

第1篇 體驗式學習法

經驗不是在你身上發生過什麼事，而是你怎樣去面對發生的事。

——亞迪斯·夏利 (Aldous Huxley)

體驗式學習 (experiential learning)，又稱「發現式學習」、「經驗為主學習」、「活動學習」或「互動學習」，是先由學員自願參與一連串活動，然後分析他們所經歷的體驗，使他們從中獲得一些知識和感悟 (insights)，並且能將這些知識和感悟應用於日常生活及工作上。

體驗教育協會 (The Association for Experiential Education) 把體驗教育定義為：「由直接經驗建立知識、技巧及價值觀的一個過程。」基本上，體驗學習就是把一個概念設計成一個互動式的學習過程。學員可透過自己的親自參與和領會，了解概念與活動內容的關係，而不再是由教師或訓練員單向式的教授。由於這些經驗將成為學員生活的一部分，所以對他們學習非常有效。到最後，學員的態度將有所改變，行為、技巧將有所擴展，而認知及人際關係亦會得到提升。

體驗式學習與傳統教學比較，特點如下表：



表一 傳統教學與體驗教學的區別

基本元素	傳統教學	體驗教學
學習單元	個人	小組及個人
學習重點	內容為本	內容及過程
學習本質	認知	認知及情感
學員角色	聽、記、考試——被動式而非主動式	投入、參與、互動——高度主動
訓練員角色	老師／指導員／講師／講者／評估者	資源提供者／協助者／訓練員可同時為參與者／帶領者
訓練員職責	主要為單向溝通（講課、影片、幻燈片、講台式討論）	提供一個可令組員體驗的學習環境
學習環境	公式的，具限制的、強調身分的	非公式的、輕鬆的、鼓勵性的，不重身分的
訓練員主要考慮	找一些好問題／內容／資料給參與者	找一些好方法刺激學員思考更深入的問題或找尋答案的更好方法。
學習的責任	老師／講者（假如學生不懂，即是說老師沒有教過）	學員為自己的學習和行為負責
最能滿足需要者	講者	參與者
實際應用機會	較低及不確定	對大部分學員為中度至高度



* 體驗學習的好處

體驗學習有很多好處，尤其有以下特點：

1. 以學員為主：學員除自我體會學習內容外，並可調控自己學習的步伐。
2. 過程及所得結果：在學習中，學員可掌握到「怎樣」（How）發生與「什麼」（What）發生是同樣重要。
3. 整體了解：重整體而非片面理解。



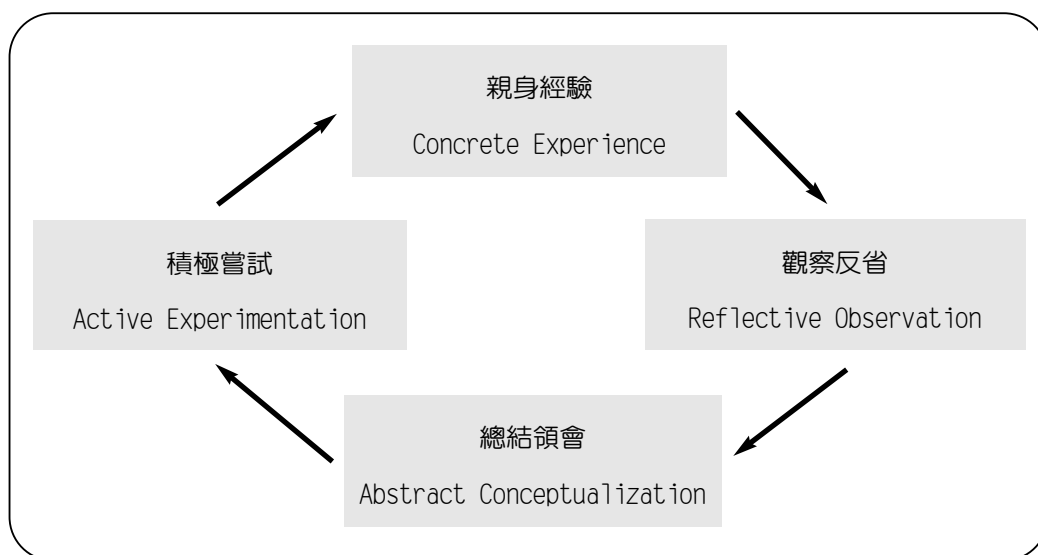
4. 多重關係：除學習主要的目的外，學員也可探索到其他相關的概念，例如自信心和面對壓力的關係。
5. 個人特質：學習不單是汲取理性知識，學員的感覺、價值觀及視野亦十分重要。
6. 彈性：學習的形式和內容可就個人及團體的需要而改變。
7. 實驗性：所學習的技巧皆可應用於日常生活中。
8. 保密性：在小組學習中，學員在大家同意遵守保密的情況下可分享個人的感受或問題。
9. 全情參與：所有學員皆需全面投入活動中，而不是只限於理性的分析。
10. 同儕間學習：學員可互相學習新的行為模式，促進團隊間的學習。
11. 自我評估：鼓勵學員對自己的學習負責。
12. 易於記憶：學員很容易就回想起自己的體驗，從而可牢記所學。
13. 有趣：由於此種學習模式經常採用活動或利用多種媒體學習，學員可享受到學習過程的樂趣，而不單是被動的及單向式接收知識。

相對於兒童，體驗教學對成人更為有效。原因是他們有豐富的一手經驗，並且有很多生活智慧可以分享。但另一方面，成人均已建立自己的價值觀、特質及傾向，這意味著他們有自己本身慣常一套的學習模式，未必肯從未知的活動經驗中學習，更重要的是成人的自視程度較高，他們會較害怕因學習失敗而失去尊嚴及聲譽。不過，假如使用恰當，體驗教學將有助減低這些恐懼，更輕鬆的進行學習；同時，學員亦可在安全、低風險的情況下探索新的技巧和知識。

* 體驗學習循環

大衛·高比 (David Kolb, 1984) 曾提出一個被廣為接受的基本模式。這模式是從卻克·利雲 (Kurt Lewin) 的行動研究及實驗室訓練的基礎上出發，再把約翰·達利 (John Dewey) 及占·比特 (Jean Piaget) 的理論結合起來而成的。高比相信學習、轉變及成長是最能由一個整合過程來推動。這個過程是由已有的經驗開始，蒐集資料，然後再觀察 (examine) 有關的經驗。在分析資料後得出的結論，將回饋以改變行為。所以，學習可視為一個包含四個階段的過程 (如圖一)。

圖一 體驗學習的四個階段



高比模式的重點在於這四階段的學習進程，而通過這四階段循環的學習將最為有效：

1. 親身體驗 (Concrete Experience)

親身體驗，包括學員對個別事件、人物及情況的處理。這種學習



模式，包括經歷一些「危機」(risk)、處理模糊情況及面對陌生、不肯定的環境。參加者在這階段裡要有專注即時情況的能力，以及對自己感受的察覺能力。

2. 觀察反省 (Reflective Observation)

觀察反省，包含了對經驗資料的蒐集及整理，經驗資料主要是那些有關思想、感覺、聯想及其他觀察的資料。在這環節中，最重要是問：「剛才發生了什麼事？」(What just happened?) 及「我們做了些什麼？」(What did we do?) 觀察反省這麼重要，是基於兩個原因：從訓練內容上看，觀察反省是把剛過去的事實弄清楚，就像重播錄影帶一樣，帶領學員從另一角度觀察自己的表現。學員可比較事後所看到的與剛才感受如何吻合。另一方面，「剛才發生了什麼事」這問題可驅使學員審視自己的學習模式。在反觀經驗的過程中，學員可看到他人怎樣進行活動，怎樣組織資訊及執行計畫。當學員知道自己怎樣學習，他們將可改進本身分析技巧。

3. 總結領會 (Abstract Conceptualization)

總結領會包含兩方面：一方面，是運用理性邏輯分析有關的數據資料，以確立其雛形理論；「雛形」是指初期的數據資料分析結果，還有待進一步闡釋。另一方面，亦包括從已知的知識（如理論、模型）中尋求類同的體驗。學員須分別從共通點及分歧兩者中領悟能廣泛應用的道理。他們可以從「怎樣」(How)、「如果這樣的話，什麼事會發生」(What if?) 及「這樣又如何」(So what?) 等問題中加強自己的思考和分析能力。

4. 積極嘗試 (Active Experimentation)

積極嘗試包括對初步結論、新知識及猜想作實際測試。學員可透過真實環境嘗試新學習的行為，以測試該行為的意義及帶來的感覺。學員應準備建立新的目標，主動嘗試及承受新的風險。在這一環節

