

113 至 115 年美感與設計課程創新計畫
113 學年度第二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：臺東縣綠島鄉綠島國民小學

執行教師： 阮惠婷 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

美感智能閱讀概述

一、基本資料

辦理學校	臺東縣綠島鄉綠島國民小學
授課教師	阮惠婷
教師主授科目	綜合活動
班級數	2 班
學生總數	18 名學生

二、課程概要與目標

課程名稱	職涯拼圖：從自我認識開始				
報紙使用 期數及頁數	第 15 期，第 2~7 頁		文章標題	已知與未知之間的你-周哈里窗	
課程融入 議題	☐ 性別平等教育 ☐ 原住民族教育 ☒ 生涯規劃教育 ☐ 多元文化教育 ☐ 閱讀素養教育 ☐ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 海洋教育 ☐ 科技教育 ☐ 能源教育 ☐ 家庭教育 ☐ 品德教育 ☐ 生命教育 ☐ 法治教育 ☐ 資訊教育 ☐ 安全教育 ☐ 防災教育 ☐ 戶外教育 ☐ 國際教育 ☐ 無特定議題 ☐ 其他_____				
施作課堂	綜合 活動	施作總節數	3	教學對象	☒ 國民小學 五、六 年級 ☐ 國民中學 _____ 年級 ☐ 高級中學 _____ 年級 ☐ 職業學校 _____ 年級

課程活動簡介

融合「周哈里窗」(Johari Window)與「何倫碼」(Holland Codes)職業人格測試，引導學生從探索自我特質與他人觀點，逐步建立對於未來職涯的初步認識。透過「周哈里窗」的認識，得以圖像化的方式覺察自我形象與他人眼中的異同，進而促進同儕間的交流與正向互動。第二節則銜接「何倫碼」職業興趣測驗，協助學生進行興趣與性格分析，並引導其對照可能適合的職業選擇，於小組討論中釐清與整合自己的潛在發展方向。第三節結合閱讀《I CAN DO IT》文章，設計「夢想公寓」創作任務，並延伸至「斜槓」職涯的概念，鼓勵學生認知夢想的多元與變動。整體課程強調自我探索、社會互動與創意思考三者融合，提升其於生涯規劃的敏感度與主動性，為其未來的學習與發展奠定良好的基礎。

課程目標

1. **認識自我特質與興趣**：透過「周哈里窗」理論與性格測驗活動，幫助學生了解自我與他人眼中的自我形象差異。
2. **發展自我覺察與表達能力**：藉由同儕回饋與團體討論，提升學生的人際互動與自我表達能力。
3. **建立初步職涯探索能力**：結合「何倫碼」職業人格測試、《I CAN DO IT》文章分析及「夢想公寓」創作活動，引導學生連結自我認識與未來職業選擇，以啟發生涯想像與多元的可能。

三、執行內容與反思

1. 課程實施照片與成果



閱讀「周哈里窗」的 4 個我



寫下「自己」和「他人」的形容詞

分類	說明	寫下特質(形容詞或是句子)
開放我 (open self)	你和他人都知道的自己特質	負責、漂亮、誠實
隱藏我 (hidden self)	你知道但他人不知道的自己	溫柔
盲目我 (blind self)	他人知道但你沒發現的自己	幽默、活潑、衝動、大方
未知我 (unknown self)	自己和他人還沒發現的特質	

反思
你今天對自己有沒有新的認識？哪一個區塊令你最驚訝？

整理「周哈里窗」表格



「何倫碼」職業人格測試



何倫碼六型人格特質



我能透過繪圖 po 網傳達理念

2. 課堂流程說明

第一節課

引起動機

以六年級綜合活動主題-《夢想啟航》的第二單元《興趣與職業》為始，引導學生瞭解影響職業選擇的不同因素，學生分享除了能力與興趣之外，認識個人特質亦為初探生涯發展的重要考慮之一（也可以由喜歡或有興趣的職業反推自己的特性）。

發展活動

教師介紹「周哈里窗(Johari Window)」，說明我眼中的自己-他人眼中的我（開放我）/ 我眼中的自己-他人不知道的我（隱藏我）/ 我不知道的自己-他人眼中的我（盲目我）及我不知道的自己-他人不知到的我（未知我）4 個概念後，請學生寫上座號、以藍色的筆圈起符合自己的人格特質後，並請鄰座同學用紅色圈起他們認為你有的人格特質，再依序逆時針方向傳下。

註：課後教師發下「周哈窗格」，請學生就同儕的回饋中整理出自我的特質，並於下一節課與全班分享

總結活動

一、自我覺察/人際互動

「周哈里窗」是一種關於自我認知和人際關係的心理學理論。探索的過程需要透過自己和

他人拼湊出自己的模樣，以提升對於自己不同面向的認識;而藉由彼此分享，也可以更好地瞭解他人，有助於促進個人成長、改善人際關係，甚至影響生涯的選擇和發展。

二、認同並接受自己

教師強調每個人都有不同的面向，有些我們已經了解，有些尚於探索中，重要的是「欣賞自己的優點，也願意面對未知的自己」。

第二節課

引起動機

教師請每位學生就完成的「周哈里窗」格與全班分享（或許有些人不願意分享某些部分的自己，毋須勉強，主要藉此反思對於自己是否有了新的認識）；並請他們寫下今天最令自己驚喜的一個自我特質，並完成一張「我欣賞的自己」便條貼，貼於白板上或是教室牆面，以營造正向自我的認同氛圍。

發展活動

一、何倫碼(Holland Codes)

教師延伸綜合活動《興趣與職業》的內容，介紹「何倫碼」-職業人格測試，看完影片後，教師進入測試鏈接示範、說明後，再請學生完成問題，瀏覽分析的結果。



二、工作匹配(職業與興趣)理論

學生透過「何倫碼」的解析，對照自己的「周哈里窗」格，於小組分享符合自我人格特質(or興趣)的職業，或是討論出現的矛盾。

總結活動

一、善用線上學習工具

浩瀚的網路上充滿許多豐富且具啟發性的學習資源，鼓勵學生記下使用過的網站名稱或感興趣再深入了解的內容；如，知道了自己的「何倫碼」後，可以繼續閱覽推薦學群及適合的自主學習計畫，另外還有與個人相似的名人介紹等。

二、變動中的夢想

教師請學生利用課餘時間閱讀同期《I CAN DO IT》版面的內容，圈出 1-3 個關鍵字或是感動的句子，於下一節課分享。

第三節課

引起動機

教師分享閱讀《I CAN DO IT》較為有感的句子(屢戰屢敗的夢想，在變化過程中可能有意想不到的明亮)後，小組交流後，再請各組推派一人整合並簡述大家的心得。

教師圈出的關鍵字：「嘗試」、「選定」、「投入」

發展活動

夢想公寓

請學生翻至同期安妮新聞 06、07 頁，瀏覽公寓中的 2 個陽台、8 個房間或是外頭的街道上，挑選一個最有興趣的房間(地點)，畫出或是寫出自己身在其中可能會做的事；然後剪下這個房間貼於自己的房間牆上，過一段期間看看是否有了不同的想法或是發現。

總結活動

變動/斜槓(Slash)

由《I CAN DO IT》內「變動中的夢想」延伸至「斜槓」一詞，教師說明此為形容同時擁有不同職業的人，亦即愈來愈多人下班後，利用自己的專業或是興趣獲取第二份(以上)的收入；因此即使夢想會隨著時間、體力或是環境等主客觀條件變動，但何妨藉由不斷的嘗試，繼續自己想做的事。

3. 教學觀察與反思

問題與對策

一、活動媒材使用上的限制

第一節課學生於安妮新聞內記錄「4 種我」的形象，完成後大家拿到自己的報紙後才覺得因版面限制，所以同學們的字跡有些混亂看不清楚；於是課後教師發下「周哈里窗」表格，請學生再次整理以獲得更加完整的全貌。

二、 培養學生獨立思考的能力

記錄「周哈里窗」格時，部分學生習慣性地先詢問同學對自己的看法，甚至希望他人幫忙填寫，顯示學生對於自我思考的信心不足，或尚未建立「我可以自己觀察與決定」的意識。教師於是請他們暫停學習任務，設計一段「靜心思考時光」，引導學生先安靜獨處、寫下自己的直覺反應與觀察，再進行同儕互動；也強調「你比他人更了解自己」，鼓勵學生從生活經驗、情緒反應與行為模式中培養對自我的敏感度，逐步建立獨立思考與決策的能力。

三、 課程主題與學生生活經驗的連結不足

原先預期透過「周哈里窗」搭配「何倫碼」六型人格測試，引導學生思考自我與未來職涯；然而對於國小高年級的學生而言，部分抽象的性格與職業連結尚未具體化。如，學生於夢想公寓中看到路上示威遊行的人群(social activists)，不瞭解這些活動是否亦為職業時，教師於是增加具體職業案例、影片與圖像輔助說明，另外也補充了像是獨立於政府運作，並於社會或國際事務中發揮影響力的 NGO(非政府組織)。

未來的教學規劃

一、深化學生探索工具的應用層次

未來將安排學生進行更多元的人格探索工具，如學生感興趣的 16 型人格測驗 (MBTI 簡化版)，並引導學生對比分析不同工具呈現的自我特質結果，提升自我理解的深度。

二、擴充數位學習資源與自主探索

提供學生更多可操作的網站與資源連結，鼓勵學生於課後自主進行探索，培養生涯規劃的主動性。

三、結合在地資源與訪談實作

安排學生訪談一位自己感興趣職業的從業人員 (可為家人、鄰居、居民)，設計簡易的訪談任務單與紀錄回饋表，讓學生於真實互動中建構職涯認知。

四、設計歷程檔案式成果展

鼓勵學生透過歷程檔案方式 (如「我的職涯拼圖手冊」)，隨時記錄自我的發現與學習收穫，並於學期末進行小型展覽或同儕分享，以強化自我覺察與目標設定的延續性。

參考資料

康軒版六下 綜合活動 主題《夢想啟航》單元 2 興趣與職業

Yory 優歷 <https://www.yory.school/holland>

「何倫碼」職業人格測試！你心理真正適合哪種職業？【心理學】| 維思維

<https://www.youtube.com/watch?v=rK32yA590iE>

