

# 女性自助旅行者動機、體驗與旅行後之改變

## Motivations, Experiences and Post-travel Changes of Women Backpackers

李佳蓉 Chia-Jung Li \*

許義忠 Yi-Chung Hsu\*\*

### 摘要

本研究探索女性自助旅行者之安全考量和因應策略、動機及旅行後的影響與改變。本研究採取深度訪談法，於 2004 年 4 月至 9 月間訪問了 15 位女性自助旅行者，受訪者年齡介於 26-45 歲，教育程度與收入偏高，旅行經驗為 4-15 年。研究結果顯示，受訪者旅行前多顧慮安全問題，旅行後發展出自我調適與防衛機制。受訪者具有多重動機，可區分為「從常軌逃離」、「追求冒險」、「體驗自由與獨特感」與「自我實現」。自助旅行後主要轉變有三：首先是工作型態與生活的調整；其次是利他主義抬頭；第三是女性主體性的覺醒。研究結論有三，(一)、尋求自我實現是受訪者最主要的旅行動機。(二)、受訪者在公共空間現身，具有鬆動性別權力關係的功能。(三)、受訪者從事自助旅行且樂此不疲，係受到大環境、人際與個人因素，以及旅行後的體驗與利益交互影響。文末並對學術界、旅遊業者、女性、及未來研究提出建議。

**關鍵詞：**自我實現、空間、安全、恐懼、質性研究

---

\* 國立東華大學觀光暨遊憩管理研究所碩士

\*\*國立東華大學觀光暨遊憩管理研究所教授 (通訊作者)

## ABSTRACT

*The purpose of the study was to explore women backpackers' motivations, safety concerns and coping strategies, and post-travel influences and changes. Qualitative in-depth interview method was used to interview 15 women backpackers between April and September of 2004. The respondents were fairly affluent, well educated, 26-45 years of age, with 4-15 years of travel experiences. The results indicated that the respondents expressed their safety concerns prior to the travel. They developed strategies to cope with the risk afterwards. The results revealed that there were multiple motivations including escape, risk/sensation seeking, freedom and uniqueness experiences, and self-actualization. Post-travel changes included: (1) work and life attitude changes, (2) being altruistic, (3) women subjectivity awareness. Three conclusions were drawn. First, self-actualization was found the major travel motivation. Second, gender power relationships were challenged. And lastly, macro as well as inter-intra personal factors and benefits experienced after travel were factors that keep the respondents travel. Suggestions were made for academics, travel industry, women, general public, and future research.*

**Key words:** *qualitative research, fear, safety, self-actualization, space*

## 壹、前言

對於一個人旅行，我有著相當的迷戀。或許是想要一份完完全全的擺脫感吧。

—林君萍 [我一個人到英倫閒晃，2002，p.5]

休閒是一種自由抉擇、內在動機、樂趣、放鬆、個人投入、及自我表達，其中自由是休閒體驗最重要的元素，自由的相反詞是束縛或阻礙 (Henderson, Bialeschki, Shaw, & Freysinger, 1996; Kelly, 1996)，女性面臨很多休閒阻礙，主要來自多重角色的扮演、家庭意識型態的影響、職場上的歧視、媒體傳遞的訊息、乃至身體意象的迷思 (Deem, 1986; Henderson et al., 1996)，在這種社會文化脈絡下 Green, Hebron 和 Woodward (1990) 曾說「女性休閒？哪有休閒？」，Deem (1986) 隱喻女性工作永無止境，Henderson 和 Bialeschki (1991) 也指出女性內化的結果自認沒有休閒權利 (entitlement to leisure) 才是最大的休閒阻礙。

在公共休閒及活動空間，女性經常會感到恐懼，而恐懼感不但會影響休閒體驗，也會成為休閒阻礙 (Whyte & Shaw, 1994; Henderson, 1996)。女性在公共空間經常會恐懼暴力，因而影響其流動能力，從旅行的觀點，女性對公共空間的安全考量，限制了外出旅行的選擇與機會 (許茹菁，2001；曾寶芬、李君如，2004；Whyte & Shaw, 1994; Pain, 1997; Koskela, 1999)。然而王志弘 (2000) 認為自助旅行是性別權力關係轉變最好的機會，女性藉著自助旅行展現經濟自主能力，並在此過程中對性別角色產生抗拒與顛覆，擁有更多自主性，獲得更多資源與機會，進而產生自覺達到賦權。同時 Mehta 和 Bondi (1999) 認

為女性自助旅行者會透過情緒控制與保持警覺機制，發展出獨特的安全防衛策略，來因應公共空間的暴力恐懼，而非遠離旅行公共空間。

國內文獻顯示女性從事自助旅行往往必須面對父母親人的反對、家庭責任的牽絆、暴力恐懼的陰影等壓力(黃振富, 1996; 曾煥玫, 2000; 許茹菁, 2001; 曾寶芬、李君如, 2004; 楊政樺、陳光華、李佳如, 2007; Valentine, 1989; Butler, 1991; Pain, 1997), 但是為何仍然有不少女性願意排除萬難從事自助旅行呢? 文獻大多以馬斯洛的層次需求理論來解釋, 譬如體驗新事物、追求自由、自我覺醒、自我成長、自我實現等(王志弘, 2000; Krippendorf, 1987; Poon, 1993; Madrigal, 1995; Pennington-gray & Kerstetter, 2001), 再者, 自助旅行使女性脫離社會關係束縛、身份角色框架、以及工作與家務壓力, 在異國情境裡自行掌理生活步調、處理疑難和不斷學習, 體會到自由自在的自我感(王志弘, 2000; 徐冬曲、游士正, 2005; Adler, 1989), 而自助旅行者大多具有體驗新事物的高度好奇心、積極掌握生活、自信以及嚮往自我實現等特質(Poon, 1993; Madrigal, 1995)。

自助旅行因為不斷與他人互動, 因此提供與他人相遇、形塑世界觀、自我覺醒和自我成長的最好機會, 因此女性自助旅行後極有可能增強自我認同、建立個人主體性、超越自我自信、進而積極掌握生活、並嚮往自我實現(胡錦媛, 1996; Butler, 1990; Wearing & Wearing, 1996; Pennington-gray & Kerstetter, 2001)。

以女性自助旅行者為主題的研究, 雖不乏女性旅行的見聞、心情與體驗(黃振富, 1996; 曾煥玫, 2000; 許茹菁, 2001; 徐冬曲、游士正, 2005; 楊政樺等人, 2007; Pennington-gray & Kerstetter, 2001; Hyde & Lawson, 2003), 但很少研究深入探索在性別角色的限制, 暴力恐懼的陰影, 及遠離公共空間的影響下, 女性自助旅行者的安全考量及因應策略、動機、及旅行後的改變。因此本研究的目的有三:

- 一、探索女性從事自助旅行的安全考量及因應策略。
- 二、探索女性從事自助旅行的動機。
- 三、探索女性從事自助旅行之後對工作、生活及價值觀的影響與轉變。

## 貳、文獻探討

### 2.1 女性旅行空間與安全問題

女性主義者認為女性休閒體驗、主體意識與欲望, 不是被壓抑就是被認為與男性一樣(Irigaray, 1993; Henderson, 1996); 女性儘管擁有比過去更多的機會和資源, 但還是遭遇不少休閒阻礙, 譬如旅行(劉耳、季斌、馬嵐譯, 1999; Wearing, 1998)。女性不但旅行管道有限, 通常也是在男性保護下進行的(黃筱茵譯, 1999); 女性之所以不被鼓勵旅行, 是因為一向被定位於私領域內, 或被歸類在講求舒適安全的女性旅遊類別中(王志弘, 2000), 另一個阻礙女性旅行的原因係女性對暴力, 尤其是性暴力產生的安全顧慮,

進而造成女性對空間使用的自我侷限 (Koskela, 1999; Mehta & Bondi, 1999)。

在公共休閒及活動空間，女性經常會感到恐懼，而恐懼感不但會影響休閒體驗，也會成為休閒阻礙 (Whyte & Shaw, 1994; Henderson, 1996)。Lenton, Smith, Fox 和 Morra (1999) 認為婦女經常提醒自己在公共場所容易成為受害者，因為婦女在公共場所經常遭遇陌生男人侵略性的碰觸、眼神、或騷擾。歐美國家已廣泛研究女性恐懼與空間的關係，恐懼常會導致女性對空間的戒心，如避免到某些地方去，或夜間不外出 (Smith, 1987; Valentine, 1989; Pain, 1994; Koskela, 1999)。Koskela (1999) 認為個人對空間的使用，並非個人的自由選擇，而是社會權力關係的產物，因此女性不敢去的地方很多。恐懼限制了女性的流動能力，女性不斷無意識地再製屬於男性的場域，因此城市街道便繼續成為男性主宰的空間 (Mehta & Bondi, 1999)。性別產生排擠效應，使空間變成男性場域，並使女性生活在一種虛擬的戒嚴中 (virtual curfew) (Smith, 1987; Pain, 1997)。許茹菁 (2001) 認為女性旅行的處境，是當社會認為女性應是被動或居家的同時，女性不自覺內化了父權體制的規範，因此自我侷限在居家範圍內。

然而 Mehta 和 Bondi (1999) 認為女性面對暴力恐懼時，並非完全放棄追求公共空間現身的機會，而是強調情緒控制並學會控制恐懼，有的人認為非理性的恐懼是必須克服的，有的人藉著自我防衛或限制穿著來保持警覺 (being sensible)，具體策略包括不要夜晚獨自外出、不要單獨去酒吧與俱樂部、隨身攜帶警報器、參加自我防衛課程、不與不熟識的男性獨處等。許義忠 (2006) 和 James 與 Embrey (2001) 發現夜間外出從事遊憩活動的青少女可以分為兩種類型，毫不懼怕型女孩認為 (1)、夜間外出不會有事發生。(2)、有自我保護能力。(3)、會選擇安全的地方。(4)、甚至有人認為夜間活動更好玩。預防措施型女孩即使感覺安全，外出時仍必須採取預防措施譬如：(1)、不要外出太晚，(2)、去人多的地方，(3)、少去不良場所、(4)、要有伴、(5)、隨時與父母保持連繫等。Mehta 和 Bondi 認為女性心中有兩股拉扯力量，一是透過控制恐懼來強調自己的理性與自主，二是在都會空間藉由控制言行舉止與穿著來保護自己；女性一方面認為暴力無所不在難以掌控，另一方面又覺得暴力僅發生於某些情境，因此是可以避免的。Mehta 和 Bondi 推論女性自助旅行者面對公共空間暴力恐懼時，自然會透過情緒控制與保持警覺機制，發展出各自獨特的安全防衛措施與策略來。

安全防衛策略畢竟只是女性從事自助旅行的因應之道，但是女性從事自助旅行內在的力量為何？許茹菁 (2001)、楊政樺等人，2007 和 Butler (1991) 認為社會結構與女性角色造成的阻礙導致女性對旅行的渴望高過男性，因而期待藉由旅行達到自我實現的需求也高於男性 (Pearce & Calabiano, 1983)，因此自助旅行對某些女性而言，象徵生命經驗的突破。王志弘 (2000) 認為公共空間對女性的限制和不友善，造成女性移動能力的低落，但自助旅行提供女性移動能力增強的機會，並成為性別權力關係改變的脈絡，女性藉著自助旅行展現經濟自主能力，性別界限逐漸模糊，男性權力受到挑戰，在自助旅行過程中，女性抗拒與顛覆社會及性別角色，因此擁有更多主動性及伴隨而來的權力，獲

得更多資源與機會，進而達到自覺與賦權。

## 2.2 女性旅行的動機與改變

Pearce 和 Caltabiano (1983) 以馬斯洛需求階層理論為基礎，發展出旅行生涯階梯理論 (travel career ladder)，旅行生涯依序為：放鬆/生理的需求、刺激、人際關係、自尊和發展和自我實現，他們認為通常要低層次動機獲得滿足後，才會尋求更高層次的動機，並強調旅行者會因為年齡與經驗的增長，傾向愈高旅行生涯階梯發展，以及女性旅行者對自我實現的需求高於男性。Loker-Murphy (1996) 將澳洲自助旅行者依動機分為四個族群：逃避者/放鬆者、刺激追求者、自我發展者、及自我實現者，但並非所有自助旅行者都處在相同的旅行生涯層次。

女性如何藉由自助旅行達到自我發展或自我實現？女性由於欠缺自我意識，導致急於找尋自我，假如旅行是發現自我的管道，必然會對女性產生莫大的吸引力 (黃筱茵譯, 1999)。國內文獻探討自助旅行與追尋自我的相關性，發現女性一旦脫離社會關係束縛、身份或性別角色框架、及工作與家務壓力，在異國情境裡學習自我掌理生活步調、處理疑難雜症，在此過程中逐漸體會出內在的自我 (王志弘, 2000; 曾煥玫, 2000; 徐冬曲、游士正, 2005)。Krippendorf (1987) 認為自助旅行可以獲得日常生活中得不到的自由感和自我抉擇感，自助旅行者比一般旅行者更有機會獲得這兩種感覺。文獻指出自助旅行因為需要不斷與他人互動，有助於認識自我，自助旅行是一種跨越疆界的行為，提供自我與他人相遇的最好機會 (胡錦媛, 1996; Butler, 1990; Wearing & Wearing, 1996; Pennington-gray & Kerstetter, 2001)。

Adler (1989) 認為旅行並不祇是單純的觀光活動，而是體驗學習異國事物的渴望；尤其是女性旅行者特別注重與他人和異國文化的接觸，使其旅行體驗及形塑世界觀過程呈現多樣面貌，提供了旅行者自我覺醒和自我成長的機會 (Wearing & Wearing, 1996; Pennington-gray & Kerstetter, 2001)。Butler (1990) 認為自我認同及個人主體性是經過重覆操練而形成的。Wearing (1998) 主張休閒和旅行可以提供女性重建自我和認同的可能性；Wearing 將休閒與旅行視為「個人空間」，讓自我得以超越社會化的我，換言之即藉旅行來達成自我實現。相關研究發現自助旅行者，大抵具有體驗新事物的高度好奇心、積極掌握生活、自信以及嚮往自我實現等特質 (Poon, 1993; Madrigal, 1995)。

## 參、研究方法

自助旅行者、獨立旅行者 (independent travelers)、年輕省錢旅行者 (youth/budget tourists)、與背包客 (backpackers) 都是同義詞 (Loker-Murphy, 1996; Uriely, Yonay, & Simchai, 2002; O' Reilly, 2006)。本研究母體為具有自助旅行經驗的女性，樣本選擇採取立意及滾雪球抽樣，抽出具有豐富資訊的對象 (information-rich informants)，透過個人關係及「台大椰林風情」、「女性主義 BBS 站離家出走版」、「背包客棧」、「Anyway 旅遊網」

等網站，以滾雪球的方式尋找適合的研究對象，最後確定 15 位女性受訪者（表 1 匿名及網站資訊均徵得受訪者同意刊載）。

表 1 研究受訪者基本資料

	匿名	年齡	旅行年齡	自助旅行經歷	工作及居住現況
1.	Shireen	35	7	旅行世界一年：歐、美、亞、非	旅居德國 SOHO 族、經營網站：Shireen 離家出走
2.	Lemonz	31-35	5	日本、希臘、英國、土耳其	個人工作室，廣告文案、文字創作、發行電子報、主持廣播節目
3.	小鮭魚	29	7	歐洲、土耳其、約旦、印度	某大學行政職、出版旅行指南 經營網站：小鮭魚漂流花園
4.	Wanaka	26	6	泰國、尼泊爾、緬甸、紐西蘭、土耳其、中東	國中教師
5.	Aries	34	10	日本、英國	從事業務和採購、已婚生子 Anyway 旅遊網：旅行日記
6.	Lu Lu	35-40	10	喀什米爾、尼泊爾、阿根廷、日本、印度	與人合夥開公司（半自由業） Anyway 旅遊網：旅行日記
7.	Yuping	36	8	蘇格蘭、澳洲、挪威、印尼、泰國	上班族（會計） Anyway 旅遊網：旅行日記
8.	海豚飛	37	10	內蒙、大陸、澳洲、歐洲 5 國、美國、日本	愛樂合唱團團員、鋼琴老師 經營網站：海豚飛~~~~~
9.	八月女生	37	10	歐洲、大陸、美國、	在上海從事公關行銷工作 經營網站：八月女生的懶懶窩
10	大鼓	41-45	15	澳洲、新加坡、尼泊爾、夏威夷、美國、威斯康辛	已婚，目前旅居加拿大 經常獨自帶兩個小孩一起旅行。 Anyway 旅遊網：旅行日記
11	小駱	29	4	東歐、奧地利、義大利、泰國、馬來西亞、印尼	研究所學生
12	小寶	34	5	加拿大、美國	大學助理教授
13	Celia	33	8	東南中亞、土耳其、俄羅斯	自由業、朝文字創作發展
14	Rene	28	10	歐洲 9 國、美國加拿大、印度、大陸	研究所學生
15	莎莎	33	7	泰國、尼泊爾、印度、馬來西亞	研究所學生

受訪者年齡介於 26-45 歲，自助旅行資歷為 4-15 年，多數有寫旅行日記習慣，並樂於透過網路公開旅行心情與見聞，有 4 位在 Anyway 旅遊網站有個人專屬網頁，有 5 位自行架設旅行網站，其中 2 位更因而出版旅行書籍。受訪者教育程度均為大學以上，更有 7 位擁有博碩士學歷。婚姻狀況只有 2 位已婚。除了莎莎之外，其餘受訪者的收入及經濟狀況頗佳，5 位上班族，6 位從事自由業，3 位研究生，1 位旅居加拿大已婚無業。

本研究以深度訪談法 (in-depth interviewing) 為主要蒐集資料方法，訪談大綱分為旅行前中後三部分，針對其成長背景、自助旅行動機、阻礙與掙扎、安全考量及因應之道、及旅行後對工作、生活及價值觀的改變 (見表 2)。訪談大綱扮演提綱引導的角色，適度的追問是訪談成功的要訣。第一作者以個人自助旅行經驗為基礎與受訪者建立友誼和信

賴感，訪談之前都先說明研究目的，並寄送訪談大綱，誠懇邀請擔任「共同研究者」，多數受訪者表示對研究主題極感興趣，並樂於推薦友人接受訪問。

資料蒐集於 2004 年 4 月 3 日至 9 月 21 日間進行。由於多數受訪者工作忙碌，加上有 3 位旅居國外，因此以 MSN 訪問 10 位受訪者，其餘 5 位或因不會使用 MSN，或是希望與研究者面談，而接受面對面訪談，每次訪談約為 2.5 至 3 小時，均採用錄音方式。

表 2 訪談大綱

主題	問項
自助旅行的緣起	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 如何開始自助旅行？</li> <li>2. 如何開始選擇一個人旅行？</li> <li>3. 從開始有想法到成行之前，所遇到的阻礙？</li> <li>4. 旅行前的掙扎與猶豫？</li> <li>5. 承上題，如何克服？</li> <li>6. 簡述家庭成員及成長環境</li> </ol>
自助旅行的體驗	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 談談妳認為最美好或印象最深刻的旅行經驗？</li> <li>2. 談談妳認為最糟糕或最不順利的經驗？</li> <li>3. 承上題，如何解決及心理調適？</li> <li>4. 旅程中，女性身分有沒有什麼幫助或是限制？什麼情況妳會意識到自己的身分、性別？</li> <li>5. 對於陌生公共空間可能產生的人身危險、憂慮及應變之道？</li> <li>6. 個人覺得旅行中的自己與平時的自己有何不同？</li> <li>7. 旅行中的所見所聞，曾經令妳感動或因相同經驗而使妳有所投射或反思，有機會回過頭來看看自己？</li> <li>8. 喜歡有伴的旅行？或是一個人的自助旅行？</li> </ol>
自助旅行後的改變	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 旅程結束了，覺得自己有哪些地方有什麼樣的改變？哪些事是因為旅行所帶來的影響？</li> <li>2. 家人、朋友對妳完成自助旅行後，態度或看法的改變？</li> <li>3. 如何形容一個人旅行的感覺？</li> <li>4. 承上題，隨著經驗（旅行次數）的增加，感受有何不同？</li> <li>5. 覺得一個人的自助旅行在生命或生活中，佔何等的位置？</li> <li>6. 承上題，隨著經驗的豐富，對個人意義的差異？</li> <li>7. 對於人生的規劃或者未來生活的期望？</li> <li>8. 對身為女性角色的看法？</li> </ol>

資料分析採取反覆不斷比較法 (constant comparison) (Lincoln & Guba, 1985; Strauss & Corbin, 1990; Henderson, 1991)，過程是依主題與時間順序予以登錄和索引 (data coding and indexing)，然後由兩位研究者分別分析與比較，做成資料呈現 (data displays) (Henderson, 1991; Miles & Huberman, 1994)。資料分析過程中使用備忘錄 (memo writing) 方式來發掘潛在問題、質疑研究進展、以及發現萌生的主題等 (Glesne & Peshkin, 1992)。在備忘錄中浮現不同的主題，包括：以自我實現為主的旅遊動機，自我防衛機制的產生，工作、生活、及價值觀的改變，女性主體性的浮現等。

本研究將 8 位受訪者公開發表於網路上的旅行心得或日記，用來做交叉分析並印證萌生主題的效度。本研究依據 Wyman (1985) 建議將受訪者當成「共同研究者」，Lincoln 和 Guba (1985) 以及 Henderson (1991) 建議使用受訪者檢視 (member check)，來增加研究的內部效度，一般而言，受訪者都認為研究結果與主題符合其心聲，同時表示研究結論

對其具有相當啟發。

本研究的限制有三。首先，由於探索性的本質及樣本數太小，本研究結果在類推上有其侷限性。其次，質性研究認為研究者即是研究工具，本研究第一作者的人生及研究經歷較淺，對受訪者提供的生活、經驗或情境的三角印證功夫，以及對女性自覺及性別權力關係的探索及詮釋，仍有改善空間。最後，深度訪談法本身亦有限制，此法較難呈現受訪者與他人的互動關係，探討行為改變的機制與過程是困難的，因此本研究很難闡明為何 A 的主體性高於 B，或 B 比 C 樂於幫助他人，或為何 C 成為旅行作家而 D 成為 SOHO 族，同時深度訪談法主要在探索動機和改變的「共通處 (commonality)」，但「相異處 (differences)」則著墨較少。

## 肆、研究結果

本研究結果依研究目的的順序呈現如下：

### 4.1 自助旅行的安全考量與因應策略

本研究受訪者首先要面對的是家人的擔心，人身安全上的問題，因此出發前多顧慮安全課題，既期待又忐忑不安，因此往往選擇能力足以勝任的旅行地點，或準備萬全的旅行資訊；在旅行過程中，逐漸發展出一套自我調適與防衛之機制，譬如儘量不夜晚外出，不任意與人搭訕等。當然，受訪者中也有少數毫不懼怕型，視危險為人生及自助旅行不可或缺的一部份。

#### (一) 懷著「既期待又怕受傷害」的心情上路

受訪者對自助旅行各有不同的期待，出發前心情也各異；有些受訪者坦誠對於旅途的未知，一方面充滿好奇與新鮮感，另一方面卻感到猶豫、忐忑、害怕與恐懼，Lemonz、Yuping、LuLu、小寶、小鮭魚都曾表達類似的心情。

Lemonz 談起第一次自助旅行的矛盾心情：「其實出發前最刺激了，一方面覺得好興奮，準備已久的旅行終於要成行了，可是一方面不免也會擔心，我會不會一去遇到什麼危險之類的，然後就再也回不來了」。

LuLu 也坦白訴說每一次獨自出發前內心的擔憂：「每到一個陌生的國度，內心最大的恐懼就是如何到下一站。怕找不到車站，怕搭錯車，怕走錯路，怕遇到壞人。朋友都說我膽子超大，其實我不敢說出心裡的害怕……」。LuLu 的心聲道出出發前面臨的掙扎與疑慮，慣於獨自上路的女性，懂得誠實面對心裡的猶豫，與那些「只敢想不敢做」的女性之間差異，來自多一份執著和勇氣：「在每次害怕中，一次次拿出膽子，自己訂機位，訂民宿、找資料，出發日一到，行囊一背，給自己猶豫的時間也沒有，就出走了」(LuLu 旅行日記)。

#### (二) 自我防衛的機制

對八月女生、小寶、Lemonz、Rene、Yuping、Celia 等受訪者而言，自助旅行前考量旅途安全問題是非常重要的，並非不擔心或不恐懼，而是比較像許義忠 (2006) 和 James 與 Embrey (2001) 那些夜間外出採取預防措施型女孩一樣，沒有預防措施是不輕易出遠門的。因此旅行前的安全準備有二：選擇自認安全的旅行地點，以及準備萬全的旅行資訊，實際上路後，警覺心和自我保護措施也會應運而生，例如 Shireen 不隨便走暗路或進 pub；八月女生說周遭男性很多時，自然就會提高警覺。

有 5 位受訪者在自助旅行前會考慮目的地的安全，至少是自認安全的地方，小寶認為：「我不會選擇太危險的地方」；八月女生也說：「一定是我覺得安全的地方」。慎選地點之外，周全的行前準備也很重要。小寶指出：「我必須先知道哪裡可以玩？我必須把要去的地方全都設定好，才会有安全感」。Celia 認為周全準備可以緩和擔心的情緒：「判斷一個地方安不安全，我相信努力蒐集的資料及研究的深入程度」。Celia 也具體提出基本的旅行安全守則：「比方說不能爲了省錢，而去住最便宜的地方，最重要是要確定周邊安全；還有我一定都在白天活動，儘量不在晚上出門。」

訪談中可以看到受訪者隨時保持高度警覺，也各自發展出一套適合自己的安全防衛措施。例如 Lemonz 特別關心住宿安全：「晚上睡覺時，一定會仔細檢查門鎖，甚至會用椅子頂住門；我都不住通舖，只選擇住單人房」。對陌生人搭訕的防衛之道就是：「把自己弄得既窮又醜的，錢不露白，護照不離身，永遠要懷疑陌生人，不管對方看起來多麼和善」。小寶則認為不能讓別人一眼就看出自己是外來觀光客，並隨時保持警覺：「自助旅行不要一眼就讓人覺得很好騙，千萬不要在陌生人面前，表現手足無措、心虛慌亂的樣子，妳要神色自若、很有信心的走在街上，最重要的是隨時要有警覺心」。

然而，15 位受訪者中有三位表示絕不擔心安全問題，有點像許義忠 (2006) 和 James 與 Embrey (2001) 那些夜間外出毫不懼怕型的女孩一樣，譬如 Aries 說：「冒險是我旅行感覺的一部分」；Wanaka 認為「地球上每個角落都有許多背包族跑來跑去…都平安活著，能有多危險呢？」；海豚飛認為自己「有冒險細胞，越生越好，越陌生，越不詳，冒險細胞就越興奮。」因此，「(自助旅行) 只不過換空間地點而已，哪兒都有危險，重點是你要能避免以及要能處理。」當然海豚飛也經歷過恐懼，曾描述個人膽顫心驚的體驗：「往車站路上，滿街的男人都對我叫囂！我第一次覺得害怕，怕到發抖！」（摘自其旅行日記），因此對海豚飛而言，恐懼與旅行是並存不悖的。

不過，本研究並未探索安全毫不在意，究竟是自信心足、自衛能力足、敏感度不足、或是裝扮安全所致。同時，這些受訪者認為自己儘管再勇敢，在別人眼中，女性自助旅行是難以置信的，一方面不相信女性的自主能力，一方面認為女性會遭受性侵害。然而，受訪者多不在意別人的眼光，且能在安全與興奮間取得平衡，突破重重束縛與困難，譬如隨時留意旅行地點的氣候與政治環境等，絕不從事無謂的冒險行動。

## 4.2 自助旅行的動機

訪談個案的資料顯示自助旅行者具有多重動機，主要可以分為從常軌逃離、追求冒險、體驗自由與獨特感、以及自我實現等四種動機。

### (一) 從常軌逃離

Lemonz、Aries、小鮭魚等 9 位受訪者覺得自助旅行是想要從例行工作或日常生活中脫離，讓自己的心境隨著環境轉換而改變；認為自助旅行使其生活獲得新靈感新刺激，達到恢復心情與重新思考未來的效果。

「我有時候會很厭煩無止盡的人際運作關係……會希望有一段時間完全與這熟悉的一切隔離，這樣我才能完整地跟自己對話，理出頭緒…」(Lemonz)

「藉著旅行可以暫時逃離這樣的環境；我需要換個不同的環境，讓自己逐漸麻木的腦袋注入新的活力」(小鮭魚)

「我知道繼續過著那樣的生活，只會愈來愈爛……已經活在別人眼光下夠久了，是該還給自己了」(Shireen)

### (二) 追求冒險

相關文獻顯示喜歡冒險是自助旅行者的主要特徵 (Madrigal, 1995)，在訪談過程中，海豚飛、Wanaka、Aries 等 3 位受訪者明確地表達擁有冒險犯難的精神，因此促使其選擇自助旅行方式走訪未知、不熟悉、冷門、不便利、甚至危險的旅行地點。Wanaka 和海豚飛認為這都是個性使然，因此其危險知覺與眾不同。譬如 Wanaka 說：「我大概是天生的流浪者，充滿著愛冒險的精神，才會特別喜歡去那些冷僻的國家吧，每次回來都會有種戰勝的感覺！」而海豚飛個性代表一切：「我個性太獨立了，而且我有冒險精神，我大膽，一個人去內蒙、北京、大阪、美國等，我都是這樣一個人去一個人回。」Aries 在眾人認為英國治安很亂的那一年，排除所有親人的反對，隻身前往倫敦旅行。其餘受訪者雖然沒有明白表示追求冒險的動機，但是表達出追求夢想、考驗極限與能耐、及獨立面對危險與壓力的態度，在在都隱含著冒險犯難的成分。

### (三) 體驗自由與獨特感

有 12 位受訪者認為「自由自在」是自助旅行最大的感受，Lemonz 特別描述到：「一路上，享受到前所未有的自由自在，完全不需顧忌人事物的牽絆，所有事情都是隨心所欲」；八月女生也有相同的感覺：「一個人想走就走、想坐就坐，自由度很高，我很喜歡獨處的感覺」，此結果符合文獻的記載，認為旅行能提供尋找自由的機會 (Krippendorf, 1987; Hyde & Lawson, 2003)。

某些受訪者認為自助旅行的「獨特感」會伴隨著自由感而來。小駱說：「我覺得可以用獨特兩個字來形容；獨特和自由，因為那是跟別人出遊沒有的經驗」。Celia 也表達相同的感覺：「旅行不是複製別人走過的路，旅行中發掘的樂趣和想法也很獨特，這對我來說很重要」。這些受訪者在自助旅行過程中，領略自助旅行的美好，感覺自由和獨特，成為不斷從事自助旅行的主要原動力。

#### (四) 自我實現

有 8 位受訪者表示是以圓夢的心情朝世界出發，有環遊世界的夢想，有獨鍾某地的情懷等，譬如 LuLu 的中亞、莎莎的印度、大鼓的尼泊爾、八月女生的西藏、Yuping 對北歐的掛念、以及遊歷紐約的小寶，正如小鮪魚描述那種實現夢想的企圖：「好像著了魔一樣地沈迷，感覺很像初戀，我都是以一種完成夢想的心情來看待，看到金字塔的夢想、吳哥窟的夢想、大師名作的夢想…」。

有些人像 Shireen 並沒有浪漫的夢想，但在外商競爭激烈的工作環境下，產生逐漸失去自我的感覺。「急性胃潰瘍…腰間盤突出…乳房發現硬塊…覺得自己忙的要死為的是什麼？覺得疏忽自己太久了…我花很多時間在工作及男朋友身上，突然感覺這好像都不是我要的。(Shireen)」

從小鮪魚、小駱、莎莎、Yuping、Rene、Wanaka 等 10 位受訪者的訪談可以看出，自助旅行有許多情境能讓其發展出認識自我的機會，因此挑戰自我成為自助旅行的主要目的；在凡事都得靠自己的陌生異國環境裡，獨自面對壓力與恐懼，能考驗個人的極限，每次試煉後都能增加認識自我與肯定自我的機會。

「旅行是瞭解自我，以及自我成長很好的途徑和方式」(小鮪魚)

「獨自旅行是追尋自我實現滿好的方式」(小駱)

「每次旅行都是一種自我探索，也是對自己極限與能耐的考驗」(Wanaka)。

「背著背包旅行時，我總會忘了那個別人看見的自己，可以暫時撕下那張大家用來認識我的標籤，還原真誠的自己，只做自己」(Lemonz)。

「面對的是赤裸實在的自己…沒有偽裝，沒有面具…很滿足現在簡單單純輕鬆的生活，沒有裝飾，沒有陪笑臉的鞠躬哈腰，總之真實多了」(Shireen)。

#### 4.3 自助旅行之後的轉變

經歷多年自助旅行的經驗，受訪者的工作、生活和價值觀產生不少變化，首先是工作與生活的改變，有的因此成為旅行作家，有的轉變成自由業或 SOHO 族，以增加旅行機會，有的架設旅行網站與人分享旅行的見聞與感動。譬如 Lemonz 以持續創作做為生活的重心：「出了書之後，開始跟喜歡旅行的朋友有了互動，辦了很多旅行講座，跟大家交換心得，對旅行這件事情有增強的效果，我會持續目前的生活型態，不斷創作，延伸我的觸角，並不斷學習，而出版創作這個部分應該會是主軸」。

有些受訪者為了獲得更多自助旅行的機會，刻意使自己收入變得較不穩定，譬如完成一年世界旅行的 Shireen 成為自由作家，寫作與學習語文成為目前的生活寫照。LuLu 為了旅行放棄外商公司的工作與朋友開公司，收入只有從前的一半：「老板工作有彈性，所以我辭掉大公司的工作及高薪，為了旅行而跳巢囉！」

另外的轉變包括價值觀與人生觀的改變，譬如 Celia 認為從事自助旅行之前，當自

己想法異於主流價值時，總是懷疑自己，但藉由旅行的磨練及不同文化的衝擊之後，變得更有自信：「現在對自己的想法和價值觀，感到非常自在！旅行經驗使我獲得新生活，更確立我想要的東西，更能勇敢面對自己的看法」。小鮪魚爲了籌措學費與生活費，旅行夾雜著工作，對自己的人生有一番新的體悟：「相較於旅行，人生不是挑戰性更高嗎？旅行可以規劃可以掌控，但人生呢？我找不到一本人生指南，假如把人生當成一場旅行，豈不是天天都在旅行嗎？」

其次，自助旅行的見聞，特別是走過貧窮國家之後，有些受訪者變得更樂於幫助別人，Wanaka 是非常明顯的例子：「落後國家的小孩很可憐，所以當我開始有經濟來源時，我就去展望會認養一個小孩，些微的心力，希望對他們有所幫助」。LuLu 到尼泊爾和印度旅行時，一定會帶些小禮物給小朋友：「每次喔！都一定帶娃娃或髮夾糖果，發給山上小孩，分享的感覺很棒！」自助旅行之後，更懂得知足感恩，與人分享，Lemonz 出版旅行書後，發現自己的筆已經對一些人產生影響，因此學會謹慎，期能實質做一些對社會國家有幫助的事，「除了定期捐獻，希望能規劃對青少年有幫助的書，因為我的讀者大多是年輕人。希望能藉個人力量，結合有心人一起來做這樣的事情」。

第三，受訪者對女性主體性由懷疑到確立，相信自己可以獨立完成大部份事情，並非要由男性支配或主導。有些受訪者在日常生活中會感受到女性處處受限，對女性身份沒有很高的認同，Lemonz、Rene、LuLu、Shireen、莎莎…等人在成長過程中，都曾有過類似遭遇：「雖然現在比較開放，可是有時候人們還是會以『你是女生，所以不應該怎樣怎樣…』這樣的觀點來評判妳」。Lemonz 曾羨慕男生的方便，但多年旅行的經驗，使其更確立「女生不是別人說應該怎樣就該怎樣，而是要依自己意願和能力去做」的觀念。很少與人結伴自助旅行的 Celia，曾因工作必須與男性攝影師旅行，兩相比較更確認女生沒有不能獨立完成之事：「男生雖比你高壯威武，也不見得有用！男生可以做的事情，基本上女孩子也可以做」。

小鮪魚則是在自助旅行之後，被男性友人賦予「女強人」封號，與此同時，自助旅行也使小鮪魚重新思考女性的能力問題：「旅行之後，我發現世界上有很多事情，沒有想像中那麼困難，我們常常被所謂的專家所誤導，但是事實上很多事情只要自己願意就做的到」；小鮪魚認爲現實生活中，女性比男性有更多社會限制，但透過旅行可以覺醒到這些限制的荒謬。其他如 Shireen、LuLu 亦經由自助旅行察覺女性應有更多個人空間，不應該因爲性別而受限，「台灣女人的生活空間（包括自助旅行）很狹隘，還是要靠自己多爭取吧！」(LuLu)。

由多位受訪者的訪談可以看出，其成長背景及日常生活，多多少少能感受到性別造成的限制，但自助旅行使其學會獨自處理大小事務，不再侷限於父權價值觀，因而逐漸產生自我賦權感，小駱的話最具有代表性，「我覺得一個人玩最大的收獲就是 *self-empowerment*，尤其對女性！完成一件自己從沒有想過會做的事情，會認爲自己比想像堅強，旅行後，不會像從前那麼依賴，現在只要我想做就可以去做，影響滿大的」。

最後，自助旅行雖然象徵女性企圖掙脫女性角色的束縛，然而本研究顯示受訪者回到現實生活之後，工作環境、人際脈絡、為人妻母的傳統觀念、以及他人的期望仍然深深影響其生活與社會位置。自稱天生流浪者的 Wanaka，大學時代即開始累積豐富的自助旅行經驗，當被問及未來生活規劃時，Wanaka 的回答頗為傳統：「我希望能找到一份適合自己的工作，一份能讓自己樂在其中的工作；當然還是盡量符合大眾的期望，有份穩定的工作，有個好家庭」。

已婚的受訪者雖然也能擁有自助旅行的機會，但為人妻母的角色，以及傳統家庭價值觀仍深具影響力。大鼓為一圓尼泊爾旅行的夢想，即使老公不反對，家庭角色與媽媽責任難以推卸，以致於尼泊爾之後，與小孩一起旅行就成為大鼓自助旅行的模式：「最重要的是我不捨得丟下他們自己去玩」。

Aries 的先生為了完成太太自助旅行的心願，總是幫 Aries 在家人面前圓謊，但在現實生活裡，傳統家庭價值觀反倒是最大的旅行阻礙：「像這次辭職試著實現自己旅遊作家的夢，才不到三個月，就又要回去當上班族！免得婆婆生氣，媳婦拖累兒子」，Aries 覺得除了先生之外，每個人都要干涉她，不只旅行作家的心願無法達成，拋下先生自助旅行的作風，也從不敢讓婆家知情，自己娘家也對 Aries 這種行為，認為是教女無方。

## 伍、結論與討論

本研究結果可以獲得三個結論。首先，自我實現是女性自助旅行者最主要的動機，雖然展現方式不一，但從事自助旅行，象徵對日常生活束縛，性別角色侷限，社會規範和傳統價值框架的挑戰，自助旅行顯然提供受訪者與他人和異國文化接觸的機會，體驗自由自在與獨特感，探索個人極限與能耐，並提供自我意識覺醒與自我成長的機會，因此有助於自我實現 (Poon, 1993; Madrigal, 1995; Wearing & Wearing, 1996; Wearing, 1998; Pennington-gray & Kerstetter, 2001)。有些受訪者為了旅行而放棄朝九晚五的工作，轉戰 SOHO 族或自由業，甚至以旅行作家為終生職志，顯現受訪者可以從自助旅行中獲得自我 (王志弘, 2000)、認同 (Butler, 1990)、以及主體性 (Wearing & Wearing, 1996)。

自從 1960 年代休閒概念就已主張個人及自我實現的境界，譬如 Stone (1967) 認為休閒即是追求自我實現的高階需求，Suhm (1969) 指出休閒是為了獲得自由並從中開發潛能，因此自我實現就是具備開發個人潛能的能力，而休閒的目的就是為了促進個人自我實現。Pieper (1963) 認為休閒是一種「不作為」與「全然接納」的態度。May (1981) 認為東方式思維的休閒強調「不作為」，因此休閒歌頌感恩與機會，孕育可能性，幫助人們打破僵硬的因果律 (引自 Kleiber, 2000)。然而，在生產力掛帥的現代社會裡，人們歌頌工作、物質與名利，休閒的目的是要提升效率，似乎唯有忙碌和交遊廣闊才能顯示出人的價值。本研究受訪者強調自我實現在其生命中的重要性，可以超越家庭甚至工作，懂得從自助旅行中學會接納人生的一切，並以獲得滿足、寧靜、放鬆、和平等做為追求人生的目的。從這個角度來看，受訪者是一群懂得休閒與自助旅行精髓的人。

第二個結論是，受訪者在公共空間現身，具有鬆動性別權力關係的功能，此與王志弘 (2000) 的論述相符。本研究受訪者將自己置身於「危險」與「恐懼」的旅行環境中，從恐懼到發展出自我防衛機制，學會在公共空間隨時保持警覺，夜晚儘量不出門…等等 (許義忠, 2006; James & Embrey, 2001; Hsu & Chuang, 2006)，這種旅行經歷，增加受訪者獨立處理事務的應變能力，並覺醒社會對女性的種種限制，因而逐漸產生「女生不是別人說應該怎樣就怎樣，而是要依自己意願和能力去做」的觀念，此乃一種自我賦權感。受訪者也能將旅行的影響延伸到日常生活中，不再受制男性為受訪者所設限的框框裡，進而對女性身份產生認同 (Butler, 1990; Stratford, 2000)。自助旅行確能帶來不一樣的生命經驗，自助旅行者掙脫公共領域的規範、性別與家庭角色的限制，不畏懼公共空間暴力的威脅，不在意別人的評論，誠實傾聽內心深處的聲音，透過旅行體驗與互動發現自己是誰，證明自我的存在，也喜愛屬於自我的自助旅行空間。

第三個結論是，受訪者從事自助旅行並樂此不疲，顯然受到社會大環境、人際和個人因素、以及自助旅行的利益與體驗等多重因素交互影響造成的。首先，受訪者多具有相當獨立的個人特質和冒險精神，為自己行為負責的態度，而此特質又與個人成長背景有相關，此與曾煥玫 (2000) 之研究結果相符。本研究結果顯示 Shireen、Celia、Rene、八月女生等人在成長過程曾與家人發生衝突或很早就離家獨立生活，養成獨立個人特質，因此習慣獨自做事，包括旅行在內，家人或親密伴侶都無法左右其決定！「我爸媽管教很嚴…唸高中時，因為政治觀點的差異，以及談戀愛，與父母產生嚴重衝突，在聯考前幾天，我就離家出走！他們受到很大的震撼，從此就不太干涉我！」(Celia)。受訪者在自認經濟能力無慮，在工作及人際環境壓力，健康受損，以及感覺逐漸失去自己的狀況下，企圖轉換環境，抒解壓力，獲得靈感及生活動力，以及探索個人極限與能耐的動機愈來愈強，因而走上自助旅行之路。而從事自助旅行之後獲得自由和獨特感、利他主義、主體性等利益與體驗，達成自我實現，更樂此不疲於自助旅行。

本研究的限制包括研究樣本與研究方法，對未來研究建議如下：

首先，未來研究可以針對本研究對象的父母、男朋友、配偶和子女予以深度訪談，所獲得的資料與本研究結果相互對應比照，分析夫妻或兩代之間對自助旅行的看法與衝突，期能更了解大環境與社會脈絡對研究對象的影響。由於質性研究探索的本質，研究對象可擴大至國內自助旅行者、低社經背景女性、已婚女性、1-4 年自助旅行經驗者，期能呈現女性自助旅行者的多樣性，亦可深入比較女性的教育程度、經濟能力、旅行經驗等是否影響自助旅行的動機與體驗，或是比較男女自助旅行者的動機與體驗。

在研究題材方面，可以進一步探索暴力恐懼對女性自助旅行者旅行目的地選擇的影響，從私人空間跨足公共空間的原因，自助旅行者個人及社會認同過程，持續或放棄自助旅行的原因，以及聚焦在性別意識上，探討性別框架對女性自助旅行的影響程度，探討或批判旅行過程中激發「覺醒」與「轉變」的關鍵因素等。

本研究結果與結論對學術界、旅遊業者、及女性都具有一些啓示與涵義。

首先，對學術界而言，休閒或旅遊研究者應更重視質性研究，唯有質性研究才能獲得更深入更全面觀的研究結果，本研究一方面了解女性自助旅行者社會心理層面的動機與體驗，一方面也可從環境心理學上了解公共空間對女性的影響是動態的，具有鬆動性別權力關係的功能，對女性主體性產生覺醒，也可以從社會學的角度了解個人從事自助旅行會受到大環境、人際與個人因素的多重影響，

其次，對旅遊業者而言，假如「體驗自由與獨特感」、「自我實現」是女性自助旅行者最重要的動機，而旅行後會對工作、生活、與態度產生種種改變，誠如 Plog (2001) 主張生活型態更適宜做為市場區隔的工具，旅遊業者可以針對生活型態遊客區隔不同的市場，考慮設計更具彈性與特色的旅遊行程，或以資深導遊深度旅遊行程來吸引特定族群遊客，特別是女性遊客，如此方能提升遊客的忠誠度與再購意願。

第三，女性若想克服自助旅行及公共空間暴力恐懼，應該像本研究受訪者勇敢走出去，只要保持警覺。這樣的建議完全符合 Mehta 和 Bondi (1999) 的論述。社會學家指出女性比男性更恐懼暴力，尤其是性暴力 (Hanmer & Saunders, 1984; Gordon & Riger, 1991)，而這種恐懼造成女性空間使用的侷限性 (Valentine, 1989; Pain, 1994)。本研究受訪者不讓恐懼暴力破壞自己生活與旅行機會，雖然感到恐懼，卻清楚恐懼感的非理性，必須予以克服，採取的策略就是保持警覺，換言之，受訪者以夜晚不單獨走在街上、不單獨去酒吧、行為舉止與穿著得體等方法來擁有公共空間，受訪者維護自身安全採取的策略，可以理解為藉由調整外表與舉止來掌控空間，否則將使自己侷限在私領域而無法動彈。

最後，女性應該多從事自助旅行與休閒活動，假如想要達成自我實現的話。本研究研究對象自助旅行之後，懂得誠實對待自己、傾聽自己的心聲、尋找自己的弱點、了解人生只是一連串抉擇的過程，是自我實現的歷程。許義忠、李幸蓉 (2004) 研究發現女性在休閒情境下逐漸產生自覺與賦權力量。Benest, Foley 和 Welton (1984) 認為自我實現是開發自我潛能的過程，而休閒遊憩具有開發潛能的功能，因為休閒是一種自由抉擇，一個勇於追求休閒的女性，代表對社會結構與多重角色的挑戰，休閒也可以作為建立身份認同及人際關係的管道 (Freysinger, 1995; Green, 1998)。從休閒參與中，女性能夠獲得不同的訊息、心聲、論述、價值觀及視野，藉著與其他人的比較，對自己產生自我評估的過程 (劉耳等人譯，2000；Frederick, Havitz, & Shaw, 1994)。

## 參考文獻

1. 王志弘，性別化流動的政治與詩學，田園城市文化，2000。
2. 林君萍，我一個人到英倫閒晃，小知堂，2002。
3. 胡錦媛，繞著地球跑（下）—當代台灣旅行文學，幼獅文藝，83(12)，1996，頁51-59。
4. 徐冬曲、游士正，女性自助旅行者旅遊體驗之探討，休閒運動期刊，4，2005，頁61-67。

5. 黃振富，自助旅行者的真實建構—以台灣旅歐女性自助旅行者為例，東海大學社會學研究所碩士論文，1996。
6. 黃筱茵譯，Wolff, J. 著，重新上路：文化批評中的旅行隱喻，中外文學，27(12)，1999，頁29-49。
7. 許茹菁，掙扎輿圖—女性／旅行／書寫，國立花蓮師範學院多元文化教育研究所碩士論文，2001。
8. 許義忠，青少年夜間外出遊憩場所選擇之概念架構雛型，觀光研究學報，12(3)，2006，頁227-248。
9. 許義忠、李幸蓉，三位空巢期女性工作、休閒與家庭意識型態：自覺與賦權的過程，女學學誌：婦女與性別研究，17，2004，159-200。
10. 曾寶芬、李君如，一路平安—女性自助旅行者的人身侵犯不安感，餐旅暨家政學刊，1(2)，2004，頁127-142。
11. 曾煥玫，女性自助旅行者的旅行經驗研究，國立台灣大學森林學研究所碩士論文，2000。
12. 楊政樺、陳光華、李佳如，以 Rasch 模式探討自助旅行者之海外旅遊阻礙感認知，休閒暨觀光產業研究，2(1)，2007，頁1-26。
13. 劉耳、季斌、馬嵐譯，Henderson, K.A., Bialeschki, M.D., Shaw, S.M. & Freysinger, V.J. 著，女性休閒-女性主義的視角，昆明：雲南出版社，2000。
14. Adler, J., Origins of sightseeing. *Annals of Tourism Research*, Vol. 16(1), 1989, pp. 7-29.
15. Benest, F., Foley, J., & Welton, G., *Organizing leisure and human services*. New York: Kendall/Hunt Publishing Company, 1984.
16. Butler, J., *Gender trouble: Feminism and the subversion of identity*. New York: Routledge, 1990.
17. Deem, R., *All work and no play? The sociology of women and leisure*. Milton Keynes, UK: Open University Press, 1986.
18. Frederick, C.J., Havitz, M.E., & Shaw, S.M., Social comparison in aerobic exercise classes: Propositions for analyzing motives and participation. *Leisure Sciences*, Vol. 16(2), 1994, pp.161-176.
19. Freysinger, V.J., The dialectics of leisure and development for women and men in mid-life: An interpretive study. *Journal of Leisure Research*, Vol. 27, 1995, pp. 212-226.
20. Glesne, C., & Peshkin, A., *Becoming qualitative researchers: An introduction*. White Plains, New York: Longman Publishing Group, 1992.

21. Gordon, M.T., & Riger, S., *The female fear*. Urbana, IL: University of Illinois Press, 1991.
22. Green, E., "Women doing friendship" : An analysis of women' s leisure as a site of identity construction, empowerment and resistance. *Leisure Studies*, Vol. 17, 1998, pp.171-185.
23. Green, E., Hebron, S., & Woodward, D., *Women' s leisure, what leisure?* Basingstoke, NH: Macmillan, 1990.
24. Hanmer, R.J., & Saunders, S., *Well-founded fear*. London: Hutchinson, 1984.
25. Henderson, K.A., *Dimension of choices: A qualitative approach of recreation, parks, and leisure research*. Stage College, PA: Venture Publishing, 1991.
26. Henderson, K. A., One size doesn' t fit all: The meanings of women' s leisure. *Journal of Leisure Research*, Vol. 28(3), 1996, pp.139-155.
27. Henderson, K.A., & Bialeschki, M.D., A sense of entitlement to leisure as constraint and empowerment for women. *Leisure Sciences*, Vol. 13, 1991, pp.51-65.
28. Henderson, K.A., Bialeschki, M.D., Shaw, S.M., & Freysinger, V.J. *Both gains and gaps: Feminist perspectives on women' s leisure*. State College, PA: Venture Publishing, 1996.
29. Hsu, Y.C., & Chuang, O. L.J., Taiwanese adolescent girls' perceptions on sport and recreational spaces. Paper presented at 9th World Leisure Congress, Hangzhou, China, October pp.15-20, 2006.
30. Hyde, K.F., & Lawson, R., The nature of independent travel. *Journal of Travel Research*, Vol. 42, 2003, pp. 13-23.
31. Irigaray, L., *An ethics of sexual difference*. New York: Cornell University Press, 1993.
32. James, K., & Embrey, L., "Anyone could be lurking around!" : Constraints on adolescent girls' recreational activities after dark. *World Leisure*, Vol. 43(4), 2001, pp. 44-52.
33. Kelly, J., *Leisure* (3rd ed.). Columbus, OH: Allyn and Bacon, 1996.
34. Kleiber, D. A., The neglect of relaxation. *Journal of Leisure Research*, Vol. 32(1), 2000, pp. 82-86.
35. Koskela, H., 'Gendered exclusions' : Women' s fear of violence and changing relations to space. *Geografiska Annaler*, Vol. 82B(2), 1999, pp. 111-124.
36. Krippendorf, J., *The holiday makers: Understanding the impact of leisure and travel*. Oxford: Heinemann Professional, 1987.
37. Lenton, R., Smith, M., Fox, J., & Morra, N., Sexual harassment in public places: Experiences of Canadian women. *The Canadian Review of Sociology and Anthropology*, Vol. 36(4), 1999, pp. 517-524.

38. Lincoln, Y.S., & Guba, E.G., *Naturalistic inquiry*. Newbury Park, CA: Sage Publications, 1985.
39. Loker-Murphy, L., Backpackers in Australia: A motivation-based segmentation study. *Journal of Travel & Tourism Marketing*, Vol. 5(4), 1996, pp. 23-45.
40. Madrigal, R., Personal values, traveler personality type, and leisure travel style. *Journal of Leisure Research*, Vol. 27(2), 1995, pp. 125-142.
41. Mehta, A., & Bondi, L., Embodied discourse: On gender and fear of violence. *Gender Place & Culture: A Journal of Feminist Geography*, Vol. 6(1), 1999, pp. 67-74.
42. Miles, M.B., & Huberman, A.M., *Qualitative data analysis: An expanded sourcebook*. (2nd Ed.) Newbury, CA: Sage Publications, 1994.
43. O' Reilly, C.C., From drifter to gap year tourist: Mainstreaming backpacker travel. *Annals of Tourism Research*, Vol. 33(4), 2006, pp. 998-1017.
44. Pain, R., *Crime, social control and spatial constraint: A study of women's fear of sexual violence*. Unpublished PhD dissertation, University of Edingburgh, 1994.
45. Pain, R., Social geographies of women's fear of crime. *Transactions of the Institute of British Geographers*, Vol. 22, 1997, pp. 231-244.
46. Pearce, P. L., & Caltabiano, M. L., Inferring travel motivations from travelers experiences. *Journal of Travel Research*, Vol. 3, 1983, 16-20.
47. Pennington-gray, L.A., & Kerstetter, D.L., What do university-educated women want from their pleasure travel experiences? *Journal of Travel Research*, Vol. 40, 2001, pp. 49-56.
48. Pieper, J., *Leisure: The basis of culture*. New York: Mentor-Omega, 1963.
49. Plog, S.C., Why destination areas rise and fall in popularity: An update of a Cornell Quarterly classic. *Cornell Hotel and Restaurant Administration Quarterly*, Vol. 42(3), 2001, pp. 13-24.
50. Poon, A., *Tourism, technology and competitive strategies*. Wallingford, UK: CABI, 1993.
51. Smith, S. J., Fear of crime: Beyond a geography of deviance. *Progress in Human Geography*, Vol. 11, 1987, pp. 1-23.
52. Stone, W., A sociologist discusses the new meaning of the recreation use of leisure. *Park & Recreation*, Vol. 2, 1967, pp. 22-27.
53. Stratford, E., Gender, place and travel: The case of Elsie Birks, south Australian pioneer. *Journal of Australian Studies*, Vol. 66, 2000, pp. 116-131.
54. Strauss, A., & Corbin, J., *Basis of qualitative research: Grounded theory procedures and techniques*. Newbury Park, CA: Sage Publications, 1990.

55. Suhm, L., Leisure time utilization, USA. *Convergence*, Vol. 12(4), 1969, pp. 35-41.
56. Uriely N., Yonay, Y., & Simchai, D., Backpacking experience: A type and form analysis. *Annals of Tourism Research*, Vol. 29(2), 2002, pp. 520-538.
57. Valentine, G., The geography of women's fear. *Area*, Vol. 21, 1989, pp. 385-390.
58. Wearing, B., & Wearing, S., Refocusing the tourist experience: The 'flaneur' and the 'choraster.' *Leisure Studies*, 15, 1996, pp. 229-244.
59. Wearing, B., *Leisure and feminist theory*. London: Sage, 1998.
60. Whyte, L.B., & Shaw, S.M., Women's leisure: An exploratory study of fear of violence as a leisure constraint. *Journal of Applied Recreation Research*, Vol. 19(1), 1994, pp. 5-21.
61. Wyman, M., Nature experiences and outdoor recreation planning. *Leisure Studies*, Vol. 4, 1985, pp. 175-183.