

導入經驗學習理論與反思寫作精進「大一效能」教學設計與學習收穫

李佩師*

(投稿日期：2024/12/20；修訂完成日期：2025/03/03；接受日期：2025/03/15)

摘要

本研究以北部一所私立大學，專為大一新生設計之「大一效能」通識課程為研究範圍，以便利取樣選取修習本課程 18 位學生為研究對象。本課程參考澳洲學者 Lizzio 提出的「成功五領域模式」(能力感、關係感、目標感、資源感、學術文化感)為課程設計依據，目的為輔導新生順利銜接大學生活。本課程教學模式依據「經驗學習理論」，並融入「反思寫作」，期能精進教學設計及提升學生學習收穫。本研究兼顧質性與量化資料收集，以學習成效問卷與學生反思寫作作為研究工具。研究結果顯示，經驗學習理論教學與學生學習成效各個向度大多呈現高度相關，除此外，學習成效問卷在「學術文化感」向度的各題平均數最高，顯示學生對於思索何謂大學、大學核心價值的學習理解最為深刻，也最具成效；輔以質性資料分析發現，教師設計與實施教案及反思寫作，都能成功地運用與連結經驗學習理論與實務，協助學生將學習內容內化，產生個人化意義。

關鍵詞：大一新生、反思寫作、成功五領域模式、經驗學習理論、學習收穫

* 臺北基督學院基督教博雅學系副教授
(通訊作者，E-mail：VivianneLee@cct.edu.tw)

壹、緒論

一、研究背景與動機

近十年來，臺灣高等教育因教育改革與政策引導，不論學校數量或學生在學率均快速增長，促使高等教育進入普及大眾化。然而，學生卻對「為什麼要上大學」、「大學教育的理念和精神」、「大學四年到底要收穫什麼」等議題鮮少思索。「大一年（大學第一年）」在高教研究中一直受到重視（Council for the Advancement of Standards in Higher Education, 2021；Tight, 2019），許多研究指出學生在大學關鍵第一年的經驗，具有很大影響，包括：學識能力、學習模式、適應問題、人際關係、是否能順利完成大學等，若適應銜接不順利，多數學生很可能第一年即離開校園（陳柏霖，2010；DeBerard et al., 2004）。因此，學校若能提供大學一年級學生過渡與適應的課程或是計畫，讓學生具有學習高峰經驗，對往後學習及校園生活均有助益，學生也將更容易克服所面臨的困難（何昕家，2021；吳明錡，2009；陳柏霖，2011；Tinto, 1993）。

目前針對大學第一年，各校有不同的施行模式，如：「新生定向輔導（freshman / new student orientation）」、「新生訓練」或是開設「大學入門」、「大學之道」、「大學學習與新生專題」等課程，輔助學生適應大學新環境、關係與建立學習目標。根據實證研究，學者指出「大一年」不僅是一次性活動或單一課程，更宜納入校、內外資源，跳脫學術或行政部門負責的分類，以「學習者」角度來思考規劃，提升至整體辦學的觀點，成為辦學的策略方向（吳明錡、彭心儀，2023；Greenfield, et al., 2013；Koch & Gardner, 2014）。

教育部也不斷鼓勵各校參與「素養導向高教學習創新計畫（Xplorer探索者計畫）」，目的在「幫助銜接十二年國民基本教育課程綱要之實施，協助學生適應、定向，讓學生在大學關鍵的第一年即能明確學習的意義感，並奠定日後素養學習的基礎」（教育部，2022），特別在科技興起、氣候變遷、國際政治局勢等大環境快速變化下，大學生的特質與需求迥異於過

去。因此，如何重新規劃、型塑與設計大學關鍵第一年，彰顯學校特色，以幫助學生順利銜接，運用資源讓學生獲得更好的學習輔導和身心靈照顧，是重要的課題，亦是國內各大學需關注的焦點。同時，隨著通識教育改革、高等教育國際化、十二年國教的推動、建立學校辦學特色等高教發展脈絡推波助瀾下（吳明錡、彭心儀，2023），大學第一年的實踐與研究價值極具潛能和重要性。

經由上述背景論述，可見大學關鍵第一年的重要性，本研究所探究的焦點就是在此脈絡下，專為大一新生設計「大一效能」(Success in First Year)通識必修課程，該課程設立目的除了輔導新生順利銜接大學生活、支持學生發展相應的能力外，亦將學校「博雅教育」的立校精神融入其中。根據本校校訂課程說明(Catalog)：以澳洲格里菲斯大學(Griffith University)李茲教授(Professor Alf Lizzo)所研發之「成功五領域模式」(a model of five areas or senses of student success)為課程架構，此五領域包括「能力感」(the sense of capability)、「關係感」(the sense of connectedness)、「目標感」(the sense of purpose)、「資源感」(the sense of resourcefulness)與「學術文化感」(the sense academic culture)作為課程規劃主軸。

然而，有鑑於過去真實教學現場的經驗，學生多認為能力感、關係感、目標感等概念抽象，與實際生活脫鉤，理論與實務的對接不足，學生難以自行將理論知識轉化為實踐知識，或不知如何將相關知能應用，使課程預設的目標與重要性大打折扣，另外，該課程雖是必修，與專業課程相比，學生卻多抱持應付心理或視為無用的廢課，引發研究者欲探求教學現場學生對課程內容掌握多少？課程結束後學生帶走多少？故欲調整課程，以「經驗學習理論」為教學模式，即學生透過課堂的參與、體驗、實踐等具體經驗，來發展他們的知識並應用所學的理论，解決理論和實務連結不足的困境，並配合「反思寫作」為工具，協助學生檢視、複盤自己所習得的內容，盼能將學術理論、知識延伸到實際脈絡情境，改善教學現場覺察的問題，達到課程設計目的和發揮意義價值。

二、研究目的與問題

基於上述研究動機，本研究旨在探討：在大一效能教學設計中導入經驗學習理論與反思寫作後，課程實施情況與學生學習收穫之情形。具體研究問題如下：

- (一)探討經驗學習理論與反思寫作導入大一效能課程，是否能發展出適切的教案設計？
- (二)探討經驗學習理論與反思寫作導入大一效能課程，課程實施情況為何？
- (三)探討經驗學習理論與反思寫作導入大一效能課程，學生學習收穫情形為何？

藉由導入經驗學習理論與反思寫作之大一效能課程實施歷程、遭遇困難，作為後續課程修正之依據與相關研究之參考。

貳、文獻探討

關於本研究之主題重點，首先闡述「Lizzio所提出的成功五領域模式」；其次討論「經驗學習理論」和「反思寫作」；最後討論「學習收穫」，現就研究者蒐集到的資料，依序將相關文獻探討說明如下：

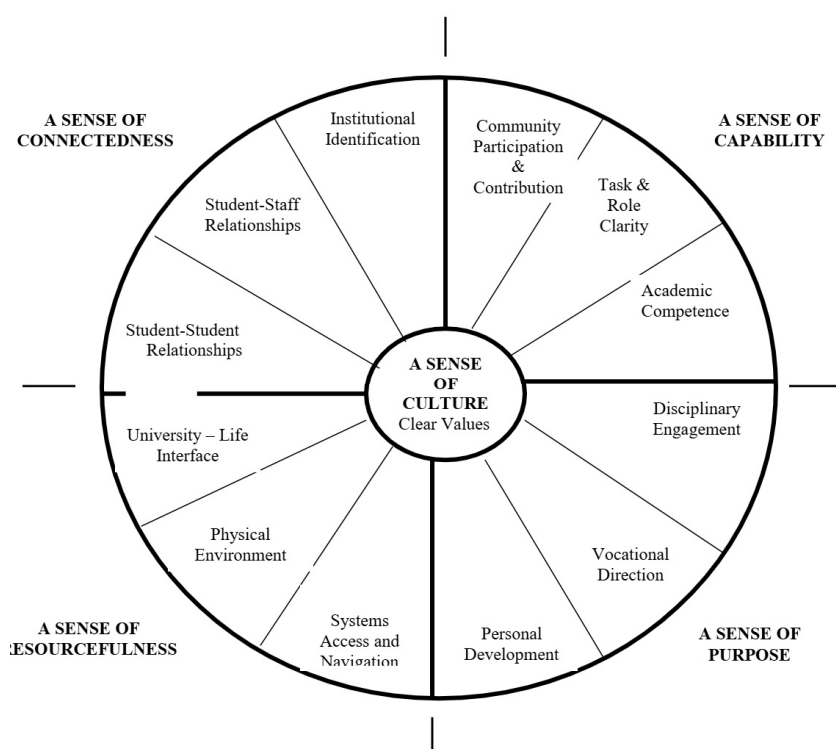
一、成功五領域模式

「成功五領域模式」是由澳洲學者Lizzio（2006）所提出，如圖1，包括：能力感、關係感、目標感、資源感、學術文化感五項。「能力感」指學生是否對大學學習的角色和任務具備一定認知和理解，當學生對自身學習者角色和任務準備越充分，往往在學術上能獲得較大的成功，學生因此更願意持續投入學習，而校方應幫助新生培養大學階段應有的學術技能和態度；「關係感」是協助學生增加對學校的認同與歸屬感，建立學生對校園物理空間以及環境資源熟悉感，且與同儕、教職員工等建立良好關係，鼓勵學生參與大學活動來幫助他們發展關係；而「目標感」是幫助學生設定明確的目標，看到課程彼此間的連貫性，提供學生角色楷模，發展其優勢才能，協助生涯、職涯規劃，不僅讓學生發現學習是有意義且遇到困難

也更願意投入和堅持；在「資源感」部分，引導學生通過正確程序找尋與開發學術、生活等資源，學校協助相關的支持程序、資源系統，並鼓勵及時尋求幫助的行為；最後一項「學術文化感」則強調帶領學生思索何謂大學？大學的核心價值以及對道德原則的理解。若學生能在大一入學時參與並了解五領域內涵，通常能在早期獲得較大的學業成功，幫助適應大學生活（Larsen et al., 2020；Lizzio, 2006；Lizzio & Wilson, 2004, 2010）。

圖 1

The 'Five Senses' of Successful Transition



註：Adapted from *Designing an orientation and transition strategy for commencing students*, by A. Lizzio, 2006
 (<https://studylib.net/doc/5862488/designing-an-orientation-and-transition-strategy-for>) 。

目前直接探討「成功五領域模式」的國內文獻雖然闕如，但相關研究（何昕家，2021；吳明錡，2009；陳柏霖，2011），已涵蓋該模式中的多個領域，且該模式與本研究所探究學校的教育目標、教育哲學契合，該模式在協助學生適應大學生活、提升學習成效與培養全人發展方面，扮演著關鍵角色。

此外，Lizzio（2006）提出一套五領域框架表單，旨在供老師了解學生需求。「能力感」（the sense of capability）部分包含任務角色、學術能力、環境參與三方面，共21項問題；「關係感」（the sense of connectedness）包含學生和學生間的關係、學生和學校職員的關係、學生和機構／學校的關係四方面，共16項問題；「目標感」（the sense of purpose）包含學習紀律、職涯方向、個人發展等三方面，共12項問題；「資源感」（the sense of resourcefulness）包含訊息系統、環境、大學生活三方面，共18項問題；「學術文化感」（the sense academic culture）包含5項問題等，作為具體衡量之原則。

二、經驗學習理論

Boud等（1993）曾提出經驗是刺激學習的基礎，Jarvis（2002）認為學習是將經驗轉化為知識、技巧、態度等的歷程。在近代經驗學習理論中，Kolb（2015）的經驗學習理論主要來自Dewey「經驗連續性教育論」、Lewin「場地理論」與「行動研究」的學習理論和Piaget的「認知發展論」。Kolb最大且最普遍應用在其《經驗學習—經驗是學習與發展之源》（*Experiential Learning: Experience as the Source of Learning and Development*）一書中呈現。

Kolb認為學習是一種經驗轉換、知識創作的過程，也就是強調學習是個體與環境交互作用的結果，經由反思、練習，提供學生學習的一種方式，參與的學生在實踐中發展其知識和應用理論（李瑛，2019；Kolb, 2015）。Kolb同時提出「經驗學習圈理論」，為一個循環的過程，四個階段包括：具體經驗（Concrete Experience）、反思觀察（Reflections Observation）、抽象概念的形成（Abstract Conceptualization）、實踐應用（Active

Experimentation) (張玉山等，2016)。各階段學習者特性，說明如下(張玉山等，2016；陳玉慧，2022；黃富順，2012；Akkoyunlu & Soylu, 2008)：

(一) 具體經驗 (CE)

指個人在經驗中所看到、聽到、接觸，以感受進行學習，會從親自得到的感受中學習，有趣的具體經驗將提升學習意願。參與主持人或教學者提供相關資料，將是具體經驗之基礎。張玉山與張育禎(2008)提出該階段可以實驗、示範、面談、觀摩等作為教學方式，吳祥鳳等(2007)則提出學生調查、專訪、體驗等。

(二) 反思觀察 (RO)

指從經驗引起思想、行為、意圖等方面的訊息，經過學習者運用觀察與探索，針對課程所接收到的經驗訊息，進行綜合與統整。張玉山與張育禎(2008)提出該階段可採取小組討論的方式，讓學生也對他人想法提出討論。

(三) 抽象概念化 (AC)

以思考來進行學習，在歷經經驗和反思後，透過觀察發展出統整觀念，並將學習與經驗連結，即是「抽象概念」。可透過文獻資料或演講的教學方式來引導學生(張玉山、張育禎，2008)，亦可透過討論將重要議題概念確認，想法被釐清(吳祥鳳等，2007)。

(四) 實踐應用 (AE)

接收訊息得到具體經驗，經反思觀察，統整分析產生抽象概念後，再將概念實踐應用在具體情境與新問題中。張玉山與張育禎(2008)提出該階段重執行實踐，藉由小組設計活動來解決問題，或討論如何應用在新的真實情境。

相關研究指出學習者經由實際體驗，結合做中學、反思、內省的教學設計過程，將提升學習者參與度和學習動機，並深化專業知識技能(林怡汝，2019；蔡宜燕等，2021；韓德彥，2022)，同時促進學習者情境察覺

能力與批判性思考能力（陳淑芬，2021），且經驗學習圈的成長是不斷更新進步的過程。

職是之故，「經驗學習理論」指知識建立是一個動態過程，學習是經驗的轉換，藉由人和環境互動、問題解決，在反思與對話中形成學習，而活動中真實感受的反思、推論才是產生學習的關鍵。以本研究目的來看，將經驗學習理論融入大一效能課程，幫助學生從經驗、反思到建構知識，並運用到下一情境，彌補理論與真實情境應用的差距，且深化對理論的了解。

三、反思寫作

在闡述反思寫作前，首先就「反思（reflection）」說明，是指對某一事件或議題思考，或是不斷自我探究的行為，一種「反身朝向觀者自己的意向活動」，是關心自我、建構自我的自我技術，更是透過自我剖析，來理解所參與的事件、活動，批判性的回顧，以形成個人理解、觀點、行動的過程（林文琪，2019；倪梁康，2002；Dall’Alba, 2004, 2005；Dall’Alba & Barnacle, 2007）。先行研究指出，反思有利於學習的開展，且是促進學習深化的關鍵要素，是將所學連結到自己認知結構中，進而理解學習材料並創造意義的活動（林文琪，2019）。

其次，「寫作」並非單指寫作文，而是廣泛包含使用文字媒介紀錄與表意的活動。何春蕤（1990）曾提到「在寫作過程中的每一步驟都牽涉到觀點的改變，思考和重塑」，加拿大學者Van Manen（2004）指出寫作創造反思的認知形態，抽離視為理所當然的事物，暫時去脈絡化，重新返回經驗脈絡，對行動產生理解，引發更深層的連結與理解，寫作不僅是反思認知形態，更是一種自我賦能，在書寫中訓練、發展自己，具洞察力地實踐訓練（林文琪，2019）。Langer與Applebee（1987）實證研究亦指出以寫作為學習方式能提高學生思維質量，且不同類型寫作將幫助學生進行不同類型思考和學習，故書寫本身即是一種獨特且具有價值的學習工具，有助學生開啟更高層次的學習模式（康郁玫，2022）。

所謂「反思寫作」(Reflective writing)是「一種處理個人實踐經驗以產生學習的方式，涉及更廣泛背景、意義和經驗或行動含意的寫作」(Branch & Paranjape, 2002；University of Reading, 2017)，也就是透過書寫，將學習過程中獲得的初步直觀經驗，在學習結束後記錄，並反覆思考，進而轉化為具系統性、理論化知識的學習方法，能幫助學習者提升學習、批判思考和促進問題解決的能力，在經驗脈絡中連結、理解，且將可能視學習為無止境的過程。其特點包括：（一）辨識自我反思的重要面向為理論與實踐相結合、（二）確認個人學習結果，並依此推展未來獲取新知與價值的計畫（張晴文，2019；University of Reading, 2017）。Bain等提倡反思日誌寫作應具備的層次：描述事件經過(reporting)、描述心情與判斷(responding)、與經驗聯結、加上個人意義(relating)、表現高度轉化和概念化(reasoning)、深度分析發生原因、探討理論與實踐之關係(reconstruct)(Bain et al., 1999)。

本研究目的在引導學生建立理論與經驗的連結，將學習導向經驗學習，避免將理論知識變成灌輸式的教學，或是去脈絡化的教條，同時透過反思寫作，也檢視、複盤自己所習得的內容。蔡天助（2018）指出真正的教育應該根植於生活經驗，並提供討論與反思的機會，顯示結合經驗學習與反思的教學方式，是一種具啟發性的教育實踐。

至於輔助反思寫作的框架，Borton（1970）曾立基在人類以感知(sensing)、轉化(transforming)、行動(acting)的反應模式，林文琪（2019）據此發展出透過什麼(what)「感知反應、實際效果和預期效果之間的區別」、所以(so what)「對行為及結果提供理由及解釋」、然後(now what)「決定採取最好的選擇，並在其他情況下應用他」三個步驟來展開的「3W」框架。Bain等（1999）提出「5R 反思層次」：「Reporting」描述報導事件經過；「Responding」指敘述感受、想法與評估，暫不提出判斷依據；「Relating」是與個人經驗或觀察做聯結，並試著解釋原因；「Reasoning」再進一步，為事物尋求深度理解，依自己的觀點或經驗，深度分析發生原因、探討理論和實踐間關係；「Reconstructing」從反思、經驗的整合歸納獲得結論或產生新觀念想法，進而對個人規劃未來行動。康郁玫（2022）則採用ORID

焦點討論法為反思寫作工具之一，「O -Objective」指觀察外在客觀事實、「R -Reflective」指內在感受或反應、「I -Interpretive」指詮釋意義、價值、經驗、「D -Decisional」指找出決定和行動，以循序漸進方式，引導學生回顧學習並闡釋意義、建立連結，考量本研究欲解決之問題與目的，將整合反思日誌寫作層次、3W問題引導和ORID焦點討論法為反思寫作之框架指引。

反思寫作作為學習或教學工具已被廣泛使用在教育現場，不論是學習檔案、課程日誌、研究日誌、專案札記等均見其存在，且被融入應用在不同學科領域（林文琪，2019）。Craft（2005）指出反思寫作有助提升批判思考、專業學習、自我了解與應變等；Cisero（2006）在一項實務性研究中亦指出，反思寫作對於學習學科有利於將新訊息置於個人經驗脈絡中；Jung（2011）認為反思寫作運用在教學有利於學生意識自己認知的學習的過程，轉為主動接受，同時促進不同訊息間的連結；Al-Rawahi & Al-Balushi（2015）也認為反思寫作有助學生自主學習、增加老師和同學的深度對話等。

目前國內以學者林文琪提出的相關理論及應用極為豐富，從反思寫作的哲學和心理學理論出發，輔以通識教育課程教學實例分析，提供許多實務教學上的借鏡；邱惠芬（2019）將反思寫作融入閱讀寫作課程，發現經過反思對反思書寫有明確提升影響；林秀純等（2021）將線上學習配合反思寫作，發現有助促進學習深化；部分零星將反思寫作應用於美術史教學（張晴文，2019）、管理學（彭雅惠，2020）、英語閱讀（林慧茹，2022）、科學新聞識讀（黃俊儒，2017）；其中，反思寫作在醫護領域教學上之應用亦多，如：護理反思實習日誌（許玉雲、王美卿，2012）、5R反思寫作訓練物理治療實習生專業素養（侯傑議、吳佩錡，2023）、分析教師與學生的課後反思寫作，歸納出疫情下醫學教育的三大問題（何世偉等，2020）等。足見反思寫作在教學上的應用逐漸擴大，已不侷限於特定領域學科，但就「大一年」相關課程使用反思寫作的應用目前仍較為闕如，尚有探討空間。

參酌多方文獻探討，欲透過反思寫作為工具，幫助學生檢視以及複盤自己所習得的内容，將整合3W問題引導和ORID焦點討論法為反思寫作之框架面向。

值得一提的是，韓德彥（2022）整合體驗學習和反思寫作概念，與本研究概念近似，透過經驗學習理論設計遊戲，學生於三國演義通識課程中體驗競爭與合作，藉由反思作業深化對生命意義的認識，展現遊戲式學習的生命教育學習效益。

四、學習收穫

「學習收穫（learning gains或attainments）」係指學習者在學習過程中，自覺評量其在參與學習過後，獲得何項能力與收穫（丁正芬，2016；林梅琴，2009）。Pascarella與Terenzini（2005）的研究主張以「學習收穫」作為衡量大學院校經驗對學生影響，比運用學業成績更有意義，因學業成績僅是校園學習經驗之一，學生學到那些知識、能力、情感態度或價值觀，均是學習收穫的一部分，大學生的學習經驗不應侷限於教室內（丁芳敏等，2008），把學業成績單獨視為衡量大學學習收穫的標準是不夠全面的（楊潔，2017；劉若蘭，2008）。

既然學習收穫面向多元，包含知識、情感和態度，探究影響學習收穫的因素，部分學者分為兩類：「硬體物理環境」和「學習機會」，硬體物理環境，如：教室、操場等，學習機會指同儕互動、師生關係等（林梅琴，2009；湯志民，2006）；亦有學者分為三類：「學生個人因素」，如：能力、動機、發展層次；「周遭環境」，如：教室、同儕等；「教師教學」，如：教學時間、教學品質等（黃光雄，1991）。

此外，前行研究指出「學術經驗」，如：課堂參與、圖書館資源利用等，「人際經驗」，如：師生互動、同儕互動、社團等，與學習收穫呈正向影響（林梅琴，2003；葉紹國等，2007；劉若蘭，2008），顯示學習收穫不僅牽涉到學習情況，亦包含關係、能力態度、環境等多方面，契合大一效能課程架構—成功五要素之內涵。爰此，符合本研究課程架構及旨趣，故本研究以「學習收穫」作為評估學生參與課程後所得成果的指標。本文

「學習收穫」是指修習大一效能課程的學生，在課程結束後，對自己在課程中所獲得的成長與學習成效的主觀認知。

然而，Rovai（2002）認為因學習涉及的因素複雜，各科的學科測驗分數較難進行比較，在解釋上偏向以第三人的客觀立場來預期學習者的學習狀況，但知識的價值或學習內容的吸收取決於學習者本身（杜佳靜等，2010；楊瑩，2011），而學習收穫主要由學生自我判斷評估，採主觀知覺自評填答問卷方式來了解（葉紹國等，2007），學生由自評過程，發展出覺知、覺察能力，更了解自我的學習外，亦有助對自我的探索及成長（丁正芬，2016）。

至於衡量學習收穫指標時，仍應參酌教育目標為導向（彭森明，2008），故本研究運用前述課程實施所目標所設計的五項內涵（能力感、關係感、目標感、資源感、學術文化感）為構面，整合Lizzio（2006）的框架表單題目，重新設計發展出「學習收穫問卷量表」，假若量表總分愈高，則代表學生的學習收穫愈佳。

綜上所述，參酌多方研究，以經驗學習理論為教學設計框架，成功五領域模式為課程主軸，結合反思寫作為工具，並以學習收穫問卷量表為研究工具，盼能協助學生提升學習成果，達到教學設計目的和發揮意義價值。

參、教學設計與研究方法

本節將逐一說明教學設計以及研究設計所採用的方法、資料蒐集內容等整體教學實踐研究歷程，以期進一步分析結果。

一、教學設計

本課程開設目的在幫助大一新生順利銜接大學生活並發展出相應的能力，以「能力感」、「關係感」、「目標感」、「資源感」、「學術文化感」五面向為課程骨架，每一面向依據「經驗學習理論」之「具體經驗、反思觀察、抽象概念的形成、實踐應用」等循環過程設計教學，整合 18週課程規劃如表1，輔以反思寫作學習單如表2，同時導入校內Tronclass平臺為學習媒介，提供個人化學習，發揮數位科技的靈活性與便利性。

表 1

導入經驗學習理論與反思寫作精進「大一效能」18 週課程規劃

週次	五領域模式一 課程主題	課程內容說明
1	課程介紹	針對本課程介紹，說明研究計畫、課程進度、評分方式、成功五領域模式、反思寫作筆記使用說明等。
2	能力感—學習如何學習*	1. (具體經驗CE) 小組討論，就學期間至今曾使用那些讀書筆記技巧？哪些有效？以《如何閱讀一本書》第二、五、七章為主，教師介紹閱讀方式以及數種筆記方式，如：九宮格摘要、康乃爾筆記法等，並示範筆記方式。 2. (反思觀察RO) (抽象概念AC) 教師隨機發下閱讀素材，請學生運用前面介紹閱讀方式與筆記技巧完成閱讀筆記練習。 3. (實踐應用AE) 小組討論並分享，就本週所學技巧，如何應用實踐在目前學科中。
3	學術文化感—大學的理想*	1. 課前至Tronclass平臺閱讀<大學的理想> (節錄)、<大學之理念> (節錄)。 2. (CE) 藉由文獻基礎，教師引導學生思考為何要念大學？認識大學的意義與使命及發展，帶入本校使命、宗旨與目標。 3. (RO) (AC) 根據平臺閱讀材料，「小組討論」大學的理念為何？對理想大學的期待？你覺得學校可以為你做什麼？你又可以为學校做什麼？小組進行討論。 4. (AE) 「小組討論」一所理想大學須具備的部分，各組將討論結果寫在黑板，教師統整與結論。
4	關係感/資源感—校園淘寶*	1. (CE) 校園探險，小組繪製校園地圖。書院有些什麼資源？校內還有那一條路、哪一個角落我沒走過而且值得我去體驗？帶回／拍照校園內一個美的物品或表徵(樹葉、標語文字等) 分享，為何選此物代表本校？建立歸屬感與認同感。 2. (RO) (AC) 結合Tronclass平臺觀看創辦人賈嘉美宣教士生平及辦校理念，並回答問題。「小組討論」何謂博雅教育？是否贊成博雅教育？ 3. (AE) 我所認知的大學教育和此週課堂所學有何差異？我該如何建構自己的大學四年？我應該如何扮演大學生角色？
5	中秋假期	放假一次
6	目標感/學術文化感—理想的大學生與大學生的理想*	1. (CE) 播放網紅影片，引導學生討論。 2. (RO) (AC) 就日常接觸，何謂知識份子？網紅就現代來說，是知識份子嗎？大學生是知識份子嗎？ 3. (AE) 討論理想的大學生與大學生的理想。

週次	五領域模式一 課程主題	課程內容說明
7	學術文化素 養—大學生素 養測驗、學術 倫理	配合學校規範，完成大學生素養測驗以及學術倫理線上課程。
8	學術文化感— 大學生國際視 野*	<ol style="list-style-type: none"> 1. 課前至Tronclass平臺觀看瑞典女孩 Greta Thunberg影片。 2. (CE) 播放「SDGs x 希望與行動的種子展」影片，引導學生思考生態環境、社會與我們的關係。 3. (RO) 教師簡要介紹SDGs，帶入公民社會議題，思考「世界公民」的意義、精神、角色與責任為何？這個時代為何需要世界公民？我如何成為一個世界公民？ 4. 「小組合作」討論目前所處社會環境面臨的重要議題包含哪些，(AC)(AE)就所列出之議題，請各組認領一項，蒐集資料想出可行解決方法或能做些什麼。
9	期中考週	就所認領之議題，進行口頭報告，需製作簡報，每組20-25分鐘。
10	關係感—自我 價值*	<ol style="list-style-type: none"> 1. (CE) 透過人格特質分析測驗了解自我個性。 2. (RO)(AC) 透過繪本，教師引導學生自我探索。思考我是誰？我的人格特質？我的情緒習慣？我的能力取向？我的壓力因應方式？我的人際關係？教師提供各項情緒管理方式以及介紹校內校外資源，以便適時求救。 3. (AE) 小組討論出情境題（人生各式困難或困境），將各組題目製成籤，他組互抽情境題目，依題目情境，學生於組內分享紓壓方式，遇到低潮或困境的處理解決方式。教師收尾統整。
11	關係感—我和 自己、上帝、 他人關係*	邀請校外業師講座：(CE) 結合基督教大學信仰特色，邀請基督徒心理諮商師講座分享，過程中諮商師帶小遊戲以及分組討論 (RO)，提供一段安靜沉澱時間，讓學生撰寫反思學習單，讓學生對焦自己的生命，了解與上帝、自我、他人等關係 (AC)(AE)。
12	資源感—淡水 走讀*	<ol style="list-style-type: none"> 1. 除校內資源，亦導入淡水在地文化之特色課程。 2. (CE) 透過淡水在地引路人專業導覽對照今昔，培養學生對學校附近場域文化資源的認識。 3. (RO)(AC) 沿途走訪古道與歷史建築。 4. (AE) 走讀終點在淡水在地小農經營之農莊進行反思寫作學習單，並對此次課程回顧總整。

週次	五領域模式一 課程主題	課程內容說明
13	資源感—圖書館導覽	配合圖書館週活動，帶學生至圖書館，介紹圖書、資料庫、影音資源。
14	能力感—學術論文寫作淺論	1.(CE)閱讀教師提供論文材料概覽，教師說明學術寫作架構。 2.(RO)(AC)分組透過資料庫蒐集論文，整理出研究問題、文獻重點、研究方法等，分組討論並修正。 3.(AE)自擬方向，完成學術寫作學習單。
15	能力感—七項好習慣*	1.課前至Tronclass平臺觀看高效能人士七個習慣影片。 2.(CE)教師介紹七項好習慣：主動積極、以終為始、要事第一、不斷更新、雙贏思維、知己解彼、統合綜效，結合學生過去學習經驗。 3.(RO)(AC)配合七項習慣帶入體驗活動，讓學生透過具體操作和小組討論，將七項習慣與過去生活經驗連結。 4.(AE)提供一段安靜沉澱時間，讓學生撰寫反思學習單。
16	目標感—生涯規劃*	1.(CE)透過人力徵才相關網站，搜尋心目中理想工作薪水、須具備證照、學歷要求、甘苦談等，完成SWOT自我分析。 2.(RO)(AC)完成生涯測驗，了解自己屬於哪類型工作人才，對比理想工作，小組中討論分享。 3.(AE)討論個人生涯規劃以及四年大學學涯規劃。
17	目標感—天國理財學*	邀請校友講座：(CE)邀請人力銀行講座分享，過程帶小問答以及分組介紹討論理財、保險等觀(RO)(AC)，最後布置作業課後完成反思學習單。
18	期末評量週	課程總複習並邀請校內外師長參與，期末成果展-請學生以五素養為架構，以創意方式，如：影音、作品集等展現本學期成果。

註：*表示當週次需撰寫反思寫作學習單。

表 2

反思寫作學習單內容

反思寫作框架ORID	反思寫作題目
Object 外在客觀事實 (What)	今天上課我學到什麼？
Reflective 內在感受或反應	對於今天的上課內容我有什麼想法或感覺？
Interpretive 詮釋意義價值經驗 (So what)	分析一下，自己為什麼會有以上的想法感覺？
Decisional 決定和行動 (Now what)	上完課程，有什麼是我可以改變？接下來要如何行動？或未來應用？

18週導入經驗學習理論與反思寫作精進「大一效能」課程以五領域單元為單位，教學實施步驟大致可分為三階段：課程教學前、課程教學中、課程教學後。「課程教學前」將課程相關資料或需預習的材料放置Tronclass平臺；「課程教學中」以五領域面向規劃內容，盡量提供學生體驗、參與、觀摩、討論、實作等機會，教師角色為引導及討論促進者，讓學生通過觀點感受的省思或討論，進行思考，釐清、檢核、創造出統整概念，經過反思寫作形塑個人的知識體系；「課程教學後」教師參閱學生反思寫作後，澄清學生誤區或是就反思內容補充進階資源。最後期末週則請學生以統整報告方式回顧省思，並邀請校外兩位教師協助給予學生回饋，使評分更多元化與公平。課程進行情況如圖2至圖5。

圖 2
配合週次 4，學生進行校園探索體驗



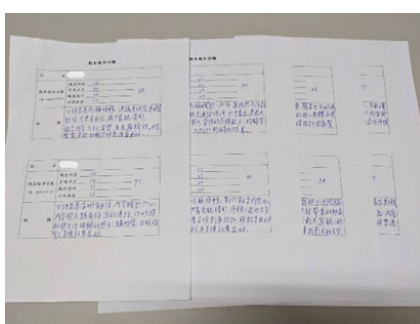
圖 3
配合週次 18，學生進行報告



圖 4
學生課堂討論（糊化處理保護學生肖像權）



圖 5
配合週次 18，期末報告校外教師給予回饋



二、研究方法說明

（一）研究對象與範圍

本研究以112學年度第1學期開設之導入經驗學習理論與反思寫作精進「大一效能」通識必修3學分，為期18週課程作為實踐場域。研究對象為北部一所私立大學修習「大一效能」的學生，主要為大一新生，共18位，組成背景為英文主修、音樂主修、傳播主修和跨主修學生，但該校為博雅教育大學，一年級課程多為共同通識課程，彼此間背景同質性高、先備知識類似。以學生個人基本資料統計分析，男性學生多於女性；又以傳播主修學生居多。

（二）研究方法與工具

考量研究目的與需要，本研究採量化和質性並重的方式進行資料蒐集。量化問卷部分以「學習收穫量表」為主，參考上述文獻，參酌Lizzio(2006)的框架表單題目及相關量表後，自行研擬修改之學習收穫量表，以Likert五點量表衡量，非常符合（5分）至非常不符合（1分）計分。問卷共分三部分：「基本背景資料」，包含性別、主修專業；「經驗學習與反思」，指在課程學習中實際感受的狀況，分為「能力感」、「關係感」、「目標感」、「資源感」和「學術文化感」五大面向，每面向平均3至4題，共18題；「成功五領域模式學習收穫」亦分五大面向，每面向平均5至6題，共28題。再請兩位教育研究所教授進行專家內容效度檢驗，同時經信度分析，每個向度 α 值均大於 .80，顯示此問卷具內部一致性與穩定度。然因問卷屬自陳式量表，自我評估恐有高估或集中傾向趨勢，因此在推論可能因此受限，為本研究之限制。

「質性工具」部分，主要以反思寫作學習單和開放問題作為學生回饋平台，並用來分析與掌握學生學習情況及課程實施成效，且因本研究對象母數較少，質量互補的混合設計，質性資料有助提供做為佐證量化數據之參考。

肆、教學實踐結果與討論

在前述整體課程架構與研究設計下，將透過問卷量表以及學生學習單之質性資料，說明教案設計、課程實施情況與學生學習收穫。

一、問卷量化資料結果與討論

課程教學結束後，針對修習「大一效能」的18位大一新生，於學期最後一週施作「學習收穫量表」，以掌握課程實施情況與學生學習的情況。有效問卷共計17份（18位學生，扣除1份未填完整），回收率為94.4%，以統計套裝軟體SPSS 21進行相關資料分析。

此量表分為三大部分，第一部分為填答者背景資料（性別、主修），第二部分為「經驗學習理論於課程實踐」即以經驗學習理論為教學設計，學生對教學後之感受情況，第三部分為「學生自評學習收穫」即課程學習後自評學習成效情況。

整體量表各個分向度分析，就「經驗學習理論於課程實踐」共18題中，單題平均數（ M ）均在4以上，顯示透過經驗學習理論，學生對該五領域內涵與概念學習感受極佳；在「學生自評學習收穫」共28題中，單題平均數（ M ）亦在4以上，表現學生自我評量對該五領域內涵與概念的學習情況感受整體正向，詳如表3，又大多數標準差落在2 - 4之間，顯示回答集中程度高，結果具有一致性與代表性；另外，課程教學後學習收穫感受與學生自評學習收穫各向度之相關分析，多數構面皆達高度相關（ $r = .6 - .9$ ），如表4。

表 3
學習收穫量表描述性統計結果 ($n = 17$)

構面	題數	M	SD	單題 M
經驗學習理論於課程實踐	18	80.59	11.75	4.48
能力感	5	22.12	3.48	4.42
學術文化感	4	18.18	2.77	4.55
關係感	3	13.59	2.12	4.53
資源感	3	13.24	2.05	4.41
目標感	3	13.47	2.07	4.49
自評學習收穫	28	123.16	19.08	4.40
能力感	7	31.18	4.76	4.45
學術文化感	5	22.89	3.46	4.58
關係感	5	20.71	4.60	4.14
資源感	6	26.35	4.44	4.39
目標感	5	21.59	3.97	4.32

表 4
學習收穫量表各向度相關分析摘要表 ($n = 17$)

課程教學後 學習收穫 感受	能力感	學術文化感	關係感	資源感	目標感
自評學習收穫					
能力感	.92***	.79***	.84***	.89***	.88***
學術文化感	.91***	.87***	.94***	.90***	.91***
關係感	.60***	.39	.53*	.61**	.66**
資源感	.77***	.68*	.71**	.77***	.78***
目標感	.71**	.64**	.71**	.64**	.69**

* $p < .05$. ** $p < .01$. *** $p < .001$.

在「經驗學習理論、反思寫作與教案設計」部分，透過資料分析，顯示學生在「經驗學習理論於課程實踐」的平均得分 ($M = 4.48$) 普遍較高，代表學生對此教學方式具有良好的感受與學習效果。其中，「學術文化感」 ($M = 4.55$) 與「關係感」 ($M = 4.53$) 得分最高，顯示課程設計有效促進學生對大學核心價值的理解，以及學生對於課程在促進人際連結上的認同

程度較高。然而，「資源感」得分相對較低（ $M=4.41$ ），說明學生對於學校提供的支援系統及資源仍感到不足，這是未來教案設計可進一步強化的面向。

關於「經驗學習理論、反思寫作與課程實施情況」的部分，從表3可知，「學術文化感」平均分數最高（ $M=4.55$ ），是學生認為最能經驗或感受課程，也同樣反映在學習收穫的構面上，平均分數亦為最高（ $M=4.58$ ），而課程教學實施後的學習收穫感受與自評學習收穫之各構面大多呈現正相關（表4），其中「能力感」與「學習收穫」的相關係數為 .92，顯示高度相關，表明學生在增進能力感的同時，其學習收穫亦有顯著增長，學生S06的期末報告中，特別強調自己在「能力感」的改變，最後展現在學習上的成長，以及覺察到自己的改變；「學術文化感」與「學習收穫」的相關係數為 .91，亦屬高度相關，代表學生對大學核心價值的理解與整體學習收穫之間有緊密關聯。另一方面，「關係感」與「學習收穫」的相關係數為 .53，「學術文化感」與「關係感」的相關係數為 .39，均為中度相關，顯示兩構面仍有一定的關聯，但較其他構面來說較低。

最後，「經驗學習理論、反思寫作與學生學習收穫」的部分，問卷統計結果顯示，整體學習收穫問卷的平均得分為 4.40（表3），代表學生對本課程的學習體驗普遍正向。具體來看，學術文化感（ $M=4.58$ ）顯示學生對於思索何謂大學、大學核心價值的學習理解最為深刻，能將理論實踐於真實情境脈絡中，在校外教師對學生的期末報告回饋中亦提到「學生說明學術文化感……說明清楚，舉例適切……反省合宜」。但單題平均數得分最低的卻是「關係感」（ $M=4.14$ ），學生在人際連結上的學習收穫相對較低，特別是對主修學系的認同感。相關分析結果顯示，當學生對於經驗學習理論於課程實踐的感受度愈高，其自評學習收穫亦愈高（ $p<.001$ ），此結果與過去相關研究一致，說明當學生能夠透過具體經驗學習、反思與應用，他們對於課程的學習成效將更為顯著，校外教師對學生的期末報告回饋也提到「從期末報告分享，可看出大一效能課程帶來的助益及給予的改變」。

二、質性資料結果與討論

本研究主要探討經驗學習理論與反思寫作導入大一效能課程的影響，分析其在教案設計、課程實施情況及學生學習收穫上的表現。除上述量化問卷外，另一項主要研究工具為反思寫作學習單。全班18位學生共進行11週的反思寫作，扣除請假與未繳交情況後，共蒐集151份學習單，並輔以開放式問卷回饋，以三角認證方式確認教學成果與學習效益。資料分析採用編碼方式呈現，「RW」表示反思寫作學習單（Reflective Writing）以「S011」代表第1號學生之紀錄，末尾數字1至4分別代表英文主修、傳播主修、音樂主修、跨主修，但因傳播主修學生人數相對較高，因此在資料分析結果中，其比例呈現出較為突出的趨勢。無記名開放式問題（Questionnaire）則以「Q-C1」表示第1份回饋單。研究結果主要回應三大研究問題，分別從教案設計的適切性、課程實施情況、學生學習收穫進行分析與討論。

經研究者仔細閱讀反思寫作學習單，以及無記名開放式問題資料後，以「句子或段落」為單位，區別出資料內具意義概念以及與研究主軸相關資訊，將類似概念句子或段落歸納在一起，進行分析，歸納萃取出反覆出現之核心主題如表5。

表 5
歸納反思寫作學習單主題

反思主題	次數	百分比
省思、反思、反省	51	34%
改變	37	25%
具體方向目標或行動	16	11%
對課程感到興趣、引發學習動機	15	10%
與生活經驗連結	14	9%

由此可見，學生的反思寫作內容高度集中在「省思、改變與具體行動」，顯示課程設計能夠引導學生透過反思深化學習，並進一步與生活連結。

「我覺得今天上課的內容讓我印象深刻，讓我思考很多事情（RW-S102）」。

「我認為上完課程我從迷惘變到想通自己未來想做好的事情。接下來更加努力的確定自己的目標（RW-S172）」。

（一）經驗學習理論與反思寫作融入大一效能課程的教案設計與適切性

從學生的反饋顯示，課程設計成功突破傳統講授式教學，透過體驗活動與討論方式讓學生更樂於參與課程。

「上課內容的話，我覺得（還）是挺好的，沒有長篇大論，沒有壓抑的氣氛，老師帶著我們『一邊學，一邊活動』（RW-S152）」。

「是以前沒有體驗過的上課內容，很新鮮也很有趣（RW-S074）」。

「課程有趣，內容精彩（Q-C2）」。

「我覺得課程非常有趣，有很多與同學交流的活動，和實踐活動，可以在從中知道許多的道理，並且可以更加的瞭解自己的想法，感覺課堂環境也很輕鬆，多變，就和傳統意義上的課堂內容不一樣（RW-S022）」。

此外，反思寫作的引導亦使學生重新思考自身學習模式。

「這門課讓我開始注意到自己是怎麼學習的，並且想要調整學習策略（RW-S102）」。

「（學習如何學習單元）我覺得讓我很有成就感，慢慢地學會如何讀書（RW-S102）」。

「我認為上完課程我可以從迷惘變到想通自己未來想做好的事情。接下來更加努力的確實自己的目標，學好課程，努力完成目標（RW-S172）」。

綜合來看，本課程設計成功運用經驗學習理論與反思寫作，讓學生在學習歷程中不斷回顧、內化知識，檢視自我學習情況，顯示該教案設計具適切性。

（二）經驗學習理論與反思寫作於大一效能課程的實施成效與學習歷程

另就課程實施過程中，研究發現能夠有效幫助學生連結舊經驗並將理論延伸至未來應用。例如「能力感」部分，為幫助學生對自身學習角色和任務具備一定認知和理解，其中規劃「學習如何學習」單元，學生連結回顧舊經驗同時將課程提及之概念延伸應用至未來行動。

「老師提問我們覺得自己最有用的學習方法分享時，我突然發現其實自己並沒有什麼很好的學習方法可以分享接下來我可以尋找成功人士所分享的學習經驗，不斷嘗試，總會找到適合自己的學習方法（RW-S0162）」。

另一「七項好習慣」單元幫助學生培養時間管理能力。

「這週第二次忘記禮拜（課程）時間，原因是沒能最好時間安排，被其他事情吸引注意力……接下來要做好時間安排，給所有禮拜（課程）做了時間表，提前五分鐘就會自動提醒，以及其他課程也有相應的時間提醒及作業時間安排（RW-S041）」。

「關係感」的課程設計是為增強自我認同與人際互動，「我覺得課程中的分組讓我單獨認識到每個人的能力，因為平常沒有單獨的機會去一一了解每一個人的特點，上完課程可以多多跟同學們交流認識（RW-S102）」。

在「自我價值」單元，學生學習到情緒管理的重要性，如：學生S06表示藉由課程的分享和影片，了解到有情緒不見得是壞事，能重新理解、看待情緒，幾週過後，當遇到情緒低落，學生想起課程提到的方式，展現將所學應用新的脈絡情境，並且學生透過課程內容發展更正向的學習態度，開始反省過去學習過於功利，現在想更深入理解學習的價值。

「後面的課程中，我知道了我是同化型的學習者，知道這一點讓我反省了我的一些問題……我對學習過於淺薄，注重功利與實用過於為什麼而學，如何學……我想了些我可以具體做出改變的行動（RW-S0031）」。

「目標感」的課程實施主要幫助學生設立目標，協助未來生涯與職涯規劃。在「天國理財學」單元，學生開始關注財務規劃，如：學生S03在反思寫作學習單表示，意識到自己過去對記帳觀念模糊且使用金錢毫無計畫，上完課程後，回饋分享已開始改善記帳方式，不僅記錄開支細目，更進一步分析統計各項目經費使用情況，控制花銷。展現學生自主學習動機，對學習目標更明確。

除此外，學生S122在期末口頭報告時展示整學期的筆記紀錄，除了運用「學習如何學習」單元教導學生的筆記方式外，主動查詢其他課堂未提及之筆記紀錄方法，實際運用在學期各科目中。

由上可見，本課程的實施提供學生適切的學習活動，使其能夠反思並應用課程內容至個人學習與生活中，顯示課程設計在實施層面上的有效性。學生願意投入課餘時間，額外自主學習，從過去的表面學習動機轉向自我意識的深度學習動機，開啟更高層次的學習模式。

（三）經驗學習理論與反思寫作融入大一效能課程之學生學習成效與收穫

學生透過反思寫作，普遍能夠在學習過程中形成深刻的個人化學習收穫與意義，主要呈現在反思與改變的層面。學生藉由課程培養出深化反思的能力，從上述核心主題分析表5可知，「反思」加上「改變」高達59%，雖然部分同學表示「反思寫作學習單有一點難度（Q-C14）」，但經由課程提供的活動或同儕間不同觀點的討論，學生連結過去舊有的基礎或經驗，在新的學習體驗之上，整合反思歷程，提供學生過去可能沒有機會或並不會特別思考的空間，展現出學習情況。

「平時不會自己去反思自己未來想做好什麼，也沒有認真想過自己的目標（RW-S0172）」。

「感覺自己之前只有享受當下這個心態，沒有什麼對未來一些準確的規劃，上了課後感覺需要改變。首先要減少對過去消極的態度，然後對未來有個準確的計劃……（RW-S0172）」。

「我認為我可以改變自己的一些想法還有陋習（RW-S074）」。

且具體帶出行動與態度的改變，讓學習更進一步。

「（該生在前一次省思中寫下次上課要更投入同儕活動中）我比上次積極些，起碼做了些什麼（RW-S0031）」。

更值得注意的是，學生產生學習遷移與應用，不僅結合自身經驗，就課程所學，在未來情境脈絡中實踐，甚至延伸投注對社會的回饋。

「未來應用方面可以將所學到的人格特質知識應用到不同的場景和情境中……運用所學到的知識來改善與他人的互動（RW-S0082）」。

「上課內容蠻有趣的，認識到不一樣的在地創生，很有趣的體驗……有機會的話我自己也想試試看地方創生，金門政府也有提供相關補助，可能也是養蜂（RW-S0074）」。

整體而言，透過經驗學習理論與反思寫作的結合，學生能夠將學習內容內化，進一步改變自身學習行為與態度，顯示該教學模式有助學生的學習收穫與成長。

伍、結論、研究限制與建議

一、結論

本研究旨在探討經驗學習理論與反思寫作融入大一新生適應課程「大一效能」的教學實施情況及其對學生學習收穫的影響，並檢視該教學模式的適切性與有效性。透過量化問卷與質性反思寫作資料分析，研究結果顯示，經驗學習理論的教學模式與學生的學習收穫呈現顯著正相關，特別是

在「學術文化感」與「關係感」兩個構面尤為突出。透過結合理論與實務的學習方式，學生得以將抽象概念內化為具體行動，並在反思寫作的歷程中深化對自我學習狀況的覺察，進一步強化自主學習能力。

研究結果亦顯示，學生在學習歷程中展現出高度的參與度，並對於課程設計抱持正面態度。與前述文獻探討中學者論述及研究結果類似（李瑛，2019；林怡汝，2019；蔡天助，2018；蔡宜燕等，2021；韓德彥，2022），課程不僅成功促進學生對大學學習環境與價值觀的認識，也增強其對學習策略與未來生涯發展的規劃能力。然而，學生在「資源感」的學習收穫相對較低，顯示未來仍有進一步強化學習支持機制與資源導引的必要。此外，雖然多數學生能夠透過反思寫作進行深層次學習，但部分學生仍需額外指導，以確保能夠充分運用此工具來促進自我成長。

綜合研究發現，透過經驗體驗、觀察反思、概念統整與應用實踐的循環過程，學生得以在真實情境中運用知識，進而呈現學習成效，本研究課程設計之哲學基礎與教育目的，與Kolb理論互為實踐與理念支持。因此，本研究成果具延伸至通識教育脈絡的可行性，通識教育重視跨領域學習與全人發展，講求學生思辨力、實踐力與自我認識的培養，與經驗學習理論強調知識建構須經歷實作與反思的歷程理念相契合。又透過反思寫作，學生能將學習內涵轉化為個人意義，進而提升其對通識課程的認同與投入，打破學生對通識課程「無用」或「應付」的刻板印象。是故，本研究教學模式具備彈性與適切性，可作為通識課程設計及教學創新的參考。

二、研究限制

本研究採用便利取樣法，樣本規模小，且限於單一學校、單一課程與單一學期，樣本代表性有限，此限制可能降低研究結果在不同教育場域的適用性。

另外，本課程依據該校「博雅教育」理念設計，融入特有的校園文化與信仰特色，教學實施的情境具有高度脈絡依賴性，難以直接套用至其他無類似校園文化或資源環境的學校，影響外在效度的廣泛應用。

三、建議

根據本研究的結果，針對教學實施與研究發展提出以下建議，以作為後續課程規劃改進與研究設計之參考。

（一）教學實施建議

- 1.教案設計部分深化反思寫作框架：雖然反思寫作已幫助學生的學習覺察與自我理解，但部分學生仍在書寫過程中感到困難，未來可考慮提供更具結構性的指引，如階段式反思寫作練習或同儕回饋機制，以提升學生的書寫品質與反思深度。
- 2.教案設計增加學習歷程評量的多樣性：目前課程主要透過問卷與反思寫作來評估學習成效，未來可考慮加入行動計畫報告、多媒體創作或個人學習歷程檔案等評量方式，以更全面地反映學生的學習收穫與能力發展。
- 3.課程實施部分增強學生對學校資源的認識與使用：研究發現「資源感」為學習收穫相對較低的構面，顯示學生對於學校提供的學術與生活資源尚未充分認識與運用。未來可透過資源導覽活動、學長姐經驗分享或參考韓德彥（2022）的「角色任務與機會卡設計」，透過具體任務導向增強學生探索學習資源的動機與實際應用能力，幫助學生更有效地利用可獲得的學習支持。
- 4.課程實施部分增加同儕互動與跨學科交流：研究結果顯示，「關係感」對於學生的學習動機與參與度具有重要影響，未來課程可進一步強化小組合作學習，增強學生對主修學系的興趣與歸屬感，並鼓勵跨學科交流，以促進學生間的知識共享與學習共同體的建立。

（二）研究設計建議

- 1.擴大研究樣本與多元背景對比：本研究僅涵蓋單一學校的少數學生，未來應擴大樣本至不同類型大學（如公立與私立、一般大學與科技大學）或不同地區學生，以探討經驗學習理論與反思寫作在不同學生群體中的適用性。

2.引入多元質性訪談與教學觀察：本研究主要依據量表與反思寫作資料，未來可透過師生訪談、課堂觀察與焦點團體，深入了解學生的學習歷程與困難點，並補充研究結果的深度與精確性。

致謝

本研究感謝教育部教學實踐研究計畫（計畫編號：PGE1122447）支持，並感謝審查委員、編輯委員會和編輯小組悉心審閱，並提供寶貴修正意見，使本文更臻完善。

參考文獻

一、中文文獻

1. 丁正芬（2016）。大學生投入校園經驗與學習獲益關係之研究〔碩士論文，天主教輔仁大學〕。臺灣博碩士論文知識加值系統。

<https://hdl.handle.net/11296/gmdh83>

【Ting, C. F. (2016). *A study on the relationship between college experiences and students self-reported educational attainments* [Master's thesis, Fu Jen Catholic University]. National Digital Library of Theses and Dissertations in Taiwan. <https://hdl.handle.net/11296/gmdh83>】

2. 丁芳敏、潘正德、楊慶麟（2008）。大學生全人教育目標知覺、校園參與經驗及學習成果之相關研究－以中原大學為例。《通識教育學刊》，（1），97-124。 <https://doi.org/10.6360/TJGE.200806.0097>

【Ting, F. M., Pan, J. D., & Yang, C. L. (2008). Relationships among university students' perceptions of the goal of holistic education, the campus experience and the learning outcome: The example from the Chung Yuan Christian University. *Taiwan Journal of General Education*, (1), 97-124. <https://doi.org/10.6360/TJGE.200806.0097>】

3. 何世偉、蔡明哲、黃昭硯（2020）。新冠疫情下線上虛擬臨床診療訓練經驗的質性研究。《台灣擬真醫學教育期刊》，7（2），4-13。

[https://doi.org/10.6582/JTSSH.202012_7\(2\).0001](https://doi.org/10.6582/JTSSH.202012_7(2).0001)

【Ho, S. W., Tsai, M. C., & Huang, C. Y. (2020). Qualitative study on the online virtual clinical training during the COVID-19 pandemic. *Journal of Taiwan Simulation Society in Healthcare*, 7(2), 4-13.

[https://doi.org/10.6582/JTSSH.202012_7\(2\).0001](https://doi.org/10.6582/JTSSH.202012_7(2).0001)】

4. 何昕家（2021）。科技大學實施大學入門課程歷程與反思－以國立臺中科技大學「大學之道」為例。**大學教學實務與研究學刊**，5（2），103-132。
[https://doi.org/10.6870/JTPRHE.202112_5\(2\).0004](https://doi.org/10.6870/JTPRHE.202112_5(2).0004)
【Ho, S. J. (2021). Preliminary study on implementation of university preparatory courses at universities of science and technology-focusing on the National Taichung University of science and technology's "ways to university education". *Journal of Teaching Practice and Research on Higher Education*, 5(2), 103-132.
[https://doi.org/10.6870/JTPRHE.202112_5\(2\).0004](https://doi.org/10.6870/JTPRHE.202112_5(2).0004)】
5. 何春蕤（1990）。口述與書寫 一個理論的再思。**中外文學**，19（2），73-91。
[https://doi.org/10.6637/CWLQ.1990.19\(2\).73-91](https://doi.org/10.6637/CWLQ.1990.19(2).73-91)
【H., J. (1990). Oral and written: Rethinking of a theory. *Chung Wai Literary*, 19(2), 73-91. [https://doi.org/10.6637/CWLQ.1990.19\(2\).73-91](https://doi.org/10.6637/CWLQ.1990.19(2).73-91)】
6. 吳明錡（2009）。大學入門，創造通識課程的另一種可能性。**通識在線**，（21），54-56。
【Wu, M. C. (2009). Introduction to university, another possibility of creating general education courses. *General Education on Line*, (21), 54-56.】
7. 吳明錡、彭心儀（2023）。探索與重塑：大一年研究之文獻計量分析。**通識教育學刊**，（31），35-76。
【Wu, M. C., & Peng, H. (2023). Exploring and reframing: A bibliometric analysis of first-year experience studies in Taiwan. *Taiwan Journal of General Education*, (31), 35-76.】
8. 吳祥鳳、郭素珍、鍾聿琳（2007）。學生接受經驗學習圈的體驗及經歷。**健康管理學刊**，5（1），37-48。
<https://doi.org/10.29805/JHM.200706.0003>
【Wu, S. F., Kuo, S. C., & Chung, U. L. (2007). Student's experiences with experiential circle learning. *Journal of Health Management*, 5(1), 37-48. <https://doi.org/10.29805/JHM.200706.0003>】

9. 杜佳靜、張菽萱、黃玉萍（2010）。大學生學習適應、自我調整學習策略與學習成效量表之建構－以Y技術學院為例。**育達科大學報**，(24)，33-56。 <https://doi.org/10.7074/YDAJB.201009.0033>
【Tu, C. C., Huang, Y. P., & Chang, S. H. (2010). Constructing a scale of the undergraduates' learning adaptation, self-regulated learning strategy and learning effect: Take Y institute of technology as an example. *Yu Da Academic Journal*, (24), 33-56.
<https://doi.org/10.7074/YDAJB.201009.0033>】
10. 李瑛（2019）。經驗學習。載於李瑛、何青蓉、方顯璇、方雅慧、徐秀菊（編），**成人學習與教學**（頁115-138）。國立空中大學。
【Lee, Y. (2019). Experiential Learning. In Y. Lee, C. J. Ho, H. S. Fang, Y. H. Fang, & H. C. Hsu (Eds.), *Adult learning and teaching* (pp.115-138). National Open University.】
11. 林文琪（2019）。我寫・我思・我在：反思寫作教學的理論與實踐。五南。
【Lin, W. C. (2019). *I write, I think, I am: Theories and practice of teaching on reflective writing*. Wu-Nan Book Inc.】
12. 林秀純、盧瑞華、宋素卿（2021）。後疫情時代大學生性教育的推動：線上學習與反思寫作之應用。**台灣性學學刊**，27（1），93-110。
【Lin, S. C., Lu, J. H., & Sung, S. C. (2021). The promotion of sexuality education among college students in the post-epidemic era: Applications of online learning and reflective writing. *Formosan Journal of Sexology*, 27(1), 93-110.】
13. 林怡汝（2019）。以經驗學習模式探討服務學習的歷程〔碩士論文，國立清華大學〕。臺灣博碩士論文知識加值系統。
<https://hdl.handle.net/11296/dz79ts>
【Lin, Y. R. (2019). *Exploring the process of service learning with Kolb's model of experience learning* [Master's thesis, National Tsing Hua University]. National Digital Library of Theses and Dissertations in Taiwan. <https://hdl.handle.net/11296/dz79ts>】

14. 林梅琴（2003，5月23日）。大學進修部學生投入校園各項經驗與其教育收穫間的關係－以某大學為例〔論文發表〕。科際整合與社會實踐通識教育研討會，花蓮，台灣。
【Lin, M. C. (2003, May 23). *The relationship between college students' participation in campus experiences and their educational gains - A case study of a certain university* [Paper presentation]. General Education Conference on Interdisciplinary Integration and Social Practice, Hualien, Taiwan.】
15. 林梅琴（2009）。從人生哲學課程結合服務學習－學習探討學生獲益之研究。《課程與教學》，12(3)，27-56。https://doi.org/10.6384/CIQ.200907.0027
【Lin, M. C. (2009). The study of student attainments in the course of philosophy of life applied with immersing service-learning activities. *Curriculum & Instruction Quarterly*, 12(3), 27-56. https://doi.org/10.6384/CIQ.200907.0027】
16. 林慧茹（2022）。反思寫作融入全英語授課：大學閱讀課程中之教學研究。《語文與國際研究》，27（S），1-21。
https://doi.org/10.53106/181147172022060027001
【Lin, H. J. (2022). Exploring the use of reflective writing in English medium instruction in higher education. *Languages and International Studies*, 27(S), 1-21. https://doi.org/10.53106/181147172022060027001】
17. 邱惠芬（2019）。融入反思寫作策略的閱讀書寫成效評估－以桃園某科技大學為例。《當代通識》，(1)，1-31。
【Chiou, H. F. (2019). Assessing the effectiveness of reflective writing technique for improving reading and writing skills: A case study at a university in Taoyuan. *Contemporary Perspectives on General Education*, (1), 1-31.】

18. 侯傑議、吳佩錡 (2023)。5R模式反思寫作在物理治療全人醫學教育的成效。 **物理治療**，48 (2)，136-137。
【Hou, C. Y., & Wu, P. C. (2023). The effectiveness of 5 "R" models of reflective writing for holistic education in physical therapy. *Formosan Journal of Physical Therapy*, 48(2), 136-137.】
19. 倪梁康 (2002)。自識與反思：近代西方哲學的基本問題。商務印書館。
【Ni, L. K. (2002). *Self-awareness and reflection: Basic issues in modern and contemporary Western philosophy*. Commercial Press.】
20. 張玉山、張育禎 (2008)。以體驗式提問引導國小學生創新設計－以「后羿射日」單元為例。 **生活科技教育**，41 (7)，37-50。
[https://doi.org/10.6232/LTE.2008.41\(7\).5](https://doi.org/10.6232/LTE.2008.41(7).5)
【Chang, Y. S., & Chang, Y. C. (2008). Using experiential questions to guide primary school students in innovative design - taking the unit "Houyi Shoots the Sun" as an example. *Living Technology Education*, 41(7), 37-50. [https://doi.org/10.6232/LTE.2008.41\(7\).5](https://doi.org/10.6232/LTE.2008.41(7).5)】
21. 張玉山、張雅富、陳冠吟 (2016)。Kolb經驗學習理論於國中機器人活動之教學應用。 **科技與人力教育季刊**，2 (4)，1-16。
[https://doi.org/10.6587/JTHRE.2016.2\(4\).1](https://doi.org/10.6587/JTHRE.2016.2(4).1)
【Chang, Y. S., Chang, Y. F., & Chen, K. Y. (2016). Applying Kolb's experiential learning theory to robotics activities of junior high education. *Journal of Technology and Human Resources Education*, 2(4), 1-16. [https://doi.org/10.6587/JTHRE.2016.2\(4\).1](https://doi.org/10.6587/JTHRE.2016.2(4).1)】
22. 張晴文 (2019)。反思寫作應用於藝術科系美術史課程之教學實踐。 **藝術教育研究**，38，35-70。
[https://doi.org/10.6622/RAE.201912_\(38\).0002](https://doi.org/10.6622/RAE.201912_(38).0002)
【Chang, C. W. (2019). Teaching practice of applying reflective writing to art history course in university art education. *Research in Arts Education*, 38, 35-70. [https://doi.org/10.6622/RAE.201912_\(38\).0002](https://doi.org/10.6622/RAE.201912_(38).0002)】

23. 許玉雲、王美卿（2012）。反思寫作在護理上之應用：以反思實習日誌為例。**志為護理－慈濟護理雜誌**，11（1），68-73。
<https://doi.org/10.6974/TCNJ.201202.0066>
 【Hsu, Y. Y., & Wang, M. C. (2012). Reflective writing application in nursing: An example of reflective journal writing. *Tzu Chi Nursing Journal*, 11(1), 68-73. <https://doi.org/10.6974/TCNJ.201202.0066>】
24. 陳玉慧（2022）。經驗學習介入職場自我溝通能力之研究〔碩士論文，世新大學〕。臺灣博碩士論文知識加值系統。
<https://hdl.handle.net/11296/reys4n>
 【Chen, Y. H. (2022). *The intervention of experiential learning on intrapersonal communication skills in the workplace* [Master's thesis, Shih Hsin University]. National Digital Library of Theses and Dissertations in Taiwan. <https://hdl.handle.net/11296/reys4n>】
25. 陳柏霖（2010）。「大學入門」課程大綱內容分析之探究。**通識教育與跨域研究**，（8），33-58。
 【Chen, P. L. (2010). Content analysis of introduction to university studies educational course. *General Education and Transdisciplinary Research*, (8), 33-58.】
26. 陳柏霖（2011）。大學通識課程的創新、對話與實踐：以「大學入門」為例。**教育研究與發展**，7（2），81-114。
 【Chen, P. L. (2011). The innovation, dialogue and practice of general education curriculum in university and college: Introduction to university studies as an example. *Journal of Educational Research and Development*, 7(2), 81-114.】

27. 陳淑芬 (2021)。以經驗學習理論為基礎之情境模擬介入對新進護理人員化療給藥安全之成效〔碩士論文，國立陽明交通大學〕。臺灣博碩士論文知識加值系統。<https://hdl.handle.net/11296/7594mu>
【Chen, S. F. (2021). *Effectiveness of simulation-based intervention based on experiential learning theory in the safety of chemotherapy administration by new nurses* [Master's thesis, National Yang Ming Chiao Tung University]. National Digital Library of Theses and Dissertations in Taiwan. <https://hdl.handle.net/11296/7594mu>】
28. 教育部 (2022)。XPlorer探索者素養導向高教學習創新計畫網站。<https://uxplorer21.wixsite.com/xplorer>
【Ministry of Education. (2022). *The XPlorer project: Literacy-oriented higher education learning innovation project*. <https://uxplorer21.wixsite.com/xplorer>】
29. 康郁玫 (2022)。運用「反思寫作」於「大一國文」課程以建構學生自我知識之研究：以中國古典文學經典為範疇〔碩士論文，淡江大學〕。臺灣博碩士論文知識加值系統。<https://hdl.handle.net/11296/9xw92x>
【Kang, Y. M. (2022). *The use of reflective writing in the freshman Chinese course to construct students' self-knowledge: An example of Chinese classical Chinese literature* [Master's thesis, Tamkang University]. National Digital Library of Theses and Dissertations in Taiwan. <https://hdl.handle.net/11296/9xw92x>】
30. 黃光雄 (1991)。教育概論。師大書苑。
【Huang, K. H. (1991). *Foundations of education*. Lucky Bookstore】
31. 黃俊儒 (2017)。以通識教育型塑公民社會：科學新聞識讀課程為例。課程與教學, 20(1), 45-72。[https://doi.org/10.6384/CIQ.201701_20\(1\).0003](https://doi.org/10.6384/CIQ.201701_20(1).0003)
【Huang, C. J. (2017). The general education as a way to cultivate a civil society: A media literacy course related to science news as an example. *Curriculum & Instruction Quarterly*, 20(1), 45-72. [https://doi.org/10.6384/CIQ.201701_20\(1\).0003](https://doi.org/10.6384/CIQ.201701_20(1).0003)】

32. 黃富順（2012）。成人的經驗學習。載於黃富順（編），**成人學習**（頁265-286）。五南圖書。
- 【Huang, F. S. (2012). Experiential learning for adults. In F. S. Huang (Ed.), *Adult learning* (pp.265-286). Wu-Nan Book Inc.】
33. 湯志民（2006）。**學校建築與校園規劃**。五南圖書公司。
- 【Tang, C. M. (2006). *School buildings & campus planning*. Wu-Nan Book Inc.】
34. 彭森明（2008）。以學生學習與發展為主軸的大學教育評鑑：理念與實施。載於彭森明（編），**高等教育質的提昇：反思與前瞻**（頁237-256）。國立臺灣師範大學教育評鑑與發展研究中心。
- 【Peng, S. M. (2008). The evaluation of university education is based on the learning and development of students: Concepts and practice. In S. M. Peng (Ed.), *Improving the quality of higher education: Reflection and prospect* (pp.237-256). Center for Educational Research and Innovation, National Taiwan Normal University.】
35. 彭雅惠（2020）。閱讀－口語表達－反思寫作教學法之應用研究－以管理學概論為例。**環球科技人文學刊**，（25），25-40。
- 【Peng, Y. H. (2020). A study on application of reading-speaking-reflective writing method in curriculum of introduction to management. *Journal of science and technology and humanities of Transworld Institute of Technology*, (25), 25-40.】
36. 葉紹國、何英奇、陳舜芬（2007）。大一學生的校園參與經驗與收穫自評－以淡江、清華、師大三校為例。**師大學報：教育類**，52（3），91-114。
<https://doi.org/10.29882/JTNUE.200712.0005>
- 【Yeh, S. K., Ho, Y. C., & Chen, S. F. (2007). Freshmen's involvement in campus life and their estimate of gains: Illustrations from three universities in Taiwan. *Journal of Taiwan Normal University: Education*, 52(3), 91-114. <https://doi.org/10.29882/JTNUE.200712.0005>】

37. 楊瑩 (2011)。以學生學習成效為評量重點的歐盟高等教育品質保證政策。評鑑雙月刊，(30)，27-34。https://doi.org/10.6445/EB.201103.0027
【Ying, C. (2011). European Union higher education quality assurance policy focusing on student learning outcomes. *Evaluation Bimonthly*, (30), 27-34. https://doi.org/10.6445/EB.201103.0027】
38. 楊潔 (2017)。大學生成就目標、心理資本、學習投入與學習收穫之研究〔碩士論文，國立政治大學〕。臺灣博碩士論文知識加值系統。
https://hdl.handle.net/11296/gawymc
【Yang, J. (2017). *A study of college students achievement goal, psychological capital, learning engagement and learning outcomes* [Master's thesis, National Chengchi University]. National Digital Library of Theses and Dissertations in Taiwan. https://hdl.handle.net/11296/gawymc】
39. 蔡天助 (2018)。邁向理想的第一步：史懷哲教育服務隊的初步觀察。通識學刊：理念與實務，6 (1)，1-35+37。
http://dx.doi.org/10.6427/JGEC.P.201803_6(1).0001
【Tsai, T. C. (2018). First step to success: Preliminary observations on the “Schweitzer education service team”. *Journal of General Education : Concept & Practice*, 6(1), 1-35+37.
http://dx.doi.org/10.6427/JGEC.P.201803_6(1).0001】
40. 蔡宜燕、陳微拉、林善仰、李純華 (2021)。探討經驗學習理論運用在健康促進課程之教學成效。長庚科技學刊，(35)，41-50。
https://doi.org/10.6192/CGUST.202112_(35).5
【Tsai, Y. Y., Chen, W. L., Lin, S. Y., & Li, C. H. (2021). The effectiveness of experiential learning theory on health promotion course. *Chang Gung Journal of Science*, (35), 41-50.
https://doi.org/10.6192/CGUST.202112_(35).5】

41. 劉若蘭（2008）。大學生個人因素、校園經驗與多元能力之關係研究-以台灣高等教育資料庫大三學生為例。 **長庚科技學刊**，(9)，110-134。
<https://doi.org/10.6192/CGUST.2008.12.9.10>
【Liu, R. L. (2008). The relationship between demographics characteristics, campus experiences and multiple competences-Based on the junior college students of higher education database in Taiwan. *Chang Gung Journal of Science*, (9), 110-134. <https://doi.org/10.6192/CGUST.2008.12.9.10>】
42. 韓德彥（2022）。生命教育融入三國演義課程之遊戲式學習效益。 **通識學刊：理念與實務**，10（1），139-169。
[https://doi.org/10.6427/JGEC.202203_10\(1\).0004](https://doi.org/10.6427/JGEC.202203_10(1).0004)
【Han, D. Y. (2022). The effectiveness of life education integrating game-based learning into "Romance of the Three Kingdoms" curriculum. *Journal of General Education: Concept & Practice*, 10(1), 139-169. [https://doi.org/10.6427/JGEC.202203_10\(1\).0004](https://doi.org/10.6427/JGEC.202203_10(1).0004)】
43. Jarvis, P. (2002)。 **成人及繼續教育：理論與實務**〔許雅惠譯〕。五南圖書。（原著出版年：1983）
【Jarvis, P. (2002). *Adult and continuing education: Theory and practice* (Y. H. Hsu, Trans.). Wu-Nan Book Inc. (Original work published 1983)】
44. Van Manen, M. (2004)。 **探究生活經驗：建立敏思行動教育學的人文科學**〔高淑清、連雅惠、林月琴譯〕。濤石文化。（原著出版年：1997）
【Van Manen, M. (2004). *Researching lived experience : Human science for an action sensitive pedagogy* (S. C. Kao, Y. H. Lien, & Y. C. Lin, Trans.). Waterstone Publishers Co. Ltd. (Original work published 1997)】

二、外文文獻

1. Akkoyunlu, B., & Soylu, M. Y. (2008). A study of student's perceptions in a blended learning environment based on different learning style. *Educational Technology & Society*, 11(1), 183-193.
<https://www.jstor.org/stable/jeductechsoci.11.1.183>
2. Al-Rawahi, N. M., & Al-Balushi, S. M. (2015). The effect of reflective science journal writing on students' self-regulated learning strategies. *International Journal of Environmental and Science Education*, 10(3), 367-379. https://doi.org/10.1007/978-0-230-37724-0_7
3. Bain, J. D., Ballantyne, R., Packer, J., & Mills, C. (1999). Using journal writing to enhance student teachers' reflectivity during field experience placements. *Teachers and Teaching*, 5(1), 51-73.
<https://doi.org/10.1080/1354060990050104>
4. Borton, T. (1970). *Reach, touch, and teach: Students concerns and process education*. McGraw-Hill.
5. Boud, D., Cohen, R., & Walker, D. (1993). *Using experience for learning*. SRHE and Open University.
6. Branch, W. T., & Paranjape, A. (2002). Feedback and reflection: Teaching methods for clinical settings. *Academic Medicine*, 77(12), 1185-1188.
7. Cisero, C. A. (2006). Does reflective journal writing improve course performance? *College Teaching*, 54(2), 231-236.
<https://doi.org/10.3200/CTCH.54.2.231-236>
8. Council for the Advancement of Standards in Higher Education. (2021). *The CAS book of professional standards for higher education*. ACT.
9. Craft, M. (2005). Reflective writing and nursing education. *Journal of Nursing Education*, 44(2), 53-57.
<https://doi.org/10.3928/01484834-20050201-03>

10. Dall’Alba, G. (2004). Understanding professional practice: Investigations before and after an educational programme. *Studies in Higher Education*, 29(6), 679-692. <https://doi.org/10.1080/0307507042000287195>
11. Dall’Alba, G. (2005). Improving teaching: Enhancing ways of being university teachers. *Higher Education Research and Development*, 24(4), 361-372. <https://doi.org/10.1080/07294360500284771>
12. Dall’Alba, G., & Barnacle, R. (2007). An ontological turn for higher education. *Studies in Higher Education*, 32(6), 679-691. <https://doi.org/10.1080/03075070701685130>
13. DeBerard, M. S., Spielmans, G. I., & Julka, D. L. (2004). Predictors of academic achievement and retention among college freshmen: A longitudinal study. *College Student Journal*, 38, 66-80.
14. Greenfield, G. M., Keup, J. R., & Gardner, J. N. (2013). *Developing and sustaining successful first-year programs: A guide for practitioners*. Jossey-Bass.
15. Jung, J. (2011). Reflective writing’s synecdochic imperative: Process descriptions redescribed. *College English*, 73(6), 628-647.
16. Koch, A. K., & Gardner, J. N. (2014). A history of the first-year experience in the United States during the twentieth and twenty-first centuries: Past practices, current approaches, and future directions. *The Saudi Journal of Higher Education*, 11, 11-44.
17. Kolb, D. A. (2015). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development* (2nd ed.). Pearson Education, Inc.
18. Langer, J. A., & Applebee, A. N. (1987). *How writing shapes thinking: A study of teaching and learning*. National Council of Teachers of English.
19. Larsen, A., Horvath, D., & Bridge C. (2020). ‘Get ready’: Improving the transition experience of a diverse first year cohort through building student agency. *Student Success*, 11(2), 14-27.

20. Lizzio, A. (2006). *Designing an orientation and transition strategy for commencing students*. Retrieved January 5, 2024, from <https://studylib.net/doc/5862488/designing-an-orientation-and-transition-strategy-for>
21. Lizzio, A., & Wilson, K. (2004). First-year students' perceptions of capability. *Studies in Higher Education*, 29(1), 109-128.
<https://doi.org/10.1080/1234567032000164903>
22. Lizzio, A., & Wilson, K. (2010). *Strengthening commencing students' sense of purpose: Integrating theory and practice*. Retrieved January 5, 2024, from http://www.fyhe.com.au/past_papers/papers10/content/pdf/12D.pdf
23. Pascarella, E. T., & Terenzini, P. T. (2005). *How college affects students: A third decade research* (2nd ed.). Jossey-Bass.
24. Rovai, A. P. (2002). Development of an instrument to measure classroom community. *The Internet and Higher Education*, 5(3), 197-211.
[https://doi.org/10.1016/S1096-7516\(02\)00102-1](https://doi.org/10.1016/S1096-7516(02)00102-1)
25. Tight, M. (2019). *Higher education research: The developing field*. Bloomsbury Academic.
26. Tinto, V. (1993). *Leaving college: Rethinking the causes and cures of student attrition* (2nd ed.). University of Chicago Press.
27. University of Reading. (2017). *Practice-based and reflective learning*. <http://libguides.reading.ac.uk/reflective/writing>

Introduction Experiential Learning Theory and Reflective Writing to Improve Course Design and Learning Gains of the "Success in First Year" Course

Pei-Shih Lee*

Abstract

This study was conducted at a private university in northern Taiwan, focusing on the "Success in First Year" general education course, designed specifically for first-year students. The research participants comprised of 18 students enrolled in the course. The primary objective of this course was to facilitate freshmen's smooth transition into university life. Its curriculum was structured around the "a model of five areas or senses of student success" proposed by Australian scholar Lizzio. The five areas of this model included (1) the senses of capability, (2) connectedness, (3) purpose, (4) resourcefulness, and (5) academic culture. The instructional design of the course was informed by experiential learning theory, incorporating reflective writing to enhance pedagogical effectiveness, and improve student learning outcomes. The study employed a mixed-methods approach, integrating both qualitative and quantitative research methodologies. The Learning Gains Questionnaire and reflective writing assignments were utilized as key analytical tools used to collect data from the participants. Results revealed a strong positive correlation between experiential learning theory-based instruction and student learning gains. Notably, among the five dimensions of the questionnaire, the highest average score was observed in the "sense of academic culture" dimension. This

* Associate Professor, Department of Christian Liberal Arts, Christ's College Taipei

finding suggests that students exhibited the deepest and most effective comprehension regarding the nature and core values of university education. Furthermore, qualitative analysis revealed that the instructional design and course implementation successfully leveraged experiential learning theory and reflective writing to bridge theoretical knowledge with practical applications. This process enabled students to internalize course content, derive personalized meaning from their learning experience.

Keywords: freshman, reflective writing, a model of five areas or senses of student success, experiential learning theory, learning gains

【作者簡介】

李佩師 副教授

現任臺北基督學院基督教博雅學系副教授兼核心課程中心（通識中心）主任，致力博雅通識教育的教學與研究。學術關懷聚焦於中文寫作、敘事書寫、宗教文學、晚清小說等。開設大一效能、中文寫作、中國文學等博雅通識課程。

