

## 國中表演藝術-【情緒·情『敘』】

### 教學計畫（教案）與設計特色（摘要）

---

十二年國教中最为重視的就是核心素養，而核心素養的定義為一個人為適應現在生活及未來挑戰，所應具備的知識、能力與態度，在这一切的學習環境中，“情緒”成為一個重要的關鍵，在如何自處和與他人相處中，情緒的控制成為每個人都要去修習的一門功課，而十二年國教強調培養以人為本的「終身學習者」，包括「自主行動」、「溝通互動」、「社會參與」三大面向也都與情緒有很大的關聯性。

因此教案設計者，希望在國中九年級學生升學壓力最大的歷程中，期待透過課程的引導、學習，讓學生能對『情緒』有種不同的感受與表述方式，希望在藉由課程的導引過程中，能夠自主思考情緒在生活中帶來的影響，更進而在與人際之間能有有效的溝通與互動，使社會達到和諧共好的狀態。

近幾年的社會新聞中充斥著各樣負面的事件，『情緒』是為这一切的源頭，十二年國教期待透過教育培養每位學生都能解決生活情境中所面臨的問題，並能因應生活情境的快速變遷，成為一位終身學習者；而此次教案的設計緣起，也是希望透過藝術領域課程培養學生探索自己生命中所面臨的各種情緒，並能在未來與他人或社會互動時，辨別與調適情緒所帶來的感受，進而成為一位能在生活中實踐力行身、心、靈都健康的人。

藝術領域中的三科分別為：音樂、視覺與表演藝術，透過表演藝術綜合的呈現展演特質，此份教案以表演藝術課程為主要實施教學科目，統籌視覺藝術與音樂中的特色，發展出《情緒·情『敘』》這套自編教材，透過肢體與語言的展現，引導學生敘述出內在的情緒，故此份教案取名為《情緒·情『敘』》。

\* 表演藝術課程使用創作性戲劇教學，利用想像、肢體創作、默劇、戲劇扮演與身心放鬆..等教學策略。

\* 視覺藝術課程中對顏色的聯想，為其中一堂主要課程架構

\* 音樂課程中的音樂成為身心放鬆與聯想創作中的潛在引導內容。

透過表演藝術中『創作性戲劇教學』一種即興的，發展過程中於成果演出的一種戲劇形式，學生在教師的引導之下，透過自身的經驗去想像、發展，實作反應出貼近自身的生活經驗，並培養解決問題的能力，建立價值態度觀，與了解劇場藝術。

一個看似敏感的議題「情緒」藉由表演藝術中創作性戲劇的教學模組，使學生覺得自己在扮演，能盡情地揮灑內在的情緒，教師實則在探索學生內心的世界，並使藝術課程成為九年級生升學壓力中的避風港，且透過學生學習單的回饋，作為課程的歷程紀錄。

此份教案為

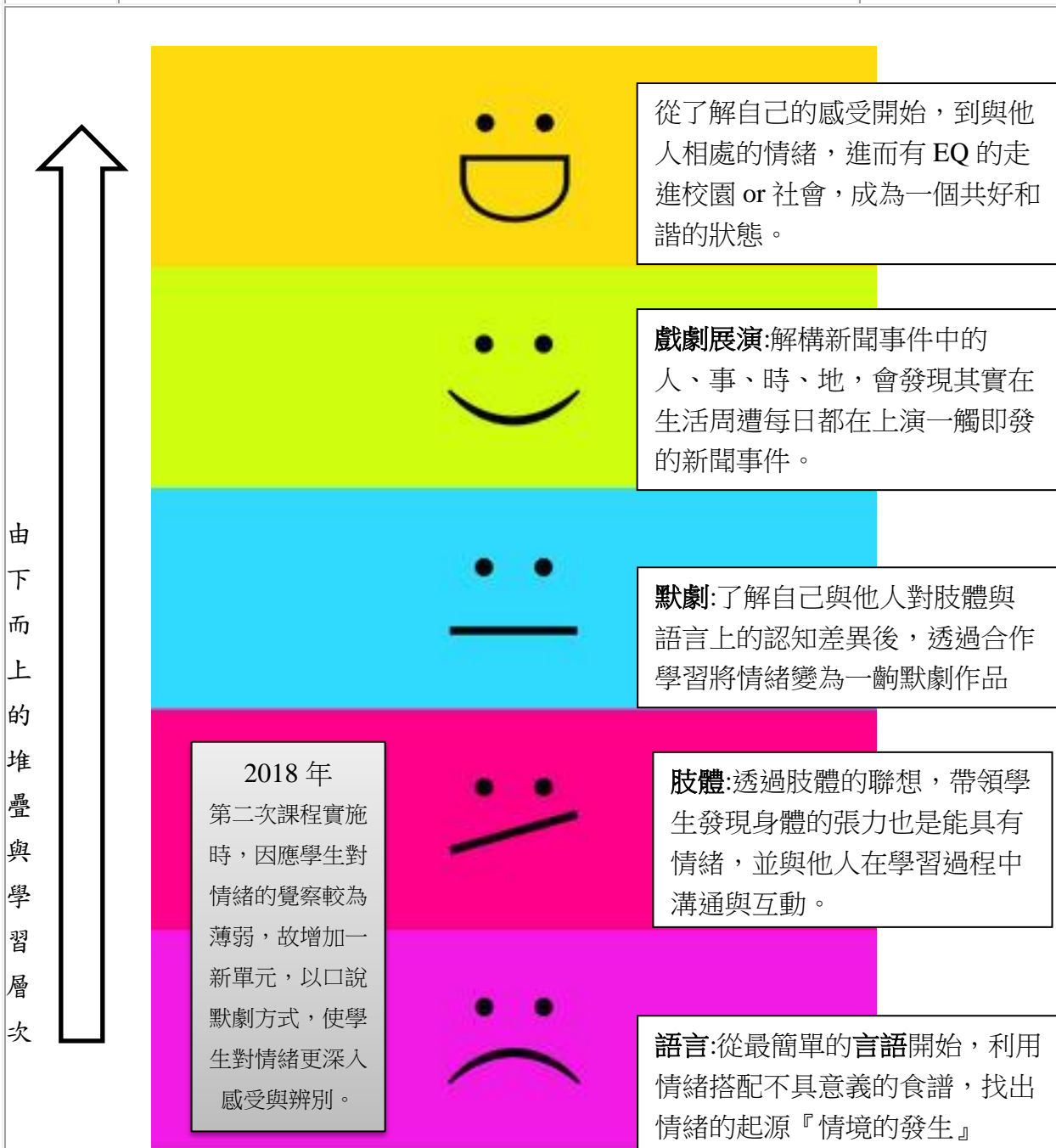
# 十二年國民基本教育國中教師有效教學深耕推廣計畫優良教案

## 榮獲特優

領 域	<input type="checkbox"/> 語文(國文)領域 <input type="checkbox"/> 語文(英文)領域 <input type="checkbox"/> 數學領域 <input type="checkbox"/> 自然與生活科技領域 <input type="checkbox"/> 社會領域 <input checked="" type="checkbox"/> 藝術領域 <input type="checkbox"/> 綜合活動領域 <input type="checkbox"/> 健康與體育領域 <input type="checkbox"/> 跨領域	教 學 節 數	5 節
教 材 來 源	<input type="checkbox"/> 改編教科書 ( <input type="checkbox"/> 康軒 <input type="checkbox"/> 翰林 <input type="checkbox"/> 南一 <input type="checkbox"/> 其他 ) <input checked="" type="checkbox"/> 自編		
教 案 名 稱	【情緒・情『敘』】		
領 域 學 習 重 點	總綱核心素 養	A2 系統思考與解決問題 B3 藝術涵養與美感素養 C2 人際關係與團隊合作	
	領綱核心素 養	<b>藝-J-A2</b> 嘗試設計思考，探索藝術實踐解決問題的途徑。 <b>藝-J-B3</b> 善用多元感官，探索理解藝術與生活的關聯，以展現美感意識。 <b>藝-J-C2</b> 透過藝術實踐，建立利他與合群的知能，培養團隊合作與溝通協調的能力。	
	學習表現	<b>表 1-IV-1</b> 能運用特定元素、形式、技巧與肢體語彙表現想法，發展多元能力，並在劇場中呈現。 <b>表 2-IV-1</b> 能覺察並感受創作與美感經驗的關聯。 <b>表 3-IV-2</b> 能運用多元創作探討公共議題，展現人文關懷與獨立思考能力。	
	學 內 容	<b>表 E-IV-2</b> 肢體動作與語彙、角色建立與表演、各類型文本分析與創作。 <b>表 A-IV-1</b> 表演藝術與生活美學、在地文化及特定場域的演出連結。 <b>表 P-IV-2</b> 應用戲劇、應用劇場與應用舞蹈等多元形式。	

學 習 目 標	1. 能提取生活中各情境下的情緒，並透過模仿與解構，將各式的情緒以戲劇扮演的形式重新演繹出來。 2. 能透過想像與肢體創作中，體認自身與他人對同一事物的差異與異同。 3. 能藉由小組合作，使用默劇創作出對情緒的抽象或具象作品。 4. 能學習尊重及欣賞表演藝術的呈現。
教 策 略	<p><b>以學生為主體：</b>  教學活動歷程緊扣自主行動-溝通互動-社會參與這三大面向，從暖身與自我的相處的行動出發，引導學生帶著自己的意識與情緒與他人溝通互動，直到以肢體方式呈現對社會議題的關注，發展出作品。過程中讓學生感受到輕鬆活潑的進行方式，是為創作性戲劇的教學特色：一種即興的，發展過程中於成果演出的一種戲劇形式，並透過這樣的教學形式學習表演藝術相關的藝術技巧，核心主題雖然為「情緒」，但透過創作性戲劇的教學模組，可以讓學生學習到肢體的運用、演員的口語表達、劇本的創作甚至是解構戲劇的元素，使其對情緒的掌握更為精準，體會「人生如戲、戲如人生」的道理。</p> <p><b>有效教學：</b>  第一單元【王先生的情緒】－體驗式學習法  第二單元【情緒食譜】－講述法、體驗式學習法  第三單元【顏色 Who are U】－合作學習法、學習共同體  第四單元【情「敘」】－合作學習法、情境學習法</p> <p><b>多元評量：</b>  課堂中-小組發表、態度評量  （以課程進行中小組呈現的表演，與教師觀察學生在小組合作中的態度、聆聽觀賞其他組發表的態度..等面向，且評量方式採用標準評量方式。）  課堂後-文字評量  （透過自我省思的學習單，了解學生的學習歷程，並從中評量學生的學習表現與學習成效。）</p>
參 考 資 料	<p>中文書目</p> <p>Viola Spolin 原著 區曼靈譯（1989）。《劇場遊戲指導手冊》。臺北：書林。  林政君（2003）。《創作性戲劇之理論探討與實務研究》。臺南：供學。  張曉華（2003）。《創作性戲劇原理與實作》。臺北：財團法人成長文教基金會。  張曉華主編（2008）。《表演藝術 120 節戲劇活動課》。臺北：書林。  張曉華（2013）。《創作性戲劇在團體工作的應用》。臺北：心理。</p> <p>網站</p> <p>國家教育研究院 《十二年國民基本教育課程綱要總綱》  <a href="http://www.naer.edu.tw/files/11-1000-1179.php">http://www.naer.edu.tw/files/11-1000-1179.php</a></p>

教學 架構	單元名稱		節數
	單元一	【王先生的情緒】	1
	單元二	【情緒食譜】	1
	單元三	【顏色 Who are U】	2
	單元四	【情「敘」】	1



### 單元三 【顏色 Who are U】

學習目標	教學歷程 (含時間)	教學資源	教學評量
	<p>準備活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師事先以軟體設計上課欲使用的顏色投影片</li> <li>2. 教師事前準備搭配顏色肢體聯想時所欲使用的音樂</li> </ol>	電腦 投影機 教學 PPT	



學生能與同學	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師詢問同學，在剛剛的靜像雕像活動中，是否有其他同學的顏色聯想跟自己對顏色的聯想有很大的反差？</li> <li>2. 在教師請同學以小組為單位作創作時，是否難以快速的何同學達到對顏色的一致聯想？如果是，請問是什麼顏色呢？</li> <li>3. 請問剛剛在小組創作時，你最喜歡/最容易哪個顏色的雕像聯想創作？</li> <li>4. 是否發現對於同一個顏色，同學很自己有著很大不同的感受和情緒，在我們生活周遭你是否也有過這樣的經驗？</li> </ol> <p>-----第三節結束-----</p>	電腦 投影機 教學 PPT 美療音樂	<p><b>課堂參與</b> (觀察學生是否能對全體同學說出自己參與課程的感想與感受)</p> <p><b>觀察評量</b></p> <p><b>分組討論</b> (討論默劇情緒顏色的參與狀況)</p> <p><b>課堂發表</b> (評分標準如附件三所示)</p> <p><b>課堂參與</b></p>
	<p><b>準備活動</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師事先準備上課欲使用的顏色投影片和音樂、學習單</li> <li>2. 測試電腦與投影機與音響設備</li> <li>3. 學生分組完成</li> </ol> <p><b>導入活動 (10 分鐘)</b> 《mood1.2.3.》引起動機</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 請全班學生排成一條直線</li> <li>2. 聽到情緒後瞬間做出相對應的聯想肢體或表情</li> <li>3. 透過這樣的暖身活動，幫助學生對情緒的反應聯想，並為肢體與後續課程做暖身</li> </ol> <p><b>發展活動 (25 分鐘)</b> 《Check your mood! 》</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師引導學生回顧前兩次課程中，對情緒的感受。</li> <li>2. 4~6 人為一組，小組討論兩種顏色代表的情緒，可以是相近色的情緒變化，也可以是對比色的情緒變化，例如:紅與紫是相近色，可以創作出一個小組討論後代表的情緒，可以是紅(熱情)跟紫(緊張)的劇情發展。</li> <li>3. 小組討論練習後，各組呈現發表。</li> </ol>		



<p>團體討論與合作練習，並表達自己的想法</p> <p>學生能跟隨教師引導並與學生自身的身心靈放鬆</p>	<p><b>總結活動</b>（10 分鐘）</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 請同學找一個舒服的位置或坐或躺</li> <li>2. 在音樂聲中，教師請同學思考在小組內與他人溝通討論對顏色情緒的詮釋時，是否有遇到困難？或是對顏色是否有很大的意見出入？</li> <li>3. 我們在生活中時常花很多時間與他人相處，但是我們是否有留心注意到他人的情緒，抑或是自己的感受？</li> <li>4. 最後的十分鐘，希望每位同學都能好好的放鬆身心，在音樂聲中給自己沉澱的時間</li> <li>5. 課後完成學習單撰寫</li> </ol> <p>-----第四節結束-----</p>	<p>（觀察學生是否能在音樂聲中放鬆並隨著教師的引導指令）</p> <p><b>學習單</b></p>
--	--	---

#### 活動照片（輔以文字說明）

#### 單元二 【情緒食譜】



利用「念食譜」演出怨恨與生氣的作品



利用「念食譜」演出自責與哀傷的作品



利用「念食譜」演出期待與失望的作品



利用「念食譜」演出痛苦與壓力的作品

#### 單元二 【顏色 Who are U】



紅色聯想到憤怒(左圖)或是熱情(右圖)



淺藍色聯想到自由(左圖)或是寂寞(右圖)



白色即使都聯想到喪禮為主題  
(左圖)卻是哀傷，(右圖)卻是平靜的祝福



白色也能聯想到幸福(左圖)或是浪漫(右圖)



深藍色聯想到憂鬱(左圖)或是孤獨(右圖)



黃色聯想到榮耀(左圖)或是信心(右圖)





黃色聯想到緊張、警戒



綠色聯想到自在



紫色聯想到害羞(左圖)或是神秘(右圖)



黑色聯想到罪惡(左圖)或是崩潰(右圖)



各小組討論《Check your mood! 》的默劇劇情



車禍意外死亡的母親在臨終前產下嬰兒，是黑色的悲哀-黃色的期待的默劇作品



從深藍色的憂鬱一直到迎向淺藍色的自由默劇作品



看著心愛的女生跟別人在一起談戀愛(粉紅色)，自己卻是失落的(深藍色)默劇作品



## 標準評量方式

(附件三)

A-90 分以上	B-89~80 分	C-79~70 分	D69~60 分	E-60 分以下
能參與課程聽從教師指令	能參與課程聽從教師指令	能參與課程聽從教師指令	能部分參與課程	未達 D 級
能利用肢體創作出聯想的情緒 (八項顏色中達到五至七樣作品)	能利用肢體創作出聯想的情緒 (八項顏色中達到五至七樣作品)	稍能利用肢體創作出聯想的情緒 (八項顏色中達到三至四樣作品)	無法利用肢體創作出聯想的情緒	
教師輕拍肩膀時能發出相對應的音效聲				

## 學習單：

1. 請問今天你最喜歡哪個顏色的聯想(雕像)?

紅色,因為我覺得我這個動作做的很好。

2. 透過今天的課程,有讓你對顏色有不一樣的聯想嗎?(有,請寫出原因和理由)

有,原本以為藍色是代表憂傷,結果看到有人很希望,原來藍色也可以有希望的意思。

3. 你對哪一組的顏色聯想創作印象最深刻?為什麼?

深藍色和紅色,我覺得這兩組的很棒,讓人很容易分辨他們是為什麼顏色,而且創得很棒,尤其是有一個女生去項鍊的時候。

4. 上週的情緒食譜與今天的情緒聯想,你有些甚麼樣的感受與想法呢?

上週真的表演的很緊張,因為上週是用口頭來報告,這週是用動作來表達,感覺比較沒有那麼緊張,因為我比較適合這種表達方式。

5. 你覺得上週念食譜時比較容易表現情緒(用語言),還是今天用肢體創作聯想

比較容易表現情緒?我比較喜歡今天的表演,我比較喜歡這種表達方式,因為我不太會用言語表達,在現實生活中真的有點難。

6. 你覺得自己是一個甚麼樣的人?(請用情緒 OR 顏色形容)

我覺得我是個情緒化的人,有時會出很多怪顏色,讓我有點無奈。

1. 請問今天你最喜歡哪個顏色的聯想(雕像)?

天藍色,望向天空,嚮往自由的雕像。

2. 透過今天的課程,有讓你對顏色有不一樣的聯想嗎?(有,請寫出原因和理由)

當然有啊!帶帶紅色不都被拿來聯想喜氣洋洋嗎?可是有些人卻表現流血,死亡等悲傷負面的聯想。

3. 你對哪一組的顏色聯想創作印象最深刻?為什麼?

紅色和白色。

因為感情動得很可愛,演得很生動。

紅色和白色是兩種衝突很大的顏色,很難每次想到對

4. 上週的情緒食譜與今天的情緒聯想,你有些甚麼樣的感受與想法呢?

很少有機會可以做這樣的情緒聯想活動,我覺得很新奇。原來一種顏色可以代表那麼多種涵義,不再是以前所想像那麼刻板,跳脫出了原來的框架。

5. 你覺得上週念食譜時比較容易表現情緒(用語言),還是今天用肢體創作聯想

比較容易表現情緒?

我認為各有各的好處,容易的點不太一樣。用語言可以比較好理解自己的心境。用肢體則可以讓人比較了解自己的情緒。

6. 你覺得自己是一個甚麼樣的人?(請用情緒 OR 顏色形容)

我覺得應該說是彩色的人吧!在不同的環境,會有不同的情緒。開心是暖洋洋的,悲傷時很低落。

1. 請問今天你最喜歡哪個顏色的聯想(雕像)?

黑色, 因為可以展露出絕望的情緒。

2. 透過今天的課程, 有讓你對顏色有不一樣的聯想嗎? (有, 請寫出原因和理由)

有, 因為看了其他人對於顏色的想法, 我才恍然大悟, 原來顏色在每個人的腦海裡的样子是這麼獨特。

3. 你對哪一組的顏色聯想創作印象最深刻? 為什麼?

結婚那組, 因為淺顯易懂, 而且有男男結婚XD

4. 上周的情緒食譜與今天的情緒聯想, 你有些甚麼樣的感受與想法呢?

這種課程比較適合我~

因為我本身很容易展現自己的情緒, 所以在課堂上可以好好發揮。

5. 你覺得上週念食譜時比較容易表現情緒(用語言), 還是今天用肢體創作聯想

比較容易表現情緒?

用語言, 因為言語有抑揚頓挫, 聽起來可以比較清楚的情感(情緒), 有些肢體僅用肢體很難表達。

6. 你覺得自己是一個甚麼樣的人? (請用情緒 OR 顏色形容)

綠色, 因為綠色是藍+黃混合而成的顏色, 很像我, 時常很開心, 很瘋狂, 但有時又會不知名的感到憂鬱。我這人就是陰晴不定, 可以在一秒之間變臉, 所以我認為黃加藍是最適合我的顏色。

1. 請問今天你最喜歡哪個顏色的聯想(雕像)?

白色-婚禮

2. 透過今天的課程, 有讓你對顏色有不一樣的聯想嗎? (有, 請寫出原因和理由)

有, 透過今天的課程才讓我了解到顏色不僅只有表面上所看到的模樣。

3. 你對哪一組的顏色聯想創作印象最深刻? 為什麼?

藍色-從失去走向光明  
他們以簡單明瞭的靜態方式來表現  
讓我看了一目了然。

4. 上周的情緒食譜與今天的情緒聯想, 你有些甚麼樣的感受與想法呢?

雖然都是在講情緒, 但表現的方式不同  
就會有不同的感受。

5. 你覺得上週念食譜時比較容易表現情緒(用語言), 還是今天用肢體創作聯想

比較容易表現情緒?

對我來說念食譜相對輕鬆很多, 至少他是有一個劇本可以看再融入當中的情緒, 但肢體創作卻是即興的比較難表達。

6. 你覺得自己是一個甚麼樣的人? (請用情緒 OR 顏色形容)

藍色。我是屬於那種把別人的想法看的比自己重的人, 常常會為了融入大家而忘了事非對錯, 慢慢發掘這樣被別人牽著走不太對, 但又怕有了自己的主見卻干略別人的感受, 就會不知道自己該怎麼辦, 也許是需要時間調適。

1. 請問今天你最喜歡哪個顏色的聯想(雕像)?

藍色, 因為代表天空, 給人一種自由、充滿希望的感覺。

2. 透過今天的課程, 有讓你對顏色有不一樣的聯想嗎? (有, 請寫出原因和理由)

有, 因為今天的課程, 讓我知道了原來每個顏色其實都有各種不一樣的意義, 因為每個人的想法都不一樣, 所以每個人的聯想定義也不同。

3. 你對哪一組的顏色聯想創作印象最深刻? 為什麼?

綠色和紅色的那一組。  
因為表演的內容讓人很容易知道是那種顏色, 很符合。

4. 上周的情緒食譜與今天的情緒聯想, 你有些甚麼樣的感受與想法呢?

上周的情緒食譜是著重於聲音, 透過聲音的不同, 音高高低, 還有聲音的細微度, 來展現情緒的不同, 所以情緒其實不僅能從肢體和表情看出, 也能從聲音裡觀察到, 的情緒。

5. 你覺得上週念食譜時比較容易表現情緒(用語言), 還是今天用肢體創作聯想

比較容易表現情緒?

用語言, 因為可以用聲音的各種長短和特色, 來讓他人準確的理解到自己在表達甚麼樣的情緒。

6. 你覺得自己是一個甚麼樣的人? (請用情緒 OR 顏色形容)

我覺得自己是一個非常矛盾的人, 有時很憂鬱, 有時又很樂觀, 有時很外向, 有時又很內向, 是一個很多變的人。

1. 請問今天你最喜歡哪個顏色的聯想(雕像)?

藍色(希望), 因為自己喜歡 blue, 而且我認為在的生活中多多少少都會有希望, 我希望在人生的一途中, 可以有滿滿的積極。

2. 透過今天的課程, 有讓你對顏色有不一樣的聯想嗎? (有, 請寫出原因和理由)

有, 以前每次想到其中一個顏色時, 不會有那麼多的想法, 在這當中或許也是提升每一種顏色的認知, 也許是一個學習的機會。

3. 你對哪一組的顏色聯想創作印象最深刻? 為什麼?

1. 綠色, 紅色  
2. 因為我喜歡綠色, 而且綠色給人一種舒服的感覺, 當然這個主題也很符合現今的社會, 希望可以借此喚起大家的環保觀念。

4. 上周的情緒食譜與今天的情緒聯想, 你有些甚麼樣的感受與想法呢?

上周的是屬於用言語來表達一切, 今天則是已肢體來表達一切, 我認為我有時應該會懂得運用一些言語來表達, 不或是以肢體來告訴。

5. 你覺得上週念食譜時比較容易表現情緒(用語言), 還是今天用肢體創作聯想


比較容易表現情緒?

我認為是肢體創作聯想, 人都有喜怒哀樂這四種情緒, 每人對情緒的表現也是不盡相同, 像我個人偏向利用肢體來表達, 所以可能在語言方面比較困難, 但我認為只要我肯做, 其實兩種都可以, 可是還是喜歡肢體創作, 或許這個是看個人吧! 但平常我都是以肢體行動來表達的, 所以在這當中都可以自行決定。

6. 你覺得自己是一個甚麼樣的人? (請用情緒 OR 顏色形容)

我是一個紅色的人, 其實我的個性很開朗, 有時也是個藍色的人, 因為安靜, 但因為班上的關係, 不得已要表現出藍色個性, 又要在熟人的面前才敢表現紅色的一面, 但我希望因為如此而造成別人的誤會。





1. 請問今天你最喜歡哪個顏色的聯想(聯像)?  
黑色、夜空。本來想要流星可是沒有光芒。

2. 透過今天的課程，有讓你對顏色有不一樣的聯想嗎? (有，請寫出原因和理由)  
看到每個人都一樣，每個人的想法好像都差不多。

3. 你對哪一組的顏色聯想創作印象最深刻? 為什麼?  
我們這組。  
從前絕望，有星光，想伸手抓住希望。

4. 上周的情緒食譜與今天的情緒聯想，你有些甚麼樣的感受與想法呢?  
情緒食譜，有些題目我覺得困難。情緒需要親身接觸，所以才覺得那是什麼感覺。  
慶幸拍到的不是我平常要面對的。

5. 你覺得上週念食譜時比較容易表現情緒(用語言)，還是今天用肢體創作聯想比較容易表現情緒?  
肢體的，就是要想像的，比較困難。不能的創造出?  
但上週的食譜，因為我接觸過這些，人面前說，所以我才懂得如何去呈現我的想像。  
感覺...是容易的。其實都是自己的感受，增加接觸。

6. 你覺得自己是一個甚麼樣的人? (請用情緒 OR 顏色形容)  
人每個顏色、情緒都有。  
只是尚未激發出來。  
我什麼顏色、什麼情緒，都有。

1. 請問今天你最喜歡哪個顏色的聯想(聯像)?  
黑色、孤家的感覺。

2. 透過今天的課程，有讓你對顏色有不一樣的聯想嗎? (有，請寫出原因和理由)  
聽著音樂時讀書，覺沉到了很深很深的海底，怎麼都無法找到呼吸，但好像能呼吸，感覺清爽像是呼吸新鮮空氣，因為可以自由的呼吸那些。

3. 你對哪一組的顏色聯想創作印象最深刻? 為什麼?  
白、紅。因為白到紅時，旋律!!  
有人去輸，後還被打。

4. 上周的情緒食譜與今天的情緒聯想，你有些甚麼樣的感受與想法呢?  
不論是食譜或言語，使用不同的情緒，說出的感覺其實都一樣，但自己願意去表達!!

5. 你覺得上週念食譜時比較容易表現情緒(用語言)，還是今天用肢體創作聯想比較容易表現情緒?  
我覺得使用語言比較容易。  
肢體雖然不難，但必須做到許多細節，完成度!!

6. 你覺得自己是一個甚麼樣的人? (請用情緒 OR 顏色形容)  
我覺得我是個彩色的人!!  
總是在面對朋友時心情愉快，但面對家人時就會鬱悶。  
一個人時不開心，必紅色或黑色，或藍色。

1. 請問今天你最喜歡哪個顏色的聯想(聯像)?  
白色，白色讓我想到聖潔，讓我感到平靜，感到安心。

2. 透過今天的課程，有讓你對顏色有不一樣的聯想嗎? (有，請寫出原因和理由)  
有，以前覺得綠色的草地，但今天的綠色讓我感到噁心。  
所以突然想到「嘔吐物」...

3. 你對哪一組的顏色聯想創作印象最深刻? 為什麼?  
深藍色和紅色。  
簡單，一看就能想到代表顏色。

4. 上周的情緒食譜與今天的情緒聯想，你有些甚麼樣的感受與想法呢?  
情緒食譜讓我必須看著它就想到了畫面。  
所以腦中裡面的想像要很容易代入情緒的畫面。  
今天的情緒聯想讓我感覺，其實我的想法也是偏負面阿。  
兩次上課都很有趣!

5. 你覺得上週念食譜時比較容易表現情緒(用語言)，還是今天用肢體創作聯想比較容易表現情緒?  
我覺得肢體、語言都很容易表現出情緒。  
可能是因為我以前有學現代舞，所以肢體比語言容易。  
語言是我覺得世界上最美妙的事物之一，所以表達的感情，或是情緒，我似乎能了解、消化。

6. 你覺得自己是一個甚麼樣的人? (請用情緒 OR 顏色形容)  
黑色的，穩重，看不出想法。  
黑色，雖然看起來很悲傷，但星星也是因為有了黑夜的襯顯，顯得更閃亮，我是一個極度喜歡安靜的人。  
黑色，可以陪襯很多亮色，所以我的朋友們都很活潑。  
代著各樣的亮色，而我，就在他們身旁，輔助他們。

1. 請問今天你最喜歡哪個顏色的聯想(聯像)?  
淡藍色，想像望著天空的狀態，即使眼前又是一片藍色換燈片，也讓人感到平靜和自在。

2. 透過今天的課程，有讓你對顏色有不一樣的聯想嗎? (有，請寫出原因和理由)  
綠色。我對綠又會有森林、芬芳的聯想，卻在好多人口中了解到它也代表和平。

3. 你對哪一組的顏色聯想創作印象最深刻? 為什麼?  
藍綠。配合 2017 新總統時事，很有趣!

4. 上周的情緒食譜與今天的情緒聯想，你有些甚麼樣的感受與想法呢?  
上周用說食譜的方式表達情緒對我而言很棘手，因為我大部分都是用行動和表情去表現情緒，不過今天的創作我想讓好動的我有更大空間去思考表現，我很喜歡!

5. 你覺得上週念食譜時比較容易表現情緒(用語言)，還是今天用肢體創作聯想比較容易表現情緒?  
我覺得肢體表現較能讓人感受到情緒的變化，現在多半長時間用網路去聊天互動，在語言中表現情緒自然就有點扭扭，有些感想心情都放在心裡難表達，而行動正是好方式。

6. 你覺得自己是一個甚麼樣的人? (請用情緒 OR 顏色形容)  
灰色。介於黑又白的混雜區域，摸不透自己，我本身就是一個變化很大，捉摸不定的人，常常融不他人的世界，有很難過，有時希望能獨善其身的孤獨下去，我覺得自己很奇怪，但我也相信未來總能真正領悟到更多關於「我自己」。