

airiti

土風舞者認真休閒生涯之教育經驗

Educational Essence in Serious Leisure Career Stages for Folk Dancers

董孟修 Meng-Hsiu Tung

開南大學觀光與餐飲旅館學系 副教授

Associate Professor / Department of Tourism and Hospitality Management,
Kainan University

有關本文的意見，請聯繫通訊作者董孟修
For correspondence concerning this paper, please contact Meng-Hsiu Tung
Email: tmh@mail.knu.edu.tw

摘要

本研究旨在探討臺灣土風舞者之認真休閒生涯歷程。本研究在訪談 34 位研究參與者後，依據休閒生涯歷程與「情境—行動—結果」派典模式分析資料。資料編碼方法包含開放、主軸與選擇編碼三階段程序。研究結果顯示出土風舞者認真休閒生涯起始期、開展期、創建期、維續期與衰退期五個階段之經驗與內涵，各階段之經驗與內涵皆有差異。依據研究結果，進一步討論研究結果與藝術教育的關聯，及研究結果對於休閒教育與社會藝術教育之啓示。研究建議土風舞活動可運用於未來銀髮族的休閒教育與藝術教育之中。

關鍵詞：土風舞、情境—行動—結果派典模式、認真休閒生涯

Abstract

The purpose of this study attempts to explore the career path of folk dancers. Snowball sampling and in-depth interview were applied to thirty-four interviewees who fitted the research participants. The discussion is conducted based on the viewpoint of “leisure career stages” and “conditions–action–consequences model.” Open coding, axial coding and selective coding were applied to code data. The experience and essence of beginning, development, establishment, maintenance, and decline five serious leisure career stages of folk dancers are illustrated clearly. There are different experience and essence of five serious leisure career stages. According to the study results, two themes are discussed, one is the relevance between research result and art education, and the other is the enlightenment of research result to leisure education and art education for general public. It is also suggested that folk dance can be used in the leisure education and art education of elder people.

Keywords: folk dance, conditions–action–consequences paradigm model, serious leisure career

壹、前言

土風舞是指在地理、歷史、風俗等影響下，經長時間演變自然形成，具備民族、地方特色，溶為生活的舞蹈（張慶三、陳芳枝，1976）。李天民（2000）指出世界各國的土風舞屬於自娛舞蹈，土風舞有別於表演、競賽類型的舞蹈；它的主要價值在娛樂、社交、運動及教育；由於其具有鄉土特色，又蘊涵了濃厚的文化色彩，因此也具備藝術欣賞價值。

Brown（2007）認為土風舞具有發展為認真休閒（serious leisure）的性質。土風舞是一門藝術、一種運動，也是一項休閒活動（須文宏，2007）。從事土風舞者若能認真參與活動、擴展相關知識與技巧來滿足跳土風舞之要求，其所投入的程度將能符合 Stebbins（1992，1998）所提出的認真休閒中之嗜好者（hobbyist）。而舞者如果經由跳舞及與舞友相處經驗的增加，可能會對土風舞活動所具備的技術、知識、裝備等產生更多的投入，促進對土風舞活動的情感與熱愛。隨著舞者對土風舞活動中特定的服裝道具、舞蹈技巧的使用，也可能形成土風舞的遊憩專門化（recreational specialization）（Bryan，1977）。Kelly、Godbey（1992）指出生涯（career）顯現活動參與者的行為隨時間變化之歷程，是認真休閒活動中重要的特質。土風舞是一種具互動且能深度參與的活動，可能發展為認真休閒的經驗形式，也可以具有遊憩專門化的現象。

臺灣土風舞活動起於上個世紀中，由美國傳入。時至今日，已成為民間相當盛行的休閒活動（楊昌雄，2007），土風舞者休閒生涯的發展歷程與內涵值得予以關注。國內罕見土風舞者認真休閒生涯的相關研究，土風舞者之認真休閒生涯歷程為何？引發了本研究探討的動機。

本研究從臺灣重新思考，以休閒生涯歷程為基礎，並依據情境—行動—結果派典模式（conditions–action–consequences paradigm model）（Strauss、Corbin，1998）分析訪談資料，檢視臺灣土風舞者認真休閒生涯發展之歷程。除了探討臺灣 1980 年代特色的土風舞活動，亦可提供學術界檢視臺灣土風舞者認真休閒生涯發展上的參考。

貳、文獻回顧

一、臺灣土風舞現況

李天民（2000）指出土風舞活動的場所由平原、山野等大環境走入小環境；舞蹈形式有行列、鏈形、單圓、雙圓等；舞蹈的音樂與舞步統一，流行於今日世界各級學校或社會。美、日土風舞專家慣將土風舞分為四類：（1）鄉土舞蹈——具有地方傳統特色，

例如宗教舞蹈，儀式舞蹈及一些聯歡舞蹈等；（2）國家舞蹈——流行於一國境內，並為其專有之傳統舞蹈；（3）國際舞蹈——流行於國際間，無特殊代表性之舞蹈，如華爾滋、撲克等；（4）特徵舞蹈——配合特殊音樂、服裝道具，以特殊舞法表演之舞蹈（張慶三、陳芳枝，1976）。

臺灣的土風舞在歷經超過半個世紀的發展下，內容逐漸融入世界各國（地區）的舞蹈及國際舞蹈，也包含臺灣教師自編舞與原住民舞蹈。參與土風舞者除了學校學生與社青外，家庭婦女也在社區及公園加入晨間土風舞活動。1980年代左右，臺灣許多大專院校、高中職、社區都有土風舞社（須文宏，2007）。

二、臺灣土風舞教學

土風舞社團教授各國（地區）的土風舞時，教師會先介紹該國家（地區）、文化、生活、風俗，並會解說歌詞內涵典故及該國家（地區）舞蹈特色。教師大多只要求舞者熟悉基本舞步，比較不強調舞蹈技巧，多在 30 到 60 分鐘之間可完成一支舞曲的教學（須文宏，2007）。跳舞時若搭配服裝與配件，舞者除了可以融入角色外，也較能體驗各地區民俗風情。徐敏雄（2013）指出舞蹈教與學包含三個層次。第一是舞者被架空於舞蹈所蘊含之社會文化屬性，直接學習、操練舞蹈動作；第二是舞者能清楚瞭解、表達舞蹈技巧背後的文化蘊意；第三是舞者能更深入地辨識、批判，而非僅能瞭解或表達所學習舞蹈之多元文化偏見或權力關係，而臺灣土風舞社團教學比較接近第二層次。

臺灣土風舞社團的課程主要包含各國（地區）的舞蹈介紹與演練，將舞蹈視為一項休閒活動，而非職業舞者的養成（須文宏，2007）。大學土風舞社團則透過融入式課程，把議題與舞蹈課程相互融合（Laughlin、Engleson，1982）。例如，透過融入減重主題，讓社團成員從舞蹈、健康與飲食面向思考減重議題。徐敏雄（2013）認為舞蹈教師若能關注舞者肢體—動覺智慧（*bodily-kinesthetic intelligence*），在課程和教學設計上重視其主動參與，並對其獨特肢體表達方式予以肯定，便有助其民主素養的培育。臺灣土風舞社團的教師亦多會鼓勵舞者依本身能力與經驗學習課程，主動練習與運用肢體，達到健身與休閒目的（須文宏，2007）。

在臺灣還有舞禁的戒嚴時期，土風舞界用聯歡二字替代舞會。時至今日，聯歡活動成為土風舞會的一種形式（楊昌雄，2007）。在這類的活動中，舞友隨著音樂展現肢體動作與舞蹈技巧，大家一起共舞，進入多元土風舞世界。社會青年土風舞聯歡活動因結合學校及民間社團資源，不以營利為目的，大多免費參加，甚至有舞友免費提供餐點。其實土風舞營隊已有超過百年的歷史，迄今已發展成一種產業（Rule、Udd，2002）。

Thurber、Scanlin、Scheuler、Henderson（2007）的研究指出參與營隊可提升學員之人際溝通能力、自我肯定、身心調適、團隊合作等多重之效益，並對未來發展有所助益。

三、認真休閒生涯

1988年起，社區土風舞社團考量媽媽體力及接受度，改以流行歌曲新編簡易舞蹈動作為主要教材，以休閒聯誼為主。隨著舞蹈數量及類型的增加，現在土風舞者跳舞的舞碼也加入許多休閒性質的新編創作舞及流行舞（楊昌雄，2007）。根據鄒碧鶴、沈蓉娟（2008：187）的定義，休閒舞蹈（leisure dance）是指「在閒暇時間，以動態性身體活動的方式，所選擇具有健身性、消遣性、及放鬆性，以達到身心健康、紓解壓力為目的之舞蹈運動」；換句話說，非以祭祀、表演、競賽為主要目的之舞蹈類型，多可歸為休閒舞蹈。休閒舞蹈在臺灣最常見的有上述的土風舞（亦稱國際民俗舞蹈、世界舞蹈）、以流行音樂新編的社區舞蹈及流行排舞等。臺灣土風舞活動在歷經1980年代的全盛期後，雖然目前跳土風舞的人數方面有縮減，但也培養了一群熱愛土風舞的舞友，表現出認真參與的態度。這群舞友投入土風舞的程度符合Stebbins（1998）所提出的認真休閒嗜好者特質，臺灣土風舞活動逐漸從純自娛休閒演變為「認真休閒」。

（一）認真休閒

休閒活動包括隨興休閒（casual leisure）與認真休閒兩大類型（Stebbins，1982）。Stebbins（1992，1998）指出認真休閒是參與者以有系統及深入的方式，從事一項充實、有意義及有趣的業餘活動；認真休閒主要有堅持不懈、生涯性、個人努力、持續性效益、獨特特質與強烈的認同感六項特質。參與者會透過努力追求認真休閒的過程發現自己的休閒生涯目標，從中學習特有的休閒技能、知識與經驗。因此，認真休閒經常能夠提升休閒生活品質。Dilley、Scraton（2010）也認為從事認真休閒者會深深投入活動中，對於活動有高度的承諾與堅持。

（二）生涯

Stebbins（2007）經由對認真休閒六大特質的檢視，以生涯作為認真休閒之定義的主要組成。生涯是一種組織的概念，尤其在工作與休閒領域較常出現生涯的特徵（Heuser，2005）。Kelly（1996）認為生涯是透過個人在知識、技能與技術上的增進與發展，由新手進入學習者的重要發展歷程。趙芝良、陳瑋苓（2010：4）也認為「生涯是探討認真休閒的核心，而其他特質則是伴隨休閒歷程的發展而逐漸強化與顯現」。生涯是引領實踐者進入與經歷一個休閒或工作角色的典型過程，可透過生涯歷程（career history）以及主觀生涯（subjective career）兩個觀點來描述生涯階段之架構（Stebbins，1992）。Stebbins

(2007) 認為休閒生涯是一種與活動相關的時間連續性概念，是以個人經驗詮釋特定休閒活動的發展過程。生涯歷程可區分為起始期 (beginning)、開展期 (development)、創建期 (establishment)、維續期 (maintenance) 與衰退期 (decline) 五個階段，每個階段間不一定有明確且容易發覺的分別；主觀生涯即為參與者所詮釋的生涯。

(三) 涉入

涉入 (involvement) 是由特殊的情境或刺激所引發的一種動機、激勵或興趣的狀態 (Rothschild, 1984)。趙芝良、陳瑋苓 (2010) 認為同一種休閒活動，得以發展為不同的休閒體驗，與個人對活動承諾與涉入程度上的差異有關。Houston、Rothschild (1978) 將涉入分為情境涉入、持續涉入與反應涉入。情境涉入是特定情境短時間內所表現出的高度投入狀態，持續涉入是個人對於事物過去經驗所產生的價值系統。反應涉入是結合情境涉入與持續涉入時，所產生對於特定事物的心理狀態。Richins、Bloch (1986) 則認為情境涉入隨著特殊情境發生，而持續涉入是長時間投入的狀態，二者的差異只在時間發生的長短。McIntyre、Pigram (1992) 認為休閒涉入是對遊憩活動經由吸引力、自我表現與中心性持續性的投入而產生興趣的狀態。鄭天明、曹勝雄、陳美存 (2015) 則認為休閒涉入是持續涉入的一種表現。

(四) 休閒阻礙

Nadirova、Jackson (2000) 認為凡是抑制繼續休閒活動導致無法維持或增加參與的頻率，負向影響到休閒體驗，即為休閒阻礙 (leisure constraint)。其因素包含時間、費用、熟練程度不夠、缺乏資訊及社會地理上的限制等。Crawford、Godbey (1987) 提出三種類型休閒阻礙型態：個人內在的阻礙、人際阻礙，與結構阻礙，來解釋參與活動時所遭遇的休閒阻礙。McQuarrie、Jackson (2002) 指出，當遇到的休閒阻礙不易解決時，會產生阻止繼續從事特定休閒活動的障礙，形成個人生涯的轉換現象。Jackson、Dunn (1988) 也認為個人對特定活動失去興趣，可能造成個人減少、暫時停止或永久放棄參與特定活動的狀況。休閒阻礙會降低休閒品質與休閒滿意度，可能讓個人土風舞休閒生涯產生重大變化。

綜合以上觀點，本研究所稱土風舞者的認真休閒生涯是指「土風舞者有系統及深入的從事土風舞休閒活動的發展過程」。Stebbins (1992) 之認真休閒生涯的五個典型路徑，可提供研究者檢視土風舞者在認真休閒發展上的參考。而探討涉入與休閒阻礙概念，有助於運用情境—行動—結果派典模式引導出某一類別成為核心再探討各類別之間的關係，用以提示、支持後續訪談資料的內容分析。

參、研究方法

一、研究對象

本研究對象選取純粹將土風舞做為休閒舞者，排除職業舞蹈家及教師；期能反映出將土風舞視為休閒的特性。經由田野調查、網路社群觀察與瞭解社群屬性後，運用「舞之心論壇」¹ 資訊提供平臺，提供舞蹈資訊及社群互動情況，以利於進入聯歡舞蹈現場並於舞者休息時間找尋受訪者。在田野調查階段使用參與觀察法，於 2016 年舞之心論壇平臺公告的二場聯歡活動（輔仁大學校園聯歡與中華民國國際民俗舞蹈協會社青聯歡），從參與者的角度觀察土風舞活動中的人、事、物、時間、地點及原因。本研究參考曹勝雄、林濰榕（2011）以三階段的抽樣方式來接觸受訪者。第一階段是採用方便性取樣，由研究者參與土風舞活動而熟識者間進行隨意訪談。接著採用滾雪球抽樣方法，以就前一階段的受訪者逐一推薦以擴大研究的參與者多樣性。最後則是運用關鍵個案（critical case）取樣的方法，就土風舞者中在年齡與具備發展出認真休閒特質為條件進行取樣。

二、資料收集

研究對象為 2016 年 7 月至 2017 年 6 月參加舞之心論壇平臺所紀錄之聯歡活動的舞友；共進行了 34 次訪談（包含前測之深度訪談舞友二位，正式訪談舞友 32 位；均為不同人）。受訪者有 15 位男性與 19 位女性，年齡分布於 19 至 66 歲之間，土風舞經歷介於 1 至 45 年。訪談地點分布於臺北市、新竹市、臺中市與高雄市四個地區（每地區二次，共八次聯歡活動，每次四位）；受訪者平均接受一至兩次的面對面訪談（部分舞友會重覆參加聯歡）。受訪者基本資料如附錄。

本研究運用參與觀察及深度訪談法，研究舞者參加土風舞的經驗與內涵及其舞友間的互動狀況，以呈現土風舞具認真休閒意涵的現象，探討舞者認真休閒生涯發展歷程。透過筆記與影像拍攝，記錄舞者活動之情形，同時進行相關文獻之蒐集與檢閱，形成研究問題意識，確立研究流程，並擬定訪談問題，完成初步訪談大綱。之後對二位舞友進行前測，並詢問社團志工，以釐清舞友無法完整回答的部分。例如訪問協助聯歡活動進行及接待舞友之服務志工，可透過他們第三人角度，獲得更廣闊的問題視野，提升研究結果之有效度，並有助於訪談大綱的發展。

訪談大綱除了基本資料外，主要聚焦在舞者參與土風舞過程與發展、與土風舞的互動（阻礙與因應、投入、報酬與代價）、參與社團的經驗（同好、舞伴的互動關係）等。訪

¹ 本研究參考「舞之心論壇」之最新發表文章及回覆版：<http://www.okc.folk-dance.org/talk/index.php>

談準則的建立，在確保所有回應內容能在深度與彈性上，盡可能一致（Patton，2002）。完成前測及訪談大綱後，請二位研究生以深度訪談法進行實證資料的收集；受訪者均以相同方式接受訪問，而訪員則藉由受訪者的回應，發展並追問相關的次要問題以獲得符合本研究主題之資料。在取得受訪者同意後，以錄音保存資料，以利進行後續的分析工作。深度訪談時間每次約 30 至 40 分鐘，資訊達到飽和而結束（Krueger、Casey，2000）。

為提高研究信度，訪談後將訪談資料轉成逐字稿，請受訪者檢視與校正，待雙方核對、修改並確認無誤後，進行編碼程序；以 N1 為例：N1 是代表臺北市編號 1 號的研究對象。如分析過程中，遇有資料不足之處則以線上通訊工具（line、email）作為資料確認與補充的工具或再進行訪談，目的為確認訪談資料具有明確方向性且足以說明各階段之經驗與內涵，同時亦可作為收集、補充不完整概念之用，讓資料收集與分析程序上符合內部效度。共有九位受訪者針對字詞進行修正、補充與更新，其他 25 位受訪者表示內容無誤且符合原意。

三、資料分析與討論

研究者依據逐字稿中受訪者描述的情境、事件等內容進行開放性編碼的程序發展概念、類別與屬性，在概念化的過程中，參考文獻中相對應概念名詞加以命名；以主軸編碼發展類別與次類別之間的連結關係；以選擇編碼發展綜合類別（Riley，1995）。而選擇編碼的階段會出現許多概念類別，需運用情境—行動—結果派典模式引導出某一類別成為核心再探討各類別之間的關係（林若慧、張德儀、陳兆鄧，2013）。例如：土風舞演出、舞蹈比賽等概念可歸為媒體宣傳（次類別）；媒體宣傳、親友介紹與舞蹈活動等次類別則屬外部資訊（主類別之情境），以清楚地詮釋認真休閒生涯中各階段的經驗與內涵。經由上述程序，共篩選出 151 個概念，並將相同之概念分為 47 個次類別；47 個次類別再依其性質分成 19 個主類別。之後將 19 個主類別歸入 Stebbins（1992）所提出的起始期、開展期、創建期、維續期與衰退期。

為使研究更具有客觀性與可稽核性；研究過程邀請一位非本研究抽樣對象，具有學術研究經驗之資深土風舞愛好者，擔任資料分析與結果之稽核員角色，作為符合三角檢定的依據（趙芝良、陳瑋荅，2010）。本研究訪談設計與資料分析均依據相關理論及實證文獻，故能符合內容效度。二位研究生訪員為中華民國國際民俗舞蹈協會會員並出示學生證，受訪者願意相信訪談資料僅供學術研究，且受訪者以代號出現於報告中；故受訪者願意提供其真實的資訊與經驗，因此本研究之訊息來源與品質有其可靠性。最後綜合田野紀錄、訪談結果與相關文獻整理進行交叉比對分析，反覆來回檢視與比對資料，進行三角檢驗，以建立本研究之信、效度；並對研究結果進行討論，得出結論與建議。

四、研究限制

本研究是少數以臺灣土風舞者為分析素材，運用質性方法探討其認真休閒生涯的研究；在過程中雖已儘量追求嚴謹，惟仍有某些研究限制。其一，本研究是依據 Stebbins (1992) 之認真休閒生涯的五個典型路徑，因此本研究的重要性為呈現出土風舞者認真休閒生涯的五個發展歷程的經驗與內涵。其次，有認真休閒生涯的舞者會落在五個階段的其中一個階段（甚至尚未經歷某階段），其餘階段部分訊息或回憶可能會被遺忘或忽略。建議未來之研究對研究對象進行更嚴謹的抽樣方法，來克服回憶式訪談所帶來的限制。其三，本研究聚焦於認真休閒生涯的五個典型路徑，未對於受訪者不同休閒生涯的發展樣貌進行探討。建議未來可擴大受訪者人數，以協助分析不同休閒生涯發展樣貌的異同之處。

肆、研究結果

一、起始階段之經驗與內涵

起始階段，主要指對土風舞有興趣的民衆，不論從前有无舞蹈相關經驗，目前未正式真正參與土風舞的時期；其經驗與內涵如表 1 所示。

表 1

起始階段概念彙整表

主類別	次類別	概念
情境： 外部資訊	媒體宣傳	土風舞演出、舞蹈比賽
	親友介紹 社團活動	舞友邀約參加社團、已有親友參加社團 看到舞者練舞、社團宣傳
個人特質	主動	有興趣、認識朋友
	被動	親友帶領、打發時間
舞蹈經驗	土風舞經驗	聯誼活動、學校課程
	其他舞蹈經驗	舞會、與原住民共舞
行動： 舞蹈活動選擇考量	能力考量	符合自己能力、時間配合
	費用考量	配備易取得、費用可接受
	地點考量	離家遠近、交通便利性
結果： 準備參加社團課程	選擇土風舞社團	上網找資料、詢問親友訊息

註：基於版面篇幅限制，概念以部分列舉方式呈現。

（一）情境

民衆對舞蹈的印象多是祭祀、舞蹈表演及舞蹈比賽，以觀看及欣賞為主，舞者通常穿著專業服裝及配件。當民衆穿著休閒服裝，開始參與土風舞活動作為一種休閒活動，即可被瞭解為進入起始階段。外部資訊的接觸是民衆瞭解與接觸土風舞的重要情境，如媒體宣傳中——土風舞演出之概念，即為民衆藉由網路、影視節目等媒體接收資訊，考慮將土風舞作為休閒活動之一，並成為後續發展出認真休閒生涯歷程之起始。

電視節目及電影會有土風舞片段，讓民衆對土風舞有進一步認識。此外，土風舞也會在政府單位舉辦的相關活動中表演。（N7）

在個人特質上，初步認識對舞蹈有興趣者，對土風舞的態度可分為主動與被動兩種次類別。主動——有興趣之概念，是個人對土風舞有興趣，會主動去學習土風舞。

我不是舞蹈系的學生，但對舞蹈有點興趣；以前有跳過遊戲及聯誼性質的舞蹈，就被系學會及社團幹部拉去帶新生跳舞。之後就主動到社團學土風舞。（K2）

被動情況如——親友帶領之概念，是個人在不排斥的情形下，經由親友的引領而學習土風舞。而打發時間、可以接受的態度是常見的被動概念。

媽媽是社區舞蹈班隊，跳舞是我媽生活重要的一部分。他們會定期聚餐、聯歡、辦旅遊。從小媽媽就帶我接觸舞蹈，習慣後我也能接受，就一直跟媽媽跳到現在。（N3）

舞蹈經驗是個人接觸舞蹈過程與情境的記憶；會影響個人在舞蹈活動選擇行動策略的發生。許淑婷（2014）認為舞蹈是非常獨特的美感經驗；學生若能體驗它的肢體美學與動覺藝術，加上課程教師予以適度的引導及鼓勵，學生想認識舞蹈的動機就會產生。如土風舞經驗——學校課程之概念，即為個人藉由課程、練習及表演等機會接觸舞蹈。過去良好的舞蹈經驗會加速個人參加社團課程的意願；反之則會降低。

最早接觸應該是幼稚園及小學要上臺表演，經常練習。上大學時，是學姐帶我參加土風舞社團；後來因為喜歡而留下，一直跳到現在。（B5）

（二）行動

當個人準備參加舞蹈時，會想要選擇所進行的舞蹈活動，也就是衡量其價值與優勢，決定是否學習土風舞，如能力考量——符合自己能力之概念。

國標舞最好有固定舞伴練習，熱舞要熟練專業的地板動作；而土風舞的特色是走向聯誼、健身及休閒。考量自己專長及能力，休閒性質的舞蹈較適合我，是可以長期進行的休閒活動！（N1）

表演與競賽性質的舞蹈需要有觀眾支持，可能會製造明星偏向商業化；比較舞蹈的優點、本身條件及跳舞目的後，我較適合跳一些無壓力、可以認識新朋友的舞。（B1）

（三）結果

個人認同土風舞後，產生準備參加社團課程的結果；如同選擇土風舞社團——上網找資料之概念。

土風舞課程多元，但多會從基本步教起；如果想選擇社團，以前多由舞友帶領，現在可先上網查詢，挑選合適社團及課程。（C3）

二、開展階段之經驗與內涵

開展階段，主要指個人開始持續性的關注土風舞，並參加土風舞活動成為土風舞者（以下簡稱舞者）的時期；其經驗與內涵如表 2 所示。

表 2
開展階段概念彙整表

主類別	次類別	概念
情境：	體驗課程	社團舉辦、自行練習
正式學習關鍵	舞友帶動	期望與舞友相聚共舞、朋友一起參加
土風舞效益	舞蹈功能	健康、美感
	土風舞功能	認識各國風俗與傳統、交友
行動：	音樂互動	欣賞音樂、瞭解歌詞內容
土風舞互動	舞蹈互動	熟練基本步、肢體律動
	舞友互動	練習舞序、共同活動
結果：	進階課程	中級班、找舞伴
常態參加社團課程	基本配備	收集音樂、增添服飾

註：基於版面篇幅限制，概念以部分列舉方式呈現。

（一）情境

個人選定並參加適合之活動，如參加社團體驗課程，正式學習土風舞。體驗課程重點在於體驗學舞的樂趣與活動多樣化，讓初學者成為土風舞的參與者。

早期許多大專院校、高中職、社區都有土風舞社；隨著舞蹈多元發展，現今大學也有國標社及熱舞社等舞蹈性質社團。我有到各社團參加體驗課程與活動，最後選擇土風舞。(K7)

舞友帶動是正式學習關鍵重要次類別；透過相識的舞友在土風舞方面的引領與帶動，舞者與舞蹈及舞友產生了互動與對話；如期望與舞友相聚共舞之概念，舞者會在舞友間建立並維持人際關係，將土風舞納為休閒活動首要的考量。

舞友會積極邀請親友加入社團，更鼓勵全家參加。土風舞蹈最難被取代的事物與價值，應該是多元、包容各國文化、自由、師生及舞友互動、社團人情味。(N6)

此階段情境——土風舞效益，會讓舞者體驗與享受舞蹈功能，繼續學習土風舞，繼續開展階段；可由舞蹈功能——健康之概念所展現。

舞蹈能舒氣活血有助健康，跳舞讓人儀態端莊，反應、理解、注意力都會更好；舞蹈更是自然的情緒表達方式，讓人有自信、開朗；舉手投足、動靜之間的肢體變化真的很迷人，學舞真的會變靈活。(B2)

土風舞效益也可由土風舞功能——交友之概念所展現；舞者可在學習與活動過程中，經由聊天、彼此切磋舞蹈知識及技巧而結交新朋友；土風舞亦有教導國際禮儀、尊重文化差異、社交與溝通技巧的課程。

舞友多具備良好人格特質與禮儀、對藝術有一定的品味；彼此極少利益衝突，容易交到知心及志同道合的朋友。我最讚賞的是每一首舞結束，大家都會為彼此鼓掌。(K4)

聯歡時，許多父母與子女一同參加，也有三代同堂的；比起虛擬的網路世界，經由社團活動來交友，安全上較有保障。(B7)

(二) 行動

舞者經由在土風舞上的學習與探索，引起了土風舞互動之一連串的行動策略，如聽音樂、練習基本步，自己或與舞友練習。張中煖(1997)認為除了在實際跳舞的經驗及以身體來探索動作之外，還包括了創作編舞或藉助文字、語言、影像、模仿等形式，來表達與對應律動過程的具體經驗。如同舞蹈互動——基本步之概念，即為最常見的行為。

練舞讓我有探索自己的肢體經驗，感受到身體律動的快樂；熟練基本步，發揮舞

動的能力。(C7)

入門容易，但是需要有恆心從基本步學起；學會基本步之後會著迷於豐富的土風舞世界，會期待參與各地的聯歡，與舞友同樂。就如喜好登山者會持續爬不同的山。(K1)

(三) 結果

經由持續與土風舞的互動，舞者從音樂、舞蹈及舞友獲得良好的體驗，促使舞者常態參加社團課程；如同進階課程——中級班之概念，從初級班進階到中級班，持續學習多元的土風舞課程。土風舞類型多元，從簡單到高度技巧都有，可讓舞友長期參與。

相較於國標以雙人舞，熱舞以單人舞為主；土風舞的舞型及舞步內容豐富，均有包含！而且不斷創新，融入許多現代舞及歌曲動聽、適合年輕人跳的MV自編舞。可依自己的程度選擇適合自己的舞曲學習，長期跳舞。(C1)

舞者常態參加社團課程的結果就會充實配備，如土風舞音樂、影片、舞書、服裝道具等；如同基本配備——收集音樂之概念，也就是培養鑑賞音樂的能力，以利於舞者持續參加土風舞。

老師會解說歌詞內涵典故及該國家舞蹈特色，可增進音樂素養；跳舞時才能融入豐富情感，體驗各地區民俗風情。(B8)

跳土風舞不必花大錢在服飾，如有需要可先用租借的方式。土風舞可運用的道具多樣化，如扇子、椅子、甚至湯匙等；沒有所謂最好與不好的服飾，只要能符合自己對於土風舞的需求與喜好。(N2)

三、創建階段之經驗與內涵

創建階段，主要指將土風舞當作常態休閒活動的舞者，會想獲得更多土風舞相關資訊的時期；其經驗與內涵如表3所示。

表3
創建階段概念彙整表

主類別	次類別	概念
情境： 正面增強	聯歡活動	結交各地舞友、多樣舞蹈內容
	舞伴關係	舞伴練習、共同學習
	增加練習	收集更多資訊、熟悉音樂

表 3

創建階段概念彙整表（續）

主類別	次類別	概念
行動： 同好觀摩學習	分享與改善 建立專業	社群分享心得、改善課程與活動 舞蹈交流與傳承、整合發展舞蹈知識
結果： 熱愛土風舞	土風舞優先 舞蹈營隊 舞蹈論壇	熱心社團活動、休閒生活重心 參加營隊活動、協助辦理活動 忠實成員、相約參加舞蹈活動

註：基於版面篇幅限制，概念以部分列舉方式呈現。

（一）情境

當開展階段的舞者對舞蹈投入更多時間與精力，並持續練習，則進入創建階段。促使該現象發生的情境，是舞者能深度感受到土風舞的益處，稱為正面增強。當土風舞成為舞者興趣及嗜好時，社團內會有常共舞的舞伴，也會開始對外參加聯歡結識新舞友；舞者會盼望聯歡到來與舞友共舞。而增加練習——熟悉音樂之概念，是指舞者瞭解舞曲背景故事與歌詞涵義，掌握音樂旋律與節拍，熟習音樂並複習舞步。

學習舞蹈，進而瞭解其相關歷史、地理、人文背景，可以增廣見聞、體驗各國豐富文化內涵，更可促進國際文化交流。我平常開車都會放土風舞音樂來聽。（C5）

增加練習——收集更多資訊之概念，係因對土風舞的喜愛而產生求知的需求，會想獲得更多土風舞相關資訊，找尋土風舞相關專業知識。

現今科技與資訊發達，土風舞書籍、各國影片、示範教學可在網上找到，而裝備租用或購買也很便利。做足功課可享受土風舞更深度的樂趣。（C8）

（二）行動

土風舞除了舞者個人練習時間外，多數跳舞時間屬於群體活動，講究人際關係、重視人與人之間的互動與尊重，跳舞時的言行舉止及穿著都會合乎基本禮節；上述經驗與內涵，可令舞者感動而留在社團，繼續學舞及維持良好人際關係。此階段顯著的現象為尋找同好。土風舞包含各國舞蹈，舞者會對特定舞風有偏好；舞者在經驗及舞技上累積一定基礎，也展現了同好觀摩學習（包含分享與改善、建立專業等次類別）的互動過程，成為該階段的行動策略。分享與改善——社群分享心得之概念，是指同好一起分享跳土風舞的經驗。

網路與通訊軟體發達，我們會建立群組，除了跳舞經驗與心得，我們也會分享個人目標、願景及自我成長等。(C4)

一位具認真休閒特質的遊憩者，會對活動產生高度的持續性涉入(Cheng、Tsaur, 2012)；因持續高度的涉入社群團體，成員間願意分享休閒活動之知識與技巧，提升其對活動參與的興趣，同時融入活動情境而享受其中(鄭天明等, 2015)。當土風舞相關資訊達到一定程度時，便可形成一項專業；如同建立專業——舞蹈交流與傳承之概念。此外，同好也會一起整合與發展土風舞相關的知識。

教師或示範者以解說舞曲歌詞內涵典故及該國家舞蹈特色，搭配基本步方式進行教學。我們徵詢教師及學員同意後錄影，可依此建立文字及影音資料庫。(N8)

(三) 結果

建立土風舞的專業，會促使舞者對土風舞有更高程度的投入，產生熱愛土風舞的結果。隨著科技發達，舞者除了跳舞，也會加入網站、手機社群，瀏覽資訊或分享心得，成為特定舞蹈論壇的忠實成員；如同舞蹈論壇——忠實成員之概念，舞者會經常瀏覽及參與論壇活動，將舞蹈論壇當作可凝聚舞友情感之處，成為有讀、有回、有按讚的三有舞友。

我會上舞之心收集資料、發表文章、與舞友分享及討論，來跟社群產生連結，達成對舞蹈知識、資訊吸收的期望。(K5)

Baldwin、Norris (1999) 認為，參與社交圈的行為通常是個人深度涉入活動的第一步。除了經常瀏覽及參與論壇活動外，舞者也會積極投入社團活動；如同土風舞優先——熱心社團活動之概念。此外，舞者認同與接受社團安排的土風舞活動，除了在社團學習及體驗各種特色土風舞，也會與同好參加舞蹈營隊。

社團的人情味濃；因為跳舞時跟舞友有較近距離互動，友誼會比其他社團強烈許多，人與人之間的距離很容易也很快就拉近。(B3)

很多社員在默默的付出：有人負責協調管理、有人負責領舞及教舞、有人負責照顧新人、有人負責和大家聊天凝聚向心力、有人負責放音樂。在社團的每個人都有他的定位，或許每個人的目的不同，但都可在此得到滿足。(C6)

四、維續階段之經驗與內涵

維續階段，主要指對熱愛土風舞的舞者，產生良好的個人效益與獲得家人回饋的時期；其經驗與內涵如表 4 所示。

表 4

維續階段概念彙整表

主類別	次類別	概念
情境： 持續性效益	個人效益	心流經驗（flow experience）、持續涉入
	社交效益	拓展社交圈、相約出遊
相關付出	金錢	增購舞蹈服飾、交通費用增加
	時間	練舞時間增加、聯歡次數增加
	心力	記憶舞步與舞序、活動準備
行動： 增強專業	營造環境	科技進步、場所依戀（place attachment）
	要求設備	搭配舞蹈道具、量身訂做
	訓練技巧	專業師資指導、共通教材
結果： 營造優質土風舞	成為圈內人	整合與尋求資源、編舞
	擔任社團幹部	舉辦訓練課程、推廣活動
	擔任志工	責任與義務、使命感

註：基於版面篇幅限制，概念以部分列舉方式呈現。

（一）情境

參與者會從休閒活動的經驗中獲得效益（Bammel、Burrus-Bammel，1982）。而持續性效益會促使舞者進入維續階段。如同梁英文、曹勝雄（2007）研究顯示認真休閒特質愈明顯者，對於活動之持續性涉入的程度愈高。當舞者熱愛土風舞，會更重視土風舞的學習，也因此產生良好的學習與活動經驗；例如個人效益——心流經驗之概念。

非常喜歡土風舞「享受不在花錢多，運動兼健身」的感覺。尤其在燈光美、氣氛佳、音樂優、舞步棒及人情濃的環境下跳舞，會讓您有「人生有此，夫復何求？」的感覺。（N4）

有些雙人舞蹈動作甚至於跟先生（太太）也不會做，而跟舞伴可以研習。與舞伴間眼神的交流是一種禮貌也是一種讚美，此時的曾經擁有勝過於天長地久。我對於每一位能共舞的舞伴都很珍惜，所謂百年修得共舞跳吧！（C2）

土風舞可聯繫情感、紓解壓力、沉澱心靈、體驗多樣的活動及感受各國風情。另一方面，對社團活動高度的參與，對舞友表現熱心的心態與行為時，會瞭解更多相關知識、資訊，獲得良好的社交效益；除了舞蹈活動外，舞友之間也會有相約出遊、介紹工作機會及分享教養子女經驗等更多的聯繫。如社交效益——拓展社交圈之概念。

不習慣跟同性牽手的我，在跳舞中體會到同性間一起融入舞蹈的樂趣。認識異性朋友能讓你心胸變的比較開闊，不再侷限跟男（女）友或固定舞伴跳舞，更能享受跟不同舞伴共舞的樂趣。（K8）

一群快樂的人一起做快樂的事，是很棒的享受。聯歡多由學校或社團輪流主辦、彼此分攤工作與責任；輪到自己社團主辦時，可發揮創意，安排舞碼及活動。參加聯歡，就輕鬆享受其他社團朋友們的創意和安排。（B6）

相關付出是此階段另一重要的情境；舞者持續投入土風舞，亦會伴隨相關的付出及其他附加投入，可由時間——聯歡時間增加之概念所展現。

舞友多在安排好工作、家庭或學業後，有足夠休閒時間來享受舞蹈。不用刻意約定，自然出現聯歡會場；熱情好客的舞友還會免費提供餐飲供舞友享用。（K3）
我喜歡聯歡這種跳舞的形式與氛圍，會上舞之心查閱聯歡訊息與日期，假日跳聯歡的時間增加許多。（K6）

學習土風舞的必要花費不高，視舞者需求而定。相關付出情境中，用在交通的花費相對較多；可由金錢——交通費用增加之概念所展現。此外，也有舞者會特意出國參訪當地的舞蹈活動。

學舞到一定程度後，會想要到各地參加聯歡，大多可以一日來回，因此花費較多的應是交通費吧！也有社團每年都會安排出國去實地體驗各國土風舞。（B4）

（二）行動

Bryan（1977）指出依據活動中特定裝備、技巧使用，以及對遊憩環境偏好的影響，可評定其專門化程度。維繫階段的舞者已在跳舞經驗與技巧上累積更深基礎，因此在行動策略上會去營造與追求更理想的環境、設備與技巧。營造環境——科技進步之概念，指因科技的進步，利於土風舞音樂、影片、文字資料收集與整理，更有助於舞蹈創作。

現今科技進步，舞蹈的創作環境也改善。整個土風舞的發展來看，舞的數量、品質變的更好更多元。土風舞逐漸走向專門化，與其他類型舞蹈共同豐富休閒及舞蹈領域。（N5）

當舞者體驗過某場所後，而該場所具有其他場所不易替代之特質時，會有持續性地想要接近此場所之需求，產生場所依戀（梁英文、曹勝雄，2007）；如營造環境——場所依戀之概念。

雖然沒有專門跳土風舞場地，但跳舞及聯歡時的歡樂的氣氛總是令人懷念與回味；或許場地不盡理想，我還是會去聯歡。（K1）

對於喜愛土風舞的舞者，隨著練舞時間與參加聯歡次數的增加，進而對於土風舞相關的技能與知識越來越專精，對於土風舞服裝、舞鞋、道具等使用上程度也漸漸提高，且將土風舞轉變為生活中重要的一部分。而訓練技巧——共通教材之概念，是指共通教材可協助舞者練習及複習土風舞。

早期舞蹈數量不多，經常重複跳、練習次數多較易熟練；現在新舞出現速度快，舊舞還沒跳熟，聯歡場上又跳其他舞了；因此須有共通教材協助練習及複習。（C4）

（三）結果

遊憩專門化程度較高者，會將休閒重心擺在他們的運動或嗜好上（Bryan，1977）。舞者認同土風舞後，會將土風舞視為休閒生活重心，進而產生營造優質土風舞的結果。社會圈主要由陌生人（strangers）、遊客（tourists）、定時參加者（regulars）及圈內人（insiders）四種類型所組成（Unruh，1980）。舞者除了集體練舞外，也會搜尋舞蹈音樂影片練舞，與土風舞產生更深的連結。此種的轉變促使舞者對土風舞產生歸屬感，認為自己是土風舞的圈內人；圈內人會用心投入社團，讓社團維繫與發展。而成為圈內人——整合與尋求資源之概念，是指將土風舞活動的理念對外推廣給政府及民衆，期盼能投入更多相關資源，營造更專業優質的土風舞環境。此外，也有舞者投入土風舞創作（編舞）。

土風舞除了保留優良傳統外，需持續創新、提升內涵，也需政府投入更多相關資源。土風舞相關學術及實務研究仍待加強、專門之軟硬體設施仍不完善，期望能有更多熱心舞友來將這些寶貴的資源做有系統的整合及傳承。（B5）

此階段之舞者也會擔任社團幹部。社團成員經由便利的通訊設備上傳照片、影片或文章，跟親朋好友分享相關經驗；成立部落格，建立舞蹈觀點；藉此體驗到屬於某一社團的認同與歸屬感。如同擔任社團幹部——推廣活動之概念。

土風舞社團除了學舞外，更多了互動與人情味。土風舞對許多人有很大的意義、影響及回憶，讓他們願意投入社團、推廣及志願服務；我相信它絕對有存在的價值，一定能帶給舞友特別的感動與想法。（C3）

社團有固定的社慶及慶生，社友一起分工合作辦活動的感覺真的很棒；偶爾社團

也會受邀表演，社友一起練習、互相打氣，當獲得觀眾熱烈掌聲鼓勵時，再苦再累都值得。遇到婚禮聯歡，社團全動起來為新人祝福，更令人感動。（B7）

擔任志工是指舞者對土風舞產生責任、義務與使命感，進而對土風舞有傳承與發揚的動力。志工具有獨特的休閒生涯及心理回報，可被視為認真休閒類型之一（Stebbins，1996）。如同擔任志工——責任與義務之概念；除了本身持續參與外，更會積極將土風舞優點向社會大眾推廣，並邀請親朋好友參加活動。

曾經接觸過土風舞之民眾非常多，對土風舞已有基本瞭解及喜好，多因工作、家庭等因素無法繼續參與；算一算時間，他們現在的工作及家庭應該穩定了，如今網路聯繫方便，正是邀請他們回來參與土風舞活動的時機。（K5）

臺灣土風舞經過數十年的發展，累積了可觀的人力資源和舞蹈資料，因此激起許多舞友擔任志工。已有舞友投入成立全國性組織，爭取政府輔導與經費補助、培育師資及建立專業的教學課程、教材及認證系統。（C7）

使命感是指除了傳承外，更期望將土風舞的功能應用在更多方面。郭金芳（2002）指出休閒治療（therapeutic recreation），是一門在美國實行多年，廣泛應用於社會各種症狀與現象上，且成效良好的專業學科。郭世傑、古博文、周碧瑟（2014）研究證實，身體活動有助提升老年人身心健康，更具有意義的是提高晚年的生活品質。此外，Chlan、Tracy（1999）也指出音樂舞蹈獨特刺激，有利於情緒改善或使人放鬆及分散疼痛感。Stebbins（1992）認為藉由認真休閒活動的養成，當工作時間減少或提早退休時，認真休閒活動可成為人們生活的主要重心。因應老年化社會，土風舞之特性可應用於老人生活，提供友誼及健康需求。

隨著人類壽命延長，老人常至民間「王祿仔場」買未送驗的保健食品；老人家生活孤單，需要人陪伴。如能將土風舞活動運用至老人休閒健身及照護運動，可滿足銀髮族健康、交友等需求。（B1）

五、衰退階段之經驗與內涵

衰退階段，主要指是舞者對土風舞活動的負面特性不滿意或休閒阻礙不易克服，逐漸減少、暫停、退出或轉換活動的時期。而本研究依據訪談內容發現，衰退現象可能會在任一階段出現；其經驗與內涵如表 5 所示。

表 5
衰退階段概念彙整表

主類別	次類別	概念
情境： 土風舞負面特性	舞友不完美	騷擾、偷竊
	傳統觀念	女生跳土風舞比男生多、跳舞與情色聯想
	場地不完善	無專門場地、受傷與意外事件
行動： 阻礙與因應	自我調整	滿足現狀、改變觀念
	改善阻礙	溝通協調、適應
	尋求支持	尋求配偶支持、尋求志同道合朋友
結果： 不同發展狀況	停止	退出土風舞、暫停土風舞
	轉型	轉成其他舞蹈教師、選擇其他活動

註：基於版面篇幅限制，概念以部分列舉方式呈現。

（一）情境

Stebbins（1992）指出認真休閒生涯也可能會出現生涯退化（career retrogression）。而本研究依據訪談內容發現，衰退現象可能會在任一階段出現。當舞者覺得土風舞負面特性情境不易克服或影響較大時會產生反思，在任一階段均可能會進入衰退階段。如場地不完善——受傷與意外事件之概念；部分舞者因未暖身及不小心，可能會有舞蹈傷害或意外事件。

爭取固定及專業的跳舞場地是土風舞界最大的期盼；目前多是租借校園場地、運動中心、社區活動中心、私人場地，有木質、水泥、塑膠等各類型地板，不熟悉場地或不小心就可能扭傷或摔傷。（N6）

在跳舞尚未成為合法活動時，跳舞常被引導為與色情有關之活動；而男生跳舞較奇怪的觀念也潛藏國人心中。舞禁開放後，跳舞雖然成為合法健康之休閒活動，讓土風舞得以在臺灣持續發展；但民衆普遍還存有男女授受不親的觀念，如傳統觀念——跳舞與情色聯想之概念。

以前確實較少男生跳土風舞，女生要學男生舞步；為避免不當聯想，雙人舞多是夫妻、男女朋友及固定舞伴來學習。現在個人舞反而有男生較多的現象，尤其街舞。（K4）

另一個讓舞者感到不愉快的情況是部分舞友缺乏良好的舞蹈資訊及禮儀，少數舞友跳舞時的動作與習慣不盡相同，如舞友不完美——騷擾之概念。

圈內戲稱最怕遇到三鬼：即為愛吃豆腐的風流鬼、不懂禮貌影響舞友跳舞的冒失

鬼及胡言亂語的搗蛋鬼。也有少數舞友大聲聊天喧嘩等惹人厭的行為，影響其他舞友跳舞的品質與樂趣。(C4)

因跳舞場地多是開放空間，趁機竊取舞友財物的狀況亦常發生，也會造成舞友有形及無形的損失與傷害。(B5)

(二) 行動

負面特性與經驗累積一定程度產生了阻礙。常見的休閒阻礙型態有：個人內在的阻礙、人際阻礙、結構阻礙等，舞者可能自我調整、改善阻礙、尋求支持等因應的行動策略。休閒阻礙並不完全限制參與者的休閒涉入，但確實會影響到參與者參與活動時的選擇與經驗(Samdahl、Jekubovich, 1997)。Crawford、Godbey (1987) 認為若人們不能找到同伴或朋友一同從事休閒活動，也就等於面臨到人際阻礙。舞者可能會特別喜好某些類型舞蹈，而社團內也會逐漸形成小團體。而尋求配偶支持之概念，是指夫妻如果不能接受彼此的休閒興趣，可能會造成休閒與家庭之間的衝突(Orthner、Mancini, 1990)。此外，參與活動也可能造成朋友、家人或配偶的誤會與疏離，因為他們不瞭解家人認真休閒的意義為何(Stebbins, 1992)。

因為工作及興趣多元，夫妻都跳舞的比例不高；有舞友因太太不支持就不再跳舞。我聽過舞友及舞伴曾傳出有感情問題的事件，也有舞友無法取得另一半諒解就沒來的。我們比較幸運，當初我也是花了很大功夫教太太一起跳舞。(N2)

結構阻礙常見的原因是工作及家庭上的變動、時間無法配合，此外則是個人能力、體力受限、老化等；面對阻礙，舞者會產生相對之因應，如自我調整適應。

隨著年齡增加，體力逐漸無法負擔高技巧及高難度的舞，但這不影響我對土風舞的熱愛；現在我改跳較簡易又可健身的單人舞及不會太難的雙人舞。(B8)

(三) 結果

舞者在認真的面對阻礙，而仍然無法適當解決時，可能造成舞者休閒生涯發展的轉向。舞者對土風舞失去興趣也可能造成舞者減少、暫時停止或永久放棄參與土風舞的狀況，常見的如同停止——退出之概念，即為一種休閒生涯轉變的情況。

社上有人因為搬到花蓮，就不再回來高雄跳舞；也有人因為健康因素就沒參與。我帶進社團的親友大約有 10 人，多數因為工作因素就沒繼續參與。(K7)

舞者因出現從事土風舞的阻礙，暫時停止或極少參與舞蹈一段時間，但未完全放棄土風舞，可視為暫停之概念，例如照顧小孩。

舞者也會受到其他更具吸引力的因素而轉換舞蹈活動；如同轉型——轉成其他舞蹈教師之概念。有舞友因應大陸廣場舞的發展，受邀到大陸教舞，轉成廣場舞教師。

我們社團有社員受邀到大陸教舞，轉成職業教師。也有舞友看好大陸大媽商機，專心經營周邊設備。（C2）

六、對於休閒教育與社會藝術教育之啓示

「十二年國民基本教育課程綱要」藝術領域之「核心素養」指出藝術學習不以知識及技能為限，而應關注藝術學習與生活、文化的結合（國家教育研究院，2014）。學習土風舞可認識與鑑賞各國（地區）的舞蹈形式、舞曲與文化。依據個人經驗及能力，透過土風舞學習與練習、提升自主學習與探索能力，感受跳舞與生活、文化結合的樂趣，豐富個人身心靈之藝術涵養。

土風舞主要藉由各國特色的肢體動作，搭配當地的音樂，呈現不同民族的風俗習慣及表達模式；讓舞者感受舞蹈有益身心健康之處，將休閒生活注入更豐富及多元的體驗。舞者在土風舞活動中追求的目標與投入重點不完全相同，本研究結果更進一步顯示面對休閒生涯階段的各種情境，依舞者採取的行動（主動或被動、積極或消極、舞友互動情況等），則可能呈現出不同現象與情況（社員、圈內人、社團幹部、志工等）。然而共同之處是舞者將土風舞作為具有聯誼、健身與休閒功能之活動；舞者多會經由定期的活動及與舞友互動，對社團產生歸屬感並逐漸成為土風舞圈內人，滿足友誼需求。土風舞為具有長期性休閒利益的活動，能讓民眾從產生興趣、定時參加、具備專業到成為圈內人，落實為生活中有意義的休閒教育。

臺灣特殊的歷史軌跡，造就現今臺灣土風舞呈現多元包容的特性與文化。在「自發、互動、共好」的理念下（國家教育研究院，2014），土風舞可能啟發成人的舞蹈潛能和興趣，同時也可能進一步建立自己與舞蹈、舞伴、舞友與社團之互動關係，尊重各地區多元的舞蹈文化，傳承、創新與永續發展土風舞活動。探討土風舞者的認真休閒生涯，在於瞭解土風舞活動亦可以是社會藝術教育之一，是臺灣多元舞蹈文化的真實展現，回歸並強調社會藝術教育的多元性。正由於多元價值的倡議，在臺灣的各種舞蹈，其差異性及不同功能逐漸受到尊重。

伍、結論與建議

一、研究結論

(一) 土風舞者認真休閒生涯

除了經由親友瞭解土風舞活動，民衆亦可藉由網路、影視節目等媒體資訊接收開始接觸舞蹈，進而對土風舞感興趣。參與者在起始階段，僅發展到準備體驗，而非真正的舞者。認真休閒生涯的起始可能與個人特質及先前經驗對舞蹈具有正面評價，埋下後續發展的伏筆，而非從真正親身參與時才發生。

民衆通常需要舞友帶動與體驗土風舞效益後，在開展階段才真正成為活動的參與者。此時期常會加入社團及常態參加舞蹈活動，著重於舞者與音樂、舞蹈及舞友的互動關係。陳寬裕、歐典灝、歐人豪（2009）研究建議個人持續投入休閒活動時，亦應努力提升配偶的支持度，才能體驗更高層次的幸福感。除了配偶支持外，朋友也是影響個人休閒生涯發展的重要因素；藉由學習土風舞可培養良好的朋友關係，而參與聯歡活動能共同維繫跳舞的興趣。土風舞適合親友一同參與，而親友可能會影響個人休閒生涯的發展。

經由學習與練習，舞者在創建階段的土風舞知識與技能已有良好的發展，甚至能夠分享與改善。舞者在此時期多加入相關社團並熱愛土風舞，著重於經驗交流與建立專業，並能整合發展知識與舞蹈技巧，舞蹈交流以舞伴與同好為主，逐漸參與聯歡舞會活動，也多以網路與手機通訊軟體做為交流的平臺。社群文化除了有大型敘事的主流文化，也包含多元價值或差異文化，亦即承載了性別、族群、階級不平等關係（徐敏雄，2013）。舞友為舞者休閒生涯發展過程中重要的同好，而同好為重要的社群。

進入維繫階段的舞者逐漸成為圈內人，在活動的發展上已有相當穩定與成熟的展現，多能傳授土風舞知識與技能。由於土風舞活動具有同好間交流與聚集的特性，因此這個階段重視社團活動、聯歡舞會與網路交流等人際關係。社團對內可指導與教育社員，讓社員在土風舞知識、技能上有所提升，並學習尊重各國禮儀風俗；在土風舞活動中，展現出優良示範與形象。社團對外可整合與尋求資源，讓政府及民衆能投入更多相關資源，營造優質土風舞環境。

土風舞活動的負面特性與阻礙可能使舞者減少、暫時停止、退出參與土風舞或轉型、轉換等生涯轉變的情況而步入衰退階段。其休閒生涯轉換的原因通常可歸屬於社群同好間形成小團體及人際關係的變化；不完全是老化與衰退之個人體能因素。面對休閒阻礙，

舞者可能有自我調整、改善阻礙、尋求支持等因應的行動策略，造成舞者休閒生涯不同發展狀況的結果。

(二) 土風舞者認真休閒生涯之教育經驗

土風舞教師在舞者認真休閒生涯的起始階段與開展階段，對於舞蹈知識傳授與舞蹈動作引導，多會尊重舞者及回歸舞者的個別差異，讓舞者有寓教於樂的學舞經驗。土風舞活動或社團性質的教學活動不同於學校藝術教育有嚴謹或明確的學術與知識技能等目標的設定；但是舞者進入創建階段後，多能主動與自發的學習，主要是發自舞者對舞蹈的興趣與熱情，值得我們省思。當舞者進入維繫階段後，舞者和教師都會明確面對美感的培育、身心的融合、生活經驗的統整與反應和生命價值的實踐；在社團的認真休閒生涯之教育經驗可以和正式正規的學校藝術教育相輔相成。正因如此，土風舞者認真休閒生涯之教育經驗，可以提升土風舞社團活動的藝術價值與地位。

然而土風舞教師並非全來自於藝術教學相關科系，不一定有充分的藝術知識與素養。某些土風舞教師主要的經驗是跳舞或編舞，對舞蹈的意識型態會影響舞者接受社會藝術教育的機會。因此，部分舞者負面之經驗也有可能使其步入衰退階段。

二、建議

本研究結果能反映在藝術教育上，尤其是社會藝術教育；研究結果可以提供正規藝術教育機構、社會藝術教育團體與舞者等之參考。因此，本研究建議：

1. 正規藝術教育機構可提供土風舞社團教師相關協助，在社會藝術教育方面借力使力。誠如鄭明憲、李其昌、陳曉嫻（2017）指出藝術教育以培養具備不同教育階段教學內容知識與能力的教師。而土風舞教師可視為社會藝術教育師資之一。
2. 土風舞社團課程設計可加強舞蹈美學、學舞的樂趣與活動多樣化之經驗與內涵，而讓舞者在潛移默化下接觸社會藝術教育，成為舞蹈的參與者。
3. 舞友可運用民間及政府的力量或跟公司企業合作來建置專用舞蹈場地，預防部分土風舞的負面特性；在舞蹈活動時，加強場地的安全設施，控制場地適當的音量，讓舞者感受如同正規藝術教育機構般安心學舞與快樂跳舞經驗。
4. 教育相關業者透過瞭解土風舞者認真休閒生涯之教育經驗，可以協助提供如同正規藝術教育機構之教具與教材（例如舞蹈服裝、道具、課程與活動設計等），以提升舞蹈教學品質。
5. 政府機關與教育機構參考土風舞者認真休閒生涯之教育經驗，可考慮運用至銀髮族的社會藝術教育或疾病預防領域，以因應臺灣老年化社會之到來。

引用文獻

中文部分：

- 李天民（2000）。交際舞的演變發展。《藝術學報》，66，75-88。
- Lee, Tien-Ming (2000). The evolution and development of social dance. *Journal of National Taiwan College of Arts*, 66, 75-88.
- 林若慧、張德儀、陳兆鄧（2013）。以遊客觀點探索休閒農場之情緒體驗。《戶外遊憩研究》，26(2)，1-29。
- Lin, Jo-Hui, Chang, Te-Yi, & Tan, Siow-Kian (2013). Exploring the emotional experiences of agritourists: From a tourist perspective. *Journal of Outdoor Recreation Study*, 26(2), 1-29.
- 徐敏雄（2013）。社區大學 MV 流行熱舞融入式課程實踐經驗之個案研究。《藝術教育研究》，25，1-31。
- Hsu, Min-Hsiung (2013). A case study on the infusion curriculum for the MV popular dance class at a community college. *Research in Arts Education*, 25, 1-31.
- 郭世傑、古博文、周碧瑟（2014）。中年及老年人閒暇時間身體活動的改變對全因死亡率之影響。《大專體育學刊》，16(2)，250-260。
- Kuo, Shih-Chieh, Ku, Po-Wen, & Chou, Pesus (2014). Impact of changes in leisure-time physical activity on all-cause mortality among middle-aged and older adults. *Sports & Exercise Research*, 16(2), 250-260.
- 郭金芳（2002）。美國休閒治療之分析。《中華體育季刊》，16(4)，110-117。
- Kuo, Chin-Fang (2002). The analysis of therapeutic recreation in U.S.A. *Quarterly of Chinese Physical Education*, 16(4), 110-117.
- 梁英文、曹勝雄（2007）。認真性休閒與場所依戀之關係：遊憩專門化扮演的角色。《戶外遊憩研究》，20(3)，1-24。
- Liang, Ying-Wen, & Tsaur, Sheng-Hshung (2007). The linking between serious leisure and place attachment: The role of recreation specialization. *Journal of Outdoor Recreation Study*, 20(3), 1-24.
- 國家教育研究院（2014）。十二年國民基本教育課程綱要總綱。取自 <https://www.naer.edu.tw/files/15-1000-7944,c639-1.php?Lang=zh-tw>
- National Academy for Educational Research. (2014). *Directions governing for the 12-Year basic education curricula*. Retrieved from <https://www.naer.edu.tw/files/15-1000-7944,c639-1.php?Lang=zh-tw>
- 許淑婷（2014）。舞蹈教育融入大學通識教育的認同與價值：以美學、休閒、創造力之觀點為探索。《弘光人文社會學報》，17，124-139。
- Hsu, Shu-Ting (2014). The awareness and value of the liberal arts education through dance education: A perspective of aesthetics, leisure and creativity. *Studies in the Humanities and Social Science*, 17, 124-139.

- 曹勝雄、林滌榕 (2011)。冒險遊憩中的挑戰來源。《戶外遊憩研究》，24(1)，57-82。
- Tsaur, Sheng-Hsiung, & Lin, Wei-Rong (2011). Sources of challenge in adventure recreation. *Journal of Outdoor Recreation Study*, 24(1), 57-82.
- 陳寬裕、歐典灝、歐人豪 (2009)。認真休閒特質與幸福感之研究：兼論配偶支持的干擾效果。《觀光休閒學報》，15(2)，113-140。
- Chen, Kuan-Yu, Ou, Tien-Hao, & Ou, Jen-Hau (2009). A study of the relation between serious leisure and well-being: Also on the moderating effect of spousal support. *Journal of Tourism and Leisure Studies*, 15(2), 113-140.
- 張中媛 (1997)。《舞蹈統整課程之研究》。臺北市：雲門舞集文教基金會。
- Chang, Chung-Shiuan (1997). *A study of dance integrated curriculum*. Taipei: Cloud Gate Dance Culture & Education Foundation.
- 張慶三、陳芳枝 (1976)。《土風舞之路：從入門到進階》。臺北市：臺灣時代。
- Chang, Ching-San, & Chen, Fang-Chih (1976). *Road of folk dance: From entry to advanced*. Taipei: Time Enterprise.
- 須文宏 (2007)。《臺灣大專院校土風舞社團的發展》。論文發表於「臺灣土風舞發展 50 週年研討會」。臺北市，臺灣。
- Hsu, Wen-Hung (2007). *The development of folk dance clubs in Taiwan colleges and universities*. Paper presented at the Meeting of 50th Anniversary of the Folk Dance Development in Taiwan. Taipei, Taiwan.
- 楊昌雄 (2007)。《臺灣早期土風舞推廣與發展經驗》。論文發表於「臺灣土風舞發展 50 週年研討會」。臺北市，臺灣。
- Hsu, Wen-Hung (2007). *The experience of early-stage promoting and developing folk dance in Taiwan*. Paper presented at the Meeting of 50th Anniversary of the Folk Dance Development in Taiwan. Taipei, Taiwan.
- 鄒碧鶴、沈蓉娟 (2008)。臺南地區女性消費者對休閒舞蹈課程需求之調查研究。《運動知識學報》，5，185-199。
- Chu, Bi-Hao, & Shen, Rong-Guan (2008). A Study on Tainan's female consumers' course requirements towards leisure dance. *TAMSUI OXFORD Journal of Sports Knowledge*, 5, 185-199.
- 趙芝良、陳瑋苓 (2010)。建構爬蟲類寵物飼養者之認真性休閒職涯。《戶外遊憩研究》，23(4)，1-24。
- Chao, Chih-Liang, & Chen, Wei-Lin (2010). Constructing the model of serious leisure career for pet reptile breeders. *Journal of Outdoor Recreation Study*, 23(4), 1-24.
- 鄭天明、曹勝雄、陳美存 (2015)。認真性休閒與心流體驗之關係：情境涉入的中介與調節角色。《戶外遊憩研究》，28(2)，51-74。
- Cheng, Tien-Ming, Tsaur, Sheng-Hsiung, & Chen, Mei-Tsun (2015). Serious leisure and flow experience: The mediating and moderating roles of situational involvement. *Journal of Outdoor Recreation Study*, 28(2), 51-74.

鄭明憲、李其昌、陳曉嫻（2017）。中等教育階段藝術領域教師職前專門課程基準方向的建構。《藝術教育研究》，34，1-32。

Cheng, Ming-Hsien, Li, Chyi-Chang, & Chen, Jessie Hsiao-Shien (2017). Constructing the benchmarks for arts area preservice teacher's specialized curriculum at the secondary level. *Research in Arts Education*, 34, 1-32.

外文部分：

Baldwin, C. K., & Norris, P. A. (1999). Exploring the dimensions of serious leisure: "Love me—love my dog!" *Journal of Leisure Research*, 31(1), 1-17.

Bammel, G., & Burrus-Bammel, L. L. (1982). *Leisure and human behavior*. Dubuge, IA: Wm. C. Brown.

Brown, C. A. (2007). The Carolina Shaggers: Dance as serious leisure. *Journal of Leisure Research*, 39(4), 623-647.

Bryan, H. (1977). Leisure value systems and recreational specialization: The case of trout fishermen. *Journal of Leisure Research*, 9(3), 174-187.

Cheng, T. M., & Tsaur, S. H. (2012). The relationship between serious leisure characteristics and recreation involvement: A case study of Taiwan's surfing activities. *Leisure Studies*, 31(1), 53-68.

Chlan, L., & Tracy, M. F. (1999). Music therapy in critical care: Indications and guidelines for intervention. *Critical Care Nurse*, 19(3), 35-41.

Crawford, D. W., & Godbey, G. (1987). Reconceptualizing barriers to family leisure. *Leisure Sciences*, 9(2), 119-127.

Dilley, R. E., & Scraton, S. J. (2010). Women, climbing and serious leisure. *Leisure Studies*, 29(2), 125-141.

Heuser, L. (2005). We're not too old to play sports: The career of women lawn bowlers. *Leisure Studies*, 24(1), 45-60.

Houston, M. J., & Rothschild, M. L. (1978). Conceptual and methodological perspectives on involvement. In S. C. Jain (Ed.), *American Marketing Association 1978 educators' proceedings* (pp. 184-187). Chicago, IL: American Marketing Association.

Jackson, E. L., & Dunn, E. (1988). Integrating ceasing participation with other aspects of leisure behavior. *Journal of Leisure Research*, 20(1), 31-45.

Kelly, J. R. (1996). *Leisure*. Boston, MA: Allyn and Bacon.

Kelly, J. R., & Godbey, G. (1992). *The Sociology of Leisure*. State College, PA: Venture.

Krueger, R. A., & Casey, M. A. (2000). *Focus group: A practical guide for applied research*. Thousand Oaks, CA: Sage.

Laughlin, M. A., & Engleson, D. C. (1982). Infusing curricula with energy education: Wisconsin's approach. *Indiana Social Studies Quarterly*, 35(3), 50-55.

McIntyre, N., & Pigram, J. J. (1992). Recreation specialization reexamined: The case of vehicle-

- based campers. *Leisure Sciences*, 14(1), 3-15.
- McQuarrie, F. A. E., & Jackson, E. L. (2002). Transitions in leisure careers and their parallels in work careers: The effect of constraints on choice and action. *Journal of Career Development*, 29(1), 37-53.
- Nadirova, A., & Jackson, E. L. (2000). Alternative criterion variables against which to assess the impacts of constraints to leisure. *Journal of Leisure Research*, 32(4), 396-405.
- Orthner, D. K., & Mancini, J. A. (1990). Leisure impacts on family interaction and cohesion. *Journal of Leisure Research*, 22(2), 125-137.
- Patton, M. Q. (2002). *Qualitative research and evaluation methods*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Richins, M. L., & Bloch, P. H. (1986). After the new wears off: The temporal context of product involvement. *Journal of Consumer Research*, 13(2), 280-285.
- Riley, R. W. (1995). Prestige-worthy tourism behavior. *Annals of Tourism Research*, 22(3), 630-649.
- Rothschild, M. L. (1984). Perspectives on involvement: Current problems and future directions. *Advances in Consumer Research*, 11, 216-217.
- Rule, M., & Udd, E. (2002). Resident camp directors, spirituality, and wilderness. In T. Sharon (Ed.), *Proceedings of the 2001 Northeastern Recreation Research Symposium* (pp. 418-420). Newtown Square, PA: U.S. Department of Agriculture.
- Samdahl, D. M., & Jekubovich, N. J. (1997). A critique of leisure constraints: Comparative analyses and understandings. *Journal of Leisure Research*, 29(4), 430-452.
- Stebbins, R. A. (1982). Serious leisure: A conceptual statement. *Pacific Sociological Review*, 25(2), 251-272.
- Stebbins, R. A. (1992). *Amateurs, professionals, and serious leisure*. Montreal, Canada: McGill-Queen's University Press.
- Stebbins, R. A. (1996). Volunteering: A serious leisure perspective. *Nonprofit and Voluntary Sector Quarterly*, 25(2), 211-224.
- Stebbins, R. A. (1998). *After work: The search for an optimal leisure lifestyle*. Calgary, Canada: Detselig Enterprises.
- Stebbins, R. A. (2007). *Serious leisure: A perspective for our time*. New Brunswick, NJ: Transaction.
- Strauss, A., & Corbin, J. (1998). *Basics of qualitative research: Techniques and procedures for developing grounded theory*. London, UK: SAGE.
- Thurber, C. A., Scanlin, M. M., Scheuler, L., & Henderson, K. A. (2007). Youth development outcomes of the camp experience: Evidence for multidimensional growth. *Journal of Youth and Adolescence*, 36(3), 241-254.
- Unruh, D. (1980). The nature of social worlds. *Pacific Sociological Review*, 23(3), 271-296.

附錄 受訪者基本資料

對象	性別	年齡	舞蹈經驗(年)	現職	對象	性別	年齡	舞蹈經驗(年)	現職
P1	女	46	28	家管	B8	男	58	40	自由業
P2	男	40	20	商	C1	男	43	13	公
N1	女	56	37	家管	C2	女	36	14	店員
N2	男	48	28	醫	C3	男	19	1	學生
N3	女	22	4	商	C4	女	44	24	教
N4	男	28	10	商	C5	男	37	12	教
N5	男	39	20	教	C6	女	57	32	家管
N6	女	38	18	公	C7	男	35	12	公
N7	女	36	18	公	C8	女	40	18	教
N8	男	36	18	教	K1	男	29	10	自由業
B1	女	29	10	空服員	K2	女	28	8	店員
B2	男	25	7	店員	K3	女	23	5	店員
B3	女	60	40	退休	K4	男	33	12	地勤人員
B4	男	58	30	自由業	K5	男	49	26	駕駛
B5	女	49	28	自由業	K6	女	66	45	退休
B6	女	38	8	教	K7	女	42	14	教
B7	女	20	2	學生	K8	女	50	21	家管

Educational Essence in Serious Leisure Career Stages for Folk Dancers

Meng-Hsiu Tung¹

Summary

The purpose of this study attempts to explore the serious leisure career path of folk dancers through their behaviors. This study focuses on two major aspects. One is to review related concepts regarding folk dance, including “leisure dance,” “folk dancer,” “folk dance teaching,” “folk dance curriculum,” “party of folk dance,” “folk dance club,” and “folk dance camp.” The other is to explore beliefs in relation to serious leisure career, including “benefit,” “experience,” “involvement,” “recreational specialization,” and “leisure constraint.”

Previous studies have not fully identified the serious leisure career experience and essence from folk dancers in Taiwan. Snowball sampling and in-depth interview were applied to thirty-four interviewees who fitted the research purpose. Through leisure career stages and conditions-action-consequences paradigm model, the study extracted five stages of the serious leisure career from folk dancers in Taiwan. They are beginning, development, establishment, maintenance and decline five stages existing in the career. The experience and essence of five serious leisure career stages of folk dancers are illustrated clearly.

Three conditions were found in the beginning stage, including “external information,” “personal qualities,” and “dance experience.” External information condition contains three subcategories, “media publicity,” “relatives’ introduction,” and “club activities.” Personal qualities condition involves two subcategories, “active” and “passive.” Dance experience condition contains two subcategories, “folk dance experience” and “other dance experience.” The action of beginning stage is “to think for dance activities,” which contains three subcategories, “ability consideration,” “cost consideration,” and “location consideration.” The consequence of beginning

¹ Associate Professor / Department of Tourism and Hospitality Management, Kainan University

stage is “prepare to join folk dance curriculum,” only “looking for folk dance club” subcategory was found in the consequence. Each subcategory contains several concepts; however, only parts of concepts were revealed in this present study. For example, “media publicity” subcategory contains two concepts, “folk dance show” and “dance competition.”

Two conditions existing in the development stage, there are “participating key” and “dance benefits.” Participating key condition includes two subcategories, “experience curriculum” and “friends lead.” Dance benefits condition involves two subcategories, “dance functions” and “folk dance functions.” The action of development stage is “folk dance interaction,” which contains three subcategories, “music interaction,” “dance interaction,” and “friends’ interaction.” The consequence of development stage is “to join folk dance curriculum normally,” “advanced courses” and “basic equipment” two subcategories were found in the consequence. Each subcategory contains several concepts; however, only parts of concepts were revealed in this present study. For example, “experience curriculum” subcategory contains two concepts, “organized by folk dance club” and “self-organized and practice.”

Positive enhancement is the only one condition in the establishment stage, which contains three subcategories, “folk dance party,” “partner relation,” and “increase practice.” The action of establishment stage is “to watch and learn with friends,” which contains two subcategories, “share and improve” and “build a professional ability.” The consequence of establishment stage is “loving folk dance,” which contains three subcategories, “folk dance first,” “folk dance camp,” and “folk dance forum.” Each subcategory contains several concepts; however, only parts of concepts were revealed in this present study. For example, “folk dance party” subcategory contains two concepts, “make friend coming from everywhere” and “diverse dance styles.”

In relation to the maintenance stage, two conditions including “continue benefits” and “related pay” were discovered. Continue benefits condition contains two subcategories, “personal benefits” and “social benefits.” Related pay conditions involves three subcategories, “money,” “time,” and “heart effort.” The action of maintenance stage is “to increase profession,” including “create environment,” “claim equipment,” and “training skill.” The consequences of maintenance stage is “to create excellent folk dance” which contains three subcategories, “become insiders,” “served as club cadres,” and “take up the volunteer.” Each subcategory contains several concepts; however, only parts of concepts were revealed in this present study. For example, “media publicity” subcategory contains two concepts, “folk dance show” and “dance competition.”

Negative characteristics were only discovered in the decline stage, namely “folk dancers are

not perfect,” “traditional mindset,” and “dancing sites are not perfect.” The action of decline stage is “constraints and corresponds,” including “self-adjustment,” “improve constraints,” and “seeking support” three subcategories. The consequence of establishment stage is “different development situations” which contains “stop” and “transform” two subcategories. Each subcategory contains several concepts; however, only parts of concepts were revealed in this present study. For example, “personal benefits” subcategory contains two concepts, “flow experience” and “continue involvement.”

According to the study results, two themes are discussed, one is the relevance and enlightenment between folk dance and art education, and the other is the enlightenment of research result to leisure education and art education. Related suggestions are also proposed. The results enhance the understanding of behaviors and the serious leisure career essence of the folk dancers in Taiwan. It is also suggested that folk dance teaching and curriculum concept can be used in the leisure education and art education of elder people.