

113 至 115 年美感與設計課程創新計畫  
114 學年度第一學期美感智能閱讀計畫

## 成果報告書

---

主辦單位： 教育部 師資培育及藝術教育司

執行單位： 桃園市立大有國民中學

執行教師： 余采樺 教師

---

# 目錄

## 一、美感智能閱讀概述

1. 基本資料
2. 課程概要與目標
3. 執行內容與反思

## 二、同意書

1. 成果報告授權同意書
2. 著作權及肖像權使用授權書 ( 如有請附上 )

# 美感智能閱讀概述

## 一、基本資料

辦理學校	桃園市立大有國民中學
授課教師	余采樺
教師主授科目	視覺藝術
實際授課班級數	10
實際教授學生總數	280

## 二、課程概要與目標

課程名稱	一場即興的情緒手繪漫遊				
報紙使用 期數及頁數	第十期，第 6-7 頁	文章標題	看圖說情緒		
課程融入 議題	<input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input checked="" type="checkbox"/> 無特定議題 <input type="checkbox"/> 其他_____				
施作課堂	視覺藝術課	施作總節數	二	教學對象	<input type="checkbox"/> 國民小學_____年級 <input checked="" type="checkbox"/> 國民中學 <u>七</u> 年級 <input type="checkbox"/> 高級中學_____年級 <input type="checkbox"/> 職業學校_____年級

### 1. 課程活動簡介

本課程以《安妮新聞》專題為核心，透過耶魯大學的「情緒儀表板」(Mood Meter)科學工具，引導學生從視覺圖像中辨識「能量」與「愉悅度」的變化。第一階段讓學生在 32 張圖像中精準定位當下情緒；第二階段則深入閱讀圖卡解析，訓練學生在人際壓力情境中的觀察與同理能力；第三階段透過粉彩即興創作，讓學生將情感轉化為色彩流動的視覺作品，達成情緒調節與美感實踐的目標。

## 2. 課程目標

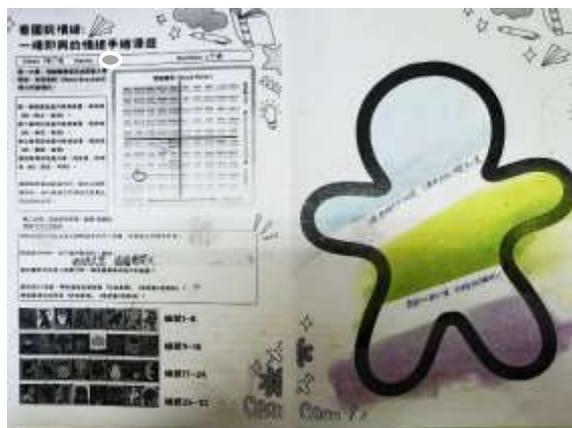
掌握情緒儀表板工具，能使用超過三種精確詞彙描述自我情感狀態。

具備解讀圖像中能量與愉悅感的能力，並能學習辨識情緒。

透過粉彩繪畫實作，練習將抽象壓力或情感具象化，建立健康的心理調節管道。

## 三、執行內容與反思

### 1. 課程實施照片與成果



## 2. 課堂流程說明

### 第一堂課：找到你的情緒座標

**一、認識情緒儀表板 (Mood Meter)：**介紹由耶魯大學馬克·布拉克特 ( Marc Brackett ) 博士發明的工具。

**二、象限解析：**讓學生理解情緒是由「能量/活力」與「愉悅/舒適」兩個軸線組成的：

黃色區 ( 第一象限 )：高能量、高愉悅，像是感到開心、自信的時候。

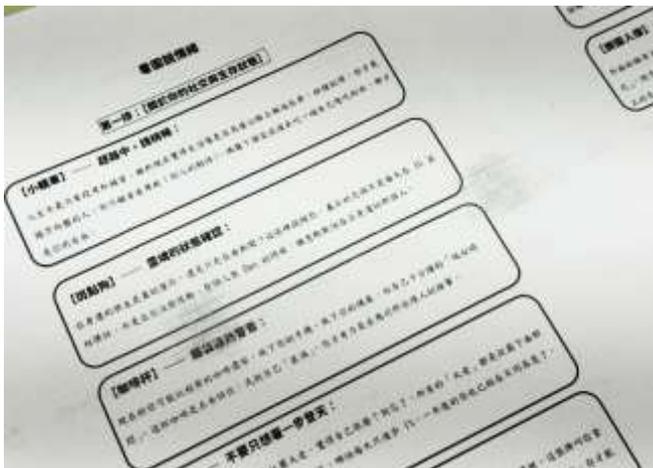
紅色區 ( 第二象限 )：高能量、低愉悅，通常伴隨著憤怒或焦慮。

藍色區 ( 第三象限 )：低能量、低愉悅，這時你會感到憂鬱、疲憊。

綠色區 ( 第四象限 )：低能量、高愉悅，這是一種滿足與平靜的狀態。

**三、即時定位練習：**將教室空間化為四象限，教室中間為座標(0,0)。老師站在原點位置，說明各象限的不同，每一象限中站立在距離原點近和遠，會有情緒上不同的層次。從開始移動到定位，學生可以彼此看見各自的座標，以及各象限的人數分布。回到座位，將剛才在教室站立的位置，對應到學習單上的詞彙，圈選出三個最能代表「此時此刻狀態」的關鍵字。

**四、圖像中的心靈捕手：**從 32 張圖卡中，選出能夠代表這三個關鍵字的圖。從色彩、造形、空間等地方做直觀式的聯想。提供針對這 32 張圖的教師自製圖卡解析，讓學生更能夠與自我內在連結，同時將解析的文句中，最有感的一到兩句話抄錄下來。



### 五、情緒連連看：

**任務 A：**引導學生觀察這 32 張圖，哪些讓你感覺是「紅色象限」(高能量/低愉快)？哪些是「綠色象限」(低能量/高愉快)？。這能訓練學生對色彩、構圖與情緒聯想的敏感度。

**任務 B：** 挑選一張圖，試著幫畫中的角色設定一段對白（心之聲）。如果你是他，在那樣的線條與顏色中，你會想說什麼？

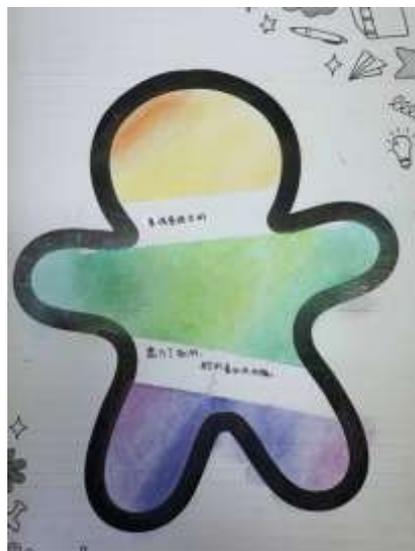
### **第二堂課：看圖說情緒 —— 粉彩創作與心靈對話**

動動手把那些說不出口、寫不出來的感覺，交給色彩去說話。這是一場屬於自己的手繪漫遊。

**一、壓力情境模擬：**當面對考試或人際壓力時，哪張圖最像腦中的畫面？這能幫助學生練習「情緒具象化」。

**二、粉彩創作實踐：**運用圈選的象限色彩與選定圖卡，進行粉彩創作。引導學生利用粉彩可推抹、疊色的特性，表現情緒的流動與厚度。粉彩可以層疊、可以抹平，就像情緒可以處理、可以淡化。如果是「低能量」的平靜，色彩可以柔和沉穩。選擇兩個類似色，填充薑餅人頭上的空間。挑出方才選中的圖卡中出現的顏色，找出和他相近的顏色，在薑餅人的身體進行塗抹、疊色。

**三、盲抽寵物療癒卡：**在繁忙的期末送給自己一份禮物，挑出寵物療癒卡上最有意義的一段話，抄錄在薑餅人的脖子上。接著進行換桌巡迴，去看看其他同學抽到的牌卡內容，選擇一張自己最有感的內容，當作送給自己的一份禮物，抄錄在薑餅人的腰帶上。



### 3. 教學觀察與反思

一、本次教學特別加入空間定位活動，將教室化為情緒座標。觀察發現，相較於靜態填寫學習單，國中生對於『站位選擇』展現高度興趣。學生在移動過程中，能直觀感受到情緒的『能量強度』（距離原點遠近）與『品質』（象限顏色）。這不僅活化了美感智能閱讀的教學形式，更讓平時不擅言詞的學生，能透過身體空間的實體移動，誠實地面對內心感受，為第二堂課的粉彩創作奠定了紮實的覺察基礎。

二、部分國中生習慣隱藏情感，對於「圈選情緒詞彙」感到陌生或抗拒，僅選用「還好」、「沒感覺」等中性詞。透過《安妮新聞》強烈的視覺圖像引導，降低文字表達的壓力。