

休閒遊憩事業創意方案設計

作者：Director Lynda Dyer／譯者：余嬪

高雄師範大學成人教育研究所所長

1 這份文件主要是要介紹一個在澳洲發展相當成功有創意的社區運動與休閒方案。且此方案已受到多所大學、醫院、學校、運動中心、游泳中心以及私人企業之採用。

方案之成果：

1. 以社區為主的自給自足的公眾方案成為機構與社區之大生意，替機構及社區帶來極大的利益。
2. 方案廣為人知，打下金字招牌。
3. 創造一個更凝聚健康、更快樂的社區。
4. 成為更有成本效率，以社區為主之結構。
5. 基於社區方案之成功，使得州立法律有所改變。願景成為實現！此方案亦適合於其他機構！

願景：

每個人都有自己的願景，而我的強烈願景更成為我的終身事業。在我的願景中，我希望自己能夠成立許多的有關創意休閒、遊憩藝術、旅遊之機構，使得全世界的人們得以享受一個更為健康、有品質的生活。因我經常出國旅遊的緣故，我發現這個方案可以在不同國家實施，不只是在澳洲。但是這個方案在澳洲的成功才是促使我更加將我的願景廣為推行的原動力。會在人們的日常生活中，人人似乎都被機構化。這就好比每樣東西都被放在一個小盒子中一樣。例如：一個裝滿著大學生的盒子、一個為殘障人士設計的盒子、一位

為女人設計的盒子、一位專為兒童設計的盒子等……。當這些團體所提供的特別服務外表會整齊漂亮時，他們在許多方面是沒有效能的社區組織，且這些團體也會被日益增加的經濟壓力給壓得喘不過氣來。雖然社會上已成立了許多團體，這幾年來開放了許多，但事實上，我們仍有一段很長的路需要努力。

現在，我們稱所謂的『盒子』為機構，例如：醫院、學校或一些專為特殊團體所設立的機構，而這些機構中的主要經濟來源也主要來自整個社區。然而你和所有其他人一樣付了錢卻一點用也沒有，因為在每一個機構中有它特定的服務對象，例如：當你年紀不符合的話，進不了運動俱樂部；或者非特定性別是進不了某些娛樂機構的；不符合資格也進不了大學。然而，雖然我們長久以來都不斷被告知社會上所成立之各機構是為了服務社區而設立的，但久而久之，每個機構愈來愈強的形式建構，使得服務社區的優先次序排到最後。許多機構之設立是有其社區的社會功能，例如：家庭、工作、宗教、教育等。但是這些社區功能卻漸漸受到許多休閒、藝術、運動以及旅遊文化改變的影響。

就讓我們先以醫院為例：

醫院一因應團體中人們不同的需求，透過提供其實可說是最適合將具有創意、專業、建設性的社區休閒藝術以及旅遊方案

與他們的服務結合，是最好的一個手段來促進健康生活方式。然而，我們可以發現醫院似乎變成只為照顧那些生病的人們的一個機構，已偏離它原本為整個社區服務的創立宗旨。這種所費不貲的”治病”形象應該改變了。但我所說的改變醫院的形象不是忽然地整個完全改變，我建議以一個「“不僅如此…而且…”」的方法。例如：醫院「不僅」滿足替病人治病的需求，「而且」家庭中的成員亦可到醫院詢問有關醫療預防方案的事項，其中正好提供遊憩的服務，如此慢慢的讓醫院成為一個為眾人所服務的健康教育中心。

這一個方法同樣也適用於大學中，大學可變為一個「不僅」只錄取前百分之五名的資優學生，「而且」可為成年想繼續追求學問的人及整個家庭想得到休閒教育開啟大門。這樣使得大學成為一個為整個社區所服務的教育中心。而在小學，也可改變為「不僅」只讓5-12歲兒童接受教育「並且」可成為一個課後輔導中心、夜間社區教育中心以及一個社區活動中心。而網球中心已也可改變為「不僅」只服務那些打網球的人，「而且」也為社區在夜晚、假日所舉辦的運動與休閒活動提供服務。而社區游泳池亦可改變為「不僅」單單是游泳中心而已，「並且」是一個以提供全體社區運動與休閒基礎的一個地方。這一個「不僅如此…而且…」的方法事實上不會改變機構的重要性，而且藉由極具創意、建設性、專業性的人力與社區休閒、藝術以及旅遊方案的結合漸漸改變了它的印象而更增加其重要性。但我們所需

注意到的一點是這一個方案不僅不斷的加入一些新活動，而且不斷努力的引進新進人員、並使其員工及家人實質的參與。近幾年來，我們可以發現許多機構在工作場所或以強調全方位健康為基礎的機構中，一直強調著運動與休閒之重要性。但是，我們也會發現這些方案主要還是在機構中，而且以「說教」為主，缺乏創意的以社區為基礎的專業與事業的方案設計技巧。Malonely在1990年時，在一場以健康為訴求的華盛頓工商團體聚會中曾提到：『若是對工作的一些「介入」真正是有益的話，家中成員以及整個社會都需要支持家居及社區健康習慣之養成。』

社區參與的益處

一、各種不同機構中引進社區創意運動與休閒方案有九項重要理由：

1. 一個專業的方案能提供機構中各種正式結構的非正式連結的媒介。
2. 使社區參與方案，使得方案可以多元擴展。那也就會有越來越多的人需要更為創新、刺激的方案。這樣一來，工作人員及所有的人也會因有更多不同的選擇而受益。
3. 工作人員在機構中一起工作到一起生活、一起創造而受益良多。
4. 基於使用者付費自足的原則，社區中將會有更多的經費，並可再舉辦更多及更多樣性的活動。
5. 機構能改變它的形象。由於社區更多參與，機構必須對它所存在的目標與功能省思而產生一個較廣大、目的與目標與計劃。許多社區的逆思可以被打破。例如：

當我在 1970 年在某一所大學工作時，當時校外有許多人都認為學生只是一群嬉皮。因此大學便邀請社區去參與上課、觀賞戲劇，使用餐廳等，而改變居民的看法。

6. 設施可多重使用。在許多的機構中有演講室、電腦、會議室……等。但是這些設備大多是晚間 5 點以後便不再使用。一個休閒方案正好接手，當然必須在同意改變規則與有專業人員之指導下，其實休息室在工作時間以外也是可供使用的。這也就是說，其實有一些資源是可以共享的。例如：由活動基金所購買的校內微波爐在白天時可供學校人員使用，到了夜晚，便可供烹飪班的學員使用。或者在醫院，診療室可變為醫療諮詢休閒處，辦公室可變為電腦學習區，餐廳可變為舞廳，會議室可變為練習瑜珈、繪畫的場所等…。

7. 社區中除了原本的舊成員外，也加入新的成員，並且大家都能同樣享受到有關健康資訊的服務，可以加以增修以針對不同背景的成員。

8. 受到積極行為改變的鼓舞，社區亦改變了他們的態度。我們希望人們可以用實際的行動去做他們想做的事。我們所強調的是一種行為的策略，而非態度上資訊的傳遞。

9. 健康行為的塑造並非只是對工作成員，而家庭與社區都一樣。

二、創意社區參與及凝聚的形式

1. 個人或家庭可共同參與各種活動。

2. 社區組織贊助某一特定活動。例如：像

是獎品、設備、服裝以及促銷用品都需要花錢。為使活動舉辦地更為有效率，可以用交換廣告的方式來贊助組織並負擔費用支出，並藉此來達到對外宣傳的效果。

3. 社區組織能分享資訊及互為宣傳活動訊息。有一點競爭是好的，但合作使大家受益。

4. 介紹及整合一些方案到社區已有的方案中。例如：拒絕抽煙方案、心臟健康方案、殘障人士舞蹈團、戲劇社、音樂社、旅遊公司等。但首先要注意的是在設計活動之前，得先摸索清楚社區中有多少資源可供利用來加強活動。

5. 要求工作人員及社區給予一些有關可以促進工作環境、組織發展之建議及活動。若成員們的建議有獲得採用，是很好的回饋，這可鼓勵更多成員的參與。

6. 地方大學與學校的學生可參與方案工作，一方面學生們可獲得珍貴的工作經驗，另一方面，你也可以獲得更多的工作幫助。相對地，也可經常提供學校分享一些有關你們這個專案的資訊。

7. 優秀的領導者通常希望去做具有高品質的專案活動，反之亦然。領導力的整合運用通常來自組織內及組織外。許多有才能的人在我們的周圍，可以被專業的培養、鼓勵、提拔及酬賞，我們需要適時地對那些能力或表現較佳的成員給予專業的教導、鼓勵。

參與所有這些社區方案可以引導出一個快樂、健康、有趣的工作環境及社區。

三、活動、方案亦可成為社區中的一個資

源

在設計這些活動、專案時，團體中有許多的人力、機構需要一起合作。他們會一同為資金贊助、市場行銷、轉介等工作共同努力。

在設計活動的同時，勢必人與人、人與機構、人與組織間有非常頻繁的接觸，這亦使得你和你的社區似乎成為一個專門為旅遊者、課程、活動與贊助者間的一個資源中心。而這些接觸也成為創意活動設計之延續一個非常重要的一點。同時，相對地，也會有許多其他的團體在跟你們所提供的資源有所接觸後，並提供給你們更多

*學校／大專院學

*社區活動中心

*地方議會、委員會、等有效性／用費／情況

轉包承攬／租用

共用／私用

時間、地點與計費方式

*由誰負責？

設備〈供應、儲放、花費〉

廣告宣傳

清潔

開／關

音樂

(3) 有關競爭／與其他活動

*形式：水上團體／人事／其它：走路、有氧運動、體重控制、減重班、兒童營隊。

*品質：有符合實際需求嗎？

*時間、地點：可以競爭／增加／補充嗎？

(4) 工作人員：

珍貴的行銷機會。你在眾多不同的社區團體中，基本上是一個顧問的角色。

四、有關創意專案之設計

1. 評估（第一個階段，而非最後的）

(1) 你的社區：年齡、健康情況、性別等。

(2) 設施

*大樓、游泳池…等

公營場地—使用頻率？

民營場地—場地大小、費用？

學校、俱樂部—有無後院、是自己的嗎？

*自己—信用、目標、野心、財力

*其他人—有品質的訓練／資格、學生需要工作經驗、義工

*花費—一般費用／訓練員工／保險費

2. 鼓勵社區參與

(1) 好處：

*更健康的社區

*更健康的工作場所

*給所有人更有建設性的活動

*越多的社區參與可組成越多具多樣性的活動

*使組織與社區中有更多的資金可運用，而使方案受益。

*有越來越多的成員參與活動—活動方案更擴大

*社區設施可多重使用

*積極的行動來強調對健康的重視

(2) 社區參與及凝聚的形式

*個人或家庭

*社區團體—特定活動，例如：獎品、贈

品、設備、服裝等

*社區組織—互相流通促銷機會、訊息等

*運用既有資源、鼓勵大家一同合作

*基於體認到需求且支持專案—地方會

議鼓勵社區加入

*在社區委員會鼓勵社區參與：認識需求及支持方案。

3. 方案本身

此專案可依團體成員、團體、既有目標、設備等運用而變得更具多樣性，整合社區與優質領導，而優秀的領導來自品質的方案及支持。

(1) 由小而大，注重品質、數量、彈性，亦須具有專業性、要符合自身目標以及團體之共同目標。且所設計出來的方案必須具有可賣點。

*單獨完成或聘請人員。

*需要聘請具有不同才能資格的人員。

(2) 其它可以考慮的多重選擇：

*有關水上運動、走路、游泳及食品營養等課程。

*以會議、工作研討會的方式來訓練講師、討論帶領人。

*安排時間為社區介紹組織內新的活動與工作。

*成人旅遊健康週及家族運動與遊戲週。

*特別事件活動、節慶、社會事件活動。

*工作場所的體適能與健康、假日運動、遊戲營。

*社區運動。

(3) 創意方案適用之處

*游泳池

*健身中心

*學校

*網球場

*醫院

*家裡

(4) 有關健身中心的創意方案

*韻律〈地板、階梯、地毯、、等〉

*水上健身〈若可使用游泳池的話〉

*交叉訓練

*學校假日運動與適合兒童之休閒活動

*家庭旅遊

*有關健康、營養&壓力與放鬆之研討會

*個人訓練

*強力走路

*運動俱樂部

(5) 有關學校的創意方案

*自我防衛

*為父母與兒童設計的電腦課程

*太極拳

*旅遊

*學校假日運動與休閒露營

*市場日

*集會&嘉年華會

*校際運動巡迴賽

*時髦的遊行

(6) 有關網球場的創意方案

*訓練

*比賽

*緩和運動

*孩童校園假日運動與休閒露營

*團體跳舞

*家庭週末旅遊

*使用輕便的器具介紹籃球、曲棍球以及使用球網的運動項目

(7) 有關大學的創意方案

*有關運動、休閒、藝術以及工藝的課程
與工作研討會議

*校園假日—專為兒童設計的休閒與運動

*訓練諮商

*運動俱樂部

*義賣會&市集

*市場日

*娛樂—午餐時間、晚上及週末

*戲院與餐廳

*旅遊與觀光

*大學校際運動嘉年華

(8) 有關醫院的創意方案

*在運動、休閒、藝術與工藝方面有超過
一百種的課程與工作研習營

*校園假日運動、休閒、藝術與工藝活動

*有關運動、健康議題及生活方式的研討

*市場日

*滑雪團

*地方、全國與國外之旅遊

*醫院內及院際運動比賽

*義賣會與慶典

*文化日

*社交活動

*有關健康方面的多種研討會

*特別活動

*體適能測驗

(9) 有關家庭的創意方案

*孩童校園運動及休閒活動假日方案

*水上健身課

*強力走路

*營養諮詢

*相叉訓練方案

*家庭週末運動與休閒週末

*訓練講師方案

*老年人運動與休閒機動巡迴服務

*為國家講師所舉辦輪椅研討會

*到大學、專科學校講演

*為運動與休閒學生成立行政、領導與方案設計

*運動、休閒與營養方面的國際研討會

*個人訓練

何時該開始擴張及多元？

4. 創意行銷

*想好公司的名字並辦理註冊

*設計商標

*設計為成人、兒童簡單有創意的傳單來
反應你及你想提供的東西。

*訂定一個公開的時間或免費課程邀請
大眾前來、向大眾介紹你及你的產品，
提供一些摸彩、獎品等藉以提高社區人們
前來的意願。

*讓媒體瞭解你及你的產品，使其瞭解你
促進人們的身心健康意圖。

可接洽：

*新聞報紙

*遊憩產品或活動區

*體能師

*體育館等

*提供一起工作的機會—促進彼此的關係

*老人退休村

*一些計劃在工作場所內或外為員工辦理
相關活動的大公司。

傳遞：

在合宜的社區服務中心、購物中心與住家的新相丟傳單。

一個具有專業品質的方案是最好的行銷

5. 創意社區參與及凝聚的方式

*個人參與

*由社區組織負責贊助活動

*社區組織間可互通訊息

*可把社區的專案計劃一同納入自己的方案中。例如：心臟健康週、拒菸週

*要請社區與員工提供改變的建議並予回饋或酬賞

*地方上的教育中心安排有實地現場工作經驗的學生參與

*融合機構、社區內有具有高領導力的人才

6. 社區參與組織的好處

*在單位、機構與社區中較少正式的連結

*多樣性方案的發展具

*可變為屬於工作環境中的社區方案

*資金充裕

*機構中藉由質疑、詢問自身存在的目標與價值而漸漸地改變自己的形象

*資源多重使用

*更大的目標團體

*藉由行為策略而改變態度

*發展健康行為