

《運動文化研究》秉持「身體」為探索之原點，接受刊登國內外運動人文研究論文。期能透過哲學、史學、教育學、社會學、政策學、人類學、性別研究與媒體研究等多元取徑，探討體育、運動、舞蹈、休憩及身體文化等相關議題，整合「運動文化」之實務與學理，以頂尖之學術水準為標竿，結合海内外相關學者共同努力，為臺灣運動人文研究建構永續發展的基礎。

運動文化研究

運動文化研究

Journal of Sport Culture 第四十六期

林婉婷、程瑞福
林丁國

重層儀式化的運動觀光——對比日本月山及臺灣抹茶山
一位殖民地官員的運動與休閒——以「內海忠司日記」
為例 (1928-1939)

鄭筱漣、黃盈晨、
黃正杰、陳履賢
張淑雅、胡天玫

體育教學的勇氣——反思「本科非專」的大專體育教師
在教學實踐上的存在意義
師中之詩——體操教練與選手互動的自我敘說

Wan-Ting Lin
Jui-Fu Chen
Ting-Kuo Lin

Sports Tourism under the Multi-layered Ritualized: Study
of Mt. Gassan, Japan and Mt. Matcha, Taiwan
Sports and Leisure Activities of a Colonial Official: A Case
Study of the “Utsumi Chuji Diary” (1928–1939)

Hsiao-Yun Cheng
Ying-Chen Huang
Cheng-Chieh Huang
Lu-Hsien Chen

The Courage to Teach in P.E.: On the Reflection of the
Meaning of Being among the P.E. College Teachers without
a Teacher Certificate

Shu-Ya Chang
Tien-Mei Hu

Poetry in Coaching: Self-Narrative Toward the Interaction
Between a Gymnastics Coach and an Athlete

ISSN 1994-1900
2709-6025 (Online Version)
DOI: 10.29818 / SS

第四十六期

臺灣身體文化學會



發行



揚智文化事業股份有限公司 印製

運動文化研究

Journal of Sport Culture

第四十六期

運動文化研究

Journal of Sport Culture

第四十六期

2025 年 3 月

ISSN 1994-1900

2709-6025 (Online Version)

DOI: 10.29818/SS

名譽發行人 / 許義雄

發行人 / 程瑞福

主編 / 湯添進

行政助理 / 張原豪

封面設計 / 范嘉莉

發行 / 臺灣身體文化學會

地址：臺北郵政 90-34 號信箱

電話：02-23672057

/ 揚智文化事業股份有限公司

地址：222 新北市深坑區北深路三段 258 號 8 樓

電話：02-26647780

總經銷 / 揚智文化事業股份有限公司

編輯委員（按姓氏筆劃順序）

運動史學	李建興	國立臺灣師範大學運動競技學系
運動政治學／政策學	李炳昭	國立臺中教育大學體育學系
運動社會學	林文蘭	國立清華大學社會學研究所
運動哲學	洪如玉	國立嘉義大學教育學系
性別研究	畢恆達	國立臺灣大學建築與城鄉研究所
運動媒體研究	陳子軒	國立體育大學體育研究所
運動教育學	歐宗明	國立臺南護理專科學校通識教育中心
運動人類學	謝世忠	國立臺灣大學人類學系

* 本期投稿 6 篇，同意刊登 4 篇。 *

定價 / 新臺幣 260 元

* 版權所有，翻印必究 *

本刊獲體育署 113 年經費補助編輯出版，核定補助文號：臺教體署學(一)字第 1130012345 號

主編的話

本期《運動文化研究》共收錄四篇優秀的研究論文，涵蓋運動觀光、運動休閒史、體育教學反思以及教練選手互動等多元面向，展現了運動文化研究的深度與廣度。第一篇論文由林婉婷與程瑞福共同完成，聚焦於運動觀光中的「重層儀式」，透過實踐現象學方法比較日本山形縣西川町的月山與臺灣宜蘭縣礁溪鄉的抹茶山。研究發現，兩地皆因地景風貌、宗教氣息及社群媒體的推動而成為熱門旅遊景點。月山在 311 大地震後，西川町政府制定「運動、觀光、交流」主軸，將山林資源與歷史沿革結合，形塑「月山」符碼，轉化為文化觀光產品。抹茶山則因 2020 年社群媒體熱議，翻轉聖母登山步道的宗教意象，成就新興景點並產生經濟效益。研究強調，跨越宗教信仰與地域界限的朝聖風潮，成為靈性覺醒與尋覓生命意義的旅程。論文建議，發展運動觀光宜順應趨勢，結合當地歷史文化堆疊儀式底蘊，公私協力將特色地景作為運動觀光與地方創生之重點。此研究為運動觀光研究提供了新的分析視角，並對地方經濟振興具有實踐意義。

第二篇論文由林丁國所撰，嘗試從不同面向考察日本治臺期間的運動休閒發展，以長期在臺灣擔任地方行政首長的殖民地官員內海忠司為研究對象，運用史料進行分析，特別是其長達 12 年的日記，詳細記錄其在臺生活點滴，並參照當時報紙報導與相關研究成果。研究發現，內海忠司自年輕時代即熱衷體育活動，任官期間的運動休閒包括騎馬、打高爾夫、爬山、泡溫泉及出席主持運動賽會等，既是個人消遣，亦與公務應酬與人際交往相關。特別是打高爾夫被記錄為逐洞桿數，顯示其對精進球技的執著。論文揭示，隨著日本統治深化，運動與休閒在臺也有長足發展，內海忠司的活動反映了殖民地治理與運動休閒設施、休閒活動的歷史脈絡。此研究

為日治時期臺灣運動休閒史提供了溯源性的歷史考察，深化了對殖民時期運動文化的理解，對關心臺灣運動休閒史的學者與愛好者而言，具有重要參考價值。第三篇論文由鄭筱濤、黃盈晨、黃正杰及陳履賢共同完成，針對我國大專體育教師教育專業學程未有明確規範的現況，探討一位體育運動科系出身卻未具備教師證資格的「本科非專」教師的教學實踐與身份認同困境。研究以 Palmer 於 1997 年所著《教學的勇氣》為理論基礎，結合 Britzman 與 Zembylas 的分析框架，分析教師在教學中的自我懷疑與否定，面臨資格缺失、不會教與教不好的三種教學恐懼。研究發現，儘管面臨種種挑戰，教師仍以對運動的熱愛為動力，將運動視為 Palmer 意義下的課題或真理，重新建構屬於本科非專教師的認同新敘事，探索與傳統專業敘事與規範性論述的關係。論文強調，教師在這一認同建構歷程中，發現了體育教學的勇氣，為體育教師職業發展提供了新的思考角度，特別是對缺乏正式資格但熱愛教學的教師而言，具有啟發性。

最後一篇論文由張淑雅與胡天玫共同完成，從運動員第一人稱視野，敘說研究者過去身為體操選手與中國教練陽陽之間的互動，引發對體操與生活的詩意思象。研究採用自我敘說方法，以幕升、幕降的結構呈現情境，探討教練與選手互動故事的意義。研究發現，陽陽教練具魅力型領導特質，以真誠用心待選手，使研究者由排斥轉為接納，從教練身上學到的不僅是運動技巧，更是生活態度。論文從「充滿靈魂的成套編排」、「訓練中的超越精神」、「集合時的詩意思象」、「流露於細節中的溫柔和浪漫」四大面向，感受到教練充滿詩意的想像世界。結論指出，成功外籍教練需兼具「教練專業的堅持」與「真誠的感情」，方能與選手建立互信關係，成就彼此。此研究為教練選手關係提供了深刻的洞見，特別是強調情感與專業的雙重重要性，對運動心理學與教練訓練具有啟發意義。總而言之，本期的四篇論文各有特色，涵蓋了運動文化研究的多元面向，從運動觀光的儀式化發展、歷史運動休閒的殖民脈絡、體育教師身份認同的反思，到教練選手互

動的詩意敘說，皆為學術界與實務界提供了寶貴的參考資源。這些研究不僅深化了對運動文化的理解，也為未來研究與實踐開啟了新的可能性。

主編 湯添進

國立臺灣師範大學教授

tantony60@gmail.com

目 錄

3	湯添進	主編的話
9	林婉婷、程瑞福	重層儀式化的運動觀光——對比日本 月山及臺灣抹茶山
43	林丁國	一位殖民地官員的運動與休閒——以 「內海忠司日記」為例（1928-1939）
61	鄭筱澐、黃盈晨、黃正 杰、陳履賢	體育教學的勇氣——反思「本科非專」 的大專體育教師在教學實踐上的存在 意義
111	張淑雅、胡天玫	師中之詩——體操教練與選手互動的 自我敘說
149	《運動文化研究》徵稿	
151	《運動文化研究》論文撰寫格式	
161	本刊審查委員資格	
162	《運動文化研究》各期目錄	

Journal of Sport Culture

No.46

2025.3

- | | | |
|-----|--|--|
| 9 | <i>Wan-Ting Lin</i>
<i>Jui-Fu Chen</i> | <i>Sports Tourism under the Multi-layered
Ritualized: Study of Mt. Gassan, Japan and
Mt. Matcha, Taiwan</i> |
| 43 | <i>Ting-Kuo Lin</i> | <i>Sports and Leisure Activities of a Colonial
Official: A Case Study of the “Utsumi Chuji
Diary” (1928–1939)</i> |
| 61 | <i>Hsiao-Yun Cheng</i>
<i>Ying-Chen Huang</i>
<i>Cheng-Chieh Huang</i>
<i>Lu-Hsien Chen</i> | <i>The Courage to Teach in P.E.: On the
Reflection of the Meaning of Being among the
P.E. College Teachers without a Teacher
Certificate</i> |
| 111 | <i>Shu-Ya Chang</i>
<i>Tien-Mei Hu</i> | <i>Poetry in Coaching: Self-Narrative Toward
the Interaction Between a Gymnastics Coach
and an Athlete</i> |

重層儀式化的運動觀光

——對比日本月山及臺灣抹茶山^{*}

林婉婷^{**}

程瑞福^{***}

摘 要

坐落於日本山形縣西川町的「月山」，因地景風貌及朝聖苦行而聞名。臺灣宜蘭縣礁溪鄉聖母登山步道終點之「抹茶山」，自 2020 年經由社群媒體熱議而蔚為風潮。鑒於月山及抹茶山運動觀光皆涵蓋宗教氣息及社群媒體介入，本文延續前行研究，並陳兩案以儀式觀點剖析登山對應朝聖、身體、觀光及科技面向而堆疊之「重層儀式」。以實踐現象學方法研究發現，西川町政府於 311 大地震後，制定「運動、觀光、交流」主軸，推廣月山夏季滑雪和登山健行；將山林自然資源結合歷史沿革，形塑「月山」符碼並轉化為文化觀光產品。抹茶山則因社群媒體推波助瀾，形塑「抹茶山」符碼翻轉聖母登山步道原有濃厚宗教意象，成就新興景點並產生振興經濟效益；經由社群媒體分享的模仿性儀式，展演再現空間地景及登山苦行性儀式，呈現儀式重層堆疊。當跨越宗教信仰與地域界限的朝聖風潮，成為靈性覺醒以尋覓生命意義的旅程；近年西川町政府強化社群媒體運用並聚

^{*}本文於 2024 年 8 月日本體育運動健康科學學會 (JSPEHSS) 主辦「日本體育運動健康科學學會第 74 屆大會」發表；同年 9 月於內政部國家公園署主辦「2024 全國登山研討會」發表。題目與文稿內容多次編修，感謝石明宗、林伯修、林淑慧三位教授，於撰寫過程提供協助與建議。

^{**}林婉婷，國立臺灣師範大學體育與運動科學系博士生，Email: a29008025@gmail.com

^{***}程瑞福，國立臺灣師範大學體育與運動科學系教授，Email: jfchen@ntnu.edu.tw

焦山岳信仰重生之旅，為後續觀光推廣首要戰略。地方創生是突破區域發展困境的舉措，而發展觀光是振興經濟的途徑之一。本文以儀式觀點審視，發展運動觀光宜順應趨勢，結合當地歷史文化以堆疊儀式底蘊，公私協力將特色地景作為運動觀光及地方創生之重點。

關鍵詞：西川町、社群媒體、重層儀式、朝聖、登山文化

Sports Tourism under the Multi-layered Ritualized: Study of Mt. Gassan, Japan and Mt. Matcha, Taiwan

Wan-Ting Lin *

Jui-Fu Chen **

Abstract

“Mt. Gassan”, located in Nishikawa Town, Yamagata Prefecture, Japan, is famous for its landscapes and mountain ascetic practices and pilgrimages. Meanwhile, because of social media sharing, “Mt. Matcha”, located in the end of the St. Marian Hiking Trail, Jiaoxi, Yilan County, Taiwan, has become a trend since 2020. In view of the fact that both of Mt. Gassan and Mt. Matcha have an aura of religious and social media involvement. This study continues the previous research and discuss two cases to analyze the "multi-layered rituals" of mountaineering corresponding to the aspects of pilgrimage, body, tourism and technology from the ritual perspective. Based on the methodology of phenomenology practice, after the 311 Earthquake, the Nishikawa Town Government developed summer skiing and mountaineering in Mt. Gassan at the core of "Sports, Tourism, and Exchange". Not only combined the natural resources but also within historical evolution to shape " Mt. Gassan " symbol and then transformed into cultural tourism products. Due to social media sharing, it has been shaped “Mt. Matcha” from the original religious image of St. Marian Hiking Trail, Jiaoxi, creating an emerging attraction and generating

*Wan-Ting Lin, PhD student, Department of Physical Education and Sport Sciences, National Taiwan Normal University.

**Jui-Fu Chen, Professor, Department of Physical Education and Sport Sciences, National Taiwan Normal University.

economic revitalization benefits. Through the imitative rituals of social media, the space and landscape are reproduced in performances and the ascetic ritual of mountain climbing, showing the multi-layered rituals. When the trend of pilgrimage transcends religious beliefs and geographical boundaries, it becomes a journey of spiritual awakening to find the meaning of life. In recent years, the Nishikawa Town Government has strengthened the use of social media and focused on the journey of rebirth of mountain worship as a priority for tourism promotion. Regional revitalization is an initiative to overcome regional issues and tourism development is an approach for economic progress. This study examines two cases from the ritual perspective, to get with the times, sports tourism should cross religious beliefs and geographical boundaries. Through public private partnerships, the related parties should try to apply to the local history and culture to make unique landscapes as strategic priorities in sports tourism and regional revitalization.

Keywords: Mountaineering Culture, Multi-layered Rituals, Nishikawa Town, Pilgrimage, Social Media

一、緒論

隨著網際網路發展及社群媒體盛行，網路流傳美景圖文容易成為數位世代關注議題。2018 年小林賢伍（Kengo Kobayashi）於社群媒體發佈「抹茶山」圖文；¹翌年出版專書，首篇即為「聖母山莊登山步道」。²位於宜蘭縣礁溪鄉聖母登山步道，行進約五公里路程即可抵達步道終點三角崙山——大眾認知的抹茶山。聖母登山步道及山莊，係由義大利籍巴瑞士修士（Bro. Luigi Pavan）與志工修築。1970 年代山難事件頻傳，悲天憫人的巴瑞士修士發願為朝聖者與登山者打造避難山屋而奔波募款。³林婉婷及林家豪指出小林賢伍在社群媒體分享「臺灣の抹茶冰淇淋山」，自詡「抹茶山命名者」，接受媒體採訪暢談「捧紅抹茶山」，研究歸結：「小林賢伍……形塑迷因景點的故事風格；輔以出版著作及媒體報導推波助瀾，進而翻轉原本宗教色彩濃厚的山林意象，吸引大眾慕名而來成為朝聖迷因景點。」⁴此研究關注「抹茶山」因社群媒體傳播而衍生商機等外部效益。

抹茶山話題自社群媒體發酵並在 2020 年由媒體接連報導，一時蔚為風潮而開啟筆者研究契機，陸續撰述抹茶山相關社群媒體及運動儀式議題。因筆者就讀之國立臺灣師範大學（以下簡稱臺師大）與日本山形縣西川町締約合作多年。2023 年筆者經師長安排前往。⁵初步研究發現西川町

¹ 小林賢伍，〈小林賢伍 KengoKobayashi〉，〈<https://www.instagram.com/p/BmibE6ElyUw/>〉，2020.07.31 檢索。

² 小林賢伍，〈台灣日記 Taiwan Diary：我能做的，就是告訴全世界臺灣的美！〉（臺北：時報，2019），8-9。

³ 羅東聖母醫院口述歷史小組，〈12 位異鄉人，傳愛到臺灣的故事〉（臺北：大家健康雜誌，2011），200-219。

⁴ 林婉婷、林家豪，〈被發明的「抹茶山」：網路迷因景點效應〉，《全國登山研討會論文集》，（宜蘭，2022.10），265-286。

⁵ 國立臺灣師範大學，〈首頁師大新聞 校務行政日本西川町與師大簽約 互結社區觀

地景「月山」與礁溪鄉「抹茶山」觀光，皆涵蓋宗教氣息及社群媒體介入。**表一**為西川町及礁溪鄉比較，兩地皆蘊含豐富物產、崇山峻嶺美景及溫泉鄉美名而成為觀光勝地，近年因登山朝聖形成觀光話題。西川町月山是地方創生之重要地景，以月山為主峰的「出羽三山」，串聯羽黑山和湯殿山形成優美的山脊線。參酌山形縣觀光資訊：「西為伊勢參拜，東為奧參拜」，意謂出羽三山是人們一生至少應參拜一次的山岳信仰聖地。⁶而前往出羽三山的「奧參拜」亦被稱「重生之旅」。

2024 年西川町入選聯合國觀光協會（UN Tourism），具有 SDGs 精神的「最佳觀光村落」（Best tourism village）。⁷西川町將自然資源結合山岳

表一 日本山形縣西川町及臺灣宜蘭縣礁溪鄉比較表

鄉鎮	西川町	礁溪鄉
地點	位於日本山形縣	位於臺灣宜蘭縣
方位	座落於國境領土的東北方	座落於國境領土的東北方
面積	393.2 平方公里	101 平方公里
人口	4,732 人	34,800 人
景點	月山志津溫泉	礁溪溫泉
地景	月山海拔 1,984 公尺，是具有千年山岳信仰之「出羽三山」（月山、湯殿山、羽黑山）主峰，亦是日本百名山之一	抹茶山亦即三角崙山，海拔 1,026 公尺，是社群媒體熱議景點；攀登路徑聖母登山步道及山莊，係由巴瑞士修士及志工修築

資料來源：山形縣西川町及宜蘭縣礁溪鄉公所官方網站、筆者整理。

光學習〉，〈https://pr.ntnu.edu.tw/ntnunews/index.php?mode=data&id=13727&type_id=71〉，2023.7.28 檢索。2013 年臺師大運動與休閒學院與日本山形縣西川町簽定社區合作事業協定；2023 年筆者前往西川町協力，係由臺師大運動與休閒學院林伯修教授帶領，由西川町非營利組織（特定非營利活動法人 ランドナビにしかわ）和町政府合作的社區營造計畫安排相關事宜。

⁶Stay Yamagata，〈首頁 精彩景點&活動 月山〉，〈https://yamagatakanko.com/zh_TW/attractions/detail_32.html〉，2024.11.20 檢索。

⁷UN Tourism，〈Introducing the Best Tourism Villages Japan Chapter〉，〈<https://www.unwto.org/asia/introducing-the-best-tourism-villages-japan-chapter>〉，2025.03.06 檢索。2024 年日本僅有兩個鄉鎮入選聯合國最佳觀光村落：山形縣西川町和鹿兒島縣天城町。

信仰與登山，以文化體驗深化運動觀光內涵，近年西川町更致力以社群媒體推廣「月山」觀光；礁溪鄉因社群媒體熱議「抹茶山」，翻轉聖母登山步道及山莊之濃厚宗教意象，形成新興旅遊熱點。臺灣在 2020 年制定當年度旅遊主軸為「脊梁山脈旅遊年」。同時於《Taiwan Tourism 2030 台灣觀光政策白皮書》將推廣山岳與自行車等深度體驗，列為國家觀光施政重點措施之一。⁸探究當代運動觀光本質，不僅富含身體活動，亦融合科技元素而形成運動儀式堆疊現象。鑒於月山及抹茶山運動觀光皆涵蓋宗教氣息及社群媒體介入，本文延續前行系列研究，聚焦兩者運動觀光發展模式，以「儀式」觀點剖析因運動觀光所對應之宗教朝聖、身體活動、觀光行為及科技媒介等四個面向，聚焦前述面向的可比較性及堆疊儀式之異同。探討運動觀光能否融合多元文化，善用數位世代使用社群媒體趨勢；能否兼容並蓄網路話題並彰顯歷史脈絡為朝聖路線之心靈旅程，以成就更豐富的運動觀光。

二、文獻回顧

（一）地方創生與運動觀光

李長晏回溯日本地方創生制度演化，提出發展理論依據年代區分為 1960、1970 年代的地域性活化理論、2013 年的地方消滅，以及 2014 年提出的地方創生理論。⁹林淑馨指出「地方創生的概念源自日本，是 2014 年 9 月由首相安倍晉三所提出的振興地方經濟政策。」林淑馨列舉案例並提

⁸交通部觀光局，《Taiwan Tourism 2030 台灣觀光政策白皮書》（臺北：交通部觀光局，2020），30、41-47。

⁹李長晏，〈地方創生制度的理論建構與策略路徑：政策整合觀點〉，《地方創生理論概念與個案應用》，李長晏編（臺北：五南，2023），3-25。

出「如參考日本經驗可知，這四個案例之所以會成功，都是找到地方自身獨特的 DNA（如田舍館村夏季的稻米和冬季的雪景、白山市的稻米、富良野農產、北杜市的農村）與核心價值」。文中援引 Saves 對「公私協力」（Public Private Partnership）論述，「所謂公私協力是指政府部門與私部門之間的各種安排，亦即將一部分或傳統上由政府承擔的公共服務或活動交由私部門來負責。」公私協立在近二十年來幾乎被各國政府視為是能透過資源整合，解決政府沉重的財政和複雜社會問題，及改善傳統公共行政缺失等的萬靈丹。她論述臺灣同樣面臨鄉村人口老化、人口過度集中都市所產生的城鄉差距與經濟產業結構改變等問題，因此行政院將 2019 年定為地方創生元年，由國家發展委員會負責推動地方創生政策，期望藉此解決上述困境。¹⁰林淑馨探討日本地方創生政策包含自立性、將來性、地域制、直接性及結果重視等五項原則，四項基本目標及地方創生三支箭：資訊支援、人才支援及財政支援。而日本中央及地方政府則依據前述原則和目標分擔職能，以確實達成政策目的。¹¹藉由前述研究，可初步理解日本地方創生。綜上而言，若以功能性觀點視之，地方創生是解決區域發展困境的舉措，發展觀光為振興區域經濟的途徑之一。

廖洲棚論述日本與臺灣地方創生，在專責單位、政策協調機制、預算來源、發展策略及執行戰略等呈現明顯差異。提出日本是採取由上而下的政策執行，而臺灣由下而上的推動是不可忽視的啟動關鍵，提出臺灣必須發展獨特的地方創生韌性思維，以建構符合國情的地方創生協力治理模式。研究分析日本與臺灣地方創生政策規劃及執行面，存在不同治理思維。¹²地方創生研究亦有結合聯合國 SDGs 治理之日本經驗的研究及專

¹⁰林淑馨，〈地方創生與公私協力：日本經驗之啟示〉，《T&D 飛訊》，259（臺北，2019.10）：1-26。

¹¹林淑馨，〈日本地方創生的光與影〉，《地方創生理論概念與個案應用》，李長晏編（臺北：五南，2023），125-142。

¹²廖洲棚，〈地方創生的韌性思維：協力治理的觀點〉，《地方創生理論概念與個案應用》，李長晏編（臺北：五南，2023），27-52。

書，如高木超利用 SDGs 的觀點和方法撰述。¹³木下齊歸類五大導致地方創生失敗幻想的專書。¹⁴探究地方創生發展根源，無論是施行將近十年的日本或後續引用地方創生理論的臺灣，皆為解決人口議題及城鄉差距而衍生產業發展困境。

觀光是當代重要的休閒活動，觀光旅遊兼具經濟、社會與文化等功能，對促進經濟成長、創造就業機會及活絡全體社會經濟極具效益。融合觀光旅遊與運動特質的「運動觀光」，成為追求健康休憩與自我實現的選項。Heather J Gibson 認為運動觀光類型可區分為積極型運動觀光，係指大眾參與運動觀光；運動賽事型觀光，意指觀看運動賽事的旅行；懷舊型運動觀光，包括參觀運動博物館、著名運動場館和運動主題漫遊。¹⁵林伯修指出「運動觀光包括：觀賞型運動觀光、懷舊型運動觀光和參與型運動觀光等三種主要類型，當然也可以是混合其中兩種甚至三種類型的運動觀光活動」。¹⁶前述分類有助釐清運動觀光發展焦點。

隨著科技發展及交通便捷，跨國移動觀光成為全球化一環。Arjun Appadurai 認為新的全球文化經濟是複雜、交疊又裂散的秩序。「今日全球互動的中心問題是文化同質化和異質化的張力。」並將全球文化經濟裂散的基本架構，建構全球文化流的五大向度為：族群景觀、媒體景觀、科技景觀、財金景觀和意識型態景觀等。「旅行者的流動則為變動世界的人所形成的地景之一。」他指出將這些地景構成「想像世界」的基本構成要素。¹⁷John Urry 論述觀光客「透過獨特的視角、想像力與理解方式與景緻對

¹³高木超，《SDGs 地方治理實踐手冊：官方民間最實用的地方創生、社區改造知識與方法（SDGs×自治体 実践ガイドブック：現場で活かせる知識と手法）》（張秀慧譯）（臺北：新自然主義，2023）。

¹⁴木下齊著，《社造幻想：為什麼地方創生會失敗（まちづくり幻想 地域再生はなぜこれほど失敗するのか）》（林詠純譯）（臺北：行人，2023）。

¹⁵Heather J Gibson, "Sport Tourism: A Critical Analysis of Research." *Sport Management Review*, 1.1(Amsterdam, Nov 1998): 47-76.

¹⁶林伯修，〈境外體育—運動觀光〉，《學校體育》，31.6（臺北：教育部，2021.12）：2-5。

¹⁷阿君·阿帕度萊（Arjun Appadurai）著，《消失的現代性：全球化的文化向度（Modernity

話，尋找並建立早已熟識的觀光凝視的符號」。¹⁸Roland Barthes 提出神話學不限於語言的範圍，將原屬於語言學的符號理論，廣泛運用於其他領域。認為「神話學是一套第二層的符號學系統」，並以三維模式詮釋：符徵（signifier）、符旨（signified）與符號。¹⁹換言之，神話具備自身歷史地理文化底蘊，而每個神話也是另一個神話的符號。全球化浪潮下，超越自然景觀資源、宗教歷史文化的預期感受，思索觀光資源成為觀看與想像空間及觀光凝視的朝聖符碼，成為發展觀光的重要環節。

（二）通過儀式與實踐現象學

筆者曾在日本四國旅行，對人們頭戴斗笠與身穿白衣的參拜景象感到好奇。根據「四國觀光推廣機構」官方網站指出，「四國遍路是世界上少見的環形朝聖路徑……。這段旅程是一個讓您反觀人生並發現更好自我的契機。」四國遍路因朝聖寺院多位於山上，參拜者要以雙腳行走於山林間，登上綿延不絕的坡道與階梯才能抵達。²⁰涂爾幹（Emile Durkheim）論述「宗教是由神話、教義、儀式和典禮所組成的一種比較複雜或不太複雜的體系。」同時提出儀式是神聖的溝通、重整熟悉的文化事物並且是社會結構關係的簡化。透過儀式的中間階段，是一種反結構的、模稜兩可的、有創造性的特質。²¹「朝聖」在不同地區都有獨特路線，最負盛名的西班牙聖雅各（Camino de Santiago）朝聖，天主教徒沿著聖人軌跡，歷經翻山

at Large: Cultural Dimensions of Globalization)》(鄭義愷譯)(臺北：群學，2009)，45-65。

¹⁸約翰·厄里、約拿斯·拉森(John Urry, Jonas Larsen)著，《觀光客的凝視 3.0(The Tourist Gaze 3.0)》(黃宛瑜譯)(臺北：書林，2021)，21-56。

¹⁹羅蘭·巴特(Roland Barthes)著，《神話學(Mythologies)》(江灝譯)(臺北：麥田，2019)，315-344。

²⁰四國觀光推廣機構，〈首頁 四國遍路 遍路〉，<https://shikoku-tourism.com/zh_TW/shikoku-henro/shikoku-henro>，2024.08.31 檢索。

²¹涂爾幹(Emile Durkheim)著，《宗教生活的基本形式(The Elementary Forms of the Religious Life)》(審傳明、趙學元譯)(臺北：桂冠，1992)，37-44、339-353。

越嶺體驗自我對話及誠心懺悔的歷程。²²根據西班牙朝聖之路官方統計數據，2023 年僅有四成的朝聖者純粹因宗教因素走上朝聖之路。²³2018 及 2019 年來自臺灣的朝聖者分別為 1,018 人及 1,625 人。臺灣天主教明愛會所發起的「臺灣 Camino」，發願開創「屬於我們自己的宗教朝聖之路」²⁴參考西班牙朝聖數據，臺灣朝聖者展現對異國朝聖的認同。從西班牙聖雅各朝聖、四國遍路到本文探討出羽三山主峰一月山參拜巡禮，長距離徒步朝聖是追尋自我與靈性層面，選擇以雙腳踏上心靈旅程的實踐。

首位登頂聖母峰的艾德蒙·希拉瑞 (Edmund Percival Hillary):「我們征服的不是山，是我們自己」。²⁵登山歷經筋骨勞累的活動，除外在可見的空間移動與高度攀升重新認識自己，亦為自我觀照的心靈修煉儀式。A. Van Gennep 闡述「通過儀式」(The Rites of Passage) 為生活過渡階段的儀式規律性及意義，區分為三個階段：分離(separation)、過渡(transition)和整合(incorporation)。²⁶石明宗援引 A. Van Gennep 闡述生活過渡階段儀式規律性及意義，引用 Victor Turner 的「中介狀態(liminality)」認為是一種「交融」並交融為「人人皆為平等的社群」，也是運動最吸引人之處；而 Richard Schechner 認為交融可區分為自發性、意識形態、規範性，而意識形態的交融則包含自發性並具有複製的特質。石明宗援引涂爾幹宗教儀式分類，包含苦行性、模仿性等；詮釋運動儀式循環為「日常生活、

²²尚·克里斯朵夫·胡方 (Jean-Christophe Rufin) 著，《一個人的不朽遠行：聖雅各朝聖之路 (Immortelle randonnée: Compostelle malgré moi)》(范兆延譯)(臺北：聯經，2014)，7-32。

²³PILGRIM'S RECEPTION OFFICE, 〈Statistics〉, <<https://oficinadelperegrino.com/en/statistics-2/>>, 2024.11.20 檢索。根據朝聖者辦公室數據顯示，2023 年完成朝聖之路者，有 42.6% 標記朝聖原因係為「宗教因素」。

²⁴姜樂義、鍾碧玉、姜楓編，《台灣 Camino 指南：天主教堂徒步朝聖之路》(臺北：台灣明愛會，2020)，10-12。

²⁵艾德蒙·希拉瑞 (Edmund Percival Hillary) 著，《險峰歲月—第一個登上聖母峰的探險家希拉瑞一生傳奇 (View from the Summit)》(白裕承譯)(臺北：馬可孛羅出版社，2000)，1。

²⁶Arnold van Gennep, *The Rites of Passage*. (London: Psychology Press, 1954), 1-55.

運動儀式、日常生活」；據此論述登山歷經運動儀式作用及「中介狀態」變化為「平常人、登山客、新平常人。」²⁷石明宗論述為關注登山儀式的前行研究。林婉婷及林玫君以山林意象為主體，回顧山林風貌形塑與登山轉變歷程，探討社群媒體對登山文化影響。為首篇關注「抹茶山」議題並論述登山儀式：

登山者離開社會賦予身分位階，揮灑汗水與淚水的漫漫長路進入山林的「分離階段」……。登山歷程不停的自我對話，心境演繹轉變過程的自拍是標記稍縱即逝的登頂成功儀式並進入心靈修煉的人性探索層次與「過渡階段」。進而重新找到自我定位與價值，……從而體悟獲得新生命感受並以慶功宴成為重返文明的「整合階段」。²⁸

登山運動儀式為人們遠離原有身分進入山林，呈現自我對話隱含過度特殊性，下山產生新認同及整合自我，重新返回日常生活的歷程。參照涂爾幹區分儀式類型，本文將登山身體活動及富含宗教或文化意涵的朝聖之儀式歸類為「苦行性儀式」，社群媒體展演再現則具備「模仿性儀式」特質。「重層儀式」係依據登山目的，如身體活動及宗教或文化朝聖為苦行性儀式的雙重儀式堆疊。段義孚指出「經驗乃跨越人之所以認知的真實世界及建構真實世界的全部過程。」認為人們因經驗而使得空間有所不同，經驗令人們對空間產生意義。²⁹陳子軒分析運動與空間研究，以段義孚觀點指出，對個體來說，周遭的空間如同身體延伸，「是記憶的所在，也是生活經驗增長之所依。」³⁰身體活動或宗教文化朝聖之苦行性儀式，於社

²⁷ 石明宗，《運動哲學：愉悅+智慧之旅》（臺北：師大書苑，2020），252-260。

²⁸ 林婉婷、林玫君，〈數位世代下的山林意象與社群圖像〉，《運動文化研究》，38（臺北：台灣身體文化學會，2021.03）：7-37。

²⁹ 段義孚（Yi-Fu Tuan）著，《經驗透視中的空間與地方（*Space and Place: The Perspective of Experience*）》（潘桂成譯）（臺北：國立編譯館，1998），7-10。

³⁰ 陳子軒，〈邁向批判運動社會學／身體文化研究〉，《體育學報》，45.4（臺北，2012.12）：267-278。

群媒體展演的模仿性儀式，重層儀式堆疊形塑當代登山文化。

John Wylie 提出「地景現象學」觀點論述「採取生活中的身體作為研究領域和研究管道，以各種方式注意到運動中的感知（perception-in-motion）。」³¹石明宗、林慶宏及張文威提出實踐現象學方法，融合 Max van Manen 《實踐現象學》，及胡賽爾（Edmund Gustav Albrecht Husserl）《現象學的觀念》，「以『懸置』、『還原』、『感召』和『直觀』，作為研究運動經驗的方法，可以趨近真實的建構出現象世界，尤其是『運動世界』。」文中闡述「懸置（存而不論）自然態度，現象學（先驗）態度」、「還原（本來面目）」、「感召（互為主體）」及「直觀（直指人心）」概念。³²Richard Giulianotti 引用學者研究，提及北歐戶外生活研究（friluftsliv）就是探討參與者，如何體驗與投身自然環境；認為現象學取徑非常適合以質性研究來進行。³³本文以日本月山及臺灣抹茶山為主體，援引石明宗等人之實踐現象學方法，以「儀式」觀點審視朝聖、身體、觀光及科技所建構「重層儀式」，探究運動觀光隱含的「儀式」及重層堆疊意涵。圖一為研究架構圖，藉由期刊與專書、社群媒體貼文等，輔以統計資料與新聞報導；並實地訪查月山及抹茶山，對比兩者運動觀光發展沿革。

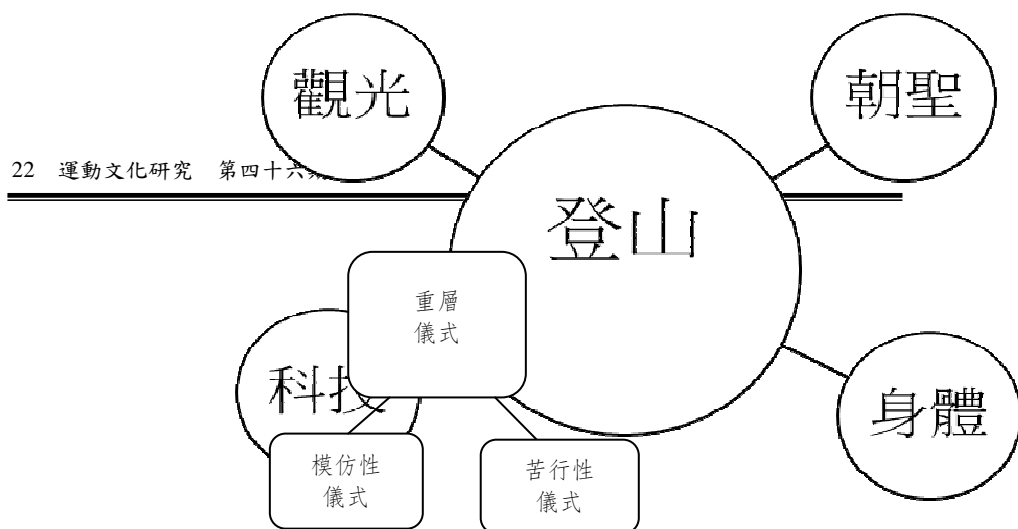
三、出羽三山主峰月山

以下援引實踐現象學方法，輔以實地觀察論述日本月山運動觀光歷程，以此梳理其中展現的儀式意涵與交織作用。

³¹ 約翰·威利（John Wylie）著，《地景（Landscape）》（王志弘、錢伊玲、徐苔玲、張華蓀譯）（臺北：群學，2021），185-247。

³² 石明宗、林慶宏、張文威，〈運動經驗研究中實踐現象學的方法論〉，《大專體育學刊》，25.4（臺北，2023.12），361-371。

³³ 理查·朱利安諾提（Richard Giulianotti）著，《運動：批判社會學的視野（Sport: A Critical Sociology）》（劉昌德譯）（臺北：五南，2021），109-116。



圖一 研究架構圖

資料來源：筆者繪製。

(一) 懸置月山觀光發展態樣

就「懸置」階段而言，為避免陷入先入為主的偏差觀點，首先嘗試保持開放態度並接受存在各種可能性，以求趨近現象的真實性。臺師大教授林伯修規劃在寒假進行的滑雪集中講義課程，於 2011 年開始第一年的滑雪實習課程。及後由山形大學的竹田隆一協助申請日本文部科學省的補助。³⁴林伯修表示交流十年來要感謝的人太多，包含西川町熱情的朋友、山形大學師生及歷屆參與的學長姐，因此將課程核心價值定位為「感恩」、「學習」和「傳承」。³⁵而林伯修更在 2023 年被任命為西川町的「故鄉大使」。³⁶同年夏季的臺師大協力，則為新交流模式。

渡會宜大以觀光與社區營造角度切入西川町觀光發展，探討社區營造演變。研究溯源自 2010 年的觀光主軸：「運動+觀光+交流」，以此基礎展

³⁴林伯修、竹田隆一、近松和朗編，《山形大・臺灣師大・西川町 スキー実習十周年記念冊》（臺北：國立臺灣師範大學，2021），3-5。

³⁵林伯修，面訪，臺北市國立臺灣師範大學運動休閒與餐旅管理研究所 603 教室，2023 年 7 月 18 日。訪問人筆者。

³⁶山形 NEWS WEB 〈西川町 台湾の大学准教授を「ふるさと大使」に任命〉，〈<https://www3.nhk.or.jp/lnews/yamagata/20230829/6020018386.html>〉，2023.08.30 檢索。

開觀光社區營造。西川町自 2012 年起，先後與山形大學及臺師大簽訂產學合作，透過三邊合作並利用當地自然資源，開啟以運動為導向的觀光社區營造。運動觀光成就西川町的運動觀光和社區營造，優點為結合多方資源以突顯並振興當地優勢。文中指出西川町與臺師大交流前，每年外國遊客至多約三百人。自 2012 年臺師大滑雪交流團到訪，外國遊客翻倍成長並達到上千人；顯示國際交流有益於西川町的外國遊客到訪。自 2012 年至 2020 年止，臺師大合計 436 人次參與滑雪交流團，產生約日幣 24,765,500 的龐大經濟效益。³⁷本文具體呈現西川町與大學互動，藉由文獻分析與訪談產、官、學界人士，並以臺師大滑雪實習團人數估算交流帶來的經濟效應，詳實估算西川町觀光發展與大學彼此交流合作的實質效益。

（二）還原西川町的興衰更迭

「還原」階段是以經驗的直接呈現亦即回到事物的本來面目。根據西川町月山樸樂休閒度假村（株式会社月山ポレポレファーム，以下簡稱樸樂度假村）的日文官方網頁，1980 年社長奧山悌二當時於札幌經營旅行社，他決定在家鄉山形縣西川町創建度假村。為了讓更多人了解月山的自然魅力，他先後取得登山嚮導資格，並成立月山朝日嚮導協會。目前樸樂度假村共有四名合格導遊，全年提供導覽服務。日文官方網頁，目前提供日文、英文、中文與泰文等選項。點選不同語言所呈現的官方網頁資訊略有不同，大致都包括詢問溝通的社群媒體—通訊軟體連結、樸樂度假村的

³⁷ 渡會宜大，〈大學與日本山形縣西川町之觀光社區營造研究〉（臺北：國立臺灣師範大學運動休閒與餐旅管理研究所碩士論文，2022），57-61、76-101。有關臺師大滑雪實習團帶來的經濟效應，上述日幣 24,765,500 僅為活動費用，尚未涵蓋團員個人購物金額及其他花費。另有 2019 年龍安國小 25 人師生團與南湖國小 20 人親子團，複製臺師大國際交流模式到訪西川町，此部分活動的經濟效應合計約為日幣 2,970,000，同樣尚未涵蓋團員個人購物金額及其他花費。

簡介、雪地活動、套裝行程以及住宿與訂房訊息等。³⁸官方網頁的多重語言選項，也成為競爭優勢。

李晶、鄭稼棋以社區觀光發展與社會資本轉化理論探究，2011 年西川町面臨「311 大地震」後的觀光發展困境，「除運用當地自然與社會資源，發展出夏季滑雪、宗教觀光……更以文化交流為觀光發展之起始點，搭配山形縣國際宣傳、朋友間的口碑行銷、國內外大學合作等結合，進一步發展……創新性觀光資源。」³⁹藉由此文可掌握西川町觀光發展概況。李晶、鄭稼棋以健康旅遊觀點，解析西川町山林活動態樣，以觀光為導向的三種活動分類，認為西川町山林擁有豐富的宗教信仰元素與豐富的自然景致變化。分析「町內登山健行活動，包含：推展古道文化、自然體驗、健康旅遊、競賽型登山健行活動。」而西川町辦理以觀光為導向的登山健行活動，區分為以自然變化為主要吸引力、以「出羽三山」信仰之道為主軸及以運動競賽為號召等三類。歸結「以西川町所辦理的登山健行活動分析，觀光導向訴求對象為遊客或特殊興趣參與者，依據觀光資源特質來決定辦理的頻率、登山健行帶領方式從以強化觀光體驗為主。」⁴⁰研究關注西川町山林活動區域與頻率，將登山健行視為當地推展運動觀光重點。前述研究皆以西川町為主體，宏觀看待當地運動觀光推廣。

（三）直觀月山成就地方創生

「直觀」論述是透過反省得到明證而洞見事物本質。2023 年 8 月 2 日，臺師大師生抵達西川町當日，隨即前往西川町辦公室拜會町長菅野大志。菅野大志為早稻田大學畢業，經過東北地方財政局歷練，先後參與金

³⁸Gassan Pole Pole Farm,〈会社概要 月山に育まれて 40 年〉,<<https://polepole.co.jp/about/>>, 2023.7.28 檢索。

³⁹李晶、鄭稼棋,〈開放式創新的社區觀光發展與社會資本轉化過程—以日本山形縣西川町國際觀光推動過程為例〉,《創造學刊》,10.1(臺北,2019.12):1-23。

⁴⁰李晶、鄭稼棋,〈從健康旅遊觀點談日本山形縣西川町登山健行活動〉,《國民體育季刊》,47.3(臺北,2018.09):57-62。

融廳、內閣府、內閣官房等國家核心政策制定工作，可謂典型的日本菁英。2022 年，年僅 44 歲的菅野大志投入西川町長選舉後，從事區域振興工作長達十幾年的他，以雙腳與行動力「跑」遍西川町，最終順利贏得町長選舉並獲得為故鄉貢獻的機會。上任的菅野大志，發揮在政府部門的經驗，積極籌措財源發展地方，藉由密集與地方人士溝通，爭取居民對於各種新政的導入與支持。⁴¹當日菅野大志善用電腦及數位媒體，即時投射到大螢幕輔助解說政策落實與活動推廣，並將與會議題即時回覆與記錄。比如以影片分享當週仍有人從事滑雪運動，不忘讚揚西川町月山就是夏天可以滑雪、登山健行以及划獨木舟的景點。

為讓地方人士能夠感受到科技保存傳統文化的優勢，西川町以 AI 智慧機器人輔助長者，將地方方言錄音保存。菅野大志更以其自家櫻桃採收為例，提及雙親原本對外人前來協助感到不便，但實際與協力者接觸，對彼此互動感到滿意，也願意繼續交流的轉變歷程。臺師大師生提問未來協力接待規劃，菅野大志承諾人員可入住即將完工場館，並展示建築物規劃與住宿環境圖片。西川町居民與日本多處偏鄉同樣面臨人口高齡化困境，菅野大志尋求外來資源協助的過程，著重定期並密集與地方居民面對面溝通以尋求理解與支持。

（四）山岳信仰重生之旅感召

就「感召」層面而言，出羽三山的修驗重生之旅已有千年歷史，「江戶時代，巡遊三山作為重生之旅在平民之中流傳開來。在當地人的支持下，日本固有的，將自然山岳與信仰融為一體的傳統文化延續至今。」出羽三山歷史和文化、山岳信仰和修驗道，日本文化廳 2016 年認定為「日本遺產」，藉以傳承日本有形與無形文化財產 / 資產透過故事敘述的方式

⁴¹Yahoo! JAPAN SDGs，〈なぜ町長に？地域の未来をつくる3人の挑戦 #豊かな未来を創る人〉，<<https://sdgs.yahoo.co.jp/originals/137.html>>，2023.07.28 檢索。

世代相傳。「日本遺產是指存在於日本各地有形無形的文化遺產與其區域歷史文化故事相結合的認定，於 2015 年由文化廳開始認定的制度。」⁴²日本遺產認證展現當地歷史魅力及特色，表現日本文化、傳統的有形或無形的文物等。成為地方致力將具有獨特魅力的有形或無形文化遺產推廣宣傳，達到振興地方經濟、發展旅遊觀光事業的目的。

李晶及鄭稼棋以社區觀光發展與社會資本轉化理論指出，2011 年日本西川町面臨「311 大地震」後的觀光發展困境，「除運用當地自然與社會資源，發展出夏季滑雪、宗教觀光……。」林婉婷及程瑞福關注跨越宗教信仰與地理邊界的「朝聖」，涵蓋不同國家地區與族群團體，成為現代人追尋自我與靈性生活以尋覓生命意義的身心靈活動。文中關注日本西川町的運動觀光朝聖，歸結「將山林資源提升為結合在地歷史文化與風土習俗，進而轉化為山林文化和運動觀光產品，建構運動觀光與在地文化交流結合的特殊符號與傳達其意涵」。⁴³此文提出結合登山身體活動與宗教目的月山運動觀光，論述臺灣推廣山林運動觀光宜建構登山與宗教朝聖的重層符碼論述。

參照樸樸度假村官方網頁：「結合大自然、休閒度假、遠離塵囂、日本傳統文化體驗、古蹟名所巡禮等非一般單純觀光性質的行程。」日本傳統文化呈現的獨特差異，向來為外國遊客喜愛，濃厚宗教底蘊的出羽三山健行，成為樸樸度假村的行銷特色。⁴⁴另一家業者月山舞鶴屋（月山まいづるや，以下簡稱舞鶴屋）官方網頁及印刷廣告文宣，封面標題以「山形縣西川町月山志津溫泉舞鶴屋月山資訊」，內頁搭配月山圖像宣導當地的

⁴²出羽三山“重生之旅”推進協議會，〈蘊含自然與信仰的“重生之旅”日本遺產出羽三山〉，〈<https://nihonisan-dewasanzan.jp/zh-TW/reborn/>〉，2024.08.08 檢索。

⁴³林婉婷、程瑞福，〈運動觀光考察——以日本月山樸樸度假村（Gassan Pole Pole Farm）為例〉，《全國登山研討會論文集》，（南投縣，2023.09），147-164。有關 2023 年臺師大前往西川町協力，本文詳盡記錄歷程。

⁴⁴Gassan Pole Pole Farm，〈月山樸樸休閒度假村〉，〈<https://polepole.co.jp/zh-tw/>〉，2023.7.28 檢索。

觀光特色，包含月山高山植物的介紹及圖鑑、遍佈山麓的山毛櫸森林、月山的四季變化與體驗、月山登山路線圖，另有頁面專門介紹月山山岳信仰，其標題為：「山岳信仰的聖地、出羽三山」、「奧參道、出羽古道」，詳述月山信仰原由。⁴⁵西川町運動觀光類型，參酌以上研究，可歸屬為「運動主題漫遊」及「參與型運動觀光」。

2023年8月10日臺師大師生與學生團體共同攀登月山，由於颱風影響導致強風吹襲，同行學生團體最終在登山嚮導帶領下選擇撤退。近松和朗時任西川町非營利組織（特定非営利活動法人 ランドナビにしかわ）副理事長，他與秋場徹長期關注故鄉西川町發展，居中安排接待臺師大，參與公私協力的要人。無論攀登月山及協力文化交流歷程，兩人多次陪同臺師大師生。當日登頂後參拜山頂月山神社接受祈禱淨身，筆者領取「登頂證明」（登拝認定証），回想途中遇到穿著白色修行服飾修驗者與歷經波折而最終完成攀登，對於月山靈場修行「出羽三山重生之旅」湧現莫名感動。領略自江戶時期流傳的山岳信仰與西川町結合數位工具「月山調查隊」活動，形塑月山神聖意象與符碼再現。

四、抹茶山符碼及商機

以下以實踐現象學方法，輔以實地觀察研究，回顧聖母登山步道關建歷程，對比兩位異鄉人先後作用於登山文化及後續效應。

（一）懸置迷因景點網路熱潮

為理解「朝聖抹茶山」現象，2020年6月13日，筆者實地訪查抹茶

⁴⁵ 月山舞鶴屋，〈月山まいづるや〉，〈<https://www.gassan-maiduruya.com/>〉，2024.07.28 檢索。

山，由於適逢週六，當日中午抵達五峰旗停車場時，不僅停車場客滿無法進入，連附近道路兩旁停滿車輛長達數公里。筆者從停車場步行到聖母登山步道登山口，大約 3.7 公里的緩坡產業道路也擠滿人潮，陸續發現配戴旅行團或是團體標誌的各種團體及遊客。遊客年齡層從嬰兒到高齡者皆有，其中更有數位孕婦及由家長背負的幼童。對比停車場多輛大型遊覽車停放，事後筆者搜尋相關旅行社資料，發現旅行業者陸續自 2019 年就開始推出抹茶山一日遊及二日遊行程。

林婉婷與林家豪分析，「以#抹茶山」為關鍵字於 Instagram 搜尋，截至 2022 年 08 月 15 日為止，檢索結果超過 2.6 萬筆；以「抹茶山」為關鍵字於 Facebook 搜尋，檢索結果為 9,452 筆。由此推論，自 2019 年至 2022 年，尤其新冠肺炎疫情蔓延期間，世界各國先後祭出邊界管制；「抹茶山」成為臺灣民眾無法出國觀光，趨之若鶩的國內熱門山林運動觀光景點。對照宜蘭縣政府消防局自 2017 至 2022 年的「山域意外事故救援統計表」，聖母山莊救援案件於 2019 年開始呈現倍數成長趨勢。⁴⁶筆者實地訪查，由於聖母登山步道自登山口開始為陡上階梯，訪查當日為週六，階梯沿途不僅人滿為患更經常有人體力不繼而停滯休息。

（二）還原登山步道修築始末

相較臺灣山區古道多有佛寺廟宇，聖母登山步道及山莊因巴瑞士修士發願闢建及後續聖母顯靈事蹟，流露濃厚天主教宗教氣息，為此處增添宗教文化底蘊。數十年後另一位異鄉人小林賢伍藉由社群媒體，刻劃翠綠山峰為橫互連綿的日式抹茶風情，自詡為「抹茶山」命名者。後續出版著作及媒體報導推波助瀾，翻轉原本隱含宗教色彩的大自然山林意象，吸引大眾慕名前來「朝聖」。

回顧宜蘭礁溪聖母步道及山莊沿革，開闢者為羅東聖母醫院的巴瑞士

⁴⁶林婉婷、林家豪，〈被發明的「抹茶山」：網路迷因景點效應〉，265-286。

修士。1958 年他奉調臺灣，自此奉獻 26 年歲月成為病患們口中的「阿爸」。由於罹患氣喘，為強身健體展開登山活動，與醫院員工組成「聖母登山隊」。1970 年代山難事件頻傳，巴瑞士修士即使病痛纏身，為打造避難山屋仍四處奔波募款。他與志工歷經公部門申請作業波折，在宜蘭山岳協會協助發文權責單位蘭陽林區管理處，1979 年獲准修築「聖母山莊」為朝聖者與登山者遮風避雨，於三角崙山與烘爐地山交界的山稜凹處興建。從數次探勘選定到人工搬運建材，歷經兩個多月趕工完成避難用的山屋。1980 年流傳聖母顯靈保護迷途者的事蹟，而後天主教刊物轉載聖母顯靈神蹟。⁴⁷聖母登山步道成為天主教徒與登山者朝聖的路線。

(三)直觀抹茶山被命名歷程

以「朝聖抹茶山」為意識主體，回歸礁溪地區特殊性及聖母登山步道具備攀登難度的客觀事實。自日治時期礁溪即以溫泉聞名，觀光是地方重要產業與經濟支柱；2019 年，旅行社相繼推出觀光登山團，當地業者陸續為迎合湧入遊客所期待「抹茶山」符碼，行銷融合抹茶元素的糕餅伴手禮，與販售抹茶主題餐點、甜品。礁溪老爺酒店於 2019 年推出兩天一夜「抹茶山之旅」，邀請小林賢伍重遊舊地宣傳，提供員工帶領旅客登山的服務，翌年礁溪老爺酒店奪得「2020 網路口碑之星」五星飯店「領航創新獎」。⁴⁸前述行銷與獲獎案例，掌握社群媒體特質而成功創造口碑及業績。

藉由網路展演再現抹茶山，形塑他人認同的社群媒體互動與慰藉。攜帶通訊數位科技商品進入山林，藉由拍照打卡呈現自我對話的過度時期，將自拍轉化成為鏡像自我及圖像凝視，下山以社群媒體與他人互動，形成自我認同與建構他人認同的整合階段，有別於身體活動的苦行性儀式，而

⁴⁷羅東聖母醫院口述歷史小組，《12 位異鄉人，傳愛到臺灣的故事》，200-219。

⁴⁸翁筠茜，〈網路口碑／兩招鎖定戶外出遊風潮 礁溪老爺酒店獲頒「領航創新獎」〉，〈<https://dailyview.tw/Popular/Detail/9253>〉，2022.07.31 檢索。

是藉由科技介入的模仿性儀式。透過參與社群媒體並回應，以成就登山活動結合「抹茶山」符碼的重層儀式意涵。融合登山身體活動及社群媒體熱度的「抹茶山」符碼熱潮，呈現實際進行登山運動儀式的「苦行性儀式」及社群媒體展演再現儀式下的「模仿性儀式」相互堆疊。換言之，「科技」，成就新「儀式」堆疊而形塑當代山林運動觀光風貌。

(四)體現真善美的神聖感召

西班牙聖地牙哥朝聖、日本四國遍路及出羽三山重生之旅，皆為宗教信仰文化與世界自然遺產路線。前述富含宗教意涵與歷史文化底蘊的朝聖，為靈性追尋下的雙重「苦行性儀式」；數位世代的社群媒體展演再現地景符碼及朝聖歷程的「模仿性儀式」，為錦上添花的重層儀式結構再堆疊。援引林婉婷與林家豪論述抹茶山現象為「被發明的『抹茶山』」，筆者認為深層意涵為特定人士刻意創造話題，為自身知名度與文化經濟資本積累，而出版社基於商機而操作行銷，營造日本青年旅居臺灣並宣稱「愛臺灣」的「政治正確」與商業化行銷「神話」。

搶先嗅得商機的旅行社陸續推出觀光行程，旅宿業者以抹茶山符碼率先展開網路行銷而搶得商機，其餘業者後續追隨熱潮。換言之，雖然臺灣地方創生政策係由下而上之推動模式，然而不可忽視的抹茶山商機啟動關鍵，並非為思索地方創生而有所作為，而是先後附和抹茶山符碼的業者，選擇屏棄聖母登山步道及山屋興建的歷史脈絡，及宜蘭登山協會、天主教徒與志工們仍然持續守護聖母登山步道及山屋，至今長達四十六年的無私大愛，僅以日本青年自詡為景點命名者與捧紅者論述，炒作複製社群媒體話題作為感召遊客的主體。

五、社群媒體與通過儀式建構

國家發展委員會引用 Safko 及 Pierce 有關社群媒體論述，認為「創作、分享、人際互動」的概念下，「使用者主導資訊和內容的產製和傳播……使用者不再只是資訊瀏覽者，也是資訊內容的創造者和分享者。」⁴⁹Instagram、Facebook 與 Google，隨著數位智慧裝置普及而廣為大眾使用。現今社群媒體評論者不僅是遊客及 Google 評論的網路口碑訊息瀏覽者，部分評論內容包含評論與照片說明，成為參與觀光的創造者和分享者。這個消費與生產同時的現象，如同運動賽事觀眾，觀賞賽事的過程，可能成為被大眾媒體或他人觀察，或賽事轉播中注目對象。在數位世代下的各種智慧裝置影響，遊客不再僅僅是觀看他者，也成為文化經濟商品的即時生產者，尤其遊客文化流動常以文字或圖片，再現景點並成為跨國文化交流的想像空間。

表二西川町月山及礁溪鄉抹茶山比較表。「抹茶山」為社群媒體與傳統媒體共同推波助瀾創造的景點。尤其小林賢伍出版專書並透過密集受訪，暢談抹茶山議題與愛臺灣論述，加上抹茶山圖文被新聞媒體相繼引用，社群媒體密集不間斷分享，抹茶山一時蔚為流行話題與流量密碼，如同前述林婉婷及林家豪所稱「迷因景點」開始大量在社群媒體複製流傳。隨著旅行業及旅宿業接連嗅到商機，相繼投入行銷，抹茶山成功被創造為知名景點，淹沒過往巴瑞士修士與志工修築聖母登山步道與聖母山莊歷史，及志工持續守護步道及山莊的事蹟，此與日本月山的運動觀光發展迥然不同。

⁴⁹ 國家發展委員會電子治理研究中心，《網路社群媒體時代政府公共諮詢與政策行銷之規劃》（臺北：國家發展委員會，2017），11-13。

表二 西川町月山及礁溪鄉抹茶山比較表

地景	西川町月山	礁溪鄉抹茶山
官方策略	運動+觀光+交流	聚焦礁溪溫泉主題
民間組織	西川町非營利組織（特定非營利活動法人 ランドナビにしかわ）	宜蘭縣礁溪鄉聖母山莊生態發展協會、天主教會五峰旗聖母朝聖地、宜蘭縣噶瑪蘭山岳協會、聯詠科技股份有限公司（聖母登山步道認養單位）
地方創生	由中央政府制定政策，再到地方町政府規劃執行官方策略，集結非營利組織與商家公私協力	旅行業相繼推出抹茶山觀光團，商家競相行銷抹茶山符碼，地方創生尚待公私協力參與
學術交流	與山形大學等大專院校合作	現階段並無合作之大專院校
跨國交流	與臺師大進行雙邊文化交流	現階段並無發展跨國交流
運動觀光	在月山夏季滑雪、登山健行及出羽三山修驗之月山朝聖	近年得益於社群媒體 # hashtag 註記抹茶山及分享而蔚為風潮
觀光層次	為尋覓靈性意義之重生旅程	為追隨網路風潮之網美旅程
通過儀式	山岳信仰或文化朝聖及登山運動皆為苦行性儀式	藉由社群媒體展演地景為模仿性儀式及登山運動之苦行性儀式
重層儀式	山岳信仰朝聖及登山運動形成雙重苦行性儀式堆疊，町政府積極推廣社群媒體展演（模仿性儀式）	社群媒體使用者多關注藉由社群媒體展演（模仿性儀式），淡化登山身體活動（苦行性儀式）

資料來源：筆者整理

2023 年 4 月，西川町町長菅野大志推動地方共生與創新，首開先例發行日本市町村「西川町數位住民卡」(Non-Fungible Token, NFT)，為西川町奠定 Web 3.0 措施基礎。讓 NFT 持有者成為西川町數位居民，獲得各種服務優惠。⁵⁰以「古代文獻之謎與月讀的寶藏」，利用尋寶探險建

⁵⁰ 山形県 西川町，〈觀光情報 自治体初！西川町デジタル住民票 NFT〉，〈https://www.town.nishikawa.yamagata.jp/kanko/digitaljuuminhyo_nft.html〉 2023.07.28 檢索。

構「月山調查隊」活動，主打「體驗融合小鎮獨特自然文化和山地崇拜的神秘故事。將西川町旅遊資源和景觀信息輸入 AI，除了收集數位藝術作品，同時與 AI 互動並旅行的解謎遊戲。」⁵¹前述月山調查隊影片，於同年 5 月在影音平台 YouTube 發布。⁵²回顧菅野大志各種創意發想與實踐歷程，展現西川町將月山建構不同以往的古蹟名所巡禮或朝聖風貌，以數位世代視角以打造「月山符碼」，蘊含深層意涵的企圖心。

楊正寬引用 McIntosh 論述，「消費者的年齡、收入、教育程度、職業、種族、性別、態度、時間、時尚、風俗習慣和傳統，都是影響消費者購買觀光產品的因素。」楊正寬指出，「追求地方化、本地化，就是致力型塑具有文化特色的文化差異，這種差異也是進軍全球化的本錢，地方文化差異愈懸殊就愈有特色，也就愈會引起觀光客好奇的動機，愈能開拓國際市場。」⁵³回顧樸樸度假村及舞鶴屋官方網頁及文宣，月山歷史文化是業者行銷焦點。日本傳統文化呈現獨特差異，向來為外國遊客喜愛，濃厚宗教底蘊的出羽三山朝聖及造訪日本遺產的文化氛圍，月山成為西川町的地景與觀光核心。國家發展委員會研究指出，「在日本，以社群媒體作為人與人互動媒介，互動的結果能有效解決地方溝通的問題。」提及日本社群媒體普及與廣泛使用，尤其在「311 大地震」發揮一定效益。⁵⁴前述西川町結合數位科技「NFT」行銷觀光創造話題，在社群媒體引發討論的方式；或以尋寶探險建構的「月山調查隊」活動，西川町以數位科技保留傳統地方方言，同時致力將月山朝聖，轉化為數位世代與社群媒體特質的遊戲「潮」聖風潮。形塑月山想像與凝視空間，從豐富山林文化商品到與時俱

⁵¹山形県 西川町，〈～地方初の AI 謎解きゲーム～「古文書の謎と月読の宝」〉，
<http://www.town.nishikawa.yamagata.jp/bosyu/2023-0412-1502-29.html>，2023.07.28
 檢索。

⁵²月山 TV 西川町公式チャンネル，〈AI 謎解きゲーム『古文書の謎と月読の宝』〉，
<https://www.youtube.com/watch?v=0YVqhGmD2sY&t=49s>，2023.07.28 檢索。

⁵³楊正寬，《文化觀光：原理與應用》（臺北：揚智文化，2016），99-100、444-447。

⁵⁴國家發展委員會電子治理研究中心，《網路社群媒體時代政府公共諮詢與政策行銷之規劃》，61-65。

進，善用社群媒體再現月山朝聖文化意涵。

「抹茶山」伴隨社群媒體的迷因景點複製分享，結合登山之「苦行性儀式」及社群媒體再現的「模仿性儀式」而建構重層儀式堆疊，藉由鏡像自我的圖像凝視及社群媒體展演抹茶山而產生回憶與認同，抹茶山成功創造話題。雖然在景點推廣方面成功，但淡化當地聖母山莊及聖母登山步道歷史沿革，相對將景點內涵局限於到此打卡拍照或大啖抹茶飲品及甜點等，在景點深度營造上是接近失敗。回到觀光旅遊的本質，除了物質層面享受，觀光旅遊應涵蓋精神層面感受，包括視覺或聽覺的充實，甚至延伸到知性領域，包括歷史文化、自然風光等，如同「月山」提供夏季滑雪、季節登山健行、出羽三山修驗朝聖及運動賽事等，讓遊客選擇體驗不一樣的旅遊行程。即使同一景點，可在不同時節或依據目的前往，形成初訪與再訪的觀光動機。以下歸納本研究之發現：

（一）懸置各種標籤、刻板印象

解構月山及抹茶山運動觀光發展，首先體現返回事物本質「懸置」。西川町位處山形縣邊陲，冬季漫長又位於豪雪地帶，相較週邊許多知名觀光景點、基本建設與運輸開發相對匱乏。隨著交通建設開展，觀光發展與地方創生成為挑戰。解構抹茶山網路風潮，過去前往聖母登山步道，主要為登山健行或宗教朝聖，小林賢伍社群媒體貼文，自詡為景點命名者與捧紅者。後續出版社以商業模式操作與媒體報導推波助瀾，尤其當新冠肺炎疫情蔓延期間，抹茶山成為邊境封關下的熱門景點。

（二）還原抹茶山、月山的原貌

以本質「還原」理解，2010 年西川町貫徹「運動、觀光、交流」發展主軸經由官方主導、結合學術交流與民間團體公私協力，選定月山為發展重點並制定運動觀光為主軸。礁溪鄉聖母登山步道修築及聖母山莊興

建，是巴瑞士修士與志工為避免山難發生的慈悲發願與實踐，步道與山莊至今仍由志工守護。數位世代透過參與社群媒體展演再現「抹茶山」符碼，成就結合登山活動及複製抹茶山的重層儀式意涵。抹茶山現象促成新的登山目的，吸引原本對運動觀光並無強烈興趣者，以旅行團或自由行方式親近山林。登山身體活動的本質，通過運動儀式帶來心靈層面變化及朝聖的神聖性，轉化為追逐網路熱度的「潮」聖。

（三）直觀感召抹茶山、月山儀式

探究「直觀、感召」論述，西川町與臺師大締約合作多年，每年定期進行雙邊交流。在地業者舞鶴屋接待臺師大滑雪團，以美食與熱情接待形塑口碑行銷。樸櫟度假村透過外籍打工度假者協助建置多語官方網頁，以外國人視角提供旅遊訊息並開發客源。西川町官方與民間，致力將「月山」符碼與地方人事物結合，以月山地景作為凝聚想像與山林意象再現符碼，讓遊客前往體驗山林活動或親近山岳信仰與自然風貌。月山成為網路社交功能及文化行銷舞台及展演再現地景以建構認同的空間。換言之，月山登山是身體活動及山岳信仰的雙重苦行性儀式，現階段注重以數位科技商品於社群媒體分享的模仿性儀式。當雙重苦行性儀式與模仿性儀式交織，呈現建構三種儀式重層意涵，月山運動觀光呈現朝聖化特質。

經媒體推波助瀾而形成抹茶山風潮，業者前仆後繼行銷「抹茶山」符碼。即使民眾未能實際造訪景點，藉由抹茶飲料甜品，進而拍照打卡等社群媒體互動，成就另類抹茶山符碼再現。就「感召」層面思考，讓遊客行走徒具表象的抹茶山，或拍照打卡到此一遊的浮光掠影軌跡。簡言之，關注網路風潮的登山者，相對淡化身體活動之苦行性儀式，著重社群媒體打卡分享，亦即著重藉由數位科技建構之模仿性儀式，網路風潮成為感召主因，抹茶山運動觀光呈現觀光化特質。

六、結語

近年跨越宗教信仰與地域界限的「朝聖」風潮，成為追尋自我與靈性生活以尋覓生命意義的身心靈淨化儀式。為與時俱進順應朝聖之苦行性儀式趨勢與社群媒體分享之模仿性儀式，結合歷史脈絡與文化底蘊，為運動觀光發展重點。本文以「儀式」觀點論述運動觀光，列舉西川町官方與業者於社群媒體，著重形塑山岳信仰的靈性層次結合文化底蘊，朝聖月山為出羽三山重生之旅的重要環節。登山身體活動及山岳信仰朝聖所建構雙重苦行性儀式，成為通過儀式中「過渡階段」進入「整合階段」的關鍵轉折。抹茶山源於社群媒體及傳統媒體創造話題，聚焦抹茶山符碼複製；為身體活動的苦行性儀式與結合社群媒體的模仿性儀式之雙重堆疊。科技商品造就數位世代使用社群媒體以參與並創造商業化的虛擬文化，呈現關注社群媒體分享儀式化及再現地景符碼及朝聖歷程趨勢。本文並陳月山與抹茶山，發現兩者運動觀光優勢與劣勢恰巧形成強烈對比，值得相互映照學習。

運動觀光不僅在西川町社區營造發揮重要作用，多年來振興區域經濟。月山運動觀光由地方政府規劃執行，集結商家與民間團體公私協力，將月山文化歷史深度做為推廣重點。西川町於 2024 年入選為聯合國觀光協會認定，具有 SDGs 精神的「最佳觀光村落」，可謂多年來發展觀光的努力被看見。抹茶山符碼行銷多為個別商家，以此表徵衍伸商品與行程，應審慎思考承襲地方文化，與在地脈絡連結，才能避免曇花一現。前行研究指出臺灣地方創生特色為由下而上，以礁溪鄉為例，地方政府應致力結合民間組織以產生由下而上的力量，回歸歷史脈絡與巴瑞士修士闢建聖母登山步道的「朝聖」本質，加深景點文化底蘊。

臺師大滑雪團對西川町產生具體經濟效益，長期受到官方、民間團體

及業者重視，為觀光淡季帶來穩定客源與收入。近年西川町善用數位科技行銷並屢次創造話題，如「月山調查隊」，以社群媒體將月山打造為觀看與想像空間，結合山林意象與尋寶探險，意圖增強遊客到訪動機。西川町官公私協力將山林資源與歷史文化結合，提供體驗山林活動或運動賽事。2022 年新任町長菅野大志，積極籌措財源發展地方，藉由密集與地方溝通及資源分配，爭取非觀光產業居民對地方創生的支持。從選定景點訴說故事核心價值、提供多元運動觀光文化產品及強化社群媒體，西川町行銷月山魅力的具體作為，可為臺灣觀光發展借鏡。

臺灣蘊藏豐富山林資源、先民足跡古道與原住民部落豐富人文，政府可參酌西川町重視人才培訓並協助地方產業轉型，結合在地產業與學術交流，進而延伸為跨國多邊合作模式，深化國際交流以制定觀光主軸及政策，聚焦原住民族文化與富含人文歷史的古道遺跡，推廣山林活動與山脈文化旅遊商品，吸引全球遊客體驗臺灣運動觀光獨具魅力的經典遊程。運動觀光推展及轉型的國際交流行銷，建議持續以大學社會責任（university Social Responsibility, USR）結合民間組織力量，朝向超越登山健行的身體活動及宗教信仰，因應運動觀光之儀式化趨勢，著重歷史記憶啟發為核心理念，以人文素養與歷史沿革堆疊重層儀式，形塑觀光地景符碼。觀光作為振興地方經濟的策略，如何融合歷史文化與社群媒體行銷，成為當代觀光發展的挑戰。隨著觀光與宗教、朝聖及數位科技交融日益深化，未來如何在傳統與創新間平衡，將是首要的挑戰。運動觀光若從「儀式」觀點出發，或許可成為臺灣地方創生與觀光策略擬定的新思維。

參考文獻

小林賢伍，〈小林賢伍 KengoKobayashi〉，〈<https://www.instagram.com/p/>

BmibE6ElyUw/>，2020.07.31 檢索。

小林賢伍，《台灣日記 Taiwan Diary：我能做的，就是告訴全世界臺灣的美！》，臺北：時報，2019。

山形 NEWS WEB，〈西川町 台湾の大学准教授を「ふるさと大使」に任命〉，〈<https://www3.nhk.or.jp/lnews/yamagata/20230829/6020018386.html>〉，2023.08.30 檢索。

山形県 西川町，〈～地方初の AI 謎解きゲーム～「古文書の謎と月読の宝」〉，〈<http://www.town.nishikawa.yamagata.jp/bosyu/2023-0412-1502-29.html>〉，2023.07.28 檢索。

山形県 西川町，〈観光情報 自治体初！西川町デジタル住民票 NFT〉，〈https://www.town.nishikawa.yamagata.jp/kanko/digitaljuuminhyo_nft.html〉，2023.07.28 檢索。

月山 TV 西川町公式チャンネル，〈AI 謎解きゲーム『古文書の謎と月読の宝』〉，〈<https://www.youtube.com/watch?v=0YVqhGmD2sY&t=49s>〉，2023.07.28 檢索。

月山舞鶴屋，〈月山まいづるや〉，〈<https://www.gassan-maiduruya.com/>〉，2024.07.28 檢索。

木下齊著，《社造幻想：為什麼地方創生會失敗（まちづくり幻想 地域再生はなぜこれほど失敗するのか）》（林詠純譯），臺北：行人，2023。

出羽三山“重生之旅”推進協議會，〈蘊含自然與信仰的“重生之旅”日本遺產出羽三山〉，〈<https://nihonisan-dewasanzan.jp/zh-TW/reborn/>〉，2024.08.08 檢索。

四國觀光推廣機構，〈首頁 四國遍路 遍路〉，〈https://shikoku-tourism.com/zh_TW/shikoku-henro/shikoku-henro〉，2024.08.31 檢索。

石明宗，《運動哲學：愉悅+智慧之旅》，臺北：師大書苑，2009。

石明宗、林慶宏、張文威，〈運動經驗研究中實踐現象學的方法論〉，《大

- 專體育學刊》，25.4（臺北，2023.12）：361-371。
- 交通部觀光局，《Taiwan Tourism 2030 台灣觀光政策白皮書》，臺北：交通部觀光局，2020。
- 艾德蒙·希拉瑞（Edmund Percival Hillary），《險峰歲月－第一個登上聖母峰的探險家希拉瑞一生傳奇（*View from the Summit*）》（白裕承譯），臺北：馬可孛羅出版社，2000。
- 李長晏，〈地方創生制度的理論建構與策略路徑：政策整合觀點〉，《地方創生理論概念與個案應用》，李長晏編，臺北：五南，2023。
- 李晶、鄭稼棋，〈從健康旅遊觀點談日本山形縣西川町登山健行活動〉，《國民體育季刊》，47.3（臺北，2018.09）：57-62。
- 李晶、鄭稼棋，〈開放式創新的社區觀光發展與社會資本轉化過程－以日本山形縣西川町國際觀光推動過程為例〉，《創造學刊》，10.1（臺北，2019.12）：1-23。
- 尚·克里斯朵夫·胡方（Jean-Christophe Rufin）著，《一個人的不朽遠行：聖雅各朝聖之路（*Immortelle randonnée : Compostelle malgré moi*）》（范兆延譯），臺北：聯經，2014。
- 林伯修，〈境外體育－運動觀光〉，《學校體育》，31.6（臺北，2021.12）：2-5。
- 林伯修、竹田隆一、近松和朗編，《山形大・臺灣師大・西川町 スキー実習十周年記念冊》，臺北：國立臺灣師範大學，2021。
- 林婉婷、林玫君，〈數位世代下的山林意象與社群圖像〉，《運動文化研究》，38（臺北，2021.03）：7-37。
- 林婉婷、林家豪，〈被發明的「抹茶山」網路迷因景點效應〉，《全國登山研討會論文集》（宜蘭，2022.10），265-286。
- 林婉婷、程瑞福，〈運動觀光考察—以日本月山樸樸度假村（Gassan Pole Pole Farm）為例〉，《全國登山研討會論文集》（南投，2023.09），

147-164。

林淑馨，〈日本地方創生的光與影〉，《地方創生理論概念與個案應用》，李長晏編，臺北：五南，2023。

林淑馨，〈地方創生與公私協力：日本經驗之啟示〉，《T&D 飛訊》，259（臺北，2019.10）：1-26。

阿君·阿帕度萊（Arjun Appadurai）著，《消失的現代性：全球化的文化向度（*Modernity at Large: Cultural Dimensions of Globalization*）》（鄭義愷譯），臺北：群學，2009。

姜樂義、鍾碧玉、姜楓編，《台灣 Camino 指南：天主教堂徒步朝聖之路》，臺北：台灣明愛會，2020。

段義孚（Yi-Fu Tuan）著，《經驗透視中的空間與地方（*Space and Place: The Perspective of Experience*）》（潘桂成譯），臺北：國立編譯館，1998。

約翰·厄里、約拿斯·拉森（John Urry, Jonas Larsen）著，《觀光客的凝視 3.0（*The Tourist Gaze 3.0*）》（黃宛瑜譯），臺北：書林，2021。

約翰·威利（John Wylie）著，《地景（*Landscape*）》（王志弘、錢伊玲、徐苔玲、張華蓀譯），臺北：群學，2021。

涂爾幹（Emile Durkheim）著，《宗教生活的基本形式（*The Elementary Forms of the Religious Life*）》（睿傳明、趙學元譯），臺北：桂冠，1992。

翁筠茜，〈網路口碑／兩招鎖定戶外出遊風潮 礁溪老爺酒店獲頒「領航創新獎」〉，〈<https://dailyview.tw/Popular/Detail/9253>〉，2022.07.31 檢索。

高木超著，《SDGs 地方治理實踐手冊：官方民間最實用的地方創生、社區改造知識與方法（*SDGs×自治体 実践ガイドブック：現場で活かせる知識と手法*）》（張秀慧譯），臺北：新自然主義，2023。

國立臺灣師範大學，〈首頁師大新聞 校務行政日本西川町與師大簽約 互結社區觀光學習〉，〈<https://pr.ntnu.edu.tw/ntnunews/index>〉。

- php?mode=data&id=13727&type_id=71>，2023.7.28 檢索。
- 國家發展委員會電子治理研究中心，《網路社群媒體時代政府公共諮詢與政策行銷之規劃》，臺北：國家發展委員會，2017。
- 理查·朱利安諾提（Richard Giulianotti）著，《運動：批判社會學的視野（*Sport: A Critical Sociology*）》（劉昌德譯），臺北：五南，2021。
- 陳子軒，〈邁向批判運動社會學／身體文化研究〉，《體育學報》，45.4（臺北，2012.12）：267-278。
- 渡會宜大，〈大學與日本山形縣西川町之觀光社區營造研究〉，臺北：國立臺灣師範大學運動休閒與餐旅管理研究所碩士論文，2022。
- 楊正寬，《文化觀光：原理與應用》，臺北：揚智文化，2016。
- 廖洲棚，〈地方創生的韌性思維：協力治理的觀點〉，《地方創生理論概念與個案應用》，李長晏編，臺北：五南，2023。
- 羅東聖母醫院口述歷史小組，《12 位異鄉人，傳愛到台灣的故事》，臺北：大家健康雜誌，2011。
- 羅蘭·巴特（Roland Barthes）著，《神話學（*Mythologies*）》（江灝譯），臺北：麥田，2019。
- Arnold van Gennep, *The Rites of Passage*, London: Psychology Press, 1954.
- Heather J Gibson, “Sport Tourism: A Critical Analysis of Research.” *Sport Management Review*, 1.1(Amsterdam, Nov 1998): 47-76.
- Gassan Pole Pole Farm，〈会社概要 月山に育まれて 40 年〉，〈<https://polepole.co.jp/about/>〉，2023.7.28 檢索。
- PILGRIM’S RECEPTION OFFICE，〈Statistics〉，〈<https://oficinadelperegrino.com/en/statistics-2/>〉，2024.11.20 檢索。
- Stay Yamagata，〈首頁 精彩景點 & 活動 月山〉，〈https://yamagatakanko.com/zh_TW/attractions/detail_32.html〉，2024.11.20 檢索。
- UN Tourism，〈Introducing the Best Tourism Villages Japan Chapter〉，

<<https://www.unwto.org/asia/introducing-the-best-tourism-villages-japan-chapter>> , 2025.03.06 検索。

Yahoo! JAPAN SDGs ,〈なぜ町長に？地域の未来をつくる3人の挑戦
#豊かな未来を創る人〉, <<https://sdgs.yahoo.co.jp/originals/137.html>> , 2023.07.28 検索。

一位殖民地官員的運動與休閒

——以「內海忠司日記」為例 (1928-1939)

林丁國*

摘 要

關於日本治臺期間如何提倡運動休閒以及有何成效，學界已有眾多研究成果，但大多從發展史的角度進行討論，本研究嘗試從不同面向進行考察，即以一位長期在臺灣擔任地方行政首長的殖民地官員——內海忠司為研究對象，由於他本身自年輕時代即熱衷體育活動，從他任官期間的治理經歷和從事的運動休閒，進而與臺灣運動休閒發展作出歷史性聯結，同時也從殖民地治理的角度探討臺灣運動休閒史。本文採用文獻資料分析法，主要運用材料是內海忠司所著長達 12 年的日記，其中詳細記錄他在臺灣的生活點滴。另外再參照當時報紙報導和相關研究成果，將焦點聚集在運動和休閒兩個方面。從本研究得知，內海忠司在臺任官期間，隨著日本統治逐漸深化，運動與休閒在也有長足的發展。他本身喜愛騎馬，有時是休閒消遣，有時則騎馬外出視察兼運動健身。也時常出席運動會或武德會競技比賽，有時則以官員身份去觀看棒球比賽，也經常主持比賽開球儀式和頒獎典禮。打高爾夫是內海忠司最著迷的運動，任官之地都有其揮桿的足跡，日記詳細記載他在何時與何人打球多久時間、勝負如何，後來更在日記寫下當天打球的桿數，而且是逐洞記錄，以此惕勵自己精進球技。此外，爬山和泡溫泉是他經常與家人從事的休閒活動；而聚會宴飲也是殖民地官

*林丁國，高雄醫學大學人文與藝術教育中心副教授，Email：celise@kmu.edu.tw。

員重要的休閒娛樂，兼具公務應酬與人際交往的性質。由於內海忠司的日記內容豐富多元，其中有關運動與休閒的記載，可以藉此考察日治時期臺灣的運動設施、休閒活動和體育發展，正可給這幾項運動休閒提供溯源性的歷史考察。

關鍵詞：日治時期、武德會、高爾夫、棒球、騎馬

Sports and Leisure Activities of a Colonial Official: A Case Study of the “Utsumi Chuji Diary” (1928–1939)

*Ting-Kuo Lin **

Abstract

Numerous scholarly research findings have been published regarding the promotion of sports and leisure during Japan’s rule over Taiwan and their effectiveness. However, studies have approached the topic from a historical development perspective. This study approaches the subject from an innovative perspective, taking Utsumi Chuji—a colonial official who served as a local chief executive in Taiwan for an extended period—as the research subject. Since Utsumi was passionate about sports from an early age, his governance experience and participation in sports and leisure during his tenure established a historical connection with the development of sports and leisure in Taiwan. Thus, this study examines the history of sports and leisure in Taiwan from the perspective of colonial governance. We employ document analysis as the primary method, with Utsumi Chuji’s diary—spanning 12 years and detailing his daily life in Taiwan—as the primary data source. Historical news reports and relevant academic studies are cited, with a focus on the aspects of sports and leisure. The findings indicate that the development of sports and leisure in Taiwan also progressed significantly during Utsumi Chuji’s tenure, as Japanese rule gradually deepened. He displayed a personal

*Ting-Kuo Lin, Associate Professor, Center for Humanities and Arts Education, Kaohsiung Medical University.

passion for horse riding, which served both as a form of leisure and a means of conducting official inspections while maintaining his physical fitness. Utsumi Chuji frequently attended sports events and Butoku Kai competitions. He attended baseball games in an official capacity, often presiding over ceremonial first pitches and award ceremonies. However, golf was the sport with which Utsumi Chuji was most passionate. Each place he held office bore traces of his golf swings. Utsumi Chuji's diary meticulously records when he played, with whom, for how long, and the outcomes of his games. It even documents his stroke count for each round, recorded hole by hole, as a means of self-improvement. Utsumi Chuji frequently went hiking and visited hot springs with his family. Other activities, such as banquets and social gatherings, were also significant forms of entertainment for colonial officials, serving both as official socializing events and opportunities for interpersonal networking. The rich and diverse content of Utsumi Chuji's diary, with its records of sports and leisure activities, provides valuable insights into sports facilities, recreational pursuits, and athletic development during the Japanese colonial period. These records offer a comprehensive historical examination of sports and leisure during this era.

Keywords: Baseball, Butoku Kai, Golf, Horse Riding, Japanese Colonial Period

一、前言

內海忠司 (1884-1968)，京都人，1911 年京都帝國大學法科畢業，1913 年通過高等文官行政科考試，翌年起歷任山形、沖繩、香川等縣官職。1928 年 10 月全家搬遷來臺，長達 12 年居留臺灣，期間先後擔任臺灣總督府臺北州警務部長、臺南州內務部長、臺北市尹、新竹州知事、高雄州知事等職務。1939 年 1 月卸職後返回東京，1968 年 11 月去世，享年 84 歲 (近藤正己等，2012)。

內海忠司有長期撰寫日記的習慣，內容大多是簡要的公私生活記錄，他歷任臺北、新竹、臺中、臺南、高雄等州警務部長、內務部長，以及市尹和州知事，所擔任官職皆位居日本治臺之要津，當時殖民地官員離鄉背井來到臺灣，公務之餘從事運動休閒以調劑身心，故考察日記可明瞭其公務職掌和地方治理情況；內海忠司平時熱愛從事運動休閒，由於他本身是柔道選手出身，也因職務之故，經常出席武德會或運動競技賽事；或是以官員身份去觀賞棒球賽，有時也擔任開球或頒獎貴賓；此外，他從小接受馬術訓練，有時騎馬外出視察兼運動休閒；而打爾夫是他熱衷的運動，在臺灣任官的地方都有他揮桿的足跡，日記中詳細記錄他在哪座球場和哪些人打高爾夫？桿數打幾桿？勝負如何？甚至逐洞記錄分析每個球洞打幾桿？然後加總計算總桿數，從日記看來他頗在乎輸贏。上述這些生活點滴都詳細記錄在日記裏，而日記是一個人內心深處的自我告白，其中的話語或許不便在公開場合表露，但卻是瞭解當事人真實想法的絕佳資料，吾人可由此探究如他這樣一位殖民地官員在臺灣從事的運動與休閒生活寫照。

關於日治時期的運動與休閒，目前所累積的研究成果已經相當可觀，大多從綜合性、整體性進行論述，即以較宏觀的角度作出全面性的觀照，

此類研究成果對於本文具有奠基的功用。例如：呂紹理探討殖民政府如何發展商業、建立經濟結構，進而改變臺灣人的休閒生活（呂紹理，1995）。葉龍彥從交通建設如何促進休閒旅遊的角度，討論 1908 年西部縱貫線鐵路通車，在臺灣觀光休閒發展史上的意義（葉龍彥，2005）。蔡龍保則具體指出，日治中期臺灣鐵路國有化之後，大力促進觀光休閒旅遊事業的發展（蔡龍保，2010）。李依陵以日治時期臺中州為例，討論殖民統治下政治權力與觀光事業的發展，深入探究官方與地方權力運作及發展觀光對地方經濟發展和文化認同的關係（李依陵，2010）。陳煒翰則從日本皇族來臺灣進行殖民地視察，從其行程討論統治者展示治理成果的行銷與宣傳（陳煒翰，2014）。此外，目前已出版關於日本治臺期間官員日記，最著名的是「臺灣總督田健治郎日記」，其中即有田健總督打網球、1920 年成立臺灣體育協會、1921 年臺灣選手參加上海遠東運動會、1923 年東宮太子裕仁來臺視察，為此興建圓山運動場，並舉辦全島聯合運動會等與運動休閒相關記載（吳文星等，2001）。再看目前已出版與內海忠司相關的研究成果，日本與臺灣學者大多根據其所著日記為材料，例如：近藤正己（2012a）從內海忠司擔任臺灣總督府州警務部長和州內務部長，以及市尹與州知事的行政經歷，探討地方官的職權和總督府的人事升遷異動。駒込武（2012）討論殖民地官員與在臺日本人和具有影響力的臺灣人——主要是統治者與社會領導階層之間相互依存的關係。由於內海忠司擔任高雄州知事時期正是總督府大力發展工業建設和南進政策，高雄因地理位置和港灣優勢而受到重視，故探討高雄州知事的地方治理，以及與軍方人員的接觸（近藤正己，2012b）。除了人事、政治和軍事等公務方面，蔡慧玉（2012）則從殖民地官員的日常生活與家族人士互動情況，進而探討殖民地的現代性課題。

上述研究成果分別從不同面向進行論述，對於日治時期臺灣的運動休閒和內海忠司的生平經歷有深刻的探討，也對日本統治殖民地的實際狀況

有更深入의 論述，但美中不足的是，上述研究者對於臺灣的地理環境不夠熟悉。其實，歷史的發展有其長期的合理性和延續性，從內海忠司任官所經歷的生活，可以看出殖民地官員視察從事的運動與休閒。是故，本文以探討內海忠司的運動和休閒，尤以騎馬、觀看棒球賽和打高爾夫球等三項為主，從日記可看出殖民地官員的生活樣態，而這也可彰顯「內海忠司日記」史料價值之所在。

二、內海忠司從事的運動與休閒

由於官職身份如影隨形，殖民地官員的運動休閒很難明顯區分是公務抑或私人興趣的休閒娛樂，從日記來看，內海忠司經常從事騎馬、看棒球和打高爾夫等運動與休閒，既是公務視察行程，同時也是私人興趣的休閒運動。

(一) 騎馬

近代日本馬術運動起於明治初期，不僅氣氛熱鬧而且內容形式極為絢麗奢華，觀看者多是貴族士紳、高官顯要，甚至明治天皇也數度親臨賽馬場當觀眾，當時能參與馬術運動者——不論觀看賽馬或親身騎馬，都是一種社會地位的象徵(長島信弘，1988/1991)。至於臺灣，1902 年武德會號召有志體育運動者成立體育俱樂部即設有馬術部，選定武德會旁空地設置競馬場(今總統府前、凱達格蘭大道)，並於每週一、三兩日，教授會員騎馬技術，其對象乃以日本人為主，彼時臺灣人尚絕少有人參加(漢文臺灣日日新報，1903)。1908 年 8 月 30 日武德會臺灣支部舉行運動會，其中即有馬術競賽。

乘馬以鬪技也，或乘馬背囊以競走，或乘馬打球，間有騎馬擊鬥，皆有勇往之雄，儼若沙場對壘，觀者精神為之鼓動。(臺灣日日新報，1908年9月1日：5版)

1920年代開始在臺灣民間提倡、普及馬術運動，其目的在於「普及馬事思想，以及促進馬匹的繁殖和品種改良，並提升一般民眾對於馬的鑑賞能力和興趣」(大西一，1936，頁2-3)。1928年日本國會頒布實施「競馬法」，明訂競馬規則並賦予合法地位，使得賽馬風氣大為普及。同年臺北馬事協會創立，並在圓山運動場舉辦臺灣史上第一場賽馬，並發售馬票，吸引民眾參與(殖產局農務課，1936)。

內海忠司來臺任官期間適逢殖民政府大力提倡賽馬運動之時，加上他本身既有騎馬的嗜好，正好可在臺灣繼續進行這項休閒興趣。對於內海忠司而言，騎馬是休閒也是視察，既是公務也是私事。有時利用假日與乘馬會會員、山砲兵部隊、陸軍偕行社舉辦遠乘會，騎馬到郊外如北投、桃園等地兜風。任職新竹州知事時也曾騎馬到湖口，迎接臺灣軍司令官一同視察陸軍演習；1935年新竹州發生大地震，道路交通因而中斷，內海忠司便是騎馬到各地視察受災狀況(近藤正己等，2012)。

(二)觀看棒球賽

1920年總督府成立臺灣體育協會後，使得全臺的體育事業有統籌指揮的機構，各項運動風氣大為盛行。一方面全島性棒球比賽日漸增加，另一方面，自1922年起，體育協會更加密集邀請日本球隊前來臺灣比賽。對內海忠司而言，看棒球與騎馬同樣既是公事也是休閒活動，在日記詳細記載在何處觀看棒球比賽，交戰隊伍為哪兩隊，比賽勝負如何，據此推測他可算是一位棒球迷。1928年底到1929年初，京都帝大校長率領該校棒球隊來臺灣進行九場友誼賽，由於這是內海忠司母校，遂到圓山運動場觀

看京都帝大對戰總督府交通局，此場比賽由總督府總務長官河原田稼吉開球，結果交通局以 7 比 1 獲勝（湯川充雄，1932）。賽後，內海忠司到蓬萊閣臺灣料理店出席招待京都帝大校長和棒球隊的歡迎宴。

1930 年臺灣開始派隊參加日本「全國都市棒球對抗賽」，此項比賽先舉行島內預選賽，各地球隊經過比試後，由冠軍隊代表臺灣赴日參賽。由於是社會隊層級的比賽，故受到臺灣棒球界的矚目。此時內海忠司擔任地方行政首長，而藉由參與棒球都市對抗賽，正可以提升個人對地方的認同度和光榮感，故備受地方行政首長的重視。從日記可知，內海忠司有時也會帶孩子去看球賽，這與棒球適合「親子共賞」的特性相符，但他並非單純的普通球迷，有時也擔任比賽的開球嘉賓，或在比賽前後出席歡迎或慶功宴、送別宴；有時則與主辦單位討論決定賽程。1935 年擔任高雄州知事後對棒球比賽更加熱衷，日記中寫道：

與尾山君去球場看高雄對臺北的棒球賽，10 比 9 勝。近來高雄棒球實力大提升，在著手各種新興事業之時讓人感到皆大歡喜。（近藤正己等，2012，頁 656）

由於身為州知事，內海對於都市棒球對抗賽頗為重視，不但在賽前勉勵棒球代表隊努力爭取佳績，比賽時更親赴現場加油，並將勝負及比數寫在當天日記中。

表一 「內海忠司日記」中觀看棒球比賽之概況

時間	賽事名稱	場地	結果
1929.1	友誼賽/京都帝大對總督府交通局	臺北	交通局勝京大 (7:1)
1931.7	全國中等學棒球大賽臺灣預選賽	臺北	嘉農勝北商 (11:10)
1935.7	全國都市棒球對抗賽臺灣預選賽	臺北	高雄勝臺北 (10:9)
1937.7	全國都市棒球對抗賽臺灣預選賽	臺南	臺南勝高雄 (1:0)
1937.7	全國都市棒球對抗賽臺灣預選賽	高雄	高雄勝臺南 (4:3)

註：作者整理自「內海忠司日記」。

(三)打高爾夫

內海忠司熱衷打高爾夫，任官之地都有打小白球的足跡，是最主要的休閒活動，由於球伴皆是官商名流，經常在球場舉辦官員聚會活動，所以既是私人運動也具有公務性質。1929 年臺北州警務部長任內伏見宮博義親王來臺巡視，順便參加淡水高爾夫球場成立十週年慶祝活動，並在微風細雨中打球，內海忠司及臺北州知事片山三郎也陪同親王一起打高爾夫，這是日記中最早打高爾夫的記錄。伏見宮離臺後，他常與知事到淡水打高爾夫，也會利用假日帶家人去淡水或草山，先送家人去海水浴場遊玩，他則去球場享受揮桿之樂（近藤正己等，2012）。

淡水球場是臺灣第一座高爾夫球場，1918 年臺灣總督府民政長官下村宏、秘書官石井光次郎、稅務課長阿部滂、臺灣銀行總經理櫻井鐵太郎、以及三井物產會社井上信等人發起成立「臺灣高爾夫俱樂部」，開始招募會員，此即臺灣高爾夫運動之濫觴。1919 年 6 月淡水高爾夫球場興建完工，當時有 6 個球洞，球道總長 1224 碼；1920 年著手進行擴建計畫，至 1929 年完成擴建為 18 洞、總長 6000 碼，標準桿 72 桿，並舉行俱樂部成立十週年慶祝大會（魏玉珍，1999）。1929 年 8 月時任臺北州警務部長的內海忠司與臺北州知事片山三郎、內務部長豬股松之助，以及其他總督府官員三十餘人同到淡水球場，為剛卸任、即將返回日本的總督府內務局長豐田勝藏舉行高爾夫送別賽，這是內海忠司首次參加比賽，對手是總督府土木技師中村秀太郎，他在日記中寫下今日成績：「內野七四，外野一〇七，總桿數一九五」（按：此處內外野即中文前九洞、後九洞，亦即英文 in course/out course），這是日記中最早出現有關桿數的記載，但未註明勝負（近藤正己等，2012，頁 280）。

1929 年 12 月內海忠司轉任臺南州內務部長，由於當時臺南尚未有高爾夫球場，只能利用休假或出差到臺北時赴淡水打球。1930 年 1 月受臺

南市尹遠藤所六之邀參與高爾夫球場興建計劃，在臺南州地方課長岩滿重介紹下，與臺灣倉庫會社專務取締役三卷俊夫到新化郡山上水源地高爾夫球場勘察。山上高爾夫球場於 1927 年動工闢建，臺南州知事今川淵、警務部長藤村寬太、勸業課長劉瑞雲等人是催生此球場的重要人士。起初只有 7 個球洞，之後整理場地、解決排水和用水問題，再拓寬聯外道路，1932 年夏天完工總共九個球洞、全長三千碼、標準桿 36 桿的球場，該球場擴建完工後成立俱樂部，分為榮譽會員和普通會員（劉革新，2004）。從內海忠司日記來看，其任職臺南州時山上水源地球場正在闢建之中，所以較少在臺南打球的記錄。

1931 年 5 月擔任臺北市市尹，回到臺北任官後又常去淡水打球，10 個月的任期裏，至少出現 42 次打高爾夫的記錄，平均每個月 4 次，可謂十分頻繁。1932 年 3 月內海忠司升任新竹州知事，上任之時新竹尚未有正式球場，偶而利用公出或假日才到淡水打球。1934 年 3 月起偶而在新竹市新公園內練習揮桿，1934 年 7 月由新竹州內務部長藤村寬太主導興建新竹市水源地高爾夫球場，1935 年 6 月全長二千五百碼、總共九個球洞的球場落成啟用（位於今新竹市博愛街、交通大學博愛校區旁），由內海忠司主持開球典禮。此球場落成啟用即開始招募會員，入會費一律 20 圓，每月再收會員費每人 2 圓，每次打球不分平假日，一律 20 錢（臺灣日日新報，1932）。由於地利之便，此後即經常到新竹水源地打高爾夫。同年 9 月 3 日離職時，新竹州廳特地為其舉辦一場高爾夫送別賽（近藤正己等，2012）。

1935 年 9 月擔任高雄州知事，是內海忠司在臺灣任官的最後階段，也是最頻繁打高爾夫球的時期——上任第三天即視察壽山高爾夫球場，並親自下場打球；稍後市會議員平田末治為其導覽介紹球場，高爾夫俱樂部舉辦盛會歡迎（近藤正己等，2012）。內海忠司在高雄州知事任內是其高爾夫球技的最高峰，主要場地在壽山高爾夫球場。該球場自 1932 年 11 月

覓地整理興建，歷時 2 年，耗費 5 萬餘圓而完成（臺灣日日新報，1932）。而後因戰爭之故，1937 年 8 月設立高雄要塞司令部於壽山，高爾夫球場因在管制區內而遭關閉，如今是海軍陸戰隊營區。此事在內海忠司日記有記載：「從馬公來的砲兵隊到達，以壽山高爾夫俱樂部會所為官兵宿舍，球場自今日起關閉」（近藤正己等，2012，頁 764）。此後未再於日記見到打高爾夫的記載。

內海忠司到任高雄州知事時，壽山球場剛啟用未久，從 1935 年 9 月到 1937 年 8 月球場關閉為止，將近 2 年時間內，日記所載至少打高爾夫 300 次，平均每兩天一次，可謂十分頻繁，高雄州知事任內是其高爾夫生涯的最高峰，主要場地在壽山高爾夫球場，該球場自 1932 年 11 月覓地整理興建，歷時 2 年，耗費 5 萬餘圓而完成。1934 年 11 月舉辦「開場祝賀競技會」，與會參賽者幾乎全是日本人。由於高爾夫球是一項具有高度貴族性的運動，與內海忠司一同打高爾夫者多為高官顯要或會社要員，幾乎全是日本人，臺灣人僅有地方望族陳啟川一人（臺灣日日新報，1932）。內海忠司到任高雄州知事時，壽山球場剛啟用未久，而高爾夫正如其中文諧音「高而富」，在日治時期被認為是「有閒階級的遊戲」，球場採俱樂部會員制，能加入成為會員皆非富即貴之輩，是故高爾夫球場設備豪華，其中的俱樂部餐廳頗為高級，而當時高雄州廳位於今鼓山二路與興隆路交叉口附近，距離球場很近。1935 年內海忠司甫上任，壽山高爾夫俱樂部即舉辦盛會歡迎之，此處更是任職高雄州知事期間最主要的宴會場所（近藤正己等，2012）。

（四）其他休閒活動

殖民地官員離鄉背井來到臺灣，不論公務之餘的休閒消遣，抑或心情苦悶之時飲酒作樂，經常聚集在料理餐館一齊吃飯、飲酒、聊天，既談公務也聊私事，亦可疏解壓力，形成與日本國內類似的「料亭政治」或「料

亭文化」。從日記來看，內海忠司歷任各地官職都有經常宴飲的場所，列舉如下：

◆臺北 梅屋敷

梅屋敷是日治時期臺北著名的料理名店，建於 1900 年，有歌舞藝妓陪酒穿梭其間，當時達官顯要經常在此聚會宴飲。1913 年孫文進行二次革命失敗後到臺灣即下榻於此，並親筆題書「博愛」二字贈與業主大和宗吉，故在戰後更名為國父史蹟紀念館，位於今中山北路一段與北平西路交叉口（何培齊，2007b）。

1928 年 10 月 4 日內海忠司到臺北報到後，前往總督府拜見總督、總務長官、各局長。當晚，接受總督府警務局長大久保留次郎宴請，地點即是梅屋敷。這是內海忠司第一次前往梅屋敷用餐，此後在臺期間，到梅屋敷聚餐粗估超過一百三十次以上，是與各界人士吃飯宴會、談論公私事務，乃至忘年會、送別宴、記者招待會等重要場所。

◆臺北 鐵道飯店

鐵道飯店於 1908 年落成，為臺灣總督府交通部配合從基隆到九曲堂的縱貫鐵路全線通車，因應輸運旅客所需而興建，為一棟三層樓文藝復興式建築，是當時全臺灣最高級的旅館，其設備之豪華，與日本第一流飯店相較亦毫不遜色。該年 10 月 24 日啟用當天第一批住房旅客即是來臺參加通車典禮、由閑院宮載仁親王率領的日本皇族團，此後即成為政商名流爭相投宿的名店（莊天賜，2007）。鐵道飯店由鐵道部開設經營，具有濃厚官方色彩，除客房之外，另有大型餐廳、會議室、酒吧等，也是上流社會重要的聚會、慶典、演講、藝文展演場地。建築體毀於二次大戰臺北大空襲，現址為新光三越百貨臺北站前店（徐逸鴻，2013）。

鐵道飯店也是內海忠司常去宴飲會議的場所，但次數遠不及梅屋敷，或許由於消費高昂之故，據日記所載，1930 年普通房住宿費每晚 3 圓，

特等房 16 圓 (按：當時小學教師月薪約 40 圓) (陳柔縉，2007)，內海忠司大多因公務前往，例如開會或送迎皇族、官員的正式場合，與梅屋敷宴會性質有所差異。

◆臺南 鶯遷閣

鶯遷閣亦名「鶯料理」，或獨名「鶯」，「內海忠司日記」有時寫成「遷鶯閣」或「鶯仙閣」。此店開於 1926 年，為日本人天野久吉所經營，位址在今臺南市忠義路二段，緊鄰臺南公會堂，與天壇、臺南測候所、臺南州廳（今國家臺灣文學館）相距不遠，是日治時期臺南著名的高級料理店，也是政商名流交際應酬的重要場所（何培齊，2007a）。戰後一度長期閒置，2013 年臺南市政府將此處整修改為開放式公共空間，原本料亭建築則修復成料理店，目前採委外經營模式，是現今臺南市著名觀光景點。

由於鶯遷閣地點絕佳，官民紳商在此聚會極具便利性，內海忠司擔任臺南州內務部長時鶯遷閣剛開幕未久，從日記所載看來似乎已是料理名店，推測其口味與服務應有相當的口碑。內海忠司經常到此聚會宴飲，情況頗與臺北梅屋敷類似。

◆新竹 湖畔

湖畔料亭建於 1931 年，位在今新竹公園內麗池湖邊，有小橋流水、亭臺樓閣，是當時新竹州廳和市役所招待賓客的庭園式休憩宴會場所，又名「市營休憩所」。此處不但是官紳上流聚會宴飲的場所，也是當時新竹最高級的社交應酬中心。與上述梅屋敷或鶯遷閣情況類似，內海忠司擔任新竹州知事最常去的宴會場所就是湖畔料亭，而不同的是此料亭具有官營性質。戰後改為空軍眷村，後來又因眷村改建，住戶全部遷出，新竹市政府乃將之整修重建，恢復當年的日式庭園建築風貌，目前由新竹市政府經營，已轉型為公共藝文展覽空間（新竹市文化局，2017）。

從時間來看，內海忠司 1932 年 3 月到新竹州擔任知事，當時湖畔料

亭營運未久，由於是官方經營，他身為地方行政首長經常來此宴飲聚會，對於此店生意也有推波助瀾的效用。

◆高雄 壽山高爾夫俱樂部

1935 年內海忠司上任高雄州知事，壽山高爾夫俱樂部即舉辦盛會歡迎，此處也是他任職高雄期間最主要的宴會場所（近藤正己等，2012）。而高爾夫正如其中文諧音「高而富」，在日治時期被認為是「有閒階級的遊戲」，球場採俱樂部會員制，能夠加入成為會員者皆非富即貴之社會名流，是故高爾夫球場設備豪華，其中的俱樂部餐廳頗為高級，當時高雄州廳位於今日鼓山二路附近，距離球場很近。

上述內海忠司任官之地都有著名料理店，而且地處日本日常生活聚居之處，這應該不是巧合，而是社會地位的表現，也代表生活機能良好，更是以日本人為地方權力核心的一個象徵。換言之，高級料理店可謂在臺日人生活裏不可或缺的一部分。至於為數眾多的聚會宴飲，其經費來源為何？推測應是公款支付，在臺北州警務部長任內曾有「領受機密費七百圓，支付三百圓給高等課長」的記載（近藤正己等，2012），但不確定是否由此公務機要費支出。

從「內海忠司日記」來看，殖民地官員並無明顯的假日與非假日之區別，有時禮拜天仍為公務奔走，有時則無事一身清閒，「禮拜天，整天在家，無訪客，下午帶家人到（新竹）舊港海邊散步，晚上帶孩子市區散步」（近藤正己等，2012）。散步、爬山（七星山、紗帽山）、逛動物園、泡溫泉（草山北投、屏東四重溪、臺南關仔嶺等）是內海忠司經常與家人共享的休閒活動。

三、結論

「內海忠司日記 (1928-1939)」詳細記載傳主在臺灣任官 12 年的公私生活，堪稱一部既是日記又不大像日記的日記，也由於此日記具有公務和私事性質，正好有助瞭解殖民地治理的具體內容，同時也可從中看出日常生活的真實細節。分析內海忠司的日記，不僅可探究日治時期殖民地官員的生活樣貌，更可藉此瞭解諸多運動休閒在臺灣發展的時代背景與歷史流變。

從本文討論可知，臺灣是提供內海忠司施展政治抱負的地方，從官員的運動休閒來看，也顯示殖民地統治和經營發展的若干面向，以內海忠司為例，騎馬是其原本就喜愛的活動，渡海來臺後仍繼續從事，表示馬術運動在引進臺灣且有相當程度的發展；而觀看棒球和打高爾夫，則可看出殖民地在體育方面的建設發展，不但是身份地位的象徵，同時也具有時尚感和現代性的意涵，顯現棒球和高爾夫，這兩項運動在殖民地臺灣已經奠定札實的基礎。

日記是解讀或瞭解運動休閒發展的重要資料之一。綜觀內海忠司日記所載在臺灣的運動與休閒，正是一位殖民地官員公私生活的日常寫照，從中可瞭解日治時期臺灣運動與休閒，已經具有相當程度的發展，更可以進一步透顯出殖民統治的現代性意涵，這也是「內海忠司日記」史料價值之所在。

參考文獻

- 〈天然の妙を極める 臺南ゴルフ場 内地客吸集にも利用〉 (1932 年 8 月 14 日)。《臺灣日日新報》，3 版。
- 〈高雄壽山ゴルフリンクス開場祝賀の競技〉 (1934 年 11 月 24 日)。《臺灣日日新報》，7 版。
- 〈新竹ゴルフクラブ組織に著手〉 (1935 年 6 月 9 日)。《臺灣日日新報》，7 版。
- 〈新竹ゴルフリンクス 水源地附近に實地踏査を終る〉 (1934 年 7 月 18 日)。《臺灣日日新報》，7 版。
- 〈壽山ゴルフ場 雜木伐採に著手〉 (1932 年 11 月 6 日)。《臺灣日日新報》，3 版。
- 大西一 (1936)。《競馬の話》。臺北州畜産組合聯合會。
- 何培齊 (2007a)。《日治時期的臺南》。國家圖書館。
- 何培齊 (2007b)。《日治時期的臺北》。國家圖書館。
- 吳文星 (2001)。《臺灣總督田健治郎日記》。中央研究院臺灣史研究所。
- 呂紹理 (1995)。《日治時期臺灣的休閒生活與商業活動》。中央研究院臺灣史研究所。
- 李依陵 (2010)。《日治時期觀光與地方發展之研究：以臺中州為例》 [未出版碩士論文]。國立中興大學。
- 武德會況 (1908 年 9 月 1 日)。《臺灣日日新報》，5 版。
- 近藤正己 (2012a)。〈內海忠司の經歷——地主・帝大・臺灣〉。載於近藤正己、北村嘉惠、駒込武，《內海忠司日記 (1928-1939)：帝国日本の官僚と植民地台湾》 (頁 3-49)。京都大學。
- 近藤正己 (2012b)。〈內海忠司の高雄「州治」と軍〉。載於近藤正己、北

- 村嘉惠、駒込武，『内海忠司日記（1928-1939）：帝国日本の官僚と植民地台湾』（頁 119-143）。京都大學。
- 近藤正己、北村嘉惠、駒込武（2012）。『内海忠司日記（1928-1939）：帝国日本の官僚と植民地台湾』。京都大學。
- 長島信弘（1991）。『賽馬人類學』（劉靜慧譯）。稻鄉。（原著出版於 1988）。乘馬練習會（1903 年 7 月 8 日）。『漢文臺灣日日新報』，3 版。
- 徐逸鴻（2020）。『圖說日治臺北城』。貓頭鷹。
- 莊天賜（2007）。『二次大戰下的臺北大空襲』。臺北市政府文化局。
- 陳柔縉（2007）。『臺灣囍事』。東觀國際。
- 陳煒翰（2014）。『日本皇族的臺灣行旅』。玉山社。
- 湯川充雄（1932）。『臺灣野球史』。臺灣日日新報社。
- 黃玉惠（2005）。『日治時期休閒景點北投溫泉的開發與利用』〔未出版碩士論文〕。國立中央大學。
- 新竹市文化局（2017）。〈新竹公園湖畔料亭〉。新竹・城市博物館。
<https://hsinchucitymuseum.hccg.gov.tw/home/zh-tw/assets/751>
- 葉龍彥（2005）。『一九〇八年在臺灣觀光史上的意義』。臺北文獻。
- 劉克全（2004）。『永遠的劉瑞山』。作者。
- 蔡慧玉（2012）。〈植民地官僚の「日常生活」——家族と余暇〉。載於近藤正己、北村嘉惠、駒込武，『内海忠司日記（1928-1939）：帝国日本の官僚と植民地台湾』（頁 145-179）。京都大學。
- 蔡龍保（2010）。『推動時代的巨輪：日治中期的臺灣鐵路國有』。臺灣書房。
- 駒込武（2012）。〈「民勅」との相互依存關係——内海忠司と在臺日本人〉。載於近藤正己、北村嘉惠、駒込武，『内海忠司日記（1928-1939）：帝国日本の官僚と植民地台湾』（頁 51-79）。京都大學。
- 魏玉珍（1999）。『臺灣高爾夫俱樂部建場 80 週年紀念特刊』。臺灣高爾夫俱樂部。

體育教學的勇氣

——反思「本科非專」的大專體育教師
在教學實踐上的存在意義

鄭筱濤*

黃盈晨**

黃正杰***

陳履賢****

摘 要

國高中體育教師在我國的法規下，有著明確地養成路徑與資格考核，然而對於大專體育教師則並未對教育專業學程部分有明確地規範與要求，在這樣的狀況下，體育運動科系出身卻未具備考取教師證資格的「本科非專」體育教師，便陷入了一種教師身分認同上的存在困境。本科的背景使他不得不面對教育專業的必要性，但本科非專教師的身分卻讓他對自己所缺失的教育專業產生了許多在身分認同上的矛盾。這些矛盾在體育教學的過程中，不斷地產生諸多如資格缺失(lack of qualifications)、不會教(being unable to teach)與教不好(can't teach well)等三種教學恐懼，並陷入到種種的自我懷疑與否定後，且更進一步地影響其教師身分認同的生成。

*鄭筱濤，國立臺灣師範大學 體育與運動科學系博士班，Email：cheerup0601@gmail.com

**黃盈晨，國立屏東大學兼任助理教授，Email：a0913400130@gmail.com(通訊作者)

***黃正杰，國立臺灣師範大學 體育與運動科學系博士班，Email：Jacky799987@hotmail.com

****陳履賢，國立臺灣師範大學體育與運動科學系兼任講師，Email：w5961097@gmail.com

本研究將透過 Palmer 在 1997 年所著的《教學的勇氣》一書中所提及之相關教學觀點，將教學的重點從傳統的教學敘事轉向到教師的自我認同與人格整合進行處理。並藉由將筆者作為本科非專體育教師的教學歷程作為分析材料，利用 Palmer 的論點結合 Britzman 與 Zembylas 等人的分析框架，重新對其存在困境與存在意義進行廓清，之後待透過釐清與傳統教學敘事之間的矛盾關係後，回到本科非專體育教師自身存在意義的重新追問。最終發現其之所以在面臨種種自我懷疑與否定的狀況下，仍願繼續追求成為一位體育教師的原因，是在於對運動的熱愛，藉透過將運動視為一種 Palmer 意義下的課題或真理，發現其便是以此重新發展出屬於本科非專體育教師認同的新敘事，以及重新釐清其與傳統專業敘事與規範性論述的關係，並在這一認同建構的探索歷程中，發現了一種體育教學的勇氣。

關鍵詞：教師角色、教師專業、教師自我認同

The Courage to Teach in P.E.: On the Reflection of the Meaning of Being among the P.E. College Teachers without a Teacher Certificate

*Hsiao-Yun Cheng**

*Ying-Chen Huang***

*Cheng-Chieh Huang****

*Lu-Hsien Chen*****

Abstract

Under the law in Taiwan, P.E. teachers at junior high school and senior secondary school are specifically required to pass a qualification examination and obtain a teacher certificate.

However, P.E. teachers at junior colleges are not subject to this requirement. As a result, individuals—who hold an undergraduate degree from the Department of Physical Education and Sport but have not completed the Teacher Education Program or obtained a teacher certificate—face challenges regarding their professional identity. Their undergraduate background compels him to face the requirements of Teacher Education Program, leading to numerous identity conflicts that cause them significant distress and anxiety in their teaching roles. In the process of P.E. teaching, various contradictions give

*Hsiao-Yun Cheng, PhD student, Department of Physical Education and Sport Sciences, National Taiwan Normal University.

**Ying-Chen Huang, Adjunct Assistant Professor, National Pingtung University.

***Cheng-Chieh Huang, PhD student, Department of Physical Education and Sport Sciences, National Taiwan Normal University.

****Lu-Hsien Chen, Adjunct Instructor, Department of Physical Education and Sport Sciences, National Taiwan Normal University.

rise to fears, such as the fear of being unable to teach and teach well or the lack of qualifications. These challenges lead teachers into self-doubt and self-negation, ultimately affecting the formation of their professional identity. Hence, drawing on the teaching concepts explored in Parker J. Palmer's *The Courage to Teach* (1997), this study will shift the focus from traditional teaching narratives to teachers' self-identification and personality for further discussion. By reflecting on the author's teaching experience as a teacher from the Department of Physical Education and Sport who does not hold a teacher certificate, this paper applies Palmer's contention, along with the analytical frameworks of scholars such as Britzman and Zembylas, to explore his dilemma and the meaning of being. After clarifying the contradictions within the traditional teaching narrative, the paper then returns to pursue further inquiry about their meaning of being of those teachers without holding a teacher certificate. Finally, the study found that the researcher's passion for sports enables them to pursue their career as a P.E. teacher, despite self-doubt and self-negation. Drawing on Palmer's concepts of subject and truth, this paper recounts and develops a unique narrative specifically for P.E. teachers without a teacher certificate. Through the exploration of identity construction, the study reveals a form of courage in P.E. teaching.

Keywords: Teacher's Role, Teacher's Profession, Teacher's Self-Identity

一、前言

我國的體育教學的目標與重點隨著環境與法規的轉變，進一步發展出了各階段的課程改革，其主軸從傳統的身體活動擴展到全人教育的必要元素與個人終生學習的權利，¹操作方式從標準化逐漸鬆綁，²從以技能導向為主軸的標準課程時期，到以能力導向、課程統整、學習者為主體及運動本位為主九年一貫時期，再到現在以素養導向、價值本位、關係論為主，將焦點放在「自主行動、溝通互動、社會參與」的十二年國教時期。³隨著各階段的演變，體育教師的職責與在教學場域裡的位置也逐漸發生變化，而我們也隨著時代的變化，也對體育教師有著新的理想與要求。

在《師資培育法》與《教師法》的主導下，國高中的體育教師在體育與教育等專業能力培育、資格考核與進修增能上，有著明確地規範且具有計畫性的實行。⁴這些要求依照著每個時期，針對一般對體育教師的職責與期待而進行設計與演變，因此，體育教師被認為是一需經專業訓練並經過資格考核，及經歷了大專時期體育專業課程與教育學程，學習理解「教甚麼」與「怎麼教」，且通過教師檢定獲得教師證後，具有其專業性的角色與職業。對於此，體育教師此一角色各種圍繞在「是甚麼」與「應如何」

¹教育部，〈體育政策白皮書〉，<https://www.sa.gov.tw/Resource/Other/f1519884683203.pdf>。

²程瑞福，〈學校體育課程與教學——從標準化到彈性化〉（臺北：國家教育研究院，2010），189。

³林靜萍，〈從技能到素養——三波教育改革中體育課程目標與教材的演變〉，《學校體育》，168（臺北，2018.10）：5-13；許義雄，〈現代體育學原理—基本概念〉（新北：揚智，2017），159-178。

⁴教育部，〈師資培育法〉，<https://law.moj.gov.tw/LawClass/LawAll.aspx?PCode=H0050001>，檢索。；教育部，〈教師法〉，<https://law.moj.gov.tw/LawClass/LawAll.aspx?pcode=H0020040>，檢索。

等，關於「資格」的論題也引起了一定程度的討論與反省。⁵然而，相較於國高中體育教師的資格，大專體育教師則是較為彈性與寬鬆。

筆者畢業於國內師範院校之體育與運動相關系所，雖有修習體育專業課程，但因在學時的成績不佳，故未獲得修習教育學程的資格，也因此未能有考取教師證與成為體育教師的資格，原本以為自身與體育教師此一職業無緣了。在碩士求學階段，聽聞就算未曾修習體育術科課程，但仍能在大專端教授以多元體育課程為形式的大一體育課，當下的感受相當複雜，一方面發現自己就算沒有修過教程，但仍有成為體育教師的可能而感到開心，另一方面則是想到，若沒有修習過術科，那他要教甚麼？怎麼教呢？不會被學生欺負嗎？如果他還是能教得好並獲得認同，那我們在大專時上的那些術科課程還需要嗎？練術科時受的那些傷還有意義嗎？如果是這樣，體育教學是否還是一項專業呢？以及，我們為體育教師這一職業的資格所設立的種種設計與考核又是否有意義呢？後來在因緣際會下自己也成為了體育教師，或許是沒有修習過教育學程，又或者是沒有教師證的緣故，在教學時常會陷入各種自我懷疑中，縱使後來也想辦法彌補教育相關的專業能力，甚至是教學多年也被肯定以後，這種因缺憾所引起的懷疑卻始終都在。

此外，看著各個教師談論著他們的教學如何與課綱政策結合，並應用到實際教學場域中，相較於他們的自在，當筆者試圖想要將其進行結合時，總會感到沒來由地不適，總感覺那些理想且明確的教學目標與教學法，與自己所體驗到的教學現實格格不入。還有許多教師雖然總是分享著他們在體育教學上的美好與成就，但筆者在教學中所體驗到的卻是時好時

⁵歐宗明，〈體育教師角色之輪廓〉（臺北：師大書苑，2015），86-97；施登堯、魏豐閔，〈十二年國民基本教育下的體育師資培育課程革新〉，《學校體育》，162（臺北，2017.10）：51-59；掌慶維，〈體育師資培育政策之展望〉，《學校體育》，139（臺北，2013.12）：20-26；謝文偉、潘義祥，〈體育教師職涯專業發展階段之探討〉，《中華體育季刊》，30.1（臺北，2016.03）：9-16。

壞的斷裂與混亂，甚至遭遇到諸多教學恐懼。雖然一般多將此問題放在體育教師的專業能力與教學法的操作的層次上進行處理，但這樣的作法常加大了這種自我懷疑，根據上述問題，Palmer 在《教學的勇氣》一書中，提供了另一種以教師自我認同為主的思考方向，⁶故本文試圖從存有論的層次上對此議題重新進行探索，因此本研究將以 Palmer 的觀點出發，同時結合 Britzman 與 Zembylas 的分析框架作為思考與詮釋框架，試圖從傳統的體育教學的專業敘事之外，重新思考體育教學與教師角色的定位，透過解析筆者所遭逢的教師自我懷疑與否定，廓清本科卻非專教師所身處的存在處境，並從傳統體育專業敘事與非專身分之間的種種矛盾中，探索大專本科非專體育教師在體育教學上的自我身分認同的歷程，找尋其存在的合理性，最終發現一種體育教學的勇氣。

二、Palmer 的教學觀

本文的非專教師指的是：未完整經歷體育教師的養成與考核歷程的教師（即未修習教育學程與專業相關課程，且未經歷實習等、未具考取教師證資格者）。其包含大學為體育科系畢業卻未符合考取教師證資格的本科背景之教師（本科非專），⁷以及非本科背景之教師，本文所採取的經驗文本與論述對象為前者，同時談論的也主要是在大學端教學的體育教師。為

⁶ 帕爾默 (Parker J. Palmer) 著，《教學的勇氣——探索教師生命的內在視界 (The Courage to Teach: Exploring the Inner Landscape of a Teacher's Life)》(藍雲、陳世佳譯) (新北：心理，2009)，8。

⁷ 本文之所以採取本科非專一詞主要基於兩個立場，一是我們首先區分了體育專業與運動專業，在筆者的反省中發現，在大學體育系四年來的課程與訓練中，筆者學習到更多的是運動專業而非體育教學專業，因為一開始接觸教學時，自己陷入到了不知所措的難題，而且在看到諸多體育教師為探索與發展體育教學的可能性後，筆者更加地確信體育教學應是一項特殊的專業。二是基於上述，我們認為體育教學應是一項專業，而這項專業在有修習教程與實習並考取證照的同學與未修教程的本科生之間，其能力有著明顯的差異。故本文便採取本科非專一詞進行指稱。

了回到本科非專教師的存在困境中，故本文採用將焦點放在教師自我並與傳統教育論述保持距離的 Palmer 的觀點進行探討，⁸由於其操作部分較偏向針對存在主體的感受與處境等內在面向上，這使得我們能有效且深入地探究非專教師的內部心理世界，釐清其自我認同形塑的過程，即對自己一連串的教學與養成時的行為所進行肯定的過程。但此操作卻未深入提及外部現實世界與規範框架，即其兩者之間的辯證關係，這使得在以本科非專教師這一身分上，當我們試圖談論其身分認同時便會感到不足。故本文將透過 Britzman 與 Zembylas 的分析框架來補足這一環，待撮合兩者文本的論述框架後，便將焦點轉向以存在主體與體育教師角色的合法性與身分的合理性，重新與經驗文本進行深探與詮釋，進一步探索身分認同的形塑過程，並釐清非專體育教師身在其中的存在困境與自身意義。本文並非反對或質疑傳統體育專業敘事，而是試圖為在「本科非專」這一充滿各種矛盾衝突身分下的教師存在，透過釐清兩者之間的糾葛，如何在傳統體育敘事⁹的合法性外，建構一種存在的合理性，為此，Palmer 提供了一種思考方向。

Palmer 在《教學的勇氣》一書，運用了相當多的教學經驗做為文本，以廓清其與傳統教學敘事之間的衝突與掙扎，故使其更貼近「實在」，而其他的著作也大抵是以這種與主流的教育理想保持距離，即透過他的宗教背景重新提出一種新的教育理想，並以自身的教學經驗出發，回到實際的教師處境的態度進行論述，這樣的操作提供了另一種教師理解自我及自身

⁸本文的主題為未受專業培育過程的大專體育教師，其追求專業發展與身份認同的歷程，該主題一般多以師培與教師專業發展等教育學議題去進行探討，然而本文則是試圖以教師的存在經驗為主題，將焦點置於其個人的存在面向上，以此拓展其他反思向度，不同於如傳統體育教學敘事的思路，變成對師培制度或相關法規的反思與討論。其一方面可以同時呼應 Palmer 的論點與案例背景兩者，另一方面則是將焦點轉向到個人存在意義的探討，也能重新呼喚起對教師個體存在及其歷程意義在學界上的關注。

⁹體育敘事或傳統敘事指的是所有建構「體育」該概念的相關論述，這些論述可能是一種看法或解釋，也可以是一種要求與規範。

處境的可能。徐敏雄將 Palmer 的觀點稱為是統整式教育，其哲學基礎為：「強調關係連結的本體論、以愛出發的知識論以及強調彼此堅固的倫理學。」¹⁰將重點放在關係，整體上屬於當代的思想脈絡，同時強調心靈與關係的論點使其具有強烈地存在主義傾向。¹¹本節我們將探討其較為核心的論題，即教師的困境、教學行動與以課題為中心等三者，初步廓清思想結構，以利後續在體育教學上的延伸與討論。

(一)教師的教學困境

Palmer 的《教學的勇氣》一書著於 1997 年，相較於傳統過度強調智性的教學，其特別將重點放在教師自身的靈性健康上，強調教學活動須同時兼顧智性、情緒與靈性三面向，¹²他首先反對當代學術環境過份著重在外在的客觀世界，進而忽略甚至分割了個人的內在生命：「當整個學術的氛圍捨棄內在的真實，且只看重外在世界時，老師和學生們都將失去教與學的熱情。」¹³

其次在情緒與靈性健康上，Palmer 將一個人整全的狀態視為是人最真實的狀態，但與一般觀點不同的是，在對靈性世界的探索中，他認為探索須以全面為主，即反對如一般觀點那樣一味地只談論著好的、理想的那一面（向上），同時還應該正視我們內心中不好的、陰暗的那一面（向下）。¹⁴尤其是直面負面情緒的向下行動，更能接觸到所謂的真實。第三，其將

¹⁰徐敏雄，〈P. J. Palmer「教學的勇氣」之理念及其在教與學的蘊義〉，《當代教育研究季刊》，24.4（臺北市，2016.12）：145-174。

¹¹帕爾默（Parker J. Palmer）著，《未來在等待的教育——從創造生命的空間開始（*To Know as We Are Known: Education as a Spiritual Journey*）》（宋偉航譯），（新北：校園書房，2015），47。

¹²徐敏雄，〈P. J. Palmer「教學的勇氣」之理念及其在教與學的蘊義〉，150。

¹³帕爾默（Parker J. Palmer）著，《教學的勇氣——探索教師生命的內在視界（*The Courage to Teach: Exploring the Inner Landscape of a Teacher's Life*）》，23。

¹⁴帕爾默（Parker J. Palmer）著，《與自己對話（*Let Your Life Speak*）》（吳家綺譯），（臺北：商周，2017），145。

各種教學過程中的「失敗」當作是成功的關鍵，¹⁵而當我們將正反兩面都接受時，便有可能活出真實的自我，因此其特別強調那些在教學過程中的負面經驗上，他自身所遭遇到的教學困境亦常在書中作為例子出現，教師困境與教學的失敗經驗在此有了正面的意義。

Palmer 亦從認識論探索，認為由於當代的客觀主義傾向於將客觀知識放置於主導地位，以及慣常對教學過程中的交往行為與負面經驗的忽視，知識的純粹性、中立性與絕對性阻止了任何主觀交流的可能，進而分割了教師與其自身及與學生之間的關係。¹⁶同時教師在這種分割所延伸出的種種恐懼中，與各個事物保持距離，導致諸多教師躲在教學法上，以避免在教學場域中的「真實遭遇」以及抗拒著說出教學過程的「真實歷程（experiments of truth）」。¹⁷身在困境中的教師，Palmer 提出了其在教學中最常出現的三種恐懼，首先是對衝突的恐懼，我們對各種「非我（otherness）」的到來感到恐懼，因為這種遭遇將產生種種的不確定性，所以當代的教學機制與方法提供了教師躲藏的地方以避免這種真實遭遇；其次，衝突的恐懼源自於多樣性（diversity）的恐懼，因為多樣性直接指明了個體間的不同，這種不同通常將產生各種衝突；最後，當衝突發生時，在每個人各持己見的狀況下，衝突都將我們暴露在一種可能失去自我（losing identity）的恐懼當中。另外，當教師為了逃避上述恐懼而對所有關係進行分割後，這也將使其看不到學生自身的恐懼，且不再注意到自

¹⁵ 帕爾默（Parker J. Palmer）著，《行動靈修學（*The Active Life: A Spirituality of Work, Creativity, and Caring*）》（吳家綺譯），（臺北：商周，2017），152。

¹⁶ 帕爾默（Parker J. Palmer）著，《教學的勇氣——探索教師生命的內在視界（*The Courage to Teach: Exploring the Inner Landscape of a Teacher's Life*）》，60-63；Parker J. Palmer 著，《未來在等待的教育——從創造生命的空間開始（*To Know as We Are Known: Education as a Spiritual Journey*）》，41-46。

¹⁷ 帕爾默（Parker J. Palmer）著，《教學的勇氣——探索教師生命的內在視界（*The Courage to Teach: Exploring the Inner Landscape of a Teacher's Life*）》，020, 042；Parker Palmer, *The Courage to Teach: Exploring the Inner Landscape of a Teacher's Life*, (San Francisco: Jossey-Bass, 1998): 16, 36.

身在教學上的失敗，甚至失去了對課題或真理的熱愛與追求。¹⁸

在釐清了教學的恐懼後，Palmer 轉向探索恐懼可能產生的正面意義，他首先要求我們正視自身在教學上的負面經驗，因為正如許多存在主義者所認為的：恐懼與焦慮本身蘊含著「可能性（possibility）」。¹⁹故失敗與恐懼本身具有許多豐富的寶藏等待著開發，其甚至是一種我們得以與自身及他者重新產生關係的可能，之後 Palmer 呼籲教師須重新面對自我及自身的教學恐懼，找回對學科課題的熱愛，並重視教師的自我認同（self-identity）與人格統整（personal integrity）。教學活動不該僅是棲居在客觀主義下，教師也不該因害怕各種關係在交往時所遭遇的傷害，而躲在教學方法與技巧當中，因為承認並反思每一次教學與各種關係的建立上的成功與失敗，都將是教學者繼續投身於教學場域的責任與幸運，回到真實的教師自我是教學真正的主題。待釐清了 Palmer 對當代的教學困境與教師的可能定位後，接著將再更進一步地針對其教學觀進行探討。

（二）教學作為行動

Palmer 常將教學作為一種在情境中，各元素之間的互動過程來談論，同時其討論核心多以個體存在、關係論與整體論為論述基礎，故有強烈的存在主義傾向，為了與體育運動領域連結以及理解上的方便，我們嘗試將教學作為一種行動，並以此去論述 Palmer 是如何看待這一行動的。文本中將其初步規簡為連結、引出與求真等三種行動來勾勒其理論框架。

◆教學是一種連結行動

Palmer 在其著作中反覆提及連結（connect）¹⁹一詞，尤其特別重視各

¹⁸ 帕爾默（Parker J. Palmer）著，《教學的勇氣——探索教師生命的內在視界（*The Courage to Teach: Exploring the Inner Landscape of a Teacher's Life*）》，42-46。

¹⁹ 帕爾默（Parker J. Palmer）著，《教學的勇氣——探索教師生命的內在視界（*The Courage to Teach: Exploring the Inner Landscape of a Teacher's Life*）》，104；Parker Palmer, *The Courage to Teach: Exploring the Inner Landscape of a Teacher's Life*, 89.

種關係的連結：「關係才是開啟現實的鑰匙。」²⁰這種關係包含了主體與自身、他者、課題及世界整體的連結，連結的前提在於個體能夠打開自身使之與他者接觸，之後個體與其他個體願意並互相進入對方的世界，以形成一種由動態的交流與溝通所建立的關係，這種交流與溝通即是一種連結的行動，故連結意味著個體與他者之間種種關係的建立。回到教學上，他透過強調教師的認同與自我統整，來重新連結教師自我與教學環境中的他者及學科本身：「好的教師會將自我、授課內容與學生一同織入生命的經緯中。」²¹這意味著關係本身是一種正在進行編織著的網路運作，這樣的論點從個體發散到整個網路結構，他接著指出求知（know）原與愛同意，愛是一種主體透過打開自己進而與世界得以連結的行動，故知者與所知者之間應是一種相互的「認識的關係（knowing relationship）」：

以愛為源頭的知識，目標是讓破碎的自我和世界得以重整與重建，在於達到與世界本身的和解……求知等於去愛，等於進入他者的現實、擁抱他者的現實，同時也讓他者進入到我們的現實、擁抱我們的現實……克服分化和疏離，以智性向外探求，確認並且更新生命的紐帶。²²

在這種論點下，當教師願意打開自我時，教學成了一種相互的連結活動，連結本身作為一種關係的互動，這反對了種種封閉的個體與僵化的關係，還有隨著這種僵化而來的在教學上或生命中的種種關係的分割。透過關係的連結反對了個體間因恐懼而產生的種種對立，並展開了一種使主客共存與合一（both-and）的教學觀，可以從他所舉的醫學教育改革例子

²⁰ 帕爾默（Parker J. Palmer）著，《未來在等待的教育——從創造生命的空間開始（*To Know as We Are Known: Education as a Spiritual Journey*）》，77。

²¹ 帕爾默（Parker J. Palmer）著，《教學的勇氣——探索教師生命的內在視界（*The Courage to Teach: Exploring the Inner Landscape of a Teacher's Life*）》，14。

²² 帕爾默（Parker J. Palmer）著，《未來在等待的教育——從創造生命的空間開始（*To Know as We Are Known: Education as a Spiritual Journey*）》，18-19。

中看到，其認為當代的教育應以合作思維取代造成關係分割的傳統競爭思維。

◆教學是一種引出行動

Palmer 提到「教育」一詞的根本意義是「引出 (lead out)」，²³即：「引出或汲取學生已有的知識的過程。」²⁴這點須放在整體論上進行思考，而非僅將焦點停留在學生那一端，變成僅是學生說了算的論述框架。引出建立在連結之上，透過個體各自打開自我進而相互給予或要求，且引出行動同時受到雙方的規範，在有初步共識的狀況下使其得以形成一有效的溝通。此外，Palmer 進一步認為：「教育依靠的是我們自身的思辨能力與自我決定，非外部對我們的要求。」²⁵因此教學也不該是將知識從外部強加與學生，而是透過教師透過與學生建立連結，透過一連串的交流逐步讓學生自身所擁有的真理顯現，教師亦從學生的表現中引出自身的真理，引出行動是雙向的，故真理透過行動逐步顯現、模塑與改變且被彼此認取出來，使之成為共有的真理。

在這樣的前提下，拓展了教學者的可能性與肯定了學習者自身的能動性，同時這種引出行動要求教師、學生（知者）與知識內容（所知）三者相互的互動與連結，教師成為了知者與所知之間的中介，使所知不再是超然客觀的外在事物，並使知者得以透過連結超越自我。Palmer 將求知當作

²³ 帕爾默 (Parker J. Palmer) 著，《未來在等待的教育——從創造生命的空間開始 (To Know as We Are Known: Education as a Spiritual Journey)》，64；帕爾默 (Parker J. Palmer) 著，《教學的勇氣——探索教師生命的內在視界 (The Courage to Teach: Exploring the Inner Landscape of a Teacher's Life)》，37；Parker Palmer, *The Courage to Teach: Exploring the Inner Landscape of a Teacher's Life*, 31.

²⁴ 帕爾默 (Parker J. Palmer) 著，《弔詭的應許——在矛盾中擁抱生命 (The Promise of Paradox: A Celebration of Contradictions in the Christian Life)》(陳永財譯)，(香港：基道，2016)，102。

²⁵ 帕爾默 (Parker J. Palmer) 著，《教學的勇氣——探索教師生命的內在視界 (The Courage to Teach: Exploring the Inner Landscape of a Teacher's Life)》，37。

是個體透過種種經歷進而改變自我的過程，²⁶引出的動作意涵也意味著教學具有一種發生學的形式，這代表知識不再是某種固定之物，它始終在生成（引出）與變化，教師不再僅是灌輸知識，而是呈現知者和所知建立關係的方式，²⁷教學即是展示教師自身存在於世上的模式，這也回應了其一直強調的教師應回到自我的呼籲，最終學習成了一種持續不斷地製造與轉化的過程，真理從中出現並被雙方體驗。故教學不再是傳統意義下的客觀知識的灌輸，也並非是相對主義下的各說各話，這一方面拒絕了以教學內容為主，進而忽視學生生活的教師中心論，另一方面也規避了僅關注學生自身的學生中心論。

◆教學是一種求真行動

Palmer 認為教學是追求真理的行動（pursuit of truth），²⁸而他所說的真理並非是某種固定、客觀或絕對的事物，他首先認為：「真理是切身（personal）的，它的一切都要放在個人的關係裡，去認識……²⁹同時這種真理也會向我顯像。」³⁰

這意味著真理始終與人相關，並非是某種超然的對象，而是與我有關、活生生的且能與我互動的一種具「位格」的形象，且當我們在追尋它時，也應回到自我當中。其次，在其將世界視為整體的基礎下，真理也存在於個體與他人及世界的關係網路當中，這使得真理也成為了一種關係網

²⁶ 帕爾默（Parker J. Palmer）著，《教學的勇氣——探索教師生命的內在視界（*The Courage to Teach: Exploring the Inner Landscape of a Teacher's Life*）》，63。

²⁷ 帕爾默（Parker J. Palmer）著，《未來在等待的教育——從創造生命的空間開始（*To Know as We Are Known: Education as a Spiritual Journey*）》，47。

²⁸ 帕爾默（Parker J. Palmer）著，《教學的勇氣——探索教師生命的內在視界（*The Courage to Teach: Exploring the Inner Landscape of a Teacher's Life*）》，105；Parker Palmer, *The Courage to Teach: Exploring the Inner Landscape of a Teacher's Life*, 90.

²⁹ 帕爾默（Parker J. Palmer）著，《未來在等待的教育——從創造生命的空間開始（*To Know as We Are Known: Education as a Spiritual Journey*）》，71。

³⁰ 帕爾默（Parker J. Palmer）著，《弔詭的應許——在矛盾中擁抱生命（*The Promise of Paradox: A Celebration of Contradictions in the Christian Life*）》，108。

路之間彼此相互「對話」的互動過程，這意味著它處於不斷地製造與轉變之中。這使得 Palmer 將教學視為是創造一個讓群體實踐真理的空間，³¹各個個體在這一空間中透過連結，在某一課題的規範下，個體相互引出真理，但由於真理的動態性所揭示的不完整性，使得個體需不斷地繼續進行追問下去。因此他認為：「真理是對重大事件的充滿熱情、有規則之永恆對話。」³²真理被認為是在教學情境中，共同的承諾與目的，教學視為是一種師生不斷被真理吸引並一同追求的過程。

另外，Palmer 將個體視為是孤獨又是群居的矛盾統一體，在教學情境中，師生透過追求真理進而與彼此建立關係，藉著這種真理的論調，規避了因客觀主義而導致的關係的分割與僵化，與主觀主義所帶來自我的封閉與孤立等種種教學觀。在教學活動中的個體，是各個獨立卻又彼此相連的統一體，透過這種對真理的追求行動，我們得以同時實現自我保存與自我超越，以及與真理一同不斷地向前推進，而教學行為就是這種行動的實現，而求真行動是個體在世界上存在並與他者一同存在的方式。

Palmer 在談論教學時，教學大抵上以上述連結、引出與求真等三種行動運作，接著我們將談論其理論的另一個重點，即以課題為中心的概念。

(三)以課題為中心

當 Palmer 將教學的重點從傳統的教者或學習者之間的主體論爭，轉向到各教學主體之間的關係時，他透過將教學定調為對真理的追求，進而使得各個體與關係得以進行連結，之後利用「課題（subject）」與「偉大事物（great thing）」³³等觀點使得這種追求或者教學活動更具有方向性，

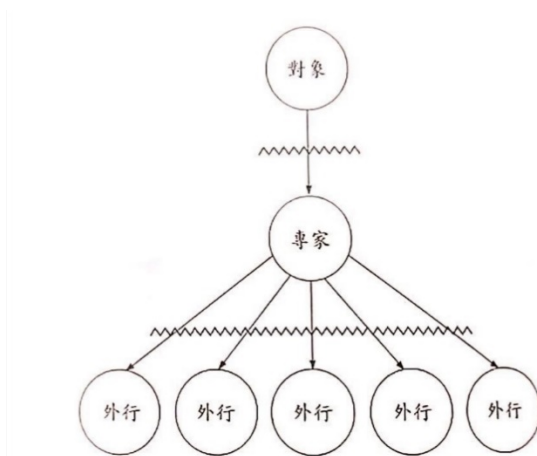
³¹ 帕爾默（Parker J. Palmer）著，《教學的勇氣——探索教師生命的內在視界（*The Courage to Teach: Exploring the Inner Landscape of a Teacher's Life*）》，104

³² 帕爾默（Parker J. Palmer）著，《教學的勇氣——探索教師生命的內在視界（*The Courage to Teach: Exploring the Inner Landscape of a Teacher's Life*）》，120。

³³ 帕爾默（Parker J. Palmer）著，《教學的勇氣——探索教師生命的內在視界（*The Courage to Teach: Exploring the Inner Landscape of a Teacher's Life*）》，124、128；

因此在維持著整體性觀點的同時，亦確保了某種在背景中各個不知名力線的存在與價值，勾勒出了其以「課題」為中心的教學觀。

Palmer 認為真理是共有的，同時將現實當作是一張由各個關係線所編織而成的網，故在認識現實時，我們首先須意識到自己是這網中的一個點，即我們是群體的一部分，相互連結與開放。傳統的客觀主義認為真理是由上而下的（圖一），對象須透過經歷專門訓練後的專家，將這一對象轉換成客觀且純粹的知識，之後再傳遞給外行，Palmer 認為在「對象——專家——外行」這一結構下，真理只是關於該對象的命題，教育只是讓專家能有效傳遞這些命題的系統，而一個受過教育的人，是能夠記得這些命題的學生，³⁴這樣的操作使得對象、教師與學生之間的關係產生斷裂，成為了單向的向下傳輸，階層的建構導致客觀知識成為了霸權，並逐漸使下



圖一 客觀主義迷思

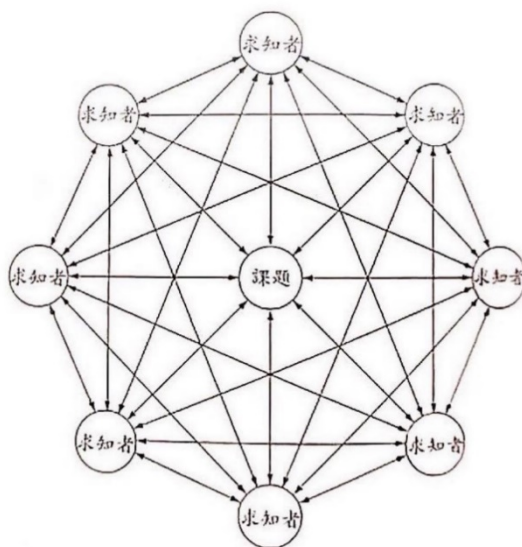
註：帕爾默（Parker J. Palmer）著，《教學的勇氣——探索教師生命的內在視界（*The Courage to Teach: Exploring the Inner Landscape of a Teacher's Life*）》，116。

Parker Palmer, *The Courage to Teach: Exploring the Inner Landscape of a Teacher's Life*, 102, 107..

³⁴ 帕爾默（Parker J. Palmer）著，《教學的勇氣——探索教師生命的內在視界（*The Courage to Teach: Exploring the Inner Landscape of a Teacher's Life*）》，116。

層結構的聲音消失。Palmer 則是反對這種階層結構，他將所有元素放在同一個空間中，回到真理是共有的前提下，提出課題將團體的關係給結構立體化（圖二）。³⁵他認為在這種求真的群體當中，其專注的焦點不再是對象，而在於課題，課題作為一種無法窮盡的存在，給予了方向並標定範圍與規則，並提供了一個可供個體相互討論與衝突的空間。因此個體能將其觀察與詮釋，在共同的規範下，彼此將自身的意見公開接受檢驗並與他人相互參照、討論甚至產生衝突，課題提供了一個真理不斷生成的動態互動空間，當我們因課題引導而進到這一空間時，將接觸到能將所有求知者連結在一起的大課題，即其所稱的「偉大的事物」。

Palmer 將偉大的事物設定為一獨立卻又與個體有所關聯的超驗存



圖二 求真的群體

註：帕爾默（Parker J. Palmer）著，《教學的勇氣——探索教師生命的內在視界》（*The Courage to Teach: Exploring the Inner Landscape of a Teacher's Life*），118。

³⁵ 帕爾默（Parker J. Palmer）著，《教學的勇氣——探索教師生命的內在視界》（*The Courage to Teach: Exploring the Inner Landscape of a Teacher's Life*），118。

在，當我們在學習時，始終受到它的吸引，然而，無論是客觀主義或是相對主義、教學者中心或是學習者中心等傳統或流行的教學理念，都透過將重心放在對立雙方中的任一方。³⁶若教師作為專家，則他的話是絕對的，若以學生意見為主，教育必須為學生這一顧客投其所好，兩者都將導致關係的分割，最終使得教學活動從原來的教與學依存關係轉成了各種教學技巧的試驗場域，從而削減了我們與偉大事物之間的連結。故 Palmer 特別強調老師應做好中介的角色，將偉大事物置於學習者的中間，讓其直接面對它，當我們將它置於中間時，學習者將受到它的吸引。以醫學院教學改革為例，傳統教學要求學生將老師講的各種生理解剖知識背下來，並以考試來進行鑑定，之後期望能在實驗室中運用，當這一知識基礎牢固且技巧熟練後，再用他們從書本和教師所學習到的內容去面對病人。這樣的作法不僅使得學習變成了成績的競爭，且病人被當成病例對待，甚至學生也失去了醫治他人的初衷。故他們轉向讓學生從入學的第一天組成團體，並直接面對病人，每個團體負責處理與之對應的病人，同時各指派一名教師從旁協助並引導，在這樣的狀況下，他們需要關注與理解病人，並和病人保持著良好的溝通關係。當他們發現問題時便自行分工去找資訊或自發地參加研討會，之後再回來一起分享討論，教師則及時給予幫助與方向，相關的醫學知識隨著問題的發現與解決而逐漸累積，還有，他們始終抱持著原來的初衷：幫助病人康復。³⁷這樣的教育將病人的病作為課題，整個醫學作為偉大的事物，教師作為中介負責引導他們進入醫學面對病人，讓這些學生能主動地合作並找尋答案，三者與真理相互連結，同時學生透過行動進而逐步累積醫學的知識，故個體透過追求真理而與真理連結。

另一方面，我們亦被包含在偉大事物的整個群體當中，當我們承認這

³⁶ 帕爾默 (Parker J. Palmer) 著，《教學的勇氣——探索教師生命的內在視界》(*The Courage to Teach: Exploring the Inner Landscape of a Teacher's Life*)，126。

³⁷ 帕爾默 (Parker J. Palmer) 著，《教學的勇氣——探索教師生命的內在視界》(*The Courage to Teach: Exploring the Inner Landscape of a Teacher's Life*)，143-148。

一關係時，透過自我與偉大事物的一種「活生生的相遇」，某種真理將透過我們而被召喚出來（引出），就如同他常提到的木雕藝人，當其做好充分的準備，發現並理解了木頭的本性後，便不再拘泥於技巧或外在的約束，而是順從著自己的身體，讓某種真理在他的每一筆中逐漸成形，雕刻的技巧與成品最終是他理解與表達真理的方式。³⁸這樣的形式不僅在專家那可以看到，在教師和學生那裡也可以看到，當他們被偉大事物吸引時，其透過行動，不斷地在表達其所知曉的真理，因此真理不僅向我們顯現並吸引和包含著我們，同時也透過我們的行動而被表達或導引出來，在這意義上，連結、引出與求真三個行動實現了一種以課題為中心的教學。

偉大事物揭示了學科與真理原有的吸引力，教師或學生在面對它時，我們可以憑藉著對其的熱愛進而恢復自己的主動性，偉大事物使整個教學行為有了方向性，此時，教學不再是塞入知識抑或是複製知識的過程，更不是針對於此的技巧，其首先應是一種對偉大事物吸引的回應。最後，當我們進入到群體，因興趣而受到課題的吸引時，一但我們採取行動回應這一召喚，我們便進入到求真的群體當中：真理是追求真理的群體不斷地考驗著已有的結論，並產生新結論的動態對話。³⁹一個好的教學，便是所有個體因受到課題的吸引，進而合作向偉大事物靠近，並主動追求真理的行動。

(四)參與教師群體

連結運動與群體論題並非僅侷限在教師與學生的關係之間，還有同儕的關係上，Palmer 認為教師是一種最個人化的公共職業，因為縱使教師雖須面對學生，然而他卻是個人獨自去面對教學事務，之所以如此是由於在

³⁸ 帕爾默 (Parker J. Palmer) 著，《弔詭的應許——在矛盾中擁抱生命 (The Promise of Paradox: A Celebration of Contradictions in the Christian Life)》，20-21。

³⁹ 帕爾默 (Parker J. Palmer) 著，《教學的勇氣——探索教師生命的內在視界 (The Courage to Teach: Exploring the Inner Landscape of a Teacher's Life)》，121。

教學時，很少有同儕在一旁觀察甚至給予協助，課堂就好像是教師獨有的王國，Palmer 將其稱為教學的私有化。⁴⁰教師各自守護著自己的王國，互不干涉與評價，最後學校機構僅透過將評價責任推給學生，以一種功能極為單調的評鑑方式來斷定教師教學的成效，在這樣的狀況下，教學私有化切斷了教師之間相互的聯繫，以及相互分享、探索與成長的機會，同時單調且簡化的評鑑，使得教師對彼此與學生的認識更加困難，最終導致教師僅能依靠自己去承受與突破其所陷入的教學困境。

Palmer 因此提出了教學群體的重要性，一方面，教學有時是一連串地試誤，並且透過此而獲得成長的歷程，因此他需要不斷地面對各種失誤所帶來的負面影響，群體的出現使得教師得以感到後方有人支持他，與他一同分享與分擔試誤的困擾與掙扎；另一方面 Palmer 強調教學經驗分享的重要性，因為教學是一種人的真實生存活動，過程中會出現許多的事件以及各種「關鍵時刻」，故每個教師都具有其獨特的經驗與體會，而當我們傾聽其他教師的教學故事時，我們或許會贊同與否定其觀點與行為，但在這種判斷中，其展開了一個連結與反思的空間，並能從我們的異同中進行比較或共情，甚至藉此展開了我們其他種類的教學思維與可能，因此在群體中，我們相互成為了對方的比較點，並且發現自己的定位：

在我們的同事身上，有著為我們的成長所預備的取之不盡且用之不竭的泉源……我們應該交流優質教學的心得，因為它不但改進了我們的教學實踐，也改善了那決定教學品質的自我……參照別人的位置，使我們對自己在教學的領域中，有了更準確的定位。⁴¹

Palmer 強調教師間應經常保持對話，他認為我們的對話不應僅是在教

⁴⁰ 帕爾默 (Parker J. Palmer) 著，《教學的勇氣——探索教師生命的內在視界》(*The Courage to Teach: Exploring the Inner Landscape of a Teacher's Life*)，165。

⁴¹ 帕爾默 (Parker J. Palmer) 著，《教學的勇氣——探索教師生命的內在視界》(*The Courage to Teach: Exploring the Inner Landscape of a Teacher's Life*)，166、170。

學法層次上的討論，而是其他自己關於教學的看法與體會，以及在實踐時所遭遇到的事件、感受與反省，除此之外，他亦認為教學的「關鍵時刻」與對教師自我的譬喻和寓言，也是教師群體在對話時，能有效促進自我整合的對話主題。⁴²另外他亦提倡一種傾訴式的漫談（clearness committee），這種談論主要將主角置於對談中心，以形成一個求真團體，之後便依照著：除了開誠布公地直接對其進行發問，不得論及其他任何問題。此一原則去輪流對他進行發問與對談，這種對談的目的不在於找到某一個對於教學處境的解答，相反地而是透過這一系列的問答中，彼此的心相互打開與連結，並且展開一個問答雙方與群體中其他成員的反思（mirroring）空間，⁴³而真理則在這一對話中被引出，同時教師的自我也在過程中，透過群體的幫助而逐漸整合。透過參與群體，教師彼此相互連結並且豐富了彼此的生命，也難怪 Palmer 將群體視為是一種治療或者是追尋自我的手段。⁴⁴

故上述 Palmer 的回到真實的教學困境、強調教師的自我整合、教學行動的種種形式、以課題為中心與參與教師群體等觀點，建構了一個完整的理論體系，後續我們將藉此作為後續對經驗文本的詮釋框架之一。

三、本科非專體育教師的存在困境

如前所述，關於國高中專業體育教師的能力與資格的養成，我國有著明確的制度與規範，分別從體育運動專業以及教育專業兩方面進行培養與

⁴² 帕爾默（Parker J. Palmer）著，《教學的勇氣——探索教師生命的內在視界（*The Courage to Teach: Exploring the Inner Landscape of a Teacher's Life*）》，167-173。

⁴³ 這裡的反思比較類似於鏡像的反射，即透過他人而看到自己，請參照：帕爾默（Parker J. Palmer）著，《教學的勇氣——探索教師生命的內在視界（*The Courage to Teach: Exploring the Inner Landscape of a Teacher's Life*）》，187。

⁴⁴ 帕爾默（Parker J. Palmer）著，《弔詭的應許——在矛盾中擁抱生命（*The Promise of Paradox: A Celebration of Contradictions in the Christian Life*）》，58。

考核，相反地大專體育教師或許是因多了學術研究之職責，故在這方面的要求則是較為寬鬆。同時授課形式多分為大一體育的多元體育課程與專項的普通體育，這種形式使得以往體育教師需要「通才」的條件成了非必須，給了眾多喜好體育教學者進行教學的機會，但也導致了兩種敘事的衝突，一種是如國高中體育教師角色培養與考核的傳統專業性敘事，⁴⁵另一種則是對該標準提出質疑的新敘事，而筆者作為本科非專體育教師，便夾在兩者之間陷入了身分定位的難題。在教學時亦常因這種角色資格的缺失，使得自己常處在「不會教」的困境與「教不好」的自我懷疑中，此外，存在主義認為情緒是存在主體作為一種在世存有的表達，故透過對這種情緒的反思，還有與外部世界之間的辯證結構，我們可以重新理解與詮釋存在主體的處境。對此，本節將採用 Britzman 與 Zembylas 的分析框架，結合 Palmer 對傳統教學敘事的反思以及對經驗的向下反省，重新理解並詮釋筆者作為本科非專體育教師所遭遇到的存在困境，整體而言，我們採用的構思與書寫路徑為先勾勒處境，接著反思處境並從中找尋存在所與之矛盾之事物，兩者之間的交互關係後，重新在 Palmer 的教學脈絡下展開新的意義與進行解釋，藉此建構新的具合法性的處境。

(一)探索的進路—非專體育教師的角色與自我難題

非專教師的存在產生了一個難題：體育教師是否需要一個專業養成的過程與考核？若是，那麼非專教師不應該存在，若不是，那麼體育教師的專業養成過程則面臨到是否必要的問題。然而本科非專體育教師的困難在於，雖然大專體育教師不需要教師證（取而代之的是需碩博士學位），他雖然有本科課程所培養的基礎運動與示範能力，但他卻不僅缺乏了教育專業的訓練與實習，還有在本科認知下所應具備的教師資格，縱使大專體育

⁴⁵ 本文的專業性敘事是指稱傳統觀點上，為了形塑一理想教師之角色，而建立的各種程序與規範。

教師不需要這個，但他仍因自己的背景受到這種價值觀的約束，仍認為已規定好的養成過程是需要的：他清楚規矩但也破壞了規矩。也因此成為了一個「合法但不合理」的存在，無照教師不僅加深了一般對教師是否為專業的質疑，⁴⁶更使得其卡在教師角色與教師自我的衝突與辯證當中。原先 Palmer 的理論框架在處理非專教師的身分衝突時，較著重於教師自我進而忽略了角色的外在建置，故我們須拓展其他向度的理論框架，Britzman 與 Zembylas 對外部世界與自我辯證結構為主的，關於角色與身分認同的論點補足了這一環節。

角色代表功能（function），指的是一個人應該做甚麼；認同則是代表投入（investments）與承諾（commitments），指的是一個人的感受，其往往是矛盾的，兩者處於辯證關係中，並造就了教師的「活生生的體驗」。⁴⁷

體育教師作為一種職業，即是社會系統中的一個角色，同時由於其角色職責進而自發地或被期待表現出某種行為模式或特質，⁴⁸歐宗明將體育教師定義為：「教師的一種特殊與專門的形式，具備體育專門學科內容知識與體育科獨有的教學內容知識，在學校中從事教學、服務、研究等多面向的工作。」⁴⁹

《教師法》與《師資培育法》等法令、師培書籍與教科書、學程學分課程的編排、部分以教師專業能力培養或教學法為主題的研究、⁵⁰術科測

⁴⁶黃嘉莉，〈教師專業制度的社會學分析〉，《師大專報：教育類》，53.3（臺北，2008.12）：125-151。

⁴⁷Deborah Britzman, "The Terrible Problem of Knowing Thyself: Toward a Poststructural Account of Teacher Identity," *The Journal of Curriculum Theorizing*, 9.3(Toronto, January 1992): 23-46.

⁴⁸歐宗明，《體育教師角色之輪廓》，26。

⁴⁹歐宗明，《體育教師角色之輪廓》，58。

⁵⁰陳鉸裴、林靜萍，〈體育教師專業認同之強化〉，《臺灣教育評論月刊》，10.4（臺北，2021.04），82-86；阿爾穆（Kathleen Armour）著，《運動教育學——理論與實務》（Sport

驗以及實習與試教等，這些內容標定體育教師作為一種專業，應具備的教育與專業知能、專業發展、教學方法及技能示範等能力，並規範了其應該知道甚麼、會甚麼以及做甚麼。因此，學生在透過一系列標準化的養成，經考核認證其達到該角色所應符合的標準規範後，最終考取了該職業並成為了一名正式的體育教師，之後其行為舉止與價值思想都接受這些觀點的引導與規範，⁵¹這種針對角色所進行標定的功能性敘述，Britzman 將其稱為規範性論述（normative discourse）⁵²或者是權威性論述（authoritative discourse）。這種論述將身分認同分解為角色，他用地圖的意象來譬喻一種制度以及客觀化了經驗與感知的製造程序，⁵³這張地圖標示著各種「你應該」與「你需要」等種種要求，並由這些要求建構出同一的路線。地圖既是社會建構的程序與界域，體育教師的形式角色（理想角色）則是由這張名為「體育教師」的地圖所規範與界定，教師規定化的養成過程形成了傳統的專業性敘事並成為了其核心，教師證則是這張地圖的階段性證明。這一方面如同 Zembylas 所說的：「教師通過被認為是「適當」的表達和沈默，學習內化並製定學校文化分配給他們的角色和規範。」⁵⁴

另一方面也產生如 Palmer 所提到的客觀化讓教師得以躲藏在職責與各種教學法後面，並帶來種種關係切割等問題。

然而，教師的身分認同問題則是存在主體與教師角色之間不斷相互辯

Pedagogy: An Introduction for Teaching and Coaching》(李亦芳等譯)，(臺北：禾楓，2016)。

⁵¹歐宗明，《體育教師角色之輪廓》，28。

⁵²規範性論述主要指的是發話者希望受話者進行該敘述所指涉之行動，所建立的一句或一套論述，可參照 Lyotard 對規範性敘事的解釋：李歐塔（Jean-Francois Lyotard）著，《後現代狀態——關於知識的報告書（*La Condition Postmoderne: Rapport sur le Savoir*）》（車槿山譯），（臺北：五南，2015），55。本文主要是指傳統體育教育框架下，對體育教師的要求、看法、建議甚至是命令。

⁵³Deborah Britzman, "The Terrible Problem of Knowing Thyself: Toward a Poststructural Account of Teacher Identity," 29.

⁵⁴Michalinos Zembylas, "Interrogating "Teacher Identity": Emotion, Resistance, and Self-Formation," *Educational Theory*, 53.1(Urbana – Champaign, January 2003): 107-127.

證的過程，這個存在主體有著自己的歷史、文化與社會背景，這些塑造了他的感知與價值判斷，同時在走向世界的過程中，他亦不斷地對這些感知與價值判斷進行反思與修正，自我本身就是複雜多義且不斷生成（becoming）的：他在行動中生成同時有著自己的敘事。而當這個存在主體透過接受規範性論述，並走進專業性敘事試圖成為一個教師角色時，存在主體也陷入到了兩種敘事的衝突當中。⁵⁵就 Palmer 而言，一邊是教學法與教師規範，一邊是教師的自我；就 Britzman 而言，一邊是學習教學（learn to teach），一邊是成為一個老師（become a teacher），存在主體透過規範性論述與內在的自我論述（internally persuasive discourse）的相互角逐，⁵⁶使其不斷地對自身身分反覆進行認同與否定，然後在這種不同敘事的磋商（negotiation）中展開新的意義與身分認同。故當我們試圖理解主體的存在困境時，可以回到這種自我身分認同的辯證結構當中去探索與定位，同時 Zembylas 論證了情緒在社會與身分認同建構中的重要性：⁵⁷

教師所經歷和表達的情感不僅僅是個人性格的問題，而是在家庭、文化和學校環境中的社會關係和價值體系中構建的。這些關係和價值觀深刻地影響著特定情感的構建、表達和交流方式和時間。⁵⁸

⁵⁵Deborah Britzman, "Cultural Myths in the Making of a Teacher: Biography and Social Structure in Teacher Education," *Harvard Educational Review*, 56.4(Cambridge, December 1986): 443; Deborah Britzman, "The Terrible Problem of Knowing Thyself: Toward a Poststructural Account of Teacher Identity, 33-41; Douwe Beijaard, Paulien Meijer, Nico Verloop, "Reconsidering Research on Teachers' Professional Identity," *Teaching and Teacher Education*, 20.2(London, February 2004): 107-128; 李亦芳,〈聆聽她／他們的聲音——多元身分下國中體育教師專業認同之建構〉,《臺灣運動教育學報》, 3.2 (臺北, 2009.07): 61-78。

⁵⁶Deborah Britzman, "The Terrible Problem of Knowing Thyself: Toward a Poststructural Account of Teacher Identity," 32.

⁵⁷Michalinos Zembylas, "Constructing Genealogies of Teachers' Emotions in Science Teaching," *Journal of Research in Science Teaching*, 39.1(Hoboken, December 2001): 79-103

⁵⁸Michalinos Zembylas, "Constructing Genealogies of Teachers' Emotions in Science Teaching," *Journal of Research in Science Teaching*," 88.

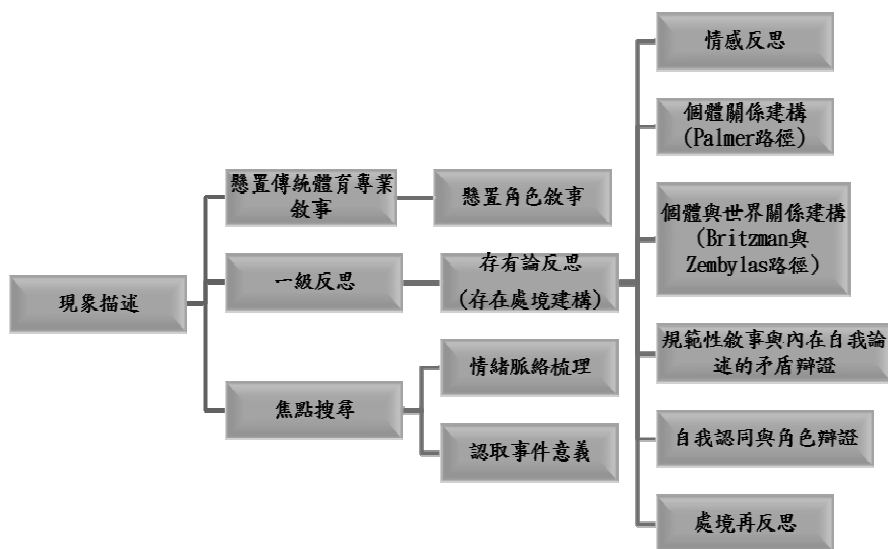
因此情緒作為一種主體實踐與表達，無論是在存在主體與社會的辯證結構，或者是在其規範性論述與內在自我論述之間的磋商過程，都具有一種揭示的功能，這使得情緒與事件及個人歷史的連結與互動，形成了一個可供探索的場域，透過這一探索，能展開或揭示存在主體的處境與意義。

我們試圖透過事件描述情緒所展開的世界與處境，後續將以 Palmer 的路徑結合 Zembylas 對情感的論點，將經驗文本透過向下的探詢（即負面經驗）與教學恐懼的論述，同時藉初步對事件經驗進行反思後（一級反思），懸置傳統體育專業敘事的合理性與角色敘事，藉此開展對存在主體的理解的可能空間，同時透過情緒脈絡的揭示，反思並建構其存有，使論述具有合法性，進而對存有現象進行詮釋。為達上述目的，故利用 Britzman 與 Zembylas 的論述框架，以恐懼作為主要切入點，將焦點放到存在主體與外部世界之間的結構，透過闡明與釐清經驗主體的自我認同與角色之間的複雜辯證關係，即存在主體被傳統體育專業敘事及規範性論述吸引與抵抗，並在各種矛盾中逐漸形成教師角色認同的過程，而本文試圖描述這種掙扎的經驗。最終以 Palmer 提出的教學恐懼觀念下釐清自身的恐懼後，重新對事件與處境進行詮釋，以期後續能達致本科非專體育教師這一存在主體的解放（請參照圖三）。

（二）原初的困境—資格缺失(lack of qualifications)的恐懼

筆者是一名本科畢業的非專體育教師，在大專時期雖然有修習體育專業學術科，但卻未修習教育學程，也未曾經歷過後續的實習、試教、教檢與教甄等，後來在因緣際會下，先後在國、高中及大專作為一名兼任體育教師並教授體育課程，過程中亦常協助與陪伴朋友考取國高中體育教師，而現今主要在大學兼課，教授一般體育課與部分學科，⁵⁹教學至今已近 10

⁵⁹ 筆者在大學曾教授過多元體育課程，以及籃球、游泳、網球、桌球等專項術科課程，亦曾教授過運動教育學、體育教學策略、Mosston 教學光譜與身體素養等學科與教學內容。在這些教學經驗中，筆者常陷入角色與自我的認同衝突的狀況，其不僅發



圖三 反省路徑

年。記得剛開始得知自己要教授體育時，那一年教書時總感覺怪怪的，總是想起身邊的人修習教程與試教時的樣子，然後不自覺地浮出許多問題：我沒經歷這些，我行嗎？我沒教師證，會不會被人講甚麼？教學時除了原有的不自信外，更多地是感受到各種焦慮與恐懼，上課時總感覺被旁邊其他上課的教師看著，也害怕因教不好或做錯事被質疑而感到無所適從，面對學生時，也擔心自己的言語與內容安排讓他們感到不適，學生的每一個表情與言語都讓我坐立難安。此外，當時的我也不斷地想辦法獲得他們在言語或行為表現上的認同，每一次的肯定都能短暫地消除恐懼，但當下一個失誤出現後，這些肯定便被原來的恐懼給覆蓋。就深層而言，原先因自

生在教授術科時，在教授相關學科，與翻閱相關文獻時，這種傳統敘事的疑問與衝突更加強烈。而為了找尋自身教師身分的合法性，故嘗試懸置傳統敘事的合法性與既有的規定立場，讓對這種衝突與掙扎的探索具有意義，並從中再次探索對自身身分的認同。

身教師資格的缺失導致身分的不確定性，對自己的存在產生了一種根本性的焦慮，之後這種焦慮透過害怕他人的不認可，而使得恐懼顯題化。這些問題雖然在教學數年後有改善，但這種焦慮仍然存在並隨時顯題化成恐懼出現。

焦慮與筆者本科非專體育教師的身分有著密切地關聯，雖然是本科出身，但仍舊缺少了大半的規範性論述，同時由於資格的欠缺，故自身行為也無法依賴專業性敘事來背書。除了本科訓練時所擁有的示範能力外，在沒有詳細的地圖的狀況下，既沒有指引可以引導也沒有經驗可以依靠，無論是在備課或是教學時都直接感受到一種無助感，尤其在大專那更為自由教學環境，更加深了這種無助：不僅對過往感到懊悔（不夠努力而失去修習教程的資格），也對當下感到困擾，前者否定了自己曾經的努力並陷入自我否定的困境，並使後者產生了角色認同的困難。一方面，當時的自己對體育教師角色本身一知半解，一方面又被作為一個「體育教師」那樣要求與對待。摸索這一角色時，透過地圖與規範性論述的增補過程，學習教學的結果雖然能慢慢理解角色的職責與規範，但過程中卻更多是接收到自己沒有教師資格的提醒，尤其原先本科的背景更加深了這種否定，各種規範性論述成了恐懼的對象。在規範性論述與內在自我論述的辯證中，陷入到一種價值錯亂當中，因為越是追求與傾向規範性論述，便越感到自己是不合理的存在，而為了合法化自己的存在，故一方面肯定專業性敘事的存在，一方面又否定它的效用：不一定要有教師證或修過教程才能當好體育教師。因此，如何接受一個否定自己存在的論述與框架，在這矛盾的語境中，陷入這種困境時就像是被打了死結一般，在存在與非存在無法調解的狀況下，原初的自我否定仍發揮著影響，有一種存在性焦慮不斷地展開並蔓延著。就如同初聽聞專業性敘事在大專體育教師是非必要的時，一方面作為本科出身，當下直覺地否定其合理性，另一方面同樣作為一種資格不符的存在，又渴望它的合理性成立，我被困在矛盾當中不知所措。

在這段過程中，規範性論述與內在自我論述不斷地發生矛盾與衝突，與理想教師角色無法填平的鴻溝使主體陷入在存在的困境中，這種磋商是痛苦的。資格問題不斷地在衝擊存在主體的疆界，並逼著其去補充規範性論述，好填補資格不符的問題，但每一次的補充都令人既認可又抗拒，在接受或否定後，卻反而更加劇了對規範性論述的認可與抗拒的矛盾。主體作為一種社會性存在，自己作為體育教師的身分，也不斷地受到社會對該角色的要求與期待的檢核，在主體與社會的辯證過程中，本科非專體育教師的存在與專業性敘事成為對立的兩極，表現得好便否定了專業性敘事的必要性，表現得不好便肯定了它的必要性，身分認同往兩個對立的方向建構與瓦解，而為了自己的存在，也勢必將透過行動不斷地向專業性敘事繼續追尋與抗爭下去：非法的身分仍渴望合法的認同。

當看到 Britzman 談到：我也是個人。以及那些不被規範性論述肯定而強調教師自我的案例時，⁶⁰回憶透過反思不斷地分泌出新的意義，且不知為何地會感受到一種沒來由的歡愉，當看到合格體育教師處在教師認同困境的案例時，⁶¹發現不管任何身分都有可能處在教學的恐懼與焦慮當中，當看到 Palmer 的《教學的勇氣》直面現代教學的專業性敘事的問題時，才知道自己一直以來之所以不斷地追求各種認同，不過是一種對資格缺失的抵抗。

(三)來自外部的威脅——不會教(being unable to teach)的恐懼

在教學的過程中，筆者亦常處在被質疑不會教的恐懼當中，體育課程由於其特性，它一方面是開放且互動的形式，促使了個體間的交流，同時

⁶⁰Deborah Britzman, "The Terrible Problem of Knowing Thyself: Toward a Poststructural Account of Teachers' Identity," 23; Michalinos Zembylas, "Constructing Genealogies of Teachers' Emotions in Science Teaching," 87-90.

⁶¹李亦芳，〈聆聽她／他們的聲音—多元身分下國中體育教師專業認同之建構〉，61-78；劉先翔、周宏室，〈臺灣體育學術研究大專法修正後大專體育教師之難題與轉變—敘事探究取向之研究〉，《臺灣體育學術研究》，49（桃園，2010.12），1-27。

由於肢體與技能以及遊戲競賽等因素，使得師生的表現與回饋是立即且明顯的。故學生與周遭教師的眼神表情與一舉一動都牽動著我，每一次與對象的交流都擔心著自己在教學上犯了錯而感到害怕，表面上看是恐懼與他人之間的衝突，深層則是害怕自己的教學是錯誤的。有時乾脆放棄原有的想法便直接模仿其他教師的教學模式，但就算依樣畫葫蘆地照做，仍依舊感覺到不安：我好像無法滿足他人對體育教師的期待。有時也嘗試以放牛吃草的教師當反例去比較，試圖增加自己的自信，但卻從未成功地說服過自己，就好像糾結著因他們是合理的存在，而我的存在卻是不合理的，合理的存在做出了不合理的行為並未影響他自身的合法性，不合理的存在做再多合理的行為，教師角色的合法性仍懸而未決，角色認同的困難加劇了更多更深層的自我否定。

雖然因為非專教師的身分，使得其他教師對自己在教學上的容忍度會比較高，但每次犯錯或被質疑後，他們給的鼓勵卻讓人更加地煎熬，因為這似乎是在說：因為存在的不合理使得犯錯合理化了。這樣的問題比 Zembylas 筆下的 Catherine 所遇到的問題還要更複雜，Catherine 所遇到的問題是她自身對科學教育的熱愛構成了其特有的教育觀與教學風格，但這種教育觀與教學風格卻不見容於傳統的規範性論述，在讓學生喜歡科學教育與傳授客觀現實中，她為了選擇前者而遭遇到了否定與衝突。然而，對本科非專體育教師而言，除了自身能示範和分解技術動作，還有以前修習術科課程時，教授所編排的課程內容外，談論自己的教育觀或者是自主地選擇不同的教育觀，這些都是危險的。以前教學時，或許是因為害怕與學生的衝突，所以使得教學時更注重學生的需求與聲音，但也讓自己好像是個把學生當成顧客的銷售業務，⁶²同時在教育專業背景的缺失下，故不清楚教育的真正意義也不知道甚麼班級經營與管理，這使得上課時，整班看

⁶²Maryellen Weimer, *Learner-Centered: Teaching Five Key Changes to Practice* (San Francisco: Jossey-Bass, 2003), XVI.

起來鬧哄哄的，雖然看起來亂但整體上也的確有達到自己預先設定的教學目標，而且，由於自己不喜歡被拘束的感覺，所以還蠻喜歡這樣的教學氛圍。然而當其他教師說這樣不好時，我也陷入到焦慮中，並將上課方式轉向著重對秩序的管控，那時教得很不開心也很不順利，但我不敢改變，直到後來真的受不了，轉向了折衷的方式進行授課，然而又隨著喜好與對體育課程理解的加深，還有學生與其他教師的回饋而改變。因此，便不斷地處在與規範性論述進行和解與衝突的處境：我一直害怕被說不會教體育。也正因為如此，因為害怕再次被否定，不斷被迫改變反而讓自己原先覺得不會教的想法而不斷地朝各面向發展與加強，不斷地改變也導致教學的各種關係被不斷地分割。

不會教的命題是透過外部的準則與評價而斷定的，這種恐懼不僅見於較接近國高中體育的多元體育課程，在自己專項的普通體育中也會出現。當追溯恐懼的結構時，從角色資格缺失的恐懼開始，使得作為本科非專教師的自己不僅缺乏規範性論述，同時也無法依靠已習得的規範性論述，還有在官方的理想教師角色與自己的理想教師角色都無法依靠的狀況下，結果反而讓其不斷地停留在學習教學的階段，並壓縮到了其追求成為一名教師的空間。最終，只是不斷地在想辦法補充一個自己無法使用與依靠的規範性論述（如 Palmer 所批評的：想要躲在教學技巧後面以規避自己身為教師的責任），並使身分認同的建構碎片化了，並陷入了更深層的自我否定中，之後反覆自我否定的結果以不會教的恐懼而被表達出來。這樣的問題在教學多年後雖然有改善，然而相似的問題仍會不時地跑出來，教師多厭惡與恐懼自己被質疑不會教，但他們被質疑時，有專業性敘事與規範性論述可以參照與依靠，而缺乏這些作為背景的自己卻不知該如何是好，且當每次的追尋與依靠失敗時，都使得角色認同形成更為困難。

(四)內心的否定—教不好(can't teach well)的恐懼

除了害怕被貼上不會教的標籤外，在缺乏規範性論述依靠的狀況下，還一直有著總覺得自己教不好的恐懼。初入教職時，在教學的備課階段，常常會一直覺得自己編排的課程內容有問題，並煩惱到失眠，但起床後又忘了當時在煩惱甚麼，煩惱沒有解決卻延遲了，之後便帶著忐忑與疲憊去教學。看到學生時煩惱又恢復了，便對課程沒把握，導致教學時在面對外來的言語、表情與表現時，總會沒來由地突然感到不順暢，有時甚至會突然的腦袋一片空白或整個忘記接下來的編排，以及在面對學生時感到茫然。每次中斷後產生的失誤都讓人不知所措，不是跳過或急著趕下一個活動想辦法恢復就是暫停休息，尤其是因中斷導致的動作示範失誤，可能會因擔心評價而衍伸連續的「挫手」，這種焦躁感使得上課時的情緒不斷地起伏，同時產生了更多的中斷並打亂了整個教學的節奏與害怕面對學生，甚至當中斷或失誤上升到一定程度時，則可能讓人感到整個教學已經「失敗」。課後整個人換了個處境，便開始不斷地對這些煩惱與中斷，加上課堂的表現成果進行反省，但越反省越是覺得自己教不好，總覺得許多細節沒處理好，焦躁感沒了挫敗感卻出現了。最終，到了學期末收到學生的評鑑時，無論分數高低，只要意見內容有幾個是負面的，咎責感便會油然而生，並不斷回想著到底哪裡做錯了，教不好的自覺透過這些過程的種種負面感受而被表達出來，最終又反過頭來呼應了原先不會教的前提，之後被強化後的前提又繼續影響了下一次的備課、教課與反省。

由於本科非專的身分，使得自己處在既渴望追求又抗拒接受專業性敘事的矛盾當中，這導致本用來判斷好壞與對錯的價值標準變的更加混亂。如在當時，當我試圖理解並運用素養導向的教學時，我既想透過了解它來彌補自身存在的合法性，同時也想從中找到自己的教學與之相合之處來證明專業性敘事並非必要，另一方面，我也在一定程度上抗拒並否定它，藉

此證明自身存在的合法性，縱使我亦隱約地認同這種否定是不合理的。在兩個對立項各自的悖論所組成的矛盾處境下，透過瓦解固有的價值標準，進而展開了表現與結果詮釋的可能性，然而，這種可能性在最根本的資格缺失的恐懼的影響下，結合其所展開的種種不會教的標籤，使得詮釋方向莫名地總是會偏向負面評價。當這種內在自我論述不斷地以規範性論述為追求與攻擊對象，教學關係被頻繁的分割與被負面的連結，更加劇了身分認同上的疏離，教不好成了一種針對自身存在的否定形式。此後，教不好的恐懼便成了一種存在表達，煩惱、中斷、焦躁、挫敗、咎責不過是存在主體在困境中掙扎的形式而已。

資格缺失的恐懼作為基礎，在面對客觀主義的專業性敘事，揭示了非專體育教師的矛盾處境，本科的背景加深了這種矛盾，在這段歷程中的我試著找尋依靠時，由於無法依靠在規範性論述上，使得自己不得不在自我與各種意見中徘徊改變，讓自己陷入了不會教的恐懼，最終這些恐懼使得自我向自己進行更全面的否定，一種更複雜的矛盾直接影響了我的感知、判斷與行為，並以一種教不好的恐懼出現並蔓延，這些恐懼夾雜並穿插著 Palmer 所提到的衝突的恐懼、多樣性的恐懼與失去自我的恐懼，存在主體在面對規範性論述磋商時，透過了上述的這些恐懼來表達自身，在這意義上，恐懼應是內在自我論述的具體化，同時也揭示了整個存在的困境。當角色與規範性論述的功能模糊時，主體忙於追求學習去教，進而推遲了成為一個教師與發展自我認同及整合的機會。然而，恐懼雖然帶來了非專教師自我認同整合的困難，但另一方面，這也意味著專業性敘事對其不再有較強烈的拘束力，這意味著他在經歷痛苦的自我整合的過程中，有了更多的可能性，複雜的恐懼提供了更多探索的機會與方向，當不再糾結於恐懼的負面意義後，或許反而能從中開展出新的、積極的意義。

四、成為一個本科非專的體育教師

劉先祥與周宏室指出：「許多體育教師之所以選擇當體育教師是因為自己喜歡運動」。⁶³在對這一問題進行反思後發現，筆者也是如此，而且相較於談論甚麼教育理想，其實更多地只是喜歡運動及和學生一起「玩」運動罷了，這看起來不合理，但它卻是自己之所以想繼續當體育教師的核心價值。如果說當代體育教學的主軸是透過身體活動達到教育的目的，我自己反而是以讓學生喜歡玩為主，至於甚麼教育的理念或說法則是後面再加上去的了，如上羽球課，我只是想讓學生學會羽球，然後在設計遊戲去玩。縱使這樣的操作亦常見於當代的體育教學現場與傳統專業敘事中，但與之不同的是，在設計課程時，那些關於能力與素養的培養或相似的官方論調被從中心驅逐而置於一旁，就如同一個與我有著矛盾情感，但卻不再被拾起的一副遙遠國度的地圖。這些教條以前的我曾經非常地在意，甚至現在它仍在一定程度上發揮著影響，只是在經過多年的掙扎後，後來的我逐漸從與傳統體育專業敘事與規範性論述的相處中獲得肯定與否定，且開始能正視原來的初衷並透過其發展出新的敘事，在與規範性論述的磋商中，形成了一種新的教師角色認同。有鑑於此，當看到 Palmer 反對傳統教育並重新建構了規範性論述，及談論教學與課題時，我們靠到了一種新的且更靠向我們的詮釋路徑，故本節將以 Palmer 的論點重新對本科非專教師的教學經驗進行詮釋，發現本科非專教師與傳統專業敘事這一看似對立的兩端，縱使後者不斷使前者的存在遭遇威脅，但前者始終依附著後者而成長，最終兩者在體育教學的課題下，會合在了一起。

⁶³劉先翔、周宏室，〈臺灣體育學術研究大專法修正後大專體育教師之難題與轉變——敘事探究取向之研究〉，12-13。

（一）本科非專教師與體育教學

筆者對標準化的專業性敘事一直有著矛盾的情感，本科的背景與認知更加深了這種矛盾，這使得規範性論述對我而言，更多的是一種侷限與壓迫，甚至一度對其產生敵視，並想透過自己的成功證明專業性敘事是有問題的。但這種念頭很快就消失了，因為若是專業性敘事是不必要的，那麼也意味著作為本科的背景也是非必要的，然而，無論何時我都放不下當初選擇體育科系的初衷、大專時期對術科課程的付出，以及曾經在專長項目上的投入，因為那就是我的過往、我的歷史、我的真實。但當剛投入教學的我僅在角色資格上糾結時，便陷入到了非此即彼的選擇當中，但如上所述這種選擇只會加深矛盾，然而在一次次地與規範性論述及恐懼相處後，我逐漸將焦點轉移到教學上，後來發現其實自己蠻喜歡看其他老師和學生一起打球的畫面，還有自己示範動作時，學生喊著「挖賽」的樣子，以及大家在遊戲或比賽中出糗或歡呼的模樣，漸漸的，我從忙著補充規範性論述，轉向到提出：我想成為怎樣的體育教師？的疑問中，每當思索這一問題時，我突然好像有了一個新的方向，同時一種新的教師認同在生成中。

在初次教學時，因為沒有實習與試教過，所以一開始便看別人怎麼教我就怎麼教的策略進行教學，但實際操作時總覺得不順，總是會東缺西缺的，不是秩序沒把控好，或者器材空間與時間沒分配好，不然就是引起不了學生的興趣，聽著他人的意見使得自己更加確信了專業性敘事的重要性。但有趣的是，其他的體育教師也未必沒有我遇到的問題，而且一樣的操作，不同的班級與對象也會有不同的效果，當規範性論述不斷地發生反例時，這反而讓我感到了一絲的慶幸：說不定問題不在我身上。當我逐漸獲得學生的認同時，便試圖轉向學生那端，透過與學生的對話從他們的意見去建構體育教學，但這裡也遇到了矛盾，一方面是每個學生都有不同的意見，遇到衝突時會卡在中間，另一方面則是，有些學生只想混學分，有

些對體育課有陰影，有些只想自由地打球，然而，若是完全依照學生需求或放牛吃草又讓我感到不妥。雖然我還是會嘗試依照這些框架去進行課程的編排與實踐，但漸漸的自己也不再被其框限，也開始願意去思考：為什麼他們不喜歡體育課？為什麼我能理解他們的處境？為什麼他們不想上課想要自由活動？為什麼我卻覺得這樣不妥？在我嘗試與他們進行連結之後，我轉過頭來反問自己：為什麼我會想繼續當體育教師？當我不再執著於與傳統專業敘事和規範性論述的衝突時，便開始能重新與自己進行連結，而其也逐漸不再是那原先壓迫我存在的事物了。

記得在大專階段筆者的術科表現相當不好，進而失去了修習教程的資格，那時一直以為是自己的身體素質與協調不好，所以才導致許多的術科測驗沒有過，當時也因受傷頻繁一度以為自己不適合念體育並討厭運動，在陷入一連串的自我否定後進而考慮休學。到了大四突然生了場大病導致身體幾乎癱瘓，治療出院後身體因神經與肌肉的萎縮，故重新開始學走路復健，但當時又由於田徑要重修，這使得我必須想辦法恢復並通過測驗以避免延畢。當時測驗項目是鐵餅、標槍、跳高與 800 公尺，本來以為會因為身體的狀況而沒辦法通過測驗，但縱使考試時身體的肌力仍未恢復到生病前的一半，最終仍通過測驗。在復健與練習的階段，我發現當身體沒有足夠的力氣像以前那樣活動時，這反而卻開發了去尋找以往未曾注意到的，運用身體的技巧與能力，最終在不斷地探索與練習後通過了測驗。在那段時間，每一次感覺的發掘與成績的突破都讓人感到快樂，同時我也得到了一個心得：當你甚麼都沒有的時候，你才會發現自己還剩下甚麼。原來，不是條件或能力的問題，因為在那麼困難的狀態，發現原來身體好的時候都沒辦法通過的測驗當時的我卻通過，所以這個「我」本身就具有那種可能性，只是之前都未曾發掘過罷了，而在那之後我開始重新喜歡上了運動。

當陷入到原先的身分認同與各種教學恐懼所帶來的困擾時，反思時我

直覺地想到了這段大學的過往，並且對自己當時的掙扎與努力感到自豪，漸漸地便不再執著於角色資格問題，而是回到自己對運動的這種喜愛當中。或許我不一定要成為一般人理想中的體育教師，而是回到那段歷史上汲取教學的力量，讓學生能像為了考試而努力的我一樣看到自己的這種可能性，並且不去被那些測驗侷限，而是透過運動的過程玩樂與探索，體育教學與其說是傳統意義上的灌輸與複印，倒不如更多的是引出，讓他們找到自己在運動上的可能性。如網球發球若是十顆只進一顆，或許為了提高命中率我們會根據每一次的失誤而去進行調整與修正，並忽略了進的那一顆，但反過來說，在甚麼都不會的「現實」狀態下，我們還是能打進去一顆，這意味著我本身是有進球的能力的，縱使動作不標準或失誤過多，但我是會進球的。從這種立場出發，教學時與其強調標準動作的學習與固化，倒不如讓他們去研究用手或不同的握拍，甚至是用不同的揮擊方式和擊球部位，透過分組與設定限制去發明「發球」，在玩的過程中逐漸向我們理想的發球靠近。此外，面對較難的相互抽球時，我們也可以更改其條件，如改用手掌擊球或是改握拍框的迷你網球，還有調整距離與打擊角度和彈地次數限制，甚至是讓其分組發明抽球的遊戲，透過變更其處境後讓學生能夠透過去玩這項運動來探索自己與該項運動的可能性。或者設計個情境或任務，然後就陪著他們去探索網球，在探索的過程中他們也重新理解了自己，當我傳遞了或是他們實現了：他們是能玩網球的。這一訊號時，我與學生一起合作與探索這種從自身的現實性去發展可能性，並透過這樣的操作，重新與學生產生新的連結，並與他們一起和發球這一課題及網球這一偉大事物連結，我們不僅欣賞費德勒的發球，也會嘗試模仿 Bahrami 的搞笑網球片段，當他們每一次成功的創作或實現這種可能性時，我找到了在專業性敘事與規範性論述外的另一條路，並不斷地從中進行自我整合並建構出新的教師自我認同。

如今，當回過頭去閱讀與理解現有的教育理念與課綱，去陪著後輩練

術科、試教和考教甄，聽著他們談論各種書面或術科的考題時，我不再感到甚麼不安或缺憾，相反地，也漸漸能從自己的經驗與立場對這些內容重新進行理解。而且當我開始重新以新的態度去面對傳統專業敘事與規範性論述時，發現許多觀點似乎也與當代的體育教學敘事相似，故後來的我不再對其排斥與徬徨無助，或許正是這個一直被認為是在壓迫與否定著本科非專教師的非存在，才讓我得以透過其找到了另一種存在敘事，即使這個敘事最終與其有著很大程度地重合與衝突，其始終是構成這一新敘事的原料。雖然教不好的狀況仍會出現，但現在的我卻不再那麼害怕被人說不會教了，因為我找到了一種新的存在方式，縱使我與其他教師不一樣，但我知道自己是會教體育的。回到 Palmer 所說的人格整合與自我認同，我開始願意肯定自己一直以來的努力，我是一個本科背景的非專體育教師，我不再執著於自身存在與角色資格之間的合法性，相反地，我對因這樣的背景而走出另一條路的自己感到認同。

（二）以課題為中心的體育教學

本科非專體育教師的養成過程，主要是以直接教學經驗與對規範性論述的矛盾辯證為主，與專業性敘事相反，他並非是先具備好能力才投入教師角色，而是先是教師角色，之後才以碎片化的形式補充規範性論述，並在這一辯證過程中以另一種方式建立教師自我認同。就筆者而言，在傳統對於體育教學在教育理想功能與目標的論述起初是沒有太在意的，因為當時的我是喜歡許多形式的運動才念體育系和當體育教師的，而非有甚麼教育理想，簡而言之，那時除了對教育的刻板印象外，一般教育的概念與理念是模糊的。在這樣的狀況下，體育和運動的區別對我而言也是較為混亂的，一般而言兩者皆涉及到身體活動，只是前者較強調教學關係與教育意義，後者則是指從泛化的身體動作（movement, motor）到較具遊戲性質

且制度化的身體活動（sport），⁶⁴然而，體育教師不可避免地必須談論著以偏向教育為主的體育，他的職責在於教學，如以專業性敘事所規定的，即在課綱的範圍下去設計與教授課程，但這裡產生了幾個問題，即：大專沒有共同的課綱，非專教師如何在僅是熱愛運動的狀況下成為一個「稱職」的體育教師？或者是在沒有規範性論述的支持下，如何僅憑自己意見與興趣去教授體育課程？又如何使這種行為合理化？

此外，對做為本科非專教師的自己而言，由於其本科背景導致其在談論教育時是有壓力的，此外，我能接受非本科的非專教師教授其專長項目，但當他在沒有修習過術科課程的狀況下，去教授大一體育等多元體育課程時，在當時我似乎心裡有到關卡過不去。這種問題較多是源自於自身體育本科的背景，即放不下在就學時的那些在體育專業上的付出，縱使我認為自己未修習過教育專業，然而即使要我接受他們這樣的合理性有一定的困難，但又不禁被他們的熱情與勇敢給感染。此外，傳統體育敘事將運動作為手段，全人教育作為目標，在這樣的狀況下，運動本身僅剩下工具性價值，這也使得敘事將回到學生自身「發展」的論題上，這或許在多元體育課程是合理且有效的，但在普通體育課程時，對站在傳統體育敘事框架外的我而言，不免會懷疑：在談論培養終身運動時，當我們透過某項運動發展了學生的能力或素養，這是否意味著他就會喜歡或者被這項運動吸引呢？面對上述非專教師對自身、他人與學生的這些矛盾，Palmer 以課題為中心的理論框架提供了我們一種使矛盾共存，且包容性較高的詮釋路徑。

Palmer 將教學設定為是創造一個追求並實踐真理的空間，真理作為一種對重大事物的永恆對話，它透過課題及偉大事物而被限定與知覺。由於本科非專身分對傳統體育敘事的矛盾情感，使我轉向對自己的原初感受，

⁶⁴許義雄，《現代體育學原理——基本概念》（新北：揚智文化，2017），125；歐宗明，《體育教師角色之輪廓》，49。

即我喜歡運動這件事，並用本體論的運動一詞來建構對體育的新敘事，這使得我將運動設定為偉大事物，其他關於該運動的技術、能力與成就則成為了較為具體的課題，教師作為中介角色創造一個環境，讓所有成員感受到偉大事物的魅力，並投入追求真理的行動當中。正如醫學教育的例子，當我們圍繞在課題中且嘗試解決時，便實現了教育。如以武術為例，當我們以護身倒法為課題時，可先以基本的倒法與傳統地直接教學法及解說為主，其中保留幾個要求學生分組研究並實現，之後再各組相互教授各自負責的部分。此外，也能讓其在安全的範圍下，讓各組自行發明倒法並分享，完成後可讓其自行編排倒法組合並依其興趣，以單人、團體或陣形設計形式拍攝成影片。更進一步地，可以轉向讓分組以網路之假氣功大師的影片，去模仿與設計被假氣功衝擊後的各種浮誇的倒法，或者嘗試兩人一組，以武打的概念一個打一個被打倒在地，要求其設計不同的打擊與倒法的配合，之後編排一段相互打擊與倒地的片段。在過程中，我們不斷地被吸引去以對如何倒下去進行探索，雖然仍須以嚴謹的編排為主，但因為我們很清楚當大家被課題給吸引與召喚時，此刻我可能想不到太多的教育理念或規範性論述，原有的編排將會被許多「即興」打亂，中斷也可能隨時發生，只因每個人都可能找到新的方式靠近護身倒法所延伸的種種課題，並引出自己的某種真理。此刻，我們所有的正負面情緒與現象都揭示著彼此的連結，因此我必須和他們站在一起見證，他們的創意就如同畫家的作品一樣，用行動呈現出他所知覺到的世界，而誰又能不喜歡上自己所「真正」投入的事物與創作呢，而作為教師的我，便在期待或引導著這種關鍵時刻（critical moments）⁶⁵的到來。

被課題吸引的現象不僅在學習某一技術的學生身上可看到，也能在老師和學生一起打的畫面上看到，對我而言，在思考怎麼教與學習種種規範

⁶⁵ 帕爾默（Parker J. Palmer）著，《教學的勇氣——探索教師生命的內在視界（*The Courage to Teach: Exploring the Inner Landscape of a Teacher's Life*）》，168；Parker Palmer, *The Courage to Teach: Exploring the Inner Landscape of a Teacher's Life*, 145.

性論述之前，我首先是被一般視為手段的運動給吸引的，我知道它有一種魅力，那是在我還是小男孩時就感受到了，之後在就讀大專、當運動員與教書時的種種經歷中更加深了的。除了我懂得或擅長的項目外，在運動這一偉大事物的範圍下，我也相信其他我不熟悉的項目也具有這種源初的魅力，運動的魅力不僅在我的行為與言語上能被感受到，在那些認真教學的傳統敘事下的體育教師身上也能感受到，重點在於我們如何去探索與被它吸引，而體育教師、非本科非專體育教師與本科非專體育教師他們只是採取了不同的方式回應了這種召喚罷了，也正是在這回應的過程中，各種教育理念與教學法才被賦予了定位與價值。

（三）成為體育教師群體的一份子

在本科非專背景的自己對專業性敘事與規範性論述的矛盾情感中，其作為一個合法卻不合理的存在，這種存在由於其源初那資格缺失的恐懼，導致其與正常體育教師之間，不自覺地形成了一種緊張關係，這種關係在不會教的恐懼中那被表現出來，因此，這樣一個合法不合理的存在該如何面對合法且合理的存在成為了一個難題。

然而這種緊張關係起初以為會因雙方在存有論上的矛盾而導致變為相互敵對的，如前所述，正常體育教師的存在及其對筆者的視線與言語一度被認為是一種外部的威脅，但這種緊張與威脅並非是經驗的全部。因為在這些導致筆者產生自我懷疑的視線與言語中，我也體會到包含在其中的擔心與關心，此外在相處中，我們仍會一同探討體育教學，並在過程中有意無意地告知或補充那些原先我所缺失的規範性論述（甚至在某種程度上轉化了我對規範性敘事的抗拒心理），還有透過交談相互獲得肯定與認同，且無論是在相處的當下亦或是在進行反思的現在，我發現他們的確將視我為一個體育教師來對待，並使我認為：我們有著同樣的身分。或許存有論上的矛盾，並非一定會造成雙方生存上的衝突。

回想這一段教師自我認同的建構過程，起初我以為自己一直在這「正常」的體育教師角色的邊緣來回游走，甚至可能是被驅逐於這一群體之外。然而，當對這段過往的所有關係進行反省時發現，我並非是孤立地、被壓迫地走在成為體育教師的這條路上，相反地，我以各種方式與其他體育教師進行連結與對談，從相互的肯定與否定中，逐步地建立並轉化教師的自我認同，我一直都在這個名為體育教師的群體當中，與裡面的成員互相交往與對話，並透過教學實踐時所遭遇到的種種問題一同追求其中的真理。而過程中的恐懼與否定、認同與肯定，都是在群體中交往的一個片段，存有論的差異並不影響我們彼此之間的分享與交流，甚至，差異反而可能使我們展開更不一樣的對談，並拓展了彼此的視域。

但是這樣的連結雖然在本科非專體育教師的自我認同形成上有著一定的幫助，並且有時緩解了身分上的因矛盾引起的存在困境，但這種與他人的連結仍因恐懼而導致其是以一種較為被動地方式產生的，甚至可能會因為為了追求對方的認同而採取了，如批評他人或壓抑自我等不適當的方式。對於此問題，Palmer 所提到的組成諮商小組以進行傾訴式的漫談，或許會是個比較穩定且安全的作法，但除此之外，同樣作為體育教師的我們，如果我們真的相信自己與運動那千絲萬縷的關係，並直接面對那對運動的原初熱愛，那麼我們可以嘗試去自發地組織或加入某個運動團體或是運動課程，透過與團體中各種各樣的成員和運動愛好者一起參與合作，透過重新投身於運動世界，之後在教與被教的過程裡從中獲得認同形塑與成長的養分。又或者，投入到體育教師的社群當中，但這需要足夠的勇氣說服自己（無論是懸置亦或是直面存有論上的差異），如草根體育協會的活動或國際體育教學研討會等，其透過活動形式的操作，使參與者形成一個小型的求真群體，但其重點不僅在於學習各種教學觀念或教學法，而是透過這些參與教學活動重新體驗教與被教的關係，看到體育教學的各種可能性。而在過程中成員透過身體、運動與對話，相互連結與開放，這樣除了

能讓自己因求真運動而暫時忘了原先的存在困境外，還能重新為自己與他人進行定位，形成新的關係連結並展開新的存在意義。最後，無論是何種選擇，只要採取了行動，我就能透過參與群體重新與自己和解：我透過參與群體的過程得以「承認」他人與「被承認」，我是一個和群體站在一起的體育教師。

(四)認同自我

本文的經驗文本其發展理路可從表一中看到，其從一開始所遭遇到的身分難題與教學困境干擾，進而形成種種的自我否定與教學恐懼，之後透過一次次地反省與行動，在每一次的事件中嘗試找到一種能同時應付規範性敘事與內在自我論述的方法，並且逐步地找尋自身身分的合法性與人格整合。從這一段探索中，我們發現存在主體與角色身分始終維持著一定的

表一 經驗文本的發展脈絡

	難題	應對	結果
教學初期	1.資格難題 2.教學困境	1.補充規範性敘事 2.觀看與模仿同儕 3.自我檢討	1.自我否定 2.教學恐懼
教學中期	1.認同衝突 2.教學恐懼	1.自我反思 2.重新定位傳統體育教學敘事與自身關係 3.探索教學可能性 4.繼續補充規範性敘事	1.重新思考體育教學 2.重新建構教師自我認同 3.逐漸產生自我肯定
現今	1.與體育教學專業的矛盾情感	1.反省過往經歷並重新賦義 2.從其他角度重新建構處境與詮釋意義	1.人格整合 2.開始願意面對矛盾 3.找到自身身分的合法性基礎 4.發現願意繼續成為體育教師的動力與勇氣

註：作者自行整理

張力與衝突，然而在晦暗的實踐行動中，一勞永逸的方法對於其而言已不再是重點，真正的焦點在於，如何在面對種種衝突與困境時，存在主體仍願意帶著這一身分繼續走向世界。

勇氣是一種具有「不顧（in-spite-of）」性質的自我肯定（self-affirmation），其不顧那些有可能阻礙自我肯定的東西。⁶⁶

當初次閱讀到醫學教育的例子時，直接感受到一種身分認同上的解脫，並發現自己的過往與教學可能有其他的理解，本文的立場不在於反對專業性敘事與規範性論述的必要性與合理性，或者是非本科非專教師的存在合法性。因為被運動吸引然後根據課題依其立場採取不同行動回應其召喚，作為一個教師，在價值或效益的層次上或許有對有錯，但在存有論的層次上，只要他受到運動的召喚並全心投入到這種求真的過程，並努力地引導學生展開與認識其真理，那麼他做為教師的身分就不該被質疑。我們的重點也並非是試圖取消傳統專業敘事與規範性論述的合法性地位，相反地，我們正是肯定其合法性地位，才試圖為如筆者這般在其合法性之外的族群，找尋並勾勒其追尋自身身分認同的合理性軌跡，並且發現，本科非專教師的養成始終脫離不開它們，無論我們如何抗拒與逃避，始終仍處於當代的體育教學脈絡當中，並從各個面向豐富其發展，在求真的過程中成為其復述與補述：我始終在尋找自己的合法性依據...始終在試圖與專業性敘事和解...。然而，在這強調多元差異與互相尊重的時代，這樣一種邊緣的聲音與掙扎，也應該有被聽到與被理解的權利。

故本科非專體育教師的人格整合的重點，或許不在於糾結於專業性敘事與規範性論述的有無，或者是在其之後所衍伸的種種矛盾，優質教學也不該僅糾結在種種由規範性論述所限定的教學法或技巧之下，而是回到在這些事物之前的那種對運動的原始感受與吸引當中。它可以是單純地肢體

⁶⁶Paul Tillich, *The Courage to Be* (New York: Yale University Press, 1952), 32.

活動或遊戲，也能是複雜的競技運動，只要我將自己投入其中，並引導著學生回應其召喚，那麼，教師的自我認同就在每一次的行動與反思中生成，我就是一位真正的體育教師，當我引導著學生追求的過程中，縱使受到許多阻礙與否定，但每一次的中斷都是我反思與建立各種關係的契機，我也可能再陷入到種種的恐懼當中，害怕被人說資格不符、不會教，也擔心教不好，但當我仍繼續以一個體育教師來自我肯定並持續努力時，我便展現了一種教學的勇氣。

五、結語——勇敢地教體育

本科非專是一個矛盾的概念，教育學程好像是心理的一道創傷，而我是被這時代所拋下的產物。⁶⁷

閱讀《教學的勇氣》時，筆者感受到一種「回到真實教學體驗」的呼喚，勇敢地探索與談論生存實踐，是當代運動哲學的主要核心。本文的焦點一方面在於喚起對當代邊緣族群的關懷，尤其是在教程刪減與體育科系轉型後的這一代人，另一方面也試圖強調對教師在靈性關懷的重要性，而我們所勾勒出的事件與反省，都在某種程度或角度上，透過本文發出、發現並記錄了我們這群人的聲音。故本文從本科的非專體育教師對自身的疑問開始，一步步地分析不同的恐懼，並挖掘出深藏於其中的種種矛盾，之後透過 Palmer 的理論框架重新對非專教師的自我整合與認同建構的過程進行理解與詮釋，其由於專業性敘事的缺失與規範性論述的矛盾情感，使

⁶⁷ 筆者是該師範院校第一屆確定未符合班級排名要求，被取消修習教育學程資格的體育系學生，在得知無法修習結果的當下，這消息一方面意味著自己是被淘汰者，另一方面則是宣告自己與當初報考體育系的目標無緣的結果。雖然後續仍是有其他機會獲得修習教育學程的資格，故這樣的論述並不合理，然而，卻是筆者當下所身處的，一個明知不合理卻又無法直面與走出的存在困境。

得在教師角色與自我認同之間產生了許多地磋商，本科的背景與大專體育教學的環境使得磋商更加地複雜。而當其透過將矛盾擱置並返回自身，對自己進行更原初的追問後，便在專業性敘事外找到了另一種新的敘事方式（縱使其仍舊依靠著傳統敘事與規範性論述而養成），也或許正是在沒有修習過教育專業的背景下，他才得以透過與專業性敘事若敵若友的關係，展開自己的另一條教師自我整合的旅程，敘事沒有對錯，重點僅在於能否順利形成具有積極意義的教師自我認同。

此外，現今的體育敘事提供了一個更具有彈性的規範性論述，如關係論、教師為中介與重視情境脈絡等等，⁶⁸這使得當代的體育教學有了更多的彈性，本文並非反對體育教師專業養成與之延伸的規範性論述的必要性，而是試圖找尋那縱使是如筆者這樣的身分，也能夠使之具有存在合理性的基礎。然而，不管是何種身分，作為體育教師在教學過程中，還是會遭遇到各種不同的中斷與難題，並且許多時候會讓我們深陷其中，並造成各種在體育教學上的自我懷疑與否定，甚至更進一步地形成種種關係的分割。但不管如何，當我們在遭遇這些困難與恐懼時，除了回到專業性敘事與規範性論述，或者是各種教學法以外，本文除了為如筆者身分的群體找尋一合法性基礎，亦提供了另一種路徑與方向，即重新思考自己對教學的看法和返回自身進行探索，詢問自己為何當初想要當體育教師？為何現在還想繼續當體育教師？

這是個沒有辦法完成回答的問題，也是任何一個教師在追求自我認同時，不斷反問、探索與實現的問題，正如做為非專教師的我，在教學時仍舊會遭遇到許多的困難與恐懼，也在不停地面對並嘗試著回答這些問題，但無論如何，因為我喜歡運動也被其吸引，我還是願意繼續作為一位體育教師，並以這樣的身分繼續教體育。而從這一連串的反思中發現，或許，

⁶⁸掌慶維，《素養導向職前體育師資培育課程與教學——理念與實務》（臺北：臺灣師大，2021），9-16、19、26-27、46-48。

回到這種對運動源初的熱愛是我現在所找到最適合的答案，也正是這種熱愛，讓我繼續留在追求教師自我認同的路上，應該說：對運動的熱愛激起延續了一種對於體育教學的勇氣。同時我也相信，這種熱愛在某一程度上，也是這些繼續在體育教師這一社群裡的成員們，願意接受其召喚並繼續投入於其中的重要原因。最終，存在的困境可能還會再出現，但我已不再害怕，體育教學的勇氣指的就是這樣一種不顧各種在教學上遭遇到的恐懼與否定，仍願以體育教師的身分不斷地進行自我身分認同與肯定的勇氣，即：為了作為一位體育教師而想盡辦法以這身分活下去。就如同本文裡的本科非專教師一樣，重點不在於對規範性敘事的接受與拒絕，因為我們始終在體育教學這一課題的範圍下一起努力著，而是在每個人如何在各自不同的處境下，發展並建構出自己的體育教學，最終形成屬於自己的敘事。

參考文獻

- 李亦芳，〈聆聽她／他們的聲音—多元身分下國中體育教師專業認同之建構〉，《臺灣運動教育學報》，3.2（臺北，2009.07）：61-78。
- 李歐塔（Jean-Francois Lyotard）著，《後現代狀態——關於知識的報告書（*La Condition Postmoderne: Rapport sur le Savoir*）》（車槿山譯），臺北：五南，2015。
- 帕爾默（Parker J. Palmer）著，《弔詭的應許——在矛盾中擁抱生命（*The Promise of Paradox: A Celebration of Contradictions in the Christian Life*）》（陳永財譯），香港：基道，2016。
- 帕爾默（Parker J. Palmer）著，《未來在等待的教育——從創造生命的空間開始（*To Know as We Are Known: Education as a Spiritual Journey*）》

- (宋偉航譯)，新北：校園書房，2015。
- 帕爾默 (Parker J. Palmer) 著，《行動靈修學 (*The Active Life: A Spirituality of Work, Creativity, and Caring*) 》(吳家綺譯)，臺北：商周，2017。
- 帕爾默 (Parker J. Palmer) 著，《教學的勇氣——探索教師生命的內在視界 (*The Courage to Teach: Exploring the Inner Landscape of a Teacher's Life*) 》(藍雲、陳世佳譯)，新北：心理，2009。
- 帕爾默 (Parker J. Palmer) 著，《與自己對話 (*Let Your Life Speak*) 》(吳家綺譯)，臺北：商周，2017。
- 林靜萍，〈從技能到素養——三波教育改革中體育課程目標與教材的演變〉，《學校體育》，168 (臺北，2018.10)：5-13。
- 阿爾穆 (Kathleen Armour) 著，《運動教育學——理論與實務 (*Sport Pedagogy: An Introduction for Teaching and Coaching*) 》(李亦芳等譯)，臺北：禾楓，2016。
- 施登堯、魏豐閔，〈十二年國民基本教育下的體育師資培育課程革新〉，《學校體育》，162 (臺北，2017.10)：51-59。
- 徐敏雄，〈P. J. Palmer「教學的勇氣」之理念及其在教與學的蘊義〉，《當代教育研究季刊》，24.4 (臺北，2016.12)：145-174。
- 教育部，〈師資培育法〉，<https://law.moj.gov.tw/LawClass/LawAll.aspx?PCode=H0050001>，2023.10.25 檢索。
- 教育部，〈教師法〉，<https://law.moj.gov.tw/LawClass/LawAll.aspx?pcode=H0020040>，2023.10.25 檢索。
- 教育部，〈體育政策白皮書〉，<https://www.sa.gov.tw/Resource/Other/f1519884683203.pdf>，2023.10.25 檢索。
- 許義雄，《現代體育學原理——基本概念》，新北：揚智，2017。
- 陳鉸裴、林靜萍，〈體育教師專業認同之強化〉，《臺灣教育評論月刊》，10.4 (臺北，2021.04)，82-86。

掌慶維，〈體育師資培育政策之展望〉，《學校體育》，139（臺北，2013.12）：20-26。

掌慶維，《素養導向職前體育師資培育課程與教學——理念與實務》，臺北：臺灣師大，2021。

程瑞福，《學校體育課程與教學——從標準化到彈性化》，臺北：國家教育研究院，2010。

黃嘉莉，〈教師專業制度的社會學分析〉，《師大專報：教育類》，53.3（臺北，2008.12）：125-151。

劉先翔、周宏室，〈臺灣體育學術研究大專法修正後大專體育教師之難題與轉變——敘事探究取向之研究〉，《臺灣體育學術研究》，49（桃園，2010.12），1-27。

歐宗明，《體育教師角色之輪廓》，臺北：師大書苑，2015。

謝文偉、潘義祥，〈體育教師職涯專業發展階段之探討〉，《中華體育季刊》，30.1（臺北，2016.03）：9-16。

Deborah Britzman, "Cultural Myths in the Making of a Teacher: Biography and Social Structure in Teacher Education," *Harvard Educational Review*, 56.4(Cambridge, December 1986): 442-457.

Deborah Britzman, "The Terrible Problem of Knowing Thysself: Toward a Poststructural Account of Teacher Identity," *The Journal of Curriculum Theorizing*, 9.3(Toronto, January 1992): 23-46.

Douwe Beijaard, Paulien Meijer, Nico Verloop, "Reconsidering Research on Teachers' Professional Identity," *Teaching and Teacher Education*, 20.2(London, February 2004): 107-128.

Maryellen Weimer, *Learner-Centered: Teaching Five Key Changes to Practice*, San Francisco: Jossey-Bass, 2003.

Michalinos Zembylas, "Constructing Genealogies of Teachers' Emotions in

Science Teaching,” *Journal of Research in Science Teaching*, 39.1 (Hoboken, December 2001): 79-103.

Michalinos Zembylas, “Interrogating “Teacher Identity”: Emotion, Resistance, and Self-Formation” *Educational Theory*, 53.1(Urbana – Champaign, January 2003): 107-127.

Parker Palmer, *The Courage to Teach: Exploring the Inner Landscape of a Teacher's Life*, San Francisco: Jossey-Bass, 1998.

Parker Palmer, *To Know as We are Known: Education as a Spiritual Journey*, San Francisco: Harper, 1983.

Paul Tillich, *The Courage to Be*, New York: Yale University Press, 1952.

師中之詩

——體操教練與選手互動的自我敘說

張淑雅*

胡天玫**

摘 要

本研究從運動員第一人稱視野，敘說研究者過去身為體操選手與中國陽陽教練之間的互動，引發了研究者對體操、對生活的詩意思象。本研究目的為探討中國陽陽教練與選手互動故事的意義，並敘說體操訓練的詩意思象經驗。研究方法採自我敘說，並以幕升、幕降的結構來呈現敘說情境，以便更好的拉出了獨立的空間進行自我敘說，使我們跳脫情節的束縛重新審視故事，跳脫當局者迷的困境，看清事情的全貌。研究結論發現，陽陽教練具有魅力型領導特質，教練以真誠、用心待選手，使研究者對其由排斥轉為接納，在教練身上學到的不僅止於運動層面，更多的是陽陽教練傳遞的生活態度。此外，研究者由「充滿靈魂的成套編排」、「訓練中的超越精神」、「集合時的詩意思象」、「流露於細節中的溫柔和浪漫」，四大面向感受到陽陽教練充滿詩意的想像世界。最後總結成功外籍教練包含「教練專業的堅持」與「真誠的感情」兩項特質，兩者兼具方能與選手建立良好的關係，彼此互信，成就彼此。

關鍵詞：外籍運動教練、敘事、教練專業、詩意思象、體操

*張淑雅，國立臺北教育大學體育學系碩士，Email: ggcbao0802@gmail.com。（通訊作者）

**胡天玫，國立臺北教育大學體育學系教授，Email: hu@tea.ntue.edu.tw。

Poetry in Coaching: Self-Narrative Toward the Interaction Between a Gymnastics Coach and an Athlete

*Shu-Ya Chang **

*Tien-Mei Hu***

Abstract

This paper presents the perspective of its author, a gymnast, on past interactions with Chinese coach Sunny, which inspired poetic imaginations about gymnastics and life. The goal is to explore the significance of the interactions between the coach and the gymnast and to describe the poetic experience of gymnastics training. Through self-narration structured with a rise and fall narrative, the story is reevaluated in an unbound fashion, free from the confines of the plot and the biases of being an insider, thus revealing the complete picture. The findings indicate that Sunny possesses charismatic leadership qualities and treats gymnasts with sincerity and dedication, which shifted the author's initial resistance to acceptance. The lessons learned from the coach extended beyond the realm of sports, encompassing the life attitudes imparted by Sunny. Additionally, the author experienced Sunny's poetic world through 4 aspects: "soulful choreography," "transcendence in training," "poetic imagination during assembly," and "gentleness and romance in the details." The conclusion outlines that a successful foreign coach embodies

*Shu Ya Chang, Master, Department of Physical Education, National Taipei University of Education. (Corresponding Author)

**Tien Mei Hu, Professor, Department of Physical Education, National Taipei University of Education.

professional dedication and genuine emotions. Both qualities are essential for establishing a trusting and mutually beneficial coach–athlete relationship.

Keywords: coaching profession, foreign sports coach, gymnastics, narrative, poetic imagination

一、前言

在想像中，我把自己移置到一個想像的世界，但我周圍的真實世界還是我相信的，這是我在其中而進行想像的原本脈絡。我所想像的所有事物都有著一個不真實的質感；想像的事件不會像過去所發生的可怕事件般，把我綁在深深的悔恨或驚嚇之中。(Sokolowski, 1999/2004, p. 111-112)

「枯燥乏味」是運動訓練的宿命嗎？運動經驗是否也可以是一種詩意思想像經驗？詩意思想像於藝文領域的探討較廣泛，在其他領域中的研究甚少。文學創作尤其是詩歌創作中的各種藝術的表現或是文法的運用，諸如比喻、起興、誇張、擬人、暗示、象徵等皆以想像為基礎（胡曉靖，2006）。詩人創作詩詞，藉由詩詞傳達詩意，使讀者在領會詩意的同時進入想像的世界。法國哲學家 G. Bachelard (1958/2003) 曾言，當詩歌激發了人們內在的深切感而對詩歌產生共鳴，透過意識的領悟，使我們更能夠進入創作者的創造意識當中，並嘗試與其進行交流（蕭永陞，2008）。在進行交流的過程中所產生令人心醉神馳且迴盪不已的清新詩詞意象，是為詩意象 (poetic image)，而詩人與讀者因詩意象的刺激，而帶著詩意內涵進行的想像活動則為詩意思想像 (poetic imagination) (林慶宏，2020)。

詩意思想像乃是處於一清新存在狀態的徵兆，此一清新存在，即幸福的人 (Bachelard, 1958/2003)。事實上詩意思想像不僅限於詩歌中，只要在想像中出現清新幸福感，就可稱之為詩意思想像。林慶宏 (2020) 以 G. Bachelard 「詩意哲學理論」作為理論依據，透過經驗敘說與詮釋競技運動世界中「運動詩意思想像」，並以此為基礎建構運動詩意哲學。由上可得詩意思像是確實存在於運動中的。

在閱讀 Koyo、張文威 (2014) 以康德對尊敬 (respect) 的定義來探究運動員超越輸贏結果、產生相互尊重的意識與態度背景條件之研究時，當中提到當運動條件達到一定質量的水平，運動選手會產生一種崇高感 (the feeling of sublime)，此時將會進入一個近乎想像的世界，選手們會超越現實，相知相惜的情意在彼此間流動，並且醉心其中。2020 東京奧運羽球女單戴資穎與依瑟儂的八強之戰，雙方一來一往多拍來回，戴資穎以背後回擊之姿救球，而依瑟儂向前飛撲，救球後一同倒在球場上，那一幕，她們彷彿身處另一個世界，彼此的倒地不是氣力放盡，而是和最可敬的對手共享技術切磋的過程與棋逢敵手喜悅的儀式，這是運動場上最美的畫面，而此種想像，也呼應了詩意想像的內涵。

如同想像，詩意想像也相同具有將自我轉置另一個空間中的特質，但相較下，詩意想像似乎多了一份唯美 (aesthetic)，讓我們沉浸在其中無法自拔。在本文中詩意想像所指即在想像基礎上加入了唯美的成分，讓我們深陷於想像情境中，更深刻體會想像之美。

研究者本身與中國體操教練——陽陽教練 (匿名) 於 2007-2008 年的互動經驗中，就曾經驗到想像的美好感受。但回想第一次接觸陽陽教練，儘管同處華語國家，溝通上不存在語言問題，內心卻是隱隱抗拒的，與當時習慣的歐式以及臺灣訓練風格不同，陽陽教練在訓練上質量並重，要求每一個動作都要與完美分毫不差才過關，除此之外，對選手的作息、飲食、生活態度等其他方面也有許多不同於以往的嚴苛規條。另外，面對來自一個熟悉又陌生國度的教練，說著相同的語言，但彼此間的文化背景卻存在甚大的差異，如此跨文化適應可說是一條漫長又不易的道路。

Yoo 等 (2018) 的研究表示，Hang Seo Park 和 Guus Hiddink 兩位外籍足球教練領導風格完全不同，但兩者都具有超凡的魅力領導著球員，讓其信服。張鼎乾 (2014) 彙整出魅力領導為領導者利用個人的魅力或行為上獨特的作為，創新團隊願景，激發團隊意識，贏得組織成員的信任，達到

比預期更高的任務與績效的領導效果。除了具備專業能力外，若是適時展現恰當的領導行為，不僅讓管理工作更有效率，更能展現教練角色，使運動選手心悅誠服，成為帶人又帶心的好教練。前南韓女排隊長金軟景也曾於媒體上表示，義大利籍教練 Stefano Lavarini 總有著一股神奇的魅力，讓選手聽從並跟隨他的腳步前進。是以外籍教練若具有魅力領導特質，則會對團隊有正面的影響。

Barker-Ruchti & Schubring (2016) 的研究顯示在高水平表現的體操運動員發展中，教練實踐是對年輕運動員會有長期影響的。作為體操選手的研究者因為陽陽教練專業的教練實踐知識，從抗拒轉為信賴，開始接納新的訓練方式並積極的配合，自此陽陽教練成為了研究者運動生涯中最重要的的人。在其指導下，訓練中感受到從未有過的新體驗，使得研究者更加投入、沉浸在體操的世界，享受運動的舞臺，無形當中超越了原本的水平與限制，和以前總拘泥於動作技術、害怕面對比賽場上的未知有很大的不同。如同劉一民 (2005) 在《運動哲學新論》中所提運動場上的身體體驗的根本狀態，具有活潑創造性的特質，是超越限制開創潛能，超越無知開創體知，超越有我開創無我經驗，最佳的場合之一，也是見證人類創造性最理想的途徑。訓練過程中，陽陽教練在訓練中所提李白的《望廬山瀑布》一詩，讓研究者經歷了一場美麗的想像，於是便以此詩當作契機，開始深掘那段如詩意一般美好的訓練經驗。這首詩就像刻在心上，不論時間的洪流如何沖刷，依然清晰。詩的背後，代表的是一位恩師，一串故事。是以本研究目的為探討中國陽陽教練的體操訓練如何形構出選手的詩意想像經驗。

二、敘說的意義

生命中總有一段重要的故事會一直被記在心裡，這段故事帶來的影響可能不只在當下，它會悄悄的延續到未來，甚至整個人生！於研究者而言與陽陽教練的故事即是如此，但卻很少向他人談起，只是默默的放在心上自我回憶。研究者總認為提早退役的自己似乎不夠資格來談起這段關於運動的回憶，隨著時間的流逝，故事的內容也逐漸模糊，看不清裡面的輪廓了……「日月如流，就這樣讓生命中的痕跡淡去嗎？」在不停詰問自己的同時，也陷入了掙扎和懷疑。要誠實面對自己的過去是一件困難的事，同時也在懷疑故事的價值何在？思考過後決定為自己勇敢一次，誠實面對過往，將故事敘說出來，探究這段故事中的詩意想像經驗與它在生命的意義與價值，同時留下外籍教練與選手之間的文字研究。國內聘用外籍教練的例子有許多，但在選手與教練的來去間，這段共同努力的歷程大多就隨之消散，若將此珍貴的運動詩意想像經驗敘說出，教練的影響是如此深刻長遠，相信能給予外籍教練與相似背景文化的選手很大的肯定與共鳴！

敘說研究作為一種質性研究方法，起源於社會科學領域，旨在通過個人故事的敘述來理解複雜的社會現象和個人經驗（Clandinin & Connelly, 2000/2003）。與量化研究不同，敘說研究強調主觀經驗的深度挖掘，允許研究者通過故事的形式來呈現和解釋現象（Riessman, 1993/2008）。熊曠（2018）整理敘說探究中以自己為研究對象的自我敘說定義：「以自己作為研究對象，經由敘說來回觀照自己的生命史，探索生命發展與演變的脈絡，並從中建構生命的意義。」透過代表生命經驗之「經驗我」、使經驗文本化呈現之「文本我」以及把文本詮釋，將意義歸入生命經驗中的「詮釋我」三者循環，不斷作用形構自我樣貌（賴誠斌、丁興祥，2005）。藉

由說出自我故事的行動，在回憶（經驗我）、書寫（文本我）、思考（詮釋我）之間來回往返，經由敘說整理腦海中片段模糊的記憶並使其意義化，建構故事於生命的真實價值。簡單來說，自我敘說使我們完整了自己的生命。在敘說的過程中，當故事透過描述被說出，便拉出了一個空間讓敘事者不再被故事情節束縛，能在另一個空間觀看自己的故事，重新詮釋並正視問題，為過去身陷故事中的自己解套，得到療癒（蔡健功、陳易芬，2017）。如此看來，自我敘說提供了一個很好的認識自我、找尋真理的途徑，它能夠幫助我們建構生命意義、釐清生命的難題，而這就是研究者想要追求的答案，縱使知道與陽陽教練的故事佔了生命中很重要的一個位置，且深受其影響，但卻不明其原因，就像帶著一團迷霧生活，雖知道這團迷霧很珍貴，但完全不知霧中藏著什麼，心中總是隱約害怕著有一天當雲霧散去，發現裡面什麼都沒有，世界可能會在那一秒鐘崩塌。也時常對這樣的自己感到疑惑，是否因為被洗腦的太嚴重或是有著太強烈的情感作用，才會將這普通的故事看得如此之重？於是研究者決定走進迷霧之中尋找答案，以 Clandinin & Connelly (2000/2003) 的三度敘說探究空間—互動、連續性與情境為基礎進行敘說，從這段經驗中釐清自我，並找到它在生命中的真實定位。

敘說是呈現及瞭解經驗的最佳方式，在研究過程中運用敘事式思考，除了是經驗的一種關鍵形式，也是書寫及思考經驗的一種重要方法 (Clandinin & Connelly, 2000/2003)。敘說探究藉由書寫重構經驗，並在過程中反思。「書寫」、「經驗」、「反思」這些重要的敘說概念皆屬於個人的、內在化的思考，不免產生研究過於主觀而失去信度的質疑。而正當研究主體又是研究者本身，如何確認敘說的故事是否屬實？倘若研究者所描述的故事與事實有所出入，研究價值就蕩然無存了嗎？自我敘說的研究價值並不在於準確地按照生命時序與事實呈現故事，而是保持敘說的真誠性，真實揭露自我內在的想法與感受（洪瑞斌等，2012；Kim, 2015/2018）。在研

究過程中研究者便秉持此原則，誠實面對自我，書寫內心所想。

卸下武裝外殼，展露真實的內在並不是件容易的事。這需要對自己有相當的智性判斷，以避免變成孤芳自賞、過分自省、自戀或追逐私利 (Kim, 2015/2018)。在敘說探究中，應該要保持順暢進出的靈活度，來回穿梭於現場、現場文本與研究文本中，對研究進行持續的反思，保持醒覺，形構完整的敘說探究 (Clandinin & Connelly, 2000/2003)。從而，在本篇論文的第六章：幕降—結語的部分，產生多面向的「我」往返於研究中，其中含括了「故事中的我」是指研究者在選手時期的個人經歷與感受，即對應經驗我；「書寫論文時的我」則是研究者在書寫經驗的當下，思考如何將經驗以文字表達的我，即對應文本我；「身為研究者的我」指的是研究者對文本價值意義化，且對運動學界進行呼籲之自我，即對應詮釋我。這三種「我」來回穿插在研究結論中，相互對話，三者形構出和陽陽教練的互動經驗下所產生的意義與價值。

敘說開始，彷彿走入劇院，成為臺下的觀眾，帷幕升起之後看著自己的故事在舞臺上重新演出，過程中研究者不斷思索該如何撰寫故事的劇本，方能讓臺下的觀眾感受「我」的感受。故事中的主角，我，感受過詩的想像、運動的想像，兩者想像皆為研究者生命創造了「美的經驗」(aesthetic experience)。於是乎研究者以詩為形式，將與陽陽教練有關的此段運動經驗反思描寫進詩，如同余光中也曾以運動詩呈現對運動員的讚頌、運動時面對自我的反思、以運動諷諭時事 (徐錦成，2011)。望讀者能透過研究者的運動詩歌讀出文字堆砌起運動中的詩意與師意。

三、幕升——當蟬遇上夏天

漫長的蟄伏
餵養於土壤，也困於土壤
成蛹
夏日的高溫，催化成長
成蟲
我歌頌著
盛夏的綠蔭
盛夏的潮濕
盛夏的暖風
與我合奏著

——研究者自創詩《盛夏與蟬鳴》

我將自己比擬為蟬，若蟲時期埋於土壤下，吸收養分成長，卻也受困其中。這段時期象徵著我在遇見陽陽教練之前的韻律體操選手生涯，雖穩定成長，卻因訓練環境的限制與自我束縛，未能有突出的表現。直到與陽陽教練在夏季的相遇，如同盛夏催化了蟬的成蟲過程，為我帶來了轉變的契機。當蟬遇見夏天，在絕佳的時機激發出意想不到的火花，我在教練的引導下盡情揮灑能量，突破以往的表現，創造新高度。蟬終於大膽展現醞釀已久的歌喉，與盛夏協奏出最動聽的夏日樂章。

（一）初見：面對新教練的衝擊

暑假來臨，對學生而言，這是最令人期待的假期了！不過對學生運動員來說，暑假就是集中火力瘋狂訓練的時候，沒有所謂的假期可言。手裡

拿著標題為「96 年度體操隊暑假訓練計畫」的我平心靜氣地聽著體育組長說明。不同以往，今年的暑假有點特別，我們將要到中國大陸進行移地訓練，到東莞拜訪未來的新教練。

聽到這個消息，心中對未來教練充滿許多好奇與未知，當時學校結識了有氧競技委員會總幹事，決定協助推廣有氧競技體操，也就是如今的有氧體操，因此隊上將我們這群自幼稚園開始練習韻律體操的女孩們轉項，與競技體操合流，組成更龐大的有氧體操隊。在得知我們要開始轉項練有氧後，其實內心不太樂意，我深知自己柔軟度的優勢在韻律體操中最能發揮的淋漓盡致，而相較於他人較為不足的肌力在柔美的動作中較不易被察覺，韻律體操對我來說簡直是一項截長補短的天選項目！反觀有氧體操，更看重的是肌力與耐力，對柔軟度的要求也不似韻律體操高，理性分析下，有氧真不是我的理想選擇。再者，以個人主觀看法來說，兩者相比，我還是更鍾情於韻律體操華麗的比賽服、形如流水的姿態與花樣的手具。縱使再不樂意，也得面對現實，只能告訴自己：「沒關係，不管什麼項目，只要能繼續『練體操』就可以了！」憑著這份對體操的執拗，內心做出了最大的妥協。很少跟別人提起轉項的經歷，這並不是段愉快的回憶，回溯 2006 當時，這顯然不是一個國小四年級的兒童能夠決定的事。在書寫這段過去時，原本想著已經年代久遠、事過境遷，將這些輕描淡寫帶過即可，沒想到當時委屈的情緒又隨著文字流出，原來它不是不見，而是我把它藏得太深，而讓我有了它不存在的錯覺。

轉項後的第一個暑假集訓，雖然有點不甘心，但因韻律體操女孩們還是同在身邊一起努力，感覺也沒有想像中糟糕，練體操還是一件很棒的事！移地訓練如期到來，拖著行李箱，我們一群人浩浩蕩蕩出發，跟東莞臺商子弟學校借了宿舍和場地，提供我們訓練所需，記得校長很親切的招待我們，還一起拍了合照。之後因比賽再訪東莞臺商學校時，發現合照竟被放在校史館內，感覺很奇妙！

東莞的夏天和臺灣一樣，艷陽高照、又濕又熱，體育組長說新教練正搭著火車從江西到來，明天就能和我們見面了，雖然之前有數次接觸外籍教練的經驗，但心中仍對這位未知的中國教練感到十分好奇，腦海裡不停在想像與教練初見面的情景會是如何？隔天，懷著半期待半忐忑的心情踏進訓練場，體育組長很開心向我們介紹：「這就是你們未來的教練！很年輕，二十四歲而已。」我順著手勢方向一看，心中一驚：「男的！是個男的！」

「欸！教練是男的！」我用氣音跟身旁的隊友說，我們是從韻律體操時期就一同訓練團體項目的夥伴，是運動路上一同努力的「共伴者」，彼此競爭、彼此扶持，從孩童時期到青春期，有過許多回憶，對我來說，這群從韻律體操時期的同伴們就像寶石，是閃閃發光又十足珍貴的存在。因為當時的她們在生命中占據了太重要的位置，退役後我不太主動交朋友，除了她們，我不認為其他人是朋友，我們沒有一起從小同甘共苦的革命情感，怎麼能稱得上是朋友？但很少人能理解這種感情，母親總是以臺語說我「孤佬」又「龜毛」，但我心裡清楚自己並不是這樣。

「雅雅，你不覺得教練看起來有點可怕嗎？」隊友輕聲回應我。

「我覺得他超怪的，根本是個怪人！還是個男生！」我說。

「訓練途中不准交頭接耳！」教練突然大聲說道，同時也打斷我們兩個的竊竊私語。

「各位好，現在開始我是你們的教練，你們可以叫我陽陽教練，正式訓練之前，有幾件事情宣布……」教練開始交代一系列數不完的規範，訓練上的事情就罷了，連下訓練後也有一大堆的條條框框壓得我喘不過氣來，且教練態度強硬，我覺得自己像一隻籠中鳥，被束縛得沒有一點自由，跟以往的訓練簡直天差地別！過去接觸的教練都是女性，第一次看到男教練，內心的震驚實在難以形容，總是有種說不出的怪。新教練操著一口字

正腔圓的中文，身上散發出強大的氣場，尤其那雙炯炯有神卻帶著壓迫感的眼睛，讓我感到不寒而慄，這完全和我心中的理想教練形象差了十萬八千里。此外，更令我無法接受的是，訓練途中教練會突然把他的上衣脫掉！裡面也沒有其他的衣服，內心只有一個想法：「這個人是暴露狂嗎？」對陽陽教練的印象又增添了幾分的厭惡感。以往在韻律體操中未曾出現過男性的身影，而我也在不知不覺下習慣了以女性為主體的運動環境，產生韻律體操女性專屬的刻板印象與性別認同 (Kamberidou et al., 2009)。首次與男性教練相處，我感到十分錯愕。面對這位如此「與眾不同」的陽陽教練，完全顛覆了我的三觀。

布達完要求和規定後，訓練也隨之開始，以往大家一起做完暖身和基本訓練，就會依照項目分開各自練習，但在移地訓練的這幾天，進行的全是團體訓練，訓練告一段落，全隊還要集合起來聽教練說話，與其是說話，不如稱作訓話。完全不明白為什麼練習到一半還要突然集合？我心不在焉的聽著教練的那些大道理，心中夾雜著一堆抱怨。但煩人的事不只如此，下訓練回宿舍後，還得寫訓練日記，為了對新教練表示無聲的抗議，我的日記除了字醜之外，內容也是敷衍了事，隨便寫寫交差，我幻想著教練打開我的本子直搖頭的情境，心中感到一陣滿足。當時幼稚的我，只能用這種無所謂的小心機單方面進行與新教練的「不合作運動」。

幾天下來，自己還是很不習慣訓練的步調，除了不時的集合，還有大團體的訓練模式也讓我感到很疲乏。以前隊上只有我們幾個小女生，如今合流了競技體操新隊員，人數變得眾多，如何在這一眾選手中脫穎而出？還能像以往一樣拿到全國前三的好成績嗎？無形的競爭壓力油然而生。除了這些心理因素，訓練內容更是讓我吃不消，相比以前訓練重心在柔軟度和舞蹈，陽陽教練似乎更重視肌力與體能，偏偏自己在這方面是弱勢，在訓練中完全無法像之前一樣有如魚得水的感覺，比較像擱淺瀕死的鯨魚。

終於，移地訓練接近尾聲，這幾天的訓練，我真的是「忍」著過來的。

這是我第一次這樣形容訓練，之前不管遇到嚴格的教練也好、親切的教練也罷，都不曾對訓練產生這樣忍耐的想法，自己暗自在心裡發慌：「糟了，連一週的時間都過了比一生還要漫長，等開學教練成功飛過臺灣海峽，那我不就更完蛋了嗎？」不過，體育組長和家長們訓練時看到教練把我們管的唯命是從的樣子，似乎對這位新教練非常滿意。聽到他們對教練讚譽有加，在我的耳裡卻有種諷刺的意味，總感覺大人們是在看我們這群小選手的笑話。

移地訓練的最後一天，上午做完基本練習，教練突然宣布下午要進行才藝表演測驗。聽到這個消息，心想這算是哪門子測驗？不測體能、成套動作、難度，卻要測驗才藝表演？教練還規定了每個人都一定要參與，這真是給了我一個從沒遇過的大難題！因為個性比較內向的關係，自己從來都不會主動在眾人面前表演，平時在隊裡也是屬於少說多做的類型。老實說，有時還挺羨慕那些大方在大家面前展現自己隊友，他們就像星星，身上散發出光芒，不論實力如何，總是很容易引起所有人的目光。我知道，不擅表現的自己需要付出更多的努力，以實力說話，才能吸引大家的注意。在所有人的眼裡，我是一個安靜的人、吃苦耐勞的人，卻從來不是耀眼的明日之星。午休時間，我正煩惱下午的才藝表演測驗該如何是好？緊張又不安，多希望時間能快轉，直接跳過才藝表演這個部分。

猶豫片刻，離下午訓練時間所剩不久，我突然看見我裝在行李箱裡的隨行娃娃，心中萌生了想法！隨後，我向隊友借了她的娃娃，最終，我拿著兩隻玩偶、帶著一個紙杯，就往訓練館前進了。輪到我時，手心都在冒汗，心臟怦怦的跳、手微微發抖，我還是很不習慣這種場合。測驗前一秒，我告訴自己：「不管了！忍過這場災難，移地訓練結束，明天就能回家了！」想到回家，整個人便豁了出去，配合手上的玩偶和道具，用誇張的動作，演了一場小話劇。我覺得我可能有人格分裂症，剛剛在大家面前的我好像不是平常的我，有時在某些情況下它才會從我的身體裡跑出來。事後回

想，這樣偶爾解放自我的感覺，還滿爽快的！結束小劇場時間，聽隊友們說剛剛教練在後面笑的很激動，我不敢置信！平時不苟言笑的教練竟然也會笑？不過我沒將此事放在心上，只慶幸終於結束這場移地訓練的噩夢，要跟東莞說再見了。移地訓練結束後學校把我們的照片洗出來，我發現自己講笑話的畫面竟也被捕捉至相機鏡頭內。照片正中是我拿著玩偶說笑話的模樣，視線往後，看到教練在後方捂著嘴，身體彎曲在大笑，多麼不可思議的畫面！我簡直不敢相信自己的眼睛！看著照片中捧腹大笑的陽陽教練，覺得這個他和我印象中的他很不一樣，多了幾分煙火氣，照片裡的教練看起來好像也沒那麼討厭了。

東莞的夏天，第一次和教練見面的夏天，令我永生難忘的夏天。

（二）再見：來臺後的轉變

結束移地訓練後，大家紛紛私下討論這位即將從中國來的教練，對沒參加移地訓練的隊友們訴說著教練的可怕。新學期開始，我升上了六年級，隊上的大姐姐則要上高中了，姐姐進入了三明治高中（化名）的體育班就讀。在姐姐入學前三明治高中原本就有體操隊，在姐姐加入後，這學期開始，每天下午同隊的國高中生都會來我們小學一起訓練。我們學校有專門的體操館，同時也是訓練基站。看著改變如此大的團隊，我覺得有些迷茫，跟以前實在太不一樣了。隊上多了那麼多不熟悉的臉孔讓我感到很徬徨，再加上即將到來的陽陽教練，讓我更加手足無措。我是個不容易適應環境變化的人，總是害怕改變帶來的未知感，這巨大的變化雖令我難以接受，但事實如此，又能如何？只是好懷念以前我們幾個小女生每天一起練習的日子，純的像一瓶礦泉水。

一晃眼，時間過得很快，學校處理完陽陽教練的簽證問題，與暑假移地訓練相隔了兩個月，在十月十日當天，教練來了。有了之前暑假的經驗，第二次與教練的見面，我淡定許多，沒想到教練還記得我的名字，記得大

家都叫我雅雅。「雅雅」對我很特別的意義，大家的小名都是父母取的，而我的小名是幼稚園的時候啟蒙教練 W 教練幫我取的。

「你叫什麼名字呀？」W 教練問。

「張淑雅」我回答。

W 教練看向場邊的媽媽：「媽媽，他的小名是什麼？比較好叫的那種。」

媽媽微笑著搖搖頭。

現在回想起來，媽媽小時候確實都沒有稱呼過我什麼小名。

W 教練思索了一下說：「以後就叫雅雅好了，記住喔，你是雅雅。」

自此之後，我變成了雅雅，這是 W 教練送我的名字。因為體操，雅雅誕生了！從小到大，我不大喜歡自己的名字，因為聽起來很菜市場，但我很喜歡雅雅，不過自從離開體操隊後，我就再也沒告訴過別人這個名字的存在。

自從陽陽教練在雙十節強烈登臺後，每一天的訓練我都繃緊神經，不敢鬆懈分毫。我深知教練的嚴格，他的存在就是四個字——鋼鐵紀律，為了平安生存下去，最好聰明一點遵守規範，千萬不要以身試法。作為有點經驗的運動選手，察言觀色這一點我還是很在行的。一日訓練中隊上有人晨操遲到了幾分鐘，那時我們正準備跑步暖身，訓練也還沒正式開始，當遲到的隊友要合流之際，教練突然大聲的讓他去場邊站著。畢竟是訓練，遲到總是不好的，我也認同教練這樣的作法，心想可能站一陣子當作懲罰教練就會讓他進來了吧！沒想到，一段時間後，教練讓他直接回去，不讓隊友參加訓練了。這個結果出乎我的意料之外，這是第一次有人被這樣請回去，除了臨場的震驚外，我更佩服教練是個說到做到的人，他不是只用那些規範和紀律嚇唬我們而已。面對每一項規則，他都十分認真看待並執行；以身作則，我觀察過好一陣子，教練從來沒有遲到過一秒。雖說這次

遲到事件殺雞儆猴的意味濃厚，但自此之後，隊上幾乎沒有人再遲到了。有人覺得教練太小題大作，但如果你真正重視一件事情，任何的細微末節你都會在意。

早上，因我們不遵守紀律，教練叫大家集合，講了許多道理給我們聽。跟我們說早上來體操館第一件事情，要先把訓練筆記交出來。訓練時要遵守時間不遲到，並且訓練時要有認真、往上爬的態度。教練說了：「誠信是很重要的！」

(節錄自研究者，訓練日記，2006年10月14日)

當天我在訓練日記上寫下了這段紀錄，也許是被教練言信行果的勇氣所折服，那天我的日記寫的特別認真，字也漂亮了不少。隔天一如往常的交日記、訓練，回家時翻開日記本，發現教練在我的日記上留了一句：「很不錯！繼續努力！」教練的字很好看，下筆有力、排列工整。我又驚又喜，他似乎發現了我的轉變與用心。總之，看到教練那句回饋的瞬間，很開心又感動！之後的訓練，我一天比一天還認真，以前最討厭的集合訓話，變成我最喜歡的時間之一，我努力記住教練說的每句話，回家邊寫日記邊思考著這些話的意義，更期待每天翻開日記時，教練給我的回饋。平時除了在訓練時有技術上的事情會主動請教教練外，其餘時間我並不會像其他人一樣去找教練聊天，所以每當打開我的日記本，就好像打開跟教練的個人對話框，從文字中，可以看到教練對我的期許，我漸漸覺得自己好像是一位不錯的選手，比自己想像的還要更好！在之後，每當人生遇到任何困境，我還是習慣打開訓練日記，翻找教練曾經的留言，在這些文字中得到繼續往前的力量。

四、夏日交響曲

(一)備賽期中的「狂想曲」

陽陽教練來隊上的第一個任務就是帶著代表隊備戰年底在中國舉辦的全國華康盃體操比賽，當時隊上派了三組人馬，包含了我在內的女子三人團體。在得知消息的當下很高興，有種得到認可的感覺。隨著賽期越來越近，訓練的內容和模式也因應比賽有所調整，除了體操館，學校還爭取到經費幫我們建置了位於地下室的一比一模擬比賽場。備賽期間在團體訓練告一段落後，教練會將華康盃比賽的選手外加幾個表現不錯的陪練隊友帶到地下室，其餘的選手，就留在體操館進行教練安排的訓練菜單。到地下室後，等待著我們的是更加瘋狂的體能訓練，還有各種成套和難度的雕琢。

今天到地下室之後要測驗體能，跳繩時間內要三百五十下；伏地挺身八十下；仰臥踢腿左右加起來一百零五下；蹲起則要一百個才算合格……

(節錄自研究者，訓練日記，2006年11月20日)

每日體能就是這樣的強度，同時教練很要求我們動作的質量，只要腳背沒壓好、腰塌了，都不算數，只有達到完美完成境界才符合標準。隨著我們的訓練狀況，量和強度會逐漸提升，結束體能後會開始分項目練習。教練把我們的成套動作全部重新編排了一次，連音樂也換掉了，教練為我們三人組新選的音樂是變奏版的〈卡農〉，整首曲子聽起來流暢又輕快，和我們三個女生的形象很搭，第一次試聽音樂，自己便覺得很滿意。在編排動作時，教練在每一部分都會跟我們說明他的設計理念，整套動作學下

來，才發現原來他在講一個故事，過去在我眼裡毫無美感可言的有氧體操，原來這麼有藝術性。

除了音樂選取及編排構想，陽陽教練針對動作的展現也有著獨到的洞見，以往進行成套練習時，當時的教練只要求我們團體動作整齊劃一，角度、位置到位，嘴角上揚至標準的四十五度角，露出皮笑肉不笑的笑容，足以拿到藝術分數即可。但陽陽教練的要求卻不僅止於此，教練總要我們每一個動作的力量要從身體傳向手指，再一路向身體外延伸，「延伸、誇張」是我在訓練時最常聽到的一句話，不僅動作如此，連表情也是這樣的標準，內心要跟隨音樂與動作的情緒與故事，向外表現在表情上感染評審及觀眾。同樣都是向上擺手的動作，有著情感與力量的灌注，連指尖都看起來充滿生命！陽陽教練對於「細節」的要求總是比其他教練細緻許多；對於體操「美」的體現，不只是表面功夫，而是由內而外的注入靈魂，我認為這也是讓我跳脫以往水平的關鍵。一套動作，代表的不僅僅是好看的舞蹈、難度動作的展演，還包括了細節的表現、故事與感情的表達，這是我第一次感受到有氧體操所謂力與美的結合。隨著教練的指導，我覺得我們三人組很像三個小精靈踩著鋼琴鍵盤，隨著旋律譜出一段動聽的樂音，那種感覺現在回想起仍令我迴盪不已！

雖說在地下室的訓練很辛苦，但卻極具挑戰，讓我享受在其中。隊友們總是互相鼓勵，就在自己以為快撐不下去時，耳邊響起大家的加油喊聲：「堅持啊！撐住！」此時集中意念讓意志力超越身體的疲憊，突破自己原本的極限，成功的當下，會有種前所未有的喜悅。這份喜悅並非來自於贏過別人的優越感，而是戰勝自我的超然感！整個人彷彿躍身於另一個世界當中，超脫現實，享受運動帶來的快感。教練每天都很用心安排訓練內容，在我們回班級上課的時間，他都在體操館宿舍內思考關於訓練的事情，有時靈光一閃創造出一些新的訓練和調整，看到教練對訓練如此投入，可以感受到他是發自內心的希望我們進步，那我也不能讓教練失望，

要更努力才行！體育組長總說：「你們去比華康盃的時候，陽陽教練的教練，也就是總教練，也會帶江西隊去比賽，你們就是他的成績單，好好表現，不要給他丟臉了啊！」為了證明自己，證明教練，一定要拿到好成績！我默默在心中設立目標，希望到時我們的表現能讓總教練眼睛為之一亮。經過地下室的魔鬼訓練，除了我的體能和技術有大幅度的進步外，和三人組以及教練的感情也更為緊密了，我逐漸發現了教練臉上除了嚴肅之外，他竟然還會對我們微笑，會跟我們閒聊，還會開玩笑。

複習完操化後，我和 M 兩人一組做踢腿，一隻腳兩百下，共四百。我們一組一組做，雖然慢，但每組都是踏踏實實，總是比偷懶亂做好的多。我們一直堅持，做完的時候已經五點了，在後面幾組，我和 M 加快了腳步，縮短休息時間，就能比較快完成，過程中我們兩個互相堅持。在這次練習中，不僅是訓練，還獲得了很重要的友情，現在想起，回憶是美好的，而且在互相支持的情況下水平也會提高，增加鬥志，提起勁來面對挑戰，不逃避！

(節錄自研究者，訓練日記，2006 年 10 月 29 日)

因參加的項目是三人組合，所以訓練中我們都是三個人一同行動的，一天，教練讓我們練習成套裡的難度動作：單足轉體 360 度成垂直劈腿，三個人共同成功一百個才能告一段落，只要有一人失敗，那一次就不能算數。教練總說：「你們三人要非常團結，才能共同進步。」於是我們開始了一連串奮鬥，到後來我轉體轉到頭都暈了，一百個已經是不算少的數量，再加上各自失誤的個數，已經算不清實際到底做了多少個。但在彼此不斷努力之下，已經越來越接近目標數量了，不過越到後面壓力越大，每次只要回報自己失敗時，便會感受到深深的罪惡與愧疚，都是因為自己的關係，讓團隊失敗了。在累積到九十幾的時候，我的腳在垂直劈腿的時候沒有站穩，其實應該算是失敗的，但看到隊友都回報自己成功後，我在心

裡猶豫了一下。好不容易大家都成功了，又要因為自己的這一晃，讓她們的努力白費了，只是腳稍微沒站穩，應該不算大失敗吧？我心中的小惡魔說服了自己，所以最後我也向大家回報了成功。

結果，在遠方的教練突然聲音中帶著些許怒氣大喊了我的名字：「張淑雅！」雖然教練沒有當場戳破我，但他的聲音已經說明了一切。教練的眼睛果然比老鷹還銳利，我立刻後悔剛剛向大家謊稱自己成功的事，完全不敢回頭看教練。不過比起被發現做錯事的難為情，我更在意的是教練會不會因此對我失望，老天爺！我怎麼會做出這種偷懶的事情呢？那一天的訓練，我心裡都掛著這件事。回家後，我對自己偷懶的行為感到不齒，也對說謊感到罪惡。為了彌補這個錯誤，我告訴自己以後訓練時絕不偷懶，要以更高的標準來要求自己，要對自己更嚴格，才不會辜負教練為我們付出的一切！隔天訓練的時候，教練還是和平常一樣，也沒有再提起這件事了，我想，他應該知道我反省過了，也相信我會改進。教練常在我的日記本上寫：「你要對自己嚴格要求，會跳得很棒的。」「要做得比別人更優秀。」「嚴以律己。」這是他對我的期許，我把它們銘記在心，到如今經過了十幾年的流逝，我仍然這樣要求自己，希望教練知道以後，能以我為榮。

正當我們蓄勢待發準備前往對岸，學校卻說陽陽教練不能跟著我們一起去華康盃，因為簽證的問題，如果跟著我們去，就無法再出國門回來，所以會由體育組長帶隊領著我們去比賽。知道這個消息時，我的內心很不安，比賽現場教練不在，這像話嗎？接下來的日子，我更加戰戰兢兢，加上頻繁高強度的訓練量，我的每一根神經都是緊繃的，但當時的我不知道，我跟機器人一樣，不帶任何情感意識的每天重複著上學和訓練，不過橡皮筋再如何能伸能縮，拉得太久終究會因彈性疲乏而斷裂。週五放學時間，剛結束最後一堂體育課的我和隊友一同走在操場上，巧遇體育組長，組長對我很好，身材圓滾滾的，一百多公斤，我們這群小女生在他身上爬

來爬去他也不會生氣，只是笑笑的和我們談笑風生，但他面對隔壁的曲棍球隊就不是這樣了，我時常在曲棍球場和操場上聽到組長罵人的聲音。

「老師！」我跟隊友對著體育組長揮手。

「放學要去練習啦？」組長問。

「對啊！」我回答。

「雅雅最近準備比賽很辛苦啊！這禮拜讓你們休息一天，禮拜天放你們一天假！」組長迫不及待的向我宣布這個好消息，期待我開心的回應。

結果我靠著組長像西瓜的大肚子，啜泣了起來。隊友和組長，連同我自己都嚇了一大跳！我不知道自己為什麼出現這個反應，放假應該要跳起來大聲歡呼才是啊！對於這樣展現脆弱的自己，我有點無法接受，於是乎趕緊抹去臉頰上的淚珠，吸吸鼻子，跟隊友一起朝體操館的方向走去。這是人生第一次體會到眼淚失控的感覺。

很快的，明天就要啟程，這一次華康盃比賽的地點在深圳，坐飛機不需要太久，我腦海裡不斷回想著教練的叮嚀：「訓練日記要記得帶去寫，在外地寫，比平常寫還有用，他會幫助你理清思路；比賽前要記得多休息，平時的力量是經由訓練產生的，而比賽的力量是休息產生的；彼此到那邊記得互相鼓勵，相信自己，我們只和自己比，按平常訓練的發揮即可，別緊張。」

到了選手村，進了賽場，才發現這場比賽規模比我想像的大多了，原本沉澱下來的心情又再次緊張起來。好在隊上的哥哥姐姐們幫忙，領著我們做一些例行訓練維持狀態，過程中雖然還是有因為緊張而犯的失誤，總體而言還是順利的完成比賽，我覺得自己如果心理素質再強大些的話，會表現得更好。成績出爐，在全中華地區的三人組中，我們排名第十，而且我們還跨了一個年齡段參加了初中組的比賽。體育組長說：「總教練說我

們不錯！繼續加油！」完成了階段性的任務，我感到如釋重負！也開心成績不是墊底，第十名，還有獎狀可以領！不過可惜的是我們的獎狀被高中的大姐姐遺忘在選手村的衣櫃，沒帶回來，體育組長都氣炸了，打電話去詢問主辦方，也無疾而終。那個年代，在中國丟掉的東西，百分百是找不回來的。和教練一起打的第一場戰役，沒想到就在體育組長的罵聲當中結束了，剩下的，就只有一張進出選手村打卡用的選手證。

華康之戰後的下一目標就是寒假的全國賽，回國隔天，我們就開始投入訓練，全國賽每一位選手將依照教練和學校的安排組合各種隊伍參加各種項目，一直以來，個人項目學校幾乎都是推派其他隊友為代表參加，而我總是占了許多團體項目的一角。猶記得 2006 年的全國賽，學校讓我參加了三組團體項目，我只記得比賽當天，自己不斷地換裝趕場，深怕趕不上，所有的緊張也因為滿當的行程而麻痺。今年我參賽的項目則是六人團體、三人團體，還有女子單人，這是我首次參加單人項目，但學校表示我還是把重心放在團體，單人項目把三人成套稍作修改就好，不需要新編成套。這個單人項目，感覺就像「順便」報名的，我有一點不太滿意這樣的安排，開始懷疑自己是不是表現得不夠優秀，才會一直隱沒在團體項目中？連獲得單人參賽的機會都這麼的隨意，甚至沒有一套專屬的成套編排。但我真的很努力了！那陣子，我的情緒有些低落，但又不能顯露出來，如果被發現了，就顯得自己非常自私又小氣，不顧大局，便只能在心裡自怨自艾。現在以旁觀者角度分析，我的特質確實比較適合團體項目，在團體中，我能發揮很好的協調作用，和隊友很好的搭配，這是我的優勢；個人項目除了堅強穩定的實力，還需要明顯的表現張力和個人風格，很明顯，這一塊是我欠缺的。只是當局者迷，往往讓自己陷入鑽牛角尖的境地中，順便報名單人項目可以增加學校的奪牌率，多派幾個表現不錯的選手出場，拿下銀牌或銅牌，提高學校獲獎率，何樂而不為？這就是競技運動，有些操作手法雖然現實，但這就是遊戲規則，也是作為選手應該承受的責

任和義務。

正當我還陷在自我懷疑的情節裡時，教練在訓練中講的一句話點醒了我：「每位團隊裡的成員，就像一個小零件，大家要各司其職，才能順利讓大機器運作，少一塊都不行。」原來，我是大機器裡不可或缺的小零件，我的角色很重要！過去我總是覺得做為團體的一員是被忽視的小透明，可有可無。但教練的這席話讓我感受到了自己的價值，在他的眼裡，每位選手都是被重視的。我一直忘記了一件事，每個人都是團隊的一份子，少了誰，團體便無法完整。陽陽教練很重視團隊精神，他總有股神奇的力量能凝聚整個團隊，讓我們跟隨他的步伐，朝著共同的目標努力。很奇妙的，教練許多時候的分享，總能讓我從迷途中找到方向，長期聆聽下，我覺得教練是位富含人生智慧的人。他說過的話，我會不停在腦中反覆的回想和思考，試圖去領悟其中的意義。整理好自己的心情，重新出發，做好萬全的準備在全國賽中大放異彩！

接下來的時間，教練忙著幫各組編排成套動作，我們六人團體的成套也在教練的指導下重新編排完成，教練幫我們選了康康舞曲裡最經典的〈芬巴赫天堂與地獄序曲〉，在歡樂明快的節奏下配合許多錯落的組合動作，看起來豐富有趣，當時團體項目的動作編排，大多是全部選手跳一樣的動作，鮮少出現組中組錯落的編排，陽陽教練首先打開了編創的先河，以更多元的方式呈現，如果說我們三人組成套是優雅的西餐，六人組便是新穎的創意料理了。為了能將教練設計的動作完整的表現出來，我更加投入練習，一方面不想煞費教練的苦心；一方面也展現了想要在全國賽中爭霸的決心，因此在訓練上對自己的要求也更加嚴格。鄰近全國賽，教練越發忙碌，時間要分配給每一隊的每一位選手，這也意味著我們自主練習的時間變多了，教練通常除了讓隊內成員互相督促練習外，也會安排兩隊一起訓練，共學共成長。

一天，教練安排我們女生三人組和另一組男生三人共同練習，相互挑

出優點與缺點，教練說挑缺點就像是一碗白米裡進了一堆沙子，我們要的任務是將沙子挑出來，先挑出大沙子，再進行細小的部分，這樣一次次下來，總有一天碗裡的米會越來越潔白。另外訓練前，教練稱讚了男生三人進步許多，我們兩組雖是隊友，但在比賽場上卻彼此競爭，亦敵亦友的關係在訓練中形成一股微妙的氛圍，聽到教練這麼說，也激勵了自己要更加努力的投入訓練，所以我暗自下定決心不論是對自己或是一同練習的隊友，訓練強度要更大些，這樣才能有所進步。在進行橫劈腿前穿的練習時，教練交代我們兩兩一組進行練習，一百個一組，做三組，我和男生三人組的隊友 T 一組，兩個人輪流執行著教練交代的課表，當時的我就像脫韁的野馬，不顧身邊的一切，只管向前衝！我用盡全力做著每一個動作，維持著完美完成的質量，完成後輪到 T 的順序，我心中還回想著教練說的昨天就是因為嚴格，他們才有今天的進步，於是我努力抓出每一個動作上的缺失與不完美，希望他能在強烈的要求下更加進步。橫劈腿前穿難度的標準是從橫劈前穿到併腿的過程中，髖都必須要緊貼著地面，稍有抬起就算失敗，所以必須要具有一定的柔軟度才能將動作成功完成。柔軟度對大部分男選手而言，是最具困難的一項，對 T 來說也是如此，在執行動作時他的髖和地面只能用「毫無關係」來形容，在努力了許久之下，仍達不到成功的條件，三百個橫劈腿前穿，一個都不算數。漸漸的，其他組的隊友都完成課表，已經下訓練準備收拾回家，體操館剩下我和 T 還在訓練場上繼續做著橫劈腿前穿。突然，T 開始流淚，我頓時愣住，不知該如何是好？心裡想著：「是因為我的關係他才哭的嗎？」之後隊友、家長、體育組長還有教練，大家紛紛聞聲而來，T 仍不停哭泣。

「好啦好啦，今天先到這邊啦！」

「T 不要再哭了，趕快收拾回家休息吧！」

「已經做很多了，明天再說。」

「雅雅太嚴格才哭的嗎？今天就放他一馬吧！」

大家七嘴八舌的說著各種安慰，你一言我一語，場面瞬間變的混亂，我已經有點記不清，只記得當天 T 沒有把他的課表做完就回家了，當時我覺得莫名奇妙，似乎我變成了壞人在欺負他，但其實，我只是想幫助他進步。

在雜亂的當下，教練沒有多說什麼，事後他告訴我一句：「你做的沒錯。」這樣就夠了，我知道教練能理解我，心裡彳亍的結也隨著這句話打開。

通常認定的事情，我便不會輕易改變認知，也因此聽過不少人說我死腦筋，不懂我為何要為難自己。受教練潛移默化的影響，我認為不論做任何的事情都要確實做，且要以最高的規格來要求，做到最好才無愧於心，這樣的習慣影響至今，甚至成為我性格的一部分。但在成長的過程中，也因為這樣，吃了不少虧，為了能更好的保護自己，不得不調整，做出許多違反個人原則的改變，在不知不覺中，我把那個最純粹的自己用丟了。回顧這件事時，其實很羨慕當時的自己，擁有堅持原則的勇氣，也有那麼一個懂自己的教練，將此事敘說出，除了感謝教練的瞭解，也向當年勇敢的自己致敬。

（二）集合時間的「幻想曲」

對陽陽教練特別的集合文化，從一開始的不能適應，到最後反而成為訓練中最期待的時光，教練總會和我們分享許多事情，雖然大多時間都是教練在說，但對我而言這是一段和教練很珍貴的交流時間，聽著教練的分享，透過自己的理解和想像在內心產生共鳴，是一件頗有趣的事。一次，教練在晨操時分享了李白的《望廬山瀑布》一詩，很仔細地說明了詩句的意思，並希望我們大家都能瞭解詩的意境，我聽著教練的解說，腦海裡想像著廬山在日照下冒起冉冉紫煙，壯麗的瀑布像銀河一樣從天上一瀉千里掛在山前的畫面，只覺那畫面真是美好，到如今縱使參觀過許多名勝之

地，都還是比不上腦海中的那幅迷幻的廬山美景。有時會質疑自己又沒有真正到訪過廬山，實際體會廬山之美，怎能憑虛無的想像認定它真如我所想呢？也許是它在我的想像之中實在是太美了，美的無法超越，以致我不敢一窺廬山真實面貌，深怕與自己的想像畫面有所的出入，反而破壞了廬山風景在我心中崇高的地位。於是我決定將廬山形象深植心中，成為只有自己知曉的人間仙境。

當我們有時候讀一首詩、一本書、聆聽一首動聽的音樂或是欣賞一幅優美的圖畫時，可以舒展自己內心世界的觀念與思想，如果讓運動選手在訓練之後可以冥想運動與詩句、音樂或圖畫的意境一般，無形之中即有意象訓練之功效。(教育部體育署 [體育署]，2014，頁 21-22)

回顧訓練日記，我發現教練在晨操時間會格外花時間要求規範、習慣和態度。一日晨操教練安排了跑步測驗，15 分鐘內要完成 25 圈以上才算達標，這聽起來簡直就是不可能的任務；之前安排過更少圈數的測驗也不見得大家都通過，但今天標準就是這樣，只能卯足全力的跑。可能是高標準的緣故，不知怎麼的，那天全隊顯得幹勁十足，跑起來特別有向心力，在奮力奔跑之下，最後，每個人都一起成功完成了這項測驗。正當大家沉浸在通過測驗的喜悅時，集合時間，教練向我們拋出了一個問題：「今天全員完成測驗，教練的心情如何？」聽到提問大家都很直接的反應：「教練！這什麼問題？當然是很高興啊！」教練笑而不語，隨後問向我：「雅雅呢？你覺得教練心情如何？」我看著教練的眼睛，突然懂了。

脫口而出：「一半高興，一半不高興。高興是我們今天全部達標；不高興是以前沒有做到。」

我說中了教練的心情，教練眼底湧起些許波瀾，但很快就平復了，可

能是驚訝我猜中了他的想法吧！其實心裡很開心，我好像比其他人處在更高層次裡，可以和教練進行無言的交流，而教練也投以我一個肯定的眼神，那個當下，我彷彿得到全世界的認同。

也許是長時間密切的互動下產生的默契，原本我也和大家一樣認為教練應該是很開心的吧！但就在看向教練的那一秒，我卻有了不同的領會。我不像與教練年紀較相近的哥哥姐姐們總和教練有很多日常的互動、聊不完的話題，也不像個性活潑的隊友會和教練談天、開玩笑，但我似乎在用另一種特別的方式和教練進行溝通，而教練也感受到了。

五、曲終，不散

日子一天天過去，教練已來臺四個月，全國賽進入了緊鑼密鼓的備賽階段，每個項目的進度都在規畫中，一切看起來非常順利，拿到好成績，勢在必行。但事情總不如想像的美好，因為簽證，陽陽教練得在全國賽的前一週離開，這意味著，我們又必須在沒有教練的狀況下比賽了。確定這個消息時，非常的慌亂、沒有安全感，我不知道在沒有教練的支持下，自己是否有足夠的勇氣站在比賽場上？我思考了許久，發現教練和隊友不知不覺成為我生活中最重要的人，每天相處的時間甚至比家人還要多。當這麼重要的角色在這麼重要的時間抽離，我該如何調整自己？

無情的時間從不曾為任何人停下，教練回國的日子要到了，雖然和平時一樣的訓練，但空氣中總嗅到一股悲傷又不安的味道。為了要穩定選手們的狀態，教練離開的前一天，他交代了我們接下來在全國賽前的訓練內容和重點，同時，留給我們一段話：「明天開始雖然教練不在，還是要一樣的過日子；一樣的訓練；一樣的寫訓練日記；一樣的認真，和平常沒什麼變化。」那天訓練完，隊上的家長後援會幫教練辦了一場歡送會，大家

都很捨不得，還有隊友甚至躲起來大哭，我是個不擅長面對離別的人，這樣的場合，我只是默默地待在一旁看著大家，像個局外人。後來我跟教練要了他的簽名，看到他的字，不知為何很有安全感。

肯動腦是你的優點，
思想的成熟可以讓你的行為進步，
希望你能夠繼續，
補漏查缺，對自己嚴格要求，
變得更加優秀。

(節錄自研究者，訓練日記，2007年1月26日)

這是陽陽教練在訓練日記上留的最後一段話，這是他對我的期許和叮囑，我把這些話刻進自己的心裡，告訴自己要更加嚴以律己，讓自己進步，才不會辜負了教練的期望。在歡送會的當下老實說我沒有什麼感覺，真正感到曲終人散是隔天走進體操館的時候，所有的事物都一模一樣，唯獨少了一個最重要的人，訓練時間到，再也聽不到教練宏亮的聲音喊著集合，門口也不見教練的身影，過去那段一起訓練的日子好像夢一場，夢醒了便是一場空，強烈的空虛感隨著吹進體操館的寒風席捲而來，冬天顯得更冷了。沒有教練在的體操館，讓人覺得彳亍與茫然，但下週就是年度最重要的全國賽，也只好強打著精神，調整狀態訓練。那段時間，我不斷反覆著教練說過的每句話以及日記上的字句，回想著這些相處的點滴，彷彿教練仍在身邊，也提醒著自己教練雖離開，但仍要延續他在訓練中傳承嚴以律己的精神，雖然曲終，但體育精神絕不能散！最後，我們交出了一張漂亮的成績單，所參加的六人團體、三人團體，獲得了全國冠軍的佳績，也完成了我為自己設定的全國賽目標。

蟬的一生很短暫，在土裡十幾年光陰，只換得一次盛夏。回顧遇見陽陽教練的日子，我把自己比擬做蟬，教練是夏天，好不容易破殼而出的我，

在最棒的季節鳴奏出美妙的樂章，後隨著夏天的逝去，樂曲進入終章，我又將再次陷入永恆的沉睡。我不確定我的體操路上還會不會如此幸運，遇到這樣完美的教練，帶領我繼續徜徉在體操的美麗海中，於是我把這份回憶摺疊，存放在心裡一個重要的角落。

時光流逝，雖然這段過去已十分久遠，但至今我還是能在生活中找到些許關於教練的痕跡，除了讀書的習慣（教練曾說三日不讀書便面目可憎，因此他要求我們每天必須念書）、嚴正律己的態度、堅持到底的決心，還有一些對生活的浪漫和溫柔。在大家看來，教練一板一眼，但在硬梆梆的外殼下，我卻覺得他是個溫柔的人。自己一共參與了教練三套成套動作的編排，每次聽著他對編排的構想和規劃，彷彿藝術品一樣，教練的編排不只有漂亮動作的堆疊，還帶有靈魂和想法。在參與教練編舞的過程，就像是在進行一項偉大的藝術創作，對每個動作、每段情節精雕細琢的模樣，像極了在創作中小心翼翼的藝術家，深怕作品一個不小心被破壞。在我換了新的訓練日記本忘記寫上名字時，教練默默的一筆一畫幫我寫上名字，旁邊還附了名字的英文拼音，字跡很工整，那天我拿回日記本時，嚇了一跳，教練認得我的字，可見平時的訓練日記，他真的很用心在閱讀，才能認出我們的字跡。有一段時間，因腿部使用不當造成前十字韌帶的舊傷復發加上腳踝腫脹，在知人的推薦下，媽媽帶我去了聽說效果十分好的國術館，每次經過師傅的喬骨，出來時腳上總包著一包又一包的膏藥和紗布，也影響到了訓練。也因此被教練批評了一番，選手受傷是一件很嚴重的事情，不僅自己的訓練進度落後，也會連帶影響團隊。雖然被唸了一頓，但在因為上下樓梯不便而行動緩慢時，教練還是扛起我，把我送到了樓梯口。教練的溫柔總體現在很細節、不易被注意到的地方。教練是溫柔的人，至今我仍這樣堅信著。

教練這樣的浪漫和溫柔也在不知不覺中感染了我，讓我帶著溫柔的眼光看生活，我時常被生活中的一句話、一個瞬間、一個畫面觸動，深陷其

中，久久無法自拔，心底湧現一些難以言喻的情緒，接著浮出一些詞句作為感悟的總結。近期經過大安森林公園時，抬頭看見天空中即將落下的澄金色夕陽，在高大的樹叢間透出橘色光芒，映照在藍紫相間的繡球花海中，我站在原地好一陣子，仔細地欣賞了一番，突然覺得此情此景真的好美，美得令人傷感。不知為何會有這種感覺出現？心想，可能美的傷心才是最高境界吧！同時心中也想起了張洵佳所作《續傷春詞六首 其三》

曾吟陰雨感飄蓬，顧我蒼騰在夢中。
小院空餘芳草碧，落花猶戀夕陽紅。
叢叢斑竹湘君淚，拂拂靈芝少女風。
自是今生緣孽定，莫將淪落怨天公。

張洵佳《續傷春詞六首 其三》

其中的落花猶戀夕陽紅引發了我對此情此景的共鳴，把景色襯得更加傷懷，自己不禁在腦海裡想像詩詞裡這段沒有結果的愛情，最後只剩一人於日落時分站在院子裡感嘆。我總在這樣細小的事情上有些許感悟，不知道這樣是好是壞？總之，我把它歸納於我溫柔看待生活的一種方式，就像教練一樣，在生活的細微處流露出一個不易看見的溫柔。

六、幕降——結語

說完故事，我進入結論的難題中，陷入詮釋的掙扎，在無止盡的自我懷疑與解套之間最終以(一)陽陽教練與我，兩個生命交疊的歷程與意義；(二)陽陽教練充滿詩意想像的世界；(三)成功外籍教練的特質三部分為結論。回頭看故事，發覺其中還是有值得討論的議題，每一位自我敘說研究者應該要對自己的故事多點信心、多點思考，我們可以從這些經驗中剖析

出其意義與價值。

(一)陽陽教練與我，兩個生命交疊的歷程與意義

在體操生涯遇到陽陽教練後，我有了很不一樣的變化，而這樣的改變甚至一路影響至今。當初對陽陽教練的排斥，源自於轉項的情緒轉移、隊內組成變化的不適應及不滿，在此過程中，經驗我的情緒與感受始終在發酵與變化，在不斷反思中我逐漸發現自己過去將所有不安與不滿投射到教練身上。之後當我與教練的關係出現轉折產生信任萌芽，我開始從一個文本我的角度回顧並整理這些經歷，對每一段互動賦予新的意義。最終，在詮釋我的反思下，我明白這些經歷與教練富含魅力的領導特質對我的生命影響是無可忽視的。這些經驗不僅促進了我對體操技術的進步，我對陽陽教練的信任感也更加深厚，這樣的信賴也逐漸深化轉變成我的人生信念。

我對資深球評兼媒體人李亦伸 2023 年 5 月 4 日於國北教大「運動賽事分析」專題演講分享的一段話猶感深刻：運動裡最重要的部分就是人性，教練、選手、裁判、觀眾，全部都是人。掌握運動世界中的「人」是最重要的，看似簡單，實則不易。人有思想、有靈魂，隨時在變化，惟有抓住人心，才能真正瞭解。陽陽教練的成功在於他能走進選手的內心，我與陽陽教練的相處歷程整理如表一，分為陌生排斥期、建立信任期和穩定信任期，這些事件經由文本我的分析整理，發覺它們像蜘蛛網一樣彼此交錯、連結，在相互影響下，逐漸改變我和陽陽教練之間的互動。

陽陽教練對待選手的真誠、用心，以及他對教練一職的重視，是促使我改觀的最大關鍵。在他身上我學到的不僅止於運動層面的事情，更多的是陽陽教練所傳遞的生活態度，它們陪伴我走過各種旅程，成為支持我的力量。

表一 我與陽陽教練的相處歷程

相處時期	重要影響因素與事件
一、陌生排斥期	1.韻律體操轉項有氧體操 2.第一次接觸男性教練 3.隊內組織與訓練方式產生變化
二、建立信任期	1.隊友遲到事件 2.訓練日記中的回饋 3.地下室的魔鬼訓練時光 4.感受到陽陽教練訓練上的專業
三、穩定信任期	1.集合時間的智慧箴言 2.團隊凝聚力提升 3.隊友 T 哭泣事件 4.賞析《望廬山瀑布》的想像 5.測驗跑步事件

註：表格為研究者自行整理。

(二)陽陽教練充滿詩意思象的世界

在文本我書寫與陽陽教練的互動故事時，我不停問自己為何對這一段經驗如此印象深刻？除了受用的人生箴言外，這一段時光是我對體操產生最多想像、最好玩的時期。經驗我在教練的帶領下，從各種不同的角度感受著體操的魔幻與魅力，進入體操的花漾世界，甚至將詩意延伸至生活中。本文所提詩意思象是指在想像的基礎上加入唯美的成分，使我們深陷情境之中，更能體會想像的美。以詮釋我層面總結本文，我從四個面向體會到陽陽教練充滿詩意的世界：

◆充滿靈魂的成套編排

從音樂選曲開始，教練就開始構思故事，加上舞蹈動作的配合以及獨創一格的組中組錯落的組合動作，都是教練編創故事的一部分。除此之外，陽陽教練對動作與表情細節「延伸、誇張」的重視，使得選手更加能將力量與情感注入成套之中，展現充滿靈魂的力與美，也同時讓觀者欣賞

到更高層次的體操藝術性。

◆訓練中的超越精神

陽陽教練營造出團隊相互砥礪的氛圍，意不在互相比較、分出輸贏，而在於戰勝困難與挑戰的征服快感，這種超越自我極限的感覺使人的心理與精神上升到另一種狀態，感受到體操超然的美好，擺脫現實的束縛，進入詩意想像的情境中。

◆集合時的詩意想像

藉由《望廬山瀑布》這首詩體會到詩歌身後的無盡想像空間，腦海裡刻畫著對於詩句的一切想像，在想像的世界所有事物都是極致完美的狀態。這是我第一次在訓練中遇到教練帶著選手賞析詩詞，在這一次特別的經驗下也開啟了我對詩意想像的探索大門。以典範理論角度來看，詩意想像似乎是不切實際的，我曾對此感到迷惘，究竟詩意對於這個世界有何意義？但要活在詩意的世界，就必須足夠堅強承受質疑。想像的世界本於個人的經驗，起於實際的生活，又豈只是空談？

◆流露於細節中的溫柔和浪漫

我是個善於觀察的人，大家都認為陽陽教練嚴謹又守成，但在我看來，教練擁有的不只這些，在生活和訓練的細節，他總在不經意間流露出溫柔和浪漫的本質。這樣的小情懷也影響了我看待生活的方式，在堅強的外表下，擁有一顆柔軟的心，去經驗情感帶來的想像。

（三）成功外籍教練的特質

在十餘年的運動員生涯中，經驗我接觸了多位的外籍教練，陽陽教練不同於其他人，在我心中他有著一個特別的位置，我總是感謝他對我的教誨與指導，無論是運動或是人生，對我來說，陽陽教練是一位成功的外籍教練。在此，我們要延伸第一部份所提，外籍教練之成功在於何處？以下

總結了成功外籍教練的特質

◆教練專業的堅持

在甫接觸有氧體操時，我並不是隊上表現最優秀的那批選手，在經過陽陽教練專業的指導下，我感受到自己大幅的躍進，在文本我階段以敘說回顧此段歷程時，發現陽陽教練以教練專業給予我許多的支持，使我能突破自我往前邁進。地下室的刻苦訓練、成套的選取與編排、集合時間的心理訓練還有以身作則的教練態度，皆顯示陽陽教練含括運動專業知識、專項運動知能、態度與素養的專業教練能力（體育署，2014）。而藉由感受教練專業的堅持，方能得信於選手，進而對教練產生專家系統層次的信任（Giddens, 1991）。

◆真誠的情感

陽陽教練自海峽對岸而來，在與經驗我的互動中，都能明顯感受到生長環境與訓練文化都與本地選手有著甚大差異。陶以哲（2018）提及文化差異可能是外籍運動教練政策的潛在風險與問題，外籍教練身處於陌生的文化與價值體系，語言、人際互動、風俗習慣等皆須要重新適應。加上陽陽教練的男性身分，更加大了彼此間的差距（gap）。以如此條件來看，要順利合作是一件頗有難度的事，然在文本我呈現了陽陽教練用真心貼近選手，從他記起我的小名便得知，除此之外，對訓練的投入與用心、對選手身心的重視，皆顯示了教練的真誠。是以我們能藉由詮釋我得出就是這樣一份真誠跨越了我們原本存在的差距，破除了性別的刻板印象，逐漸熟悉、認同大團體的訓練文化，並且成功建立了選手與外籍教練之間的良好關係，彼此信任、成就彼此。

這篇文章獻給所有努力的選手以及辛苦跨洋的外籍教練，為了一圓運動夢，不畏任何艱辛與挑戰，無私的付出，希望能對外籍教練與選手議題做出些微的貢獻。也藉由本身的經驗，提供給相似背景與經驗的人一些參

考。這個故事，陪伴了我大半人生，期望它能夠為世界創造一些能量與希望，撫慰擁有相同靈魂的你我他。

2023年4月14日，走在登機橋上，彷彿走入時空隧道，坐上飛機的那一刻，我又夢回了十七年前的那個暑假，小小的我坐在大大的飛機座位，在前往遇見陽陽教練的道路上。

參考文獻

- 林慶宏 (2020)。《運動詩意想像的迴盪與存有——論運動世界中的詩意哲學》[未發表的博士論文]。國立臺灣師範大學。
- 洪瑞斌、陳筱婷、莊騏嘉 (2012)。〈自我敘說研究中的真實與真理——兼論自我敘說研究之品質參照標準〉。《應用心理研究》，56，19-53。
<https://www.airitilibrary.com/Article/Detail?DocID=15609251-201212-201304220019-201304220019-19-53>
- 胡曉靖 (2006)。〈唐詩：想像位置的設置與詩美的呈現〉。《河南師範大學學報》，33(6)，170-172。<https://doi.org/10.16366/j.cnki.1000-2359.2006.06.042>
- 徐錦成 (2011)。〈論余光中的運動詩〉。《運動文化研究》，16，7-31。
<https://doi.org/10.29818/SS.201103.0001>
- 張鼎乾 (2014)。〈魅力領導在教練領導行為模式的應用〉。《大專體育》，131，35-41。<https://doi.org/10.6162/srr.2014.131.06>
- 教育部體育署 (2014)。《學校運動教練手冊》。作者。
- 陶以哲 (2018)。從澳洲成功個案反思臺灣運動教練人才培育策略。《大專體育》，145，47-53。https://doi.org/10.6162/srr.201806_145.0006

- 熊曠 (2018)。〈「自我敘說」研究的信與美——從一個論文指導者與助人工作者的觀點敘說〉。《國教新知》，65(1)，103-124。https://doi.org/10.6701/TEEJ.201803_65(1).0007
- 劉一民 (2005)。《運動哲學新論——實踐知識的想像痕跡》。師大書苑。
- 蔡健功、陳易芬 (2017)。《霸王卸甲——透過自我敘說找回真實的力量》。《生命敘說與心理傳記學》，5，125-144。https://doi.org/10.6512/lnp.201712_5.0006
- 蕭永陞 (2008)。《「夢諭」——從武滿徹晚期管絃樂作品探討「夢」的詩意形象及其音樂語言》[未發表的碩士論文]。國立臺灣師範大學。
- 賴誠斌、丁興祥 (2005)。〈自我書寫與生命創化——以蘆荻社大學員蕃薯的故事為例〉。《應用心理研究》，25，73-114。https://www.airitilibrary.com/Article/Detail?DocID=15609251-200503-x-25-73-114-a
- Bachelard, G. (2003)。《空間詩學》(龔卓軍、王靜慧譯)。張老師文化。(原著出版於 1958)
- Barker-Ruchti, N., & Schubring, A. (2016). Moving into and out of high-performance sport: The cultural learning of an artistic gymnast. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 21(1), 69-80. https://doi.org/10.1080/17408989.2014.990371
- Clandinin, D. J., & Connelly, F. M. (2003)。《敘說探究：質性研究中的經驗與故事》(蔡敏玲、余曉雯；初版)。心理。(原著出版於 2000)
- Giddens, A. (1991). *The Consequences of Modernity* (1st ed.). John Wiley & Sons.
- Kamberidou, I., Tsopani, D., Dallas, G., & Patsantaras, N. (2009). A question of identity and equality in sports: men's participation in men's rhythmic gymnastics. *Nebula*. 6(4), 220-237.
- Kim, J. H. (2018)。《理解敘說探究：以故事的雕琢與分析作為研究》(張曉

佩、卓秀足；初版）。心理。（原著初版於 2015）

Koyo, F., & 張文威 (2014)。The background and condition for respect in athletics from the viewpoints of Kant's notions。《運動文化研究》，25，9-26。https://doi.org/10.29818/ss.201412_(25).0001

Riessman, C. K. (2008)。《敘說分析》（張曉佩、卓秀足；初版）。心理。（原著出版於 1993）

Sokolowski, R. (2004)。《現象學十四講》（李維倫譯；初版）。心靈工坊。（原著出版於 1999）

Yoo, S. K., Lim, C. H., & Chang, J. (2018). Media portrayal of foreign coaches in Korea and Vietnam. *Korean Journal of Communication Studies*, 26(4), 27-45. https://doi.org/10.23875/kca.26.4.2

《運動文化研究》徵稿

- 95.12.02 運動人文暨社會科學出路與發展第五次會議通過
 99.12.09 《運動文化研究》第 15 期編輯會議修正案討論
 101.12.18 《運動文化研究》第 21 期編輯會議修正案討論
 106.07.17 第三屆第四次理監事會議修改通過
 107.05.28 《運動文化研究》第 33 期編輯會議修正案討論

- 一、**徵稿內容：**凡與運動文化有關的人文、社會學之中、英文原創性論文 (original research paper) 均歡迎投稿。每年二期（三、九月出版），全年徵稿，隨到隨審。
- 二、**篇幅：**稿件含內文、圖表、中英文摘要及參考文獻，西文以一萬字、中文以二萬字為原則。
- 三、**內容書寫與格式：**
 - 1.稿件請用電腦打字，A4 紙張，12 號字，中文標點符號用全型，英文標點符號用半型。
 - 2.文稿必須各附 500 字以內之中、英文摘要，關鍵詞 (keywords) 以不超過 5 詞為原則，中英關鍵詞需相互對照。
 - 3.稿件內文格式應分為：前言、本文、結論及引用文獻。
 - 4.圖（含照片）、表須附上標題，標題依序標示表 1、表 2……置於表之上方及圖 1、圖 2……置於圖之下方。
 - 5.英文稿件應附中文摘要，稿件內文專有名詞第一次出現應括弧註明中文。
 - 6.為便於匿名審查作業，文中請勿出現作者姓名或任何足以辨識作者身分之資料，若有需要則請以第三人稱方式稱之。

四、格式：本刊採認 MLA 及 APA 格式，唯全文所使用的格式必須統一，不得混用。MLA 寫作格式包括注腳及參考文獻，範例請參閱後附論文撰寫格式。

五、審查及刊登：稿件經《運動文化研究》編輯委員會委請有關領域學者專家進行匿名雙審查，通過審查且經本刊編審會議決議後刊登。凡曾刊登發表過或抄襲之稿件，本期刊不予刊載。

六、版權：若著作人投稿於本刊經收錄後，同意授權本刊得再授權國家圖書館或其他資料庫業者，進行重製、透過網路提供服務、授權用戶下載、列印、瀏覽等行為。並得為符合各資料庫之需求，酌作格式之修改。（作者仍保留將本論文自行或授權他人為非營利教育利用，及自行集結成冊出版之權利）

七、審稿費：即日起投稿本刊免收審查費用。經審查確定刊登之稿件，本會會員刊登費 1000 元，非會員之刊登費 1500 元，請郵政劃撥至本會（帳號：19868584 戶名：臺灣身體文化學會）。論文刊登後，贈送本期刊一本。

八、賜稿處：來稿請利用 iPress 線上投審系統 (<http://www.ipress.tw/J0131>) 並參酌各頁面說明進行投稿。

九、退稿：凡投稿者請自留底本。不依規定撰寫之文稿，本期刊將不予受理。

《運動文化研究》論文撰寫格式

本徵稿辦法經 107.05.28 編輯委員會建議提案修正，即日起將兼採 MLA 及 APA 格式，唯為求引用文獻書寫格式統一，同一篇文章當中之格式不得混用。APA 部份以最新版之格式為準，MLA 請參酌本刊所擬之範例如下：

壹、論文內容撰寫格式

- 一、中文標題（得增列副標題）
- 二、作者姓名、服務單位，加*號，置於注腳。
- 三、中文摘要，以 500 字為原則，不分段，在文後附關鍵詞，以不超過 5 詞為原則，關鍵詞一行粗體，摘要中應敘明研究要旨、主要方法和重要結果。
- 四、英文標題、姓名、服務單位、摘要內容、關鍵詞應和中文相對應。

正文：正文應具有問題的意識、豐富的資料、堅實的論證、精鍊的文字，以及具有創意性和突破性的內容。不硬性規定章節數目與標題，章節次序應符合邏輯之思考，撰寫的方式須符合以下的原則。

1. 章節次序或內容編號請按一、（一）、1、（1）之順序排列。
2. 採用新式標點符號。「」用於平常引號，《》用於書名，〈〉用於論文及篇名。古籍之書名與篇名連用時，可省略篇名符號，如《史記·封禪》。除破折號、省略號各占兩格（4 bytes）外，其餘標點符號均占一格（2 bytes）。
3. 第一次提及的帝王或年號請附加西元紀年。例如：昭帝元鳳三年（前 78），唐大曆（766-779）年間。干支及其他中外非公曆紀年，亦請括注公曆。外國人名第一次提及時，請附原名。正文中的中日韓帝王或年號，請用中文數字紀年；其餘之紀年，請用阿

拉伯數字表示。

- 4.正文每段第一行空兩格，正文中之夾角引文請使用引號「」；超過 3 行之引文請採用獨立引文方式撰寫，每行低三格，尾齊，不必加引號。
- 5.正文用新細明體，獨立引文與注腳用標楷體，英文用 Times New Roman。
- 6.正文內引用文獻請採取插入式注腳格式，並一律置於當頁下緣（隨頁注），注腳編號請用阿拉伯數字之上標字型（右上方），如⁸、¹⁸。該編號以置於標點符號之後為原則。並請勿使用「同上」、「同前引書」、「同前書」、「同前揭書」、「同注幾引書」等。
- 7.如有謝辭，計畫補助說明等文字，請置於結論後、引用文獻前，獨立括號成段說明。
- 8.注腳得作說明或引申，若為引用專書或論文，請採用後附「貳、注腳與引用文獻撰寫格式範例」書寫，其他未規定之格式，請依各該學術領域之慣例或規範書寫，但惟須尊重他人智慧財產權以及方便讀者查閱（證）之原則。訪談或口述文稿請註明姓名、時間與地點，如有必要，得予匿名或以代號替代真實姓名。

圖（照片）表：得置入正文或附文末呈現，文中引用時請註明編號（例：如表 5、見圖 2），勿使用「如前圖」、「見右表」等表示方法。呈現時請註明資料來源，計量表格請註明計量單位，如仍不敷採用，得依各該學術領域之慣例或規範呈現，但仍須尊重他人智慧財產權以及方便讀者查閱（證）之原則。

引用文獻：正文未引用之文獻，請勿列入引用文獻中。請按文獻史料（檔案、原典、考古報告等）、近人著作（中日韓在前、西文在後）之次序分類列出，中文文獻次序依姓氏筆劃，英文文獻次序依姓氏字母。其撰寫格式請採用後附「貳、注腳與引用文獻撰寫格式範例」書寫。

貳、注腳與引用文獻撰寫格式範例

一、撰寫通則

- 1.一般書籍或非期刊類出版品，所引文獻資料著錄順序為：作者，文章篇名，文章譯者（若必要），書名，編譯者，版次，多冊套書名，叢書名，出版地，出版者，西元出版年，頁碼等。
- 2.期刊文章者，著錄順序為：作者，文章篇名，期刊名稱，卷，期，出版地，西元出版年月日（西文為日月年），頁碼。
- 3.數位出版品、網路文獻者，著錄順序為：作者，文件標題，已出版紙本出版資訊，數位出版品出版資訊，資料取得方式（網址與日期）。
- 4.同一注腳著錄多份文獻時，各文獻間以分號（；）隔開。
- 5.若所引用文獻類型未包含於下述列舉資料，敬請逕行參考現代語言學會（MLA）出版之《MLA 論文寫作手冊》（第6版）引用格式，或得依各該學術領域之慣例或規範呈現，但仍須尊重他人智慧財產權以及方便讀者查閱（證）之原則。

二、中日韓文專書：作者四人及以上時，僅列出第一位作者，餘者以「等」表示，作者為團體機關者須列全名。

注腳格式：作者，《書名》（出版地：出版者，出版年），頁碼。

⁸ 吳文忠，《中國近百年體育史》（臺北：臺灣商務印書館，1967），38-45。

注腳再引：作者，《書名》，頁碼。

¹⁰ 吳文忠，《中國近百年體育史》，38-45。

引用文獻格式：作者，《書名》，出版地：出版者，出版年。

吳文忠，《中國近百年體育史》，臺北：臺灣商務印書館，1967。

三、中日韓文選集或編纂之作：編者若出現在書名頁，應先登錄此姓名，若一人同時擔任多種工作，應按書名頁次序著錄。

注腳格式：作者編，《書名》（出版地：出版者，出版年），頁碼。

¹ 李正治編，《政府遷臺以來文學研究理論及方法之探索》（臺北：臺

灣學生書局，1988），277-308。

注腳再引：作者編，《書名》，頁碼。

² 李正治編，《政府遷臺以來文學研究理論及方法之探索》，277-308。

引用文獻格式：作者編，《書名》，出版地：出版者，出版年。

李正治編，《政府遷臺以來文學研究理論及方法之探索》，臺北：臺灣學生書局，1988。

四、中日韓文選集中的作品：引用文獻處應列文章起迄頁碼，而非引用段落頁碼。

注腳格式：作者，〈篇名〉，《書名》，編者編（出版地：出版者，出版年），頁碼。

⁶ 柯慶明，〈從「亭」、「臺」、「樓」、「閣」說起——論一種另類的遊觀美學與生命省察〉，《中國文學的美感》，柯慶明編（臺北：麥田，2000），127。

注腳再引：作者，〈篇名〉，頁碼。

⁷ 柯慶明，〈從「亭」、「臺」、「樓」、「閣」說起——論一種另類的遊觀美學與生命省察〉，127。

引用文獻格式：作者，〈篇名〉，《書名》，編者編，出版地：出版者，出版年，頁碼。

柯慶明，〈從「亭」、「臺」、「樓」、「閣」說起——論一種另類的遊觀美學與生命省察〉，《中國文學的美感》，柯慶明編，臺北：麥田，2000，127-184。

五、原版或影印版古籍，請註明版本與卷頁，若屬新版，請加註現代出版項。

注腳：

⁶ 王結，《文忠集·善俗要義》（臺北：臺灣商務印書館，1986，影印文淵閣《四庫全書》，集部5，1206/261），6/23。

注腳再引：

¹⁰ 王結，《文忠集·善俗要義》，6/23。

引用文獻：

王結，《文忠集·善俗要義》，臺北：臺灣商務印書館，1986，影印文淵閣《四庫全書》。

六、中日韓文期刊論文集

注腳格式：作者，〈篇名〉，《期刊》，卷期（出版地，出版年月）：頁碼。

³ 許義雄，〈我國近代體育目標的檢討及對策〉，《國民體育季刊》，5.3（臺北，1975.12）：8-14。

注腳再引：作者，〈篇名〉，頁碼。

⁸ 許義雄，〈我國近代體育目標的檢討及對策〉，8-14。

引用文獻格式：作者，〈篇名〉，《期刊》，卷期（出版地，出版年月）：頁碼。

許義雄，〈我國近代體育目標的檢討及對策〉，《國民體育季刊》，5.3（臺北，1975.12）：8-14。

七、中日韓文未出版學位論文：已出版之學位論文，視同專書，惟須於出版地、年分前加上論文資訊。

注腳格式：作者，〈論文名〉（地點：學校單位學位別，西元年），頁碼。

¹² 楊榮豐，〈先秦儒家踐禮之身體觀〉（桃園：國立體育學院體育研究所碩士論文，2000），59-60。

注腳再引：作者，〈論文名〉，頁碼。

¹⁵ 楊榮豐，〈先秦儒家踐禮之身體觀〉，59-60。

引用文獻格式：作者，〈論文名〉，地點：學校單位學位別，西元年分。

楊榮豐，〈先秦儒家踐禮之身體觀〉，桃園：國立體育學院體育研究所碩士論文，2000。

八、中日韓文翻譯作品：原著者（原文對照為佳）置前，譯者置原著書名或篇名（原文對照為佳）之後，若該書既有譯者又有編者，則應照書名頁所載依序排列。

專書注腳格式：作者，《書名》（譯者譯）（出版地：出版社，出版年分），頁碼。

⁸ 古特曼 (Allen Guttman) 著,《現代奧運史 (*The Olympics: A History of the Modern Games*)》(徐元民譯)(臺北:師大書苑,2001), 53-78。

專書注腳再引:作者,《書名》,頁碼。

¹⁰ 古特曼 (Allen Guttman) 著,《現代奧運史 (*The Olympics: A History of the Modern Games*)》, 53-78。

專書引用文獻格式:作者,《書名》(譯者譯),出版地:出版社,出版年分。

古特曼 (Allen Guttman) 著,《現代奧運史 (*The Olympics: A History of the Modern Games*)》(徐元民譯),臺北:師大書苑,2001。

期刊論文注腳格式:作者,〈篇名〉(譯者譯),《期刊》,卷期(出版地,出版年月):頁碼。

⁹ Cyril raceqirdle 著,〈奧運會的夢想家——布魯克醫師〉(王緒之譯),《奧林匹克季刊》,18(臺北,1992.06):47-49。

論文注腳再引:作者,〈篇名〉,頁碼。

¹⁴ Cyril raceqirdle 著,〈奧運會的夢想家——布魯克醫師〉,47-49。

論文引用文獻格式:作者,〈篇名〉(譯者譯),《期刊》,卷期,出版地,出版年月:頁碼。

Cyril raceqirdle 著,〈奧運會的夢想家——布魯克醫師〉(王緒之譯),《奧林匹克季刊》,18,臺北,1992.06:47-49。

九、西文專書:作者四人及以上時,僅列出第一位作者,餘者以 et al.表示,作者為團體機關者須列全名。

注腳格式: Author, *Title of Book* (Place of Publication: Publisher, year), page.

⁸ Earle F. Zeigler, *History of Physical Education and Sport* (Illinois: Stipes, 1988), 57-71.

注腳再引: Author, *Title of Book*, page.

¹⁰ Earle F. Zeigler, *History of Physical Education and Sport*, 57-71.

引用文獻: Author, *Title of Book*, Place of Publication: Publisher, year.

Zeigler, Earle F., *History of Physical Education and Sport*, Illinois: Stipes, 1988.

十、西文選集或編纂之作：編者若出現在書名頁，應先登錄此姓名，若一人同時擔任多種工作，應按書名頁次序著錄。

注腳：Author, ed., *Title of Book* (Place of Publication: Publisher, year), page.

⁶ Robert von Hallberg, ed., *Canons* (Chicago: University of Chicago Press, 1984), 225.

注腳再引：Author, ed., *Title of Book*, page.

¹⁶ Robert von Hallberg, ed., *Canons*, 225.

引用文獻：Author, ed., *Title of Book*, Place of Publication: Publisher, year.
von Hallberg, Robert, ed., *Canons*, Chicago: University of Chicago Press, 1984.

十一、西文選集中的作品：引用文獻處應列文章起迄頁碼，而非引用段落頁碼。

注腳格式：Author, "Title of the Article," *Title of Book* (Place of Publication: Publisher), page.

⁶ Isabel Allende, "Toad's Mouth," trans. Margaret Sayers Peden, *A Hammock beneath the Mangoes: Stories from Latin America*, ed. Thomas Colchie (New York: Plume, 1992), 83.

注腳再引：Author, "Title of the Article," page.

¹⁴ Isabel Allende, "Toad's Mouth," 83.

引用文獻：Author, "Title of the Article," *Title of Book*, Place of Publication: Publisher, page.

Allende, Isabel, "Toad's Mouth," trans. Margaret Sayers Peden, *A Hammock beneath the Mangoes: Stories from Latin America*, ed. Thomas Colchie, New York: Plume, 1992, 83-88.

十二、西文期刊論文集：引用文獻處應列文章起迄頁碼，而非引用段落頁碼。

注腳格式：Author, “Title of the Article,” *Title of the Book*, volume. series
(Place of Publication: day month year): page.

⁸ Hugh Dauncey, “French Cycling Heroes of the Tour: Winners and Losers,” *The International Journal of the History of Sport*, 20.2 (London, June 2003): 175.

注腳再引：Author, “Title of the Article,” page.

¹³ Hugh Dauncey, “French Cycling Heroes of the Tour: Winners and Losers,” 175.

引用文獻格式：Author, “Title of the Article,” *Title of the Book*, volume. series (Place of Publication: day month year): page.

Dauncey, Hugh, “French Cycling Heroes of the Tour: Winners and Losers,” *The International Journal of the History of Sport*, 20.2 (London, June 2003): 175-202.

十三、西文學位論文：已出版之學位論文，視同專書，惟須於出版地、年分前加上論文資訊；博士論文使用 Diss.，碩士論文使用 MA thesis、MS thesis 等名稱。

注腳格式：Author, “Title of the Dissertation,” (Place of the University: Diss/ MA thesis University, year), page.

³Anthony T. Boyle, “The Epistemological Evolution of Renaissance Utopian Literature, 1516-1657,” (New York: Diss. New York University, 1983), 10.

注腳再引：Author, “Title of the Dissertation,” page.

²⁵ Anthony T. Boyle, “The Epistemological Evolution of Renaissance Utopian Literature, 1516-1657,” 10.

引用文獻格式：Author, “Title of the Dissertation,” Place of the University: Diss/ MA thesis University, year.

Boyle, Anthony T., “The Epistemological Evolution of Renaissance Utopian Literature, 1516-1657,” New York: Diss. New York University, 1983.

十四、西文翻譯作品：原著者（原文對照為佳）置前，譯者置原著書名或篇名（原文對照為佳）之後，若該書既有譯者又有編者，則應照書名頁所載依序排列。

注腳：Author, *Title of Book (Title of the Original)*, trans. Translator (Place of Publication: Publisher, year), page.

¹ Friedrich W. Nietzsche, *Thus Spoke Zarathustra: A Book for All and None (Also Sprach Zarathustra: Ein Buch für Alle und Keinen)*, trans. Walter Kaufmann (New York: The Modern Library, 1995), 86.

注腳再引：Author, *Title of Book*, page.

¹⁷ Nietzsche, Friedrich W., *Thus Spoke Zarathustra: A Book for All and None*, 86.

引用文獻：Author, *Title of Book (Title of the Original)*, trans. Translator, Place of Publication: Publisher, year.

Friedrich W. Nietzsche, *Thus Spoke Zarathustra: A Book for All and None (Also Sprach Zarathustra: Ein Buch für Alle und Keinen)*, trans. Walter Kaufmann, New York: The Modern Library, 1995.

十五、報章雜誌：雜誌只須寫出版時間，不須寫出卷期；全國發行之報紙不須寫出版地；無作者之文章，應先寫文章標題，餘則依一般著錄順序；出版時間依年月日（西文為日月年）著錄。

注腳：

¹ 楊重信，〈建立具市場機制之土地開發制度〉，《聯合報》，1995.10.07，21 版。

² Tyler Marshall, “200th Birthday of Grimms Celebrated,” *Los Angeles Times*, 15 March 1985, sec. 1A, p.3.

注腳再引：

³ 楊重信，〈建立具市場機制之土地開發制度〉，《聯合報》，1995.10.07，21 版。

⁴ Tyler Marshall, “200th Birthday of Grimms Celebrated,” *Los Angeles Times*, 15 March 1985, sec. 1A, p.3.

引用文獻：

楊重信，〈建立具市場機制之土地開發制度〉，《聯合報》，1995.10.07，
21 版。

Marshall, Tyler, “200th Birthday of Grimms Celebrated,” *Los Angeles Times*, 15 March 1985, sec. 1A, p.3.

十六、引用網路文獻：文獻未標明作者則以標題開頭；無特定網址者，請於首頁網址後加注路徑或關鍵字，並依序標明（以分號隔開）；可視引用文獻類型做適當資訊補充。

注腳：

¹ 彰化縣文化局，〈前清武舉人黃耀南〉，〈<http://www.yljh.chc.tw/snto/fugizun.html>〉，2003.02.25 檢索。

⁵ “This Day in Technology History: August 20,” *History Channel.com*, 2002. History Channel, 〈<http://historychannel.com/>〉, Path: Technology History; This Day in Technology History, 14 Nov. 2002.

注腳再引：

⁸ 彰化縣文化局，〈前清武舉人黃耀南〉，〈<http://www.yljh.chc.tw/snto/fugizun.html>〉，2003.02.25 檢索。

²² “This Day in Technology History: August 20,” *History Channel.com*, 2002. History Channel, 〈<http://historychannel.com/>〉, Path: Technology History; This Day in Technology History, 14 Nov. 2002.

引用文獻：

彰化縣文化局，〈前清武舉人黃耀南〉，〈<http://www.yljh.chc.tw/snto/fugizun.html>〉，2003.02.25 檢索。

“This Day in Technology History: August 20,” *History Channel.com*, 2002. History Channel, 〈<http://historychannel.com/>〉, Path: Technology History; This Day in Technology History, 14 Nov. 2002.

本刊審查委員資格

- 1.聘請國內及國外專家學者數名。
- 2.本刊審查委員必須具博士學位或教授資格，並至少符合下列條件之其一：
 - A.近 5 年在 A&HCI、Scopus、SCI、SSCI、TSSCI、THCI 發表。
 - B.特殊情況，由編審委員推荐者。

《運動文化研究》各期目錄

期數	作者	篇名
第一期	劉一民	職網陪賽經驗的知識建構：三色空間交往模式的發現
	林秀珍	學校運動會與教育神聖性的開顯
	劉宏裕	國際奧會與我國簽訂兩會協議之研究
	黃芳進	從運動中體現藝術的悸動
	石明宗	God among Athletes: From the Perspective of Merleau-Ponty and Tao
第二期	許義雄	遊戲與狂歡——古代奧運的身體意涵
	朱文增 王宗吉	臺灣職業棒球球員職業聲望之研究
	胡天玫	特技作為器官投影技術論的典範
	黃東治	Sport, Imperialism and the Collapse of the Chinese Empire 1860-1911
第三期	徐元民 郭金芳 顏伽如	三軍球場的歷史圖像：台灣癡迷籃球的第一現場
	林政君 胡文雄	搖擺在「中國化」之間——首屆台灣省運動會的成立與運作
	王宗吉 洪煌佳 張世榮	臺灣運動產業發展的社會過程研究
	Gerald R. Gems	Sport, Colonialism, and United States Imperialism
第四期	劉一民 周育萍	運動教練實踐經驗的知識探索——窺見一位網球教練的知識世界
	謝仕淵	身體與近代國家——以日治初期（1895-1898）國語學校附屬學校與國語傳習所體操科為例
	蘇維杉	特殊族群運動社會化過程之研究——2007 國際唐氏症游泳邀請賽為例
	黃月嬋 林俐伶	國小六年級理解式球類教學實施成效研究
第五期	李佑峰	籃球場上的身體經驗——肉身化知識的開發
	吳忠誼 黃志成	尼采與運動員的生存哲學對話
	許立宏	中國的奧運會——論證與多元文化交流的可能性
	Synthia Sydnor	Liminality: Contours and Context
第六期	黃芳進	運動的共戲經驗之詮釋
	歐宗明	美國大學身體教育與競技運動連結源起（1880-1935）
	鄭人豪	日治時期台灣游泳運動之萌芽（1895-1912）
	李炳昭	London's Successful Bidding for Hosting the 2012 Olympic Games
第七期	周育萍	運動知識的本質探究——從《個人知識—邁向後批判哲學》一書的邏輯出發
	宋宏璋	從黑爾的道德思維模式檢驗 SBL 運動道德衝突
	劉進枰 張嚴仁	王正廷和孔祥熙在國際奧會中對「一個中國」問題之作為（1949-1957）——以王、孔兩氏與國際奧會的通信內容為研究中心
	呂潔如	The Dance of Apollo and Dionysus: Inquiry into Concept of Body in Nietzsche's Philosophy
	Alan Bairner	Sport, the Nation State and Political Identities

第八期	石明宗	「運動儀式」之研究——「技術動作儀式」與「再現文化儀式」
	郭金芳 顏伽如	「碧濤女子籃球隊」的出征——身體經驗的敘說女語與另類生命的歷史圖像（1951~1967）
	張力可 黃東治	型構、三元辯證與能量——H. Eichberg 論運動文化的認識基礎
	文多斌	原漢之間——一位優秀女性原住民運動員的微觀敘事
第九期	洪鎌德	黑格爾「承認說」與「主奴說」的後續發展及其應用——運動哲學的核心問題之一
	程瑞福 蔡秀華 曾郁嫻	臺灣地區社會甲組女子籃球運動發展探究（1947 年~2007 年）
	林伯修 朱自敏	花東學生棒球與原住民
	金湘斌	運動慶典的形成：日治初期臺灣公學校運動會（1895~1911）
第十期	劉一民	Toward a Phenomenology of Tennis Embodiment: Reflections Following Merleau-Ponty's "Dialectical Look" of the Lived Body and the Lived World
	林丁國	日治時期臺灣社會領導階層的休閒運動——以《臺灣人士鑑》為討論中心
	張威克	臺灣本土體育概念演進的系譜
	高于翔 林如瀚 李加耀	老二的心情——板凳球員自我認同的個案研究
第十一期	黃冠閔	Visiting the Beyond: Imagination and Body Experience
	李佑峰	「看不見」到「看見」——教練實踐知識的「圖像化」
	鍾芝憶	另一種觀賽——運動知識的現象學描繪
	張力可 黃東治 侯志輝	從大龍到中龍——香港龍舟運動化歷程的一個歷史社會學視角
第十二期	蔡政杰	網住人生：一群網球愛好者的生命故事
	劉進杆	臺灣爭取參加 1960 年冬季奧運會的歷史考察
	歐宗明	臺灣體育運動史研究進路探究
	劉宏裕	A Study of the 2009 World Games-Network Governance Perspectives
第十三期	Walter Tokarski Christoph Fischer	The European Union and Sport: A Long Journey Towards Common Ground
	楊綺儷	純粹舞蹈身體的深層意涵
	孫嘉穗	聽障奧運、媒體行銷與身體文化——聽不見的身體與眾聲喧嘩的媒體與城市
	李明宗	台灣節慶活動的形貌——休閒社會學觀點的詮釋
	蔡承祐	論遊戲者的主體性——高達美詮釋學與運動技術學習過程的辯證
第十四期	劉一民	運動身體經驗本源的追問——相遇於梅洛龐蒂的基進反思
	呂潔如	身體定位——探討運動哲學研究中的尼采
	謝仕淵	日治時期「臺灣體育協會」與棒球行政運作之研究
	周偉航	團隊競技運動中的群架是種「邪惡實踐」嗎？
第十五期	林秀珍	學校運動會的神聖性探究
	游添燈	從運動與身體的立場探討哲學中的多樣性
	于文正 宋曜廷	運動與快樂
	許立宏 Christoph Ferstl	Olympic Movement in Taiwan: A Qualitative Derivation of Promoting and Inhibiting Factors

第十六期	徐錦成	論余光中的運動詩
	邱建章	運動員「明星化」的現象——王建民與臺灣之子
	黃品瑞	籃球教練之美學——時間與空間之本質直觀
	Heiko Bittmann	Regarding the “Way-Culture” in Japanese Martial Arts: Examining Their Objective, Values and Practice-Methods
第十七期	盧玉珍	街頭「飆」舞的晚期現代性意涵——我尬舞，故我在
	林丁國	林獻堂遊臺灣——從《灌園先生日記》看日治時期的島內旅遊
	張文威	朝勝與朝聖——臺灣棒球迷儀式文化
	Ivo Jirásek	運動與朝聖——人工科技化與靈性
第十八期	劉一民	運動風格經驗的現象學探討——風格與反風格間的周旋
	李宗芹	創造性身體運作中的心理轉化——以個案翔翔為例
	林義淳	當運動的身體不再健康——一種病痛經驗的觀看與敘說
	郭憲偉 徐元民	歷史·身體——以李崇華技術團為論述中心
第十九期	李加耀	網球運動員身體感之人類學研究
	于文正	這樣就好——友善環境的休閒產業
	莊珮琪	東西方報紙運動禁藥報導內容比較研究
	李亦芳 程瑞福	身體與服飾——「女人味」的感知實踐
	陳建森	洪瑞雲與臺東軟式網球運動（1932-1968）
第二十期	Jean-Yves Heurtebise	Rethinking the Body with Reference to Modern Dance and Gender Studies: Introduction to the Concept of “Merleau-Pontian Universe” (MPU)
	侯俞如	街舞舞者風格層次之探討
	池本淳一	現代中國城市與武術文化的再生產——以武術學校與各類學校的比較為例
	陳羿戎	「運動英雄」的形塑要素——神話學觀點
第二十一期	劉一民	運動技術重建經驗的發生現象學探討
	歐宗明	登山經驗的現象學探索——在身與心之間
	李佑峰	蛙人身體的深層經驗——從身體受苦凝視生命意義
	陳子軒	日常生活的運動文化——從慶典到景觀？
第二十二期	魏豐閔 施登堯	運動場域中的放鬆經驗
	陳世恩	身體為形而上的道場——以村上春樹《關於跑步，我說的其實是……》之再詮釋
	林丁國	從日記資料析論日治時期臺日人士的體育活動
	雷小娟	美軍駐臺與老淡水高爾夫球場的發展（1951-1979）
第二十三期	陳小雀	攸關生死——美索亞美利加球賽
	莊珮琪	自然環境下的身體文化探究
	江欣惇 許光廬 張智昇	服裝的變革與女性運動員的身體——以排球運動為例
	張威克	跨越真實——臺灣棒球看球文化的蛻變
第二十四期	盧塞軍	民俗學視域下苗族獨木龍舟競渡文化研究
	黃盈晨	運動訓練馴化模式之省思——結構主義、佛洛伊德與兩本小說
	胡天玫	教練作為陪練員——一位菜鳥籃球教練的教練哲學
	劉宏裕	政治、意識形態和運動政策之政治歷史考察——一個橫跨兩岸爭議之議題

第二十五期	深澤浩洋	運動員相互尊重的可能性與想像的界限
	皋崇道	自我單車遊戲感四部曲——晉升、規訓、秀異、慣習
	郭憲偉 郭金芳	中國武術的異化
	荒牧亞衣	有形遺產與無形遺產之間的關係——以 1964 年第十八屆奧林匹克運動會為例
第二十六期	陳建文 許振明	臺灣 1992-2014 年男子室內拔河技術之歷史流變
	唐千茹	運動世界的「勝」與「敗」——價值論的辯證
	徐元民	神明遶境文化裡的遊戲因素——嘉義內埔仔祭祀圈的田野觀察
第二十七期	劉一民	臺灣運動現象學研究底蘊探源——哲學、方法與生存實踐的導入
	游添燈	施密茨身體現象學與太極拳的氣能美學
	金湘斌	邁向天然足世代下的臺灣學校女子體育——以 1916 年〈體操科教授要目取調委員報告書〉為中心
第二十八期	林士彥 劉宏裕 莊世滋 洪崇彬	結合 QFD 和 TRIZ 於節慶活動服務品質改善之研究——以端午節龍舟競賽為例
	宋 灝	關係、運動、時間——由現象學觀察身體
	孫嘉穗	運動、媒體與文化創意產業——魔戒與紐西蘭運動產業
	小川 宏	教練哲學——2015 年運動哲學國際研討會演講稿
第二十九期	林岱樵	以傅柯權力觀談網球雙打的權力現象
	姜凱心 李建興	流浪者之歌——臺灣羽球學生運動員奧運逐夢歷程自我敘說
	郭憲偉	生命的敘說——職業雜技演員的自我認同
第三十期	石明宗	尿布、論文、戰術板——「通過儀式」與大專教練工作
	郭憲偉 郭金芳	論懷孕女性職業技藝展演者的體認與策略
	黃淑蓮	探尋臺灣光復後學校國民小學體育課程中舞蹈的足跡
第三十一期	金湘斌	陳啟川的田徑生涯（1918-1921 年）——首位參加奧運會預選賽的臺灣運動員
	范育成	聖雅各朝聖之路的徒步旅遊體驗
	文多斌	路跑民族誌——從 5 公里到 54 公里（2013-2017）
	陶以哲 盧譽誠 李建興	籃球冰火交會處——UBA 禁賽風波之反思性實踐
第三十二期	郭憲偉 郭金芳 金湘斌	中國女子體操學校的創設與發展（1908-1937）
	蔡宗儒 石明宗	運動的審美理由
	李旒	現代日本社會中的肚皮舞的性化——以平面媒體為中心
	江信宏 林建宇 謝承勳 曾國恆	優秀運動員社會化過程之探究
第三十三期	孫佳婷	「健康」作為核心的互涉性研究——以醫學、公共衛生、體育與運動領域為對象
	李晟璋	皮埃爾·布爾迪厄的場域、習性與資本概念於戶外與冒險活動中的應用
	游添燈、權五倫、盧亮廷	詠劍入鞘——劍的文化傳衍
第三十四期	黃彥璋、金湘斌	「木蘭」的崛起——臺灣女子足球隊成軍（1975-1977 年）
	游添燈、朱禎祥	《一代宗師》中的武術境界與遊戲人生
	張威克	運動 / 獎牌 / 錢——學校運動會獎勵措施之省思
	林裕恩、吳宗瓊 方信淵、林慧君	文化祭典遊後滿意度、遊後行為之構面再檢視——以屏東迎王為例

第三十五期	邱建章	現代棒球的跨國傳佈——一個「運動化」的歷史社會學詮釋
	許瑋倫	尬舞——B-boy 的身體技藝與文化
	吳忠誼、蔡政杰	肉身性與享受的駐足——重返運動教練經驗世界的探索
	劉雅琳、林建宇 謝旻修、江信宏	探析影響團隊凝聚力之教練領導行為因素——大專女子籃球隊之個案研究
第三十六期	張桂菱	當代舞蹈觀看美學之研究——當舞蹈進入展示場域
	蔡俊宜、歐宗明	西港香科武陣腳巾符號之探析
	邱建章	紀錄運動——紀錄片創作者的影像實踐及其公共文化的生產
	郭憲偉、郭金芳	民國時期江蘇省自由車競賽之研究（1932- 1936）
第三十七期	謝世忠	運動的人類學波瀾——非熱門宿命之破解
	林 涓	揭露羽球運動實踐場域的身相——以運動現象學的轉向為開展
	范姜穎、林伯修	紐西蘭棒球俱樂部的經營特色與困境起克
	曾郁嫻、沈劍威	大專學生運動員接觸同志運動參與者的經驗探究——以臺灣、香港及中國為例
第三十八期	林婉婷、林政君	數位世代下的山林意象與社群圖像
	張家榮、劉元安	休閒文化與運動場域的重構——以宜蘭國民運動中心為例
	姜穎、吳宗翰	健康主義與美麗迷思——臺灣女人「動起來」的消費主義意涵（1990-2010）
	游添燈	太極拳「反身而誠」與「過勿憚改」的工夫修煉
第三十九期	荒牧亞衣、呂潔如	2020 年東京奧運會的「奧林匹克遺產」——基於在日本發表相關文獻的再思考
	孫佳婷	基因與細胞禁藥治理——一個 STS 取向的考察
	蕭文滔	重建「聖地」——戰後臺北重點籃球賽事場館之空間生產歷程
	林亮穎	從土法煉鋼到科學化訓練——高中甲組排球隊的運動科學化實作
第四十期	李承諺	華銀金像獎女子硬式棒球賽（1956-1957）
	張桂菱	舞蹈現場中觀者視見的揭露
	游添燈	太極拳與書法的交會融通——以「用筆」、「識勢」為核心之理解
	陳仕佳、蔡琪揚 陳昭彥、鄧碧雲	COVID-19 對大型競技運動產業的衝擊與啟示——以美國為例
第四十一期	唐千茹、黃仁易	運動能夠神聖嗎？
	林伯修、郭彭	文化翻譯與「截拳道 / Jeet Kune Do」命名脈絡
	邱建章	《灌籃高手》：女性球隊經理的媒體再現及其批判論述
	岳陽	兩種鄉村社會關係對其龍舟競渡環境的重構——以中國福州市三溪村、洋下村為例
第四十二期	石明宗、唐千茹、 蔡宗儒	「上善若水」的教練領導觀——臺灣的學校籃球為例
	陳仕佳、蔡琪揚、 陳昭彥	新「三國誌」——我國籃球運動職業化歷程的十字路
	楊廣銓、施登堯	中國、日本、韓國培育優秀選手之高級中等學校課程規劃探究
	Mikhail Sinyutin、 Aleksander Gonashvili、孫佳婷	俄國運動社會學基礎

第四十三期	李慧慧	鋸木賽事的文化脈絡——從一個傳統與新穎兼備的泰雅族類家族團隊談起
	林志興	文化力量射出來的運動——原住民傳統射箭與運動自治社群的生成
	謝世忠	輕跳清唱之文化常續機制——從愛努族的舞扮動物談起
	陳迪、李加耀	臺灣男子職業網球選手出國比賽歷程之情感經驗研究
第四十四期	張威克	再現危機及其之後——探詢當代質性研究的認識論基礎
	張正昌、張佑誠、林如瀚	棒球夢——一位旅日棒球選手的跨文化適應歷程
	王彥邦、程瑞福、陳履賢	競技運動與霸凌關係之文獻綜述
	劉佳鎮、楊世英、程瑞福	臺灣頂尖運動教練的領導智慧及風格探究
第四十五期	邱裕翔、黃盈晨、黃培閔	回到真實體驗——職業選手與網球關係發生現象學的反省
	鄭筱濤、張國彬	羽球訓練經驗的塊莖模式之探討——樹狀思維與塊莖思維
	呂洲翔	19世紀末 20世紀初愛爾蘭獨立進程中的體育運動要素
	林岱樵、黃盈晨、邱裕翔	梅洛龐蒂的肉身存有學對網球球質深度的探索