

113 至 115 年美感與設計課程創新計畫
113 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： 臺北市立信義國民中學

執行教師： 周昀瑩 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	臺北市立信義國民中學 (學校全稱)
授課教師	周昀瑩
教師主授科目	輔導活動科
班級數	705 班
學生總數	24 名學生

二、課程概要與目標

課程名稱	MBTI 大解密				
報紙使用 期數及頁數	第 <u>8</u> 期，第 <u>6-7</u> 頁		文章標題	MBTI TYPES 心理小劇場 測看看你和朋友們比較像什麼型的人？	
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	輔導活 動科	施作總節數	1 節	教學對象	☐ 國民小學_____年級 ☒ 國民中學 <u>七</u> 年級 ☐ 高級中學_____年級 ☐ 職業學校_____年級

1. 課程活動簡介 (300 字左右的整體課程介紹)

本學期教師已於輔導活動課程中，藉由特質葡萄串以及周哈里窗的介紹，帶領學生認識自我特質，對於自我形象以及自己在他人眼中之形象有一定的認識及自我反思。有鑑於此班多數的學生對於 MBTI 測驗的熱衷與好奇，於是教師上網搜尋資料，發現安妮新聞有此相關資源，進而提出申請。

藉由教師製作之課程 ppt 與上網蒐集之不同文章及對於此測驗之解釋，協助學生完成自我認知之過程，並且建立與同學互動之機會，使用多元媒材方式，使學生更能融入課程情境中。透過安妮新聞第八期的心理小劇場資源運用，協助帶領學生從不同測驗結果認識自我並且對自身更深層的理解，透過不同文章之閱讀也能夠產生自我思辨，建立起

對於測驗的批判性思考，同時也讓學生間盡量勿以此來標記他人，侷限自我與他人的發展。

2. 課程目標（條列式）

1. 使學生能夠藉由 MBTI 測驗更了解自己與他人。
2. 培養多元角度及觀點、使學生形成批判性思考及自我反省。

三、執行內容與反思

1. 課程實施照片與成果



MBTI 大解密

Name: 吳欣寬 Class: 704

Part I: Before Test

**請先清空你的腦袋，如果以前有測驗過的同學，也請暫且把之前的測驗的結果忘掉，有可能每一次測出的結果都不太一樣，因為你每個當下的想法都不同。仔細思考，現在的自己比較像是哪一型呢？

1. 看完簡介後，猜猜自己是 16 型人格中哪一型呢？你是否夠了解自己呢？

E or I?	S or N?
I	S
T or F?	J or P?
T	P

搭配老師的 PPT，綜合起來，你是屬於

ISTP

Part II: During Test

**靜下心來，想像自己在一荒島，用不評價與不責備的方式開始測驗吧！請看安妮新聞第八期 p6-7 頁 MBTI 心理小劇場，開始按照步驟測驗吧！

測驗結果：

1. 類型：	代表人物及描述：	2. 猜猜看，你的好友是哪一型呢？
ISFP	田壯國，喜歡獨處的空間，時間，忠於自己的價值觀，但不喜歡衝突。	INFP
e.g. 表演型你是...?		訪問結果，周芷怡是...?
藝術家型		INFP

1. 這四個字母分別代表甚麼意思呢？

ISFP 代表：內向、感性、和平、理想、保持靈活

2. 透過測驗，對你自身有何幫助呢？請列舉兩點。

① 讓我知道自己的特質

② 知道怎麼做比較容易獲得能量

Part III: After test 請閱讀以下短文，並進行反思

閱讀完短文後，請列舉 MBTI 的兩大缺點：

① 限制兒童的想像力

② 用 MBTI 來代表個人，對別人的 MBTI 有偏見

選文一：用 MBTI 看他人 vs 用 MBTI 看自己

在用 MBTI 認識他人的部分，我會覺得測驗的結果更像是了解一個人的「相處使用說明書」。我們可以透過 MBTI 了解一個人可能出現的行為，擅長的領域與能力，就如同前而在警察合作的經驗提及的，這樣的認識是可以幫助我們更快的與不熟的人有良好、有效率的溝通的。

但同時，過度的迷信卻可能帶來偏見與實際上的不平等對待。在一位中國影片創作者的影片中，他經描述身為 INFP 的他在國外實習時，因為自己的個性關係竟成為了被辭退的理由，「你應該要往你比較適合的領域去發展，展現你完整的天賦」。不只如此，風行 MBTI 的韓國更出現了以人格種類來進行徵才的事件，甚至有企業限制某些職位只有某些性格種類的人才可以申請，也造就許多年輕人因為人格類型不和面試者期待，而受到不合理的待遇的事情出現（來源影片）。

這樣的行為不僅會對當事者造成不少打擊，也似乎讓這樣的一個特質變成一種原罪，看似好意的理由也合理化了這樣的偏見的歧視。然而，越多的歧視只會更加破壞我們對社會的認同與和諧。至於對於自己的 MBTI 分析，我則是認為 MBTI 的角色是幫助我們更了解自己，但不應該受其局限。以我自己為例，INFP 的優勢在於善解人意、創造力、理想主義等等，但同時也存在著容易自我批評、不現實、拖延等等的缺點。所謂了解自己，就是讓自己接納這些詞後，不帶評判的接納它。或許了解之後可以更佳釐清自己的優勢所在，但對於劣勢同樣有好消息：

一來是我們透過測驗知道了自己不擅長之處，因此更能釐清它的存在。舉例來說，拖延這件事一直是我過往我很想改掉的一個部分，在大概了解後，我開始接納它成為我的一部分——但不是放棄不改善，而是因為足夠了解自己會拖延，而採取不斷自我提醒，先找好哪些是絕對不可拖延的事情。

二來則是，缺點同時也可以是優點，例如雖然我容易有自我批評，對某些事想太多的症狀，但若能客觀的了解並設下界線，適度的自我省思是有助於將事情做得更為完善、檢查出紕漏的。內向者雖然不喜歡或是擅長與人相處，但是自我獨處也能給予他們能力展現的空間。所謂的偏見，便是無思考的接受自己被貼上的標籤，接受自己「只能是這樣」的自己，卻忘了自己特質的更多可能性。

MBTI 的常見迷思：貼標籤？準確度？

MBTI 就是把人分成 16 種後貼標籤？有沒有推薦的評量網站？簡化版的 MBTI 準嗎？目前的網路 MBTI，題目都與官方版本不同，因此，包括搜尋關鍵字「MBTI」後最常見的 16personalities.com 網站，任何不同於標準流程的網站或版本都不被推薦，信效度也無從評斷。

MBTI 類型可以用來做職業選擇嗎？非常不建議，類型與能力無關。即使是同樣類型的人，生長環境與經歷都不同。你可以透過類型來發揮亮點或打開盲點，但若以此選擇工作，無非是限制了自身發展。MBTI 為什麼不適合國中的學生？

新加坡有學校在學生八年級時，帶學生進行 MBTI 評估，並以此結果引導他們決定自己接下來的文理組選擇。但 MBTI 其實並不適用於生涯探索，原因有二：首先，MBTI 官方並不推薦 16 歲以下孩子做 MBTI。

因為青少年的心智功能尚在發展中，不正確的使用反而會限制孩子發展的可能性。因此，無論是信效度無法考證的評量網站，抑或是正統的 MBTI 官方評量，過早讓孩子接觸 MBTI 反而會有讓孩子提早為自己貼上標籤、按照自給預言發展的風險。再者，MBTI 並非進行人生重要決策的工具。

MBTI 可以協助觀察你的頭腦與生俱來的特質，但他並不能預測你的行為。雖然 MBTI 描述了你的人心智能，但心智功能可以開發。一個人最終會變成什麼模樣，更多是仰賴後天的社會化與訓練。MBTI 是有用的工具，但工具要用在正確的地方。MBTI 的功用是自我覺察，發現個人盲點，而非用來決定自己是否適合某一種行業，或是將成為哪一種人。

來源：<https://filipedu.parenting.com.tw/article/008498> <https://filipedu.parenting.com.tw/article/009088>

MBTI 大解密

Name: 施明哲 Class: 705

Part I: Before Test

**請先清空你的腦袋，如果以前有測驗過的同學，也請暫且把之前的測驗的結果忘掉，有可能每一次測出的結果都不太一樣，因為你每個當下的想法都不同。仔細思考，現在的自己比較像是哪一型呢？

1. 看完簡介後，猜猜自己是 16 型人格中哪一型呢？你是否夠了解自己呢？

E or I?	S or N?
E	N
T or F?	J or P?
F	P

ENFP

Part II: During Test

**靜下心來，想像自己在一荒島，用不評價與不責備的方式開始測驗吧！請看安妮新聞第八期 p6-7 頁 MBTI 心理小劇場，開始按照步驟測驗吧！

測驗結果：

1. 類型：	代表人物及描述：	2. 猜猜看，你的好友是哪一型呢？
INTP	愛思考甚於社交，喜歡研究自己感興趣的一面	INTJ
e.g. 表演型你是...?		訪問結果，潘煥辰是...?
學者型		ISFJ

1. 這四個字母分別代表甚麼意思呢？

I 透過自處獲得動力 N 思考較抽象，在乎背後的意思 J 以規則、邏輯來決定

2. 透過測驗，對你自身有何幫助呢？請列舉兩點。

① 比較了解自己的外向或內向

② 可以對自己的認識有多一些幫助

Part III: After test 請閱讀以下短文，並進行反思

閱讀完短文後，請列舉 MBTI 的兩大缺點：

① 會太深入迷信影響自己的發展

② 有些國家因為不合條件而不能面試

選文一：用 MBTI 看他人 vs 用 MBTI 看自己

在用 MBTI 認識他人的部分，我會覺得測驗的結果更像是了解一個人的「相處使用說明書」。我們可以透過 MBTI 了解一個人可能出現的行為，擅長的領域與能力，就如同前而在警察合作的經驗提及的，這樣的認識是可以幫助我們更快的與不熟的人有良好、有效率的溝通的。

但同時，過度的迷信卻可能帶來偏見與實際上的不平等對待。在一位中國影片創作者的影片中，他經描述身為 INFP 的他在國外實習時，因為自己的個性關係竟成為了被辭退的理由，「你應該要往你比較適合的領域去發展，展現你完整的天賦」。不只如此，風行 MBTI 的韓國更出現了以人格種類來進行徵才的事件，甚至有企業限制某些職位只有某些性格種類的人才可以申請，也造就許多年輕人因為人格類型不和面試者期待，而受到不合理的待遇的事情出現（來源影片）。

這樣的行為不僅會對當事者造成不少打擊，也似乎讓這樣的一個特質變成一種原罪，看似好意的理由也合理化了這樣的偏見的歧視。然而，越多的歧視只會更加破壞我們對社會的認同與和諧。至於對於自己的 MBTI 分析，我則是認為 MBTI 的角色是幫助我們更了解自己，但不應該受其局限。以我自己為例，INFP 的優勢在於善解人意、創造力、理想主義等等，但同時也存在著容易自我批評、不現實、拖延等等的缺點。所謂了解自己，就是讓自己接納這些詞後，不帶評判的接納它。或許了解之後可以更佳釐清自己的優勢所在，但對於劣勢同樣有好消息：

一來是我們透過測驗知道了自己不擅長之處，因此更能釐清它的存在。舉例來說，拖延這件事一直是我過往我很想改掉的一個部分，在大概了解後，我開始接納它成為我的一部分——但不是放棄不改善，而是因為足夠了解自己會拖延，而採取不斷自我提醒，先找好哪些是絕對不可拖延的事情。

二來則是，缺點同時也可以是優點，例如雖然我容易有自我批評，對某些事想太多的症狀，但若能客觀的了解並設下界線，適度的自我省思是有助於將事情做得更為完善、檢查出紕漏的。內向者雖然不喜歡或是擅長與人相處，但是自我獨處也能給予他們能力展現的空間。所謂的偏見，便是無思考的接受自己被貼上的標籤，接受自己「只能是這樣」的自己，卻忘了自己特質的更多可能性。

MBTI 的常見迷思：貼標籤？準確度？

MBTI 就是把人分成 16 種後貼標籤？有沒有推薦的評量網站？簡化版的 MBTI 準嗎？目前的網路 MBTI，題目都與官方版本不同，因此，包括搜尋關鍵字「MBTI」後最常見的 16personalities.com 網站，任何不同於標準流程的網站或版本都不被推薦，信效度也無從評斷。

MBTI 類型可以用來做職業選擇嗎？非常不建議，類型與能力無關。即使是同樣類型的人，生長環境與經歷都不同。你可以透過類型來發揮亮點或打開盲點，但若以此選擇工作，無非是限制了自身發展。MBTI 為什麼不適合國中的學生？

新加坡有學校在學生八年級時，帶學生進行 MBTI 評估，並以此結果引導他們決定自己接下來的文理組選擇。但 MBTI 其實並不適用於生涯探索，原因有二：首先，MBTI 官方並不推薦 16 歲以下孩子做 MBTI。

因為青少年的心智功能尚在發展中，不正確的使用反而會限制孩子發展的可能性。因此，無論是信效度無法考證的評量網站，抑或是正統的 MBTI 官方評量，過早讓孩子接觸 MBTI 反而會有讓孩子提早為自己貼上標籤、按照自給預言發展的風險。再者，MBTI 並非進行人生重要決策的工具。

MBTI 可以協助觀察你的頭腦與生俱來的特質，但他並不能預測你的行為。雖然 MBTI 描述了你的人心智能，但心智功能可以開發。一個人最終會變成什麼模樣，更多是仰賴後天的社會化與訓練。MBTI 是有用的工具，但工具要用在正確的地方。MBTI 的功用是自我覺察，發現個人盲點，而非用來決定自己是否適合某一種行業，或是將成為哪一種人。

來源：<https://filipedu.parenting.com.tw/article/008498> <https://filipedu.parenting.com.tw/article/009088>

2. 課堂流程說明

教師事先製作學習單及引導 PPT，協助學生 MBTI 施測過程可以更順利，並且能夠用不批判與多元包容的觀點接納自己與他人的測驗結果。此外，測驗結束後也藉由其他報導的文章，幫助學生能形成多元觀點與用不同的視角來看待測驗結果。此外，藉由測驗過程與同學的交流，更能找到與同學間的互動方式。

3. 教學觀察與反思

安妮新聞中有許多關於人際交往之議題探討，能於輔導活動科上利用。此外，在學生完成測驗之餘，學生也能同時閱讀報紙中之各項議題，幫助學生的閱讀能力與思辯能力。