：沒關係，你就倒下來 。
D：老師，他(F)的腳在走，走什麼走。
Ｌ：膝蓋伸直，你可以試著信任我們。
C：四個角。
F：好啦。
Ｌ：那口令再一次
F：我是 F，我現在要進行信任倒，你們願意確保我的安全嗎？

全體：願意。
D：不願意。
L：很好，腳不要動。
C：你(F)在走路喔。
L：F，你的腳不要動，其他的人我們會像剛剛一樣保護你的。
D：他都這樣。
C：哈。
L：雖然他們都很愛玩，但是我們會保護你(F)的，你們要做出確保的動作。
C：老師，她(F)不信任我們好不好。
L：所以我們要努力讓她(F)信任我們。
C：你(F)不要走啦。
L：好了，開始，你的腳不要動，好口令。
F：我是F，我現在要進行信任倒，你們願意確保我的安全嗎？
全體：願意。
L：很好，你的腳不要動。
D：腳不要動還在走路。
L：輕一點，兩隻手，很好，她(F)已經有在信任你們了喔。
C：騙人。
D：對呀，一直在走路。
L：好，等一下，再一次。
C：老師換人了啦。
L：每個人都要試著一次，F，再一次。
F：我是F，我現在要進行信任倒，你們願意確保我的安全嗎？
C：願意(兇的口氣)。
D：開始了啦。
C：你還走。
F：大頭啦。
D：腦羞成怒了啦。
L：好，可以了，大家坐下來，好，A，你剛剛觀察到什麼？
A：觀察到F都不合作。
C：你看大家都在講你(插話中)。
L：F，為什麼不合作？
A：她(F)不完全信任自己的隊友。
L：為什麼會這樣呢？
A：因為D剛剛的腳一直這樣。
D：靠，又是我。
A：對呀，不然呢？
C：不知羞恥(罵F)。
L：D，你覺得你的腳為什麼會這樣？
D：老師，幹嘛一直說到我這：
L：好，我想問一下我們剛剛有沒有很認真在做確保動作？
C：不知羞恥…不知羞恥(罵F)。
L：C…(警告中)。
C：不知羞恥(罵F)。
D：老師，他在說我啦。
L：一樣，好那我想再一下你們，C、E、D，你們都進行了二次的信任倒，你們第一次玩信任倒跟剛剛玩信任倒有什麼不一樣。
C：他(D)很信任我。
C：對呀，老師她(F)都不信任我們，抗議喔。
D：F，都不信任我們。
L：好，F，你信任她們嗎？
F：信任。
(D與A在旁打打鬧鬧)
L：A，你在旁邊休息也不可以在玩呀。
A：是他(D)鬧我呀。
D：我哪有呀。
L：F，說他有信任你們喔，雖然你們有覺得好像她沒有信任你們，其實她有信任你們
C：可是她的腳一直在走。

L：好，B，請問一下，你在中間的時候你有什麼感覺。
B：很 high。
L：還有嗎？你會怕嗎？
B：還好。
L：還好，好，那我想請問一下，你們在做確保時候，你們那時心裡在想什麼？
C：很怕。
L：怕什麼？
C：怕中間的人會跌倒。
L：你站在旁邊，會怕中間的人會跌到。
C：對呀，就是這樣沒錯。
L：還有嗎？你們在做確保時候，你們那時心裡在想什麼？
E：沒想什麼。
L：好，那請問一下，確保的人與被確保的人這個人有什麼不一樣。
E：有，有一個人要確保，有一個人要平躺。
C：有一個人要保護他。
L：好，那站在中間與站在旁邊有什麼不一樣。
D：一個是保護人家，一個是被保護。
L：你(D)喜歡是保護別人，還是喜歡被保護。
D：保護別人。
L：怎麼說，為什麼？
D：因為比較安全。
L：保護別人比較安全，為什麼？
D：因為怕別人鬆手，那我不是被推的，所以不會跌倒。
L：好，那我想請問你們，當你們在保護別人會不會擔心別人跌倒？
D：會。
L：為什麼？
D：怕別人跌到然後會被壓到。
L：好，你怕別人跌到然後會被壓到，而不是擔心別人受傷。
D：對，擔心自已。
L：還有嗎？好，那我再請問一下你們，當中間的人心裡在害怕時，要怎麼做才讓他心裡不那麼害怕？
D：不要亂。
L：你們在怎麼做才能讓中間的人信任你們？
D：不要亂鬧。
B：不要開玩笑。
E：就是別人過來的時候不能跑去就跑掉。
C：F，就是你啦，還看別人。
L：別人過來的時候，不能跑掉，D，你有沒有跑掉。
D：沒有呀，F 有跑掉。
L：F 有跑掉嗎？
D：嗯。
L：有嗎？我們等一下進行的活動需要你們的團結？
D：好。
B：我們五個男生會團結。
C：對呀。
L：你們有辦法再進行下一個嗎？
D：可以。
L：能夠信任彼此嗎？
B：可以。
E：我們五個男生可以。
L：你們為什麼要強調這個。
D：因為是你問的呀，我們只好跟你說。
L：我們的團隊是六個人。
C：好，我們七個會。
A：是八個好不好。
L：對，加我們二個是八個，所以你們能不能夠團結。
B：可以…可以。
C：可以。
E：可以，那 F 可以嗎？

F：可以。
L：你們是不是可以試著去幫助她(F)，而不是一直在嘲笑或刺激她，可以嗎？
C：老師，是她(F)一直在那邊害群之馬。
L：因為只有她(F)一個女生，你是不是應該協助她，你將心比心，如果今天只有你一個男生，你會不會害羞、不好意思。
C：不會。
A：哈。
E：哈。
L：我們之前不是有討論到個性或思想不一樣嗎？
C：對喔。
L：可以團結、信任嗎？
C：可以。
B：可以。
E：可以。
D：可以
L：那我們要進行下一個活動了喔。
C：好，來吧。
A：老師，肚子痛
L：好，A，你在旁邊觀察，你要告訴我們喔
A：好
(E 與 D 在玩笑中把繩子用掉了，L 需要整理器材)

2、電網

L：好，全部過來這邊，等一下不能碰到這條繩子。
D：好啦。
L：等一下我們想像一下，前面是一條電牆。
C：電牆。
L：對，既然是電牆，我們就不能碰到它。
E：(往下穿縮中)
L：下面也不能過，下面是一座牆，你怎麼過？
E：爬上去呀。。
L：對了，等下這前面的是一座電牆，繩子的下面是無限延伸，我們有一個任務，你們的任務很簡單，就是我們全部每一個人都要過這一面電牆，既然它是一面電牆，就代表它會導電，等一下繩子不能碰到，牆壁也不能碰到，部到的話就全部重來，可以嗎，那我們的目標是什麼？
E：就是全部的人都要過去，還有不能碰到繩子。
C：不能碰到繩子，過去就成功了。
L：對，等一下我們過去要注意什麼？
C：我們要注意安全。
L：對。
C：要合作。
L：好，等一下活動進行時，要注意安全，還有，一開始我們嘴巴可以討論，但有人碰到的時候，就不能講話了，你們只能比手劃腳、肢體動作、眼睛，了解嗎？
C：好啦。
B：先讓 F 過去啦。
C：等一下啦。
L：你們有聽到嗎，但有人碰到的時候，就不能講話了，所以你們要不要討論一下？
(團體沒有討論就進行活動)
C：先 F 啦，你(E)白痴喔。
B：把她腳抬過去。
L：其他人要個確保喔。
C：抬過去啦。
B：哈。
E：蹲下來。
A：老師，好好玩，我也要玩，頭好痛 (A 加入活動中)。
C：等一下，你(E)先蹲低，白痴喔。
L：你要不要先討論一下。
B：不用了啦。

C：好，我知道了，你(E)先蹲低。
A：到底要做什麼。
(成員先送 B 過去，碰到了)
L：好，現在碰到了，嘴巴閉起來，不能說話了。
C：不要動。
D：不能講話了。
(C 在過電牆中)
L：要確保安全，D，快一點
B：我跳過去
C：不行啦
L：不能說話了。
(團體在比手劃腳中)
C：D，你先啦，先上來。
(D，在過電牆，團體成員沒有確保好，D 跌倒了)
L：碰到了，等一下，D，你們這樣不行，會發生危險會受傷，要重來。
C：哈，碰到了。
B：再一次。
L：不可以講話，D，你有沒有怎樣。
D：碰到頭了。
C：哈。
L：不管是誰，都不可以有人受傷，只要有人受傷這個活動就算失敗了喔。
A：快趴下啦(指 E)。
C：先把 F 送過去了。
L：不可以講話了。
C：老師，可以呀，已經重新了。
L：好，沒關係。
A：老師最後一個要怎麼辦？
L：所以你們要討論，要想辦法呀。
B：我先過去啦。
C：白痴啦，就先跟你講先把 F 用過去嘛。
D：不想碰她啦。
A：哈，她很重呀。
C：喔，快一點過來啦，快上去來。
(E 與 B 在當階梯給 F 過去)
D：F，快一點，踩他(E)屁股，快上去，我幫你，快一點上去。
F：怎麼上去？
C：小心。
D：上去，用踩的啦。
A：幹嘛啦，人家又不怕。
(F 在過的時候，A 與 D 在外圍在笑)
L：等一下，你們這樣到底是不是一個團隊呀，他們四個在這邊，你們是不是要幫忙？
A：好啦。
(F，又從 E 與 B 的身上下來)
C：先讓 F 過去啦。
A：為什麼？
C：本來就是呀，不然只有她一個女生。
B：那她過去，那邊要有人扶呀。
C：沒關係，我當第二個呀。
A：好啦，F，上場啦。
F：好啦。
A：喔，大象。
D：你們(E、B)要高一點她才過得去啦。
B：等一下，換人，我來幫忙扶。
A：好啦，我來。
C：趕快啦。
F：等一下。
D：喔，又要叫我摸大便。
A：哈。

D：好啦，快一點啦。
F：太高了嘛。
C：白痴啦，這樣你才過得去嘛。
A：喔…我“黑青“ 了。
D：哈。
A：快啦，上去啦。
L：這次失敗就重來，你們時間已經不多了。
A：好啦，我先過去。
D：那最後一個要怎麼過去，又不提示。
C：好，等一下。
A：先讓一個胖的過去，那邊的才可以接人。
C：好呀。
L：旁邊的人要幫忙呀。
(B 第一個已經要過去)
D：哈。
C：D，你快一點，換你了。
C：用跳的。
L：等一下，這樣子很危險，碰到了重來。
C：好，跟剛剛一樣。
D：小心。
C：注意一下，小心，漂亮。
(C 第二個過去)
D：快一點，我扶你啦，不要害羞啦，你(E)快趴好。
E：很累呀，我已經被踩了很多次了。
C：哈。
B：跳過去啦。
F：不行。
L：注意安全。
D：快一點啦。
A：老師，如果有人摸到線是不是我們這邊就不用過來嘛？
L：不用。
D：那我跳好了。
A：就好是啦，那 F 怎麼辦？
E：對呀。
D：剩下一個重量級的怎麼辦？
L：所以你們要想辦法呀。
B：喔，你(E)扶她的腳。
L：A，你要幫忙喔，不可以在那邊玩。
A：我的腰快被踩斷了。
L：你們要不要想想其它的方法。
C：快一點啦。
D：好啦，F 快一點。
B：用揹的啦。
A：屁啦，我的腰會斷掉。
E：我知道兩個人一起(團體成員在想辦法讓 F 過報)。
D：兩個人一起這樣(手疊在一起)。
L：那邊的人要幫忙。
A：喔，重量級人物。
C：老師，過來的人可以過去嗎？
L：不行。
C：等一下，你們幫我過去一下。
L：你們這樣不是一直在浪費力氣，幹嘛跑來跑去。
(成員找不到方法一直在喧嘩，找不到方法達成任務)
E：你(B)先好了啦。
B：不行啦，我過去了，她怎麼。
A：我的腰斷了，我要去賣口香糖(喧鬧中)。
L：你們不討論的話會找不到方法喔。
C：F，你先啦，不要不好意思啦。

D：又要應付一個重量級人物。
F：不行啦。
C：好啦，上來啦。
B：她要怎麼過去。
(E與D用另一個方法)
C：好，這樣可以。
B：不行，手會斷掉。
C：好，那D你先過去。
B：好啦
(D在過去)
L：失敗了，D有沒有怎樣。
D：失敗了。
L：其他的人要幫忙喔。
B：好，再一次。
A：好累。
C：不是啦，全部都不要過去，讓F先過去再說啦。
B：不行，她要過去，沒有人扶。
D：我先啦，過去可以扶她啦。
C：好，你們(E、A)快一點 。
A：我的腰快斷了呀。
E：好啦，沒關係。
C：F，快一點啦，沒關係。
F：不行啦，這樣不行啦(危險中)。
L：等一下，你們要討論一下，有沒有其他的方法？
C：好，D，你幫忙一下替A位置。
D：不行啦，我會被壓扁。
B：好，D先過去啦。
A：D，先過去啦。
D：我用跳的。
C：好啦。
A：抓他的腳。
B：你(E)等一下。
A：要靠近繩子啦。
C：白痴喔，你(E)喜憨什麼。
E：我又不知道。
A：你就靠近繩子，然後，D跳過去就好了呀。
B：你(D)跳我相信你。
D：好啦，再一次。
L：小心，會害傷。
D：不要(跳過去了)。
A：哈…跳遠選手。
C：好，快一點，F，你先上去。
E：上呀，怕什麼。
A：那她也一樣跳過去好了。
B：那幫她抬起來。
L：小心喔。
E：過去啦。
C：跳過去啦。
F：不行啦。
A：你可以的啦。
C：跳啦。
D：數123讓她跳。
(F，沒有跳好摔在地上)。。
C：哈
D：老師，她怎麼會跳不過，奇怪。
C：好累。
E：我打到他耳朵了。
D：F，不要哭了，讓他跳三次。

A：老師，先讓他淘汰，我們男生五個就好了，她重量級。
D：對呀，就這麼簡單。
L：不行，不能分男生女生，因為我們是一個團隊。
A：她太重量級了。
L：不是有告訴你們這樣子不行。
A：有呀，我們有抓住她的腳，她(F)還是跳不過。
D：算她(F)到楣，被繩子勾到。
D：哈。
D：而且還原地跳。
L：你們沒有盡力做好確保的動作。
A：好呀。
D：我抓她(F)的手很緊，但她還是掉下來了。
C：對呀。
L：每個人的能力本來就不一樣
D：我們跳都可以
C：不要再哭了，老師有一個廣告，就是天然的最好
(C 在嬉笑 F 中)
A：哈。
E：哈。
A：那不是一個喉糖的廣告都這樣說。
L：你們都是這樣安慰人的嗎？
E：對呀。
C：對呀，我們都讓人家笑，就是在安慰人。
L：很好笑嗎？她哪有笑。
C：有呀。
D：她(F)心裡在暗爽。
C：哈。
L：好，一個團隊已經有人因活動受傷了，你們的感覺是怎樣？。
C：當你孤單你會想起誰(哼歌中，不以為意的姿態)，好啦再一次
L：不會再一次了，你們已經失敗了。
A：老師，那換你跟我們玩。
C：我們一定會把你丟過去的。
D：老師，她笑了。
L：她哪有笑了。
D：她笑了。
C：哈。
A：哈，她笑了。
L：C，你把自己的快樂建築在別人的痛苦上，很快樂嗎？
D：我知道，她(F)太胖了跳不過去，那我幫他分擔一半的肉嘛。
C：哈…對呀，我也想變胖。
A：白目喔，她(F)給他(D)二十公斤，而他也才五、六十公斤而已。
C：哈。
E：哈。
L：你們在室內就受傷了，怎麼到戶外去呢？你們都一直把別人的生命當遊戲嗎，很好笑嗎？
A：老師，你不要怪我們，我們都盡力了。
L：那當你們在確保別人的時候，你還有時間在嬉嬉哈哈在那邊笑嗎，真得是盡力了嗎，有很用心在做確保嗎？
C：那再一次就好了呀。
L：很多時候人生只有一次機會，沒有辦法再來第二次了。
C：為什麼。
L：好，好假設今天的活動如果是在高空，那會發生什麼事？
E：會死掉。
L：那有可能還能第二次嗎？
E：不能。
L：所以我們才需要你們確保呀，好，請問一下，剛剛發生了什麼事？
A：我們沒有確保好。
L：還有嗎？
D：F，太胖了，跳不動。

L：還有嗎？
C：不知道方法。
L：那你們在過程中有用過哪些方法？
B：有一個人要先過去。
C：但是不知道最後一個要怎麼過去。
L：還有嗎？
A：有人要犧牲才行，我的腰就快斷了。
L：還有嗎？有沒有討論？
B：沒有。
L：那沒有討論有可能會發生什麼事？
A：危險。
L：還有嗎？
D：有人會受傷。
L：好，那請問一下有人會受傷之後，受傷的人還會願意相信我們嗎？
E：不願意。
C：老師，我們已經盡力了，你不能怪我們。
L：有盡力去保護自己的伙伴嗎？
A：有呀。
L：那請問一下過程你們有聽到什麼？
C：方法的聲音。
L：怎麼說？
C：就是要怎麼過去的方法。
L：那其他人有聽清楚了嗎？
B：沒有。
L：怎麼說？
B：有人在玩就聽不到。
L：還有嗎？
A：雜音太多。
L：是呀，這些你們之前都有討論過，但是好像每次活動完了都忘記了，怎麼會這樣？
C：不知道。
L：如果你受傷的時候心裡在想什麼，那 F 呢？
F：嗯…沒有，因為我不怪他們，是我也沒有跳好。
L：很好，那其他的人呢？
D：會很痛。
E：會不相信…嗯還有害怕。
(鐘聲響起)
C：好，老師，下課了。
L：當有人受傷人他的心裡會受傷，還是會怕怕的，會不相任其他的人，希望今天發生的事情能讓你們學習到如何去確保他人，可以嗎？
A：可以。
L：好，那今天活動先到這裡，有沒有問題。
C：老師，那這次的活動就不成功喔。
L：算是，因為已經有人受傷了。
C：那下次不能再玩了嗎？
A：還玩呀，我腰都斷了。
L：下次有更多不同的挑戰，你們一定要記住你們曾經說過的話，才能去挑戰更多的活動，可以嗎？
D：可以。
A：可以。
(下課時間，團隊的成員們不斷的逗 F 開心，請她不要哭泣了)

第 5 次活動逐字稿

1、賞鯨船

L：這是我們要挑戰的第一個活動。
D：是什麼？
L：這是賞鯨船。
A：什麼賞鯨船？
L：首先，我們需要靠大家的力量把這個船搬好。
B：好。
L：其他的人要一起幫忙喔，四個角都要站人，大家一起幫忙把這個抬起來，搬好，要小心喔。
A：很重呀。
L：所以才需要大家幫忙，好，搬好了以後，這個任務有些規則，第一就是當你們上船時只能從一邊上，第二就是船的四個點其中之一落到地面時，必須全部的人都下來一個，而目標是全部的人要在上面平衡，並停留十秒喔；而有一個要注意安全的地方，就是當你們下來時只能從一邊，而注意這四個角，你們的腳不要伸進去，不然會壓到發生危險。
A：就是全部的人都上去嘛。
L：對，在開始之前有沒有什麼問題？
D：很難要十秒喔。
L：十秒不會很難呀，所以你們要討論呀？
B：好啦，先上去再說。
E：只能從一邊過去嗎？
L：是的，下來也是
(團體在進行第一次活動-沒有討論就全體一起上去挑戰---失敗)
L：好，船碰到地面了，要重來。
D：等下，你(B)先上去。
B：很難呀。
E：一起上去看看。
(依舊用第一次的方法去挑戰任務，沒有討論)
L：好，重來，碰到了。
D：你每次都一直說重來。
L：對呀，所以你們要團結呀，之前在教室時你們不是有講了嗎，要怎麼做想想辦法，只要有一邊碰到就重來喔。
A：啊…(全體在賞鯨船上跑來跑去，在玩耍)
L：等一下，目標很簡單就是在上面保持平衡十秒，你們先全部下來。
E：這裡比較涼快了。
D：好熱喔，我要休息。
A：對呀，不想玩了，太熱了。
E：哈。
L：快一點喔，不趕快挑戰成功就沒辦法進行下一個喔，討論一下，想一下辦法怎麼做？
E：全部的人喔。
L：是呀，全部的人。
E：很難做。
L：可以呀，你們討論一下辦法，想一下辦法，等一下一定可以成功，站在上面保持平衡十秒，十秒就可以呀。
E：左邊跑、右邊跑就可以了(全部的人在板子上跑來跑去)。
L：全部先給我下來，先不要上去。
A：我好熱呀。
L：你們要注意聽呀，目標是什麼。
A：就在上面停留十秒鐘呀。
B：平衡。
L：好，那規則呢？
A：不能壓另一端呀。
L：對，只要一碰到地就重來，第二個就是要注意安全，旁邊的地方腳不要伸到裡面，不然腳會被夾到，還有在上面的人要小心，不要忽然跳下來，不然上面的人有可能會發生危險。
A：好啦，你都講過了呀。
D：對呀，都講過了。
L：所以你們要討論一下？

A：老師，為什麼第一個要玩這個，我們玩那個好不好？
L：因為這個是最簡單的，先看看你們能不能團結呀，你們之前在學校裡面所學習到的經驗，今天都會用得到喔，要不然會沒辦法成功呀，要想想看？
B：好，老師可以了。
A：好啦，開始了。
L：好，碰到了，請下來，你們要從哪一邊(第三次經驗)。
A：男的在左邊、女的在右邊，沒有身份證的站中間(玩笑中)。
D：哈 。
L：你們現在要從哪邊。
B：這邊。
L：F，你也要喔，你也要加進來喔，要不要討論一下。
A：喔，你(F)體積太重了，過來一點。
E：哈。
L：好，碰到了，下來，要不要想想辦法，討論一下，不要小看這艘船喔。
A：好，開始。
L：你們都不討論就要開始了嗎？
A：不用了。
E：F，你先站中間。
L：好，碰到了，下來(成員從兩邊下，造成危險動做)。
E：我錢掉下來了，都是你啦。
A：哈，關我屁事喔。
D：哈，卡到洞裡了。
L：全部下來，B，下來不要撿了，下來，你們沒有聽清楚規則是不是？
B：有呀。
L：規則是什麼？
A：不能壓另一端。
B：四個點。
L：還有呢？
E：要平衡喔。
L：還有呢？
A：要團結。
L：還有一點就是，等一下，如果要下來只能從一邊，不能有的人從這邊，有的人從那邊。
A：這樣會很危險。
D：老師，下雨啦，要暫停活動。
L：趕快想辦法，如果沒辦法成功，也許就一直進行這個活動到十二點，所以要討論一下。
E：好啦，你(A)站那邊，還要有一個比較重的站那邊(討論中)。
L：F，你要加進去。
B：要算公斤啦，還有 F。
A：那 F，站中間。
B：喔，她幾公斤，你知道嗎？
E：好啦，F 你站中間。
B：這樣還是不行。
L：要一起討論喔，活動會比之前的活動來很更難，所以你們要討論喔。
B：老師，五個可以平衡嗎？
L：是可以的，十幾個人都可以的。
A：好，我道了，你(B)跟她(F)去那邊，我們三個人在這邊就好了。
L：如果可以的話，就可以試試看。
D：好，F，你先去。
F：去哪。
A：走過去就對了，好，趕快過去呀。
E：過去一點。
L：小心，其他的人要小心。
D：再過去。
E：再過去，哈。
A：不要亂動啦。
L：好，碰到了，要重來，從一邊下去喔，比剛剛好一點了喔。
B：一樣啦。
E：從中間平衡，F 你過去。

A：不要站那麼外面啦，不然等一下移動很麻煩。
B：對呀。
L：一秒、二秒，三秒，好碰到了重來，不錯、不錯，愈來愈進步了喔。
B：好，再來。
D：好浪費時間喔。
L：都討論好了嗎？
B：好了。
A：再來。
E：沒關係，成功為失敗之母。
A：動太快了。
L：動作太快了嗎？有人說動太快了，有沒有其他方法？
E：我覺得動太小喔
B：好開始。
A：開始。
(活動失敗)
L：全部下來，想一下。
E：F，這個活動你先暫停一下
L：我們是團隊喔，不可以叫其他的人暫停的，你們一定可以的，已經三秒啦，很好啦。
B：來吧。
(活動進行中)
L：有人說要慢一點，還有一個。
D：你(F)中間。
B：腳出去呀。
A：慢一點呀。
L：有人說要慢一點呀，一秒，好碰到了。
A：再一次，可以的，再一次。
E：過去一點。
A：你(D)太過去了(失敗)。
L：所以，D，有人說你太過去了，你要聽 A 的嗎？
D：不要。
E：全部站中間。
D：怎麼會有紅火蟻(在旁玩耍中，A 跑去看)。
L：好，趕快。
B：我跟你(E)過去。
L：D、A，趕快過來。
A：好啦。
E：你站中間。
D：站中間一定行的。
B：慢慢過去啦。
L：重來了啦。
A：在上面重來就好了呀，秒數重數。
L：一秒、二秒、三秒、…十秒，好，很好。
A：好呀。
B：衝啦。
D：他拉到我的衣服了啦。
L：好了，坐下來、坐下來，剛剛有十秒嗎？
全體：有。
B：老師你已經數到十了。
L：你沒有發現嗎，我這個人相當通融嗎，數得相當快。
E：對呀。
A：我們剛剛已經摸到一點點了對嗎。
E：老師你看我們已經停留到十秒，我們贏了。
L：好，我可以先請問一下你們嗎？你們是用了什麼方法讓你們達到目標。
A：老師，可以一次做完回去再問嗎。
E：因為男的站左邊，女的站右邊。
L：是因為這樣子的關係嗎？
A：老師他一直胡說八道。
L：好關係，那請問一下你們剛剛失敗了幾次？

B：不知道。
A：三次四次吧。
L：有超過五次嗎？
B：好像有。
E：差不多嗎。
L：有辦法再減少失敗的次數嗎？
E：不行。
A：很熱呀，不要問啦。
L：好，那我想請問你們，之後要怎麼做，才能讓你們減少失敗的次數。
A：你不講，我不知道。
L：可以想想看喔。
A：喔，再增加討論。
L：有人說再增加討論，其他人同意嗎？
B：同意。
E：同意。
L：同意要做到喔，還有嗎？還有沒有什麼方法可以減少失敗的機率。
E：就是…忘了。
L：好，那我先請問一下，剛剛是誰跳上去的呀？
E：他(B)。
L：為什麼 B 會想先上去。
A：因為他體重大。
E：對呀，他重量極人物。
L：好，那再請問一下，剛剛說移動慢一點的是誰？
A：什麼。
L：剛剛說移動慢一點的是誰提議的。
E：他(B)。
B：不是我。
L：那是誰，誰說要慢一點。
B：A 說的啦。
L：A 說的，是嗎？
A：嗯。
L：為什麼要慢一點？
A：因為這樣子會比較平衡。
E：因為…。
L：為什麼要慢一點？
E：因為失敗的機率比較少。
L：怎麼說。
A：因為慢一點的話，可以慢慢調整，失敗的機率比較少，所以不要再問了。
L：那等一下，我希望你們在進行下一個活動時可以討論？
A：OK、OK。
L：還有減少失敗的機率嗎？
B：NO PROBLEM。
E：OK。
L：好，跟著我們走。
E：你跟我們講，我們可以衝過去。

2、蜘蛛網

L：你們先看這個，你們覺得他長得像什麼？
A：像蜘蛛網。
L：怎麼那麼聰明呀，對，這是一個蜘蛛網/
A：要穿過去對不對。
L：對，A，你真是愈來愈聰明了，等一下，但是要怎麼穿呢？你們看這裡有很多個空位可以穿嘛，那下面這一排，你們只能找二個洞，其他的要從上面這一排穿過去，可以嗎？
A：跳過去。
D：然後就撞到樹了。
L：第二個規則就是，穿過去的洞就不能再用了，例如說，我從這個洞穿過去的話，這個洞就沒了
A：那你(B)先穿下面這最大的洞。
B：好。

A：那，還有他穿這第三大的洞(沒有仔細聽，在討論中)。
E：這他的呀。
A：她(F)，她穿第二大的洞。
L：好，第三個，我們要大家一起合作，只要有人碰到繩子的話就重來，可以嗎？
A：可以。
L：讓我們的目標很簡單。
B：全部的人穿過去喔。
L：對，好聰明，全部的人穿過去。
A：喔，問這個沒有智商的問題，我們不聰明也不行。
L：哈…好了嗎，好了我們就可以開始了。
B：我這個位置。
A：那個給 F 穿啦。
L：E、D，你們兩個。
B：老師，我不穿狗洞。
L：下面只能穿兩個而已。
E：為什麼下面只能穿兩個而已。
D：我叫你跳、學狗爬好了。
L：好，碰到了，重來。
A：你不會選那個比較大的洞喔。
B：哪一個啦？
E：那一個好了。
A：那個給 F 穿啦。
E：這個好了，跳過去。
A：不要啦，這個你穿不過去啦。
B：你(F)穿啦。
F：在哪裡。
A：那下面不是有那兩個嗎？
L：想想辦法。
A：你(F)穿下面的啦。
(F 在穿網子中)
L：碰到了。
A：F，你先過去啦。
L：其他的人是不是要幫忙一下。
A：你(E)先穿小的啦。
B：我過去了。
A：你(B)過去了喔。
A：那剩我喔。
(E，沒告知團體就在穿)
D：E，你的屁股。
L：好，E，你碰到了，背部碰到了。
A：老師，他(E)過去了。
L：沒有呀，他還沒有過去呀，你們下面這排的洞只能選二個。
E：那這一個嗎？
B：你(E)要過去了喔。
A：喔，不要一直鑽小的，要鑽大的洞啦，這一個啦（D 在旁玩耍)。
L：下面只能兩個，D，回來，你是不是團隊的。
E：老師，上面這個可不可以碰。
L：上面也不行碰。
E：那我們要怎麼過，下面只能兩個人過去呀？
L：所以你們要想辦法呀，你們剛剛不是說要討論嗎？
B：好啦，我們討論吧。
A：靠過來。
E：好，女的先過去吧。
D：我跳這個洞。
B：好
L：用跳的沒有辦法，而且這那麼高，又不能碰到。
A：這那麼簡單。
D：跳過去。

B：用射的。
L：想想看其他的辦法
D：抬過去
L：對了，抬過去，怎麼抬
D：就這樣抬。
A：哈，屁股好圓。
L：不行，這樣很危險，你們忘記上次在教室，F 怎麼受傷的嗎？
D：我們都不記得了。
A：那是體重過重的問題。
L：過去的人是不是要幫忙一下。
D：上次我只記得有地震。
L：過去的人是不是要幫忙一下。
B：對。
L：好，那怎麼幫忙。
（E 在過）
D：屁股、屁股。
(D，從旁邊繞到另一邊，違反規則)
L：D，你過去了嗎。
D：哈，還沒。
B：等一下，想一下。
(團體在旁玩耍中，只有 B 一個在進行)
A：B：你先過去，等一下再換我。
L：討論完了嗎，可以開始了嗎，有討論嗎？
A：討論好了呀，要等 B 過去呀。
L：你們不用幫他看嗎，他後面看得到嗎？
D：看得到。
B：好，我先過去啦。
A：挑下面最大洞的啦。
(B 在過蜘蛛網)
L：碰到了後面。
B：很容易就勾到。
A：背部。
L：後面很容易就碰到，想想看
B：那一個呢。
L：那個 F 過了，已經不能用了，B，你是不是要請人幫你一下？
(B 在過蜘蛛網)
E：屁股小心。
L：好，可以過去了，剩三個。
A：好，跳下去啦。
D：跳吧。
L：注意安全喔。
(E 在過網時，A、D 在旁聊天)
B：抓住呀。
E：我穿錯褲子。
L：兩邊要互相幫忙喔，你們要想一下怎麼做？
B：我知道你(A)先上。
D：跳哪一個洞，跳矮的那一個。
A：矮的要留給我們胖的那一個跳。
B：好，你(A)先跳那一個。
D：好，我這一個
L：跳可以嗎，碰到就要重來喔。
D：跳可以的，好高。
E：可以嗎，太高了。
A：啊，我知道，我把 D 搬起來。
L：搬起來，怎麼搬，那邊的人要不要幫忙？
A：這樣穿過去就 OK 了。
D：哪個洞穿過啦。
E：這個跟這個。

L：現在剩下的人只能穿下面的。
E：先這個啦，這比較大啦。
B：沒有啦，這個啦。
A：這個比較大好不好。
B：D 先過啦。
A：D，不可能，好，幫你(D)扶上去。
L：其他的人要幫忙喔。
B：你(D)的手先穿過去。
A：還有扶肩膀。
L：對了，很好，小心，很好，剩二個。
E：這個怎麼辦。
D：來吧，抱過來，先抱他(A)。
L：下面穿過了，那最後一個怎麼辦。
D：沒關係，A，我抱你過來。
L：碰到了就全部重來。
A：不行啦。
D：沒關係，我抱你(A)啦，快過來啦。
L：試試看，快成功了，剩二個了喔，想想看，可以討論。
B：把這個(網子)拉大一點。
L：不行，這個不行碰，過去的人也是一樣，想想看，剛剛 D 那個方法很好呀，要不要試試看。
E：那是 D 比較輕。
B：好，那試試看。
D：快過來呀，我抱你啦。
E：我先啦。
B：這個啦。
E：我用跳啦。
L：你要幫他(E)啦，不然他怎麼過去。
D：A，快一點，你搬他(E)的腳。
B：好，來吧。
A：用飛啦。
E：飛呀，小飛俠。
L：還是要全部重來再討論一次。
A：不要浪費時間。
L：好了，已經碰到了，要全部重來了。
E：B，你先穿啦。
B：這太小。
D：學狗爬不錯喔(在拉網子)。
L：重來，D，規則是什麼。
D：規則是用力拉。
L：B，你要重來。
B：為什麼？
L：因為，剛剛 D 幫你拉，你才過去的。
A：F，你過去呀。
L：B，要過去，其他人是不是要幫他。
(B，穿過去了)
E：你(F)去穿那個，那個是你的工作。
(F，穿過去了)
L：很好，兩個人。
B：扶 D 啦，一樣是個洞。
D：一定跳很過去，我要跳。
B：還是這個洞，扶他。
L：下面只能兩個，要不要討論一下，好碰到了。
A：碰到了，你的屁股。
E：你先穿這個啦，很一點啦，B。
B：又要叫我穿狗洞。
D：你的任務呀。
E：F，也是穿狗洞呀，不要吵。
(B，穿網中)

L：好，很好。
E：F，換你。
L：下面的洞穿完，最後一個怎麼辦。
D：我知道，最重的人鑽下面，其他的人爬上去。
L：也可以，這也是一個方法，要不要試看看。
D：快，F，鑽狗洞。
E：你的工作快點呀
L：F，先鑽過去，再幫 B 是不是。
L：F，先過去了，可以幫你們一個人了。
E：他(B)那個洞不能。
A：腳先進去
B：等一下，你們先進去啦，然後，我再走最後一個。
L：對了，走最後一個，上面還下面。
E：走下面。
L：好，可以試試看，F 要幫忙。
A：扶助他(D)，讓他腳先過去就可以了呀。
D：對啦，先抱我過去啦。
B：你的腳。
(D 在過網中)
L：好，F 要接好喔，頭要小心喔，好可以了，兩個了。
B：換你了。
A：抬起來。
L：小心，D、F 要幫忙喔。
A：喔，好臭喔，前進。
B：哈…手…手。
(E 在過網中)
L：小心，要接好，上面小心，好，可以三個了，剩二個了。
A：換我了，抱我。
B：哈…。
L：小心，他的背部小心。
(A 在過網中)
L：好，很好剩 B 一個。
(B 在過網中，其他成員在旁還在興奮中，忘了幫 B 注意)
L：你們要幫他看，好，B，碰到了，重來。
D：不算。
L：重來，都沒有人幫他看，你們都讓他自己過，背部碰到了，所以要重來，你們是不是一團隊。
B：那我先過好了啦，F 最後一個。
A：屁啦，你過去了，我們要怎麼辦？
(B 在過網中)
L：碰到了，重來，沒有人幫他看呀。
D：過了啦，SAFE。
B：對，SAFE。
L：再來，是 OUT，不是 SAFE。
B：都一直叫我鑽狗洞。
(B，在鑽洞中)
L：要幫他看啦，好，可以。
B：D，你過來呀，跟剛才那樣呀。
L：其他人要幫忙呀。
B：你要抱好呀。
D：要抱我頭。
L：喔，小心。
E：你(D)要站好啦。
D：我的屁股。
E：你要站好啦，繼續。
D：屁啦，你抓我腳，叫我怎麼站。
B：跳啦。
E：我沒力了。
L：小心，好，碰到了(D 跌在地上)。

E：我沒力了。
L：你沒力了，後面的人在幹嘛啦。
A：他(E)一直當在前面，後面的人要怎麼用。
L：好，沒關係失敗了，來…太危險了，坐下來我們討論一下。
(D、A 因得到 L 失敗的訊息而到旁邊去玩耍，似乎不高興)
L：D 與 A 快過來，你們兩個。
D：A…來啦。
L：請問一下剛剛發生什麼事情？
D：剛剛發生正常現象。
L：什麼叫正常現象？
D：就是一個人一個人過。
E：就是人生必經一段過程。
L：還有嗎？
E：跌倒了。
L：有人跌倒了。
D：沒有呀。
B：他是蜻蜓點水。
L：好，剛剛那個人頭不小心著心的話，會發生什麼事情？
E：不會怎麼。
D：會發生頭腦更好。
L：頭腦更好嗎？
E：對呀，以後考試會第一名。
L：嗯…你們覺得這個任務對你太困難了嗎？
A：不是說要攀岩。
L：可是你們低階要先過關才有辦法到高空去呀，這麼低你們都有可能會摔下來，那高空怎麼辦？
A：不是說有繩子。
L：有繩子可是沒有確保好不會摔下來嗎？
B：不知道。
L：那你們真得覺得這個活動對你們來說很難嗎？
E：很難。
B：不會。
L：那我想請問一下為什麼會跌倒？
D：因為 E 沒有抓好。
L：E，你剛剛為什麼會沒抓好？
E：無力。
L：沒有力了，那其他的人要怎麼辦？
A：他(E)擋在前面我們其他人要怎麼辦？
D：涼拌。
L：那要怎麼 D 才不會掉下去，一直都是 E 在幫忙，當然他就沒有力氣啦。
A：又不能換人，他放開還是一樣掉下去呀。
L：所以呢？要怎樣他才可以不用一個人搬。
E：就是把蜘蛛網擴大。
L：蜘蛛網沒有辦法擴大。
E：就是下面多加幾個洞
L：不行，沒有辦法。
D：就把人拋上去就 OK 了，然後玨在下面做肉墊。
L：還有嗎。
D：對呀，這樣彈起來剛剛好。
B：順便讓她減肥。
L：好，那如果再給你們一次，你們有辦法達到目標嗎？
D：沒有，換下一個了。
E：換下一關了。
L：都覺得沒有辦法了嗎，已經快找到方法啦。
B：對呀，快過了。
L：對呀，是不是只剩一個，剛剛是不是只剩 B 一個，好，A，我請問一下，剛剛是不是只剩 B 一個，再給你們一次喔，不能發生危險喔。
D：好。
L：要注意安全喔。

B：好。
D：好啦。
E：那一樣你(B)先過啦。
B：我最後過啦，跟剛剛一樣最後過。
(D、A 在旁發現蚱蜢，在旁玩耍中)
L：好了嗎，來吧，A、D，等一下會留時間給你們抓。
B：D，來啦。
L：好，誰要先過。
B：他(F)先過啦。
L：好，F 先過，D、A 你們不幫忙別人怎麼過呢？
B：D…過來呀。
D：我最後過啦。
L：你們是一個團隊嗎？
D：好啦，不要玩了啦(蚱蜢。)
B：快一點呀，你(F)先過呀。
L：那邊只有 F 一個在接是不是。
B：是呀，扶他(D)的腳。
(D 在過網中)
D：誰摸我屁股呀。
B：把他屁股抬起來。
L：要扶好喔，專心扶。
A：F，要抱住 D。
D：好，丟下去了。
L：好剩三個。
B：好，換你(A)
(A，過網中)
L：D，你要幫忙喔。
D：來了。
B：上面啦。
A：扶手啦。
B：還有他的腳啦。
L：小心喔，有人負責接他喔。
D：你穿幾號的 SIZE。
A：趕快啦，不要啦。
L：有人要負責接他的身體，還有看一下網子。
A：接他屁屁。
E：不要這裡接過去就好。
B：好，接好喔。
L：很好囉，這次很好喔，剩下二個了喔，很團結快成功了喔。
D：這個不是比較好。
E：等一下，我不要啦。
A：快一點啦
E：他(B)要給我老漢推車。
B：什麼老漢啦你。
A：前面一點啦。
E：好啦。
B：好，123(用力中，E 過網中)。
L：好，成功，剩 B 一個你們要幫忙他。
E：剩最後一個一定要成功喔。
D：不要摸到，小心一點。
A：你的腳，小心。
D：小心，前進一點。
L：好，很好成功
A：好啦，下一關。
D：不要討論了啦。
B：好，PART THERE。

3、BV

L：這個活動呢，它的名字叫 BV，因為它是一個很大的 V 字型嘛，好這個 BV 要幹嘛呢？就是需要二個人合

作，其他的人保護，合作的人呢，就是二個人要互相…。
B：爬過去喔。
L：對，合作都彼此可以往這邊走。
B：怎麼可能？
L：然後，上面在走的時候，旁邊的人一樣要做確保，等他們要跌下來的時候要協助他們，可以嗎？
E：老師，很像那個。
L：對，很像信任到喔，上面的人走到比較遠的時候，這裡中間需要有人保護。
B：怎麼保護。
L：很好，就是背對著，手扶著大腿，而在上面的人，手要怎麼握呢？
E：交扣。
L：對，不能十指交扣，你要這樣子。
B：為什麼？
L：因為你如果是十指交扣的話，萬一你要跌倒時有可能會來不及分開。
E：哦…。
L：而且手很容易受傷、折開。
D：這樣嗎？
L：對，好可以嗎？可以的話好來，哪兩個先。
B：好，D 你先。
D：好。
B：是每一個人都要踩嗎？
L：每一次只有二個人上去，所有的人都要合作。
A：D，我扶你。
B：E，過來啦，快一點。
(A、D 在 BV 上進行活動)
L：一次只能二個人喔，先下來，你們都沒有聽清楚規則嗎？
D：很難。
L：對呀，二個人都要站在上面。
B：好，來吧。
A：要走到最後面喔，你當我長臂猿喔，喇叭啦。
L：對呀，儘量走，看你們友誼有多長。
B：來吧，兄弟。
A：要二個一起這樣走喔？
L：好，國語聽不懂，台語我再說一認，再說一次，一次二個人。
B：你們(D、A)沒有聽清楚嗎？
L：這裡站一個人，這裡也站一個，而二個人。
B：對呀。
L：而二個站在上面的手互握。
A：二個都要站在上面。
B：對呀
L：然後站在上面的人手互握。
A：好啦，你不要抱我啦，你(B)去跟 E 啦，我跟 D 啦。
B：中間的人可以扶喔。
L：不是，中間的人身體可以跟著上面的人，跟著走喔。
A：對啦。
B：手趕快放在一起啦。
E：要怎麼握。
B：哦，兄弟要這樣啦。
L：對啦。
(A 與 D 在進行中)
B：你(A)可以扶我(在中間)。
L：他(A)不可以扶你。
B：那中間的人呢。
L：中間的人是在中間，當你快掉下來時中間的人會扶著你。
A：可怕喔…啊。
D：快掉下來了啦。
B：好啦，你(D)先下來。
L：你們先下來啦。
D：老師好可怕。

L：所以要互相幫忙喔。
B：老師我們先。
L：有這麼困難嗎。
D：走鋼絲這麼簡單…哈(在鋼索上嬉戲)。
L：D，下來…上去的時候從這邊，準備好時再下來。
B：從這邊嗎。
(B、E 在鋼索上進行活動)
D：呀…你(E)幹嘛啦，手不扶一直扶我的蛋。
L：哈…這樣比較有安全感嗎？手對手啦。
B：手啦，你的手啦。
A：手握好啦，不要浪費時間啦。
L：握好再走喔。
E：這樣嗎？
L：你們兩個要討論呀，你們現在是一體的。
D：哎唷，很可怕，你(E)不要跌倒喔，跌倒踹你喔。
B：走呀。
L：你們(A、D)的手要放好，保護他們(B、E)，不是把他們推出去，是扶著就好了。
E：不行啦。
A：換人啦，B，我跟你先走啦。
L：好，沒關係，先下來，換組了，換人做確保了，好，B，你站中間。
B：老師，這會不會斷。
L：不會的，這很安全的。
(A、B 在進行活動中)
L：很好，有進步喔，手不要碰他(A)，是他快跌倒時，才扶著他。
A：哈…放掉。
L：已經有進步一點點了，D 你要過來，幫忙確保。
D：好啦。
A：你不要而白目喔。
B：好滑喔，老師。
L：那鞋子會滑怎麼辦。
E：好無聊。
A：老師沒有一定的標準那我們走一步也可以過呀。
L：為什麼走一步也可以過？
A：因為只是友誼而已啊。
B：會滑倒呀。
L：就從這邊呀，慢慢走的話一定可以呀。
B：一定會滑倒的呀。
A：好滑呀，我的這雙帆布鞋很滑的。
L：不會啦，那我們走一次給你們看。
B：好呀。
A：好呀，走給我們看。
觀：那我們走多長，你們也要走多長呀。
A：還不上去。
L：確保的人，你們也要確保好喔，要確保我們二個呀。
D：不用了
A：我們又不認識你
觀：好，那我們不是團隊了喔，等一下你們自己走路回家了喔。
A：好啦。
(L 與觀在進行活動)
B：很滑喔，老師你看到了沒。
A：哦…。
L：還沒啦，這只是 STAND BY 而已好不好。
A：不行，你的鞋子還有凹洞還可以用。
D：老師，我坐著等你。
B：老師，我們剛剛也是這樣子呀。
觀：呀…你(D)為什麼坐在這裡。
A：老師鞋子中間有一個凹洞，好賤喔。
D：老師你在搖(在搖鋼索中)。

觀：你們不要吵啦，不要搖呀。
B：老師你們會怕喔。
A：我這邊帆布鞋抓著，老師多安全呀喔，你不要搖啦，D。
L：那你這樣子我怎麼過去呀。
A：沒關係，慢慢來，慢慢移動。
L：可是你們要保護我們的安全。
B：老師你們是大人，所以你們比較強。
D：老師，如果你們掉下來的話，有個男生會接住你的屁股。
A：不要再前進了。
D：跌倒呀…跌倒呀。
A：有二百萬保險金哦。
L：你們要確保我們哦，中間怎麼沒有人確保呀，B 來。
E：我來。
B：E 去。
D：對呀，E 去，等一下老師才會喜歡你。
D：倒，到一點倒。
L：好，我們這裡。
B：老師那我們到這裡就過關嗎？
L：好…好，換你們了喔，要冷靜下來喔。
A：老師你利用鞋子的優勢。
L、觀：哪有。。
A：怎麼都說一樣的，有一對奸夫
D：對呀，好一對狗男女。
L：這叫默契，好快一點，E，你來中間喔，等一下你們(A、B)先不要走，我們確保人員還沒就位。
D：他(B)太高了。
(A 與 B 進行活動中)
A：不要摸我啊，有沒有搞錯呀。
L：沒關係，一定要跨出成功的第一步，之後就會比較順遂了，要很冷靜喔。
A：你(B)先走過去啦。
B：腳會抖啦。
L：有，E，你要注意喔。
A：哇。
(A 與 B 掉下來了)
E：好，D 來我跟你。
(E 與 D 進行活動)
D：好滑啦，不行啦。
E：慢一點，你(D)腳先出去。
L：對，慢慢來。
E：啊…不行啦。
L：其他的人要確保好喔。
D：掉下來了。
L：那，F 來我跟你試試看。
F：怎麼上去啦。
L：你腳先採上來，手扶著。
F：很滑呀，會掉下來。
L：其他的人要幫忙確保喔。
D：沒關係，F 有那麼多肉。
L：要確保喔，F，你慢一點。
F：很滑呀。
L：沒關係，你的腳先出去，慢慢來。
F：好。
D：掉下來…。
E：哈…。
L：我們已經完成了，換你們了。
B：我們先來。
L：好呀，你們先。
(A 與 B 進行活動)
A：上去之後慢一點。

B：不是你一隻腳先出去，慢一點。
A：好，我知道，快跌倒時，膝蓋伸直。
B：慢一點。
L：很好，其他的人要幫忙喔。
B：快到了。
A：換你了，你的腳一點點走。
(完成活動)
L：好，很好，來換 D 你們了，A 你們幫忙確保。
(D 與 E 進行活動)
D：老師很滑呀。
E：不行啦…哈。
(E 與 D 掉下來了，再次進行第二次活動)
L：其他人確保好喔，等一下，A，你們要不要教教他們(D、E)。
A：你們慢一點啦。
B：不要太快啦。
A：還有你先慢慢走出來，不要太快。
D：就不行呀，老師你不要摸我屁股喔…
L：好，要小心呀。
(E 與 D 又掉下來了)
D：不要玩了啦。
A：哦…你們在幹什麼，浪費時間，不要玩了啦。
L：可是還有一組呀，我們是不是要幫助他們過關。
B：你們慢一點，一邊先走再一邊啦。
A：他們(D、E)一直在玩，都不認真看。
L：所以你們(A、B)才要教他們呀。
B：好啦，老師我們可以一人帶一個嗎？
L：好可以。
B：好，那 A 我們一人帶一個就可以成功了。
A：煩呢！好啦，我跟 E 啦，D 都不認真，你跟他(D)啦。
(A 與 E 在進行活動)
E：跟剛剛一樣，慢一點囑。
A：你的腳等我過去你再過來。
L：D、E 你們要注意看喔，幫他們確保，他們在幫助你們。
A：小心一點，很滑。
L：好，很好，你們過關了，那換下一組。
(B 與 D 在進行活動)
B：D 你腳先上來。
D：不行啦，很滑啦。
B：可以啦，你試試看。
A：你(D)認真一點啦。
B：我跟你(D)說，你慢一點啦，腳慢一點啦。
D：啊…掉下來啦，不要玩啦。
A：老師，他們沒走完，就不能進下一個活動嗎？
L：是呀，我們是一個團隊呀。
A：那我們可以代替他們嗎？
L：嗯…好呀。
A：E，我們再一次代替他們。
E：好啦，那我們再一次。
L：好小心喔。
A：慢一點，你的腳先出去。
E：腳伸直。
L：好，很好，過關了。
A：你們看就這麼簡單。
D：好呀，那可以不要玩了啦，我們放棄了。
B：D，沒關係，我們再試一次看看。
D：喔好啦。
L：好，你們(B、E)要再一次，A，你們要不要幫他們一下。
A：好啦，我跟你們說，你們慢一點，不要兩個人一起走。

B：對，放慢一點。
E：好啦，D 你先走。
D：很搖啦。
E：慢一點，你的腳先出去一步 。
B：對，就是這樣。
D：哈…不行啦。
A：壯，你不要笑，專心一點啦。
D：好啦。
B：E，你的腳走好一小步再換 D。
L：很好，快到了喔。
D：好了沒，快不行了。
E：你的腳啦，伸直。
B：對，快跌倒時，腳伸直
L：快到了
D：啊…快掉下來了(D、E 達到活動之目標)。
L：好，大家都表現很好，給自己一點鼓勵喔。
A：還不是要感謝我們。
B：你在邀功喔。
L：好，大家坐下來，我想請問一下你們，剛剛站上去的時候有什麼樣的感覺，剛剛站上去那二條線時候？
D：好搖喔。
A：好滑喔。
L：還有嗎？一剛開始你們覺得你們有辦法走到那中間嗎？
A：沒有。
B：沒有。
L：為什麼？
A：因為一走腳就愈抖。
L：因為很搖、很抖，還有嗎？
D：因為老師沒有在後面摸著我。
L：還有嗎？那後來為什麼可以走這麼遠。
A：不知道。
L：你們是不是想到什麼方法？
B：沒有。。
D：沒有。。
L：好，一開始我有聽到很多聲音，為什麼愈到後面就愈沒有了？
A：不知道。
L：好，那請問一下，A 與 E 他們二個最後的任務，可以代替你們(B、D)那為什麼後來你們(B、D)又要上去挑戰？
D：因為他(A)摸著我的屁股走。
L：他們二個正在走的時候，為什麼 B 你會說，啊…那我們二個再一次。
D：B 這樣子抓，我被他拉過去。
A：因為忽然開竅了。
B：對。
L：你指的開竅是看他們走嗎？
B：對。
L：那 D 呢，你本來不是要放棄了嗎為什麼你還要走最後一次。
D：是他(B)講的。
L：所以你就配合他嗎？
D：對。
L：那你麼後來有想到什麼方法嗎，為什麼可以走到這麼遠？
B：看著他們，照著他們那樣走。
L：怎麼照著那樣走？
D：用滑的。
L：用滑的，還有嗎？
A：誰講的，不是叫你不要講，你欠打喔，好，老師你快一點啦。
L：你剛剛說欠打。是什麼意思，什麼東西欠打，是言語上的安全嗎？還是危險？
E：安全。
D：是言語上的警告。
L：警告是代表什麼。

D：代表一切，代表愛。
A：哈
L：好，那我請問一下，剛剛 D 與 B，為什麼經過那麼多次失敗，在失敗裡有得到什麼感覺嗎
A：用我們的典範，所以才會成功。
L：你的典範，你覺得你做了什麼樣的典範（D 在旁邊玩丟餅乾中給其他的人，玩鬧中），好了，夠了，D，發作了，你沒吃藥喔。
A：老師，他只有吃感冒藥，沒吃精神病藥。
D：對呀，我都吃普拿疼。
A：哈。
L：A，我剛問你什麼，你用了什麼樣的典範？
A：因為我們做了他的示範，他們就覺得有用。
L：喔，你做了什麼示範。
A：就老師你們兩個人的示範。
L：那什麼示範，你說呀。
A：就是快、狠、準
L：那快是指什麼、狠是指什麼呢？
A：快是指走一步、收一步
L：快是指走一步、收一步
A：沒有要慢慢走，一人走一步，假如快到是指把腳趕快踏到另一邊繩子，然後再穩定把腳收起來
L：喔…那請問一下可以兩個人一起走嗎？
A：不可以。
L：為什麼。
A：會跌到，因為繩子會不穩，兩邊一起會一起搖。
L：不平衡嘛，所以要一個走完再換另一個是不是。
B：對。
L：好，那請問一下，在走的過程中有沒有跟你生活中很類似的情形，你剛所講的那一些，可以想一下
A：人生啦。
L：怎麼說？
D：人蔘都很難吃。
E：因為人生需要一步一步走。
L：喔…人生要一步一步的走，怎麼一步一步的走呢？
E：慢慢走，走太快就不好呀。
L：慢慢走，走太快就不好，為什麼走太快會不好。
A：遇到挫折就要站起來，再來一次。
L：就像掉下來也要再一次。
E：對，成功為失敗之母。
A：不是啦，是失敗為成功之母。
L：哈。
B：對呀，我們必須一直失敗才會成功。
L：一直失敗才會成功，還有嗎？
E：因為要成功才會失敗。
L：喔，那剛剛看了 A 的典範對不對。
B：對。
L：那看 A 的典範的過程，代表了什麼，有沒有跟生活很類似的情形。
B：代表了學習。
L：怎麼說？
B：學習他。
D：引導者。
L：怎麼說？
A：就是帶頭。
L：怎麼說？
A：就是看老師先怎麼走，自己再學起來，然後學會的話就再教別人，他就可以成功了。
L：那你教別人的過程有沒有學習到什麼？
A：學習到助人的快樂。
L：好，那我想請問一下 E，怎麼教那麼次都教不會，你有沒有印象，你為什麼那樣說呢？
E：我不知道。
L：是因為他們沒有辦法成功嗎？
E：嗯。

L：那是不是有一點失去耐心了。
E：嗯(頭點中)。
L：通常當我們失去耐心時，對方有辦法學很會嗎？
A：什麼？
L：當我們失去耐心時，不想教的時候，別人能學得會嗎？
D：有呀，他們在私底下練習。
L：私底下練習，怎麼說？
D：就這樣辦，怎麼辦？
A：就是說，如果不行的話，我們再走一次給他們看，一直示範給他們看。
L：喔…一直示範給他們看，然後就會了。
D：對，對，大概走二千次就 OK 了。
L：哈…那我想請問一下 F，你在走的時候，你那時心裡在想什麼？
F：默默不語。
L：好，那我想問一下，你們在那上面會害怕嗎？
B：會。
D：會 。
E：會
L：為什麼？
B：因為腳會抖。
A：因為我剛剛差一點跌倒。
L：差一點跌倒，為什麼。
A：因為我剛開始時，腳翹起來了，然後一直搖一直搖，腳在放下去差一點就掉下去。
B：而且太滑了呀。
L：那我想請問一下你們跌到時，有真的跌倒嗎？
A：沒有。
B：沒有。
L：為什麼？
A：因為我們有做好安全的防範。
L：有做好安全的防範，因為後面有人。
B：對。
A：所以很安全。
L：所以你的意思是，你可以信賴他們嗎？
A：可以，因為我們都已經在一起的朋友。
B：對。
L：可是，在過程中我好像有看到 D 去抓毛毛蟲呀，還有蟋蟀，都沒有人保護你呀？
B：有呀，我在他(A)後面。
L：有時候呀。
D：有呀，我的心在他(A)那呀
L：如果不小心掉下來會發生什麼事情？
B：意外。
D：不會怎樣(把餅乾亂丟在地上)。
B：送醫不治。
L：D，東西不要亂丟了，把東西撿起來，你又開始了呀。
D：沒有呀。
L：你要尊重別人呀，剛剛 B 說掉下來會送醫不治，還有嗎？
A：頭破血流。
L：E 呢，還有嗎？
E：還有膝蓋、下半身不遂。
L：好，D，如果你的好朋友，A 他不小心頭破血流、或者我們剛剛說的下半身不遂，你會有什麼感受
D：很爽，恭禧呀。
L：真得嗎？你認真的想一下，你的好朋友因為你沒有確保好的話他不小心受傷你們會覺得怎麼樣？
D：不要理他，回家玩電腦。
A：就有保險金了。
D：哈…我幫你領錢。
L：這是你的真心話嗎？
D：對。
L：你的真心話就當你的好朋友頭破血流或都下半身不遂，你可以以不管他回家打電腦嗎？這是
你的真心話嗎？

A：你(D)可以滾了。
L：那如果換成你頭破血流或都下半身不遂，大家也都用這樣的方式對待你，你會怎麼想
D：不會，我有玩電腦就不會了。
L：這是真心話嗎？
D：對。
L：那其他的人呢？
B：心理不安。
L：心理不安，怎麼說？
B：到了最後就得自閉症。
E：到時候就精神崩潰。
A：神經分裂。
L：分裂，為什麼？
A：因為他是我們的朋友。
L：D，你同意他們的想法嗎？
D：老師，我頭好痛喔，不同意。
L：他們剛剛所講的。
D：他們講什麼。
L：他們剛剛講什麼你都沒在聽？
D：老師我頭好痛。
A：好了，老師不要那麼兇，我們高高興興出來玩不要這樣。
L：因為剛剛在確保的時候，大家都很認真在做確保呀，可是常常看 D 一個人在那邊飛來飛去的，那萬一別人跌倒了怎麼辦？
A：對呀。
L：而且等一下我們要進行高空呀，怎麼辦。
B：我知道呀。
L：D，你看等一下這麼高的地方，沒有人很專心在確保你的話，你掉下來的話頭破血流的話，難道你們也都不要管你嗎。
D：(低頭不語，點頭)
L：D，你看著我們說。
A：因為他想詐領保險金。
L：認真一點，你是一個很聰明的孩子，你不可以這樣子，剛剛 B 有說，當他沒有確保好時會良心不安，他們還有說會精神分裂得憂鬱症，你同意這些想法。
D：同意。
L：怎麼說？
E：還有問題嗎？
D：沒問題了。
E：什麼時候進高空呢？
L：你們有沒有發現我們在學校的活動與來到這裡的活動，我們有沒有強調安全。
B：有。
L：那安全也包括什麼的安全，身體的安全，還有包括什麼安全。
A：心理的安全。
D：口語的安全，我剛我罵他死胖子，他罵我白痴。
L：對了，蜘蛛網那邊有聽見什麼笨蛋、白痴…呀，什麼什麼的。
A：這樣就會傷人。
L：對呀，那想一想在這段期間你們學到了什麼
E：那個…如何與人相處。
L：還有嗎？
A：還有不要亂開玩笑，不然會犧牲人命。
L：那你們所說的都能做得到嗎？
A：可以。
L：那 F 呢？
F：可以。
L：那 D 呢，你可以做得到嗎？
D：(默默不語)
L：我們在學校說要做到什麼事情，還記得嗎？
A：要幫人家覺得舒服。
B：不要讓人受到傷害。
E：還有讓別人信任你。

L：嗯…還有嗎？
A：還有要保護好朋友，不要讓他受傷。
E：也要保護好自己。
L：還有嗎，別人講話的要怎樣。。
B：仔細聽。
A：認真聽。
L：還有嗎，那 D 呢，我覺得 D 好像還沒準備好，似乎不能上去。
E：好吧。
B：那我們呢。

5、滑索

L：我們在思考，由你們剛剛的表現，我們要不要放很大的風險讓你們上去，如果當有一個人沒有確保好的話，只要有一個人掉下來的話，那不是開玩笑的呀。
A：那要怎麼下來？
L：等一下我們會教你們，確保的動作，等一下會一一的教你們，包括怎麼穿吊帶，怎麼幫別人確保和怎麼安全下降，都會教你們，如何安全的進行都會教你們，但是等一下，我們所講的每一個動作，你們都要專心的聽我們講。
B：好。
A：好。
L：不可以再跟剛剛一樣，亂講話，什麼時候該講、該聽，都要注意喔，可以嗎？
A：可以。
B：這很危險，不能開玩笑。
E：OK。
L：那 D 跟 F 呢？
D：好(臉色有點沉重起來)
F：可以。
L：然後，在活動的過程中，我會觀察，當我們發現只要有一個人或者是一句話都不安全的話，我們會把活動停下來喔，大家可能會來做討論喔。
A：好。
L：了解嗎？
E：了解。
A：D，等一下你要專心一點喔。
D：好啦。
(當結束討論分享活動後，開始吊帶教學活動過程中讓成員互相學習互相檢查，而進行第一個高空活動)
L1：我叫觀 1，你們可以叫我觀 1，你們先決定一下要叫我什麼名字
A：叫觀 1 好了。
L1：好。
D：小統也不算。
E：垃圾桶好了。
L：好啦，剛剛說你們如果弄不清楚就上去可能會發生什麼事情？
E：會死掉。
A：危險。
B：意外。
L：OK，好，你們都很清楚這一點，所以是希望在這二次的過程中你們能有些感受，但是還是要有一個開始，希望在中午之前，這裡有一個項目，上面有一個板子。
E：那塊板子喔。
L：對，那邊沒有東西抓，那我們現在過去。
A：好啦。
L：你們之前有爬很高的經驗嗎？
A：有，我有爬過。
L：大概是幾層樓。
A：嗯，一、二層吧。
E：有。
L：那一層樓大概是三米嘛，二樓是六米，那你(E)呢？
E：不知道。
L：不知道，好，先認識一下大家，你叫 A、F、B 還有 E，那你呢？
A：你可以叫它 D。
L：好，叫阿勇應該有爬很高過。
A：他是趕死隊的。

E：對呀，趕死隊隊長。
L：F 呢
F：也沒有
L：好，那以我們的經驗大概是五、六米高左右吧，那我們上們的這個項目大概是十五米高，大概是五層樓高左右，所以還好啦，不是我們場地最高的項目
A：那最高在哪
L：在那邊，大概是在那根柱子，18 米高度，大概有六層數，可能要等你們都準備好才能上去
A：在哪邊喔
L：可能需等大家都準備好吧。
A：下星期喔。
L：也許吧，看你們準備好了沒。
A：那這禮拜呢？
L：這禮拜其實還有別的項目，我先跟各位介紹一下，剛剛各位有進行賞鯨船、蜘蛛網、或者是鋼索，都是比較低的項目呀，我們現在在下午的時候，才能讓各位慢慢體驗高的。
L：對，所以我們的高度 9 米、10 米、15 米 16 米 18 米，請各位慢慢的去嘗試，不過在中午之前，可能需要讓你們知道高度的感覺是什麼，所以在下午時，你們可以自己去選擇，你們想要嘗試的項目。而來這裡有些人是追求刺激好玩啦，不過很重要的是你們可以評估自己的狀況。
A：安全。
L：當然安全是一定要的，評估自己的狀況的意思是說，你們可以自己選擇自己要的高度，就是說，在這個項目，我沒有一定要爬到 15 米的高度，你們自己去體驗高度。
E：爬不上去就下來。
L：對，沒關係，我們時間多。
A：可是剩四個小時
L：四個小時夠了。
A：哪有，時間是不等人的。
L：哈…。
E：對，歲月不饒人。
L：對呀，長很這麼年輕，思想這麼成熟，不夠這 15 米的高度也對你們是個挑戰，待會馬上上這 15 米的高度，你們覺得？
E：還不錯。
A：試試看。
L：F 呢？
F：試試看。
L：你(B)呢？
B：應該可以。
L：那 D 也沒問題吧，那大家都覺得沒有問題，那下來也沒關係，那下午的話會讓你們彼此做確保，意思是說，當你們在這麼高空的時候是你的伙伴在幫你做保護。
A：要怎麼做保護呀？
L：下午會講，大概是用我身上這些配備，繩子會穿過去，然後只要一個拉緊的動作，繩子就會拉緊，我們稱它為確保的動作，就是保護伙伴的安全，它有一個比較複雜的動作，等中午吃過飯後，我們會教你
A：我胃痛。
B：對呀，會反胃。
D：從四層樓吐出來。
L：為什麼？
A：因為我剛吃飽就運動，胃會痛。
L：沒有啦，吃飽後會讓你們休息一下啦，好，我想先請你們想像一下，等一下上去你們可能會有的感覺，還有，上去之後滑出去可能會有的感覺，然後呢，等上去之後，在中午時，你們可以想像一下，有什麼差別，那等一下爬上去之後，下面會有個人幫你們確保，那你們在爬這個鐵梯，然後再踏這個 T 環，慢慢的走上去，那為了避免說你們沒有抓穩時會直接滑到地面，所以身上會有一個安全繩子。
A：就是這個。
L：對，那秋安會幫你做保護，那即使是你滑倒了，也會被保護的，然後上去之後，我會跟你們換這個系統，為什麼要換這個呢，F，你覺呢？
F：(搖頭中)。
B：比較安全。
A：比較牢固。
E：比較大隻。
L：對…沒有啦，其實換這個只是要讓你們滑下來而已。
A：喔…哈。

B：哈。
L：那上去的時候，這個會掛在鋼索上。
A：可是手沒有手套呀。
L：不需要，你們抓這個地方就好了。
E：會痛嗎？
L：不會啦，那滑下來的話，你們往下看，最遠的話可以滑到那跟柱子喔，夠遠了呢
E：啊，等一下撞到柱子怎麼辦？
L：不會啦，會一直滑下去，會在慢慢的緩衝回來，就會停下來了，然後那邊會有一個人幫你解下來，再請你們把那個機械帶回來，再把它帶上來。
A：好興奮喔。
L：好，那現在誰要第一個，選一下順位。
E：我，我要第一個。
B：那我第三個。
L：帽子要帶喔。
(活動進行中)
L1：好，那現在誰要第一個，選一下順位。
E：我。
L1：好，E 第一個。
E：準備攀登。
L：確保完成。
E：開始攀登。
L：攀登，慢慢來不要急，E 在上面是什麼感覺呀？
E：很可怕，你們等一下上來一定會覺得很可怕的。
B：不會呀。
E：上來你一定會感覺可怕的。
A：你不要看輕 D 喔。
B：他(D)國小時什麼都敢做，尤其摸女生的屁股。
D：屁啦，你不要亂說，最好是呀。
L1 請一個人去拉那條細繩。
L：你們要隨時注意同伴要沒有人要幫忙。
A：那等一下要誰上去。
L：你(A)呀。
A：好啦，那這要怎麼扣？
L：這樣呀。
E：我來了呀(從滑索上溜下)。
B：那我第三個。
L：帽子要帶喔。
(B 在活動進行中)
B：好高喔，滑下來時好爽喔。

6、CAT WALK

L：好，這個活動是 CAT WALK，等一下，我們會請秋安做示範，而每一個人都要幫你的伙伴做確保。
觀：L，你幫我確保。
L：好，來，大家可以看觀怎麼上去，還有怎麼下降的喔，下降要注意什麼喔，要有人幫忙做繩索經理喔
E：會不會很高？
A：有多高？
L：大概一、二層樓吧。
B：老師，我會怕啦。
L：所以才要去挑戰呀，等一下每一個人都要挑戰看看喔。
A：好刺激。
L：好，誰要先來？
E：我先好了。
L：好，那誰要幫忙確保。
B：我來。
L：好，那其他人幫忙扶梯子，還有第二確保者，E，記得戴帽子喔
E：老師，我可以了嗎。
L：OK，要記得口令呀。
E：準備攀登。

A：確保完成。
E：開始攀登。
A：…攀登。
L：很好，好，要快點收繩喔。
A：B，你慢一點啦。
E：這樣可以嗎？
A：嗯
E：好高喔，站不穩啦，會不會掉下去。
L：不會啦，我們已經確保你了。
A：你(E)不相信我喔。
E：不是啦，有點害怕。
L：E，走到終點就可以再回來了喔。
E：我完成了，可以下來了嗎？
A：你的口令呀。
E：準備下降。
A：確保完成。
E：開始下降。
A：下降。
L：E，好，慢慢倒下來，膝蓋伸直喔，往後躺，很好，一個人去接他喔。
E：好刺激。
L：好，交換了，換誰了。
D：我來
L：好，那誰要幫 D 確保。
B：我來。
L：好，其他人準備
D：我要爬了喔。
L：口令呀。
D：喔…我忘了…嗯，準備攀登
B：確保完成。
D：開始攀登。
B：…攀登。
D：B，我的生命交在你手上了喔。
B：放心啦。
D：我好了，我要下來了喔。
B：等一下。
D：準備下降 。
B：確保完成。
D：開始下降
B：下降。
L：好，來慢慢往後躺，腳伸直，手可以抓繩子。
D：還好，一點都不恐怖。
L：你(D)這麼厲害喔。
A：開玩笑，他(D)是“敢死隊“的呀。
B：對呀，他超強的。
L：哈…好，換誰了？
A：我來好了。
L：好，那換 F 來確保。
A：不行啦，我不放心
L：你(A)相信 F，她可以確保你的。
F：對呀，相信我。
A：我的生命就交給你(F)了喔。
L：A，加油。
A：F，檢查呀。
F：喔。
A：準備攀登。
F：確保完成。
A：開始攀登。
F：攀登。

A：老師，你要幫我看好她(F)喔。
L：放心啦，OK 的啦，那有什麼問題。
A：有點高，老師我要怎麼走，好像會掉下去呀。
L：你可以慢慢走沒關係。
B：A，加油喔。
D：走慢一點到對面。
A：好，我完成了，要下來了。
L：口令呀。
A：準備下降。
F：確保完成。
C：開始下降。
F：下降。
A：F，你慢一點，你放麼快，想把我嚇死呀。
F：喔，你(A)很重呀。
A：這麼快很危險。
L：哈…好，很好，傑，已經意識到危險了，來下一位。
(好，我們休息一下，等一下再繼續挑戰)

7、攀岩牆

L：這個活動是攀岩牆，你們要抓著岩塊呢往上爬喔。
A：這個我知道。
E：那我先好了。
L：好，那誰要幫他(E)確保呢？
A：好，我先來啦　。
B：那我拿梯子。
L：E，你在爬時，要跟 A 溝通呀。
E：喔，好。
L：A，你先收繩。
E：老師，我會上去，可是我在想，我等一下下來怎麼辦？
L：沒關係，我會教你。
(E 在攀爬中)
E：等一下，怎麼攀呀？
L：再往上走一格嘛。
E：不行啦，我不想死啦。
L：你是 E 嘛，要加油呀
E：不管了啦，我要下去啦。
B：加油。
L：腳用力往上踩呀　。
A：對，用力呀。
E：我要下來啦。
A：口令呀。
E：我要下去了喔。
A：好啦。
L：怎麼那麼快就下來了。
E：很難呀。
L：好，換誰了？
F：我好了。
L：好，誰要幫 F 確保。
A：我，我幫他(F)確保就好了　。
L：你不累嗎。
A：沒關係。
L：喔，好，那要一個人扶梯子。
B：我來。
A：你(F)要上去之前不用檢查嗎。
F：喔，好啦，老師我有安全嗎。
L：嗯，你很安全的，加油。
F：好，開始攀登。

(F，在攀爬中，B 在扶梯子)
B：我可以走了嗎。
L：可以。
F：老師怎麼爬。
L：小心點，右腳跨上去。
F：不行，我要下來了。
A：她要下來了，趕快(大家要幫 A 抓住，不然 A 會飛上去)
F：哈…好好玩（展出笑容)。

第 6 次活動逐字稿

1、硫酸河

L：等一下你們需要想像一下。
A：不要一直叫我們想像一下。
L：這樣才能發揮你們的想像力呀，前面是一個毒龍潭，你們知道毒龍潭嗎？
D：我知道，我只知道毒劍。
L：毒龍潭就是這個潭裡面，它是用流酸所造成的，那流酸會怎麼樣
A：會侵蝕人肉。
L：對，會侵蝕人肉。
B：我們要過河。
L：對，所以等一下我們會有一個法寶，我們才有辦法過河，那等一下我們目標很簡單，目標就是我們全部的人安全都要過河，到對面去。
A：屁啦，怎麼走？
L：對，因為這裡面是硫酸呀，硫酸你們不是說會腐蝕嗎？
C：(不管 L 的規則，自顧自穿過去目標地方)老師，過關呀。
L：還沒，這裡面是流酸，趕快回來呀，很一點。
D：老師，這我玩過了。
L：真得嗎，那等一下，你要試著幫其他的人喔。
D：不好玩。
L：好，那等一下呀，我們要怎麼過去呢，就是要靠我們這個法寶 。
A：你不是說會腐蝕呀。
D：一人拿一個。
L：不會呀，因為這個法寶，它為什麼叫法寶，就是它很厲害。
E：亂講。
L：所以呢？等一下，我們須利用法寶才能過去，所以呢，等一下我們有一個規則，什麼規則
(成員已經在討論起來了)
L：你們有在聽嗎？
C：有呀，你一直不講。
D：我在等你(L)呀。
L：我在等你們呀，好，那有一些規則，第一個規則就是注意喔，我們腳只要碰到流酸河，全部的人都要重來，那身體的任何部位都要在這上面。
A：任何部位。
D：最好是喔，最好是全身都要貼在這上面
L：不用全身的，就是你要注意你的身體要碰到這個，第二個，這個法寶很神奇，只要你的身體任何地方沒有碰到這個法寶，這個法寶就會不見，會被裡面的恐龍給吃掉。
A：最好是恐龍啦，恐龍就被流酸腐蝕了，不要“虎爛“好嗎。
L：不會啦，毒龍潭就是有龍呀？
B：老師我沒有看到恐龍呀？
L：好，可以嗎？告訴我有哪個規則？
D：可以，就是…。
E：要踩到那個，不然會被恐龍吃掉。
A：然後要用那個過去是不是？
L：對，好，那這個法寶要怎麼得到呢。
C：打架，打老師。
A：一人選一個。

L：好，等一下要怎麼拿到呢。等一下我會問你們幾個問題，一個人至少要回答一個答案。
C：老師先每人一個。
L：首先我要先請問你們，團隊要成功的要件是什麼，你們覺得一個團隊要成功需要什麼？
E：團結。
L：嗯…團結，好，給你，舉手喔。
B：要團結。
L：團結說過了，想其它的。
B：要…合作。
L：好，要合作，還有嗎，還有什麼？
A：快點呀，隨便講都有。
L：好，那你要講呀。
D：老師那裡有幾個。
L：九個。
E：好啦，講完就可以開始了(D 拿 E 手上的法寶在試著玩)。
L：D，你手上的要先還給 E，快一點，想想看，團隊要成功時需要哪些元素，我們這個團隊隊才能成功？
C：用功…用心。
L：誰說沒有了，快一點，想一想，一個團隊要成功需要哪些條件。
C：合作、團結。
L：這兩個說過了，還有嗎，A 呢？
A：沒有了。
L：你(A)平常不是很多想法呀，你今天心情不好嗎？
A：對呀，我想翹課。
L：為什麼？
A：因為很爽。
L：好，一樣，就你們剛剛說的團隊需要團結、合作要用心以外(C，在河中試著走來走去)。
L：C，回來，還有沒有其它的，好，你那個給 B。
C：老師，這我的。
L：你還沒回答呀。
C：有呀，我說努力呀。
L：好，還有嗎？
D：我有說合作呀。
L：合作別人說過了呀，你要不要想其他的。
A：盡力。
L：好，盡力，在這個團隊裡面每一個人要怎麼做？
D：就這樣做。
A：老師你再說一次。
L：在這一個團隊裡面每一個個體需要怎麼做？
D：盡力，盡力幫忙。
L：好，再給你(D)一個，好，你們是一個團隊喔，F 呢？
C：老師你再講一次。
L：我們個體在團隊裡面需要怎麼做才能對個體有幫助呀？
C：要…要認真。
L：好，給你(C)一個，好，F，你講一個，你們要幫 F 呀，你們是一個團隊呀。
D：我們要歧視他(F)。
L：我們的目標很簡單，要全部的人都要過去喔，我們才是成功。
D：簡單呀，我們要歧視他(F)。
L：全部的人是指我們六個喔，D 你是什麼表情，對呀，F，你覺得呢？
A：她(F)一直不講。
C：啞巴呀。
F：怎麼過去？。
L：放心呀，他們會把你保護得很好
(成員不管 F，一些在玩了起來)
A：你都不講，還有沒有啦(生氣中在逼 F 中)。
L：好，不要進行了啦，不要因為自己的情緒不好就這樣子喔，影響到其他的人。
A：她(F)又不講。
L：所以我們才要幫助他(F)呀，因為我是一個團隊呀。
A：他都不想一下。
C：老師，他啞巴呀。

L：你們才要幫助他(F)呀，要不要告訴他一個。
A：啊，我就想不到呀，我就只想到努力、團結呀。
F：要討論。
L：好，現在每一個人都有了，現在你們在想辦法讓你們六個人都安全的過去喔。
C：老師，六個人是誰，我們只有五個人。
L：你們團隊就是你們六個人。
D：老師可以開始了，我知道了，太簡單了。
C：屁啦，只有五個啦。
(D與C在嘗試中)
L：只要團隊中有的人腳碰到全部的人就要重來喔。
B：好。
D：我知道了，太簡單了(D，在試著過河中，腳著地了)。
L：D，你碰到了，要重來了。
A：我想到了。
L：等一下，沒練習，你們踏進來時，代表你們已經開始了。
(團隊在，起始線後討論)
B：先一個一個走啦。
(D，在試驗中)
L：要重來了，退回去。
D：為什麼，你不是說開始了？
L：有人的腳在裡面，都沒有那個法寶可以保護呀。
D：喔，了解。
L：你們開始了嗎？
A：開始了。
L：不要動，被收走了。
E：為什麼？
L：因為你們的身體沒有在法寶上面，就會被恐龍吃掉。
D：我知道了，我們兩個一起走。
L：你們開始了嗎？
B：開始了。
(D與C，各利用二塊的法寶過河)
D：小心。
C：哈…小心一點。
L：碰到了，要重來，你(C)剛剛碰到了。
B：老師，他已經過關了。
A：對呀。
L：沒有，他腳碰到了，還有法寶只要沒有碰到就會被收走了。
(C在過河中腳沒有踏在法寶上)
L：等一下，被收走了，只要沒有碰到就被收走了。
A：最好是啦。
(E，在嘗試中)
E：走…。
C：D，你過來啦，小心。
(團體分成兩邊在進行中)
A：這樣還是失敗，老師說身體不能碰到這個。
B：你(F)過來啦你。
L：好，失敗了，要退回去，A，你在幹嘛？
A：剛才我就已經快過去了，你就把我的板子沒收。
L：因為你們沒有仔細聽規則呀，規則是什麼？
C：規則是每一個人都要過去呀。
L：對呀，那是目標呀。
C：對呀。
L：規則是法寶上面沒有站人，然後任何身體的部位沒有碰到法寶，法寶就會被收掉。
C：抗議、抗議(情緒反應中)。
L：你們自己每一次都沒有認真聽，還要怪別人。
D：我又沒說話。
C：好，可以開始了。
L：規則有什麼呢？哪些呢？

E：就是腳不能露出來，走過去要碰到法寶。
C：重新來嘛(示意要把被沒收的法寶拿回去)。
L：沒有，重新來，就是這五片重來。
B：什麼。
D：要二人一片啦。
C：好啦，一起啦。
(成員在討論方法中，A 與 B 在討論中)
D：你背 F 啦。
B：不行啦，我背你啦。
C：(自己在嘗試中)
C：你(L)幹嘛啦。
L：規則，你碰到了呀，要開始了嗎，要注意喔。
C：又還沒開始。
L：好，還沒開始你要退回去呀。
C：哈。
L：你們想一下怎樣才能讓六個人都過去，等一下只要有人超過這條線，我就當你們已經開始了喔。
C：好啦。
B：你(A)背 D。
D：我知道了，等一下(在嘗試方法中)。
B：我先背 D。
L：等一下，全部重來，已經有人超過這裡了。
D：好啦，可以開始了(急著要開始了)。
L：等一下，只要有人故意在這裡投的話，我就收一個板子喔。
C：小心、小心。
A：可以接過來了(指其他成員手中的板子)。
L：目標是六個人全部都要安全的過去喔。
A：等一下，我的手。
B：D，你等一下。
A：那我們過去之後再拿給 F 就好了(對著 B 討論中)。
B：不行啦，這樣過不去呀。
A：這樣怎麼動啦。
D：左腳、右腳(自顧自地走著)。
C：對…左腳、右腳(自顧自地走著) ，接住(指板子)。
L：等一下，只要你們沒有六個人都過，你們這個任務不是成功喔。
B：老師，你可以還我們一塊板子嗎？
L：沒有辦法，誰叫你們沒有認真聽，就被收走了。
C：等一下，我們先全部回去，再一個一個人走。
L：不行，好有人碰到了要重來。
B：喔。
C：我們直接這樣子就好了。
L：不行，已經碰到了，要回去了。
C：等一下，還有 F 呀。
D：啊…(在吵鬧中拿了 L 的板子)。
A：F，你趕快過來啦。
L：D，拿來喔。
D：不行啦。
C：哈。
L：拿來，再一片，快一點。
D：好啦。
L：再拿來。
B：給你啦。
L：別假來，你們只有五片啦。
B：對呀，五片。
L：還有一片在他(D)後面，D，拿來。
D：哈…被發現了。
A：你(F)在後面確保板子。
C：你(B)中間啦。
L：好啦，可以重來啦。

C：好，老師我們死掉了，你板子要還來呀。
L：不行。
A：喔，你都假私公報。
E：哈。
D：哈。
A：C，你上來啦(意示 C 上 A 的背)，E，你白目喔，過來這裡啦。
B：你(D)過來啦，我背你啦。
D：我最輕鬆了。
B：對啦，你(D)過來啦，我背你啦，快一點啦。
L：你們已經要開始啦，已經有人在線上了喔。
A：還沒啦。
D：讓我們預備一下嘛。
B：上來啦，快一點啦。
C：你(A)先蹲下。
L：碰到線就開始了喔，要退到線後面。
C：先讓我們預備一下。
A：好啦。
B：E，你過去往前走。
E：F，你過來啦，白目啦。
A：死 E，你小心一點好不好。
C：F，你過來小心，不要耍白目。
L：請各位注意一下語言的安全。
C：哈。
E：前面…不行(團體重心不穩)。
D：左腳、右腳…。
C：快倒了。
A：很不穩喔。
B：很重呀(背著 D)。
L：加油，A，加油，D，你幾公斤。
D：我 49 呀。
A：哈…(板子的距離太大)。
B：屁啦這樣踩不到啦。
C：哈…。
L：好了，重來。
D：快不行了。
A：我的腰快“凍不住了“。
C：哈。
L：你們要不要再想想看有沒有其他方法？
B：靠，你幹嘛抓我奶呀。
D：對呀，我一直抓他奶頭，好大一粒喔。
L：想想看，有沒有別的方法？
B：用揹的啦，不要再跟啦。
A：等一下，你(C)不要用我奶喔。
C：好啦，好啦，等一下。
A：快一點，上來啦。
C：哈…好。
B：好啦，就走了(B 揹 D)。
D：我的眼睛啦。
C：休息一下啦。
A：好，休息一下。
D：快一點，快到了。
L：小心，加油，快到了。
C：停…等一下，慢一點，等一下。
L：小心，不要碰到了，小心。
C：好，停，你(A)這一隻腳放開(C 已到達終點)
L：好，很好，第一個進來了。
C：用跳的，跳出去。
D：抱我喔…。

B：小心，板子。
L：哎唷…反應怎麼這麼快呀。
C：哈…。
A：換我啦。
C：跨過來啦(C 不小心已碰觸到終點線內)。
L：C，你怎麼在這裡，你碰到了，要重來。
B：老師，沒有啦。
C：沒有啦，老師我們已經都完了呀。
L：可是你(C)為什麼要走過來呢，線不是在那裡？
C：屁啦，線在前面好不好，那是他們拉過來的好不好。
A：你很白目。
C：抗議喔，我要抗議(拿繩子發洩情緒中)。
A：白痴喔，你(C)都不知道揹人的痛苦，一直在那邊鬧。
B：再一遍了啦。
D：我手麻了。
L：不要再拿繩子了(C 在拿繩子發洩情緒中)，為什麼會這樣子呢？
B：老師，你可以還一片(板子)嗎？
E：老師，還三片啦。
A：這一次我不要揹人了，累死了，你(B)揹 D 啦。
D：你(E)揹 F 啦。
C：哈
L：誰可以告訴我剛剛怎麼了？
A：喔…我不要玩了啦，回教室啦。
C：我剛剛原本線就是在哪邊呀，然後我在裡面，然後就一直推呀，就出界了。
L：所以剛剛你是自己發現的嗎？
C：對呀，不然呢？
L：你是說你還在線裡面還是外面。
C：我還在線的裡面好不好，然後 E 一直推…。
A：好了，你(C)就承認啦，承認啦
L：其他人同意嗎。
A：承認啦，你就承認錯了啦。
D：老師，同意，重新啦。
L：這一片可以還你們，但是你們要說剛剛為什麼會這樣？
D：好，重新。
A：我不要玩了，我不想玩了。
L：這一片還你們，你要繼續挑戰嗎？
C：好，你還我們，我們就挑戰。
L：好，可是有人不要挑戰了，要不要討論一下。
(成員 A 在拒絕活動中，B、C 與 E 在勸說中，F 在一旁觀看，D 在旁邊玩耍大叫)。
E：好啦，快一點啦，快來不及了。
L：來吧，都回來啦。
C：我們要坐在上面(教室的櫃子)呀。
L：快點，下來啦；快點。
C：我們坐在上面啦，很累呀。
(成員在閒聊中)
C：好啦，再一次，開始了啦。
L：開始啦，就下來呀。
A：不想下去。
L：為什麼不想下去。
B：這裡比較涼。
A：因為這裡有窗戶可以吹呀。
L：這裡上面有電風扇呀。
A：電風扇又吹不到。
L：好呀，去吹得到的地方。
A：去哪邊又沒用。
E：自然風比較好。
D：老師，這裡好涼喔。
L：C，不要再啦窗簾了，下來坐好。

D：這裡有靠著比較好。
C：好香喔，下面有人在烤肉。
L：可以說說你們剛剛發生了什麼事嗎？
D：發生性行為。
C：哈。
D：就是 B 跟那個誰呀。
B：不是，是 D 他看 PLAYBOY。
E：最好是啦。
L：好，我想再請問一下，剛剛是誰揹誰。
A：我揹 C。
B：我揹 D。
L：你們(B、A)怎麼會決定要他們(D、C)呀。
D：因為就這樣辦。
C：老師，你板子都不還我們。
L：喔，原來。
D：對嘛。
L：那為什麼你們的板子會在我這裡呢？
D：因為哪是你拿走的。
E：爽呀。
L：是因為這樣子的關係嗎？
D：對呀。
L：為什麼會被我收走呢？
C：因為你都沒講，我們都聽不到。
L：規則沒有講嗎？
D：有呀。
L：那請問一下，我在說規則時你們在幹嘛？
D：你說那個踩到外面會被腐蝕。
C：可是那時候我們還在裡面呀。
L：可是那時候你們的腳沒在裡面呢？
A：就是那是時候我要過來時，你為什麼就把我收走了？
L：對呀，你過關啦，你之前板子沒了啦。
A：可是你為什麼把我收走。
C：可是傑那時候的手有擺在上面呀。
L：A，你那時候手有擺在上面嗎。
C：有呀，他明明就有。
L：可是 A，他自己說他沒有放。
A：(做鬼臉中)
C：好啦，老師那重新嘛，板子還我們嘛。
A：好，換你(C)揹 B，D 揹我了。
C：哈。
L：好，A，你可以說說看你剛揹 C 的感覺嗎？
A：問 B 啦，他也有揹人
L：B，你剛剛揹人的感覺怎麼樣？
D：興奮，HIGH 起來。
B：好熱。
L：好熱，還有嗎？
B：不好玩。
L：不好玩，還有嗎？
B：重來
L：那其他的人也知道了他們揹人這麼辛苦。
C：啊，我知道了(插話中)。
A：你知道個屁啦，你一直在人家背後跳什麼跳。
C：我知道怎麼過關了，就不用一個板子一個人。
D：好，就我們兩個人的給他們，他們(A、B)揹我們(C、D)。
C：我知道呀，我們過關也沒有用啦，好啦，老師，再重來一次啦。
L：我想請問一下，剛剛揹人的人很辛苦，我想請問一下，剛剛被揹的人在上面做了什麼事情嗎？
D：全身麻掉。
L：全身麻掉了，還有嗎？

D：我手麻掉了，然後一直往下滑。
L：D，B，揹你的時候很輕鬆嗎？
D：對呀。
L：B，有很輕鬆嗎？
B：不輕鬆。
C：老師，外面在烤肉啦。
A：不要一直叫啦。
L：別人揹你們覺得沒有很輕鬆，上面的人呢，你們覺得呢？
E：老師，我們也好累，就很擠呀，一直推，後面的人不知道怎麼收。
B：對呀。
L：對呀，那是不是要有人提醒，F 她才會收。
E：對呀。
L：還有嗎？你們有沒有覺得需要用什麼方法，這樣比較會成功的。
(成員在閒聊中，鐘聲響起)
L：好，我們先下課五分鐘好了。
(下課休息五分鐘)
L：好，那開始之前，你們想拿回板子嗎？
C：想呀。
L：好，我想先問一下你們，你們覺得等一下怎麼樣才能成功。
C：要合作。
E：努力。
L：還有嗎？
A：要配合。
B：老師，你再給二個啦。
L：我跟你們說，這一次我不會發九個，只會發六個，因為這是最後一次的挑戰。
A：要團結。
L：好，團結，來換 F 了，等一下的活動要怎樣才能成功？
F：聽別人的。
C：老師還有嗎？
L：沒有了，規則清楚了嗎，要再跟你們說一次嗎？
C：不用了。
L：等一下，D，回來。
B：白目。
D：哪有呀。
C：好了，可以開始了。
L：好，開始了。
C：好，你(B)等一下那一片先給我。
B：好，你(C)要踩好喔。
C：你(B)先放好。
B：好，我踩住了，你(B)這樣怎麼過去？
L：要小心喔，C，會不會太開了，那後面的人踩得過去嗎？
B：你(C)後退一點啦。
A：過去一點啦，等一下進一個收一個喔。
B：好，這樣就好。
A：哈，SALF。
L：沒有 SALF。
C：有，SALF。
L：你剛剛腳跨過去時已經離開了。
A：可是你又沒有拿走。
C：對呀。
L：你剛剛是說我們反應太慢嗎？
A：對呀。
B：對呀。
L：OK，好，沒關係，還給你們。
A：好，D，你收一個。
C：對，進一個，收一個。
A：進來一個，收一個
L：很好，一個已經成功了。

B：要踩住喔。
L：很好喔，二個了，很厲害嘛 。
A：踩住。
C：喔，白痴喔(E，沒有踩住被收走一個板子了)。
A：進一個，踩一個啦。
D：這樣。
L：喔，進一個，踩一個。
D：用滑的，用滑的，好滑過去 。
A：好，然後，你先踩 F 那一個。
D：好。
A：對，然後，把一個搬過來。
B：你腳踩一個。
A：對，F，你那一個踩著。
B：腳踩著。
A：好，這樣就過來了。
L：很好。
D：就這麼簡單。
L：那麼厲害，這麼強喔。
A：那還用說。
L：那有人這麼這麼行的。
D：對呀，你看看你多笨呀，哈。
L：好，大家一樣坐下來，剛剛你們不是已經快成功了啦。
B：對呀，第一次成功。
D，我們的第一次就送給你們了。
L：好，我想問一下你們，你們之前失敗時是用了什麼方式的？
A：用揹的。
L：用揹的，還有嗎？
B：腳黏在一起。
L：腳是黏在一起的。
B：對。
L：那剛剛呢，用了什麼方法？
B：剛剛…是一個一個來。
L：一個一個來，那哪一個方法最輕鬆 。
B：一個一個來。
L：這個方法是誰想的？
B：C，想的。
L：C，想的嗎？
C：嗯。
L：那剛剛是怎麼成功的？
D：就這樣成功呀，用腳走呀。
C：進一個踩一個。
L：用腳走，還有嗎？
D：還有，你好奸詐喔，我手都摸著，你還都拿走。
L：哈…對不起，一時失誤嘛，還有嗎，C，剛剛你不是說進一個踩一個，是什麼意思(A，在拉教室中的布幕)。
C：老師，為什麼今天沒有下午茶(轉移話題)。
L：因為，我們明明說好要六個人一起去 TA 的呀，你們沒有表現得很好，所以沒有下午茶。
A：屁啦，你不是說我們表現得很好。
D：對呀，XX 老師有跟我們老師說我們表現得很好。
B：對呀，還跟我們班導講。
L：對呀，其實你們那天有去的人都表現得很好。
D：老師，你一直說我表現不好，你都說，你頭痛什麼嘛，再裝嘛。
L：我哪有這樣講，我們之前不是有說過，我們是一個團隊嗎，因為有人沒來，所以，這次的活動沒有很完美，因為你們沒做好。
A：是他(C)沒來，又不是我們。
B：對呀。
L：只要有一個人不團結，那我也辦法呀。
C：老師，哪有呀，下次我會去啦。

L：那目前你們要先解決你們目前的問題。
C：可是我們肚子很餓呀(轉移話題)。
L：沒假了，你們剛剛不是在下面吃烤肉，C，看到我還趕快跑去旁邊。
C：哈。
L：你們不知道我們居高臨下看得很清楚嗎？
A：又沒吃到呀，只有C而已。
D：看我們，真不好意思。
L：好，我想再請問一下你們，你們這活動為什麼會成功？
A：因為我很團結、合作。
L：怎麼團結、合作。
A：因為…每一個人都提出不同的意見。
C：對。
A：然後才會使得我們成功。
D：對，大家在提供意見，然後大家再配合。
A：C，叫我們怎麼走。
L：哦…其他人提出想法，那其他人不配合你們會成功嗎？
B 、E：不會。
C：老師，你幹嘛問那麼白痴的問題呀。
D：對嘛，你都要我教喔，我教了你還不懂。
C：哈…。
E：哈…。
L：因為你們常常都讓我們覺得你們都不配合呀，所以很多活動都沒辦法成功，那等一下，你們的活動最多只有二次的機會，只要有二次失敗了，就沒辦法成功了喔。
C：二次就沒了，都沒有補牆的。
L：可以嗎？好了，你們還記得你們之前在玩雪花片片時，我們在撕紙的時候，你們有曾經說過要尊重別人的想法？
D：沒有呀(插話中)。
B：什麼雪花片片？
L：撕紙的那個。
B：喔。
L：等一下喔，剛剛你們玩時，法寶被我收走時，你們不是說我沒有講清楚嗎，那等一下，我要講時可不可以請你們認真一點？
C：可以。
D：好啦。
(成員在閒聊中)
L：等一下，你們等一下會拖到自己下課的時間喔。
C：好啦。
L：可以開始了嗎？
B：你不講規則我們不會玩呀。
L：E、C可以開始了嗎(警告中)。
C：好啦。
E：可以了。
L：好，等一下呢？你們注意看喔。
A：這個我知道，等一下我們要想辦法把他用進去，對不對？
L：對…怎麼那麼聰明呀，A，你真得很聰明呀，好；接下來，因為你們是國家未來的主人翁，我們現在是處在一個非常危險的環境裡面，這個環境，需要大家的維護。
A：最好是(在玩器材中)。
L：等一下，不要用沒聽楚規則，又要怪老師了喔。
C：老師都在鬼扯。

2、保護地球

L：那你們都是很厲害的科學家，等一下我們很需要你們大家的幫忙。
A：專門研究人、研究鬼、還有淫魔。
L：注意你們言語的安全喔，等一下，你們必須有其他人的幫忙，把這些核子炸彈，小心的運好它，然後，把它安全的運到那個桶子裡面。
C：可以開始了。
L：規則很簡單，就是把核彈安全的運到那裡面，只要核彈掉到外面來，它就會爆炸，任務就失敗了，剛

剛說過我們只有二次的機會喔。
A：老師，那我問你喔，只能拿最後面嗎 ？
L：對，只能拿結的後面，目標很簡單，就是只能拿結的後面，要安全的炸彈放到盒子裡面，而規則就是拿第一個結的後面，第二，只要炸彈掉出來就要重來喔
D：不要再講了，好…。。
L：好，開始每一個人大概有二條。
C：掉出來了(C 把炸彈用出來了)。
A：你(C)是白痴喔。
C：老師，我只是拿起來呀。
L：對呀，所以我才說你們是科學家呀，這個任務沒有那麼簡單。
C：我又不知道喔。
L：誰叫你們沒有認真聽。
D：為什麼我沒有線了。
L：一個一隻手一條喔，這裡呀。
B：走啦，D。
A：起來啦，我都沒有拿到，放鬆一點。
E：走…。
A：不要，慢一點啦，拉直一下，放過去慢慢放，過來一點。
L：你們要把這裡面的球倒進去喔。
B：什麼。
L：把這裡面的核子炸彈倒進去桶子喔。
A：你屁啦，過來一點啦 。
L：手要放在結後面喔。
A：屁啦，這不可能的任務三。
D：我知道你這後面拉過去就好了。
C：對。
(在倒炸彈中)
A：下來一點啦，F。
D：下來啦。
C：不要動啦。
D：好，可怕。
L：手要拿著結後面
(炸彈第一次掉地板上，C，把桶子丟在地板上)
L：好，失敗。
A：你(C)幹嘛啦。
L：C(警告中)
D：我知道怎麼玩了，這麼簡單。
E：哈
L：D，手可以這樣拿嗎，手要拿到結後面，手不可以繞線？
C：可是這樣又進不去。
L：可以，別人可以你們一定也可以的，你們這麼棒，來吧，快一點，你們想想看等一下怎麼做？
(A、C、D 在玩桶子中)
L：A，不要玩了。
D：不要 。
L：桶子拿回來了。
D：老師我夾住了。
A：好了，不要一直鬧。
C：老師等一下。
L：快一點，不要像幼稚園的小朋友一樣，讓老師一直叫。
D：你很幼稚，E…。
L：哈…好了，D，你(D)也是呀，好了，手一定要在繩子，C，大家都在準備了。
A：他(D)有四條啦，D 那邊啦 。
L：太用力的話繩子會掉喔。
(D 太用力導致桶子掉落，失敗)
A：D，你白目喔 。
(管理秩序)
D：又不是我拉的，你(C)裝好一點啦。
L：好啦，剩下一次就失敗了喔。

A：抓後面一點。
L：等一下再掉一次就失敗了喔，你們可以選擇你們想要用的方法呀。
A：放到最後面
B：最後面那麼少。
C：不是這樣子，是這樣子啦。
L：我說你們很棒，看你們要放哪裡，這繩子一定要套在圈圈上。
C：慢一點。
D：這繩子怎麼這樣，很爛喔。
C：哈。
L：小心喔，開始了。
(桶子掉在地板)
L：等一下，為什麼會掉下來？
C：哈。
B：因為拉太緊了。
A：對，拉太大力了。
(E在一旁玩耍)
L：E，不要那麼幼稚，過來。
A：不要在那邊耍白目喔。
D：不要那麼幼稚啦。
L：你(E)都不尊重別人，還要叫我尊重你嗎？
D：對嘛。
L：你們自己去選擇，再一次喔。
A：好，我想到了，用前面一點 。
B：這樣會滑到啦。
A：啊，我想到了，這裡下，那前面高。
C：哈…。
L：你們現在的繩子不能像剛剛一樣這樣跨過去喔。
A：好了。
C：你說的都對。
(活動開始中)
A：下去呀(指示E下去)，好，前進、D。
D：幹嘛啦。
A：繩子都不拉緊。
D：我拉這，它就翹起來了啦。
A：對呀，就讓它翹起來，然後就掉進去呀，下去一點。
C：等一下，先放低一點。
A：好，先讓它(桶子)卡住 。
B：好，放低。
A：哈，差一點，往外推。
(小桶卡在大桶上，繩子掉離開小桶)
C：哈…不要碰到，好開始，一起拉。
A：大力啦，大力一點。
E：往下。
C：往下。
B：對…慢一點
(桶子中的炸彈只剩最後一顆掉在地板上，失敗了)
B：老師，可以重來嗎？
L：好，重這邊再一次，要加油喔，已經抓到訣竅了喔。
(活動再次開始)
D：下來呀。
C：下來呀。
D：慢慢的放。
C：鬆一點。
A：我覺得放下面一點會比較好。
C：先卡住、先卡住 。
A：就卡住。
L：不行啦。
(繩子離開小桶子，失敗)

D：老師，這到底怎麼玩
L：所以要趕快去想辦法，討論一下，快一點，你們已經剩十分鐘了，沒成功就失敗了喔，不要怪我喔。
D：什麼東西啦。
B：好，再一次啦。
L：等一下，你們要知道是什麼原因呀，為什麼桶子一直往下掉呢？抓繩子結的後面。
(活動再次開始)
A：起來呀(指示F)
D：快一點，下去一點。
B：下去呀。
A：下面一點。
B：小心不要讓它(球)掉了。
C：小心，這次又掉了怎麼辦？
B：沒關係，先放旁邊(指示小桶可以放在大桶旁邊)，等一下，老師可以先放在地板嗎？
L：只要繩子還在桶子上就可以了。
C：對，先放在地板上。
C：哇…。
L：好，你們要快一點呀，時間已經不多了，要握結後面，C。
D：拉後面一點。
C：拉下來。
D：嗯…(因用力拉繩子而發出聲音)
A：大便去放啦。
C：哈…。
D：我拉不過去啦。
B：再過去一點啦。
A：嗯…下去一點啦 。
B：對，下去一點啦 。
E：屁啦，要怎麼下去。
B：好。
A：下去一點就可以了。
C：卡住、卡住(小桶卡住大桶)。
D：卡到最高點。
C：等一下，你們的那個。
B：等一下，先放在地板上(小心亦亦中)。
E：對，先放在地板上
B：再慢慢來。
(成員在邊想辦玩，邊玩桶子中)
L：時間已經不多了，你們要這樣子玩嗎。
B：好，再下來。
E：好。
B：你用這。
A：等一下，不要這麼緊，好，起來，拉起來。
(小桶的炸彈在到入大桶中)
B：啊，小心喔。
L：小心喔。
E：還有一顆。
B：等一下，慢一點(成員無聲中，在倒炸彈中)。
L：哇，好厲害，成功了你們太棒了，就說你們一定可以的。
D：這麼簡單。
(成員的A、E、C在成功後，在玩炸彈中)
L：不要玩了。
D：老師，我幫你收起來。
L：不要玩了，要玩下課再玩(有點生氣中)。
A：好了啦，把球給老師。
E：好啦。
L：好，我想先請問一下你們，剛剛這個遊戲是什麼遊戲你們知道嗎？
D：限制級遊戲。
C：哈，限制級遊戲就是精子射到那裡面。
A：哈…嘴很臭呀。

L：再問一次，我們剛剛玩那個是什麼遊戲。
D：抓猴遊戲(轉移話題中，在開黃色笑話中)。
C：哈…。
A：哈…。
L：好，那你們剛剛是怎麼做到的。
C：團結、合作。
E：團結就是力量。
L：剛剛那個球是怎麼進去的。
C：就是我們把桶子卡住，就進去了。
D：把它灌進去的。
C：對，就這麼簡單。
(E 在一旁鬧 A 玩耍)
L：E…(警告中)。
D：E…。
C：E，你不要那麼白目好不好。
D：E…。
C：你不要那麼智障好不好…好。
L：那我問你們，你們剛剛球為什麼一直掉下來？
D：因為沒弄好。
L：怎樣沒弄好。
D：因為那個…那個拉太大力了，好，下一個問題，老師你脖子怎麼那麼長(轉移話題中)。
C：我知道那個是長頸族。
D：對呀，要套那個環，而且環拿掉之後，脖子會掉下來，會死掉
D：老師快一點，下一個問題。。
L：好，當你們的桶子掉下來的那一剎那，有沒有聽到周圍什麼聲音。
D：喔，YA，終於可以不要玩了、終於可以下課了，終於完成了。
L：嗯，還有嗎，桶子掉下來還會說終於完成了。
D：哈…沒有啦。
L：還有嗎，那拉繩子的過程，呈現什麼樣的形狀。
D：呈現三角形，我還沒拉的時候，別人拉時，我會被跑過去。
(C 在一旁聊天)
L：C…坐好，快一點。
D：老師，我都在講你都沒在聽。
L：有，D，你講得很好，是 C 沒有在聽，好剛剛繩子的過程，呈現什麼樣的形狀？
B：一高一低。
D：我忘了，我忘了…。
L：為什麼會一高一低？
B：就是…不知道
L：桶子怎麼會掉下來
D：怎麼會掉下來，拉太力掉下來，那要套下面一點才不會掉下來(A 在聊天中)。
L：那其他人呢，A，D 剛剛說什麼，我們不是說要仔細聆聽。
C：他說我忘了，我忘了…哈。
A：好啦，趕快啦。
L：A，你今天怎麼了？
A：沒有，就想翹課。
L：為什麼？
A：不知道，我們現在想去廁所。
L：幹嘛。
C：哈…。
L：你(A)不是說你要戒菸了嗎？
A：我已經在戒了呀。
C：老師我知道，他是“借菸“，跟別人借。
L：真得嗎？
A：哪有，你不要亂講，我已經二個星期沒抽了 。
E：最好是。
A：本來就是。
L：那是怎麼成功的？
C：就一高一低球就進去了。

E：合作。
L：怎樣合作？
B：誰想到什麼就聽他的，試試看就可以。
C：對互相配合。
L：那跟生活中有很類似的情形嗎？
C：配合班上的事情。
L：怎麼說呢？
E：就是班上決定的事情要配合
L：還有嗎？
C：配合朋友。
L：配合朋友，怎麼說？
C：就是出去的時候大家意見很多就配合他。
L：那生活之中如果有人不配合會發生什麼事情呢？
E：衝突。
B：沒辦法成功。
L：還有嗎？
C：會吵架，就衝突。
(鐘聲響起)
L：好，今天我們上到這邊，大家一起把器材收一收，D，你這麼愛開黃腔，下個星期讓你一個人說二個小時好了。
D：老師，不行啦，今天這樣，那是我昨天“輔導片“看太多了，看到三點。
C：哈…。
L：再講…。
D：好啦…好啦。

第 7 次活動逐字稿

1、Hole in one

L：來，就是這裡了，這個叫做 hole in one，這有幾個規則。
A：不能摸到。
L：哈…不能摸到就太狠了，所以呢，人可以摸到，但是等一下一定要互相幫忙。
E：喔。
L：過去的人就不能再回來了。
B：就像那個蜘蛛網。
L：嗯…有點像，非常聰明，只要過去就不能再回來，而且，第二個一定要注意確保，你從上面要下來的時候，一定要注意安全。
A：可以拉繩子上去嗎？
L：當然不行，我們可以碰的地方就是這個輪胎，旁邊這裡都不能碰。
E：那它會搖呀。
L：不會呀，你那高空都上去了，可以嗎？有沒有問題？
C：那真得有點難下來。
L：我知道，所以等一下，你們一定要注意確保，好不好，你的生命操縱在你的伙伴身上喔，所以一定要互相保護對方，可以嗎？
A：好。
C：可以。
B：你(C)先上啦。
C：那有一個洞喔
L：要不要討論一下。
C：喔，等一下(在過洞中)，很恐怖喔，會搖喔。
L：要確保一下喔。
C：不用了。
L：要預防一下啦，好，OK 了(C 過了)。
B：再來呢。
A：我(在過洞中)，好痛喔。

L：互相幫忙呀。
A：這遊戲過不了了，不要玩。
L：可以的，你每次都說不行，可是到最後都很厲害呀。
E：上去(在幫忙 A 中)，預備開始。
A：啊(沒過洞，就下來了)。
C：加油…加油。
B：走開，換我了。
L：其他人要幫他呀(團體開始在鬧情緒中)。
A：那你挑戰給我看呀。
L：不要每次都來這一招喔。
E：這一招是最好用的。
A：你又不知道這個痛苦。
L：我們知道呀，我們又不是沒玩過。
A：騙人。
L：要互相幫忙呀。
A：唬我。
L：你們要不要討論看看呀。
E：好啦。
C：啊…我想到了，手可以讓樣踩。
A：這樣手會斷掉。
B：不會啦（討論中)。
E：不會，不會斷。
A：不是轉過來，左腳這樣，這樣就對了，上(在過洞中)。
B：等一下，你要扶輪胎呀。
C：趕快呀。
A：等一下，兩邊都給我踩(在過洞中)。
C：加油，不要害羞。
A：自目，C，扶住一下(指輪胎)，我扶助你了，你(C)扶助我肩膀，你手扶助我肩膀。
E：換我了。
B：我怕你(E)鞋子很髒。
E：不會啦，這新的(在過洞中)。
A：扶助我肩膀。
L：C，你一樣要做好確保。
A：你(E)要這樣拉上來呀，下去啦。
E：C，不要拉我下去。
A：快一點啦，扶你啦。
L：手不能摸這個繩子。
A：這樣，等一下這樣上去的時候，這樣拉上去(跟 B 在討論中)。
C：那 F 怎麼辦？
A：扶住啦。
L：要確保喔。
A：快一點，拉上去呀，你(E)傻傻的。
L：還剩幾個。
E：剩二個，F 與 B。
A：哈…(E 過來了)，F，上去呀。
F：換我，怎麼上去。
A：你(F)的腳呀，還有手呀…哈。
C：哈…。
L：你們任務是五個都要成功喔。
B：什麼。
A：你(B)的手給她呀。
B：會斷掉啦。
C：手呀。
A：會跨掉。
E：對呀，會斷掉好不好。
L：剩二個喔，加油喔。
B：什麼啦，快一點。
E：F，你用飛的好了。

A：屁股插一支衝天炮衝過來。
C：哈…你(B)的手啦。
A：快一點啦。
L：來吧，F，其他人要確保喔，要小心喔。
B：先檢查鞋底髒不髒(手伸出來給 F 踩中)。
C：不會啦，快點啦。
L：不要拉繩子，E。
C：不要拉繩子。
A：扶住輪胎嘛。
(B 的手伸出來給 F 踩，F 過洞中)
C：哇…。
A：哇…(F，體積有點過重，大家有點承受不住，沒成功，掉下來)。
L：其他人要確保喔。
B：哇。
L：其他人要幫忙呀。
E：有呀。
L：E，有呀，那其他人呢。
C：我精神上支持。
E：踩腿呀，比較好踩。
B：什麼…。
E：要不要我過去幫忙，F。
A：他(B)等一下手會跨掉。
E：對呀，斷掉。
(B 改伸的腿伸出來給 F 踩，F 過洞中)
A：喔…斷了斷了…。
C：斷了，你(F)要撐上去。
A：撐上來呀。
L：可以再一次。
A：老師，我們八個人是一個團隊呀(想要陷害 L 上去)。
L：沒有，我們是一起來的，但是你們五個才是一個團隊。
A：你…你放棄團隊。
L：對面的人要幫忙呀。
C：我們在推著它(輪胎)呀，不然 F 等一下會飛走。
E：上。
(E，在過洞中)
A：喔…好，慢慢跳下來，你(C)不要搖啦。
C：我又沒搖，是她自己在搖的。
A：趕快、趕快。
E：不要緊張啦。
F：怎麼下去？
L：好，F，坐下來，腳再出來。
A：喔，MY GOD。
E：等一下，他(B)怎麼過來呀。
A：用飛的呀(指 F)。
(F，安全過洞中)
E：哈…她的後做力好大喔。
A：哈…飛呀。
E：飛豬呀。
L：其他人要扶他(B)呀。
C：他要飛過來。
A：趕快、趕快，我跟你(E)換位子啦，走了，飛豬。
(B，自己成功過洞中)
L：好，很好喔，太棒了。
A：老師，你拿碼錶該不會要計時吧。
B：喔…。
L：你講的都對，是沒錯的，我們當然要超越一下。
E：不要啦。
B：喔…。

L：要超越秒數你們是自己說的，剛剛已經超過五分鐘了，所以你們可以超越的地方很多了。
A：你都唬爛。
L：很累喔，我也這麼覺得，好辛苦喔。
C：你又沒有爬。
E：對，沒有爬不要叫。
L：好了，我們一樣，可是呢，注意喔，我們規則變了，而且難度增加，等一下一但過去的人，你要幫忙不能扶這個。
A：那要怎麼玩？
L：可是呢，還沒過去的人可以摸，可以嗎？
C：哪有可能呀，那就不要過去就好了啦。
A：喔…NO PROBLEM。
B：那繩子可以碰嗎。
L：不行，繩子一樣不能碰。
B：幹，屎人啦（鬧情緒中）。
L：好…可以嗎，如果你們準備好了，我就討時開始。
A：喔…YES，爬過去趕快，開始了。
C：這要怎麼過呀？
L：可以呀，只是過去的人不可以碰到輪子而已，其他人可以。
B：其他的人可以碰。
L：對呀，其他的人可以，規則跟剛剛一樣。
C：這樣會跌倒好不好。
L：所以才要你們一定互相幫忙呀。
B：你(F)要先過去啦。
C：好，F，你先過去啦。
A：對呀，不然你留後面，又會害死 B 了。
B：對嘛。
L：小心你們語言上的安全呀。
A：老師…中計啦，中計啦。
L：中計喔。
A：對。
L：，好，你們準備開始了，可以跟我說，我就按碼錶。
C：B，那邊呀。。
L：那邊也要有人幫忙做確保呀。
C：那邊又沒有人。
A：對呀，人手不夠嘛。
L：那怎麼辦？
E：涼拌。
A：就扶著呀，扶著這個就好了，趕快讓她上去就好了。
C：對，快。
L：要開始計時了嗎？
C：還沒。
A：E，你都不幫。
B：對嘛。
A：你(F)不要踩到我的手喔。
B：你(F)扶到另一隻手。
L：好了，準備開始了，計時開始。
A：開始了，快一點啦。
B：你(F)腳，先踩這一隻腳。
F：很難踩。
B：你怎麼這樣子的語氣喔。
F：你又沒跟我講。
A：快呀
B：踩那隻腳喔。
L：E，你要幫她呀，不要開玩笑喔
C：先上去啦。
B：等一下，她(F)會“倒頭栽“呀。
E：哈，“倒頭栽“。
B：等一下先起來你的頭啦。

A：對啦，這樣就對了，轉身。
L：不錯啦。
E：快一點啦。
A：站起來，加油。
L：你(F)不要直接跳好嗎，你可不可以先坐下，好嗎？
F：好。
L：先不要跳喔。
A：她(F)跳這裡就陷一個洞了。
E：哈…。
L：好，很好(F 過洞了)。
B：好，換我過。
C：你是最後一個啦
A：對啦，你最後一個。
B：那你麼就不能扶輪胎了。
E：可以啦，先讓 C 先過去。
A：我先試啦(A，過洞中)
B：好。
A：我應該過不去吧。
E：應該可以啦。
A：不要摸我屁股。
E：不是我摸的，我不知道。
L：其他人要幫忙做確保。
A：走開不要靠近我。
B：好，換我過。
C：你是最後一個爬過去的呀。
B：好啦。
C：不要抓我屁股，我屁股會放屁。
E：你(C)先過去，我們幫你
C：好，我想先睡覺。
A：快快，已經在計時了，不要鬧，幾秒了。
L：已經經二分十二秒，小心喔，他下來了，其他人要怎麼要怎樣(C 從洞上掉下來了)。
A：E 你把扶胎扶住啦，你(E)手給他踩啦(C，過洞了)。
B：換你(E)先上。
A：他(E)先上你(B)要怎麼辦？
C：你(B)要扶輪胎。
E：會怕。
A：會怕不會大尾。
E：我自己來喔(E，過洞中)。
L：其他人要幫忙喔。
A：E，都不讓我確保。
L：他們喜歡逞強，但是你還是要保護他們。
B：換我了(B，靠自己的力量過洞中)。
L：好，時間到了。
A：老師，要扣二十秒。
L：好，四分十二秒。
A：老師，手好髒喔。
L：你們覺得你們可以再好一點？
B：什麼？
L：你們要不要再試試看，看看講話時間少一點，會不會快。
A：不要，我不要。
B：腳快斷掉。
C：好了啦，去下一關了啦。
L：可是五個人四分十二秒喔。
A：要求太高了啦。
L：還好啦，上次那個國小的才三分多呀。
B：什麼，每次都拿國小的。
E：國小的體積那麼小很多。
A：對呀，我們都已經五十公斤以上了呀。

L：可是你們力氣比他們大呀。
A：可是我們的肉比較多呀。
L：可是他們人，比較矮喔。
B：他們人比較多呀。
E：人多好辦事呀。
L：人多時間才拖得比較久好不好，你覺得你們可不可以再好一點？
A：不可以。
L：確定嗎？
A：你覺得我們講話有用嗎，在於要不要挑戰是看你呀。
E：對呀。
L：是看你們呀。
E：我們就說不要呀。
A：不要啦。
B：就不要。
L：好，真得喔，那我們走了喔。
A：好。

2、放開過去、邁向未來

L：好，大家都練習完確保之後，我們現在要進行這個活動叫做放開過去，邁向未來。
A：是兩個人上去嗎？
L：對，一次兩個人上。
A：可以嗎，很危險喔，你(C)不要上去。
C：好…(不發一語)。
L：都可以嗎，還有沒有問題？
A：B，你跟我一起，E，你幫我確保喔。
E：好。
L：B 呢？
E：老師你要不要示範呀？
L：這個不用示範呀，這很簡單喔。
A：我要當確保者喔。
L：等一下，再提醒你們一點，這個繩子不要踩到，不然腳上的泥沙會跑進去這個細縫，這個繩子裡面會有危險喔，所以儘量去保護它，不要踩到它喔，等一下，我們先看一下上面。
E：好，上吧。
L：E，不要這麼急嘛，看一下這上面，等一下這上面要去做的事情。
A：還要跳過去喔。
L:拉著它(柱子)那邊的繩子,然後,走走走到快拉到另外一個的時候,你們就要放開另一隻手繩子,去　拉另一個喔。
A：會不會斷掉？
L：一直去試著拉不同的繩子，去迎接不可能的挑戰，可以嗎？
A：可以。
L：而且，你們一定要放開手上的繩子，去迎接另一個挑戰，可以嗎，而且等一下，有一個重點，等一下你們兩個人上去嘛，兩個人一定要一起合作。
A：好了啦，快一點喔 。
E：我跟誰？
B：我跟 C 。
L：他(E)要跟誰。
A：E 跟 C 啦，因 C 比較瘦。
L：好，來，誰要做確保。
A：我，跟 E 做確保。
L：哈，你(A)為什麼比著 B 說 E 呢？
A：喔，是 B 啦。
L：哈…。
B：老師，可是我們這樣人不夠呀。
A：對呀，還要微笑呀(第二繩子確保者)。
L：沒關係，我們其他的人會幫你們。
A：小白龍(其他觀察者)，等一下你要幫我確何，因為我比較胖。
B：幫我啦，我比較胖
A：我比你(B)胖啦，我 120 呀。

B：屁啦。
L：好，誰要跟 E 一起？
A：C 啦。
L：好，C，來。
C：好啦。
L：等一下你(C)要跟他(E)一起合作喔。
C：好。
L：你們等一下要一起合作喔。
E：好。
L：好，那第一確保者跟第二確保者準備就位，好，等一下，還沒有當第一確保者的人先幫忙扶梯子。
C：老師這樣子可以嗎？
L：可以。
C：我從那邊嗎？
L：沒有，一起，好準備好了，就口令。
B：你(C)要喊呀。
C：準備攀登嗎？
B：確保完成。
L：還沒檢查，怎麼確保完成。
B：喔，怎麼用？
L：你們(B、C)要互相檢查呀，因你(C)在上面的話，你的生命是交給他(B)，他要確保你的安全，所以你(C)也要檢查他(B)的扣環有沒有扣好呀，他很重要呀。
C：喔。
A：好，我的綁很緊呀，這樣才安全呀。
E：好，確保好了。
A：確保完成。
E：開始攀登。
A：攀登。
L：好，趕快收繩子呀。
E：收繩子。
L：慢一點，你不要爬那麼快。
A：老師，那裡(另一組人員)少一個，你去幫他們。
L：好啦，我會過去啦。
(E 與 C 在爬高空中)
E：我會怕死喔。
C：很恐怖喔。
L：他們的方個兩個都是面對我們這邊，加油。
A：他們有懼高症。
L：C，你的繩子要鬆要緊要跟我們講喔。
C：喔，好。
L：兩個要互相幫忙呀，E，你要等他(C)一下，不要那麼快。
C：我要怎麼過去？
L：E，你要等他(C)
E：我有懼高症啦。
C：好恐怖喔。
L：加油，C，加油，你們下面的人要給他(C)支持。
C：我不敢啦，好恐怖喔。
A：哈…加油。
L：C，你要抓那邊的懼高症，E，你要跟他(C)一起走。
A：E，把懼高症給他(C)。
C：我不敢。
A：你(C)可以的，快一點啦。
L：加油。
C：好可怕，我的腳軟掉了啦。
A：哈。
L：你們要怎麼樣互相幫忙？
A：加油…加油，哈…。
E：A，你不要笑啦，你等一下上來就知道了。
C：我不敢啦，腳在抖啦。

L：沒有啦，那是繩子在抖。
E：我要下去了啦。
L：E，你要跟 C 換位置才能下來。
E：老師那個繩子抖得好厲害喔。
C：我不敢啦。
L：你們試著抓上面的繩子。
E：我要下來啦，很恐怖啦。
L：不行，你要先把繩子給 C 啦，換位子後才能下來。
C：啊…(尖叫中)。
L：你們可以的。
E：不行，我有懼高症啦。
L：你(E)可以的，你試著先讓 C 走出來。
C：啊…(尖叫中)，不行啦。
B：哈…A，等一下我們上去怎面辦。
A：跟他們一樣呀。
E：我看你們等一下怎麼走。
C：喂，很恐怖呀。
E：老師，先讓我們下去再重來啦。
L：沒有下去再重來的。
E：喔…。
C：老師，我要下去了。
L：不行…會有危險，E，你的繩子給 C 一點。
E：不行。
L：C，你也可以握住 E 的手，很好。
C：老師，會怕。
L：E，你要繞到 C 的前面。
C：啊…(尖叫中)。
L：C，你先走，左手邊有繩子。
A：C，你先走啦。
L：你很安全的，我們會確保你的。
A：他會怕。
B：A，我看了有點怕了。
C：怎麼過去。
L：轉過去。
C：老師，等一下，(尖叫中)。
L：好沒關係，慢慢來，你從那邊過去。
B：你(B)繩子給他(E)。
C：老師，等一下。
L：好，很好喔，C。
E：會怕啦，我要下去啦
C：老師，不行啦，我的腳軟掉了啦。
B：快一點，C。
L：C，你的手要放開柱子啦。
C：我怎麼往後躺啦？
E：好可怕啦。
L：你(C)去拉繩子，你去拉 E 那邊的繩子。
C：好。
L：好，你(C)從 E 的背後走過去，走他背後。
C：好。
L：很好。
E：老師，重新啦，手很痛啦。
L：不行，沒有重新的。
C：老師，我過不去啦。
L：你們要下來，就要走到前面一點點。
C：老師，應該是我要先上來呀。
E：對呀。
L：對呀，所以你們要挑戰更高難度的呀，E，你抱著他(C)的腰呀。
C：他(E)抱著我的腰就掉下去了啦。

L：不會啦，你很安全的。
B：把他(E)想成 AV 女優。
C：你白痴喔，我想不成啦，媽…來救我。
L：C，你要試著放開柱子，到現在你都還沒放開呀。
C：老師，我放開柱子，就會掉下去了。
L：不會啦，你很安全的，你看 E 都走出去了，他也都很安全。
C：不安全，喔，我要下去。
L：就算你要下來，你也試著往前走。
C：這裡就可以了。
L：你在那裡下來會撞到柱子。
C：老師，我鞋帶鬆了。
L：沒關係，鞋子拖下來也沒關係。
C：啊…媽媽來求我啦。
L：很好，你看 E 對你很好，都在保護你了。
C：不行，我要往後傾了，媽…不行啦。
F：哈…老師他好好笑。
A：哈…，F，你不要笑了，等一下你上去就知道了很可怕。
F：你也是啦。
A：我又有笑。
L：C，你要試著走出來，互相協助，E 才能走。
C：老師，這個很恐怖。
B：C，你就想像前面有 AV 女優。
C：不行啦，只有很多繩子。
L：對呀，這個活動就是很多繩子，你猜對啦，你很棒。
C：老師，拉緊一點啦。
L：好，沒有問題。
E：我要下去。
A：加油，你很安全的。
L：加油再走出來一點。
C：拉緊一點…。
L：好，C，很好了。
C：再拉緊一點…好，停。
L：好，抓好繩子，可以嗎，你們兩個要互相幫忙。
C：媽媽…。
A：喔，他們在上面待了半個小時了。
L：C，你走過來了，手去抓著那一條繩子，抓著白色繩子。
E：我會死啦。
L：不會，不會死啦。
E：不會死，是你講的。
L：真得呀，A 在保護你呀。
E：A，在緊一點啦。
A：喔，好…好。
L：A，保護你(E)的超認真的呀，從沒看過他這麼認真的呀，從來沒有看過這麼帥的男人。
A：知道就好，我會不好意思，他們終於跨出人生的第一大步。
(C 已經不抱柱子，往前走了)
L：是啊，很好，你們(E、C)好棒喔。
C：媽媽…來救我。
B：老師，他(C)終於知道母親的偉大。
L：哈…對再加油一點，兩隻手可以抓白繩子。
C：B，幫我打給我媽啦。
L：好，等一下你下來我幫你打，我說今後你回家以後都會乖乖的。
A：順便幫你打給保險公司好不好。
L：來，C，你看你的右手邊的白繩子，去抓住它。
C：啊…尖叫中。
L：很好。
E：老師，我很怕，可不可以下去啦。
L：你們走的那麼棒，可以再繼續前進呀，很好，已經進步很多了。
C：老師我們的繩子在搖啦。

L：對呀，因有兩個人的重量呀。
C：老師，我走不過去了，因為繩子卡住了。
L：慢慢走。
C：老師，我要跳下去了喔。
E：對呀，不管啦，我要下去了啦。
L：你看看前面的路。
E：不要啦。
L：等一下，你們不可以一起，要下來，要口令喔，其他人要注意喔，E，要不要試著往前走
E：不要，準備下降。
L：好，腳膝蓋伸直。
A：確保完成。
E：開始下降。
A：下降。
L：好，A 你要給一點點繩子，E，腳膝蓋伸直到你已經看到自己的腳。
B：C，你現在怎麼樣？
L：C，你要不要試著走走看，一個人腳膝蓋伸直不會晃了啦。
C：不行，我要下去啦。
L：還沒…。
C：不行，怕怕啦…尖叫中。
A：哈…。
L：A，你要給他(C)鼓勵。
A：好啦，C，加油，你膽子最大，不是都會翹課。
L：你不是要繼續走？
C：老師，我走不動了啦。
L：可以啦，試試看。
C：我要跳下去了啦，(尖叫中)。
L：你繩子卡住了，要繞過去。
C：要繞哪裡。
L：手上的繩子，繞身上的繩子。
C：啊…(尖叫中)。
L：C，你先把左手的繩子拉過去。
C：好。
L：很好。
C：老師，我腿軟，我要尿尿。
L：C，你看一下右手邊，就快到了啦。
C：我走不動了啦，我先休息一下。
L：你身上的繩子，你要先把它解開。
C：等一下。
L：好。
C：拉緊一點啦，我不行啦，我手腳都沒力了。
L：你要先解開。
C：解開才能下來喔(正在下來中)。
L：對，慢慢下來，感覺如何？
C：老師，幫我一下，我手已經沒力了。
L：在上面的感覺如何？
C：我在上面，那個腳的繩子會晃呀，很恐怖。
L：在上面有想到什麼嗎？
C：繩子很晃。
L：你們拉到第二條繩子的感覺如何？
E：很奇怪，很想下來。
C：是覺得已經有經驗了，但是要再拉到第三個，會覺得很恐怖了。
L：為什麼覺得很恐怖，你在怕什麼？
C：我怕掉下去，不知道會怎麼樣？
L：C，你在幫忙做確保。
B：不要啦，他(C)手軟了啦。
L：不會，我會協助他(C)。
C：對呀，我手痛啦，E 先啦。
B：好啦。

E：好，我先啦。
L：A，記得戴帽子喔。
C：老師，我要幫誰做？
L：這裡你(C)當微笑的。
A：準備攀登。
L：要檢查。
E：攀登 。
A：屁啦，你都還沒有確保。
L：哈…對，A，做得很好。
E：確保完成。
B：等一下，我的心跳得好快，我有點怕。
L：好，再檢查一下，有人要扶梯子。
A：他(B)先
B：開始攀登。
E：攀登。
A：開始攀登。
C：在上面繩子很細腳會抖，會覺得很恐怖。
L：不會啦，等一下，會有繩子比較粗的。
B：好恐怖喔，我不要上去了(攀爬中)。
A：好恐怖喔。
L：E，你眼睛要看上面。
B：我腳在在抖呀。
L：加油，那是繩子。
B：我拉不到繩子啦。
L：F，你要來當微笑。
B：我要下去了。
L：B，你要慢慢走出去。
B：我不要上去了，好恐怖喔。
A：你卒仔喔。
B：很恐怖喔，很搖喔，我要下去了。
L：不會怎樣啦，你之前有走過鋼索(指 BV)。
B：那不是鋼索，是木頭(指 CAT WALK)。
L：地上的那個鋼索，跟那個一樣呀。
B：喔，那個喔，這個很恐怖。
L：那個沒有繩子可以抓，這個有呀。
B：那不一樣，這個很恐怖呀。
A：下面的，確保好喔，你(B)快一點啦，到底要不要走啦？
L：跨一步就到了，你(B)走走看啦。
B：不行啦，我會怕。
C：你終於會怕了喔。
B：我不敢啦。
L：慢慢來，深呼吸，試試看，把手放開，E 說，他剛剛是稍微跳出去的。
B：我不敢跳啦。
A：你到底要不要走啦。
C：B，你要叫下面的人緊一點啦，比較好啦。
A：你不要吵啦，你剛剛在下面發抖。
E：緊才好呀，你(E)才不會死。
L：B，你拉著右手邊那一條，走過去就可以了，腳慢慢移。
B：好啦。
L：B，不要看下面啦。
B：老師，我不要了啦，不要玩了啦，我要下去。
L：好呀，你要下來，也要走出來呀。
B：我不要啦。
L：這不是要不要的問題，是危不危險的問題。
B：不要啦
A：喔，我的腳好酸啦。
L：好，快到了。
B：我會掉下去啦。

L：手，放開就走出去了，很好，再走一步，往右邊。
(B，已經試著走出來一點)
A：我好想下去喔，我手好酸喔。
B：很搖喔，我要下去了。
L：好，你要下來，白繩子要放開呀。
A：快一點啦。
B：我不敢啦。
L：你抓自己身上的繩子，就可以下來了。
B：不行，我手好酸了。
L：你試試看你不趕快走，A 的手很酸。
A：兩隻手扶著繩子。
B：老師，你看我的腳啦。
L：可以的，你 OK 的。
C：加油，B 和 A。
A：哈…
B：我要下去啦。
L：那你要先走出來呀。
B：我發誓我以後不玩這個。
A：哈…。
B：我要下去啦。
L：你現在下來會有危險。
B：我現在就在下去啦。
C：哈…。
B：哪有人這樣子的。
L：A，你在上面要幫助他啦，你在上面最清楚了。
B：你(E)不在再拉了。
A：你都輸給 C 了啦。
L：讓你的右手去抓白色繩子嗎。
B：不行，我抓不到。
L：試試看，就在你的旁邊，左手先離開。
A：這有不高。
B：屁啦，老師，我有看到我家了，好，我可以下去了。
L：你要走出來呀。
B：老師，我敢做壞事，可是我不敢做這種事啦。
L：B，要相信自己，很厲害的呀。
B：老師，我相信不了。
C：哈…。
L：B，把你做壞事的勇氣拿出來，可以的。
B：老師，我以後不做壞事，你放我下來。
L：你說的喔，這不是做不做壞事的問題，是你要自我挑戰。
B：不行啦。
A：要再講了啦，等一下害我在上面睡著。
L：A，你要試著幫助 B 呀，你在上面比較清楚呀。
A：B，你快一點啦，我很熱。
B：我很累呀。
C：哈…一個熱，一個累。
L：好，B，你可以下來，但是要走二步，才可以下來，走到第二條繩子的地方。
B：二步，好恐喔。
L：二步就好了啦。
B：不要。
E：B，你快一點啦。
L：因為你現在那個地方會撞到柱子的，會受傷
B：喔…不會啦。
L：會，往右走。
E：B，右走跨出去一步，左腳跟著啦。
L：兩隻手抓著繩子，繩子不是很長嗎。
B：兩個人一起說，我要聽誰的。
L：好，聽 E 的。

E：右走跨出去一步，左腳跟著去。
B：去不了。
L：不要看下面，眼睛看天空。
B：老師，我還不想死啦，讓我下去喔。
A：喔…老師他(B)都不走我腳酸得要死。
L：A，你要試著幫他啦。
A：拜託你走一步好不好，喔。
B：不行啦。
E：A，不要哭，不要氣餒。
L：B，你的右手抓白繩子，往右走，抓高一點。
A：你(B)就抓緊啦，抓緊就不會怕了啦。
L：對，抓緊就不會怕了。
B：我不敢啦。
E：B，你快一點，下來我請你吃大餐。
B：我不敢啦。
L：沒有試怎麼知道敢不敢。
C：啊，你沒有試呀。
B：叫屁啦。
A：哈…。
L：你要鼓起勇氣啦。
A：你快一點啦，我腳酸死了啦(還掛在木柱上等 B 前進)，是誰叫我一起跟他上來的啦？
L：是你自己選擇的他的呀。
A：喔…。
B：我很怕啦。
L：我知道你會怕，你試著放開，放放看，你(B)總不能國小畢業時要上國中時，跟老師說我很怕，我不要上國中吧。
B：對呀，我就這樣跟他(老師)講訝。
L：可是你已經上了國中，有很可怕嗎，也還好呀。
A：你(B)快一點啦，不要浪費我時間啦。
L：你看 A 很勇敢對不對，你試著出來一點，讓他(A)跟你(B)一起走，他才能分享你的恐懼，你要相信他。(B，試著走出來)
L：很好，如果你很害怕就扶著 A 的手。
B：扶不到。
L：可以的，看他(B)，B，你已經很棒了。
A：我手好酸喔，你(B)先走啦。
L：B，兩隻手一直抓白繩子，你(B)先扶著傑的手，A，你幫他(B)。
A：老師，我的手快酸死了。
L：所以你的手借他，讓他扶著一下，很好，非常好。
A：走啦。
B：我要下去啦。
L：你要走出來一點，才可以，不然太危險了。
A：我可以下去了嗎，我手好酸了啦。
L：不行，A，你再等一下，你要教 B 怎麼走呀。
A：我又沒玩過，我怎麼知道怎麼走？
L：B，你要抓白繩子，你要試著去抓白繩子那是你的未來，總不能一直停留在過去呀，你總是要長大的呀。
B：什麼，拜託，長大跟這個差很多呀。
L：B，你告訴我，你在怕什麼？
B：怕…怕掉下去。
L：我們有確保你呀，你上次走那個木棍(CAT WALK)的時候，我們有讓你掉下去嗎？
B：沒有呀，可是這個很可怕呀。
L：試試看。
B：喔…(試著走出來)。
L：好，很好。
B：我可不可以下降(花了十分鐘才走到白繩子)。
L：好，A，你試著跟 B 換位置走走看。
A：好，怎麼走。
L：你要試著去抓前面的白繩子。
A：喔，你用緊一點。

L：好，下面的給他(A)緊一點，很好喔，快過關了喔。
(A，到此項目終點)
A：好，我要下來了。
L：好，來，誰要接他。
C：我來，踩住地板喔。
L：好，很好。
A：我剛剛在上面已經站了十幾分鐘。
C：你好厲害喔。
A：對呀，我走到全部了喔。
L：好，要換人了喔。
A：有沒有水喔，我好渴喔。
C：在哪邊。
觀1：有沒有一份成就感。
A：我手痛喔。
觀1：你今天是優勝者呀。
A：我在上面站很久呀。
L：A，你以後做事情都要想到這一次喔。
A：好啦，不要吵我，我好累呀。
L：因為你都做得到。
(B還在上面，停留在原點)
B：老師，放我下去啦。
L：我們要給你下來呀，你要出來一點才可以呀，這樣下來真得危險，你要說服你自己，我們幫你確保了啦，相信我們，走過來，B，你剛剛手放開了，再放一次試試看。
B：真得嗎。
L：試試看，你的手已經放開了，往前走看看。
(B，試著往前走)
B：老師，讓我下來。
L：對，你已經很好了，再往前走一點，再來，很棒喔。
C：老師，很恐怖。
B：我要下來了啦。
L：再過來一點點。
B：我要下來了。
L：看一下右邊，很近喔，很到了。
C：老師，他要走到第二條呀。
L：對，B，你要不要試著走到第二條？
B：不要。
L：好，沒關係，如果你準備好了，就可以下來了，口令。
B：準備下降。
E：確保完成。
L：B，你要抓你身上的繩子，往後倒就可以了。
B：我不敢啦。
L：試試看嘛，先放一隻快，往後躺，放開繩子。
B：放不開。
L：試試看，抓自己身上的繩子往後躺，右手先放開，再左手放開，往後躺。
C：對，往後躺，B，往後躺。
L：對，屁股往後坐，手抓繩子，腳伸直。
B：我腳伸不直啦，不敢躺。
C，往後躺就對了啦。
L：好，等你想躺時，再跟我們說。
B：還有這樣子的喔，我像上次那樣跳下來。
L：太危險了，不行
B：不行，我腳會鬆掉。
L：屁股往後坐。
B：我不敢啦。
L：試試看啦，不會，腳要離開，要相信我們，腳伸直，不然怎麼下來。
(B，試著放開腳中)
L：對了，很好。
C：哈…。

觀1：好了啦，很好。
B：主任，你上去爬爬看，只會講。
L：好，C，你要當第一確保者。
C：我不敢啦。
L：不行，每個人都要做做看。
C：我確保誰？
L：F，好了。
B：我活住了，我要繼續做壞事，我做過壞事喔，差一點送進去少年感化院(說心聲中)。
A：真得喔。
L：B，當第一確保者就好了。
觀1：B，你已經做得很好了，有進步了。
B：等我當下總統，我一定把這裡拆掉。
L：好，等你當上總統，你想幹嘛都可以。
觀1：這裡是私有財產。
L：哈…好帽子要戴好喔，F，加油喔。
F：老師，我會怕。
L：試試看呀。
F：好怕喔，怎麼辦啦？
L：這個場地是專門給公司領導者玩的，所以你們要加油，以後你們都是領導者。
觀1：你剛剛是怎麼辦到的，怎麼有這個動力的。
A：我剛剛在上面就一直笑呀，他(B)站多久，我就笑多久。
觀1：那你手怎麼會有力。
A：我不知道呀。
L：C，你要來幫F確保。
C：我嗎，可以嗎？
L：可以的，我們會幫你。。
E：我剛下來的時候，手也很痛。
觀1：你剛才為什麼不敢走？
B：因為我怕掉下來。
L：那你剛才有掉下來嗎？
B：沒有。
L：我們不是有確保你的安全嗎？
B：對呀。
觀1：在上面感覺怎樣？
B：我現在腳還在抖呢。
觀1：那有沒有想說以後不要做壞事。
B：沒有。
L：有呀，你剛不是說你以後不要做壞事？
B：我是說從那裡下來。
觀1：你(B)沒有膽子怎麼做壞事呀。
B：有呀。
觀1：你有膽子嗎？
B：有呀
觀1：那你等一下再去走一次。
B：不要。
觀1：那有想要戒菸的打算？
B：沒有。
觀1：如果再給你一次機會你還敢玩嗎？
B：不敢，奇怪，為什會有膽子做壞事，這個不敢玩。
L：對呀，你爬這個不會被懲罰，你做壞事會被懲罰呀。
B：對呀，我差一點被退學。
L：對呀，你剛差一點走完呀。
觀1：你(A)怎麼這麼厲害，剛是怎麼走完的呀？
A：你(觀1)不要一直問我，我怎麼知道。
觀1：那你不是不敢走嗎？
A：我也忘記了。
觀1：是什麼動力讓你走的。
A：不知道

觀1：很厲害喔，再走一次還敢嗎。
A：我快到底，你(觀1)才說要請我吃冰。
觀1：那最後是那碗冰讓你走完的嗎。
A：對呀。
觀1：再走一次還敢嗎。
A：敢。
B：我敢。
觀1：現在腳還會抖嗎。
A：不會。
(F，在爬柱中)
L：好，F，慢慢往上走
F：老師，我不行了啦，很高
L：慢慢來，沒關係，我們會保護你的。
F：等一下…(停在柱子邊不動)。
L：你可以跟，(觀2)，一起走。
F：好，等一下，可高喔，很可怕呀。
L：好，你先把腳跨出去，抓那一條繩子。
F：喔…(在嘗試中)。
L：好，很好，F，你現在往右邊走走看，(觀2)會幫你的。
F：很高，我可以下去了嗎？
C：哈…加油啦，你(F)往右邊走走看。
A：你的腳跨出去就好了。
L：對，很好，F，很好喔。
F：我可以下去了嗎？
L：不行，你試著往右走二條白色的繩子。
F：喔，這樣就可以嗎了嗎？
（F，在移動中）
L：對，試式看，很好喔。
C：對…加油。
F：我要下去了喔。
L：好，那你的口令呀。
F：什麼。
L：下降口令。
F：準備下降。
L：好，C，你的口令。
C：什麼？
L：確保完成。
C：喔，確保完成。
L：F，換你了
F：開始下降。
C：下降。
L：好，慢慢來。
F：怎麼用？
L：你的腳伸直，往後躺就可以了。
F：等一下。
L：C，你的繩子放鬆一點，她比較好下來。
（F，試著往後躺中）
L：很好，有一個人去接她呀。
A：F，你是在吊豬肉喔。
E：豬公王。
C：剛剛F掉下來時，我快飛起來了。
F：好可怕。
L：F，歡迎回來，有什麼感覺？
F：好高，很可怕，往下看的時候，我覺得繩子會抖。
L：那是因為有二個人呀。
F：抖得很嚴重呀。
L：不會啦，你已經很棒了，比C跟B他們兩個還要好呀。
F：嗯…。

3、巨人梯

L：好，現在我們要進行的是巨人梯。
B：什麼，該不會是要我們爬上去吧。
L：對，說是沒錯，等一下我們會有三條繩子，所以等一下你們需要互相幫忙，一起合作往上爬。
E：呀，我們男生都爬上去，女生爬不上去怎麼辦？
L：這個活動只有一個男生也爬不上去，所以一定要互相幫忙，因為這太高了
C：太高就不要玩了呀，去另一個呀。
B：我們不會爬呀，要拉著用腳這樣上去喔。
L：沒關係，我們大家會協助你們。
A：那有一個 F 怎麼辦？
L：所以你們要互相幫忙呀。
A：一定要跟 F 嗎？
L：是的，你們可以分二個人、三個人一起上去，所以先告訴我，你們的分組。
A：喔…，那我跟 B 一起。
L：你(A)跟 B 一組。
B：你(A)幹嘛跟我一組。
觀 1：因為他把你當愛人呀。
A：哈…我可以保護你(B)。
L：哈…。
B：老師，你笑我，我不玩了啦。
L：我沒有笑你(B)，我是笑 A，怎麼那麼可愛。
A：老師，我可以保護 B。
L：好，A 說他可以保護你喔。
B：好。
L：好，那另外就是剩下的一組。
E：我跟你們(B、A)一起。
C：不行啦，那我跟 F，怎麼上去？
A：好啦，不然 E，你去跟他們好了。
L：對，你們要討論一下，怎麼上去？
E：好啦…。
C：好，老師，那我們三個一組。
L：好，那其他的人要幫忙確保喔，好，準備好了嗎？
A：他們(E、F、C)先上啦，我們(A、B)在後面。
L：你們兩個先確保(C、E 在一旁丟石頭玩耍中)。
L：好，那我幫 F，A，你們不要再丟了，等一下丟到眼睛。
觀 1：好，快一點了，不要再玩了。
L：不要這樣子丟、不要丟…。
B：不要丟了啦。
A：對嘛，不要再丟了，敬酒不吃，吃罰酒。
L：對嘛，A，你終於拿出你的魄力了。
A：玩也不找我玩，真是太可惡了。
L：好了，誰要先上？
C：我先。
A：F，趕快啦。
L：好，你們(B、A)要確保誰。
A：喔，好，那我保護 C 好了。
B：那我保護 E。
L：好，那 F，你來吧。
C：你(A)要保護 F 嗎。
A：沒有呀，我保護你呀。
C：不是呀，這條不是啦，這是我的呀。
A：喔…老師你拿錯條了啦。
L：不是啦，是你(A)幹嘛來這裡。
B：你(E)姓什麼。
B：神喔…很神。
（A、C 又在玩石頭）

L：是 E 啦，你們知道規則與目標嗎，要不要先訂一下目標，要爬幾格。
C：訂第二個。
L：要爬第三根才算。
C：老師，我們還不知道。
E：對，先爬再說。
L：好，沒關係。
E：不行啦，我們這邊有一隻大隻的(指 F)要怎麼上去
L：所以要討論呀。
E：B，我跟你交換啦。
B：不要。
E：我先跟你換啦，我跟興要怎麼把他(F) 用上去？
A：你都還沒試過怎麼知道。
觀 1：我會幫忙，你們(C、E)扶她(F)就可以了。
L：好，其他的人準備好了，準備攀登了，就可以說口令。
C：確…確保安全。
L：哈…不是，你(C)是要說準備攀登，這是我們要說的，你不用說。
C：老師，有人要幫忙扶助啦。
L：可以，下面的人要幫你呀，所以要討論。
觀 1：所以你們三個人要想辦法，互相幫忙。
C：你先爬上去，跌倒沒關係，老師會保護你(F)的。
B：爬的很恐怖呀。
E：對，你先爬上去。
L：可是，她一個人也辦法爬呀。
C：有呀，我在這裡定住木頭呀。
L：那 E 呢，你要幫忙呀，F，一個怎麼上去
E：有呀，我在定住木頭呀
L：旁邊的人要幫忙，你們的踩要讓她踩什麼的呀，三個人要互相幫忙，不是一個人在旁邊看。
(C，在往上爬中)
B：幫他拉上去。
L：很好。
C：等一下，我會往外側，啊…幫我拉緊一點。
L：很好，那在上面的人要幫住他們。
(C，成功在第一階)
C：等一下，我要先站起來呀。
L：下面的人協助他(C)，他要站起來了。
C：B…。
B：你的是 A 啦。
L：你(A)要幫他們。
C：老師，我看不到路了。
L：你可以轉過來，所以幫他們，幫下面的人。
F：老師，鬆一點啦。
觀 1：這樣可以嗎？
F：可以。
C：我知道呀，我要先扶住繩子呀。
L：不能扶旁邊鋼繩。
B：不早說。
L：本來就可以了，扶那個會很危險。
A：F，你先想辦法上去啦。
E：我又不想低…(拒絕幫 F 中)。
觀 1：你的手可以給他(F)當楷梯踩上去呀。
E：我又不是狗。
L：來吧，加油。
C：你先扶他(F)。
觀 1：你(F)可以一手給他，再踩上去。
C：對呀，趕快。
L：很好。
C、E：123。
L：小心。

(F 上去，失敗中)
C：不行。
E：老師，等拉完她(F)我就沒力了。
F：放鬆一點啦，好緊啦。
L：我放鬆一點，你就會摔下來了，會有危險呀。
C：我跟你說你(F)要先扶助竿子。
A：C，我想到了，等一下你要上去，我就幫你拉。
C：等一下你(A)先放鬆一點，我要坐下，我要扶 F。
L：你們要想儘辦法往上爬喔。
C：快一點啦。
A：老師，把她(F)拉上去好了啦。
L：下面的人也要幫忙，你們三個是一起的。
(在嘗試拉 F 中，失敗)。
C：啊…(尖叫中)。
E：你(F)要不要減肥呀。
L：C，你的腳要不要跨過來。
E：那麼大隻。
觀 1：好啦，現在不是討論這個啦。
L：言語安全喔，E。
C：白痴喔你(E)不要玩啦，不然，我等一下下去打你喔。
E：好啦…好啦。
C：你(F)先叫著啦。
L：F，趕快喔，他們要幫助你(F)了。
A：F，你趕快啦。
L：F，你不要再玩了啦，E，他很認真在幫你。
C：等一下，我快掉下去了。
A：我幫你拉很緊，沒關係。
E：你自己慢慢上啦，我不想管你了啦。
L：F，你在爬的時候不要開玩笑，還要很用力的出力，因為下面的人他們已經在幫你了。
E：有那麼大隻嗎？
觀 1：好啦，再給自己一個機會啦。
E：你(觀 1)自己來。
L：好，來，123…用力。
C：啊…等一下。
E：不行啦，有她就不行啦。
L：你的手借她踩上去嘛。
E：手快斷了啦。
C：你(E)去脫鞋子啦。
觀 1：你(E)換一種方式嘛。
E：我有一個問題，C，我們兩個先上去，你(F)自己慢慢想辦法呀。
C：不可以。
L：對，你們就想說要逃難了，沒有一起爬上去會很危險。
A：他們兩個沒良心的逃難，會先逃走了。
觀 1：興，我相信會有良心的。
E：好啦(試著再幫 F 中)。
F：等一下，好，123。
(F，試著上去中，成功在第一階)
E：換我了。
L：C 你可以試著幫 E。
C：那我要怎麼過去。
L：你可以試著跟 F 換位子呀。
C：好啦，等一下。
E：沒關係，我自己來。
B：好，我幫你(E)啦，你要跳喔。
(F，試著上去中，成功在第一階)
L：下面兩個幫忙確保的可以給意見。
E：大姊(L)你瘋了呀，我很困難呀，A，B。
L：好，你們要想一想讓誰先下去呀。

C：就 F 呀。
E：就不知道要怎麼讓她(F)上去呀。
L：所以要想辦法呀。
A：她(F)自己就快上不去呀，你(E)就先上去看看，可以上得去嗎？
B：E，你先上去啦，你拉她呀 。
A：就拉上去，兩隻手。
B：或者，C 先上去，你(E)拉他的腳。
A：大力一跳，我把你(C)拉起來，快一點。
C：好，等一下…。
L：F，你也要幫 C 上去呀，不是讓他(C)一個人，如果是 C 要先上，F 你一定要幫他(C)，不是站著而已。
B：誰要先上去。
A：C，你大力一跳我把你拉上去
C：等一下，E，現在不能搖。
E：我沒有用。
A：C，你要大力跳。
L：F，你要幫 C，不然他沒有辦法上去。
F：喔，好。
B：E，你可以先蹲下來
L：C，你可以試著踩 F 的大腿上去試試看，。
C：我怕她會掉下去。
L：不會啦，她會抓很緊的。
C：E，你先扶住繩子。
L：腳踩好，他(F)在你(C)旁邊，你只要踩他(F)一下。
觀 1：再一次，腳先踩到再上去喔。
C：你(F)的腿…啊(尖叫中)。
(C，成功上了第二階)
L：好，很好，那現在要換誰上去了？
B：換 F 上去。
C：等一下，你(確保的人)的繩子，有抓好嗎？
L：加油，E，要靠你喔。
F：緊一點。
觀 1：好，很緊了，123…。
(F，試著上去中)
F：不行啦。
觀 1：F，我已經給你力量了，你只要出一點點力就可以了，而一次，123。
L：F，你力量要出來呀，不然(觀 1)沒辦法幫你。
C：E，先休息一下。
L：F，你口令自己喊，大家一起幫你(F)，C，你也要幫忙喔。
C：不要鬆掉喔，你(B)鬆掉，我會掉下去喔。
B：我拉超緊的。
L：你們(C、F、E)準備好了，讓再告訴我們(L)。
A：巨人梯怎麼會讓小矮人來爬。
L：對呀，小矮人才會覺得它是巨人梯呀。
B：好呀，那我不用爬了。
L：你(B)上去時，你還是會覺得它是巨人梯。
C：你上去還是會覺得很高好不好？
L：好了嗎，來吧，一氣呵成喔。
C：上去，快呀，E，你這樣子，然後讓她(F)踩上來啦。
觀 1：你(F)要出力呀，再重來一次。
L：F，等一下，你要上去的時候，你的腳踩他(E)，但是你的手要出力往上爬，要用力，這樣他們(E、C)才能幫你，觀 1 也才能幫你啦上去。
觀 1：還有，F，你踩到 E 的大腿之後，你一定要靠自己的力量上去，你(F)不能只靠我們拉你上去
E：我的腿好痛。
L：對，然後再像 C 一樣，把腳跨過去喔，你自己也要出力喔。
C：老師，我這裡好痛喔。
L：好，那鬆一點給他(C)。
C：等一下，不要鬆，你鬆我會掉下去。
E：你(C)有比我痛是不是，我的腳快斷了啦 。

L：E，你待會給她(F)踩的時候，你的腳要高一點，站好來。
B：你們到第三層就可以下來了啦。
C：我要第二就好了。
L：E，這樣子可以嗎？
E：鬆一點。
C：好，可以開始了。
L：好，那就 123 來了喔。
觀 1：你(F)用點力，我會幫你的。
L：好，來吧，口令。
C：你(F)的木頭靠這邊。
A：C，我等一下叫你不要先上去好不好。
L：口令呀，F，你自己喊。
F：123。
(F，再次試著上去中)
C：對，對，不要笑啦，笑，就沒力了。
觀 1：對，你的腳跨過去。
A：不要抓 E 的繩子拉，抓自己的 。
L：好，快成功了，好，很好。
(F，上到第二階)
F：鬆一點。
L：要鬆還緊。
F：鬆一點。
C：不要鬆拉，鬆你(F)會掉下去啦。
(E，在試著上去中)
A：E，你這樣上不去啦。
E：我在想啦，我真得不知道怎麼上去。
B：跳過去呀。
A：拉繩子腳跨上去。
E：B，給我緊一點。
L：F，你一定要幫 E 喔，不然他上不來喔；E，你的手要不要給 F，請她(F)幫你，因為這楷梯愈來愈大了呀，一定要互相幫忙的。
C：老師，這階梯是很短的。
L：來吧，B，你給他緊一點。
A：老師，這為什麼會搖呀，不搖不是比較好呀？
E：老師，用到最緊。
L：好，來吧，上面的人要幫忙喔，F，你要拉他喔。
C：啊…尖叫中。
(E，成功上到第二階)
A：你們這次要不要換 F 先好了。
L：F，當有人要上來，你要一隻手去拉他，你不要想說自己會怎樣，我有拉住你的繩子，確保你了啦。
E：老師，好了吧。
觀 1：你的目標還有一個喔。
C：老師，好了啦。
E：老師，我要下去，我的帽子沒有戴到自己的(找藉口不想前進中)。
L：沒有拉你有戴到。
C：A，給我緊一點。
L：好，誰要先上去？
C：F 上去啦，好，E，你先幫她站起來。
L：互相幫忙喔。
E：好，等一下，你(E)要上去的時候，腳跨這邊，對，這樣做，老師，她的繩子拉緊，要最緊的
C：你不拉緊的話會掉下去
E：好，你(F)一隻腳跨在這裡，拉自己的繩子，另一手要撐著這裡。
L：F，你自己的手要用力呀。
A：你手一伸直，搞不好就可以摸到木板了啦。
E：對，伸直上來。
A：手摸木板。
L：頭小心喔，F，越來越棒了。
C：好，快點上來。

A：E，給她(F)踩吧。
F：老師，鬆一點。
C：好，等一下，木頭不要斜一點啦。
L：木頭斜不斜不是我們可以控制的。
E：C，她(F)要上去了喔。
L：C，你的腳也過去協助一下，F，你等 C 一下。
觀 1：F，你等 C 一下。
E：可以鬆一點嗎？
B：可以。
L：很好喔，你們真得愈來愈厲害了。
E：厲害歸厲害，痛歸痛呀。
L：對呀，你們居然可以忍耐，就很棒了。
觀 1：快成功了喔。
C：123…。
(F，試著上去中，)
C：F，你不要笑，笑會沒力氣。
(F，成功上到了第三楷)
L：好，很好。
E：你踩我腳上去。
C：我知道等一下，你可以嗎？
A：快到踩，C，你數 123。
L：很好。
C：好，可以了，123…。
(C，成功上了第三階)
F：怎麼用，用扶的嗎。
L：F，你要幫他(E)呀，你讓他扶，就是最好的方法。
E：老師，拉緊，你的腰可能又要瘦了
L：好，我知道我又要瘦了。
F：緊一點、緊一點啦。
觀 1：好，F，你要幫他(E)喔，他腳跟過去，你要給他(E)扶喔。
E：我的腳好痛。
L：好痛喔，加油喔 。
觀 1：F，你要用力拉他(E)喔。
C：F，你去拉他(E)，我扶你(F)
L：123…(E 掉下沒有成功登上第三階)；沒關係，你的確保團隊很認真。
F：鬆一點。
觀 1：看可不可以腳交叉讓他(E)夾上去。
C：後退一點，這樣他比較好。
L：好…123 。
(E，成功上去第三階)
L：好，很好。
C：漂亮。
L：你們還要上去嗎？
C：不要。
F：不要。
L：要，你們真的超棒。
觀 1：你們已經有方法了。
E：上面真得太細了，方法還不是我吃虧。
L：吃虧就是佔便宜。
E：我討厭佔便宜。
L：那你就吃虧呀。
E：老師，我真得不行了。
L：真得不行了嗎。
C：老師，好了啦。
L：加油，你們再試試看。
觀 1：你們要下來可以，但是要先站起來。
B：E，你要摸到那個木板。
L：對了，F，你要站起來。

E：我還要上去。
L：好，E 你要上去，你要確認確保團隊。
B：他要下來。
E：好下來，下來。
L：你要上去，你(E)要不要請確保團隊幫你，你可以的。
E：我是可以呀，可以踩她(F)的腳，可以，但是再上去怎麼辦？
L：你們要不要再考慮一下，因為，E，他想上去。
E：我是看他們意見啦。
觀 1：要不要試著努力看看。
C：老師，我手麻掉了。
觀 1：我們整個團隊會幫你啦。
C：老師，下降啦。
L：你確定。
C：確定。
觀 1：你想想看，你這輩子，可能沒有機會來這邊了喔？
L：對，想想看，要不要再上一階看看
C：喔…老師，真得很累了
L：要不要再試試看，興，E 想上去，你(C)要不要幫他一下
E：好，老師，我不要了，我看他們意見啦
觀 1：只要有人想上去，我們就努力幫他，你剛剛上去，我們也很努力幫你的呀。
C：不要。
A：老師，你不要一直強迫他們上去好不好。
L：不然，待會你可以繼續挑戰。
E：想太多了。
觀 1：沒關係，等一下你可以跟 A、B，再挑戰一次，你已經有經驗可以再一次。
A：誰，C 喔？
L：是，E 啦。
A：喔，太棒了，不要是 F 就好了。
B：你還要玩了嗎？
A：E，等一下跟我們一起玩，不要 F 就好了。
E：好。
A：我們兩個會上不去了。
L：好，要下來了嗎，口令？
A：C ，口令。
C：開始下降。
A：準備下降了。
(C、F、B，在下降中)
E：老師，先休息一下，讓我放鬆一下。
L：等一下你要上去嗎？
E：對呀，不然他們怎麼上去。

(換 B、A、E 上去挑戰)

E：老師你們兩個交換，因為你(L)剛剛用過我了。
觀 1：好。
B：你要確保我嗎，你不你飛上去嗎，老師，我有點在抖了不玩了。
A：對呀，腳有點在抖了。
B：誰先上？
A：你(B)啦。
C：老師，我太輕了啦。
A：我的生命操縱在你(C)的手上。
C：好啦
E：老師鬆一點。
L：你們一定要一起出力喔，不行你們不能從這邊。
E：我一開始就從這邊上去好不好，因為這邊是斜的。
L：好啦…。
E：因為這邊斜的比較好爬。
A：鬆一點拉，我要用東西。

L：好，你要口令給我喔。
B：準備攀登。
E：你(B)要不要從這邊，因為這邊比較好爬呀。
B：好。
A：然後，待會再換位子了，F，怎麼會換你了(F，在幫 A，確保)。
L：F，很重要呀，A，你上次也是 F，幫你的呀。
A：我上次就差點掉下來了。
L：不會啦，這次她會更注意的。
A：誰說的，等一下摔下來你負責。
L：好。
A：你好什麼好，是我痛，又不是你痛。
L：你叫我負責，我當然會說好。
E：開始了。
A：緊一點。
(B 在爬第一階中)
E：這個很容易就上了。
A：對呀。
L：因為 B 會用力呀，所以我們下面的人用力的話，被踩的人會比較輕鬆。
A：拉緊啦。
E：沒你(A)不可以啦。
L：注意了喔，下面的確保者喔。
B：好緊呀。
觀 1：喔，好。
E：踩上面。
L：等一下，我們先收緊喔。
B：老師，你幹嘛說我的壞話。
L：沒有人說你的壞話，你在做夢呀，B，等一下你要幫 E 喔。
B：怎麼幫？
L：你可以啦他一下。
B：但是他上來我會摔下去呀。
L：可以，所以你可以先站起來，抓上面抓緊來。
A：你(F)收不動就往後。
B：好，等一下，我先站起來。
L：好，頭小心。
A：好，來 123…。
(E，上第一階失敗中)
A：你很遜呀你。
E：不然你來。
A：好啦。
L：加油喔。
E：你先坐下來，等一下再一起上。
B：坐下來會倒掉呀。
E：不會啦。
A：最好會跌倒啦。
E：你的腳這樣交叉坐，快。
A：你(E)都不伸好，出力嘛。
L：對，大腿要出來，不然他(B)會滑滑的。
E：快…。
L：推他屁股。
A：推我屁股。
B：腳跨過去。
A：哇。
L：好，很好…。
B：然後，我們站起來。
(A，差一點跌下來)。
E：喔…你現在是怎樣。
A：看你不爽。
L：哈…還好，B，你先等 A 坐好先坐好。

B：等一下拉，我們站起來把他(E)拉上來，要不要。
L：對，很好。
C：等一下，E 他自己就可以爬上去了。
B：等一下。
L：會累死，他剛剛都自己爬上去了，會累死，三個人的目的是為了互相幫忙。
E：對呀，剛剛都我們自己在爬的。
B：緊一點，我們(A)先站起來。
A：屁拉，站起來會不平衡啦。
B：那這樣怎麼辦。
A：就這樣坐著呀。
L：A，你要不要換一下方向，對，對了，A 很好。
A：換一下人好不好。
L：沒辦法了，現在不能換。
觀 1：你(A)要相信她(F)。
A：那我抓很緊。
觀 1：不行。
A：這樣很恐怖呀。
L：F，你一定要好好確保他，因為他(A)現在有一點害怕，所以你更要好好確保他。
B：你(E)E 跨上來，我會拉緊的。
A：你(E)來得及就往後拉。
L：你看看他們(A、B)需要怎麼幫你，你(E)可以告訴他們？
B：老師，等一下他(E)蛋蛋破了。
觀 1：你們兩個站起來拉他(E)，他會很輕鬆的。
B：對嘛。
A：不要動。
B：不動，我們要站起來。
L：小心，頭不要撞到。
A：快點收繩子啦。
L：你(E)要上去跟我說一下。
E：好，123。
(E 成功上了第一個階梯)
L：很好，你看，你們幫他(E)，他就會很輕鬆。
B：你(E)幹嘛這樣子坐啦。
L：太美吧你(E)，加油。
A：用直啦，這樣很恐怖啦，拜託　　。
B：等一下怎麼上去啦。
A：對呀，你們剛剛是怎麼上去的。
E：踩腳，都是踩我的腳。
A：好。
L：A，加油。
(A，沒有成功爬上第二層)。
E：我真得得想罵一個字…。
L：E，你要不要換個位置，換 B 被踩，這樣你才不會那麼累？
E：喔…好。
B：什麼你要先上喔。
E：不行啦，我覺得他(A)上不去呀。
L：不然，你們(E、B)換位置，讓他(B)被 A 踩，等一下方要記得回來喔。
B：好，來吧。
L：扶他屁股。
觀 1：再加把勁，像翹課一樣。
A：屁啦。
L：對呀，翹課不用爬牆喔。
B：等一下。
L：好再來一次(A，再次失敗中)。
C：A，教官來了啦，A，趕快爬過去。
A：教官來了也沒用，要“ 黑爸“(生輔組長)。
E：“ 黑爸“(生輔組長)，來了喔。
觀 1：好，等一下打電話叫他(生輔組長)來，趕快爬。

E：你會死的很慘的。
A：喔，我手好痛喔，要休息一下(吐口水)。
L：不要一直吐口水。
觀1：對呀，這樣很沒有衛生，會罰1200的。
A：你不要以為這裡是新加坡。
觀1：現在台灣也要罰錢。
B：台灣都捐給別人。
L：你們剛剛那樣幫忙很好，要不要再試一下？
A：老師，我口很渴，先休息一下。
L：好，那趕快爬，等一下下來就可以喝了。
B：好，來吧123…。
(A，成功上了第二層)
L：E，換你了。
E：B，拉我吧。
A：好，123…。
(E，成功上了第二層)
A：好高喔。
B：好恐怖，我要下去。
L：還沒到呀，加油。
E：老師，等一下不會叫我們爬到頂端吧，我還爬二次。
L：我們真得有爬到頂端了呀，不然你們先爬，等一下我們爬給你們看。
A：不要浪費我時間，我等一下，還要玩別的。
L：你們先爬，你們爬到哪裡，我們就爬到哪裡。
B：好，開始了。
E：是男人就帶種。
L：好，加油，開始了。
A：不要這樣啦，我想下去啦，好高喔。
觀1：要證明自己喔。
E：是男人就證明自己，就站著。
A：不要晃，早就男人了，拉緊一點。
E：那就站著。
A：拉緊一點。
L：不要開玩笑，B，人站起來。
B：站不起來。
A：太緊了。
E：老師鬆一點。
L：腳跨上去，趕快上去。
(A，試著爬上第三層去失敗了)
A：B，腿給他踩。
L：踩錯地方，他會很痛，A，你不要開玩笑，他(B)已經很努力在幫你了。
A：踩到哪裡，問題繩子是這麼緊，我要怎麼爬。
L：就是繩子你才好上去。
觀1：你要鬆要緊要跟我們講，不是在前面那邊講。
A：好緊一點…。
L：你要加油，不然，B的腳會很痛。
觀1：你要相信自己，你很厲害的。
A：好啦。
L：來吧，加油。
B：好啦，手啦。
L：好，腳跨過去，B，你撐他(A)的屁股。
A：我數123，你們要往後拉喔。
觀1：不是我們拉你(A上去，你也靠自己的力量。
(A，成功上去了)
L：對了，很好，E，你要回來喔。
A：會跌倒，拉緊一點啦，你白痴喔，會跌倒。
L：你(A)請她(F)拉緊一點，不要罵她白痴，她是要幫助你的人。
A：F，拉緊一點啦，會跌倒啦。
E：再鬆一點。

L：好。
A：F，我叫你拉緊一直放鬆。
B：拉緊一點。
(E給B踩，B在試著往上爬)
L：E，等一下，你自己也要用力喔，B，已經做好動作了。
觀1：A，你要幫B喔，他要上去了。
L：123…上，好，沒踩穩，再一次，加油。
A：你(F)來不及收繩子可不往後走，好不好。
L：她一定要回來收。
A：好，你先收繩子現在收，我抓好。
觀1：你(A)對你的確保團隊這麼兇，她(F)等一下不幫你確保了。
A：再前進一點。
B：我待會怎麼上來。
L：好，上123…跨上去。
(B，成功上去第三階)
L：很好，你們兩個，換E了喔。
B：等一下。
L：好，準備了喔，你(E)要上去先跟我說，你們兩個手給他。
觀1：兩個要幫忙。
A：我手沒力了啦。
L：B，你要幫他(A)喔，你(E)要上去，要喊口令，我就知道了啦。
A：123…。
E：我手快斷了。
(E，成功上去第三層了)
L：好，很好喔。
A：再一層就要下去喔(三個人在吐口水)。
L：你們愈來愈棒了。
觀1：不要再吐了，怎麼那麼沒有衛生呀。
B：這一層上去之後，我們就可以下去要不要。
E：你想太多了。
A：我不想上去了。
B：上去之後，就可以下去呀。
觀1：上去之後就可以下來。
A：先休息一下我手超酸的。
E：好呀，我也是呀，休息一下。
觀1：我們確保的也是呀。
E：休息五分鐘。
L：好，可以了，三隻小豬，加油。
B：她(L)罵我們豬，我們可以不要爬了。
A：好。
L：幹嘛這樣。
C：哈。
E：誰叫你汙辱我們，汙辱我們，我們不爬了。
L：你們不知道豬是世界最可愛的動物。
A：對呀，你不知道這是言語的安全嗎。
E：對呀，言語安全。
L：哈，好…我會注意，你們也請注意。
觀1：好，那你(B)要站起來呀。
B：她(L)汙辱我們，我不爬了。
L：沒有人在汙辱你。
觀1：來吧，再來一層。
A：喂…我要跳下去了喔，F，準備幫我確保。
L：不行…不行這樣子。
觀1：來吧，還有一層。
A：我不要。
L：快一點，加油，你們一定可以的。
A：我想坐下來。
L：你們快一點，才不會消耗更多的體力。

B：怎麼樣，誰先上，你(A)先喔。
L：好，A 先上。
A：我數 3，就跳喔。
L：喔…很好。
觀 1：轉錯邊了。
A，這樣他們會晃啦。
觀 1：你要轉過來才可以幫他們，B，加油。
B：我腳會在抖。
A：動不動就抖腳。
L：還可以開玩笑，代表還有很多力氣呀。
A：等一下，就要下來喔。
L：還沒呀。
B：什麼。
觀 1：你們都還沒上去就在講條件了喔。
A：對呀，要不然。
L：加油，做到再跟我們談條件。
E：已經做到了呀，我第二次了。
L：你很棒，所不你(E)要試著幫他們做到，來吧。
A：等一下，她(F)要先幫我收繩子(言語不安全中)。
L：言語安全喔，你們剛剛不是提醒我了。
A：手給我。
L：小心喔，不要踩到 E 喔。
A：好來，123…。
L：很好…(A 成功上去第三層)。
A：等 E 站起來。
L：好，等 E 一下，好，你喊 123，我們走。
B：鬆一點。
L：E，你喊口令
B：等一下，我的手鬆了。
L：加油，真得很棒，要不要再上去一個。
觀 1：再一格，就好 “ 挫冰 “。
E：好，我要挫冰。
觀 1：沒有這一格喔，等一下要跑二百公尺喔。
A：哪有人這樣。
L：你們要不要試著看看，你們真得很棒。
B：不要。
A：不要上一格喔，會跌倒。
觀 1：現在下降，要跑二百公尺喔。
B：我腳在抖了。
A：我聽你在講。
L：你們可以的，要不要試試看，你們真得很棒，應該還有力氣。
A：我沒力氣了啦，你不要一直吵，都你在講就好了呀。
B：不要，我很害怕呀。
觀 1：你們三個是很厲害的，我們派出最強的。
B：我要下降，誰先下。
L：還沒喔，不行喔，誰先上。
觀 1：再一格，就可以喔，你們三個是伙伴喔。
A：屁啦，就不行呀，等一下再上去，你不是又叫我們上去。
L：不會啦，最後一格。
A：你當我們白痴喔，汙辱我們喔。
B：對呀，汙辱我們的 IQ。
L：對呀，你們不要輸給資源班呀，A，你真得可以。
A：我不想。
觀 1：你是不想，不是不行對不對。
A：我不行啦，我無力了，我要下去了，你不要吵啦。
L：再一格，就可以下來了呀，E，想上去呀。
B：好啦，我蹲下來幫他。
A：等一下啦，跟剛才一樣啦，要不然，等一下你(B)要怎麼上去。

B：什麼，我沒有要上去了，你(A)要上去喔。
A：要不然呢。
B：什麼。
A：要不然呢。
B：什麼，又要上去呀，最後一層喔，要挫冰喔。
觀1：有志氣，要加油。
A：幾個人有？我們五個嗎？
觀1：五個都有還要爬一格。
A：不要，我們三個有就好了。
觀1：可是你們是一個團隊。
A：屁啦，不要啦。
B：我要下去了啦，不玩了。
觀1：好，先上去吧。
L：好，加油…加油。
B：再一格就好了喔。
(A，在試著上去第四格階梯)
A：123…。
L：對了，很好。
(A，在成功上去第四格階梯)
B：老師你有沒有看到我的腳在抖。
L：沒有，你的腳很穩。
A：拉緊一點啦。
E：那個女的，L，拉緊一點啦。
L：哈，我喔，已經很緊的。
觀1：你們這麼沒有禮貌，回去學校要好好訓練一下，請“黑爸“(生輔組長)來跟你們講。
E：去請呀，快一點啦。
L：不可以這樣子，他們已經爬到失去理性了。
E：對，已經失去理性了。
A：不要再哭夭了。
觀1：E，愈危險要愈冷靜呀，不可以這樣子。
E：拉緊一點啦。
觀1：我已經拉很緊了。
B：不要這樣子嘛，挫冰分一點給你(確保團隊)吃呀。
A：哈…不要這樣子啦，我會沒有力氣拉他(E)上來。
L：加油…。
E：123…(B要試著上去)。
L：腳用踩直，B，你的腳要蹬直，不是踹他(E)。
E：會痛呀。
L：E，你的腳出力就好了，再一次就好。
B：好，那我不要上去了。
L：你的伙伴都已經上去了。
A：沒關係，我可以下來呀。
B：對呀。
A：我手麻掉了。
觀1：再幫他(E)一下。
E：E，你的繩子打到我的“生殖器“了。
E：有嗎？
A：你(E)還打…又打了。
觀1：那你(A)的腳繞過去嘛。
B：我手好痛。
A：我也是，手沒力了。
C：哈…A，你是不是沒力了。
A：你才沒力了，最高境界的男人會這樣嗎？
L：那你要表現給我們看呀，加油。
觀1：下面還有兩個人等著你(A)幫忙。
E：我在挑戰你的腰力呀(E，在搖與玩耍中)。
A：你不要這樣子啦，白痴喔。
L：你(E)不要再玩，等一下，我們沒有力氣，危險的是你喔。

E：對呀。
L：來，B，加油，你可以，你真得是很棒。
B：好，123…。
(B，成功的上去第四格)
L：很好喔。
E：在搖中。
A：你(E)白目喔，等一下我們不幫你了。
B：白目喔，欠打喔。
L：他(E)剛剛幫你們(A、B)上去的呀。
A：誰叫他白目一直亂搖，我手沒力了。
B：我也沒力了。
L：來吧。
A：等一下，F，收繩子。
B：C，等一下給你吃冰。
觀1：還有一個。
A：休息一下喔，不行喔。
L：手握好。
(E，還在搖與跳中)
A：不要跳啦，幹…白痴喔。
L：好，來，手給他(A)，愈來愈高了，要加油。
E：123…。
(E，成功上了第四層)
B：好了，有冰吃了，要下去了。
觀1：等一下。
B：什麼，等一下。
觀1：請問一下，是誰幫你拉上去的。
A：F，謝謝你們。
觀1：對呀，他們兩個(C、F)沒有挫冰呀。
A：我分C一半。
觀1：你們要不要為他們(C、F)爭取一杯。
A：你不要一直吵，神經病。
L：你們真得很棒。
A：你們不要一直叫呀，又不是你們在爬。
觀1：他們(C、F)也是團隊的呀。
B：不要又來這一套，腳在抖了啦。
E：下去再說啦，快一點啦。
觀1：你們往上看一下。
A：好高喔。
L：哈…。
觀1：快到了…你們看你們爬了幾個了。
A：不要一直叫嘛。
B：我要下來了，每次都來這一套，不吃就不吃，C，我的也分你一半，你就一碗了。
L：哈…那F呢…。
A：我的全部給他們吃啦。
B：好分配好了。
觀1：那我們呢。
E：你們自己買呀，不要吵。
B：你們喝水就好了啦。
A：不要讓我們浪費力氣呀。
觀1：那代表還有力氣跟我們吵。
L：好啦，下來啦。
F：那你就下來呀。
B：怎麼下來，繩子會斷啦(恐懼中)
觀1：B，下來呀，那你不要下來是不是？
L：B，你看A怎麼做。
A：準備下降，你(F)不會喊口令喔，你(F)要說說確保完成。
L：對，A很好。
F：確保完成。

A：開始下降，你(F)不用說下降喔。
F：下降嘛。
C：哈…。
L：你(B)看 A，這樣子是不是不會掉，A，你剛做得很好，讓 B 有力氣了，兩隻手抓繩子，很好…。
B：喔…好痛，我請你(C)吃五口。

4、大擺盪

L：這個活動呢，是你們個人要挑戰自己，等一下，這裡有一條黑繩子，我們其他的人會幫拉上去，而上去的人自己需要把繩子，然後，就會彈開。
C：是喔，老師，等一下要自己解繩子喔。
L：對，等一下你們上去，會一個一個教的。
A：這個蛋會破壞嗎？
L：不知道，你(A)可以問他(E)，好，團隊準備喔，走了，你如果想停可以跟我們說喔。
(團隊幫忙拉黑繩子，E 就一直到最高點)
L：E：加油。
A：到底要不要下來呀。
L：好，你可以拉了。
E：好爽喔。
C：我不玩了。
B：我不敢了。
A：你(E)不要一直叫啦，一直叫。
L：A，你要讓他(E)發洩一下呀。
C：E，很好玩嗎。
E：好爽呀，下來那一好爽，你會軟掉了，等一下再一次。
B：我不玩了。
A：幹嘛不玩。
C：你先、你先。
A：難得來呀，幹嘛不玩。
C：我不玩了。
B：我腳在抖了，不玩了。
觀 1：一生一次，以後沒有得玩了呀。
B：沒有關係。
C：A，你先。
E：你(A)會怕死。
C：A：我不要玩。
L：下一個，換誰，A，安全帽要戴好喔。
C：E，你心臟會不會痛。
B：我怕下來時心臟停止。
C：A，換你了呀。
B：這比 G5(遊樂設施)還恐怖。
(A，上去挑戰了)。
A：好爽…，C，你不玩你會後悔。
C：真得嗎。
A：我騙你幹嘛。
C：好啦，那我先，老師，我不要太高喔。
L：好，多高，你可以跟我們講。
C：(C，上去挑戰中)，啊…(尖叫中)，媽呀。
L：C，加油。
C：好高喔。
L：可以嗎？
C：好：可以了。
(解開繩子)
C：啊…(尖叫中)，好爽喔。
L：C，什麼感覺呢，好爽，下來那時候，很爽。
C：B，你一定要上去，不然你會後悔的。
B：真得嗎，會不會恐怖。
C：只有下來那一剎而已。

L：是呀，一定要上去試試看。
B：好，拼了吧
(B，在上面挑戰中)
L：B，加油，我們會幫你的，來吧，團隊們，用力拉吧。
B：好了…。
L：要不要再高一點。
B：好了…可以了。
(解開繩子)
B：啊…好恐怖喔，好爽喔。
L：B，還好嗎？
B：對，好涼喔，老師，我有看到那邊是什麼東西，有人在採茶。
L：有想像中那麼恐怖嗎？
B：沒有啦，還蠻好玩的。
L：好，那換誰了啦…。
F：老師，我不敢玩，可以不要玩嗎？
A：喔…你一定要上去，不然你一定會後悔，都難得來了，玩看看嘛。
C：對呀，沒有那麼恐怖，很好玩。
E：F，你怕什麼。
L：對呀，F，加油。
F：可是我真得不敢。
A：B，還不是不敢，他還不是玩了，還說很爽。
L：對嘛，你就試試看嘛。
F：好啦，不要太高喔。
L：好，你想停，可以告訴後我們。
(F，上去挑戰中)
F：好了，可以了。
L：還好吧。
F：(發不出聲)，好恐怖，但是很好玩。
L：對呀，沒騙你吧。

5、panperpole

L：好，等一下，我們還要繼續挑戰“ panperpole”，所以我們往那邊走。
C：老師，那個很高，我不敢玩。
L：那個活動，你們要先想一下，你們要先設定什麼樣的目標，或有什麼願望或目標。
A：距離很遠呢。
L：不會啦。
E：最好是不會。
B：不敢爬。
L：你們的目標可以設成不同的階段，爬上去就已經完成了一個階段了。
A：假如走到一半，要下來要怎麼辦。
L：爬上去呀是你的目標第一階段，第二階段就站起來，第三當然就是前面的橫槓跳出去。
觀1：我看我先爬給他們看好了。。
C：好，你自己講的喔，你爬上去時，要像腥腥一樣吊著喔。
觀1：好，那有什麼問題。
B：你(觀1)爬了，我還是不爬。
L：好，那你們看看他(觀1)怎麼爬，這是最難的呀，你們已經挑戰那麼多項，每次都說不敢，可是還是挑戰成功呀。
B：還是不敢玩。
L：像剛剛大擺盪，你們還不說都不敢玩，結果還不是上去自我挑戰了。
A：每次做確保都是我們來做，那等一下我上去，誰要幫我做確保。
L：不用你們幫忙確保了，等一下確保由我們來做，所以你們可以放心。
B：老師，我一樣是負荷不了
C：對呀，老師，我有懼高症，其實我有懼高症。
L：但是，你剛剛都表現得很好。
A：我們最高也才爬到那邊(Multi line)而已，這邊跟那邊也差了半截。
L：沒有，你們剛上去那邊(大擺盪)已經跟這裡差不多了。
A：那裡是用拉的。

L：可是高度已經差不多了，你不能用理性來衡量，你們要試試看呀。
A：我爬到那邊超喘的。
L：哈…但是，你經過上次之後，你今天真得變得很棒，超強很多。
C：老師，可是我還是會怕。
L：這樣上去有不同的體驗，你可以設自己的目標呀，試試看，你可以設站起來就好了呀，站起來就是一個目標了，你可以站上起就突破自己了。
C：老師，其實我會怕嘛，真的啦。
L：很多事情你碰到都會怕，就是要克服自己呀。
C：老師，不要逼我，不然等一下我會自殺。
L：就是要克服自己呀。
C：不要逼我，不然等一下，我跳下來直接死掉。
L：不會給你有機會跳下來死掉，因為我們會幫你做確保。
C：我要解掉，在上面解掉。
(團體在閒聊，轉移話題中)
L：已經到最後一個階段為什麼要放棄呢，為什麼？
C：老師幾點了，什麼時候走？
L：先回答問題，為什麼到最後一個階段要放棄呢
B：因為這很高很恐怖。
C：其實我有懼高症。
L：宏，你看看你剛那個大擺盪也是很高呀。
C：老師，其實我真得有懼高症。
L：你(C)有懼高症，早上也被我治好了。
E：最好是喔。
A：屁啦，你又不是專業醫師。
觀1：那你(C)有什麼證明你有懼高症。
A：我有去看過醫生，我有極大的懼高症。
L：那醫生幫你怎麼做，怎麼測量。
A：他(醫生)叫我不要恐懼，一直講。
E：叫他(A)走到頂樓，叫他往下怕，看看會不會可怕。
B：然後再測心跳。
E：對呀，最好是。
C：其實老師也是有懼高症，老師也是會怕。
A：老師，你自己還不是不敢爬。
E：對嘛。
L：我有爬過，你爬上去那裡，你會看到我的簽名，你們自己上去看。
A：喇叭。
B：我現在看不到。
C：老師，我沒有望遠鏡。
觀1：你們不要不試呀，那七歲的小孩都已經爬過去了呀。
A：你不要唬爛。
觀1：真的呀。
L：我上次不是有放照片給你們看嗎，他真的七歲，你們不覺得已經來到這裡了呀，以後不會再來了呀。好，那給你們一點時間想一想。
A：好啦，我在考慮要不要上去，不要吵。
(觀1在爬中)
觀1：我筆可以丟下來了喔。
L：可以。
C：老師，我去接。
L：不要，因為這樣重力加速度會很痛。
B：A，你也可以去簽呀。
A：我猜他(觀1)摸不到。
B：不一定。
L：女生比較難，B，你的身高應該可以。
B：我不要，應該是可以的，可是我不敢爬。
L：我想問你們，生活中也是會遇到很多問題。
C：沒關係，我會克服自己的。
L：你要克服自己，所以你就要更克服這個呀，這代表你自己呀，這個都沒辦法克服，你怎麼回到生活中去克服自己，你一定會選擇逃避的呀，你現在就在逃避。

C：人家那麼純潔。
L：而且你們不是說不怕死。
C：怕死。
B：很怕好不好
E：敢死隊隊長今天沒來
L：上面有不同的挑戰呀，就先把你們戒菸當挑戰好了啦，你們可以心裡預設一個目標，看你們有什麼目標，再給你們五分鐘想一想。
C：老師，就不敢玩呀。
(天空在飄雨中)
A：老師，在下雨了不要玩了。
L：只要沒有打雷都可以玩。
A：那我等一下爬到一半，剛好打雷劈到我怎麼辦？
L：不會啦，我們也在下雨天也玩過了。
C：你們…那麼勇敢不怕死。
L：我們在學校才不敢抽菸、打架呀，也是很膽小的呀。
C：對呀，我們也不敢打架，也不抽菸呀。
E：對呀。
C：人家是怕死隊呀，老師，我真得不敢，不要逼我。
L：沒關係，你們有十分鐘可以想一想，沒有的話也沒關係呀，等一下我們就回家了呀，我們一輩子只有這一次以後可能沒有機會來到這裡了，我不勉強你們呀，而且你們要想一想，你們今天來這裡的目的不是來玩的，想一想你們有沒有學到什麼東西嗎？
A：你幹嘛只專注男生，F 呢。
L：我是講給大家聽的呀，我沒說誰呀，誰都一樣呀。
E：那你就不要一直問我們呀。
L：包括 F 也是呀，你上去可以設一個目標，你心裡有什麼目標，你可以設定呀，你們還有七分鐘，不勉你們，你們可以想一想。
A：我在鑽木取火不要吵我。
E：一定要專心一致，才能起得了火。
L：已經到最後一個關卡了，最難通常是在最後面的，放棄也可以呀，放棄也是一種學習呀，放棄也是你們選擇的。
C：你(A)要玩嗎？
L：還有五分鐘，現在只管自己，不要問別人，只管好自己，還有三分鐘，這是你們一生中最難的一個體驗，這個結束了就沒有更難了，還有一分鐘
C：老師，真得不敢玩呀。
L：好，沒關係，不要問別人，問自己，不敢突破的話，當然不敢呀，現在是自己自我挑戰呀，之前是有你的同伴幫你的，現在是自己要挑戰自己。
C：下雨了，我不敢爬了。
L：還有三十秒，不要的話，我們就收了喔，好，你們要挑戰嗎？
E：在考慮，再想一下。
L：好，再給你們一分鐘，以後可能不會再來這裡，也許在生活或在學校中，會面臨很多的選擇
C：你不怕喔。
觀 1：不會呀。
L：或者你們選擇放棄也可以呀，很多事情你們也都可以放棄了，也不有什麼影響呀，了不起拍拍屁股就走了呀。
觀 1：你們爬二格、五格也是爬呀。
A：問題是一上去之後，一開始就下不來了呀。
觀 1：沒有爬爬看，怎麼知道自己不行呢。
A：那爬到一半，忽然氣喘怎麼辦。
L：不會，我們會上去救你，你還沒試，怎麼知道自己不行。
觀 1：你們連梯子這樣走上去都不敢。
A：誰不敢走梯子呀，問題是走上去，就不能下來了呀。
L：E，要試試看嗎，E，你可以的。
C：對呀，E，你要玩嗎？
B：很恐怖喔，你(E)要玩嗎？
L：不要問別人，問自己，也不要去影響別人，B，這是個人決定正決策的部份
觀 1：就像剛剛我們玩大擺盪的時候，高度多少可以自己決定，像剛剛我們玩巨人梯時是強調團結合作才能成功的，但是現在是不一樣了。
E：好啦，死就死嘛（決定上去挑戰看看）。

L：E，很好。
A：可是下雨，就抓不到那一根了呀，那會滑掉呀。
L：也是可以，那是木頭，那不會滑。
A：我說那個…最上面那個。
L：你能爬上去就很厲害，站起來更厲害，跳出去我們就覺得你已經成功了，而不是說抓到木頭才成功喔，是你敢上去挑戰就已經成功了。
觀1：對，表示你願意嘗試就代表成功。
L：你們想想看，之前在教室玩時，不是很多東西，你們都說沒辦法成功，可是後來不是願意再試、再試，很多東西不是後來就慢慢成功了嗎，對嗎，現在一個人呀，就要自己去努力呀。
觀1：你可能覺得這沒什麼，但是玩玩看也不會怎樣呀。
L：掉下來會怎樣嗎，不會怎樣呀，這裡很安全的呀。
觀1：你們不是很多東西都玩了。
L：除非是你們經過了一整天，還是不相信我們幫你確保。
A：這不是死不死的問題。
B：這是…心理障礙。
L：對呀，現在就是希望你們突破心理障礙。
B：克服不了。
L：沒關係，你們就算不敢上去，等一下結束的時候，有上去的人可以跟沒上去的人去分享那個經驗，你不上去也是一個選擇，也是你自己對自己所下的決定，所以看你們到最後要怎樣決定
觀：我知道你們一定會在生活之中遇到很多困難，這就是你們眼前的困難呀，看你們要不要去解決呀，去試試看呀。
A：這有幾層樓高。
B：會死吧。
L：五、六層吧，不要想有幾層高，不會死。
A：我再考慮一下可不可以爬上去。
L：可以爬上去，就是試試看呀。
(E，準備上去挑戰了)
E：我要上去了呀。
C：幫我簽名喔。
B：我精神上支持你。
E：不要笑喔。
L：帶筆上去簽名呀，你們可以看看E怎麼做，E，很好喔，敢嘗試喔。
B：我會怕。
L：就是會怕才要挑戰自己呀。
觀1：誰不會怕。
L：對呀，很多事情遇到都會怕的呀。
C：加油…(對著E)。
L：我們給E加油一下吧。
F：老師，我覺得有給你洗腦的感覺。
L：我們沒有在洗你腦，我們是讓你們自己做自己的主人，也是讓你們想清楚。
F：有一點想要上去。
L：我們是希望你們想清楚，不是說回去之後，才跟我說後悔，那時就已經來不及了。
觀1：E，你爬好快喔，你是蜘蛛人，你怎麼那麼棒。
L：好厲害喔，E，你要不要幫我簽名。
觀1：等一下你們可以在中間的部份，比較空白，比較可以簽，上面很多人的名字。
L：好，慢慢站起來。
E：不要，我怕死了
L：好，那你可以看看風景好了，你看一下有沒有小人國。
E：沒有呀，我怕死。
C：你先起來看看。
L：對呀，先站起來試試看嘛。
E：先讓我欣賞一下風景嘛。
L：好…。
觀1：大家忽然變得非常體貼。
L：哈…嗯。
E：媽媽，我要下去。
L：有沒有什麼話要對你媽說的。
E：有，媽，我要死了…。

L：沒那麼容易喔。
E：幫我買保險，有買有保佑，沒買出事情喔。
C：哈…。
L：你有什麼話想對 A 說的。
E：有，A，你要上來陪我。
L：那你要先站起來呀。
E：叫他上來呀。
L：沒有，你要先下來呀，因為繩子只有你身上那一條，你沒有下來，他就沒有辦法上去，加油
A：等一下，你有什麼話想對主任說。
C：對，趕快。
E：主任…我跳下來你回學校要幫我記大功。
主任：考慮看看。
L：你一定會跳下來的，那你就是要記大功喔。
觀 1：哈…對呀。
E：你們不要再叫了…(大尖叫)。
L：他(E)已經有點失去理智，瘋了。
E：你門不要再叫了…。
L：E，你遇到困難要冷靜下來，我跟你說，你的腳要踩著往後踩著，你剛剛爬上來的那個環嘛，然後踩著，再慢慢爬起來。
觀 1：哈…他沒有到你(L)再示範一次。
A：老師，他在上面睡覺。
L：你(E)有看到我剛剛美麗的示範嗎？
E：沒有…。
(經過了半小時，E 還是沒有站起來)
L：好，那你現在站起來就有挫冰了。
E：我沒看過挫冰是長條形的，而且還有圓柱呢？
觀 1：哈…。
L：你不是知道這是新型的挫冰嘛。
E：好啦(試著站起來中)。
L：對，很好。
E：會晃嘛。
L：對，不會那是假象。
E：最好是喔，不要驗我。
L：風風雨雨本來就是正當的呀。
E：你在喇叭，不準騙我，說實話，柱子是不是在晃。
L：好，沒有吧，我們看起來柱子沒有在晃，那是風。
E：你們不要吵。
L：哈…他現在已經失去理智了。
觀 1：對，就是這樣，踩後面。
L：很好。
觀 1：吸氣，放輕鬆。
L：對，深呼吸一下，冷靜一下，好慢慢站起來。
(E，站起來誕)。
L：很好…(全場歡呼中)，好厲喔，這樣子才做得到喔，抓到大功給你喔。
E：我不要。
L：你不是要大功。
E：我不屑大功。
L：啊…不屑了喔。
C：哈…。
A：跳級畢業了喔。
E：我要高中三年級，你娘呀…我真得很怕呀。
L：加油。
E：很害怕呀。
L：不會呀，我們都在下面支持你呀。
觀 1：對呀，遇到困難本來就是會害怕的呀。
L：可是你真的超讚的，你(E)還趕爬，而且現在又站起來。
E：我不敢跳呀。
L：用力，腳微蹲，就這樣往前跳…就這樣。

E：我就是不敢呀。
L：E…加油。
(E，在上面已經站在 60 分鐘)
L：大家已經等到快沒有耐心了，E，你在想什麼
E：想死掉
L：加油，要不要我們幫你數 123，你就跳
E：好，等一下
L：好，來準備喔…123
E：(還是沒跳)。
L：加油喔。
E：我會怕呀。
L：對呀，所以要加油，往前跳。
E：好啦。
(E 經過了一個小時又數十分才完成自我挑戰)
A：E，你快下來，我要上去啦，時間快不夠了。
L：E，你可以告訴我們，你在上面時，在想什麼。
E：想死掉，不知道怎麼下來。
L：還好嗎。
E：嗯…。
L：好，換 A 了，加油喔。
A：我應該不會那麼久吧。
L：加油。
C：A，加油。
B：對，加油喔…56。
(A，在攀爬中，準備站起來)。
觀 1：對，趕很站起來，你就可以破今天的記錄了，對，站起來，深呼及一下就跳下去了。
L：對，很好，不要想太多喔。
觀 1：腰出力，手也出力，然後往前蹲…跳。
A：等一下，先讓我喘一下，很喘呢。
觀 1：好…不要吸太久，吸太久會一個小時。
A：等一下嘛。
L：好…對不起，我們忘記你剛剛爬上去，哈…，要緊要鬆你可以跟我們說。
A：鬆一點。
E：老師，那上面有好幾個沒有東西呀。
L：那是故意的，有時候把手讓你抓，有時候是洞的讓你抓的。
A：這樣可以嗎…(請示確保中，示跳數次還是沒有成功)。
觀 1：可以的，都好了。
A：沒有勇氣呀。
L：我們給你倒數好不好。
A：可以。
L：321…跳。
(A，跳下來了，沒有抓到)
觀 1：他雖然沒有往前跳，但是還是有往下。
A：老師，我蛋好痛呀，啊，我忘記簽名了。
L：哈…那你要不要再上去一次，怎麼會忘記呢？
A：不要。
觀 1：哈…。
A：不要，因為我腿軟。
觀 1：不過你(A)很棒，你沒有花太多時間，你們要相信很安全的。
L：好，東西收一收吧。
A：我很好笑嗎。
L：沒有啦，你很厲害了。

第 8 次活動逐字稿

L：今天的活動很簡單，就是你們要用你們之前所學的經驗，都應用到，可以開始了嗎
A：好。
L：這裡有一個鐵釘盒，先把鐵釘倒出來，然後先不要碰。
A：最後一節了，要珍惜這一節。
E：對呀。
L：所以你們要乖一點，這裡有一些釘子，這些釘子要做什麼呢，等一下你們要利用釘子呢，全部都能站在這個釘子上，好，來先看一下，F，看一下。
C：等一下，我要看久一點。
L：好，這個盒子呢，這旁邊沒有任何東西，所以等一下，你們不用去管盒子怎樣，好，先不要碰，先聽規則，規則就是。
A：老師，你又在吹喇叭。
L：沒有，這真得可以的，這有一個規則，不可以使用外力，外力是什麼呢，就是，F 的頭髮比較長不可以用頭髮把它綁起來。
E：嗯。
L：不可以使用暴力，就是說，用力量把鐵釘折彎，讓它站起來，還有一個，不可以使用念力，例如說：站起來…。
C：哈，站起來…。
L：對，不行使用念力，那目標呢，就是所以的釘子，要站在這上面。
C：可不可以試試看？
B：屁蛋。
A：老師，可以可以用這個？
L：不行，那只是放盒子的東西。
A：為什麼？
L：那只是裝釘子而已。
C：不行啦（C，在嘗試中）。
L：好，來想想辦法怎麼做。
A：那你用給我看。
L：對，趕快想想看，C 很厲害喔，已經一根了喔，加油喔。
（成員在很認真嘗試中）
A：這很難呀。
L：所以要想想看。
（過了五分鐘）
L：好，如果你覺得有可能就姆指向上，不可能辦到的就姆指向下，好，來，覺得可能不可能。
（B、D 覺得不可能；F、C、E、A 覺得可能）
A：老師，喇叭。
（E，在旁邊敲釘子）
A：你不要一直敲好不好，很吵呀。
C：E，你白目喔。
A：老師，站上去就可以了嗎？
L：對，釘子全部站在那根釘子上面。
（成員很認真在嘗試中，過了十分鐘）
C：換我。
L：好，來，你們覺得再五分鐘之內，你們覺得可以完成嗎，好，可能給我表示，好，(F、C 覺得可能；A、E、B、D 覺得不可能)有人覺得可能，來再試試看。
C：對呀，老師都說覺得可以的。
L：對呀，所以再試試看。
A：你每次都這樣。
E：就像那根柱子一樣。
A：很晃呀。
L：好，來趕快想喔，這活動很難喔。
A：用膠水可以黏在這上面
L：不可以用外力。。
E：可以用念力嗎？
L：不可以，還有不可以用暴力。
E：那努力好了。
L：好，也可以。

(成員在嘗試中，五分鐘)
A：來，我想到了，給我試試看　。
L：很好，已經有概念了喔。
A：就是，我們先把釘子這樣，先不要讓它倒一邊，然後等一下再把它放在這邊。
L：你們已經快成功了喔，很好喔，有概念喔，再想想辦法。
(成員在嘗試新方法中，又失敗了喔)
L：好，再問你們，再五分鐘之內，你們覺得有可能完成嗎，可能嗎？
(F、E、A、B、D 覺得不可能；C、覺得可能)
L：好，還有一個人覺得可能，來我們再一次，那我們等他。
(成員在嘗試中)
C：E，你不要吵，讓我安靜想一想　。
A：好，我想到了，給我試試看(成員在嘗試中)。
D：才不可能呀。
A：屁啦。
L：F，你有沒有想到辦法。
F：沒有。
C：好，F，你有想到嗎？
A：對呀，F，你想想看。
D：老師，我用念力讓它浮起來了。
C：你(E)放屁啦。
D：真得浮起來了。
C：你(D)賤手。
(C 在嘗試中)
L：來，你們覺得再一分鐘有可能嗎。
(F、E、A、B、D 覺得不可能；C、覺得可能)
L：C，你還覺得可能喔。
C：嗯，不要吵啦。
D：等一下，老師出這題目，老師也不會，哈。
L：好，你們如果覺得可能的話就要繼續。
C：老師，你不要吵。
L：你們覺得可能的話，就要繼續。
D：老師，你給我研究一個禮拜，哈。
L：剩下五分鐘。
C：噓…。
L：好，已經很好了，一根了。
D：老師，你用成功過嗎　。
L：嗯，因為 C 覺得可能，所以我們在等你。
(成員在嘗試中)
A：好，再放一根。
(E，在一旁拿釘子敲木板)
A：白痴喔，等一下，用壞了叫你賠，白目。
L：好，可以嗎，可能不可能。
C：喔，不可能了，D 呢。
D：不可能。
L：都不可能了喔。
C：我不相信老師會。
(L，在示範中)
A：這麼簡單，誰都會呀，怎麼不早講。
C：對呀，怎麼不早講。
L：那你們怎麼沒有想到呢？
A：因為沒有像你那麼奸詐。
C：好，厲害喔，成功了(正向的鼓勵中)。
L：好，你們可以試試看。
C：好。
A：喔，這麼簡單。
C：好，鼓鼓掌。
L：好，每個人都可以試試看。
C：老師，這個好屌喔。

L：好，這想問一下你們，為什麼有些人就覺得可能，那到後面就放棄了呢？
A：因為，沒有自已嘗試過。
L：沒有試過，還有嗎，那C，為什麼到後面覺得不可能了呢。
C：因為沒有方法了。
L：已經找不到方法了。
C：對。
L：還有嗎，其他人呢，B呢，為什麼那麼早放棄？
B：因為用不出來呀。
L：因為用不出來就想放棄。
B：對呀
L：F呢、D呢，D，一開始你覺得可能嗎？
D：嗯。
L：那後來為什麼覺得不可能了？
D：因為…襪子好臭喔。
L：不要轉移話題，那後來為什麼覺得不可能了。
D：我想一想，因為去試…因為沒有每種方試都去試。。
L：所以你(D)就覺得不可能。
D：沒有。
L：那你(D)為什麼放棄。
D：因為每一種方式都試過了。
B：要一起想。
L：你們在這個活動一開始時都覺得可能嗎？
A：可能。
C：可能。
L：嗯…那後來是不是因為時間的關係來不及來，有壓力了，所以後來就放棄了，這樣的情形，有沒有跟生活很類似的情形。
E：考試。
L：E，說考試，為什麼。
E：因為考試有時候都一直試，可是都沒時間了，所以就放棄了。
(因有D的同學來找他，在旁與其同學玩耍)
L：D，快一點喔。
A：對呀，白目喔。
L：好了嗎，E，剛剛E說考試，D…。
D：是，C啦。
C：哈。
L：D，你不要插話，尊重別人。
L：E，你要不要再說一次。
E：就是在考試時，因為一直算，時間就不夠了，來不及了。
L：還有嗎。
A：還有上次跳那個六層樓的情況。
L：你說上次跳時，發生什麼事情？
A：就是一開始不敢跳，然後我有一直在複習，而到最後時，我覺得時間快不夠，然後我就上去跳，深呼吸一下就沒有十幾分鐘，就跳下來了，對呀，都他(E)害的。
L：一開始你覺得可能嗎，A？
A：不可能，都他(E)啦，在上面站那麼久，都快二個小時了。
L：是他站太久，會影響你嗎？
A：對呀，是他(E)不信任確保的人，害我也有點不信任呀 。
L：其他人呢，還有沒有，一開始在玩活動時，你覺得可能，那後來因為我的影響，時間的關係，還有其他人的影響，而使你放棄，這樣的情形有沒有跟生活很類似的？
B：有呀，上次走那個。
L：走什麼。
B：就是那一條線。
L：喔…MUTI-LINE，你覺得有可能會過？
B：嗯…對。
L：那上去之後就覺得不會過了嗎？
B：對呀。
(A在與C講話)
L：F，有沒有想到其他的，你有聽到我說的？

F：沒有。
C：豬喔。
L：(使眼色中)
C：好，我知道，言語的安全。
L：好，我再說一次。
A：不要一直重複好嗎？
L：那我說什麼？
E：就是，大家一開始都以為可能，到最後我們都說不可能，只有 C 說可能，所以到最後 C 終於說不可能。
C：對嘛。
L：那有沒有因為我的壓力。
A：對嘛，言語壓力。
L：言語壓力，那你們有沒有覺得這種情形跟生活很類似的地方，在家裡，或在學校
(成員在玩耍中，A 唱歌中)
L：A…你要不要再說一次。
C：有，就是上次那個走鋼絲的，本來以為很簡單，可以上去走就覺得不可能了
L：喔，你覺得在下面看很簡單嗎？
C：對。
E：我想到一句話就是“我以後不敢做壞事了“(影射 B 中)。
C：哈…。
A：對呀，他(E)很白目，害我一直在那邊站。
(C、A 在旁邊玩)
L：好，最後一個問題，在這麼多活動，你們覺得為什麼會受到別人的影響就很容易放棄？
D：要去做才有可能，凡事都要試試看，需要引導者來引導。
A：需要別人來引導。
L：還有嗎？你們覺得生活中有沒有覺得不可能的事，到後來做了之後就覺得可能了
A：像學校考試本來覺得不可能，書多唸一點就覺得可能了，像我這次的地理考 78 分，比以前好很多
C：老師，像我在吃東西時，就會想到在高空中走鋼索時抓那個東西時，會比以前小心，比較會想愛惜自己的生命。
L：高空繩索會讓你比較愛惜生命。
C：對。
L：是 MULTI-LINE 嗎。
C：就是過去抓那個繩子的活動。
L：對，這個經驗會讓你比以前更小心。
C：對。
L：為什麼？
C：因為我怕掉下去，我還沒生孩子。
L：就為了生孩子。
C：嗯。
A：明明就是還沒爽到。
L：A，你不是說要戒菸了。
A：我已經戒了，兩個禮拜沒抽了。
L：真得嗎，在家也沒有嗎？
A：嗯…。
C：咳…。
D：咳…。
L：那為什麼 C、D 在咳嗽呢？
C：因為我們喉嚨癢。
A：我在珍惜生命所以不抽菸。
L：為什麼？
A：因為人生 70 才開始。
L：珍惜生命所以不抽菸。
A：因我想活到一百歲。
L：已經多久不抽菸。
A：二個禮拜嗎。
L：好，那剛剛活動中，為什麼到後來你們都覺得不可能了呢？
C：因為有人後來就開始覺得不可能。
L：還有嗎
B：就是上次玩那個鋼索，在下面看覺得可能，但，上去開始之後就覺得不可能

L：這個活動有讓你(B)想到那個鋼索活動嗎？
B：對…。
L：那戶外的活動會比較影響你(B)是嗎？
B：對。
L：為什麼？
B：因為很恐怖。
L：很恐怖的經驗記得比較清楚是嗎？
B：對。
L：是受到別人嗎？
C：對。
L：那被別人影響之後就會想放棄了嗎？
B：對呀，別人都說不可能了。
E：對呀，有時候會受到別人的影響就放棄了。
L：嗯…還有嗎，那剛剛不可能的原因還有哪些？
A：時間。
L：怎麼說？
B：有時候時間就不夠。
L：那生活中有沒有很類似的情形？
E：就像考試的時候，在算數學時，想說時間還有很多時就一直算，可是發現時間快沒有時，又還沒算好。
L：嗯，所以就覺得不可能。
(下課鐘響起)
L：好下課十分鐘。

翻頁子

L：好，來吧，接下來這個活動很簡單，等一下你們都要站在這一塊 B 上，有一個目標，就是要把這一塊布整個摺開來，那規則就是，全部的腳都要在這塊布上，只要有人碰到地板就要重來。
D：老師，那你也進來。
L：我沒有進去。
B：腳要再裡面嗎？
C：好開始了。
L：目標是什麼？
C：就是把布翻過來。
L：嗯，好開始了嗎，要六個人一起喔。
B：怎麼可能？
L：所以要想想辦法呀。
D：六個人的腳。
L：對，六個人的腳都要在上面，只要身體其他部位碰到地面就要重來。
A：六個人，這布很小呀。
L：所以要想想辦法，討論一下。
C：我跟你(B)，你揹我。
D：老師，腳可以放地板嗎？
L：腳不可以放地板。
D：那腳要怎麼翻？
L：所以你們要一起想辦法呀。
D：不行呀，怎麼做？
L：想辦法。
C：好了，趕快來吧。
B：一定要成功 。
(成員在嘗試中，失敗)
B：F，你快一點啦。
L：F，來吧，一起加進來吧，快成功了喔，加油。
C：好，開始了。
B：D，你在哪邊。
L：加油喔。
E：不行啦，太小了。
L：所以要想辦法呀。
C：F，你過去一點啦，過去啦。

F：我已經過來了呀。
L：言語安全呀，小心一點。
A：好，不要動，我在外面，你(E)在這裡。
E：那我過去。
A：站好喔。
L：對，想想辦法。
D：好，我站這裡。
L：開始了嗎，全部打開再開始。
C：好。
(成員嘗試活動中，失敗)
L：加油，這是最後一個活動，更要加油喔。
E：大概要一個小時吧。
C：好，F，你進來啦。
A：踩那麼前面，後面怎麼翻過來？
D：對呀。
L：你們想想看，這張紙是你們的過去，然後，你們要怎麼把未來翻過來？
E：這樣嗎，要有一點空間。
L：嗯，要有一點空間。
(F，在外面看)
C：F，你進來啦。
L：F，一起加進去，每個人都要進去。
(成員在嘗試活動中)
C：好，先進來。
A：屁啦，進去之後，怎麼翻過來？
C：可以啦。
A：好，先進去，讓 C 試試看。
(成員有人腳在外面失敗)
L：有人腳在外面。
C：F，很不合群呀。
L：所以你們要注意呀，要告訴其他的人呀，來再一次吧。
A：好，我想一下。
D：好，知道了，太簡單了。
A：你(D)不要吵了。
L：F，你要想辦法加進去，有問題可以問他們。
F：好。
L：要你配合他們才可以成功呀。
F：嗯。
D：好，一定要一個空白的地方，沒壓到時，就可以踩。
L：對，D，那你要不要試著告訴其他的人。
C：老師，這真得很難。
L：所以要想辦法，大家一起幫忙，之前再難你們不是都過關了嗎？
A：就不行呀，一個 F，位置就會不夠呀。
L：所以要怎樣才能把位置找出來。
C：可以一隻腳踩著就好了，F，你快一點啦。
L：C，你這麼兇，F，他聽了會害怕，你可以溫柔一點嗎？
C：好啦。
(成員嘗試活動中)
A：好，過去一點。
C：來，一隻腳就好了，過去一點。
D：好一隻腳。
A：抱在一起啦。
D：借我拉一下。
L：C，你要做什麼動作，你要通知後面的人，B 你的腳。
B：F，又不過去，我要怎麼放。
L：要想辦法。
C：老師，她(F)好臭。
F：受不了。
C：受不了干我屁事。

L：C，你是不是跟 F 吵架了。
C：老師，我跟你講，你一定會很生氣。
L：好，那下課再講，先活動吧。
C：就有他就不行(在責怪 F 中)。
A：就不行呀。
F：那我不要玩了。
L：你們對 F 這麼兇，好，那 F 要休息了，你們五個吧。
C：好，開始吧。
(成員在嘗試活動中)
A：好，過來一點。
C：對，慢慢過去，D，你過來。
A：E，你過去。
C：好，再前進一點，然後，E，先過來。
A：好。
L：好，加油喔。
A：怎樣，你(D)先
B：喔…抱緊一點。
A：C，你再過去一點。
D：我們在搞四 P。
L：好腳碰到了，重來吧。
C：好啦，再來吧。
B：要先慢一點啦。
L：好，A，來吧，你們自己說五個人不是可以的嗎。
C：不是，每個人都慢一點。
A：好，可以了。
E：靠近一點。
C：進來吧。
A：D，進來呀，人過去一點。
C：好，我撐住，不要動，我慢慢翻過來。
(成員抱在一起，在嘗試中)
B：喔，這個動作很猥褻。
D：哈…好累呀。
C：好，A，換我翻了。
A：好，隨便你，快一點。
L：很好喔，B 的腳要小心。
C：等一下喔。
A：慢一點呀。
E：小心一點
C：過去，慢慢的。
A：漂亮。
L：很好喔。
C：快成功了
B：小心一點喔。
(活動成功達成目標)
L：好，很好，給自己鼓勵一下。
C，這麼簡單。
L：對呀，這麼簡單，你還說很難。
D：對呀，國小都會嘛。
L：哈…好，F，來吧，一起來吧，這個活動，在翻布的過程中，我不是有說，想像一下，那塊布很像是你們的過去，所以要想辦法翻到未來，在翻的過程中，你們有聽到什麼聲音嗎？
C：聽到，過去一點啦，用一隻腳，然後，A，有說：「B 你把布翻過來」
L：嗯…還有嗎。
A：還有腳要過去一點。
L：為什麼腳要過去一點？
A：因為要縮腳重疊再把它翻過程
L：為什麼
A：因為兩隻這樣沒有辦法翻，假如腳重疊，縮小空間，這樣才有位置有空間才可以翻
L：一個是過去，一個是未來為什麼跟空間有關係。

C：因為小時候就很小，然後就慢慢變大。
A：白痴。
L：你是說小時候學習的範圍很小，然後長大就開始拓大學習的版圖了嗎？
C：對，好，換E說了。
L：在把過去搬到未來時，這段路辛不辛苦。
E：很辛苦。
C：辛苦。
L：怎麼說？
E：因為那個…都要很多的力氣。
L：很多力氣，還有嗎？
E：靠頭腦。
D：還要減少障礙的空間。
L：會遇到很多障礙是嗎？
A：對的。
L：遇到障礙有沒有有挫折感。
A：有。
C：挫折是什麼意思？
L：有沒有遇到困難會讓你心灰意冷的。
C：有呀。
E：像有時候做錯事情就不想再做了。
L：你(E)是說遇到挫折有時候就不想再做了。
C：對。
L：你們有常常這樣嗎，遇到挫折就很容易放棄。
C：嗯，不會啦，因為我們已經長大了。
B：沒有
L：那請你們想想看，這些活動有沒有幫助你在對之前的你，在遇到困難時更能迎刃而解嗎。
C：什麼是迎刃而解？
L：就是呀，我記得剛開始第一周時，你們遇到困難時，常常都會說不要玩了，想放棄了，那現在呢，有常常想放棄嗎？
C：沒有了。
L：有沒有進步？
D：我之前就沒有說了。
L：D，很好喔。
D：對。
L：好，你們經歷過這麼多活動，願意把自己的過去任何不好的事情都拋開嗎
D：願意。
C：不願意。
L：為什麼？
E：有些事情還是要懷念，雖然是之前是做錯的，都是…幼稚，那長大以後回來想想那時候感覺為什麼要這樣做。
C：對，可以想想為什麼以前要這樣做？
L：所以，有時候做壞事時是一種經驗嗎？
C：對呀，當你長大時，你會想小時候幹嘛那麼幼稚。
L：喔。
A：我想到了，每一件事情不完全是壞的，可以讓自己學習，因為做壞事會讓自己良心不安，以後就不會做了。
L：喔…原來是要先做看看，才會知道什麼是良心不安是不是？
A：嗯。
C：老師，換B了。
L：在翻的過程中，有沒有要跟過去的一些事道別
B：沒有。
L：那對未來有沒有希望？
B：有。
L：怎麼說？
B：不知道怎麼說。
L：好，沒關係，那在參加這些活動後，有沒有對自己有增加一些信心。
E：有，考試，我有多看點書。
L：還有嗎？

B：有啊，走鋼索呀，我現在不是不敢跳，以後就敢了呀。
L：喔，長大就敢了，那以後你們長大會想到這些事情。
B：會。
C：我會帶自己的小孩去玩。
L：還有嗎？在活動後，有沒有發現自己比較會控制自己的情緒？
C：什麼意思。
L：就是說，要在做壞事之前會不會先想到自己大概會有什麼的後果。
E：會呀，因為想一想做了壞事以後會有想想看什麼樣的後果。
L：A，那你為什麼會想戒菸，什麼事情讓你想戒菸。
A：嗯…想愛惜生命，就從去高空那邊的第一天開始。
L：為什麼？
A：因為發現要愛惜生命，人生還有很多事情可以體會。
L：你(A)上哪一個活動，讓你忽然有這種體會。
A：每個都這樣。
B：真得嗎。
A：你(B)不要一直哭好不好。
L：你們現在都還沒學習到尊重別人講話的權利，我們不是一直要強調尊重自己、他人嗎，在這裡沒有學到一點東西，那做什麼來這裡浪費時間，對不對？
C：嗯…對呀。
L：那你們覺得我有像其他的老師對待你們一樣嗎，我們都要互相尊重呀。
C：我覺得比較好玩。
L：比較可以放開做自己，對嗎？
C：對。
L：對呀，像你們要講什麼我很尊重你們呀，所以你們也要尊重自己。
C：這樣比較沒有心理壓力。
L：學校壓力很大嗎。
C：考試的壓力。
L：那其他人呢？
E：也是考試。
A：對呀。
C：還有罰寫。
(下課鐘聲響起)
L：好，那我們今天到這裡。

活 動 後 訪 談 逐 字 稿

附件七

A5 八 週 活 動 後 訪 談

L：在活動裡面包括室內、室外的活動，那一些活動讓你們學習印象比較深刻？
D：我覺得是滑索。
L：為什麼？
D：因為很好玩，而且很刺激
L：那 F 呢？
F：我覺得是一條鋼索那個。
L：multi line 嗎？
F：應該是吧。
L：為什麼？
F：因為讓我覺得很高，而且會搖來搖去，很可怕。
B：走鋼索。
L：走鋼索，為什麼？
B：因為讓我很害怕。
L：讓你很害怕。
B：然後，會一直記得。
L：會一直記得，還有嗎？
B：滑索、大擺盪很好玩。
L：那你在拉大擺盪的時候，有沒有讓你想到什麼事情？
B：沒有，腦袋一片空白。
L：那你在參加活動的時候，有沒有給自己訂定什麼目標？
B：沒有。
E：最後一個活動”偏顛 PION”，在上面站了 1 個小時？
L：在上面站了 1 個小時，你在想什麼？
E：我在想要怎麼跳下來。
L：如何跳下來,那你還有想到什麼嗎？
E：沒有，想到自殺，想到自殺以後不能選擇跳樓
L：所以以後困擾時會想到自殺？
E：自殺會選擇別種方法，就是不會選擇跳樓。
D：沒有，因為我覺得很簡單。
L：還有嗎？
F：沒有，因為我那時腦袋一片空白。
L：不會選擇跳樓，還有咧？那其它的人呢？
A：想到我以後不可能跟 E 一樣這麼“卒仔’’，站了一個多小時,耽誤大家的時間，然後再跳下來
L：那你還有想到什麼？
A：想到跳下去不知道會不會死，我只想到會不會死。
L：跳下去會不會死？耽誤到大家的時間，所以你是為了大家著想。
A：恩，對。
L：所以才很快的不想達成目標，你有設定目標嗎？
A：沒有，敢跳下來就好了
L：那你在上之前有沒有設定什麼目標？還是你的目標就是跳下來？
A：有，私事不能說。
L：好，沒關係你說設定什麼目標？
A：就是嘛，要進步考試要考很高，設定目標就是”考試考很高，但就是做不到”
L：好，你的目標就是設定考試考很高，可是回到現實生活中，沒有努力嗎？你有試著努力嗎？
A：有。
L：然後你覺得還是沒有達到你的要求是不是？
A：對，差 1 分就達到了。
L：差 1 分就達到了，那是不是比以前進步？
A：對，進步 10 幾分。
L：進步 10 幾分，那不錯了，你是指地理嗎？
A：對啊！
L：那 C 咧？有沒有那一個活動對你的印象比較深刻？
C：走鋼索，因為很恐怖啊！

L：很恐怖的當時，你還想到什麼事情？
C：想到會掉下去。
L：想到掉下，然後呢，那跟你日常生活中有沒有比較類似的恐怖的經驗，還是以前有沒有什麼讓你害怕過。
C：有呀，有害怕過。
L：日常生活中有沒有覺得害怕過？那你在走的時候有想到什麼？
C：想到走頂樓外圍那個，我們家頂樓那個。
L：那你們想想看，你們在參加活動完之後，你自己在跟過去的行為有什麼改變？
D：較能聽別人的話，有時候 A 叫我不要吵，我就不會吵。
L：為什麼要聽別人的話？
D：因為別人會指導我去怎麼做，如果沒聽就會有危險。
L：那 F 呢？
F：我覺得很好玩，可以跟別人說我有走過很恐怖的繩索。
L：那你會時常覺得不開心或別人在欺負你嗎？
F：有時候還是會呀，因為別人還是會亂說，但是，我會不理他就好了，不會不開心
A：不會輕易放棄。
L：A 覺得不會輕易放棄，怎麼說？
A：就上次玩遊戲的時候，然後一開始學得自己不敢過，再給自己一點信心，然後就會…。
L：還有嗎？
E：不會自暴自棄
L：不會自暴自棄，怎麼說？
E：碰到挫折時不會很快退縮。
L：你是指，最後一個活動讓你有這樣子的感覺，你在上面站了一個小時？那是對你來說是挫折是不是？那跳下來其實沒有那麼可怕對不對？
E：好好玩。
L：那你回到現實生活中，沒有自暴自棄是指什麼？
E：就考試考考不好。
L：考試考不好，還有嗎？哪些活動讓你覺得跟過去不一樣的改變？
C：玩室內外沒有影響。
L：玩室內室外對你們沒有什麼影響，那你們想想看？
C：想到爬牆，就想到上課的時候翹課時候爬圍牆。
L：那對你的生活有沒有什麼改變？
C：沒有，活動後也沒有什麼改變。
L：你在活動中，即使別人幫助了你，你也沒有辦法用在生活之中？跟別人互動相處的心境
C：沒有，即使別人幫了你。
B：沒有。
D：沒有，但是別人幫忙，我會感謝他的幫忙。
L：怎麼感謝？
D：就謝謝他嘛。
L：那 F 呢？
F：我覺得較能敢去跟別人說話，但是只跟自己較熟的人。
L：為什麼？
F：因為有些男生很討厭會鬧人呀。
L：B，對你自己過去發生的事情和現有的你有什麼不一樣？
B：完全沒有不一樣。
L：所以只有 A 跟 E 囉。
L：C 先，來活動之前你是怎樣一個人？
C：我那之前很膽小。
L：遇到事情會退縮。
C：遇到事情會害怕，就像走鋼絲一樣。
L：那現在呢？現在不會？
C：現在不會，看到大家在玩就不會害怕。
L：所以在生活上遇到事情會怕嗎？
C：不會。
L：那遇到困難會退縮嗎？
C：就不知道。
B：想法跟 C 一樣，走鋼索剛開始會害怕，走完不會害怕，過了之後就比較敢玩

L：那遇到事情遇到新鮮的事情會勇於嚐試嗎？
B：會啊！。
L：那其他的人呢？E呢？
E：就是玩最後一項遊戲會感覺的很害怕，在上面的時候感覺更害怕，那下來的時候就沒有那麼可怕了
L：就不怕了，那活動之前你是一個怎樣的人，你怎麼看待自己？
E：比較不敢做那些危險的事情。
L：不敢做，比如？
E：從上面跳下來。
L：從上面跳下來，活動後呢？
E：遇到事情就會勇於嚐試。
L：可以舉例看看嗎？
E：應該會像最後一個遊戲吧！會像最後一個遊戲一樣，其實沒有那麼可怕。
L：你是說：其實生活之中有很多事情沒有你想像中那麼可怕。
E：嗯。
L：那以後你遇到事情你會來嚐試嗎？
E：會啊！
L：好，那D呢？
D：不喜歡來學校和讀書，喜歡打電腦。
L：那現在呢？
D：會比較喜歡到學校，因為可以和朋友相處，但是對讀書沒興趣，電腦還是很喜歡
L：那你覺得自己有沒有什麼成長。
D：有，比較不會罵人跟生氣，別人惹我時，我就笑一笑，當他是白痴就好了。
L：那F呢，那活動之前你是一個怎樣的人，你怎麼看待自己？
F：嗯，話不多的人。
L：那現在呢？
F：比較會找同學說心事。
L：為什麼？
F：因為可以與別人說說發生的事，互相討論。
L：那A呢？活動之前你怎麼看待自己？
A：想一下。
A：懶散的人。
L：懶散的人，怎麼說？
A：遇到什麼事情都不想去做。
L：沒有動力是不是，然後你在參加活動之後呢？
A：也是有一些事不想去做，遇到比較刺激的事情就會去做。
L：所以以前只要比較沒有興趣的事情不會想做。
A：以前什麼事都不想做。
L：踫到什麼事情你都懶洋洋的樣子，是嗎？
A：嗯
L：那現在碰到什麼事情就會想做。
A：嗯。
L：那如果說，你是指學校的事情，還是生活上面的事情？變的比較積極，自己覺得你自己變的比較積極，可以舉例說明嗎？
A：考試啊！還有家裡的事情，就是如果被媽媽罵都會去想好的方面，都會去想那是媽媽為你好
L：媽媽是為你好，真的嗎？
A：嗯！
L：這一題想問你們的是在活動之前，有沒有很容易心情不好，例如說：很容易生氣呀或常覺得不快樂、很沮喪呀。
D：沒有，我一直都很快樂，但是被媽媽罵時就不快樂。
L：D，媽媽為什麼罵你呢？
D：因他看我不乖就會罵我。
L：那你應該怎麼做，才不會被罵。
D：就聽他的話。
F：有，常覺得不開心。
L：為什麼？
F：因為別人愛亂講話，說我怎樣又怎樣。
L：那現在呢？有時常不開心嗎？

F：不會，現在我就不管別人說什麼，反正我又不是那樣就好了。
C：喔，我知道，就是我不開心的時候，就是說…上課的時候就很想睡覺，心裡就有點悶，會讓我很想生氣。
L：常常讓你覺得很想生氣，那現在呢？
C：現在就不會了，要睡就睡了。
L：那與你以前罵人的頻率有沒有減少。
C：沒有。
L：那你們在活動中，是不是常常開始爭吵，那吵架有辦法解決問題嗎？
C：沒有。
E：有時有，有時沒有。
L：那在生活中是不是有很多時候吵完架，還是沒辦法解決問題。
C：嗯。
L：那是不是跟活動很相似。
E：嗯…。
L：那現在的你也許沒有什麼改變，那你要不要想一想，要不要從活動中去學到什麼東西？
C：要，老師，我有時候罵人，並沒有代表什麼意思。
L：你是指罵人只是代表好玩嗎？
C：就罵人家，人家會覺得好“屎“，有時候罵人有生氣，有時候罵人沒有生氣。
L：別人知不知你有沒有在生氣。
C：我不知道別人有沒有知道我有在生氣嗎？
L：那大部份的人會不會以為你在生氣。
C：會。
L：好，那你回去可以想想看，跟別人的互動，可不可以讓自已更好，你願意這樣做嗎？
C：好。
L：嗯，C，很好，那 E 可以說說看，活動之前你平常是怎樣。
E：比較容易生氣。
L：怎麼說？
E：被罵的時候。
L：被誰罵？
E：老師。
L：被老師罵的時候會生氣，那爸媽呢？
E：不會。
L：老師怎麼罵你的時候，你才會生氣。
E：嗯，不管罵怎樣都會生氣。
L：怎麼說。
E：因為老師都在大家面前罵。
L：老師在大家面前罵你，那有沒有哪一次經驗。
C：這樣子很丟臉。
L：那你印象很深刻的。
E：沒有。
L：老師，都罵你什麼？
E：懶散、壞小孩，懶惰鬼，上課睡覺。
L：那你在活動完，這些情形有改變嗎，老師罵你的時候，還會很生氣嗎？
E：有時會，有時不會。
L：為什麼，你怎麼看待這些事情。
E：因為老師都是為我好。
L：活動之後，你覺得老師為你好。
E：關心我
L：你覺得老師在關心你了喔
E：嗯
L：那你看待這件事情有沒有跟以前不一樣，有沒有成長？
E：比較不會這麼容易生氣。
L：可以控制自己的情緒嗎？
E：可以。
L：好，那 B 呢？
B：以前別人罵我的時候就會生氣。
L：怎麼說？
B：就罵一些不好聽的話。

L：可以舉例嗎？
B：自目呀、胖子呀。
L：現在呢。
B：現在不會，比較有改善。
L：怎麼說，要不要舉例有最近發生的事情嗎？
B：會體諒。
L：怎麼體諒？
B：我會罵回去。
L：罵回去，你以前會嗎？
B：我以前是用打的。
L：你以前是用打的，你是指現在有進步一點是不打了，改用罵回去而已。
B：對呀。
L：那你有沒有覺得現在的自己，看待事情有沒有成長？
B：有呀，像是上課呀。
L：怎麼說？
B：以前會覺得上課很無聊，不想上課。
L：那現在呢？
B：會有點想上課。
L：那你覺得是活動影響你嗎，還是你本來就想說，想要再進步了。
B：本來就想進步。
L：是不是需要給你一些時間。
B：對呀。
L：是不是像活動中，常常會給你重來的機會，那你覺得這樣重來的經驗有沒有幫助到你？
B：有呀，就像考試考不好，下次再考好一點就好了。
L：嗯，好，那A呢，你活動前你的行為是個怎樣的人。
A：很容易生氣。
L：很容易生氣，怎麼說？
A：不管別人說什麼，或者一直回想別人曾做過什麼，就會一直生氣。
L：有沒有哪些事情，讓你一直很生氣到現在。
A：我想一下。
L：還是說，別人沒怎樣，你就很容易生氣。
A：還有，都是有原因的。
L：那你生氣時，通常都是怎麼反應。
A：用罵人的，還有用打的。
L：常常打架嗎？那現在呢？
A：現在沒有用打的。
L：完全沒有。
A：嗯。
L：那你覺得在活動完，有沒有讓你的行為跟以前比較不一樣的地方。
A：不會打架。
L：不會想打架，怎麼說？
A：就是別人罵我，我就去打他的話，這樣會不好。
L：怎樣不好？
A：就是別人罵我，我就只是聽一下而已，然後別人被我打一下，如果受傷的話很久才會好。
L：嗯…所以你覺得受傷代表活動中的安全，你已經把它用到生活中了嗎？
A：嗯。
L：就是不會想要讓別人受傷，好，那想想在活動中，哪些活動，對你控制行為比較大的
A：巨人梯。
L：怎麼說？
A：就是之前就是很獨立，不喜歡跟別人在一起，然後現在會比較相信朋友。
L：為什麼巨人梯會讓你有這樣子的改變。
A：就是…假如你在爬的時候，你只有一個人，跟本就無法上去，需要朋友的幫助。
L：所以朋友在拉你的時候，你會覺得朋友都是在幫你的。
C：老師，什麼是巨人梯？
L：就是爬梯子。
C：嗯。
L：還有嗎？
F：我覺得是盪來盪去那個，還有走一條網索。

L：為什麼？
F：因為我本來不敢上去，後來是他們一直說很好玩，我才上去，其實沒有那麼可怕，很好玩。
L：那 Multi line？
F：因為有別人的幫忙，讓我覺得不會很恐怖，我一個人可能就不敢上去了。
L：你覺得是因為別人你才完成活動的嗎？
F：嗯，一個人很恐怖。
L：那其他人呢？
D：我覺得都不恐怖，但是在蜘蛛網的活動很難。
L：為什麼？
D：因為要被抬來抬去，還要鑽洞什麼的。
L：那你有感受到什麼嗎？
D：被別人指導跟幫忙。
L：怎麼指導、幫忙。
D：就是叫我做什麼，我就做什麼，我一個人就不知道怎麼做。
L：所以生活之中，你都需要別人協助，那你會配合別人嗎？
D：會，配合別人。
L：那其他的人呢？
E：我覺得是ＰＥＭＰＯＬＥ。
Ｌ：為什麼，怎麼說？
E：要信任別人。
Ｌ：為什麼會讓你很信任別人？
E：會害怕。
Ｌ：那你的說，你很信任大統（觀１）嗎？
E：跳下來那瞬間。
Ｌ：所以你回來會比較信任別人嗎？
E：恩。
Ｌ：那你以前都比較不信任別人嗎？
E：比較少，現在比較信任。
Ｌ：那語言溝通的機會有沒有增加？
E：下課。
Ｌ：下課。
E：跟朋友在一起。
Ｌ：比較多溝通。
E：嗯，以前很少溝通。
Ｌ：很少溝通怎麼相處？
E：就很少相處。
Ｌ：好，其他人呢？
B：老師，我是走鋼索時那我印象比較深刻。
Ｌ：怎麼說？
B：就是我覺得玩過之後，很相信別人。
Ｌ：怎麼說？
B：因為會覺得別人在確保我的生命，E 在確保。
Ｌ：E，確保你的生命，那你會變得比較相信他嗎？
B：會。
Ｌ：那生活上呢，除了 E 以外。
B：比較不會。
Ｌ：你是指誰？
B：老師。
Ｌ：以前都不太相信老師，那現在呢？
B：會比較相信一點。
Ｌ：那在控制自己的情緒方面呢，有沒有改變，會不會比較常生氣？
B：不會。
Ｌ：那以前呢，會常生氣呢？
B：以前比較會。
Ｌ：好，那 C 呢？
C：就是，走鋼絲呀，就會覺得怕怕。
Ｌ：怎麼克服自己？
C：就是會覺得什麼事情都要試試看。

L：跟生活之中，你怎麼運用這一項活動控制自己的情緒？
C：就是膽子大一點了。
L：好，你們覺得怎樣的朋友，你們比較喜歡？
C：夠義氣。
E：誠懇。
C：不會陷害你。
L：不會陷害人。
B：不能傷害朋友。
A：不要耍自戀，不要講別人壞話。
L：那你以前有做到以上這些嗎？
B：好像有。
E：有，不能忘恩負義。
L：那你對朋友也不會忘恩負義是嗎？
E：嗯。
L：那你們覺得你們希望別人這樣對待你，那相同，你們也會這樣對待別人嗎？
C：會，要真誠，夠義氣，但是，有些有，有些沒有。
L：那為什麼會這樣？
C：因為有些人會不夠義氣。
L：好，那在參加完活動後，在生活中你會不會比較喜歡跟別人對談？
E：不會。
A：會。
L：誰要先？
A：我先，我會比較喜歡跟別人分享一切。
L：怎麼說？
A：就是發生什麼事情會跟別人講，講講心事。
L：還有嗎？
A：還有對別人什麼不愉快的事情也會講。
L：嗯，那以前呢？
A：以前很少講。
L：現在比較願意打開自己的心境。
C：什麼題目。
L：就是，那在參加完活動後，在生活中你會不會比較喜歡跟別人討論？
D：會呀，想說什麼就說什麼。
L：怎麼說？
D：就是會提供意見跟別人說。
L：會與人討論事情嗎？
D：嗯，但是只跟自己覺得不討厭的人。
L：那以前呢？
D：都不想說，什麼都覺得不重要，所以就不想說。
L：還有嗎？其他人呢？
C：會呀，就是講說什麼很厲害呀，比較會想誇獎自己。
L：你是說，給自己比較正面的鼓勵是不是？
C：對。
L：怎麼說？
C：就是說，我有走過鋼絲
L：別人會怎麼說。
C：別人就會羨慕我。
L：那F呢？那在參加完活動後，在生活中你會不會比較喜歡跟別人說事情。
F：會，跟朋友說心事，但是不會主動跟不熟的人說。
L：那不熟的人是指？
F：就很少說話的人。
L：那你以前都不找別人說說話嗎？
F：很少，因為我覺得別人好像都不喜歡我，但是，事情說開了就沒事了。
L：那E呢？那在參加完活動後，在生活中你會不會比較喜歡跟別人說事情。
E：嗯…比較會去跟別人聊天。
L：大部份都聊什麼。
E：不知道。
L：以前比較內向是不是。

E：嗯，以前比較不想講。
L：以前話比較少，B 呢？
B：一樣，跟之前一樣。
L：怎麼說？
B：以前就會跟別人溝通。
L：所以 B，跟以前一樣，就是你參加活動完之後，有沒有什麼話要說的？
C：嗯，對老師說嗎？
L：都可以。
C：我想跟輔導老師說，以後看到我不要瞪我，我會害怕，就他不是一直巡堂，每次看到我就一直看我，還有不要一直傻笑。
L：還有嗎？
D：謝謝另一個老師，還有你，還有阿姨(觀察者)。
L：為什麼？
D：因為你們很辛苦。
L：還有嗎？
B：我想要謝謝大統(觀 1)，保護我們，就是在滑繩的時候，他保護我們。
L：那 A 呢？
A：就是所有的老師，都要謝謝，還有 L 跟你，可是不要一直叫我們往上爬。
L：可是我們沒有鼓勵你們，你們可以爬這麼高嗎，本來只有爬二層，沒有鼓勵你們，你們可以往上爬嗎？
A：對呀，根本就不想爬了好不好。
L：對呀，鼓勵你們之後，是不是就會有進步了，還是希望別人用兇的？
C：不喜歡。
L：你們希望別人用兇的，還是用打的嗎？
A：不要。
C：不需要。
A：打用不會痛。
L：那老師打你後，你會聽嗎？
A：不會。
L：對呀。
A：那你不會去鼓勵教育部，用愛的教育呀。
L：所以我們在活動中，才一直鼓勵你們呀。
A：又不是全校的老師都像你們這樣。
L：對呀，所以我們希望你們可以轉換心境呀，好啦，換下一個話題，你們會不會因為別人給你的一句話，會讓你的想法會讓你們改變。
C：會，你對我太失望了。
A：你讓我太失望了。
C：對…你讓我太失望了。
L：嗯，那你會怎樣？
C：就是會不太高興，就會改變很多。
L：好，其他的人呢？
A :別人鼓勵我的時候，就是老師，叫我到她的辦公室拿棒棒糖，我覺得很爽。
L : 那你真的拿到棒棒糖。
A : 我沒去拿，喔，很爽，可是老師真的有講。
L : 然後你聽了很爽對不對。
A : 對啊！
L : 以前有這樣的經驗嗎？有沒有因為活動完了。然後地理考的很好，以前有這樣的寫，這是第一次對不對？
A : 對啊。
L : 很明顯因為活動完了，地理考的很好，然後就很爽。
A : 超爽的。
L : 那我要去訪談你的地理老師。
A : 你去問啊。
L : 會不會因為朋友的一句話我是說你會不會讓是不是一個受朋友影響的人。
B : 喔 。
L : 會不會因為一個朋友說詞的一句話，比如-說正面的或負面的，你就會被影響？
B : 有時候會有時候不會。
L : 有沒有人影響過你。
B: 有啊！他說那個人講我的壞話，然後我就會去打他。

L：要不要舉例，所以你沒有去查證就去揍他了，對不對？
A：對啊。
L：那現在呢？
A：現在不會，我會先去查證，如果不是我就會去打那個跟我說的那個人。
L：哈…，好，B，你會不會受朋友影響!
E：會啊。
L：正面的或負面的，怎麼說？
E: 以前的行為有受朋友的影響，怎麼說…。
L：正面的或負面的，像抽菸。
C：有呀，他（E）都找我去抽菸。
E：我就沒有找他（眼眶有點紅）。
L：你（C）不要亂說，我看E跟本就沒有。
C：對呀，他差一點被我用哭了。
L：好，E，你有沒有常常受別人影響？
E：沒有常常。
L：怎麼說？
E：就沒有常常受別人影響。
A：就像有人會受別人影響拿西瓜刀。
B：你（A）不要再說了。
L：B，你西瓜刀去學校，你都不會覺得很害怕嗎？
B：不要，你不要問我。
L：你（B）說說看嘛。
B：就是以前同學一直說我，我就想說拿西瓜刀去嚇嚇他，結果不小心就被老師發現在我還被叫去校長室，結果，現在連校長都認識我了。
L：嗯，那你有後悔嗎？
B：有一點，因以前有一點不懂事，現在比較好一點了。

投 入 一 個 名 字　Toss a name
雜　　耍　Group　Juggle

成員的熟悉活動，從遊戲中建立團隊共識…

全　方　位　價　值　契　約

訂定團隊共識，建立安全

星　際　之　門　star gate

每個人背後都有盲點，需要他人協助與引導

手　結

如何透過溝通打開心中之千千結…

升　　學　　之　　路

成長路上的起起伏伏…如何能到達目標呢…

雪　　花　　片　　片

矇　　眼　　三　　角　　Yes or No

… 如何問問題，尋找答案呢 …

同　　心　　協　　力

當我們共同努力，發現團結力量大

信　　任　　倒

在危險情境中，建立自信心與信任

電　　網

互相扶持與合作…犧牲大我，完成小我…

蜘　　蛛　　網

互助與合作中，挑戰自我，達成團隊目標

B　V

☆　自我挑戰與目標設定，突破自我心中恐懼，獲得勇氣與信心…

繩　　索　　教　　學

C a t　　w a l k

挑戰極限，創造無限可能！

攀　　岩　　牆

忘記恐懼，一步一步往上爬

毒　　龍　　潭

互相扶持，感受團結力量大

搶　　救　　地　　心

放下你我的高姿態，共同目標一致，完成任務

洞　　中　　洞　　hole in one

突破眼前的障礙，伙伴相互學習支持與合作

拋　開　過　去　，　邁　向　未　來

在高空中學習如何扶持、支持與鼓勵

巨　　人　　梯

克服恐懼，學習犧牲小我，完成大我

大　　擺　　盪

學習能自我決策與目標設立

飛　　躍　　直　　柱

在平衡中尋找理性與思考，學習挫折適應能力

鐵　　釘

挑戰可能不可能！一根鐵釘就能支撐 12 根鐵釘

翻　　葉　　子

★ 重新檢視過去，創造新的未來…