

附錄一：第一次調查問卷

親愛的朋友，您好：

此為一份學術性調查，目的是想瞭解您在登高山時所面臨到的挑戰。本問卷不涉及個人隱私資料，敬請安心填答。感謝您的協助，謝謝！

敬祝 登山順利·玩得開心

國立嘉義大學 休閒事業管理研究所

曹勝雄 博士

國立嘉義大學 休閒事業管理研究所研究生

林濰榕 敬上

第一部份 挑戰量表

★★ 請先閱讀以下 ★★

「挑戰」就是在您登山時，會增加您的負擔的一種狀況，
然而您是有信心可以克服這種狀況。」

非常
不同意

不同
意

普
通

同
意

非常
同意

在我登高山（3000M 以上）的經驗中…

請圈選

| | | | | | | |
|----|---------------------|---|---|---|---|---|
| 01 | 我想要達成的「目標難度很高」 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 02 | 我有一種「不想輸給其他人的感覺」 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 03 | 「錯估自身的狀況」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 04 | 「缺乏安全感」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 05 | 「內心產生恐懼感」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 06 | 「避免讓身體受到傷害」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 07 | 「必須要負責大家的安危」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 08 | 「自己造成夥伴的負擔」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 09 | 「面臨決策判斷的時候」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 10 | 「自我要求與期待」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 11 | 「自信心不足」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 12 | 「意志力不足」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 13 | 「勇氣不足」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 14 | 「經驗不足」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 15 | 「訓練不足」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

★★ 請先閱讀以下 ★★

「挑戰」就是在您登山時，會增加您的負擔的一種狀況，
然而您是**有信心**可以克服這種狀況。」

非常
不同意

不同
意

普
通

同
意

非常
同意

| 在我登高山（3000M 以上）的經驗中… | | 請圈選 | | | | |
|----------------------|-----------------------------------|-----|---|---|---|---|
| 16 | 「體力不足」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 17 | 「身心狀況不佳」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 18 | 「技巧不足」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 19 | 「不熟悉活動技巧」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 20 | 「裝備攜帶不充分」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 21 | 「裝備受損」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 22 | 「裝備不適合」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 23 | 「體型不適宜」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 24 | 「活動需要豐富的知識」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 25 | 「活動需要的技巧不容易學習」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 26 | 「活動需要多樣化的技巧」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 27 | 「活動需要高度的技巧」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 28 | 「活動過程的無法預期」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 29 | 「活動過程的突發狀況」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 30 | 「活動將危及到自身的安全」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 31 | 「面臨到難以掌握的狀況」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 32 | 「活動場所的難度高」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 33 | 「地形過於險惡」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 34 | 「避免遭遇危險動物（例：蛇、熊、黃鼠狼…）」 會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 35 | 「避免遭遇蟲害（例：虎頭蜂、小黑蚊）」會對我 造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 36 | 「天候異常」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 37 | 「氣候的極端」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

感恩，快結束了，不可以半途而廢喔！加油～

★★ 請先閱讀以下 ★★

「挑戰」就是在您登山時，會增加您的負擔的一種狀況，
然而您是**有信心**可以克服這種狀況。」

非常不同意 不同意 普通 同意 非常同意

在我登高山（3000M 以上）的經驗中…

請圈選

| | | | | | | |
|----|-----------------------|---|---|---|---|---|
| 38 | 「遭受過度日照曝曬」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 39 | 我與夥伴之間存在「競爭的感覺」 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 40 | 「夥伴的能力比我好」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 41 | 「夥伴的不當行為」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 42 | 「避免與夥伴產生衝突」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 43 | 「與夥伴之間的意見不同」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 44 | 「夥伴對我造成干擾」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 45 | 「與夥伴之間有溝通上的問題」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 46 | 「與夥伴之間的默契不佳」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 47 | 「與夥伴之間的配合度不佳」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 48 | 「夥伴的技巧不佳」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 49 | 「夥伴的經驗不足」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 50 | 「夥伴的體力不足」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 51 | 「與夥伴之間的體力差異大」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 52 | 「夥伴的身心狀況不佳」會對我造成挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 53 | 整個登山過程，我感覺到挑戰 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

第二部份 個人基本資料

01 性別 ☐女性 ☐男性

02 年齡 _____歲

03 職業別 ☐學生 ☐自由業 ☐服務業 ☐科技業
☐工商業 ☐軍公教 ☐無(含退休) ☐其它_____

04 攀登高山的次數 ☐1-3 次 ☐4-6 次 ☐7-9 次 ☐10 次以上
(3000 公尺以上)