

國立臺灣體育大學休閒運動管理研究所
碩士學位論文

以恐懼管理理論觀點探討衝浪自我效能與
死亡顯要性對從事冒險衝浪意圖之影響
**Mortality Salience, Self-Efficacy, and Intentions of Risk
Taking from a Terror Management Theory Perspective**



研究生：何鈺雯 撰

指導教授：廖主民 博士

中華民國九十六年十二月

研究論文名稱：以恐懼管理理論觀點探討衝浪自我效能與死亡顯要性對從事冒險衝浪意圖之影響
院校所組別：國立臺灣體育大學休閒運動管理研究所
畢業時間：九十六學年度第一學期碩士學位論文題要
研究生：何鈺雯

中文摘要

冒險休閒，經常給人們又愛又怕的雙重心理經驗，是有別於其他非冒險性活動所存在的特殊性。「恐懼管理理論」利用文化世界觀及自尊的觀點來描述人管理恐懼的行為及心智歷程，也有助於我們探討影響人們從事冒險性休閒運動的主要因素。恐懼管理理論有兩個主要的假設：1.自尊能夠緩衝焦慮，因此自尊和焦慮呈負相關；2.當個體知覺到死亡顯要性時，會強化出現捍衛自尊及捍衛所處文化世界觀的行為的傾向。文獻中已有研究證據支持這兩個假設。在一個以水肺潛水冒險運動為對象的研究中，Miller 和 Taubman-Ben-Ari(2004) 發現高自尊的人的冒險意圖不會受到死亡顯要性及自我效能所影響，而死亡顯要性使低自尊及高自我效能的人展現出較高的冒險意圖，而低自尊低自我效能的人在死亡顯要性情境中，又比低自尊高自我效能的人冒險意圖來得更高。本研究檢驗 Miller 和 Taubman-Ben-Ari 的研究結果，對於我國是否同樣有一致性的結果。以衝浪冒險參與者為對象，以二因子變異數分析來檢驗死亡顯要性和衝浪自我效能對冒險衝浪意圖，結果並未發現主要效果和交互作用。未來有待更多研究來檢驗 Greenberg 等人(1997) 的恐懼管理理論的文化適當性。

關鍵字：自尊、自我效能、恐懼管理理論、死亡顯要性

Mortality Saliency, Self-Efficacy, and Intentions of Risk Taking from a Terror Management Theory Perspective

Abstract

This research examined the psychological determinants of participation in risk recreations based on Terror Management Theory (TMT). According to TMT, awareness of the inevitability of death is a potential terror of human beings. To reduce the anxiety caused by this terror, individuals engage in activities, such as risk recreations, to immerse in a cultural worldview and maintaining a high levels of self-esteem. This tendency of anxiety-reducing engagement is enhanced especially when mortality is salient. In a scuba diving study conducted by Miller and Taubman-Ben-Ari (2004), the effects of death reminders on the tendency to take risks in diving were tested. Findings showed that mortality saliency led to greater willingness to take risks in diving for divers with low self-esteem and low diving self-efficacy. However, no effects were found for high self-esteem divers. This research, based on Miller and Taubman-Ben-Ari's work, examined TMT with especially Taiwanese surfers (N=72). A two-way ANOVA using mortality saliency (yes, no) and surfing related self-efficacy (high, low) as factors performed. The results showed neither significant interactions nor main effects of mortality saliency and surfing related self-efficacy on the levels of intention to risky surfing. The effects of the induction of mortality saliency on risk behaviors in Taiwanese culture were discussed.

Key Words: self-esteem, self-efficacy, Terror Management Theory,
mortality saliency

謝 誌

『嗯～妳想要研究的方向確實是以心理學為學理基礎來探討的，沒錯！』就是老闆的這一句話，引領我進入了前所未料和又悲又喜的研究生涯。而為了能盡研究生的職責，破英文的我，用力讀原文 Paper 讓痘痘悄悄突襲滿臉；報告做得慢的我，每天只能睡三、四個小時讓熊貓眼揮之不去。記得老闆曾說過：「在我讀研究所的時候，有一次照鏡子竟被鏡子裡的自己嚇了一大跳！」，或許是男女有別，照鏡子的頻率依常理推論是女性顯著的高於男性，所以我每天早晨都會照鏡子，而每次照鏡子時都會有股衝動想對自己說：「大嬸，妳哪位呀？」，每天都會被自己的頹廢樣給嚇了一大跳。這樣的日子在台體過了一年後，老闆就準備要離開台體到國體任職了，很慶幸的是，老闆同意我和研究同儕鈴雯跟隨他一同北上，繼續為我們研究生涯後期打拼，並肩作戰。

如果有一天要我寫下關於「我的老闆」的作文，老實說，我還真不知道該怎麼下筆，我想，我必須先確定我的作文題目，譬如「凶狠的老闆」、「關心我們的老闆」、「實事求是的老闆」、「通情達理的老闆」、「像嚴師的老闆」、「像朋友的老闆」、「嚴肅到不行的老闆」、「笑的比我們還瘋狂的老闆」等主題才能開始撰寫，否則，很有可能會被某人質疑此文章沒有「Logic」（嘻～）。親愛的老闆，謝謝您這兩年半對我的用心指導和包容，教導我用不同的角度去看事情，用不同的態度去面對人事物，以及包容我這個進步速度緩慢的傢伙，能夠在您嚴格的督導下完成論文的感觉真的很踏實，真的很有意義！

「Together Forever！」這一句話，竟不是自己與另一半的親密暗號，而是我和親愛的研究同儕鈴雯（Dafu 同學）的默契暗語。經常把研究室當家（體恤研究生的老闆差點要買行軍床給她）、總是對許多事物感到好奇、換研究問題換不驚、有效率地節省時間和省紙的 Dafu 同學，在我的研究生涯中也佔了一個很重要的位置。每當我對某個理論或議題感到疑惑時，Dafu 同學總是不顧手邊繁忙的工作，優先為我翻書解答；每當在學習過程中遇到挫敗，Dafu 同學總是給予我即時的支持和鼓勵；也因為 Dafu 同學和老闆的帶領下，也讓我意外地發展出第二專長「網球」。在研究所的日子裡，我們各自找到自己未來的方向，也正為

此各自奮鬥和努力，別忘了我們兩個和老闆在聖保羅牛排館說好的「十年之約」
啣！還有，始終照顧我們無微不至的修修學姊，最喜歡跟妳聊天了，總是能和妳
在談話的過程中得到正向的生活態度和研究精神，以及對自己的肯定。考上博班的
妳，真的很為妳開心，但也希望妳要好好地注意身體，妳、Dafu 同學還有老
闆，真的就像我在林口的家人般重要啣！

Sunya 學姊～真的就像妳說的耶～「寫謝誌比寫論文還難耶！」，要把這兩
年多發生以及想要表達感謝的事濃縮呈現，真的很難，所以我決定要突破往年謝
誌兩頁的慣例，朝向第三頁邁進了！聰明伶俐的妳，經常是我和 Dafu 同學在話
題中崇拜和想要學習的對象，任何地方只要有了妳，一定會歡笑聲不斷，妳可是
我們研究室很重要的靈魂人物喔！另外，雙雯雙妹可是有秉持著妳的箴言：「我
要活下去！」的精神，完成了研究所的考驗呢。正準備通往國外留學的妳，也要
帶著妳的箴言努力地實現理想，相信妳一定會成功的，加油！

總是把雙雯當成親妹妹看待的雅馨學姊和怡姍學姊，感謝妳們在這段時間對
我的研究輔佐及日常生活的關懷，team 就是 team，研究室少了妳們兩位果然失
色了不少。也要謝謝琪琪學姊，時常對我的貼心舉動和鼓勵，忘不了纖瘦的妳打
羽球殺球的狠勁。當然還有我們始終認真向上的莊媽，您對學術的尊崇和學習的
態度，是我們後輩所景仰的，真的非常感謝您那時建議我「如果對心理學有興趣
一定要找廖老闆！」，也因為這個建議，才能讓我的研究生涯完美的落幕，謝謝
您！

始終無怨無悔且真心付出的芳姊，沒有您，我連在這裡感謝為我付出的人的
機會都沒有。因為您的鼓勵和不放棄，激發了我這個不愛讀書的小孩，能夠考上
研究所的潛力，讓我周圍的親朋好友跌破眼鏡。我永遠忘不了要準備研究所口試
的那天早上，您顧不得衣容是否處於不整的情況下衝進圖書館的辦公室，只為了
為我在口試前進行真心的禱告，祈望上帝不要忘記了還有我這個想要努力的孩
子！謝謝您，真的謝謝您...還要謝謝趙大哥、柏慧學姊、燕瑩學姊、阿姊學姊、
妙儀學姊和雅綺一直以來對我的支持和肯定，你們都是我最佳的動力來源。^.^...

我們美麗又親切的班導渝苓老師、盡忠母職且認真的秀姿阿姐、古靈精怪的

麗如學姊和聰明搞笑的昌 A (球球) 學長，以及國體的劉琪學姊、濟仲、立筠、文俊、國峰、嘉修和文秀，因為有你們一路相挺和扶持，我的研究生涯才會精采和不孤單，謝謝你們。當然還有最愛的芳芝老師，遠在波士頓的您仍時時不忘關心我的近況，用心了解和評析我所作的研究，永遠忘不了在波士頓的那個清晨，咱們在車子裡長談了我的研究、我的未來和我們各自的生活，我一定會再去美國拜訪您的！dear Fang teacher, thank you very much...

Somebody helps me! 我沒辦法停筆下來。因為還有我永遠的好朋友 (Best Friend Forever; BFF) — 雅莉，雖然妳沒有和我一起讀研究所 (相信我，我一直覺得妳很有潛力)，但妳總是跑第一的為我加油打氣，在我施測需要人手時，總是二話不說的陪我一起衝，陪我一起練習口頭報告，並給予我適當的建議，妳是陪我勇闖天下的「最佳地下研究同儕」(不介意我這麼稱呼妳吧～嘻!)。

當然還有最重要的一個人—彥凱，無論在情感上或實質上，你總是給我強而有力的 support，你始終無怨無悔的為我付出，在我失意時為我加油打氣，在我暫時想逃避學習窘境時，二話不說的帶我去最愛的大海邊衝衝浪，真的很謝謝你！因為有你，我才能很好！套句老到不行的話送給你：「對你的感謝，盡在不言中！」(呵～別吐!)。以及 All of my favorite family, including: 爸、媽、大姊惠菁、二姊佩甄、詩萍、偉銘和何小 Fi，這段時間辛苦你們了，一定讓你們產生懷疑家中成員到底有沒有「三女兒、三姊、三妹」這個人啊，你們為了能讓我專心讀書，家中大大小小的事都對我隻字不提，你們只讓我感受到「我是你們的驕傲」這件事，曾經是家中最不愛讀書的小孩，竟然吵著要讀研究所，都讓你們倍感不可思議，如今我不負你們所望完成了學業，而這一切所付諸的努力和得來不易的成果都是因為你們，因為你們總是無怨無悔的為我犧牲奉獻，對你們的感謝是無法言語的，只能說「我真的很愛你們」！還要感謝我的新家人：凱爸、凱媽、大哥宥凱、大嫂美惠和二哥俊凱，因為彥凱，才能與你們有緣成為一家人，你們總是時常主動關心我的生活和讀書近況，把我當成自己的女兒及自己的妹妹來看待，真的讓我覺得很溫馨和幸福，很高興能與你們成為家人，真的是我的福氣。

最後，也要衷心地感謝：真性情的 Winson 大哥、搞笑親切的阿水大哥、風

浪板王者 Tony 大哥、熱心助人的 Subee 大哥和 Body board 之神阿峰，因為有你們對衝浪的愛好和專業，我的研究才得以順利進行與完成，謝謝大家！！

鈺雯 敬上

2008/4/1

目 錄

中文摘要.....	I
英文摘要.....	II
謝誌.....	III
目錄.....	VII
表目錄.....	IX
第壹章 緒論.....	01
第一節 冒險性休閒運動的特性.....	02
第二節 恐懼管理理論.....	04
第三節 死亡顯要性效應的相關研究.....	06
第四節 自尊、自我效能與冒險意圖的再檢驗.....	17
第五節 研究目的與研究問題.....	20
第貳章 研究方法.....	21
第一節 預試.....	21
第二節 測量工具.....	24
第三節 死亡顯要性的操弄.....	26
第四節 研究程序.....	27
第五節 研究參與者.....	28
第六節 測量工具的信度檢驗.....	29
第參章 結果.....	30
第一節 研究參與者.....	30
第二節 以正負面情緒量表進行死亡顯要性操弄檢核.....	31
第三節 主要分析.....	31

第肆章 討論.....	33
第一節 學理上的意義.....	34
第二節 研究限制及未來研究方向.....	37
第三節 結論.....	44
參考文獻.....	45
附錄.....	51
附錄一 預試實驗組問卷.....	51
附錄二 預試控制組問卷.....	55
附錄三 正式施測實驗組問卷.....	59
附錄四 正式施測控制組問卷.....	64

表目錄

表一	參與者的樣本數、年齡和衝浪年資之平均數、標準差、最小值及最大值	30
表二	不同類別參與者之各量表之 Cronbach's α 係數	30
表三	實驗組和控制組與高和低衝浪自我效能對於衝浪冒險意圖	33

以恐懼管理理論觀點探討衝浪自我效能與死亡顯要性對從事冒險衝浪意圖之影響

第壹章 緒論

休閒運動的領域非常廣泛，包含了空中、陸地及水域的各式各樣運動。黃坤得和許成源（2002）認為，參與休閒運動能夠提供人們在身心各方面適度輕鬆地調節，且不會達到有害身心的危險程度，又能減輕平常忙碌壓力，更具備娛樂效果。如果他們的看法是對的，人們去從事休閒運動，通常都是期望能夠得到正向的心理感受，譬如幸福感、勝任感等。既然如此，那為什麼有些人會想要去從事冒險性的休閒運動呢？洪翊芳和廖主民（2005）同樣也提出了人們為何想從事有冒險性的運動的疑問，他們主要的研究發現為有較高的冒險性休閒者認定、較常經驗到流暢經驗和同志情誼的人，覺得冒險性休閒的價值較高，該活動進入其生活型態的中心程度較高，也會較常去參與該活動以及有較高的金錢消費。由此得知，冒險休閒參與者的認定、流暢經驗和同志情誼這三個因素，是會影響個體從事冒險性運動涉入的程度。上述的情況是指雖處於有潛在的身體傷害及危及性命的風險，但是在有既定的安全準則下進行的情境，譬如攀岩者在攀爬的同時，有同伴在地面協助做確保的動作，以及水肺潛水者會選擇天氣及海流穩定的情況下，與有豐富潛水經驗的同伴或教練前往潛水。但令人懷疑的是，為什麼有些人仍會在不遵守安全規則的情況下，去從事冒險性休閒運動呢？舉例來說，像是在浪

潮洶湧、風雨交加的颱風當天，仍去從事衝浪活動，以及在氣流不穩定不適合飛行的情況下，仍去從事飛行傘的活動。到底是什麼因素在影響著人們冒險地去從事已知喪命程度極高的冒險情境呢？這應該是我們更要去了解的現象，並且試圖抑制這樣的現象持續地發生。由 Greenberg, Solomon and Pyszczynski(1997) 及 Solomon, Greenberg and Pyszczynski(1991) 所提出的恐懼管理理論，以人們內心深處對死亡的焦慮及恐懼為基礎，來描述個體的社會行為，有助於我們探討從事冒險性休閒運動的行為及心理機制。關於從事冒險意圖的差異，我們將進一步地去驗證和釐清。

第一節 冒險性休閒運動的特性

冒險性休閒包括登山 (mountaineering)、攀岩 (rock climbing)、滑翔翼 (hang gliding)、急流泛舟 (white water kayaking)、洞穴探察 (spelunking)、水肺潛水 (SCUBA diving) 等活動 (Ewert & Hollenhorst, 1989; Iso-Ahola & Grasfe, 1988; Robinson, 1992)。Hill(1995) 將冒險因涉入程度不同而分為兩個類型：(一) 困難的冒險 (hard adventure)：屬於較高冒險程度的活動，需要強烈的承諾與高度的技巧，如攀登埃佛勒斯峰。(二) 溫和的冒險 (soft adventure)：活動的本身含有知覺性的危險，但實際上冒險的程度較低，不需要強烈的承諾與高度的技巧，如泛舟、浮潛等安全性較高的活動。

冒險性休閒活動的共同特點是包含了自然環境中的真實的 (real) 或表面上 (apparent) 的危險，在參與的過程中，有受傷甚至死亡的可能性，因此參與者可能會經歷到強烈的心理和生理的激發。心理方面的激發是指參與者會有

認知上的激發，如參與者在活動中可能會有控制感及專注力程度不同的知覺。生理方面的激發是指參與者生理機能上的反應，如呼吸急促、手心冒汗或心跳加快等，這些激發的水準比一般活動所帶給參與者的還要高，也可能會伴隨著情緒上的強烈反應，如害怕、焦慮等（Celsi, Rose & Leigh, 1993; Ewert & Hollenhorst, 1989; Robinson, 1992）。然而，這種強烈的激發並不是只會伴隨著焦慮、害怕等負向的情緒，因為參與經驗的增加，技巧和專業知識的提昇，參與者不再會像當初參與時只有負面的情緒，他們對於自己的心生理反應會有比較正面的評量，也就是除了負面情緒也同時會有興奮愉悅等正向的情緒（Ewert & Hollenhorst, 1989; Robinson, 1992）。Schreyer, White and McCool(1978)也認為，參與冒險運動的初學者會產生精神上緊張的狀態，是因為初學者認為冒險活動是危險的，其中伴隨著不確定感，因此，持續地參與冒險運動對於技能（skill）和感覺覺醒（sensory arousal）方面就會逐漸地提高與增強，相對地精神上緊張的狀態和不確定感就會越來越下降。在活動中同時擁有又興奮又害怕，既期待又怕受傷害的正負向的情緒反應，這種“雙重經驗”(duality of experience)是參與冒險性休閒所特有的，非冒險性活動則比較沒有（Celsi等人, 1993; Robinson, 1992）。由此得知，人們在從事冒險性休閒運動是會產生有別於一般性休閒運動的行為和心智歷程，兩者雖同屬於休閒運動，但從事的過程中所經驗到的卻不相同。從事冒險性休閒運動會比起從事一般性休閒運動所經驗到的刺激、焦慮、興奮及危險程度要來得更多，然而，最終的目的都是為了達成自我實現、自信心、幸福感和愉悅感等正向心理感受的追求。

第二節 恐懼管理理論

為什麼有些人仍會在不遵守安全規則的情況下，去從事冒險性休閒運動呢？就像是在浪潮洶湧、風雨交加的颱風當天，仍去從事衝浪活動，以及在氣流不穩定不適合飛行的情況下，仍去從事飛行傘的活動。而上述的這些冒險性休閒運動似乎又比攀岩者在攀爬的同時，有同伴在地面協助做確保的動作，以及水肺潛水者會選擇天氣及海流穩定的情況下，與有豐富潛水經驗的同伴或教練前往潛水等在有既定的安全準則下進行的冒險性休閒運動要來得有風險。也就是說，同樣是冒險性休閒運動，是可以讓人選擇玩得安全，也可以讓人選擇玩得瀕臨死亡邊緣，然而，究竟是什麼因素讓人們仍積極主動地去選擇及從事，明知其冒險運動已達危及性命不可控制的狀態？由 Greenberg 等人（1997）及 Solomon 等人（1991）所提出的恐懼管理理論（Terror management theory; TMT），以人們內心深處對死亡的焦慮及恐懼為基礎，來描述個體的社會行為，有助於我們探討從事冒險性休閒運動的行為及心理機制。

Greenberg 等人（1997）認為，「死亡」是人們最害怕去面對的事情，因為死亡會讓人感到焦慮和恐懼。人類和其他的動物都一樣，皆屬於肉體之身，我們最終都將會死亡和消失在世界上，而動物的本能就是在弱肉強食的競爭社會中求生存，凡為動物，皆有自我生存（self-preservation）的渴望。渴望的追求，目的就是為了要消除對死亡的焦慮，唯有如此動物才得以繼續生存，人們同樣也是如此，只是人們有著和其它動物不同的地方，則為人是有理智及可控制自己行為的，我們擁有其它動物所沒有的認知能力，人們知道自己終將會死亡，明白死亡這件事是無法避免的，

而這樣的恐懼從我們兒童時期（3至5歲）開始到死亡的前一刻，都會一直在我們心中存在。在兒童時期，小孩就會開始涉入有關死亡的問題，比如害怕黑暗及怪物的出現。但在所處的社會文化中共同認為有價值和有意義的事情，是能夠提昇小孩的安全感，經由父母或社會代理人所陳述正向思考的故事與神話，以及灌輸品德好的人，以後死掉後才會上天堂等觀念，來增強小孩心理上的安全感進而排除對死亡的恐懼，藉此也提昇了自尊感。文化提供了兩個讓人們確信的方式：第一、在真實的世界中，壞的事情不會發生在好人身上；第二、人們真正地做到文化認同的價值標準，就會得到真實性（literal）和象徵性（symbolic）的不朽生命（Rosenblatt, Greenberg, Solomon, Pyszczyński and Lyon, 1989）。真實性的不朽，代表著精神上的意念，如不朽的靈魂和來生；象徵性的不朽，指的是當人類的肉體消失後，能夠持續存在下來的延續文化的象徵和實體，譬如，國家、公司企業，以及代表人類在這個世界上能生生不息地的存在，如傳宗接代、金錢及實踐文化世界觀的信仰（Greenberg 等人, 1997; Rosenblatt 等人, 1989）。因此，我們確信文化的價值，就能夠試圖去降低對於死亡不可避免的恐懼，所以 Greenberg 等人推論，人們會藉由「實踐及捍衛個體所擁有的文化世界觀（culture worldview）的信仰」和「自尊（self-esteem）的維持」這兩種機制，來緩衝死亡不可避免的焦慮（anxiety buffer）。所謂的「實踐及捍衛文化世界觀的信仰」，就是做到及達成一個社會或一群人對於某件事物，共同所形成的價值標準。而自尊的維持，意指一個人對自己的評價，評價的好壞則在於個體是否履行了文化所認同的正向或者是有意義的事情。所以，實踐及捍

衛了文化世界觀的信仰，人們就能從中體認到自己在這個世界上所存在的價值，進而提昇一個人的自尊。也就是說，人所做的任何行為，主要的目的皆是為了要達成及維持文化世界觀的標準，譬如拾金不昧、富有正義感及遵循社會規範等行為，如越能做到，個體對自我的評價也會越高及越正向，也因此自尊的提昇就能夠減緩死亡焦慮與恐懼的產生，而個體也就能清楚地感受到，活著是一件有意義和有價值的事。

若真如同 Greenberg 等人所推論，他們認為應該有兩個假設會成立：一、如果自尊能夠緩衝焦慮，那麼自尊和焦慮應該是負相關；二、如果自尊和文化世界觀的維護是為了減緩死亡焦慮，那麼當個體所處的情境會讓他知覺到死亡的不可避免性，或是想起與死亡任何有關的線索時，也就是個體處於所謂的「死亡顯要性 (mortality salience)」情境的時候，個體出現維持自尊及捍衛文化世界觀的行為之可能性應該會提高。而操弄死亡顯要性的實驗情境其方法有：直接告知死亡的存在、填寫關於死亡的開放性問卷、鄰近葬儀社和觀看意外事故身亡的影片等，目的都是為了要提醒參與者死亡的存在 (Greenberg 等人, 1997)。

第三節 死亡顯要性效應的相關研究

對於死亡的潛在恐懼 (potential terror) 只要人活著就會一直存在，然而經由支持和維護文化世界觀認同的行為或意圖，是能夠對死亡焦慮產生緩衝的作用。關於死亡顯要性效應的相關研究，在許多的研究中發現死亡顯要性的介入是會影響人們的社會行為。Ochsman and Reichelt(1994) 提到，死亡顯要性的效應會使嚴厲的父親

對待妻小的方式變成不會過於約束，譬如不會為了讓小孩有好的成績表現而強迫小孩去補習，也發現好學生在路上撿到錢包後會主動地物歸原主（Greenberg 等人，1997）。

一、自尊與焦慮

關於 Greenberg 等人(1997) 對於文化世界觀和自尊的推論，在過去的 15 年當中，已經有超過 180 個相關研究支持了恐懼管理理論的兩個主要假設（Peters, Greenberg, Williams & Schneider, 2005）。根據恐懼管理理論，在第一個主要假設「自尊和焦慮」方面，最典型的研究是將受試者分成兩組，一組為實驗組，一組為控制組。在實驗組方面，研究者利用給予「假回饋」的方式，操弄了受試者的自尊，如進行智力測驗，給予受試者高的分數；而控制組，並無給予任何操弄。研究過程中，播放寫實地有關死亡的视频及塑造出即將執行電擊的實驗情境。研究發現，沒有受到「假回饋」操弄的受試者，屬於中等程度的自尊狀態，當面對此實驗情境時，焦慮情形顯著地增加；而在實驗組中，因受到「假回饋」的操弄，自尊被提高，所以在面對實驗情境時，焦慮並無顯著地增加。顯示出自尊被提高的人，在面對有死亡的顯要性存在時，焦慮情形並不會受到影響；而低程度自尊的人，在面對同樣情境時，焦慮的情形則會顯著地提高（Greenberg, Solomon, Pyszczynski, Rosenblatt, Burling, Lyon & Simon, 1992）。另外，Greenberg, Pyszczynski, Solomon, Pinel, Simon and Jordan(1993) 及 Harmon-Jones, Simon, Greenberg, Pyszcznski, Solomon and McGregor (1997) 他們的研究都發現，在有死亡顯要性的介入下，自尊高的人對於捍衛及實踐文化世界觀的行為和意

圖並不會受到影響。因為自尊高的人對自身的評價是正面的，也認為生命過得有意義，所以強調遵守文化世界觀的行為和意圖來緩衝對死亡的焦慮來證明自身的存在價值，似乎對這群人來說並非必要性。

二、偏見與種族中心主義

而文化世界觀的不同，也會讓人對違法事件的看法不一致，Rosenblatt 等人(1989) 研究發現，美國學生對於賣淫視為犯罪行為，當死亡顯要性的效應產生時，會使美國學生對於認同賣淫行為的人，產生負面態度的反應。同樣的情形在德國學生身上不會得到相同的結果，前提是賣淫在德國是合法且社會接受度高的行為，是符合德國人的文化世界觀，因此，不同的文化世界觀對於同樣事物的認知和觀點是有差異的，甚至對他人的文化世界觀產生偏見（prejudice）及對於自身種族優越感（ethnocentrism）的意念會提高。同樣是在 Rosenblatt 等人的另一個研究中，研究者告知參與者請他們給予政府適當的建議，將參與者分為實驗組（有操弄死亡顯要性）和控制組（無操弄死亡顯要性），接著讓他們填寫「評估獎賞量表（reward-assessment questionnaire）」，量表中敘述了一件連續殺人案件「有一位女性認為住在她隔壁的男子就是殺人嫌疑犯，女子打電話報警，但她又害怕被殺人嫌犯發現而讓自己也置身於犯罪暴力之中。」讓參與者看完此短文後，請他們評估如果因為女子的勇於報案而成功逮捕殺人犯，應給予女子多少獎賞，範圍以 \$ 50~\$ 10,000 為選擇。研究發現，有操弄死亡顯要性的實驗組會建議政府給予英雄表現者較高的獎賞（\$ 3,476），比起控制組建議的獎賞（\$ 1,112）要來的多。

Rosenblatt 等人的研究顯示，當提醒個體死亡顯要性時，不僅認為違反文化世界觀的人要接受處罰（punish），而對於英雄的表現也認為要得到獎賞（reward）。

另外，在 Nelson, Moore, Olivetti and Scott(1995) 的研究中有趣的發現，他們讓一批美國參與者分為實驗組和控制組，操弄實驗組死亡顯要性的方法是讓參與者觀看有關汽車意外場面的影片，而控制組則是觀看一般教育駕駛的影片，接著再請所有的參與者閱讀關於汽車意外的過失是屬於美國製造的車或是日本製造的車之短文，研究結果發現了在死亡顯要性的效應下，實驗組比控制組更顯著地認為是日本製造的車導致汽車意外的發生(Greenberg 等人, 1997)。

三、攻擊行為

從上述的研究發現來看，捍衛自身國家的尊嚴似乎是人的本性，就像是父母看到自己的小孩有危及性命的危險，無論如何都會竭盡心力去搶救，為了保護小孩，在這樣的情況中，小孩就如同是父母的文化世界觀，因為小孩對父母來說是有價值和意義的，但是否會因捍衛文化世界觀而衍生出攻擊行為呢？譬如，父母為了保護自己的小孩避免受到他人的威脅，而可能會與他人產生言語上的衝突甚至是肢體上的衝突。關於捍衛文化世界觀是否會產生攻擊行為的議題，由 McGregor, Lieberman, Greenberg, Solomon, Arndt and Simon(1998) 所做的實證研究中，以加辣椒醬的多寡給他人食用來看攻擊行為的指標，而加辣椒醬的量越多則表示攻擊行為越強，而加辣椒醬的量越少則表示攻擊行為越弱，用來預測人在死亡顯要性提醒下，所

產生的實際攻擊行為。McGregor 等人皆發現，當個體的政治立場受到他人威脅時，當在有死亡顯要性的提醒下，其攻擊行為則會增強；而當個體的政治立場與他人的相一致時，當有死亡顯要性的提醒下，其攻擊行為則顯著地降低。上述的研究結果，皆支持了恐懼管理理論第二個基本主要假設，顯示當死亡顯要性的介入時，會讓個體知覺到死亡的不可避免性，或是想起與死亡任何有關的線索時，個體出現維持自尊及捍衛文化世界觀的行為的可能性是會提高的。

此外，Simon, Greenberg, Harmon-Jones, Solomon and Pyszczynski(1996) 也提出了相似的研究發現，受試者皆為美國人，當他們在面對死亡顯要性的提醒時，輕度沮喪者會比一般人表現出強烈支持美國的意圖與行為，輕度沮喪者指的是個體對所生存的世界的生活感到不滿意或失敗，呈現出輕等程度的負面情感，相對地負面情感的存在，是會影響個體對自己的評價下降而呈現出低自尊的狀態，因此輕度沮喪者相似於低自尊者。輕度沮喪者會藉由焚燒他國國旗的行為，來表示捍衛美國的意念，焚燒他國國旗的行為也就是代表不認同他人的文化世界觀，而不認同他人文化世界觀的意義就表示更應當捍衛自身的文化世界觀，顯示了死亡顯要性會使輕度沮喪者表現出強烈地文化世界觀的捍衛。因此，從這個研究看來，當輕度沮喪者在面對死亡顯要性的提醒時，就會去捍衛他們的文化世界觀，來提昇他們的自尊，而捍衛文化世界觀的方式，就是以焚燒他國國旗的攻擊行為來表示。似乎死亡顯要性能讓輕度沮喪者或低自尊的人捍衛及效忠自身的文化世界觀，主要的目的就是為了要將自尊提昇，相對地，當這樣的行為產生，

也就表示不認同他人的文化世界觀。這樣的情形存在，符合了恐懼管理理論的論點，當個體去捍衛及維持自身的文化世界觀和自尊，就能夠足以證明自己的存在價值，進而降低了不可避免的死亡所帶來的恐懼。

四、利社會行為

雖然許多關於死亡顯要性的研究似乎皆認為，捍衛文化世界觀是會產生與他人敵對和攻擊他人的行為與意圖，除此之外，死亡顯要性的效應也能夠促使人們產生利社會的行為，Pyszcznski, Schimel, Greenberg and Solomon(1996)以街頭訪談的方式，選擇於葬儀社前面和離葬儀社約 100 公尺遠處的兩個實驗情境，來訪問路人是否有意願做些有利社會的事情（如：慈善捐款），研究發現，在葬儀社前面的路人比離葬儀社約 100 公尺遠處的路人，更有意願從事利社會的事情（Greenberg 等人，1997）。從 Pyszcznski 等人的研究得知，死亡顯要性的效應是存在於人們每一天的生活當中，如同研究中選擇在葬儀社前作為操弄死亡顯要性的方法，大多數驗證恐懼管理理論的相關研究，仍是以填寫有關死亡的開放性問題形式作為死亡顯要性的操弄，此研究有別於其他相關研究的實驗手法，也讓死亡顯要性成功地發揮效應。

五、文化差異

同樣根據 TMT 的基礎，Janssen, Dechesne and Knippenberg(1999) 提出了針對青少年文化的研究，主要的研究發現，當有死亡顯要性的介入時，青少年會增加對青少年文化正面評論短文之作者的喜愛，也會對於青少年文

化負面評論短文之作者有更多的批判。表示提醒了個體死亡不可避免性時，個體更會去捍衛及忠誠於自身的文化及象徵其代表性的系統，為的是提昇自尊及減緩死亡不可避免性所帶來的焦慮。從上述的研究得知，不同的群體（如兒童、青少年、成年人和老年人）其文化世界觀並不相同，當然不同的國家，其文化皆有不同的特色，就日本這個國家而言，「謙遜」這個特質，似乎是日本人民給予他國特有的刻板印象，Wakimoto (2006) 特別針對日本的獨有特質，來檢驗死亡顯要性對於日本文化適應程度的調節效應。日本所重視的人際關係傾向（interpersonal orientation），是人與人之間以和睦為主，為了達成與他人的和睦關係，當人們獲得成功後，則會展現出自我抹去（self-effacement）的態度，指的是展現出害怕成功（fear of success）的表現，似乎是可以維護個體與他人之間的和睦關係。因此，研究假設當有死亡顯要性的介入時，當適應於日本文化世界觀的人，對於自我抹去的表現就會更強烈。研究發現，當個體獲得成功時，很可能會展現出日本文化世界觀所強調的自我抹去的表現，目的是為了有助於人與人之間和睦關係的增進。而當有死亡顯要性的介入時，日本人更會在獲得成功的情境中，捍衛自身的文化世界觀，實踐自我抹去的動機則更為強烈。另外，Kashima, Halloran, Yuki and Kashima(2004) 也比較不同的文化（澳洲和日本）對於不同的死亡顯要性操弄（個人和集體），來預測可能會產生不同的影響。主要的研究結果發現，澳洲人比日本人強調個人主義的文化世界觀，當有死亡顯要性介入時，低自尊的澳洲人對於個人主義的文化世界觀又會更強烈，而在死亡顯要性的效應下，澳洲人對於個人死亡性（personal death）

(例題：當你發現自己即將要死亡時，你會有什麼樣的心情？) 會比集體死亡性 (collective death) (例題：當你發現自己的國家有許多人民即將要死亡時，你會有什麼樣的心情？) 的衝擊要來得強烈。

雖然捍衛文化世界觀和自尊的提昇這兩個機制，人們主要是用來管理對於死亡不可避免性的恐懼，但是有可能不同的文化 (例如澳洲和日本) 在面對不同的死亡顯要性 (個人或集體) 效應會產生高度的焦慮，再經由文化世界觀的實踐與捍衛，使焦慮被抑制。此研究同樣支持了恐懼管理理論的主要假設，「在死亡顯要性情境時，個體出現維持自尊及捍衛文化世界觀的行為的可能性應該會提高。」

六、運動表現

近幾年，已經有研究者試圖以恐懼管理理論來解釋運動員的運動表現，Peters 等人 (2005) 以競技運動中的舉重項目為主要研究對象。探討提醒個體死亡顯要性，是否就能夠增加他們的力量表現。依據 TMT 為基礎，在有死亡顯要性的介入下，可能會提高個體有從事重量訓練者的舉重力量表現。研究參與對象共有 54 位女性和 59 位男性，分為有或無從事重量訓練參與者，請參與者填答「重量訓練對你來說有多重要？」的問題來挑選認為舉重這件事是會影響到對自己的評價的參與者。在研究程序方面，參與者被隨機分配到操弄死亡顯要性的實驗組或有牙痛情境的控制組，研究者告知參與者研究的目的後，接著檢驗參與者的人格、身體狀況和心情。將 3 至 5 位的參與者分為一小組，研究過程中不允許參與者互動並要求戴上耳塞及各自坐在被隔開的小房間裡，研究者先讓參與者使用握力計測

三次握力，每次測試間隔十秒鐘，接著再請兩組的受試者個別填寫問卷（實驗組填寫兩題有關死亡的問題，控制組則另外填寫兩題有關牙痛的問題），最後再進行第二次的握力測量。其研究結果顯示，在死亡顯要性的提醒下，會增加有從事重量訓練者的力量表現，而對於沒有從事重量訓練者則無影響。由此得知，有持續且規律地從事舉重運動和知覺到舉重對於個體是件重要的事時，也就是將「舉重」這件事情做得越好，表示越捍衛及實踐個體的文化世界觀，因此，當有死亡顯要性的提醒下，個體在舉重的運動上就會展現出更大的力量，進而也會提昇了自尊。

七、冒險行為

以 TMT 來解釋冒險行為的研究中，在 Taubman-Ben-Ari, Florian and Mikulincer(1999) 檢驗冒險駕駛行為的實驗中指出，當個體認為駕駛這件事是關係到自尊（以 The Driving as Relevant to Self-Esteem Scale 測量；DRS）時，在死亡顯要性的提醒下，也就是研究者請受試者填答兩個關於死亡的開放性問題（如：請描述如果有一天你將要死亡，你會有什麼樣的感覺？），提醒了受試者死亡的不可避免性，個體出現冒險駕駛的行為就會提高，也就是不遵守交通規則的開車行為就會增加，此為第一個主要的研究發現。接著，研究者以口頭稱讚的方式對實驗組的參與者說他們的駕駛技術很好，其主要目的是為了提高他們的自尊，第二個研究結果發現，當給予正向回饋而提高自尊的人駕駛時，在死亡顯要性的介入下，個體的冒險駕駛行為就會降低。同樣的研究，Taubman-Ben-Ari and Findler (2003) 加入了性別差異的考量，研究發現，個體如果強烈地知覺到駕駛技

術的好與壞是會影響到對自己的評價的人，也就是說會駕駛的技術會影響個體的自尊時，在有死亡顯要性的提醒下，出現從事冒險駕駛的意圖更會提高，尤其以男性更為顯著，而女性則沒有顯著的差異。上述的兩個相關的研究中，第一個研究支持 Greenberg 等人（1997）提出的二個假設，在有死亡顯要性的提醒下，個體捍衛或實踐文化世界觀的行為會提高，而自尊提高的人不會受到死亡顯要性的影響而去從事冒險駕車的行為，是因為自尊提高的人並不需要再藉由捍衛或實踐文化世界觀來證明自我的存在價值，也就是說，對自己評價高的人能夠緩衝及降低對死亡的焦慮。而第二個研究同樣再度支持了 Greenberg 等人提出的二個假設，同時也證明了冒險駕駛行為這個捍衛文化世界觀的手段或方式，是有性別差異的，由此得知，駕駛這件事關係到自尊的高低，對於男性的影響較為女性顯著，換句話說，因為駕駛這件事是關係到男性的自尊及男性所遵從的文化世界觀，所以在有死亡顯要性的提醒下，男性比女性更容易產生冒險駕車的行為傾向。

八、冒險性休閒運動

與冒險行為有關的研究中，Miller and Taubman-Ben-Ari(2004) 的研究特別針對冒險性休閒運動來探討。他們所做的研究是以水肺潛水者為對象來檢驗死亡顯要性對冒險潛水意圖的影響。過去有關冒險行為的研究，大多從三個觀點來探討，分別是人的觀點（趨向冒險/避免冒險的特質）、情境的觀點（情境促使人從事冒險/情境促使人避免冒險），以及人和情境的交互作用觀點（人相信自己會成功/相信在此情境的成功價值）。以「人和情境的交

互作用」的觀點來看，Bandura(1997) 所提出的社會學習理論中的自我效能 (self-efficacy) 扮演了重要的角色。自我效能是指，在特定情境中，一個人認為自己可以勝任此任務的自信心。Bandura 認為自我效能是評斷一個人涉入不同冒險情境的主要因素。在冒險情境中，自我效能低的人較無意願從事冒險，因焦慮感較高，而自我效能高的人較有意願從事冒險，同時焦慮感也較低。Miller and Taubman-Ben-Ari 認為，探討焦慮與冒險意圖的關係，除了有意識的生理、行為及認知因素之外，無意識的內在衝突，如恐懼管理理論中強調的死亡焦慮的緩衝機制，應該受到更多的重視。因此，Miller and Taubman-Ben-Ari 以恐懼管理理論的觀點為基礎來檢驗有或無死亡顯要性的情境下、高或低的潛水自我效能及高或低的自尊，對於從事有危險的潛水的意圖 (willingness to engage in risky diving) 的影響。

研究對象共有 124 位潛水參與者，男性有 106 位，女性有 18 位。其年齡分佈為 15 至 51 歲。受試者填寫自尊量表 (Self-Esteem Scale)，潛水自我效能量表 (Self-Efficacy Scale)，及冒險潛水意圖量表 (Willingness to Engage in Risky Diving Scale)。在測量冒險意圖之前，研究者操弄了死亡顯要性。實驗組的受試者填寫了一份問卷，請他們描述「當發現自己將要死亡時，會有什麼樣的感覺？」等有關死亡的敏感問題。而控制組則是回答一些中性的問題，如「你喜歡吃什麼食物？」等。研究發現，高自尊的人不會受到死亡顯要性及自我效能的影響，而產生冒險潛水的意圖，而死亡顯要性的介入會使低自尊及高自我效能的人展現出較高的冒險潛水意圖，而低自尊低自我效能的人在

死亡顯要性情境中，又比低自尊高自我效能的人冒險潛水意圖來得更高。這樣的研究結果同樣也支持了恐懼管理理論的觀點，操弄了死亡顯要性的情境，是可以提高自尊的行為出現的可能性，讓低自尊的人展現出較高的冒險潛水意圖。因為 Miller and Taubman-Ben-Ari 假定了英雄氣概符合了他們國家（以色列）的文化世界觀的標準，而「冒險」就是英雄氣概的表現，也就是說 Miller and Taubman-Ben-Ari 假定冒險這件事是以色列所認定的文化世界觀，所以符合文化世界觀的行為是可以提高自尊的。而自尊被提高的人並不會因為在死亡顯要性的提醒下，經由冒險來捍衛其文化世界觀，證明自己的存在價值，緩衝對死亡的焦慮。以恐懼管理理論的觀點來看，Miller and Taubman-Ben-Ari 的研究結果，再度支持了恐懼管理理論所提出的第二個主要假設。

第四節 自尊、自我效能與冒險意圖的再檢驗

從 Taubman-Ben-Ari 等人（1999）與（2003）所提出的冒險駕駛行為的研究，以及 Miller and Taubman-Ben-Ari（2004）關於水肺潛水者冒險意圖的研究來看，兩個研究都是以 TMT 來解釋在冒險情境下所產生的行為和意圖。Taubman-Ben-Ari 等人和 Miller and Taubman-Ben-Ari 皆聲稱自己的研究結果皆是符合了 TMT 的主要研究假設，有趣的是，似乎兩者的研究問題的推演邏輯並不相同。Taubman-Ben-Ari 等人使用 DRS 來檢視參與者對於駕駛這件事是否會影響到個體的自尊，也就是說參與者是否認為駕駛這件事是符合他們的文化世界觀，其中也傾向包含對於駕駛的自我效能和知覺控制（locus of control）之評斷標

準，就如同 Miller and Taubman-Ben-Ari 先假定冒險這件事是他們國家認為的英雄表現，表示冒險是符合以色列人的文化世界觀，再使用量表施測的方式來評定參與者的自尊和自我效能的高低，但從這方面看來，似乎 Taubman-Ben-Ari 等人對於參與者文化世界觀的確認與 Miller and Taubman-Ben-Ari 相較之下，較為落實。不過令人感到疑惑的是，Taubman-Ben-Ari 等人的研究假設了當個體認為駕駛這件事是會影響到自尊（有文化世界觀的存在及高自我效能）時，在死亡顯要性的提醒下，個體出現冒險駕駛的行為就會提高。而 Miller and Taubman-Ben-Ari 的研究卻假設了在死亡顯要性的介入下，高自尊和高自我效能的人從事冒險潛水的意圖並不會受到影響。兩個研究的結果同樣都支持了研究假設，但其中研究的思考邏輯卻不一致。Taubman-Ben-Ari 等人提出了兩個推理來解釋：（一）死亡顯要性提醒了死亡的不可避免，但最好的解決方法就是去拒絕害怕，而拒絕害怕最好的方法就是越去做個體害怕的事，這是一個否認個體恐懼的防衛機制。（二）TMT 認為人們會去做提高自尊的事，有證據顯示（以色列的傷亡與道路安全局），青少年會去從事冒險駕車，是因為這是個提高自尊的方法（如：得到社會聲望）。雖然如此，Taubman-Ben-Ari 等人所解釋的冒險行為似乎存在著「意氣用事」的意味在其中，對於現象的解釋力並不充足。相對地，Miller and Taubman-Ben-Ari 的研究推論似乎較符合常理，因為高自我效能的人已經有辨別危險情況的能力，當有死亡顯要性的介入下，則更不會選擇去從事危及生命的事情。同理可證，Hirschberger, Florian, Mikulincer, Goldenberg and Pyszczynski(2002) 在他們的實驗二研究中

發現，當朋友慫恿藥物使用的情況下，自尊較高的人在有死亡顯要性的提醒下，並不會受到影響；而相同的情況下，自尊較低的人在有死亡顯要性的提醒下，表示較有意願使用朋友提供的藥物。由此得知，對自己的評價高的人比對自己評價低的人，更有能力依據文化世界觀認為有意義和價值的意念去判斷任何事物的好與壞。從 Bandura(1997)所提出的自我效能觀點來看，似乎對於特定情境中事物的好與壞之區辨能力，自我效能應當比自尊更為適切，也就是說，高自我效能的人對於特定情境中的勝任有高等程度的信心，也代表著高自我效能的人在特定情境中已具備中等程度之上的專業知識和技能，反之，低自我效能的人對於特定情境中的勝任有低程度的信心，也代表著低自我效能的人在特定情境中只具備中等程度之下的專業知識和技能。

另外，在 Taubman-Ben-Ari 等人（1999）實驗一的研究中發現，以「DRS（高或低）」、「操弄死亡顯要性（有或無）」和「整體自尊（高或低）」這三個因子來預測冒險駕駛的傾向，以三因子 ANOVA 來分析，發現只有 DRS 和死亡顯要性有顯著的交互作用，而整體自尊並未發現有顯著的主要效果。在 Miller and Taubman-Ben-Ari 的研究是以假定的方式認為冒險是英雄的表現屬於以色列的文化世界觀，在這個前提假定成立後，再以「自尊（高或低）」、「自我效能（高或低）」和「操弄死亡顯要性（有或無）」這三個因子來預測對冒險潛水意圖的影響。依據 Taubman-Ben-Ari 等人（1999）以恐懼管理理論的觀點來看冒險行為的研究，似乎「整體自尊」這個變項對於冒險傾向並沒有顯著地預測力，或許是因為整體自尊這個變項的

測量太過於廣泛，與 DRS 特別針對駕駛情境是關係到自尊的變項測量相較之下並非適切。

雖然上述的許多研究發現皆支持了恐懼管理理論的觀點，也幫助我們去了解為什麼人們想要去冒險，但值得思考的是，「冒險是英雄的表現」是 Miller and Taubman-Ben-Ari 的國家（以色列）所認為的文化世界觀，但我國的文化世界觀同樣也是如此嗎？Greenberg 等人（1997）認為恐懼管理理論能夠解釋人類所有的社會行為，由於牽涉到文化世界觀，所以在其他國家的研究發現，仍能同理可證地套用在我們的國家來解釋嗎？似乎就我國而言，對於冒險性休閒運動的態度與他國相比之下，較為保守。因為台灣是個四面環海的國家，擁有先天優勢的環境，但是從事水域冒險性休閒運動的人卻仍是佔少數，由此看來，有可能會提高人們喪命的可能性的活動，應當是大多數的本國人會避免的。因此，以恐懼管理理論來解釋冒險意圖是否有文化差異的存在，是我們所關心的。

第五節 研究目的與研究問題

本研究根據恐懼管理理論，並以 Miller and Taubman-Ben-Ari(2004) 探討冒險潛水意圖的研究為基礎，針對衝浪與自尊相關程度高的衝浪者，檢驗衝浪自我效能與死亡顯要性對冒險衝浪意圖的效應。研究問題為：衝浪自我效能與死亡顯要性對冒險衝浪意圖是否有交互作用效應。本研究假設低衝浪自我效能的衝浪者，在有死亡顯要性的提醒下，從事冒險衝浪的意圖會顯著高於高衝浪自我效能的衝浪者。但是在沒有死亡顯要性的提醒下，高低衝浪自我效能的衝浪者從事冒險衝浪的意圖沒有顯著差

異。

第貳章 研究方法

第一節 預試

本研究以 Miller and Taubman-Ben-Ari (2004) 的研究來探討，是否低自尊和低自我效能的人，受到死亡顯要性的提醒下，冒險潛水意圖會提高？為了檢驗同樣的研究問題是否有文化差異存在，在台灣得到的研究結果是否和 Miller and Taubman-Ben-Ari 相同，在正式施測前先進行預試來確認能否解決研究問題和測量工具的可行性，以 29 位參與者（皆為男性、平均年齡為 30.28 歲和平均衝浪年資達 3.11 年）共有四個分量表：自尊量表、衝浪自我效能量表、操弄死亡顯要性（有或無）和冒險衝浪意圖量表，依序讓參與者填答。在自尊量表方面，以葉麗珠（2006）將 Rosenberg's(1979) 自尊量表（Self-Esteem Scale）翻譯成中文的量表，來測量個體對自己的評價（例題如：我認為自己是個有價值的人，至少與別人不相上下。），原量表的內部一致性在正向自尊分量表的 Cronbach's α 為 .86，負向自尊分量表為 .81，具有可接受的信度。量表共十個題項，使用 Likert 4 點量表（1 分代表完全不同意，4 分代表完全同意）。將十個題項的分數平均，得分越高，代表對個體對自己的評價越高。關於衝浪自我效能量表和冒險衝浪意圖量表的詳述，請參照本章第三節的測量工具。

以 2（操弄死亡顯要性/無操弄死亡顯要性） \times 2（高自我效能/低自我效能）ANOVA 檢驗有無操弄死亡顯要性和高低自我效能的人，對於衝浪冒險意圖是否有差異。分析結

果發現，死亡顯要性和自我效能的檢驗並未發現顯著的交互作用， $F(3, 25)=.47$ ， $p > .05$ ，死亡顯要性未發現顯著的主要效果， $F(3, 25)=.66$ ， $p > .05$ ，自我效能也同樣未發現顯著的主要效果， $F(3, 25)=.36$ ， $p > .05$ 。由上述資料顯示，無論是否操弄死亡顯要性和高或低自我效能的人，對於衝浪冒險意圖皆無顯著地差異。

以 2（操弄死亡顯要性/無操弄死亡顯要性） \times 2（高自尊/低自尊）ANOVA 檢驗有無操弄死亡顯要性和高低自尊的人，對於衝浪冒險意圖是否有差異。分析結果發現，死亡顯要性和自尊的檢驗也未發現顯著的交互作用， $F(3, 25)=.94$ ， $p > .05$ ，死亡顯要性未發現顯著的主要效果， $F(3, 25)=.74$ ， $p > .05$ ，自尊也同樣未發現顯著的主要效果， $F(3, 25)=.94$ ， $p > .05$ 。由上述資料顯示，無論是否操弄死亡顯要性和高或低自尊的人，對於衝浪冒險意圖皆無顯著地差異。

產生了不符合原先預期的研究結果，讓我們思考了有幾個可能性的存在：

一、**Miller and Taubman-Ben-Ari(2004)** 的研究結果，不能解釋我國的冒險意圖

若本研究假定所得到的結果是對的，也就證明了「冒險是英雄的表現」是他國的文化世界觀，這樣的文化世界觀並不於我國存在，顯示 Miller and Taubman-Ben-Ari 的研究結果只適合解釋相同文化世界觀的國家，是具有文化上的差異。但是由於實際執行研究的嚴謹度並不足夠，所得的結果也與預期結果不符，因此，本預試不足以解釋 Miller and Taubman-Ben-Ari 的研究結果是否有文化差異性的存在。

二、樣本數太少

由於國內衝浪運動處於開發中階段，確實涉入此冒險運動的人口並不多，而預試施測的時間於 12 月份冬季，理所當然出現在海邊衝浪的人口寥寥無幾，但相對的在這個寒冷季節出現的衝浪者，也就符合了持續參與冒險運動參與者的條件，雖然參與者符合了條件，然而實際的樣本數目確實收集的太少，影響了對現象的解釋力，在正式施測時，我們必須要考慮到樣本取樣數目的多寡，增加樣本的數量，提昇對真實現象的解釋力。

三、預試施測的過程中忽略可控及不可控制的因素，而影響問卷中操弄死亡顯要性的效應失敗

在海邊施測的過程中，研究者沒有嚴謹地執行參與者在填寫問卷時應當注意的事項，譬如避免參與者與他人談話（可控）、在海邊的場域紛擾聲不斷而影響了參與者填答的專心程度（不可控）等因素，必須改善研究者在施測的過程中對於可控及不可控因素的缺失，在正式施測時應執行地更嚴謹。

四、冒險運動項目的選擇

在 Miller and Taubman-Ben-Ari 的研究中，是以水肺潛水這項冒險運動作為研究的主題，在本研究中選擇相似於水肺潛水的水域冒險運動－「衝浪」作為取代，研究結果不符預期是否是因為衝浪的冒險性質和水肺潛水的冒險性質並非同質，而影響了預期的研究結果。

五、問卷的信度偏低

在本研究的施測量表中，只有自尊量表呈現低信度的內部一致性，Cronbach's α 為 .32，提高了不符合預期結果的影響因素之可能性。經由上述對於預試一研究結果的檢討，未來正式施測將摒除信度不可靠的自尊量表，也支持了 Taubman-Ben-Ari 等人（1999）提出整體自尊並不能顯著地預測冒險傾向的觀點，另外將參照 Peters 等人（2005）使用確認參與者持有舉重文化世界觀存在的 3 個題項，修改為確認參與者持有衝浪文化世界觀存在的 3 個題項，主要考量的因素是實際做到確認參與者認同衝浪文化世界觀，而不是如同 Miller and Taubman-Ben-Ari 僅用前提假定的方式，並刪除不必要的變項，提高研究發現的可信度，並以更嚴謹的研究態度及方法，進行正式施測。

第二節 測量工具

一、衝浪與自尊相關程度量表

參照 Peters 等人（2005）3 題確認參與者認為舉重對他來說是有意義和有價值的事，甚至會影響到對自己的評價其關於舉重文化世界觀的題項：（1）你覺得舉重對你來說有多重要？；（2）你覺得力量表現對你來說有多重要？以及（3）你的力量表現程度會影響你對自己的評價嗎？，修訂為確認參與者持有衝浪的文化世界觀之題項：（1）你覺得衝浪對你來說有多重要？；（2）你覺得勇於面對大浪對你來說有多重要？以及（3）你的衝浪表現會影響你對自己的評價嗎？使用 Likert 9 點量表（1 分代表完全不同意，9 分代表完全同意）。得分越高，代表參與者越持有衝浪的文化世界觀；得分越低，代表參與者越沒有持有衝浪的文

化世界觀。本研究將三個題項的分數平均，以平均得分為 6 分以上來挑選研究參與者。

二、自我效能

以黃素芬（2005）編制的桌球擊球自我效能量表（Self-Efficacy Scale）加以修改，原量表的 Cronbach's α 為 .93，具有良好的信度。並請一位衝浪專家給予專業的建議，主要的目的是為了測量在特殊情境中個體的行為、情感和認知程度（例題如：我在滑水時可以使浪板和身體之間維持適當的平衡。）。請受試者回答在衝浪運動特殊情境中，關於他們的自信心的問題：（1）表現；（2）管理害怕；（3）避免錯誤；（4）能力表現與經驗程度相一致；（5）處理不被期望的事件；（6）試圖在特殊情境中達成的目的。經由專家檢驗問卷的內容效度和表面效度，獲得專家的認同。量表共十個題項，使用 11 點量表，範圍從 0（0%）至 10（100%）。得分越高，代表個體認為衝浪的自我效能越高；得分越低，代表個體認為的自我效能越低。本研究將十個題項的分數平均，以中位數區分高衝浪自我效能組及低衝浪自我效能組。

三、冒險意圖

冒險衝浪意圖量表（Willingness to Engage in Risky Surfing Scale）共有六個題項，檢驗在六個衝浪情境中，個體從事冒險的傾向為何。建構此量表由五名衝浪十年以上的專家指出幾個從事冒險衝浪的情境，經分析編制後，再請原五名衝浪專家確認其量表的內容效度，必須超過 90% 的衝浪專家同意這六個題項能解釋從事冒險衝浪的情境。

六個從事冒險衝浪的情境，譬如在天色黑暗視野不良的情況下從事衝浪（俗稱「夜衝」）、在氣候惡劣的颱風天從事衝浪，以及在身體不適時從事衝浪等，例題如：“在浪潮洶湧、雷雨交加的颱風天，你的同伴約你一同前往海邊衝浪，你會接受他的邀約嗎？”。使用 11 點量表，範圍從 0（0%）至 10（100%）。將六個題項的結果分數平均，總得分越高，代表個體從事冒險的意圖越高。

第三節 死亡顯要性的操弄

在實驗組方面，操弄了死亡顯要性的情境，請受試者完成兩題開放式的問題，例題如：“當你想到自己會死亡時，有什麼樣的心情？”及“當你的肉體死了，你認為接下來你會發生什麼事？”（Greenberg 等人，1997），提醒受試者死亡的不可避免性。在控制組方面，同樣請受試者完成兩題開放式的問題，例題如：“你最喜歡吃的食物是什麼？”及“你最喜歡喝的飲料是什麼？”則是屬於無關死亡顯要性的中性問題。在 Greenberg, Pyszczynsi, Solomon, Simon and Breus(1994) 檢驗死亡顯要性效應的研究中發現，在死亡顯要性的介入後，為了延續「有關死亡思考（death-related thoughts）」的時間，接著進行像是看電視的習慣等問題（Miller & Taubman-Ben-Ari, 2004），或是猜謎遊戲（Wakimoto, 2006; Hirschberger 等人, 2002）這些無關研究主題和未涉及死亡的題項，比起同樣有死亡顯要性的操弄，但沒有進行看電視習慣或猜字遊戲等問題的情況下，對於測量依變項的注意力較有顯著差異。而過去許多以恐懼管理理論為學理基礎的研究，也都仿效相同的作法來獲得依變項有效地測量，除了看電視的習慣和猜謎遊戲延續

死亡顯要性的方法，相關研究也會使用社會期望量表（Taubman-Ben-Ari & Dindler, 2003; Peters 等人, 2005; Taubman-Ben-Ari 等人, 1999; McGregor 等人, 1998; Harmon-Jones 等人, 1997）和正負面情緒測量（Simon 等人, 1996; Greenberg 等人, 1993; Harmon-Jones 等人, 1997）的形式來達到相同的效果。在 Harmon-Jones 等人（1997）的研究中發現，當提醒低自尊者死亡顯要性之後，他們的負面情緒會因此而提高，則更會產生捍衛文化世界觀的意圖出現，而個體越捍衛文化世界觀，也就越能夠藉此提高正面情緒及降低對死亡的恐懼。另外，他們也發現了實驗組（操弄死亡顯要性）比起控制組（未操弄死亡顯要性）的參與者，更容易產生「害怕（fear）」的負面情緒因子。因此，本研究同樣在操弄死亡顯要性之後，接著採用黃耀宗和季力康（1998）自 Watson、Clark and Tellegen(1988) 正負面情緒量表（Positive and Negative Affect Schedule; PANAS）翻譯成中文的量表，來測量參與者的正負面情緒反應，主要的目的是為了來延續死亡顯要性的效應，以及確定參與者在死亡顯要性的影響下產生了負面情緒，也就是說，此量表是具有操弄檢核的作用。PANAS 分為正面和負面情緒兩個分量表，每分量表各有 10 個題項，共有 20 個題項。使用 Likert 5 點量尺（1 分代表感覺非常輕微或一點也沒有，5 分代表感覺非常強烈），以各分量表的得分來表示正面和負面情緒上的反應強度。

第四節 研究程序

研究者於施測當天比賽場地附近的沙灘上設置活動式臨時實驗室，主要目的是為了控制死亡顯要性的操弄並發

揮其最大的效應，而臨時實驗室的架設工具是以 2m×2m 簾布、旅行桌椅組和活動式帳篷所組成，為了盡可能做到與外界隔絕的效果。研究者以隨機抽樣方式就地來選取參與者，以口頭詢問對於有意願參與研究的衝浪者，使用個別的方式進行施測，當參與者填寫問卷編號為奇數是屬於實驗組，而填寫問卷編號為偶數則是屬於控制組。施測的過程中，首先研究者會告知參與者填答問卷時需要注意的事項，接下來研究者會給予第一份「衝浪與自尊相關程度量表」請參與者填答，參與者填答結束後由研究者回收，再給予第二份「衝浪自我效能量表」請參與者填答，同樣參與者填答結束後由研究者回收，接下來進行死亡顯要性效應的實驗操弄，再給予第三份「正負面情緒量表（黃耀宗、季力康，1998）」請參與者填答，最後，無論是實驗組或控制組的參與者都請他們填答「冒險衝浪意圖量表」。施測時間估計每次約五分鐘，施測結束後會贈予參與者飲料，表示感謝。

第五節 研究參與者

以 2007 年墾丁國際衝浪賽之比賽選手為參與者，男性 72 人、女性 20 人。剔除無效問卷男性 8 份，女性 2 份（包括衝浪年資未超過一年者、衝浪與自尊相關程度量表平均低於 6 以下者、超過 4 題以上空白，或是明顯以 Z 字型或 I 字型填答的問卷，皆視為廢卷），有效問卷男性 64 份，女性 18 份。參與者的年齡和衝浪年資請參閱表一。

表一 參與者的樣本數、年齡和衝浪年資之平均數、標準差、最小值及最大值

	男性衝浪者	女性衝浪者
樣本數	64	18
年齡平均數	27.58	27.33
年齡標準差	6.59	4.27
年齡最小值	15	20
年齡最大值	47	37
衝浪年資平均數	3.5	3.41
衝浪年資標準差	2.89	2.34
衝浪年資最小值	1	1
衝浪年資最大值	13	10

第六節 測量工具的信度檢驗

各測量工具在本研究樣本的內部一致性 Cronbach's α 係數請參閱表二。整體而言，除了衝浪與自尊相關程度量表之內部一致性較低外，自我效能量表、正負面情緒量表和冒險意圖量表皆具有可接受的信度。

表二 不同類別參與者之各量表之 Cronbach's α 係數

	男 性	女 性	平 均
衝浪與自尊相關程度量表	.32	.83	.58
自我效能量表	.59	.92	.76
正負面情緒量表	.80	.84	.82
冒險意圖量表	.85	.85	.85

第參章 結果

第一節 研究參與者

為了確認參與者持有衝浪文化世界觀的前提成立，首先以 Peters 等人（2005）請參與者填答「衝浪對你來說有多重要？」的等三個問題，來挑選出認為衝浪這件事是會影響到對自己的評價的研究參與者，共 92 位參與者，其中 82 位符合標準值，而共 10 位平均得分為六分以下，予以剔除。

接著，使用 SPSS 13.0 的 General Linear Model 進行二因子變異數分析之前，以 SPSS Missing Value Analysis 檢驗是否有遺漏值，結果顯示在衝浪自我效能量表中，男性參與者中有 5 筆（其中 4 筆遺漏一題、1 筆遺漏二題），而在女性參與者方面有 1 筆（遺漏一題），由於各題項之遺漏值累積未超過 2 筆，並無集中某幾題之疑慮，因此可以 SPSS Replace Missing Value 將少數遺漏值進行平均數之轉換。接著，分別計算各量表得分之平均數，以中位數區分高衝浪自我效能組和低衝浪自我效能組，以及高冒險衝浪意圖者和低衝浪冒險意圖者。另外，資料經 SPSS Frequency 檢驗各個變項符合常態性假定。以 Mahalanobis Distance 進行極端值檢驗（ $p < .01$ ），結果顯示在男性參與者有 7 個極端值，而女性參與者則有 3 個極端值，分別予以刪除。最後進行資料分析的資料為男性參與者 57 個，女性參與者 15 個。

第二節 以正負面情緒量表進行死亡顯要性

操弄檢核

在正負面情緒量表方面，共有 20 個題項，正面情緒和負面情緒測量各佔 10 題（正面情緒測量為第 1、3、5、9、10、12、14、16、17 和 19 題；負面情緒測量為第 2、4、6、7、8、11、13、15、18 和 20 題）。在男性參與者中有 5 筆遺漏填答（其中 4 筆遺漏一題、1 筆遺漏二題），而在女性參與者方面則無遺漏，由於各題項之遺漏值累積未超過 2 筆，並無集中某幾題之疑慮，因此同樣以 SPSS Replace Missing Value 將少數遺漏值進行平均數之轉換。

接著，以獨立樣本 t 檢定檢驗有或無操弄死亡顯要性的正面情緒是否有差異。分析結果顯示，有操弄死亡顯要性（ $M=3.22$, $SD=9.37$ ）與沒有操弄死亡顯要性（ $M=3.33$, $SD=7.04$ ）的正面情緒沒有顯著的差異， $t(70)=-.56$, $p>.05$ 。

以獨立樣本 t 檢定檢驗有或無操弄死亡顯要性的負面情緒是否有差異。分析結果顯示，有操弄死亡顯要性（ $M=2.14$, $SD=8.25$ ）與沒有操弄死亡顯要性（ $M=1.98$, $SD=9.14$ ）的負面情緒反應沒有顯著的差異， $t(70)=.81$, $p>.05$ 。

第三節 主要分析

以 2（操弄死亡顯要性/無操弄死亡顯要性） \times 2（高自我效能/低自我效能）ANOVA 檢驗有無操弄死亡顯要性和高低自我效能的人，對於衝浪冒險意圖是否有差異。分析結果發現，死亡顯要性和自我效能的檢驗並未發現顯著的交互作用， $F(1, 71)=.34$, $p>.05$ ，死亡顯要性未發現顯著的主要效果， $F(1, 71)=.54$, $p>.05$ ，自我效能也同樣未發現顯著

的主要效果， $F(1, 71) = .00, p > .05$ 。由上述資料顯示，無論是否操弄死亡顯要性和高或低自我效能的人，對於衝浪冒險意圖皆無顯著的差異（參閱表一）。

表三 實驗組和控制組與高和低衝浪自我效能
對於衝浪冒險意圖

	衝浪自我效能		
	高	低	總合
操弄死亡顯要性 (實驗組)			
M	34.05	31.95	33.03
SD	14.95	12.57	13.70
N	20	19	39
無操弄死亡顯要性 (控制組)			
M	29.60	31.44	30.61
SD	15.51	13.90	14.45
N	15	18	33

$p^* < .05$

由於考量到衝浪參與者的年齡和衝浪年資可能是會影響冒險衝浪意圖的干擾變項，接著以皮爾遜積差相關來檢驗衝浪者年齡和衝浪者年資各別與依變項冒險衝浪意圖之間的相關係數。資料顯示，衝浪者年齡和冒險衝浪意圖兩個變項之相關係數為 $-.36, p < .05$ ，表示衝浪者年齡和冒險衝浪意圖有顯著地負相關。在另一方面，衝浪者年資和冒險衝浪意圖兩個變項之相關係數為 $-.04, p > .05$ ，則表示衝浪者年資和冒險衝浪意圖並無顯著地負相關。

以共變數（ANCOVA）分析，在控制衝浪者年齡的條件下，以2（操弄死亡顯要性/無操弄死亡顯要性） \times 2（高自我效能/低自我效能）ANCOVA檢驗有無操弄死亡顯要性和

高低自我效能的人，對於衝浪冒險意圖是否有差異。分析結果發現，死亡顯要性和自我效能的檢驗並未發現顯著的交互作用， $F(1, 71) = .01, p > .05$ ，死亡顯要性未發現顯著的主要效果， $F(1, 71) = .38, p > .05$ ，自我效能也同樣未發現顯著的主要效果， $F(1, 71) = .01, p > .05$ 。由上述資料顯示，在控制衝浪者年齡的條件下，無論是否操弄死亡顯要性和高或低自我效能的人，衝浪冒險意圖皆無顯著的差異。

第肆章 討論

本研究主要是根據恐懼管理理論 (Greenberg, Solomon & Pyszczynski, 1997; Solomon, Greenberg & Pyszczynski, 1991)，並以 Miller and Taubman-Ben-Ari(2004) 探討冒險潛水意圖的研究為基礎，確認研究參與者是具有衝浪文化世界觀的前提下，檢驗衝浪自我效能與死亡顯要性對冒險衝浪意圖的效應。本研究假設低衝浪自我效能的衝浪者，在有死亡顯要性的提醒下，從事冒險衝浪的意圖會顯著高於高衝浪自我效能的衝浪者。但是在沒有死亡顯要性的提醒下，高低衝浪自我效能的衝浪者從事冒險衝浪的意圖沒有顯著地差異。

初步分析結果顯示，死亡顯要性和自我效能的檢驗並未發現顯著的交互作用或主要效果。無論是否操弄死亡顯要性和高或低自我效能的人，衝浪冒險意圖皆無顯著地差異，研究發現並沒有支持研究假設。

然而，考量到衝浪參與者的年齡和衝浪年資可能是會影響冒險衝浪意圖的干擾變項，在確認衝浪者年齡與依變項冒險衝浪意圖之間有顯著地負相關的存在後，接著以共

變數分析，在排除衝浪者年齡此干擾變項的條件下，再度檢驗有無操弄死亡顯要性和高低自我效能的人，對於衝浪冒險意圖是否有差異。分析結果發現，死亡顯要性和自我效能的檢驗仍未發現顯著的交互作用或主要效果。

第一節 學理上的意義

過去有關冒險的研究，大部份的研究者想要探討這個領域的原始動機皆是一「為什麼人要去冒險？」(洪翊芳、廖主民，2005; Michael & Daniel, 1999; Schreyer等人，1978; Iso-Ahola等人，1988)。而他們的研究發現，流暢經驗(flow experience)、同志情誼、冒險性休閒者認定、勝任感(perceived competence)、自我呈現(self-presentation)、身體自我效能知覺(perceived physical self-efficacy)等變項，是能夠正向預測人從事冒險運動的因素。然而Miller and Taubman-Ben-Ari(2004) 他們認為，探討冒險運動方面的議題，除了探究人在有意識之下的生理、行為及認知因素之外，人們無意識的內在衝突，如恐懼管理理論中強調的死亡焦慮的緩衝機制，也應該受到更多的重視。依據Miller and Taubman-Ben-Ari的看法，本研究的研究焦點有別於先前的研究，並非仍在「為什麼人要去冒險？」的議題中著墨，而是更想要去了解另一種層面的現象—「為什麼有些人仍會在不安全的情況下，去從事冒險性休閒運動？」為研究核心，也就是說，當個體明知情境是無法預測和不可控制的，卻仍然堅持去從事的因素為何？本研究以恐懼管理理論為基礎，試圖去了解和解釋真象，以參照Miller and Taubman-Ben-Ari的研究設計，排除非必要考量的變項之情形下，來檢驗研究問題。

依據過去的研究，發現以恐懼管理理論去解釋和驗證社會現象是很廣泛的，從自尊與焦慮、偏見與種族中心主義、攻擊行為、利社會行為、文化差異、運動表現至本研究所關注的議題冒險行為和冒險性休閒運動，以不同的觀點來詮釋真象。恐懼管理理論提出了人們會藉由「文化世界觀」和「自尊」這兩種機制，來緩衝死亡不可避免的焦慮。在 Simon 等人（1996）、Peters 等人（2005）、Taubman-Ben-Ari 等人（1999）和 Miller and Taubman-Ben-Ari(2004) 的研究中，都有確實地去檢驗「自尊」這個變項，只有在 Miller and Taubman-Ben-Ari 的研究中多了自我效能的變項測量，而在 Taubman-Ben-Ari 等人的研究中發現整體自尊並不能有效地預測依變項。Miller and Taubman-Ben-Ari 和 Taubman-Ben-Ari 等人的研究是為了要檢驗冒險潛水的意圖和冒險駕車的意圖及行為，兩個研究皆屬於冒險情境，而冒險情境為特殊情境而非一般情境，Bandura(1997) 也提到「自尊」是評斷自我的價值，而「自我效能」是評斷自我的能力，兩個變項雖然非指相同的特質，但兩者具有一定程度的相關。所以在變項的考量上，本研究認為「自我效能」會比「自尊」能夠更有效地測量依變項。因此，雖然檢驗 Miller and Taubman-Ben-Ari 的研究是否有文化差異為本研究的主要目的之一，然而也根據過去的文獻，摒除了「自尊」不必要的變項，僅採取適用於特殊情境的「自我效能」變項來分析，期望本研究發現能更精準地解釋現象。

以本研究結果表示明知是極度危險的情境和狀態而個體仍會傾向去從事的因素，或許是個體持有著「冒險是英雄表現」的文化世界觀，但是出現冒險衝浪意圖的高或低，

似乎是恐懼管理理論無法解釋的。也就是說，高或低衝浪自我效能者出現較高的冒險衝浪意圖，並非是因為個體持有及實踐了冒險文化世界觀，而選擇從事冒險的主要目的是為了要抵制對死亡不可避免性的恐懼，藉此來提昇自尊，或許可能存在著其他的變項中介或調節著恐懼管理理論的機制，或者也有其他的理論比恐懼管理理論更適合去解釋相同的現象。然而，本研究的結果並不支持 Miller and Taubman-Ben-Ari(2004) 的研究發現，表示我們並不能確認我國的文化世界觀和以色列的文化世界觀是相同，同樣是認同冒險是英雄表現的。假設 Miller and Taubman-Ben-Ari 的研究是足以描述現象，而本研究所得到的結果也同樣是嚴謹無誤的，我們就得以確認我國的文化世界觀是沒有「冒險是英雄表現」的觀念存在。另一方面，如果本研究確實存在著部份的疏失，那也就表示並不能完全地確定我們是不存在冒險是英雄表現的文化世界觀之國家，換句話說，表示本研究無法證明冒險的文化世界觀是具有文化差異的。

本研究發現，衝浪者年齡和冒險衝浪意圖有顯著地負相關，即表示年齡較高的衝浪者其冒險衝浪意圖偏低，而年齡較低的衝浪者其冒險衝浪意圖則偏高。其發現部分支持了 Taubman-Ben-Ari 等人（1999）的第二個研究推理：人們會去做提高自尊的事。而根據以色列的傷亡與道路安全局的調查顯示，青少年會出現從事冒險駕車的行為，是因為這是個提高自尊的方法（如：得到社會聲望）。也就是說，相似的情境在本研究中發現，年輕族群的衝浪者會出現從事冒險衝浪的意圖，是因為對年輕族群來說，這同樣也是個提高自尊的方法。似乎個體捍衛冒險文化世界觀的

意圖，是會受到年齡變項所調節。在較年長的衝浪者方面，雖然是持有冒險的文化世界觀，但由於年齡稍長和從事冒險的經歷豐富，明白什麼情境和狀態是富有危險性，而什麼情境和狀態是能夠安全涉入的，進而影響到他們從事不安全的冒險運動意圖偏低；而在較年輕族群的衝浪者身上看到了他們同樣持有冒險的文化世界觀，但由於正值年輕旺盛和容易逞凶鬥狠的年齡階段，凡能證明及鞏固他們的社會聲望的事情，與其他年齡層相比下，對於艱困的挑戰都比較躍躍欲試，因此本研究推測，此因素是影響青少年從事不安全的冒險運動意圖偏高的主要可能性。

第二節 研究限制與未來研究方向

在方法上，在預試中所欠缺考量的缺失，如：樣本數量、實驗處理和施測問卷之信度等問題，研究者已盡力於正式施測時改善上述缺失，而研究結果同樣不支持假設。有幾個方向是我們需要思考的：

一、死亡顯要性的效果有文化差異

Greenberg 等人 (1997)、Peters 等人 (2005)、Taubman-Ben-Ari, Florian and Mikulincer(1999)及 Miller and Taubman-Ben-Ari(2004) 等與恐懼管理理論相關的研究，足以證明死亡顯要性能有效地發揮其效應，研究顯示提醒了研究參與者死亡的不可避免性，個體出現捍衛和實踐文化世界觀的行為或意圖就會提高。本研究依據過去的相關文獻及研究方法 (Greenberg 等人，1997; Peters 等人，2005; Taubman-Ben-Ari, Florian & Mikulincer, 1999; Miller & Taubman-Ben-Ari, 2004)，選取了可行性及穩定性高的實驗手法，並設計出相似的研究程序，即在測量依變項前問

兩題有關死亡顯要性的問題，並接著採用正負面情緒量表來延續及檢驗測量依變項的有效性。然而，分析結果顯示死亡顯要性和自我效能的檢驗未發現顯著的交互作用或主要效果。

在 Kashima 等人 (2004) 的研究中，比較不同的文化 (澳洲和日本) 對於不同的死亡顯要性操弄 (個人和集體)，來預測可能會產生不同的影響。其研究結果發現，澳洲人比日本人強調個人死亡性的文化世界觀，當有死亡顯要性介入時，低自尊的澳洲人對於個人死亡性的文化世界觀會更強烈，表示在死亡顯要性的效應下，澳洲人對於個人死亡性 (例題：當你發現自己即將要死亡時，你會有什麼樣的心情?) 會比集體死亡性 (例題：當你發現自己的國家有許多的人民即將要死亡時，你會有什麼樣的心情?) 的衝擊要來得強烈。反之，當在有死亡顯要性的提醒下，低自尊的日本人對於集體死亡性的文化世界觀會比個人死亡性的文化世界觀要來得強烈。

另一個研究由 Tam, Chiu and Lau (2007) 針對死亡顯要性的操弄提出了質疑，對於死亡的焦慮，東方人似乎比西方人偏低，Tam 等人推論可能的因素是東方人持有著西方人所沒有的宗教哲學的輪迴說 (reincarnation) 之觀念，因此，東方人對於死亡恐懼的管理，比起西方人相對地就比較不重視？其研究參與者為香港人，研究結果推翻 Tam 等人的質疑，表示死亡顯要性的效應是普遍性的，並沒有中西方文化之分。另一主要研究假設，是否個人 (individualistic) 的死亡顯要性操弄比起集體 (collectivistic) 的死亡顯要性操弄，對於東方人要來得無效？而研究結果顯示，操弄個人死亡顯要性比起操弄集體

死亡顯要性，則東方人更呈現出強烈的群體偏見（ingroup bias）。

在 Kashima 等人（2004）和 Tam 等人（2007）的研究中，皆發現了相同的研究結果：操弄個人死亡顯要性會比操弄集體死亡顯要性更有效地預測依變項。不同的是，在 Kashima 等人的研究中，其一人種的參與者為澳洲人，而 Tam 等人的研究參與者則為香港人，分別為西方人和東方人，以不同的文化檢驗卻得到相似的研究結果。但在 Kashima 等人的另一個研究發現，當操弄集體死亡顯要性時，日本人比澳洲人捍衛自身的文化世界觀會更強烈。有趣的是，日本人和香港人同樣都是東方人，對於有效的操弄死亡顯要性效應卻有著不同的方式，日本人是偏向集體主義，而香港人則是和澳洲人相同偏向於個人主義。同樣是東方人，為何卻存在著操弄死亡顯要性方式的差異？或許是因為香港過去是英屬殖民地，在 1997 年以前的香港人民都是以接受西方教育的形式為主，在這樣的前提存在之下，進而導致香港人知覺到的操弄死亡顯要性的方式與西方人相似，而相異於其他東方人（如：日本人）。

由此推論，如果臺灣的文化世界觀是相似於日本的文化世界觀，那麼是否原先所選擇操弄死亡顯要性的方式並不適當。雖然過去有關恐懼管理理論的相關研究皆發現，問兩題關於傾向個人死亡的問題，能夠有效地提昇實驗參與者知覺到死亡不可避免性（Harmon-Jones 等人，1997；Taubman-Ben-Ari 等人，1999；Taubman Ben-Ari 等人，2003；Miller 等人，2004），但在 Kashima 等人（2004）的研究中發現，操弄死亡顯要性的方式是存在著東、西方的文化差異，表示東方人適用於集體死亡性的死亡顯要性操弄手

法，而西方人則適用於個人死亡性的死亡顯要性操弄手法。未來針對東方人的相關研究，能夠考慮採用集體死亡性的死亡顯要性操弄手法，或許更能夠提高對於依變項測量的效度。

二、冒險運動的性質

根據所得到的研究結果並針對挑選研究參與者的特性來探討，或許衝浪者和水肺潛水者實際所經驗到的冒險程度並不相同，就冒險衝浪量表所編製的題項而言，「當你的腳繩與衝浪板之間的小繩子，因長期地摩擦和扭轉而導致繩結鬆脫、毀損的狀態下，目前的浪正大且刺激，你的同伴希望你別顧慮太多，趕緊跟他一同下水衝浪，你會接受他的邀約嗎？」若將題項轉換成「當你的氣瓶和呼吸管，因長期地使用和未保養、毀損的狀態下，目前海底有美麗的水中生物正等待著你去探索，你的同伴希望你別顧慮太多，趕緊跟他一同下水潛水，你會接受他的邀約嗎？」，似乎我們能直覺的感受到後者的死亡機率會顯著的高於前者，因為前者的情形一般衝浪者或許會覺得如果繩子壞了，那就抓緊板子，如果連板子都衝斷了，最後的辦法就是趕緊用人體衝浪（body-surfing）衝回岸上，似乎無論如何總有生存之道；然而後者的情形是，若當下水肺潛水者在海底中的呼吸管或氣瓶無法使用，同伴又剛好不在身邊能立即給予氧氣時，死亡率則是高達百分之百，由此得知，兩者的冒險情境相較之下，似乎水肺潛水者的冒險程度較為強烈和危險。

雖然衝浪和水肺潛水皆同屬於極限冒險運動，但同樣是水域運動卻有著不同的屬性，其冒險程度仍然是有差別

的。舉例來說，在器材方面，衝浪和風浪板的板子如果折損或毀壞時，似乎還能夠在海上漂流等待救援；而攀岩、飛行傘和高空彈跳的確保繩等器材如果毀損時，墜落地面造成傷亡的可能性就會提高；在水肺潛水方面，當呼吸管或氣瓶等器材損壞後，在海底的死亡機率就會提高許多。因此，建議未來的相關研究在取樣族群選擇方面，或許能夠排除考慮衝浪和風浪板的族群，而針對如水肺潛水、攀岩、飛行傘和高空彈跳等高冒險性的極限運動的參與者為首要考量。

三、施測情境影響死亡顯要性的操弄

以黃耀宗和季力康（1998）自 Watson、Clark and Tellegen(1988) 正負面情緒量表（Positive and Negative Affect Schedule; PANAS）翻譯成中文的量表，來測量參與者的正負面情緒反應，是為了來延續死亡顯要性的效應，並確定參與者在死亡顯要性的影響下產生了負面情緒，是具有操弄檢核作用的量表。然而研究結果顯示，實驗組其正面情緒顯著地高於負面情緒，並不支持 Harmon-Jones 等人（1997）的研究發現：當提醒低自尊者死亡顯要性之後，他們的負面情緒會因此而提高。本研究推論，選擇於年度國際衝浪大型賽會的比賽選手為施測對象，雖利於網羅全台屬於少數群體的衝浪者，卻也連帶出現無法預期的影響因素產生，像是或許因為比賽的情境，前來參賽的選手皆是有備而來的應付比賽，為了贏得比賽的殊榮和獎項或是藉此累積實戰的經驗，選手們所抱持的心態應當是會傾向正面和積極的心理態度。若前提成立，似乎在比賽情境中操弄死亡顯要性的效應，會比起在非比賽情境中呈現出偏

低的操弄效應，有可能預期的操弄效應受到了比賽情境帶給選手們正面和積極的心理態度所調節。

四、DRS的內部一致性太低

在本研究中，衝浪與自尊相關程度量表的內部一致性檢驗顯示，發現男性Cronbach's α 為.32、女性Cronbach's α 為.83和整體平均Cronbach's α 為.58，整體來說，DRS呈現了低信度的內部一致性。研究結果不符合預期的因素之一，可能是DRS內部一致性偏低，而導致並不能完全地確定所挑選的研究參與者，皆是具有衝浪文化世界觀的前提成立，進而影響了主要的結果分析。

五、自我效能測量的天花板效應

由於是在比賽的場地進行施測，大部份能參與比賽的選手，似乎衝浪技巧和專業知識都在中等程度以上，所以針對測量衝浪自我效能而言，可能會有天花板效應的產生。也就是說，參加比賽的衝浪選手們可能都已經是屬於高衝浪自我效能的一群人，若從這一群人中再以中數區分出高或低衝浪自我效能，似乎代表性和真實性並不充足，這或許也是一個影響結果不符合預期的主要因素之一。

六、研究參與者取樣上的困難

臺灣的衝浪人口和技術與其他衝浪盛行的國家相較下是仍屬於成長階段，人數雖日漸成長，但與美國、日本和澳洲等國家的衝浪技術和人口差距甚大，所以在衝浪人口不多的情況下，在取樣方面困難許多。另外，本研究也出現了取樣上男女性人數無法均衡的情況產生，男性共64

人，約佔七成，而女性共18人，約佔三成，似乎也顯現了臺灣的衝浪人口在性別上的失衡。

除了上述幾個可能的限制與可能的改善之道，另外的考量還包括：第一，本研究的依變項為「冒險衝浪意圖」，然而意圖並未能代表行為，時常人們「想要」去做某件事情，但並非每次的想法都能「確實」的去做了某件事情，因此，建議未來的研究能參考 Taubman-Ben-Ari 等人（1999）的研究方法，除了進行冒險駕車意圖的自陳（self-report）測量之外，研究者也能另外檢驗冒險駕車行為的觀察測量，如此一來，對於所得到的研究結果用來解釋真象則會更具真實性和代表性。第二，本研究以臺灣的衝浪者為研究對象，年齡範圍為 15-47 歲，研究參與者的性別比例男性多過於女性，建議未來的研究能從不同年齡、不同性別、不同文化，以及不同的極限運動等方面來探究其從事冒險運動的意圖上或行為上的差異性。最後，以恐懼管理理論來探討學理基礎的研究，在臺灣是於軍事界（顏志龍，2007）已有進行初步地探究，鮮少出現在其他相關領域的應用和推理上。而本研究成為國內開創先例，以恐懼管理理論為基礎來探討人們從事冒險運動的心智歷程，雖然最後的研究結果不符合原先推論假設的預期，但也讓我們有機會去思索恐懼管理理論或許真的存在的文化差異，也可能恐懼管理理論似乎只適合解釋 Miller and Taubman(2004) 研究中的以色列國家的水肺潛水者，而不合適解釋本研究的臺灣本國的衝浪者。或者，還有其他理論比起恐懼管理理論更能詮釋臺灣衝浪者從事冒險衝浪的行為和心智歷程，皆有待後續的研究提出有力的佐證和驗證。

第三節 結論

本研究根據恐懼管理理論，並以 Miller and Taubman-Ben-Ari(2004) 探討冒險潛水意圖的研究為基礎，檢驗衝浪自我效能與死亡顯要性對冒險衝浪意圖的效應。本研究結果顯示，死亡顯要性和自我效能對於冒險衝浪意圖的檢驗並未發現顯著的交互作用或主要效果。也就是說，無論是否操弄死亡顯要性和高或低自我效能的人，衝浪冒險意圖皆無顯著地差異，研究發現並沒有支持研究假設。另外，研究發現衝浪者年齡和冒險衝浪意圖有顯著地負相關，表示年齡越低的人較會出現冒險衝浪意圖，而年齡越高的人較不會出現冒險衝浪意圖，其發現部分支持了 Taubman-Ben-Ari 等人（1999）的第二個研究推理。整體來說，本研究在概念和方法學上存在一定程度的限制，死亡顯要性和自我效能對於冒險衝浪意圖的效應有待後續更多研究來進一步闡明，在與 Miller and Taubman-Ben-Ari(2004) 的研究發現相比較方面，亦有待更多研究來檢驗 Greenberg 等人(1997) 的恐懼管理理論的文化適當性。

參 考 文 獻

- 洪翊芳、廖主民（2005）。參與冒險性休閒的心理歷程。 *中華體育季刊*，19(3)，16-25。
- 洪翊芳、廖主民（2005）。冒險性休閒參與者的同志情誼、流暢及認定建構與心理涉入與行為涉入。未出版碩士論文，國立臺灣體育學院，臺中市。
- 黃坤得、許成源（2002）。水域休閒運動之發展趨勢。 *大專體育*，62期，174-180。
- 黃素芬（2005）。成就動機及目標取向對自我效能、自設目標、學習表現及結果歸因的影響。未出版碩士論文，國立體育學院，桃園市。
- 黃耀宗、季力康（1998）從客觀和主觀的運動能力在中等強度的運動下對於知覺身體疲勞程度及正負面情緒反應的影響。 *體育學報*，25，239-248。
- 葉麗珠（2006）。青少年身體意象、社會影響因素、運動參與行為與自尊之相關研究。未出版碩士論文，國立體育學院，桃園市。
- 顏志龍（2007）。「恐懼管理理論」在後備動員訓練上的可能應用。 *後備動員軍事雜誌*，76，4-14。
- Bandura, A. (1997). *Self efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman.
- Celsi, R. L., Rose, R. L., & Leigh, T. W. (1993). An exploration of high-risk leisure consumption through skydiving. *Journal of Consumer Research*, 20, 1-22.
- Ewert, A., & Hollenhorst, S. (1989). Testing the adventure model: Empirical support for a model of risk

recreation participation. *Journal of Leisure Research*, 21(2), 124-139.

Greenberg, J., Solomon, S., & Pyszczynski, T. (1997). Terror management theory of self-esteem and cultural worldviews: Empirical assessments and conceptual refinements. *Advances in experimental social psychology*, 29, 61-141.

Greenberg, J., Solomon, S., Pyszczynski, T., Rosenblatt, A., Burling, J., Lyon, D., & Simon, L. (1992). Assessing the terror management analysis of self-esteem: Converging evidence of an anxiety-buffering function. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 913-922.

Greenberg, J., Pyszczynski, T., Solomon, S., Pinel, E., Simon, L., & Jordan, K. (1993). Effects of self-esteem on vulnerability-defensive distortions: Further evidence of an anxiety-buffering function of self-esteem. *Journal of Experimental Social Psychology*, 29, 229-251.

Greenberg, J., Pyszczynski, T., Solomon, S., Simon, L., & Breus, M. (1994). Role of Consciousness and Accessibility of Death-Related Thoughts in Mortality Salience Effects. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 627-637.

Harmon-Jones, E., Simon, L., Greenberg, J., Pyszczynski, T., Solomon, S., & McGregor, H. (1997). Terror management theory and self-esteem reduces

- mortality salience effects. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72(1), 24-36.
- Hill, Brian J. (1995). A guide to adventure travel. *Park and Recreation*, 30, 56-65 .
- Hirschberger, G., Florian, V., Mikulincer, M., Goldenberg, J., & Pyszczynski, T. (2002). Gender differences in willingness to engage in risky behavior: A terror management perspective. *Death Studies*, 26, 117-141.
- Iso-Ahola, S. E., Graefe, A. R., & La Verde, D. L. (1988). Perceived competence as mediator of the relationship between high risk sports participation and self-esteem. *Journal of Leisure Research*, 20(1), 33-39.
- Janssen, J., Dechesne, M., & Knippenberg, A. V. (1999). The psychological importance of youth culture: A terror management approach. *Youth and Society*, 31(2), 152-167.
- Kashima, E. S., Halloran, M., Yuki, M., & Kashima, Y. (2004). The effects of personal and collective mortality salience on individualism: Comparing Australians and Japanese with higher and lower self-esteem. *Journal of Experimental Social Psychology*, 40, 384-392.
- Michael, P. S., & Daniel L. W. (1999). High-risk recreation: The relationship between participant characteristics and degree of involvement. *Journal of Sport Behavior*, 22, 426-441.

- McGregor, H. A., Lieberman, J. D., Greenberg, J., Solomon, S., Arndt, J., & Simon, L. (1998) Terror management and aggression: Evidence that mortality salience motivates aggression against worldview-threatening others. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(3), 590-605.
- Miller, G., & Taubman, O. (2004). Scuba Diving Risk Taking – A terror management theory perspective. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 26, 269-282.
- Peters, H. J., & Greenberg, J., Williams, J. M., & Schneider, N. R. (2005). Applying terror management theory to performance: Can reminding individuals of their mortality increase strength output?. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 27, 111-116.
- Robinson, D. W. (1992). A descriptive model of enduring risk recreation involvement. *Journal of Leisure Research*, 24(1), 52-63.
- Rosenblatt, A., Greenberg, J., Solomon, S., Pyszczynski, T., & Lyon, D. (1989). Evidence for terror management theory I: The effects of mortality salience on reactions to those who violate or uphold cultural values. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 681-690.
- Schreyer, R. M., White, R., & McCool S.F. (1978). Common attributes uncommon exercised. *Journal of Physical Education and Recreation*, 49(4), 36-38.
- Simon, L., Greenberg, J., Harmon-Jones, E., Solomon, S., &

- Pyszczynski, T. (1996). Mild depression, mortality salience, and defense of the worldview: Evidence of intensified terror management in the mildly depressed. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22(1), 81-90.
- Solomon, S., Greenberg, J., & Pyszczynski, T. (1991). A terror management theory of social behavior: The psychological functions of self-esteem and cultural worldviews. *Advances in experimental social psychology*, 24, 93-159.
- Taubman-Ben-Ari, O., Florian, V., & Mikulincer, M. (1999). The impact of mortality salience on reckless driving: A test of terror management mechanisms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(1), 35-45.
- Taubman-Ben-Ari, O., & Florian, V. (2003). Reckless driving and gender: An examination of a terror management theory explanation. *Death Studies*, 27, 603-618.
- Tam, K. P., Chiu C. Y., & Lau, I. Y. M. (2007). TMT among Chinese: Worldview defence and intergroup bias in resource allocation. *Asian Journal of Social Psychology*, 10, 93-102.
- Wakimoto, R. (2006). Mortality salience effects on modesty and relative self-effacement. *Asian Journal of Social Psychology*, 9, 176-183.
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and Validation of Brief Measures of

Positive and Negative Affect: The PANAS Scales.
Journal of Personality and Social Psychology, 54(6),
1063-1070.

附錄一 預試實驗組問卷

您好：

我們正在進行一項和衝浪有關的研究，非常需要您幫忙填寫這份問卷，大概5分鐘就可以寫完了。問卷上不需要寫名字，請您放心填答。這些問題沒有對錯也沒有標準答案，請您依照自己真正的感覺來回答就可以了。請每一題都要回答，不要有遺漏，相當感謝您的協助。

國立體育學院體育研究所 廖主民 博士
暨國立臺灣體育學院休閒運動管理研究所研究生 何鈺雯 敬上

※請閱讀完下述每句後，依據您對每個敘述的感覺程度，範圍從0%至100%，填寫您認為最適當的百分率。

0%代表“非常沒把握”、100%代表“非常有把握”

1. 我很明確地了解衝浪的規則和禮儀。..... %
2. 我在滑水時可以使浪板和身體之間維持適當的平衡。..... %
3. 我可以做出正確的潛越動作（如：潛越、翻板越浪）。..... %
4. 我會在浪來時抓到適當的時間點下浪。..... %
5. 我在起乘後可以讓雙腳站立（趴板者：讓身體趴在）在浪板上正確的點。..... %
6. 我在衝浪時可以自由地控制浪板的位置和方向。..... %
7. 我可以在做衝浪技巧進階動作的時候，同時控制好行進的速度。..... %
8. 我在準備下水衝浪以前，能夠搜集到足夠的情報（如：水溫、潮汐）。..... %

(2) 當你的肉體死了，你認為接下來你會發生什麼事？

Answer : _____

_____。

※請閱讀完下述每句後，依據您對每個敘述的感覺程度，圈選您認為最適當的號碼。

1 分代表“非常不同意”、4 分代表“非常同意”

	非			非
	常			常
	不			常
	同			同
	意			意
1. 你喜歡看電視嗎？.....	1	2	3	4
2. 看電視能夠讓你獲得新的資訊？.....	1	2	3	4
3. 看電視能夠讓你感到放鬆嗎？.....	1	2	3	4
4. 看電視能帶領你追求流行嗎？.....	1	2	3	4
5. 當沒有了電視，你會感到很無聊？.....	1	2	3	4
6. 你對喜歡的電視節目的播出時段瞭如指掌？.....	1	2	3	4
7. 透過電視，你能清楚地知道現今當紅的藝人是誰？.....	1	2	3	4
8. 打開電視後，第一個最想看的頻道是新聞台？.....	1	2	3	4
9. 你喜歡邊看電視邊吃零食嗎？.....	1	2	3	4
10. 因為有看電視的習慣，讓你覺得每天的生活很愉快？.....	1	2	3	4
11. 你認為電視頻道所播放的國外影集太過老舊嗎？.....	1	2	3	4
12. 你認為在家中看電視要比去電影院看電影還要來得自在嗎？	1	2	3	4
13. 你喜歡有「有獎徵答」的電視節目嗎？.....	1	2	3	4

※請閱讀完下述每句後，依據您對每個敘述的感覺程度，範圍從 0% 至 100%，
填寫您認為最適當的百分率。

0%代表“非常不願意”、 100%代表“非常願意”

1. 在浪潮洶湧、雷雨交加的颱風天，你的同伴約你一同前往海邊衝浪，你會接受他的邀約嗎？..... _____ %
2. Party 狂歡結束後，在酒精興奮加上整夜未睡的狀況下，你的衝浪同好們約你一同前往海邊衝浪，你會接受他們的邀約嗎？..... _____ %
3. 某個海域曾發生過鯊魚攻擊人的事件，你的同伴約你一同前往海邊衝浪，你會接受他的邀約嗎？..... _____ %
4. 在天色黑暗、視野不良的情況下，你的衝浪同好們希望你能和他們一同前去享受夜衝的快感，你會接受他們的邀約嗎？..... _____ %
5. 當你的腳繩與衝浪板之間的小繩子,因長期地摩擦和扭轉而導致繩結鬆脫、毀損的狀態下，目前的浪正大且刺激，你的同伴希望你別顧慮太多，趕緊跟他一同下水衝浪，你會接受他的邀約嗎？..... _____ %
6. 某個海域存在著毒性很強的水母，而你所穿著的防磨衣又是短袖的，目前的浪正好玩，你的同伴希望你跟他一同下水衝浪，你會接受他的邀約嗎？
..... _____ %

基本資料

1. 性別：男 女
2. 年齡：_____歲
3. 衝浪年資：大約_____年

～再次感謝您的參與～

附錄二 預試控制組問卷

您好：

我們正在進行一項和衝浪有關的研究，非常需要您幫忙填寫這份問卷，大概5分鐘就可以寫完了。問卷上不需要寫名字，請您放心填答。這些問題沒有對錯也沒有標準答案，請您依照自己真正的感覺來回答就可以了。請每一題都要回答，不要有遺漏，相當感謝您的協助。

國立體育學院體育研究所 廖主民 博士
暨國立臺灣體育學院休閒運動管理研究所研究生 何鈺雯 敬上

※請閱讀完下述每句後，依據您對每個敘述的感覺程度，範圍從0%至100%，填寫您認為最適當的百分率。

0%代表“非常沒把握”、100%代表“非常有把握”

1. 我很明確地了解衝浪的規則和禮儀。..... %
2. 我在滑水時可以使浪板和身體之間維持適當的平衡。..... %
3. 我可以做出正確的潛越動作（如：潛越、翻板越浪）。..... %
4. 我會在浪來時抓到適當的時間點下浪。..... %
5. 我在起乘後可以讓雙腳站立（趴板者：讓身體趴在）在浪板上正確的點。..... %
6. 我在衝浪時可以自由地控制浪板的位置和方向。..... %
7. 我可以在做衝浪技巧進階動作的時候，同時控制好行進的速度。..... %
8. 我在準備下水衝浪以前，能夠搜集到足夠的情報（如：水溫、潮汐）。..... %

(2) 你最喜歡喝的飲料是什麼？

Answer : _____

_____。
_____。

※請閱讀完下述每句後，依據您對每個敘述的感覺程度，圈選您認為最適當的號碼。

1 分代表“非常不同意”、4 分代表“非常同意”

	非			非
	常			常
	不			常
	同			同
	意			意
1. 你喜歡看電視嗎？.....	1	2	3	4
2. 看電視能夠讓你獲得新的資訊？.....	1	2	3	4
3. 看電視能夠讓你感到放鬆嗎？.....	1	2	3	4
4. 看電視能帶領你追求流行嗎？.....	1	2	3	4
5. 當沒有了電視，你會感到很無聊？.....	1	2	3	4
6. 你對喜歡的電視節目的播出時段瞭如指掌？.....	1	2	3	4
7. 透過電視，你能清楚地知道現今當紅的藝人是誰？.....	1	2	3	4
8. 打開電視後，第一個最想看的頻道是新聞台？.....	1	2	3	4
9. 你喜歡邊看電視邊吃零食嗎？.....	1	2	3	4
10. 因為有看電視的習慣，讓你覺得每天的生活很愉快？.....	1	2	3	4
11. 你認為電視頻道所播放的國外影集太過老舊嗎？.....	1	2	3	4
12. 你認為在家中看電視要比去電影院看電影還要來得自在嗎？	1	2	3	4
13. 你喜歡有「有獎徵答」的電視節目嗎？.....	1	2	3	4

※請閱讀完下述每句後，依據您對每個敘述的感覺程度，範圍從 0% 至 100%，
填寫您認為最適當的百分率。

0%代表“非常不願意”、 100%代表“非常願意”

1. 在浪潮洶湧、雷雨交加的颱風天，你的同伴約你一同前往海邊衝浪，你會接受他的邀約嗎？..... _____ %
2. Party 狂歡結束後，在酒精興奮加上整夜未睡的狀況下，你的衝浪同好們約你一同前往海邊衝浪，你會接受他們的邀約嗎？..... _____ %
3. 某個海域曾發生過鯊魚攻擊人的事件，你的同伴約你一同前往海邊衝浪，你會接受他的邀約嗎？..... _____ %
4. 在天色黑暗、視野不良的情況下，你的衝浪同好們希望你能和他們一同前去享受夜衝的快感，你會接受他們的邀約嗎？..... _____ %
5. 當你的腳繩與衝浪板之間的小繩子,因長期地摩擦和扭轉而導致繩結鬆脫、毀損的狀態下，目前的浪正大且刺激，你的同伴希望你別顧慮太多，趕緊跟他一同下水衝浪，你會接受他的邀約嗎？..... _____ %
6. 某個海域存在著毒性很強的水母，而你所穿著的防磨衣又是短袖的，目前的浪正好玩，你的同伴希望你跟他一同下水衝浪，你會接受他的邀約嗎？
..... _____ %

基本資料

2. 性別：男 女
2. 年齡：_____歲
3. 衝浪年資：大約_____年

～再次感謝您的參與～

附錄三 正式施測實驗組問卷

您好：

我們正在進行一項和衝浪有關的研究，非常需要您幫忙填寫這份問卷，大概 5 分鐘就可以寫完了。問卷上不需要寫名字，請您放心填答。這些問題沒有對錯，也沒有標準答案，請您依照自己真正的感覺來回答就可以了。

下列有幾點注意事項需要您的配合：

1. 請必須依序每個題項填答，避免有遺漏、回顧和預覽題項的動作。
2. 在填寫問卷的過程中，請避免與他人交談。

～相當感謝您的協助～

國立體育學院體育研究所 廖主民 博士
暨國立臺灣體育學院休閒運動管理研究所研究生 何鈺雯 敬上

基本資料

1. 性別：男 女
2. 年齡：_____歲
3. 衝浪年資：大約_____年

※請閱讀完下述每句後，依據您對每個敘述的感覺程度，勾選您認為最適當的答案。

	非												非
	常												常
	不												不
	同												同
	意												意
1. 你覺得衝浪對你來說是重要的。.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9				
2. 你覺得勇於面對大浪對你來說是重要的。.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9				
3. 你的衝浪表現會影響你對自己的評價。.....	1	2	3	4	5	6	7	8	9				

※請閱讀完下述每句後，依據您對每個題項的敘述有把握的程度，範圍從0%至100%，

圈選您認為最適當的百分率。

範例：我能夠達到每週運動3次、每次運動30分鐘和每次運動心跳率達130以上的標準。

0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%
非常沒把握			中等的把握					非常有把握		

1. 我很明確地了解衝浪的規則和禮儀。
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%
2. 我在滑水時可以使浪板和身體之間維持適當的平衡。
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%
3. 我可以做出正確的潛越動作（如：潛越、翻板越浪）。
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

4. 我會在浪來時抓到適當的時間點下浪。
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%
5. 我在起乘後可以讓雙腳站立（趴板者：讓身體趴在）在浪板上正確的點。
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%
6. 我在衝浪時可以自由地控制浪板的位置和方向。
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%
7. 我可以在做衝浪技巧進階動作的時候，同時控制好行進的速度。
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%
8. 我在準備下水衝浪以前，能夠搜集到足夠的情報（如：水溫、潮汐）。
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%
9. 我的實力是可以參加衝浪比賽的。
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%
10. 我可以使我的衝浪技巧展現出與眾不同的個人特色。
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

※ 下列是除了衝浪活動以外的「**一般生活態度測量**」，請用文字真實敘述出您的感覺，

不限字數。

(1) 當你想到自己會死亡時，有什麼樣的心情？

Answer : _____

_____。

(2) 當你的肉體死了，你認為接下來你會發生什麼事？

Answer : _____

_____。

※請您依現在的感覺，圈選下列各題所代表情緒的感覺程度。

1 分代表“沒有感覺” ~ 5 分代表“感覺非常強”

	沒 有 感 覺	感 覺 輕 度	感 覺 中 等	感 覺 強 烈	感 覺 非 常 強
1. 感興趣的.....	1	2	3	4	5
2. 苦惱的.....	1	2	3	4	5
3. 興奮的.....	1	2	3	4	5
4. 不舒服的.....	1	2	3	4	5
5. 有力氣的.....	1	2	3	4	5
6. 有罪惡感的.....	1	2	3	4	5
7. 心中創傷的.....	1	2	3	4	5
8. 敵意的.....	1	2	3	4	5
9. 狂熱的.....	1	2	3	4	5
10. 自豪的.....	1	2	3	4	5
11. 易怒的.....	1	2	3	4	5
12. 機警的.....	1	2	3	4	5
13. 覺得慚愧的.....	1	2	3	4	5
14. 鼓舞的.....	1	2	3	4	5
15. 神經質的.....	1	2	3	4	5
16. 果斷的.....	1	2	3	4	5
17. 專注的.....	1	2	3	4	5
18. 神經過敏的.....	1	2	3	4	5
19. 積極的.....	1	2	3	4	5
20. 擔心的.....	1	2	3	4	5

※請閱讀完下述每句後，依據您對每個題項所敘述的意願程度，範圍從 0% 至 100%，填寫您認為最適當的百分率。

範例：你是否有意願實際執行「運動 333」的標準。

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

非常不願意

中等願意

非常願意

1. 在浪潮洶湧、雷雨交加的颱風天，你的同伴約你一同前往海邊衝浪，你會接受他的邀約嗎？

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

2. Party 狂歡結束後，在酒精興奮加上整夜未睡的狀況下，你的衝浪同好們約你一同前往海邊衝浪，你會接受他們的邀約嗎？

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

3. 某個海域曾發生過鯊魚攻擊人的事件，你的同伴約你一同前往海邊衝浪，你會接受他的邀約嗎？

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

4. 在天色黑暗、視野不良的情況下，你的衝浪同好們希望你能和他們一同前去享受夜衝的快感，你會接受他們的邀約嗎？

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

5. 當你的腳繩與衝浪板之間的小繩子，因長期地摩擦和扭轉而導致繩結鬆脫、毀損的狀態下，目前的浪正大且刺激，你的同伴希望你別顧慮太多，趕緊跟他一同下水衝浪，你會接受他的邀約嗎？

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

6. 某個海域存在著毒性很強的水母，而你所穿著的防磨衣又是短袖的，目前的浪正好玩，你的同伴希望你跟他一同下水衝浪，你會接受他的邀約嗎？

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

～再次感謝您的參與～

附錄四 正式施測控制組問卷

您好：

我們正在進行一項和衝浪有關的研究，非常需要您幫忙填寫這份問卷，大概 5 分鐘就可以寫完了。問卷上不需要寫名字，請您放心填答。這些問題沒有對錯，也沒有標準答案，請您依照自己真正的感覺來回答就可以了。

下列有幾點注意事項需要您的配合：

1. 請必須依序每個題項填答，避免有遺漏、回顧和預覽題項的動作。
2. 在填寫問卷的過程中，請避免與他人交談。

～相當感謝您的協助～

國立體育學院體育研究所 廖主民 博士
暨國立臺灣體育學院休閒運動管理研究所研究生 何鈺雯 敬上

基本資料

1. 性別：男 女
2. 年齡：_____歲
3. 衝浪年資：大約_____年

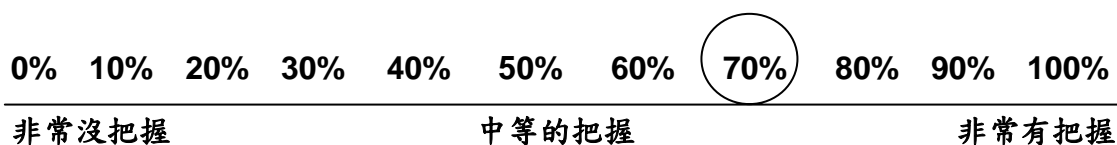
※請閱讀完下述每句後，依據您對每個敘述的感覺程度，勾選您認為最適當的答案。

- | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--|---|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|---|
| | 非 | | | | | | | | | | | | | | | | | | 非 |
| | 常 | | | | | | | | | | | | | | | | | | 常 |
| | 不 | | | | | | | | | | | | | | | | | | 不 |
| | 同 | | | | | | | | | | | | | | | | | | 同 |
| | 意 | | | | | | | | | | | | | | | | | | 意 |
-
1. 你覺得衝浪對你來說是重要的。.....1 2 3 4 5 6 7 8 9
 2. 你覺得勇於面對大浪對你來說是重要的。.....1 2 3 4 5 6 7 8 9
 3. 你的衝浪表現會影響你對自己的評價。.....1 2 3 4 5 6 7 8 9

※ 請閱讀完下述每句後，依據您對每個題項的敘述有把握的程度，範圍從 0% 至 100%，

圈選您認為最適當的百分率。

範例：我能夠達到每週運動 3 次、每次運動 30 分鐘和每次運動心跳率達 130 以上的標準。



2. 我很明確地了解衝浪的規則和禮儀。
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%
2. 我在滑水時可以使浪板和身體之間維持適當的平衡。
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%
3. 我可以做出正確的潛越動作（如：潛越、翻板越浪）。
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

4. 我會在浪來時抓到適當的時間點下浪。
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%
5. 我在起乘後可以讓雙腳站立（趴板者：讓身體趴在）在浪板上正確的點。
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%
6. 我在衝浪時可以自由地控制浪板的位置和方向。
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%
7. 我可以在做衝浪技巧進階動作的時候，同時控制好行進的速度。
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%
8. 我在準備下水衝浪以前，能夠搜集到足夠的情報（如：水溫、潮汐）。
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%
9. 我的實力是可以參加衝浪比賽的。
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%
10. 我可以使我的衝浪技巧展現出與眾不同的個人特色。
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

※ 下列是除了衝浪活動以外的「**一般生活態度測量**」，請用文字真實敘述出您的感覺，

不限字數。

1) 你最喜歡吃的食物是什麼？

Answer : _____

_____。

(2) 你最喜歡喝的飲料是什麼？

Answer : _____

_____。

※請您依現在的感覺，圈選下列各題所代表情緒的感覺程度。

1 分代表“沒有感覺” ~ 5 分代表“感覺非常強”

	沒 有 感 覺	感 覺 輕 度	感 覺 中 等	感 覺 強 烈	感 覺 非 常 強
1. 感興趣的.....	1	2	3	4	5
2. 苦惱的.....	1	2	3	4	5
3. 興奮的.....	1	2	3	4	5
4. 不舒服的.....	1	2	3	4	5
5. 有力氣的.....	1	2	3	4	5
6. 有罪惡感的.....	1	2	3	4	5
7. 心中創傷的.....	1	2	3	4	5
8. 敵意的.....	1	2	3	4	5
9. 狂熱的.....	1	2	3	4	5
10. 自豪的.....	1	2	3	4	5
11. 易怒的.....	1	2	3	4	5
12. 機警的.....	1	2	3	4	5
13. 覺得慚愧的.....	1	2	3	4	5
14. 鼓舞的.....	1	2	3	4	5
15. 神經質的.....	1	2	3	4	5
16. 果斷的.....	1	2	3	4	5
17. 專注的.....	1	2	3	4	5
18. 神經過敏的.....	1	2	3	4	5
19. 積極的.....	1	2	3	4	5
20. 擔心的.....	1	2	3	4	5

※請閱讀完下述每句後，依據您對每個題項所敘述的意願程度，範圍從 0 %至 100%，填寫您認為最適當的百分率。

範例：你是否有意願實際執行「運動 333」的標準。

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

非常不願意

中等願意

非常願意

1. 在浪潮洶湧、雷雨交加的颱風天，你的同伴約你一同前往海邊衝浪，你會接受他的邀約嗎？

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

2. Party 狂歡結束後，在酒精興奮加上整夜未睡的狀況下，你的衝浪同好們約你一同前往海邊衝浪，你會接受他們的邀約嗎？

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

3. 某個海域曾發生過鯊魚攻擊人的事件，你的同伴約你一同前往海邊衝浪，你會接受他的邀約嗎？

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

4. 在天色黑暗、視野不良的情況下，你的衝浪同好們希望你能和他們一同前去享受夜衝的快感，你會接受他們的邀約嗎？

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

5. 當你的腳繩與衝浪板之間的小繩子，因長期地摩擦和扭轉而導致繩結鬆脫、毀損的狀態下，目前的浪正大且刺激，你的同伴希望你別顧慮太多，趕緊跟他一同下水衝浪，你會接受他的邀約嗎？

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

6. 某個海域存在著毒性很強的水母，而你所穿著的防磨衣又是短袖的，目前的浪正好玩，你的同伴希望你跟他一同下水衝浪，你會接受他的邀約嗎？

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

～再次感謝您的參與～