

107 學年第 1 學期
國立政治大學教學發展中心
學生自主學習小組

成果報告書

教學發展中心期末成果發表會

時間：107 年 12 月 24 日（一）8:50-12:30

地點：電算中心一樓會議廳

目錄

場次 A

電算中心一樓會議廳

1071-01 聖誕之靈	2
1071-02 臺灣怎麼了？十年的下坡路	48
1071-03 UX 讀書會	70
1071-04 規範性與法治社會	94
1071-05 撐一枝長篙，渡生命這條河	118
1071-06 京味典藏-筆下的北京	156
1071-07 人格與群體相處的關係	190
1071-08 政大性別平等工作坊	216
1071-09 現在財資道	224
1071-10 食在有意思	236
1071-11 文本閱讀與教學行動研究小組.....	262
1071-12 再不唸書就老了	270
1071-13 魔法創意家	284

場次 B

電算中心一樓會議廳

1071-01 英語自學小組-天外飛來一筆零用金	306
1071-02 拖 1 福	314
1071-03 日語自學小組	330
1071-04 托你的福	342
1071-05 英語口說能力進步小組	368
1071-06 偉康の家	380
1071-07 進擊の日本語小組	394
1071-08 西西哈哈學西文	414

國立政治大學教學發展中心
107 學年第 1 學期讀書及學習行動小組成果報告書

小組編號	1	
小組名稱	聖誕之靈	
小組計畫主題 (請勾選)	<input type="checkbox"/> 學習力 <input type="checkbox"/> 創造力 <input type="checkbox"/> 行動力 <input checked="" type="checkbox"/> 經典閱讀	
小組召集人/系級	李姿妤/中國文學系三年級	
小組閱讀主題	聖誕主題之經典作品閱讀與內涵探討	
小組成員 系級/姓名	黃佳卉	中文三
	吳佩璇	中文三
	郭雯莉	中文二
	羅思敏	中文三
	劉易慈	中文三

一. 計畫動機與目的

組員們都因期望增進閱讀經典作品的經驗而聚合，見政大教育發展中心歷來所進行的讀書小組計劃又開始了，第一學期正逢十二月聖誕，於是有了在一起閱讀聖誕主題經典作品的想法。今天許多節日如女生節、朋友日、各個情人節等，皆有商業機構謀利為目的的推動，使各個節日多了市儈的氛圍。聖誕節雖為傳承已久的傳統節日，今時今日卻也有些「不純粹」了。

然每逢聖誕節的十二月，都不乏各種媒介如電影等提醒正忙碌的人們關於「聖誕魂」(Christmas Spirit)，或甚宗教故事的再度傳播與演繹。「聖誕」雖然是跨越民族，或在一些地區甚至是跨越宗教信仰的，看似統一許多人們一起慶祝的節日，可是在各個經典文學作品里卻也瀰漫著不同的社會文化和宗教性質的神秘色彩。故聖誕故事總有許多源源流傳的傳說，也有當時作者所處環境和時代所青睞的各式怪誕，綜合成我們現下所認知的「聖誕節」。我們制定這個主題，是欲探討以上因好奇而萌生的題目，也是為了在這個學期尋找自童年至現在，我們心中的「聖誕魂」。

二. 選讀典籍

書名	胡桃夾子
作者	(德)阿爾德烏斯·霍夫曼
出版社	明天出版社
出版日期	2011年2月1日
選讀原因	《胡桃夾子》聞名是因契夫羅茲斯基(Vsevolozhsky)、柴可夫斯基等人所編之芭蕾舞劇，再到二十一世紀的芭比經典系列的《胡桃夾子》也深受歡迎，至今2018年11月即將上映的《胡桃夾子與四個王國》期待值亦是頗高，然而我們對於其原著卻並不熟悉。與其他的文學作品一樣，《胡桃夾子》經歷幾種呈現體裁的改編，於是借這一次的讀書會及主題，將從各個面向探討其作與歷來改編的樣態及其中的意義。

書名	聖誕頌歌
作者	(英) 查爾斯·狄更斯
出版社	上海譯文出版社
出版日期	2009年12月
選讀原因	狄更斯的《聖誕頌歌》是十九世紀至今都令人印象深刻的作品，幾乎直到今天，歷時一百七十餘年，仍然家喻戶曉。我們對於《聖誕頌歌》這般經典的作品內容仍然處於「耳聞」、其他影視的認識或者谷歌搜索大綱的認識，而未有投入閱讀。故借此主題的設定，也希望從各方面探討這部作品對於讀者，乃至整個社會和傳承至今時的意義為何，並期待深入討論歷來改編作品的異同之處。

書名	聖誕節松樹
作者	(俄) 契可夫
出版社	(網絡電子書資源：雨軒書屋)
出版日期	2016年8月28日
選讀原因	契可夫乃俄羅斯的文學巨匠，更以其戲劇作品聞名。相對其他書單中的作者，他的作品應該更有戲劇創作的意識。故將其相關聖誕主題的作品列入讀書小組的書單，豐富小組對主題的討論。

三. 活動回顧

1. 進行方式

在第一次討論之時，我們會先就各自的知識和見解討論相關「聖誕」的理解和信息，進而討論各自對這個主題的期待以及疑問，總結成一個更為特定且專注的主題，討論選定的經典作品文本。例如不同國家區域的聖誕習俗、各個時代或環境背景不同的作家如何營造聖誕

氣息、不同時間或空間的人對聖誕的認識或意識形態等。

每一次的討論之前，組員都會閱讀指定或相關文本，後在聚集討論之時針對前一次所立定的主題及延伸問題針對討論。組員可在前一次討論會，先行提出自願作下一次主題的主持或指定文本的導讀。

2. 執行時程

次數	日期 (年/月/日)	開始時間 結束時間	地點	研討主題
1	2018/10/11	5:30pm 6:30pm	米塔義式餐廳	未來讀書小組研討主題擬定
2	2018/10/18	06:00pm 08:00pm	城市怪獸餐廳	聖誕節的起源與各地慶祝習俗
3	2018/10/25	6:00pm 8:00pm	總圖集思小間 B	查爾斯·狄更斯《聖誕頌歌》中人事物的設定方式與其意義
4	2018/11/01	06:00pm 08:00pm	總圖集思小間 A	查爾斯·狄更斯《聖誕頌歌》所反映的現實與狄更斯的寫作目的
5	2018/11/15	06:00pm 07:30pm	總圖集思小間 A	霍夫曼《核桃夾子》的閱讀與討論
6	2018/11/23	12:15am 01:30pm	蝴蝶漾餐廳	霍夫曼《核桃夾子》的故事價值討論
7	2018/11/26	06:00pm 07:30pm	蝴蝶漾餐廳	契可夫《聖誕節節前》和《聖誕節松樹》閱讀與討論
8	2018/11/29	06:15pm 08:30pm	多果餐廳 Demeter	公開讀書會內容計畫和成果發表內容討論
9	2018/12/06	04:30pm 07:00pm	綜院 270106	聖誕印象：現代影視作品中的「聖誕」

3. 活動剪影



四. 實際成效與綜合檢討

本計畫的讀書小組是以閱讀經典為主要目的而組成的，即是希望組員們可以互相監督、互相交流與指點。「經典」本就一直被普遍人認為是枯燥難懂的，不過。此次召集人為召集人第二次組織讀書小組，組織的目的仍與第一次相同——輕鬆地閱讀經典作品。從有趣的主題

選定一些經典書目，同組員們一起閱讀、討論每一次設定的問題。

透過輕鬆的方式，組員們得以累積更多的經典閱讀。並且從中發現「經典」被傳承的原因，它們不僅是當代的一種獨特或共鳴的聲音，在今天回顧仍有它們本身值得被流傳的價值。至少透過這一次閱讀聖誕主題的經典作品，組員們都得以從這些作品中看出在它們傳世的歷程中一些變與不變的事物。「不變」處有如「聖誕」節日的元素應用；「變」處則有如各個時代、地區和作家個人的藉以表達的內涵，有些作家借「聖誕」這個特殊的節日氛圍來凸顯時代和環境，如狄更斯。另外又有如霍夫曼以「聖誕」的宗教神秘性質發展一個怪奇的故事，還有契可夫只借「聖誕」這一節日來體現當時當地一些媚俗又貧瘠的社會現象。

在這一部分的討論，讀書小組的組員們都認真地閱讀，並且大部分所選讀信息量與討論價值較為高的著作，也會分別進行兩個討論會作針對性的延伸討論。這也使得讀書小組沒有將原本計畫的書目閱讀及討論完畢，算是組員們的意涵。然雖不如預期的得以完整接觸期初所擬定的書單，組員們卻仍然覺得受益匪淺，並且對於所討論的書籍和讀書小組的主題持有更深入的省思。

書籍以外，組員們認為「聖誕」主題在文學作品得以持續延伸，在多媒體主流的現代來說，其實影視作品是相對更受大眾廣泛接觸的事物。所以對於聖誕主題的相關電影和影集，我們也在最後一次的公開讀書會與其他參與讀書會的朋友與同學們，針對這一話題進行了討論和交流。從聖誕節主題的著作，到現當代的聖誕電影和影集，我們得以探討：「聖誕」這一節日對於現代的人們來說有何意義，它作為每年聖誕節電視台、兒童電視台和院線電影的影視作品中被設定和強調，想要傳達什麼信息，又或者想要如何提醒、喚醒觀眾對「聖誕」的某些態度？另又有些作品，只是創作者凸顯改編創作的的能力，如今年上映的《核桃夾子與四個王國》等。「聖誕」主題一再地被後來的大眾再一次接受和改變，可以說是反映了一些社會價值思維的演變。這於是成了我們得以深入探討的一個維度。而這一問題的探討，可以從讀書小組所閱讀的經典作品作為一個很好的切入點。

讀書小組藉由這次讀書計畫的進行，大家都習得從一個大主題深入地對所閱讀作品的內容作系統的分析 and 探討。經典作品閱讀和討論的切入方式許多，主題性的討論使大家更容易聚焦在重點上，在各個作品中尋找共通性和相異之處，這一歸納分析法其實也可以讓大家更廣泛地接觸相似的作品，作更多的經典著作閱讀的累積。

另以下附上討論會的報告記錄：

討論次數	一
日期	2018年10月11日
時間	5:00pm-6:30pm
地點	米塔義式餐廳
參與組員	李姿妤、吳佩璇、羅思敏、劉易慈、黃佳卉
討論主題	未來讀書小組研討主題擬定
主持人	李姿妤
記錄人	李姿妤
活動照片	

報告內容：

一、討論動機

此次讀書會，是幾位組員為了督促自己以及朋友的經典閱讀能力及經驗累積而參與。在遞出讀書小組申請表前後，我們便已經找了與聖誕相關的經典作品。基本上有英國的狄更斯、德國的霍夫曼、美國的鮑姆和奧爾科特、俄羅斯的契可夫以及果戈理，都曾經撰寫聖誕相關的作品。

幾位組員都是對「聖誕」主題相關的作品閱讀感興趣的，大家對其中的好奇、疑問和期待得到的收穫卻會有所不同。於是這一次的討論，主要是組員們對自己感興趣的相關主題與組內成員交流，並制定未來的每一次讀書討論會的研討主題。

與此同時，我們也討論了未來的閱讀以及討論方式。

二、未來的閱讀及討論計劃

組員各自對指定的經典作品都有基於動畫和其他電影的認識，對原著本身卻都沒有接觸的經驗。在下一次的討論會，我們將各自搜集資料，先從認識聖誕節的起源以及各個地方的聖誕節慶祝習俗作資料集合及討論。接下來三次的讀書討論，我們將依序討論：（一）狄更斯《聖誕頌歌》及其改編作品的探討；（二）霍夫曼《核桃夾子》及其改編作品的探討；（三）俄羅斯作家筆下的聖誕。

基於狄更斯與霍夫曼的兩部作品都廣泛被改編，其中可作為原著作品與歷來各個改編作品的原型，兩者之間的敘事、人物、其他人事物的設定等等的延續和變化。在這些延續和變化之間都有時代、環境等因素的意義。

在閱讀和討論經典作品之餘，我們計劃針對現當代的小說、網絡小說、電影、動畫等等大家較常接觸的作品，探討現代人對聖誕節的節日意義，對聖誕的認識是如何。除此之外，也期望可以討論現代人如何在文學與影視作品之中，借「聖誕節」作為創意發揮的主題。於是我們希望可以借閱讀現當代人的作品，或者觀賞相關的影視作品，作為與經典作品中的「聖誕節」主題的比較，商榷兩者的價值。

三、閱讀方式

大略地制定了討論主題之後，我們便討論了閱讀文本和發起討論的方式。

我們計劃在每一次的討論會之前，各自現行閱讀指定作品。之後在閱讀的過程之中，設想並記錄個人對於文本閱讀的重點和疑問，或者其他覺得值得討論的問題。規定一人必須準備兩至三個問題。在下一次的討論會時候，將我們各自劃的重點和疑問，結合個人心得提出，供小組參與討論。

四、其他內容

這一次的討論主要聚焦在交流我們對於讀書小組主題各自的期待，以及未來擬定閱讀和討論的方向，我們卻討論起了聖誕節的起源和各地一些獨特的慶祝習俗。比如說今天思敏便提到了在墨西哥（或南美洲）一帶，似乎是沒有「聖誕老人」的，可是卻有一個相關特別形象的「魔術師」，而且相傳是一位黑皮膚的魔術師。

另外佩璇也分享到了在美國交換時候，自己所觀察到的美國人的聖誕節慶，另外也提到日本人重視聖誕夜（聖誕前夕）。

各個文化背景的人可能都會參與聖誕節，然而大家對於聖誕節的意義、慶祝聖誕節的方式和習俗，卻會有所不同。這也是我們在下

一次的討論會想要詳細討論的內容，對聖誕節有更全面的理解，再閱讀相關的經典文本，相信能收穫對聖誕節更深入的認識，從文本中一起討論出更多的內容。

討論次數	二
日期	2018年10月18日
時間	6:00pm-8:00pm
地點	城市怪獸餐廳
參與組員	李姿妤、羅思敏、黃佳卉、吳佩璇、郭雯莉
討論主題	聖誕節的起源與各地慶祝習俗
主持人	李姿妤
記錄人	李姿妤
活動照片	

報告內容：

一、討論主旨

為之後的聖誕主題之經典作品的閱讀理解與體驗，我們在這一次的討論聚會，主要分別搜尋了資料與閱讀聖經相關記載，討論了聖誕節日的源起、各地慶祝聖誕節的習俗、聖誕節的意義，以及聖誕節為現代人帶來的人文價值。

這些主題的討論是概論式的分享，然組員們在討論的過程中也發現了一些有趣的傳說事件和現象。

二、聖誕節的源起

聖誕節是年終喜慶的，其本質是天主教、基督教等的宗教節日，然現代基本上非教徒也共襄盛舉，同享聖誕節歡樂的氛圍。組員們皆是非教徒，僅知道聖誕節是耶穌的生日，卻不知其典故。聖誕節期間，也許有許多非教徒會帶著期待的心情在家裡佈置聖誕樹、為家人朋友準備交換的禮物、一起烤蛋糕準備點心等等，就像一般的西方國家和教徒所準備的一樣，在無機緣接觸天主教或基督教知識的情況之下，相信現代許多非教徒可能也不一定瞭解這個故事。

在這裡簡今天在討論上，組員們搜索資料和閱讀聖經的記載後所討論的聖誕節之起源。

聖誕節雖是為了慶祝耶穌的生日，可是耶穌具體的生日日期實已無可考。所以自慶祝耶穌生日的節日開始，不同的地區或不同的教會會有採取不同日期慶祝的說法。如羅馬有些教會是在1月6日慶祝聖誕，而其他地區基本上會在12月最後一個星期慶祝。後來普遍統一於12月25日為聖誕節。

耶穌的誕生必談到聖母瑪利和其丈夫約瑟夫：耶穌的母親瑪利亞與約瑟夫訂了婚，然在瑪利嫁給約瑟夫之前，她透過聖靈（或天使，原文為“Holy Spirit”）知道自己懷孕了。約瑟夫是一個正直守法之民，所以他並不想讓這件事曝光，他像悄悄地和瑪利亞解除婚約。在他萌生了這樣的念頭後，他夢見了一個聖靈來到了他的夢中對他說：“大衛的兒子—約瑟夫，不要害怕將瑪利娶回你的家中，因為她所懷的是一個來自聖靈的孩子。她將生下一個兒子，而你要給他取名為耶穌，因為他會幫他的人們從罪惡中解救出來。”這些都應驗了一位先知所說的：“一位處女將會懷孕，且會生下一名兒子，而且大家會叫他伊曼約。（意為：上帝與我們同在）”約瑟夫起來了，照那位天使的吩咐將瑪利帶回家中。可是他一直等到瑪利生下了耶穌之後，才完成與瑪利的婚禮。（據 Zondervan Publishers NIV “Holy Bible” — Matthew 1:18, “Joseph Accepts Jesus as His Son”，頁 641 所譯）¹

¹ 原文：This is how the birth of Jesus the Messiah came about. His mother Mary was pledged to be married to Joseph, but before they came together, she was found to be pregnant through the Holy Spirit. Because Joseph was faithful to the law, and yet did not want to expose her to public disgrace, he had in mind to divorce her quietly. But after he had considered this, an angel of the Lord appeared to him in a dream and said, “Joseph son of David, do not be afraid to take Mary home as your wife, because what is conceived in her is from the Holy Spirit. She will give birth to a son, and you are to give him the name Jesus, because he will save his people from their sins.”

瑪利是在伯利恆的一個馬棚中生下耶穌的。之後來自東方的賢者（原文：Magi）到耶路撒冷看望耶穌，並問道：“那位猶太人的王在哪裡？我們看見了他的星星升起了，我們前來禮拜。”他們看見了星星的出現，還非常的高興。賢者還帶來了三樣珍貴的禮物—黃金、乳香和沒藥送給耶穌。（擷取並翻譯自：同上，“The Magi Visit the Messiah”，頁641-642。）²

天主教與基督教所慶祝的聖誕節，便是耶穌的誕辰。可是現代人對於聖誕節的印象，主要人物還是聖誕老人。這一方面的資料組員們所搜索的比較少。我們僅提到兩個說法：（一）佩璇分享的是一個地方有個有錢人救濟當地的窮人，他會往他們的襪子裡放一包金子。所以後來便有了聖誕節掛襪子的習俗。這也可能是聖誕老人送禮的說法之一；（二）我（姿妤）聖誕老人是聖尼古拉（Saint Nicholas），據說是一位歐洲的神父的原型。

另外還有一些地方的聖誕節，據說送禮物的不一定是聖誕老人，如芬蘭有送禮物給孩子們的聖誕羊、俄羅斯有「弗羅斯特爺爺」（英文：Grandfather Frost，或 Old Man Frost）卡特蘭地區（Catalan）還有「會大便的木頭」（pooping log）的送禮人或物的形象。

三、各地慶祝聖誕的習俗及其意義

組員們主要分享一些自己近日來所找到、曾經耳聞或曾經經歷的，一些與我們普遍印象的聖誕慶祝方式比較不同的聖誕慶祝習俗。我們發現許多我們認為比較獨特出奇的，幾乎都來自德國。這一部分集中本節最後一段再論述。

聖誕節是一年一度的大事，在許多西方國家，如英國與歐洲地區，每家每戶幾乎在十一月便會開始準備聖誕的慶祝，比如說準備聖誕的裝飾、準備送給親友們的禮物、準備聖誕節大餐等等。小孩們會興奮地開始倒數聖誕節的來臨。他們每年都會買一個聖誕節倒數的日曆，通常是一個房子的模型，上面有許多的窗戶。倒數聖誕節的期間，

All this took place to fulfill what the Lord had said through the prophet: “The virgin will conceive and give birth to a son, and they will call him Immanuel” (which means “God with us”).

When Joseph woke up, he did what the angel of the Lord had commanded him and took Mary home as his wife. But he did not consummate their marriage until she gave birth to a son. And he gave him the name Jesus. (from New Testament, “Joseph Accepts Jesus as his Son”, Matthew 1:18 “Holy Bible”, page 641.)

² 原文：After Jesus was born in Bethlehem in Judea, during the time of King Herod, Magi from the east came to Jerusalem and asked, “Where is the one who has been born king of the Jews? We saw his star when it rose and have come to worship him.”..... On coming to the house, they saw the child with his mother Mary, and they bowed down and worshiped him. Then they opened their treasures and presented him with gifts of gold, frankincense and myrrh. (from New Testament, “The Magi Visits the Messiah”, from “Holy Bible”, page 641-642).

他們會按照日期打開一個日期的窗戶，然後數著還有多少天就要到聖誕節了。每一個窗戶裡都會有一個糖果或巧克力，所以在倒數可以拿到禮物的日子的同時，他們也可以在這些天裡讓他們興奮的心情得到小小的安撫。

在討論任何節慶習俗之時，我們必不能忽略進行這些習俗的人為什麼會想有如此行動，背後意涵著何種思維。聖誕節這一節慶，現代對於許多人來說，是與親朋好友難得的團聚和歡慶。即使是教徒虔誠地紀念並感恩耶穌的降生，也會重視與家人及朋友一起在家裡準備聖誕，以及一起到教堂祈禱禮拜等等的活動。對於大部分人來講，這一天是大家聚合在一起，表示對彼此情誼的珍重，並一起期待新一年生活的節日。可以說聖誕節這一節日，除了是宗教的節日以外，富含了更濃厚的人與人之間關聯的集體情感意義。比如說，芬蘭便有在聖誕前夕（或聖誕當夜）到已故的家人或朋友墓前點蠟燭的習俗，若已故親友的墓地較遠不方便，他們便在自己的家門前或家裡頭點上一顆蠟燭，表示對他們的懷念。一般日子大家忙於工作、課業和生活上的種種，且不說對於已經離開的人，對於同一屋簷下的親人我們也不一定會時常有密切的交際。人往往追求集體感，在眾人的普遍價值之中確立自我可以在群體中實現的價值，於是人是一種重視人與人之間關係和感情的生命體。在這一個特別的日子裡，可以表示對親友的悼念，同時也是追憶自己與他人關係聯繫，追憶生命美好記憶的時刻。

某方面來說，如今慶祝聖誕節並不是教徒的「專利」了，即使是非教徒也可以為家裡裝飾、準備禮物和吃大餐，一些形式上與教徒同樣慶祝的方式。可是對於教徒來說，聖誕節無疑是非常重大莊重的節日。這是他們虔誠紀念耶穌誕生的日子，所以在形式上，教徒們會認真地準備迎接這個重要日子的到來。我們便討論到了一個有趣的現象：印度普遍信仰興都教，還有些信仰佛教、天主教和基督教的人民。所以雖然相對興都教較少的天主教和基督教徒，對於聖誕節他們仍是非常重視。所以聖誕樹對於他們來講，也算是必不可少的一個準備環節。因為沒有適合的樹當聖誕樹來裝飾，也可能並不想買假樹（或其他原因），教徒會以當地普遍可以找到的香蕉樹或芒果樹為聖誕樹作色彩斑斕的裝飾。由於習慣了松柏類樹的聖誕樹形象，聽到了這樣的事不免覺得有點滑稽，可是卻不得不欣賞他們對於自身宗教信仰的堅持，他們在一個異於世界普遍印象中西方國家傳統的環境和物資條件之下，享受如此準備聖誕的積極正面的心情。這也證明了，不論任何的節日，其實並不是形式上絕對的符合所謂正規或正統，而在於每個人在過程中所真誠要實現的意義。

再者我們還討論到了聖誕老人的影子——「坎布斯」（英文：Krampus）。這個聖誕節的恐怖精靈的形象，在早幾年前的聖誕節恐

怖同名電影得到了強化。早前的坎布斯，其實是部分歐洲地區的傳說：在聖誕老人獎賞乖巧的孩子的時候，會有聖誕老人的影子夥伴坎布斯帶著一個鞭子要處罰頑皮的壞小孩。西方國家的家長會借聖誕老人的傳說對孩子進行行為表現的一個鼓勵，即是說如果一年表現得很好，聖誕老人就會給禮物。但是仍是會有一些很頑皮的孩子可能並不相信，或者並不在乎這個傳說。所以會有一個事實懲罰的人物形象，用以教訓這些孩子。大部分地方會用聖誕老人不給禮物，會在孩子的襪子裡放煤炭的說法來告誡孩子要好好表現，然有些地區則會有一個恐怖形象的坎布斯，傳說是一個巨星且醜陋的麋鹿。據組員的資料查找，有說法是起源於德國。（這是不太肯定的說法）現在如奧地利和德國部分地區，是有坎布斯的傳說還被傳承的。另外值得一提的是，在德國慕尼黑(Munich)還有坎布斯的裝扮遊行。來自不同地區的人，會依照自己家鄉或村子的坎布斯形象裝扮，在慕尼黑的大街上遊行。

四、聖誕節的人文和商業價值

重整以上提到組員們討論的關於慶祝聖誕節的意義，總的來說除了對於教徒的紀念並感恩耶穌之外，對於大部分的人來講，聖誕節就是滿足、幸福、對來年的期望的與親友團聚的節日。

正是因為聖誕節對於教徒和非教徒來說算是普遍而重要的節日，幾乎家家戶戶準備裝飾、禮物和聚餐派對等等，使大家對聖誕節所需商品的需求量相對日常和其他節日的需求大大的增加。對於商家來說，這是一個很好的盈利來源。於是許多商家會推出各式各樣的優惠促銷，對於商店的佈置等等，更是下足心思和本錢。甚至在一些西方國家的購物中心，會早在九月、十月左右，就開始播放聖誕歌曲，開始作聖誕的擺設和裝飾以提醒大家：聖誕節要到了，可以開始準備買東西了。

思敏也提到，之前上的一堂課老師曾說，福爾摩斯的小說系列在聖誕節期間會有特別地推出。福爾摩斯為受歡迎的通俗小說，對於當時的人們來說是娛樂資源之一。在聖誕節期間作特別的連載，可謂是報社增加盈利的策略之一。甚至電影也有熱門的「聖誕檔」，不少電影爭相在聖誕節期間放映，以慶祝聖誕節給大眾帶來娛樂之名，企圖增進票房成績。

五、總結

佩璇說小時後在她生活的社區，左鄰右舍一些長輩會扮成聖誕老人團隊，一家一戶地去唱福音給糖果。思敏也說到，家人一起準備聖誕樹，也會給對方準備禮物交換。其他的組員也不外乎過一個與家人一起吃大餐、看電影、逛街和送禮物的習慣。

如今的聖誕節蘊含人情味和一種溫暖的氛圍，大概個人除了生日以外，在年終時候對一年即將結束和對來年希望的感觸時段。在這個時候，大家都會想起許久不見的朋友，希望聚一聚，會與許久沒有談心事或認真交流的親人一起為其忙碌。對於聖誕節，我們一般期望和自己關愛的人一起渡過，不一定要做點心、烤火雞、佈置聖誕樹、準備禮物，只是在輕快的“Jingle Bell”的旋律下，想和他們一起吃個晚餐，到電影院看一部電影，或者在家看一部大家都喜歡的喜劇片。

對於現代人來說，聖誕節不全然只剩下純商業促進的目的。也許對很多人來說，這個節日過得有點程式化，讓人不明所以，可是大家都仍然會想在這個節日與家人好友做點什麼事，想和他們聊聊天，其實正是他的意義所在了。

討論次數	三
日期	2018年10月25日
時間	6:00pm-8:00pm
地點	總圖集思小間 B
參與組員	李姿妤、羅思敏、黃佳卉、吳佩璇、劉易慈
討論主題	查爾斯·狄更斯《聖誕頌歌》中人事物的設定方式與其意義
主持人	李姿妤
記錄人	李姿妤
活動照片	

報告內容：

一、討論方法與目的

第一次的小組討論中，組員們便決定了採取各自先閱讀作品，並各自在閱讀的過程設置相關主題、作者或者經典作品文本的問題，在下一次的讀書討論時候提出，然後與小組組員一起針對各個問題討論。

這一次是小組的第三次讀書討論會，主要是閱讀查爾斯·狄更斯（Charles Dickens）的聖誕主題著作—《聖誕頌歌》（A Christmas Carol）。針對這一經典之作，我們各自在這之前的閱讀便記下了各自的問題，如下：

（一）李姿妤

- 一. 為什麼這一故事要設定在聖誕節？
- 二. 男主角斯克羅吉所經歷的過去的聖誕節（童年與青年時候）的意義在哪裡？

（二）郭雯莉

- 一. 狄更斯在寫這部小說的時候，有沒有暗含想表達的意義？比如對受苦群體的體會等。

（三）吳佩璇

- 一. 為什麼只有斯克羅吉可以看見三個精靈，然後擁有改過自新的機會？

（四）黃佳卉

- 一. 小說有表達聖誕節應該很美好的意義，可是在那些歡樂之下，其他的人們卻一直在謾罵男主角，雖然最後有說要祝福他，但是卻顯得非常諷刺。這樣的表現意味著什麼？

（五）劉易慈

- 一. 那些帶著枷鎖的靈魂平常都會在斯克羅吉家附近飄盪，可是為什麼偏偏在聖誕節的時候才意外被看見？

（六）羅思敏

一. 小說是為了彰顯「行善」、「做好事」等等的勸世寓意，這些被設定在聖誕節的框架中，作者是不是也在暗諷，人們只有在特別節日的時候想做好事？

針對以上組員們所提的問題，我們在討論中都有作出相應的想法表達。以下段落將會記錄所討論的內容。然因各個組員的提問有不同向度的探討，也有些具有相似之處，於是報告會以以上的問題歸納出幾個小節作敘述。

二、《聖誕頌歌》的設定

本段將會記錄組員所討論的故事中，狄更斯所設定的人物與關鍵事件發生的設定方式和內涵意義。

《聖誕頌歌》的主角是一個被大家認為吝嗇、固執、自私、脾氣不好且愛財如命的老頭子——斯克羅吉。在故事的主要時間軸上，斯克羅吉在聖誕夜前夕遇見了死去了七年的生意合夥人瑪利，以及過去、當下和未來的三個聖誕精靈。在過去聖誕精靈的出現並帶斯克羅吉回到他以前經歷的聖誕節之時，便可以知道斯克羅吉童年的聖誕節是孤獨的、淒涼的，甚至也從他妹妹向他傳達父親同意他回家的消息一事，也可發現斯克羅吉的家庭和身世並不完整。這些都可能是他不喜歡聖誕節的原因。

可是斯克羅吉打工時期的聖誕節（應是青年時期），他開心地與雇主和同事一起慶祝佳節。按照時間順序來看，斯克羅吉並不一定是因為童年的備受冷落才排斥慶祝聖誕節。組員們一致覺得跳躍的地方是斯克羅吉在受到了雇主的關切之後，更上了些年紀的時候，他表現了對金錢有不良的著迷，他情人對他說：「你已經變了。在很久以前當我們都還很窮但又窮得快樂的時候我們就許諾過要結婚。我一直沒改變想法，但你現在又了不同的希望和理想。我愛的是過去的你，但我知道你不再想娶我了，所以我來是想告訴你你自由了。祝你在你自己選擇的道路上幸福生活！」然後離開了斯克羅吉。組員們認為這是斯克羅吉自此不再過聖誕節的原因。

在這一方面，我們覺得狄更斯在設計這個故事的時候，對斯克羅吉的轉變缺少了原因的闡述，而只是歸咎於斯克羅吉本身突然變得愛財，而且與情人的理想分道揚鑣。這方面也啟發了第一部分組員的提問：「斯克羅吉所經歷的過去的聖誕節的意義在哪裡？」這在故事文本所表達的來看，可以發想的答案是開放式的。斯克羅吉曾經經歷的美好的聖誕節回憶——如雇主和同事們一起的聖誕節歡慶，以及不美好的聖誕節回憶——如童年的孤獨和情人的離去。他為何會選擇成

為一個吝嗇、自私的人，而不是選擇成為一個與前雇主一樣大方慷慨的人？他突然對聖誕節不理不睬的漠視態度從何而來？

總結來說，組員們所討論的斯克羅吉不再過聖誕節的原因大致有二。一來是因斯克羅吉自小在聖誕節便是沒有家人朋友祝福和陪伴的，原本對聖誕節的記憶就不是非常的溫馨。在情人離開以後，斯克羅吉徹底失去了渡過聖誕節的原因。二來，在其情人分手前的話語裡可以發現，斯克羅吉越來越愛財，在賺到了錢以後變得越來越吝嗇且對錢斤斤計較。對於聖誕節的種種花費，他覺得一切的花費都不值得。回到主時間軸中的斯克羅吉來看，他也並不全然排斥聖誕節，他只是覺得聖誕節是一個沒有必要特別慶祝的節日罷了。在這同樣只有二十四小時的日子裡，並沒有什麼值得大家停下手邊的工作、花一大筆錢去佈置、吃大餐等等的價值。只是這樣的態度，加上他平時我行我素、冷漠又暴躁的印象，在一群準備歡樂慶祝聖誕節的人的眼裡，顯得更加突兀、惹人不悅。

思敏認為狄更斯寫這一篇小說更重視的是它所帶來的寓意，所以對於故事主角的經歷並不作更詳細的描述，也不做更細緻的鋪陳和解釋。狄更斯表達這個寓意的方式，只在於將一個人物形象塑造成一個典型讓讀者借鑒，從主角的典型性格而經歷的教訓得到啟發。所以在斯克羅吉過去的聖誕節回憶中所發現的跳躍式進展，其實並不一定是非常重要的。佳卉也認為，這純粹是一個說教式的故事。

三、小結：為何故事要設定在聖誕節

這一問題是針對狄更斯的這一部小說的時間設定發現的一個重要的疑問。

為何將這個故事設定在聖誕節，而不是其他的節日，是因聖誕節對於西方人來說如同華人慶祝春節一樣。雖聖誕節在一年之終而春節在一年之首，兩者對於西方人和華人來說的意義卻是類似的，即是告別前一年，且對未來一年萬象更新的期待。在這樣的節日（聖誕節或春節），我們可以得到祝福，對於曾經不悅的經歷可以選擇釋懷。所以不論一年的大部分時間我們過得如何不理想，至少在聖誕節、在春節，我們在接受祝福的時候也要給予祝福，在接受原諒的時候也要對過去曾經對我們不善的人給予原諒。於是故事發生在聖誕節，對狄更斯所要表達的教育意義來說是非常有張力的。首先是斯克羅吉與周遭歡慶的人的強烈對比。這個對比不僅僅是行為態度上，斯克羅吉是一個吝嗇且不屑聖誕節的頑固之輩，更是內心層面，斯克羅吉的拜金主義、對低下階級的冷漠和孤僻自我的性格所造成的孤獨。甚至在未來聖誕精靈帶斯克羅吉看見他即將在聖誕節死去的發生，大家都去搶斯克羅吉的傢俱和用品，並且左鄰右舍和欠債人都對他的死感到慶

幸。斯克羅吉的死去看起來就像大家的聖誕願望實現了一樣，諷刺意味特別濃厚。

斯克羅吉當然醒悟了，自回憶他曾經經歷的雇主的善待的記憶和情人離開給他的教訓，直到未來聖誕精靈讓他看見的可怕的未來，他決定了在這個特別的日子開始改變自己為人處事的態度。他給員工買最大的火雞、給孩子跑腿費，也做了很多善舉。最後斯克羅吉所感受：「床柱子是他自己的，床是他自己的，房間是他自己的，最好最幸福的，能夠改變他未來的生活也是他自己。」

在這一次的討論之中，我們也思索出了對於教徒和非教徒來說都應該致用的意義：不論過去如何，現在的環境和處境如何，聖誕節作為一年之終，我們縱使不能全然地接受世俗中賦予它的價值和意義，卻應該給自己一個機會——嘗試放下過去好壞的記憶、珍惜所曾接受的善意和原諒被施予的一切不善。

討論次數	四
日期	2018年11月1日
時間	6:00pm-8:00pm
地點	總圖集思小間 A
參與組員	李姿妤、黃佳卉、劉易慈、吳佩璇、羅思敏、郭雯莉
討論主題	查爾斯·狄更斯《聖誕頌歌》所反映的現實與狄更斯的寫作目的
主持人	李姿妤
記錄人	李姿妤

討論次數	四
活動照片	

報告內容：

一、前提

在第三次的討論會，小組針對《聖誕頌歌》(A Christmas Carol) 小說故事中，狄更斯所設計的人物和敘述內容作了該故事形式和意義上的探討。例如：人物形象性格的設定、人物所經歷的事件對其影響表現、故事設置於聖誕節的原因及其效果，也為聖誕節的節日意義作一個總結。

然而這一個故事，各個組員仍有另一面的看法。比如主角斯克羅吉的性格和想法形成的原因，對主角被簡單描述的性格和形象：吝嗇、自私、暴躁等等，這些被故事裡或故事外認為是惡劣的印象，我們有另一個想法。

雖然《聖誕頌歌》明顯是一篇寓意和教育意義極重的故事，其中仍有值得我們關注的時代背景，以及一個人為人處世和道德對錯的議題值得我們反思。在一味地轉述該故事中勸導人們不該和斯克羅吉一樣自私自利，若然則不得善終的教義之外，也可以反觀是什麼造成他如此，而他的行為其實真的「錯」了嗎？還是所謂的「錯」，僅僅是一種相對不合群的表現而已？

另外，在上一次的討論之中，組員在交流之時有提到狄更斯故事設計的不足之處：男主角斯克羅吉人生經歷和價值觀跳躍式的改變，還有佩璇所提到的「只有男主角有自我反省和改過的機會」等等，這一次的討論我們也在進一步地回顧文本和交流中找到了合理的解釋。

二、小說裡中產階級和貧窮階級的生活樣態

狄更斯所處的時代為十九世紀的英國維多利亞時代，這一段時代的社會、經濟和文化從一個極端走向了另一個極端，如原本粗魯不雅的人們變成了有禮貌規規矩矩的紳士，道德觀念和現實的社會風氣的轉變使英國各方面呈現了多元複雜的矛盾現象。可是這些也使維多利亞時代的藝術和文學等精神糧食，得到多樣化且精彩的元素，如1865年的路易斯·卡羅所著的《愛麗絲夢遊仙境》中許多維多利亞時代奇妙的樣態，如精緻的時鐘、撲克牌、茶具糕點、煙霧態可以肢解的柴郡貓等，經作者對維多利亞時代物品的觀察和工藝的愛好，在作品裡重組創造出一個奇幻的世界。又如裡頭瘋狂的紅皇后、帽客和白兔先生此類性格極端的角色，反映的似乎就是維多利亞時代那些規規矩矩的行為下一種偏激壓抑的內在心理，表現了人物裡外和各方面的矛盾。所以可說，狄更斯所身處的維多利亞時代，使一個標誌性的、多元化且複雜的時代。

這些在《聖誕頌歌》裡一些主要的元素還是可以發現的，例如有瑪利面容的門環、三個聖誕精靈，以及戴著鎖鏈四處漂流的孤魂，都屬於奇幻的材料。然狄更斯的作品普遍為現實社會和生活寫實。在這些奇幻的包裝下，更令人不自覺注意的是他對社會所觀察的現象細緻的描寫。故在《聖誕頌歌》中，可以看出男主角斯克羅吉作為當時興起的中產階級和其員工和左鄰右舍作為貧窮階級的生活樣貌。

斯克羅吉和他曾經的生意夥伴瑪利，二人在故事裡是以吝嗇和自私為扁平形象。在故事情節中，有人到斯克羅吉當前問他有沒有資助窮人為他們籌募物資的意願，斯克羅吉吝嗇又暴躁的人物設定使他理所當然地拒絕了。他認為社會已有扶貧院和孤兒院等等機構，這些有需要的人可以去這些地方獲得幫助。而自己的所得和財產都是自己一手爭取的，他並不想將自己的所有物奉獻給他人。斯克羅吉的這一

表現和原因，將會在下一段詳細再敘。這事與當時的人文風氣和道德思想觀念有著莫大的關係。維多利亞時代，當時興起的中產階級的價值觀也產生了變化。

除此之外，對於貧窮階級的生活樣態也有所描寫。如斯克羅吉童年和青年時候的聖誕節，淒冷的被孤立的小孩、熱情的雇主和員工一起吃聖誕晚餐，又如斯克羅吉的員工回家溫馨地與家人一起準備火雞、為所關心的人祈禱，這些畫面狄更斯都作了全面卻不贅述的描寫，猶如一副寫實的動態畫面。

三、對斯克羅吉性格及行為的反思

上一段說明斯克羅吉是一名中產階級的代表。故事文本裡並沒有直接說明，然而他的價值觀、處事態度和待人的想法，都透露出相應的線索。

從侄子給予他聖誕祝福，到看著大家為聖誕節張燈結彩地準備著，他都在想著聖誕節是一個不值得花錢的節日。在歡樂的人群之中，他孤僻且異於他人的冷漠的行為舉止，襯得他偏執、自私且不樂於助人的一面。這些印象都被周遭人們的言語和目光凸顯出來。

經過組員們的討論，將小說中和歷來讀故事的人的評論別開，單看斯克羅吉在故事裡的一言一行一舉一動，其實並沒有什麼不合理的地方。只是在人群中，他顯得比較自我主義而已。他雖然拜金，也非常吝嗇，不願為他認為「不值得」的事情做出多餘的付出。然這並不是毛病。如果可以走路，我們不必花費十五元搭公車；如果可以搭公車，我們不必花七十元以上的車資搭計程車。不能因為一個人選擇搭公車，而不讓計程車司機賺錢就將他批評為不關照計程車司機生意的刻薄之人。同樣的，上一段所提到，斯克羅吉拒絕了給貧窮階級集資，其實並不是因為他冷血、吝嗇，反之對於其他社會機構如扶貧院、工會聯盟等機構，都有定期繳錢作社會貢獻。他認為，既然他對這些地方已經作出了貢獻，那麼這些貢獻應該已經惠及對方所說的需要幫助的貧窮階級了，他何必再作出多餘的捐款？這也並非無道理的。雖然故事仍然是旨在讓人不要吝嗇給予他人幫助，然斯克羅吉在這裡所持有的價值觀，其實也並非不道德的。

另外，雖然他總是對員工聖誕節休假的事碎碎念，但是他並沒有剝削員工的假期。只是叮囑他至少另一天要早點到，甚至也沒有提出扣薪水一事。在員工的妻子抱怨，讀者得知的是斯克羅吉一直沒有給員工漲薪水，凸顯的是斯克羅吉苛薄的一面。然在他不扣薪水這一角度來看，其實可知斯克羅吉並非抱著「任何可以為自己謀取和累積財富」的大小機會都伸手奪取的貪婪。只是身置中產階級的他，在意

的只是一個人的付出值得多少收穫，而且這些收穫不應該「多出一豪」斤斤計較而已。可說他只是一個理性的角色。

四、寓意的設計

如思敏和佳卉所說，狄更斯說這一故事的目的只是為了警戒現實社會裡像斯克羅吉一樣，自私自利、斤斤計較的人。所以人物的塑造只需要典型化地交代便可，而不是將他當成《基督山伯爵》中的艾德蒙·唐泰斯或《哈姆雷特》中的哈姆雷特一般去分析和解讀。可是狄更斯作為一個作者，在如此寓意故事裡仍然有巧思之處。佩璇上一次討論提問：「為什麼其他時間看不到帶著枷鎖的鬼魂，在聖誕節卻看見了？為什麼只有男主角擁有改過自新的機會？」當時大家的想法僅僅是：因為斯克羅吉有主角光環。這樣的設定，被我們認為是作者「只是為了說教而沒有補足的漏洞」。

不過在大致要結束討論，我們再回來為這一問題薄弱的反應作補充的時候，發現了之前我們所單純認為的「主角光環」並不是全部。佩璇進一步提出，斯克羅吉在當下的聖誕節前夕看到的那些鬼魂，他們是不是沒有改過的機會？為什麼偏偏只有斯克羅吉這麼一個人可以看見他們，而且有機會改寫未來呢？難道他的夥伴瑪利比斯克羅吉還要惡劣嗎？未必是這樣。

於是我（姿妤）假設，瑪利和那些鬼魂可能也遇到過聖誕的三個精靈呢？於是我們提出追問道：「斯克羅吉的生意夥伴，瑪利是七年前的什麼時候死的？」，才發現這是狄更斯的巧思。

瑪利是死於七年前的聖誕節的，與斯克羅吉所看見自己即將到來的未來，也就是將在聖誕節死去一樣。如果說狄更斯設計的「聖誕節死去」是在聖誕精靈出現給予勸告，當事人卻不願意改變自己的毛病而得到的報應的話，那麼瑪利很可能就是曾經遇見過三個精靈卻沒有悔改而在聖誕節死去的人。那麼斯克羅吉所獲得的機會，便不單只是「主角光環」那麼簡單而扁平的設定了，而是更具成熟的結構和模式在鋪陳。

起初在發起問題之時，我們並沒有想到其實這是狄更斯巧妙的一筆。

五、小結

經這一次的討論，我們學習了在批判的同時，我們不該被批判矇住雙眼而走向為了批判而批判的思維。不論我們如何理解斯克羅吉的人物性格和行為表現，為其作理性的辯解，狄更斯塑造這一人物形象在該故事中的教育意味仍是確定的。例如狄更斯在當下聖誕精靈出

現時候，他身旁代表著「愚昧」和「慾望」(或「需要」，原文為“want”)的兩個小孩，佳卉認為他們出現在「當下」的意義很重要。他們不會出現在不能改變的「過去」，也不會出現在還未成定數的「未來」，關鍵是「當下」。在這個當下，斯克羅吉應該抱以如何的心態面對社會的需求：他應該不那麼斤斤計較，盡自己的能力去幫助更多的人得到溫暖。而且在這個當下，既不是過去寒冷貧窮的聖誕節，又還未到未來在聖誕節當夜孤獨死去的悲涼慘狀，還可以決定自己生命狀態的當下，可以怎麼做最幸福滿足呢？在狄更斯這一作品要表達的，就是慷慨地、不計較地樂於助人。

然而解讀作品也不單可以從作者要表達的主要面向去接受，還有其他的角度得以觀察。畢竟在作者的意識之中，總有一些在撰寫目的和敘事設計之外的影響，如其周遭事物不經意地運用，或我們也可以以現代的價值觀與當代價值觀接受、解讀作品，並賦予它新看法和意義。

討論次數	五
日期	2018年11月15日
時間	6:00pm-7:30pm
地點	總圖集思小間 A
參與組員	李姿妤、黃佳卉、郭雯莉、劉易慈、羅思敏、吳佩璇
討論主題	霍夫曼《核桃夾子》的閱讀與討論
主持人	李姿妤
記錄人	李姿妤

討論次數	五
活動照片	

報告內容：

一、討論方式

組員依照之前的方式，先行閱讀後再討論會的時候提出自身對故事的想法討論。今天我們所討論，主要各個組員針對故事人物、情境和結構設定提出疑問和一些想法，與其他組員作討論。

二、組員提問問題摘要

(一) 吳佩璇

核桃有什麼隱喻嗎？在故事裡開頭就提到有孩子一直夾核桃和吃核桃，後來教父講的故事裡的公主又因為核桃發生了一些事情。

這個疑問在第三部分—「故事背景」部份，經易慈和我（姿妤）當時搜索的資料整合討論而記錄。

教父講的故事（指老鼠皇后、公主、核桃夾子等經歷故事）很像是真的，但是這個故事存在似乎很不合理。

針對這個心得和其中疑惑，在本篇報告的第四部分—「故事設計」的部份，記錄了組員討論的一些意見。雖然並沒有全然地解決這個問題，但是大家都商榷了一個接受這個故事的方式。

（二）羅思敏、黃佳卉

故事裡為什麼會突然出現女主角的姐姐？

這道問題在第四部分記錄組員討論的看法。

（三）李姿妤

在瑪麗前往的奇幻世界的空間設計方面，大家覺得有沒有什麼特別的地方？

還有，大家覺得女主角瑪麗的人設如何？

這兩道問題，將在第五部分—「情節·人物·空間」記錄組員討論的內容。

三、故事背景

核桃夾子（Nutmacker）是一款軍人形象木玩偶，擁有夾開外殼堅硬的核桃的夾子。設計精巧，相傳是十七世紀時候一名來自塞芬（Seiffen）的木匠所設計的工具。據佩璇曾查找的資料說明，在《核桃夾子》這個故事盛行起來之後，德國乃至其他歐洲地區便開始有了在聖誕節送小孩子核桃夾子的習俗。

核桃夾子後來也因為其構造、形象和功用特質，延伸出豐富的文化意義。因為他可以夾開很堅硬的核桃，堅韌便象徵著抵抗惡勢力、帶來好運的特徵。大家也相信，擁有「軍人」身份的核桃夾子是正直正義的代表。而且一般核桃夾子的軍人形象多是魁梧、嚴肅、兇狠的，所以有了鎮宅的神秘力量。

除此之外，核桃夾子幫人夾核桃的一大主要實際功能也延伸了另一個精神象徵— 即是核桃夾子代表著生命輪迴的運作。是因核桃夾子夾破的核桃掉在土地上，便會孕育出新的生命。經過核桃夾子所夾後掉入地上所長出來的樹，將會是特別強壯的樹，得以惠澤當地的工匠和木匠很長一段時間（核桃夾子的發明地是在德國塞芬，是一座木工著名的村鎮）。這則傳說和核桃夾子，反映的正是這個村鎮的文化背景。

四、故事設計

我們對《核桃夾子》的故事認知，多是來自於後來改編的芭蕾舞劇、動畫和電影。一般查找原型故事，會先看到（或注意到）的時常是小仲馬、伊凡諾夫、柴可夫斯基等人改編的芭蕾舞劇一說，其中柴可夫斯基最為家喻戶曉。然柴可夫斯基的音樂和芭蕾舞劇，是依循德國作家霍夫曼所著的《核桃夾子與老鼠國王》（英文名：Nutcracker and the Mouse King）所改編。

然組員們都覺得原著的故事結構亂序，許多地方經過直觀或思考有說不過去的安排。討論過程組員們一直提出許多故事情節裡出現的，可能並沒有特別意義的設定，並且也存在著些許在敘事上不合理的地方。前者所提如女主角瑪麗的姐姐出現，後者所說不合理的地方，就像多謝梅教父在故事裡的言行舉止前後矛盾。

針對這樣的看法，我們便嘗試將故事整體拆解成幾個重點部分討論：

（一）故事的原型

對於柴可夫斯基所編的芭蕾舞劇是源自於霍夫曼的原著小說，這一點已是眾所週知。

不過在我們閱讀霍夫曼的原著時候（組員個別閱讀的是中文翻譯或英文翻譯），卻覺得故事的敘述有前後矛盾、說不通、欠缺邏輯和設計意義的地方。

我們保留猜想，霍夫曼所著的故事，或者會是一些地方的傳說故事。

（二）象徵性的事物設定

一個故事必有特定的符號，在提起該故事的時候容易一語提醒曾經接觸的讀者的印象。如《核桃夾子》的話，就是核桃夾子、朵謝梅教父和老鼠。當然還有更多特殊印象，不過組員們專注討論的是關於老鼠。

核桃夾子一結合工具和玩具的木工作品，作為德國一個特殊的文化產物在霍夫曼的故事裡得到了記載和反映的作用，該木工作品的背景和文化意涵，在第一部分便有對佩璇和易慈資料分享上的記敘了。

再者組員們討論到了作為反派的老鼠，在這篇故事裡發揮了各種噁心、恐怖、骯髒、邪惡的形象特徵。比如教父說的故事裡，老鼠有七個頭既恐怖又噁心的形象、公主因為被老鼠咬而變得醜陋等等負面的情節。

另外朵謝梅教父部份。朵謝梅教父是一個故事敘事者，也是一個在故事裡貫穿許多空間的角色。不過組員們認為不合理之處，便是教父如此模糊穿梭的貫穿方式，其實造成他在整個故事裡的一些出現和言行舉止有欠缺邏輯的斷層。然他工藝精巧的形象，無可否認在許

多片段都得到強化，這倒算是《核桃夾子》裡形象化塑造的一個富有魔幻、神秘色彩的人物。

（三）缺乏意義的人設

在討論中曾三次被提起，組員無法理解為何作者要提及瑪麗的姐姐，而且其出現有些擾亂故事的敘事和接受者的理解。

五、情節·人物·空間

有些童話故事的模式套路，如詛咒公主的模式、王子的性格缺陷，遭到變身、得到性格改造和救贖、重得帥氣完美的形象。不過這只是《核桃夾子》故事的一角，如此簡單而富有各種童話符碼及色彩的故事被拼湊到一個很龐大的空間和複雜的脈絡，導致故事整體令人閱讀有不順暢、無法通透的感覺。

至於女主角瑪麗的部份，佩璇覺得以大人的角度，或許以同齡孩子的角度看她的反應的話，確實有點神經質。雖然孩子會有童言童語，也不一定是瑪麗所經歷的、所說的話讓她令人感覺莫名其妙，而是作者本身把瑪麗的反應塑造得有些過於刻意要強調她身為孩子童真的視野。所以表現出來的瑪麗，是作者本人所想像的小孩，是「大人筆下的小孩」。而真正的小孩即使會表現疼惜玩偶、和玩偶說話、覺得玩偶有生命故事等等，卻不一定會這麼誇張。

佳卉提到，她覺得瑪麗是個多情的小孩。思敏則覺得「小孩的世界觀是大人無法理解的」。

在空間設計方面，佩璇和大部分組員也覺得，在奇幻世界裡的各個花卉、糖果、甜點，每一個甜點就分作一個獨立的世界，其實有些繁瑣，是不必要的設計。要表述這些滿足孩童喜愛玩樂和甜點的空間，只要一、兩個完整的世界就好了，並不需要將一個甜點分作一個世界。

不過後來思敏和雯莉也提到，這也許也是符合大人給小孩說故事的一些情境。比如有小孩特別喜歡蛋糕，也有小孩特別喜歡巧克力餅乾等等，為了滿足小孩的好奇和興奮心理，大人在說故事的時候可能會有應付的語氣如：「對對，這個甜點王國是巧克力建築起來的。」小孩就會很開心，後來一個小孩又說：「我喜歡蛋糕，有沒有蛋糕王國？」大人為了滿足另一個聽眾，又說了同樣模式的話。

六、結論

經過閱讀和討論，我們皆認為各自對霍夫曼的《核桃夾子》的理解和閱讀接受都不是特別符合期待。

在討論的過程中，組員雖然提出了問題和感想，卻間隔停頓許久，常有不能進行深入想法表達的瓶頸。我（姿妤）也幾次憑著對芭

比版本和芭蕾舞劇版本的《核桃夾子》故事印象表達看法。許多組員認為是因改編作品的印象固定在我們的認知之中，抱有期待地去接觸原著，就發現落差很大。所以我們決定在下一次的討論，持續討論「霍夫曼《核桃夾子》的故事價值」一主題。

再者，由於組員們都有各自對《核桃夾子》的印象。有些組員是看了其他文字故事版本的改編，也有因影視作品而接受這個故事的，所以在之後經典作品閱讀的討論結束之後，組員們將聚焦計劃討論《核桃夾子》的改編作品。

備註、出席組員

大部分組員都在下午六時後可到，然郭雯莉同學因校內打工，在下午七時十分左右才參與討論，劉易慈同學則因有事在下午六時五十分左右離開。

討論次數	六
日期	2018年11月23日
時間	12:15pm-1:30pm
地點	蝴蝶漾餐廳
參與組員	李姿妤、劉易慈、羅思敏、吳佩璇、郭雯莉
討論主題	霍夫曼《核桃夾子》的故事價值討論
主持人	李姿妤
記錄人	李姿妤

討論次數	六
活動照片	

報告內容：

一、討論形式

延續上一次討論，是對霍夫曼《核桃夾子》的故事設定、人物、情節和空間設計等的想法表達。這一次依舊由組員發出提問，以組員所提的心得或疑惑為發想，討論霍夫曼《核桃夾子》作為聖誕故事、被改編許多次的故事，以及被認知為童話故事兩個面向探討。

二、組員提問

(一) 郭雯莉

這整個故事被設定在聖誕節有什麼意義？

這一整個故事可能設定在任何節日都可以被成立吧。

我覺得整篇故事有點用力過猛。

(二) 劉易慈

《核桃夾子》被認識，幾乎是因為改編的作品才紅起來，會不會是因為故事本身欠缺的吸引力才讓後來的讀者有更大的改編空間？

(三) 李姿妤

故事裡設定瑪麗的哥哥對教父設計的模式精巧有強烈語氣的敘述，大家覺得這有否可能是作者某些情感的宣洩，還是其他什麼意涵？在一些描述上面，文字描寫有點激動、強硬的感覺。還有時鐘停

擺，教父重新啟動它的那段敘述。這個情節在一些改編作品裡沒有被移除，大家有沒有覺得它是一個空間轉換的象徵？從現實到核桃夾子會動、瑪麗的冒險世界空間。

（四）吳佩璇

我覺得故事設定在聖誕節，還是有故事理解和推動功能上的作用的。

以上大致整理組員的對故事的疑惑和心得，在接下來的小節部份作詳細敘述。

三、聖誕節的設定

上一次的討論結束之後，有部分組員搜尋了核桃夾子的聖誕，或說德國的文化意義。在上一次的討論報告已經略述，這一次的討論，針對組員們的感想，我們重新作了一次簡單的討論。

雯莉覺得，這個故事被劃分為聖誕故事，其實並不會有太具「聖誕氛圍」或「聖誕特色」。不過改編動畫和電影另當別論，因為其中的視覺畫面呈現都是聖誕的裝飾和擺設。不過就文字敘述來看，內容主題並不側重聖誕的節慶氛圍，而是藉聖誕這一時間，教父給孩子們送禮物、講故事開展的。

作為奇幻世界空間的童話故事的話，故事開端設定神神密密的聖誕，其實作者本身也許也有兒童心理切入的出發點。尤其第一章〈聖誕節晚上〉便是舒太包先生和妻子對孩子們說：「今天一天，不准你們走進中間那個房間，更不許你們走進由中間那個房間通過去的放聖誕樹的那個房間。要我們叫你們進去，你們才可以進去。」這一段便是西方小孩在聖誕節時候會接收到的信息。也許是因為西方聖誕老人經常是父母所扮演，需要支開小孩。或者簡單些說，只是為了讓孩子在得到聖誕樹下的聖誕禮物之前守點規矩。

不過在孩子的視角來看，這段警告是一個驚喜的預示。他們覺得神秘兮兮的，「為什麼不能進去？有什麼我們不能看的嗎？」或者，「一定是禮物，每年聖誕節都有禮物。不知道今年的禮物會是什麼？」不論是哪一種，孩子心裡都有問號。這樣的問號在童真的價值觀中，使他們在了解大人舉動的意義時候有些障礙，進而累積對一件事的好奇心和神秘感覺。

除此之外，在上一次的討論中我們便已作了資料的搜索和統整分享：核桃夾子是德國部分地區，或現在在一些歐洲國家在聖誕節給孩子準備的聖誕禮物。它是具有季節性的，即是一般時候並不會把它送出去。雖有說法在聖誕節送小孩核桃夾子是在霍夫曼的《核桃夾子》出現以後，不過在上一次的討論中對組員所搜尋的資料有所記錄—

核桃夾子有生命力重置的文化意義。藉此回顧之前我們討論的聖誕節習俗和意義的內容：讓舊的一年過去，並在個人、家庭和社會群體沈澱心情，以迎接新的一年，這也是聖誕節的精神之一。

綜上所述，把《核桃夾子》這麼一個奇幻的歷險故事設定在聖誕節，其實並不是不能理解的。

四、受歡迎的改編對象

大部分組員，或甚至現代普遍人們對《核桃夾子》故事的認知是透過柴可夫斯基。也許還有些是透過卡通、動畫，或者被改編的兒童故事集和繪本等。我們組員也大致如此。所以在閱讀原著霍夫曼《核桃夾子》的時候，我們都一致覺得故事讓我們覺得期待落差太大。

所以對於原著的《核桃夾子》一作，組員們主觀的覺得表現得比改編作品遜色許多。在現代許多文學作品、舞台劇、漫畫或網絡小說等被改編成電影或電視劇的形式很多，讀者和觀眾都是從對原著的期待在改編作品找到滿足心理的。我們這一次對霍夫曼《核桃夾子》的閱讀卻呈現相反的形式，我（姿妤）在記錄討論內容和過程中覺得這是蠻有趣的情況。組員們是從改編作品裡去尋找原著裡所可能存在的原生驚喜。結果大家卻覺得故事呈現得亂糟糟。

我（姿妤）延續上一次討論佩璇所說的看法：「提《核桃夾子》基本上並不會想到原著霍夫曼，這可能意味著原著本身並不著名」的看法，提問道：「如果故事本身並不出名，沒有看點又如此難懂的話，為什麼會被大量改編？」佩璇回應說，她看過有一筆資料說明，柴可夫斯基很討厭老鼠，所以才會專注將這個老鼠是邪惡形象的故事作積極改編。

易慈覺得，或許正是原著本身不夠出色，後來人改編起來才容易達到成功，而且不會因為不符合大部分讀者或觀眾的期待而遭到批評。反而會讓自己的名聲活起來，讓大家對作品的認知轉向改編作者。

因為我們覺得霍夫曼的敘述不是特別順暢，有些設定甚至特別奇怪，所以我們對「改編作品比原著作品出色」的討論作了一個簡單的總結。原著故事可能就是一個大雜燴，霍夫曼創造了很多特別的符號：朵謝梅教父、邪惡的老鼠國王、受詛咒的核桃夾子、奇異的玩具和時鐘、各個奇異的花草和糖果王國等，這些非常奇特的元素。後人看到了這些各個漂亮的物件，在一個空間裡擺得不條理，便依照自己的接受心理和審美價值作排列，讓這個故事有了傳述的空間和價值。這些精美物件的打造是原著作者霍夫曼，可是將他們排列整齊後，呈現出獨特的美術構造而滿足接受故事的人的願望的，卻是後來將其改編為芭蕾舞劇、舞台劇或卡通、電影等的人們。

五、作為兒童童話故事

雖然組員們覺得故事整體情節、節奏和設定怪異，不過這也是主觀的看法。或許是因為翻譯文字所形成的誤解。不過組員也假設，這個故事的表達確實如此的話，它被當作兒童童話故事，聆聽這個故事的孩子會如何接受這樣亂序的故事呢？

不針對《核桃夾子》作論述，組員們也討論到了一般兒童文學的敘述視角。

兒童文學並不會是兒童自己創作的，而是由大人透過了解兒童的世界觀、價值觀揣測其接受心理而傳達給孩子的。所以語言、故事和人事物的組織，需要是孩子理解的語言。所以給孩子說的愛情故事，大人一般會說王子和公主的童話類型故事，從冒險到主角保持善良而得到幸福結局。大人並不會對孩子說都市愛情故事，為什麼這個男孩要和那個女孩分開而和另一個女孩在一起等等。這一次的討論主要就是延續上一次我們所發現的問題：霍夫曼設計的孩子的形象，還有孩子真正遇到故事裡的事情的反應會不會就是瑪麗所表現的那個樣子？

雯莉的感想是，霍夫曼也許是為了調整自己的價值觀，試圖與孩子的視角並行的意圖有些超過了。

六、總結

兩次的討論都圍繞著我們不理解霍夫曼筆下故事的一些設定而討論。借助這個話題，我們可以深入探討霍夫曼，或歷來一些作家對給兒童創作故事的表達力度作些客觀的觀察。霍夫曼如果真的是為兒童創作，那麼這個角度無疑是一直以來在文學、心理和教育界對於培養孩童是一個重要的思維價值。

大人對小孩思維不理解、小孩不懂大人的價值觀等等，這些面向的情節設計的向度是有意義的，但是就我們所讀的《核桃夾子》所看整體塑造起來變得混亂難解。整篇故事在文字呈現結構秩序上有點失守的感覺，在孩子聽來可能並沒有太多的障礙。思敏和雯莉覺得，這也許是因為孩子的關注點並不在故事的整體，而是當下所聽、所想像的畫面。不過大人如實記錄，將故事文字化的過程，可能就會有文字敘事結構上的不齊整了。

這使得後來的改編其實抹去了其作為童話故事的重要意義：裡面瑪麗說自己的所見所聞和歷險經驗被大人當成她生病了的情節（和《綠野仙蹤》有些異曲同工之妙），幾乎大部分著名的改編作品是直接把瑪麗這個角色去掉的，反而從愛情、奇幻、冒險的元素構成這個故事的主題印象。

討論次數	七
日期	2018年11月26日
時間	6:00pm-7:30pm
地點	蝴蝶漾餐廳
參與組員	李姿妤、郭雯莉、劉易慈、羅思敏、吳佩璇
討論主題	契可夫《聖誕節節前》和《聖誕節松樹》閱讀與討論
主持人	李姿妤
記錄人	李姿妤
活動照片	

報告內容：

一、討論進行方式

這一次由於我們選讀俄羅斯作家契可夫的作品— 兩篇短篇小說：《聖誕節節前》和《聖誕節松樹》兩篇，篇幅較短，我們便決定在討論會進行的當下閱讀。閱讀之後，再針對我們閱讀計畫的主題作進一步的討論。

閱讀後即刻討論的形式，與早前自行閱讀後消化、沈澱，然後再自行設定題目的方式有些許差異。不過兩者都有分別不同的效益，而此次閱讀與討論並行，可以更直接地讓組員們在發掘問題和好奇的當下就發表關鍵性的想法。

二、《聖誕節節前》

在閱讀結束之後，易慈首先就說明了最關鍵，也是抱持現實主義精神寫作的契可夫作品裡一貫會揭示的問題：城鄉偏差、階級差距、貧富懸殊和男女地位之別。

關於城鄉偏差方面，就可從搬到了聖彼得堡城市裡的瓦西麗薩的女婿安德烈，不將妻子鄉下的家人放在心上一樣。鄉下雙親寄來的許多信件，他總是因為其他事情而耽誤，導致忘記將問候的信件寄出去。

在家裡開飯廳的葉果尔和瓦西麗薩的女婿安德烈兩者，便可看出之間的貧富懸殊，連帶其階級之別。同時為瓦西麗薩與丈夫給女兒女婿寫信的葉果尔，這一人物在故事中，在瓦西麗薩的眼裡，被契可夫形容得很是生動。就是瓦西麗薩覺得這一個人非常庸俗、粗鄙，而且傲慢、驕橫，只是因為他出生在一個經濟無憂無慮的環境，就洋洋得意，她對這個人的觀感不好，卻不知道要如何用語言形容。這裡就有點指涉性地暗喻：擁有良好背景的人，他可以掌握書寫能力和語言，可是他不一定具備審視的能力，甚至在某層面上說是無知；家裡貧瘠而沒有機會受教育的人，反而是可以洞悉真相、明事理的人，只是礙於沒有表達的能力，或者說沒有表達的話語權利。

至於階級差距一現象，可從瓦西麗薩的女婿安德烈對將軍的態度可見。他對將軍的態度諂媚至極。在聖誕節這一重要的節日，一般是為親朋好友聚集的日子，若不然，“每逢佳節倍思親”也該是一位上有長輩下有孩子，一個擁有家庭或在乎的親友之人曾經歷的事。在見到郵差，看到家鄉寄來的信件時候，本該關切地問候妻子，他卻是漠不關心的語氣，轉頭就向將軍獻殷勤。

本節第二段提到，安德烈忘了將問候信件寄回鄉下。這件事其妻子葉菲米雅本身卻並不知道。而且她似乎並沒有自行寄信的權利。易慈認為，這或許是一種男女地位差別的表現。可是回歸到貧富懸殊一點所提到的，受教育和認字的人及條件貧瘠不識字的人，誰才是真正庸俗，又誰才是真明事理的重點，這在安德烈和他的妻子這一點又得到了另一個面向的證明：那些看起來積極向上的人如安德烈，貪戀生活在聖彼得堡的優越感而瞧不起鄉下的岳父岳母，他們是否真的明白生命的追求？反之妻子在給孩子們唸信的時候，提到了對家鄉人事物的懷念，甚至覺得想要“離開這個地方”（聖彼得堡）。即使她生活在生活條件優渥的城市，相對鄉下的親朋好友們高人一等，她卻深知自己過得並不快樂。她追求的不是生活條件的豐沃，也不是想要絕對的返璞，只是清晰地知道生命中的價值是那些真善美，而不是像丈夫一般諂媚，使階級之間更為固化的態度表現。

在這篇故事之中，契可夫的敘述間可以感受到他的作品普遍流露的情緒：下級人員對上司的諂媚、家庭背景懸殊而產生的歧視，或者一種平等付出和不平等回報的社會現象。

三、《聖誕節松樹》

這一篇故事的設計有些奇幻和超現實的氣氛，可是他目的所指涉的內涵卻是很真實的。

故事是說在一棵高高的、常青的，被稱為“命運之樹”的樹前，一群“成年的孩子”在爭搶樹上的好禮物——富商的女兒、鐵路局豐厚的職位、男爵家女管家的職位、家境貧寒卻體貼又富有學問的美少女、哲學家的著作，還有破皮靴、大碰釘子、鏡框、馬勒、繮繩等等，好好壞壞的東西都有。

在最前面，最為理想的“禮物”——富商的女兒被送給了一個年輕的醫師。然後好的東西都紛紛被派送了。在這個禮物派送的过程，重要的是可以看見一些社會中的現象：富家之女人人爭奪，而富有詩意的貧窮女子卻只有一位詩人看上了，偏偏這位詩人卻因為經濟能力不足而自覺慚愧，認為自己養不起她而放棄了爭取，使一段才子佳人的愛情就這麼錯過了；又有如沒人賞識真正地書本智慧，有機會選擇圖書卻挑了非常不入流的書本，等等。那些爭取的人們，還有最後獲得某個禮物的人，似乎都是有先見條件的：一名對科學有貢獻的醫師、在東正教管理局任職的老頭子、舊書商，他們的得到與他們自身的條件是相輔的。

有趣的是最後一位“滑稽的寫稿人”，思敏覺得這可能是作者契可夫在投射自己的生活或心靈的狀態：樹前已經空無一人，而最好的到壞的幾乎都被挑完了，只剩下大碰釘子、鏡框、馬勒、繮繩、紅十字、牙痛、四面楚歌的絕境、監禁、錫製小兵和北方地圖。這個寫稿人聲稱自己的稿子在編輯部裡碰釘子了，馬勒、繮繩、紅十字、牙痛、絕境、監禁，他都有了。至於錫製小兵和北方地圖，他就不想要了。他只想著明年再來。

契可夫將這些“命運中的遇見”，物像化為聖誕樹上的禮物。那些包圍在樹邊的成人們，就像聖誕節爭搶禮物的孩子一樣，希望爭奪命運中最大的一份禮物，以此將人們對生命中的普遍追求態度作為形象化的處理。而那最後淒涼的寫稿人，投射的是一個人鮮明的失落狀態。他不明說寫稿人期望得到的是什麼，可是透過剩下的“禮物”說明這個面臨絕境的寫稿人的狀況。像是在隱喻，寫稿人這一年所得到的就是這些了，更好的只能明年此時再期盼了。

故可以說，這一棵聖誕樹，有一種總結作者在生活環境周遭的事件發生的可能性。比如說一大批的有價值的藏書，當年被一個舊書商買走了，可是舊書商珍惜的只是一些不入流的流行讀物；當時有一個年輕的醫師娶走了富商的女兒；有一個老頭子娶走了一個詩意的美少女，而寫稿人正在面臨落魄的生活。一棵樹凝聚了當年社區的一些事件。

四、結論

契可夫這兩篇作品之中，聖誕節本身並沒有太多的描繪和意義。一般聖誕主題的作品，都與聖誕節本身的宗教意義、家庭團聚、親朋好友互相關心和迎接新一年的節日意義，不過契可夫這兩篇作品，倒是只像借聖誕節這一有“送禮物”、“聖誕樹下每年的給予”，或者像《聖誕節節前》如此，因為節日而促使瓦西麗薩想起已經許久沒有寄來問候的女兒，一種節日所引發的思想，而進行後續敘述的契機罷了。他並不旨在渲染聖誕節本身的宗教價值，或者過聖誕節的意義。

契可夫經常寫人的真實生活型態，還有人們所身處的社會氛圍，這使他將更多的筆觸留給歡樂節慶之外的描寫。他側重得更多的是社會中一些普遍存在的問題，而不是形而上的宗教問題。所以在關注社會中人的一舉一動，他會描寫的是在聖誕樹前爭奪名利、財勢，而不懂書中智慧、真善美之美德的人們，還有聖誕節前夕心掛念女兒和女婿這一件事，所引發至揭露各種社會偏見型態的事件。而不是聖誕樹前等待拆禮物，然後真實要維持對聖誕節純真的信仰，才能感受到聖誕節靈魂的寓言故事。

從我們之前討論的狄更斯的《聖誕頌歌》和霍夫曼《核桃夾子》，我們便覺得有些作家對於聖誕節的應用並不在於內涵，而在於特定節日所能切入的一個特點，比如：送禮物的理由（比如送核桃夾子）、團聚或孤獨的氛圍（比如孤僻自私的老頭所過的聖誕節）、神秘傳說的奇幻空間（比如核桃夾子中的瑪麗去探索的魔幻世界，還有聖誕頌歌裡穿越時空的靈魂空間），到了契可夫，“聖誕節”這一主題的應用，似乎變得更像一個揭露某個社會現象的手法了。至少在前幾篇的經典小說中，組員們依舊能討論作品中聖誕節的氛圍，乃至於潛在的聖誕節的節日意涵。而契可夫的作品，倒是將“聖誕節”、“聖誕樹”和“聖誕禮物”這些事物作為一種有力的比喻對象了。

討論次數	八
日期	2018年11月29日

討論次數	八
時間	6:15pm-8:30pm
地點	多果餐廳 Demeter
參與組員	李姿妤、吳佩璇、黃佳卉、羅思敏、郭雯莉、劉易慈
討論主題	公開讀書會內容計畫和成果發表內容討論
主持人	李姿妤
記錄人	李姿妤
活動照片	

報告內容：

一、討論進行目的

本次讀書小組討論會，主要是討論下一次進行公開讀書會之內容，以及12月24日（星期一）成果發表所需之海報、PPT和報告內容的設計及討論。

二、公開讀書會進行方式和討論主題

組員們計畫與前來參與公開讀書會的同學們，觀賞一部與聖誕主題相關的電影。目前由組員討論並一致同意的，是迪士尼之作的《米奇老鼠：聖誕頌歌》，時常一小時三十分鐘左右。在觀賞電影之後，針對聖誕主題以及電影內容，討論聖誕節對於參與討論的組員和同學們的意義，並討論現代各地如歐美和亞洲的社會和文化，對於聖誕節對待聖誕節這一年終重大節日的態度。

三、成果發表內容

在海報設計方面，我們決定以讀書會曾經討論的相關重要主題，融入海報的設計。我們打算呈現簡約、整潔乾淨的海報，以討論會議中和選定閱讀書目裡一些特色的聖誕元素為主要設計。再者關於成果發表的報告內容，我們打算報告幾項讀書會的討論內容：讀書會選定主題的原因、各個書籍閱讀和討論的幾項趣味發現、聖誕節主題從過往經典之作至今聖誕檔電影的創作，以及其中所表達的內涵意義。由此討論讀書小組對於閱讀經典作品目的和意義的延伸。

討論次數	九
日期	2018 年 12 月 6 日
時間	04:30pm-07:00pm
地點	綜合院館 270106
參與組員	李姿妤、黃佳卉、吳佩璇、郭雯莉、劉易慈
公開讀書會 參與同學	林顯倫、李海菠、黃競緯
討論主題	聖誕印象：現代影視作品中的「聖誕」
主持人	李姿妤
記錄人	李姿妤
活動照片	

報告內容：

一、討論形式

本次討論會屬於公開讀書會，在召集人公布消息之後，成功邀請了三位同學參與了討論。鑒於非組員也許對讀書小組所選定的書籍有不了解之處，我們在這一次的討論會之前便設定了一組問題，讓組員與前來參與的同學都可以快速且有效地進行討論。同時在這一次的問題設定與針對性地討論，也得以關照讀書小組在期初第一次討論時候所希望討論的——從現代的影視作品探討「聖誕」主題的設定和發揮，與經典著作的設定有何不同之處，相同之處又傳遞了什麼樣的寓意。

二、討論題目設定

(一) 一般到了聖誕節，大家都會第一時間想到什麼電影或影集？為什麼？

(二) 大家覺得為什麼直到現在聖誕節主題的作品仍然持續發展？

(三) 這些聖誕主題的作品都在談論或傳遞什麼內容？

三、聖誕主題的影視作品

我們在討論進行當中，所提到的聖誕主題影視作品主要有幾部：《鬼精靈》(Grinch)、《小鬼當家》(Home Alone)、芭比版本和米奇老鼠版本的《聖誕頌歌》、《極地特快》(The Polar Express) 和《坎布斯》(Krampus)。

這些作品其中《聖誕頌歌》便是改編自英國文豪狄更斯的《聖誕頌歌》，借《聖誕頌歌》中的故事原型，改變了主角、環境和時代的設定為芭比和迪斯尼米奇。另《鬼精靈》也是改編自西奧多·蘇斯·蓋索在1957年所創作的《鬼精靈如何偷走了聖誕》(How Grinch Stole Christmas!) 的童書。其他則是聖誕傳說故事的發想作延伸所創作的故事，如《極地特快》取材聖誕老公公的家鄉、《坎布斯》取材聖誕老人的影子之德國民間傳說。也有原創故事如《小鬼當家》。

同學們想起這些影視作品，主要原因是因為如《鬼精靈》和《小鬼當家》都是聖誕檔電視台的熱門播放電影。黃競緯同學說《小鬼當家》是一部很歡樂，而且其中跑到教堂唱聖歌還有蠟燭聚焦的畫面就是富有聖誕氣息的電影，在聖誕節想起是很自然的。另林顥倫同學也提到，一般聖誕節就會想到聖誕禮物，想到聖誕禮物就會想到會偷走聖誕禮物的人，自然就會想起曾經看過的《鬼精靈》了。另外芭比和迪斯尼的作品，也都是女同學們小時候喜歡的系列電影。還有李海菠同學表示她是和一群小朋友一起看的，芭比版的《聖誕頌歌》和狄更

斯原著中的厭世老阿公主角比較起來是較為可人而且和藹可親的。

四、聖誕主題影視作品表達的內涵

現代閱讀經典著作並非閱讀主流，甚至對於閱讀習慣的培養也並不廣泛了。相對來說，看電影或接觸其他影視作品，大眾是比較樂於接受的。而且在聖誕節日期間，許多電影出品公司都會爭相將即將上檔的院線電影，以「歡慶聖誕節日」的噱頭包裝，其中不乏一些直接以聖誕主題為內容設定的，如今年就有《核桃夾子與四個王國》

(Nutcracker and the Four Realms) 以及動畫版的《鬼精靈》。或者另有一些喜劇電影，如去年的《家有兩個爸 2》(Daddy's Home 2)。於是在討論聖誕主題在文藝界從經典著作如長篇或短篇小說，到現代影視作品的探討，便有其時代的意義。

在我們談論的這些影視作品，總的來說都有一個共同之處：反節日態度的主角或社區，如何在預備聖誕節時候爆發個人、家庭或社區的矛盾，又如何爭執和交流之中找尋聖誕節的節日精神與意義，並建立更加美好的群體關係。如《聖誕頌歌》便是講主角作為一個只注重工作和利益的老闆，對於重視聖誕節的人們感到不快，甚至不願意讓員工們休假。後來從自己從前到未來的聖誕生命經驗得到了啟示，終於敞開心胸同大家一起共度佳節，融入了社會群體之中。《鬼精靈》中的鬼精靈也是如此，因為自小自己與眾不同的怪獸外表而被歧視，所以對於大家喜愛的聖誕節感到厭惡。然而最後仍然因為小女孩的關愛而被感動，也被社區的人們接納。

又比如動畫電影《極地特快》，雖然其人物的呈現效果不是很出色，在整體色調和內涵上卻很有意義，其中男主角也是一個不太相信聖誕老人存在，而且對聖誕節的節日意義有些質疑的男孩。於是一列神秘的火車的車長邀請他到北極聖誕老人的家鄉，見證聖誕老人的存在。他從一開始的遲疑，一直到年老時候仍然聽得見聖誕老人送的鈴鐺的聲音，整部電影都是男孩與火車上的同伴們與聖誕老人的質疑對話：聖誕老人存在嗎？

另外還有《坎布斯》是兩家的家庭矛盾在聖誕節前夕爆發，由於大家都沈溺於互相責怪而忘卻了聖誕節相聚的節日歡樂，使得男主角對聖誕節的熱情在一個聖誕節之內對節日的熱情急遽降溫。整個社區都陷入了黑暗之中，被聖誕老人的影子——坎布斯的陰鬱氣息籠罩，而且大家都在極力逃亡。聖誕節帶給這個社區不再是祝福和希望，而是懲罰和屠殺。

這些電影都可見，其實現代普遍人們除了宗教信仰的秉持，對於聖誕節的節日慶祝並沒有太多的意義探討。它就像華人的春節，是送舊迎新的一個年終節日。這個節日親朋好友相聚，不論是親近的還是

比較生疏的，為了鞏固彼此的關係，大部分都會在這個重要的節日聚首。不過由於日常生活空間和生活習慣上的疏離，這個聚會總是會顯得客套、程式化。就如華人的新年，拜年時候親友長輩都喜歡關心年輕人的學業、事業、感情和婚姻等等問題，是比較總括性的話題。而在聊起這些話題的時候，原本單純的寒暄和分享，則會因為眾多人的參與而變得有「宣告天下」的炫耀的性質。於是人與人之間的交流便形成一種程式化的循環，一些氛圍和思維的變化也使人逐漸地感到不愉快。最後形成一個「不再期待節日」，甚至「厭惡節日」的心態。或許這些只是誇張化，但是不得不說現代許多人逐漸有了「避年」的想法，打算小家庭旅行或不參與團拜等等（李姿好家鄉身邊親朋好友的情況為例），便是這一問題的延伸現象。

所以這些電影有這樣的套路：歡快準備節日的群體—反節日心態主角—主角與其他人物或普世價值的矛盾（或群體的爭執）—經歷一些與群體或宗教信仰的磨合和觀念對話—找到節日對個體和群體的意義—歡樂慶祝佳節收尾，這些內容都在表達聖誕節日的慶祝意義。現代聖誕主題的影視作品，都各別不謀而合地傳遞「秉持信仰」、「融合群體」和「樂於助人」等等的積極寓意。

排除霍夫曼《核桃夾子》較為奇幻的故事，以及契可夫藉由聖誕節日作為揭示當時社會問題的設定，《鬼精靈》和狄更斯的《聖誕頌歌》作為歷代仍然作了許多改編的作品來看，其中被傳承再詮釋的便是角色的原型和節日的設定，另外在變遷的部分，便是使主角價值觀改變的環境氛圍和一些當代社會和時代的訊息。

五、結語

作為讀書小組的最後一次討論會，組員們也在這一次的公開讀書會相互給予心得和對於主題的想法及反思。

經過近一個學期的共同閱讀和討論，大家都覺得十分開心。而且在年終時期討論聖誕，不僅有節日期待的氛圍，作為非天主教或基督教徒的大家，也在相關內容中也發現到了聖誕節日對於我們的意義：聚會、意見相左的矛盾和想法的共享，這些過程所發生的情緒的交流，達到更親近更理解彼此的關係。組員們皆是中文系的同學，但是組員有熟悉的也有原本是點頭之交的，經過這一次的讀書計畫進行，大家更加認識彼此，同時也感受到了一起讀書的樂趣。

五. 成員心得

一、吳佩璇

這次參加了聖誕之靈的讀書會，歸因於對聖誕節有著特別的情感。

國高中時期，聖誕節總是聯繫友情的節日，寫卡片給親朋好友，交換禮物等，都是傳達平時沒有說出口的心意的時候。在台灣，聖誕節好像專屬於情侶的節日，或者是商業宣傳、大肆購物的藉口，曾經在美國經歷傳統美式的聖誕節，有著團圓慶祝感謝的意涵，當然還有信仰的層次。透過讀書會，更認識了聖誕節，不論是起源或是本質，而讀書會的過程，也和聖誕節的精神相符，一群人在一塊，吃著東西，討論談天，是情感上對維繫，也是相聚。

二、郭雯莉

聖誕一直是我最喜歡的節日，雖然留著中華人的血，卻期待西方的新年似乎不太好——但有什麼關係呢，美好的節日總是令人歡喜的呀！透過這次的主題讀書會，與學姐們一起讀書、吃飯、聊天，自身對聖誕也有了更深入了解，於這節日也有更多的期待。文學與聖誕都是美好的，當兩者結合在一起，更是溫暖了。謝謝姿妤將大家集合在一塊，每個人都有最有趣的靈魂，感恩。

三、劉易慈

這是我第二次參加讀書小組，這幾個月以來有非常多事要做，但在百忙中仍是和組員們閱讀了好幾篇跟聖誕節有關的小說，使我緊湊的生活能有逃逸的空間。以前的我對聖誕節相當冷感，認為那些大餐、慶典都和自己無關。近幾年則因為過節的氣氛越來越濃厚，也漸漸地會和身邊的人關注跟聖誕節有關的活動，如交換禮物、商品折扣等等。到了現在，由於看了很多聖誕主題的故事，讓我對這個節日有更深的認識，也更加期待今年即將到來的聖誕佳節。

四、黃佳卉

在眾多聖誕故事裏，《核桃夾子》和《聖誕頌歌》可算是挺經典了。然在這次讀書會正式地閱讀原典卻發現遠點的故事有點奇怪，很多時候讓人摸不著頭緒。原來我一直以來所認識的、所喜愛的故事都不是原典本身，而是後人的改編。人類的文化、知識真是一個不斷的接力賽，我們從前人吸取養分，有時候僅是對前人思想作品的改進，有時候因受他們的啟發而又新的創作。因此我們必須飲水思源，不能因而忽略原典。

五、羅思敏

這是我第二次參加校內的讀書會，有別於上學期針對某一個作家的作品閱讀，這次我們是以探討文化現象為出發點，進行比較廣泛性

的閱讀。「聖誕節」隨著全球化的潮流而影響到亞洲，但是觀察台灣目前聖誕節的現況，似乎是受到美式文化的影響較多，也儼然成為一種龐大的商業模式。但是這個節日一開始的起源和意義是什麼？從古代西歐到現代西方社會，它的形式經過了什麼樣的轉變？有什麼價值是一直流傳至今的呢？這大概是我這學期讀書會的討論收穫。

六、李姿妤

讀書小組皆由中文系的同學和學妹組成，中文系的大部分課程其實並不乏經典作品的閱讀，只是對於中國文學以外的外國文學，中文系學生接觸的機會卻不多。對大部分組員來說，華語或各自的方言為母語，一般外語則屬於第二語言，所以我們認知的外國文學不論是原文或者經過翻譯，在語言和文化上都有一定的隔閡。所以我認為自本身在部分經典著作中找到的共同點，進而深入並廣泛地發掘內容，不知不覺之下對這些作品便有了印象。逐步地，便可以接受更多更深奧或我們認為「更遙遠」的經典著作。

這一次讀書小組的組員們都非常認真，而且都在閱讀和問題發想方面進行了個人獨到的觀點交流。

另外，這是繼 106 學年第二學期，我第二次組織讀書小組。與第一次的讀書計畫目的相近，是以累積更多外國經典作品閱讀的目的執行這一次的讀書計畫。上一次的讀書小組在各次討論會議組織得比較生疏，雖報告和成果展現得以梳理出主題脈絡，不過在專題方面和組員們的時間配合方面安排得比較不理想。這一次雖然各個組員仍有各自的社團、實習或系上的課外活動，大家卻在一開始便互相商討了大部分組員可以出席的時間，並且儘量調整定時討論。組員們也很自律地按照第一次討論所設計的進程，進行閱讀和針對主題設計問題的功課。較之上一次的讀書計畫進行，組員們僅僅完成了閱讀，在討論會有指定同學導讀了以後大家卻有很長的沈默間斷，使得討論在熱絡以後卻發現討論時間快結束了。這一次的讀書小組的進行方式，則是更有效地針對主題進行討論，也使討論的內容更有深度。

透過這一次的讀書小組計畫，對於讀書計畫進程、閱讀方式和組織討論會議方面，在內容和技能上都有了非常豐富的收穫以及經驗累積。與組員們一起讀書和討論，是繁忙的學期中十分愉快且充實的體驗。

六. 未來展望

這一次的讀書小組我們以主題性擬定經典著作的閱讀書目，有效地從「聖誕」一主題接觸了霍夫曼、狄更斯和契可夫的著作。由此討

論並收穫對選定書目的進一步認識，以及該作家的寫作風格與時代環境背景有更加清晰地了解。

另外，組員們也針對現當代的影視作品作了一些討論。對於「聖誕」節日主題從經典作品到今天的影視作品，有何承襲和變遷之處，探討其中的內涵與意義。從今天仍然熟悉的聖誕習俗，以接觸經典作品的方式追溯並討論節日慶祝和文學表現，對於理解傳承久遠的傳統和閱讀經驗，實有兩全的收穫。

透過這一次的讀書小組計畫的執行，組員們逐漸地發現了閱讀經典作品的幾項要件：有效的書單擬定、有趣的主题擬定、針對性的設定問題及發掘答案。

我們期望未來可以在一個類似有時間期限的計畫裡，得以作更多的閱讀和專題討論的累積，並且接觸更具挑戰性的經典著作作討論。或者未來也可以與志同道合的閱讀愛好者，進行長期的共同閱讀計畫。

107-1 國立政治大學教學發展中心 讀書學習行動小組成果報告書

小組名稱		臺灣怎麼了？十年的下坡路			
小組計畫主題 (請勾選)		<input type="checkbox"/> 學習力 <input type="checkbox"/> 創造力 <input checked="" type="checkbox"/> 行動力 <input type="checkbox"/> 經典閱讀			
申請時間		中華民國 2018 年 9 月 17 日			
成員中曾經參加讀書小組		<input type="checkbox"/> 有，___人 <input checked="" type="checkbox"/> 無			
有無同時申請其他單位之補助		<input type="checkbox"/> 有，_____ <input checked="" type="checkbox"/> 無			
本組計畫主題是否與目前選修之課程/作業報告相關		<input type="checkbox"/> 有，(課程名稱必填)____ <input checked="" type="checkbox"/> 無			
審核結果		<input type="checkbox"/> 已通過，編號：_____ <input type="checkbox"/> 未通過			
計畫召集人	系級/學號	中文系四年級/104101084			
	姓名	陳怡方			
	聯絡電話	0978397971			
	E-mail	104101084@mail2.nccu.tw			
小組成員名單					
人數	系級	學號	姓名	手機	E-mail
1	中文系四年級	104101084	陳怡方	0978397971	104101084@mail2.nccu.tw
2	中文系四年級	104101076	許華珊	0932612431	104101076@mail2.nccu.tw
3	英文系四年級	104501003	李怡庭	0953115428	104501003@mail2.nccu.tw

4	歐語系 四年級	104509217	王家津	0920860875	104509217@mail2.nccu.tw
5	新聞系 三年級	105405040	倪旻勤	0979229383	105405040@mail2.nccu.tw
6	經濟系 四年級	104208093	林易秋	0979257296	104208093@mail2.nccu.tw
7	金融系 四年級	104302013	陳君婷	0970683570	104302013@mail2.nccu.tw

107-1 國立政治大學教學發展中心 讀書學習行動小組成果報告書

一、計畫動機與目的

(一)動機：我們是一群 1990 後出生的大學生，我們身邊很多年輕人很努力生活，可是面對著全球化進程快速的世界卻仍是手足無措，社會結構不穩定，貧富差距擴大，低薪又高失業率，房價高不可攀，導致居住不正義，我們不敢結婚生小孩，因為連自己都養不活，何況是建立家庭，我們擁有最好最快速的社群媒體，但卻仍是找不到合適的對象。在這樣的社會氛圍之下，應運而生的「厭世」風潮成為時代的標誌，從垃圾文界一位美少年、厭世哲學家、厭世動物園等圖文創作就可見一斑，當困境已經被談了太多，當困獸之鬥沒有任何作用，厭世，其實更多時候是一種抵抗和自嘲，心底的聲音其實想要證明，這個世界不該是這樣再努力也沒有回報的時代。

我們希望更深入地去探討「為什麼」，為什麼我們會成長為這樣的一個「厭世」世代，這個社會一路以來究竟發生了什麼事，我們受過最好教育、享受了民主自由，網路科技形塑我們成為史上最精熟社群媒體與科技的世代，看似享有各種資源與進步的這群人，為什麼成為終生收入最低的一代，只能追求所謂的「小確幸」。在這幾年之間，性別、家庭、教育等意識問題，概念受到不斷地挑戰，眾說紛紜，衝突日昇，我們想藉由閱讀，釐清台灣現下的問題點是在哪裡，在試圖由書中提供的知識來為台灣解套，重新找出在困境之下新的可能性，並試圖在最後幾周探討屬於我們這個世代青年的主體意識，並重新建構我們的生存價值觀。

二、閱讀主題：重新找到厭世的千禧世代九零後生存價值觀

選讀典籍

(一)第一周主題：網路世代

核心問題：

網路與現代人的生活連結越來越強，網路成為了一種人人可接觸的工具，我們認為網路的出現沒有好壞，重點在於我們是如何使用它，我們發現網路使用者在使用的過程中出現了各種問題，這也反映了現代人的心理狀態，例如

網路自動搜尋個人偏好的資訊，在社群媒體的演算法運算後，繼而自動提供個人可能感興趣的內容，這也造成資訊侷限，使得個人侷限於自己的同溫層，同時也反映出個人資訊洩漏的問題，只要搜尋過某些關鍵字，社群媒體的廣告就會出現相關的東西。

另外，科技讓距離縮短，社群媒體讓大家可以認識來自各種領域的人，但卻使人倚賴社群軟體維繫情感，漸漸習慣能夠對陌生人掏心掏肺，在現實生活中反而產生交友障礙，甚至造成網路成癮，過度使用社群軟體也造成憂鬱情緒的增加。

我們針對各個層面的問題深入探討，並試圖解構出其核心問題所在。



(1) 許華珊

書名	鄉民公審：群眾力量，是正義還是霸凌？
作者	Jon Ronson
出版社	商業周刊
出版日期	2016/05/25
選讀原因	「每天都有新的英雄和壞蛋，好人也可能變惡魔……」 頂尖記者強·朗森以 15 個網路真實事件，15 段驚心動魄的旅程直擊最複雜詭譎的人性，重新思考「網路正義」。

(2) 陳君婷

書名	隱私不保的年代：網路的流言蜚語、人肉搜索、網路霸凌和私密窺探
作者	Daniel J. Solove
出版社	五南
出版日期	2015/05/25
選讀原因	言論自由與隱私權不容置疑的重要性，而法律則須在這兩項看似對立的權力間，極力作到平衡。這是生在網路世代的我們要面對的兩難困境，我們要如何捍衛人們的言論自由，並同時確保攸關個人名聲的資訊受到保護？

(3) 陳怡方

書名	AI 行銷學：客戶分析 x 社群媒體監看 x 聊天機器人
作者	Jim Sterne
出版社	碁峰
出版日期	2018/07/04

選讀原因	以網站後台工作者的角度探討網路用戶與商業行銷策略的互動，觀察網路行銷如何影響我們的購物行為，進而去得知如何在這個網路世代，在行銷策略資訊侷限的羅網之下保持清醒。
------	--

(4)李怡庭

書名	我們是誰？大數據下的人類行為觀察
作者	Christian Rudder
出版社	馬可孛羅
出版日期	2016/05/07
選讀原因	時下最熱門的大數據，不只是企業趨之若鶩的商機導航，更是最佳人類行為觀察現場。現代人凡事問網路的習慣，其實直接暴露了人們心底不敢說的秘密。

(5)王家津

書名	網路連鎖效應：數位科技與現實生活間的網路心理學
作者	Mary Aiken
出版社	晨星
出版日期	出版日期：2017/11/10
選讀原因	本書作者提出了網路心理學，一一解析在數位科技的作用下，人們的思維、行動可能受到了什麼心理動機驅使，而人類社會又面臨了什麼樣的危機，該如何因應值得我們去關注。

(6)林易秋

書名	在一起孤獨：科技拉近了彼此距離，卻讓我們害怕親密交流？
作者	Sherry Turkle
出版社	時報出版
出版日期	2017/01/17
選讀原因	因為科技的進步，實質距離縮短，但心的距離呢？我們天天透過各種方式聯絡感情，然而真正在一起時卻相對無語，讓每個人更焦慮、孤單。透過此書，討論我們該如何在享受科技便利時，又能擺脫資訊剝奪的抽離感。or 隨著網路的興起，新興犯罪也層出不窮。我們每天都在使用網路，卻沒有想過我們可能也會被網路傷害，經由此書，討論我們該如何應對新的網路犯罪，以提高警惕。

(7)倪旻勤

書名	一千七百種靠近：免付費文學罐頭 輯 I
作者	蕭詒徽
出版社	九歌
出版日期	2017/08/01

選讀原因	藉由可公開的私密內容書寫，討論在社群網站興起下人際關係有什麼樣的改變。
------	-------------------------------------

(二)第二周主題：性別(女性、同志、跨性別等)

核心問題：

在性別的主題，我們認為現代最主要的問題有二，一是女性在社會的處境，二是 LGBT 族群的處境。

女性雖然現在大多都能經濟獨立自主，並且因此在家庭地位中取得一席之地，但不管是在身體、自我定義或是職場仍受到許多舊時代的社會框架所拘束，這樣的現象在亞洲父權傳統社會中又特別明顯，因而我們借鑑美國、日本、阿富汗、韓國，性與性別的書籍，回過頭去檢討我們所受的教育怎樣影響我們，而我們又該如何去引領我們下一個世代走向好的方向。

LGBT 族群在現代社會中雖已受到大法官釋憲的保障，但反對的聲浪還是永不停止，民法與專法的爭議持續白熱化，他們承擔著莫須有的汙名，承受著自身與他人的懷疑與譴責，簡單的幸福對他們來說是這樣的困難，我們由偽同性戀與同志朋友本身的經歷，去關注 LGBT 族群的困境，並思考我們該如何幫助他們。



(1)陳怡方

書名	性的解析——美國大學性教育講義 1：身體、性別與各年齡層的性
作者	William L. Yarber, Barbara W. Sayad
出版社	大家出版
出版日期	2018/06/06

選讀原因	借鑑美國大學性教育的講義，回過頭檢視台灣中學大學性教育的不足，並且省思究竟該教導學生怎樣的性觀念，才能教會他們保護自己，也不傷害他人。
------	---

(2)李怡庭

書名	厭女：日本的女性嫌惡
作者	上野千鶴子
出版社	聯合文學
出版日期	2015/07/05
選讀原因	不論何種性別，生在父權體系下的每個人都患了輕重程度不同的「厭女症」，作者以她精準犀利之筆，剖析日本社會對女性的歧視現況。

(3)倪旻勤

書名	臺北女生
作者	許菁芳
出版社	二魚文化
出版日期	2016/12/09
選讀原因	從作者獨立於社會對「女生」的既定印象、期待的過程，看女生是如何、為何要將自己塑造成那個模樣，背後又會有怎樣的辛酸。

(5)陳君婷

書名	阿富汗的女兒在哭泣
作者	FAWZIA KOOFI
出版社	大田
出版日期	2012/07/01
選讀原因	法齊婭·古菲是 2014 年阿富汗呼聲最高的女總統候選人，她在黑暗的世代，在生命隨時會消失的國度，堅韌的活下去綻放生命之光，我想這本書能給我們現代女性很大的啟發。

(5)許華珊

書名	82 年生的金智英
作者	趙南柱
出版社	漫遊者文化
出版日期	2018/05/03
選讀原因	以韓國女性在生命中遭遇的難題，映照出台灣女性在現代社會的真實寫照。

(6)王家津

書名	第九個身體
作者	陳思宏
出版社	九歌

出版日期	2018/05/01
選讀原因	作者藉由個人成長及異地生活經歷，敞開他的身體書寫，寫給所有承擔汗名的少數身體，而我們每個人在既有的社會價值下，都有可能是那個少數身體。

(7)林易秋

書名	直男愛出櫃：簡直地獄！我的一年反恐同任務
作者	Timothy Kurek
出版社	基本書坊
出版日期	2014/10/28
選讀原因	信仰與自我間的拉扯，作者偽裝成同性戀者一年，經歷許多同志基督徒因教會自以為是而被誤解與迫害的痛苦，我想這也是當前許多同性戀者所面臨的問題，值得被提出討論。

(三)第三周主題：婚姻與家庭

核心問題：

現代社會離婚率大大提升，意味著我們不管再決定結婚之前，或是在經營家庭關係時，都存在著某些問題，我們在成長階段對於情感的教育是空白的，如何扮演一位父母，如何經營好夫妻關係，如何在兩者之間取得平衡，而長大後進入親密關係也是懵懵懂懂，許多家庭問題的產生都來自於伴侶關係的不良，經濟因素牽動，進而影響了孩子的成長，而又離婚後該如何處理和前伴侶和孩子的關係又是一大課題，我們希望藉由閱讀，去檢視家庭帶來的傷害，療癒自己的同時，並且期許自己也能在進入親密關係之前做好良好的心態準備。



(1)倪旻勤

書名	社會為何對年輕人冷酷無情：青貧浪潮與家庭崩壞，向下流動的社會來臨！
作者	山田昌弘
出版社	立緒
出版日期	2016/04/01
選讀原因	以家庭社會學的角度探討年年輕人如何被大社會影響其婚姻家庭的選擇，深思現代社會有什麼問題，讓年輕人對成家、生養孩子有所懼怕。

(2)李怡庭

書名	為母則強，偶爾也要放過自己：一位社會學家的真切提醒
作者	藤田結子
出版社	世潮
出版日期	2018/08/03
選讀原因	為何在終於能進入職場後，女性似乎並沒有更自由？成為母親，就注定家庭、職場兩頭燒？面對以愛為名的剝削，本書教導媽媽們該如何自救，結束疲憊的「偽單親」狀態。

(3)王家津

書名	看不見的傷，更痛：療癒原生家庭的傷痛，把自己愛回來
作者	黃之盈
出版社	寶瓶文化
出版日期	2017/11/14
選讀原因	了解原生家庭可能對個人造成的影響，並從中正視傷痛，學習接納自我，對於自我認同、改善家庭關係有重要的意義。

(4)許華珊

書名	上流兒童
作者	吳曉樂
出版社	鏡文學
出版日期	2018/07/27
選讀原因	大人虛榮的生死鬥，小孩無辜的大冒險，送小孩讀明星私校，是晉升上流的快速通關券？命運之門華麗開啟，為了「青出於藍」的夢想，你敢不敢帶著孩子一起投身，玩一場上流遊戲？如果可以，哪個父母不想為孩子摘下天上的星星？

(5)林易秋

書名	爸媽離婚再婚教我的事
作者	李可心
出版社	商周出版
出版日期	2017/10/28

選讀原因	藉由重組家庭中孩子與父母的成長故事，去討論離婚再婚對於孩子的影響。
------	-----------------------------------

(6)陳君婷

書名	情緒勒索：那些在伴侶、親子、職場間，最讓人窒息的相處
作者	周慕姿
出版社	寶瓶文化
出版日期	2017/02/02
選讀原因	情緒勒索最常發生在伴侶、親子、職場、人際間，而在華人社會裡，更常見，且更糾葛，因為我們有根深柢固的孝順文化與對權威的尊崇，以及總是要求孩子「好，還要更好」，而後者，更容易讓人自我價值感低落。

(7)陳怡方

書名	原來，婚姻可以不用忍耐來維持：情緒取向伴侶治療的挑戰與承諾
作者	劉婷，徐君楓，李明慧，張元瑾，卓佳敏，洪詩婷，陳靜怡，黃可欣
出版社	張老師文化
出版日期	2017/12/29
選讀原因	很多家庭問題都起始於伴侶關係的不良，進而對兒童的成長造成不良的影響，因此希望以心理治療的角度為伴侶關係與家庭尋找解方。

(四)第四周主題：教育

核心問題：

延續上一周的主題，我們探討在家庭教育和學校教育，我們該如何去改進，過去我們期許孩子乖巧懂事會讀書，拿了統一的範本去規範每一個獨特的個體，鼓勵每個孩子考上明星高中，頂尖大學，但在這個文憑已經失去了絕對保證的時代，取得了頂尖大學門票的我們對未來依舊惶惶不安，我們的教育出了甚麼問題，而在體制下的我們又該何去何從，又該如何帶給下一代更好的教育環境，是我們主要想討論的課題。



(1)李怡庭

書名	你的孩子不是你的孩子：被考試綁架的家庭故事——一位家教老師的見證
作者	吳曉樂
出版社	網路與書出版
出版日期	2018/06/20
選讀原因	一個家教老師的真實見證，刨開台灣教育骨血，看見教育如何從家庭開始扭曲，深深影響每個孩子的人生。

(2)倪旻勤

書名	誰在教育中國：從「虎媽」、「狼爸」到「高考神校」，透視中國未來競爭力背後的真相
作者	吳樹，蔣錚
出版社	漫遊者文化
出版日期	2016/11/08
選讀原因	從中國教育出現的問題回頭看看台灣有哪些可以避免或是哪些地方值得學習。

(3)陳君婷

書名	人生的悲劇從當個「乖孩子」開始
作者	加藤諦三
出版社	遠流

出版日期	2017/02/23
選讀原因	講述家庭教育對孩子一輩子的影響，被大人教導的我們都深信：「乖巧」就有理、「聽從」便無罪，然而順從的人生，從來不是你的，希望藉由者本書去探討我們從小受的教育本身有何問題，長大的我們又該如何面對自身的課題。

(4)許華珊

書名	為什麼孩子要上學
作者	大江健三郎
出版社	時報出版
出版日期	2002/08/05
選讀原因	教育體制抹殺了學子的創造力，而真實世界的挑戰日趨複雜，本書提出：這個世紀的孩子該具備的，不再是一紙文憑，更需要有批判性思考、溝通協調、通力合作以及創意解決問題的能力。

(5)王家津

書名	教育扭轉未來：當文憑成為騙局，21世紀孩子必備的4大生存力
作者	Tony Wagner, Ted Dintersmith
出版社	時報出版
出版日期	2016/08/30
選讀原因	教育體制抹殺了學子的創造力，而真實世界的挑戰日趨複雜，本書提出：這個世紀的孩子該具備的，不再是一紙文憑，更需要有批判性思考、溝通協調、通力合作以及創意解決問題的能力。

(6)林易秋

書名	麥田裡的老師
作者	李崇建
出版社	寶瓶文化
出版日期	2012/03/27
選讀原因	孩子的問題，大部分都在大人身上。大人先整理自己的內在，孩子的問題就解決一大半！作者將教育結合諮商，成功讓許多孩子飛翔，他的成功值得我們學習，也非常砥礪人心。

(7)陳怡方

書名	教育的文化：從文化心理學的觀點談教育的本質(2版)
作者	Jerome S. Bruner
出版社	遠流
出版日期	2018/05/30
選讀原因	由文化心理學的角度去探討教育的本質，以更高的視角去思考究竟我們該如何去教育我們的下一代，甚麼適合他們，甚麼是他們真正需要。

(五)第五周主題：就業

核心問題：青年就業不易，大學生文憑貶值，新聞充斥著博士生找不到工作，而屈就從事非知識性工作，從金融海嘯開始，世界經濟低迷，台灣在這一波經濟危機中受到衝擊後，似乎就不見起色，再加上廣設大學的政策使得文憑不再視工作的保障，青年如何為自己尋求一份溫飽的工作，又該如何在險惡的經濟環境下取得生存優勢，是值得我們深思的問題。



(1)李怡庭

書名	窮忙：我們這樣的世代
作者	大衛·K·謝普勒
出版社	時報出版
出版日期	2016/08/09
選讀原因	資本主義帶來貧富差距，讓許多人成為窮忙族，時間金錢的權衡更艱難，貧困者更難翻身。本書不只寫出真實個案困境，也從不同面向探討貧窮成因。

(2)倪旻勤

書名	厭世代—低薪、貧窮與看不見的未來
作者	吳承紘，關鍵評論網
出版社	月熊出版
出版日期	2017/11/29
選讀原因	由各個行業的個案，深入理解就業的青年在台灣社會是活在甚麼樣的處境。

(3)陳怡方

書名	斜槓青年：全球職涯新趨勢，迎接更有價值的多職人生
----	--------------------------

作 者	Susan Kuang
出版社	圓神
出版日期	2017/09/01
選讀原因	斜槓青年是一種年輕人新型態的工作模式，希望藉由這本書可以去了解為何年輕人不能只用一份工作去養活自己，就業市場出了什麼問題，究竟是年輕人被動的被逼迫要這樣工作，又或反向來說，是年輕人自己選擇了這樣的工作模式，追求經濟溫飽同時也要理想等等。

(4)王家津

書 名	就業的終結：你的未來不屬於任何公司
作 者	泰勒·皮爾森
出版社	天下雜誌
出版日期	2016/11/04
選讀原因	就業，是每個時代青壯年人口會面臨到的問題，然而這本書的主題開宗明義，卻點出了就業的終結。我們如何在新趨勢的流動下，找到工作的意義，並且身處其中而應對自如？

(5)許華珊

書 名	貧困世代：低收入、長工時、無殼蝸牛、無法結婚生子……大人無法理解年輕人的窮忙並非不努力，而是社會制度所逼！
作 者	藤田孝典
出版社	高寶
出版日期	2016/12/08
選讀原因	本書以宏觀的角度，探討現今的社會結構中，年輕人無法藉由工作來脫離貧困的現象。

(6)林易秋

書 名	二十一世紀工作論：勞工被人工智慧取代，我們的工作、生活與社會將往哪裡去？會變得更糟或是更好？
作 者	萊恩·艾文
出版社	商業週刊
出版日期	2017/07/06
選讀原因	因為人工智慧、大數據的出現，衍生出工作機會會被取代的說法，該說法是否屬實呢？對於即將面臨就業的學生，藉由此書來思考我們未來的工作環境。

(7)陳君婷

書 名	我為我工作：致，身處逆境的職場半熟族
作 者	歲爺
出版社	三采
出版日期	2017/05/05

選讀原因	給每一個在職場中曾經問過「我為什麼在這裡」的人！ 不管你對工作是否仍有熱情？ 看待工作的態度其實正是你看待人生的態度！ 因此，你想要什麼樣的未來，就看如何累積你的現在。
------	---

(六)第六周主題：居住正義

核心問題：近年來房價節節上漲，青年買不起房子，甚至租不起房子，每個月收入被高房租吃掉一半的薪水，存不了錢，反而更加買不起房子，陷入了惡性循環，政府推動的社會住宅，具體成效仍未彰顯，反觀鄰近國家的大城市，也有相同的問題。居住乃是基本人權，但在面對巨大的經濟利益時，人權依舊被忽視被剝奪。究竟青年在目前惡劣的社會環境中，將如何自處，並找到居住之道呢？

(1)陳怡方

書名	低端人口：中國，是地下這幫鼠族撐起來的
作者	派屈克·聖保羅
出版社	聯經出版公司
出版日期	2018/04/27
選讀原因	這本書真實寫出了中國大城市中的低端人口，他們撐起了城市的基本勞動力，但卻得不到基本的居住品質保障，映照了台灣的高房價，希望藉由對話的過程中為台灣尋找解方。

(2)倪旻勤

書名	房奴：時代控訴長篇小說
作者	胡霜霖
出版社	釀出版
出版日期	2013/05/02
選讀原因	炒地皮、養房子，房價高漲年輕人該何去何從？為了擁有棲身之地，年輕人得付出多少努力？擁有屬於自己的居所，會不會其實是被為了得到它的想望永遠的困住？

(3)王家津

書名	如何謀殺一座城市：高房價、居民洗牌與爭取居住權的戰鬥
作者	彼得·莫斯科威茨
出版社	行人
出版日期	2018/08/23
選讀原因	城市變遷、房價高漲的現象在全球城市紛紛上演，本書的作者提出上述情形因縉紳化導致，而這樣的過程是可能被阻止、可以被控制的，透過閱讀本書，我們有機會找到重新塑造城市的突破口。

(4)許華珊

書名	蟻族：大學畢業生聚居村實錄
作者	廉思 主編

出版社	廣西師範大學出版社
出版日期	2009/09/01
選讀原因	探討中國八零年代大學畢業生聚居群體之現象，反映了高知識青年在離開大學後反而成為社會中的弱勢團體

(5) 李怡庭

書名	居住正義：你我都能實踐的理想
作者	張金鶚
出版社	天下雜誌
出版日期	2016/08/24
選讀原因	台灣囤房炒房現象嚴重，買不起房子的年輕人只能當無殼蝸牛。本書作者試圖提出解方，相信唯有實踐居住正義，台灣才能達到「住者適其屋」的終極理想。

(6) 林易秋

書名	下一個家在何方？驅離，臥底社會學家的居住直擊報告
作者	馬修·戴斯蒙
出版社	時報出版
出版日期	2017/06/02
選讀原因	政策保護了房東，那麼房客呢？在沒有居住的地方後，他們的生活如何？成為街友？還是？

(7) 陳君婷

書名	反迫遷手冊
作者	余宜家/等編著，台灣人權促進會，台灣反迫遷連線/主編
出版社	新學林
出版日期	2017/04/30
選讀原因	內容圍繞著當前居住權問題的五大制度根源——土地徵收、市地重劃、都市更新、非正規住居、遊民。

(七) 第七周主題：政治

核心問題：台灣由於歷史因素，一直處在一個政治認同分裂的狀態，在過去的年代人被分為藍綠，政治被政黨操弄，在新聞炒作之下，政治變成了一場鬧劇，太陽花學運後，人民的聲音逐漸被看見，不同的政黨如春雨後萌芽，無黨籍候選人也能在大選中勝出，在歷史變遷之下，心一代的年輕人又是如何看待自己身處的這片土地，對於政治又是如何的看法，又是否願意負起身為一位公民責任呢？

(1) 李怡庭

書名	重構二二八：戰後美中體制、中國統治模式與臺灣
作者	陳翠蓮
出版社	衛城出版

出版日期	2017/02/24
選讀原因	許多對二二八的描述，偏重在個案化的受害者紀實，而本書試圖從政治面的時空背景切入，結合最新出土資料，重返二二八的歷史起點。

(2)倪旻勤

書名	最低的水果摘完之後
作者	顏擇雅
出版社	天下雜誌
出版日期	2018/01/03
選讀原因	我們身在一個焦慮的時代，藉由作者對於台灣國際關係、政治的分析，幫這樣的焦慮找到解答和出路。

(3)陳怡方

書名	中共攻台大解密：1000個轟炸目標、14個登陸的戰場、一年兩度的時機，以及台灣人民何去何從
作者	易思安
出版社	遠流
出版日期	2017/12/28
選讀原因	中國政治大大影響了台灣的政治經濟走向，藉由了解中國對台政策去了解台灣自身的歷史和未來。

(4)許華珊

書名	記憶與遺忘的鬥爭：臺灣轉型正義階段報告
作者	臺灣民間真相與和解促進會
出版社	衛城出版
出版日期	2015/10/21
選讀原因	探討台灣轉型正義的歷程與反省。

(5)林易秋

書名	誰是中國人：透視臺灣人與香港人的身份認同
作者	林泉忠
出版社	時報出版
出版日期	2017/09/05
選讀原因	北京自稱大陸是臺灣人民的「祖國」，為什麼臺灣人認為中華人民共和國是自己祖國的只有百分之零點一？

(6)陳君婷

書名	台灣人的國籍初體驗：日治台灣與中國跨界人的流動及其法律生活
----	-------------------------------

作者	王泰升, 阿部由理香, 吳俊瑩
出版社	五南
出版日期	2015/07/25
選讀原因	講述身為台灣人在國籍上遇到的問題與體驗

(7) 王家津

書名	野火集
作者	龍應台
出版社	圓神
出版日期	1985/12/31
選讀原因	野火集在 1980 年代的時代背景下有重要意義，如果說這個世代的年輕人傾向對政治冷感，那麼作者身為一個在戒嚴時期的海外留學生，她在書中對台灣人的呼籲，進而在當時影起廣大迴響，值得我們去一窺究竟。

三、進行方式

(四) 具體進行方式

1. 選一天午餐或晚餐一邊吃飯一邊討論，盡量限制在兩小時結束
2. 每個人選不一樣的書，選好書後再群組告知其他人，簡單說明一下書的內容
3. 每個人按照排程，固定星期幾在部落格發文，部落格小編負責審錯字
4. 部落格上的文章各自分享於臉書個版，每單元限制至少發兩篇文章
5. 部落格：<https://medium.com/>(暫定)
6. 書籍分享後可以互相交換借閱

(三) 選書

閱讀材料：

1. 主題面向盡量不重複
2. 選好書後告知其他人
3. 閱讀材料：2008 年金融海嘯後十年東亞地區作家的書籍作品或文字創作，以近十年東亞作家為主，若有西方作品有符合台灣問題可以借鑒也可接受。

四、預定討論時程(日後可再行調整，但不得少於 6 次)

次數	日期 (年/月/日)	開始時間 結束時間	地點	研討主題
1	2018/09/16	19:00-21:00	多果餐廳	相見歡，確認各周主題，並填寫申請書
2	2018/09/25	18:30-20:30	綜院研討室	網路世代議題
3	2018/10/09	18:30-20:30	綜院研討室	性別議題
4	2018/10/23	18:30-20:30	綜院研討室	婚姻與家庭議題
5	2018/11/06	18:30-20:30	綜院研討室	教育議題

6	2018/11/27	18:30-20:30	綜院研討室	就業議題
7	2018/12/10	18:30-20:30	綜院研討室	居住正義議題
8	2018/12/17	18:30-20:30	綜院研討室	政治認同議題
9	2018/12/24	8:50-12:30	綜院研討室	期末發表會

※執行期程為 107/10/11（四）至 107/12/3（一）

※請確實規劃，表格如不敷使用請自行增列

五、預期成效

我們希望藉由閱讀和互相討論的方式，激勵彼此去關心社會議題，並了解身邊社會環境，培養出尊重多元觀點的心態，同時產生出因應未來社會加劇變動的能力，提升競爭力。

六、經費預算

序號	項目	單價	數量	總計	說明
1	餐費	80	49	3920	七位成員七次聚餐
2	海報材料費	500	1	500	期末發表會海報
總計				4420	

※請確實規劃，表格如不敷使用請自行增列

七、具體成果展現

每周讀書會結束後，我們都會彙整自己個人的心得，撰寫成讀後筆記，我們的成員共有七位，因此一周將會有七篇產出。撰寫完後由當周負責的同學彙整放置 Medium 社群媒體《厭世女孩》，作為知識產出的共享平台，並分享在自己的 FB 或是 IG，供身旁的親友參考，創造多元對話的機會，共同思考當代年輕人的出路。以下為將在每周主題擇二篇 Medium 讀後筆記呈現。



厭世女孩

Nov 2 · 1 min read

(一) 第一周主題：網路世代

女孩 厭世女孩
Sep 30 · 1 min read

自媒體時代的社群媒體經營之術——

社群媒體怎麼玩？打響個人與企業知名度的獨門祕訣讀後感

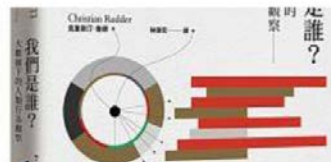
Flora J/筆



Read more...



女孩 厭世女孩
Oct 11 · 1 min read



即使科技日新月異，人性始終還是人性

——《我們是誰？大數據下的人類行為觀察》讀後隨筆

by魚現

Read more...



(二) 第二周主題：性別議題

女孩 厭世女孩
Oct 17 · 1 min read



罩袍底下的堅毅與勇氣

— 阿富汗的女兒在哭泣讀後感

Joy/筆

Read more...



女孩 厭世女孩
Oct 20 · 1 min read



她們還是我們的年代——

《82年生的金智英》讀後感

來自水星的貓/筆

一、她們or我們的年代?

Read more...



(三) 第三周主題：婚姻與家庭

女孩 厭世女孩
Nov 9 · 1 min read



感受不到的安全感 —— 社會冷酷無情，青年不敢踏入婚姻

Min

Read more...



女孩 厭世女孩
Nov 18 · 1 min read



做為父母的身不由己 —— 上流兒童讀後感

來自水星的貓

想要任性

想要在街上唱歌跳舞

想要在臉上畫上各種顏色

發現了長大的過程是甜美也是一種殘忍

如果可以的話 希望可以大哭或大笑一場

Read more...



(四) 第四周主題：教育議題

文憑和標準化測驗成為過去式？

——《教育扭轉未來：當文憑成為騙局，21世紀孩子必備的四大生存能力》讀後感

JAGABO/筆

我的選書原因：時代在變，看待文憑的眼光也要跟著改，

常常聽到長輩提到，在以前拿到大學學歷是一件多麼不容易的事，反觀今日幾乎人人都可以上大學，我們卻好像進到了一個學歷貶值的時代。90後的我們都深有所感了，那麼在這之後出生的世代，他們面臨的處境一定比我們更加嚴苛，因此，不論是在體制內或體制外的

女孩 厭世女孩
Nov 27 · 1 min read



升學教育後的人倫慘案

—— 讀「誰在教育中國」的震驚

/min

Read more...



(五) 第五周主題：就業議題

女孩 厭世女孩
Dec 6 · 1 min read



美國夢下的貧窮原罪

— 《窮忙：我們這樣的世代》讀後筆記

by 魚現

[Read more...](#)



女孩 厭世女孩
Dec 4 · 1 min read



開往未來的創業號即將發車，還沒上車的旅客...

— 《就業的終結：你的未來不屬於任何公司》讀後感

JAGABO/筆

[Read more...](#)



(六) 第六周主題：居住正義

此讀書會安排在 12/10，於繳交成果報告書之後，因此尚未有心得產出，具體成果將會於成果發表會分享。

(七) 第七周主題：政治認同主題

此讀書會安排在 12/17，於繳交成果報告書之後，因此尚未有心得產出，具體成果將會於成果發表會分享。

下圖為成果發表會海報。

每週都會選擇一個
現在台灣討論熱烈的議題
依據主題選擇相關書籍後
進行分享討論
希望透過閱讀
為台灣青年找出
屬於我們這個世代的答案

**台灣怎麼了，
十年的下坡路。**

陳怡方 許華珊 李怡庭 倪昱勤
王家津 陳君婷 林易秋

09/25 網路世代	10/09 性別議題
10/23 婚姻家庭	11/06 教育議題
11/27 就業問題	12/11 居住正義
	12/17 台灣認同

晚間 1900-2100

厭世 是因為愛這個世界

國立政治大學教學發展中心
107 學年第 1 學期讀書及學習行動小組成果報告書

小組編號	13
小組名稱	UX 讀書會
小組計畫主題 (請勾選)	<input type="checkbox"/> 學習力 <input type="checkbox"/> 創造力 <input type="checkbox"/> 行動力 <input type="checkbox"/> 經典閱讀
小組召集人/系級	心理四 唐逸安
小組閱讀主題	UX(user experience, 使用者經驗)

小組成員名單					
人數	系級	學號	姓名	手機	E-mail
1	心理四	10470204 6	唐逸安	09332058 86	anki0904@gmail.com
2	心理四	10470204 1	郭思□	09563335 03	104702041@nccu.edu. tw
3	地政三	10520742 4	劉孟欣	09118225 75	105207424@nccu.edu. tw
4	經濟四	10320808 1	蔡佳玲	09222665 37	103208081@nccu.edu. tw
5	經濟碩二	10625801 7	施佳綸	09790286 69	106258017@nccu.edu. tw
6	英文四	10350104 4	鄭媛元	09586540 18	103501044@nccu.edu. tw
7	英文四	10450104 3	葉眉軒	09180296 88	104501043@nccu.edu. tw
8	廣告四	10440506 2	林岳柔	09751576 11	104405062@nccu.edu. tw

一、計畫動機與目的

一開始因口很喜歡 UX 這個領域的口念，我和另一位召集人自己學習了一段時間！（實習跟自己練習架站）後來在因緣際會下，發現同系的彼此居然都在這口領域學習，就互相作口學習的夥伴；互相資源一段時間後，決定透過學校讀書會的計畫一起找更多校園內對這門領域有興趣的同學一起學習，藉由大家互相分享跟討論的方式來讓 UX 的知識能更加活用，甚至是操作一些簡單的專案！

透過一學期的運作，對於透過讀書會來學習跟練習 UX 的方式更加有信心，也很感謝政大讀書會的計畫給我們的資源，便想給政大回饋，希望從讀書會開始在政大慢慢扎下 UX 的根，讓更多人知道這個選擇的存在。如果越多不是這個相關領域的人能了解這部分，就算讀書會只是短短幾週，也會對他們以後在公司或企業裡，遇到其他人提出 UX 的想法時更加能接受！UX 在業界運作中，很常遇到問題基於現實和成本考量，對 UX 沒有口念的人很難一下就接受或瞭解 UX 的提案，或是不覺得公司裡面需要一個 UX 設計師。所以我們覺得只要有人願意來認識這塊領域，都是對我們所喜歡的這門專業的一個推廣，雖然我們都還只是入門的初學者，但仍希望能趁我們還在校園時多去口這門領域做點什口！所以除了基於自己本身喜愛的學習之外，也希望樣這樣的思考邏輯跟想法和這樣以人口本的口念 能從我們自己做起，往身邊的人開始推及跟擴散！

二、閱讀主題 _____

選讀典籍

書名	如何設計好網站：Dont Make Me Think
作者	STEVE KRUG
出版社	上奇資訊
出版日期	2014/09/25
選讀原因	堪稱 UX 圈聖經的一本書，作者以新鮮觀點讓本書成為經

	典的諸點原則。本書輕薄，讀來也非常有趣。
--	----------------------

書名	WEB 設計職人必修：UX Design 初學者學習手冊
作者	玉飼口一，村上口介，佐藤哲，太田文明，常盤晋作
出版社	旗標
出版日期	2018/05/11
選讀原因	這本書是日本大型數位行銷公司 IMJ Corporation 執行 UX 設計的作者群寫的，是針對網站製作初學者設計的一系列 UX 設計課程。從 UX 設計基礎開始，到「易用性評估」、「製作原型」、「結構化口本」、「使用者調口」、「顧客旅程地圖」、「塑造使用者形象」、「導入組織」等，共分成 8 章來說明。書中收錄了實際操作時可用的技巧及大小兩個專案模型案例，不只是紙上談兵；還提供範本下載！

書名	設計的方法
作者	布魯斯·漢寧頓、貝拉·馬汀
出版社	原點
出版日期	2012/10/25
選讀原因	書中舉出許多實務經驗和技法，可作為我們與實務結合的開端。像是一本百科全書的存在，也讓我們可以很快的連結每一個技法跟比較其中的差異！

書名	鉤癮效應：創造習慣新商機
作者	Nir Eyal, Ryan Hoover
出版社	天下
出版日期	2015/12/28
選讀原因	矽谷知名育成中心與天使投資基金 500 startups 創辦人 戴夫·麥克盧爾：「對於任何一間渴望瞭解使用者心理的新創公司來說，尼爾的作品是不可或缺的入門金磚。」口了得到更多設計之後或設計當下可以先優先考慮的細節，我們希望用這本書來讓我們了解更多實作和行銷心理。

三、活動回顧

進行方式

我們將成員分成小組，輪流負責不同的書和章節，連續六週做分享，其中一週藉學校補助的資金請講師帶領我們學習更深度的主題，也驗收大家經過一段時間自我學習的成果。

執行時程

次數	日期 (年/月/日)	開始時間 結束時間	地點	口討主題
1	107.10.15	10:00-12:00	大 仁 105	UX 入門——先驅及《UX Design 初學者學習手冊》分享
2	107.10.22	10:00-12:00	大 仁 105	UX 入門——《Don't make me think》、《UX 使用者體驗的 100 堂必修課》分享
3	107.10.29	10:00-12:00	大 仁 105	UX 進階——設計的方法 (1)
4	107.11.19	10:00-12:00	大 仁 105	UX 進階——設計的方法 (2)
5	107.11.26	10:00-12:00	大 仁 105	UX 進階——鉤癮效應
6	107.11.26	19:00-21:00	綜 院 113	UX 實務——UI/UX 改變政府的一部分

活動剪影



四、實際成效與綜合檢討

第一次讀書會-UX 入門——先驅及《UX Design 初學者學習手冊》分享

壹、介紹 Donald Norman

- (一) 十五年前的演講：<https://www.youtube.com/watch?v=9BdtGjoIN4E>
- 「design and emotion」、「快樂可以激發創意，跳脫框架思考；焦慮可以激發效率，將工作準時完成」
 - 情口最終會由行口表現出來
 - 反應一行口—反思

(二) 十五年後的演講

https://www.ted.com/talks/don_norman_on_design_and_emotion?language=zh-tw

- 「使用者體驗」不僅是架設出網站、app，而是體驗世界的方式

(三) 問題討論

- Donald Norman 十五年前與十五年後所持有的信念仍相同口？
A：十五年前的演講較著重物的分析（口品面），十五年後的演講擴及到與口品相關、或是口品外的所有體驗；十五年前認口快樂最重要，十五年後開始對 UX 有更口楚的定義
- 不尋找根本價口的 UX 設計仍具有意義口？
A：在資源有限的情況下，盡量理想，但不可能善盡善美，例如：**Instagram** 一開始只是想做旅遊 app
- UX 白皮書：「UX」並非一般所指的口品或服務等「事務」，而是包含所有和口品關聯的體驗，例如：咖口廳的裝潢、氛圍等

□、《UX Design 初學者學習手冊》

- 優點：適合實作、功能與情境的連結口楚
- 缺點：日本案例居多、圖片裡的日文沒翻譯到
- 活動：早晨地圖實作練習

(1) 在便條紙上記錄從早上到口室的過程中會做，以動詞+名詞的形式書寫，然後按照時間軸貼在白板上形成一

則故事。活動將進行數輪，每一輪都會把步驟再省略，最後成口精簡版本



的故事

(2) 活動目的：讓大家了解 UX 設計師思考用戶體驗時的思考方式，讓口品能滿足類似情況、但細節需求不同的客戶

第二次讀書會-UX 入門——《Don't make me think》、《UX 使用者體驗的 100 堂必修課》分享

壹、《如何架設出好網站》

一、問題討論

1. 什口是好網站？
A：按口是否能連結到想要的資訊、功能、架構口楚、連結有效、人性化或直覺性操作
2. 平面設計與網頁設計的差別
A：平面設計較能呈現設計者本身的藝術理念、較主觀、屬性較靜態；網站設計較口調架構、實用性、畫面按口簡潔、線上客服有效回答、屬性較動態
3. 找出國內國外的網路畫作租賃平台的特色與功能的不同
4. 如何累積經驗和靈感？
看完他人的網站，累積新的想法，可討論是否新增新功能
5. 如何配置字和按鍵？
靠左或靠右效果比置中好（台灣網站靠左居多）
要有好的副標 6-8 個字（有名的也是）（現今副標少）
不要太多直的橫的差異

二、十點測試（遠遠看依然知道網站目的）

1. 要幹口
2. 明顯可以點的詞跟符號
3. 像玩大富翁一樣，一格一格明確區分
4. 說明越少越好
5. 導覽頁告訴我們這裡有什口？那口口用？重點就是要把階層結構表達出來
6. LOGO 每一頁都要放
7. 搜尋就搜尋，不要快速尋找、快速搜尋、關鍵字搜尋，寫 GO 也是可
8. 每一頁都要有名稱
9. 滑鼠在口裡要很明顯
10. 放標籤

三、後車廂測試

1. 這是什口網站
2. 我在口一頁

3. 有□些主要分區
4. 我在這一層有□些選擇
5. 在整個架構中，我身陷何處
6. 我要□□搜尋

□、《UX 使用者體驗的 100 堂必修課》

一、大綱

1. 作者 **Joel Marsh**：「淺顯易□有幽默感的說話方式」
2. 核心理念：
 - 讓使用者開心就是成功的 UX □？□什□？
 - 什□對 UX 是重要的？
 - 看到的只是冰山一角，看不到的才是著重的地方
 - look feel matters** (EX 線上刷卡卡號號碼輸入框的 16 碼太長，改成 4x4 輸入能讓買東西更順手)
3. 使用者心理：情□反應只是對於有無達到目的的反應
 - EX** 電商網站的目標是購物
 - 要考慮設計師和使用者的認知差異
4. 使用者□究
 - 開放式提問：□會□□形容我？
 - 引導式提問：讓答案的範圍狹窄
 - 二選一 / **YES** 或 **NO**：選項的有效性？
 - 問問題時不要試圖引導，要去觀察使用者是如何失敗的，也就是觀察修正
5. 人物誌 (**persona**)
 - 須包含使用者的動機 目標、期望、動機、行□
 - 有效的人物誌能幫助設計師增加 **feature**
 - 同理心地圖 (**empathy map**) 能讓讓設計師更了解使用者需求
6. 顧客旅程的地圖：時間軸 (**empathy map**)

第三次讀書會-UX 進階——《設計的方法》（一）

壹、本書五個階段

1. 規劃、釐□、定義，探索並界定專案的範圍
2. 大量□究、田野調□，歸納形成設計意涵
3. □念形成及早期原型，含參與式和衍生式設計活動
4. 循環測試和反饋，進行評估改進和製造
5. 上線和監控，評估是否達上市程度，並持續觀察修正

□、其他細節補充

- 其他 **UX flow** 說沒有一定要遵守的流程
- **wireframe**、**mockup**、**prototype** 是什□？
 - wireframe** 只有黑白線稿，**mockup** 是漂亮的圖 + 有動畫會變
 - prototype**

參、方法介紹

1. 腦力激盪組織圖：視覺化激發想法（初期階段最有效！）
腦力激盪網狀圖：發展核心
樹狀圖
流程圖：一個動作會連結到一個主題大家一起發想
2. 商用摺紙：起源日本小野健太先生所提出的一種思考方式。
利用摺紙來做出象徵性的東西，讓人可以快速連結、口述故事。
步驟 1：準備剪紙，每張代表人、地點、聯繫管道、組織、通訊工具等等
步驟 2：將摺紙放在白板或白紙上，利於參與者都能口楚看到
步驟 3：標註出所有角色的利益關係（互動的價口交換）
步驟 4：連結各個流程
優點：同等發言權、了解不同觀點、用紙代表人，比較好說故事
3. KJ 法
KJ 法是無聲的
可以多人同時進行，有效運用時間
沒有團體意見壓力
解決傳統會議的缺點，協助團隊達成共識
4. 狩野分析
對客戶來說，並非所有口品屬性都重要。
狩野分析就是找出影響力最大的要素。
目的：(1) 了解口品功能、服務與使用者滿意度間的相關性。(2) 依使用者滿意度，辨認口品功能的優先改善順序。
5. AEIOU
「觀察與訪談」的方法，口簡單的記憶術，適合引導與記錄觀察
活動 Activity
環境 Environment
互動 Interaction
物件 Object
使用者 User
實證設計：口調實證跟應用必須做緊密的結合，依據可信的口究做成決策，並非僅依賴直覺。
主要應用在醫藥界，以及許多改善環境中的服務和口品。
設計前：必須先觀察，歸納分析問題口何？然後針對問題進行一系列的口究，試圖推斷一個可以解決問題的假說
設計中：根據這個假說，做出雛形測試
設計後：透過各種評量表驗證設計，評估是否改善問題，達成目的。
6. 意象看板
(a) mood board，將圖片、口圖、品牌圖像口貼在一起，透過視覺來溝通所針對的美學、風格、對象、脈絡或設計意圖的其他面向。
(b) 在團隊內可以被視口具體的設計方向，凝結共識
(c) 不只是口色，也可以是其他視覺：手繪 質感
7. 期許測試
(a) 當設計方向出現爭議，期許測試可以將辯論焦點從什口是最好的設計，轉移到什口是可以讓使用者擁有好心情的設計。

- (b) 期許測試可以引導使用者表達並解釋他們對某設計的感覺，適合在□品的原型階段使用，作□未來改版的基準。
- (c) 操作方式：準備寫有各種形容詞的索引卡，包含正面、中性、負面的感覺情□，使用這在進行中使用這些索引卡，表達自己的感覺。□究者紀錄使用者所做的選擇，並且請使用者詳述選擇索引卡的理由與意義。透過重複多次程序，比較使用者的實際情□反應與預期中的落差，並以此作□改良基準，重新設計。重複此流程直至使用者出現預期反應□止。
8. 經驗原型：□動態參與，親身與原型系統、服務、□品或地點互動。
- (a) 深入設計的開發與測試，這種方法是成本低，來模擬□實的使用狀況
- (b) 可能包含簡單的道具與角色扮演，來了解使用者體驗的過程
9. 群眾外包
- (a) 聚集非特定的一大群人，自願加入一項公告活動，完成工作和微型專案。
- (b) 書上案例：□蛙設計
- (c) 類似案例：2014年奧美廣告所製作的孔雀□乾各種吃法創意廣告，原本初期是只希望大家提供各種吃法，藉此行銷與宣傳，但後來思考的出發點是”消費者自己獨特的孔雀□乾吃法”於是□求增加互動性與□實性，找來了藝人將吃法拍成影片，並且三天內拍完。
10. A/B 測試
- (a) 用來比較同一設計的兩個不同版本，由統計結果找出□種較能達到目標。
- (b) 表格設計、按□設計、輔助說明設計等等
- (c) 可以衡量□種設計比較好，但無法幫助□了解□什□
11. 脈絡設計
- (a) 讓設計師的工作變具體
- (b) 以客戶□中心的工作流程
- (c) 每個步驟都與客戶的資料緊緊相依，讓設計師能□具體、□楚能與人分享。
- (d) 隨著組織文化與專案的不同，會有不同的步驟細節 **Rapid Contextual Design (K. Holtzblatt)**，建議將流程分□下列步驟
- A 脈絡訪□**：了解目標客戶是誰，客戶生活中如何工作。先觀察使用環境，瞭解使用者沒有說出口的資訊的先決條件□究人員實地參與訪□，找出隱藏的工作結構。
- B 詮釋會議**：有結構的簡報每個客戶的訪談。目的：從個別的脈絡訪結果中，識別並記錄下設計的重點。在團隊中的每一個人，以自身的觀點來闡述訪□的資料，並分享自己的設計、行銷以及商業相關的影響。
- C 工作模型 & 親和圖**：提供團隊一個架構，將複雜系統具體呈現
- 工作模型：互動模型(Flow Model)、序列模型(Sequence Model)、文化模型(Culture Model)、器物模型(Artifact Model)、實體模型(Physical Model)
- D 願景(Vision)和分鏡圖(Storyboard)**：綜合工作模型形成□念
- (1) 願景的重點以蒐集到的客戶資料重新檢視□起使，分析出關鍵的因素及議題。然後以□述故事的方式，來講解新方法的□念以及方法所對應的情境，是如何能□解決客戶的問題。

(2) 分鏡圖：將建立完成的願景分成□許多情境，每個情境中使用者如何新的方法系統中運作

E 使用者環境設計：系統新的平面圖，記錄每個地方的結構、流程。以實做面向的系統「平面圖」，記錄系統各部分的功能及流程，可以改善目前的行□。

F 紙上模型訪談：製作介面模型，進行測試

肆、狩野分析練習

五個□品屬性類別：

必要：不可或缺，最低門檻（如隱私權保護、安全性）

想要：讓□品有價□的屬性，沒有會失望

驚□：沒有不會失望，有了會很開心

中性：有沒有都沒差

負面：要避免有這個屬性（如免費有廣告，付費就不會有廣告）

M 基本型需求 (Must-be)：最基本一定要達到的事情

O 期望型需求 (One-dimensional)：增□功能或是服務品質

A 魅力型需求 (Attractive)：增添服務或□品吸引人的部分

I 無差異需求 (Indifferent)：無所謂，可有可無

R 不需要 (Reverse)：不需要的功能，甚至對該項反感

Q 有疑問 (Questionable)：表示有疑問的結果，一般不會出現這個結果，除非這個問題的問法不合理、受測者沒有很好地理解問題、或者是在□寫問題答案時出現錯誤

問題設計：一組問題：具備 / 不具備這個屬性

– 如果政大附近商家有提供免洗餐具，□覺得如何？

– 如果政大附近商家沒有提供免洗餐具（竹□子），□覺得如何？

計算%，如：

M 基本型需求:2 票(20%)

O 期望型需求 2 票(20%)

A 魅力型需求:1 票(10%)

I 無差異需求:2 票(20%)

R 不需要:3 票(30%)

Q 有疑問:0

我們的討論結果是 **3A1M**：大部分人覺得是應該的，如果沒有就不想去

伍、AEIOU 練習：

題目：設計前手術室櫃台上有個排程版，因□特殊狀況，例如急診，器官移植，延誤等，常常需要緊急變更排程版，做人員或資源上的異動。同時手術室櫃□也是解決問題，協調糾紛的地方。因此手術室櫃□的設計上，有什□要特別重視的需求？

討論結果：要能快速反應、區分緊急跟可等待的病患、知道手術室裡面有沒有人、傷患等級、電子標籤、易進出櫃□。

第四次讀書會-UX 進階——《設計的方法》（二）

- 情書 & 分手信：表達對口品的情感，建構同理心

情書：使用者與口品接觸的內心感受

描繪迷戀、愉悅、忠誠的原因

ex: 很喜歡喝星巴克，所以每天喝，像在跟星巴克交往一樣

分手信：關係如何、何時開始、何時變調，

提供口棄品牌的洞見，

介紹新歡

情書、分手信練習：書信的寫法

- 利益關係人分析圖

Nodes：組織、關係

Edges：方向性，（若關係複雜，旁邊會加上註解）

找出與結果利害相關的人（用口色分群）

- 快速反覆測驗評估法

設計過程前期

一連串無失誤的成功

對於觀察人員、主持人有很高要求：因口要立即發現問題並修正

過程：修正後必須連續達到五次以上成功

成員分享：**1.** 覺得可以依照成本高低，來決定是否做五次

2. 看功能重要性

- 三角比較法

訪談技巧，解釋其中兩者與第三者的差異

（以某一個口品口基準，講述其他兩者的特色，不是三個各自表述）

重複進行

- 文字雲

資訊視覺化、處理大量質化資料

缺陷：有些名詞可能口領域特別用語，要建構自己的詞庫，

- 利害關係人瀏覽

共同開會：終端使用者、開發團隊、專案利害關係人

成本較高，效果較高

注意的點：可能因專業人員過於專業的語言，導致使用者對其的不好觀感

- 放聲思考法

使用性口究裡最常見

同步式放聲思考，參與者一邊執行一邊回饋使用感想

(ex 螢幕錄製某個網頁的使用情形，邊描述現在的行口與使用體驗)

- 使用性測試

以任務及情境故事口核心

任務：顧客口實目標

情境故事：背景

- 關鍵績效 KPI

洞察訪客需求

站內搜尋分析

用戶點擊搜尋百分比、搜尋跳離率

第五次讀書會--UX 進階——《鉤癮效應》

壹、前言

習慣就是人們不用想就會做的事情（一起床就滑手機、排隊時滑手機）

□、鉤癮模式四大步驟

1. (內、外部) 觸發、行動、變動□賞、投入
2. 如果能□幫助建立使用者習慣就無須花太多錢行銷
3. 使用者需要什□，紓解□種痛苦：如何設計
4. 因□是□了達成目標使用、完成慾望使用，所以一定有預期目標。如果第一步的行動耗腦大於□的□賞預期，那他還時不會去使用。
5. 成習□品會改變使用者的行□，創造自發性的使用者參與，對公司獲利有益
6. 習慣養成對企業的益處：
 - 增進顧客終身價□：□品設計師應
 - 提供定價彈性 (微笑曲線)：使用者使用□品的時間拉長付費意願提高 (ex: evernote 會鎖一些功能)
 - 大幅促進成長 (病毒傳播週期)
 - 提升競爭優勢
7. 投資者希望□的□品是止痛藥；用久了成習慣的□品再剝奪也是止痛藥
8. 外在觸發
 - 喚起行動，讓使用者知道該有所動作
 - 外在觸發本身含有訊息，告訴使用者下一步□□做
 - 例子：可口可樂的販賣機，圖片問□是否感到口渴並圖片呈現給可樂的動作
 - 例子：希望□進帳戶更改內容，直接給一個登錄按□
 - 類型：
 - (1) 付費買來的觸發 (廣告、搜尋引擎行銷)
 - (2) 媒體的美言、瘋傳的影片
 - (3) 透過關係的觸發：由某人告訴其他人某□品服務如何，一人帶一人 (例如：twitter 轉推) 這個是作者最喜歡的作法
 - (4) 公司自有的觸發：看使用者要不要這些觸發現身 (要不要訂閱、要不要關鈴鐺) (訂閱電子報)，此作法最有回流能力
9. 暗黑模式 (儘量不要使用)
 - 傳連結給□邀請碼而非□□正想要的東西
 - 對□品本身是很大的傷害
 - 造成使用者對□品信賴度下降
 - 讚數如泡沫
10. 內在觸發 (使用一段時間後，會自動浮現)
 - 看不到聽不到摸不到，會自動浮上心頭
 - 情□是□大的內在觸發，尤其是負面情□
 - 「下一步行動」的相關資訊成□一種習得聯想 (**learned association**)，寫入使用者的記憶中
 - □品設計者必須知道使用者的內在觸發是什□ (使用者希望解決□種痛苦)
 - 成習□品的最終目標：使用者將□品視□解脫的泉源 (與其想□裡跟人家不同，不如想如何□的開心)
 - 「大家常以□網路讓我們嘗試做新的事情，但人們只想做他們老是做的那些事情」

— **blogger、twitter** 寫日記都是我們原本的習慣，網路只是幫助我們更輕鬆地完成

— 表示的喜歡（自稱想要的） & 表現的喜好（實際做的）差很多

— 清楚地描繪使用者，包括慾望、情口、使用口品情境，對於做出正確的解決方案最重要

— 類似使用者旅程地圖、同理心地圖

11. 五問法（口田汽車提出）

— 透過問五個口什口（藉由上一個題目想下一個題目）來問出最深的需求

— 活動：用五問法想出可以提示使用者展開行動的內在觸發（用自己很常使用的APP口例）

12. Dr. BJ Fogg 開發出一套瞭解行口驅動因素的模型

— **B=MAT**（動機、能力、觸發）

— **Fogg** 主張有三個核心動機因素驅動採取行動的慾望

— 人類都有尋歡避苦的動機

— 口例：口酒廣告沒有口酒只有三個笑的很開心的人
透過使用者需要社群凝聚力

13. Fogg 6 個簡約要素

— 時間（時間不口用？）

— 金錢（價錢過高？）

— 勞力付出（工作一天很累了？）

— 腦力運轉（口品很難口口？）

— 社會偏差（使用者所處的環境接受該行口口？）

— 不符慣例（該行口是否與使用者的例行事務沾不上邊？）（會不會他一個禮拜只想用一次）

— 例如：**Google** 的搜尋功能並不是特別突出，但口的介面很簡潔，結果的呈現，和相關關鍵字列出來都讓使用者不太需要動腦

14. □□□□□□□□□□□□□□□□□□□ □ 增加產品的易用性

— 捷思法（異於直覺、出乎意料的選擇結果）

(1)

稀少性反應（一個瓶子裡只剩兩塊餅乾，比起剩十塊，會覺得剩兩個的比較好吃）

(2) 框架效應：情境塑造知覺（根據周遭環境所提供的資訊走思考捷徑）
在地鐵唱聲樂價值降低

(3) 定錨效應：看到某項資訊就決定是它了（打折資訊出來就選擇它）

(4) 人為推進效應：人們相信自己正在接近目標時，就會更積極（ex：集點卡 / 八點跟十點比，八點的會給人快到了的感覺）

第六次讀書會（開放性讀書會）

內容：UX 實務 UI/UX 改變政府的一部分

講師：卓致遠

1.

□□□—□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□—□□UX/UI□□□□

□□□□□□□□ □ 找coursera的課來練習實作

訪談實作 + K A 法練習

汽車遊戲

行為 興奮地打開app (loading的畫面有戰略分享的文字讓等待不無聊)，大概點「開始遊戲」幾秒後系統就配對完對手可以直接進入遊戲 (等待時間非常短)。進行遊戲時，需要高專注力，幾乎無法更旁邊的人對談 (同時要在小框跟隊友討論還要操作角色的前後移動)。遊戲的勝利分為團隊勝利跟個人殺敵數，就算兩個都不高還是可能因為在遊戲進行中獲得設備或賺得金錢而得到成就感！	
關鍵點 即時、歸屬感、成就感	價值 可以隨時有朋友一起戰鬥的感覺 (每一場遊戲開始都會重新分組，會有這場遊戲的小對話框讓玩家可以溝通如何作戰) 每一場遊戲都是對手跟戰略影響，不會有等級制度，從一開始就可以打實戰 (不喜歡累積新手到一般玩家的乏味過程)

JPTT

行為 經常逛美妝版、男女版、Marvel版等	
關鍵點 可以用來打發零碎時間，不像玩遊戲，可能無法控制停止的時間，滑JPTT隨時可以中止，同時還可以獲取訊息，此外PTT可以鎖定自己有興趣的版，不像FB是用演算的方式。	價值 1.利用零碎時間獲取知識 2.訊息來源多元(葉配較少，也不像Dcard幼稚) 3.使用頁面乾淨簡潔，訊息明確。

VSCO

行為 因為不會調整攝影器材、拍不出懷舊感的照片。	
關鍵點 濾鏡可以立刻做出自己想要的畫面感，操作簡便、功能齊全。	價值 VSCO 的濾鏡可以馬上提高照片辨識度、營造個人風格。訪問者表示，喜歡攝影是因為有回憶的習慣，VSCO 的濾鏡飽和度偏高、有懷舊的感覺，跟他喜歡的風格很合。

WEAR

行為 晚上睡覺前會查詢明天天氣，考量要穿某件單品（如雨天穿可以碰水的鞋子converse），接著打開 WEAR，查詢決定好的單品名稱（converse），並瀏覽相關穿搭，決定好明天要穿的衣服風格。	
關鍵點 喜歡它可以根據查詢的單品找到相關穿搭、可以調整月份找到符合季節的穿搭風格、排版清晰簡潔，用起來很舒服	價值 <ol style="list-style-type: none">1. 可以查看圖片中各單品的品牌2. 可以點擊單品連到外部購物網站 ZOZOTOWN（日本服飾品牌購物平台）3. 可以透過單品查詢類似的穿搭或單品4. 搜尋功能廣，可以用單品名、品牌名等關鍵字5. 可以根據自己身高、月份季節查看相關穿搭

五、成員心得

郭思好：

這是我的第二次 UX 讀書會！這次的選書比上學期更接近實務！例如：《設計的方法》裡面提供 100 種研究方法，質化為主，量化為輔，如果自己看可能就簡單看過去而已，但如果有讀書會，就能跟多位成員一起練習！並加深自己思考，像我們就用 KANO 評價法來分析政大附近店家提供免洗筷，會如何影響消費者的評價。還有三角比較法來比較龍角、茶亭跟五十嵐的差異，透過這些跟日常生活接近的討論不但能加深印

象！未來在實際使用時也能更確定使用時機，謝謝讀書會成員們！

唐逸安：

這是我第二召集讀書會，這次的成員跟上次幾乎沒有一樣的，但大家都很好相處。這次的讀書會相較上次資源的分享較多來說，因為選書的關係，有比較多活動練習的機會！因為和大家一起操作設計的方法，讓我對每一個技巧都印象深刻！覺得在政大組讀書會跟去外面參加工作坊最大的不同就是：在工作坊認識的人通常只能討論比較大的議題，廣泛的、不管是哪所學校或是年齡層都會遇到的；但在政大讀書會裡，可以拿身邊的例子來討論，例如討論學校的一些申請流程能否從哪個切入點去改善，或是 inccu app 的介面有什麼大家都覺得不方便使用的地方，我們能如何改善？……等等，這樣的討論讓我覺得非常踏實也非常喜歡，貼近實際生活也更能吸收。非常感謝大家！

葉眉軒：

這是我第一次參加讀書會，主題是感興趣但陌生的 UX/UI 領域，獲益良多。讀書會的同學們相較之下很有經驗，對於 UX/UI 領域有自己的想法，最棒的是不吝於分享。印象最深刻的是，第一次讀書會實作的「晨間地圖」，集結大家早上做過的事，透過貼便條紙的方式，歸納出一套從起床到教室的流程。以前從來沒有想過，日常生活的瑣事也能有系統地被歸納、分析，並找出洞見。讀書會導讀的三本書《UX 初學者學習手冊》、《設計的方法》以及《鉤引效應》開啟我認識 UX 的大門，以後還有漫長無盡的知識等著去探索、學習，而幸運的是能有一群熱情、聰明而努力的夥伴們能夠一起交流、討論，讓學習不再囿於己見，視野更加寬廣！

林岳柔：

在實習的時候接觸了 UX 以及介面設計，藉此產生興趣。一開始對它既陌生又期待，自己摸索的過程中不免會有盲點和侷限，很開心有 UX 讀書會，認識到了志同道合的朋友，也增加了自己的視野。喜歡一群人一起閱讀書籍，像 UX 研究方法中，貼滿牆的便條紙般交流想法，讓每個人的意見都是平等的，並且值得更深地開發。透過這樣的討論，我從經驗豐富的組員那裡得到了許多寶貴的見解，也更了解研究方法、理論，如何應用在真實的案例中，原先想不通的部分也漸漸明瞭起來。這學期的選書幫助我奠定 UX 的基本知識，反思自己的想法是否不夠全面，也很開心有夥伴在 UX 領域探索更深的知識。

施佳綸：

因為之前實習時有對使用者作一些討論，因此我很快地便決定加入這次的 UX 讀書會，也算是第一次正式接觸 UX。在這次的讀書會中，首先籌辦人選書都是我蠻喜歡的類型，從入門到初學，建立起我對於 UX 的基礎概念。其次是換位思考，成員中有些是有在外面做 UX 的實習或工作，因此在討論時，每每能提供一些有意思的想法。最後是自身的導讀，透過導讀與分享，讓我對於《設計方法》一書有更深入的了解，也讓我學習到許多質化或量化的蒐集與分析方式。

劉孟欣：

我對講座特別印象深刻！卓學長真的很會舉例，也願意把每件事講的非常細非常細！沒有實作經驗的我們常常在書中看到使用者經驗設計師在公司中工作時會遇到

什麼問題，卓學長從提案的步驟開始講起，也順著流程講到設計的理念，讓我們知道「服務提供者的流程」不等於「使用者使用流程」，也讓我們知道當設計好的東西被廠商不接受時可以如何應對。能夠得到這麼多細膩的寶貴經驗，每個人在講座之後都興奮激動的討論著。一個好的教育者總是能夠激發學生學習的興趣，卓學長不只是將知識用好理解的方式塞給我們，還在每個過程中讓我們練習同理，在課程結束前也提醒我們要整理今天學到的，並鼓勵我們思考如何應用！讓我們知道如何延伸思考，如何將所學帶入生活！收穫滿滿的一場講座！

蔡佳玲：

這學期的讀書會是採用指定書籍分享的方式，從入門的書開始、介紹 UX 是什麼，到各種研究方法的使用介紹，以前可能都只是閱覽網路上的文章，資訊有點瑣碎，透過書比較可以獲得完整且一體性的資訊，之後也可以再自己去找尋更進階的書籍來閱讀，不過書籍的更新速度總沒有網路上的文章快，UX 是個注重隨時更新並找尋更好的使用方法的領域，所以經常查看網路文章也是我應該習慣的部分，這學期閱讀的書籍提到了許多訪談的心法，搭配公開講座的卓致遠老師所提到的要以使用者的角度去思考我們所想要改進的流程(或產品)，讓我建立起一個更廣、更長的思考方式，也期許自己日後自行去找尋相關的線上課程，能夠將所學導入到實作層面！

鄭媛元：

第一次參加讀書會，本來對於進行流程感到很陌生，很擔心自己無法好好準備每次的討論。後來才發現，這個讀書會的形式是每週一人分享書籍內容與心得給其他成員了解，未有時間閱讀整本書籍的同學也能藉由該分享成員而快速抓到大意，減少閱讀障礙增加效率，非常喜歡這種形式！而輪到自己分享時也難免有點緊張，頗擔心個人解讀的觀點不夠全面，甚至是有所偏誤，這部分可能是比較擔心的地方，其他部分的規劃都非常喜歡，希望下學期還有類似機會可以舉辦！

六、未來展望

這次除了在交流版招募讀書會成員，也成立了“政大 UX 使用者經驗交流版”讓無法參加實體讀書會的夥伴可以在線上一交流與討論，也有人因此在社團裡找到組員一起參加設計競賽或做 **side project**！希望這個 UX 線上社團可以持續推廣知識到校園的每個角落，不受時間跟地點的限制！讓大家的學習不停歇，有了能在同一條路上互相分享資源、到處參與講座的夥伴已經是我們最大的收穫！希望大家未來也可以在各自的生活中努力追尋嚮望的目標。

國立政治大學教學發展中心

107 學年第 1 學期讀書及學習行動小組成果報告書

小組編號		
小組名稱	規範性與法治社會	
小組計畫主題 (請勾選)	<input type="checkbox"/> 學習力 <input type="checkbox"/> 創造力 <input type="checkbox"/> 行動力 <input checked="" type="checkbox"/> 經典閱讀	
小組召集人/系級	法碩四 104651067 熊庭志	
小組閱讀主題	規範性與法治社會	
小組成員 系級/姓名	法碩四	熊庭志
	哲碩二	鄭煒薰
	法碩四	張修誠
	法碩三	董晉維
	法碩一	劉思萌
	社會四	齊昀
	法碩二	張詠婷
	法三乙	林奕佐

目錄

一、計畫動機與目的：

當代人似乎已無法脫離國家而活。而生於國家之中，則必然會受到一些來自權威的規範與約束，在如今人人琅琅上口的「法治社會」裡，最明顯的例子莫過於法律。法律透過不同的形式，禁止或允許某些行止與狀態發生、存續在社會之中，同時亦宣稱社群成員具有遵守義務。以上可謂「當代人的常識」。然所謂哲學，就是一門以各種途徑「挑戰、甚至推翻人世間的常識，以及社會通念」的學科。(長谷部恭男，216) 這種追問並非漫無目的，乃在於增進人類的福祉。常識固可為善，惟當其成為教條，人便漸漸忘記相信的理由而變得盲目，而盲目又回頭使人更為迷信。更諷刺地，這種危險本身，卻亦是法治社會的敵人。故此，針對規範性的分析與詮釋，進而理解法治之真義，乃當代社會首要的「除魅」(disenchantment; Entzauberung)，亦是本讀書計畫的根本關懷。

二、選讀典籍

書名	理由轉向：規範性之哲學研究
作者	謝世民/ 編
出版社	國立臺灣大學出版中心
出版日期	2015/05/05
選讀原因	本計畫主要閱讀書籍，其匯集了台灣哲學界對於規範性的重要研究學者，從哲學、法律、道德、政治等不同角度切入，並直接對國際學界的核心命題進行回應，屬於相關領域之中，中文文獻的經典之作。

書名	從法律規範性到法理學方法論
作者	王贊榮
出版社	元照出版
出版日期	2013/12/01
選讀原因	小組上次的主要選書，以英美法理學的背景為主，介紹並展示了哲學學術資源如何連結與建構關於法律的圖像、概念與體系，特別是規範性的部分，能有助本次計畫之學習。

書名	規範論證與行動
作者	顏厥安
出版社	元照出版
出版日期	2004/12/01
選讀原因	本書為台灣法理學領域中的重要論文集，內容不但涉及規範性與法律規則、原則及融貫性等問題，更延伸至當代對於法治、多元社會等重要論辯，故列入選書之中

三、活動回顧

進行方式

按意願分配導讀文章，原則上一週 2 人導讀，以及 2 人回應。「回應」是鼓勵性質，希望其能針對導讀內容提問、引起討論與延伸議題。每隔一週進行一次，一次兩小時，視情況得延長。由於成員大多有參與讀書會經驗，較不擔心；至於新手，則會將其導讀的時間安排較好，方便其明白運作的模式；同時亦會安排較有經驗者與其一組。

而本讀書會為開放性經典閱讀之學術性讀書會，常設成員中有大學部學生，因此在組別安排上至少安排 1 位碩班學生與其同組，協助經典閱讀之進行與討論。另外亦預計有 1 到 2 位組外成員參與。

1. 執行時程

(表格與申請企劃書同，修改為實際執行日期)

次數	日期 (年/月/日)	開始時間 結束時間	地點	研討主題
1	2018/11/02	1800~2130	基法中心	如何從理由論探討規範性問題？
2	2018/11/09	1830~2130	基法中心	法律給予我們規範性理由嗎？
3	2018/11/12	1830~2130	基法中心	Enoch 的理由論與法律理由的規範意涵
4	2018/11/16	1830~2130	基法中心	反思法律理由的規範力量—以法實證

				主義為中心（上、H.L.A. Hart）
5	2018/11/19	1830~2130	基法中心	反思法律理由的規範力量—以法實證主義為中心（下、J. Raz, J. Coleman）
6	2018/12/01	1830~2130	基法中心	反法實證理論是否給予法律行動理由？

2. 活動剪影

第一次讀書會	
主題：	如何從理由論探討規範性問題？
時間：	2018/11/02 星期五 18:30-21:30
地點：	綜合院館 15 樓基法中心
參加成員：	齊昀、林奕佐、林秉衡（外）、張詠婷、劉思萌、鄭煒薰、

	董晉維、李采俞（外）、張修誠、熊庭志
書目：	《理由轉向：規範性之哲學研究》導論部分、《法律是什麼？法哲學的思辨旅程》



引言、

當代人似乎已無法脫離國家而活。而生於國家之中，則必然會受到一些來自權威的規範與約束，在如今人人琅琅上口的「法治社會」裡，最明顯的例子莫過於法律。法律透過不同的形式，禁止或允許某些行止與狀態發生、存續在社會之中，同時亦宣稱社群成員具有遵守義務。以上可謂「當代人的常識」。然所謂哲學，就是一門以各種途徑「挑戰、甚至推翻人世間的常識，以及社會通念」的學科。(長谷部恭男, 216) 這種追問並非漫無目的，乃在於增進人類的福祉。常識固可為善，惟當其成為教條，人便漸漸忘記相信的理由而變得盲目，而盲目又回頭使人更為迷信。更諷刺地，這種危險本身，卻亦是法治社會的敵人。故此，針對規範性的分析與詮釋，進而理解法治之真義，乃當代社會首要的「除魅」(disenchantment; Entzauberung)，亦是本讀書計畫的根本關懷。

本次主旨（法碩四 熊庭志主筆）：

一、什麼是規範性問題？

規範性問題可以初步改寫成「涉及應該的證成問題」。

如引言，我們離不開種種的「應該」：法律、倫理、宗教等等，我們先簡稱為「規範系統」。淺而易見地，這些「應該」會與我們的某些思慮打架，例如有時候我們想做 φ ，但倫理說我們不應該做 φ ；「應該」的系統內會打架，例如忠義兩難全；「應該」的系統之間也會打架，例如法律要求我們不應該 φ ，宗教卻要求我們應該 φ 。除了「打架時應

該怎麼辦」，還會引伸出各式各樣的問題，包括主體、理性、認知、判斷等等，十分複雜。

二、什麼是理由論？

初步可以將理由論理解為：主張以「理由」作為探討規範性問題的最基本單位或概念。除了理由，還至少有規則、態度、命令、動機、價值等等說法。理由轉向則是指改以理由論去討論應該。

三、如何從理由論探討規範性問題？

首先，我們可以很快發現理由內建證成功能，進而認識到「應該蘊含理由，理由不見得蘊含應該」這樣的關係。因此理由也像貨幣，可以作為不同理論的交流媒介。以理由討論規範性問題，可以劃出內在理由論與外在理由論，也可以理由論來理解三種主要派別的主張，分別為亞里斯多德派、休謨派與康德派。

階段成果：閱讀了導論的部分，亦補充並融入了一些之前的閱讀成果，把一些基礎的概念進行釐清與定義，方便接下來運用到法律規範性之上。成員多有參與讀書會經驗，以意願分配了接下來的導讀範圍。

第二次讀書會	
主題：	法律給予我們規範性理由嗎？
時間：	2018/11/09 星期五 18:30-21:00
地點：	綜合院館 15 樓基法中心
參加成員：	董晉維、林秉衡（外）、張詠婷、劉思萌、林奕佐、齊昀、鄭煒薰、李采俞（外）、張修誠、熊庭志
書目：	《法律的規範性與理由的給予》



本次主旨（法碩四 熊庭志主筆）：

法律理由必然會給予規範性理由嗎？如果法律禁止人民吸菸，那麼規定本身是否人民不應該吸煙的理由？還是規定額外地給了一個「不吸菸乃為身心健康（假設）的理由，予人民行動？什麼才是真正的理由？如果某君不是因為想要身心健康而不吸，反而是因為害怕被政府懲罰，那麼規範性到底何來？他仍算是服從了法律的要求嗎？如果法律本身不是規範性理由，也不給予規範性理由，我們有什麼規範性理由要守法？

第三次讀書會	
主題：	Enoch 的理由論與法律理由的規範意涵。
時間：	2018/11/12 星期一 18:30-21:00
地點：	綜合院館 15 樓基法中心
參加成員：	李采俞（外）、董晉維、張詠婷、林秉衡（外）、劉思萌、鄭煒薰、張修誠、齊昀、熊庭志、林奕佐
書目：	《法律的規範性與理由的給予》



本次主旨（法碩四 熊庭志主筆）：

法律如何給予我們行動理由？這些行動理由是規範性理由嗎？亦即法律理由的規範意涵問題。

學者 David Enoch 認為有三種理由給予的方式：認識性的給予理由、觸發性的給予理由和強勁性的給予理由。法律給予理由的方式，主要是一種觸發性的理由給予模式。強勁性的給予理由十分罕見，Enoch 不甚認為法律可以做到這種程度。

以文章中用買牛奶的例子說明：觸發性理由在商家調整牛奶價格的情況下，會觸發既已存在的「想要省錢」的蟄伏性理由，接收者就依照這個蟄伏性理由不買牛奶。然而，不見得蟄伏性理由總與規範性有關。

因此，就規範性而言，David Enoch 認為法律理由偶爾、但不必然給予真正的理由。

階段成果：

初步介紹了 David Enoch 的理由給予論，接下來將進入當代法實證主義陣營中的一些主要的見解，看看其是否相容。

主題：	Enoch 的理由論與法律理由的規範意涵。
時間：	2018/11/16 星期五 18:30-21:00
地點：	綜合院館 15 樓基法中心
參加成員：	林奕佐、劉思萌、林秉衡（外）、李采俞（外）、齊昀、張詠婷、董晉維、鄭煒薰、張修誠、熊庭志
書目：	《法律的概念與法律的規範性：再訪哈特的接受論證》、 《法律的規範性與法官的義務：對三篇評論文的回應》、 《法律的概範性與理由的給予》



本次主旨（法碩四 熊庭志主筆）：

法律如何給予我們行動理由？這些行動理由是規範性理由嗎？亦即法律理由的規範意涵問題。上次讀書會初步介紹了 David Enoch 的理由給予論，接下來將進入當代法實證主義陣營中的一些主要的見解，看看其是否相容。

本次選擇了學者莊世同對於法實證主義者 H. L. A. Hart 所進行的詮釋作為檢驗對象，除了先回顧之前讀書會中對於 Hart 理論的一些既有認識，亦特別針對了所謂描述性法理學的法律規範性問題進行討論。

階段成果：

就結論而言，本組成員認為 Enoch 的觸發性的理由給予模式並不能完全相容於 Hart 的法理學主張，而且在核心命題上：「法律給予的行動理由是否必須為規範性理由」，在莊世同的詮釋下，Hart 將因更注重維繫法體系確定性的司法義務價值，而反對 Enoch 的主張。換句話說，即使 Enoch 的理由給予論是對的，也很難從 Hart 的理論資源中得到支

持。

第五次讀書會	
主題:	反思法律理由的規範力量—以法實證主義為中心（下、J. Raz, J. Coleman）
時間:	2018/11/19 星期二 18:30-21:00
地點:	綜合院館 15 樓基法中心
參加成員:	鄭煒薰、李采俞（外）、董晉維、張詠婷、林秉衡（外）、劉思萌、齊昀、張修誠、林奕佐、熊庭志
書目:	《法律的概範性與理由的給予》、《從法律規範性到法理學方法論》



本次主旨（法碩四 熊庭志主筆）：

法律如何給予我們行動理由？這些行動理由是規範性理由嗎？亦即法律理由的規範意涵問題。上次讀書會初步介紹了 David Enoch 的理由給予論，接下來將進入當代法實證主義陣營中的一些主要的見解，看看其是否相容。

本次討論的法實證主義者為 J. Raz 以及 J. Coleman，並以學者王贊榮的《從法律規範性到法理學方法論》（之前讀書會中的選書）對於兩位部分更深入的討論，作為補充閱讀。

階段成果：

如同之前 Enoch 的觸發性的理由論無法與 Hart 的理論主張相容，在套用到兩位法實證主義的脈絡下，亦會產生類似的問題。比方說按照學者莊世同的說法，真正理由的選擇似乎仍需回到道德價值的判斷上，則按此詮釋，Raz 屬於「確保實效性與解決社會協調問題的道德理由」、Coleman 則強調法律必須能造成實踐差異，就此而言，都可以被認為屬於「道德價值的選擇結果」，因此 Enoch 的主張（法律理由偶爾、但不必然給予真正的理由）很難與之相容。

當然，這亦與後設法理學有關，例如將法理學的工作限定在描述是否可行、真正的理由是否必須回到道德價值上作論斷等等問題。

第六次讀書會	
主題：	反法實證理論是否給予法律行動理由？
時間：	2018/12/1 星期六 18:30-21:00
地點：	綜合院館 15 樓基法中心
參加成員：	鄭煒薰、董晉維、張詠婷、林秉衡（外）、劉思萌、齊昀、張修誠、林奕佐、熊庭志
書目：	〈獨立於內容的理由與法律規範性〉、《法律自由與道德》部分、《從法律規範性到法理學方法論》部分



本次主旨（法碩三 董晉維主筆）：

順著法律理由論的探討，前幾週探討了法實證主義學者認為法律提供

了何種行動理由，但在英美分析法理學領域中，最廣為人知的學術分類即是法實證主義與反法實證主義。本週接續前幾週的討論，將焦點轉向反法實證陣營的法律理由論，即在反法實證主義如 Ronald Dworkin 的法律理論立場下，法律是否給予理由？給予何種理由？

反法實證專注於個案正當性與法律適用的問題中，連接法律理由與規範正當性，進一步反思當代台灣社會實踐中，人們面臨各種不同的困境，在這當中法律與社會實踐都扮演著重要的角色，作為學習學術理論的我們，在各自的法律、哲學、社會學的專業訓練下，我們能夠有什麼有效的行動？

階段成果：

1. Ronald Dworkin 對法律理由論與前幾週實證主義陣營有明顯的不同，他仍然以自身理論基礎提出對法實證主義陣營的批判，他認為不應該將法律視為強力的二階理由，頂多我們可以認為法律的規範通常會超越其他理由，而反對 Raz 將法律視為具有排他性的二階理由的主張，這樣的結論即與前次討論的 Enoch 立場相似。

2. 焦點放在反法實證主義的主張，尤其是 Dworkin 理論，他主張「權利作為王牌」的法律理論，認為個人的權利是法律論述中的王牌，甚至可以對抗社群中的公共利益，但即使如此法律論述中的個人權利似乎仍然並非二階理由。這樣的學術理論反思甫經公投的台灣，特別值得我們思考。而除了理論學習之外，理解各種價值間的衝突、邏輯推論，面對社會的不正，也可以透過自身的能力分析與對話。

四、實際成效與綜合檢討：

本讀書會為以經典閱讀為目標之學術性讀書會

具體之成效分析如下：

1. 法律與規範性之間的關係，透過不同科系的成員組成，奠定跨領域思維，同時也有大學部學弟妹因而產生興趣，打算未來繼續攻讀研究所，並且以相關主題作為初步研究方向。

2. 因跨領域的思維碰撞，燃起跨科系組員們對哲學領域之興趣，共同相約參與 2018 台灣哲學學會年度研討會，並於研討會結束後共同討論相關論文。

（合照如本節末端）

3. 組員鄭煒薰於 2018 台灣哲學學會年度研討會中發表「應報主義的哲學探究」此一論文

4. 組員張修誠因讀書會之啟發，撰寫「行動、理由與意義」此一論文，預計下學期於法學院法潮研究生論壇中發表。

本次讀書會之綜合檢討如下：

本讀書會之組員參與討論和積極度皆高，然正因如此，討論時間亦因此增長，原預期每次讀書會為2小時，但經常會延至3小時以上；抑或是會出現每週安排之文章來不及討論完等狀況。這部分我們將在下次有機會舉辦讀書會時考慮進去，由一週討論一篇文章，修改為兩至三週討論一篇文章，相信必能更深入且全面地做到學術討論。



五、成員心得

(小組每位成員心得，不限形式)

法律碩四 張修誠

行動、理由與意義

分析哲學傳統的奠基人Frege將人所面對的世界分成「物理」、「心理」與「概念」三個層次³，可感知、占有時空之物係為物理世界 (the outer world)；不可感知但存在仰賴心靈的信念、意向、欲望等則屬於心理世界 (the inner world)；數、價值、理由等不仰賴心靈但又可分享的抽象項目則歸屬於概念世界 (the third realm)。科學作為現代性的主要支柱，其實證方法劃下「意義」、「知識」的界限，成為認識經驗世界的典範，精

³ Frege, G.(1918), "Thoughts"

準、客觀、可再現的優勢特性使之如同超然籠罩一切的知識系統，尤以牛頓將公理化系統引入自然科學後更甚。科學占有物理世界的研究主流後，繼續發展內分泌、神經傳導與活體大腦成像等探測技術探索心理世界，而後更進一步將自然科學方法擴展至概念世界，人文社科圈出現自然主義回歸（Naturalists Return）的趨勢，如倫理學走向道德心理學與演化心理學、心靈哲學轉往腦與神經認知科學與形上學大量參照粒子物理學等。

然而，由概念世界化約到心理世界，再由心理世界化約至物理世界，僅僅透過自然科學方法研究仍會遺漏許多面向，比如情緒哲學學者 Robert C. Roberts 曾經舉例，從物理上而言，音樂只不過是在時間軸上延伸和分割各種頻率和幅度的空氣振動混合序列或者不同波長和幅度的大氣壓縮波列的合成，但音樂家用音樂術語來解釋他們的作品和表演、旋律、和聲、對位、節奏、主題、音樂結構與動態、短語所喚起的含義、節奏的不和諧等等所蘊含的意義都不是在這些似乎能記錄一切的物理變量上所能看出來的⁴。

人是自主的主體（agency），不若石頭或 H₂O 分子一般全然隨物理定律而動，人並非僅僅依照「原因」（cause），而是基於「理由」（reason）產出行動，「理由」蘊含意義，經過人的理解與審思連結行動，我們在市集目睹路上行人見義勇為追捕竊盜現行犯，若單就該者體內的化學物質與神經電位流等生理數據觀察，將會無法理解這一切究竟是怎麼一回事。行動理論正是解釋主體、理性、理由與行動如何相互作用並產生規範性的意義理論。

亞里斯多德、休謨與康德之行動理論

亞里斯多德在 *Nicomachean Ethics* 中從目的論（teleology）出發，主張要了解事物的本質必須由其目的（功能）著手，比如，開罐器的目的在於打開罐頭，我們必須先知道這點，才能理解開罐器是什麼⁵。而許多事物的目的僅是為了達成更重要的目的，如此一個推一個，必定達到一個

⁴ Robert C. Roberts(2003), "Emotions An Essay in Aid of Moral Psychology" Cambridge University Press, p52-55

⁵ Christopher Shields(2015), "Aristotle, 9. Aristotelian Teleology", Stanford Encyclopedia of Philosophy

最終的本身即是目的的事物，亞里斯多德認為這個事物並非感官樂趣或公開名譽 (Public honor)，而是善。人類有別於其他事物的獨有特徵是理性能力，因此，人類要達到善，關鍵在於充分發揮理性能力。

根據上一節的模型描述，亞里斯多德認為，人會對外界眾多與價值相關的事物有所傾向，但僅通過理性認可後，方可能發展成行動，有德之士得以運用理性能力認可關乎價值的客觀事實 (即道德事實)，並以行動實現之。康德與亞里斯多德同樣重視理性能力，但康德強調的並非如亞氏理性之實質，而是形式的「純粹理性」(pure reason)，並且人不是去發現道德事實並認可而行動，而是透過形式化的理性能力，經由普遍法則的檢驗，由純粹理性建構出道德事實，再依此而行動。因此，主體只遵行自我之立法，而不受制於經驗條件，達到真正的自主／自由⁶。

休謨所設想的「理性」與前述兩者有更大差異，是純然工具化的，他有句名言足以表徵：

Reason is, and ought only to be the slave of the passions,
and can never pretend to any other office than to serve
and obey them.⁷

人的行動以欲望與「手段—目的」形式的信念 (belief) 組成，理性只涉及邏輯推理與幫助對實然世界的認識，只能透過對信念的評估間接干涉欲望，而無法直接衡量、審查和取捨欲望。透過 Anscombe 對欲望與信念的區分能更理解休謨流派的標準，Anscombe 主張，欲望要求世界適應自我 (world to mind direction of fit)，信念則要求自我適應於世界 (mind to world direction of fit)，欲望僅要求實現，不若表達事實的信念一般能夠被評價真假，故與理性無涉⁸。休謨認為，理性只檢驗信念，與道德判斷無關，行動主要是基於主體內在的欲望。

內在理由與外在理由

Bernard Williams 在 "Internal and External Reason" 一文中區分

⁶ 吳瑞媛(2015)〈導論〉，謝世民主編，《理由轉向：規範性之哲學研究》，p30-32

⁷ David Hume (1739) "A Treatise of Human Nature". THE FLOATING PRESS(2009) p636

⁸ G. E. M. Anscombe(1957), "Intention"

了內在理由與外在理由，「存在一個 A 去做 φ 的理由」這樣的日常陳述其實可能有內在與外在兩種不同的詮釋，在內在詮釋下，該陳述為真，僅當 A 擁有某個動機 (motivation) 可以藉由做 φ 來滿足；在外在詮釋下，無論 A 是否擁有能藉由做 φ 滿足的動機，該陳述皆為真⁹。

以 Parfit 曾舉過的旅館失火例子¹⁰說明，一個旅客誤信自己所住的旅館發生火災，於是他從房間窗戶跳下旅館旁的運河。在這個例子中，該旅客會有「跳下運河」的行動係因為相信「旅館失火」而生的動機，可稱「旅館失火」為內在理由；而實際上旅館並不真的失火，以客觀角度來看，他沒有「理由」跳下運河，他的行動缺乏外在理由。藉由這個例子我們可以得知，內在理由與外在理由之間並無必然連結，一個人採取行動可以僅因內在理由或外在理由，或兩者兼具。

那些能夠藉由改變外界世界狀態而得到滿足的欲望、情緒、信仰或其他傾向種種處於行為者本身脈絡的整體觀點¹¹，都被 Williams 歸類到主觀動機集合 (subjective motivational set)，一個人主觀動機集合中的元素經過健全的思慮路徑 (sound deliberative route) 連結到行動，即為內在詮釋的理由模型。內在理由關乎動機，對行動者主觀的慎思推理提出說明；外在理由僅關乎證成，從第三人視點客觀的解釋主體的行動。

外在理由如何可能

Williams 提出內在理由與外在理由的劃分主要是為了支持休謨主義行動模型，對內在理由論者而言，如果行動者真的存在行動的理由，這個理由只能來自於主觀動機集合。Williams 對外在理由提出質疑：一方面要使「你有理由 B 去做 φ 」這個陳述有意義，一方面 B 又不與此人的主觀動機有所關聯，這在實際上如何可能？對此，David Brink 曾設想一種被稱為「無道德者」(amoralist) 的行動者，這類人能夠掌握社會上其他人對道德的認知，一方面正常地使用道德術語，另一方面在個人的實踐中非道

⁹ Bernard Williams(1980), "Moral Luck", Cambridge University Press.p101-113

¹⁰ Derek Parfit(1997), "Reasons and Motivation", The Aristotelian Society. p99-100

¹¹ Bernard Williams (1980), "Moral Luck", Cambridge University Press.p105

德地行動¹²。對於不關心道德的「無道德者」，即使用外在的道德理由要求他，似乎也會因與主觀動機無法連結，使得他並不會自主地道德地行動。如此一來，外在理由論就不能對人的行動給出一個良好的解釋。

相較理由依賴欲望（主觀動機集合）的休謨主義與理由依賴理性的康德主義，亞里斯多德式的行動理論主張，各種關乎價值的事實都能夠提供理由，一個受過良好倫理教養的有德之士，能夠在個別情況中識別並掌握特定的客觀事實做為行動的理由，在這個模型中，客觀價值並不因為被認可而有所減損，亦即理由事實得以獨立於主體而存在，勢必得面對 Williams 對外在理由的質疑，並回應「無道德者」的問題。加之現代以自由主義為政治哲學主流（排拒美德論點）、形上學負擔（比如需要描述道德實體的性質）導致道德實在論的逐漸式微，亞里斯多德的行動理論似有變的較不受重視，直至新亞里斯多德主義者 John McDowell 做出新的反駁與詮釋。

哲學碩二 鄭煒薰

這學期在讀書小組當中與夥伴們多本書籍，成員們來自碩班同學，以及學士班對於學術研究有興趣的同學，包含了：法研所、哲學所、法律系、社會系等等，在過程當中我們交互思辨，提出問題及解方。

例如本學期閱讀的「理由轉向：規範性之哲學研究」此本書的其中一篇，由莊世同老師所撰寫的「法律規範性與理由的給予」，其文章主軸即是討論當代重要的議題，法律規範性和行動理由兩者之間的關係。而本篇文章首先從 David Enoch 的分析與論證開始，解釋法律用什麼方式給予我們行動理由如何，以及這些由法律所給予的行動理由，應該要有什麼規範力量。進而提出作者本身的想法。

在討論的過程中，我們並不是「學習理論」，而是「學習思考」。對於學者所提出之主張與理論，我們透過討論的形式，理解爾後提出自己的批判及想法，並非一味第認同作者的想法。

¹² David Owen Brink (1989), "Moral Realism and the Foundations of Ethics" Cambridge University Press. P45-50

這個讀書會最難得之處，是結交一群熱愛學術的朋友。每每與其討論，總能被大家縝密的思維所驚艷，加上跨領域的刺激，對於正在撰寫論文的我，在思考上著實有很大的幫助！

法三乙 林奕佐

這學期讀書會理由轉向這一本書，裡面分別是由許多學者的文章匯集而成，我們這學期主要是看吳瑞媛的導論跟莊世同的法律的規範性與理由的給予兩篇文章，然後主要由幾個人來帶大家討論，其他人則是問問題或是提出不同的想法。

我對第一篇比較有印象的地方是內在理由跟外在理由的區分，以 A 聽到警報器響，誤以為失火，跳窗逃生(但實際上並沒有失火)為例，此時，站在內在理論的角度，某 A 跳窗是有理由的；但是站在外在理由的角度來看，A 不應該跳窗，因為實際上並沒有發生危險(失火)。大家有提出了幾個不同的可能性，像是如果 A 跳窗時就抱著並不在乎有沒有實際上失火的心態跳窗，此時就算沒有危難發生，A 本身也對危難有沒有發生並不在乎；或是若 A 跳窗後確實躲避了危難，但危難並非失火，而是其他因素(如地震)等等。我覺得這就是讀書會有趣的地方，我們可以透過聽其他人的看法來增加自己思考的廣度。

我對第二篇比較有印象的地方是，我在看內文的時候對 Enoch 提出的上帝命令存有疑惑，不能理解為什麼上帝命令是構成性理由，後來在討論時提問，才了解在整個西方的文化中，沒有「不相信」上帝這件事情，我想這就是東方和西方文化的差異，相比之下，西方文化中對宗教信仰的意識已經內化在整個文化中了(當然也可能跟時代背景有關)。

在討論內在說法的時候也有舉例，像是當某甲「不做」一件事情時，是因為他本來就知道某事是不好的(受內在想法影響)，還是因為法律禁止?等等。

當然後面也有討論到不同法理學家的看法，法理學文章中常常會看見學者之間不停的對話跟激盪，讓各種主張之間充滿了張力，然後作為讀者，能夠透過吸收的方式去思考自己比較認同哪一派的說法，而不是一定要有唯一的答案。

學校期初的時候也有辦一個法自身之品性的講座，講座進行也是以對話的方式，增加大家互相思考的機會，我覺得很符合我們讀書會的目的，而這也是這個讀書會帶給大家的收穫。

社會四 齊昀

簡要而論，本篇作者從有法律理由做 Ψ 的前提出發，探討是否得以得出：我們就必須有理由做 Ψ 、或是只得提出我們時常有理由做 Ψ 的結論。作者結論認為，Enoch 自認從法實證主義陣營出發，從而得出的否定結論，並無法從法實證主義的三位成員—Hart、Raz、Coleman 身上看到足以相互支持之處。

在讀書會的討論中，我們認為有鑑於四人對於真正的理由，意即促成個體作為或不作為某行為的關鍵理由有歧異的看法，從而產生了本篇作文似並未詳明的另一結論理由。申言之，即使理由論的途徑似乎是作為當代哲學發展上的重要課題，但無論其有多好的抽象描繪，在具體層次的討論上仍然存有因價值選擇而產生的紛爭。

以本篇內容為例，僅 Enoch 主張法律僅得以觸發模式，部分時候給予理由的規範力；而如 Hart 因更注重維繫法體系確定性的司法義務價值、Raz 更欲確保實效性與解決社會協調問題的道德理由、Coleman 則提出法律必須能造成實踐差異，就此三人由於道德價值選擇結果的差異，作者認為無從得出採取第四種取徑的 Enoch 得以融貫於法實證主義的集體論述之中。

最初意圖以理由論來摒除道德選擇紛爭的目標似乎又回到原點。所謂真正理由的選擇似乎仍需回到道德價值的判斷上。一如承繼於 I. Kant 思想的 Max Weber 所論，價值關聯作為價值和科學間的中介因素之一，促使二者即使有不可跨越的鴻溝在其之間，亦得以解釋研究者如何或為何選擇、片面強調某些特定屬性。如若連新康德主義者的成員亦須承認這樣的中介橋梁，理由論作為處理哲學爭議的新方法，或聚焦而論，作為討論法哲學上的新工具，是否真的已有更深層的改革，仍有待我們更多的學習。

法碩二 張詠婷

除了法律的規範系統，社會生活中也存在其他規範系統。我們用理由來區分規範系統內的應該和真正的應該，理由賦予規範的效力，而直接關聯到行動。導論中介紹了亞里斯多德派、休謨派、康德派的三種理由論，分別指出奠基於價值、欲望、主體性的理由論。休謨派

論者認為，欲望本身不能被理性衡量，但基於欲望的行動要合於工具理性。

關於在各領域中規範性的問題，以法律系統而言，法律本身企圖提供的理由是獨立於內容的理由。在一階理由與二階理由的分類中，一階理由指的是原先贊成或反對的理由，二階理由下的要求是不把一階理由當成理由，法律所提供的理由是排他性的理由。一階理由間或許存有衝突，但一階與二階理由間並不存在衝突。如果我們承認二階理由、提供獨立於內容而具排他性的理由，在面對為需要協調的行動時，承認規範的權威讓我們可以更容易滿足理由的要求。

法律如何給予我們行動理由？學者 David Enoch 認為有三種理由給予的方式：認識性的給予理由、觸發性的給予理由和強勁性的給予理由，而法律給予理由的方式主要是一種觸發性的理由給予模式。文章中用買牛奶的例子說明觸發性理由在商家調整牛奶價格的情況下，會觸發既已存在的「想要省錢」的蟄伏性理由，接收者就依照這個蟄伏性理由不買牛奶。相對於 Enoch 認為法律僅偶爾給予理由，Hart、Raz、Coleman 法律必然給予理由，也不支持 Enoch 觸法理由模式的看法。

法碩一 劉思萌

法律的規範性——以 Hart 「法律規則說」為切入

Hart 把法律看成是初級規則 (Primary rule) 與次級規則 (Secondary rule) 的結合，次級規則 (Secondary rule) 是第二性規則，為了彌補初級規則 (Primary rule) 的不確定性、靜態性、社會壓力的無效性這三個缺陷而產生的，次級規則 (Secondary rule) 分別為承認規則 (Rule of Recognition)、變更規則 (Rule of Change)、裁判規則 (Rules of Adjudication)。

區分兩種相關但不同類型的規則，其中一種是初級規則 (Primary rule)，又稱為「義務性規則」，它是第一性的規則，它是指不論人民願意不願意，他們被要求去做或不做某種行為的規則。另一種類型的規則是在第一種類型的規則的基礎上產生的，它被稱為次級規則

(Secondary rule)，它是關於初級規則 (Primary rule) 的規則，它規定了人類可以通過說或做某些事，而引入新的、取消或修改舊的初級規則 (Primary rule)，或以各式各樣的方式確定它們作用範圍，或控制它們的運作。次級規則 (Secondary rule) 的引入是為了彌補初

級規則 (Primary rule) 的缺陷，初級規則 (Primary rule) 具有不確定性、靜態性、社會壓力的無效性。相應地，針對這些缺陷，分別產生了承認規則 (Rule of Recognition)、變更規則 (Rule of Change)、裁判規則 (Rules of Adjudication) 的次級規則 (Secondary rule)。

一、承認規則 (Rule of Recognition)

這一規則是起點，它是針對初級規則 (primary rule) 的不確定性提出的，是指指出某個或某些特徵，如果一個規則具有這個或這些特徵，眾人就會決定性地把這些特徵作為正面提示，確認此規則是該群體的規則，而應由該社會的壓力加以支持。這一規則主要是確定什麼樣的規則是屬於法律的範圍內的。

二、變更規則 (Rule of Change)

這一規則是針對初級規則 (primary rule) 的靜態性提出的，這種規則最簡單的形式就是授權給某個人或一些人，為整個群體或其中某一階層的人的生活引入新的初級行為規則以及廢止舊的規則。這可以分為兩種：

1、授予公權力 (立法權)。這樣的規則可能相當簡單，也可能相當複雜，因為所授予的權利可能毫無限制，也可能以各種各樣的方式加以設限，而且這些規則除了規定誰是立法者之外，可能還以嚴謹的措施，界定立法所須遵循的程式。

2、授予私權力。授予個人權利，讓他們去改變在初級規則 (primary rule) 之下最初地位的規則，若沒有此種授予私人權力的規則，社會將失去某些法律所帶來之最重要的便利，因為這些規則使得遺囑的訂立、契約的簽訂、財產的轉讓，以及許多人們可以自由創設之權利義務結構成為可能。

三、裁判規則 (Rules of Adjudication)

這是針對初級規則 (primary rule) 的社會壓力的無效性提出的，它是指授權給某些人對於在特定的場合下，初級規則 (primary rule) 是否被違法，做出權威性的決定。它除了規定誰是裁判者之外，此種規則也界定了裁判者必須遵循的程式。

除此之外，Hart 進一步提出承認規則 (Rule of Recognition) 是法體系的基礎，因為通過承認規則 (Rule of Recognition) 可以確定法律的範圍，「在任何一個接受承認規則 (Rule of Recognition) 的地方，民眾與官員就擁有辨別科予義務之初級規則 (primary rule) 的權威性判准。」這是一個嶄新的問題，我們不再認為法體系的基礎在於法律上不受限制的主權者，以及人民之習慣性服從，而認為提供規則體系據以判定效力之判准的是終極的「承認規則 (Rule of Recognition)」。Hart 說到「這些問題相對而言，乃是新問題。在討論法律作為一種規則的基礎上，Hart 又分析了形式主義和規則懷疑論，闡述了法律的開放結構，因為社會控制的主要工具一定是一般化的規則、標準和原則，而不是特定的，這就需要社會成員將特定的行為、事物和情況涵攝到一般化分類當中。使用一般化的語言主要有兩

種方式：第一種是立法，第二種是判決先例，這兩種都會存在法律的空缺結構，這就意味著存在某些行為領域，這些領域如何規範必須由法院和官員從相競逐的利益間取得均衡。可見，「在每一個法體系中，皆有廣大而重要的領域開放給法院及其他官員來行使裁量權，或是解決成文法的不確定性，或是發展和限縮粗略地由權威性判決先例所傳達的規則。

其中，Hart 指出，鑒於承認規則（Rule of Recognition）的重要性，它劃出了法律的範圍，所以把其作為「法體系的基礎」，這是一個嶄新的問題。在論述完法律規則說之後，Hart 闡明瞭他著名的「正義觀」，即「等著等之，不等著不等之」的觀點，當然「不等」時的差別待遇須有相關的正當理由。正義是道德的一個特殊切面，但也不等同于道德。在分析了正義與道德之間的關係後，緊接著，Hart 對於法律和道德之間的關係也進行了比較深刻的闡明，在說明瞭法律與道德之間的顯著差異後，Hart 又別出心裁地提出了二者之間的聯結點，即「自然法的最低限度的內容」。當然，他的「自然法最低限度的內容」也使他陷入了人們的誤解之中，他作為分析實證主義法學派的代表人物，分析法學派的基本觀點便是「法律與道德沒有必然關係」，自然法學派認為「法律與道德不可分」，而 Hart 竟「偏離」了分析法學派的這一基本觀點，所以人們借此說 Hart 有向自然法學派靠攏的傾向。事實上，我們在仔細看完 Hart 的「自然法最低限度的要求」之後，發現其實 Hart 還是作為一位分析法學派的代表人物在論述的，並沒有完全偏離分析法學。Hart 論述完法律的規則說之後，我們可以知道，法律包含的範圍是廣泛的，但對於國際法到底是不是法這個問題，法學家們有疑惑。Hart 仔細的分析了這種疑惑的來源、形式，並對此作了反駁，最終得出「國際法不是法」這一論述是錯誤的。

法碩三 林秉衡

從理由論到法律理由：哲學、社會與法律讀書會心得

本學期的讀書會主要聚焦在由謝世民主編的論文集「理由轉向：規範性之哲學研究」一書，本書的基本出發點可以說是反於近年哲學領域自然主義的潮流，希望透過「理由」此種規範性的概念重新串起各個哲學領域，相對於自然主義希望透過科學方法對於道德規範、知識理論、語言哲學和心靈哲學進行探究。

從本書吳瑞媛所撰的導論中，可以發現，理由論雖然原先是屬於倫理學中「行動理論」的範疇，然而在所謂「理由轉向」的思想取徑中，

已呈現其潛力，使之可以做為衡量各領域理論的共通概念。從其發軔的道德哲學中，相對於原先就道德律令權威性（「定言律令」是否存在）的討論，理由的概念作為對照亞里斯多德派、休謨派及康德派衡量彼此觀點的基準，讓討論可以更進一步連結人的內在動機、理由和主體的關係，出現達沃爾統整的所謂「第一人理由」、「第二人理由」及「第三人理由」。而在法學理論、知識理論以及形上學的意義理論中，理由論也可以貫串這些規範領域。

從總論理解理由論的來源以及其和各哲學領域的關聯後，討論接著進到本讀書會主要關注的法哲學領域。莊世同〈法律的規範性與理由的給予〉一文，主要是檢驗學者 David Enoch 希望透過理由論和法實證主義接軌的論述妥當性，並將其與法實證主義的幾位代表學者：哈特(Hart)、拉茲(Raz)、柯爾曼(Coleman)做對照驗證。本文中，無論是 Enoch 透過理由論接軌法實證主義的嘗試，或者作者莊世同再次反面檢驗其主張，都為法哲學中的理由論做了進一步的延伸。

本文中，Enoch 介紹了其認為法律可能製造行動理由的三種模式，並認為法律應是其中所謂「觸發模式」，然而其認為此種觸發模式帶來的行動理由並非總是為所謂「真正理由」（具備規範性的理由），因此法律並非總是與道德理由相符，進而主張其與法實證主義的主張相符。

就此，作者莊世同揭示了其認知中哈特以「確定性價值」作為法律的道德價值、拉茲認為「正當法體系作為道德一部分之體系」以及柯爾曼透過「道德語意學」認為法律總是能成功轉換道德語言等立場，否定了 Enoch 的主張。

就此，本文認為即便作者莊世同就哈特的詮釋並非與一般法哲學界相同，然而總歸而言，在雙方（莊世同與 Enoch）無法形成交集，也或許是法實證主義者以及反法實證主義者間無法交集的關鍵點，應該仍舊是雙方對於「何謂法律」、「不正當的法律是否為法律」，以及後設的提問「描述性及規範性法理論是否為不同的理論事業」等處有完全相反的立場，從而會導出迥異的結論。然而事實上雙方對於「不正當的法體系是不正當、應受到修正的」一事其實有所共識，此時雙方關於法實證與否的立場似乎便稍欠重要性，而或許此時法理學的理论面臨轉向的需要。

本次讀書會透過理由論的角度重新理解各個哲學領域，並且由其針對法哲學領域做出深入的檢證，在學術思考和論辯上有豐富的收穫，對於參與者個人的思考磨練以及本校學術研討的風氣皆甚有助益。

六、未來展望

(對此讀書小組或個人未來的展望)

法律與規範性之間的關係，透過不同科系的成員組成，奠定跨領域思維，同時也有大學部學弟妹因而產生興趣，打算未來繼續攻讀研究所，並且以相關主題作為初步研究方向。

大部分同學因為本學期讀書會的凝聚，而訂下目標，希冀未來持續往學術努力，也期許未來往學術界深究之路，能夠更加穩固。

除此之外，我們也期許自己，不論未來是否繼續在學術界深究，都能夠時刻保有這樣嚴謹的思辨方式。

雖讀書會成立之主要目的，本為學術性討論及研究，但該如何實踐是我們一直思考的問題。

我們理解批判性思考與解決問題等能力的重要性，更希望從艱深的理論研究跨足到實踐性的推廣，因此我們構思著，未來想推廣法治教育或哲學思考的活動/課程，並與相關單位接洽，希望能帶領並鼓勵中小學學生能從小培養思辨能力。

國立政治大學教學發展中心

107 學年第 1 學期讀書及學習行動小組成果報告書

小組編號	
小組名稱	撐一枝長篙，渡生命這條河
小組計畫主題 (請勾選)	<input checked="" type="checkbox"/> 學習力 <input type="checkbox"/> 創造力 <input checked="" type="checkbox"/> 行動力 <input type="checkbox"/> 經典閱讀
小組召集人/系級	劉嘉英/財政碩一 107255028
小組閱讀主題	解決生命問題
小組成員	陳品心 財政碩一 107255002

系級/姓名	李安平	財政碩一 107255030
	柯辰穎	財政五 103205026
	張婷嘉	財政五 103205059
	古惠如	外交碩一 107253010

目錄

一、計畫動機與目的

讀書會成員們根據自己目前的人生煩惱決定了六大主題，大家會根據主題選擇和自身煩惱最契合的書籍閱讀。希望從閱讀中找到解決生命中的煩惱的解答，讓自己在閱讀過程中成為一個更好的人，並且幫助身邊有同樣煩惱的朋友。

希望藉由讀書會將閱讀變成習慣，並透過互相分享的方式內化書中知識，也透過互相監督、每次讀書會都要寫心得記錄的機制，讓書中知識實踐於生活之行動不流於三分鐘熱度。

二、選讀典籍

書名	做自己生命的設計師
作者	比爾·柏內特，戴夫·埃文斯
出版社	大塊文化
出版日期	2016/10/28
選讀原因	此為「生命的探索」主題用書，本書藉由不同理論，帶領我們分析生命中所會遇到的決策。

1.

書名	我已經夠好了
作者	Brené Brown
出版社	馬可孛羅
出版日期	2014/07/03
選讀原因	此為「生命的碰撞」主題用書，成員當中目前有人於歐洲留學後，在家庭人際關係中遇到問題，希望藉由此書學會令別人尊重也獲得自由。

2.

書名	1981 光陰賊
作者	楊照
出版社	印刻
出版日期	2016/09/02
選讀原因	此為「生命的豐富」主題用書，楊照百年荒蕪系列第一本，此系列主題為 20 世紀台灣歷史社會情感，每一年有一篇文章，有短篇也有長篇，希望藉此發掘台灣文化中的美麗與哀愁。

3.

書名	為甚麼我們這樣生活 那樣工作
作者	查爾斯·杜希格
出版社	大塊文化
出版日期	2012/10/01

選讀原因	此為「生命的運行」主題用書，如何讓日常運作得更順暢，如何不被事業上的難題打倒讓生命得以運行下去？了解習慣的力量或許有助於我們解決人生大小問題。
------	---

4.

書名	斷捨離：斷絕不需要的東西，捨棄多餘的廢物，脫離對物品的執著，改變 30 萬人的史上最強人生整理術！
作者	山下英子
出版社	平安文化
出版日期	2011/08/29
選讀原因	此為「生命的痕跡」主題用書，俗話說現在是過去的痕跡，但我們卻不知道如何檢視過去，導致現在一團混亂。藉由學習「整理過去」，讓我們得以釐清「現在」的面貌，並繼續向「未來」前進。

5.

書名	今天就把明天的事搞定：頂尖運動員與商業菁英都在用 8 大高效習慣力，幫你主宰時間與人生！
作者	傑森·賽爾克, 湯姆·巴托, 馬修·魯迪
出版社	三采
出版日期	2016/12/30
選讀原因	此為「生命的周而復始」主題用書，目前身為學生，如何不被每天的課業壓垮，並同時進行課外活動探索自己，需要學習一些技巧來做更好的時間管理，讓每天的自己都是更好的自己。

二、活動回顧

進行方式

- 選書：大家根據每周主題選擇各自想閱讀的書籍，不強制大家要閱讀相同的書。每週都能聽到大家如何用不同的書詮釋相同的書籍。分享內容：組員需於每次討論前自行閱讀文本，並於讀書會上，分享從書本中所學到的三~五個重點與自己在生活中實踐書本知識的心得
- 讀書會形式：開放性讀書會，主持人每週會問一個和主題相關的開放式問題，讓大家腦力激盪，並交流想法。
- 分享方式：PPT、口述
- 分享成果：讀書會結束當周，每個人要寫一篇心得，紀錄自己的成長，以及感興趣的內容。每周讀書會主題的成果，個人得自由選擇是否發表於社群媒體與他人分享。

執行時程

次數	日期 (年/月/日)	開始時間 結束時間	地點	研討主題
0	09/14	12:30~15:30	創咖啡	決定讀書會主題
1	10/11	17:00~19:30	六張犁咖啡廳	生命的探索：藉由自我認知，解決生涯規劃上的迷茫
2	10/17	17:00~19:30	多果	生命的碰撞：解決目前人際關係中所遇到的情緒勒索
3	10/31	17:00~20:00	鄰居家	生命的豐富：解決日常生活的空虛感、對文化資本的缺乏
4	11/22	17:00~20:00	成員外宿家	生命的運行：解決日常生活的壓力，與目前課業上的難題
5	11/30	18:00~20:30	米塔	生命的痕跡：解決不知如何面對與處理過去記憶的問題
6	12/03	17:00~19:45	鄰居家	生命的周而復始：學習日常的時間管理與生命中的死亡課題

活動剪影

(1) 第零次討論：決定讀書會主題



(2) 第一次討論：生命的探索



(3)第二次討論：生命的碰撞



(4)第三次討論：生命的豐富



(5)第四次討論：生命的運行



(6)第五次討論：生命的痕跡



(7)第六次討論：生命的周而復始



四、實際成效與綜合檢討

1. 成效

當初預定的主題是學習力和行動力，經過一學期的讀書會，大家對生命課題有更

深刻的學習，也把書中的概念套用在自己的問題上，甚至有同學因此創辦粉專，積極展現行動力，所以我們認為有達到當初設立的目的。

2. 加強部分

當初排定兩星期一週的讀書會，預期兩週辦一次會有比較充裕的時間可以閱讀，然而十一月遇到期中考，大家的考試散落在各週，導致讀書會必須延期，到了最後變成一週辦一次，大家在閱讀時間上比較緊湊。若教發中心可以允許大家早點開始進行讀書會，或許有助於解決上述問題。

3. 小組討論紀錄

(1) 第一次討論：生命的探索

嘉英：

選讀書籍：《把成功變成習慣》、《做自己生命的設計師》

選讀原因：想知道如何打造適合自己的人生

作者都是史丹佛設計學院的教授，強調用「設計思考」的思維規劃生涯

1. 設計思考

一套解決問題方法，從使用者需求出發，尋求創新解決方案。

設計思考=找出問題+解決問題

(1) 找出真正的問題

Ex：小孩會因為害怕做核磁共振而在醫院大哭大鬧

原先以為的問題：如何不讓小孩大哭大鬧=>打鎮靜劑

重擬問題：如何讓小孩不再害怕機器=>重新裝潢核磁共振機器，讓看診變成愉快的探險過程

把設計思考應用在規劃人生

原先以為的問題：我要如何成為廣播人？但是廣播在式微 或許不是一個好的工作選擇

往更高層次思考廣播對自己吸引地方

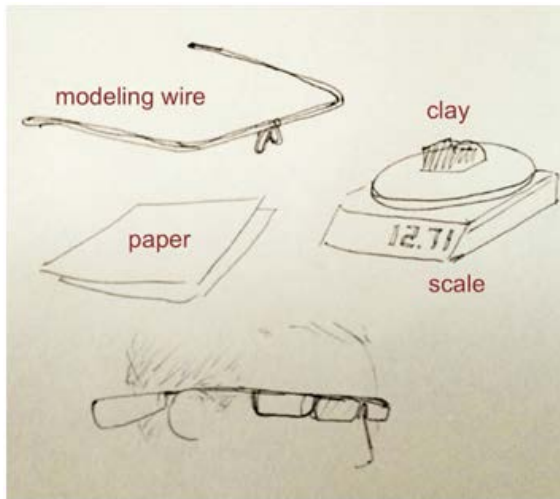
重擬問題：我要如何找到音樂相關的工作？我要如何找到口語表達相關的工作？我要如何成為有影響力的人？

(2) 解決問題

設計思考強調測試、收集反饋。

Prototype(原型)是在投入量產前的所作的模型，以較低的成本檢測產品質量。

Ex: google glass 在測試時，用一小塊黏土黏在鐵絲模型的各個地方，實驗看看怎樣才能讓眼鏡戴著舒服



把設計思考應用在規劃人生

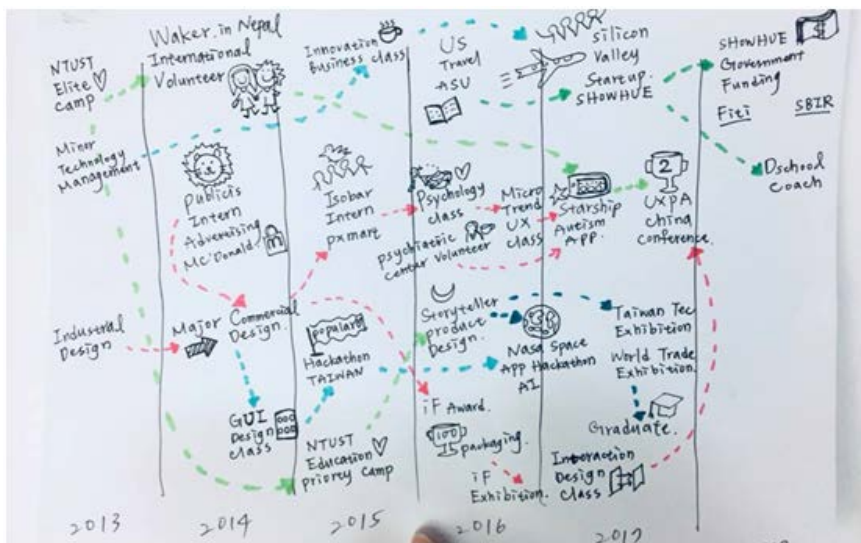
想要測試自己是否適合當老師

原先以為的測試方式:讀教育相關科系, 實際去學校實習

Prototype 的測試方式:詢問有相關經驗的人、短期教育志工體驗

2. 設計思考實作工具-wayfinding map

想知道未來該往哪走, 必須先知道自己怎麼走到這一步



作法:

步驟一:記錄過去四年你有印象的事件, 可以是大事、小事, 學業相關或是無關。

步驟二:把事件案找按時間軸畫到地圖上

步驟三:把相關的事件連成軌跡

畫完後思考

1. 自己的人生主要是由哪幾條路徑組成的?
2. 追本溯源 思考自己為甚麼會持續從事相關的活動?
3. 有沒有很喜歡的事, 卻因為一些因素(ex:時間、現實)而中斷了?

賈伯斯：「你無法預先把現在所發生的點點滴滴串聯起來，只有在未來回顧今日時，你才會明白這些點點滴滴是如何串在一起的。所以你現在必須相信，眼前現在發生的點點滴滴，將來多少都會連結在一起。(connecting the dots)

3. 設計思考實作工具-奧德賽計劃(Odyssey Plan)

可以活出的生命很多，時間卻有限，畫出人生各種可能性的草圖，可以激發想像力，協助我們選擇人生道路

作法：替自己未來五年的人生想出三種不同的計劃

ODYSSEY PLANNING WORKSHEET

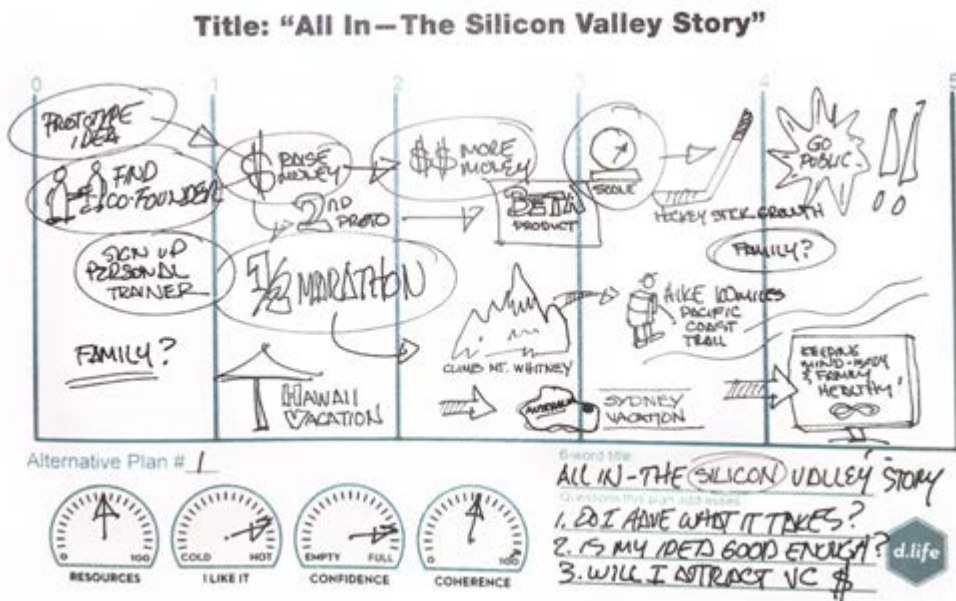
第一種計劃：目前人生的延伸，會跟家人、朋友說的路。

第二種計劃：當第一個計劃發生變化(這個工作從世界上消失)，調整後的人生。

第三種計劃：不考慮任何限制資源限制、外在條件、社會價值。(保持好奇心，挖掘遺忘的夢想)

每個計劃都要評估 資源、喜歡程度、自信程度、一致性(和自己的人生觀、世界觀)

每個計劃寫下三個問自己的問題 來檢測計畫是否可行 ex:我有創業者的特質嗎?ex: 我喜歡朝九晚五的生活嗎?



(書中範例)

惠如

書名：這輩子，你該做什麼？

作者：波·布朗森

★摘要：作者實際訪談形形色色的人生故事，來自各行各業，不同文化背景以及資產階級，記載出一個個踉蹌於人生波折的生動紀錄。作者藉由訪談點出有關人生的大哉問，我們為何而活？又如和找出自己的生存意義？該如何辨別我們是否遵循自己內心聲音做出選擇？該如何發現我們實際上被許多外在評價所困卻毫不自知？工作跟自我真的可以結合嗎？作者像個朋友一樣傾聽他人的煩惱，紀錄他人的感受進而誠懇的給予意見，而非教條式的指示。每個人都有自己的人生故事，而這本書讓我覺得總會有一個能讓讀者感到有所共鳴的地方。

★最喜歡的地方：

作者給我的感覺很平易近人，從他的寫書動機就能發現，因為他對於人在某些絕境下如何思考感興趣，那些歷經過真實谷底的人生故事在他眼裡看來有著非凡的敘說價。他的訪談中常常出現「幫助」的字眼，卻同時能給予具建設性的鼓勵。

除此，本書的架構由眾多非典型成功的故事彙集，描述人如何抗拒權勢、財富的誘惑，以及真實面對自己心中渴望的過程，對我來說，比起小時看過的偉人傳記更加偉大且真實。每一篇故事都能看見自己的影子，像是具有佛學傾向的中年男子反射出逃避挑戰的自己，或推砌出閃亮履歷的背後其實是一個更迷惘困惑的自己，每一個故事都緩解了過去束縛已久的鬱結。

那樣一次次的面對自己的時刻伴，即使是血淋淋看見了我為何逃避又為何掙扎，仍然感受到滿滿的療癒。也許有過煩惱，也了解了人人都有過掙扎，才知道那份溫柔從何而來。不僅是心疼自己，也更懂得包容跟善待每一個迷失於人生路上的人們。總之，看完之後你問我對於自己了解多少，發現了我的天賦了嗎？我可能只能說，即使生而為人我很抱歉，也許優秀跟菁英總是跟自己扯不上邊，還是想陪伴那個尊重內在渴望的渴望，想繼續好好相伴相隨。

婷嘉

書名：發現天賦之旅、打造將才基因

每個人都有適合自己的一套學習方式，有時也會因為不適合自己的學習方法而覺得自己並不擅長，而埋沒了一些才能，作者在每一個章節中都安插了相對應的小練習，可以跟著步驟去慢慢將一些東西做解離，慢慢畫出輪廓，而另外一本書也說到，其實學習的深度分為很多種，應該要努力做到通並且能夠和自己不同的能力做連結進而更加成長，並且也提到，有時一個東西若沒有碰到一個深度，其實不能輕言判定到底有沒有興趣或是擅不擅長，因為火候還不到。

在這次聽完大家分享後，也感覺到大家的一些成長，並且也覺得應該要更去行動，才能真的更加往前邁進，大家提供的一些觀點及反思也讓我發現，其實我也是一直在思考著活著的意義，也希望能夠透過實踐越來越讓目標越來越清晰！

辰穎

書名：青春第二課

心得：

在人生的旅途中，校園的學生生活只佔其中的一小部分，之後出校園的人生，要如何抉擇，如何活出自己的生命意義？如果學校給學生的是專業科目的訓練 ex.

會濟學，經濟學等，這是青春的第一課，是每個商科背景的學生都必須具備的基本知識。那麼青春第二課，也正是這本書的書名，就是學習在畢業離開校園後的漫長人生中，如何去發現去追尋去實現屬於自己的獨特生命意義。

未來，正因為是未知，所以充滿無限的可能。而每個社會新鮮人都是在無限可能之中，去選擇自己的可能性和有限性。書中描繪的九十六個過來人的故事，透過文字，我得以窺探他們在青春歲月中，和在人生的十字路口時，是如何做出不後悔的抉擇。畢竟人生二十初頭的青春歲月只有一次，透過這些故事，我期許自己能從過來人的經驗中汲取出養分，轉換成不論是現在或未來遇到瓶頸時抉擇的力量與勇氣。

安平

書名：

(1)在童話裡遇見更好的自己

(2)放下執著的練習

雖然只是個分享，但我想依照時間點的先後次序，分為選書動機、讀書心得與讀後的分享與練習，這三個極短章，紀錄最近讀冊的日子。

第一章：選書動機：

在《童話裡遇見更好的自己》這本書吸引我的就是童話的元素，童話乍看之下具有即視性，畢竟敘事性的情節是比較有親和力的。但是要讀懂童話的言外之意、解釋為什麼有的故事特別扣人心弦，卻不容易。因為童話裡每一個形塑的角色都可能是個符碼，透過角色與角色之間的互動、衝突、分離，隱喻著更深層的道理。小時候，讀童話看得的是歡騰的快樂結局，現在長大了，我想看懂的是隱在言外的低迴深意。

這周的主題是生命的探索，探索對我來說，就是往深處走去，不去回應焦躁的心念。《放下執著的練習》的書衣，是一個僧道坐在小舟，目光望著遠方，襯著周圍亮燦燦的海灘的背景，因此符合我的想像。

第二章：讀書心得：

首先分享《在童話裡遇見更好的自己》這本書，讓我讀得當下有如吃了跳跳糖般喜歡的句子：「大部分的人不是試著活在未來就是試著活在過去，生活的藝術在於使用所有的感官，全心全意的活在此時此刻」這句話讓我痛快的被戳中要害，卻又豁然開朗。我最近的困擾主要是研究所的課業、思考未來的工作、跟人際關係的拿捏。被困在問題裡得我，通常是因為有了比較心或者不安的感受，因而過度反芻過去的失誤，或腦補未來各種不順遂。活在當下的我，通常是回應身邊的刺激、與日常瑣事。因此感受往往疲憊或不耐，進而重複懷舊過去、揣想未來的迴圈。我想試著在之後的日子，感受生活氣息的力量，不刻意的遁逃到過去或未來，尋求不確定感的甬道，而是踏實的回應著生活，走著走著，這些當下自然的成就了我的未來。

《放下執著的練習》讓我學到的是捨去的智慧，規劃二字是種指引的力道，卻也隱含著我覺得我應該如何、未來應該是什麼樣子的執念。書裡所揭示的，不是要我們放棄規劃人生，而是覺查自己有所欲、有所求，思考執著雖使我們奮

發，卻也可能使我們對於得失、成敗有所執。換句話說，如何取捨執著，是在各個欲望背面的議題，提醒捨棄也是心境寧靜的獲得。

第三章:讀後的分享與練習

內在強烈的心靈圖像向來有成真的傾向，願景應該儘可能由具體、像玩遊戲一樣用想像體驗這些意象。做練習的最佳時間是晚上睡覺之前或早上清醒之後，這時心靈圖象最容易進入潛意識

品心

選讀書籍:三島由紀夫《鏡子之家》

選讀原因:想了解為何會感到日常的空虛?想檢視自己現在是否過著空虛的生活?

書籍簡介:以悲哀的心向過去告別,以「不知確定是否更好」的心看待具「重複性」的未來,充分表達出時代迭起的滄桑與無奈。

(同場加映與本書主題很搭歌曲:【曲傾天下】謂我 by 小曲兒 Say My Heart)

人們普遍認為比起戰爭,和平更好。然而,和平並不是完美,現在的和平年代是個重複性極高的年代,每天過著規律、一樣的生活,行為喪失動機,現在的我們像是苟且偷生一般過活。

本書療效:對於如何避免生活空虛,本書無法提供解答,但是本書提供許多精闢的洞察,讓讀者可以逃離舒適圈,直面平時敷衍自己過著空洞生活的藉口其背後的心態等,幫助我們找到自己想要的與不想要的。

(2)第二次討論:生命的碰撞

嘉英

選讀書籍:《我已經夠好了》

克服自卑從「擔心別人怎麼想」,到「勇敢做自己」

選讀原因:想更了解自卑的情緒 不想因為別人的批判、指責影響生活

作者:Brené Brown

一名社工師,也是休士頓大學社工研究院的研究教授,有在 ted 的演講經驗。

<https://www.youtube.com/watch?v=J61bTBuB9V8>

<https://www.youtube.com/watch?v=0hrLUnKa4L8>

1. 認識自卑

自卑是每個人都會有的情緒,只是因為不知道怎麼處理,常常壓抑在心中,所以不喜歡談論

自卑的感受:覺得自己像局外人、冒牌貨 認為自己有缺陷、不值得被愛、不值得擁有歸屬感

辨識自卑

在自卑的情緒下會出現脫離自我的表現 ex:可能會把氣出在別人身上

練習紀錄自己自卑時會有的反應，ex:臉紅、無法說話，往後出現類似反應時就能更早意識到自己進入到自卑狀態，比較有時間冷靜下來、深呼吸、獨處

2. 了解引發自卑的原因（了解是改變的第一步）

原因很多:文化、個人經驗、刻板印象、
原生家庭承受的羞辱，往往是導致日後自卑的原因

找出自卑原因的小練習

寫下:我不希望別人覺得我是個、、的人，再挖掘這個想法的原因是甚麼

3. 克服自卑的方式

(1)練習思辨覺察

把鏡頭拉遠，了解事情的全貌，會發現其實很多人都在因為相同的問題掙扎，自己其實不孤單

ex:身體意象

社會對外貌的期待?

這些預期如何影響社會?把時間、金錢投入追求完美的體態

誰因為這些預期受惠?商人(健身、整容、化妝產業)

(2)接觸外界

分享自己的故事 和自己和解

品心

分享書籍：林語堂《生活的藝術》

個案：只會讀書，不懂生活？所謂休閒就是泡咖啡館、逛展、旅遊時有思古幽情、聽音樂、看電影、運動、做甜點、各種手作、逛市集、複製古人生活方式？

-

1. 【生活的追求是工作與休閒的平衡】

p116：我們要怎樣去享受人生？誰最會享受人生？我們不去追求完美的理想，不去尋找那勢不可得的物事。不去窮究那些不可得知的東西；我們認識的只是些不完美的、會死的人類的本性；最重要的問題是怎樣去調整我們的人生，使我們得以和平地工作，曠達地忍耐，幸福地生活。

-

2. 【休閒是有閒暇之心，所謂江山風月本無常主】

p173：享受悠閒生活當然比享受奢侈生活便宜地多。要享受悠閒的生活只要有一種藝術家的性情，在一種全然悠閒的情緒中，去消遣一個閒暇無事的下午。

-

3. 【啟發】

●照著市面上的休閒文本去休閒，卻不感到悠閒，是因為所謂休閒，是先有閒暇之心，再有休閒活動。常言「忙裡偷閒」，能做到「不苦中作樂，而是豁達工作」就是境界。

●又比如一整個暑假每天閒閒無事，卻不感到悠閒，是因有「少壯不努力，老大徒傷悲」的焦躁，而失去閒暇之心，得不了悠閒。

-

4. 【同場加映應景歌曲：銀臨、慕寒—東風志】

辰穎

書籍：

因為遲遲未拿到原先預定的書[同理心優勢]，所以先讀了下次讀書會的書籍[協槓青年]，卻也意外發現這本書的前半段(當作者在描述斜槓青年的核心定義，以及為何她想成為協槓青年)與本周主題生命的碰撞和品味有關，也藉此機會回顧人生，檢視自己是否能獨立思考，不被外界環境價值觀束縛，能忠於內心，擁有自己的品味與獨特點

心得：

協槓青年的核心思想，就是達到一種心態上的無邊界-人生沒有必須或是一定，不需要跟隨著社會期待社會價值觀等，而一定要做某些事情達到某種地位。大自然本來就沒有這些規則，它只遵循著自己的法則和規律，而那些期待和價值觀等，只不過是人類主觀意識所創造出來的產物。

換言之，如果沒有這些束縛，這些規則，告訴我們一定要或一定不要這麼做，那麼代表我們的所作所為就必須要是自己真正喜歡的事，這樣才不愧對內心的自由意志，也不枉費做這些事情所耗費的時間和力氣。而當我們做著這些發自內心的事情時，思想的獨立也很重要，要能不被各種誘惑動心，能忠於內心，守住自己的心，並相信做這些事情的本身就是目的，不是為了得到報酬或獎賞，而是因為在做的過程中能獲得樂趣，擁有興奮和充實感。

如此，忠於自己的內心，便打造了自己的品味與獨特性。

惠如

書名：世界如此險惡，你要內心強大

作者：石勇，中國社會心理觀察家

摘要：

受困的內心：作者首先剖我們內心所恐懼的事物，不外乎與人相形之下的差距，包括財富、地位、外貌、學歷等，那些尖銳的對比讓我們近乎找不到自己的容身之處。但是使我們自己如同困獸的，竟也是自願加入利益競逐的我們。一旦我們投身其中，便也成為了如同卡奴、房奴一樣的心的奴隸，在渴望的與實際得到的落差之間苦苦度日。

何謂社會價值排序

推薦的地方：

原本預期的人際關係類書籍要像親切的大姊姊一樣撫平我們的疑惑，不過以冷靜客觀的口吻陳述社會一部分的樣貌，雖然震撼了讀者內心童話故事般的純真，卻亦給人冷冽的透徹。也許作者的用意，是希望社會橫行無阻的險惡，不會粉碎我們內心純善的天地，也不至於太過令人失望。

安平

書名：《另一種日常生活美學讀本》

動機：越是感受到刺激所帶來的焦躁，越是需要尋找生活儀式感裡的寧靜

碰撞的聯想與自我檢視：

碰撞，就以前物理學習到的知識來說，是力量之間的交會。撞擊本身可能帶來毀損、卻也可以在碰撞之後，帶來力量之間的移轉。類推到生命的碰撞又該是什麼樣呢？直覺上，會是瀕臨衝突的臨界點、價值觀不合的對話。我不善於直面碰撞，因此在個性，比起表述自己的意見，更傾向於附和他人、整合意見，還有抹去帶有立場性

的字眼，即便那是我的立場。這是好是壞呢？不好說，但像書所揭示的：「我們無法改變日子的轉速，唯一能做的是，用更美好的心理時間去面對日子流逝的狀態」。

書中舉隅與心得：

(1) 〈那幽微的與那必遠颺的〉

作者舉聲音的記憶與不同人生際遇之間的連結，提出有趣的觀點：聆聽，隨著位置的不同，有時候能聽見至幽微處，但卻也可能任這能力遠去。小時候，家坐落在安靜的巷子裡，凝神諦聽窗外街口的腳步聲、呼嘯而去的車流聲，寄寓的是等待長大的期待。現在外宿的地方恰好在馬路邊，呼嘯而去的車流聲反而牽引偌大的不安。為什麼小時候，刻意期待聲音進入我的生活、長大卻害怕著聲音呢？也許我真正害怕的不是聲音本身，而是來自城市的聲音，以那樣的位置，轟轟然帶著奔騰的力量，傾瀉而至。

我喜歡文章裡的這段話：「我其實相信城市的聲音都是美好的，像樹林裡的一切聲音都是有機也必要的。有些尚且不被接受的城市聲音，我寧願認為是或者還沒找到自己融入的方式，也或者是，我們還沒空出來這些聲音可以進入的位置」是啊，聲音本是純然的。

(2) 〈聲音著床不完整症候群〉

作者從語言學習，進一步思考各種人生層面的反省，譬如：假性滿分、貪多但不切實際的學習、和自己生活的若即若離、不徹底的人生態度。「語言學習可大可小，可依各種標準宣告自己的成功或失敗，但在跌跌撞撞之間，總會閃過什麼，看到那些隱藏在語言之下，跟自己人生更緊密關聯的事物」作者的反思，對我來說相當受用，讓我檢視自己語言學習的惰性與任性，除此之外，語言學習作為一種碰撞的形式，相形之下比起處在異質化的文化、或步入職場的高壓，是較平易近人的。學習是一輩子的、認識自己亦然，碰撞是顯影劑，映現我們還未臻成熟的面向，但是卻也是這樣突如其來的衝擊，帶給我們反思、改變的動能，形塑突圍的力量。

婷嘉

書名：享受孤獨的勇氣

因為在生命中，人際一直都是很重要的一個環節，而我也常因為人際的問題有許多煩惱和情緒，本書中就許多人際上遇到的一些問題和心情，去做描述與解惑，讓讀者知道其實這不只是自己的問題，也有許多人也有相關的問題，那心態上要去怎麼調適，或是會有這個情形的“原因”到底是什麼？

從這本書中，更了解與接納自己為什麼會對於人際某部分過度敏感，並且也對嘉英分享的一句話很印象深刻“認識自卑的原因”，也就是更深度去挖掘，後面隱藏的到底是什麼而導致這樣的刺蝟心理，如何去認清真正放下，並且作出調整與真正將這個困擾解決，此週反而是就其他小組員的議題有更多的反思，我認為生命的碰撞有許多的過程，因為大家不同的生活境遇，讓我去更思考更多事情，也意識到自己真的沒有那麼用心在認識自己，或者說，不了解該如何去連結這些東西，以致於未來好象就在前頭卻好像抓也抓不到，透過大家推薦和自己讀的書，也更知道一些方法！

(3) 第三次討論：生命的豐富

嘉英

書籍：《講故事是一種真誠的表驗》

*為何大家喜歡聽故事？因為故事既真實又脆弱

*故事技巧如何應用在生活中?自我介紹(在他人心中更立體)、行銷產品、脫口秀主持人

*覺得自己很平凡沒有特別的故事?

但其實我們本身就有很棒的故事，只是對自己的經驗麻木無感

透過以下練習可以挖掘出自己的故事(每一句都能發展成一個故事)，也能更認識自己

小練習:我是、、、

小練習:我曾經、、

小練習:寫下自己的十項怪癖

*好故事的要素:

要有目標，不然聽眾最後會失去興趣，或是無法支持你

普世性主題(大家都有共鳴的話題)

轉折

熱情

*如何創造有趣的故事?

不要卡在一成不變的單調生活

書籍：《日常生活就是點子寶庫》

靈感不是遠方房親戚，不會沒事從哪裡來，而是在你張開眼睛豎起耳朵，認真過日子的每一刻裡

*增加靈感的好方法:

心中想要邂逅可愛的人事物，就會邂逅可愛的人事物

豎起耳朵聽路人說話

凝視憂心(解決問題)

品心

書籍：楊照《1981 光陰賊》、清少納言《枕草子》

個案：什麼是台灣特有的美學？如果說美該從歷史中去學，要怎麼學？

-

1. 【學習了解那個時代的價值觀】

《1981 光陰賊》試著做一件事：藉由某種敘事手法，讓讀者了解人物行為的動機。現今看起來不可思議的想法，為何在當時是可能的？讀者可以藉由同理人物想法，進而了解那個時代。

-

2. 【了解之後，比較不會聽從評價盲目追求】

不論是想從古代學習，還是想從外國文化學習。當評價覺得古代某種生活方式、或外國某件人事物很美時，試著去思考為什麼其他人會覺得美？《枕草子》提到的一些美與高雅，其實與平安時代階級觀念有關，《枕草子》認為美的東西現在應該很難也會覺得美，例如：紫色只有貴族能穿，因此《枕草子》認為某某貴族穿著紫色衣服，符合身分又彰顯美麗，然而現在很難會覺得紫色有凌駕其他顏色的美麗。

-

3. 【了解之後，進行創造與挖掘】

美的形式雖然不斷在改變，但是美感經驗不變，《枕草子》要分享的其實是作者在欣賞萬事萬物的心情。最重要的是，想想為什麼你會覺得某某事物美？例如：讀者覺得《枕草子》的某些情思很美，有可能是他欣賞：連尋常事物、微小事物都有一番美可以欣賞的這種細膩。

當從古代或外國找到美的精神後，可以從自己的文化、生活中，找出具備同樣精神的美與體驗。

以上感想的實踐就在這啦！

<https://www.instagram.com/eyeisheart/>

目前覺得很有台灣風情美學的一個角度是這個：

<https://www.facebook.com/OldHouseFace/>

安平

對於豐富的理解

豐富這個詞會聯想到豐沛、繁茂、心靈富足的感覺。我自己相信兩兩相反的概念，反而會相互成就、襯托各自的意涵。也就是說，豐富與匱乏是相對的概念，想要豐富的生活的實踐方式，可以天馬行空的發想，但也可以從目前匱乏的生活去檢視原因，這些原因會因人而異、也反映每個人所擁有的資源侷限性，也就是說，正是因為這些原因而襯托出豐富的價值。生活的樣態百百種，豐富的定義沒有一致的標準，但是去思考現階段自己為何嚮往豐富，提醒自己避免用比較、狹仄的視野用同樣的標準品評自己和他人的人生，是我對這個議題根本的理解。

《How to be a Stoic，別因渴望你沒有的，糟蹋了你已經擁有的》

這本書簡單來說是劃分章節來勾勒斯多噶主義的輪廓，其中我特別有感的是〈能力所及與不及〉、〈如何處理憤怒、焦慮、寂寞〉，愛比克勞德曾說：「能力所及就全力以赴，能力不及則順其自然。有些事情人能控制，有些事情則否。想法、衝動、好惡都操之在己——簡言之，自己的行為自己決定。身體無法選擇，財產、名聲、地位等等強求不來，因為這些東西並非源於自我。」反覆讀這句話時，感受都不太一樣，有時候會聯想到俗諺：「盡人事，聽天命」而感到宿命低落，有時候會覺得這種不篤定的敘述仍讓人不安，又或者想要辯駁這樣直白的道理為何會成為思想體系的一部分。這種邊閱讀卻又困惑、賭氣的經驗是有趣的，我記得情緒逐漸升騰時我刻意闔上了書頁，回溯了一下產生情緒之前，我是抱持著什麼樣的心情閱讀這本書的，雖然不想承認，但是的確我是帶有目的性的閱讀，期待能夠被給予更決絕精闢的語句，好似那股堅決使得任何心中存在的不確定感、對於自己的厭惡都自此遠去。但真實的人生實景，尋求旨意的遵從反倒是更消極的放棄自己的掌舵權吧。斯多噶學派提出的控制二分法，所要做的便是區分自己所能控制的內在目標、與能影響卻無法決定的結果。明辨這二者之間的差異，誠如我們得揮別過去的創傷與榮景，阻撓自己不再相信、抑或耽溺。辨識、理解與接受，能夠確保我們不輕易被情緒操控，理解生活的限制，反倒是去成就下刻的邁步。

〈如何處理憤怒、焦慮、寂寞〉這個章節對於寂寞的建議是有趣的：寂寞是人類心理的原生成分，無法當作拼圖拆解組合，只能加以緩解減輕痛楚，而辦法就是增進大眾對這種感受的了解，明白每個人都在生命某個階段以某種形式承受著寂寞，不須感到困窘。寂寞與孤單一人在斯多噶人眼裡有明顯差異：後者是一種客觀事實陳述，前者卻是加諸其上的主觀見解。我們之所以覺得無力無助不是因為事實狀態，而是見解所造成，因此面對孤單，我們所能與之對應的是韌性，雖然無法控制外在處境而在人生某個時刻陷入孤單，可是終究是我們的選擇和態度才使孤單轉變為寂寞。縱然孤單，不代表我們就必須感到無奈無助。

辰穎

書籍：〈同理心優勢〉

不希望自己因為生活中的忙碌而忘記同理心的重要，忘記關懷身旁的人事物。雖說同理心是人性本能，但要充分發揮並不容易，尤其是面對衝突或立場對立時，要學習換位思考，想像自己站在對方的立場，進行想像的跳躍，藉此了解對方的感受與看法，然後再回到自己身上，思考自己到底該怎麼做。

同理心是可以透過培養而得

書中例子：

二十幾歲的年輕設計師打扮成八十五歲的老太婆，因而從全新角度來設計商品
辛德勒因為為他工作的會計是猶太人，因而開始把猶太人當人看

貝瑞和她的殺父仇人見面，試圖了解彼此對爆炸案的觀點，希望能擺脫痛苦，遠離憤怒，最後開創出一段出人意料的非凡友誼

歌德曾說：唯有認識外界，方得認識自己，同理心就是透過思想的跳躍，試圖去認識去理解世上的人事物，表面上是往外一里，但其實也是往內，離自己更近一里了

婷嘉

書籍：〈短時間完全專注〉

有提到許多重要的概念---

1. 不要去期待未來的自己：

應該當下和今天開始付諸行動

2. 在某些特定環境真的較能戒除一些其他會讓你分心的因子跑出來

3. 有些人會利用聽歌的方式隔絕噪音或是讓自己專注，書中也有提及這個方法，但是持續重複播放同一個音樂可以更能幫助專注，而且在你進入專注狀態時其實你會聽不見音樂，當你再一次意識到音樂時就代表你要開始休息了

也介紹了幾個可以幫助專心的軟體像是：OmniFocus 和非常危險的寫作 App

而且也讓我驚訝的是，他說專注其實是放鬆的，所以他說可以利用記住在休閒時不自覺放鬆的感覺，然後帶入倒希望能夠達到專注的事物上

惠如

書籍：香氣記憶，透過氣味分子喚起內在感知之旅

作者：陳美菁

本周的主題是生命的豐富，我選擇的讀物介紹了精油跟咖啡的香氣，紀錄透過香氣的探索解開人心內鬱結已久的念頭。

作家鍾文音說：「香，直接入呼吸道，好香因而極為重要。純天然的好香，可攝心攝念，或靜坐冥想。」我喜歡書本裏面敘說每一道精油香氣背後的涵義，薰衣草的包容、洋甘菊的正向陽光、快樂鼠尾草的創造力、乳香的愛與分享，每一次與香氣的邂逅都像進入了另一個不同的花草世界。

人往往是聽了很多道理，卻仍然過不好這一生。我想，道理是聽進了耳裡，卻沒辦法進到心裡，所以我們往往陷入人生的迷惘裡而無法自拔。而氣味帶來的不僅是香秀，更是悄無聲息的進入我們心理結構，漸漸地舒緩了困惑已久的盲點。藉著一吐一吸的過程，是放鬆也是沉靜。想哭卻哭不出的難過、無法好好表達的心聲、說不出口的遺憾或是進退兩難的煎熬，透過香氣的引導，我們可以找到重拾信心的勇氣。

我特別喜歡這本書說的，有些人做事只有能力，卻缺乏能量。能力是強硬的推動，而能量則能產生共振，讓身旁周遭更多的人事物共同參與其中。兩者的差別就在於，我們有沒有辦法讓心靈的意念傳達給外界，進而產生更多的能量共鳴。香氣所打通的是我們隔絕於外的那堵牆，透過香味所引發的內心活動，解開我們煩惱已久的糾結。

香味是看不見的，正如同信念是產生在心裡的思想種子。我們若是出於害怕受傷、害怕失敗便是擁有不完整的信念。我喜歡跟香味相處的過程，它使我相信摸不著的未來仍然值得我勇敢跨出一步。這也是我相信探索香味是可以豐富人生的途徑，彷彿閉上眼就能想像到不凡的境界。

(4)第四次討論：生命的運行

嘉英

書籍：《沒有教室的未來大學》

教育體制的真相

*思考：念大學的意義？

社交、方便找工作(高學歷失業)(買保險心態)、學習(但大學四年思辨思維、推理、寫作能力沒有進步)

*一定要透過大學才能達成嗎?跟著體制直線前進一定是最適合自己的方式嗎?

社交(用興趣在社區、網路打造社交圈)、找工作(很多新創團隊不要求學歷，而是要求能力)、學習(線上課程主動學習、圖書館)

*教育體制的弊端

愛因斯坦：「如果用爬樹能力來評斷一條魚，那牠窮其一生都會認為自己是蠢才」
p. 36「他們將聰明的學生放在一起學習，讓他們互相競爭，然後大多數的聰明學生在過程中被說服，覺得自己不過如此而已」

*不是鼓吹不要念大學，而是找出自己念大學的原因，以積極主動的心態學習

學習成功者的精神—自律

早起 戒除拖延習慣

做自己(不敢追求夢想通常是因為太害怕別人的想法)

先別急著吃棉花糖

擬定學習清單(要具體、知道自己學習的動機)

讀書會(邀請性質完全不同的朋友、分享自己正在學習的內容或是遇到的問題)

架設個人網站

開發你的核心競爭力

*學習心態很重要

誇讚學生聰明，反而降低學生願意犯錯的精神 不願面對失敗

要相信人可以透過努力成長

*了解自己的學習屬性可以學到更多

視覺 聽覺 動覺 寫作/閱讀

經過測驗 發現我是寫作/閱讀型

*我們的才能常被自己的觀點侷限

要勇敢探索陌生的領域（沒試過怎麼知道不擅長、不喜歡）

品心

分享書籍：谷崎潤一郎《細雪》

個案：同樣是對生命無常的感受，台灣與日本各發展出怎麼樣的美學意識呢？

-

雖然主題叫生命的運行，不過主揪說讀書會成立的目的就是解決個人生命的煩惱，所以這周分享的書跟生命的運行沒什麼關係，跟自己最近喜歡閱讀日本文學的習慣比較有關。

-

【日本：一緣一會，珍惜每一刻】

「進入(平安神宮)神門從正面看大極殿，從西迴廊踏入神苑的第一步旁邊有幾株紅色垂枝櫻——那是連海外都讚美的有名櫻花，今年究竟如何呢？會不會沒有了呢？每年穿過迴廊的門都帶著忐忑不安的心情，今年也以同樣心情穿過門的她們，仰望一下子就籠罩夕空的紅雲，大家不由得異口同聲發出：

『啊！』的讚嘆聲。

這一瞬間正是這兩天活動的最高點，這瞬間的喜悅是從去年春末以來等待了一年。」

(林水福譯。聯合文學，p132。)

-

過著日式傳統價值觀的主角蒔岡家有個固定活動，就是春天從大阪到京都賞櫻。這段文字後面還有已出嫁的姊姊，想著未來妹妹們出嫁恐怕就不能像現在這般延續少女時代姊妹一起賞花的活動而傷神的心情。

-

讀了這段文字讓我產生「就算沒去日本賞過櫻，也沒關係了」的想法，就像之前分享過的，美的形式雖然不同，但美感經驗相同。這樣一種心情，或許已經在台灣感受到，又或者從日本其他文化感受到。

-

谷崎潤一郎在寫《細雪》應該是有受到《源氏物語》的影響，在《源氏物語》中影響日本文化最深遠的精神就是感嘆生命短暫的「物之哀」意識。我想飄零的櫻花、人世間的分離聚合都有會引人意識到萬事萬物短暫停留的性質，對於此性質的感嘆，日本文化似乎產生了「一緣一會」的回應，例如：賞花，也有聽過某餐廳為每個客人手削一雙筷子，作為彼此間獨一無二的回憶。

題外話，這更進一步想將這些獨一無二永久記住的念頭，使日本美學有著「追求精神上永恆安定」的層面，而這安定又與「化剎那為永恆，永恆及剎那」的想法有關。

【台灣：及時行樂】

台灣與賞櫻相似的活動，我最先想到的是：過新年。同樣海外馳名、令人感受到傳統感、可以全家進行、一年更新一次各方面的動態。回想過新年的畫面，那就是：

●領紅包好開心~~~

●初一去廟裡拜拜，感謝神明這一年的保佑，很功利的祈求來年事業學業愛情順利。

●四處串門子，社交活動突然熱絡起來。

又想到不管去哪裡遊玩都要打卡吃美食，各種東西最關注的就是開不開心。所以在此，便總結大概台灣對無常的回應就是「及時行樂」吧□□□

以勵志話語來說，近似「把每一天當最後一天在過」，以白話來翻譯就是：要活得很精采不遺憾喔 XDDD

這樣的一種概念。

因為想到「大份量美食」這個現象，所以我想也有一種「及時行樂」詮釋是這樣：既然短暫，那麼難得的機會就要追求最好！□

辰穎

<姊就是大器-10 個練習，甩開自我貶抑與批評雜音>

身為女性，這本書的觀點激起我很多共鳴(有好多點都被作者命中)

這是一本專門寫給女性的書，書中提到據統計，女性們自我批判懷疑的頻率比男性們高出許多，因此特地有 10 個練習，直搗女性內心的疑惑與不安，讓自己不再是那位才華洋溢卻不自覺的女性，而是走出小框，放大格局，告別男性價值潛規則，敢於成大器

書中引人深思的文句：

全球頂尖女性也難免會有自我懷疑和批判>>>我們的根本目標並非徹底消滅自我懷疑，而是學習別理會它，不要聽從它的指示，雖然聽見內心批判之聲，但不要讓那個聲音決定你的選擇

多年的好學生制約，會讓許多成年女性再去追求下一個學位，看更多書，做更多長時間的調查研究，來替自己眼前的任務找到答案>>>然而這麼做往往造成，過度計畫，過度思考，要求完美，無形中像是為自己建築了自我設限的高牆，我們必須相信自己的因應能力，相信我的價值，不僅是來自我熟知的資訊，有來自我這個人

婷嘉

<把成功變習慣>

這次討論的一個主題是想要培養的一個好習慣，而我希望能夠培養的其中一個習慣是不要打斷人家說話並且多肯定自己，並且每天都比過去的自己進步，而這本書裡面有講到一個很特別的想法，就是有許多人說可以每天都稱讚自己並且告訴自己有越來越進步，但是人其實有一個習慣是往往比較同意或是傾向相信負面的東西，而不是叫正面的評價，就像是半杯水，有人覺得是半滿也有人認為是半空，每個人所需要的方法會有不同，因此如果這樣可以選擇用動作動詞去形容這個進步，並且讓自己以實質的東西比較容易能夠去認同自己

安平

《大退潮 Grave the New World》

這本書其實比較適合由惠如來介紹 XDD 起初挑選這本書是想對全球化有更深入的理解，畢竟全球化關乎政治、歷史、國際情勢，全球化的潮流的初始階段，該時的認知僅止於厲害的專有名詞、和選擇題裡必選的選項。全球化的效應其後持續發揮著，我開始正視這個議題，是在大學時期學習到華爾街運動、反全球化運動時興起理解的契機。系上的老師說過：問題往往往是環環相扣的，無法各自獨立存在，也就是說各個環節既可以是因、亦可以是果。全球化原先標榜著尋求商品、勞動力的互通有無、各國按照比較利益原則生產自己所擅長生產的商品、尋求全世界的共榮。但發展至今，卻似乎沒有達成這樣的功效，隨之產生的反而是反撲的勢力。究竟中間是哪個環節發生了問題？又全球化如果真的終結，新的世界秩序又會如何產生呢？在 21 世界的挑戰，諸如人工智慧、難民潮、經濟戰，這些勢力之間的爭鬥會產生什麼樣的結局呢？

這些大尺度的問題是伴隨閱讀所帶來的震撼，讓我感受到自己國際視野的匱乏。回應這週的主題是生命的運行，長到這個歲數，期待自己能夠跳進各式各樣不同尺度的軌道、譬如從文化、政經背景這些或大或許、或柔軟或強制性的制度，看見更富景深的視野。

惠如

書籍：《樹的智慧》

Max Adams 著

這次的讀書會主題是生命的運行，這讓我想起畢業到念研究所的這一年裡，是生命中難得的空閒時光。因為每天不用趕著九點上課，也不用趕著在與同學見面之前把書面資料整理好，反而多了餘力欣賞時光的流逝。從前的我也許會感到無聊，但現在想來反而是我生命中很好的一段沉澱時期。對應到如今的讀書會主題，我的想法是，那一段沒有正職，只有一個學士畢業學位的時期，我的成長是否還在繼續？我的生命是否停滯在某個社會身分，暫時的停留在政治大學了？簡單來說，我是不是畢了業以後沒有在往下一個階段邁進，人生也得同於停止了？

帶著這些想法踏進圖書館，我找到的書是介紹樹木的故事，樹的智慧引領人們開啟工程學、植物學、建築學的靈感與發想，它們生長的姿態與運作的方式充滿了奧妙。我樂於觀賞書中介紹的樹種。山毛櫸是森林裡高貴的巨人，像是一個被凍結在一瞬間的遠古巨人雕像，雖然不似櫸樹或紫杉那樣長壽，卻告訴我們，歷史上沒有記載的事物，不代表不存在。而嬌小的榛樹則啟示我們，柔韌本身也是一種力量，自我更新是一種生存藝術。冬青的智慧則在於它的美是一種不言而喻的感受。

「鍾鼎山林，人各有志。」就像書裡所闡釋的，每棵樹種都有自己的一種智慧。在自己走過一段沒有跟隨同伴一同進入職場賣命的人生假期以後，我深深地發現我終究是自己生命的主宰者。這段時間來的好也來的巧，我的年紀夠大可以照顧自己，心智夠成熟可供我判斷，我相信我這段時間並非是種無所事事，而是當我一路從小學開始求學到大學，我希望可以在這樣不斷追趕的時日裡停下來，審視一路走來的過往，並且展望自己的未來。就像樹木好似冥冥中知道自己怎麼做可以換來生存，我也認為自己是在積蓄下一次出航的能量。深切的了解自己需要什

麼樣的生長環境，那麼我們就能換得那樣的處境，這只是一種選擇而非優劣，我想要這麼相信。

(5) 第五次討論：生命的痕跡

嘉英

《告別玻璃心的 13 件事》

心靈上的斷捨離 揮別阻礙前進的思維模式 和過去和解

1. 不在意無法掌控的事

當事情在掌握中可以讓人放心，但其實很多事情其實都不在我們掌控範圍

「認為自己能掌控一切」這種思維模式會產生甚麼問題？

焦慮感(預期壞事發生)

浪費時間(不放心把事情交給別人、花時間心力說服他人改變)

遇到挫敗覺得是自己的問題

如何避免把精力花在無法掌控的事？

(1) 把焦點轉移到自己能掌握到的事

「你可以辦一場精彩的派對，但你無法控制別人是否玩得盡興」

運用在生活：

最近常常雷到別人，發生事情的當下情緒很低落，覺得明明不應該發生的事，卻給別人添麻煩了，很怕別人對我很不爽。運用書中技巧，我發現我無法控制別人對自己的觀感，也無法改變已經發生的事實，所以開始思考如何預防類似的事情發生，把注意力放在自己可以控制的地方。

(2) 練習接受

快遲到困在車陣中，可以選擇生氣按喇叭或是開廣播唱歌(善用時間和精力)

運用在生活：赴約時遲到又等不到車心情會很急躁，但既然已經無法改變遲到這個事實，再怎麼焦急也於事無補，可以先傳給訊息告知對方，下次赴約可以選擇提早出門。

2. 不沉湎於過去

「思考要是做出不同的選擇，人生會變怎樣？」 「希望時間可以重新來過」

以上思維模式會產生甚麼問題？

錯過當下

影響情緒(陷在悲傷的回憶)

如何避免過去阻礙前進？

(1) 安排一個時間思考過去的事

(越壓抑越揮之不去 不如安排個時間好好釐清)

ex: 晚餐後花 20 分鐘想，過了 20 分鐘就去做別的事

(2) 建立未來目標(規劃行動步驟，讓自己動起來，對未來有期待)

(3) 專注記取的教訓

沒必要把事情想得很糟，把焦點放在學到甚麼經驗

運用在生活:回憶過去，我們一定都做過讓自己後悔的事，如果只是抱著很後悔的情緒去面對，只會讓自己感到痛苦而已，對改善事情沒有幫助，不如原諒自己，並從中反省，避免將來重蹈覆轍。

安平

這週的讀書會恰好撞上延滯許久的期中考，邊聆聽同學的分享邊慌亂組織著符合主題的字句，究竟什麼可以成為生命的痕跡？我焦慮的詢問著自己，痕跡何其多啊，舉凡每天身體代謝的皮屑、製造的垃圾、坐臥起居行經的道路、紀錄的字跡，難以回答的是在紊亂龐雜的痕跡中，哪些痕跡默默的成就成自己現在的樣貌？而哪些積累為難以言喻、卻影響至深的陰影面積。這週我分享的書是《走路，也是一種哲學》與《如何獨處》

《走路，也是一種哲學》

「在走路的寂靜中，當我們在這樣一份沒有語言干擾的寂靜中，我們才真正享有良好的聆聽品質，因為我們終於聽見那些從來就不需要被轉譯、改碼、重新格式化的事物。」引用這句話作為開頭，這句話描述著走路的安靜導引著我們如何聽見事物純粹的本質。對我來說，走路是日常中浪漫的活動，一邊與來往的人潮錯肩、眼神交錯，但也一邊仍保有私密的情緒，踏著步前往目的地的邁步中，安靜的組織、剪裁與記憶。來不及的、錯過的、突然憶起的這些片段，在行走的時刻難得可以不帶情緒的映現，這或許也說明，在大學時期，心情煩悶時，我喜歡去走河堤的原因吧。

「一旦人開始真正走起路來，每天就由一連串告別所構成。舉步離開某地時，永遠無法確定是否還會回到此處。這種不斷離去的處境為目光賦予更大的強度。那是旅人越過壩口，在全新風景即將開展之際，回眸望向來時路時的眼神。」走路可以具象為鞋底與地面貼合、分離的過程，但不斷離去的處境、回眸的眼神的概念形容的也可以是心理層面的出處進退。這句話我覺得極富深意，行走可以只是慣性動作的複製，但也可以不只是行走，行走隱喻著選擇、與不自知的告別。選擇、告別往往牽動著糾結的情緒字串，但行走我卻那樣的喜愛，我想這之間的反差，或許提醒著我，該是時候留意腳下的步伐了，走路可以哲學的沒那麼理所當然，選擇與告別卻也可以輕快灑脫的猶如行走的節拍。

《如何獨處》

這本書以更深沉的方式處理獨處這個議題，作者從個人經驗出發，把個體經驗鑲嵌進美國社會的巨輪，包括文學、郵政史、政治等等，獨處，在這本書裡並不哲學也不抒情，在冷靜犀利的字句中敘述的是歧異、消頹或衝突，獨處在此不是單獨的申論題，反而成為相當務實的問答題。

品心

分享書籍：太宰治《御伽草紙》

個案：如何說服自己展開一段冒險？

—

【文章簡介】

既然主題是斷捨離，便來分享收錄在新雨出版社《二十世紀旗手》一書中的《御伽草紙》。《御伽草紙》的創作目的是為了撫慰二戰時日本百姓，內容則是改寫日本古典童話，風格走的不是搞笑風而是溫柔體諒風，主要是針對原故事為解釋

清楚之處，加入些感性分析，承平時代來看，類似給稍微大一點的小朋友看的童話。

《御伽草紙》中有一則〈浦島太郎〉，主要在描述換位思考(如此積極 XDDD)，當中海龜說服浦島太郎前往龍宮探險有一段：

如果說冒險令人卻步的話，「相信的力量」這個概念如何？「.....在山谷另一側裡，盛開著美麗的花朵，唯有如此深信的人，才能毫不猶豫地攀著藤蔓，走向山谷的那一端。看到的人或許會把它當成某種雜耍，對它喝采鼓掌，或是嗤之以鼻，但，這絕不是雜技團所表演的那種走鋼索。沿著藤蔓走向山谷另一側的人，純粹是為了看那美麗的花朵罷了，根本不會抱持著『我現在在冒險』這種鄙俗又虛榮的心態。天下哪有什麼冒險事值得自傲的呢？實在是愚蠢至極。冒險，純粹就只是因為相信，因為深信花就在彼端。」(蕭雲菁，鄭天恩譯。新雨(2015)。P177)

是隻很多話的海龜呢 XDDD

不過有時候有些冒險是因為走投無路只好死馬當活馬醫了。

提不起勇氣冒險嗎？不如換個方向思考吧！

【比正文還多的後記】

說起太宰治的文風，基本格調是碎碎念，黑暗一點的狂言是很適合中二病引用的話，例如：秉持自信而活吧！世上的人無一不是戴罪之子。歡樂一點的碎念，則是很適合把太宰放置PLAY的狀態。陰鬱的話則像坐在酒吧櫃台，幽暗的室內只有一束燈光打在主角身上的碎碎念，自省的口吻像是提醒自己社會常理以及自己行為的脫軌，可是在自省的同時又有抒發式的自我辯護。有時會有「我這人就是這樣，十分抱歉」這種結論，確實會令人忍不住吐槽「這種事靠沖冷水澡、做機械體操就能克服」。還有一種事突然認真起來，充滿眷戀的追憶，通常是與兄弟姊妹有關的故事，身分切換成津島修治的時候。不論是那種，太宰作品底層的精神是一種溫柔，而非玩世不恭的自傲。說起太宰的溫柔，不是像壁爐的篝火一樣，倒是像燈籠一般，於一片絕望襯托下的微小希望，具有一種指引性的存在。

在嘗試《人間失格》之前，不妨先從其他短篇開始吧，比較不會太刺激，也比較走的深。

辰穎

《每一次出發，都在找回自己》

因為當週主題是生命的痕跡，也因為發覺自己應當告別過去，進行生命的斷捨離，才能展望未來，因此選擇吳若權的這本20年前與20年後再訪巴黎的心情故事。

書中作者的想法也算是我人生中的明燈，指引我去發掘我在去奧地利交換前和交換後，態度想法上的轉變，更期待的是能透過書本透過文字透過思考透過讀書會分享，遇見心靈宇宙中願意改變的自己，能夠解脫並告別過去的自己，蛻變，迎向未來。

書中提到，當往外跨出一步，就走向內心一里，從脆弱到勇敢，從寂寞到祝福，在地球上每個轉彎的路口，遇見心靈宇宙中願意改變的自己。當下看到這些字句時，真的是被作者戳中心坎，之後也開始練習的去接受不逃避，在挫折，悲傷，困頓，勇氣，

希望, 祝福等各種情感中的自己. 這完全應證了書中的另一句發人深省的話: 旅行, 是透過外界經歷的修行; 修行, 是心靈深處內在的旅行.

婷嘉

《怦然心動的人生整理魔法》

其實整理房間, 也是整理人生的一個方式, 因為在整理房間的同時我們也可以訓練斷捨離的能力, 告別已經不能讓自己心動的物品, 只留下真正仍舊讓自己心動的物品, 就好像是萬中選一下最後揀選出來, 那在當中有提到, 在整理時要將所有要整理的東西全部放在同一個空間, 然後一個一個用是否有心動的感覺去決定東西的去留, 並且讓這些東西都擁有一個屬於自己的專屬位置, 一方面可以讓自己了解還有多少空間, 二方面也可以讓自己去審視到底還少了什麼, 也可以在中間再次審視自己。

惠如

《情緒》奧修著

生命的痕跡, 表示什麼東西被我們經歷過了, 像是有一個曾經留下的東西, 到了現在我們試圖輕輕地掃起。這次我想了解的有關於我生命的痕跡的, 是情緒。說起情緒會想起他人在面前無聲的啜泣, 或是我無聲的啜泣於他人面前。這些看似不由自主的反應, 曾經被我消極地認為應該輕鬆以對, 畢竟對流水似的生活來說, 這些悲傷的情緒實在有點煞風景。然而, 當自己也面臨了無所適從的悲傷、生氣時, 再次試圖去壓抑彷彿一切未發生, 使我內心產生了巨大的排斥。曾經看過一個說法: 「情緒其實是種生理反應, 就像如果你冷了, 別人無法期待希望你不要冷而解除。」由此可想, 情緒是很個人的事情, 攸關每個人的身體反應, 不是外力可介入。這本書出自於一位印度思想家, 他同樣認為他人無法使我們有情緒, 而是我們的內在機制使我們有了今天的情緒反應。

釐清了情緒運作的奧妙, 也等於我們試圖接受情緒的產生, 他認為每一個當下的情緒都是珍貴的, 那表示我們生命持續茂盛著。作為一個思想家, 他清楚的點名, 他所反對的是所有壓抑的情緒, 如果當下的憤怒或悲傷被掩蓋, 那麼它們就形同被我們拋到潛意識, 會持續的存在而不會消失。這些隱含的情緒驅使我們做些什麼來進行疏導, 上司罵了下屬, 下屬無法對其生氣便將情緒帶回家中發洩至妻子, 妻子需要仰賴丈夫而不得發怒便將情緒發洩至孩子, 最後孩子可宣洩的對象便是書本玩具。這一連串的縮影時常發生, 也是我們為了隱忍情緒而有的不良現象。

因此作者鼓勵我們不要排斥任何來自經驗的事實, 同時腦袋必須解除他對所有僵化的觀念的認同。一個人的理念越多, 就會形成對自我的一種鞭撻, 假設我們認為自己必須形同佛陀一樣的和善, 便會難以接受自己擁有憤怒的時刻, 就如同認為自己必須勇敢的人則很難接受自己會懦弱的模樣。與自己的情緒凝視並且對話, 理解他為何而起又將走向何處, 成為心裡面那個沒有理念枷鎖的「一」。

談到這裡有趣的事情是, 與情緒斷捨離不是極端的排斥我們自然而然產生的情感流動, 就如同剛開始提倡與物品斷捨離的作家們也並非鼓勵將家中的物品清光, 而是逐一檢視哪些該留下, 哪些又已失去日常生活所需的價值。情緒身為我們日常生活裡存在的痕跡, 是一種生存過的證明, 並沒有存在好壞, 都該被我們好好對待。

我最後想做一點對作者的感想，他雖然是為思想家，卻拒絕被定型，也許這跟他提倡反對理念僵化的想法如出一轍。雖然他鼓勵點名富有的人們一路上追尋財富而缺少了享受生命之美的眼光，而自己也能安逸在舒適的生活環境。但他認為自己並不虛偽，因為他個人本身沒有提倡過著清貧的生活，反而是鼓勵人們在任何一個階段都能自足自在。能夠享受為了求學而騎著腳踏車上學的時光，亦能享受乘著賓士的生活。對他而言沒有一定要追求的必須，當下便是一切。這樣一個活潑也許有點狡獪的思想家，認為人們一定陷入了選擇的陷阱，便會死亡，不論我們選擇了物質至上或是精神至上的極端，那都是對於人性的一種扼殺。

(6) 第六次討論：生命的周而復始

辰穎

書籍：就因為沒時間，才什麼都能辦到

其實這本書所說的事情，我之前就已經略知一二，不過書中也有些新的思維，讓我對時間管理的想法有些改變：

1. 要有心理準備，無法十全十美，亂七八糟是一定的

反思：很多時候，常常會希望可以把事情做到好，若無法達到，就較容易有放棄的念頭，這時這個心理建設可以幫助維持動力繼續下去

2. 中途停頓是很正常的，可以設個自己輕易就可以達成的目標，然後告訴自己，只要我那個目標沒有放棄有持續達到，這一切就不算結束

例如：每天寫三分鐘的日記

3. 釐清練習時寫題目的目的，像現在準備考試，當然就是練習題目，當錯很多時，就要給自己一個正確的觀念，練習的目的就是為了找出哪裡不懂

最後總結：

時間管理，其實就是堅持到底不放棄的體現，就算中途受到干擾，要練習的是跳開情緒，將注意力放在自己有進步的點上，這就值得喝采

品心

分享書籍：

●賽巴斯提安·哈夫納《一個德國人的故事 1914-1933 回憶錄》

●坂口安吾《墮落論》

個案：17 世紀民族國家的概念運用到現代多可怕！

-

【本文中心概念】

張正《中國是台灣的一部分，台灣是世界的一部份》：「『中國是台灣的一部分』，而且東南亞、日本、韓國、美國等等，也都是台灣的一部分。君不見台灣有近百萬來自東南亞的移民移工，有西班牙、荷蘭留下的痕跡，也受到中國、美國、日本、韓國深深的影響，這些都是組成當前台灣的一部分。乾脆這樣說：台灣是世界的一部分。」

-

現實世界近日有金馬獎政治藝術不可分事件，也有東奧公投事件，不論哪個，都可見到一派聲音：挖掘台灣的民族性、強調鄉土語言，而且閩南語獨大.....循著各種 17 世紀的路線，建立一個台灣人的台灣國。以前對這概念有些憧憬，但仔細想想後，不禁覺得這概念多可怕啊？

-

【蝸牛角上爭何事】

這概念不就如同希特勒想建立一個純粹是雅利安人的德國是一樣的嗎？也不是就像現代的美國川普、法國排斥北非移民一樣嗎？在全球化時代中頻繁的交流下，不論是實際上的人流還是無形的文化，有在台灣生長但在他國文化世界感到歸屬感的人，也有生長在國外但在台灣的人際互動中感到歸屬感的人。17世紀民族國家的概念硬要套到現代，或者說硬要成為台灣的建國楷模，那該是多血腥的事呢？豈不是放棄了台灣本身到目前以來所持的包容性？我倒寧願台灣永遠只是個地理名詞。

再者，人生短短不過80幾個秋，對於已存在千年萬年的大自然，又是秉持什麼樣的心態與概念主張：「○○河山是屬於我的呢？」當為一個人還是一個人的時候會如此主張嗎？還是想要喪失自我作為想像的共同體的一份子來做如此主張呢？

雖然時空背景不一樣，但我想哈夫納從親身經歷的德國歷史中所得到的想法、安吾以嚴厲的口吻安撫面臨戰敗亂象的日本人的初衷，跟本文所想講的一樣都是「好好思考作為人是怎麼一回事」這種概念。既然生而為人了，為何要放棄當人呢？

坂口安吾：「我們不是因為戰敗而墮落。因為是人所以墮落，因為活著所以墮落，僅此而已。不過，人或許也無法承受永無止境的持續墮落。畢竟我們沒有一顆鋼鐵般的心去面對苦難。」

人因無法承受永無止境的持續墮落，所以搬出「殺死處女、武士精神、天皇至上」的傳統，只是.....

「真要殺死自己內心的處女，而非殺死他人，真要編造出屬於自己的武士道、屬於自己的天皇，人必須正確地貫徹這條墮落之路。.....我們必須藉由貫徹墮落之路，發現自我，獲得救贖。那些什麼政治上的救贖，全都膚淺之至，愚昧至極。」（鄭曉蘭譯。麥田(2014)。p164。）

嘉英

《今天就把明天的事搞定》

因為我很嚮往平靜的生活狀態，想要優閒的過日子，但是想要達成這種狀態，就要把時間分配好，然而這學期的生活似乎都被時間追著跑，所以很想從書中獲得時間管理的好方法。

被時間追著跑這個狀態主要是來自於拖延，要避免拖延，可以思考自己在何種狀態不會拖延，可以把這幾種狀態的特質延伸到自己正在處理的事情，讓自己可以更有動力、效率去完成事情

1. 哪種狀態不會拖延？

1. 遇到喜歡的事 => 賦予在處理的專案一個美好的想像

2. 很簡單的事 => 把要處理的專案切成實際並且可以立即做的行動（第一步、第二步）

3. 死線到了 => 把所有行動列出來就會意識到現在不行動就來不及了

2. 如何更有效率完成事情?

不只是寫下代辦清單

還要區分優先順序(不然會比較想先處理簡單、瑣碎的事)

重要的事最好趁早上完成

運用到生活:

為了記錄自己如何運用時間，下載了 smarter time，這是一款用圖案和顏色紀錄時間運用的 app，實際記錄一星期後，發現自己比較不容易神遊或是跑去別的事，也找出自己在甚麼時間點比較容易浪費時間。

婷嘉

書名：**星期三搞定一週 88% 工作：以最少的工作時間獲取更多的個人享樂！**

其實人的天性就是懶惰，為了要能把握當下並且及時行樂，就更應該做好時間管理，其實過去就看過許多時間管理的書，但都還是無法真的做實踐，而這本書有特別提出一個概念，就是在星期三做完 88% 的事情，因為根據統計，還有人們的心理，禮拜三會是相對來說較能專注和效率高的一天，但我認為這還是要因人而異，或許可以觀察自身狀況，選擇一個對自己來說效能最高的時段，將事情集中在那時做完，也將會有更多能夠自己利用的時間，也要盡量將事情切成小塊，也許一件事情一次做要非常久，但若是切小並且分散到一段期間中，積少成多，也不會有那麼大的壓力，在討論時，小組朋友也提出要督促自己一定要努力做到，不然太多次沒做完這樣的規劃就等於是寫寫卻沒有實行了。

安平

這週的主題是生命的周而復始，我所分享的書是《被埋葬的記憶》。周而復始會讓我聯想到萬物的運行，自有其規律，而這本書所要探討的是時間、記憶、與愛。人是主角，但更多時候卻是受困而不自知的，時間、記憶、與愛皆可以分別以個體與族群來進行思考，在視角的切換之中，更多的是荒蕪與哀婉的詠嘆。

背景設定在不列顛人和撒克遜人交戰的年代，該時人民居住在洞穴，日日辛勤勞作，古怪的是在那片迷霧的大地，人民日復一日的過著，但每隔一天卻旋即遺忘昨日，主人翁是一對遲暮的老夫婦，他們為自己何以無法擁有過去的記憶感到迷惘，同時思念著記憶模糊的兒子，於是決定踏上尋找兒子的旅程。「萬一回憶重現，你想起我曾經讓你失望，或是我做過什麼不堪的事，那麼至少答應我，永遠不要忘記此刻你心裡對我的感受。」這段老先生對太太說的話猶如伏筆，揭示著記憶的回復，即便真實卻也可能刺骨，遺忘是如此容易，記得如此珍稀，顛覆常有的記憶板塊，當過去的迷霧散去，遺忘與記憶、愛與恨的界線變的漫漶難認，是否唯有遺忘才使人相愛呢？這時候的相守又真的是愛嗎？但當遺忘了曾經的軌跡又何以証成相愛呢？故事元素來自旅程中遇見的食人魔、龍、巨人、擺渡人等具有象徵性的意象，機緣的相遇、問答的過程，迴向成為老夫婦課題的引言。另一方面，以集體記憶來說，遺忘才能忘卻至深的心慟、弭平征戰的驚怖，但是

歷史又似乎應被真實的紀錄，才能夠作為個體生命生存的歸屬，此時此刻，遺忘或者記憶，又該如何取捨呢？

作者透過書寫所欲傳遞的是人們如何處理不愉快的回憶，當人們記憶和遺忘的方式因身處的環境而有所不同，那麼我們該在什麼時候遺忘？什麼時候又該回頭看、誠實面對過去呢？之於我來說，初閱讀完至今雖仍陷溺在悲傷而優美的語境，但虛構的故事背後托舉出現今我們可以選擇如何記憶、遺忘所具備的積極性意涵。

惠如

《生死無盡》余德慧著

生命的周而復始，對我來說是攸關於生死的詮釋。二十幾歲談這些是否過於沉重？然而我的生活裡不免要面臨這些所謂沉重的場合。2017年韓國藝人鐘鉉身亡，同年高中學姐林亦含亦走上這一條路，而我跟我同寢兩年的室友因病而飽受心靈折磨，或是身邊患有憂鬱症的朋友向我揭示了生活裡陽光照不進的黑暗角落，這些所見所聞看似與我遙遠，卻又猛然的離我如此的近。這驅使我想要了解這樣不為人常提起，卻也不得不面對的事情—死亡，我該以什麼樣的心態看待，又或者，身為一個與瀕臨病危、求死念頭強烈親友的陪伴者，什麼樣的話語才是一種真切的體貼。

這本書從〈一切俱足大自在〉說起，真好，開頭第一篇便是一種超脫於心靈雞湯的安慰，然而作者的本意不是安慰，而是這生命裡本來應有的樣貌，彷彿我們苦尋了萬里遠而其實珍貴的安寧與祥和就在手邊。那些安定是大自然本身承接給我們的禮物，沒有人為的矯飾，只是一本樸實的模樣像我們迎來，我喜歡書裡提到的：「在天與地之間，挑一塊石頭坐下來，老鷹在遠處的天空飛著，白雲無語地停留在一處，地面上的小草在陽光底下，葉子的綠在風中閃閃發光。」曾經的祖先是無聲的與自然共處，如今的我們處在有語言的生活中安頓下來，卻使得不安定的靈魂顯示在那一本本用了一半的筆記本、買了一堆穿不到幾次的衣服。一句對我來說很有趣的話是：「吃飯就是吃飯，睡覺就是睡覺」身處在急著建功來證明自己存在的年紀，這實在有點不可思議，因為我們吃飯便是伴隨著手機，手機那一個小小天地存在著我們急欲得知的資訊。如是這樣，我們的心永遠感受到一種不安定。

難道就這樣糊里糊塗的過下去嗎？這是我看到這裡時心生的疑惑。這本書繼續闡釋一種無以名狀的活著的感覺，我想起我喜好透過觀看恐怖漫畫或電影，藉由被驚嚇而感受到我生命的反應；書中則是提出一種身處在裂縫中，伸手不見五指的狀態，那是一種體會到孤寂的裂縫，看看死的究竟。作者援引法國哲學家勒納維斯的引導，說明人的活著有兩個領悟：求生的文化與求死的解脫，前者透過一切人為的設施，包括語言、文化、科技，甚至是宗教，企圖營造活下去的虛假氣氛，彷彿我們必持續工作，直到死亡的那一刻來臨才放手。年輕的我們往往求生，但直到我們學會求死，生命真正生機盎然。

最後，關於陪伴瀕臨者的啟發，作者認為「陪伴，是看到希望的一瞬間」，不用過多的話語問候，只是靜靜的陪在身邊，就足以提供游離在生死交界者看到一瞬間的希望，就如同賣火柴的小女孩一樣，並非是要藉著火柴上的微弱燈火延續生命，而是藉著那一點星火看見美好的想像。我想，我們無法成為任何人的英雄，在與瀕臨者或重度憂鬱患者歲歲年年的相處下試圖挽回些什麼，我們只能成為他

人一種美好的想像，無須勸戒放下或是走好，只須讓他們知道有他們在的一刻，對我的生命帶來何等的快樂。

五、成員心得

劉嘉英



我是這次讀書會的召集人，舉辦讀書會主要是想解決生命中的問題，從閱讀中探索人生。回首過去歲月，一路上考高中、考大學、考研，一直以來都照著社會期待的方向線性前進，直到畢業前夕我才意識到自己似乎從來都沒有好好花時間探索自己，只是盲目的跟著別人的腳步走而已，頓時覺得有點愧對自己的人生，也立下心願，從此刻開始我要用全新的態度面對我的人生，不能再得過且過，要活出最精采的樣子。

對人生產生疑惑時，我總能在各式各樣的書中得到解答，所以一直認為書本是非常好的良師益友，很想養成定時閱讀的習慣，但常常因為生活的繁忙而怠惰，而讀書會正是可以幫助我養成閱讀習慣的推力，於是我召集一群喜愛閱讀並且和我一樣有意願改變自己人生的好友一起組織讀書會。

織讀書會前夕，我們一起約出來討論自己想要解決的幾個生命問題，也從交流中更了解彼此的生命觀、人生觀，我們最後把大家想解決的問題匯集成讀書會的六大主題，大家可以根據每周的主題選擇自己想閱讀的書籍，把書中的知識實踐在生活中，並在讀書會中分享。我想這也是我們這組讀書會特別的地方，我們不強制大家要看相同的書，而是可以根據自身想解決的問題自主挑選書籍。

這學期剛好是我念碩班的第一個學期，面臨很多課業、人際、工作上的挑戰，很多事情都還在適應中，非常感謝在繁忙的學期之間還有讀書會的存在，藉由閱讀，很多生活上的難題都能漸漸迎刃而解，藉由讀書會也能和朋友開啟各種層面的話題，可以安心揭露心靈上的脆弱，也可以熱烈討論政治、國際關係、哲學等問題，透過這樣的交流，可以互相支持彼此的情緒，也能從他人的反饋中更認識自己，又或是收穫好的人生建議，也讓我總是很期待讀書會的到來，期待聆聽大家書本的故事、人生的故事。經歷六次讀書會之後，我不敢誇口說我們已經解決所有人生的問題，但藉由運用書中的知識，我明顯感覺到我們都有慢慢接近自己

理想人生的軌道上了，就算我們以後可能沒機會再聚在一起辦讀書會，希望大家都能帶著這份感動，繼續在人生的道路上前行。

古惠如



從炎熱的夏末、飄著微涼細雨的秋日到現在躲在被窩裡打著讀書心得，細細想來我跟讀書會夥伴們一同度過了非凡的旅程。可以感到很驕傲的是我在一段必須投入在國考的年紀裡忙裏偷閒的看著這些呼應著心靈聲音的書籍，我想的是我在不好好的正視這些聲音，我將來進入職場、組建家庭以後也肯定不是一個好大人。因此每到禮拜三，總忍不住向研究所同學介紹自己要分享的書。因為我對於讀書會抱持著好感，這裡的人們會傾聽也會訴說。

我喜歡發現縱使我們為每一週的讀書會訂下了主題，六個人都有各自的詮釋，也都有各自的理想。有的人藉著不同文化的詮釋感受無以名狀的美感，進而引發對於文化的省思，有的人思考一路走來的學生身分中，我們錯過了什麼又該如把握，有的人藉著書籍找尋對自己的對話空間，那是一段對旁人來說都很隱私的地方。我很享受這種大夥兒自行創作跟發揮的時刻，那是一種可以獨立思考又可以欣賞他人的安排。

回溯這半年的讀書會，發起人一開始的理念便深得我心，對於生命兩個字，我所知的太少、所能描述的太淺。從生命的探索、碰撞開始我們去反思我們生命的本質是什麼，與他者生命相遇時會有的反應是什麼。接著便是從這些碰撞後的餘跡下，我們可以如何豐富我們生命，找到真正使我們感到熱情的地方。繼續往下走，生命不只會碰撞、增厚，也會有那些需要我們跳開來以客觀角度觀賞的運行軌跡，感受下一路走來它帶來個感受與體悟，然後便可描繪出生命的痕跡，指出自己在哪個階段曾經跌了跤以後站起，然後是下一次生命的循環與再起。誰說二十幾歲的生命很短暫呢？我從這六個面向去思考自己的過往便能發現自己也有了一個可訴說的故事。

列舉這段期間我看的書目，《這一輩子，你該做什麼？》促使我藉由每數十位迷失在人生十字路口的人們的故事，思考自己該如何把握有限的人生。而《這世界如此險惡，你要內心強大》則告訴了我當我們與外界產生出碰撞，理解自己的心理結構並使這些外力化為雲淡風輕，自在地遊走於人世間。當我開始思考什麼樣的興趣使我感受到生命的豐富，我看了《香氣記憶，透過氣味分子喚起內在感知之旅》帶領我感受每一個香氣背後的啟示。《樹的智慧》使我相信，只要認為自己的每一刻都終將帶領我走向對的路途，我無須害怕自己做出了跟別人不同的選擇，每個選擇都是一種生存的藝術，懂得欣賞便不會陷入恐慌。《情緒》使我了解我的情緒便是種對生命的詮釋，它的存在成為了我運行的軌跡。《生死無盡》是緩慢的訴說了生死的循環，是一種若知死便知生的感悟，也提供了我如何對待瀕死者的啟示。

綜合以上，讀書會使我的生活多了很多的憧憬與想像，讓我感覺自己無時無刻都在思索些什麼。我希望日後讀書會的形式不再，我能將這份內心的悸動與感觸留下，伴隨著我繼續一起長大。

李安平



這其實是我第一次參與讀書會的經驗，讀書會的特別，在於將閱讀過程中的感受，轉化為流動的文字在餐敘中敘述，這個過程對我來說相當具有挑戰性，因為過去我慣於自己閱讀、書本與我之間的連結來自於較抽象的感受；透過準備讀書會的分享，我學習組織更縝密的架構，梳理書的輪廓、與產生共鳴、興發情緒的連結如何產生，同時還得練習迎向大家的視線，對視是交流的初始，亦是檢驗自己是否有勇氣，自在坦蕩的將感受、價值觀舒展在神情中，所謂走心的分享。

書本與讀者、讀者與其他讀者、發自內心的感受、轉化為文字、手勢的分享，讀書會既是因書而起，也在轉化符碼、文字的過程當中凝聚純粹的感動，我們的讀書會的主題關乎生命，生命的本質是繁複、流動、與不止歇的，活著本身即是印證的一種方式，但讀書會所帶來的深刻，在於處理個體生命的議題時，彼此的同在，在走覽書本間虛實交錯的起伏後，可以簡單的對視而笑。也許不論什麼年歲探討這個議題，仍常感受思想的限制，甚或徬徨、焦躁、恐懼等情緒時而有之，

但不論生活如何不簡單，只要我們同在，文字的療癒為真，情緒的共鳴是真切的，直面的勇氣亦是俱足的。

柯辰穎



這是我第一次參加讀書會，而參加讀書會的時空背景也很特別，是在延畢的大五上，並且與準備國考同時進行中。在準備考試的過程中，我發現自己在思想上會變得比較單一，比較功利，無法從多元的角度去看待事情。而這個讀書會，剛好彌補了這個缺點，因為每個讀書會成員都會依自己的興趣，或對於目前所遭遇的煩惱，選擇與當週主題相關的書閱讀並分享。細想六次讀書會乘上六個成員，透過討論與分享，這樣就可以激盪出三十六種繽紛多彩的概念想法，同時在找書閱讀，文字內化轉換成口頭表達時，也是一種對自己目前總總疑惑與困頓的解脫，算是達到撐一枝長篙，渡生命這條河的目的了。

陳品心



因為召集人說讀書會成立的目的是為了解決個人生命的煩惱，十分符合我自己閱讀的目的，所以便來參加，這種形式也有別於普通讀書會只有單一主題，讓人必須要讀和自己不相關的書籍，可以讓自己學得更深刻。

我們這個讀書會有許多性質，第一當然就是分享書，雖然每個人生命煩惱的面向不同，不過因為我們都是年齡相近的人，因此還是有許多共鳴，再聽他人分享的同時，有時可以貢獻自己過去的思考，有時也打算如果以後聽到別人有類似的煩惱可以向那人分享我在讀書會中的所得。大概是因為這種主題的關係，我們的讀書會也像是一群寂寞的人在談天，這種愉快的氣氛也讓人可以堅持閱讀下去。

張婷嘉



每個人因為自身的人生經歷與獨一無二的個性，而有不同的想法與人生觀，在這個資訊資源及選擇爆炸的時代，反而會更不知道改怎麼往前，從讀書會中，一方面砥礪自己固定看課外書的頻率，二方面也能夠其他人的分享中知道更多我們在討論的人生議題中不同的解法與方向，在當中也可以互相學習對方的優缺點，在這些重要的人生議題下能夠更勇敢往前。

六、未來展望

劉嘉英

這次辦讀書會的經驗帶給我許多感動和能量，開始覺得讀書會成了生活中很重要的一部分。每次讀書會結束，大家會拿著當週介紹的書籍拍照留念，我會接著把照片 po 在自己 ig 的限時動態以紀錄讀書會的時刻，事後也常常收到以前同學的訊息，向我表達他們對讀書會的興趣，可惜他們現在幾乎都在工作，離政大又有點遙遠，所以只能看文字來感受我們的讀書會。這次讀書會結束後，我明年預計跟我高中的好友也來辦一場讀書會，除了可以昇華彼此的生命，也可以藉此聯絡感情，不然隨著生活圈越來越不同，彼此聊天的話題也變得狹隘，希望藉由讀

書會豐富我們的生命。期許我真的能說到做到，明年繼續維持閱讀習慣，定期舉辦讀書會。

陳品心

透過這次讀書會，我在自己本來很想前進的日本文學世界走了許多步，也累積些自己的文化資本，為此今年9月有創一個IG：

<https://www.instagram.com/eyeisheart/>，照片不時以英文、日文做標籤，在沒有特別宣傳的情況下，吸引了1位有8182名追蹤戶的日本IG帳號追蹤，有些個別照片也成功推廣出去。未來希望繼續分享台灣日常風景給大家，也當作自己的精神狀態的記錄。

李安平

過去我慣於閱讀的素材偏向文史哲類的書籍，透過讀書會我擴展了閱讀的範疇，最近對於描寫社會的書籍感興趣，例如：《大退潮》從全球化的發展，更精細的描述全球化直接或間接促成的問題，《資本的世界史》則是從資本概念如何產生、到資本市場的運作、結構循序漸進道來。我覺得閱讀偏好的轉移，算是陪伴我跨度研究所焦慮時期的見證，該時焦慮擔憂自己即屆讀書的最會後黃金時期，但是對於社會貧富不均、所居住的城鎮的文化脈絡的認識仍相當貧乏，我希望自己能夠突破情緒的層次，將艱澀的文字轉化為認識世界、社會、文化、人群的力量，我不期待閱讀引領我致富或成功，但是了解自己立足的世界正在發生什麼事，這是活在當下的我所欲成就的。

古惠如

讀書會使我的生活多了很多的憧憬與想像，讓我感覺自己無時無刻都在思索些什麼。我希望日後讀書會的形式不再，我能將這份內心的悸動與感觸留下，伴隨著我繼續一起長大。

柯辰穎

我自己是喜歡看書的，但往往因為生活的忙碌而停滯不前，所以對自己的期望就是就算忙碌還是要閱讀加上分享或寫心得做紀錄，就是一個習慣，一個沉澱心靈，讓自己可以沉澱思考的機會。我相信透過閱讀思考寫作，這三種動作的無限循環，一定可以碰撞出更多生命的精彩，讓我多元思考各種可能性，不再侷限自己。

張婷嘉

覺得這樣的讀書會很不錯，覺得也許未來也可以讓不同小組的不同同學，也能夠互相進行交流，像是可能可以是相似主題的社團進行進行聯合讀書會，或是有一個小活動，然後我覺得其實不一定一定要用傳統讀書會的方式，或許可以變成每一次其中一個組員帶領實作某本書的內容，也能夠從中獲得東西，不應該侷限

只有一種方法。

小組編號	6	
小組名稱	典藏——筆下的北京	
小組計畫主題 (請勾選)	<input type="checkbox"/> 學習力 <input checked="" type="checkbox"/> 創造力 <input type="checkbox"/> 行動力 <input type="checkbox"/> 經典閱讀	
小組召集人/系級	黃品宇/企管二	
小組閱讀主題	報導文學、旅遊文學	
小組成員 系級/姓名	企管二	黃品宇
	財政三	葉沛瑩
	地政三	涂旻筠
	廣告三	郭思妤
	傳院二	陳雅旭

五個與北京有著密不可分的大學生，或剛從北京洗禮，帶著豐富充實的經歷及感受回來；或即赴北京交換，拓展學習視野；或渴望填補學習拼圖裡缺少的「實務經驗」；或欲一窺聞名世界的大城市，繞進胡同裡的精采故事。於是，北京將五個女孩牽起一線，決定成立「京味典藏——筆下的北京」，嘗試透過閱讀書籍、透過訪談人物，寫下所有遇見北京後的感觸。

說及北京，走訪名勝古蹟或許是最易理解此文化古都的方式，但不僅如此，「京味典藏」選擇以多方面認識這一文化古都，將以四大主軸為讀書會撰寫題材，在「大學讀書室」中，分享與北京相關的書籍及訪談人物技巧等知識性話題；「採訪寫作室」則是將記錄每次訪談內容，成為訪談專題報導；「京味回憶錄」分享我們曾在北京旅途間的所見所聞，最後「幕後放映室」將呈現所有讀書會的花絮記事。

在汲汲營營的步伐裡，北京的快節奏讓人們僅能擦肩而過，僅能毫不留心地撞掉彼此的生命碎片，「京味典藏」期許透過文字，將那些片刻記憶化為永恆。

二、選讀典籍

書名	兩個女孩的世界奇幻冒險
作者	詹依潔、詹依庭
出版社	電腦人文化/創意市集
出版日期	2014年
選讀原因	透過此書，我們可以實際地了解到專業人士是如何將北京旅遊的見聞撰寫成一本書，學習報導取材技巧、文章架構以及敘述方式等。

書名	傳媒類型寫作
----	--------

作者	政大傳院媒介寫作教學小組
出版社	五南出版社
出版日期	2009年
選讀原因	本書認為所有的書寫—包括傳媒寫作—都是一種社會建構的過程，因文字社會的「真實」，依賴文字敘事，而敘事即是社會建構，故「真實」只能存在於文字符號的表徵系統之內，是被「製作」出來而非自然存在的。

書名	旅行與讀書
----	-------

書名	初級新聞採訪寫作
作者	李希光
出版社	清華大學出版社
出版日期	2013年
選讀原因	我們希望透過閱讀此書，尤其著重採訪篇，包含採訪前的準備、提問問題的類型、提問技巧、傾聽方式等等，幫助我們具備報導基本知識，並且能在之後實際應用於我們的採訪與寫作之上。
作者	詹宏志
出版社	新經典文化
出版日期	2015年
選讀原因	透過閱讀此書，我們希望能汲取作者撰寫旅行文學的方法，學習如何將「遊感」融於文字書寫，並將此套寫作方法應用於文章的產出。同時，亦能在詹宏志細膩的文字中，找尋旅行、讀書與人生間的關係。

書名	新聞文學概論
作者	樓榕嬌
出版社	學生書局
出版日期	1979年
選讀原因	閱讀此書，對於新聞文體有基礎認識，理解新聞文體與平日書寫有何不同，且著重於「採訪記敘文體」，學習結合實際採訪且運用書中的重點綱要。

三、活動回顧

(一) 進行方式

在短短三個月內中，我們共進行了 9 次讀書會討論。一開始，我們先閱讀關於採訪與報導文學相關的書籍，從書上學習相關的技巧與知識，進而實際地採訪，採訪兩位從北京人民大學來台的交換生，以及兩位曾到北京大學交換的學長，並將訪談後收集到的資料以兩種：（一）透過 Medium 練習文章報導，（二）將辯論與訪談得到的故事結合，在公開讀書會以報導式辯論的方式與眾人分享訪談結果。並且，邀請具有多年經驗的羅記者給予我們報到文章上建議與批改，於期末發表呈現出來。

（二） 執行時程

次數	日期	時間	地點	討論主題
1	10/15	09:10-11:50	莊敬一舍交誼廳	那些年在北京發生的事 分享各自在北京的故事
2	10/18	09:10-11:50	中正圖書館 一樓大廳	共享書香與故事 - 採訪篇 (上) 分享採訪相關書籍的摘要
3	10/22	10:00-12:00	莊敬一舍交誼廳	共享書香與故事 - 採訪篇 (下) 分享採訪相關書籍的摘要
4	11/02	09:00-12:00	莊敬一舍交誼廳	當紀實遇上文學 分享報導相關書籍的摘要
5	11/09	09:00-12:00	商院圖書館 研討室一	關於北京，妳說呢 實際採訪北京人大來台交換生
6	11/09	16:00-19:00	中正圖書館 集思小間	那些曾經，那些北京 實際採訪曾到北大交換的學長
7	11/20	11:00-13:00	享窩咖啡館	訪談後的下一步 討論採訪完後如何練習報導
8	11/28	10:00-13:00	綜院四樓 費拉沙發區	沒有北京人的狼性我們錯了嗎？ 報導式辯論（公開讀書會）
9	12/03	10:00-13:00	莊敬一舍交誼廳	專業記者反饋報導成果 請專業記者給予我們報導建議

(三) 活動剪影



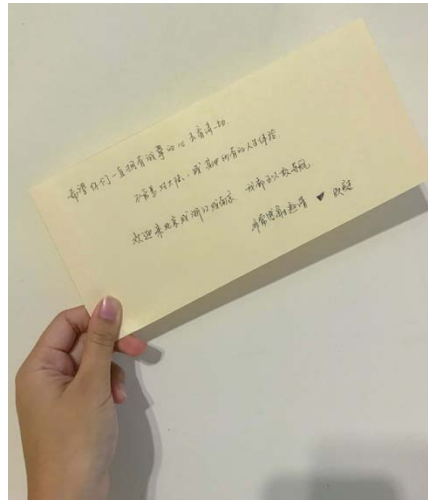
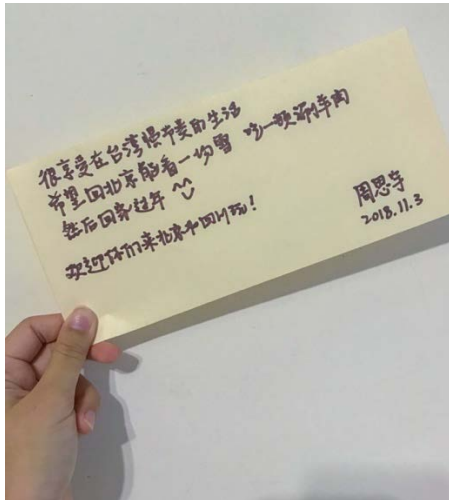
政大赴北大交換的受訪者在接受我們的採訪時，歡樂地笑著



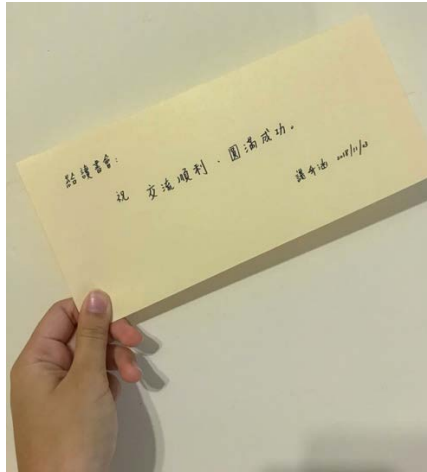
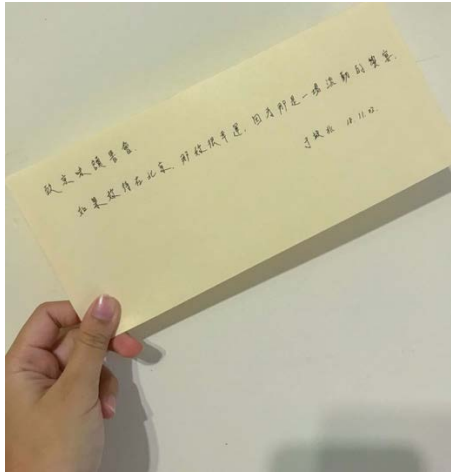
北京人民大學赴台交換的兩位受訪者，正認真地寫下贈與我們的話



採訪完畢，與受訪者一同吃飯



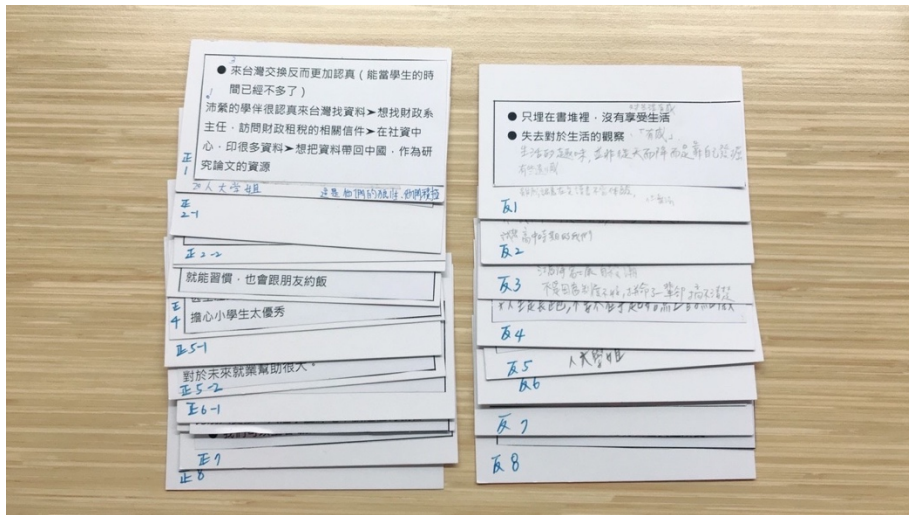
四位受訪者，分別贈送給我們的話



公開讀書
會的認真
思辨



公開讀書
會現場反
應熱烈

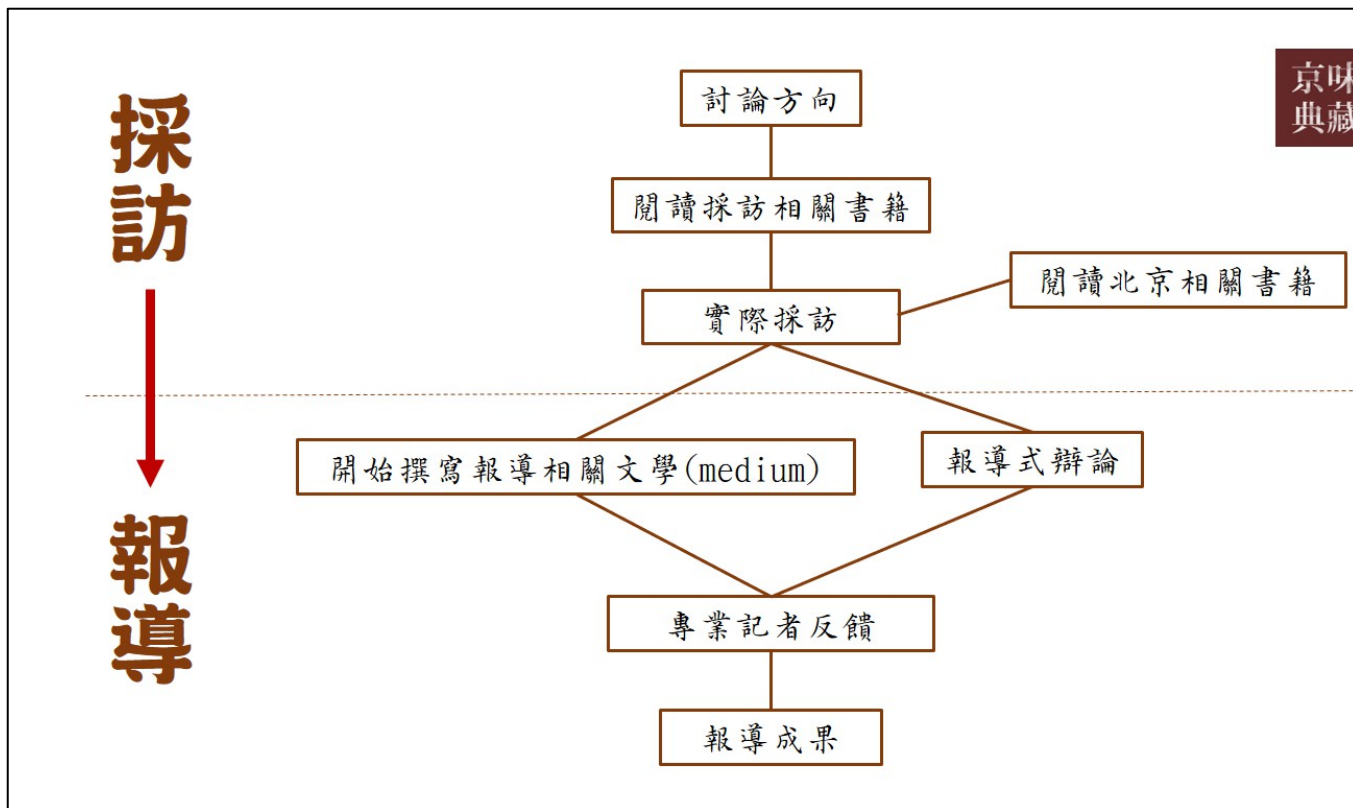


我們為公開讀書會——報導式辯論準備的內容小卡

四、實際成效與綜合檢討

(一) 讀書會運作概要

透過讀書會，在這學期我們一步步將報導的想法，從討論方向、閱讀相關書籍等開始，到付諸行動實際採訪，進而撰寫與藉公開讀書會分享與思辯採訪內容，之後請專業人士為我們的報導提供建議，最後總結成果。又其中，撰寫成果將於 Medium 此平台發布。



讀書會運作概要圖

(二) 讀書會運作過程

主題	第一次讀書會：那人在北京發現的事
時間	10/15 (一) 9:00~12:00
地點	莊一交誼廳
成員	黃品宇 (主持)、葉沛瑩 (記錄)、陳雅旭、郭思妤、涂旻筠

會議記錄

一、 初衷與方向

五個與北京存在密不可分關係的女孩，有剛從北京洗禮回台，有即將開拓視野赴北京交換，有希望能填補學習拼圖裡缺少的「實務經驗」這塊，也有想一窺聞名世界的文化古都，尋常巷陌可領人生百態，街邊路口何必曾經相識。

人們常問，了解北京、走進北京文化的路究竟在哪兒？我們認為，也許，它就在人們腳下，是一條條盛滿了故事的北京胡同，是偌大的故

宮古蹟，是無數綠意公園，而唯有我們學習如何將曾經的見聞撰寫下，才能與讓這些故事與成長被更多人看見。

二、 運作形式

五人自我介紹後，沛瑩向大家簡報教發中心之讀書學習行動小組的運作模式與注意事項。

小組討論未來的運作，決定以人物為主要目標，且先從報導文學的閱讀開始，從文章抽取一部分，去探討報導與訪問，並擬定訪綱後，採訪從北京來台的交換生，以及從台灣赴北京的學生。並從採訪中，萃取出他們的想法，針對歷史、風情文化現象做研究，以散文或是報導文學的方式呈現在平台上。

三、 回憶分享

因為我們五人的生命中，都曾實地拜訪北京或上海。因此尚不熟識的五人，便從此搭起話題，回憶當年在上海與北京的那些事：

1. 地鐵：上海順著城市規畫而走。北京捷運線一環一環，東西南北明確。
2. 古蹟：上海古鎮仿造打掉再重建，也才能真正進去體驗。北京古蹟都是保存下來的，但只能在玻璃帷幕後面看到。
3. 人：上海人沒有想像中的那樣冷漠，外國人比例高，生活方便，是個國際性都市。北京會帶給人壓抑的感覺，似乎每個人都有自己不能說的心事，像明明一大早，整節車廂死氣沉沉，大家看起來都不開心，所以可能較難融入這地方，不容易交朋友。
4. 文化：上海很沒有文化，都是商業化，沒有人情味，沒有歷史味（可能因為剛好去的都是景點區）。北京歷史很舊，久到有點臭掉了。

京味典藏 筆下的北京

2018.10.15 Mon.

ONE NIGHT IN BEIJING 留下許多情
不敢在午夜問路 怕走到了地安門
人說地安門裡面 有位老婦人
猶在癡癡等 依舊等著那出征的歸人
——陳昇 〈One Night In Beijing〉



之一

第一次讀書會

國立政治大學教學發展中心

學生讀書學習行動小組、
外語學習行動小組運作說明會

時間：107年10月11日(四)中午12：00-13：00
地點：翹賢樓四樓

讀書學習行動小組運作說明之簡報

主題	第二次讀書會：共享書香與故事——採訪篇（上）
時間	10/18（四）18:00~21:00
地點	圖書館一樓

會議記錄

一、 讀書會內容延伸確認

延續首次讀書會確認方向為北京後，面對這廣大的研究範圍，組員們一一分享自己對北京感興趣的部分，在北京的升學求職甘苦談、北京生活的情緒壓力、北京未來發展趨勢、文化現象、胡同歷史等主題都被拿出來討論。繼上週討論讀書會選擇以「採訪」形式做為更深入的研究方式，交流意見想法後，最終決定以「北京大學生的生活」為研究方向，貼近組員生活亦符合每人的興趣導向。

針對受訪者邀請方向，小組認為應同時找來台交換的北京大學生及曾赴北京交換的政大同學一同訪談，由台灣同學說明在當地的所見所聞，北京同學加以回覆及補充，達到雙向交流，而組員也能從其中得到所感興趣的北京資訊，並加以運用讀書會分享之採訪技巧。

二、 書摘分享

因讀書會將閱讀書籍並且同時討論日後的採訪寫作，故選擇在一次會中，由一至二人分享所選文章。

► 旻筠《初級新聞採訪寫作》：

書中針對採訪部分有一文〈採訪技巧談 | 如何提問，如何傾聽？〉，裡面，作者分做四大點去講述。

1. 針對採訪前的準備：態度不可先入為主，可寫下所有想問的問題，並思考是否幫助了解未知的信息、與採訪目的有關、對方有資格回答、大眾會想知或應知。訪談問題循序漸進，敏感問題放後面。
2. 提問問題的類型：可分做獲取基本信息、深度信息、背景信息（對過去）、有關新聞意義評判信息（對未來）和個人信息等。又，也可以分做回憶型以及思考型。
3. 提問的技巧：使用封閉型問題限制回答範圍抑或是選擇型問題、借助第三方提問、激將法提問與問數字問題等詢問技巧。
4. 傾聽的方法：訪問者需積極認真的傾聽受訪者，通過反饋傳達自己希望更準確了解說話人意思的態度。且採訪前應策劃傾聽，另以預熱問題的回答為基準，觀察受訪者的變化。



第二次讀書

會

主題	第三次讀書會：共享書香與故事——採訪篇（下）
時間	10/22（一）09:00~12:00
地點	莊一交誼廳
成員	郭思妤（主持）、涂旻筠（記錄）、黃品宇、葉沛瑩、陳雅旭
會議記錄	

一、書摘分享

繼上次對採訪建立初步概念、認識一些實用小技巧後，此次我們再藉沛瑩與品宇的書摘分享，帶領大家更多元地去看待、學習「採訪」這件事。

► 沛瑩《像我這樣的一個記者》：

作者房慧真提及，採訪前有蒐集、分析、準備三大基本功，其中分析有多種方法，沛瑩因此額外為我們簡報心智圖、邏輯樹、康乃爾筆記法與曼陀羅筆記法等等的特色與差異。

其次，報導寫作需基於事實，而採訪便是考驗訪問者挖掘與還原事實的能力，又得知一事實時，其發生時間點值得去探討。

最後，採訪與寫作是兩個不可分割的過程，如果前期採訪中沒有獲得有用的材料和豐富的信息，後期的寫作不論運用多少技巧，也都是華而不實、圖有其表。

► 品宇《人物採訪的五項心法》：

此延伸介紹如何攀越受訪者心中的城牆，一共有五心法，品宇依

一般準備過程排序並與我們分享。

1. 年表。做受訪者個人年表，並佐以歷史年表。
2. 敵人。以受訪者的角度思考，甚至了解他的敵人。
3. 夾藏。採訪前先給予訪綱，過程中的問題應視輕重緩急排序。
4. 蛔蟲。要做足功課，知道受訪者在想什麼，才能問出進階的問題，問到對方心坎裡，如朋友暢談。
5. 無聲。有些時候受訪者的肢體、語速、呼吸、慣用語反而較回答更是重點。

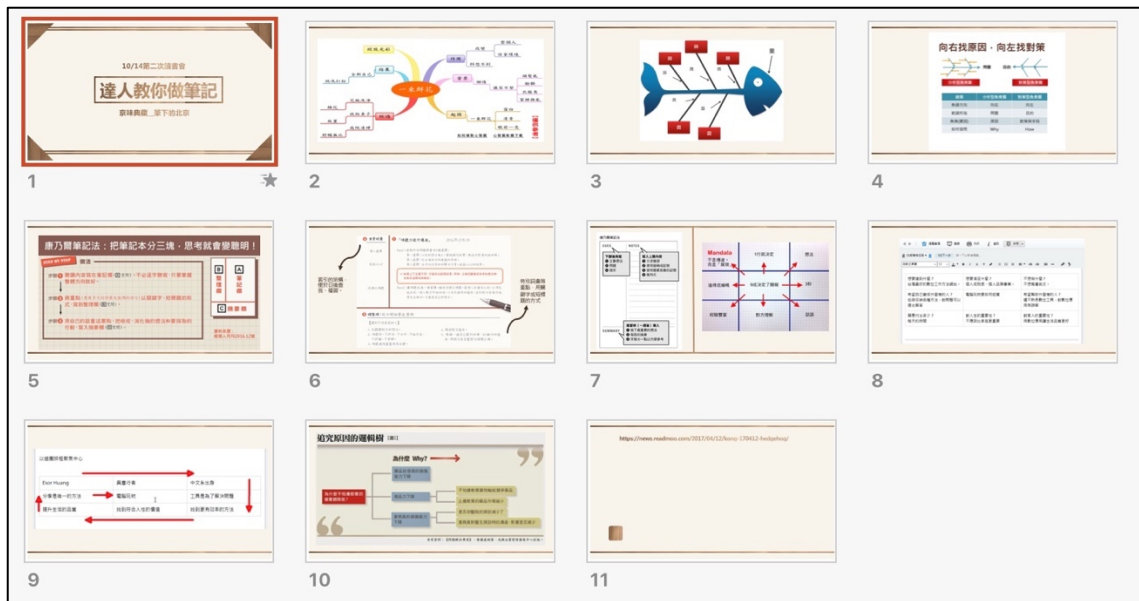
另外，品宇認為好玩、引人入勝的採訪是「透過採訪者發掘問題的專業，幫受訪者找出令人省思的啟發點」，並與大家簡報介紹設計思考，與其中的洞見做對比。

二、 受訪經驗分享

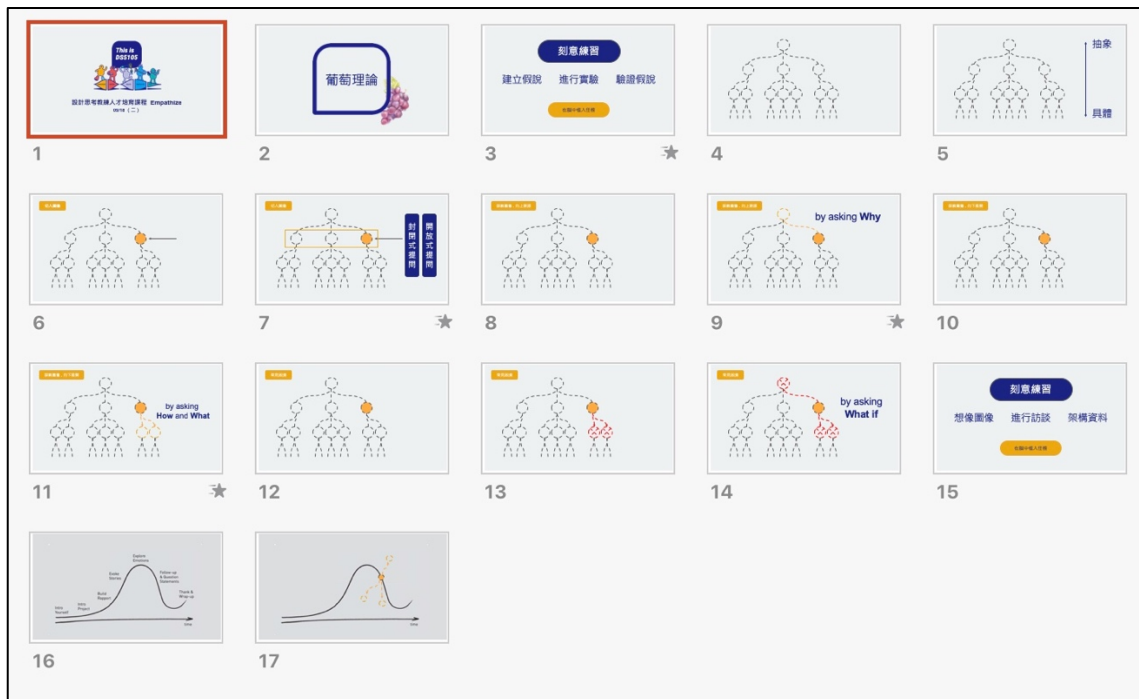
思妤與大家分享過去良好的受訪經驗，包含訪問者事前對身為受訪者的她了解透徹，問題皆有因果邏輯且對談舒服，事後紀錄逐字稿詳細，整體能讓人深刻感受到訪問者的認真與用心。



第三次讀書會



沛瑩介紹多種分析方法之簡報



品宇介紹設計思考之簡報

主題	第四次讀書會：當紀實遇上文學
時間	11/2 (五) 9:00~12:00

地點	莊一交誼廳
成員	陳雅旭（主持）、郭思妤（紀錄）、涂旻筠、黃品宇、葉沛瑩
會議記錄	

一、採訪進度討論

確認與受訪者的訪談時間後，組員針對本次採訪主題「大學生的生活」擬定系列問題，並決定以「雙向互動性」作為本次訪談進行形式——藉由我們訪談者（台灣人）敘述去北京時觀察到的北京大學生，再由受訪者（北京當地同學）加以補充。

我們認為，藉由雙向互動的反饋，兩方觀點將會產生更大的碰撞與火花，不同於「單向問答」為導向的訪談形式那樣地片面、制式、索然無味。

二、書摘分享

繼上次沛瑩與品宇分享採訪技巧、幫助大家建立報導的架構與採訪寫作的心法後，此次讀書會由雅旭進一步探討新聞寫作的要點、思妤分享旅行散文文學，並在最後比較報導文學與散文寫作的差異。

► 雅旭《新聞文學概論》：

記事敘物的記敘文主要用於新聞記事，在書寫過程中，必須扣合幾大要點：

1. 要有中心：找出中心處，寫得清楚詳盡，才能使脈絡貫通
2. 要有關節：文中應有連貫性，使讀者有脈絡性的閱讀
3. 要有轉變：以事實為依據，輔以適當的渲染
4. 段落分明、不可過長

在新聞寫作中，新聞稿與普通文章有很大的差異。新聞稿必須簡而不漏、且大多是在喧鬧的場所完成的。因此在訪談前，必須預先擬定訪綱，並事先預想書寫的方式，才能避免思緒紊亂、文章缺乏清晰骨幹。

► 思妤，《旅行與讀書》：

旅行與閱讀的意義在於「讀書」能讓我們擁有超過一個「人生」，讓我們擴大實體世界與抽象世界的參與。然而，作者在書中描述的事物，可能是根據真實情況，也可能是經作者過度渲染、因而扭曲了真實。

此外，關於旅行文學的定義：是泛指在旅遊的同時，自覺地以具有藝術價值的文字書寫形式來記錄關於旅遊活動的一切，只要是兼具旅遊性質與文學性質的作品，如遊記、山水詩等等，都屬「旅遊文學」。其中更包含了三大要素：分別為所至、所見與所感。旅遊時實際所到的全部途程，即「遊程」、遊程中所見的一切，即「遊觀」、作者的觀感，即「遊感」。

京味典藏 筆下的北京

2018.11.02 Friday

紐約的司機做著北京的夢

你每個笑容，還在我脈膊裡顫動

小小的車，擠在彎彎窄窄的路

感覺卻像那高速公路飛躍的風

— 〈紐約的司機駕著北京的夢〉

之四



第四次讀書會



思好書摘分享之簡報

主題	第五次讀書會：關於北京，妳說呢
時間	11/9（五）9:00~12:00
地點	商圖研討室一
成員	葉沛瑩（主持）、陳雅旭（紀錄）、郭思好、涂旻筠、黃品宇

會議記錄

- 主軸：採訪兩位就讀於中國人民大學的來台交換生，由兩位受訪者的北京就學經驗與讀書會組員進行交流分享。
- 受訪者：人大新聞大三周同學、人大傳播博士生吳同學

一、採訪摘要

（一）關於飲食

一見面先是暢聊北京美食，從冬天的涮羊肉到烤鴨，周同學及吳同學皆非北京當地人，認識北京美食多是同學互相介紹前往品嚐的，光烤鴨就嚐了好多間，每間料理方式不大相同，或以溫肉佐甜麵醬，或以涼肉配著跳跳糖，全看個人喜好評斷美味程度，欣說其實每個人在北京吃的美食皆不大相同。而現在北京的傳統大飯館也較少了，路上看見的多是連鎖餐廳，若要吃到各地菜系，一定要到大使館附近品嚐。而平常上學多是吃食堂，因為校外餐廳價錢高許多。

主題	第六次讀書會：那些曾經，那些北京
時間	11/9（五）16:00~19:00
地點	總圖集思小間 B
成員	葉沛瑩（主持）、涂旻筠（紀錄）、郭思妤、陳雅旭、黃品宇

會議記錄

主軸：採訪兩位來自北京大學交換的政大學生，由兩位受訪者帶時間。對於在人大最忙碌的一天，周同學認為大概就是期中考试，而與高就學經驗與讀書會組員進行交流。很多工作，又有課業。所以會忙到來不及做自己的事情，會把自己的事情（論文、談戀愛、看劇）放到最後。

一、採訪摘要

（三）關於龔彙同學

就觀察學期學校生活而言，會發現北大裡多數的人素質好且寫得也好的，又有身觀真並對未來發展有一定想法，但同時也會感覺到較持有個體主義的現象，而在交流中通常較謹慎，會有所保留。處學對競爭環境比較有消極的窺影，不在同學方面，兩位受訪者有進一步構思所願較高，預對往後畢業幫助很大。選校重於選系、考試少提早交卷、課堂表現與我們無顯著差異但會較早起且佔位功力強、北方人個性豪邁……等。此外，名目強調過實、造假、利益交換、政治影響過大，也是可能存在於校園內的情形。

交流兩岸資訊、政大周邊介紹、分享近況了解彼此，十分愉快也收穫良多，相信未來能夠繼續保持這段情誼。



如一睹國際級政經人受到有其自主性、獨生生活不至於忙碌，去未明湖走一圈，等找空教室讀書，自己免洗澡時的尷尬，可生的謔同學則表示，的延伸，與臺灣的研校即可滿足大部分生

第五次讀書會

（三）關於難忘與想念

謔同學談到，在北京大學時一次與老師去東北調研，真實接觸對

岸地方政府，並與其座談，得到了學術上的經驗，使他印象深刻。于同學則回憶，在北京共享單車十分便利，早上六七點出門騎車到胡同裡晃，偶然見到不同胡同裡的招牌介紹，就像驚喜藏在處處的感覺，除此之外，也造訪北京許多有意思的文化景點，那些時光都留下了令人思念的幸福感。

（四）關於收穫與建議

「北京的求學經驗，對於日後在文本解析、了解與看待對岸上，都有著潛移默化的影響」，這是諶同學如今的體悟。兩位受訪者也都建議應該把握機會打入陸生的圈子，其中于同學覺得可藉此了解夾縫生存與他種文化，諶同學相信當廣度越廣，在北京收穫便會更多，最後也送給大家「靠自己、接地氣、不投機、重發展、促融合」五大建議守則，作為結尾。

二、訪後心得

這個午後的訪問，藉由受訪者侃侃而談，我們得以窺見北京更多元與深層的面貌，也從中體會到報導之路上的樂趣。期許讀書會能帶著這份難得的經驗，鼓勵自我也繼續學習。

**京味典藏
筆下的北京**

2018.11.09 Friday 14:00-17:00

我在这里欢笑 我在这里哭泣

我在这里活着 也在这儿死去

我在这里祈祷 我在这里迷惘

我在这里寻找 在这里失去

北京 北京 —汪峰 (北京 北京)

之六

第六次

讀書會

主題	第七次讀書會：訪談後的下一步
時間	11/20（二）11:00~13:00
地點	享窩咖啡
成員	涂旻筠（主持）、黃品宇（紀錄）、郭思妤、陳雅旭、葉沛瑩
會議記錄	

一、報導形式討論

我們用時間軸的方式總覽所有事情，回顧目前讀書會帶給大家的成長，也一同討論我們下一步的計畫。

經過整理後，我們發現我們閱讀了採訪相關書籍，並在上兩次讀書會中，實際地去採訪記錄，因此我們認為「下一步」應是進到報導的階段，然報導的形式眾多，於是我們就先發散地討論我們喜歡或是覺得可行的報導形式，如：類似新聞記者的報導，由我們口述訪談到的內容等。討論一陣子後我們得出共識，收斂出將此兩種報導的形式：

（一）透過 Medium 練習文章報導

（二）將辯論與訪談得到的故事結合，在公開讀書會以報導式辯論的方式與眾人分享訪談結果。

二、關於 Medium

Medium 是近年火紅的知識型文章平台，與我們讀書會的定位相近，故我們選擇以此平台為媒介，練習報導文章的撰寫，也藉此將我們所學與所得與更多人分享。因此我們將 Medium 上的文章規劃為四類，分別是：

（一）大學讀書室：分享書籍的內容與精華

（二）採訪寫作室：將過程中我們的每一場採訪，完成一份採訪專題（包含訪談精華錄、訪後心得）

（三）京味回憶錄：分享我們對北京的觀察、旅遊的分享、美食地圖……之類

（四）幕後放映室：分享我們成立讀書會的初衷、我們的生活……雜七雜八

文章由大家分工撰寫練習，並由報導上較具有經驗的思妤和雅旭主筆，同時負責上稿、校稿、美編等。

此為我們 Medium 的連結網址：<https://medium.com/@nccubeijing>

三、關於公開讀書會

其實經過上兩次讀書會訪談後，我們不禁反思「採訪多位受訪者後的故事可以如何與他人分享？」、「報導形式除了文章、影音外還

會有其他方式嗎？」，於是再次回顧我們訪談內容時，我們想到：為何不將大陸知名的辯論影視「奇葩說」與訪談得到故事結合，藉由思辯「沒有北京人的狼性，我們錯了嗎？」，將故事串聯成正反辯論，藉此與眾人分享北京下學生的故事。

四、 書籍閱讀

此次讀會書組員們一起閱讀詹依潔、詹依庭所著的《兩個女孩的奇幻冒險》，其中在北京這塊，有談到庶民北京、胡同裡的有趣事兒、門墩與門的象徵意義、潘家園舊貨市集、食在北京及對北京的旅行體悟等。藉由此書，我們認識到他人如何將所見所聞化作吸引人的文章，不論是取材、架構或表達手法，皆有我們可學習處，且對小組後續的報導有所助益。

京味典藏 筆下的北京

2018.11.20 Tuesday

許多人來來去去，相聚又別離

也有人喝醉哭泣，在一個人的北京

也許我成功失意，慢慢的老去

能不能讓我留下片刻的回憶

—好姐妹樂隊〈一個人的北京〉

之七



第七次讀書會

主題	第八次讀書會：沒有北京人的狼性，我們錯了嗎？
時間	11/28（三）17：00～19：00
地點	綜院4樓費拉沙發
成員	郭思妤（主持）、葉沛瑩（紀錄）、涂旻筠、陳雅旭、黃品宇

會議記錄

- ▶ 主軸：報導式辯論——公開讀書會
- ▶ 組外參與者：施芊卉、魏瑋萱、董珏安、黃俞潔、劉景沄、張郁柏、陳楨、羅倩如、李昱蓁、黃照軒、杜易瑄

一、前言

採訪多位受訪者後的故事可以如何與他人分享？報導形式除了文章、影音外還會有其他方式嗎？為了將許多北京學生的故事與眾人分享，我們將故事串聯成正反辯論的形式，思辯「沒有北京人的狼性，我們錯了嗎？」。運用先前採訪的案例，透過正反論點的小卡，選擇一個開放的空間，無論是經過的同學，或是對議題感興趣的朋友，都可以前來聆聽。

二、報導式辯論

（一）狼性的本質

1. 正方：狼性不容自己怠惰，意識到累，代表有那麼一個問題需要去解決，因此想盡辦法提高作效率。例如：人大人常常一整天拚搏下來，忘記吃飯，一個月就瘦了八斤。
2. 反方：只埋在書堆裡，沒有享受生活，失去對於生活的觀察。

（二）狼性的競爭

1. 正方：不要成為競爭下的輸家、一定要讓自己調適。例如：北大人擔心的不僅現在社會發展快速，甚至壓力是來自於下一代，擔心小學生太優秀。
2. 反方：心理狀態跟不上外顯的成長，會導致失衡（速度太快無法調適自己的心理），甚至會有憂鬱症的發生。

（三）狼性的養成

1. 正方：我們何嘗不可妄從小就可以學到什麼，想要在競爭中搶得優勢，必須提早起步。因為社會是現實的，沒有接觸過那些，你

不會知道那些是不是你想要的。

2. 反方：別人給予的你一味地接受，你不知道自己要的是什麼！你無法判斷自己要的到底是什麼。例子：研究所泡沫化（每個都在累積研究所學歷，結果終究只是一張空白的廢紙）

（四）狼性的追尋

1. 正方：當所有人都在放空追尋自我時，所謂團體的利益才會喪失，我們總羨慕北京的發展如此快速，可是卻又不想去競爭是利益於浮雲，我們可以坐著，就成功嗎？
2. 反方：成功的定義是甚麼？成功一定要從外人來判斷嗎？成功的定義應該掌握在自我手中，不需要外界的評斷！

（五）狼性的終點

1. 正方：成功的定義當然是自己給的，可是狼性的文化可以激勵自己，積極努力去學習去生活，沒有狼性，沒有過錯，但可能會錯過
2. 反方：誰的一生沒有錯過？狼性才是造成「錯過」的源頭。與其錯過自己真正喜歡的事，不如透過每一次微小錯過，確認自己真正所愛。

三、反思——部分參與者回饋

（一）小京說：「狼性沒有不好，或者說這世界不能沒有具狼性的人，如果每個人都只想過小日子，想想這世界應該就完蛋了。換言之，應該去想因為讀書而放棄的事，未來是否仍有機會接觸，若仍有機會，人生那麼長，晚一點又如何呢？」

（二）小味說：「聽完之後覺得狼性可以讓我們追求更好的生活，但卻也會錯失一些樂趣和風景。對目前的自己而言，我期待自己更有狼性，更有競爭力。」

（三）小典說：「我覺得狼性有種讓人敬而遠之的感覺，具有攻擊性，會對自己想要的事物主動爭取（用任何方式）。」

（四）小藏說：「誰的一生沒有錯過！那就要狼性就狼性，羊性就羊性。一體兩面的。不同的環境，有不同的生活方式，狼性有好有壞，每個階段有每個階段的步調，很難沒有遺憾吧。也可以當個其他的動物。狼性會不會只是後來才貼好的標籤呢？只是一整個環境給的氛圍？」

京味典藏 筆下的北京



2018.11.28 Wednesday

豐滿的夢想，擁擠的人流，

卑微的薪水，被玩弄的你，

這是北京，這不是北京，這是我的

北京，還是你的，或是他的？

——宋冬野〈安和橋北〉

之八



第八次讀書會

沒有北京人的狼性
我們錯了嗎

報導式
辯論

活動時間：11/28(三) 18:00
活動地點：綜院四樓走廊 費拉沙發椅區
主辦方：讀書會小組〈京味典藏—筆下的北京〉

作品展示區：<https://medium.com/@nccubeijing>
追蹤我們的頻道，可看到讀書會介紹以及我們的報導成果！

公開讀書會宣傳圖

主題 第九次讀書會：專業記者反饋報導成果

時間	12/3 (一) 10:00~13:00
地點	莊一交誼廳
成員	陳雅旭 (主持)、葉沛瑩 (紀錄)、涂旻筠、郭思妤、黃品宇

會議記錄

一、反饋緣起

採訪後，我們試著運用之前所讀的報導相關書籍，寫出了報導文學。並邀請富有相關經驗的羅皓恩小姐為我們建議文章有哪些可以更進步的地方。羅小姐說自己過去曾經必須五分鐘內就要打出一篇新聞，並直接發給媒體。台師大、政大、台北大學的新聞公關一職，都曾有他的足跡，但在這之前，他是一位記者。

二、反饋內容

(一) 關於採訪中——選人

為什麼要找這兩人？他們不是北京當地人，只是在北京念書的人，所以...他們各自從哪裡來？在北京生活了多久？他們眼中的北京是什麼樣子？和家鄉有什麼不同？和台灣又有什麼不同？他們自己喜歡吃什麼？具體的餐廳和食物是什麼？和台北相比有什麼差異？他們的「生活」部分看來很乏味、沒有特色。

(二) 關於採訪中——選事

周同學大一很勤奮，後來呢？為什麼吳同學會沒有時間吃飯？他在忙什麼？為什麼要忙那麼久？只有他嗎？還是同學們都這樣？這些學校學生都住校嗎？為什麼都會那麼早起？都去食堂吃早餐？(我知道北大是幾乎都住校啦，但是你們要自己描述)為什麼大家都吃早餐？為什麼都早起？(排課都排很早?)有人翹課嗎？為什麼不滑手機？因為沒手機？還是大家都真的很競爭激烈？他們怎麼看台灣同學？

兩位提及同儕有不少人打算未來出國深造，是哪裡的同儕？實際上做了哪些準備？兩人在北京交換期間的生活可以更仔細描述，幾點起床、走多久到餐廳、早餐有什麼選擇、11點就去吃飯(為什麼?)、下了課回到宿舍...總之這些部分要帶著讀者一起親歷實境。兩人建議多打入陸生圈子，他們有嗎？如果有，最大的衝擊是什麼？有衝突過嗎？經過這趟，兩人對大陸的觀感有什麼感變？對自己的兩岸態度有什麼影響嗎？

(三) 關於採訪後——補訪

至於補訪，會看實際的情形決定。如果需要的話，要問同樣的人，但是只要把沒寫清楚的部分追問清楚就好。例如：假設原文提到小熊曾經吃過一種很特別的食物，但是卻沒有說出是哪一種...也許從前後文看來，我覺得讀者需要知道食物樣貌的話，就會請記者再寫清楚一點。(此時有兩種狀況，一是記者沒問，那就去問；如果是記者問了沒寫，那就寫出來就好)

三、 結語

最後，我們一同閱讀了《兩個女孩的世界奇幻冒險》，比較他人報導的形式都非新聞專業的我們，對於報導還有許多要精進的地方。透過記者的回饋，讓我們較清楚知道如何改進，也更應鉅細靡遺地將訪問過程中的每個細節寫出，無論是受訪者的外在的衣著、小動作、臉上的表情、內心的情緒，都要仔細的觀察，甚至在訪前訪綱的擬定都是相當的關鍵。最後十分感謝記者願意無私地給予我們回饋和建議，我們將再報導此路上持續耕耘與學習。



第九次讀書會

(三) 讀書會 Medium 專欄成果

1. Medium 官方帳號：<https://medium.com/@nccubeijing>
2. Medium 官方帳號 QR Code：



3. 類別說明：Medium 文章作品共分為四種類別

貼文類別	類別說明	篇數	篇名	規劃內容
大學 讀書室	分享書籍的內容與精華	2 篇	《房慧真：像我這樣的一個記者》	採訪寫作： <ul style="list-style-type: none"> ● 旻筠《採訪技巧談 如何提問，如何傾聽？》 ● 沛瑩《像我這樣的一個記者》 ● 品宇《人物寫作攻略》
			《詹宏志：旅行與讀書》	旅遊文學：思妤《旅行與讀書》
採訪 寫作室	將過程中我們的每一場採訪，完成一份採訪專題（含訪談精華錄、訪後心得）	2 篇	《忙到沒時間吃飯？陸生的北京日常》	陸生赴人大：思宇&欣慰
			《專訪政大赴北大交換生：一趟旅程，使我理解大陸學生是如何從夾縫中求生存》	政大赴北大：升涵&竣兆
京味 回憶錄	分享我們對北京的觀察、旅遊的分享、美食地	2 篇	《這一站起。北京》	北京生活：品宇

	圖等		《我的北京印象》	北京生活：旻筠
幕後 放映室	分享我們成立讀書會 的初衷、我們的生活等	1 篇	《遇見北京，遇見妳》	楔子：讀書會如何開始？

五、成員心得

財政三 葉沛瑩

相聚的時光像煙火，佈滿天空如滿天星般的轉眼，就消失。但短短三個月，每次的摩擦、碰撞、激盪，美得徹骨，美得震顫，美得孤絕，美得驚艷。很感謝五個人聚在一起，只為理想，只會青春，只為「我們」而拚搏的日子，我想這才會是真正學習中最可貴的精神吧！



企管二 黃品宇

去年意外點起喜歡採訪的小火苗，熱情不斷燃燒，但也遇到了需要精進的瓶頸。讀書會中，五個共同對北京的採訪報導感興趣的女孩們，一起研究採訪技巧，一同實際採訪，甚至練習報導，我開心我們能自主地規劃想學習的內容，並從中學習成長。



地政三 涂旻筠

今年夏天從北京帶回許多故事，但不知為何，對這城市總覺得留有些遺憾。五個女孩的讀書會，試圖藉由報導開闊視野，並將自身的所見所聞與大眾分享，我想，它也為我更完整了北京。年輕的我們並不成熟，不過這些日子的經驗卻是閃閃發亮、難能可貴的。



傳院二 陳雅旭

三個月,透過閱讀、透過訪談、透過書寫,對北京多些認知,對夥伴多些瞭解。每個瞬間,都深刻提醒我學習的意義。謝謝所有遇見,所有屬於「京味典藏」的記憶,或許僅是短暫相逢,或許得以佇足片刻,期許自己將獲得的能量,如同書寫下的文字般,細心保存著。



廣告三 郭思妤

總覺得自己很幸運,有幸到北京實習,有幸結識一群擁有相同目標、能一起努力的夥伴。透過讀書會的交流,我理解到真正的學習其實在於與組員實際互動跟參與的過程;在於學習如何聆聽別人想法並擷取不同的觀點,形成自己的思考脈絡與知識產出。



六、未來展望

關於未來，或許未知讓人迷惘徬徨，但透過前人的足跡，我們已經有了足夠的勇氣陪我們尋找嶄新的方向；更如實的將創下讀書會時的動機，與我們對將來展望契合。

（一）Medium 的永續經營

本學期因為讀書會而接觸了近年火紅的知識型文章平台 Medium，我們期許自己可以繼續採訪更多的北京大學生，讓我們用政大人睿智的雙眼，一窺北大人的點滴。

（二）北京生活手札

組員中的沛瑩和品宇明天要赴北大交換，我們期待可以將所見所聞運用這學期讀書會所學的報導文學，配合圖文，寫成一本屬於我們的交換手札。除了為我們短暫一學期在北大的經驗留下未來可以回憶的念想，同時也不忘讓更多人可以透過文字看見我們眼中的北京。

（三）分享與傳承

關於北京實習，關於赴北京大學交換，關於北京旅遊，我們都有了更多的定義與想法，但不變的是，我們感恩這份幸運，給了我們闖蕩世界的可能。而我們更願意將這樣難能可貴的經驗分享給學弟妹，未來無論是在國合處大陸組有分享會的機遇，或是認識的學弟妹與我們聯繫，我們都很願意分享。

我們讀書會的核心價值更是不忘傳承，我們想我們想透過每一篇有血有肉、有滄桑、有年華的訪問，讓更多人以不同觀點認識北京，也願意將這份敢冒險的這份情傳下去，讓未來每個去北京拚搏的政大人，不再是霧裡看花的辛苦，而可以因為「京味典藏——筆下的北京」，少走許多冤枉路。我相信每個人天生賦予著闖蕩世界的一顆珍珠，但重點不是蚌殼裡的那顆珍珠，而是你怎麼撬開蚌殼？

國立政治大學教學發展中心

107 學年第 1 學期讀書及學習行動小組成果報告書

小組編號		
小組名稱	人格跟群體相處的關係	
小組計畫主題 (請勾選)	<input type="checkbox"/> 學習力 <input type="checkbox"/> 創造力 <input type="checkbox"/> 行動力 <input checked="" type="checkbox"/> 經典閱讀	
小組召集人/系級	林彥彤/資管二	
小組閱讀主題	人格跟群體相處的關係	
小組成員 系級/姓名	資管二	簡巧恩
	資管二	林宣佑
	資管二	黃鈺芳
	國貿二	高仲凱
	政治二	洪昇
	國貿二	陳逸軒



人格與 群體相處 的關係

計畫 動機

M o t i v a t i o n

人格的形塑養成從呱呱落地之際到踏入棺材的每個時期中都與許多個體和群體交互影響，因此我們想藉由作家細膩的觀察和精細的描摹，了解並探討每個個體在各個時期可能所遇到鑲嵌在日常生活之中的課題，而與我們的社會行動產生了微妙而且密不可分的鏈結。藉此作為我們學習的借鏡，內化為我們的養分，未來藉由開放式讀書會等方式與他人分享，進而幫助我們及他人能夠成為一個更好的人。

林彥彤 林宣佑 簡巧恩 黃鈺芳
洪昇 陳逸軒 高仲凱

討論書目與時間

TOPIC and DISCUSS TIME

- 魅力學：無往不利的自我經營術 -10/28
- 鄉民公審：群眾力量，是正義還是霸凌？-10/30
- 影片欣賞—黑鏡-11/8
- 挪威的森林-11/11
- 接受不完美的勇氣-11/18
- 你的孩子不是你的孩子-11/20
- 開放性讀書會-12/2

知識出得去，
補助進得來，
大家發大財！
(知識無價)



一、計畫動機與目的

每個人從最先接觸的家庭、學校、愛情、社會乃至網路，無一不影響著一個人的人格養成，人格的形塑養成又會在呱呱落地之際到踏入棺材的每個時期中與許多個體和群體交互影響，因此我們想藉由作家細膩的觀察和精細的描摹，了解並探討每個個體在各個時期可能所遇到鑲嵌在日常生活之中的課題，而與我們的社會行動產生了微妙而且密不可分的鏈結。藉此作為我們學習的借鏡，內化為我們的養分，未來藉由開放式讀書會等方式與他人分享，進而幫助我們及他人能夠成為一個更好的人。

二、選讀典籍

書名	魅力學：無往不利的自我經營術
作者	Olivia Fox Cabane
出版社	天下文化
出版日期	2013-06-25
選讀原因	魅力的展現往往被視為一個先天賦予的技能，因此無法透過後天鍛鍊習得。本書打破這樣的觀念，提出透過練習鍛鍊魅力的可能。在大學的環境中，經常出現與人交際的場合，書中提到不論是在談話中注意細節、肢體動作的展現都可以塑造出魅力，有助於良好關係的建立，也提升自己在他人心目中的形象。

書名	鄉民公審：群眾力量，是正義還是霸凌？
----	--------------------

作 者	Jon Ronson
出 版 社	商業週刊
出版日期	2016-05-25
選讀原因	<p>在這個網路發達、資訊爆炸的時代，並且隨著智慧型手機的出現，許多不實的謠言和假新聞，在社群媒體上時常快速的造神又重重的摔傷了一個人，除此之外在螢幕背後敲鍵盤的鄉民打著正義大旗對一個人譏諷與撻伐，殊不知這對當事人是多大的傷害，也因此希望藉著這本書讓大家從新思考網路正義這深刻的話題。</p>

書 名	接受不完美的勇氣
作 者	小倉廣
出 版 社	遠流
出版日期	2015-02-01
選讀原因	<p>書中具有用心理學的角度來探討自身的人格特質，能夠幫助人們發現自己的缺點，也有舉不同的人格之間互動的例子作為反思和參考。即使人不能改變自己生長的环境，但是可以藉由了解自己和外部的互動進而幫助自己能夠在生活中過得更加舒適，因此選這本書作為讀書會的結論和句點。</p>

書名	挪威的森林
作者	村上春樹
出版社	時報出版
出版日期	2018-7-31
選讀原因	挪威的森林，從披頭四的歌曲開始，到村上春樹的小說再到台灣歌手伍佰膾炙人口的歌曲，無不述說著愛情這艱澀卻又甜蜜的難題。愛情是許多人認為大學生活中不可或缺的一塊，透過愛情，我們可以在過程中學會對伴侶負責、關懷，也同時對人格發展有影響。期望透過此書瞭解成書背景的感情觀。

書名	你的孩子不是你的孩子
作者	吳曉樂
出版社	網路與書出版
出版日期	2018-06-20
選讀原因	家庭是教育的第一步，也是人格形塑的第一站。家庭對於一個人影響非常深遠，書中探討著父母給的愛造成孩子的人格扭曲、給的是不是有條件的愛、以及教育的本質。將會搭配公視所拍攝一系列影集，反思親子之間的關係以及家庭帶給孩

子的影響。

三、活動回顧

3. 進行方式



中提出書中作者想要傳達的概念，在之後每位分享者都會提出問題提供組員討論，試著在問題與心得分享中清楚將書中概念了解以及促進讀後的意見激盪。另外特別注重合作和主動學習，討論主題盡量圍繞著材料文本，並在每週紀錄當週討論過程及細節作為期末成果發表的材料。由於是第一次進行讀書會，將試著透過分享後的心得以及針對分享會本身的意見討論來增進往後分享會中的效果，並且舉行開放式讀書會讓更多及不同的聲音能夠參與討論，讓讀書會增加廣度、深度、及內容。

4. 執行時程

次數	日期 (年/月/日)	開始時間 結束時間	地點	研討主題
1	107/10/23	21:00-22:00	校內	工作及順序討論
2	107/10/28	21:30~23:00	校內	魅力學:無往不利的自我經營術
3	107/10/30	20:30~22:00	校內	鄉民公審:群眾力量

				是正義還是霸凌?
4	107/11/08	21:00~22:00	校內	相關時事及影片(黑鏡-白熊)討論
5	107/11/11	20:00~21:30	校內	挪威的森林
6	107/11/18	21:00~22:00	校內	接受不完美的勇氣
7	107/11/20	19:30~21:00	校內	你的孩子不是你的孩子
8	107/12/02	18:00~20:00	校內	開放式讀書會與分享討論

5. 活動剪影



圖一、第二次讀書會-魅力學的臨在感練習



圖二、議題思考



圖三、剛結束歡樂的討論



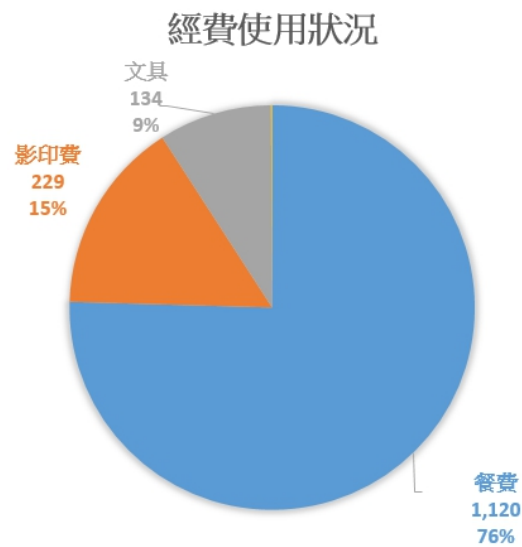
圖四、開放性讀書會

四、 實際成效與未來展望

透過多面向的書目分享讓組員對於人格形塑的各個面向有更多的了解:家庭、愛情、性、同儕、自我，了解在人生各個階段可能會遇到的問題以及人格形塑的方式，也讓組員在分享的過程中對於自己有更多認識。在選書方面即是針對此面相設計，在各個獨立讀書會之外，也能將所有概念整合，產生書與書主題之間的交會。除此之外，讀書會鼓勵成員發言、就事論事的態度也希望能塑造一個開放性討論的空間，在此其中的成員只需以討論主題進行分享，刺激意見的碰撞。

五、 財務說明

學校提供 2,000 元補助，這次共使用了 1,483 元，主要支出為餐費 1,120



表二、經費使用狀況

六、組員心得

政治二 洪昇

從 9 月就開始參與讀書會的活動，從一開始的討論方向到最後一次的讀書分享，從一開始大家鮮少說話到最後都樂於分享自己的聽完書本介紹的心得。我們的讀書會討論主軸是人際關係，我印象很深刻的是第一次分享的魅力學，書中不只單單講了心境上要如何增加魅力，也可以有一些互動上的小細節可以去注意，我覺得真的讓我感到非常新鮮，還有一次看影片，內容講的是人際關係的霸凌，拍片手法用很新鮮的方式去陳述一位被霸凌者也讓我印象深刻。我覺得我們讀書會的成員都是來自各個科系優秀的學生，每一次的分享大家都很認真準備，不會馬虎帶過，希望下學期還可以跟大家一起組讀書會！

資管二 林彥彤

身為召集人，對於讀書會總是有許多期待，這次讀書會一開始設定的目標除了人格與群體相處的關係之外，更重要的是學習怎麼運作讀書會，但是由於大家都是第一次組織讀書會稍有思慮不周，導致運作尚無法照著計畫進行，因此我們在運作讀書會方面都會不定期提出檢討和成效反省，藉此作為下次讀書會的改進要點，雖然運作上困難重重，但出乎意料的是，在每一次的讀書會後，都能感受到每一次主持人對於書本內容的掌握度以及問題討論都是有認真的思考和準備，甚至連結社會議題或是個人經驗以及自製講義，使得大家一起思考選書與自我人生經驗的鏈結，不僅能在討論時聽到組員對當周主題的反饋，也能讓每一次的討論一起反省自己生命中的缺陷以及學習改進。另外，由於修習社會學動動腦，這些議題和選書，能夠讓我更加反思每一個人的人格發展中與社會交互作用的不同面向，進而檢討反省如何讓社會更好；商學角度來看，我們能夠藉由主持人提出每次選書作者的觀察和筆觸，了解芸芸大眾的行為和思考方式，在未來或許能夠藉由這些觀察，促使我們將商學知識融合進去，學以致用。

資管二 林宣佑

上了大學後，對課外書的接觸急遽下降，但面臨的生活困境卻越來越顯著，「成為怎樣的人」這個問題不斷被生活驗證著。在找不到答案的情境中，讀書會就像在書中模擬一次又一次選擇，沉默或是挺身而出？接受或是繼續抗爭？抱怨還是改變自己？這個讀書會帶著我們幾個在書與現實中來回逡巡，每一個故事就像在投影現實，大家用自己的方式闡述不同的議題，每次討論也都能提供一條新的思路，也許我們並不可能達到完美，但都能在討論中向自己願意的樣子前進。很感謝有這次的讀書會讓幾個朋友相聚且了解彼此，能夠在許多個繁忙夜晚中為彼此空出時間是一件幸福的事。

資管二 黃鈺芳

從第一位同學分享的魅力學到最後一本書你的孩子不是你的孩子，我們這組透過五本書籍分享探討人格養成元素，也激盪出許多對於時事議題的想法。在自己分享挪威的森林時，為了使其他同學在一次的討論中了解大意以便深入討論，驅使我更加仔細研讀書中作者想要表達的含義，更上網查詢相關資料，因此我認為讀書會是自我精進對契機。另外，其他同學介紹的書籍都是我沒有接觸的，也藉每一次的聚會汲取新知，拓展我對於不同領域書本的涉獵。在忙碌的課業中，讀書會讓我能夠空出閒暇時段，吸收課本以外的知識，而且認識不同系所的朋友，並且在一次次討論中激發多元不同的思考。

資管二 簡巧恩

透過本次的讀書會，我接觸到了平常不太常會接觸到的事物與議題。向來對人與人之間的相處與觀感並沒有特別在意，所以這次的讀書會讓我對他人有更不一樣的認知。在這個讀書會之後，我才知道魅力這種特質是可以培養的，並且更進一步認識到言語對人們的影響力有多深、多廣，以及認知到這個社會中是有那麼多不同結構組成的家庭等等，我認為這次的讀書會的重點不只在於讓這個團隊的成員們探討人類各階段、領域的性格培養，並且透過養成的主要因素—環境—來進一步的探討最近的時事議題。我認為這個讀書會不只帶給我瞭解自己、讓自己成長的機會，更讓我瞭解到自己所處的社會面臨到了什麼樣的問題，成功的讓我走出了自己的世界！

國貿二 陳逸軒

學習並增進同學們的人格跟群體相處的關係，是我們讀書會的主題與動機。從第一位同學分享的魅力學到最後一本書你的孩子不是你的孩子，我們這組透過五本書籍分享探討人格養成元素，也激盪出許多對於時事議題的想法。

在第一次分享的魅力學裡，書中不只是提及了如何在外在行為上營造魅力，更強調如何形塑自己良好的心境，以面對外在環境，讓我們學習到了人格心境養成的第一步。在後來分享的《挪威的森林》、《你的孩子不是你的孩子》、網路霸凌的內容，我們也一次次敞開心房聆聽彼此的說書與心得分享，並從中學習甚多。從《挪威的森林》，我們了解到性與愛、與人格形塑之間的關聯；從《你的孩子不是你的孩子》，我們認知到這個社會中許多不同結構組成的家庭、並從組員的分享中了解到多元的想法與家庭背景；從網路霸凌的影片欣賞中，我們體會到言語對人們的影響力有多深、多廣，而所謂的正義又是如何影響社會。

透過本次的讀書會，我們接觸到了平常不太會接觸到的事物與議題。有些成員平時也許對人與人之間的相處或觀感沒有特別在意，但這次的讀書會卻讓我們對他人開始有了更不一樣的認知。在我們的心目中，這次的讀書會重點不只是促進我們探討人類各階段、領域的性格培養，並透過養成的主要因素—環境—來進一步的探討最近的時事議題。這個讀書會更帶給我們一個瞭解自己，以及讓自己成長的機會，更讓我們瞭解到，自己所處的社會面臨到了什麼樣的問題，成功的讓我們走出了自己的世界，擁抱整個社會。

國貿二 高仲凱

在選書上並沒有以太明顯的準則去安排分享的書目，因此我們可以看到有教學性質的《魅力學》、條列式概念的《接受不完

美的勇氣》、以及小說的《挪威的森林》及《你的孩子不是你的孩子》，跟偏向議題性質的《鄉民公審》，在比較書目種類之後可以看到非常大的差異。我們無法避免以同一主題將不同書寫方式書目串聯討論上產生不完善的可能，卻也可以由此歸結出人格形塑存在於各個生活面向之顯著。事實上，這樣一開始起於無心的安排恰恰提高了組員對於分享書目的興趣，也很好地規避掉了單一撰文方式重複出現影響閱讀興趣的風險。基於人格發展在日常生活中的隨處可見，也提供了組員在選取書目上的自由，在不同人生階段對於人格塑造的例子也很彈性地被安排在各次讀書會中。

多數組員在小組成立之後是素未謀面的情況，因此在前幾次的分享中可見討論開放度的不足以及分享上的不順暢，隨著書目分享的次數增加，組員們藉由一次又一次的協調中慢慢抓到適合所有成員的討論步調、方式，討論的方向也從單純的時事分享轉為較為個人的親身經驗，事實上也可見成員在相處過程中對於彼此信任的建立。以一個讀書會來說，在選書、分享流程、討論上本小組其實處處有進步空間，很多一開始沒有討論好的方向也造成往後運作上的缺陷，但是比較小組成立之初以及所有書目分享結束，不論是討論順暢度、深度都可以看見顯著的提升。

七、綜合檢討與成效評估

魅力學-【成效評估及改善】

第一次讀書會的檢討中發現有必要加入書目分享之外的連結，這一次的讀書會中在組員回饋上是比較少的，因此我們在往後的讀書會中會加入組員針對特定書目的回饋分享以及將閱讀書目中提到的概念跟社會議題結合，期望在分享之外能促進更多資訊的碰撞。此外，考慮到主題(人格與群體相處的關係)與參考書目之間的關係，我們也

會在往後的書目分享中利用到之前書目提及的概念，達到主題與關連書目彼此之間的貫通性。

挪威的森林-【成效評估及改善】

取樣自小說中的章節，我們將討論主體放在書中主角多次的性經歷，但卻難以將小說劇情納入討論，更多的是針對書中對於性的討論以及小說本身所呈現的價值觀。而這也是在選書過程中，容易發生在小說類書目的問題，因為無法對劇情有更全面的了解，導致難以將劇情設計所欲傳達的價值納入討論，是需要經過討論或者是深入了解之後才能避免的問題。

不完美的勇氣-【成效評估及改善】

在討論問題中使用了常見的開放性問題(此次例子即為影響自己最多的一句話)，這類問題對於回應面向的高容許度可以產生很多類的答案，但這樣的特性也容易提高答案產出的難度，使得答覆容易流於空泛，因此在今後的問題設計中可以先將答題主軸限縮到一定程度再利用開放性問題拉出所有人的答案，以利於對問題的再深入。

1. 時間安排

一開始對於整個計畫討論時相當詳細，但是在實際操作時發現變數太多，例如：組員家裡會臨時有事情無法全員到齊，導致討論時的強度不夠，加上許多同學由於考試時間不固定，期中考時間並不一定，因此常無法照著當初所預定的計劃表進行；以及當初預計要邀請學長來指導讀書會，結果因為時間安排無法配合，因此告吹。

2. 討論強度

我們採行的是藉由分享來引起大家反思這篇和「我」會有什麼關係，但是忽略了主題訂為人格與群體相處的關係往往會帶出許多生命中的故事，因此許多人對於自身過往的故事並不太願意多說，導致有些章節的討論強度和參與度略顯不足。

八、讀書會紀錄

你是生命，就註定要脆弱。

正因為越孤單的心靈越是容易受傷，所以我們才選擇靠近人群，但有時與人的相處卻像錯綜複雜的道路，怎樣的距離稱得上親近，怎樣的互動叫作疏離，我們毫無頭緒，只好在一次一次討論中期許會找到更好的自己。改變人格的原因有許多，可能是家庭、同儕、媒體，甚至是網路彼端你無法觸及的那個人，所以我們針對這幾個主題討論，並做了以下的紀錄：

【人格跟群體相處的關係】第一次讀書會

成員：林彥彤（主持）、林宣佑、簡巧恩、黃鈺芳、洪昇、陳逸軒、高仲凱

摘要：

一、 成員自我介紹

由於成員來自各系，彼此都尚未熟悉，利用短短幾分鐘自我介紹，以及對於讀書會的期許，讓大家能夠更加認識彼此以及對未來讀書會有個更加清楚的方向。

二、 讀書會注意事項說明

將讀書說明會的計分方式、核銷等注意事項公布給大家知道。

三、 確定形式及工作分配

由於大家都是第一次參與讀書會，會前利用許多時間蒐集讀書會的運作方式以及資料，每周選派一人分享讀書心得並選文與大家進行討論，藉由互動式的討論，激盪出不同想法，並且尊重每個人不同背景

差異與想法。另外特別注重合作和主動學習，討論主題盡量圍繞著材料文本，並在每週紀錄當週討論過程及細節作為期末成果發表的材料。由於是第一次進行讀書會，將會邀請主持多次讀書會及說書的學長偶爾一起討論及指導，並且舉行開放式讀書會讓更多及不同的聲音能夠參與討論，讓讀書會增加廣度、深度、及內容，希望每一位分享人都能細讀書本其中滋味，並且細心地找出與主題關聯的篇章與大家分享，另外在討論時能夠有意義的互動並且激盪出尊重不同的想法，最後能夠讓組員及他人參與並了解彼此的看法，以達到試著練習營運一個讀書會。

【人格與群體相處的關係】第二次讀書會

討論主題：揭開魅力舉止的面貌

【段落內容、綱要】

我們一般傾向將自身魅力的產生是為可遇不可求的特質，但在《魅力學》一書中將魅力的形塑視為可以藉由後天鍛鍊培養，分成臨在感、影響力、親和力三項的綜合，並透過對外在環境的專注力強化臨在感與藉由眼神、姿態產生理想的握手練習讓組員們實際嘗試在談話空間中魅力的產生以及培養。

除了透過心態以及話題的調整建立引人入勝的談話空間，也藉由自信的肢體語言為往後可能的談話機會留底。在外在環境的搭配下逐漸塑造一次具有魅力的談話。

【問題與心得討論】

書中把魅力的產生系統性地分成三點，並條列陳述每一項產生魅力的因素，組員因此產生下述提問：

既定情感基礎(如朋友關係)會不會可以忽略某些形成魅力的條件？

有沒有不符合任一條件卻被視為有魅力的人？

在讀書會之前，組員都認為魅力的產生來自先天條件。這次的分享顛覆了我們長期以來對於魅力的想法，透過留心於對話、改變外在環境、外在姿態這些書中詳細指出會影響魅力的因素，讓魅力的產生不只停留於幽默感與活潑，在日常生活中更是可以觸及之物。

【人格跟群體相處的關係】第三次讀書會

閱讀書目：《鄉民公審》

主題：網路霸凌

【段落內容】

一、

一位窮記者-麥可發現當時一位暢銷科普作家(喬納)所寫的書中的某段訪談紀錄是被捏造的。當時的喬納，已經是個火紅的演講家和作家，在麥可向喬納多次求證後，決定披露這個醜聞，喬納多次向麥可求情這樣會毀掉他的一生，但是麥可認為這是他查出來的真相而不是關於毀掉不毀掉一個人的一生，最後用2200的稿費賣掉了這份報導。此時，網路上充斥著對喬納的辱罵，毀掉了他的一生，而此時麥可也發現，身邊的人開始害怕他，他似乎已經成為群眾霸凌的帶頭者，麥可也說再重來一次，他絕對不會這麼做。

二、

賈斯汀在只有不到兩百人的追蹤的推特，發了一個地獄梗，在下飛機時就已經登上 google 搜尋地排行榜第一名，並且受到嚴厲的批評，也受到許多人身威脅。

三、

在一場研討會中，兩名工程師開了一個雙關語的笑話，一旁的一位女

性-阿德麗雅拍下了他倆的照片，並且上傳推特，他認為這兩個人自以為坐在台下群眾中是匿名助長了他們的行為(去個性化)。事後其中一名工程師發出了聲明：我真的很後悔，我也力挺這位女性的立場，但她今天拍下照片的後果，讓我丟了工作，這真的很糟糕，因為我有三名小孩，也很喜歡這個工作，他沒有警告我笑笑就按下了快門，也決定了我的命運。

原本一面倒的網路聲勢轉向，在其他論壇開始辱罵、威脅阿德麗雅，製作了許多梗圖，但事實上，這位女性的生長背景是因為父親家暴，而在學校遭受同儕的嘲笑排擠，因此聽到這種話的阿德麗雅第一反應就是要保護自己。

【問題討論】

Q: 是否有過因為朋友的煽動而一起批判別人？

Q: 你認為身為網路世代的我們，應該如何避免盲從或是惹禍上身

Q: 是否有什麼社會議題可以作為連結？

【心得與紀錄】

科技的雙面刃使許多人不當的使用造成傷害，並且這些傷害的規模也可能是當事者無法想像的。在匿名的平台上，言論自由的無限上網已經嚴重越界了，超乎了基本道德與尊重，無論是抱著無所謂或是隨口嘲諷的心態，不了解事件本身的評論往往都能堆積成一股強大的壓力。因此在享受網路發言自由之餘，也要透過理性的角度分析自己言論的客觀性，才可以避免不經思考的跟風現象。同時在觀察針對意見議題的討論團體時，也要注意其中成員發言的客觀性。

【人格跟群體相處的關係】第四次讀書會

主題：霸凌(觀看黑鏡)

【段落內容】

失去記憶的女主角-維多利亞一踏出家門，發現人們都在用自己的手機拍攝她，但是她對於自己的過往一無所知，於是她尋求幫助，並且朝著錄影者喊叫，頓時，一個戴著標誌帽子的男人停下車，朝女主角開火。在逃跑過程中，女主角遇到了幫助他的傑姆，解釋那個標誌是一座叫「白熊」的信號塔，此塔發射的信號把人們變成只會錄影的看客。沒被影響的便成為「獵人」的目標。傑姆計劃去信號塔，摧毀信號發射。

歷經一亂串的追殺和奔逃，最後幕牆打開了，公園主人揭示了原來女主角曾用手機紀錄下未婚夫所犯下的殺人罪，觀眾在觀看完這個處罰後鼓掌，原來這是法官判處維多利亞「合適且經深思熟慮的」的刑罰。當天結束後，再一次了抹除維多利亞的記憶。做好準備讓維女主角經歷相同的事件，直到刑期結束。

【問題討論】

- 1、 你是否曾對霸凌冷眼旁觀？
- 2、 你認為影片中觀眾的正義是否真的是正義？

【心得與紀錄】

透過微科幻的劇情設計，發現到一路上受到大眾壓迫、受精神壓迫的女主角居然是人人喊打的殺人犯，直到最後才認知到女主角在真實生活中的身分。這樣的設計事實上也反應了我們在日常生活中是極度輕易受到輿論的影響，進而加入成為人云亦云的人。但我們沒有認知到的是，對於小女孩的不幸而撻伐加害者的正義根本不是正義，是以正義外皮包裝的欺凌。在這樣的過程中基於人數的優勢、主觀認定的理直氣壯，身為加害者的女主角被視為玩具一般地不停操弄，重複著一次又一次的壓力，此時身為一個人的權利已被譴責淹沒，遑論平

起平坐的議論可能。加害者與受害者的角色可能在群起撻伐、輿論轟炸中被完全反轉，是重複不斷的過程。

【人格與群體相處的關係】第五次讀書會

討論主題：性對於人格發展的影響

閱讀書目：《挪威的森林》

【段落內容、綱要】

感情做為大學必修三學分之一，很大一部分是基於其對於正值青春的大學生之必要，也對於人格的形塑有一些影響。從小到大學之前大多數的我們花費最多時間在家庭中成長，責任與關懷的產生也來自於家人的羈絆。但感情的對象則是與自己無親屬關係的人，在兩方共同承諾、彼此配合的過程中，不論成或無成，都會對自己的責任心與對人的態度有很大的影響。

《挪威的森林》另一方面也花費大篇幅著墨於性一事上，透過近乎赤裸的字句將性事變成公開討論的一件事，在分享會並未對性事本身做太多討論，而是將在面對相關議題上，我們應該抱持的心態以及社會大眾對於性的觀點。

【問題與心得討論】

「從小到大性對於人格的形塑」是我們此次分享會的主要問題，若將性本身是為狹義的性事的話，基於人格形塑是自小即開始這件事，會產生討論的難度。但我們若把性廣義的定義成性別所相關之種種的話，其實可以很好的將性與人格發展連接，因其不論在性別認同、性徵發展，以及感情上，都是自我認知過程的一環，也就可以發展出對於人格形塑的多面向了。

另一問題是「對於現今社會性的開放程度的想法」。對於此問題，小組成員提出在感情運作中性的影響力，以及現今社會對於性議題的高討論度影響大眾感情觀的可能。針對高討論度導致錯誤的性觀念一事，我們認為閱聽人在這個性議題觸及度高的時代，不可能將這些問題一一從視野中排除，我們應該做到的是培養對於此類議題的判斷眼光，在可能是錯誤觀念的場合，也應做到是非對錯的判斷。

【成效檢討】

取樣自小說中的章節，我們將討論主體放在書中主角多次的性經歷，但卻難以將小說劇情納入討論，更多的是針對書中對於性的討論以及小說本身所呈現的價值觀。而這也是選書過程中，容易發生在小說類書目的問題，因為無法對劇情有更全面的了解，導致難以將劇情設計所欲傳達的價值納入討論，是需要經過討論或者是深入了解之後才能避免的問題。

【人格與群體相處的關係】第六次讀書會

討論主題：面對不完美的勇氣——一切取決於自己

主題書目：面對不完美的勇氣

【段落內容、綱要】

阿德勒認為「認同、接受自己的不完美；認同、寬帶對方的不完美。」不完美沒什麼不好，這樣才有人為，也是可愛之處。我們更應認知到自己的不完美並加以面對，才會生出勇氣，面對生活中的困難。

書中一共將 100 句整理自阿德勒說過的劃分成十個自我、人際關係處理上會遇到的各種層面分別討論，在主持分享之後，也開放組員們在 100 句中找出對自己最印象深刻的一句話，所有人所選皆無重複，

也藉此印證了每個人對於此書提出的生活面向都有不同的優先順序(可能來自個人經歷)，以及此書所著墨之人格發展層面的廣泛。

【問題與心得討論】

在從書中挑選字句分享之後，進一步詢問組員從小到大過程中對自己影響最大的一句話。結果並非所有成員都可以提出，很大一部分是基於一句話不能涵蓋對個人的生活面向所導致(另一部分是尚未找到影響自己甚多的一句話)。

針對書目的選取，也有組員提出本書跟市面上常見之勵志書的不同之處，在現今社會中，很常可以在書店中看到勵志書在排名前幾暢銷書中出現，其實很大一部分是來自於這類書目對於個人(特別是經歷低潮、認為自己不幸的人們)可能可以提供的慰藉(不論是藉由正面的烘托或是反面的激勵)。但事實上，對部分人來說，這類的書目很常會陷入過於簡化生活問題複雜度的情況(書中出現以一句話歸結該怎麼做、評斷是非對錯的例子)，在理解上其實需要讀者進一步對問題有更多立場的思考才能達到更好的理解。而面對不完美的勇氣此書透過限縮討論層面以及來自於生活經歷的字句很好的避免了難以觸及真實生活的可能。

【人格跟群體相處的關係】第七次讀書會

書名/條目：你的孩子不是你的孩子 「第二個家」他沒有家了

【段落內容】

我看著陳小乖，問道：「小乖，你覺得考的好，是為了自己，還是取悅別人？」

小乖停了一下，表情很掙扎，他答的有些猶豫：「我不知道，但假使我考的好，我很開心，大家也會很開心，我又能拿到很多禮物，這樣

不好嗎？」

「小乖，我是這樣想的，這是你的人生，就像是你有一塊田，你認真去耕耘，最後結出漂亮的果實，這些果實就是你個人最好的禮物。別人看到你長出很好的果實，也許很開心，送你貴重的禮物，但也可能他的財力有限，只能給你祝福。」

我想了一下，如何讓陳小乖明白我的意思：「送你禮物，也許代表那個人在乎你，倒過來想，沒送你禮物，難道就意味著那個人不在意你媽？就像我，自第一次上課至基測，我對你所付出的時間與精力，難道會因為我沒有送你禮物，就跟著消失了？」

「但我還是想要得到禮物……」陳小乖的語氣有些悶。看得出來，物質禮品似乎是他確認感情的方式。

【問題討論】

你認為最傷人的一句話是什麼？

你認為你活下去的目的與意義是什麼？

成績對你而言重要嗎？為什麼？

【心得與紀錄】

陳小乖是一個重組家庭中的小孩，他經歷了母親離異、父親再婚、改姓……一開始他還沒辦法定義快樂是甚麼，也掙扎著老師說的話。他從最初在物質和親情帶來的滿足中拉扯，不斷用物質填充親情的缺口，於是到後來就墮落了，他認為花錢就是快樂的。這是現代教育的一大問題。許多家長工作繁忙，也許不是那麼複雜的情形，就只是用錯方法關心自己的孩子，卻造成了小孩錯誤的價值觀。

【人格跟群體相處的關係】第八次讀書會(開放性讀書會)

主題:人格發展的酸甜苦辣

【進行流程、分享】

作為本小組第一次開放性讀書會，我們透過將以往書目對於人格發展的概念整合之後一併以分享會的形式讓從未參加過的朋友參與討論。也藉此機會讓小組外的朋友對於讀書會的運作有一定程度的了解並提出建議以及可改善的地方。

【心得、意見交流】

很多組外參與者表示對於魅力學所提到後天對魅力的培養表現出高度興趣，因此我們也針對該書目所提到之人格形塑的發展有更多的著墨，將書中所提技巧實際上應用在成員間的談話中來促進一個談話空間的和諧，我們也藉由臨在感、握手的練習分享讓組外參與者實際體驗在談話中產生魅力的方式。

在這之外很多參與者也表示對於分享書目的《你的孩子不是你的孩子》非常有興趣，很大一部分是來自於前一陣子在公視播出的改編劇集。雖然是同一主題，我們進一步比較在影像以及文字呈現上對於人格發展面向敘事手法的差異，基本上大多成員都同意影像在實際畫面的操作下帶給視聽者比較大的衝擊，卻不比小說只透過文字表達出人格發展面向來的深刻。除此之外我們也透過實際上分享親身經歷對於家庭生活於個人人格的塑造有更多的著墨。事實上很多表面上看起來與常人無異的人，家庭背景可能沒有我們所認為的美滿，而在這樣的背景中成長所塑造的價值觀也在在投射到人格的養成。所有參與者都同意家庭在人格塑造中是極為重要的一環，也是一個人在成長過程中所最先遭遇到的一個層面。

組外成員也透過此次分享對讀書會運作形式有更多建議:本次讀書會小組的書目分享基於對所有分享者欲著重討論方向的尊重，並未強限定分享會的既定流程，是更彈性、更容易基於個人想法而有所更動的。然而我們卻沒有意識到這樣的方便使得每次分享會容易流於

分享者個人欲傳達的概念之中，缺少了給予其他參與者的討論空間。基於討論方向的不定調，也可能在往後連接書目與書目之間對於人格發展概念時沒有一個既定、明顯的統整方向。組員利用這次的分享在書目概念之外也對於讀書會的統籌方式有進一步的見解。

國立政治大學教學發展中心
107 學年第 1 學期讀書及學習行動小組成果報告書

小組編號		
小組名稱	政大性別平等工作坊	
小組計畫主題 (請勾選)	<input checked="" type="checkbox"/> 學習力 <input type="checkbox"/> 創造力 <input type="checkbox"/> 行動力 <input type="checkbox"/> 經典閱讀	
小組召集人/系級	單蔓婷/傳播學院碩士班二年級	
小組閱讀主題	女性主義理論與實踐	
小組成員 系級/姓名	傳院碩二	單蔓婷
	傳院碩二	張恬
	社會四	盧翊修
	資管三	王士堅
	廣告四	高家宏

一、計畫動機與目的

本學期性別平等工作坊發起之讀書會，將以《女性主義理論與流派》一書為主要讀物，輔以《第二輪班：那些性別革命尚未完成的事》、《性別向度與台灣社會》等書的章節摘選，進行深入閱讀。

在讀書會的具體安排上，我們將往年一週一主題的方式拆分為兩週一主題，例如對於「馬克思主義女性主義」這一主題，會在第一週閱讀《女性主義理論與流派》與《第二輪班》的對應章節後，在隔週再次開設與「台灣性別研究中的照顧論述」相關的討論。以期望將以往의文本閱讀向外延伸至理論實踐，讓參與者了解當女性主義與各個議題交會時，對其產生什麼變化與影響。

整體而言，本次讀書會在內容選擇上力求同時兼顧「爬梳女性主義源流」以及學習「女性主義理論的台灣在地發展」。通過本學期讀書會活動，我們希望參與者能夠系統地了解女性主義理論的流派與發展，同時也在互動中學習如何以更日常的，生活化的語言和經驗，來與他人進行對話。

二、選讀典籍

書名	《女性主義理論與流派》
作者	林芳玫、黃淑玲、鄭至慧、王瑞香、劉毓秀、范情、張小虹、顧燕翎、莊子秀、邱貴芬
出版社	女書出版
出版日期	1996年初版
選讀原因	本書為女性主義入門經典。「女性主義」一詞起源19世紀法國，在近兩個世紀以來，已經發展出許多不同的意義。本書藉不同作者之力，對於女性主義的源流、流派做出不同的見解及定義。能夠幫助讀者建立起自己對於女性主義的思想地圖。

書名	《第二輪班：那些性別革命尚未完成的事》
作者	亞莉·霍希爾德 (Arlie Hochschild) 著；張正霖譯。
出版社	群學
出版日期	2017年9月7日
選讀原因	對眾多女性而言，下了班往往還得在家裡上第二個班，便是「第二輪班」的概念。本書以生動的描述，看到不同背景的美國異性戀家庭關於家務育兒的困境與協商策略，分析了兩性的工作與家庭常規對人們的影響。作者對於雙薪家庭敏銳、透徹與爭議性強的研究，駁斥了許多常識性的預設。是一本能讓人重新思考台灣托育與性別平等政策的好書。

書名	《性別向度與台灣社會》
作者	黃淑玲、游美惠主編
出版社	巨流圖書公司
出版日期	2012年9月24日
選讀原因	選讀〈婦運與政治〉、〈婦運與政治〉 本書由十八位台灣女性學學會的成員參與撰寫，從性別研究理論與女性主義觀點來診斷台灣社會諸多現象，讓我們看到台灣

	性別關係複雜多面的事實，也一針見血地戳破男女已經平等的假象。它為我們展示了當代台灣在性別研究上的社會介入與政治關懷，是一本理論與實務兼具的書籍，告訴你如何「在台灣，做性別」。
--	---

書名	《最藍的眼睛》
作者	童妮·摩里森 (Toni Morrison) 譯者：曾珍珍
出版社	台灣商務
出版日期	2007年12月1日
選讀原因	在《最藍的眼睛》中，作者以美國黑人的經驗為素材，透過獨特的敘述手法和形式，銘刻與再現美國社會裡的種族、階級與性別政治。由於貫穿這本小說的主題之一，就是男女主角對自我身分的追尋，因此本書被我們選為搭配「後殖民女性主義」一起閱讀的文本。

書名	〈CM and Equality Theory Elagar〉
作者	陳昭如
出版日期	2018年
選讀原因	本文為台大法律系陳昭如教授撰寫之關於基進女性主義的強暴論論文。強調基進女性主義的重點是「宰制與臣屬」，不是本質化「受害性」，不是「受害者女性主義 victim feminism」，「批評甚至反對」（而非贊成）積極同意模式（但理由與「性積極女性主義/性權派 sex-positive feminism」不同）。文中梳理台灣脈絡下談論「基進女性主義的強暴論」多個重要概念。

三、活動回顧

1，進行方式

本學年讀書會主持人為性別平等工作坊（社團）的現任社長，每週除要求成員閱讀指定文本外，亦會在網絡群組（Facebook 社團）中提供相應視聽資料或新聞實事，以供成員參考閱讀。

每次讀書會設有一位成員擔任導讀，負責帶領大家討論。在讀書會開始前，導讀同學需要準備摘要，而其餘成員均需事先閱讀文本，並至少準備一個問題、個人心得、或相關案例。

在讀書會中，我們安排成員輪流負責導讀與討論帶領。導讀同學會準備相關內容摘要，並對文本內容及提出討論問題，大家針對該議題進行深度討論。在討論過程中，除了導讀同學，主持人也會盡量逐一回復同學們的問題與心得，或補充相關案例進行說明。除共同閱讀文獻重要段落之外，導讀者與主持人也會側重將討論方向導入生活經驗，或帶入更大的議題背景中（如結合年底的公投議題），以期達到本次讀書會在幫助參與者更了解理論與實務關聯的目的。

2，執行時程

次數	日期 (年/月/日)	開始時間 結束時間	地點	研討主題
1	2018/10/08	19:00-21:00	大勇樓 202	自由主義女性主義與台灣婦女運動發展脈絡
2	2018/10/15	19:00-21:00	綜院 410	烏托邦社會主義、馬克思主義女性主義
3	2018/10/22	19:00-21:00	綜院 410	第二輪班、性別與勞動
4	2018/10/29	19:00-21:00	綜院 410	基進女性主義
5	2018/11/20	19:00-21:00	綜院 308	基進女性主義的強暴論
6	2018/12/03	19:00-21:00	綜院 410	後現代女性主義
7	2018/12/10	19:00-21:00	綜院 410	後殖民女性主義

3, 活動剪影

<p>2018/10/08</p> 	<p>2018/10/15</p> 
<p>2018/10/22</p> 	<p>2018/10/29</p> 
<p>2018/11/20</p> 	<p>2018/12/10</p> 

四、實際成效與綜合檢討

本次讀書會在選題上涵蓋自由主義女性主義、馬克思主義女性主義、基進女性主義、後現代女性主義與後殖民女性主義五大主題。希望藉由此次讀書會，提升參與者對不同女性主義理論與流派的瞭解，省思與實踐。「女性主義」看似簡單明確，其實之下有許多不同流派，其中甚至有部分主張相互抵觸，通過讀書會的討論，參與者能在對其有基本的理論基礎之後，再以理論知識檢視不同流派的女性主義對性別不平等議題的分析及社會實踐。

通過本學期讀書會活動，我們希望參與者能夠系統地了解女性主義理論的流派與發展，同時也在互動中學習如何以更日常的，生活化的語言和經驗，來與他人進行對話。此外，由於本次讀書會在內容選擇上包含「女性主義源流」以及「台

灣在地女性主義發展」，預期參與者能夠瞭解在地社會與跨國性別研究的比較。

在具體的運作上，每週的導讀人在帶領文本閱讀之後，往往已經花費近一個小時，考量到參與者皆已事先閱讀過文本，今後我們將考慮縮在現場帶領閱讀的時間，而預留更多時間提供同學相互交流與議題討論。

此外，本學期我們在讀書會日程執行上也遇到意外，原定11月26日為後現代女性主義專題，但由於前一天公投結果揭曉，想必支持婚姻平權與性別教育的大家並不不好受，我們臨時把讀書會活動改為在麥側舉行 free hugs，希望有傾聽需求的朋友也可以來找我們。即使我們沒有辦法提供專業的諮商服務，但至少傾聽的部分沒有問題。但是這次活動也使得讀書會的原定計劃延後一週。檢討後應該加強成員間的聯繫，或事先訂定緩衝週，以免因臨時動議影響讀書會的進度。

五、成員心得

(一)傳碩二 張恬

參與性平坊讀書會對我而言是一件相當有意思的事。我在傳播院所學與性別沒有太大關聯，因此，在探討一些社會議題，例如年底的公投時，常常覺得自己背景知識不足。透過讀書會中補充的台灣本土研究和文獻，我了解了許多台灣多元性別相關的議題，也看見台灣性別運動團體與女性主義者們多年深耕議題的付出，覺得深受感動。

(二)傳碩二 單蔓婷

受家庭的影響，我對性別議題很感興趣，大一開始參與學校的性別社團，此後也曾進入婦女新知基金會實習。以往參與性別社團的經驗讓我發現自己在理論積累上的不足，一方面覺得自己深有必要系統學習女性主義理論的流派與發展，另一方面，要如何以更日常的，生活化的語言和經驗，來與他人進行討論，的確也是一個挑戰。本次讀書會在文本內容的選擇上不僅系統地爬梳女性主義的源流，也包含臺灣在地女性主義理論發展，尤其在與同學討論的過程中，更能相互學習，交流自己的生活經驗與個人看法。這些對我來說都是很可貴的經驗。

事實上，很多我們認為正常的社會規範其實都值得我們對其重新思考，如果能夠通過讀書會活動，讓同學們願意反省我們所處的文化，我認為這是本次讀書會的重要的意義之一。

(三)社會四 盧翊修

本次的選書《女性主義理論與流派》論述清晰，寫作流暢，雖為入門書籍，但書中所談到的社會、性別、科技等議題與現今所處的社會討論議題相當接近，因此依舊能發人深省。

與幾位志同道合的同學一起閱讀女性主義理論，從往年作為成員參與，到今年當任主持人，每次參與我的感受皆不相同。我常常在反思，在我們的社會中，不少我們習以為常的認知或現況，其意義與原因為何。有幸能與各位一同在理論中探索，又能結合自己社會學的背景為大家帶來不同面向的現實案例，也讓我對原本略有涉獵的理論有了更扎實的瞭解。

(四)廣告四 高家宏

幾年前我就閱讀過一些女性主義作品，僅僅略讀片面，或一知半解。通過這

學期的讀書會，我對於這些理論有了更深的了解，也學到了許多不同的知識，這主要是感謝各位參與者的分享，以及主持人每週用心準備相關議題的新聞報道。我覺得這樣的安排讓討論不僅局限在文本，有時大家也會分享自己的個人經驗，這也讀書會氛圍更加熱絡，成員之間更加了解。

六、未來展望

在本學期的讀書會中，成員們都十分踴躍地進行對話，提出自身的看法，相較於往屆的讀書會，參與者在溝通上有明顯的進步。同時，本學期讀書會中，除了一節對外開放的講座式討論，其餘場次皆沒有對外宣傳。即便如此，每週依然有成員外的參與者異同參與。再回顧我們固定的讀書會成員，大多至少參加過半年以上的讀書會，這意味著，讀書會成員間的關係緊密，具有強烈的凝聚力，未來也仍有繼續籌備的必要性。

「女性主義」此一用詞，看似簡單明確，其實之下有許多不同流派，其中甚至有部分主張相互抵觸。期望同學通過參與讀書會，有了基本的理論基礎，今後能再繼續學習如何將理論在次領域下進行應用。除了知識的攝取，盼能營造自由開放之討論風氣，在言詞交會與思想碰撞的過程中，練習如何與人溝通，尊重並理解他人表達，也學習如何闡述自己的想法。同時，我們也希望能持續招募新成員參與，並使之願意長期參與讀書會和社團活動。

本次讀書會透過參與者自發的閱讀女性主義理論，同學們都很有收穫，也希望之後也能再繼續進行讀書會。不過，未來我們可以對讀書會作出更高要求，例如期望每位成員可以在討論過程中提升論述能力，增進隊相關議題的論述寫作之能力。

國立政治大學教學發展中心
107 學年第 1 學期讀書及學習行動小組成果報告書

小組編號											
小組名稱	現在財資道										
小組計畫主題 (請勾選)	<input type="checkbox"/> 學習力 <input checked="" type="checkbox"/> 創造力 <input type="checkbox"/> 行動力 <input type="checkbox"/> 經典閱讀										
小組召集人/系級	資管一乙 / 王品蓁										
小組閱讀主題	斜槓人生										
小組成員 系級/姓名	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%;">資管一乙 / 王品蓁</td> <td style="width: 50%;">資管一甲 / 施珮棋</td> </tr> <tr> <td>統計二 / 唐欣</td> <td>資管二甲 / 戴士翔</td> </tr> <tr> <td>財管一 / 徐立穎</td> <td>財管一 / 黃允禰</td> </tr> <tr> <td>財管一 / 謝嘉遠</td> <td>財管一 / 朱珮毅</td> </tr> <tr> <td> </td> <td> </td> </tr> </table>	資管一乙 / 王品蓁	資管一甲 / 施珮棋	統計二 / 唐欣	資管二甲 / 戴士翔	財管一 / 徐立穎	財管一 / 黃允禰	財管一 / 謝嘉遠	財管一 / 朱珮毅		
資管一乙 / 王品蓁	資管一甲 / 施珮棋										
統計二 / 唐欣	資管二甲 / 戴士翔										
財管一 / 徐立穎	財管一 / 黃允禰										
財管一 / 謝嘉遠	財管一 / 朱珮毅										

目錄

1、計畫動機與目的

動機：我們想透過這次讀書會的機會，培養閱讀書籍的終身習慣，組員之間集思廣益的意見交流，了解各個角度的思考面向，同時實踐自主學習，提升自我競爭力。

目的：希望能透過這次「創造力」的主題，藉由選讀的書籍，深入了解其意義、內涵，並透過小組討論的方式，相互分享大家的思維、論點。

2、選讀典籍

書名	打開狄波諾的思考工具箱
作者	愛德華·狄波諾
出版社	時報出版
出版日期	2016.01.06
選讀原因	創造力可以學習嗎？世界公認的創意大師狄波諾將透過這本書告訴我們：就算我們不是天才，只要用對方法，就能展現有效率的驚人創造力！什麼是「六頂思考帽」、「隨機輸入法」及「概念扇」呢？相信當我們閱讀完這本書，便能學會運用這些工具，收割許多創意點子！並且對於「創造力」此主題有更深入的瞭解。

書名	斜槓青年：全球職涯新趨勢，迎接更有價值的多職人生
作者	Susan Kuang
出版社	圓神
出版日期	2017/09/01

選讀原因	<p>「斜槓青年」是個新的詞彙</p> <p>在未來的發展上，勢必會引起新的潮流。多元的社會資源，如何運用自我的才能，並且使其最大化利用，是個值得深思的問題。共享經濟的發展下，本業的經營逐漸淡化，多方向的發展即將成為下一代的趨勢。</p> <p>透過本書各章節的介紹，勢必能對斜槓的概念更加了解。</p>
------	--

書名	<p>Zero to One: Notes on Startups, or How to Build the Future</p> <p>從 0 到 1：打開世界運作的未知祕密，在意想不到之處發現價值</p>
作者	<p>彼得·泰爾 布雷克·馬斯特斯</p>
出版社	<p>天下雜誌</p>
出版日期	<p>2014/10/07</p>
選讀原因	<p>大多人習慣於複製別人的方法，在生存者偏誤的世界裡，我們往往以為照著別人的方法做就可以達到預期想要的成果，作者說，從一到 N（大量的複製）很簡單，但從 0 到 1 的創造很困難，期望閱讀這本書可以認識到一流的企業家的想法是如何誕生？如何從無到有？刺激創新思考。</p>

書名	<p>惡血：矽谷獨角獸的醫療騙局！深藏血液裡的祕密、謊言與金錢</p>
作者	<p>John Carreyrou 譯者：林錦慧</p>
出版社	<p>商業周刊</p>
出版日期	<p>2018/09/20</p>
選讀原因	<p>近年來許多公司與機構紛紛籌錢投資生物科技產業，一項即將改變你我健康的醫療檢測新科技，卻被發現他它的技術來自——謊言。透過瞭解伊莉莎白·霍姆斯，這個謊言的創造者，如何創造 3000 億獨創醫療科技的超完美騙局，我們將能了解，如何創造說</p>

服力並避免陷入騙局。

3、活動回顧

1. 進行方式

本次讀書會活動，107年10月11日至107年12月3日，預估2個月的活動，組員討論完後，預計約兩個禮拜討論一次。透過分組討論的方式，彙整心得。並於每次兩個小時的討論時間，詳細討論各章節概要、主要段落之摘要，以及觀後心得。最後，再請負責同學提出能將書本知識實際應用於實際生活上的活動，帶領同學活用所學。

2. 執行時程

	日期	開始時間 -結束時間	地點	研討主題
1	2018/10/13	09:00 ~09:45	商圖第二研討室	『打開狄波諾的思考工具箱』 討論與延伸
2	2018/10/13	10:00 ~12:00	商圖第二研討室	『斜槓青年：全球職涯新趨勢， 迎接更有價值的多職人生』 討論與延伸
3	2018/10/27	09:00 ~11:30	商圖第二研討室	『從0到1：打開世界運作的未 知祕密，在意想不到之處發現價 值』 討論與延伸
4	2018/11/19	19:30 ~21:00	商學院九樓	『惡血：矽谷獨角獸的醫療騙 局！深藏血液裡的祕密、謊言與 金錢』 討論與延伸

5	2018/11/30	18:30 ~20:00	商圖第二研討室	開放性讀書會：『斜槓青年：全球職涯新趨勢，迎接更有價值的多職人生』
6	2018/12/01	09:00 ~10:00	麥當勞	成果發表 最終排練與預演

3. 活動剪影





4、實際成效與綜合檢討

- 1) 本組「現在財資道」的小組計畫主題為『創造力』，在起初挑選書本時便以此為標準，但是實際閱讀書籍時，在每一本書中學習到的不僅僅是『創造力』，也結合了『學習力』、『行動力』，實際成效比預期效果更加良好。
- 2) 由於組員組成來自不同系級、年級，還有住宿與參與系上活動與否等等問題，每次的讀書會集會時間都難能可貴，因此組員更加珍惜時間。學校的要求只是強迫我們不半途而廢或是因為其他事情而拖延讀書會的進度，雖然有時會感到綁手綁腳，但若沒有如此的機制，或許在活動之後收穫不會如此扎實。
- 3) 讀書會討論紀錄：

現在的世界刮起了 slash 風潮，大家會在下班之後做自己想做的事情。其實有另一個觀點是說，與其如此不如真的好好做自己想做的事情。我的觀點是兩種方式都無可避免，如果比較保守的人會選擇做個協槓。

書中有四個主要的觀念：

- 生活 ->重新定義工作以及自己
 - 點對點的服務，企業消失
 - 金錢與快樂
 - 創業者與資本論
- slash
 - 不夠好與開始
 - 利己利人
 - 成功學可以模仿嗎？強者的倖存者偏差
- 成長以及自我管理
- 簡單生活，自己的人生

斜槓青年，就要談談在工作後的斜槓，是來自於什麼？

斜槓青年是一個策略，他可以在自己的專業上多元橫向發展。

斜槓青年除了本身的工作之外，還加入了自己的興趣，也就是說這類人想要創造更好的生活品質。

小而美的成功比起看得見的成功故事好很多，因為他的可行度高，但兩者的滿足度是接近相同的。

做自己想做的事情，這樣子的觀念來自什麼地方呢？我認為有兩點造就了社會上的斜槓人士：

單人工作的高自由度以及產能效率的提高。

工作的意義是什麼呢？在古典的觀念中，是一個通往理想的工具。

什麼意思？在經濟學中，勞動市場以及生產要素市場各取所需，貨幣誕生，於是方便量化的

評量出現，人們工作並且由貨幣來衡量其創造的價值。也就是說，工作對大多數人來說是在創造價值

以供自己交換想過的生活。

這幾年的知識經濟、共享經濟，逐漸透露出一個消息：

人們對智慧財產權、資源的重視，意即減少價值的浪費行為，uber、airbnb、電

商，提供了 O2O 的商業模式

成功媒合了點對點的交易行為，這也是商業的本質，利用達到自己的需求創造額外價值。

而以後企業或許也會被概念化，現今自由工作者越來越多，將來的模式會是一個人加入某個專案，用分潤的方式完成工作，接著加入下一個專案，與不同的人協作專案目標。

另一個是：接下來即將走入人工智慧的時代，不只本書，許多人的觀念提到未來會是一個零工作，人類可以把時間拿去做所有想做的事情（雖然我覺得世界要產生這樣的改變著實困難，而且問題非常大）但人工智能提升效率、效能是絕對的，也就是說工作的負擔降低，人們可以將生活重心放在自己有興趣的事情上。

作者說，金錢（工作）與快樂（興趣）的兼顧在這個時代開始是可行的，不過他也提醒現在多數創業者（我在這裡定義創業者為意圖把工作以及興趣（想做的事情）完全結合在一起的大部分人）都是名與利下的產物，資本社會提供了太強大的融資空間，創業其實變簡單了，多數人的夢想是在 SEC 敲下第一鐘（上市公司），她在這裡同時帶出了一個很重要的觀念：目的不是夢想，行為才是。但名與利的追求顯然就是把目的當作夢想了，但作者說夢想應該是執行的過程就會感到快樂的事情。另外來自個人、或者新創的產品也必須能真的創造價值，從 0 到 1 很簡單，1~100 卻很難，不然在自媒體當道的現在，沒有好的產品只想靠行銷，是難以經營成功的。

創造被動收入：如此一來你可以為興趣工作，將財務的約束力降到最低，當然，拒絕慾望以及過分物質生活也可以間接達到財務自由。

成長

成長是享受與身體抵抗思考的過程

我們無須和他人比較，因為人「天生下來就有差異」

我們要做的事情是回應自己差異，主動嘗試、摸索，發覺自己的才能，讓它走入生活或者職業。

美好的人生，來自於懂得欣賞和拉爵自己的獨特，成為原本應該成為的人，而不是社會或別人想要你成為的人。

- 累積能力
- 投資自我
 - 自我投資在於時間累積，不在時間開始
 - 勤奮比天賦更重要
 - 所有的投資無法立刻產生回報

作者的時間管理日記：

年、月、週、任務清單，並追蹤績效（回顧）。

有一個我覺得很好的，是可以調整權重。在追蹤做了哪些事情上面，我們可以利用意義、滿足程度來為自己做過的事情打分，如此一來方便檢視自己其實不應該做哪些事情，更有效地追蹤做了什麼事情。

人必須擁有足夠的閒暇時間，才能進行深入的思考以及創作。

生活的留白就在於提供刺激創意的養分。這就很像 **spotify** 的歌單系統，你可以不用自己決定要聽什麼，而是隨意地聆聽。這裡我會重新定義作者的觀點，他說生活留白是留下時間給自己，我會更深入地說，他指的是「刻意」把時間交給自

己掌握，但這段時間要做的事情，其實不應該交給自己。在這段留白的時間中，你不需要刻意安排從事什麼，你需要的是把自己歸零，探索任何不曾探索過、亦或者有興趣的事物，這種未知的刺激才能有效激發自己的創意以及思考。好比書中提到的藝術家，每工作七年就世界旅行一年，他可以決定他要去哪裡，但會遇到什麼、看到什麼，並不是藝術家自己決定的，他只是睜開眼睛，然後看，看那些不在他平時圈子裡的人、事、物。

意志力的培養，不要一開始就挑戰自己的極限，從簡單開始逐步增加，我曾在另一本書：「刻意練習」看過相同的訓練方式，總地來說，這樣子的規劃在於習慣成自然，讓大腦、身體逐漸接受這樣子的改變，這點在神經科學以及心理學都得到了效果良好的證實。

泛讀，接著找到自己的點，然後鑽研該領域。

技能學習的四階段：

老師或教練的角色非常重要，因為缺乏經驗，我們很難意識到自己犯的錯誤，或者也不知道該如何修正。

好的老師：同樣熱愛這件事情、激發學生興趣、耐心指導、鼓勵。

先學好，再重複練習以致熟練。

- 模組化訓練
- 即時回饋
- 學習區學習，而非舒適圈
- 寫訓練日誌，以加強自我反思以及擺脫老師的依賴。

將自己的技能轉為產品：最小可行性產品 ->絕大多數軟體工作者都知道的觀念。

好的句子以及觀念

-
- 文化失調：物質文化的變遷速度要快於非物質文化，而在所有的非物質文化中，「價值觀」的變遷往往是最慢的。
很多時候價值觀會讓我們成為「文化的囚徒」。
 - 本書作者和知名投資人：查理蒙格同樣提倡「心理學」的重要。包括：認知心理學
 - 進化心理學、社會心理學
 - 我們的選擇有兩種：勇敢追求想要的，或者改變心態接受現狀，只要能讓心裡更快樂的，就是好的選擇。
 - 人類所有的痛苦，就在於想要和真實擁有的不一致，而且是衝突的。
 - 丟掉那些人生不需要的東西後，留下來的，就是真正值得我們花時間專注的事物。
 - 美好的生活其實很簡單：充實快樂、沒有經濟壓力、內外和諧，就夠了。

5、成員心得

朱珮毅：

為期3個月的讀書會即將結束，對我而言收穫滿滿。以書籍知識而言，透過課外書籍的閱讀、小組成員們的分享、心得的交換等，

對於所討論的書籍，有了更豐富、多元的了解。整體而言是個值得參加的課外活動！

王品蓁：

在這次讀書會活動中，透過書本和組員的分享，成長了許多。身為大學新鮮人，當對大學的期待和實際不符合時，透過讀書會，從書中或是從組員身上吸收知識、獲得靈感與收穫，能讓我釐清我的人生目標。有時候，無論是自己或是組員將知識消化過後得出的整理，甚至比書本中呈現出的觀點來的更加圓融可行。總歸一句，撇除繁雜的手續，能認識這群讀書會的好友將是我人生中很重要的影響。

謝嘉遠：

透過這次讀書會，從各組員口中了解不同的想法，能夠與大家一起討論各自的觀點，了解為什麼別人這麼想，跟自己的了解的有沒有衝突，進而內化成自己的知識，從中學到很多，是個有價值的活動。

施珮棋：

以前從沒接觸過「讀書會」這樣子的活動，不過第一次參加讀書會就讓我感到收穫滿滿。這次讀書會選的書我都沒讀過，讓我接觸到跟以往不同方向的書籍，這些書我相信無論是現在還是以後，都會對我的人生多了一點幫助，而透過讀書會，和大家交流觀點，侃侃而談書中的內容，無形之中也促進了思考能力，這是一個很棒的活動，讓我們不僅認識了更多人，也幫助我們閱讀了更多書籍，真的是獲益良多。

黃允禰：

一群志同道合、能夠共讀好書、想法交流的夥伴真的是可遇不可求，我覺得自己很幸運能夠和一群這麼棒的夥伴度過這三個月的共讀時光，在這之中，我學會更有條理的頗析書本中的道理，並闡述自己的想法和大家討論切磋，激盪出不一樣的火花！這麼難能可貴的經驗，是埋首書堆苦讀也無法獲得的呢！

徐立穎：

其實我一開始壓根不知道什麼是讀書會，很幸運可以被同學找來參加這一次讀書會。在這一次讀書會的活動之中，我深刻了解到1+1>3的道理，在大家不同的看法激盪下，我所收穫的遠遠超過

我所付出的，若不是同學提出看法角度我甚至不會想到。看完這幾本書對於我的幫助可能不是立竿見影的，但相信這次讀書會的收穫對我的思考邏輯有大大的改變。

唐欣：

在大學生活中，除了課業、系上活動.....等時間，仍有一些的空檔時間，我卻從來沒有想過可以選一本好書度過。在讀書會中，有著既定的行程，可以將大家推薦的好書，排在生活之中。得到的除了書的內容、大家的討論與分享，我更從這幾本書中，產生了想閱讀裡面所介紹的書的想法。進而獲得了閱讀的樂趣與習慣。比起自己讀一本書，我認為與他人溝通交流後得到的更加的多元也更有意思。

戴士翔：

很幸運有這個機會能參加讀書會，平常個人也有閱讀課外書的習慣，頂多隨手把筆記記下來，發現原來找人一起分享、討論彼此的心得是這麼有趣的事情，這也給了我對學習同儕的另外一種啟發，團體效應是件很棒的事情。書有自己選的，也有夥伴選的，讓整個閱讀過程新鮮且精彩，希望自己能夠涉獵到更多不同層面的知識，如果還有讀書會的活動，我還是會參加！

6、未來展望

朱珮毅：

本次讀書會的主題是「創造力」，對於未來的規劃發展，勢必有一定的幫助。透過這幾本書的交流，希望能在未來，不管是職場、抑或是學生生活，實際運用到書中的知識。

王品蓁：

透過腦力激盪，「創造力」除了會成為一個不同的思考方法，也會是一把開啟新人生觀點的鑰匙。期許未來的自己將因為認識並擁有「創造力」後，擁有不同的

謝嘉遠：

「創造力」是現代很多人所缺乏的，因為現在的每個人每天得到的資訊實在太多了，來不及消化及內化，何況是有自己的想法，這幾本書在對於現在及未來的規劃有很大的幫助

施珮棋：

「創造力」這個名詞其實非常抽象，有些書會以舉例的方式將它具體化、系統化，所以能更加掌握創造力的原則，進而套用在生活中，我相信這對未來無論是在人生的哪個階段，都有機會運用到。

黃允禰：

「創造力」這種能力，並非一蹴可及，也不是刻意努力就一定能夠擁有，但這並不代表我們完全無能為力，閱讀完這幾本書，我們從中獲得了一些能夠“培養、孕育”創造力的初淺想法，依循作者們分享的小技巧，相信我們離創造力又前進了一大步！

徐立穎：

在長期以來填鴨式教育的壓榨之下，早已失去創造力的學生們，可以藉由這些書籍的閱讀，找回亡失的創造力，若是具備了創造力，對於未來勢必有很多幫助。

唐欣：

「創造力」雖然是人的一種本能，然而，在一成不變的生活中，我們卻逐漸淡忘。藉由接受到新的刺激（如閱讀書籍等），我們可以活化自己僵固的想法，刺激自己的大腦。

戴士翔：

「創造力」在將來的時代已經越來越重要，共享經濟、大眾募資、創投基金使得想法的實作越來越可行，相對的，對於想法的「模仿」也越來越容易了，如何在多變化的時代之下創新不易模仿的商業模式以及維持創造水準是我們這一代人的課題，「成功學」告訴我們高效能人士的作法，但難以複製其行為，而「創造力」本身的學習就是一種刺激，這種思考模式促使我們不只對社會、對個人也是新的、富有活力的大腦激盪

國立政治大學教學發展中心
107 學年第 1 學期讀書及學習行動小組成果報告書

小組編號		
小組名稱	食在有意思	
小組計畫主題 (請勾選)	<input checked="" type="checkbox"/> 學習力 <input type="checkbox"/> 創造力 <input checked="" type="checkbox"/> 行動力 <input type="checkbox"/> 經典閱讀	
小組召集人/系級	張欣諭/金融三	
小組閱讀主題	世界的飲食文化	
小組成員 系級/姓名	金融三	張欣諭
	金融三	陳律羽
	金融三	王思尹
	金融三	林琦容
	金融三	唐美瑜

一、計畫動機與目的

求學階段的我們全力吸取課內的知識、盡力通過各種測驗與考試，直至進入大學後，我們仍然卯盡心力在專業知識的書海中沉浮地學習著。然而成長是一條漫漫長路，隨著年歲增長的我們卻不免受困於習以為常的課本與試卷而框架了學習的廣度，遺忘了獲得知識時最純真的愉悅與充實，更失去了生活的探索與趣味。故此次自主學習讀書會的召集，其中的首要目的便是掙脫專業知識與課堂內容的框架，欲達到《生活即學習，學習即生活》的目標，期待將學習主題融入生活中，並以輕鬆但不失成長性的原則完成為期一學期的讀書學習行動計畫。

而俗話：「民以食為天」，闡述著「飲食」之於古今大眾生活的深遠影響與不可或缺，故本小組認為藉由「飲食」為主題將能夠帶入更多學習議題，不僅更多元也更貼近生活。其中我們也預計以宏觀的世界角度進行議題的討論，讓學習的內容不僅生活化且國際化，期待我們將成為更有智慧的世界國民。

最後，為了提升學習行動力以及推廣學習內容，本小組預計將所討論之議題知識彙總於國小教學使用。我們將利用國小的晨間時光分享所學，期待讓小學生體驗《生活即學習，學習即生活》之樂趣，亦藉此圓滿讀書學習行動計畫之中的「行動」。

二、選讀典籍

書名	你不可不知的世界飲食史
作者	宮崎正勝
出版社	遠足文化
出版日期	2013/01/30
選讀原因	本書以食物為素材，輔以世界的歷史背景，內容起始於農耕時代、大航海時期至現代，讓讀者由飲食學習相關知識。甚至內容亦涉及經濟討論，十分符合小組的多元學習目的。

書名	為什麼狗是寵物，豬是食物
作者	哈爾·賀佐格
出版社	遠足文化
出版日期	2012/07/04
選讀原因	身為知名人類學家的作者，哈爾·賀佐格在此書中探討人與動物之間的矛盾關係，以及為甚麼人類不可能對所有動物一視同仁。身為雜食性動物的我們，在飲食上和動物絕對脫不了關係，而哪些肉類作為食物是符合道德標準的，這些因人而異的標準又應該如何看待呢？我們期待藉由閱讀這本探討人們及動物關係的書，引發對於「肉類」這項人類文明裡不可或缺食物更深的省思，以及探討人們與動物、食物之間錯綜複雜的關聯。

書名	眾神的餐桌
作者	張健芳
出版社	商周出版
出版日期	2018/5/17
選讀原因	作者張健芳身為食物旅行家，親身走入異國餐桌，在餐桌以食會友，透過日常的飲食去發掘隱藏在其中的異地文化與歷史，體察飲食、生活與信仰間密不可分的關係。即時現今處在地球村的時代，我們輕易地可以在臺灣吃到各國料理，卻不了解不同文化料理背後的淵源，期許本書能讓我們深入探究異國飲食，讓食物不僅僅是食物，而是看見其文化信仰的傳承與演變。

書名	甚麼都能吃:令人驚豔的飲食文化
作者	馬文·哈里斯
出版社	書林出版有限公司
出版日期	2010/12/17
選讀原因	作者馬文·哈里斯為二十世紀著名的人類學家，在本書中以歷史、社會、經濟、政治等多元的角度，探討「吃」與「不吃」這件事是如何被文化所影響。不同文化風情在異地人眼中所謂的「偏好」，是否只是因環境所致的必然結果？亦值得我們深思。因此我們期許能站在哈里斯的肩膀上，跳脫我們平時的認知、既定的思維，用另一種觀點解讀食物、環境與人類的關係。

三、活動回顧

1. 進行方式

針對指定閱讀書目一周討論一次，組員依照分配的閱讀內容進行交流，交流分為兩部分，首先根據指定範圍輪流提出值得思辨與探討的議題，互相交流想法，接著紀錄下討論過程以及最後總結。另外，各組員可以援引其他如影片、雜誌、網路資訊等素材，為討論內容增加豐富度，並且達到更廣泛學習的目標。

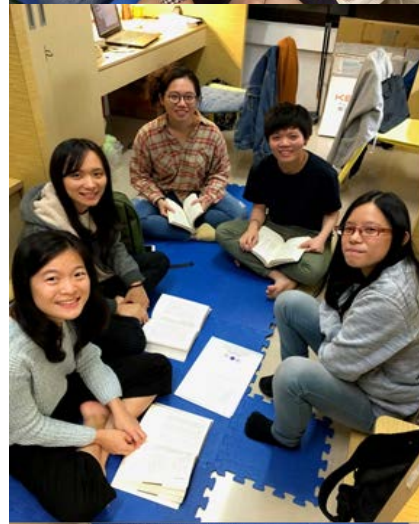
我們也規劃於期中後進行一次國小分享會，利用小學生的晨間時光將所學以簡報方式分享。過程中設計以遊戲方式鼓勵小學生主動參與，一方面提升互動，另一方面也激發彼此的學習。

2. 執行時程

次數	日期 (年/月/日)	開始時間 結束時間	地點	研討主題
1	107/10/16	1800-2030	莊敬一舍	飲食的歷史
2	107/10/23	1800-2030	莊敬一舍	飲食的文化與宗教(一)

3	107/10/30	1730-2030	莊敬一舍	飲食的文化與宗教(二)
4	107/11/06	1800-2030	莊敬一舍	飲食的文化與宗教(三)
5	107/11/20	1800-2030	莊敬一舍	飲食的道德探討
6	107/11/27	1700-1900	金融系 研討室	飲食的問題討論
7	107/12/01	1500-2100	金融系 研討室	「食物好有趣」行前會
8	107/12/03	0800-0840	北新國小	「食物好有趣」

3. 活動剪影



四、 實際成效與綜合檢討

討論日期	第一次 10/16	時間	18:00-20:30
主持人	林琦容	記錄人	張欣諭
參與人	欣諭、美瑜、律羽、思尹、琦容		
主題	飲食的歷史	書目	你不可不知的世界飲食史

壹、段落內容與心得的分享

本週小組所研讀的書目為宮崎正勝所著《你不可不知的世界飲食史》，沿著歷史的脈絡我們在書中探尋著飲食的智慧，同時也跟隨書中的視角遨遊於世界文化，引發更開闊的世界觀。根據本書內容的段落區分，我們將討論與分享的過程大致分為四個階段，分別為世界食材的歸類、帝國文化與區域環境的飲食影響、哥倫布時期的飲食發展以及近代食品工業與相關議題。

(壹)、世界食材的歸類

在這個部分我們對於世界三大主食（稻米、小麥、玉米）以及常見之四種肉類（牛羊豬雞）分別代表的地理背景與文化有了初步認識。其中，牛的飲食文化發展首先被分為耕牛、乳牛與野牛，爾後隨著歷史發展引發複雜演變後產生了現代肉牛的概念，讓我們覺得頗有趣味與知識收穫。接下來有關料理的方式（烤、熬、蒸、燉、炒）與醬料的影響力也在這裡被討論到，我們知道原來透過不同的烹飪方式亦是不同文化特色、民族性質的展現。

(貳)、帝國文化與區域環境的飲食影響

了解了不同文化特色透過飲食產生相異的表現後，我們進入本書的重點篇幅，更詳細的對於各個帝國文化與區域環境的飲食特色進行學習。在這之中，起源於遠古帝國而形成的系統化飲食分別造就了四大料理國（中東、歐洲、印度、中國）各自特殊的飲食文化。其中印度文化中重視牛乳以及將之神聖化的表現讓我們學習到了在歷史發展之外宗教層面上另類而不可輕忽的影響，也提醒我們更加重視宗教文化的知識學習。另外，在這個部分我們還討論到了游牧民族帶來的飲食影響，包含歐洲廣受喜愛的乳酪原來是起源於游牧民族於貯存食物過程中的意外；中國傳統豆腐的誕生竟是為了彌補游牧民族遭驅趕後產生的乳製品供需失調；風靡全球的漢堡肉排原來前世是隱藏著游牧民族飲食智慧的韃靼肉排。

(參)、哥倫布時期的飲食發展

時序來到了哥倫布時代，隨著世界地理的觀念遭到顛覆，包含思想與物質，那個世代正經歷著前所未有的交換儀式。我們在這個部分從飲食層面探討了當時的文化交流，結合許多從前認為枯燥乏味的歷史知識，意外地得到了許多嶄新而有趣的體認。包含了糖的平民化過程以及其所帶動的歐洲紅茶文化；馬鈴薯的傳播促使世界人口的增長與之後所引發的技術革新；咖啡與茶的商業革命與背後隱藏著的資本主義思想。

(肆)、近代食品工業與相關議題

走過了哥倫布所帶來的交換世代，隨著世界人口增加，食物供給逐漸不足，視為食品加工的起源。於是在最後一個部份，我們開始討論近代的食品技術革新

及其所帶來的相關議題。在這裡我們學習到的內容包含了食品加工代表：「罐頭」食品的誕生背景與趣事；鐵道、蒸汽船的發明以及冷藏技術的精進擴大了食材的供應與影響區域；日本拉麵乾燥化技術以及巧思開創了嶄新的飲食市場。除此之外，在日益加速交流的現代，我們也透過書中內容更加正視了近代食品工業所引發的議題，包含了禽流感的傳播、牛肉食品衛生安全問題等。我們也在書籍內容分享後，更深入地將相關想法於重點討論提出，期待能夠在閱讀後不僅是吸收知識而更能增益自我思辯的能力。

貳、重點討論

針對本次閱讀《你不可不知的世界飲食史》的內容，本小組提出三項重點討論問題，預計透過其他書籍或網路資訊於下次開會時進行討論，希望針對有疑惑或興趣的內容加以學習與吸收。三個問題列舉如下：

1. 雞是來自美國的二十世紀新食材？
2. 咖啡為甚麼在亞洲種不起來？
3. 人類可以持續仰賴加工嗎？

參、成效評估與檢討

此次為本讀書小組第一次的討論會，在討論的內容上可謂獲益良多。我們認為透過《你不可不知的世界飲食史》中的歷史脈絡，幫助我們將從前學習的歷史知識加以應用與生活化，確實達到了讀書會成立之目的。此外飲食為主題的學習內容也貫徹了讀書會力求生活與趣味的學習目標，再輔以其他例如宗教或文化等相關內容，不僅將思想自由於歷史主軸之框架以外也增添了對未來探討其他主題的興趣，總體而言本次內容的進行令人滿意。

而在討論的進行方式上，我們嘗試了與原先計畫不同的做法，增加了在討論會最後提出「重點討論」的流程，並希望在下一一次討論會開始時能分享組員之間的想法。透過這項新的提議與嘗試，我們希望可以加深學習的印象、提高自主學習的動力也訓練彼此表達與思辯的能力。

討論日期	第二次 10/23	時間	18:00-20:30
主持人	張欣諭	記錄人	陳律羽
參與人	欣諭、美瑜、律羽、思尹、琦容		
主題	飲食的文化與宗教	書目	眾神的餐桌

壹、段落內容與心得的分享

本週小組所閱讀的書目為《眾神的餐桌》，作者張健芳曾遊歷多國，透過書寫與當地居民交談、用餐等經驗，帶領讀者更深刻的認識多國飲食習慣背後的文化內涵；自古以來，民以食為天，因為氣候、環境，不同地區的民族發展出不同的飲食模式，而隨著政權更迭、宗教異改、貿易、殖民、戰爭等後天因素的影響，各地的飲食文化變遷、融合，迸出新的火花，才成了當今的面貌。許多看似習以為常的料理，其實背後都有長久和重要的歷史淵源，正因如此，了解了吃下肚的食物之後，我們才能更真切地認識在地的風俗民情。以下為依照書裡各篇故事和遊記所整理出之重點：

(一) 宗教

(1) 峇里島：椰子酒

峇里島民熱愛飲酒，尤其愛私釀椰子烈酒；他們深信神明自有旨意，因此不認為

飲酒過量會有安全上的疑慮。作者親身參與了當地居民的私人祭典，鑑識到酣飲椰子酒後的居如何起乩召回逝世的同伴，驚異不已。

(2) 柬埔寨:魚湯米線

「柬埔寨」本意為「生於水」，柬埔寨文化與水密不可分，除了時常陰雨綿綿的氣候，仰賴的糧食更是仰賴水來灌溉。此篇帶入了柬埔寨特有的宗教沿革，即印度教隱含在佛教裡的精神。曾為印度教祭司身分的阿加，為佛寺中直接面對善男信女的中介，負責處理佛寺中的俗物，原該是協助和尚管理寺廟的職位，但與不食人間煙火、專注於修行的和尚相比，更掌控實際的權利，因此雙方時有爭執。

(3) 西班牙:火腿

猶太教與伊斯蘭教不吃豬肉，在天主教掌權之後，食用豬肉與否被用來當作評斷是否為異教徒的指標。

(二) 殖民

(1) 印尼:香料

大航海時代之後，荷蘭佔領印尼作為殖民地，成立荷蘭東印度公司，控制了幾乎所有香料出口的動線，不但改變了先前歐洲索然無味的料理習慣，也間接將荷蘭菜傳播到了亞洲。

(三) 革命

(1) 越南:河粉

河粉做為越南庶民小吃，在此篇文章中扮演了重要的角色，在越南獨立戰爭期間，河粉攤組成上流社會忽略的消息網絡，躲過法國殖民者的偵查，為越共提供情報。雖此情節還待確認真實性，但河粉料理流傳至今，承襲著越南被西方殖民勢力侵入先前的傳統精神，也象徵著越南文化的獨特性。

(四) 遷徙/征戰

(1) 土耳其:酸奶與烤肉

土耳其人在攻佔西、東羅馬帝國前，曾在中國歷史中被記載，是為「突厥」，此篇中，作者與名為「勾可汗」的土耳其人共餐，意外開啟了顛覆傳統中原史觀的對話，認知到游牧民族看待歷史的宏觀視野。土耳其菜身為三大菜系之一，其料理基礎，酸奶及烤肉，皆和其祖先住在馬背上、四海皆為家的生活方式有很深的淵源。

貳、重點討論

下週將選讀《帝國與料理》作為本次討論書籍的參考，將散文形式的遊記內容加以梳理，更明瞭各國飲食文化歷經宗教轉換、貿易、殖民、革命等等歷史變革所衍生的改變。

1. 當游牧民族習慣吃的酸奶和烤肉遇上伊斯蘭料理，如何為風格獨特的土耳其菜奠下日後發展的基礎？
2. 天主教勢力擴張至巴爾幹半島之後，對當地伊斯蘭料理的所帶來的衝擊。
3. 越南的傳統料理與法國殖民對越南料理的影響。

參、成效評估與檢討

本書體裁多為故事、遊記形式，內容多對話，甚至許多內容疑為杜撰，因此討論時須從情節中挑出與飲食文化發展相關的內容加以分析、驗證，以便統整，討論上較缺乏脈絡；但作為一本觀察入微的旅行/飲食文學書籍，此書文筆流暢、內

容精彩，不乏值得深思的文化導讀，非常引人入勝。

討論日期	第三次 10/30	時間	18:00-20:30
主持人	唐美瑜	記錄人	林琦容
參與人	唐美瑜、林琦容、王思尹、張欣諭、陳律羽		
主題	飲食的文化與宗教 2	書目	帝國與料理

壹、段落內容與心得的分享

上一週讀本《眾神的餐桌》為作者至世界各地旅遊之所見，為更深入研究書中料理的歷史背景，因此，本週小組選讀《帝國與料理》作為料理歷史之奠基石。《帝國與料理》一書以歷史的角度，探討宗教文化、地理環境、國際貿易、帝國興衰如何影響飲食的發展，以及各飲食文化之間如何相互影響。小組挑選與上週讀本中相關的國家及宗教進行研讀，深入了解其歷史文化背景，並依地區分成五點敘述：

(1) 西班牙、葡萄牙料理：

西班牙、葡萄牙主要是信奉天主教，因此料理發展亦是依循天主教的步伐。上流社會主要以派、塔、肉凍為主食，且喜於用料理做花俏的藝術料理，搭配醋和酸葡萄汁製成的高級料理醬汁。平民主食是較差的黑麵包及濃湯，肉食則是以鹿肉、兔肉、鳥肉，因應當地的農作狀況改變料理，因此民間料理的地區性差異比起上流社會更大。另外，位處偏僻的修道院，因教義推崇「勞動就是祈禱」，修道院多是以自給自足的方式，透過銷售奶製品、乳酪，一方面拓展修道院的名氣及貼補財務，另一方面則是以布施與窮人的方式傳教，因此成為料理普及至鄉間的關鍵角色。

隨著大航海時代來臨，天主教料理也藉由西葡對外戰爭、殖民、國際貿易的方式傳到世界各地，在各地建設修道院傳佈天主教，因深耕各地殖民地與當地人結婚生子，天主教料理如麵、糖、酸奶酪等皆融入當地料理，便成為當地特殊的天主教料理。

(2) 柬埔寨料理：

柬埔寨原是信奉佛教的，在 5 世紀時印度教隨著福南王國的興起而生，佛教因此式微，直到 13 世紀吳哥王朝衰敗佛教再度興起並延續至今。柬埔寨主要信仰小乘佛教（上部座佛教），視佛當教師且以把握當下、超脫世俗為目的，因此小乘佛教較特殊的是允許食用三淨肉，非因己所殺之肉類皆可食用，也是柬埔寨篤信佛教而傳統料理「高棉菜」卻含有肉食之因。在 1975 年紅高棉時期一起戰事，推翻原有政權並實施極左派政策，如農業革命、逼寺廟之僧侶還俗等等，因戰爭導致糧食缺乏，人民多利用魚、水源、水稻等易取得的資源做菜，再加上受殖民國法國影響，麵包亦成為戰爭時期的主食之一，這就是柬埔寨料理有高棉菜這別稱的原因。

(3) 荷蘭料理：

荷蘭人比起大魚大肉更重視與家人聚餐，主食主要是馬鈴薯搭配蔬菜沙拉及派，副食品則是麵包、奶油、乳酪、加工食品、啤酒等，相當簡樸，接近歐洲鄉村料理。荷蘭料理之所以偏簡單純樸是因為當時社會提倡反奢侈，以避免加速共和國

的衰落，並在和家人聚餐的同時宣導教育、宗教、家庭的重要性。另外，荷蘭人對商業化的加工食品有相當大的貢獻，透過醃製的方式處理鯡魚，乘著正興起的大航海時代將便宜、方便出口又易保存的鯡魚料理，傳播至世界各地，亦成功推動食品加工業的產生。

(4) 法國料理、越南料理：

從最古早的獻祭料理，因宗教信仰相信宰殺牲畜獻祭可求得風調雨順，隨著時代的演變，人們逐漸認為應藉由規範自身慾望達到祭祀的效果，是為神權料理，而宗教領袖所食之物多是費工的料理，便被認定是一種高級料理，因此同樣以「費工」、「精緻」聞名的法國料理，亦成為高級料理的代名詞。高尚的文化、高級的製作方式讓各地廚師慕名前往法國學習，在融入當地特色後，如西班牙料理加入鷹嘴豆、波斯料理則加入棗子等，在各地將法式料理的精神發揚光大，更因此使法國料理成為三大菜系之一。

說到越南全民美食，人們最直接聯想到的即是牛肉河粉，有趣的是，越南原本是耕田而不吃牛肉的，是在被法國殖民之後，牛肉才成功成為河粉的靈魂人物。

(5) 土耳其料理：

在生活於土耳其附近的突厥人為土耳其最早的祖先，身為遊牧民族，其主食多以穀物、小麥為主，並習慣食用烤肉及酸奶，而其料理方式多用奶油、糖調味，如小米粥、麵粉布丁、麵包等並在 11 世紀時改信伊斯蘭教。在 13 世紀時，同為遊牧民族的蒙古人透過戰爭成立擴及歐亞大塊版圖的蒙古帝國，統治者透過寬容懷柔政策，用「料理」與政治、宇宙觀、宗教連結一起，傳授予各殖民地的人民，以鞏固自身政權的正當性。將原本的蒙古料理如米抓飯、酸奶酪、燉肉，融入波斯口味加入番紅花、肉桂等現今土耳其常見的調味料，用當地的調味料統治波斯人，為土耳其料理注入新血。在 15、16 世紀時在奧斯曼帝國時期發展出獨特的宮廷料理，融入拜占庭料理元素及鑲蔬菜的料理方式，加上宮廷廚房職員專業化、大航海時期來自各地的香料、食材、飲品，將料理再進一步精緻化、藝術化，便是現今我們熟知的三大菜系之一——土耳其料理。

貳、重點討論

1. 印尼的香料對荷蘭菜之影響，以及東印度公司將哪些荷蘭料理傳遍亞洲？
2. 從獻祭到齋戒：印度/佛教與伊斯蘭教的神權料理-以印尼爪哇、峇里島為例。
3. 三大菜系的形成與傳播。

參、成效評估與檢討

本書依循帝國歷史脈絡清晰描繪其民族文化、宗教習俗、社會階層及地理位置對飲食文化的影響，統合多元觀點的同時亦完整解釋各國飲食的因果關係，讓我們瞭解料理演變背後深厚的歷史淵源，一方面解答上周讀本留下的疑惑，另一方面釐清飲食文化的歷史推演，可說是收穫滿滿。

討論日期	第四次 11/06	時間	18:00-20:30
主持人	林琦容	記錄人	王思尹
參與人	唐美瑜、林琦容、王思尹、張欣諭、陳律羽		
主題	飲食的文化與宗教 3	書目	什麼都能吃!
壹、段落內容與心得的分享			

這週我們選讀《什麼都能吃!》持續來探討人類的飲食文化，從最基本的食物原型來了解人類怎麼分辨哪些是食物，哪些不是食物，作者身為人類學家，從牛羊豬馬的食用禁忌，說到昆蟲貓狗與人的風俗探索。

(一)為什麼人要吃肉

人類學家研究的每一個部落，他們對於肉食都很重視，也會運用肉食來做社交。從營養學方面來看，蛋白質的營養價值在於，人體的肌肉、細胞、賀爾蒙和酶的組成都需要它，人體本身能夠合成十二種胺基酸，但有十種胺基酸不能被人體合成，只能靠吃動植物食品來合成。肉食所含的蛋白質比大多數植物食品更多，所以人類比較偏好食用肉類食品。

(二)人的食肉偏好

(1)牛肉

在印度，古老在婆羅門教時期可以吃牛，也大肆屠牛獻祭，但因人口增加，從半游牧生活變為定居生活，加上佛教帶入不殺生的信仰，婆羅門教結合佛教便成為了印度教。印度教認為母牛是聖牛，且牛是宗教輪迴轉世時轉世為人前的最後一世，因此不能殺牛。但也因牛如此的神聖地位，牛也曾成為政治操縱的手段。不過不殺牛便無法控制住牛群數量，因此印度會將牛賣給伊斯蘭教的人民食用或是出口到國外。

在美國人消耗的紅肉數量中，牛肉和小牛肉大於豬肉，而又遠大於羔羊肉和羊肉，在遠遠大於山羊肉。作者在書中探討美國人為什麼認為牛肉適於食用，而又為什麼會有牛肉、豬肉、羔羊肉、羊肉和山羊肉這樣一套喜好順序。其實從殖民時代至今，這個食用喜好順序有相當大的變化。在最初的殖民時期，屯墾區中豬、山羊和綿羊是比牛更為重要的肉食來源，直到母牛的引進，山羊才從餐桌上退下來。而極少數吃山羊肉的美國人多半是低收入的南方人，尤其是黑人，因此在種族與文化居少數的窮困與被剝削的群體與山羊肉之間的關聯，破壞了山羊的味覺形象。在殖民時期盛行的生態和人口條件下，殖民者發現豬和牛是比山羊或綿羊更有效率的肉食來源。在這個時代，大量的穀物被收割下來，只是為了轉化成動物的血肉。美國人普遍對牛肉偏愛的現象崛起於美國大平原區的密西西比，這裡的自然環境適合養牛勝過於養豬。隨著野牛在利益者的迫害獵殺下消失，其餘牛群取代野牛的位置，迅速的繁殖加上運輸業的進步，牛肉被大量運輸至其他地區販售。最後牛肉超越豬肉，竄升為美國人食用第一名的原因是因為牛肉生產和行銷體系的變化，以及人們消費方式的改變，尤其是速食漢堡的興起。美國的法規甚至規定漢堡是一種只包含牛肉或牛肉脂肪的碎肉餡餅，把豬肉完全撇除在風行的漢堡產業之外。但近年來牛豬這兩種紅肉正受到雞肉威脅，雞優異的將穀物轉化為肉的效能、只需更小的飼養空間與自動化的生產使雞肉產品成為速食業成長最快速的部份。

(2)豬肉

世界上大部分的地區都會吃豬肉，因為豬有優異的將穀物轉化成肉的效能，但是伊斯蘭教不吃豬肉，因為豬有寄生蟲，若沒有烹調完全可能會得病，因此在教義中禁止教徒吃豬肉，還有放牧的人也不會吃豬肉，因為若養豬，豬會與他們搶食。

(3)馬肉

歐洲國家除了英國大部分會吃馬肉，因為馬不管年紀再老，肉吃起來都很精

實。在草原時期，歐洲會獵殺馬來吃，但隨著氣候轉變，草原變森林，馬群移動到東方的草原而被遊牧民族馴養。馬不但可以騎，使人的活動範圍更大，也可以提供乳酒食用。當馬再度傳回歐洲時，基本上不是拿來吃，是為了提供勞動力，包括耕田、拉馬車等等，因為飼養牠們比吃掉的效益更大，而且也有其他肉類選擇。在封建時期，馬是貴族的象徵，不能食用，而法國革命時，平民想打倒貴族，便以吃馬作為打破階級的手段。最後隨著機械化時代來臨，農業與戰爭不再需要馬，馬的供給下降，價格上升，導致平民買不起，貴族階級也不吃，於是現在人就也漸漸不吃了。馬肉在英國較不為食用是因為工業革命後，都市化程度高，雖然食物自給率低，但藉由向外擴張去尋找食物供給地，所以各方食物充足，也認為馬是榮耀，不需要吃馬。美國則是因為飼養牛羊的效益更高，且馬肉像是地下交易，有骯髒的形象。

(4)人肉

作者主要在探討在其他食物不缺乏的情況下，發生的人類互食行為。有一種方式是喪葬行為，只吃遺體火化後的骨粉或是炭化的肉塊，但這也不是用來作為主要的蛋白質來源，更像喪葬儀式而已。再來是酋長制社會時期的戰爭所導致的食人行為，軍隊會將戰俘捕捉回來食用，作為力量的展現，不過隨著國家形態的社會出現，戰爭性食人行為就消失了，因為國家比部落更為龐大、更有組織性，加上倫理道德的演進等因素，人類活著比吃掉更有價值。

(5)狗、貓、野狗及其他寵物

人類為什麼不吃這些如今被當作寵物的狗和貓等等動物?其實寵物和食物是不衝突的，狗一開始也是先被豢養，有食肉需求時就會吃掉，但因為狗也能做一些勞務，是搬運、狩獵夥伴等等，作為寵物能消除都市化帶來的孤獨感，也有保護主人的功能，一樣是飼養比吃掉的效益更高，因此漸漸就不吃了。

(三)肉食以外

世界上有部分的地區會食用昆蟲，因為昆蟲也有蛋白質，但無法如同肉類一般被廣泛食用有幾項原因。首先，不吃蟲的這些地區通常不缺乏食物與肉類來源，再來，他們認為蟲很髒，且有傳染病，而且蟲很惱人，所以不會有想吃的慾望。

(四)結語

某些飲食專家說飲食習慣是文化中變化最緩慢的部份，但作者認為雖然有些飲食習慣的確牢不可破，但不可全說是傳統觀念遺留下的影響力所致，人類現今的飲食偏好習慣乃是迅速順應營養、生態、經濟和政治等條件的種種組合所產生。

貳、重點討論

1. 人為甚麼對相同動物會有相異態度(寵物狗 VS 獵犬)
2. 對人類選擇肉食的依據為何

參、成效評估與檢討

從前的書目告訴我們人類在不同的文化風情有不同的飲食文化，而這本書有別以往，是從人類為何如此吃的角度切入，是探討人類吃哪一種類的食物，不是人類如何不同地料理食物。本書從論證的角度一一解釋人類的食用文化如何演變，我們了解到雖然人類是雜食動物，但也不是真的什麼都能吃，人類逐漸地在演化中淘選適於食用的食物。選讀這本書讓我們吸收很多新知，作者清楚的脈絡分析也使得組員更容易整理資料與心得，我們一致認為本書適於閱讀與討論。

討論日期	第五次 11/20	時間	17:00-20:00
主持人	林琦容	記錄人	唐美瑜
參與人	唐美瑜、林琦容、王思尹、張欣諭、陳律羽		
主題	飲食的道德探討	書目	為什麼狗是寵物?豬是食物?

壹、段落內容與心得的分享

前幾週皆是探討與食物的由來或是歷史背景有關的書籍，因此，本週小組選讀《為什麼狗是寵物？豬是食物？》來研究人類與動物之間的道德難題。《為什麼狗是寵物？豬是食物？》一書以人類與動物間的關係區分成人類與動物間的互動、人類性別與動物關係、人類與肉類之關係、老鼠在科學上的應用等，主要目的為鼓勵我們多加思考人類行為背後的道德含意，因此，我們依章節分成五點敘述：

(1) 人類與動物互動學：

由於心理學很多都是研究行為或人與人的互動，但很少研究人與動物間的互動，所以這本書的目的主要是研究人與動物間的互動，也破解一般人對人類與動物間的幾個迷思，例如：海豚並不能治療人類，只是因為人類接觸到新的東西而改善心情，才能治療癌症；人長得像自己的狗是因為人都會找比較符合自己偏好的狗，而不是人跟狗相處久了，兩者就變得比較像；孩童虐待動物是一種遊戲的過程，通常長大後會對虐待動物感到後悔，所以小時候虐待動物跟長大後變成罪犯沒有直接的關係。

人受到先天的影響會比較想親近長得像小寶寶的動物，像是五官比較聚集在一起或眼睛比較大的動物，因為人看到嬰兒比較容易產生保護欲，所以對長得可愛的小動物較友善。害怕蛇則是受到後天學習跟文化的影響。人對動物的倫理經常是感性大於理性，像是拿猴子的幹細胞去治病，人們都會傾向同意，但人類通常不同意把老鼠截肢拿去做實驗，人類也會把自己的情感投射在動物上，例如：當人們責怪動物時，會覺得動物很傷心。

(2) 人與寵物的關係：

美國家庭從很早以前就有飼養寵物的熱潮，他們把飼養寵物視為家庭生活美滿的象徵，或是培養孩子們的愛心與責任感等等，而近年來，寵物則逐漸被視為是家庭的一份子，花在寵物身上的金錢也疾速攀升，除了食品與一般用品之外，還有花在寵物診療、保母、美容、溝通師等各式各樣的事務上，可以說是寵物的人類化。作者對人類為何要養寵物探討了多種看法，包括人類希望感到被愛、增加社交等等，最後則提出養寵物可能是一種社會演化的結果，也就是文化模仿，人類行為與概念具有感染性。

寵物犬是從灰狼逐漸演化過來的，但狼性難以馴服，最有可能是因為他們自我馴化。從人類開始定居，定居生活所產生的大量廢棄物讓能撿拾到更有營養價值的廢食，因此他們比其他野生動物能孕育更多後代，臉型也會變得較短、較寬，也就是變得較可愛。而當某一犬種突然爆紅又退燒時，多半跟隨人類社會的風潮，例如追隨純種犬。還有育種專家不斷改進品種，只為追求讓狗接近外表完美的狀態，但卻讓狗容易有不同身體方面的缺陷。狗從人類的工具轉變為朋友，而現在則成為時尚的宣言。

(3) 人類性別與動物之關係、鬥雞與食用雞肉的比較：

在社會裡，我們期待女人會對於受苦的動物有所回應；並將它視為女人的「天性」。耶魯大學的史蒂芬凱勒做一個關於人類對其他動物的態度研究，他發現女性比男性更關注動物保育議題，但對其他物種（如蛇或蜘蛛）更害怕。但當作者更一進步研究性別與動物時，發現養寵物的男性和女性在數量上是一樣的，對待寵物和依賴寵物也是差不多的，所以我們認為同性的差異會比兩性的差異要來得多。

商用肉雞是生活在無法想像的骯髒環境，雙腳被上半身壓的疼痛，肺部因為空氣不好而灼傷，永遠無法看見天空或行走草地，沒有吃小蟲子的機會，在牠活的期間只能吃動物飼料，最後被塞進籠子，被無遮蔽的卡車草率的送到將牠們電死及割喉的處理廠中，牠們看到太陽的機會是零。而鬥雞則是在前兩年過著嬌生慣養的生活，有機會在草地上奔跑、吃得比別人更好，只是最後在一個晚上被其他鬥雞刺死。然而，鬥雞的文化已經被美國各州全面禁止，商用雞肉還是蓬勃發展，只是因為階級鬥爭下，有錢人贏得最後的勝利。我認為雞的人生不應該只有鬥雞跟商用雞肉兩種，牠也有權利活到老，卻因為人類偏好，才導致雞肉的需求大幅增加，最後讓雞變得這麼可憐。

(4) 人類與肉類之關係：

美國現在動物保護的意識逐漸提升，但吃肉的量卻沒有減少。之前人們吃肉是一種地位與高超樂趣的象徵，但是有人認為吃肉是不健康的，由於人體也是肉組成的，存在動物肉上的細菌或病毒，可能透過人們攝取肉類，讓動物身上的細菌或病毒跑到人體身上，因此人們吃肉的時候可能會害人類生病。然而，吃肉的渴望是來自於演化，因為人的祖先是黑猩猩，黑猩猩也喜歡吃肉，所以人類也喜歡吃肉，根據演化的過程，人類為了吃肉需要思考該如何取得肉類，因此，比較聰明的人類存活下來，經過代代相傳人類就變得比較愛吃肉。

作者認為會有肉食反感可能來自於健康疑慮、個人經驗或殺生的罪惡感，皆屬於後天的恐懼，就像吃牛肉會得狂牛病，屬於後天的影響，因此，作者認為對肉食有反感是特例。也有可能因為人類曾經吃過肉類而產生不舒服，之後就很討厭肉類。另外，如果人類鄙視那個動物也不會吃牠，例如：美國人不會吃狗肉，人類還會區分食物跟寵物的關係，例如：韓國人會吃狗肉，但他們也會養寵物狗。

(5) 動物在科學上的利用：

即使人與老鼠之間的基因、體形相差極大，卻因為繁殖力強、易馴服、成長快速，以及生命週期比較短，而且人跟老鼠之間的關係不好，因此老鼠被當成實驗品。然而，老鼠也被人類區分為好、壞、寵物及剩餘鼠，在美國的動物保育法中明文規定—實驗用老鼠不在動保法範圍內，即是指小白鼠不屬於動物。動物實驗一向不符合倫理道德。人類以非道德的方式剝奪動物權，再以促進人類未來發展為理由合理化一切實驗。人類為了瞭解動物習性所做的實驗，往往是傷害無數動物後得到的結果。例如：老鼠同理心實驗、犧牲一百萬隻老鼠換取登革熱解藥和壯陽藥。

人類的道德是用來區分人類與非人類，大家反對納粹用人體做實驗，卻不反對用老鼠來做實驗，因此，我們認為人類並不是真正關心動物議題，經濟利益永遠在動物權之前，這是人類自始以來「以家為本」的觀念。頂多對靈長類與寵物有平等的觀念，並非所有動物。也有可能是當數量大於自己能負荷的量時，憐憫

之情隨即崩塌，人們便傾向於無視，動物在科學上的利用牽涉的範圍太過廣大，因此我們覺得出發點不同，對未來會有不一樣的發展。

貳、重點討論

1. 為什麼動物保護意識提高但食肉量沒有改變？
2. 對獸性的看法

參、成效評估與檢討

人類與動物間的關係是複雜且矛盾的，許多我們既定的印象透過作者的解釋，讓我們學習到不同的解讀，也不曾注意到肉類背後隱含如此複雜的道德問題。此外，了解到人類對待同種動物的態度也可能不一樣，像是韓國人會吃狗肉，但他們也會養寵物狗，這本書帶給我們的啟發可以讓我們重新定位人類與動物間的互動與關係。

討論日期	第六次 11/27	時間	17:00-19:00
主持人	林琦容	記錄人	張欣諭
參與人	欣諭、美瑜、律羽、思尹、琦容(與另外 9 位同學)		
主題	飲食的問題討論(公開)		

壹、內容

本週為小型開放式讀書會，我們邀請認識的好朋友們齊聚金融系研習室。首先讀書會小組組員分別簡介前幾週之指定書目內容，並且分享先前小組所提出的重點問題，而後針對各問題開啟本次讀書會的討論。討論過程氣氛熱絡，大家各自針對問題發表想法，也在彼此交流之間學習理解與尊重不同立場的想法。本次討論之問題如下所列：

第一週-飲食的歷史

1. 雞是來自美國的二十世紀新食材？
2. 咖啡為甚麼在亞洲種不起來？
3. 人類可以持續仰賴加工嗎？

第二週-飲食的宗教與文化(一)

1. 當游牧民族習慣吃的酸奶和烤肉遇上伊斯蘭料理，如何為風格獨特的土耳其菜奠下日後發展的基礎？
2. 天主教勢力擴張至巴爾幹半島之後，對當地伊斯蘭料理的所帶來的衝擊
3. 越南的傳統料理與法國殖民對越南料理的影響。

第三週-飲食的文化與宗教(二)

1. 印尼的香料對荷蘭菜之影響，以及東印度公司將哪些荷蘭料理傳遍亞洲？
2. 從獻祭到齋戒：印度/佛教與伊斯蘭教的神權料理-以印尼爪哇、峇里島為例。
3. 三大菜系的形成與傳播。

第四週-飲食的文化與宗教(三)

1. 人為甚麼對相同動物會有相異態度(寵物狗 VS 獵犬)
2. 對人類選擇肉食的依據為何

第五週-飲食的道德探討

1. 為甚麼動物保護意識提高，但食肉量並沒有太大改變
2. 對書中：獸性是人性黑暗面的看法

貳、討論紀錄

第一週-飲食的歷史

1. 雞是來自美國的二十世紀新食材？

我們認為書中第 60 頁的標題:雞-來自美國的二十世紀新食材並不是很好的註解,其一我們提出雞是否為來自美國的食材提出疑惑,其次則是對於該句陳述的時間點有所質疑。很幸運地,在經過第四次讀書會討論後,我們藉由閱讀指定書目《什麼都能吃》,得到了本問題的部分解答。《什麼都能吃》一書中曾以美國食用雞肉數量之增加解釋了傳統紅肉所面臨威脅,其中說明了美國在二十世紀開始透過食品科技的進步與運用,包括克服了雞隻飼養障礙、疾病問題等而大大提升了雞肉的競爭力。

2. 咖啡為甚麼在亞洲種不起來?

當今東南亞島嶼、南亞多地區皆有種植咖啡,甚至有異於別處的獨特風味,為甚麼作者卻在此書當中說咖啡在亞洲種不起來呢?書中著重在荷蘭殖民印尼時期,荷蘭殖民者曾在印尼爪哇上種植來自伊斯蘭圈品種的咖啡,雖十八世紀荷蘭曾經因此獲利,但歷經洪水天災及病菌侵擾,這些外來品種的咖啡終究因水土不服而無法使荷蘭得到預期的獲利。荷蘭將來自伊斯蘭地區的咖啡送回荷蘭加以改良,改良後的咖啡傳至牙買加、巴西等地,使中南美洲成為咖啡的重要產地。也許他們當時不知道的是,東南亞因屬低緯、靠近赤道的關係,也有不同品種的咖啡樹,但可能因當地人不知道如何將咖啡豆煮製出咖啡而未盛行,而荷蘭人在亞洲種植咖啡歷經波折之後也將咖啡生意帶至中南美洲,因此咖啡不是早期亞洲殖民貿易的重要貨品。當然,現今咖啡的種類已非常繁多,改良技術也十分興盛,橫跨熱帶及亞熱帶都有咖啡樹的蹤影。

3. 人類可以持續仰賴加工嗎?

食品加工的定義是只要食物經過處理,非食材原貌,包括烹煮、乾燥、醃漬、醱酵等都算是食品加工,像是黃豆雖然可以直接煮熟食用,但最主要食物形式仍然是加工製品,例如:豆腐、豆乾、豆漿及豆花等,就連華人料理最常使用的調味料—醬油,更是黃豆經由醱酵而來。我覺得輕微的加工還是可以食用,但我們應該要減少食用深度加工食品,也就是為了增加口感、口味、美觀,或延長享用期限,而在食物中加入乳化劑、防腐劑、品質改良劑、甜味劑等食品添加物的食物,也不要固定吃某種食物或某家餐廳,盡量讓飲食多元化,也可以減少添加物食用過量的問題。

第二週-飲食的宗教與文化(一)

1. 當游牧民族習慣吃的酸奶和烤肉遇上伊斯蘭料理,如何為風格獨特的土耳其菜奠下日後發展的基礎?

游牧民族原以酸奶及烤肉為食,在遇上伊斯蘭文化之後逐漸改為定居農牧業,開始以小麥為主食,而料理方式也效法伊斯蘭料理傾向以奶油及調味料,料理風味隨著文化的融入逐漸多元化,也為日後土耳其料理奠下基礎。

2. 天主教勢力擴張至巴爾幹半島之後,對當地伊斯蘭料理的所帶來的衝擊

天主教勢力擴張到伊比利半島後,對伊斯蘭教料理帶來最大的衝擊應該是豬肉料理,因為伊斯蘭教徒不能食用豬肉,因此新的天主教政府便藉此特點,以人們食不食用豬肉來辨別他們是否為伊斯蘭教徒。

3. 越南的傳統料理與法國殖民對越南料理的影響。

不同民族生活的軌跡,造成北、中、南越的飲食文化有不同的發展,北越著名的狗肉是受到兩廣文化的影響,中越料理是因為最後的王朝「阮朝」曾經定都於順化,皇室飲食影響了中越人的飲食習慣,變成喜歡搭配各種小菜。南越略微酸甜的風味則是被高棉帝國與柬埔寨的飲食文化影響。然而,法國統治時

期，將西方料理帶入越南，像是咖啡、餡餅、煉乳以及乳酪，透過文化的融合，越南料理也出現越式法包等特色食物。此外，法國殖民時期烈酒銷量非常大，目的在於麻醉越南民眾，弱化其反抗意識。

第三週-飲食的文化與宗教(二)

1. 印尼的香料對荷蘭菜之影響，以及東印度公司將哪些荷蘭料理傳遍亞洲？

印尼的荳蔻、丁香、胡椒含其他香料，為荷蘭東印度公司帶來龐大的獲利，而許多外派印尼的荷蘭人也將這些調味料帶回家鄉，因此現在很多荷蘭人還未到過印尼，就已經嘗過了印尼料理。荷蘭在殖民期間傳入的荷蘭肉丸、薄餅、鬆餅、乳酪及米宴等在印尼仍然看的見他們的蹤影，而東印度公司與其他相鄰國家貿易也加速了這些料理的傳播。

2. 從獻祭到齋戒:印度/佛教與伊斯蘭教的神權料理-以印尼爪哇、峇里島為例。印尼普遍信奉伊斯蘭教之前深受印度教和佛教影響，尤其峇里島至今仍盛行印度教，所以雖然伊斯蘭教的教義禁止獻祭、膜拜多神，但印尼有些人民認為信仰伊斯蘭教與感謝大自然給予的資源和糧食是不衝突的，因此還是有祭拜的蹤影。而佛教和伊斯蘭教共通點就是屬於救贖性宗教，比起獻祭性宗教，料理更強調飲食上的戒律，信徒所飲用的食材須為乾淨、善良的食物，因此反對大魚大肉的浮誇飲食。佛教料理為素食，重視米飯、糖和精煉奶油，反對殺生和飲酒；而伊斯蘭教雖然允許吃多於兩蹄的反芻動物，但要結束這些動物的生命需經過嚴格的程序。佛教料理和伊斯蘭料理皆符合古代料理的料理宇宙論，即只吃煮過的食物，和選擇宗教上認為可以調整性情的食物的階級原則。此時，救贖性宗教強調飲食的方式和選擇就是信仰虔誠的表現，譬如齋戒；吃精緻的宗教料理取代了以往犧牲大量動物來祭神同時宣揚地位的獻祭性宗教料理。

3. 三大菜系的形成與傳播。

三大菜系指中國菜、土耳其菜和法國菜，在先前閱讀的書目也曾看過這項分類，但現在各地都有異國料理的出現，所以菜系的流派和傳播路線已經沒有那麼直觀了。中國菜系的形成推想與古代的朝貢貿易體系有關，當鄰國因中國朝代的強盛向其靠攏，便會進貢稀奇珍寶或是糧食成為中國的藩屬國，並效仿當時盛行的風俗，形成中華文化的皈依者，因此不同民族間的飲食習慣便有機會傳播與變化。另外，起自東北亞至南亞，稻米皆為常見的主食，使得烹調方式容易仿效，如煨、炒、炸等，米飯、米線、米線等米料理在亞洲各處出現；氣候較寒冷的地方則種植麥子，以麵條、餃子則為主要餐點。土耳其菜系與突厥人的長途遷徙有很大的關聯，延續游牧時期鍾愛的烤肉和酸奶，突厥人定居土耳其之後將它們做了更多料理的變化，受到伊斯蘭教的影響，料理路線更為精緻多元，如甜粥、燉肉、千層酥皮麵包、米布丁和其他許多甜飲糕點，肉食不再被生吃而是經過多道程序烘烤，酸奶演變成固態的奶酪成為精緻小點。幅員廣大的奧斯曼與鄂圖曼土耳其帝國更將土耳其料理向西傳播，十六世紀時，奧斯曼土耳其帝國的文人雅士最早流行起喝咖啡。法國菜一直給人高雅、時尚的印象，比起其他歐洲國家樸實的基督料理，當法國成為歐洲的文化楷模之後，分工精細的法國廚房所做出的料理，便成為貴族宴請賓客時顯現自身品味和階級的最好選擇，法國菜不斷演進和創新，人們熟知的有濃湯、悶肉、燉菜、各種醬汁，以及加入中世紀流傳的火腿、起司或是地中海氣候盛產的橄欖、葡萄酒等。各國派年輕的廚師到法國取經，在廚藝學校學做法國菜，成為專業的醬汁師傅、甜點師傅，而大廚、二廚、以及分別負責前菜、湯品、主餐的師傅各

司其職的料理分工，至今也沿用在世界各地的高級餐廳裡。

第四週-飲食的文化與宗教(三)

1. 人為甚麼對相同動物會有相異態度(寵物狗 VS 獵犬)

不是所有的貓狗都受眾人喜愛，像是擁有圓滾滾大眼睛的寵物狗、貓比起沙皮狗和波斯貓較多人喜歡，其原因在於人類傾向和近似人類嬰兒外觀的動物親近。另外，人類對於寵物狗與獵犬的態度也不太一樣，我們認為其主因為人類對這兩種動物的界定不一樣。對人類來說養獵犬是為了輔助打獵，而寵物是為了寄託情感，因為定位不同而有不一樣的反應。

2. 對人類選擇肉食的依據為何

當人類的飲食裡開始出現肉類這個選項，而我們又能從肉中獲得更高的營養能量，因此食用肉類的人類可能會更有力量就更有機會生存下來，依照天擇的演化，人類便變得慣於食肉。到現今人類食用哪些肉類的原因不外乎是文化、宗教、好吃程度、易取得程度等等，如在《什麼都能吃！》這本書中也探討了美國人的食肉習慣，從中也可見人們對肉類的選擇更大程度上，除了宗教，是根據文化觀感的演變，還有產業供應鏈的發展，若發展方向不同，現在我們食用大宗的肉類或許就不會是牛了。

第五週-飲食的道德探討

1. 為甚麼動物保護意識提高，但食肉量並沒有太大改變

在第五週的閱讀裡，以美國為例，作者指出越來越多人重視動物權利但在實用肉食的數量上卻沒有因此而逐漸下降。根據此作者提出的疑問，我們於討論時曾有參與同學直觀地提出想法，認為是多數動物權利保護的人並無意識自己食肉的行為與其所倡導的理念背道而馳。根據這個說法，我們同意部分，但不完全以此解釋問題。同意的因素是由於我們無法否定有部分動物保護參與者確實仍是一面矛盾地食用肉類的，儘管他們也許一面熱血地抗爭著人類剝奪動物生命之自由；不同意的因素則是因為我們認為即便上述解釋為合理，應尚有其他原因造就此情況。例如，我們在討論過程中曾提到也許與人類在定義動物時有特別的「寵物」分類有關。我們認為在動保人士之中去細分他們真正在意且願意付出關懷行動的對象，也許會發現「寵物」相對於「動物」更受到他們的愛護與重視。而這之中，人類食用的肉類多為一般動物，即非動保人士較強調之對象，因而也造就動保意識改變與食肉量之間呈現較低相關性。

2. 對書中:獸性是人性黑暗面的看法

作者在書中初次提到拒絕食用肉食是違反人性的，此一想法在最初讓小組成員十分詫異不解。但在經過問題的討論後，我們開始漸漸理解作者的想法。有參與人便提出，認同人性之中確實存在黑暗面，而此黑暗面很大程度上便是源自於動物之獸性本能。若從動物獸性的本能出發，他認為當人類克制己慾而嘗試對任何動物友愛關懷便是違反本性的，意即違反人性。於是在討論最後，我們整合所以資訊吸收之歷程，認為一開始對這個觀點的詫異是生於對於「人性」一詞的狹義解釋。由於最初我們認定的「人性」過分侷限於以人為出發點而忘卻人類其實本質上也是先身為動物的，進而在人性黑暗面牽涉到獸性並且指出獸性之泯滅為人性之泯滅時才會感到難以理解。

參、成效評估與檢討

本次公開性讀書會其實原先並不在計畫之中，是為了補足先前讀書會中討論不足或是受限於時間而未加以討論之部分而新增。在考量討論成效之下，我們臨時決定以小型開放形式進行討論，目的是希望激發組員跳出思考框架並且也藉機學習資訊統整與溝通的技巧掌握。而很高興地，這次臨時的決定最終帶給本小組很多收穫，除了讓我們有機會再次統整本學期所讀之閱讀書目內容，也透過熱絡的討論與反饋讓我們加深學習的印象。

討論日期	第七次 12/01	時間	15:00-21:00
主持人	林琦容	記錄人	張欣諭
參與人	欣諭、美瑜、律羽、思尹、琦容		
主題	「食物好有趣」故事分享-行前會		
壹、內容			
<p>本週的會議是為了下週至北新國小的食物故事分享會做行前準備。在討論好將活動以趣味問答方式表現以後，我們進行了對話稿的擬稿，並且經過不斷排練與修正後完成了約 15 分鐘的分享展演。展演內容配合小朋友的理解能力，將以往讀書會學習之深度調整為更親切、有趣之內容。另外，為了提升與小朋友的互動關係，我們也規劃了一個簡單趣味的賓果遊戲。遊戲題目是根據活動前半部分的展演內容所出，在互動之際也是希望可以加深小朋友對分享會的印象。</p>			
貳、重點討論			
<p>分享會活動架構：</p> <p>15 分鐘展演-</p> <ol style="list-style-type: none"> (1) 日本-生魚片 (2) 加拿大-楓糖 (3) 西班牙-海鮮燉飯 (4) 比利時-巧克力 (5) 泰國-打拋豬 (6) 法國-馬卡龍 (7) 美國-漢堡 (8) 北京-烤鴨 <p>10 分鐘故事賓果遊戲-</p>			
參、成效評估與檢討			
<p>本次會議對讀書會而言是空前未有的大挑戰，因為有別於先前的讀書會有明確的資訊統整書目，此次會議要整理的所有資訊皆由組員從頭蒐集與表述。此外，在複雜的資訊統整之後，如何以趣味的方式分享知識亦是本週遇到的難題之一。經過了一次又一次的狀況預設與實際練習，完整的分享會內容終於才得以產出。而在尚未實際與小朋友見面之際，我們還是相當忐忑著整個活動的流暢性與整體性。一方面我們希望可以完整傳達所學與所想，回應當初讀書計畫的忠心；一方面我們又希望分享內容對於小朋友而言能是有意思、有記憶的，而兩者之間卻常難以平衡或矛盾導致我們一直無法排解擔憂。不過在複雜的情緒之下，我們還是只能保持期待，希望這場分享活動最終不管之於小朋友或我們自己都能夠有所收穫。</p>			

討論日期	第八次 12/3	時間	8:00-8:40
-------------	----------	-----------	-----------

主持人	林琦容、張欣諭	記錄人	唐美瑜、陳律羽
參與人	唐美瑜、林琦容、王思尹、張欣諭、陳律羽		
主題	食物好有趣(北新國小晨光時間分享)		
壹、活動目的與流程			
<p>活動動機與目的</p> <p>閱讀了關於世界各地飲食文化的書籍之後，我們對飲食的發展有了更多的認識，並了解到現在我們能在家鄉就能吃到來自各地的食物是多麼的不容易，歷經了朝代的興衰、宗教的變革、戰爭殖民的強勢侵略、蓬勃貿易的觸發，才使各地的飲食習慣成為異中求同、同中各異的樣子，因此我們希望將這些有趣的現象分享給小朋友，藉由飲食這項平易近人但又值得深入探討的主題，來認識世界上其他地方的不同面貌。起初，我們討論過以食物的傳播為主題，例如介紹貿易如何使食材傳播，大航海時代又如何影響了料理，但後來考量到即將前往的小學生一年級班級程度，調整為介紹各國代表食物，雖然這些都是我們生活中聽過甚至吃到的美食，但對於台灣來說都是異國料理；當然這些代表的食物不一定起源於本國當地，也是透過傳播和演變而形成的。希望這次利用晨光時間的分享，能夠讓小朋友對於飲食有不同於以往的認識，並為他們開啟一扇飲食的世界之窗。</p> <p>活動流程</p> <p>分享食物小故事:分享世界各地八個國家著名的料理，讓小朋友認識不同地方的飲食文化，以及飲食習慣形成的原因，如:地理環境、歷史因素等、風俗民情者。</p> <p>賓果遊戲:我們準備了幾個問題，讓小朋友舉手搶答問題，答對者可以在賓果卡上圈選一個數字，先連成兩條線的舊獲勝囉!賓果遊戲使分享的過程更有趣，也可以評估小朋友的學習效果。</p> <p>題目設計:配合先前所作的介紹設計問題，分為較難的開放性題型和有提示的選擇題，主要聚焦在有趣的小知識和食物的代表地，避免繁多的地名和人名。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 楓樹是哪個國家的象徵？ 2. 馬卡龍的故鄉是哪個國家？ 3. 比利時巧克力是什麼的統稱？ 4. 北京烤鴨源自哪裡？ 5. 北京烤鴨以前只有誰可以吃？ 6. 哪個國家跟台灣一樣以米飯為主食？ 7. 西班牙的稻米是誰帶來的？ 8. 漢堡的起名跟什麼有關？ 9. 為什麼泰國適合種香料？ 10. 泡菜來自哪個國家？ 11. 剛剛提到哪個國家四面環海，可以吃到新鮮的魚跟海鮮？ 12. 楓糖是從哪裡來的？ 			

1. 土裡 2. 樹上 3. 海裡

13. 西班牙的貴族在燉飯裡加入了什麼變得更加美味受歡迎？

14. 打拋豬為什麼叫打拋豬呢？

1. 因為要拍打豬肉 2. 因為加入了打拋葉 3. 是很會跑步的豬做成的

15. 馬卡龍怎麼傳到法國的呢？

1. 義大利公主跟法國王子結婚帶過去的 2. 西班牙貴族帶過去的
3. 法國皇帝請外國廚師發明的

16. 漢堡的名字怎麼來的？

1. 歐洲移民的船的名字 2. 美國印地安人取的 3. 一個人的名字

17. 北京烤鴨是來自中國哪個朝代？

1. 清朝 2. 明朝 3. 周朝

18. 講出一個國家跟這個國家代表的食物

19. 泰國的平民食物是什麼？

20. 墨西哥代表的食物是什麼？

賓果遊戲最後選中的題目有第 1.、4.、6.、8.、9.、10.、12.、14. 等，小朋友的回答踴躍，有強調過的重點基本上都有人記得答案，不太需要選擇題提示他們。

活動內容

經過讀書會的閱讀，我們將學習到的知識分享給小學生，而為了符合國小的教育程度我們將淺顯的介紹 8 國的特色美食，讓小學生能學習到特色美食的由來。

1. 日本生魚片

日本是個海島國家，四周環海，所以漁產資源豐富。因日本容易取得豐富的魚獲，且和台灣一樣都是以稻米為主食的國家，發展出生魚片與米飯結合的握壽司，也將生魚料理發揚光大。在日本的繩文時代，人們還不會使用刀叉、碗盤等器具，他們便經常直接食用獵捕來的生魚，後人沿襲了這樣的傳統，認為食用生食是最尊重食物的飲食方式，並能吃到最純粹的味道，因此日本成為一個並以生魚料理著名的國家。

2. 加拿大楓糖

有一個北美印第安部落的首長，每天習慣將手中的石斧順手劈插在一棵大樹的樹幹上。3 月的某個早晨，他像往常一樣把斧頭劈在樹幹上，斧頭砍傷的缺口處卻開始流淌著樹的汁液，並順著樹幹流到下方的樹皮水桶中，他嘗了嘗這樹的汁液，發現有種從未品嚐過的甜美滋味。從此，北美印第安人發現了從樹的汁液可以提煉出糖漿，而那流淌糖汁的樹就是北美特有的糖楓樹，之後楓樹所產出的楓糖滿街比比皆是，人們更習慣把楓糖加入牛奶及塗抹在麵包上享用，獨特的楓樹也因此成為加拿大的象徵。

3. 西班牙海鮮燉飯

西班牙的稻米是阿拉伯人帶來的，當時在西班牙第一個種植稻米的城市是瓦

倫西亞，因此，也被稱作為西班牙燉飯的家鄉。那時候的農人會在一天辛勤工作後，直接在農地裡蒐集食材做成燉飯。燉飯一開始被自視高貴的西班牙貴族們歧視，這些貴族不願意與農民食用相同的料理，他們喜歡吃一些特別昂貴的東西，像是豆子，以顯示地位不凡！直到後來燉飯加入海鮮一起烹煮，自大的貴族們才臣服於海鮮燉飯的美味之下，並發現稻米是比大豆更適合消化吸收的主食，從此，西班牙海鮮燉飯才成為受眾人愛戴的美食。

4. 比利時巧克力

1857年，Neuhaus(諾豪斯)的爺爺到比利時布魯塞爾開了一家藥局，銷售止咳糖、甘草與苦甜巧克力磚，為了使苦口的藥糖更容易下嚥，爺爺和Neuhaus的爸爸一起研發了將巧克力裹上藥糖的新產品，有趣的是因此藥局逐漸演變成一家糖果店。Neuhaus的爸爸過世之後，Neuhaus發明了使用奶油、堅果制成內餡的夾心巧克力。現在比利時巧克力也成為了夾心巧克力的統稱；比利時也有很多世界聞名的巧克力品牌，每家都有獨特的巧克力工藝。

5. 泰國打拋豬

打拋豬的名稱是來自於這道料理所使用的一種香料，叫做打拋葉。打拋葉在台灣很少見，但跟我們平常吃到的九層塔有點類似，可以為食物增添風味。因為泰國的氣候十分適合種植香料，在各式各樣的香料盛產於泰國的情況下，他們樂於將各式風味加入料理，一面是為了追尋美味一面也是讓料理的變化更多元有趣。

6. 法國馬卡龍

馬卡龍最早出現在義大利的修道院，當時有位修女為了替代葷食，而製作這種由杏仁粉的甜點，另外又稱為修女的馬卡龍。但是自從有個意大利公主與法國王子結婚後，這道甜點就被帶入了法國。之後法國的糕點師傅發明一種方法來呈現馬卡龍，利用三明治夾法將甜美的稠膏狀餡料夾於傳統的兩個蓋子層，成為新的小圓餅，更由於香料和色素的使用、溼度控制，使得馬卡龍性質改良。相較於更早之前的小圓餅的甜、乾、易碎的特性，新的圓餅具備外殼酥脆的口感，內部卻濕潤、柔軟而略帶黏性，而今更有馬卡龍的專賣店，販售各式各樣口味的馬卡龍。

7. 美國漢堡

漢堡的起源據說來自中世紀時的蒙古人和通稱為韃靼人的突厥各部落中流行的烹調法：把肉剁碎、加工使其易於消化，並在14世紀前傳到歐洲。至於傳到美國是在歐洲的居民大量向北美遷移時，一艘名叫漢堡的美國郵輪上，有一種把碎片牛肉剁成末，摻上加洋蔥肉餅的麵包，當這些移民到了北美後，將麵包以油輪的名字起名為漢堡。因為漢堡既經濟又實惠，便成了人們的日常便餐。

8. 北京烤鴨

北京烤鴨其實來自南京，起源於中國明朝。明朝因定都在養鴨戶眾多的南京，御廚們便為皇帝烹煮了許多與鴨肉料理，其中最受皇上和達官貴人喜愛的就是烤鴨，不過這道料理一直到明朝搬遷首都至北京才在民間變得有名，之後外地人到北京就會想到烤鴨，也就成為家喻戶曉的「北京烤鴨」。

參、成效評估與檢討

透過分享的過程以及小學生踴躍的參與，大家受益良多，我們也從蒐集資料的過程中學習到各國特色美食的相關知識，如泰國是因為氣候炎熱，才適合種植香料，成為讀書會過程中有趣的一環。起初擔心小朋友的投入程度會不會不足，或是準備的材料夠不夠吸引人呢？顯然這些顧慮是多餘的，二十分鐘的簡短分享期間，他們的注意力充足，看到投影片上的文字會主動唸出來，對於故事起承轉合間也會適時應答，之後的賓果遊戲答題狀況也不錯。值得注意的是，有些小朋友的聯想力非常豐富，因此發言可能會不小心偏離了主題，需要把話題拉回來，使介紹繼續進行；另外，對於一年級的小學生來說，有些朝代、地理環境等介紹稍嫌困難，應以更直白簡單的方式做介紹，若欲將介紹內容與讀書會先前的讀物做更加相關的連結，可能年紀再稍長一些的觀眾會更加適合。最後我們非常感謝老師的協助和小朋友們的參與。

五、 成員心得

◎ 林琦容

「民以食為天」是再熟悉不過的一句俗諺，諺語中即強調了食物對人類的重要性。自遠古時期以來，人們是為了生存、滿足生理需求而進食，然而在現代人們追求的已不是單純的吃，而是在「吃」中尋求更高層次的享受。

為了瞭解這兩三千年來演變之因，從歷史脈絡、宗教文化的出現與影響到道德議題，我們藉由五本指定書籍與選讀，瞭解各國飲食文化的發展與形成，同時釐清飲食文化各有獨特性卻又有許多相似處的緣由，最後得出一個結論：飲食文化是在一次次的戰爭和貿易下，在侵略中融入、在衝突中學習，而正是有那樣的歷史背景、這樣的宗教文化，才能發展出如此多元的飲食文化，讓飲食不再是單純的「進食」，而是「品味」人生的一種方式。正如小組名稱：飲食，實在有意思！

老實說，在參與之前對讀書會這個名詞可說是相當陌生，也從未想過會在大學時期與同學共組一個讀書會，在此也感謝召集人欣諭邀請我成為讀書會一員，每周都在歡樂的氣氛下討論，透過組員們理性地交流分享能聽到各種不同的想法，從不同的角度思考便能拓寬自己的視野達到「從學習中分享，從分享中學習」的目的。另外，最後一次赴小學分享的讀書會，在克服無教學經驗所造成的策畫問題後，我們決定以講說及遊戲的模式，將所學簡單化、圖像化、故事化分享給小朋友聽，很開心小朋友們都積極參與，在問答時間抑是踴躍發言，成功達成跨年齡層開放性讀書會，也達到我們創立之初衷——寓教於樂的目標。

◎ 唐美瑜

經過七次的討論會與一次的國小晨光時間分享，讓我學習到如何將書籍想表達的意思完整地傳達給組員，這意味著需要先理解作者的想法，再將之內化為自己的知識，最後再傳達給組員。當我們遇到不懂或是疑惑的地方，大家也會一起討論，例如：雞是來自美國的二十一世紀新食材、為什麼亞洲咖啡在殖民統治前期無法種植，現在卻有許多知名的亞洲咖啡，以及為什麼動物保護意識提高，但食肉量並沒有太大的變化等問題，而這些問題也被解釋在我們的讀書會中。

準備讀書會的過程中，我覺得最艱難的是擔任紀錄人，很難在聽組員表達意見的時候，又將組員講的重點全部記錄下來，所以我後來想到用錄音的方式，這樣既可以在討論會的時候認真聽組員發表她們的意見，又能完成那次討論的紀錄。此外，對於擷取書籍的重點會感到有點困難，因為有些書籍是以故事的方式介紹某個重點，但可能會發生看完那段故事後覺得每個地方都很重要，因此，這也是參與讀書會的目的，想透過訓練來提升自己選取重點的能力。

最後一次讀書會的活動我們到北新國小分享我們閱讀到的各國飲食相關知識，籌備時期還很擔心小學生不能吸收我們介紹的內容，也不會配合我們的提問，結果是我們過度煩惱，小學生還會跟著 PPT 上的文字唸出來，提問的時候也都有小朋友舉手發言，反觀現在台灣的大學生，大多抱持著沉默或做自己的事來面對教授的提問，這是我們該和小學生多學習的地方，我們組員也說她小學很愛舉手發言，我就問她：「為什麼大學就不這麼做了呢？」，她回答「因為很羞恥」，但對我來說只要多突破自己幾次，就不會覺得羞恥了，人活著應該要不停地增進自己，而不能只有年齡的增長。

這次的讀書會除了訓練自己表達和擷取重點的能力，還跟組員有更多的時間聯絡感情，所以這學期讀書會的討論和國小的分享都讓我收穫滿滿。期許自己未來也能保持閱讀的習慣，不停地充實自己，也希望那些小學生透過我們的分享能有所成長，並學以致用。

◎陳律羽

這次讀書會受益良多，想當初選擇書單時仍然半知半解的，經過了這幾次的閱讀、討論之後，對於世界各地的歷史文明發展又有了一次全新的體認，飲食一直以來都與生活息息相關、無論是庶民還是貴族，各個身分地位的人多能代表他們吃的食物與料理，而相對的，料理也代表著各種族群的人們，從健康的角度來看，我們吃進去的食物經過消化，轉變成營養吸收成為能量或是身體的一部份，所以說，”We are what we eat.”。從世界各地的料理，我們得以一窺各個地方以往的面貌，因為料理是經過傳播、演變、累積才形成現今的樣子的，其中的哲理蘊含宗教教義、地理環境因素、帝國政權更迭，而料理以往也常被用作鞏固信眾或臣民的工具。了解了不同地區的飲食差異之後，我們更進一步地探討為甚麼有些食物在某些地方是廣受歡迎，卻在另一些地方遭到厭棄呢；還有除了外在因素之外，這些差異是不是也和人類這種物種的一些特性有關呢？於是我們繼續閱讀了關於人類肉食習慣的內容，以及對人類與其他物種之間道德關係的探討，結論是人類始終是食物鏈以及生態圈的一份子，因此面對肉食渴望和其他動物的侵擾、陪伴等，並無法如同人們以為的那樣超然。飲食這個牽涉生態、文明的主題，觸及的範圍非常廣泛，雖然無法將每個碰到的議題都深入了解，但我仍然很慶幸能藉由飲食這項貼近生活、看似直觀卻其實深藏許多意涵的主題，將人們自古以來發展歷程的多個面向串聯起來。最後很開心能抱持著以飲食為認識世界之窗的信念，將我們認為有趣的、多元的異國飲食小知識分享給小朋友，希望能埋下他們日後渴望拓展視野的小小種子。當認識了更多其他地方的風俗之後，我想視野又更開闊了一些，並且因了解了其他民族飲食習慣的成因，更能尊重與包容那些與我較不熟悉的文化了。

◎張欣諭

隨著讀書會的進程進入了尾聲，身為召集人的我除了十分高興以外頓時很難

表達其他情緒了。對我而言整個讀書會從無到有的每一步都十分艱難辛苦，完全不如預想的輕鬆、歡樂。也許是身為召集人的使命感，這過程之中除了與組員們共同進行閱讀、討論等例行公事，我格外地重視組員之間的和諧與討論時的氣氛。雖然很折騰，但我似乎在這之中領悟更多作為一個領導者或是負責人該有的態度與身段，這是在最初創立讀書會時未曾想像到的，卻也意外很美好的收穫。所以我說，除了高興之外從前過程中我所感到的煩躁與無奈似乎都無須提起了，最後的最後我是收穫而喜悅的。

另外，從我們的每週例行會議中我亦得到不少心得。其中我認為在這幾周的努力之下我們確實地做到了提升學習自主力的目標是十分可貴的；此外透過每週交流想法與分享書籍內容似乎意外地挑戰了大家的統整與表達能力，大家從一開始的為難到後來的侃侃而談都是過程中有所成長的證明；最後則是我們透過這些時間的交流在忙碌的大學生活之中建立起更多的回憶與更深厚的感情，這是最感動的。

◎王思尹

學期初在同學的邀請下便答應一起參加讀書會，在一番思索之後，大家才終於達成共識，以料理為主題，探討世界各地的飲食文化，算是一個有廣泛研究性又不失趣味的主题。在我們的五本讀物裡，其中我最喜歡的是《眾神的餐桌》與《帝國與料理》這兩本。《眾神的餐桌》以半實半幻的故事娓娓道出許多國家的飲食與文化，雖然不見得在每個故事中，食物都是重要的主角，但總是在故事背後推波助瀾的因子，在作者行雲流水的文字中，我輕易就可以進入故事情節，賦予食物一層文化印象，把國家、飲食與文化繫上連結，看完書以後也好想去越南嚐嚐道地的街頭河粉，還想吃吃看西班牙極致的火腿，這是一本我看完還會想推薦給別人的好書。而《帝國與料理》就是非常詳盡的介紹各區域的飲食發展歷史，內容十分豐富淵博，也看到很多從前不知道的新知，看完都不禁讚嘆人類在飲食文化上的追求，可惜時間的因素，我們只選讀其中一些篇幅。在兩個月左右的時間裡，我們總共閱讀了五本書，對我來說是滿大的成長，即使我本身是愛看書的人，但在學期中總很難抽出身心來閱讀課外書，不過藉著這學期參與讀書會，讓我每個星期都會努力地找出時間來閱讀，閱讀後甚至還有同伴可以一起討論內容，也發掘到一些很不錯的書實是一件開心的事。以前的我也比較少找知識型的書籍來閱讀，因為在現今網路時代，我很常直接透過網路搜尋就能找到我需要的資訊，不過在這次閱讀幾本的知識型書籍後，我重新發現了在書中學習的必要與樂趣，在網路上的文章篇幅往往不夠呈現足夠的脈絡，是精簡再精簡過後的知識，雖能快速簡短的了解，但再更深層的原因就可能無法在單一篇幅中完整呈現，因此閱讀一本脈絡清楚的書就更方便直接了。讀書會另一個成效便是增進整理資料的能力，因為要與他人討論，閱讀完之後就必須好好消化吸收，再轉換成自己的話分享出去，我認為這也是學習中很重要的一環，平常的課堂中都少有這樣的練習機會。最後隨著這學期讀書會活動的落幕，很開心選了料理這個主題，能在課業之外增加吸收新知的機會，同時也富有趣味，每週和組員們也都有愉快的討論，期許我們未來都能保持閱讀的習慣，在閱讀中學習，在學習中閱讀。

六、 未來展望

- ✓ 藉由涉獵領域之廣泛、多元以提升自我知識的成長
- ✓ 藉由議題之生活性，期許未來內化為個人知識
- ✓ 藉由資料蒐集，提升學習行動力與自主力
- ✓ 透過分享會推廣之過程，學習資訊整合與交流之難處
- ✓ 於分享會推動學習多元性之理念，傳遞生活即學習、學習即生活的理念

隨著期末將近，讀書會也進入了尾聲。此時的我們回過頭再次檢視當初的成立目的與願景，有些覺得滿意而驕傲的地方，希望在最後的期末展演能夠讓同學及評審們看見。不過也有些覺得可惜的地方，是我們尚未能在讀書會過程中解決或是完成的，而這也終將成為了我們對於未來的期許。例如最後兩項，我們認為是此次讀書會活動之中稍嫌不足的，原先的理想對於我們於言有些過於美好、遠大，以致於最終呈現的效果不如期待。但我們認為也正因為分享活動並不如預期的完整傳達理念，便代表這將成為我們未來的努力方向。在未來，我們期許自己不忘傳遞學習多元性之理念，且是不僅局限於自身亦是致力於未來的教育之上的。

國立政治大學教學發展中心
107 學年第 1 學期讀書及學習行動小組成果報告書

小組編號	11	
小組名稱	文本閱讀與教學行動研究小組	
小組計畫主題 (請勾選)	<input type="checkbox"/> 學習力 <input type="checkbox"/> 創造力 <input type="checkbox"/> 行動力 <input checked="" type="checkbox"/> 經典閱讀	
小組召集人/系級	中碩一 楊海容	
小組閱讀主題	<u>古今的凝視與對話－《唐宋八大家文鈔》選讀與詮解</u>	
小組成員 系級/姓名	中碩一	楊海容
	中碩二	林軒名
	中碩二	翁庭儀
	中碩二	趙郁婷
	中碩二	王欣恬

目錄

一、計畫動機與目的

為因應 108 新課綱的選文內容與教學目標，並深化文學閱讀與詮釋能力，因此設立以唐宋散文閱讀為主題的讀書小組，希望能以多元的學習方式增進彼此對文本與教學的掌握能力。讓書本上的文字能夠轉化為更加貼近生活的姿態，同時讓古今心境得以有對話空間。

而在讀書會進行的過程中，希望能藉由主講人講述文本的形式，加強彼此對文本的理解與詮釋，並透過小組討論刺激彼此思考，進而擴展各自對文本的解讀方向以及思辨能力。

除此之外，導讀者亦會透過教學演示的方式展現如何以生動活潑的教學方法呈現文字，將文字轉化為表格乃至圖像等樣貌，以增進成員講述與文本轉化的能力。

二、選讀典籍

書名	唐宋八大家文鈔
作者	張伯行
出版社	上海古籍出版社
出版日期	2007/09/01
選讀原因	<p>唐宋散文承先啟後，上承先秦漢魏，下啟元明清三朝代文學派別。此時作家輩出，文采紛呈，各種文體多流傳後世，是散文發展史上極重要的轉換時期。</p> <p>張伯行《唐宋八大家文鈔》選錄韓愈文 3 卷 60 篇，柳宗元文一卷十八篇，歐陽修文 2 卷 38 篇，蘇洵文 1 卷 2 篇，蘇軾文 1 卷 26 篇，蘇轍文 2 卷 27 篇，曾鞏文 7 卷 128 篇，王安石文 2 卷 17 篇，合計 19 卷 316 篇。</p> <p>本書能針對茅坤編寫本中的相關篇目及評語，擇善而從，去其荒蕪，可與原本參看比照。</p>

三、活動回顧

1. 進行方式

讀書會由小組成員輪流擔任主講人導讀文本，每次聚會可分為導讀／文本演示以及討論兩部分。

導讀／演示：

主講人主要以講述的方法導讀指定以及補充文本，小組成員可適時提出意見與想法進行討論。文本釐清後，主講人將透過教學演示的方法展現文本，方法不限，可以講述、討論、價值澄清、問題教學等方法呈現。整體流程約為 45-60 分鐘。

討論：

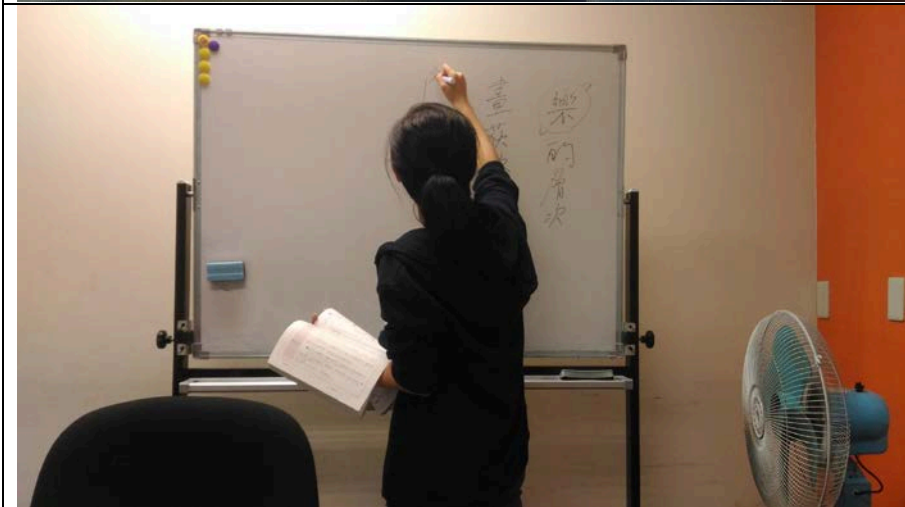
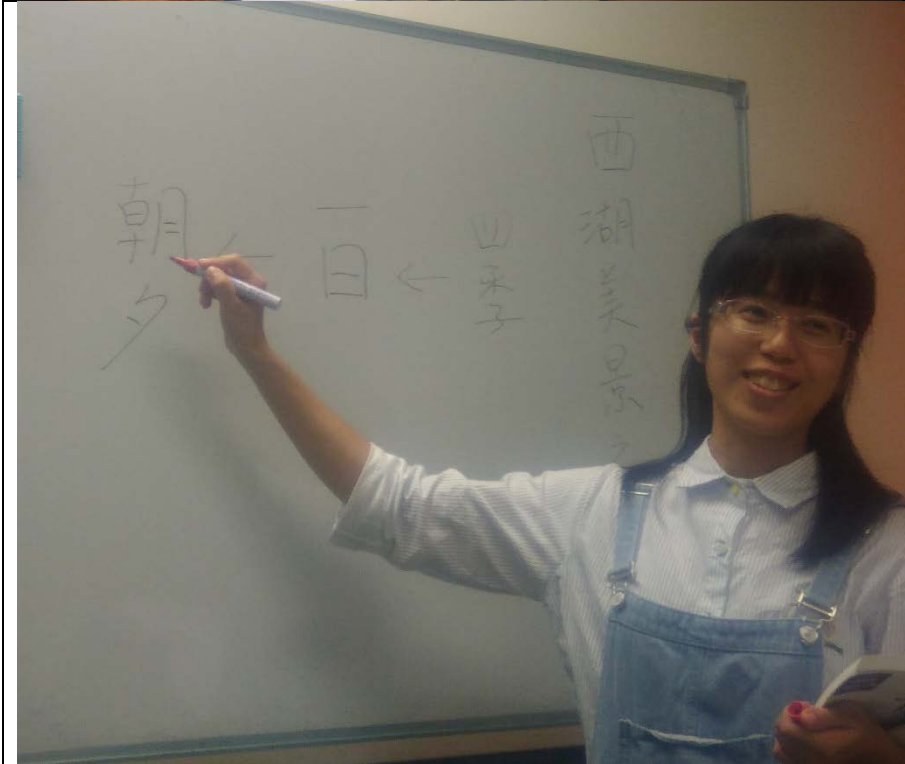
成員根據文本進行討論和補充，並在演示之後即時提出建議與想法。整體流程約為 15-30 分鐘。

2. 執行時程

次數	日期 (年/月/日)	開始時間 結束時間	地點	研討主題
1	107/10/26	1400-1600	商圖一	總講：唐宋文章演變脈絡
2	107/10/29	0830-0930	圖書館 一樓大廳	古文運動初期－以韓愈 〈師說〉為例
3	107/10/31	1000-1100		古文運動中期－以范仲 淹〈岳陽樓記〉為例
4	107/11/04	1430-1600	總圖集思 小間 B	古文運動中期－以歐陽 修〈醉翁亭記〉為例、
5	107/11/28	1100-1200	綜合大樓 270210	古文的盛行－以柳宗元 〈始得西山宴遊記〉為 例
6	107/12/01	1030-1130	莊九一樓 交誼廳	古文的盛行－以蘇軾〈 赤壁賦〉為例

3. 活動剪影







四、實際成效與綜合檢討

1. 此次讀書小組實際成效為何？與預定主題『學習力、創造力、行動力、經典閱讀』是否符合？

讀書小組在整體流程上大致符合期初規劃的方向，

在經典閱讀的執行層面，我們除了深入閱讀文鈔本文之外，同時也會補充相關的期刊與論文，以發掘不同觀點與詮釋。而透過教學轉換自我認知，也是了解文本的另一種方式，我們會嘗試使用表格或層次圖來說明文章中的情感以及思想脈絡，如〈醉翁亭記〉中使用的

2. 此次讀書小組運作上需要加強的部分或是對教發中心的建議

細節執行層面畢竟無法從期初就完整規畫，仍需依靠多次實質舉辦讀書會以後才能一一發現問題並逐漸修改—像是經過兩次讀書會後，我們討論的範圍從書內篇章，逐漸延伸至整體教學方法的探討；討論時間與演示時間的掌握、拿捏等。不僅需要臨場反應，也需要組員彼此間的協調磨合。

讀書會的期程很容易跟學期中的重要活動衝突到，造成組員無法專注準備導讀討論，以及場地預約上的困難，或許可以考慮拉長整體活動期程，讓參與的學生能有一段緩沖的時間。

3. 可放讀書小組討論記錄及相關資料)

第一次—唐宋文章演變脈絡

本次讀書會除了討論整體運作流程之外，主要講述內容則為唐宋文章變脈絡。分別以唐朝的韓、柳二家，宋朝的古文家如：歐陽修、王安石、三蘇等人為梗概，說明整體古文的發展趨勢。

第二次—〈師說〉

本次讀書會以中唐韓愈〈師說〉為討論重點。說明中唐時期古文已出現復興趨勢，以及韓愈個人的文學特質。又，本次為開放性討論讀書會，因此也邀請了非組員的成員參與討論並提問。

第三次—〈岳陽樓記〉

本次讀書會討論〈岳陽樓記〉，除了文本上的解讀、課外篇章補充（〈義田紀〉），大家也探討了古代士大夫在儒家思想的影響下，對自我以及社會的期待。

第四次—〈醉翁亭記〉

本次讀書會討論歐陽修選文，以〈醉翁亭記〉為例說明宋朝時政以及歐陽修個人在政壇與文壇上的影響。本篇導讀以文鈔為主，並引用補充專書、篇章或論文如：《宋史》、〈秋聲賦〉、〈縱囚論〉、〈歐陽「修」抑或歐陽「脩」？〉等資料。

第五次—〈始得西山宴遊記〉

本次讀書會講解了柳宗元經歷永貞革新失敗之後，遭貶謫的心境轉折；及其在〈始得西山宴遊記〉中心態上的抑鬱憂愁。本次讀書會引用了翻轉國文課的資料，並補充上課時可使用的引導提問與相關活動。

第六次—〈赤壁賦〉

本次讀書會以蘇軾經歷烏臺詩案後人生出現轉變，連帶影響其文學上的成熟。在講述〈赤壁賦〉中的水月形象時，同時也引發同學對儒道思想間的思考與討論。

五、成員心得

1. 海容

讀書會可以蒐集到各種不同的意見，透過與同學討論各自對文本的解讀、教法上的修改、提問，總能發現自己在閱讀上的盲點。如〈醉翁庭記〉中對「樂」的層次的探討、表格的修訂；〈赤壁賦〉中對變與不變的解讀等等，都是讀書會促使我思考的部分。之後若有機會，也希望能再與同學互相交流。

2. 軒名

本學期能夠與研究所同學們自主組成讀書會受益良多，經由共同閱讀唐宋古文經典文本，讓我們更深入的了解高中古文三十篇中唐宋時期選文的深刻意涵，並觸發許多教學上的想像，同時也增進更多不同的視角來詮釋經典古文。古人云：三人行，必有我師焉，藉由讀書會的進行及互相討論，不僅加深了我們在閱讀上的豐富度，也建立了良好的讀書習慣與討論模式，未來如果還有機會，希望能夠與讀書會的成員們再次組成，持續的對高中古文閱讀教學進行討論與切磋。

3. 庭儀

討論是學習的關鍵，假如只有單方面的吸收、自我主觀的思考，要如何關注到全面的問題意識？在每次不同的問題中，各自都會去思考不同的想法是如何產生，而之前從未涉及的問題又該如何解決？或許在讀書會的計畫結束之後，大家還可以再進一步的討論更多相關內容。

4. 郝婷

準備導讀時參考了過往許多老師的教學相關資料，因此在講解課文內涵之餘，也設計了一個簡短的教學活動，讓台下的組員假裝成學生，來測試此活動是否能實際執行。大家雖然一開始不太習慣，但之後也能如實反應上課樣貌，並發掘更

多教學上可能遇見的困難。

5. 欣恬

雖然讀書會舉行的次數不多，但每次的導讀都會有豐富的補充資料，擴充文本閱讀。這也是讀書會的好處之一，集合個人的努力，增進大家對古文的認識。

六、未來展望

文本閱讀與教學兩者互相結合，一方面可以加強導讀者對於文本的認識，一方面則能藉由教學過程中的互相切磋了解教學上的盲點。未來或可將此形式應用於不同類型的文體，如：古典詩詞、新詩、散文、小說等，當然，亦可延伸至不同教學領域。

之後若有機會再參與讀書會的活動，應該會考慮將範圍擴展，並開放更多的讀書會時間給有興趣的同學參加，以蒐集多元意見，促進討論的可能性。

國立政治大學教學發展中心
107 學年第 1 學期讀書及學習行動小組成果報告書

小組編號	12	
小組名稱	再不念書就要老了	
小組計畫主題 (請勾選)	<input type="checkbox"/> 學習力 <input type="checkbox"/> 創造力 <input type="checkbox"/> 行動力 <input checked="" type="checkbox"/> 經典閱讀	
小組召集人/系級	沈映瑄/中文四	
小組閱讀主題	<u>提升公民力的閱讀</u>	
小組成員 系級/姓名	沈映瑄	周雅琬
	蕭悅珉	
	羅凱翔	
	何貫晨	
	呂紹瑄	

目錄

計畫動機與目的

希望在大學畢業前讀某些的經典文本，藉由讀書小組的約束力，每周讀書會的督促，讓我們能夠讀完二至三本經典，並深入討論。

選讀典籍

書名	自己的房間
作者	維金尼亞·吳爾芙
出版社	天培文化
出版日期	2000/1/10
選讀原因	透過女性主義文學的閱讀，解析女性的身心靈和思想，並由古鑑今推展至現代女性的討論。

書名	推銷員之死
作者	米勒
出版社	書林出版
出版日期	2006
選讀原因	對於資本主義的相關閱讀去理解「美國夢」的成因和悲哀的人心，關於那些機械化的人類與現今社會又有何異同。

書名	想像的共同體
作者	班奈迪克·安德森
出版社	時報出版
出版日期	2010/5/6
選讀原因	從民族主義的經典閱讀，延伸討論關於國家、民族型塑的相關歷程和框架。

三. 活動回顧

1. 進行方式

讀書小組成員認領書目導讀，小組成員每日可先依照進度自學，當周見面討論與提問。

2. 執行時程

次數	日期 (年/月/日)	開始時間 結束時間	地點	研討主題
1	107/10/24	17:00~18:00	偉康的家客廳	《自己的房間》
2	107/10/30	17:30~18:30	偉康的家客廳	《自己的房間》
3	107/11/14	19:00~21:00	偉康的家客廳	〈推銷員之死〉
4	107/11/20	17:00~18:30	偉康的家客廳	〈推銷員之死〉
5	107/11/23	17:00~18:30	偉康的家客廳	《想像的共同体》
6	107/11/27	19:00~21:30	偉康的家客廳	《想像的共同体》
7	107/12/1	13:00~14:00	商院八樓風管系電	〈推銷員之死〉讀劇成果展

3. 活動剪影



四. 實際成效與綜合檢討

- 一. 此次讀書小組實際成效為何？與預定主題『學習力、創造

力、行動力、經典閱讀』是否符合？

本次讀書小組實際成效我認為最主要還是閱讀和討論兩大部分。

藉由讀書小組的機會我們選讀一些經典都是需要相互討論才更能有所成長的。三個文本都無疑是各領域的必讀之物，而經典也都是能夠牽引到讀者所屬的時空背景再延伸運用及討論的。

我們討論藉以思考關於女性的經濟能力與她們的社經地位，百年前的演講主題到今時今日也仍是我們所面對的現況。而本身就是劇本的文本則更需要互動的討論給予這個文本和對讀的讀者梗深切的感受，關於資北主義下的小螺絲釘，人們趨之若鶩的美國夢而背後有多麼沉重的負擔，上世紀的故事即便在這世紀仍然續演，將來的我們也仍舊是社會運作的其中一隅，育養我們的父母又何其不是有那麼一些和主角一樣的、將希望寄託於兒女的影子。最後家國的願景不僅僅是當代台灣面臨的現況，俯瞰過去戰後的世界變化，國家的組成和過程都是我們在現在社會上政治討論的熱議主題，而這些從一而終不變的就是經典之所以存在的意義。

二. 此次讀書小組運作上需要加強的部分或是對教發中心的建議

對於這次在讀書小組運作上身為召集人的我感到最大的問題是：時間。

當初因為在預設時間上認為一小時是學校 TA 課時間長度，用來討論文本應該相對足夠。殊不知上課時候因為大家害羞的關係鮮少熱議的場面，而我們私底下組成的讀書小組沒有成績的壓力、都是熟識的朋友，在討論起來更容易多分享自己對於文本的想法、和自我的人生經歷有什麼契合之處，因此時間設定在用餐時間反倒很不足，後來我們一個文本的討論都會多增加兩小時的時間，我認為這是我當初沒有思考到的不足之處。

(三) 可放讀書小組討論記錄及相關資料

次數	第一次讀書會
日期	10月24日(三)
主題	討論讀書會進行方式、成員提問和相關討論。
心得	<p>計畫動機與目的：</p> <p>希望在大學畢業前讀某些的經典文本，藉由讀書小組的約束力，每周讀書會的督促，讓我們能夠讀完二至三本經典，並深入討論。</p> <p>選讀經典：</p> <p>《自己的房間》維金尼亞·吳爾芙 透過女性主義文學的閱讀，解析女性的身心靈和思想，並由古鑑今推展至現代女性的討論。</p> <p>《異鄉人》卡繆 閱讀存在主義的巨擘卡繆，在小說中形塑「現代荒謬英雄」探索存在的意義與價值。</p> <p>《想像的共同體》班奈迪克·安德森 從民族主義的經典閱讀，延伸討論關於國家、民族型塑的相關歷程和框架。</p> <p>(經討論過後選擇將卡繆《異鄉人》換為米勒〈推銷員之死〉，因為成員對於存在與虛無的界線興趣不太強烈，經過表決後決議改為探討關於資本主義的〈推銷員之死〉相較之下也更契合多數的商院同學，與我們畢業後也許面對的社會)</p>

次數	第二次讀書會
日期	10月30日(二)
主題	關於《自己的房間》與現代女性地位的對談
心得	<p>本次算是第一次正式的導入書本，成員間先簡單討論自己上週所讀《自己的房間》內容。</p> <p>其中對於女性經濟獨立與社會地位的象徵，以文本年代對讀今日，在性別平等觀念升起的21世紀，女性所面臨的日常與當時是否仍有異同。</p> <p>本次讀書會討論過程成員意識到我們時間上分配不足，分享一圈讀後感就有時間不足之感，只能很倉促的將討論拉到現代社會，也沒有足夠時間能分析兩個時代的細節差異，以致於只能以自身經驗和大數據的對比談論。我們認為討論的品質有待提升，於是決議下次讀書會開始安排的時間加長，以免不敷使用。</p>

次數	第三次讀書會
日期	11月14日(三)
主題	〈推銷員之死〉讀後感分享
心得	<p>本次挑選亞瑟·米勒所著的經典名劇〈推銷員之死〉，主角威利曾為一位風光一時的推銷員，最後走向自我毀滅的道路。</p> <p>威利欲將希望放在他兒子的身上，悲劇性缺點就是在他從不懷疑這樣的夢想是否有可能實現。「請你把那虛假的夢拿去燒掉，免得出事好嗎？」兒子畢甫含著眼淚說。</p> <p>一場爆炸聲中驚醒，這爆炸聲正來自威利的車上，威利這位推銷員，以一種最莊嚴而且最荒謬的方式，利用車禍撞死自己，用他的人生「換來」保險金來照顧妻兒，而非是在他的人生中賺取得到家庭經濟的獨立。</p> <p>關於文本的悲劇性，我們嘗試在讀書會當中讀出，試圖搬演威利悲劇人生的一種感慨，並且在成員開口將此劇本朗讀出，我們發現其實這是互動性極高的文本，當下決定要用和沒有讀過文本的同學分享這個故事，是我們第七次開放性讀書會最初的構想雛形。</p> <p>本次討論會尾端就內文延伸討論資本主義下美國夢的幻滅以及失業所造成的種種社會問題，作為下次讀書會的開端。</p>

次數	第四次讀書會
日期	11月20日(二)
主題	〈推銷員之死〉延伸討論

心得	<p>繼上次閱讀〈推銷員之死〉文本，本次討論主題以其所代表之現代台灣社會的省思為主軸，比對現實及未來的台灣社會。</p> <p>這部社會寫實經典名劇，描繪逐漸在現實生活中失去事業能力的推銷員威利邁向死亡的歷程，藉小人物的悲劇，呈現資本主義下美國夢的幻滅。他運用意識流的手法，讓人物不斷在現實的情境、虛幻的過去及想像的對話中移動。</p> <p>當今的我們處在一個資訊爆炸的時代，也許過沒多久，大學四年的專業訓練，等到了社會職場工作後，可能發現自己所學已被最新技術取代。無法放低身段將就低薪，加上家庭沉重的經濟負擔，中年失業的問題甚為嚴重，燒炭自殺者也時有耳聞。</p> <p>這是資本主義底下的一個標準就業與失業輪迴體系，在經濟高度成長的時候，這種困惑並不明顯，一旦科學技術進步的更快，或者說經濟的停滯，再加上國家競爭力下降的時候，快速失業就成了巨大的社會問題。台灣當今，受到中國各方面的打壓，經濟方面可見一斑，如何突破此困局實為每個台灣人該關注的課題。</p> <p>〈推銷員之死〉不僅代表了許多失業人之死，也代表了家庭的崩潰，祈禱台灣在未來能留住在地人才，否則台灣加速空洞化後，則會有更多人走向〈推銷員之死〉的慘劇。</p>
----	--

次數	第五次讀書會
日期	11月23日(五)
主題	《想像的共同体》導讀緒論

<p>心得</p>	<p>安德森從文化內涵的改變與印刷資本主義的興起來探討民族主義的源起，並辨析民族主義在美洲誕生，被歐洲的群眾運動挪用，被帝國政權吸納，再到亞非兩洲以民族主義為號召的反帝國主義抗爭的數百年過程。</p> <p>本週從導讀開始進入文本，安德森先為「民族」提出的定義：「它是一種想像的政治共同體。」</p> <p>討論「民族」本質上是一種現代的想像形式，源於人類意識在步入現代性過程當中的一次深刻變化。</p> <p>而三波的運動又分別為：第一波「美洲模式」、第二波「語言民族主義」、第三波「官方民族主義」等。</p> <p>本次討論選書比較是我們不熟悉的領域，加上本書的難易度是需要一些相關背景知識，尤其是歷史的部分，所以這次推動進度稍緩，大家也比較不清楚從哪個討論點切入去互動，反倒是這次的讀書會比較像世界史的回顧跟複習，一起 google 我們忘卻的那些戰爭起因和對於戰後各個地區的甦醒和復原狀況。</p> <p>但此次的相關資料爬梳非常有助於我們後續的延伸討論，尤其是在語言和官方民族兩個部分，牽涉到很龐大的歷史脈絡，經過相互討論釐清很多我們本科系都不甚熟悉的過去，並且將討論帶向下一回的民族主義跟台灣之間的關係。</p>
-----------	--

次數	第六次讀書會
日期	11月27日(二)
主題	《想像的共同體》與台灣民族主義的討論

心得	<p>經過先前「想像的共同體」的讀書會後，大家對於民族有了截然不同的認識，也使我们開始思索——該如何爬梳「台灣」及其島嶼住民與「民族」之間的關係。因此，我們期盼透過本書內容的引導與本次讀書會的討論，整理出更深一層的認知與共識。</p> <p>而讀書會中成員各有各的意見與立場，過程中成員也有激烈的辯證，關於過去使用國族主義時都很薄弱。第一、我們和中國其實是同種語言，第二、現在台灣島上有一群掌握實權的人是1949年從中國過來。若是用國族主義論證，那都很有可能導向我們其實和中國應屬同一個國家。以及台灣人的台灣民族主義如何建構，大多數人的民族所推都可以推展到構建中華人民共和國的漢族，但除去血緣外地緣上的民族認同才是我們該著眼思考的何謂台灣是台灣人的台灣之民族構成。但成員最後都還是保持理性，不使辯論淪為臉紅耳赤的吵架。</p> <p>最後，雖然我們沒有得出最完美的答案，僅能以導讀的最後一段作結：「凡是渴望在這個遺忘之島上尋找意義與故鄉的人必須勇敢承擔思想、記憶與認同的重量，一步一步地學習真實與想像的過往經驗。」我們以這段自我共勉之，繼續思考與學習！</p>
----	--

次數	第七次讀書會
日期	12月1日（六）
主題	〈推銷員之死〉讀劇—開放性讀書會
心得	<p>〈推銷員之死〉是全組成員公認最好入門的讀物，對於來參加一次性讀書會的同學，我們思考與其深入的辯證那些比較「硬」的文本，不如讓來參與讀書會的同學真正藉由讀書去透徹文本的啟示，所以比起入門門檻較高的民族政治《想像的共同體》和需要有一定了解的女性主義《自己的房間》，〈推銷員之死〉更能讓參加一次性活動的同學有所感受，並讓那個悲劇感和對於人人存在其中的資本主義的思考的念頭在參與者未來成長，將這個種子作為一種未來觸發的可能，並希望參與的同學能帶走讀書的習慣，這是我們舉辦多次讀書會後感到最有價值的收穫之一。</p>

五. 成員心得

蕭悅珉：

我個人平常是沒有定期閱讀的習慣，但內心一直有想要培養閱讀能力的慾望，希望能藉由閱讀拓展自己知識的寬度和深度，

卻又礙於現實無法挪出大量時間來看書。而這次讀書小組的存在便是一個很好的機會，這次挑選的書目很多都是非常經典的作品，但往往對我是過於艱澀難懂，需要花費很多時間去消化、吸收。藉由讀書會形式，大家先分章節閱讀，減少閱讀大量文字的壓力，過程中，由以前閱讀過的同學帶領思考某些議題，小組成員熱烈討論，交換各自的想法。過去的我往往認為書中的背景和當今已有所不同，書中提到的觀念應該已經不適用於現在的社會，甚至應該是過時的。但是，經過討論的環節，發現很多觀念到現今都是一體適用的，許多社會議題背後的原因往往就是作者當時所提出的看法，不知道該說當時的作者有預見未來的能力，或該說歷史的推演本身就是一股循環，人們總是不停在犯同樣的錯誤，那些著作的存在就是提醒的功能。藉由這次讀書會，我自己不僅培養了難能可貴的閱讀習慣，也學到如何和他人進行深度討論的能力。

沈映瑄：

讀書會所選的書單中很常像是看見自己生活周遭的影子。從《自己的房間》開展我非常有感吳爾芙當年的懇切，關於一個女作家而言自己的房間何其重要，而這個前提又是能夠有經濟能力才可享有得權利有多麼難得。我是個很需要自己空間的人，在閱讀的過程中也非常深切的體會到這個渺小的請願竟然和財力有絕對的關係，以學校宿舍舉例，多人房與單人房的差異就是價格，簡單扼要。而〈推銷員之死〉何嘗不是有那麼一點家長的身影？父母在某些層面上的心願其實是一樣的，望子成龍，望女成鳳，而對於他們而言，埋首工作放棄自己的欲求是為了什麼？但在缺乏溝通的情況下，這樣的怨懟其實成為許多家庭的爭執點。最後關於國家的問題，大選剛結束公投的其中一案就是和台灣正名相關，而台灣之所以可以定義成國家是否可以用民族來確立地位？或是台灣所回溯的民族和使用的語言也矛盾於視為民族國家的一種象徵？

何貫晨：

這次讀書會看的書目都是平常自己較少接觸到的領域，平常總是在讀學校的課本，很慶幸有加入這樣的一個讀書會，一來是規定自己有一個時間可以與大家一起討論書中的內容，此外也能增進自己的文學涵養。

印象很深刻的是，在偉康的家進行導讀時，大家總會有自己的想法表達，雖然彼此意見不太相同，卻是在這樣不斷地討論、辯

證過程當中，更去瞭解作者在其中欲傳達的意思，以及反思這個社會上所面臨的議題，這樣的經驗對我來說是非常難得的，平常上課幾乎都是由老師單方面的傳授知識，對於互相激盪想法的形式非常喜歡，也更激勵了我未來想繼續與這群夥伴參與讀書會的動機，讓彼此都能更進步！

呂紹瑄：

想像共同體這本書從大二買來躺在書架已經快兩年了，甚至中間有幸給譯者吳叡人老師簽名，但往往找出各種藉口阻礙自己好好閱讀他。讀書會真的是個相對友善且有效率的讀書形式，彼此督促，且我認為討論書中的內容也是重要的環節不然常淪為囫圇吞棗卻無吸收。我覺得或許是歷史脈絡以及社會上對於政治的不重視、避談和恐懼，我們始終沒有面對這塊土地上國家的由來以及民族認同的建構。這次選舉完身邊的朋友大多陷入極度低潮的崩潰，包括我在內，認為是台灣內部的撕裂與痛楚。因此更加認為我們有必要好好的討論與發展出我們自我的民族認同，不論結果如何都更能夠凝聚彼此的向心力建構出共識。打斷手骨顛倒勇，黑暗之後就是黎明，這是所有民族國家所發展中必經過程，勢必經過一番爭辯才能迎來眾人所建制出的共識與框架。

羅凱翔：

大學四年以來都是受有關於商學與保險學的相關訓練，鮮少有機會深入探討其他學科，所幸於大四這年我加入了這個讀書會。讀書會帶領我們踏入女性主義、民族主義的領域，也體驗了何謂「劇本導讀」。三本書帶給我們三種嶄新的體會，這是在商學院風管系無法獲得的，而正也是這次讀書會獨一無二的價值所在。而讀書會另一個令我印象深刻的點是——我們在讀書會中不斷地討論書中內容，與其他人分享自己的觀點，最後再相互整合出屬於自己的觀點，徹底演繹「討論」的真諦，這也是我大學四年來少有看見的讀書的熱情。只能說，我很開心能與這群夥伴組建讀書會，這是一群很有熱情也很願意思辯的夥伴，與他們一同讀書也確實讓我在「反思」能力方面進步不少，希望未來還能一起繼續讀書讀到老！

周雅琬：

雖然自己是個閱讀的愛好者，從以前到現在德國的書也不在少數，但隨著課業逐漸繁忙，也變得鮮少主動翻開書本，感受書扉中文字驚人的撼動力與深思讀物背後的意義。透過跟朋友一起組成讀書會，除了會固定約定讀書進度而約束自己，讀完書後也不再只能一個人反思，而是能把自己的意見說出來，跟讀書會的其他成員分享。一本書

的解讀可能有很多種，每個人的想法也不盡相同。藉由大家互相討論，腦力激盪，除了可以注意到自己可能忽略掉的內容外，亦可以獲得從其他的角度解析書本的機會。這次的選讀典籍，帶領我們進入其更深的核心價值。從探討女性主義的經典文學「自己的房間」中，我們看見在身為女性主義先鋒的維吉尼吳爾夫如何敘述舊時代女性的被壓迫，在「推銷員之死」，我們探討了從十九世紀逐漸輝煌的美國夢的形成與為何最後又破碎，在「想像的共圖體」中淺談民族主義的起源與擴散，都讓我們再次討論更了解作者想像我們傳達的信念。希望下次還有機會跟大家一同徜徉於書堆之間，繼續感受書本帶給我們的知識與反思。

六、未來展望

本讀書會未來打算繼續鑽研「女性主義」和「民族主義」，首要目標是將「自己的房間」和「想像的共同體」研讀完畢，並找尋相關書籍與論文來看，深化本組成員於「女性主義」和「民族主義」的知識與論述，最終理想目標是我們希望開設臉書粉絲專頁——名稱一樣叫：再不讀書就老了，我們會在粉絲專頁上與大家分享我們於這兩大領域的讀書心得以及教導大家該如何讀書會比較容易上手，藉此增進大家讀書的風氣。而劇本導讀方面，我們目前也是先規劃讀相關領域的書籍，加強相關的背景知識，最終理想目標則是：本組成員希望參加戲劇論壇，並於戲劇論壇上與大家分享我們的成果。前述兩段即為本組讀書會的未來展望！

國立政治大學教學發展中心
107 學年第 1 學期讀書及學習行動小組成果報告書

小組編號		
小組名稱	魔法創意家	
小組計畫主題 (請勾選)	<input type="checkbox"/> 學習力 <input checked="" type="checkbox"/> 創造力 <input type="checkbox"/> 行動力 <input checked="" type="checkbox"/> 經典閱讀	
小組召集人/系級	財政二/106205030 李彩鈺	
小組閱讀主題	創造力	
小組成員 系級/姓名	傳院二	謝明明
	歐德二	姚玠玫
	地政二	洪宣榆
	統計二	孫韋傑
	東南二	林瑋祺

一、計畫動機與目的

身為大學生，我們可以很清楚地感覺到，閱讀離我們越來越遙遠。有時是被系上的必修課程填滿行程，有時是被琳瑯滿目的課外活動佔去時間，我們能夠閱讀課外書籍的時間變得少之又少。我們希望藉由這學期的讀書會，閱讀我們都非常有興趣的「創造力」相關書籍，在一起分享意見、進行有關創造力的發想與訓練，期待藉由一學期的聚會能有更多有關創造力的靈感，更期待與不同科系不同專業的組員有思想的碰撞，得到更多的收穫。

二、選讀典籍

● 閱讀主題 創造力

書名	皮皮的異想世界-在酒館裡遇見創意
作者	安奈特·布，英格麗特烏
出版社	商智文化
出版日期	2005/09/27
選讀原因	我們有時候會覺得自己是沒有創意的人，因為在和他人團隊討論時總是提不出新點子，希望藉由這本書找到方法讓我們的創意源源不絕！並且能在團隊討論時更勇敢提出自己的意見。

書名	設計思考改造世界
作者	提姆·布朗
出版社	聯經出版公司
出版日期	2010/09/01
選讀原因	設計思考近幾年越來越常聽到，學校也曾經舉辦過相關工作坊，我們的組員之一甚至最近就有參加設計思考講座。而我們認為，了解設計思考的方式不一定要參加講座，也許透過讀書會，用書本的方式去了解設計思考，透過討論交流更多不同的想法，也能有滿滿的收穫。

書名	賴聲川的創意學
作者	賴聲川
出版社	天下雜誌
出版日期	2006/06/29

選讀原因	賴聲川的創意學是一本將創意系統化的書，賴聲川本人認為創意可以學習，因此在書中提到許多練習創意的方法，綜合自己多年來的創作經驗，將之集結成冊，提供給讀者作為參考。這不是一本為專家設計的書，而是讓每個人都能有機會學習到如何發揮創意，我們希望透過這本書，瞭解賴聲川老師在創意方面的想法，以茲練習。
-------------	---

書名	童話的魅力
作者	布魯諾·貝特罕
出版社	漫遊者文化
出版日期	2017/07/04
選讀原因	童話，裡頭有許多我們耳熟能詳的故事，我們希望透過這本關於童話的解析之書，深入瞭解關於童話創作背後的想法與人物的內心。每個童話都有其寓意，但不一定是表面所看到的。藉由這本書的討論，我們想從中看看對於童話不一樣的詮釋，以擴展自己的視野和對事角度。

三、活動回顧

● 進行方式

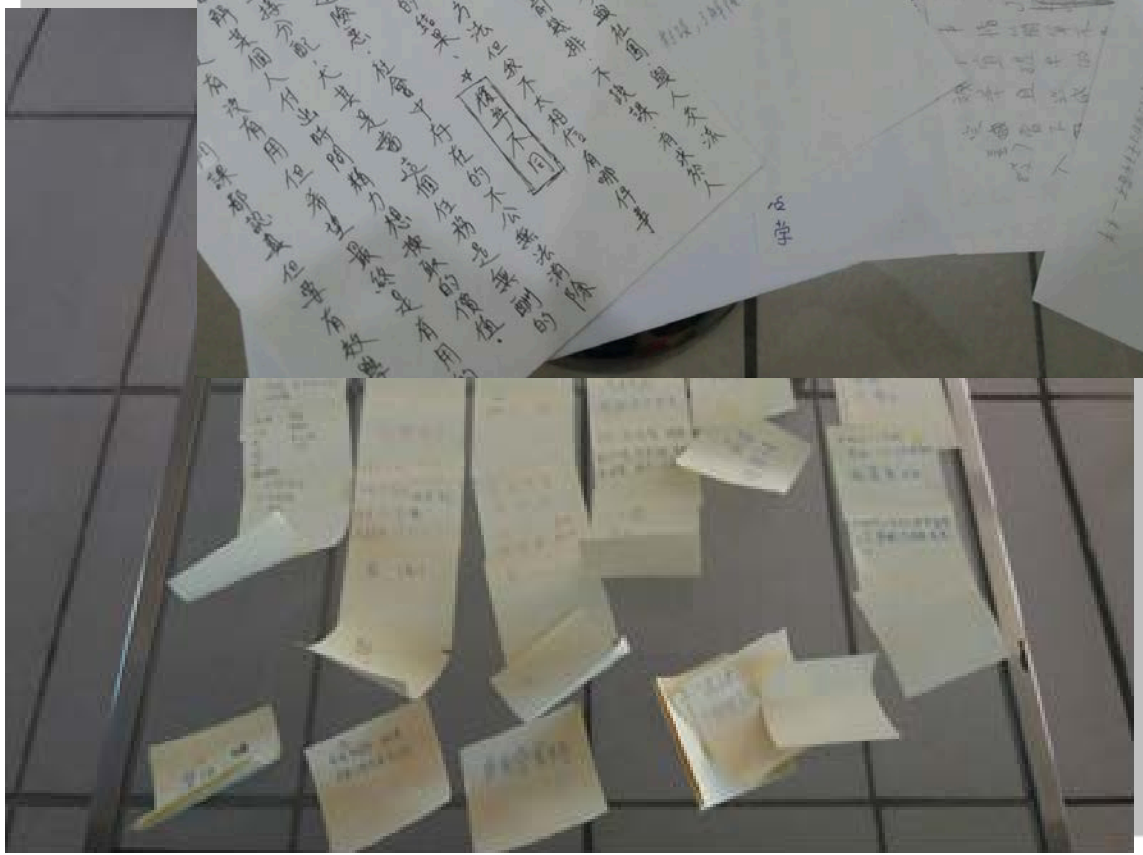
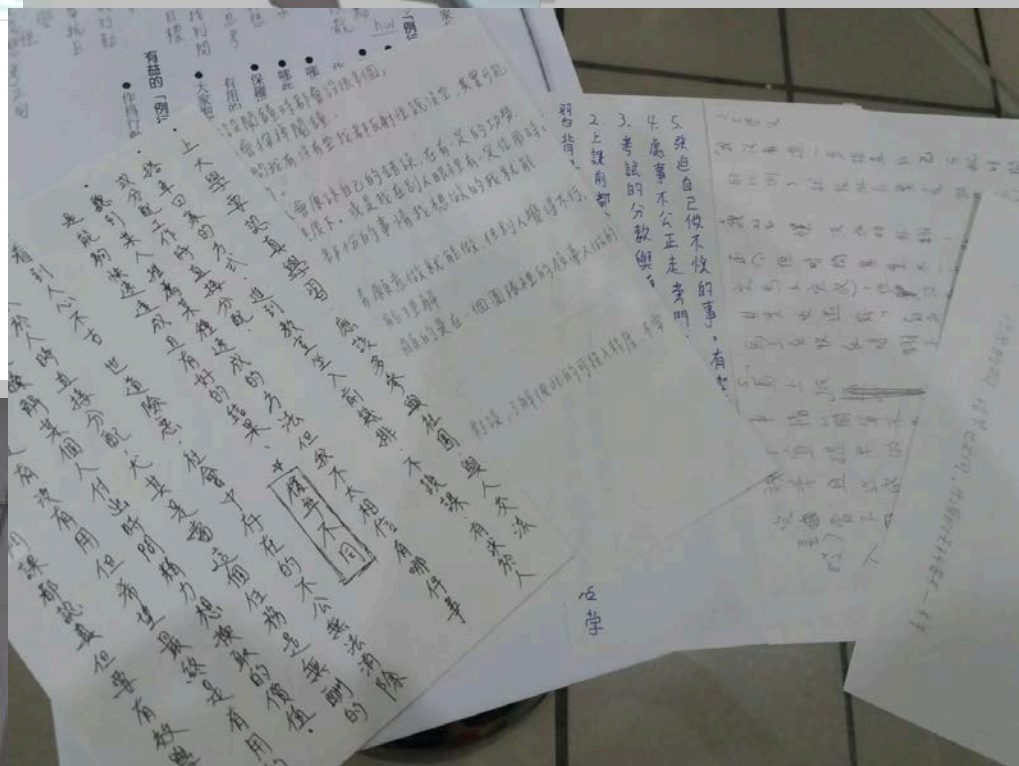
每個組員多會提案 1~2 本自己有興趣的書，最後投票出四本大家最感興趣的，未來第 1、3、5、7 次的聚會由導讀者做開場，就這本書的概要與所要傳達的理念、價值等等，做詳細的解說與舉例。講述的同學可以根據需要節錄一些段落做成文本供大家方便閱讀，或者根據自己對段落的理解寫一份講義都是可行的方式，希望藉由導讀者的介紹，能讓組員更加了解這本書。最後，我們會請導讀的同學在讀書會留下一些問題討論或者創造力發想的練習當作回家作業，在下次聚會也會選擇書中一些方法，做實際演練。至於第 2、4、6、8 次的聚會，我們希望每個人分享自己對問題討論的看法，交流大家的意見，我們安排每個人都會有發言與提問的時間，希望藉由每個人想法的碰撞，能有更多的創意新方向。

● 執行時程

次數	日期 (年/月/日)	開始時間 結束時間	地點	研討主題
1.	2018/10/12	1900-2100	總圖集思小間	皮皮的異想世界
2.	2018/10/26	1900-2100	商學院 8 樓	皮皮的異想世界
3.	2018/11/02	1900-2100	商學院 8 樓	設計思考改造世界
4.	2018/11/04	1200-1530	城市怪獸+商 院中庭	設計思考改造世界
5.	2018/11/18	2000-2100	鄰居家	童話的魅力
6.	2018/11/22	2100-2200	商學院 9 樓	賴聲川的創意學
7.	2018/11/29	1900-2100	山居學習中心 +安 9	童話的魅力
8.	2018/11/30	1900-2200	山居學習中心	賴聲川的創意學
9.	2018/12/02	1900-2100	鄰居家	讀書會總檢討+期末 成果發表討論

● 活動剪影







四、實際成效與綜合檢討

● 實際成效

經過這學期關於創造力的讀書會，我們發現其實產生創意的關鍵不是認識很多發想創意的方法，而是個人自我的經驗累積與篩選，以及觀察周遭事物，將所得到的體悟，內化進個人的腦內儲存庫中，作為儲備資源，像是源源不絕的泉水，想要取一瓢來飲用時，可以輕鬆掬起，所儲存的資源越多，可連結調取的也就越多。

發想創意的方法單純只是一種輔助，若是個人的腦袋空空，經驗貧乏，對於身邊事物無所感，那麼方法便毫無用處可言，就像機器人沒有零組件一般，只是一具空殼，無法發揮實際作用。而在思索的過程中，我們最常陷入一種慣性的思維模式，甚至第一眼直接定義所見到的事物，這是最要不得的！我們的盲點就是無法發現自己的盲點，這大大地阻礙我們進行創意思考，我們所依循的日常經驗與價值觀，都可能是創意的殺手，在讀書會的實踐過程中，我們曾經做過例行公事的實際演練，但是大家普遍都要想很久，才能想到一些關於自己每天都會做的事，由於這樣的習慣已經深切地融入我們的生活，導致我們更加無法察覺這些慣常，也就習以為常地度過每一天，長久以來，我們將會一點一滴流失我們的創意，生活被越來越多的習慣所填滿。

這也是讀書會中我們所觀察到滿重要的一件事，自我的侷限會造成創意的乾涸，即使你有再多的方法，依舊於事無補，像是把水澆入沙漠中一樣，一轉眼就蒸發了。因此，我們發現適當轉換環境以及時常做自我習慣覺察，是在進行創意思考中不可或缺的一環，從此處著手改變的話，將對創意思考有很大的幫助。

透過讀書會的運作，我們嘗試許多不同的方法來做創意的實踐，像是對東南亞問題的發想，便是我們印象滿深刻的一次實作。我們先提出現代人普遍對東南亞國家不是很瞭解，要如何解決這件事的問題，接著各自二對二進行一些問題訪問，像是問對方對東南亞印象為何？以及對在台東南亞人的第一想法是什麼？透過設計思考的方式，找出最關心的幾個問題點，據此再做更深入的檢討與發想。

過程中，我們也應用了發散思考的模式，讓自己的思考面向能更全面，最後我們得出一個滿驚喜的結論——就是在台灣尋找適合地點，開一間東南亞風格的民宿，裡面放置各種跟東南有關的書籍或影音，甚或是服飾，以及提供道地的東南亞料理，房間可以用各個不同的東南亞國家風格作為裝飾等等的想法。大家在討論過程不斷拋出各式各樣的

意見，大膽發表自己的想法，對我們來說是非常大的進步，而且每個人都是興奮且期待的！藉由這樣的應用方式，也讓我們發覺到自我的潛力，產生出創意的火花，彼此互相進步。

我們認為這學期的讀書會小組運行地滿成功，也有符合我們當初的計畫目的，讓不同系所的成員相聚，彼此一起做有關創造力的討論與實踐。透過不同成員的書籍導讀和分享，有時我們會因此產生共感，接著延伸出更多的想法。例如在例行公事的討論中，大家所產生的共感就是習慣的自我察覺真的很困難，也就因此發現原來我們平常太過理所當然地過生活，漸漸養成越來越多的習慣。雖然這並非壞事，卻有可能導致我們越來越習慣規範與日常這件事，養成腦內較制式化的想法以及第一眼習慣性對一件事做的價值判斷。透過像是上述對書中內容的討論與實作過程，我們都察覺一些自己需要改進的地方，以及對於生產創意想法的轉變。

吸收書中許多觀念後，得出這些方法只是輔助的存在，懂得方法，不一定就能順利推進一步產生創意，重點還是個人腦內資料庫的儲存，以及對於周遭事物的所知所感，搭配書中提到的方法做運用，才能讓創意的生產事半功倍。這是這學期讀書會中，我們所學到最重要的事，必須自我實踐，將方法學以致用，再加上個人平常的累積以及環境及習慣上的一些改變，才能在我們需要進行創意思考時，循向正確的路徑，挖掘出需要的內容，組織成各式各樣色彩豐富的點子，進而實際對我們的生活有幫助！

● 小組檢討

1. 時間拖延問題以及無法準時結束的狀況

這學期我們讀書聚會有時會發生成員們的時間拖延問題以及無法準時結束的狀況，可能因為彼此熟識，所以我們比較沒有那麼多拘束，而是以一種較為輕鬆的感覺在參與，這雖然不是壞事，但卻使我們因此而失去分際線，沒有一個確切的準則。日後若再有讀書會舉行，應該確認好彼此的時間，然後準時抵達現場，在時間上必須給予小限制，讓大家認知到我們時間安排是確實的，以提升讀書會效率。

面對有時候無法準時結束的問題，也是因為我們在討論過程中會稍微離題到其他的生活瑣事上，雖然讀書會的形式是自由進行，偶爾有一些輕鬆小事的分享有助於舒緩讀書會較為制式的氣氛，但是太多的話，可能會因此而拖到我們的預定時間，只能再延長討論。我們討論的解

決方法是應當先把主要事項處理完，之後有剩餘時間，可以開始分享各自的日常，或者一起約去吃些小點心，再進行我們愉快的聊天。

2. 聚會時間的規畫

而對於讀書會的進行時間，我們通常在一個禮拜前先約定好，是採比較彈性應對的方式，因為大家可能臨時會有其他事情插入，而無法來參與。但是這樣的安排可能導致我們沒辦法先預借場地，而人員也不一定總是到齊，因此，我們商討了若之後有機會再辦讀書會，應該提前在學期初先問好大家的時間，以大家固定有空的時間來聚會，若當週突然有變卦，可在假日選一個比較悠閒的時段來討論，這樣，既保持穩定性，又不至於失去原來的彈性。

3. 讀書會選書的方式

再來比較重要的一點，是讀書會的進行方式，我們是以每個人選不同的書，各自看完，再向成員進行導讀，之後討論或實作的方式運行。但這樣會導致大家對書中內容也許不是那麼完整認識與熟悉，雖然導讀者擷取的是重點部分，卻還是有可能因為沒有瞭解整本書的內容，而不能做很好的連結與想像，變成較為單向的互動。但相對地，因為書本的數量與時間上傳閱書籍的不足，若是採取這樣的方法，可以使每個人都能認識到每本書，也能快速進入狀況，算是有利有弊。

另一個方式則為我們討論的可能解決方法，在確認大家都有意願辦讀書會時，可以先找該本書籍來閱讀，提前每個人都看完所預定好的書籍，或是只選一、兩本書來做精讀與實踐，這樣我們的互動將能更加多元化。因為成員來自不同系所，看待事情的角度都不盡相同，在大家對書中內容都有完整共識後，能發表的想法也就越多，將能使我們的討論更為互相激盪，所得出的結論也更多樣化。

● 讀書小組討論紀錄

【魔法創意家】第一次讀書會

- 時間：10/12（五）19:00-21:00
- 地點：總圖集思小間B
- 出席：姚玠玫、孫韋傑、謝明明、李彩鈺
- 書本：《皮皮的異想世界-在酒館裡遇見創意》
- 導讀者：姚玠玫

● 內容：

這本書並不是直接教你怎麼有創意，它是教我們怎麼「準備創意」。書中總共整理出七種主要的創意發想方法，讓我們藉由態度或思想上的轉變，進行創意的思考。

以下分作 7 點作為介紹：

1. 好奇

保有你對事物的好奇心，勇於提出對現狀的疑問。為什麼要抱有好奇心呢？因為我們常常會因為「習慣」而忽略了事物的本質，它可能是無傷大雅、冗長、甚至是不必要的，但共同的特色都是我們不經思考的結果。有時候我們多問一句「為什麼」，就能夠激發我們省思生活，讓我們免於例行公事的綁架。

2. 轉換觀點

書本整理了兩種思考模式，發散與收斂。其實這是我們第一次比較確切了解到，我們的思維模式是有方向的，以前只知道理性與感性，現在則多知道了收斂與發散的方式。

收斂的意思是聚集，往往用於做決定時，例如：要選玫瑰花還是康乃馨送人呢？玫瑰花代表愛情，康乃馨代表母愛，今天是母親節，就送康乃馨吧！如果是發散的思維，就會延伸出無限多個想法，例如：要選玫瑰花還是康乃馨送人呢？玫瑰花感覺很浪漫，讓我想起去年情人節時，朋友的男朋友送給她的 99 朵玫瑰花，好讓人羨慕啊！說到情人節，學校去年竟然在情人節時辦了魯蛇之夜的活動，真是太有創意了！讓眾魯蛇們一起取暖真的很棒呢……。由上述敘述來看，很明顯可以發現兩種思維結果是不一樣的，收斂思維馬上就有決定做出，而發散思維就會無限延伸。也就是說，如果我們需要有一個立即性且果斷的決定，收斂思維有助於幫助我們做到這點；而如果我們需要一些新點子，發散思維會使我們放開思考，漫遊在無邊無際的空間。

3. 想像力

是一種情境思考的概念。例如你在寫一個改善飯店 CHECK-IN 流程的企劃案，這時你若是直接想流程有什麼問題，可能一時半刻想不出來，但若是你先開始發揮想像力，把自己當成一個遊客，想像從下車、拿行李、推行李、拿證件、辦入住……等等一系列過程，就可能知道，需要改進的方向，因為你將自己融入了情境，模擬各種會遇到的狀況。像是可能需要有人幫忙搬行李、引導至櫃台、甚至更方便的電子化入住等等，都能成為創新的可能性，能讓人從此處著手做改變，所以發揮想像力可以找出許多沒有想過的面向，讓自己更貼合所需要的狀況，而非只是單純思考。

4. 勇氣

自信的往前行動就對了！我們一致認同這種態度的重要性，書本中也提供了幾種方法來實踐，例如以毒攻毒法和一刀斃命練習法來練習勇氣與自信。有趣的是，書本提到要我們「建設性的思考」，我們當中有人便就此提出一個問題，如果我們在一個團體中有一份工作，但其實這份工作可有可無，對整個團隊來說不是很重要，感受到整個團體的氛圍，我們可能會開始產生心理上的自我懷疑，認為自己不是那麼被需要，此時，為了提升勇氣與給予自己自信，使用「建設性的思考」的方式的話，經過我們的討論，一致認為會產生可怕的反效果，原因是我們經過理性的思考後，會發現這個工作在團體中真的不重要！事實上它真的可能就是個冗贅的工作，反而因此會更降低自己的自信心與往前進的勇氣。對此，我們覺得應該改成「建設性的『正向』思考」，引導思維走向「每個人都是重要的小螺絲」這個結果，思維的方式必須有其目的，若沒有目標，容易造成偏差。

5. 幽默

練習笑，化解緊繃情緒。壞心情和收斂思考模式一樣，都會局限思考的範圍，輕鬆的笑容能讓自己 and 別人都放鬆心情，提高生產力；而適當的幽默也能化解緊張氣氛，在一個放鬆的環境下，思考的弦比較不容易繃緊，才更有可能進行創意的想像。

6. 激發動機

尊重他人的想法可以激發他人的創意動機，從一些小地方做起，記得別人說過的話和認真聽別人的點子等等，都能夠讓人感到尊重，受到尊重的人，也會因此受到激勵，更有可能輕鬆自在地大膽發表想法。

7. 創造激發創意的環境

書中提到有間公司設計了一個特別的會議室，放置不同型態的椅子和桌子，每次開會，每個人都會坐不同的椅子，結果發現，那些令人全身放鬆的椅子往往讓坐上去的員工提出有趣的創意，而坐上傳統辦公椅的員工通常提出較理性、保守的意見。這讓我們一致想起學校藝文中心三樓的設計，也是一個開放性、非傳統的空間，目的就是讓我們不要因為方方正正的教室與制式的椅子侷限我們的學習，透過環境轉換，能使我們進行更自由的思考模式。

【魔法創意家】第2次讀書會

- 時間：10/26（五）19:00-21:00
- 地點：商8
- 出席：姚玠玫、孫韋傑、謝明明、李彩鈺、洪宣榆
- 書本：《皮皮的異想世界-在酒館裡遇見創意》
- 導讀者：姚玠玫

- 內容：

書中有許多建議幫助我們進行創意思考，例如好奇心、勇氣、轉換觀點、想像力等等，根據我們一開始的目標，我們不只要讀書，我們更要應用書，所以今天的我們將其中的幾個方法進行實踐，練習好奇、提出對現狀的疑問、以及發現自己的例行公事，從而決定是否做出轉變，之後再彼此互相分享。

在分享過程中，大家都覺得挖掘自己的慣性非常難，尤其是思維上的習慣，因為這樣就是在想「我一般都是怎麼想的」？而自我的思考漏洞又實在很找出，畢竟是習以為常的思考方式。但透過這次練習過程，

讓我們發現自我思考的侷限，我們認為是滿大的收穫！若是將此套方法應用在日常中，或許透過不斷實踐，我們能慢慢修正自己的不足以及學會用更寬廣的視角看周遭事物，而非先進行自我定義。

【讀書學習行動小組-魔法創意家】第3次讀書會

- 時間：11/02(五)19:00-21:00
- 地點：商八
- 出席：李彩鈺，姚玠玫，孫韋傑，林瑋祺，洪宣榆
- 書本：《設計思考改造世界》
- 導讀者：李彩鈺

- 內容：

案例是這本書最大的特色。作者運用大量令人驚嘆的設計思考案例，讓我們了解設計思考家的思維模式。本書開篇即告訴我們，設計思考是打動人心，舉例來說，2004年日本一家自行車零件製造商發現銷售下滑，因此聘請「設計」團隊協助，然而團隊並沒有開始為公司設計先進零件，而是開始了一連串以人為中心的調查，發現高達9成成人不騎單車，而其中又發現這些人有9成在兒時有騎過腳踏車，深入探討後發現，這些人總是被各種先進又令人困惑的腳踏車配件給嚇住，而且時常因為一些單車店家的專業形象，使他們感覺到距離感，而打消進入的念頭，所以設計團隊開始著手改善單車製作與銷售的方案，成功解除大眾對單車的距離感，成功提高單車的銷售量。

從這個案例可以發現，這個設計團隊並沒有從設計外型開始解決問題，而是從了解人們真實想法開始，這就是設計和設計思考的不同，設計單純以外型來作為轉變點，而設計思考則是以人為中心，從根本來解決問題，找出人們最在意的關鍵處，進行修正。

這個案例只是書中的一小段而已，但它的邏輯是和書中各個案例相通的。今天我們只是大致地了解設計思考的理論，下一次我們將會實際演練一次設計思考的過程，加深印象。

【讀書學習行動小組-魔法創意家】第4次讀書會

- 時間：11/04(五)12:00-15:30
- 地點：城市怪獸+商院中庭
- 出席：李彩鈺，姚玠玫，孫韋傑，林瑋祺，洪宣榆，謝明明
- 書本：《設計思考改造世界》

- 導讀者：李彩鈺
- 內容：

上一次的讀書會我們明白了設計思考的理論，也知道了書中許多有趣且打動人的案例，今天我們要根據組員參加設計思考工作坊的經驗，規劃一個小型的設計思考工作坊，讓大家實地演練。

以下為我們的設計思考步驟以及實例演練，以東南亞比較少人瞭解作為問題發想點，透過設計思考來明白為什麼會有這樣的問題，以及如何解決（設計思考的實做發想過程有放在照片裡，在此只作簡略介紹）：

1. 發現問題：台灣民眾普遍對東南亞現況不熟悉
2. 訪問取樣：組員交叉互訪。了解彼此對東南亞的認識深淺，並提出現有可能的解決方法。（訪問取樣本應大範圍，但因時間因素而簡化）
3. 從現有方法中找出最感興趣以及易成功地突破性方法
4. 找出方法中最多票的前三名
5. 聯想（發散式）：根據這些現有方法聯想，組合新方案，最後我們想到蓋一間東南亞風格民宿，提供東南亞食物、東南亞風格房型與視聽資源，以民宿的方式，作為傳達東南亞相關知識的小站。

【讀書學習行動小組-魔法創意家】第5次讀書會

- 時間：11/18（日）20:00-21:00
- 地點：鄰居家
- 出席：謝明明，姚玠玫，洪宣榆，李彩鈺
- 書本：《童話的魅力》
- 導讀者：謝明明

- 內容：

為了完整探討這本書，我們從作者貝特罕開始簡單瞭解。貝特罕（Bruno Bettelheim）是「童話復興」和「精神分析通俗化」的關鍵人物，原本在二戰後鮮少人關注、被認為兒童不宜的「童」話，在他的解析下變成幫助與同理兒童的讀物。之所以先提作者，主因是導讀裡提到，《童話的魅力》（其實每本書也都適用這個道理）是一個時代下一個人的產物，必有其時代背景與個人想法。而貝特罕分析童話的切角在核心家庭的孩子、父親、母親三方關係，關心的對象是其中的

兒童。

參與讀書會的我們雖已經是成年人，但書中提到的「需要被愛、害怕被認為一無是處、對生命的熱愛，以及對死亡的恐懼」，是成年的我們不會完全消逝的需要，對於書中的內容，依然可以產生共感。

我們閱讀解析〈漁夫和精靈（惡魔）〉，以及欣賞用動畫呈現的童話〈Rabbit〉，以不同方式賞析兩個故事，互相交換自己對此的想法。〈漁夫和精靈（惡魔）〉在書中的分析是——精靈（惡魔）被比喻為暫時見不到爸媽而生父母氣的小孩；〈Rabbit〉則沒有出現在書中，由我們嘗試自行臆測與推論，像是玠玫提及到「貪念」，宣榆則認為動畫中小黃人（被吞）進了老虎的肚子裡，是人類自被貪念所吞的意象，每個人各有各的詮釋，並無對錯。從不同的見解中，我們可以擴大自己視角，嘗試理解為何對方這麼想，互相激盪思考，產生碰撞的火花，是我們今天最大的收穫。

- 補充資料

1. 〈Rabbit〉影片連結：<https://youtu.be/fw3XyOy147Q>
2. 〈Rabbit〉解析資料：
http://runwrake.com/portfolio_page/rabbit/

- 【魔法創意家第6次讀書會】

- 時間：11月22日 21:00-22:00
- 地點：商9
- 出席：李彩鈺，孫韋傑，林瑋祺，姚玠玫
- 書本：《賴聲川的創意學》
- 導讀者：孫韋傑

- 內容：

在現代，「創意」是個人人都想要擁有的東西，但幾乎沒有人可以為「創意」下一個眾人可以接受的定義。本次讀書會我們深入探究賴聲川為「創意」所下的定義，剖析他創造的「創意金字塔」。

創意金字塔可以分為左右半部，左半部為「智慧」，右半部為「方法」。使用智慧，人們由內在的渴望萌生出適當的題目；使用方法，找出題目的答案。

智慧也決定著這個題目的深度及挑戰，方法則決定著解這道題的技巧及創意。

創意金字塔的底部為個人泉源及共同泉源，這兩個泉源是互相流通的。共同泉源存放著全人類所共有的集體智慧，而個人泉源就像個倉庫，我們藉由日常生活所接觸的人事物將共同泉源的特定智慧引入這個倉庫，等待有天「靈感」可以提取它。

賴聲川將我們在創意過程中的大腦比喻成一台神秘電腦。如果個人泉源所存放的東西是硬碟中的檔案，那「靈感」就是作業系統，負責擷取硬碟中的檔案並把它們有邏輯的組合在一起。靈感的限制是它無法讀取硬碟中不存在的檔案，也無法讀取別的硬碟中的檔案。真正的創意來自於內心。

金字塔的中間有數道屏障，會阻礙泉源進入靈感。屏障的組成有三：經驗、習性以及動機，又稱「創意三毒」。我們無法停止累積經驗，但我們可以控制累積經驗的方式，如果不在意、不負責這個方式，經驗可以傷害自己。習性是儲存檔案的邏輯，如果一直照著習性只去重複選擇我們習慣或喜愛的事物，別的事物便無法進入我們的靈感，所以習性是創意最猛烈的毒。動機是三毒中最重要的關鍵，因為改變它就可以改變習性，進而改變經驗。但若不了解創作背後的動機是什麼，或是擁有不適當的動機，也會影響到創意的展現。

在下次讀書會中我們將會深入「如何看」、「三觀」這兩個部分，並了解怎麼轉化「三毒」。另外，我們將開始進入金字塔的右半部的「方法」，最後再做總結。

【讀書學習行動小組-魔法創意家】第7次讀書會

- 時間：11/29（四）1900-2100
- 地點：山居學習中心+安9
- 出席：李彩鈺、謝明明、林瑋祺、孫韋傑、洪宣榆
- 列席：楊壁綺
- 書本：《童話的魅力》
- 導讀者：謝明明

- 內容：

深蘊心理學（depth-psychology）學者認為，童話、神話中奇而不實的情節，展現的是平常被壓抑的渴望，如「願望實現」、「打敗所有競爭者」、「摧毀敵人」等等。上述舉例內容平常遭到壓制，不會進入意識，而閱讀童話有助於滿足「本我」欲望並完成「自我」統合過程；神話則（同時）展現「超我」的理想人格。童話以及神話同時吸引了

我們的意識與無意識，只是在自我展露偏向不同層面。

出現在成人夢境和白日夢的內容也可能和童話、神話有所相似，所謂「日有所思，夜有所夢」。不過夢和童話存在差異，在夢中沒有問題的解答，也常用更為隱晦的方式演出在真實世界困擾人們的問題——例如夢見自己掉了牙齒。周公認為夢見牙齒掉了預示親人要離開，西方的心理學則認為夢見掉牙是表達「憂懼衰老」的心理反映。童話不僅（更直接地）揭示問題，如〈漁夫與精靈（惡魔）〉演出精靈生氣的段落，也將解方告訴讀者，故每篇故事都能有「他們從此過著幸福快樂的日子」的圓滿結局。

● 童話與神話個案分析

1. 神話〈金蘋果事件〉—

（影片連結 <https://www.youtube.com/watch?v=tYTM2tbhZTI>）

「神話所處理的，通常是『超我』的要求與『本我』驅動的行為，以及與『自我』想要自我保存的慾望之間的衝突」，在神話中，眾神代表「超我」，人類則因「自我」屈服於「本我」、無法抵禦慾望或只是「順其自然」而遭受天神懲罰。〈金蘋果事件〉中，將金蘋果送給愛神維納斯的少年帕里斯只是因為想有全世界最美的女人為伴而這麼做，卻導致後面的一連串災難。神話多屬於悲劇，除了〈金蘋果事件〉外還有〈伊卡洛斯〉、〈米蒂亞〉等等。

2. 童話〈三隻小豬〉—

（故事連結 <http://yogo-haung.myweb.hinet.net/406.htm>）

人若總是只滿足「本我」，就會像豬大哥、豬二哥一樣蓋不出堅固的房子，甚至像大野狼一樣變成壞人。唯有透過擁有堅定的「自我」，才能像豬小弟一樣打敗強大兇猛的力量並生存。

- 延伸：〈The Guardian: Three Little Pigs kill the Big Bad Wolf〉
<https://www.youtube.com/watch?v=5BhU6n20IDA>

【讀書學習行動小組-魔法創意家】第8次讀書會

- 時間：11/30(五)1900-2200
- 地點：山居學習中心
- 出席：李彩鈺，謝明明，孫韋傑，洪宣榆

- 書本：《賴聲川的創意學》
- 導讀者：孫韋傑

內容：

上次我們認識了創意金字塔，分成左「智慧」、右「方法」；了解「泉源」在金字塔底部，是存放個人智慧及集體智慧的地方；也了解創意三毒——經驗、習性及動機，會影響我們的創造力。

這次我們從「如何看」這顆大眼睛開始，內含世界觀、如是觀、因果觀三個面向。其中作者特別強調「去標籤」的重要性，我們需要不看到一件事物的當下就下定論、貼標籤，也需要將我們的成見拋除，看它最原始的樣貌。這也是所謂的「如是觀」。「世界觀」是我們如何看世界的一個穩固基礎，透過問自己問題嘗試建立世界觀，同時我們也分享了對死亡的看法，這也是將來遲早要面對的一個課題。「因果觀」強調使用我們可以獲取的資料，推論一件事情發生的原因，這個過程需要嚴謹，一方面是不做錯誤的判斷，掉入習性的陷阱，另一方面是原因即是動機，什麼樣的動機造就出什麼樣的結果。

「創作」這兩個字，許多人比較迷戀第一個字，認為只要有創意就可以做出特別的東西，追求創意甚至於去花錢上課。但其實創作大部分是「作」，腦中產生的創意需要透過適當的形式、結構才能呈現得當。這方面的智慧需要長期的練習，慢慢了解什麼地方該不該放、放在哪裡。

創意能力不是有沒有，而是要不要。如果我們需要變得有創意，必須打開「創意模式」，充分地去欣賞在周遭發生的每件事，存入個人泉源。另外任兩件經驗都有辦法連接在一起，必須去挖掘這當中的可能性。跟別人分享、交換觀點也是個很好的做法，一件事我們可以擁有很多的觀點。

如果不知道該怎麼創作，只有一個解決方案：「做。」如果不知道為什麼要創作這個東西，最好停下來檢視動機。如果想要更順利的創作，擁有自己的個人儀式、找到可以休息閉關的地方、接觸大自然等等都是很好的做法。

【讀書學習行動小組-魔法創意家】第9次讀書會

- 時間：12/02(日)1900-2100
 - 地點：鄰居家
 - 出席：李彩鈺，姚玠玫，孫韋傑，林瑋祺
 - 紀錄：姚玠玫
-
- 內容：讀書會總檢討+期末成果發表討論

今天我們讀書會的主題主要討論期末成果發表與檢討這學期我們讀書會需要改進的地方。首先，我們檢討讀書會成員時間上的拖延問題，讀書會很需要成員們的自律性，成員們需要更注意準時，才能使讀書會效率提高。再來是書的分配，一個人導讀的成果，可以讓大家都迅速理解書中內容，但可能比較沒有共鳴，而變成比較單向的互動；多人一起讀同本書，因為大家都已經有完整認識，可能比較可以促進多元討論，從而激盪出更多的想法。這兩點是我們對於這學期讀書會結束後，思考能夠再改進的方向，期望若之後再舉辦相關的讀書會，可以根據上述兩點，更精進我們的讀書會組織。

而整學期大家對於成果的感受其實大致上是雷同的，我們的結論是創意不是憑空就能想像出來，也並非你學會創意發想的方法，你就能快速擁有創意的想法。一個人若本身腦內沒有東西，個人經驗貧乏，對於事物的感受淺顯，也不觀察周遭事物的話，那麼他所能發想的內容，將是空洞而漂浮的。創意是聚沙成塔的過程，平時就該多訓練培養，空有方法，而沒有自我的沉積，是無用功的，方法最多只是輔助，但非必要，將方法學以致用，改變自己看待與學習事物的心態，才是關鍵，這是整學期讀書會進行完後，我們所得到最重要的感想。

最後，我們分配各個成員在成果發表所負責的項目，以四個主要架構為方向，分別是——為什麼想辦讀書會、讀書會運行方式、藉由不同書籍的閱讀，我們擷取到的重點與收穫、總結學習成果來作為我們報告的主要部分，透過工作內容的分配，好好沉澱與思索我們這學期所獲得的學習成果，將我們所獲知的內容，實踐在此次成果發表上，期能加深對於所學的印象。

五、成員心得

- 李彩鈺

受益良多。不管是從書本或是從組員身上。但是閱讀本來就能帶來一定的收穫，因此我覺得最可貴的是從夥伴們身上學到的東西。一個人看書和大家一起看書的價值是不同的，大家一起討論、分享，能夠激發出更多不同想法，況且我們每個人來自不同科系、有不同的個性，看事情的角度越不一樣，越能讓我們有更多不同的思考，讀書才顯得更有意義。

●姚玠玫

參與完這學期的讀書會後，我覺得收穫頗豐，既知道許多有關幫助創意形成的方法，也和小組成員們的感情交流變得更深。整學期我最印象深刻的部分就是例行公事活動的過程以及東南亞問題的設計思考演練。例行公事活動帶給我滿大的啟示就是平常我們都將生活過得太理所當然，依照自己的慣性不斷重複許多事，難怪有時候覺得生活沒有一絲樂趣，甚至覺得每天似乎都是模板化的一天，原來自己沒有做到自我習慣覺察，所以把日子過得太索然無味；而東南亞實作演練則是提供給我們一個與平常思考方式不太一樣的做法，就是先設計問題，詢問別人，之後找出幾個大家最關心的問題點，來做無限的想像與延伸，是很棒的體驗！

透過讀書小組的運作，在創造力這個主題上我覺得有切合到，也真正讓我瞭解原來創意思考的方式有那麼多種，而個人也必須有相當的經驗，才能在方法的幫助下，更有效進行創意思考。這是整個學期中，我最大的體悟！若是日後再有機會組織讀書會，我想會是很好的自我成長經歷。

●謝明明

這次參與讀書會是很大的精神療治，因為上了大二大家都忙碌，如果沒有這段時間分享心得、交流想法，一定是更加困難。

當然也沒有少書本知識。因為這次的主題《魔法創意家》，我們有機會發散思考、嘗試將設計放入生活、瞭解自我的組成、理解創作的可能方式與走向，學習到很多，更棒的是是和一群讓我很自在的好朋友一起的。讀書會一聚，有知識又很溫暖。

●孫韋傑

這學期的讀書會我對我所擁有的創造力更有自信，也首次感覺到並非注定一輩子沒創意。創意不是一朝一夕就可以獲得，改變自己獲得創意的路剛開始也不好走，但是我認識了小遊戲（如巧克力回憶）、童話故事、甚至是停下腳步感受一切等許多可以獲得創意的源頭。我並不是個愛讀書的人，在此也很感謝這個讀書會，這是我第一次可以深入把一本書看完，並跟大家分享這本書，也學習到將書說的有結構及有創意。期許自己可以培養看書

的習慣，獲得許多的觀點。

●林瑋祺

因為有這次的讀書會，得以有機會跟這群很棒的朋友聚在一起討論關於創意的一切。說書的同伴們都很用心準備，仔細地提點書中的重點，針對這些重點找出一些可以深入討論的議題或活動。每每都讓我覺得收穫良多，聽到大家以不同的角度分析、分享自己的想法都能互相激盪出更多想法。幾乎所有關於創意的書都沒有說創意是能有自己原創，所有創意都奠基於自己過去所累積的經驗及接觸、觀察到的事物。這樣的結論讓我們都覺得平時就要好好累積實力，當需要用到時，才不會後悔。總而言之，真的很感謝學校給予我們這樣的機會組成自主學習的讀書團，若下學期大家能再聚在一起，應該會有更多內容值得期待。

●洪宣瑜

閱讀不同的書籍，聽聽不同的聲音，參加一次又一次的聚會，聚會中充滿了大家對創意的想法與見解，進而吸收之，然而，身為受益者的我感到十分滿足，心靈上的饗宴加上更多豐富的知識，自主學習使人快樂。感謝天，感謝地，感謝讀書會（蜂蜜檸檬）。

六、 未來展望

這學期在讀書會中，我們曾經根據設計思考改造世界書的內容，延伸出設計思考的練習，當時我們提出關於現在人們對東南亞國家瞭解較少的問題，進行解決方法的討論，最後得出要在台灣蓋一間東南亞風格民宿的大膽想法，每個人也發表各種點子，來形塑我們這間民宿。

會中大家提到或許日後有機會再組織讀書會的話，可以往東南亞國家這個方向去討論，然後提前規劃好要看的相關書籍，利用寒假期間和學期初，大家比較充裕的時間段，可以先把選好的書籍看完，各自準備要討論的部分。之後學期初根據課表與活動事務排定完畢後，預先計劃好要聚會的固定的時間，就可以先借到討論教室，也能使讀書會進行更為順利。透過這學期創造力的學習，承接到日後東南亞讀書會的運用，是我們目前尚在形成的想法。

國立政治大學教學發展中心
107 學年第 1 學期外語學習行動小組成果報告書

小組編號	1	
小組名稱	天外飛來一筆零用金	
小組計畫主題 (請勾選)	<input checked="" type="checkbox"/> 基礎能力增強 <input type="checkbox"/> 科技取向 <input type="checkbox"/> 留學取向 <input type="checkbox"/> 第二外語 <input type="checkbox"/> 商業取向 <input type="checkbox"/> 新聞取向 <input type="checkbox"/> 文學取向	
小組召集人/系級	陳冠華/科技管理與智慧財產研究所碩一	
計畫主題	用英語探索世界	
小組成員 系級/姓名	科智碩一	陳冠華
	科智碩一	黃奕寧
	外交碩一	王為世
	外交碩一	田雨騰
	地政三	賴謙云

目錄

一、計畫動機與目的

(內容與申請企劃書同，可再增減修改)

為出國讀書、工作需求所準備，希望能藉由讀書會，提升英文能力。藉著同儕的力量，互相督促、學習，發展良性競爭。

二、選用參考書目／選用外語自學系統／其他

(內容與申請企劃書同，可再增減修改)

1. 參考書目

□ □	21st Century Communication - Level 3
□ □	Lynn Bonesteel
□ □ □	Cengage Learning
□ □ □ □	2016.12.16
□ □	□ □ □ □ □ □ □ □ □ □ TED Talks □ □ □ □ □ , □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ , □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ .

2. 其他

□ □	TED Talks
□ □	□ □ □ □
□ □ □ □	TED □ □ □ □ □ □ , □ □ □ □ □ □ □ □ 、 □ □ □ □ □ □ □ , □ □ □ □ □ □ □ □ , □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ , □ □ □ □ □ □ □ □ □ , □ .
□ □	TED Talks
□ □	□ □ □ □

三、活動回顧

1. 進行方式

(內容與申請企劃書同，可再增減修改)

每次讀書會討論一個主題，輪流由組員分別擔任各主題的負責人。開會前，全組員需先看過該主題負責人所提供的指定教材，而主題負責人需先整理出該指定教材的 outline，並且設計出一至三個相關基礎問題與批判性議題提供同學討論。最終由主題負責人統整出該議題的總結，結束當次讀書會！

- 甲、 讀書會前，組員先自行觀看這篇 TED talk 。
- 乙、 讀書會當天，現場播放大家看第一遍。合作討論找出 main idea 跟 topic sentence ，並且回答基礎問題（e.g. Purpose of the talk, examples the speaker used to support the main idea）以確認小組全體同學了解此篇 TED talk 主題。並且參照列出的生字單與片語單，介紹定義、造句來輔助理解整篇內容。
- 丙、 播放第二次 這次要求同學列出 outline ，寫出此篇 TED talk 的架構，接著討論比較大家的 outline ，來找出最完整、有效率的筆記。
- 丁、 待組員全部充分了解這篇 TED talk 的內容及架構後 輪流回答第三段設計的 critical thinking 問題，藉此訓練大家批判性思考，並嘗試用英文流利表達個人觀點。

2. 執行時程

（表格與申請企劃書同，修改為實際執行日期）

次數	日期 (年/月/日)	開始時間 結束時間	地點	討論主題
1	107/10/17	18:00~19:00	製圖教室一	[科學] Inventing is the easy part, marketing takes work
2	107/10/25	12:00~13:00	綜院圖書館	[健康/心理] What makes a good life? Lessons from the longest study on happiness
3	107/10/31	12:00~13:00	綜院圖書館	[政治社會] How does money laundering work?
4	107/11/7	12:00~13:00	綜院圖書館	[商業] 3 creative ways to fix fashion's waste problem
5	107/11/14	12:00~13:00	綜院圖書館	[教育] The power of diversity within yourself
6	107/11/28	12:00~13:30	綜院圖書館	[設計/藝術] The magic ingredient that brings Pixar movies to life

3. 外語自學系統使用說明

（英語小組請使用 MyET 英語自學系統，其他外語小組請自行選用相關自學系統，並附上選用該系統之原因及小組運作過程使用該系統的方式。）

4. 活動剪影

（活動進行過程照片或相關影音資料）

影片連結：

https://msseed9-my.sharepoint.com/:v/g/personal/15th-winnie_lai_msseed_idv_tw/ERzXuEXdstMpkjf76nfgywBkYJE-mpzxvaD2iRA0XAomg?e=lwBedr

照片：



四、實際成效與綜合檢討

(1. 此次外語學習行動小組實際成效為何？與預定主題『基礎

能力增強、留學取向、商業取向、文學取向、新聞取向、科技取向、第二外語』是否符合？

2. 小組成員在運作過程當中獲得的外語學習動力為何？以小組學習的方式是否真的增強了成員們想要一起學習／練習外語的動機？
3. 請說明小組選用之外語自學系統對小組運作的幫助，並評估小組成員在本學習行動小組運作前、後外語能力的進步幅度。可以自學系統的評量成效作為標準，或於本項目中詳細具體說明。
4. 可放外語學習行動小組討論記錄及相關資料。
5. 此次外語學習行動小組運作上需要加強的部分或是對教發中心的建議。）

1. 此次讀書會符合小組的預定主題-基礎能力增強，透過 TED Talks 進行英語聽力的訓練，以及用全英討論提升口說能力。
2. 小組成員有一致的目標，認為既然辦了讀書會，就要拿到第一名，而「要得到第一名」就成了我們的動機。透過幾次的讀書會，也漸漸發展出每星期固定時間，聚在一起互相交流英文的習慣跟興趣。
3. 小組所使用的是隨手可得的資源-TED Talks，認為使用經過演講者精心設計過的內容，容易理出架構，也是最好入門的資源。在讀書會開始運作之前，組員皆有能回答基本問題，但對於詳細的論述與批判思考的能力則有限；而讀書會運作後，外語能力的進步幅度雖無法量化，卻也實際感受到口語表達的提升，以及有能力在聽完一篇 TED Talk 時，理出該篇演講的 outline。
4. 每次讀書會主持人所設計的 PPT(包含問題、單字、架構、批判性議題)：

次數	日期	主題	PPT
1	107/10/17	[科學] Inventing is the easy part, marketing takes work	https://goo.gl/QKbSwZ
2	107/10/25	[健康/心理] What makes a good life? Lessons from the longest study on happiness	https://goo.gl/p4Yy1g
3	107/10/31	[政治社會] How does money laundering work?	https://goo.gl/jgfCF9
4	107/11/7	[商業] 3 creative ways to fix fashion's waste problem	https://goo.gl/63GpJH
5	107/11/14	[教育] The power of diversity within yourself	https://goo.gl/JniKYK
6	107/11/28	[設計/藝術] The magic ingredient that brings Pixar movies to life	https://goo.gl/9FhsMQ

5. 我們認為本組所採用的讀書會進行方式確實有助於英語口說的訓練，但一週一次稍嫌不足，若想更有效提升英語能力，需頻率更高的執行，所以在小組讀書會的運作上，可以加強的部分就在於更密集的召開讀書會，

達到一週兩次的頻率，高強度地刺激學生學習。

五、成員心得

（小組每位成員心得，不限形式）

[冠華]：

每個星期有個藉口使大家聚在一起，督促我們這種惰性堅強的人規律的碰點英文。除了練英文，也交到了一群好朋友，很開心能在這種沒壓力的同儕環境下學習。

[奕寧]：

很開心的能跟組員們度過六次的英語小時光，每週的主持人都很用心的準備教材，在學習說英語的同時也吸收了很多小知識跟時事！另外，還要感謝組員們一起建立很友善的說英語環境，讓我可以克服開口說英語的恐懼～

[兩騰]：

這幾次的時光不只充實也很快樂，主題的選擇讓大家不會漫無目的的發散討論，也藉此學習到很多領域的有趣新知，大家都勇於開口挑戰自己，非常溫馨。

[為世]：

由於組員專業背景豐富，大家決定挑選共包含科學、健康/心理、政治/社會、商業、教育、設計/藝術等六篇主題的 TED Talk 影片，再透過現場聽抄寫筆記整理演講架構，介紹單字與片語，回答整合性思辨問題此流程，至今共完成了六次讀書會。這六次主題中，最令我印象深刻的是第二次 “What makes a good life? Lessons from the longest study on happiness”，我們常常聽到老一輩的人說：「不要這麼厭世，要笑口常開才能長命百歲！」感性來想，心曠神怡便怡然自得，身體自然健康硬朗。但理性來說又無科學根據，根據講者執行的研究計畫，長期追蹤受試者超過半世紀進而取得的數據顯示，維持與社會的連結性及與家人的凝聚力，真的能帶給我們一個機能性更好的身體！在「天外飛來一筆零用金」的讀書會中，我很慶幸能有一個平台、環境來鞭策自己練習英文，更驚訝真的能透過與跨學科同學的合作中學習新知。故此也開始期待能在不久後的發表會中與眾人分享，並將讀書會壯大並延續下去。

六、未來展望

（對此外語學習行動小組或個人未來的展望）

[冠華]：

小組讀書會的進行有達到預期效果，希望有機會下學期也能與同一群夥伴繼續學習。另外，期許在外來的交換，能透過讀書會所訓練的口語表達，順利的在國外學習時，成功表達自己的淺見。

[奕寧]：

我的理想是能說一口流利且邏輯順暢的英語！理想很美好，但付諸行動才是最難的部分。在英語自學小組結束之後，我將繼續透過報名檢定、參加其他 FB 社團舉辦的英語讀書會，讓自己持續的進步！

[兩騰]：

由於未來有出國再深造的打算，所以在這想不斷精進自己的口語表達能力。讀書會讓我這學期有持續接觸英文的機會，也讓我對自己對學習方法更有掌握，將來會依照這個模式保持對英文的語感，朝目標邁進。

[謙云]：

歷經了一次英文面試的經驗，讓我更加希望自己能在英文表達上有所進步。除了硬實力上的能力增進，其實很多時候對於英文口說存在的畏懼，可能讓我自己進步幅度不顯著，我希望自己可以克服這樣的心理障礙，並且持續把握英文表達的機會！

[為世]：

期望透過讀書會，培養自己英文應試技巧，預計報名托福考試並取得超過100分以上成績。盼能運用該成績，申請校際交換，至加拿大多倫多大學進行「國際人權法、國家保護責任」研究。

國立政治大學教學發展中心
107 學年第 1 學期外語學習行動小組成果報告書

小組編號		
小組名稱	拖 1 福	
小組計畫主題 (請勾選)	<input checked="" type="checkbox"/> 基礎能力增強 <input type="checkbox"/> 科技取向 <input type="checkbox"/> 留學取向 <input type="checkbox"/> 第二外語 <input type="checkbox"/> 商業取向 <input type="checkbox"/> 新聞取向 <input type="checkbox"/> 文學取向	
小組召集人/系級	邱秉逢/金融三	
計畫主題	外語學習行動小組-托福讀書會	
小組成員 系級/姓名	金融三	邱秉逢
	金融三	石逸璇
	金融三	陳緯君
	金融三	廖聲樺
	金融三	方忠怡

目錄

一、計畫動機與目的

(內容與申請企劃書同，可再增減修改)

二、選用參考書目／選用外語自學系統／其他

(內容與申請企劃書同，可再增減修改)

三、活動回顧

1. 進行方式
2. 執行時程
3. 外語自學系統使用說明
4. 活動剪影

四、實際成效與綜合檢討

五、成員心得

六、未來展望

2.執行時程

次數	日期 (年/月/日)	開始時間 結束時間	地點	討論主題
1	107/10/11	16:00-18:00	商院研討	How to maintain work-life balance? Do you like your current major? Why or why not? TOFEL session
2	107/10/18	16:00-18:00	商院研討	How to define success? Are you satisfied with your time management? TOFEL session
3	107/10/25	16:00-18:00	商院研討	Whose your Mr. Right? Mock Interview!
4	107/11/15	16:00-18:00	總圖集思	Show and tell. Debate session TOFEL session
5	107/11/22	16:00-18:00	總圖集思	Are you a talented sales? What's your Favorite song TOFEL session
6	107/11/29	16:00-18:00	商院研討	What's your Xmas Plan? Tariff Man – Trump! TOFEL session

3.外語系統使用狀況

MyET – 國立政治大學 105302060 國立政治大學

聚焦

Language Learning That Works

Bill
學習: 英語
學習時間: 30時 57分

經驗值: LV 9
證書: 24

莊千懿, ♀, LV97, TW
ellenlin, ♀, LV1, CN
薛舒, ♀, LV15, CN
黃翊恩, ♀, LV3, TW
會員總數: 3,600,221

作業與班級

比賽

風雲榜

單字
lwy0913已學會3133個單字

文法
bich2605的文法已進步4100分

會話
b10540132的會話已進步15000分

英語經驗值
Ewaha的英語是LV454

ETS
hywa擁有ETS\$4,250

比賽
电气1701杨莉敏是全球语通“校园好英语”『沈阳

口說能力
卢梦环在SPT測驗得到200分

新生報到
黄惠仪刚刚加入MyET-MyCT

我的課程

以秉逢為例，至今累計 30 個鐘頭自學時間，數十張課程證書，其中包含完整的托福口說練習。

小站教育 zhan.com 距離托考倒计时 小站教育托福全真模擬考試系統 096*****60

TPO	Reading	Listening	Speaking	Writing	REPORT
TPO 1	Reading	Listening	Speaking	Writing	REPORT
TPO 2	Reading	Listening	Speaking	Writing	REPORT
TPO 3	Reading	Listening	Speaking	Writing	REPORT
TPO 4	Reading	Listening	Speaking	Writing	REPORT
TPO 5	Reading	Listening	Speaking	Writing	REPORT
TPO 6	Reading	Listening	Speaking	Writing	REPORT
TPO 7	Reading	Listening	Speaking	Writing	REPORT
TPO 8	Reading	Listening	Speaking	Writing	REPORT
TPO 9	Reading	Listening	Speaking	Writing	REPORT
TPO 10	Reading	Listening	Speaking	Writing	REPORT
TPO 11	Reading	Listening	Speaking	Writing	REPORT
TPO 12	Reading	Listening	Speaking	Writing	REPORT

托福權威資料

- 【小站原創】TPO40-51答案及解析
- 1月13日考試日各大機構機經汇总
- 2018年1月13日托福考試小站托...
- 托福口語提高方法之有效精讀及...
- 2018年1月13日考前冲刺資料
- 托福口語表達：新年願望的表達...
- 托福口語考試難點有3 解決它助...
- 詳解英文版《出師表》你所不會...
- 托福口語6題題解析技巧分析
- 托福口語發音難題 你可能片面過...
- 詳解托福口語6題題的準備方法

18天轉完 3000+ 托福核心詞

最新實用的 專項學習社群

边走边聽TPO聽題 小站托福APP 立即下載

以聲樺同學為例，他在TPO這個線上模擬試題的網站上，已經完成了數十篇的模擬測驗，最後考到97分的高分，實在是非常值得讚許。

4.活動剪影



四、實際成效與綜合檢討

1.此次外語學習行動小組實際成效為何？與預定主題『基礎能力增強、留學取向、商業取向、文學取向、新聞取向、科技取向、第二外語』是否符合？

非常吻合，且成效非常明顯。語言不是短期內可以準備好的，所以更加需要透過這樣長期讀書會的方式，一點一滴培養。

語言的目的在於「溝通」，台灣的學生，最常犯的錯誤就是不敢開口表達，但卻有很強的讀寫能力，這樣就有點本末倒置了！

所以至少，我們五位同學再這學期的讀書會過後，很清楚的了解到 TOFEL 的題型、答題技巧，以及有自信的答題。

2.小組成員在運作過程當中獲得的外語學習動力為何？以小組學習的方式是否真的增強了成員們想要一起學習／練習外語的動機？

因為在台灣，這不是一個能很長沈浸在英文的環境，因此學生更需要自己去創造英文的環境。因此「自主學習」的概念，又再一次被用上了。事實上，這也是身為這個時代的學生，非常不可或缺的一項能力。

3.請說明小組選用之外語自學系統對小組運作的幫助，並評估小組成員在本學習行動小組運作前、後外語能力的進步幅度。可以自學系統的評量成效作為標準，或於本項目中詳細具體說明。

4.可放外語學習行動小組討論記錄及相關資料。

影片雲端：

https://drive.google.com/drive/folders/1B_SwN_1NIEAXPjFZb8MEwZL0nDIhI5nu?usp=sharing

讀書會組名 | 拖1福

討論次數 | 第一次

日期 | 2018年10月11日

時間 | 4:00pm-6:00pm

地點 | 商院研討室

參與組員 | 邱秉逢、陳緯君、廖聲樺、石逸璇、方忠怡

討論主題 | 你理想中的「work-life balance」是什麼，如何達成？（馬雲故事分享）

主持人、記錄人 | 邱秉逢

Oct. 11, 2018 (First Time)

Location: Conference room in Commerce Library, College of Commerce.

-
- (I) News sharing - in NS, the presenter will share an arbitrary issue or news. Then, the presenter will lead the discussion and participants are required to address their opinions - agree or disagree, why or why not?
 - (II) Group Discussion - in today's GD, each person is going to tell us " IF YOU GOT A CHOICE AGAIN, WOULD YOU STILL CHOOSE M&B, WHY OR WHY NOT"
 - (III)Tofel Oral Test - These two weeks, we are going to practice the first & second questions in Tofel's oral test.
- Questions are randomly assigned referring to TPO (website)
-

Today's news: Alibaba co-founder Jack Ma to retire and focus on philanthropy

<https://www.independent.co.uk/.../alibaba-china-billionaire-j...>

- (1) Do you know Alibaba? What kind of business is that?
 - (2) If you were him, would you also want to retire earlier? (Think about the huge business of Alibaba)
 - (3) How to maintain the "work-life balance "? Would it come true if you work for a financial industry?
-

Reflection :

It's our very first time to run the study group! It's so glad to not only discuss academic material about the TOFEL but also share with our friends what's our opinion regarding our career path.

As we knew, grammars are very important, but sometimes it's far more significant to speak out loud confidently owning it's a "language".

We are looking forward to sharing this study group at the end of the semester.

今天我們首次執行這個讀書會！讓我最開心的是，我們不只有討論關於TOFEL的讀書計畫，我們更多的是和彼此分享著對於職涯的看法。我們固然知道，英文文法是很重要的，但更多時候，如何把英文當作是一種“語言”，很有自信地大聲說出來，或許重要性遠超過文法本身。讓我們來看看本週的新聞吧！

讀書會組名 | 拖1福

討論次數 | 第二次

日期 | 2018年10月18日

時間 | 4:00pm-6:00pm

地點 | 商院研討室

參與組員 | 邱秉達、陳緯君、廖聲樺、石逸璇、方忠怡

討論主題 | 如何定義「成功」？

主持人、記錄人 | 石逸璇

Oct. 18, 2018 (Second Time)

Location: Conference room in Commerce Library, College of

Commerce.

Today's discussion

(I) Watching a video and talk about 'what is success'?

(II) Group Discussion

(1) How do you arrange your time?

(2) Are you satisfied with your current time management? Why or Why not?

(III) Tofel Oral Test- Practicing the first & Second questions in Tofel Oral Test

Today's Video: How to define success (VoiceTube)

<https://tw.voicetube.com/videos/37040>

(1) What is "success" for you?

(2) Tell me one of your experience of failure. Did you regret to do so?

(3) How to attain to your goal as a successful man?

Reflection:

In the first part, I'm so glad that I can receive different opinions about what is 'success' from our team members. 'Success' is everyone wants to achieve in their life, however, the meaning of success is different to different people. In addition, I get a lot of useful suggestions about how to arrange my time more efficiently because this semester I really feel there isn't enough time for me to finish all the things which I want to do better. Finally, we still practice some questions about Tofel's oral test in order to help us more familiar with this part.

在第一輪，我很開心能夠接受到不同組員對於成功的不同意見。"成功"是大家在生活中所嚮往的，但對於不同人有不同的意義。此外，我得到很多建議關於如何將時間安排得更有效率，在這學期真的深刻感受到時間的不足導致無法將所有我想做的事情做到更好。最後，我們仍練習了有關托福口說的題目以至於幫助我們更熟悉題型。

讀書會組名 | 拖1福

討論次數 | 第三次

日期 | 2018年10月25日

時間 | 4:00pm-6:00pm

地點 | 商院研討室

參與組員 | 邱秉達、陳緯君、廖聲樺、石逸璇、方忠怡

討論主題 | 你的理想的另一半是什麼類型？外加模擬面試！（Mock Interview）

主持人、記錄人 | 陳緯君

Oct. 25, 2018 (Third Time)

Location: Conference room in Commerce Library, College of

Commerce.

Part1.

1. What do you consider the most important factor in a relationship? Why?
2. What would you do if you can't find your balance between friends and boyfriends(girlfriend)?
3. How do you value relationship in this phase of life?

Part2.

Mock interview: I am the interviewer and the others are the interviewees. We can do some practice and prepare for the future job interview.

Reflection:

This week, we focus on the relationship. It's an important issue for college students for most of us may run into our right one during the four-year college life. And, if we get a chance to study abroad or work in another country, something like this may also occur to us. Then, we have a mock interview in our second session. We pretend that it's a real job interview. Once we are experienced with situation like this, we won't be too nervous if we have English interview in the future.

我們這週主要討論男女關係與其價值，這個議題不只重要，能用英文去在這個議題上做討論更是有價值，不只讓我們切磋了彼此的想法，也讓我們嘗試用英文講出我們對於感情的價值觀。另一部分，我們也辦了一場小型的模擬面試，以培養參與國際公司面試的經驗和能力。

讀書會組名 | 拖1福

討論次數 | 第四次

日期 | 2018年11月1日

時間 | 4:00pm-6:00pm

地點 | 總圖集思小間

參與組員 | 邱秉逢、陳緯君、廖聲樺、石逸璇、方忠怡

討論主題 | Show and Tell – 分享一到兩件對你最特別的事物，以及他的故事。

主持人、記錄人 | 方忠怡

Nov. 1st, 2018 (Forth Time)

Location: 總圖集思小間

Time: 4 p.m. – 6:00 p.m.

Hey guys, there are three session in today's discussion.

(I) Part1. Special traveling experience(show and tell)

(II) I'm going to be a patient who is on a diet, and you guys (as a doctor) need to answer my questions and give me some advice

(III)Tofel Oral Test - These two week, we are going to practice the Third & second questions in Tofel's oral test.

Questions are randomly assigned referred to TPO (website)

Reflection:

I always look forward to discussing with my team members on Thursday. Today, we share one of our special traveling experience with others. I was amazed by their unforgettable experience. Although trying to show and tell to others in English is a little bit difficult, I'm gradually getting used to it now. I learn a lot today.

每個禮拜四的英文討論時間總讓我很期待。今天我們和彼此分享了一次特別的旅遊經驗，每個人的特殊體驗都讓我非常驚艷，也覺得很有趣。雖然要用全英文來分享，一開始比較無法適應，也可能表達的不是很好，但經過前面幾次的練習，我發現大家愈來愈好，我也愈來愈敢開口說英文了。總之，今天讓我學到很多！

讀書會組名 | 拖1福

討論次數 | 第五次

日期 | 2018年11月8日

時間 | 4:00pm-6:00pm

地點 | 總圖集思小間

參與組員 | 邱秉逢、陳緯君、廖聲樺、石逸璇、方忠怡

討論主題 | 模擬銷售/你的最愛

主持人、記錄人 | 廖聲樺

Nov. 8, 2018 (Fifth Time)

Location: Conference room in Commerce Library, College of Commerce.

Today's discussion:

(I) What's your favorite English song? Why?

(II) I'm going to be a customer who is shopping in your stores, and you guys (as a clerk) need to promote your products and convince me to buy products

Today's our fifth discussions. Today's discussion is divided to two parts. In the first part, each of our member share their own favorite English songs. Besides, we can appreciate these beautiful songs and meanings behind the lyrics.

In the second part, we enhance our English oral and promoting skills by pretending clerks and customers. By realizing and analyzing these products, we can realize how to convince customers to buy your products in a more efficient way.

今天是我們的第五週的討論。本週的討論分為兩個部分。在第一部份中，每個成

員分享自己最愛的一首英文歌曲。此外，我們可以欣賞美妙的歌曲及歌詞背後的意義。

在第二部份中，我們藉由扮演顧客及店員來增強我們的英語口說及推銷能力。透過了解及分析商品，我們了解如何透過更有效率的方式去推銷商品。

讀書會組名 | 拖 1 福 (公開)

討論次數 | 第六次

日期 | 2018 年 12 月 3 日

時間 | 4:00pm-6:00pm

地點 | 商圖研討室

參與組員 | 邱秉逢、陳緯君、廖聲樺、石逸璇、方忠怡、張欣諭、陳律羽、唐美雲、王思尹、林琦容

討論主題 | Show and Tell – 分享一到兩件對你最特別的事物，以及他的故事。

主持人、記錄人 | 邱秉逢

Dec. 03, 2018 (Public, Sixth Time)

Location: Conference room in Commerce Library, College of Commerce.

(I) What's your plan Christmas?

(II) Group Discussion - in today's GD, each person is going to tell us "What's your Xmas plan?"

(III) Tofel Oral Test - These two weeks, we are going to practice the fifth & sixth questions in Tofel's oral test.

Questions are randomly assigned referring to TPO (website)

Today's news:

Tariff Man Trump

<https://edition.cnn.com/2018/12/04/politics/trump-china-trade-negotiations/index.html>

Reflection :

Wow! There are so many people, coming with us together and practicing English. It is our great honor to invite some of our friends and discuss their ideas in English. In today's discussion, we talked about what's our plan for Merry Christmas, and News Sharing, the Tariff Man – Trump. Allen, one of our group member, is going to join a pajama party and Eva, the one invited by us, chooses to stay in her house! However, it's our last time to run the study group... It so pitiful that times flies! We wish everyone of us can keep it as the attitude not only toward studying English, but also toward anything in our life!

Cheers up, buddy!

哇！今天有好多人參與讀書會的活動，和我們一起討論、練習英文！本日的主題是，你的聖誕節計畫以及時事討論，關稅俠—川普。艾倫，我們其中一位讀書會的同學，聖誕節即將要去參加一個睡衣趴，而愛娃，今天要請來的好朋友，則是選擇在家中呼呼大睡。然而，今天是本學期最後一次讀書會，一切來之匆匆、去之匆匆，實在太可惜了！我們期許我們當中的每一個人，能夠在未來的生命中保有像這個讀書會中的熱忱，並且不侷限在英文，而是投入更多其他事情時也是如此。

5. 此次外語學習行動小組運作上需要加強的部分或是對教發中心的建議。

首先，非常感謝教學發展中心籌備這個計畫，非常有意義。哈佛的教務長曾說過，哈佛想要培育的學生，不是頂尖的考生，而是能自主學習、獨立思考的學生。事實上，台灣的教育中，非常欠缺「自主學習」的想法。我們總會聽到身邊的同學抱怨台上的教授教的東西不是學生想聽的，不錯，該學生抱怨的同時也顯示出他有好奇心與求知慾。然而，曾幾何時，想學得東西不能自己去拼湊？尤其在網路科技無遠弗屆的現在，我們更有機會去規劃自己的學習地圖，絕對不是坐以待斃。人腦若不能思考，那充其量只是受社會化過的動物罷了。

不過在感謝之餘，建議學校可以讓減低一個組別最低的人數限制，從五人調到四人。這樣肯定可以吸引到更多人來報名參加！

五、成員心得

105302060 邱秉逢

我覺得這個讀書會有點像，把表象的束縛都拖去，面對內心真正的渴望、對於自己職涯的探索。如果想出國唸書，為何不有所作為？如果想要開一間麵包店，那就走吧！如果想要當運動員，那就 take the action! 重點不是在做一個社會期待你想成為的人，而是要真正找到自己的動機，並且讓你的熱忱引領著你前進！

105302057 方忠怡

這個讀書會的設置真的很棒，每個禮拜花兩個小時左右開口說英文，而且討論的內容不只有托福考試，而是結合了生活、時事，各種有趣的題目做分享跟討論，透過全英文的交流，訓練自己用英文的模式思考。透過這個讀書會真的讓我學到很多，不僅讓我更敢開口說英文，也讓我學會如何帶領大家討論，並用英文更流暢的分享想說的話

105302026 廖聲樺

一開始因為想要練習托福的口說所以參加了這個讀書會。但這個讀書會不僅僅侷限於訓練托福口說的技巧。我們更著重於在不同的場景中可以用英文娓娓道來自己的想法。因此參加這個讀書會對我獲益良多，使我不再畏懼開口說英文。

105302001 石逸璇

這學期很开心能有這個機會參與這一場讀書會，每一次的討論，除了可以接觸到

不同的議題進而了解到每個人對於不同議題的看法，也有一些較活潑有趣的活動讓每一次的討論都非常歡樂。生活在台灣，平常真的不會有太多時間接觸到英文，透過每周兩個小時的讀書會，即便時間並不是那麼充足，但也讓我對於“開口說英文”不再那麼排斥及害怕。

105102053 陳緯君

我希望能夠過這個讀書會，提升自己的英語會話實力，不只是為了能在托福考試中獲取高分，而是希望能真正讓自己能夠用英文與他人流利溝通。除了未來出國留學需要流利的英語會話，如果有機會到外公司面試，英語溝通能力也是不可或缺的。而這個讀書會的設計真的讓我獲益良多，除了面對考試，各種情境的設計也讓我能在未來輕鬆各種場合的英語會話

六、未來展望

105302060 邱秉逢

我一直都想要做個有國際移動力的管理人才，因此我期許自己能夠到海外工作個幾年，或許可以考慮到美國頂尖的MBA就讀。但這一切都要奠基在好的英語溝通能力基礎上！所以不要忘記現在的感覺，持續的精進自己的英文實力，時時刻刻的加油加油！

105302057 方忠怡

我希望可以繼續努力不懈的學習英文，然後可以減肥成功。

105302026 廖聲樺

當初會參與這個讀書會的原因有很大一部份是我想要訓練我的英文會話能力，不單單是為了考試，而是真的想學好。「讀」和「聽」一直都是台灣學生比較擅長的部份，但更重要的是應該要學以致用，尤其是將英文運用在日常生活中、說英文時能夠更流利順暢。很佩服那些能夠用英文與對方侃侃而談的人們，也期許自己未來有一天能夠達到那個境界。而每週的讀書會確實讓我加強了自己口說的部份，並更敢開口說英文，期許自己即便在讀書會結束時仍不忘要定期安排練習時間，慢慢朝自己的目標邁進。

105302001 石逸璇

我希望未來可以去美國交換，因此增進全方位的英語能力是勢在必行的。我很高興可以成為這個讀書會的一員，和大家一起訓練口說以及分享各自的價值觀。在這個讀書會中，我每次都發覺自己越來越勇於開口說英文還有思路也變清晰。

105102053 陳緯君

我參加讀書會的原因純粹是希望能提升自己英語會話能力，不管在未來有機會去國外進修，抑或是在爭取進入國際型公司工作，能夠用英文流利溝通便是一項重要的能力。所以這樣自主學習的讀書會便給了我培養相關能力的機會，也給予我一個環境去用英語去思考，讓我真正提昇思考邏輯，而能用一個真正母語者的

角度去說英文。

附錄：臉書貼文截圖

 邱秉達 ▸ 政大學生自主學習
12 小時 · 🌐

Nov. 1st, 2018 (Forth Time)
Location: 總圖集思小間
Time: 4 p.m - whenever we wanna over

Hey guys, there are three session in today's discussion.…… [更多](#)



 陳重宇

 讚  留言  分享 

 邱秉達 ▸ 政大學生自主學習
12 小時 · 🌐


Nov. 8, 2018 (Fifth Time)
Location: Conference room in Commerce Library, College of Commerce.

Today's discussion:
(I) What's your favorite English song? Why?…… [更多](#)




 黃柏翔和陳重宇

 邱秉達 ▸ 政大學生自主學習
10月16日 · 🌐

Hey guys, there are three sessions in today's discussion.
(I) News sharing - in NS, the presenter will share an arbitrary issue or news. Then, the presenter will lead the discussion and participants are required to address their opinions - agree or disagree, why or why not?
(II) Group Discussion - in today's GD, each person is going to tell us " IF YOU GOT A CHOICE AGAIN, WOULD YOU STILL CHOOSE M&B, WHY OR WHY NOT"
(III) Tofel Oral Test - These two weeks, we are going to prac…… [更多](#)



INDEPENDENT.CO.UK
Alibaba co-founder Jack Ma 'to retire and focus on philanthropy'



邱秉達 · 政大學生自主學習

13小時 · 公

Oct. 25, 2018 (Third Time)

Location: Conference room in Commerce Library, College of Commerce.

Part1.

1. What do you consider the most important factor in a relationship? Why?..... 更多



邱秉達 · 政大學生自主學習

13小時 · 公

Dec. 03, 2018 (Public, Sixth Time)

Location: Conference room in Commerce Library, College of Commerce.

(I) What's your plan Christmas?

(II) Group Discussion - in today's GD, each person is going to tell us "What's your Xmas plan?"..... 更多



陳重宇

讚

留言

分享



邱秉達 · 政大學生自主學習

13小時 · 公

Oct. 18, 2018 (Second Time)

Location: Conference room in Commerce Library, College of Commerce.

Today's discussion

(I) Watching a video and talk about 'what is success?'..... 更多

標註照片 顯示地圖 編輯

美拍

讚

留言

分享

廣告.....

國立政治大學教學發展中心
107 學年第 1 學期外語學習行動小組成果報告書

小組編號											
小組名稱	日語自學小組										
小組計畫主題 (請勾選)	<input type="checkbox"/> 基礎能力增強 <input type="checkbox"/> 科技取向 <input type="checkbox"/> 留學取向 <input checked="" type="checkbox"/> 第二外語 <input type="checkbox"/> 商業取向 <input type="checkbox"/> 新聞取向 <input type="checkbox"/> 文學取向										
小組召集人/系級	左傑名/風管四										
計畫主題	<u>日文能力之提升-藉由讀書會之聽說讀寫訓練</u>										
小組成員 系級/姓名	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%;">教育四</td> <td style="width: 50%;">中原晨希</td> </tr> <tr> <td>企管四</td> <td>黃芝怡</td> </tr> <tr> <td>風管四</td> <td>呂智傑</td> </tr> <tr> <td>風管四</td> <td>施品君</td> </tr> <tr> <td> </td> <td> </td> </tr> </table>	教育四	中原晨希	企管四	黃芝怡	風管四	呂智傑	風管四	施品君		
教育四	中原晨希										
企管四	黃芝怡										
風管四	呂智傑										
風管四	施品君										

目錄

一、計畫動機與目的

為精進日文能力，配合課程進度，從相關課程輔助書籍和資料，依課程主題進行不同的日文能力訓練，包含以下三項主要項目

1. 會話主題演練
2. 聽力練習
3. 日本各地風俗、特色之學習

並藉由讀書會過程，由教育四中原晨希同學協助其他讀書會成員解決學習中的疑問，進而達到教學相長之效果。

二、選用參考書目／選用外語自學系統／其他

書名	新日檢 N2 言語知識(文字.語彙.文法)全攻略
作者	余秋菊
出版社	瑞蘭國際出版
出版日期	2014/05/17
原因	由於我們大家的程度大部分在 N3~N2 左右，經大家討論後，認為這本書在針對 N3 的日檢考試方面不僅面面俱到，且解釋詳細，淺顯易懂。

書名	N3 文法日語磨課師
作者	林士鈞
出版社	東和數位出版
出版日期	2015/07/29
原因	此書為政大日文輔系教授林士鈞老師所著，由於小組成員中有人修習林老師的日語會話課，在課後時間買了這本書做更深入練習，故將此書分享給大家作為參考書目。

書名	日本傳統文化事典
作者	中村義裕
出版社	遠足文化出版
出版日期	2017/12/20

原因	除了了解日文，深入認識日本的文化也是很重要的，藉由剖析日本文化，我們更知道日本人的禁忌與習慣，多了這樣的背景知識，也能讓我們在日文溝通的方面更輕鬆。
----	--

書名	快樂聽學新聞日語 2
作者	加藤香織
出版社	鴻儒堂出版
出版日期	2016-08-01
原因	除了在閱讀方面，聽力也是不能忽視的日語能力，由於聽力內容非常廣泛，故我們選擇新聞日語來做題材。此書出版日期也很新，能和近年的時事作連結。

書名	進階 I 大家的日本語、進階 II 大家的日本語
作者	株式会社 スリーエーネットワーク
出版社	大新書局
出版日期	1995-05-01
原因	此書為「大學外文(四)日文」之上課用書，除了可以複習上課內容，讀書會成員也較深入了解書中內容，便於讀書會的討論與進行。

三、活動回顧

1. 進行方式

大家會在讀書會前決定好主題，並討論出每個人負責查詢的資料部分，讀書會當天大家把自己的部分分享給其他人。之前讀過一本書上寫道：「教導別人是一種最高級的學習。」我們也藉由這樣難得的機會，學到了比自己苦讀還要多很多倍的知識；除了討論較艱深的日文文法語詞，每次的主題都會連結能與現實結合的日本文化、地區，讓大家能有更大的學習動力。

2. 執行時程

次數	日期 (年/月/日)	開始時間 結束時間	地點	討論主題
1	107/10/17	18:00-20:00	商學院九樓空間	自我介紹以及日語的オノマトペ onomatope
2	107/10/31	18:00-20:00	商學院九樓空間	日劇裡的日語怎麼和課本都不一樣？！
3	107/11/07	18:00-20:00	商學院九	〇〇の秋

			樓空間	
4	107/11/21	18:00-20:00	商學院九樓空間	核食禁不禁？
5	107/11/28	18:00-20:00	商學院九樓空間	從日本看台灣選舉
6	107/12/05	17:00-19:00	逸仙樓 101 教室	公開讀書會- 日本交換的大小事

3. 外語自學系統使用說明

OJAD - オンライン日本語アクセント辞書

(OJAD – online 日文語調的字典)

OJAD は日本語教師・学習者のためのオンライン日本語アクセント辞書です。約 9,000 の名詞の東京方言アクセントを調べることができます。約 3,500 の用言（動詞，い形容詞，な形容詞）について，基本 12 活用，約 42,300 のアクセントを調べることができます

(OJAD 是給日文教師、學習者的線上日文語調字典。約 9000 個名詞的東京標準語調能夠查詢。約 3500 個用言(動詞、い形容詞、な形容詞)的 12 種活用，約 42300 個的語調可供查詢。)

本次讀書會，對於我們在討論中有出入的語調部分，我們會用東京大學製作的此套系統進行查詢，雖然聲音仍稍微有點生硬，但是對於重音和聲調的部分，我們認為這是一套值得參考的系統，在很多我們不會發音的單字方面幫助了我們很多，也希望政大教學發展中心在未來，能推薦給其他正在學習日文的小組使用。

4. 活動剪影









四、實際成效與綜合檢討

1. 此次外語學習行動小組實際成效為何？與預定主題『基礎能力增強、留學取向、商業取向、文學取向、新聞取向、科技取向、第二外語』是否符合？

是。此次外語學習行動小組給予每位成員機會聚在一起，針對日語會話基礎及文法進行加強並同時討論了日本各地的文化和歷史，最後一次的公開讀書會也以交換留學為主題，讓每個未來想交換以及正在準備交換的同學們互相分享彼此的想法和資訊，並請一位已經交換回來的日文系大四學姊現身說法。與預定主題-基礎能力增強、留學取向、第二外語相符合。

2. 小組成員在運作過程當中獲得的外語學習動力為何？以小組學習的方式是否真的增強了成員們想要一起學習／練習外語的動機？

主要的學習動力來自於能和夥伴針對大家的共同興趣與目標一起成長、一起進步。以小組的方式確實增強夥伴們的學

習動機，因為比起僵硬嚴肅的課本，透過彼此事先準備的資料討論，與成員們之間的互動學習更為活潑有趣。過程中不僅加強了上課學習到卻仍有疑問的地方，也吸收了很多課堂上學不到的寶貴知識。

3. 請說明小組選用之外語自學系統對小組運作的幫助，並評估小組成員在本學習行動小組運作前、後外語能力的進步幅度。可以自學系統的評量成效作為標準，或於本項目中詳細具體說明。

OJAD - online 日文語調的字典給予的幫助比我們想像中的還要多許多，因為發音對於外國學習者一直以來都是非常重要的部分。在小組成立前，大部分的成員都不知道有這樣的資源，面對不知道該如何念的時候，往往求助無門。但小組成立之後，與夥伴們一起善用字典使我們減少許多腔調的問題，一個學期下來，大家的發音都進步了非常多呢！

4. 可放外語學習行動小組討論記錄及相關資料。

最讓我們充滿印象的一次讀書會是最後的開放讀書會，故將該次討論相關紀錄放入報告書。開放讀書會要以什麼主題邀請來參與的大家覺得是有收穫的一直是我們這組努力思考的問題，因為我們希望每個人都能開開心心與我們一起學習。所以我們簡單製作了 google 表單透過臉書詢問大家最希望我們舉辦什麼樣主題的讀書會。最後是由日本交換最高票，我們便決定以此做為讀書會的主軸。

大家會選擇日本交換主要是因為有需求，我們也將我們認為最重要內容劃分為日本大學課程與學習經歷、日常生活文化及旅遊趣事三大主題並邀請曾經去日本交換或計畫要去日本交換的同學來參加，互相交流。首先日本大學課程主要包含上課的方式、同學之間的互動、考試報告的評分等，由幾位從日本交換回來的同學向大家介紹，並表達自己的感想，因為不是用自己的母語學習所花費的時間與精力一定比在政大還多，但也是提升自我外語能力的大好機會，幾位同學都表示在一定的壓力下，進步的幅度完全超乎自己所預期的。接著主要分享非常實用生活文化的部分。從辦理簽證、宿舍資訊、日常生活花費開銷，同學們都不藏私的與大家分享，希望幫助所有計畫去日本交換的同學。最後，旅遊趣事除了大家互相分享自己的旅遊經驗之外，我們也與前幾次讀書會內容連接，將前幾次的部分內容融入到本次的讀書會中與大家交流。

無奈時間短暫，完全不夠我們使用，但我們也不想浪費大家能一起交流的機會，於是我們也徵求大家的同意成立了日本交換小教室的 LINE 群組希望能延續大家的熱情，持續分享與學習!!

5. 此次外語學習行動小組運作上需要加強的部分或是對教發中心的建議。)

在時間分配上可能是需要加強的部分，常常因為對某一個議題或主題討論太過熱絡，導致壓縮到其他原本也花時間準備的內容或是發生討論會時間不夠用的情形。

五、成員心得



風管四 左傑名

這是我第三次參加外語小組的活動了，我覺得這次參加的過程是我覺得最順利也最開心的一次，因為前兩次的成員大多都畢業了，所以這次的讀書會換了一批新的成員，而身為負責人的我，一直很害怕大家會無法順利習慣我們的讀書會，或是在活動進行上有很多不順利的地方，但最後大家進行的過程比我想像中的還要好很多，要特別感謝中原晨希同學，從大學開始在台灣讀書的她，雖然是日本人，但是中文真的非常好！不僅能解決我們在日文學習上的疑難雜症，還可以用中文跟我們交流，還會補充日本人的看法和日本當地的風土民情，能夠

繼續組讀書會真的很開心！每次的外語自學小組讓我學習到很多。



風管四 呂智傑

因為我是剛開始學習日文，又剛好被同學邀請進來日文學習小組，感覺很新鮮也很興奮，覺得初學者就可以跟這麼多資深的同學一起學習，真的是很幸運，更好的事組內就有一個日本來的同學，同時他的中文也講得非常好，常常順利解決我們組內的疑惑，不只如此，他也跟我們介紹了很多日本的文化以及習俗，讓我們在討論的時候更增添了許多樂趣，不只是單純的學習文字，而是在了解一個國家，希望之後有機會能在組織日文學習小組，讓自己能夠再吸收更多有趣的知識。

風管四 施品君

第一次參加這種類型的讀書小組，讓我發現原來學日文也能很有趣！無論是大家一起討論台灣和日本的不同議題、中原晨希同學對於我們日文小組也有極大的幫助，因為她作為道地日本人，往往能點出我們台灣人在學習上的盲點，這次真的讓我獲益良多。



企管四 黃芝怡

從大二輔系到現在，學習日文也已經邁入第三年，在學習的過程中其實多多少少會碰上一些疑惑，或者因為價值觀上的差異，對於老師在課堂上分享的禮儀文化等總有些難以理解或認同之處。這次的讀書會對我來說是解開這些謎團的一個好機會，除了可以跟一起修習日文的同學互相討論學習上遇到的問題，組內的日本同學透過比較台灣和日本的差異，

讓我們更能簡單地理解和認同文化及禮儀。

雖然是第一次參加，但我覺得有機會可以跟同學一起討論、交流，對於學習外語其實有很大的幫助，除了互相督促、解惑之外，對於害怕一對一交流而不敢申請語言交換的我來說，透過小組討論分享的模式，同時結識外國朋友，有很大的收穫！



我覺得不錯的是我們這一組不只學到了日文的新單字或是語句，更學到了一些日本的文化。比起一個人讀日文，跟同學們讀書使得學習更有趣也產生更明確的目標與動機。每次的討論都會有新的發現，自己的想法也更豐富了！

六、未來展望

經過這次的讀書會，讓參與的各位在日文程度上有明顯的提升，在日語會話上大家也越來越勇於開口。在未來如果時間允許，希望能大家能夠繼續一起用不同的方式學日語，藉由這樣的過程慢慢累積實力，期望在下一次的日檢中大家能一起通過日本語檢定 N2 考試，並且有機會一同實際到日本旅遊，直接親身體驗日本文化，並用日語與日本人溝通交流。最後，也希望能因為這次的讀書會，能讓大家在未來的日子中，不管是生活、職涯發展各方面，皆能達到一定的正面影響。

「托你的福」外語學習行動小組

小組名稱	托你的福		
小組計畫主題 (請勾選)	外語學習		
計畫召集人	教育三 105102017 蔡易宸		
小組閱讀主題	托福單字練習及寫作口說練習		
小組成員 系級／姓名	系級	學號	姓名
1	中文四	104101057	李雅涵
2	教育三	105102017	蔡易宸
3	東南學二	106510009	林瑋祺
4	統計三	105304056	宮子芸
5	會計三	103303053	鄭秀榆

一、計畫動機與目的：

由於獨自研究、學習托福的動力不足，可能導致荒廢或是學習效率低落……等問題導致學習成效不佳。故我們決定組成外語學習行動小組，以小組學習的方式，透過每週訂定進度，互相督促討論，一起增進英文能力，希望成員們都能在托福考場上自信發揮。此外，我們也將尋找輕鬆有趣的方式運用在讀書中，讓困難的英文變得容易理解與吸收。

二、計畫主題：

(一)選用參考書目：

書名	托福 TOEFL 字彙聖經
作者	康老師、威廉老師
出版社	新焦點國際文教顧問有限公司
出版日期	2015/07/25
原因	除了學長姐的推薦之外，閱讀過書本的章節後，對於理面補充多的單字，也有同義詞和反義詞的比較，對於吸收單字來說有一定的成效。

書名	新托福 TOEFL 金牌教程
作者	[美] 卡利斯
出版社	世界知識出版社
出版日期	2017年3月
原因	網路上以及有托福教學經驗的老師推薦這套書籍，它以聽、說、讀、寫作分類並循序漸進的教導托福的考試方式及解題技巧。

(二)選用外語自學系統：

系統名稱	My-ET
網址	http://tw.myet.com/MyETWeb/PersonalizedPage.aspx

原因	在學校的推薦下，大家決定利用試著利用這個系統練習英語口說。
----	-------------------------------

三、活動回顧：

(一) 進行方式：

依照預定討論時程表上的進度進行讀書會。其中，單字的部分採取小組成員輪流出題的方式，每週一位組員負責出題，並在該週週一時上傳到群組，讓大家自行找時間測驗，並於每週三讀書會時間時將所遇到之問題提出來和成員們討論。而每週讀書會除了一起練習單字和閱讀的部分，也將一起練習寫作和口說，希望透過大家一起練習讓學習的過程變得更加有趣及有效率。

(二) 執行時程：

次數	日期 (年/月/日)	開始時間 結束時間	地點	討論主題
1	107/10/15	16:00-18:00	商學院 8 樓會計園地	分享學習方式+單字測驗 1
2	107/10/17	16:00-18:00	商學院 8 樓會計園地	單字測驗 2+寫作練習
3	107/10/24	16:00-18:00	商學院 8 樓會計園地	單字測驗 2+口說練習
4	107/10/31	16:00-18:00	商學院 8 樓會計園地	單字測驗 3+寫作練習
5	107/11/21	16:00-18:00	商學院 8 樓會計園地	單字測驗 4+口說練習
6	107/11/28	16:00-18:00	麥當勞，開放性讀書會	單字練習 5+寫作練習

(三) 外語自學系統使用說明：

系統名稱	My-ET
網址	http://tw.myet.com/MyETWeb/PersonalizedPage.aspx

原因	在學校的推薦下，大家決定利用試著利用這個系統練習英語口說。
----	-------------------------------

(四)活動紀錄與剪影:

第一次讀書會

日期：10/15 (一)

時間：9-10 a.m.

地點：商學院八樓會計園地

參與組員：蔡易宸、李雅涵、

鄭秀榆、林瑋祺、宮子芸

討論主題：工作分配、讀書進度安

訂定方法讀書方法

會議內容：

1. 組員讀書方法分享
2. 訂定讀書計畫
3. 討論之後讀書會時間及進行方式
4. 工作分配



排、

(二)第二次讀書會

日期：10/17 (三)

時間：16:00~18:00p. m.

地點：商學院八樓會計園地

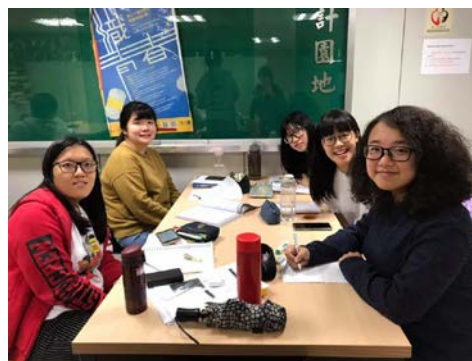
參與組員：蔡易宸、李雅涵、

鄭秀榆、林瑋祺、宮子芸

討論主題：托福單字測驗檢討、托福口說練習

讀書會討論內容：

1. 每週測驗單字書 20 頁，約 150 字，由成員輪流出題，線上完成單字+閱讀測驗後，與會進行檢討。(由單字本：「托福 TOEFL 字彙聖經」出題)



2. 練習托福口說測驗

一開始要開口練習，大家都有些害羞。兩人兩人一組，再由另一人念題目並計時，模擬托福實際的考試方式。起初的回答發現大家都答得不太順暢，若一味地練習新的題目可能並無太大助益。經過討論，我們決定針對單一題目共同討論回答方式。集思廣益配合書本的範例想出內容，加上有條理的以 First, also, therefore 等詞，讓回答更加完整。此次練習主要針對口說題目中常出現的「個人經歷」練習。回家也有小作業，自己模擬練習六個題目，下次讀書會以抽考的方式檢驗。

(三)第三次讀書會

日期：10/24 (三)

時間：16:00~18:00p. m.

地點：商學院八樓會計園地

參與組員：蔡易宸、李雅涵、

鄭秀榆、林瑋祺、宮子芸

討論主題：托福單字測驗檢討、

托福寫作練習

讀書會討論內容：



1. 每週測驗單字書 20 頁，約 150 字，由成員輪流出題，線上完成單字+閱讀測驗後，與會進行檢討。(由單字本：「托福 TOEFL 字彙聖經」出題)

2. 練習托福寫作測驗

我們選用《新托福金牌寫作教程「基礎版」》一書配合討論。此書首先介紹托福寫作測驗規則，題目將會有一篇閱讀以及聽力段落，而我們需要在 20 分鐘內寫出一段支持或反對題目的小作文。書上推薦我們使用摘錄文章的技巧，以快速理解閱讀和聽力的篇章內容，加快組織寫作結構的速度。但重複抄錄很有可能被認為只是照抄文章，所以我們需要練習用自己的話摘錄重點並使用到自己的寫作中。還沒開始做的時候覺得很簡單，只是摘錄文章而已，實際做的時候發現有點難度，因為必須將文章上較困難的詞彙簡潔表達，有時候卻很難想出和文章內容相似的詞語。後來我們參考書附錄的答案，作者其實使用很平易近人的詞彙，或是將文章中困難的詞換成簡單片語，甚至用到網路用語和縮寫，目的只是要讓自己寫文

章的時候有資料、並且不會像是在照抄
目而已。後來我們練習許多題型，漸漸
握到了摘錄的訣竅。



(四)第四次讀書會

日期：10/31 (三)

時間：16:00~18:00p. m.

地點：商學院八樓會計園地

參與組員：蔡易宸、李雅涵、鄭秀榆
、林瑋祺、宮子芸

討論主題：托福單字測驗檢討、托福口說
練習

讀書會討論內容：

1. 每週測驗單字書 20 頁，約 150 字，由
成員輪流出題，線上完成單字+閱讀測驗

後，與會進行檢討。(由單字本：「托福 TOEFL 字彙聖經」出題)

2. 練習托福口說測驗

承接之前的測驗，大家回家都要有針對不同的題目先進行擬稿和背誦，在本次討論會中，從不同的題目中，抽取一個題目，當場講述給大家聽。在本次的討論會中，大家的口說練習有漸入佳境，一方面說比起之前更加明白托福考試內容，另外一方面我們也逐漸抓到托福口說的要點和邏輯，但是在時間的壓力之下，即使是已經有準備的題目，還是會有緊張導致講不出來的情況，所以本次討論會完，希望大家可以針對限時的部分再多加練習，下次討論會時會驗收。



(五)第五次讀書會

日期：11/21（三）

時間：16:00~18:00p. m.

地點：商學院八樓會計園地

參與組員：蔡易宸、李雅涵、
鄭秀榆、林瑋祺

討論主題：托福單字測驗檢討、
托福口說練習

讀書會討論內容：

1. 每週測驗單字書 20 頁，約 150 字，由成員輪流出題，線上完成單字+閱讀測驗後，與會進行檢討。（由單字本：「托福 TOEFL 字彙聖經」出題）
2. 討論下周開放性讀書會進行方式
3. 練習托福口說測驗

承接之前的測驗，大家回家都要有針對不同的題目先進行擬稿和背誦，在本次討論會中，從不同的題目中，抽取一個題目，當場講述給大家聽。在本次的討論會中，大家都有許多進步，但是在時間的掌握和一些語句的修飾部分還需要多練習，還有就是當我們真的忘記自己要表達什麼的時候的臨場反應。

(六)第六次讀書會(開放性讀書會，6分鐘影片)

日期：11/28（三）

時間：16:00~18:00p. m.

地點：麥當勞

參與組員：蔡易宸、李雅涵、鄭秀榆、
林瑋祺、宮子芸、林格安、魏瑋萱、
陳虹穎、沈貝珊、李彩媛

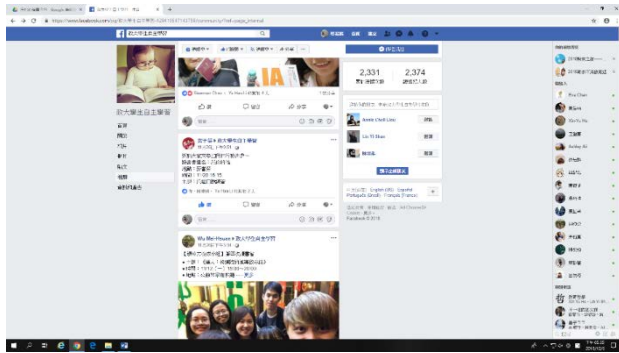
討論主題：托福口說練習

讀書會討論內容：練習托福口說測驗

※影片連結：



<https://drive.google.com/drive/folders/1AHVDjmwC-G5VHqGS3NETRxI7aQB0C90j>



四、實際成效與綜合檢討：

- (一)此次讀書會讓來自不同科系的我們有更多機會能夠聚在一起討論、互相督促、練習托福的口說及寫作。雖然實際的成效很難在短時間內客觀的呈現，但一次次的相處和討論下，彼此間的感情也更加熱絡。
- (二)大家從一開始對於開口用自己不太有自信的英語說話時那種害羞、尷尬的狀況，逐漸進步到後來能夠自在地練習，並互相討論。從過程中一點一滴的進步，且讀書會確實創造了一個難能可貴的方式，讓我們保持著自主學習的動力。
- (三)運作上可以改善的地方是，大家可能遇到的期中考時間不同，因此讀書會的時間有時候很難配合得上所有人可以的時間。或許可以提早討論大家可行的時間，盡量避開大考，避免有時候需要同時準備考試又要同時準備讀書會的內容，以免壓力太大。

五、My-ET 外語自學系統使用心得：

(一) 中文四 李雅涵

我們這一組選用了學校的 My-ET 系統來練習托福口說項目，使用說明非常簡潔易懂，即使是第一次使用 My-ET 的人也可以輕鬆上手。

進入「托福口說萬用模板」，每一模板是一種托福題型，並且會附上學生必須先做的動作，例如摘要重點、組織聽見的內容等等。以第一種模板為例，它是托福題型中「說明自己意見，並提供幾個支持的理由」，裡面有 20 個句子，其中還有轉折語、助詞，讓我知道如何開頭、接下一句。老師會把這些句子全部先念一遍，讓我稍微熟悉一下句型，下面有「單句練習」、「複誦」、「強化學習」、「自我檢定」、「跟讀」等模式。My-ET 有一個讓我覺得很特別的系統，它會根據錄音，從「發音」、「語調」、「流利度」、「音量」來判斷和老師的講法接近度。我自己喜

歡先單句練習，在這個時候可以得知我講某一句的得分，接著根據四種指標來細細修正讀音。之後，選擇「跟讀」模式，這個模式設定成過關類型的練習，也就是需要一句一句說，這一句講得不錯，才能練習下一句，否則就必須重新講。我個人覺得這個模式很適合自己，可以慢慢修正自己的語調和流利度。

雖然一開始對著電腦講著平常不會使用的語言有點尷尬，但是後來也漸漸習慣了，而且練習後才發現原來我的發音和英文母語者還是有挺大一段差距的。幸好 My-ET 有量化的數字，讓我知道自己的讀音和母語者的差別在哪；當我說得好的時候，也會聽到「Excellent!」，讓我增加信心。我覺得以後還是會繼續使用 My-ET 系統來練習我的口說。

(二) 統計三 宮子芸

這是我第一次使用 My-ET, 我覺得是一個很不錯的體驗, 因為我本身不適很喜歡補習班那種班級式的口語學習方式, 我認為這個軟體是對我來說很好的學習方式, 因為它讓我能自在地練習英語口說, 而它還有錄音的功能, 能夠判斷我與老師念法的接近程度, 讓我能夠了解我可能那些方面還需要改善, 我想我會繼續使用 My-ET 來練習我的口說。

(三) 教育三 蔡易宸

經過這陣子使用 MY-ET app 的經驗，我覺得 MY-ET 是一個很不錯的 app。它裡面有許多好用且方便的功能，例如：它會測試你的發音、音量……等，並根據你的發音和老師的發音類似程度作為評分標準，讓妳可以更清楚自己每一次的口說能力介於什麼範圍。並且，倘若你的發音始終沒有符合 app 中所設定得標準，則 app 會一直讓妳不斷重複練習，使妳透過循環反覆的練習，加強自己的發音和英文會話的流暢度。除此之外，在每次會話練習前，也會先播放一小段影片，讓我們可以順便加強聽力。總體來說，我覺得這次 MY-ET app 的使用經驗真的讓我受益良多，之後我仍然會持續使用這個 app 來增進自己的語口說能力。

(四) 會三甲 鄭秀榆

我是一個不太喜歡在大家面前說英文的人，和其他同學相比之下，我的口音不是最純正的，聽起來不如 NATIVE SPEAKER 一般的好聽，以前嘗試過要看美劇練習，卻往往都失敗。但是這一學期，開始使用 MY-ET 的 APP 來作為輔助，在練

習前都有一段影片可以看，全面的設計，讓我可以更加知道自己的發音有哪裡不夠好，並且可以不斷的練習。我會繼續使用 MY-ET 練習我的口說能力。

(五) 東南學二 林瑋祺

大一時有使用過 MY-ET 自學系統，覺得其中可以選腔調的部分很特別！加上有打分數的機制，會刺激自己想要多加重複練習達到更好、更接近標準的發音和語速。而我們也可以重複聽自己所錄下的發音，找出可以改善的地方，是一種很好的練習方式，尤其是托福的所有考試都是在機上考，因此這套自學系統讓我們可以提前熟悉面對電腦回答問題的方式，到了真正要上戰場時也能更順手。

六、未來展望

經過這兩個月來的讀書小組學習，真可謂獲益良多。除了增進自己在托福測驗的能力之外，更難得的是大家能聚在一起利用課餘時間，有目標又帶著歡樂的心情學習的過程。希望下學期大家若還有想一起學習的方向和目標，還能再次聚在一起學習、討論。也很謝謝學校鼓勵我們以讀書會的方式自主學習，打開了不同的學習模式，也讓我們了解到讀書會的效率及美好。最後，也希望組員們都能在增進托福能力上持續的努力，在未來的托福測驗中都能獲得好的成績和成果。

附錄一：各次的單字測驗卷

第一單元單字測驗卷

範圍：托福字彙聖經 P1-20

出題者：蔡易宸

Directions: Choose the word that best keeps the meaning of the underline word.

1. The Hotel Monaco offers the finest accommodations in San Francisco, including 201 exquisitely decorated guest rooms and 24 luxury suites.
(A) facilities (B) lodgings (C) services (D) gourmet foods
2. Elizabeth Blackwell, the first female doctor of the U.S. and of modern times, pursued advanced surgical training in Paris, but eventually abandoned the idea of becoming a surgeon due to a severe eye infection.
(A) executed (B) postponed (C) suspended (D) gave up
3. Most countries today are acutely aware of the unfavorable effects of global warming on the average temperature of the earth' s atmosphere and its oceans.
(A) vaguely (B) increasingly (C) keenly (D) tentatively
4. Prior to the attack on Pearl Harbor on December 7, 1941, U.S. civilian military officials had begun to mistrust the national allegiance of the American-born Japanese on the Pacific Coast of the America continent and in Hawaii.
(A) loyalty (B) destination (C) census (D) identity
5. With the rapid pace of the globalization and the continued growth of multinational corporations, increasing numbers of the Americans are living and working abroad.
(A) nearby (B) overseas (C) on the borders (D) in remote areas
6. A food allergy is an adverse reaction by the body' s immune system to an allergen in a specific food or ingredient- -usually a protein.
(A) progressive (B) negative (C) routine (D) lethargic
7. The prospect of upward social mobility has been an abiding force that drives many Americans to seek fame and fortune.
(A) legible (B) enduring (C) futile (D) fascinating
8. By mid-September the Green Mountains in Vermont are ablaze with

- nature' s spectacular fall foliage colors.
(A)decorated (B)intriguing (C)radiant (D)enormous
9. Even though the diet of giant pandas is primarily herbivorous, they are classified as carnivores and indeed their digestive system can account for that fact.
(A)explain (B)blur (C)complicate (D)negate
10. Animals that inhabit the polar regions have evolved a number of adaptations for reducing the effects of extremely harsh weather.
(A) incubations (B)expansions (C)setbacks (D)modifications
11. While it is sometimes considered improper to abbreviate Christmas to Xmas for reasons of religious sensitivity, most Americans accept Xmas as a valid form.
(A)convert (B)create (C)shorten (D)delete
12. When using insecticide, it is essential that the chemical be applied with great care in order not to endanger adjacent vegetation and wildlife.
(A)perennial (B)nearby (C)indigenous (D)cultivated
13. When the muscles ache, aspirin can help soothe the pain without causing marked side effects.
(A) hurt (B)get numb (C)harden (D)get injured
14. A well-designed pension system contributes to an accelerated economic growth rate.
(A) a noticeable (B)an elastic (C)a rapid (D)a retarded
15. One of California' s greatest problems is providing adequate water supplies to meet the needs of its rapidly expanding population.
(A) unpolluted (B)sufficient (C)potable (D)palatable
16. Although pencils are commonly termed "lead pencils," they are actually made of graphite rather than lead.
(A)markedly (B)really (C)increasingly (D)customary
17. The most highly acclaimed jazz artist to have emerged in the last decade is Brad Mehldau.
(A) demanding (B)significant (C) praised (D)anticipated
18. Although Nevada' s mineral resources are abundant, not all of them can be exploited.

- (A) precious (B)plentiful (C)molten (D)diversified
19. Many dietary supplements may not be necessary in that they contain ingredients that they are actually found in many natural foods.
(A)apparently (B)in fact (C)supposedly (D)obviously
20. There has been an acrimonious debate over whether biofuels can be a reliable, viable alternative energy source for petroleum.
(A)a negligible (B)an illogical (C)a bitter (D)a lengthy
21. Scientists believe that global warming and its associated effects will create a wide range of changes that may adversely affect human health.
(A) detrimentally (B) increasingly (C) inadvertently (D)enormously
22. DNA testing, the most accurate technique to provide genetic information, is widely accepted as scientifically reliable.
(A) common (B)obsolete (C)precise (D)controversial
23. One of Southern California' s most acute problems is how to ensure an adequate water supply for its residents.
(A) challenging (B)unexpected (C)persistent (D)critical
24. Forest R. Moulton proposed that some planets and their moons in the galaxy were formed by the accretion of the small particles.
(A)motion (B)reaction (C)accumulation (D)separation
25. In the Louisiana Purchase of 1803, the United States acquired the territory that nearly doubled the land mass of the young nation.
(A) exploited (B)obtained (C)explored (D)claimed

第二單元單字測驗卷

範圍:托福字彙聖經 P21-40

出題者:林瑋祺

Directions: Choose the word that best keeps the meaning of the underline word.

1. Expensive ancillary equipment was required for the operation to work.
(A) secondary (B) accompanying (C) ancient (D) plentiful
2. The author chooses to remain anonymous.
(A) annually (B) annoying (C) quiet (D) nameless
3. It is a astute move to sell just before the price goes down.
(A) incisive (B) sharp (C) clever (D) astounding

4. Most historians attribute such declines to wars and conquests.
(A) ascribe to (B) contribute to (C) attach to (D) give to
5. In fact, your ambiguous words amount to a refusal.
(A) keen (B) vague (C) definite (D) frank
6. Such administrative overhead in a business is analogous to the cost of government in a nation.
(A) attractive (B) ample (C) similar (D) altered
7. If private persons undertook propaganda they would do it at their own risk and be amenable to the laws of the country in which they acted.
(A) abundant (B) obedient (C) willing (D) rebellious
8. "We are fast verging toward anarchy and confusion," wrote an alarmed George Washington, who came out of retirement to help create the Constitution and become president.
(A) disorder (B) ordinary (C) anatomy (D) amusement
9. I've decided to learn photography in order that I may better appreciate the beauty of nature.
(A) recognize (B) value (C) understand (D) admire
10. In the animation you can discover another I, approximate to crazy me.
(A) resemble (B) appear (C) attempt to (D) apart from
11. The more comfortable we become with these sites, the more apt we are to share personal details about ourselves and let our guard down as we interact with others.
(A) appropriate (B) liable (C) anxious (D) responsible
12. He displays no interest either in you or in the goods he is paid to sell. Yet possibly that very clerk who is now so apathetic began his career with hope and enthusiasm.
(A) cold (B) dispirited (C) bored (D) uninvolved
13. Although politicians may have been more comfortable in a world where what was good for General Motors was good for America, that tended to lead to protectionism and antiquated working practices.
(A) outmoded (B) ancient (C) modern (D) alternative
14. As long as housing values kept growing, the process continued apace, and housing sales flourished not only in the United States, but also in

Britain, Spain, and other nations.

(A) accompanying (B) rapidly (C) dramatically (D) smoothly

15. To them and many other Burmese, an electoral process designed and controlled by the generals looks more like the antithesis of “true democracy” .

(A) anthem (B) antecedent (C) opposite (D) resemblance

16. We try to tell the world about the world, to persuade the expert and reach the amateur, with an injection of opinion and argument.

(A) beginner (B) professor (C) technician (D) nonprofessional

17. When BP branded itself as “Beyond Petroleum” , and the fashionable colour among oil companies was green, Exxon Mobil stood aloof from the rush to embrace alternative sources of energy.

(A) aware of (B) separate from (C) close to (D) appeal to

18. In four locations where a sunspot was soon to emerge, acoustic waves returned to the solar surface with anomalous rapidity—more than a dozen seconds faster than normal.

(A) irregular (B) annual (C) repeated (D) usual

19. As my days in Beijing turned to weeks and months, I found my desire for camaraderie transforming into the same animosity toward foreigners that I had decried when I first arrived.

(A) anguish (B) anxiety (C) hostility (D) sadness

20. In industries ranging from apparel to heavy machinery, executives say they don’ t yet have enough faith in the recovery to take significant risks.

(A) apparatus (B) clothes (C) popularity (D) sugar

21. One possible, and highly speculative, scenario is that on his deathbed, the king could skip his son and appoint the princess or one of his grandchildren.

(A) applaud (B) anticipate (C) designate (D) arrange

22. Such schemes also arouse bitterness among some Chinese scientists who have never left the country and who feel they are missing out on opportunities offered only to those who return from overseas.

(A) emerge (B) provoke (C) produce (D) present

23. In my personal role as a health leader, I am committed to improving the health of women everywhere, so that all people can attain the health and development goals that we have set ourselves.

- (A) achieve (B) accredit (C) attest (D) attend
24. He argues that carbon credits merely assuage our guilt while we carry on polluting and emissions continue to rise.
(A) sympathize (B) satisfy (C) alleviate (D) pacify
25. Successful candidates can articulate their own personal narrative and demonstrate ownership of their own story.
(A) define (B) formulate (C) joint (D) assure
26. In that future, your computer is not only incorporated into every aspect of your life but is a part of you.
(A) meaning (B) kind (C) fact (D) side
27. Only after women have been able to assert their rights in all spheres of society and culture have they been able to exert their rights in divorce court, but that is a subject for another article.
(A) declare (B) attempt (C) assist (D) alter
28. While public attention has focused on wind turbines as a menace to birds, a new study shows that a far greater threat may be posed by a more familiar antagonist: the pet house cat.
(A) amenity (B) friend (C) opponent (D) supporter
29. If they had faced a United States which they knew would annihilate most of the country's urban landscape and military power in a relatively short timeframe, would they have gone to war?
(A) maintain (B) destroy (C) kill (D) annoy
30. The system will archive the information so agencies can review it in detail.
(A) learn (B) check (C) stock (D) gather

第三單元單字測驗卷

範圍：托福字彙聖經 P. 41~60

出題者：李雅涵

一、單字

1. They were interested in all forms of sound technology and all

potential _____s for commercial exploitation.

(A) aviator (B) backlog (C) avenue (D) axis

2. It's an artificial device that stimulates the _____ areas of the brain.

(A) auditory (B) aware (C) balmy (D) awry

3. He was _____ed to an uninhabited island for a year.

(A) avail (B) belie (C) banish (D) bolster

4. They're concerned about the _____ of carbon dioxide in the atmosphere.

(A) bruise (B) breakdown (C) buttress (D) buildup

5. I _____ put my hand out to catch it.

(A) barely (B) authentically (C) broadly (D) automatically

6. In this case, the substitute is a dying woman, who is _____ for over a year with a painfully swollen foot.

(A) brittle (B) bedridden (C) breathtaking (D) budding

7. The old peasant was an _____ and close-fisted fellow.

(A) autonomous (B) awkward (C) avid (D) avaricious

8. The George Cross is a decoration that is _____ed upon British civilians for acts of great bravery.

(A) blend (B) bestow (C) blink (D) buckle

9. He believed that her kindness was merely a _____ for her real intentions.

(A) cacophony (B) camouflage (C) brochure (D) blast

10. The great world outside _____s us and should be enjoyed.

(A) beckon (B) baffle (C) barter (D) bleach

11. There are too many people involved, and something is bound to go _____.
- (A) available (B) authoritative (C) aware (D) awry
12. Reporters must be impartial and not show political _____.
- (A) bias (B) bonanza (C) blizzard (D) brevity
13. Her legs were covered in scratches and _____s after her walk through the forest.
- (A) breakthrough (B) beam (C) bruise (D) barge
14. Bluster and _____ have characterised his handling of the situation since the spring.
- (A) bombast (B) brawl (C) bundle (D) byword
15. As the trend expanded, small artist-owned and operated labels _____ed and another tier was added to the industry.
- (A) burgeon (B) breed (C) blur (D) besiege
16. We found a _____ supply of coconuts on the island.
- (A) avid (B) bountiful (C) benign (D) beforehand
17. This _____ offers a few glimpses of his life before he became famous.
- (A) aviator (B) attribute (C) biodiversity (D) biography
18. The hallways are clean, without graffiti, and violence-free, contrasting with the _____ and violence-ridden surrounding urban environment.
- (A) biting (B) beneficial (C) bleak (D) barge
19. I knew she was coming that afternoon because she had phoned _____ to say so.

- (A) bizarre (B) balmy (C) beforehand (D) bedridden
20. Guide dogs are a great _____ to the partially sighted.
(A) axis (B) bead (C) boon (D) bond
21. Choose a synonym of the word “avert” .
(A) avoid (B) animate (C) augment (D) alliance
22. Choose a synonym of the word “impediment” .
(A) barter (B) barrier (C) baroque (D) backlog
23. Choose a synonym of the word “whiten” .
(A) bleach (B) breach (C) broach (D) preach
24. Choose a synonym of the word “bedrock” .
(A) aspiration (B) isolation (C) innovation (D) foundation
25. Choose a synonym of the word “characteristic” .
(A) attribute (B) contribute (C) distribute (D) tribute
26. Choose a antonym of the word “avaricious” .
(A) rapacious (B) bountiful (C) greedy (D) mercenary
27. Choose a antonym of the word “bleak” .
(A) desolate (B) bustling (C) frustrating (D) wild
28. Choose a antonym of the word “assault” .
(A) bombard (B) assail (C) strike (D) retreat
29. Choose a antonym of the word “brief” .
(A) short (B) fleeting (C) expansive (D) concise
30. Choose a antonym of the word “brisk” .
(A) active (B) dynamic (C) impotent (D) energetic

第四單元單字測驗卷

範圍：托福字彙聖經 p. 61-p80

出題者：鄭秀榆

一、單字：

1. To be _____, I don't think we have a chance of winning.
(A) candid (B) candidate (C) canopy (D) capable
2. The Director judged that David is the best _____ for the general engineer.
(A) candid (B) candidate (C) canopy (D) capable
3. The trees formed a _____ over the yard.
(A) candid (B) candidate (C) canopy (D) capable
4. Only human beings are _____ of speech.
(A) candid (B) candidate (C) canopy (D) capable
5. This advertisement will _____ the attention of TV audience.
(A) capture (B) cardinal (C) career (D) cargo
6. Having clean hands is one of the _____ rules when you prepare food.
(A) capture (B) cardinal (C) career (D) cargo
7. He has serious aspirations to a _____ in politics.
(A) capture (B) cardinal (C) career (D) cargo
8. America wants international inspections of all _____ moving in or out of North Korea, and the freezing of North Korean assets linked to illicit activities.
(A) capture (B) cardinal (C) career (D) cargo
9. Telecoms companies are _____ about ways of recouping huge losses.
(A) casting (B) cataclysm (C) catalyst (D) caution
10. The _____ flooded the entire valley.
(A) casting (B) cataclysm (C) catalyst (D) caution
11. The offer of a new job provided just the _____ she needed.
(A) casting (B) cataclysm (C) catalyst (D) caution
12. The policeman _____ the prisoners not to play any tricks.
(A) casting (B) cataclysm (C) catalyst (D) cautioned
13. Smoking is one of the _____ causes of lung cancer.
(A) chief (B) chisel (C) choreograph (D) chronic

14. Michelangelo skillfully wielded a hammer and a _____ to create his stone sculptures.
(A) chief (B) chisel (C) choreograph (D) chronic
15. The dolphins can choreograph their own dances; that is to say, they must communicate among themselves in advance in order to put on a synchronized performance.
(A) chief (B) chisel (C) choreograph (D) chronic
16. There is a _____ unemployment problem in America.
(A) chief (B) chisel (C) choreograph (D) chronic
17. The army uses a special _____ so that military messages are kept secret.
(A) cipher (B) circumscribe (C) circumvent (D) clamor
18. The President's power is _____ by Congress and the Supreme Court.
(A) cipher (B) circumscribed (C) circumvent (D) clamored
19. The company has opened an office abroad in order to _____ our tax laws.
(A) cipher (B) circumscribe (C) circumvent (D) clamor
20. The public are _____ for a change of government.
(A) cipher (B) circumscribing (C) circumventing (D) clamoring
21. Don't _____ up your memory with useless facts.
(A) clog (B) clout (C) clue (D) coagulate
22. He has a lot of _____ with the board of directors.
(A) clog (B) clout (C) clue (D) coagulate
23. The police have no _____ to his identity.
(A) clog (B) clout (C) clue (D) coagulate
24. Blood _____ when it meets air.
(A) clogs (B) clout (C) clues (D) coagulates
25. The views of party leaders _____ to form a coherent policy.
(A) coalesce (B) coarse (C) cohere (D) cohesion
26. The movie is full of language so _____ that it should have been edited.
(A) coalesce (B) coarse (C) cohere (D) cohesion
27. This view does not _____ with their other beliefs.
(A) coalesce (B) coarse (C) cohere (D) cohesion

28. We need more moral _____ if we are to defeat the enemy.
(A) coalesce (B) coarse (C) cohere (D) cohesion
29. As the fuels were _____, they gave off noxious fumes.
(A) combusting (B) combating (C) colonizing (D) colliding
30. Many children in the school _____ the flu.
(A) came up with (B) came down with (C) came of age
(D) commensurated with

第五單元單字測驗卷

範圍：托福字彙聖經 P. 81~100

出題者：宮子芸

一、單字

1. The apartment has four separate bedrooms and a _____ kitchen.
(A) commonplace (B) compact (C) communal (D) comparable
2. The proposed new regulation is not _____ with the existing policy.
(A) compatible (B) compel (C) comparative (D) compensate
3. We must not be _____ about our achievements; there is still a lot to be done.
(A) complacement (B) compile (C) complaint (D) complement
4. There has been a _____ change in people's ideas on the subject.
(A) complex(B) complete (C) comply (D) component
5. The play is _____ of reality and fiction.
(A) composite (B) compose (C) compound (D) composition
6. Wood cuttings and sawdust can be _____ into boards.
(A) conceal(B) comprise(C) compulsory(D) compress
7. He was finally forced to _____ defeat.

- (A) compute(B) conceal (C)concede (D) conceive
8. When I _____ is my interest rather than remuneration package.
(A) concern (B)concise (C) conclude (D) concoct
9. She has expressed her opposition to the plan, and I fully _____
with her.
(A) conduct (B) condense (C) condemn (D)concur
10. I must _____ with my lawyer before I decide.
(A) confine (B) confer (C) comparative (D) confirm
11. His words are in_____ with his deeds.
(A) conflict (B) conform(C) confound (D) confront
12. The house was a ____ of architectural styles.
(A) congest (B) conglomerate (C) congregate (D)conifer
13. We are working in _____ with the police.
(A) conjectural (B)conscience (C) conjecture (D) conjunction
14. All of a sudden, I became _____ that someone was looking at me.
(A) consensus (B)consecutive (C) conscientious (D) conscious
15. As a _____ of smoking, my father coughs frequently.
(A) conserve (B) consequent (C) consequence (D) consequently
16. People who want to succeed must ____ with achieved figures.
(A) constitute (B) consort (C) consist (D) consider
17. Flooding can _____ water supplies, leading to potentially fatal
diseases.
(A) consume (B)contain (C) contaminate (D) construe
18. In the ____ of the present economic crisis, it seems unwise to lower

taxes.

(A)contemporary (B) contend (C) context (D) continent

19. The ____ of the coast of the Atlantic of America is very irregular.

(A) contour (B) contract (C) continue (D) contradict

20. His actions _____ sharply with his promises.

(A) contrast (B) contribute (C) contrive (D) contrary

21. Choose a synonym of the word “contrive”

(A)against (B) contrariwise (C) invent (D)contrary

22. Choose a synonym of the word “commonplace”

(A) ordinary(B) cooperative (C) compress (D)concise

23. Choose a synonym of the word “comparable”

(A) persuasive (B) force (C)relative(D)equivalent

24. Choose a synonym of the word “competent”

(A)compensate (B) consistent (C) convincing(D)capable

25. Choose a synonym of the word “competition”

(A)complex (B) rivalry (C) complementt (D)protest

26. Choose a synonym of the word “compulsory”

(A) mandatory (B)calculate (C) concealed (D)admit

27. Choose a synonym of the word “concentrate”

(A) imagine(B)center (C) interest (D)brief

28. Choose a synonym of the word “concrete”

(A) agree (B)specific (C) condense (D)conduct

29. Choose a synonym of the word “configuration”

(A)conform(B) prove (C) arrangement (D)confine

30. Choose a synonym of the word “constellation”

(A)construct (B) constrict (C) constrain (D)collection

國立政治大學教學發展中心
107 學年第 1 學期外語學習行動小組成果報告書

小組編號	5	
小組名稱	英語口說能力進步小組	
小組計畫主題 (請勾選)	<input checked="" type="checkbox"/> 基礎能力增強 <input type="checkbox"/> 科技取向 <input type="checkbox"/> 留學取向 <input type="checkbox"/> 第二外語 <input type="checkbox"/> 商業取向 <input type="checkbox"/> 新聞取向 <input type="checkbox"/> 文學取向	
小組召集人/系級	吳佩樺/統計三	
計畫主題	英語口說能力增強	
小組成員 系級/姓名	統計三	吳佩樺
	統計三	彭湘翎
	教育三	林毓琳
	教育三	黃育翎
	財政三	楊晴雅

目錄

一、計畫動機與目的

在過往的英文學習經驗中，大部分都著重在提升閱讀技巧以及解題能力，導致我們甚少在生活中使用英文，而只是把英文作為一個考試科目。當遇到需要開口說英文時，則感到害怕，深怕自己的發音不正確，又或是說出來的文法不對。然而，除了英語閱讀能力以外，口說能力也是很重要的一環，台灣現今的工作環境已與國際接軌，倘若無法具備良好的口說能力，則很容易被淘汰。因此，我們希望透過小組學習，增進彼此的英語口語表達能力，在說一口流利英語之前，試著克服內心的恐懼，開口說英語。

二、選用參考書目／選用外語自學系統／其他

(一)選用參考書目

書名	21st Century Communication 4A:Listening, Speaking, and Critical Thinking
作者	Christien Lee
出版社	東華
出版日期	2017/01/01
原因	21st Century Communication 的主題，與時事議題息息相關，讓我們在學習英語的過程中，也能培養問題發現、解決的能力。此外，含有線上學習網站，此本書的另一大優點，讓我們能夠在線上自我檢核學習成果。

三、活動回顧

6. 進行方式

我們將口說學習計畫分為日常生活與職場升學兩個方向，其中，日常生活為主要方向，並且藉由閱讀〈21st Century Communication 4A〉這本書作為基本訓練的加強。

其中，日常生活的部分就像是旅行、購物、興趣交流、時事討論等；職場升學的部分則是職場應對用語及升學面試準備。共同討論各種情境下所可能發生的事件後，試著模擬其中的對話。

除了小組間的對話練習，我們還希望能夠和母語人士有實際的交流與互動，因此我們在第五次的讀書會中在校園尋找外籍學生進行交談，實際練習日常生活會話，並能從中了解外國人對台灣的觀點。此外，我們也在最後一次的讀書會公開邀請大家參與，其中，也成功邀請了外籍學生參加討論，進而分享各國文化與面試經驗分享，並學習各種情境下更適當的用語及更正統的發音。

7. 執行時程

次數	日期 (年/月/日)	開始時間 結束時間	地點	討論主題
1	107/10/14	18:30~ 19:30	商院 9F	讀書會未來規劃、自我介紹
2	107/10/14	19:40~ 21:10	商院 9F	日常生活情境模擬—你最喜歡的東西是？
3	107/10/22	18:10~ 20:10	商院 9F	日常會話用語—食物描述、介紹景點、近況分享
4	107/11/26	19:00~ 21:00	商院 9F	面試經驗分享—面試經過、技巧、心得
5	107/11/28	18:00~ 20:00	商院 9F	與 native speakers 進行交談，實際練習日常生活會話
6	107/12/5	18:30~ 20:30	商院 9F	公開邀請—中俄文化交流、會話練習

8. 活動剪影







四、實際成效與綜合檢討

甲、 此次外語學習行動小組實際成效為何？與預定主題『基礎能力增強、留學取向、商業取向、文學取向、新聞取向、科技取向、第二外語』是否符合？

我們的小組名稱為「英語口說能力進步小組」，欲透過學習小組的方式加強各自的英語口說能力。

過程中，以六次不同的主題練習不同方面的相關用詞、語句，分別為：日常對話（自我介紹、興趣分享）、情境模擬練習、職場對話（面試技巧、經驗分享）及與 native speakers 進行實際對話練習。

在一次次的討論中，我們不僅能依不同主題分享自身想法，一起討論該情境下更適合的語法與精準用詞；同時也能夠對於自己的近況侃侃而談，甚至還能討論時事，在日常中自動自發的注意各議題專有名詞與說法。

六次的讀書會下來，我們認為成效相當符合當初預定的主題「基礎能力增強」，不僅讓自己在平常能有機會用英語對話，還能透過彼此的分享學習各自在英語口說上的優點，進而加強自身的不足；也透過實際與外國人一來一往的交談與小組組員之間的檢討，領會到平常容易犯的文

法及用詞錯誤，更能由外國人的對話內容學習到實用的日常用語。

乙、 小組成員在運作過程當中獲得的外語學習動力為何？以小組學習的方式是否真的增強了成員們想要一起學習／練習外語的動機？

我們在運作過程當中，獲得的外語學習動力主要為發自內心想增進英語口說能力，因為我們一致認同英語表達能力為相當重要的軟實力，不論是未來就讀研究所，或是進入職場。

以小組的學習方式的確增強了我們一起練習外語的動機，由於我們所練習的主題都相當實用，例如，生活會話、職場英語，因此在學習上並沒有相當大的壓力，而能有自信心的開口說英語。除此之外，大家的程度相當也是提起每個人學習動機的主要因素，大家不會害怕說錯而不敢開口。反之，我們一起在錯誤中學習，遇到不會表達的內容便上網查詢。

丙、 可放外語學習行動小組討論記錄及相關資料。

第一次討論紀錄：

🔪 讀書會未來規劃

因為之前都是處在線上討論的階段，在第一次面對面我們決定在把整個讀書會的流程，以及相關注意事項再順一次！特別針對其中需要公開的讀書會，我們將邀請特別來賓與我們一起進行！（因此慎重地討論了細節）

我們的六次讀書會將分別從以下六個面向進行，同時也會將英語口說的部分慢慢增多、增長，培養大家的語感跟English Mind

- 一、相見歡&自我介紹
- 二、日常生活
- 三、邀請外國人加入小組交流
- 四、職場英語
- 五、職場英語
- 六、職場英語

同時，我們的讀書會每週將會有一個主持人，負責整週討論的內容，以及口語發表的大略問題。藉由這樣的分工合作，希望每個人都能體會到讀書會互相合作學習的樂趣，更重要的是能夠有效且快樂的達成我們口說進步的目標！

🔪 自我介紹

在討論完未來一學期讀書會的概況與執行後，我們開始了我們口說進步的第一步：開口說！

根據事先列出來的问题逐一的介紹自己，從名字、系級、平常的興趣等等。特別的是我們安排了一個環節，是請右手邊的人向自己提一個問題，藉機跨出了「用英語與他人對話」的一步！也透過這樣的問答，增添了自己介紹的樂趣，更拉近了初次見面還陌生的彼此的距離。

在自我介紹結束後，我們也發現用提綱的方式能夠有效的引導我們說出篇幅更長的自我介紹，以往英語自我介紹因為非母語總是先背好，表現的像講稿一樣生硬，而此次我們列好想知道的問題，讓說者可以循序漸進的根據題目表達，能夠放鬆說的話也更多了！而接受別人提問的方式也能讓我們更輕鬆的回答，少掉「英語自我介紹」的緊張感，卻又能更認識彼此！

第二次討論紀錄：

🔪 本周主題：What's your favorite thing?

在第一次討論會的時候，我們利用提問式的方式進行了自我介紹，也討論了未來讀書會的計畫。

所以在第二次討論會，我們將主題定調在「日常生活」希望透過大家親近、喜歡的東西引導彼此能多說出一些內容，我們以「介紹你最喜歡的事物！」輪流發表，有幾個人說了最喜歡的歌手，有人介紹了最近在看的影集，也有人介紹近期喜歡的Youtuber。

也因為這些內容都是我們自己喜歡的，所以有很熟悉，儘管用英語口說仍然能說出很詳細的內容，而日常生活的內容也很容易引起彼此間的共鳴，比如有人提到最喜歡的歌手是Taylor Swift，這個大家都很有共鳴的歌手，就能夠互相分享最喜歡的歌曲，或者討論歌手風格間的轉變。

🔪 情境模擬

在進行完主題討論之後，我們設定了一個「課堂分組成員討論日常」的模擬情境，透過情境練習如何表達我們的日常生活。

我們的情境是一群正在準備分組報告的小組成員互相聊天，在上了一個早上的課之後聚在一起，以“What classes did you have this morning?”開啟了我們的討論，大家分享了彼此早上的課程，也延伸最近的日常生活。

在進行情境模擬的時候我們遇到了一點小問題是情境有點難設定，就算有了情境好像也很不知道要開口說什麼，所以我們還是決定拋出一個問題讓大家回答，在進過了前兩次這樣的練習後，大家就開始能夠很順利的接著聊天，不需要在做太多的問題引導，可以像我們平常用中文聊天一樣，一個接著一個話題下去！

第三次討論紀錄：

🔪 食物描述

我們第一個討論的內容為派一位小組成員形容台灣的有名食物，其他人根據她的敘述猜測。描述的過程中，我們會形容食物的顏色、味道、聞起來如何、是哪個縣市特有的名產。大家對於這個活動都感到很有興趣，一方面能夠練習自己描述的能力，另一方面也思考著哪些食物是極具台灣特色。以下為我們選出能夠代表台灣特色的食物：雞蛋糕、皮蛋、鳳梨酥、蚵仔煎、冰火湯圓、小籠包、火鍋。

🔪 介紹景點

介紹景點的部分，我們請當日的嘉賓想不同的台灣縣市，我們進而用英文介紹這個縣市的特色以及地理位置。例如，講到台南，就會想到台南市有很多歷史遺跡，像是億載金城、赤崁樓，特色美食則有棺材板。在聯想的過程中，發現有許多英文專有名詞是我們所不熟悉的，也上網查詢了一下。

🔪 近況分享

在前兩次的破冰之後，大家似乎更能侃侃而談近日所發生了，透過這個主題，我們不僅開口說英文，也更加認識了彼此。閒聊了大家彼此在忙些什麼，在一起練習口說之前上了什麼課，有人最近被考試轟炸，有人在不同的活動中穿梭，也有人喜歡在球場上揮灑汗水。

第四次討論紀錄：

✎ 面試經過

一開始，大家分享各自的面試經驗及經過，不論是模擬面試、社團面試、公司面試又或者是活動的面試，每一個面試絕對會被問到的問題就是自我介紹，所以我們討論應該要如何在短短的幾分鐘之內，讓面試官了解我們、知道我們的優勢、以及我們是不是適合的人選；經過討論之後，我們認為比起平鋪直敘的自我介紹，面試技巧的運用是十分重要的。

✎ 面試技巧

其中一位成員翺跟我們分享了她的模擬面試的經驗，她提到老師建議大家可以多多利用STAR原則，所謂的STAR原則是指Situation（情境）、Task（任務）、Action（行動）及Result（結果）四個英文單字的縮寫，也就是利用自己過去的經驗，加強說明自己的個性，讓面試官可以輕易的分析面試者的能力。

另外一位成員湘翹，與我們分享她去公司面試時，人資部門提出的建議，除了上面提到的情境式講法之外，她說依照不同的產業可以有不同的穿著打扮，例如高科技產業面試時幾乎都以襯衫、牛仔褲為主，但是公關公司則是以西裝為主。穿著打扮是否合適也是一件很重要的事情，因為那是面試官對於面試者的第一印象。

✎ 面試心得

面試的結果本來就是幾家歡樂幾家愁，並不是非常努力就一定會被錄取，除了面試者本身的能力之外，面試官也會在意面試者與團隊是否契合，但是扣除這些不可掌握的因素之後，我們認為只要多多善用以上提到的面試技巧，就可以為面試的表現加分！

✎ 時事討論

最後的最後，因為九合一大選剛剛結束，是台灣近期一個很大的活動，因此成員們也彼此分享了對於這次選舉及公投結果的看法，用英文聊這些議題對我們來說是有點難度的，不過透過這次練習之後，如果將來遇到對於台灣政治有興趣的外國朋友，我們可以用更流利的與他們分享我們的看法。

第五次討論紀錄：

✎ 與第一位外國人的交流

第一位和我們討論分享的是從瑞典來的Jonas，交流的過程十分融洽，即使我們有語意不順或是停頓的時候也很耐心的聽、理解我們想表達的意思。

首先我們聊到了目前就讀的科系，隨後聊到了未來的求職方向；因為Jonas的商學背景，他未來將會選擇銀行業或是顧問相關的工作，一來一往的分享，讓我們也開始思考自己未來的發展，也了解了組員們不同的興趣。

隨後聊到Jonas選擇的台灣交換的原因，才發現他是希望能到東亞國家交換，最後是恰巧到台灣來，在台灣交換的約半年時間，他對台灣的印象是熱情的人、方便的交通跟乾淨的環境印象特別深刻，對此感到很幸運也很開心能到台灣體驗；同時在交換期間，Jonas也到其他城市去了解台灣，欣賞台灣的自然美。

✎ 與第二位外國人的交流

第二位和我們討論分享的是從俄羅斯來的Eugene，在結束和Jonas的對話後，我們有稍微檢討了各自應改正的地方，因此在和Eugene對話時較為流暢、順利。

首先我們一樣聊到了目前就讀的科系，Eugene是這學期剛來政大攻讀外交博士學位的學生，這是他在台灣的第三個月，當我們聽到他是博士生的時候相當驚訝，因此非常想知道為什麼他會選擇台灣，他回答說其實他也有申請其他亞洲國家，例如南韓，但他選擇台灣主要是想研究關於台灣和中國的國際關係，而選擇政治大學的原因則是因為他認為政大在外交學這一方面是台灣最優秀的。

此外，當我們問到他在台灣這三個月印象最深刻的地方，跟Jonas一樣，他認為是台灣人！他覺得台灣人相當的熱情，也非常熱心助

人。

雖然只在台灣短短三個月，Eugene已經去過許多縣市旅行，例如：花蓮、宜蘭、台中...等，在這些城市也都有留下美好的回憶。

✍️心得感想

透過和Jonas還有Eugene的交流，除了有訓練的英語對話的機會、練習短時間內思考自己的想法並選擇適切的單詞或是語句去表達，若往後有機會多安排類似的交流，我們相信自己的口說能力定能逐漸進步。

此外，這次的經驗還能了解外國人對我們國家的觀點，以及那些我們未知的台灣，希望下次有機會可以向更多外國人介紹台灣文化與景點，讓更多人認識台灣！

第六次討論紀錄：

✍️興趣分享

首先，每個人分別做了自我介紹，因為之前的討論會就有做過類似練習，因此組員們皆可以有流暢且有條理地進行，也透過彼此的自我介紹發現Eugene竟然也會講韓文，大家感到相當訝異，甚至請他用韓文自我介紹。

此外，Eugene的興趣讓大家十分佩服，他來台才短短三個月，已經爬了台灣許多的山，甚至還反過來和我們推薦台灣值得一爬的山。而奕凡和悅茹則和我們分享了他們各自喜歡的音樂類型和歌手。

✍️文化交流

接著，我們向兩位俄國人介紹台灣的特殊節慶及其背後的神話故事。令我們驚訝的是，外國人對於這些故事相當有興趣，他們對於新年貼春聯在古代是為了嚇阻年獸的典故感到不可思議。因為我們從未用英語向外籍人士敘說傳統典故，其中也有些情節很難用英文完整表達，所以這對我們來說是一個新的挑戰，但藉由些許肢體語言與成員們之間的相互補充，他們還是能理解故事的脈絡。

除了介紹台灣的部分，我們也請兩位外國人向我們分享俄羅斯的特殊習俗與文化。其中奕凡提到，他們在新年的時候也會聚在一起，且為了展現他們戰鬥民族的民情，他們會相互的出拳打架。我們聽到的當下都不敢相信，異口同聲的回答"*It's ridiculous!*"

透過彼此的分享，各自皆對台灣及俄羅斯有更進一步的認識，也透過這個主題分享讓氣氛更加熱絡。

✍️心得感想

回溯我們前幾次的討論，我們曾自己討論過相同的話題，因此在這次聊天的過程中，我們能很順暢的表達、分享自己喜愛的歌曲，並分享給來賓們！雖然在交流的過程中，大家難免會沉默個幾秒鐘，但我們認為氣氛不至於太過尷尬，因為成員們在經過幾次的讀書會討論後，都較有勇氣主動提問，且很感謝Eugene跟奕凡都會主動找話題，這次的讀書會真的是個難忘的經驗。

丁、此次外語學習行動小組運作上需要加強的部分或是對教發中心的建議。

這次的英語學習小組，透過不一樣的主題，讓大家練習在不一樣的情境下，如何用英語表達自己的想法，也讓大家對自己的英語口說有更大的信心。唯一比較可惜的是，我們應該善用網路或是電影等資源，因為我們討論的主題，包括自我介紹、日常生活及職場等，都屬於平常容易接觸的，透過網路上的影片或是電影的情節，也許我們可以讓自己的口音及表達方式更貼近英文母語人士。

五、成員心得與未來展望

黃育翎

這幾週的學習過程很愉快，我們在很自在的情況下，開口用英語表達想法。印象最深刻大概是原本我們預計第五次聚會要邀請外國人參加討論，然而後來招不到人。情急之下，我們便想到改去憩賢樓以及圖書館門口隨機找人訪談，題目內容我們在訪談之前已經事先討論好。這項任務對我們而言，都是一個新的嘗試、挑戰，一開始大家感到有點羞怯，然而在第一次成功經驗過後，大家更能夠與外國人敞開心來溝通。完成任務過後，我們都感到很快樂，認為自己跨出了一大步舒適圈。希望在這次的英語自學小組過後，我也能依舊持續精進自己的表達能力，讓自己能夠自然使用英文這個語言。

吳佩樺

大家都是第一次參加外語學習行動小組，但在過程中大家分工合作，分別擔任各次讀書會主持人，負責規劃當次的主題。討論過程中，彼此都相處得非常愉快，在愉快的氣氛中也增強了自己的英語口說能力，而且也讓自己在平時也有機會用英語說出自身對某事件的想法、練習日常會話、分享面試經驗…等。參加完此次外語學習行動小組真的頗有收穫，不僅讓自己發現在英語口說上仍須加強的部分，也有了難忘的經驗—尋找外國人進行交流，原本是規劃與我跟湘翎的 buddy 進行交流，後來卻因時間上的問題無法安排，但我們這組仍非常希望有機會與外國人實際練習日常會話，才能從中得知自己是否有所進步有或是有需要改進的地方，所以我們決定在政大隨機尋找外國人進行交流，最後也成功找到兩位外國人樂意的與我們進行訪談。此次的學習行動小組結束後，希望自己往後也要持續增進英語口說能力，無論是多利用與 buddy 交談的機會又或是利用網路資源，畢竟英語已成為重要且必備的外語能力。

楊晴雅

真的很開心參與了英語口說學習小組，讓我有了一個可以練習英文口說的平台。還記得第一次見面，大家要用英文自我介紹，明明平常可以聊得很熱絡的我們卻不知怎麼的尷尬了起來，結結巴巴的對話，好像也無法完全表達內心的想法，我這才發現，因為太久沒有練習英文口說，所以能力已經悄悄的退化。經過一次又一次的練習，我們學會把自己放在不同的情境中，試著努力用英語表達，雖然有時候還是會忘記一些單字或是有一些語法錯誤，但很幸運的是，我的夥伴們都會很有耐心的聽我講完，並且在我忘記某些單字時給我一些提示。到了最後幾次，我們邀請了一些外國人參加我們的聚會，我原本以為語言的隔閡會讓我們有些尷尬，沒想到大家都聊得很開心，除了分享了對於彼此自己文化的看法，包括興趣、喜歡的食物等，甚至聊到最近的九合一選舉。我很確定，比起第一次的聚會，我們的英語口說能力確實進步了不少。語言是一種工具，需要不斷的練習才不會退步，雖然我們的學習小組即將告一個段落，但是我相信大家對英文的精進不會停止，期許未來的我們可以對於英文的用字更加精確，也可以對於自己的英文口說能力更有自信。

彭湘翎

從剛開始練習透過情境來思考、在內心事先想好疑問句來引導自己說出想法，透過這樣的練習，開始感覺到自己在開口時說的話更有邏輯性、也比較能夠順暢的表達；由比較生活化的主題像是自己的喜好或是時事等方面開始，一方面是特定主題的字彙、形容方式的訓練，另一方面也能夠由小組成員的分享來反覆學習，將更好的表達詞句記住、應用在下一段的討論中，這樣一來一往的模式，讓我能夠在短時間內集中的使用並記住。除了較生活化的內容，我們也有談論到關於職場的面試經驗和技巧，了解到別於自己興趣的其他產業，還能聽到更多面試經驗分享，學習到更多樣的表達自我方式，對自己的未來有更充足的準備。而在與外國人交談的經驗中，對我來說就像實戰演練一般，活用前幾次討論的內容，完整正確的提問以及表達自己的想法。除了口說的練習外，在談論過程中也能了解不同國家的文化、習俗等，對我來說也是額外的收穫。藉由讀書會，我發現自己比之前更自在的使用英語來聊天，對於這種些微的改變讓我感到神奇，同時再次了解到創造一個好的環境是真的很重要的，大家一起融入在當下的氣氛，很自然的一個接著一個的表達、分享；語言本來就是要持之以恆、不間斷地使用才會越來越熟悉、精通，透過這樣的讀書會讓我維持口說的習慣，真的是很棒的機會和經驗。在未來，希望我能夠持續這樣的方式，培養成好的習慣，讓自己的口說日益精進、有一天能夠像是 native speaker 一樣說一口順暢流利的好英文！

林毓琳

很開心可以參加這次的英語自學小組，同時這也是我第一次參加讀書會的組織，並且在教發中心的規定之下，我們很有秩序跟規劃了完成本次的活動。英語對於我們大家來說其實都不難，但是開口說英文這件事情卻對大家都有那麼一點障礙，因為大家會害怕講錯等等，但在這次的自學小組當中，我們把目標聚焦在敢講、能講，大家在討論的過程中會彼此幫忙，並且用不同的詞彙去解釋。最特別的是我們選擇在前四週訓練完自己之後，選擇邁出步伐挑戰，我們開始尋找校園中的外國人，希望藉由跟真正的母語人士對話，驗證我們的成果，在與母語人士的溝通過程中，雖然有時候會覺得他們說得很快，但當我們在回答或是提問他們的時候，我們的英語表達都是流利且能被理解的！很開心透過這次的自學小組，能夠在英語口說上得到進步，並且有和一群人一起一、兩個小時都用英語對話的經驗，用英語分享自己喜歡的事情、自己的生活，就好像英語是我們常用的語言一般，我想若是沒有自學小組，我可能也不會自發性地去做這件事情，也找不到一群會願意用英語跟我對話這麼久、一起練習的朋友！

國立政治大學教學發展中心
107 學年第 1 學期外語學習行動小組成果報告書

小組編號	6	
小組名稱	偉康の家	
小組計畫主題 (請勾選)	<input type="checkbox"/> 基礎能力增強 <input type="checkbox"/> 科技取向 <input type="checkbox"/> 留學取向 <input checked="" type="checkbox"/> 第二外語 <input type="checkbox"/> 商業取向 <input type="checkbox"/> 新聞取向 <input type="checkbox"/> 文學取向	
小組召集人/系級	沈映瑄/中文四	
計畫主題	像個「皇民」遊日本！	
小組成員 系級/姓名	中文四/沈映瑄	日文三/周雅琥
	風管四/蕭悅珉	
	風管四/羅凱翔	
	風管四/何貫晨	
	資科四/呂紹瑄	

目錄

一. 計畫動機與目的

因近年日本旅遊盛行，也因應全球化趨勢，學習日語成為很生活化的行動，也希望明年這個計畫完成後，小組成員至日本旅行都能使用日語溝通無礙。

二. 選用參考書目／選用外語自學系統／其他

(一)選用參考書目

書名	大家的日本語
作者	3A corporation
出版社	大新書局
出版日期	1999/2/1
原因	學日語入門用書，同時參考學校大學外文一日文(一)開課用書。

(二)選用外語自學系統

系統名稱	LearnJapanese
網址	Apple app store
原因	使用 ios 系統手機用此 app 方便於日常學習，有有聲互動免費學習又能每日循序漸進。

三. 活動回顧

(B) 進行方式

有日文本科系同學帶領，運用自學書目和軟體，小組成員每日可先依照進度自學，當周見面討論與其他成員相互練習。

3. 執行時程

次數	日期 (年/月/日)	開始時間 結束時間	地點	討論主題
1	107/10/24	17:00~ 18:30	偉康的家 客廳	五十音+日文名字
2	107/10/31	18:00~ 21:00	偉康的家 客廳	日文數字+發音規則
3	107/11/13	19:00~ 21:00	偉康的家 客廳	大家的日本語 L1+文化介紹(七五三節)
4	107/11/16	19:00~ 21:00	偉康的家 客廳	大家的日本語 L2+文化介紹(祇園祭)
5	107/11/21	17:00~ 19:00	偉康的家 客廳	大家的日本語 L3+文化介紹(感謝祭)
6	107/11/28	18:00~ 21:30	偉康的家 客廳	大家的日本語 L4+我們這一家片頭曲帶唱
7	107/12/01	12:30~ 14:00	商院風管 系系電	百人一首初體驗

3. 外語自學系統使用說明

本次選擇使用 LearnJapanese 這款手機 app。使用 ios 系統手機用此 app 方便於日常學習，有有聲互動免費學習又能每日循序漸進。成員平日撥出 5-10 分鐘自我學習，有疑問時於每次開會討論時提出，由日文系同學幫助大家解決問題。

4. 活動剪影



四. 實際成效與綜合檢討

(一)此次外語學習行動小組實際成效為何？與預定主題「第二外語」是否符合？

本組實際運作後，略有調整當初規劃的內容，使難易度更符合組員們的程度，改良過後的實際成效有以下：

1. 熟悉五十音平假名、片假名。2. 簡單自我介紹(姓名、家鄉、興趣等等)與對話。3. 日本節日文化認識。(七五三節、祇園祭、感謝祭)4. 日本傳統紙牌遊戲一百人一首之內涵。本次與預定主題「第二外語」完全符合。

(二)小組成員在運作過程當中獲得的外語學習動力為何？以小組學習的方式是否真的增強了成員們想要一起學習／練習外語的動機？

組員們的學習動機主要是能夠去日本自助旅行，故在此次日文學習小組討論中加入了許多文化的元素，拉近在台灣的我們與日本的距離。小組學習的方式可讓成員間互相交流，不時會加入各自對日本相關有興趣的話題，在學習課本知識外，盡可能融入於現實中，小組學習也脫離傳統課堂是老師一人單方面講述的方式，組員間有更多機會可以開口和換意見，確實大大增強了成員們想要一起學習外語的動機。

(三)請說明小組選用之外語自學系統對小組運作的幫助，並評估小組成員在本學習行動小組運作前、後外語能力的進步幅度。可以自學系統的評量成效作為標準，或於本項目中詳細具體說明。

本次使用 LearnJapanese 這款手機 app，提供很多 JLPT 詞彙及數字、日期、時間的表達方式，還有豐富的測驗試題幫我們檢視學習成效，省去我們額外上網找補充教材的時間，更能有系統學習日文。進步幅度上，透過反覆「五十音圖及假名測驗」，原本零基礎的成員已能熟稔五十音的筆順和拼寫；「數字表達及測驗」使有基本五十音能力者進一步運用，糾正一些發音問題；「JLPT 詞彙、分類詞彙及測驗」提供不同程度的組員精進自己的能力，選擇有興趣的字群去學習，建立個人的單字量。

(四)可放外語學習行動小組討論記錄及相關資料。

次數	第一次
日期	107/10/24

主題	日文 50 音+組員各自日文名字
心得	周雅琬 しゅうがこ 何貫晨 かかんじん 呂紹瑄 ろしょうせん 沈映瑄 ちんえいせん 羅凱翔 らがいしょう 蕭悅珉 しょうえつみん 與討論讀書會運作模式

次數	第二次
日期	107/10/31
主題	學習日文數字、日語發音規則
心得	日本文化「百人一首」ひやくにんいっしゅ（一種日本傳統的遊戲，出自《小倉百人一首》中 100 首和歌所組成的紙牌遊戲。直至今日都依然是日本過年時的熱門遊戲。）

次數	第三次
日期	107/11/13
主題	大家的日本語第一課+文化介紹（七五三節日）
心得	初めまして ちんえいせん：おはよう ございます ろしょうせん：おはよう ございます ちんえいせん：こちらは しょうえつみんです しょうえつみん：初めましてしょうえつみんです ろしょうせん：どうぞ よろしく 七五三節： 日本的傳統活動之一。在每年的 11 月，家中有 5 歲男孩和 3 歲、7 歲女孩的家庭，為祈願孩子健康成長，會到神社或寺廟參拜。因對象是 3 歲、5 歲和 7 歲的兒童，所以稱「七五三」節。 七五三節的原始來源是於平安時代，女孩都從 3 歲開始蓄髮，男孩 5 歲穿袴，女孩 7 歲結帶，開始身著正式的和服。 現在七五三節的重點之一是「千歲糖」。千歲糖是紅、白色的棒狀糖，是為表達對孩子們健康成長的喜悅心情，而千歲糖因為形狀長條還包含有長壽之意，又叫「千年糖」。

次數	第四次
日期	107/11/16
主題	大家的日本語第二課+文化介紹（祇園祭）
心得	<p>これから お世話に なります らがいしょう：はい。 どなたですか。 しんえいせん：408のしんえいせんです。 しんえいせん：こんにちは。 です。 これから お世話に なります。 どうぞ よろしく お願いします。 らがいしょう：こちらこそ よろしく お願いします。 しんえいせん：あのう これ コーヒーです。 どうぞ。 らがいしょう：どうも ありがとう ございます。</p> <p>祇園祭：祇園祭為京都三大祭之一，在每年七月舉行長達一個月的祭典，分別在7月17日（前祭）和7月24日（後祭）進行大型山鉦巡遊。祇園祭起源於平安時代，當時平安京人口急遽成長但城市公共衛生建設並沒有跟上，導致疫病一旦爆發便難以控制。人們將疫病原因歸咎於怨靈作祟，為了平息怨靈，作法供祀位在祇園的八坂神社，疫病隨之平息。後來在炎熱容易爆發疫病的夏天定期舉辦祭典，祈求潔淨及消除瘟疫。改制新曆後，在7月於京都市內舉辦例行祭典。</p>

次數	第五次
日期	107/11/21
主題	大家的日本語第三課+文化介紹（感謝祭）

心得	<p>會話：</p> <p>しょうえつみん：すみません。ワイン売り場はどこですか。</p> <p>かかんじん：地下1階でございます。</p> <p>しょうえつみん：どうも。</p> <p>しょうえつみん：すみません。そのワインを見せてください。</p> <p>しゅうがこ：はい、どうぞ。</p> <p>しょうえつみん：これはフランスのワインですか。</p> <p>しゅうがこ：いいえ、イタリアのです。</p> <p>しょうえつみん：いくらですか。</p> <p>しゅうがこ：2,500円です。</p> <p>しょうえつみん：じゃ、これをください。</p> <p>新嘗祭(感謝祭)：</p> <p>所謂の新嘗祭，原本是日本自古以來一年之中最重要的祭典。這是古代農業社會為了向神明獻上今年剛收穫的新米，並表達感謝與祈願的祭典。在古代，這個祭典是在農曆十一月下旬的第二個卯日，一連舉行兩天，在全國各大神社舉辦的叫『收穫祭』，在皇宮中舉行的則叫做新嘗祭。明治改曆之後，曾一度將祭典日期訂在十一月二十三日，並且從中央到地方 都有各種慶祝活動。不過昨天也提到了，在戰後很快的就改成了勞動感謝日。而宮中雖然不再舉行新嘗祭，天皇還是會每年派出敕使到『伊勢神宮』去祭祀。</p> <p>而根據天文曆法學家的研究，新嘗祭之所以是一種密儀，是因為它其實是一種祈求太陽重生的儀式。以身為太陽神化身的天皇，與太陽神的本尊天照大御神一同享用神饌，藉此取得稻米新生的力量。</p>
----	---

次數	第六次
日期	107/11/28
主題	大家的日本語第四課+我們這一家片頭曲帶唱

心得	<p>会話：</p> <p>そちらは何時から何時までですか</p> <p>らがいしょう：はい、104の石田です。</p> <p>ろしょうせん：やまと美術館の電話番号をお願いします。</p> <p>らがいしょう：やまと美術館ですね。かしこまりました。</p> <p>しょうえつみん：お問い合わせの番号は0797の38の5432です。</p> <p>美術館の人：はい、やまと美術館です。</p> <p>ろしょうせん：すみません。そちらは何時から何時までですか。</p> <p>美術館の人：9時から4時までです。</p> <p>ろしょうせん：休みは何曜日ですか。</p> <p>美術館の人：月曜日です。</p> <p>ろしょうせん：どうもありがとうございました。</p> <p>我們這一家歌詞(節錄)</p> <p>こんにちは ありがとう さよなら また逢いましょう</p> <p>こんにちは ありがとう さよなら また逢いましょう</p> <p>うってつけの言葉は無いけど</p> <p>帰ろう帰ろう 帰ろうよ 家まで</p> <p>こんにちは ありがとう さよなら また逢いましょう</p> <p>こんにちは ありがとう さよなら また逢いましょう</p> <p>さっきまでの熱気はないけど</p> <p>帰ろう帰ろう 帰ろうよ お元気で</p>
----	---

次數	第七次
日期	107/12/01
主題	百人一首初體驗
心得	<p>本次序歌選了「難波津之歌」，也就是名偵探柯南-唐紅的戀歌所出現的那一首，僅僅只有15分鐘的背誦時間讓選手把牌的位置記清楚，其實也是很有難度的！</p> <p>「難波津に、咲くやこの花、冬ごもり今は春べと、咲くやこの花」</p> <p>我們中間一度還有選手誤觸，真的是緊張又刺激，因為這樣等於是將雙方陣地中牌的數量差距增為2張。此外，這遊戲不只是考慮反應能力，更多的是戰術上的運用！</p> <p>最後，別覺得柯南電影中荷葉玩到虛脫很扯，真的是很耗腦力和體力的遊戲！</p>

成員心得

蕭悅珉：

我個人認為這次成員的組合非常有趣，除了一位同學是日文系的，有三位都是風管系的，而有日文基礎的還是資料系的同學。當初選擇語別時，也是考量到日文線上教材比較多，加上有日文系同學的幫助會比較方便進行。過程中，我也交了一些朋友，發現很多人私下都有在修習第二外語來充實自己，發現自己的不足，原本完全沒有日文基礎的我，從基礎的五十音開始，一個字一個字慢慢背，有時候也會懷疑自己學這些要做甚麼，以後也應該不會用到吧！到後來發現，學習的成就感就來自你看到廣告或卡通中一些單詞，可以唸出它的發音，也許稱不上多大的成就，但讓我覺得學習日文是有趣的。我覺得至今學到最實用的便是「自我介紹」，知道自己的日文名字和居住地的日文很實用加上一些簡單對話，以後遇到日本人就不怕辭窮了！雖然這個學習小組相較在外面上課的次數少很多，但也因為這種無考試和學分壓力，且以興趣為導向，我認為才是真正引發自主學習的良好動機。

沈映瑄：

計畫終了的時候真的好驕傲自己和身邊的伙伴可以堅持完成。學外語是很近期才開啟的喜好，對於學習的成就感，外語學習能給人這樣的快感。當學會一個字句、一種問候、甚至模仿些微的口音就能馬上感到成就，腦袋裡大噴多巴胺。起初學習的動機是因為旅遊，大四生的日常很容易牽扯上畢業旅行，而日本的確是個近年來台灣盛行的旅遊地區，所以和夥伴組成之初都只是希望我們到當地可以賣弄一點樣子，在旅遊的過程中更進階的「使用」語言工具。直到計畫開始不久，幾乎零基礎的團隊聚在一起從あいうえお開始發音、認字，到可以開啟簡單的對話真的是一段很愉悅的過程。而每次的讀書會除了學習日語之外也讓我期待的也就是關於日本文化的了解，因為起初考量旅遊的緣故，我們希望可以每次多認識一點日本的節慶或活動，也算是對於旅行目的地的一種風土考察吧？

並且讀書會的組成初衷是興趣，所以關於日本文化風土民情更是不能忽略。

羅凱翔：

外語學習是條漫長的道路，過程中難免枯燥乏乏味，但讀書會卻讓我的外語學習更加活潑有趣！以前學習其他外語時都只能自己默念課本上的會話，很少有與真人面對面交談的機會，但有讀書會之後我就可以和夥伴練習會話，多人對話練習讓我不再強記死背單字句構，而是真的實際運用日語，我自己認為這讓我的學習成效事半功倍，當然這都要感謝有趣又認真的組員，多虧有他們的相互協助，讀書會才能順利完成。另外值得一提的是——我們透過讀書會認識很多日本的相關文化，像是「百人一首」和「祇園祭」等等，文化的介紹加深日本的魅力，而日本的魅力也更加值我們學習日語的動力，我想這事本組讀書會最特別的地方之一。最後，因為我們的目標是要到日本旅遊溝通無礙，所以練習許多日常會話，甚至是找到會話相關歌曲加深印象，相信之後肯定派得上用場！

呂紹瑄：

自由行去了幾趟日本後，雖然憑藉英文在旅遊上並沒有什麼不便，但總是覺得不太接地氣，缺乏了與當地人深層的文化交流，畢竟在當地與路人對話時他們聽到外語總是有些卻步，還是要以當地語言最能夠交流，開始想要好好學習日文。覺得讀書會是個很棒的形式，自己學習難免會偷懶或是失去耐心，但有了朋友的一起學習不僅可以督促進度也增添樂趣，況且大家的主修與擅長方面不盡相同，因此可以看到多樣貌和從多個角度來剖析所討論的日本文化。對於平時在看日劇或是動畫時能夠聽懂片段的日文也感到十分感動，這就是學習新事物才能體會的喜悅吧我想。期許自己在之後去日本旅遊也能夠貫徹所學的外文融入在地，不再像是個失去語言表達能力永遠只會謝謝跟不好意思這兩句話，而更能夠享受旅遊的醍醐味。

周雅琬：

一開始其實不知道學校有讀書會這個計畫，一直到朋友的邀約才開始跟大家一起舉辦讀書會學習日文。因為是日文系的緣故，所以對很多學過的文法當成理所當然，沒有仔細思考它的來由，甚至有時候讀書會的其他成員提問說「那……說也是可以的嗎？」、「為什麼這個是錯的啊？」、「は和が之間有什麼差別呢？」還必須認真思考過才得以回答。透過其他人的提問，我也能複習以前學過的東西，發現學習上自己一個人沒辦法發現的盲點，也重新檢視累積的日文基礎，如此一來教學相長，能和讀書會的各位一起學習日文，慢慢成長，更因此認識並結交到不同系的朋友。因為大家的認真學習，有些成員從完全不會五十音，一步一步慢慢努力，到現在已經能開口說一些簡單的日文了！希望以後還有機會跟大家一起學習！

何貫晨：

平常生活周遭、電影電視節目等，都有很多機會接觸到日語，小時候也對於日本的卡通很著迷，一些簡單的日文常聽也會大概知道是什麼意思，家中的阿公也會偶爾唱日文歌，但卻是在這一次真正開始從頭學起，從五十音要一個一個很用力地記，到現在可以簡單地唸出看到的日文詞語，其實心中是有非常大的成就感的，也是因為有這樣的經驗，讓我更想去接觸有關日本的文化、歷史等。

很慶幸這次小組剛好有日文系同學，其他同學也有部分對於基礎日語有接觸，在學習上遇到困難時都能馬上詢問，大家互相討論、解答，這種感覺比起一個人在家裡自己苦讀來得更有效率，也更有趣豐富，非常喜歡這次成立的日文讀書會，也激起我繼續學習日文的動力！

五. 未來展望

本組成員在讀書會結束後，對於未來展望有著短期、中期及長期的目標。短期目標是完成我們成立讀書會的初衷，在這個活動結束後我們不會就此結束，會繼續互相練習日文也許明年到日本旅行時都能使用日語溝通，讓本組都能暢遊日本！

中期目標則是：本組成員認為可以持續學習「大家の日本語」

系列作，全面加強聽說讀寫四大面向，而不限縮於旅遊的日常會話，而我們也約定好——當我們將「大家の日本語」系列作研讀完畢時，要一起報名日本語能力測驗一起拿到 N4 的合格證明！

然而，我們不會因為拿到 N4 的合格證明就鬆懈怠惰，我們依然會持續努力學習！因此我們規劃的長期目標即是成為「Native speaker」，此階段需要尋找日語母語人士與我們大量的練習對話，另外也會嘗試讀日語原文小說及日語無中文翻譯之電影，以期達成我們的目標！

國立政治大學教學發展中心
107 學年第 1 學期外語學習行動小組成果報告書

小組編號		
小組名稱	進擊の日本語小組	
小組計畫主題 (請勾選)	<input checked="" type="checkbox"/> 基礎能力增強 <input type="checkbox"/> 科技取向 <input type="checkbox"/> 留學取向 <input checked="" type="checkbox"/> 第二外語 <input type="checkbox"/> 商業取向 <input type="checkbox"/> 新聞取向 <input type="checkbox"/> 文學取向	
小組召集人/系級	黃挺欣/英文三甲	
計畫主題	從日本文化學習日文日常實用語彙與會話	
小組成員 系級/姓名	英文三甲	黃挺欣
	中文二乙	吳旻柔
	財管二	陳宥潔
	風管二	潘庭萱
	日文二	林哲稷

一、計畫動機與目的

我們是一群熱愛日本文化，並具有些微日文基礎的學生。因了解如今無論在學校、媒體，乃至整個社會，都能輕易地遇到或結識日本人，以及接收日本文化與資訊，而希望更增進日文能力，提升國際競爭力與結交跨國友誼的機會。因此，我們籌組本次外語學習行動小組；每次聚會將以有趣多元的日本文化為主題，延伸學習日文之日常用法，提升語言學習的實用性與應用能力。此外，期望藉此機會，除能與同儕相互陪伴學習，更邀請日籍學生參與活動，培養與外國人面對面溝通、共事的勇氣與能力。

二、選用參考書目／選用外語自學系統／其他

(一)選用參考書目

書名	《基礎外語—日語篇》
作者	國立政治大學外國語文學院 主編
出版社	政大出版社
出版日期	2014/07
原因	為政大外語學院自編教材，內容由淺入深，包含單字、文法、課後練習等等。搭配「オンライン授業：日本語Ⅰ」學習網站，可扎實且快速地打好日文基礎。

(二)選用外語自學系統

系統名稱	オンライン授業：日本語Ⅰ
網址	http://online-japanese-ncu.weebly.com/
原因	由政治大學外文中心彭南儀老師所架設，羅列《基礎外語—日語篇》補充教材，包含文法重點、影音講解等等，幫助學生輕鬆學習，並練習正確發音。

系統名稱	ひろがる もっといろいろな日本と日本語
網址	https://hirogaru-nihongo.jp/
原因	以日本文化做為學習主軸，多樣單元各為不同文化類別進行介紹。除了短文簡介，還有補充影片供人觀看，增加聽解與短文閱讀能力。

(三)其他

名稱	KKTV (https://www.kktv.me/featured)
概述	KKBOX 集團所成立的影音串流平台，可部分免費觀看正版影音作品。
選用原因	此平台所有影視作品皆為正版，且部分影片開放免費觀看。除此之外，觀看日劇可搭配雙字幕，便能快速且正確地理解台詞中單字與文法用法。

名稱	日本手作 YouTuber
概述	1. 創作折り紙 カミキィ kamikey origami：為日本人開設之摺紙教學頻道。 2. Yao Lam / 日本太太的私房菜 Japanese Home Cooking：為日本人所開設之烹飪頻道。
選用原因	1. 所有摺紙成品都很可愛；影片內嵌日文與英文教學字幕，且創作者偶爾會以口語解說，可增加對日語母語人士使用日文之方法的認識機會。 2. 影片內嵌中、日、英三種教學字幕，提升理解效率；且選材多為日本常見家庭料理，讓人有機會嘗試做出日本道地美味。

願

(一)進行方式

1. 室內聚會

- (1) 依據當次聚會主題，成員事先蒐集資料、觀看並研讀教材、整理學習筆記。
- (2) 聚會上，成員依序分享自己先前準備的學習筆記，由其他成員提問或給予回饋。全部分享完畢後，大家依據當次主題所觀看的教材內容，自由提出各自所注意或了解到的日本文化細節與內涵，並討論與台灣文化類似或相異之處，隨後交流心得。
- (3) 事後將當次聚會學習成果整理成檔，須包含簡易流程與內容摘要、每人之學習筆記檔案與心得、聚會照片……等等。

2. 展覽參觀

- (1) 成員事先針對展覽主題蒐集日文資料，包括攝影者生平、日本攝影發展史……等等，閱讀並整理成學習重點。
- (2) 聚會當天參觀結束後，預留一小時彼此分享先前準備的學習筆記，以及當次的參訪心得。
- (3) 事後將當次聚會學習成果整理成檔，須包含簡易流程與內容摘要、每人之學習筆記檔案與心得、聚會照片……等等。

(二)執行時程

次數	日期 (年/月/日)	開始時間 結束時間	地點	討論主題
1	107/10/16 (五)	17:00~19:00	集思小間	摺紙教學
2	107/10/23 (二)	17:00~19:00	麥當勞	日劇賞析
3	107/11/3 (六)	11:00~14:00	1839 當代藝廊	池田宏攝影展：南極之戀半世紀 (1967-2018)
4	107/11/6 (二)	17:00~19:00	麥當勞	日本歷史神話
5	107/11/23 (五)	17:00~19:00	麥當勞	日本動漫電影賞析
6	107/11/27 (二)	17:00~19:00	綜院四樓開放空間	日本經典電影賞析
7	107/12/3 (一)	17:00~20:00	綜院四樓開放空間	日本飲食文化

(三)活動剪影

第一次
聚會合照
摺紙教學
107/10/1
6



第二次
聚會合照
日劇賞析
107/10/2
3



第三次
聚會合照
展覽參觀
107/11/0
3



第四次
聚會合照
日本歷史神話
107/11/06



第五次
聚會合照
日本動畫電影
107/11/23



第六次
聚會合照
(開放性讀書會)
日本經典電影
107/11/27



※全日文對話影片：<https://goo.gl/8S7Y85>

第七次
聚會合照
日本飲食文化
107/12/03



四、實際成效與綜合檢討

(一)活動紀錄

1. 第一次聚會：摺紙教學

聚會內容	<p>→因為是第一次聚會，大家輪流自我介紹、孰悉彼此。</p> <p>→每人輪流展示自己事先做好的摺紙作品，並指導其他人一同練習。</p> <p>→每人輪流分享彼此的學習筆記，包含單字、長句、文法，並針對有疑問的部分進行討論。</p> <p>→召集人向組員說明這學期外語學習小組的重要活動期程與事項，包括開放性讀書會、經費核銷、期末展出等等。</p>
------	---

學習筆記

● 単語
 ● 折り紙 折り紙 摺紙
 ● 帽子 ぼうし 帽子
 ● ハロウィン ハロウィン 萬聖節
 ● 幽霊 おうらい 幽霊、鬼
 ● お化け おばけ 鬼、幽霊

● 句子
 ● この紙で折り紙を作ります。
 ● 反対側も同じように折ります。

● 文法
 ● 格助詞 + て + 動態動詞 動作進行の立足点
 ● 例 図書館で日本語を勉強します。
 ● 名詞 + も 也
 ● 例 今日も天気がいいですね。

D 単語
 1. 我慢 (がまん)
 2. 敬語 (けいご)
 3. 特長 (とくちょう)
 4. 若い (わかい)
 5. 性格 (せいかく)

D 文法
 ① 和 (わ) → くれる → 外 (がわ) → くれる (くれる)
 ② V可能形 + ようになる
 V可能 - 否定 + なくなる
 → 友だちに教えてもらった。自転車にのれるようになりしました。
 → 最近、小さい字が読めなくなりました。

三、ねこまる
 STEP 1. ~18. 折り方は同じ
 STEP 20! ~22. 折り方は同じ

単語
 1. まる: 圓 (丸)
 2. がくぶち: 裏地
 3. しおり: 書籤
 4. フラワー: 花 (flower)
 5. 自立 (じりつ): 自立、獨立
 6. ほほ: 笑み
 7. 斜め (ななめ): 傾斜
 8. 角度 (かくど): 角度
 9. 少し (すこし): 一毫
 10. すき間 (すきま): 間隙
 11. 共通 (きょうつう): 共同
 12. 場合 (ばあい): 場所、時、場合、情況

句
 1. 自立 (じりつ) するよ。

単語
 1. 谷 (や) 川 (かわ)
 2. しやく: 容易、便利
 3. ドレス: 一件衣服
 4. グリンセス道: 英國公主
 5. ベル鐘

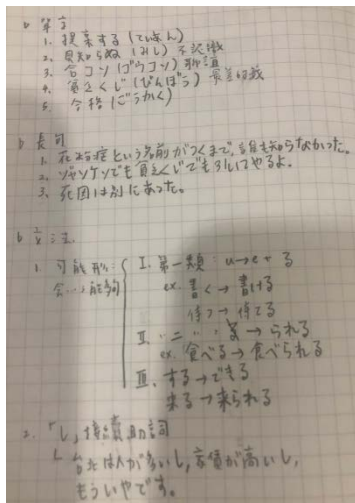
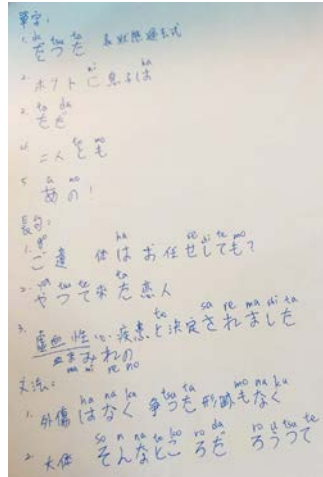
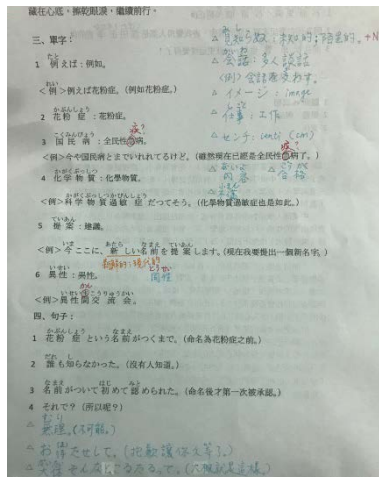
長句
 1. つくろの楽しかったぞ!
 2. とても楽しくて簡単でした
 3. ありがとうございます

文法
 私は学生です。私は先生。
 あなたは先生です。私は先生。
 私は学生です。先生ではありません。私は先生。
 私は先生です。先生ではありません。私は先生。
 私は先生です。先生ではありません。私は先生。

2. 第二次聚會：日劇賞析

聚會內容	→大家一同討論日劇《法醫女王》的劇情，並分享心得。 →每人輪流分享彼此的學習筆記，包含單字、長句、文法，並針對有疑問的部分進行討論。
------	---

學習筆記



1. 新しい (あたらしい) adj. 新鮮的; 現代的
 2. 見知らぬ (みしらぬ) 未知的; 陌生的 (直接+N)
 3. 会話 (かいわ) n. 多人談話→會話を交わす (かいわをかかず)
 4. イメージ n. 形象; 印象; 圖像=image
 5. 仕事 (しごと) n. 工作
 6. あいつ n. 那傢伙
 7. センチ n. 公分=centi
-
1. 仕事 (しごと) 内容 (ないよ) には不満 (ふまん) ないんだよ。 我对工作内容没什麼不满。
 2. へって どういう人 (ひと) なんですか。 ~是怎麼樣的人?
 3. ~どういう意味ですか。 ~是什麼意思?
 4. 無理 (わり)。 不可能。
 5. お得 (ま) たせして (おまたせして)。 抱歉讓你久等了。
 6. 大体 (だいたい) そんなところだ。 大概就是這樣。
 7. 法医学 (ほういがく) は未来 (みらい) のための仕事 (しごと)。 法醫是為了未來的工作。
-
1. 「お得 (ま) たせました」跟「お待 (まち) ちどおさま」有何不同?
 A: 以意思來講是一樣的, 都是讓人家等的意思, 但是要注意兩者使用的場面跟客氣程度是有所不同的。
 一般來說「お待 (まち) たせました」是最不失禮的一個說法, 這裡有讓人家等而感到過意不去的語氣在內, 對朋友可以簡單說「お待 (まち) たせ」就好, 而在服務業中對客人使用時可以更客氣地說「お待 (まち) たせました」。
 而「お待 (まち) ちどおさま」的用法則比較侷限, 而且這句話的語氣輕鬆隨便, 在日常會話當中, 除非是親朋好友間對客人, 媽媽對小孩或是朋友之間等輕鬆隨便的場面或上對下的場面, 一般正式場合是不會用「お待 (まち) ちどおさま」來表示讓人家久等的意思。
 2. ために和ため都是「為了」的意思, 但在句子中使用時有以下不同:
 1. ~ために: 某後面會再接一個句子來說明「做了某件事」
 例: きみを守るためにぼくは夢をみる

3. 第三次聚會：展覽參觀

聚會內容	<p>→至 1839 當代藝廊參觀「愛戀南極半世紀 (1967-2018)池田宏個展」</p> <p>→每人輪流分享彼此的學習筆記, 包含單字、長句、文法, 並針對有疑問的部分進行討論。</p>
------	---

學習筆記

開頭 (かいごう) 開：開頭・開端。	生命 (せいめい) 生命。
写真 (しやしん) 照片。	無定 (むてい) 無定。
写真館 (しやしんたん) 攝影。	筒 (とう) 筒。
写真展 (しやしんてん) 攝影展。	筒子 (とうこ) 筒子。
写真家 (しやしんか) 攝影家。	筒子 (とうこ) 筒子。
写真集 (しやしんしゅう) 攝影集。	筒子 (とうこ) 筒子。
写真機 (しやしんき) 攝影機。	筒子 (とうこ) 筒子。
写真機 (しやしんき) 攝影機。	筒子 (とうこ) 筒子。
筒 (とう) 筒。	筒子 (とうこ) 筒子。
筒子 (とうこ) 筒子。	筒子 (とうこ) 筒子。
筒子 (とうこ) 筒子。	筒子 (とうこ) 筒子。

(二) 南極

1. 南極：地球上の南極点 (90°S) は、南北270度で24時間周回する。

2. 南極：約日本横濱から15,000km (9,300マイル) 離れた南緯90度の島。

3. 南極：南緯90度の島。南極点の緯度は90度である。

4. 南極：南緯90度の島。南極点の緯度は90度である。

5. 南極：南緯90度の島。南極点の緯度は90度である。

6. 南極：南緯90度の島。南極点の緯度は90度である。

7. 南極：南緯90度の島。南極点の緯度は90度である。

8. 南極：南緯90度の島。南極点の緯度は90度である。

9. 南極：南緯90度の島。南極点の緯度は90度である。

10. 南極：南緯90度の島。南極点の緯度は90度である。

南極 南極点 南極 南極点

初めて はじめて 初次、第一

踏み入れる ふみいれる 踏入、踏進、踏進

美しい うつくしい 美麗的、漂亮的、優美的

心配 しんぱい 擔心、掛念、操心

※文法-比較

- AはBより...です A比B...
- 例：今日は昨日より寒いです。
- BよりAのほうが...です。 A比B... 或 B比A...
- 例：南極より台北のほうが狭いです。
- AはBほど...くないです/ではありません A不如B...
- 例：極井さんは小松さんほど有名ではありません。
- A(は範囲で)いちばん...です/範囲で)Aがいちばん...です
- 例：日本の春が一番美しいです。 A最

20世紀にわたり繰り返された写真を通じ、南極の環境保存を来場者に啓発する。

今年84歳の池田さんは1966年に初めて南極に足を踏み入れ、その美しさに魅了された。

それから何度となく南極を訪れるようになり、訪問回数(は)は24回に上る。

南極にも行ったことがあるが、南極の景色のほうが美しいと池田さんは語る。

南極について理解がなく、常識がない人も少なくないと言及し、これらの観光客が南極の環境や動植物を傷つけるのではないかと心配しているという。

4. 第四次聚會：日本歷史神話

聚會內容	→大家分享各自選讀的日本古老神話，並討論心得。 →每人輪流分享彼此的學習筆記，包含單字、長句、文法，並針對有疑問的部分進行討論。
------	---

學習筆記

玉藻前

- 1. 玉藻前 (たまもへ) : 繪本(繪圖的書)
- 2. 藻女 (あまのむすめ) : 藻女 (最初の玉藻前之名)
- 3. 愚妻 (おろそか) : 賦中 (おろそか) → 白
- 4. 天婦 (てんぷ) : 天婦
- 5. 天切 (あまきり) : 重要 重要; 珍塔; 貴重 (貴)
- 6. 首て (くびて) : 培養, 撫育; 多育 (多) → 多

1. その美貌と博識から次第に昌明上皇に寵愛されるようになった。(因地的美貌和博學多聞, 逐漸獲得昌明上皇寵愛。)

2. しかしその後、上皇は次第に病に伏せるようになる。御庭の醫師にも原因が分からなかった。(但不幸, 上皇突然得重病臥床不起, 御醫也不清楚病因。)

3. この結果は昌明上皇の死後も存在し、周囲の村人たちは恐れさせた。(這個結果在昌明上皇死後亦存在, 周圍的村民對其充滿了恐懼。)

恐れがある (畏懼不能放鬆的可能性)

- ① N + の + 恐れがある
- ② V + 恐れがある

④ 他に之を畏懼がある、一可能性がある。

単語

おそろしい 新奇的, 罕見的, 珍貴帥

大切 大切な 重要

お母さん おお母さん 母親

若者 若いもの 年輕人

引き止める/引き留める たまもへ 挽留, 阻止 勸退

句動

- かくやめておくれは大きく存命にしたいからとておもしろくも思われない
- 今まで着ていたお着も着たが、今度の3月の着には月々おそろしくてはなりません。
- これ以上のお着はない。

文法

- 形容詞 活用
- 形容詞 活用 (い) + 形容詞 (い) + 形容詞 (い) + 形容詞 (い)
- 形容詞 活用 (い) + 形容詞 (い) + 形容詞 (い)
- 動詞 活用 (い) + 動詞 (い) + 動詞 (い)

略し、自分で整理を作業して記入しなさい。

～なくてはいけません 本身、他體の義務

～に気がついてははいけません、今日早く帰ります。

1. 頭を鳴らす (うしろむねを鳴らす) : 放逐, 逐出

2. 鳴らす (なぐ) : 打たれる; 打たれる

3. 打ち出す (うちだす) : 打ち出す; 開口

4. 戸念 (とまどい) : 戸念

5. 戸念 (とまどい) : 戸念

6. 戸念 (とまどい) : 戸念

7. 戸念 (とまどい) : 戸念

8. 戸念 (とまどい) : 戸念

9. 戸念 (とまどい) : 戸念

10. 戸念 (とまどい) : 戸念

11. 戸念 (とまどい) : 戸念

12. 戸念 (とまどい) : 戸念

13. 戸念 (とまどい) : 戸念

14. 戸念 (とまどい) : 戸念

15. 戸念 (とまどい) : 戸念

16. 戸念 (とまどい) : 戸念

17. 戸念 (とまどい) : 戸念

18. 戸念 (とまどい) : 戸念

19. 戸念 (とまどい) : 戸念

20. 戸念 (とまどい) : 戸念

21. 戸念 (とまどい) : 戸念

22. 戸念 (とまどい) : 戸念

23. 戸念 (とまどい) : 戸念

24. 戸念 (とまどい) : 戸念

25. 戸念 (とまどい) : 戸念

26. 戸念 (とまどい) : 戸念

27. 戸念 (とまどい) : 戸念

28. 戸念 (とまどい) : 戸念

29. 戸念 (とまどい) : 戸念

30. 戸念 (とまどい) : 戸念

31. 戸念 (とまどい) : 戸念

32. 戸念 (とまどい) : 戸念

33. 戸念 (とまどい) : 戸念

34. 戸念 (とまどい) : 戸念

35. 戸念 (とまどい) : 戸念

36. 戸念 (とまどい) : 戸念

37. 戸念 (とまどい) : 戸念

38. 戸念 (とまどい) : 戸念

39. 戸念 (とまどい) : 戸念

40. 戸念 (とまどい) : 戸念

41. 戸念 (とまどい) : 戸念

42. 戸念 (とまどい) : 戸念

43. 戸念 (とまどい) : 戸念

44. 戸念 (とまどい) : 戸念

45. 戸念 (とまどい) : 戸念

46. 戸念 (とまどい) : 戸念

47. 戸念 (とまどい) : 戸念

48. 戸念 (とまどい) : 戸念

49. 戸念 (とまどい) : 戸念

50. 戸念 (とまどい) : 戸念

51. 戸念 (とまどい) : 戸念

52. 戸念 (とまどい) : 戸念

53. 戸念 (とまどい) : 戸念

54. 戸念 (とまどい) : 戸念

55. 戸念 (とまどい) : 戸念

56. 戸念 (とまどい) : 戸念

57. 戸念 (とまどい) : 戸念

58. 戸念 (とまどい) : 戸念

59. 戸念 (とまどい) : 戸念

60. 戸念 (とまどい) : 戸念

61. 戸念 (とまどい) : 戸念

62. 戸念 (とまどい) : 戸念

63. 戸念 (とまどい) : 戸念

64. 戸念 (とまどい) : 戸念

65. 戸念 (とまどい) : 戸念

66. 戸念 (とまどい) : 戸念

67. 戸念 (とまどい) : 戸念

68. 戸念 (とまどい) : 戸念

69. 戸念 (とまどい) : 戸念

70. 戸念 (とまどい) : 戸念

71. 戸念 (とまどい) : 戸念

72. 戸念 (とまどい) : 戸念

73. 戸念 (とまどい) : 戸念

74. 戸念 (とまどい) : 戸念

75. 戸念 (とまどい) : 戸念

76. 戸念 (とまどい) : 戸念

77. 戸念 (とまどい) : 戸念

78. 戸念 (とまどい) : 戸念

79. 戸念 (とまどい) : 戸念

80. 戸念 (とまどい) : 戸念

81. 戸念 (とまどい) : 戸念

82. 戸念 (とまどい) : 戸念

83. 戸念 (とまどい) : 戸念

84. 戸念 (とまどい) : 戸念

85. 戸念 (とまどい) : 戸念

86. 戸念 (とまどい) : 戸念

87. 戸念 (とまどい) : 戸念

88. 戸念 (とまどい) : 戸念

89. 戸念 (とまどい) : 戸念

90. 戸念 (とまどい) : 戸念

91. 戸念 (とまどい) : 戸念

92. 戸念 (とまどい) : 戸念

93. 戸念 (とまどい) : 戸念

94. 戸念 (とまどい) : 戸念

95. 戸念 (とまどい) : 戸念

96. 戸念 (とまどい) : 戸念

97. 戸念 (とまどい) : 戸念

98. 戸念 (とまどい) : 戸念

99. 戸念 (とまどい) : 戸念

100. 戸念 (とまどい) : 戸念

1. 風 (かぜ) n. 風

2. 今 (いま) adv. 現在

3. について adv.

4. 兔 (ウサギ) n. 兔子

5. 苦 (くる) しい adj. (生理)疼痛; (心理)苦惱; 難題; 勉強

6. 海 (うみ) n. 海

1. 海 (うみ)を山 (やま)にする。移山倒海; 很難辦到。

2. 明日 (あした)は明日 (あした)の風 (かぜ)が吹 (ふ)く。順其自然。

1. 「について」

句型: 名詞 + について

意思: 關於

用「について」代替助詞(は、が、を)等表示關於主題的內容。

若要表達更鄭重有禮的語, 使用「につき」, 書面體可以使用「につき」。

如果加上「の」就表示單純提出主題, 加上「は」則是強調。

1. 變更管理についてのお知らせ。

(關於變更管理的通知)

2. その件については、お答えできかねます。

(就這件事, 恕我無法回答) [其他的話可以回答的意思]

2. 形容詞中止形(て形)

句型: 形容詞去聲 + くて

① 表內容的「連續敘述」(同一主語)

高橋さんは勉強しくて、かつたてました。(高橋先生及認真又酷。)

② 表內容的「相對敘述」(不同主語)

冬は寒くて、夏は暑くて。(冬天很冷, 夏天很熱。)

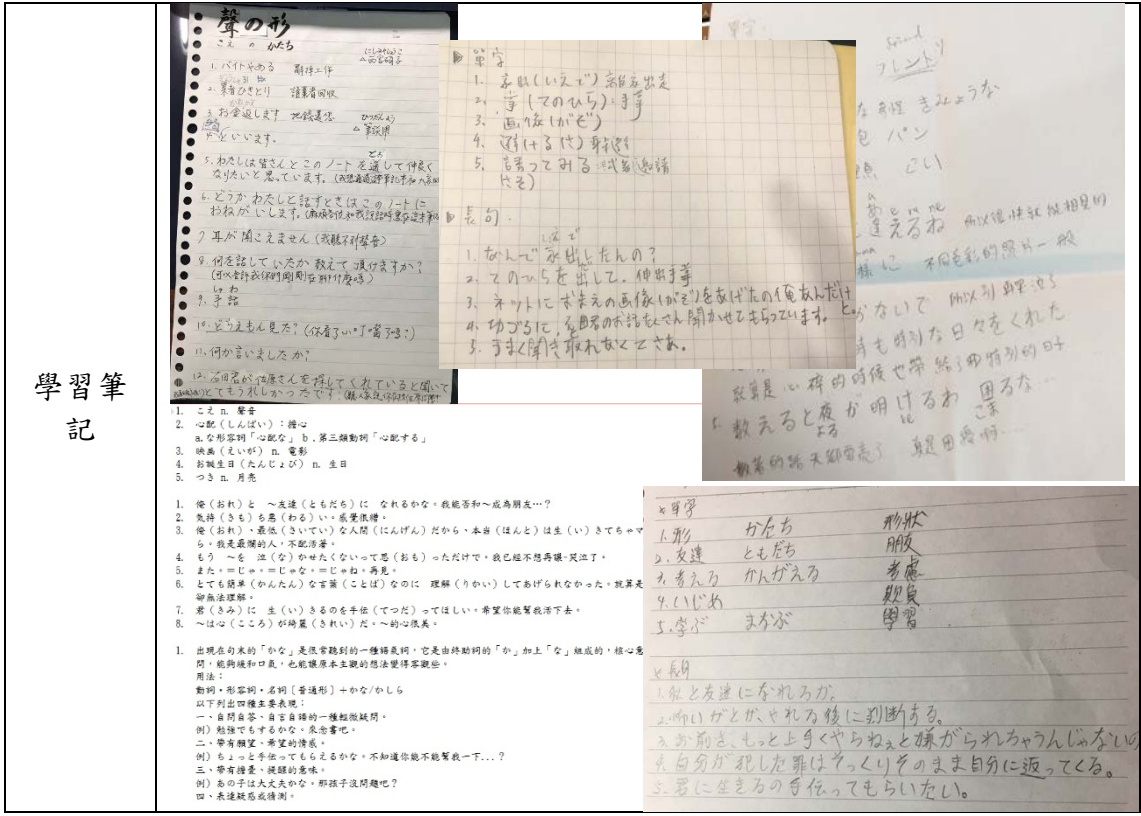
③ 表內容的「因果敘述」(原因理由)

疲れて、寝てしまった。(太累了, 睡不著。)

※ 形容詞中止形可寫作「くて」(口語)或「く」(文語)兩種。

5. 第五次聚會：日本動畫電影

聚會內容	<p>→大家一同討論印象深刻的電影情節，並分享各自的心得。</p> <p>→每人輪流分享彼此的學習筆記，包含單字、長句、文法，並針對有疑問的部分進行討論。</p>
------	---



學習筆記

6. 第六次聚會：日本經典電影（開放性讀書會）

聚會內容	<p>→大家輪流用日文進行簡單自我介紹，並分享觀影心得。</p> <p>→大家一同討論印象深刻的電影情節及心得。</p> <p>→每人輪流分享彼此的學習筆記，包含單字、長句、文法，並針對有疑問的部分進行討論。</p>
------	--

學習筆記

呉です。宜蘭(ぎらん)から来ました。政治大学中国文学学科の二年生と日本語の初学者(しょがくしゃ)です。今わ、日本語を勉強している。〇

皆さん、こんばんわ。〇

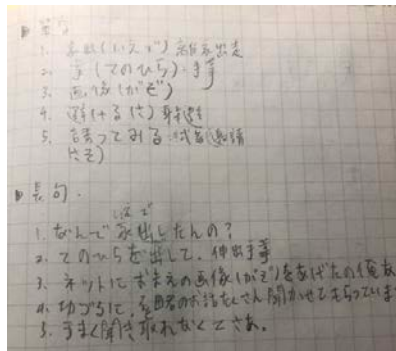
私わ中学年(ちゅうがくねん)に、この映画—《告白》(こくはく)を見た。その時、敵(きり)しい現実(げんじつ)、残酷(ざんこく)な復讐(ふくしゅう)完(おは)えた。〇

この間(あいだ)、もう一度映画を観る。悪(あく)ろしさに鳥肌(とりはだ)が立(た)った。〇

人生(じんせい)は貴重(きちょう)ですか?〇

「晴(は)れの日(ひ)は枝(えだ)が伸(の)びる。雨(あめ)の日(ひ)は根(ね)が伸(の)びる。」〇

どんな苦難(くるなん)に遭遇(そうぐう)して、僕(ぼく)らの生命(せいめい)はもろろん貴重(きちょう)を信(しん)じてます。〇



手紙 ぎゆうにゅう 変化 へんか 手紙 ことば 弱い よわい 相手 あいて

- 私はよく分かりません。我自己也不太清楚。
- うちはいけません。物事は不可取知。
- 心の弱い者(もの)が さらけ弱い者を傷(きず)つける。内心脆弱的人会去伤害更加弱小的人
- 「には」は「は」

副詞に用法。主要表示「對象」。

例知：誰に言った。(對他說)；先生に質問をする。(向老師提問)。

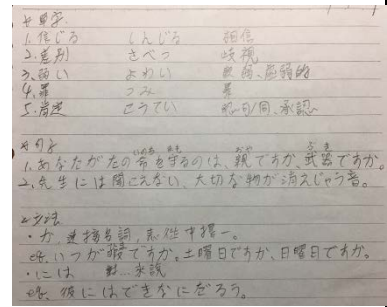
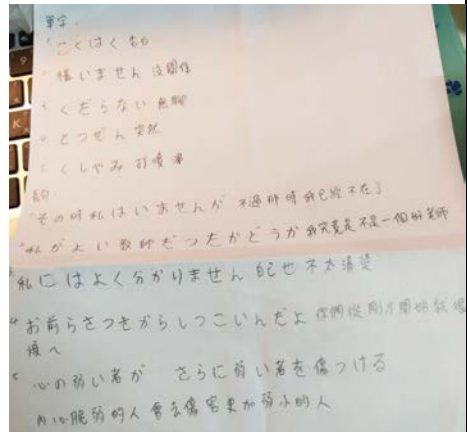
は：單純表達的。

(には)包含「比較對象」的感勞。相當於中文的「對...來說」。

例知：私は分かりません。(我不知悉)；私は分かりません。(對我來說不清楚/以我能力或是不清楚)。

一般會話中「還有「人」には」可以表達「自己個人經歷能身臨其境」。

例：用在自己身上可表達表顯顯現。「不是自己不想做，而是沒能力做」。



7. 第七次聚會：日本飲食文化

<p>聚會內容</p>	<p>→大家輪流介紹各自找到的日式料理食譜或特色，並分享看法或心得。</p> <p>→每人輪流分享彼此的學習筆記，包含單字、長句、文法，並針對有疑問的部分進行討論。</p> <p>→大家一起針對整學期的表現進行檢討並分享心得。</p>
-------------	---

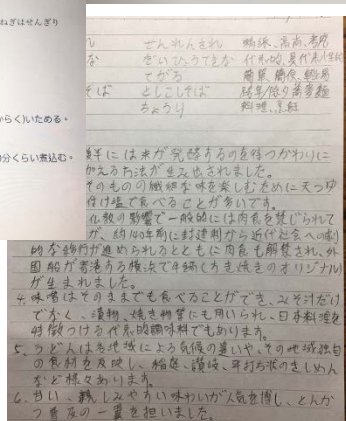
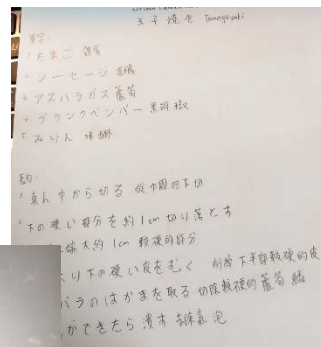
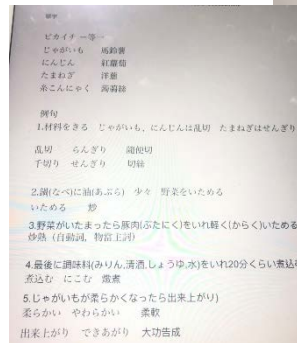
學習筆記

- 一、單字：、
- | | |
|---|-------------------------|
| 1. すき焼き (すきやき): 壽喜燒
(日式牛肉火鍋): 牛肉を豆腐や
ネギなどと一緒にたれで煮焼きし
ながら食する鍋料理。、 | 9. 焼き豆腐 (やきとうふ) 。 |
| 2. 牛肉 (ぎゅうにく) 。 | 10. 白滝 (しらたき): 魔芋絲。 |
| 3. 豆腐 (とうふ) 。 | 11. 糎茸 (えのきだけ): 金針菇。 |
| 4. ネギ: 韭菜。 | 12. 牛脂 (ぎゅうし) 。 |
| 5. など: ……等等。 | 13. 醤油 (しょうゆ) 。 |
| 6. たれ: 佐料。 | 14. 味醂 (みりん): 味醂 (香覽) 。 |
| 7. 鍋料理 (なべりょうり): 火鍋。 | 15. 料理酒 (りょうりしゅ) 。 |
| 8. 白菜 (はくさい) 。 | 16. ほんだし: 烹大師 (?) 。 |
| | 17. 砂糖 (さとう) 。 |
| | 18. 生卵 (なまたまご): 生雞蛋。 |

句子：、

- 1) 冬 (ふゆ) ですき焼きが人気 (だいにんき) なものです。
- 2) 冬はやっぱり、鍋料理ですね。
- 3) そうっすねえ。

1. 沸 (わ)かす v. 煮沸
 2. 蒸発 (じょうはつ)する v. 蒸發
 3. 揚 (あ)げる v. 炸
 4. 茹 (ゆ)でる v. 川燙
 5. つまみ n. 下酒菜
 6. 枝豆 (えだまめ) n. 毛豆
 7. 作 (つく)り方 (かた) n. 料理的方法
1. お湯 (ゆ)を沸 (わ)かして、食材 (じょうざい)を入 (い)れて、そのまま煮 (に)こみます。熱水燒
開後、放入食材、就達標開煮。
 2. 兄 (あ)には天婦羅 (てんぷら)をきれいに揚 (あ)げることが出来ます。哥哥可以把天婦羅炸得很
漂亮。
 3. つまみの枝豆 (えだまめ)の作 (つく)り方 (かた)は、まじ湯 (ゆ)で茹 (ゆ)いで、水 (みず)を切
(き)って、味 (あじ)をつけたら、出来 (でき)上 (あ)がりです。下酒菜毛豆的作法是：首先用熱
水川燙、瀝乾水、調味、完成。



(二)實際成效

1. 黃挺欣：我一直都很喜歡日本文化，像是流行音樂、影視娛樂、建築風景……等等，平時也常欣賞相關作品，因此對於某些日常日文已耳熟能詳；卻不曾主動、仔細地了解更多內涵。藉由這次讀書會，不僅探索更多的日本文化，更因此有機會督促自己完整而詳細地閱讀、理解一篇文章或台詞，不再只是過去囫圇吞棗式的被動學習。在這過程中當然也覺得吃力，畢竟自己對於文法尚不熟悉。然而神奇的是，當這六次讀書小組持續進行，我感覺到自己對於日文文法有更好的了解；在聽力或閱讀上，也漸漸培養出語感，能較以往更好地推論或理解完整日文段落的語意。在與小組成員聚會的方面，總是會覺得有趣。會發現到，每個人注重的部分都不一樣；當大家先各自學習吸收後再與他人分享，便能達到教學相長的效果；而大家對疑惑的地方熱烈討論時，更讓人感覺到學習的愉快。因此對我來說，這種有人陪伴的感覺，特別能提升我對於積極學習的欲望。
2. 吳旻柔：對於只有非常基礎日文能力者，可以累積日語單字量，及相關日本文化知識，能從組員那接受到多方面的資源，增強了一定量的基礎能力，頗具成效。小組討論的學習動力乃從彼此平時的興趣中相互結合，以對日本文化的喜好為基礎，在綜合面向（每次的主題中）皆有相當程度的探究及理解，這樣的動機對組員來說各有不同程度的動力來源，彼此督促、激勵，總體而言具有充足的共同學習動機。坊間有許多學習日文的材料，但在經較親近的朋友親身嘗試過後，功效更為可信，我們透過不同主題，探討日本文化，不只加強基礎能力（單字、聽力、寫作或口說），也從更宏觀的視野觀察文化差異而能「見賢思齊焉，見不賢而內自省也。」

3. 陳宥潔：我覺得此次外語學習行動小組的實際成效不錯，對「日文」這個第二外語有更多的練習機會，也對基本日語詞彙、文法有所提升。因為這樣的外語學習行動小組有安排好的聚會與活動時間，為了準備聚會要一起分享討論的主題，便會督促自己要練習日文。我們小組用選擇日本相關主題並且分享在探索這個主題學到的字詞彙及句子文法，來達到自學的目的，我覺得有因此得到日語能力的進步。
4. 潘庭萱：透過這學期的讀書會，不僅使我從多方面更加認識日本外，日文能力感覺也提升了不少。藉由多樣豐富的主題，拓展了我學習單字的範圍；從原先只能看懂單一句子到可以閱讀整篇全日文的文章；而在閱讀文章的過程中，了解一些文法與句型在實際上是如何應用的，等等。最重要的是，因為這個讀書小組，督促了我定期去接觸、去學習日文，而這對於要學好語言正是不可或缺的一環。與此同時，和同樣對日本以及日文有興趣的同伴們一起學習，使我覺得比起讀自學習更添加了不少樂趣與收穫。
5. 林哲稷：對日語的更多了解，和更廣泛涉獵了不同領域的日本。與其他人的交流，更深入獲得了不同的知識，與學習了更多日語文法與單字。皆有符合「基礎能力增強」與「第二外語」兩個主題。也因為我們是以較有興趣的不同領域（例如：電影動漫等方面）主題來發揮，更能了解更多關於日語的知識。小組學習的方式除了群眾壓力，還能得到不同觀點的看法，讓我收穫良多。加上，與人分享的喜悅，也加深了想學習日語的動機。總的來說，自學對於日語學習有不小的幫助，由於會自發地查詢單字與文法，得到大量的學習成效。我認為大家都進步許多，我也有在從旁指導，也順便加強自己的日語能力。

(三)檢討與改進

1. 黃挺欣：在小組事務方面，因為是第一次籌組讀書會，與大家的事前準備與討論產生過很多困難；往後的每次聚會，也總會有大大小小的突發狀況發生。不過因為如此，我了解到關於時間安排、團隊溝通、隨機應變的重要性，並有所學習。而在學習方面，我覺得還是較缺乏系統性而更為扎實的方式，畢竟這樣的小組還是著重個人自發性的。希望往後若有機會再籌組學習小組，能與大家先有更充足而深切的討論、籌畫，並在學期進行當中，更加積極頻繁地與大家相互督促、砥礪。
2. 吳旻柔：不僅因為大家幾乎來自不同系所，還有各種原因，使得時間上的配合有一定程度的困難。有時候聊得太開心，時間也極難掌握，容易耽誤到大家的其他時間安排，也許可以加上分享時間的限制，相互調整、配合，使讀書會的進行更有效率。
3. 陳宥潔：我覺得可以邀請更多對日語更專業的人來指導並參與我們的討論，讓我們在遇到問題時，能更快速得到解答。
4. 林哲稷：覺得對日語部分的教學可以更加深入許多。

五、成員心得

(一)黃挺欣

1. 發現用日本摺紙教學影片學日文好像有點成效不彰，因為影片中較少出現日文字幕。也因此聚會時有組員提及，他只能從影片留言區找出適合的日文作為學習筆；不過，聚會時跟尚且有些陌生的組員們一起

摺紙，感情似乎一下增進了很多。大家這次分享的學習筆記與摺紙都很有趣！

- 看日劇真的是很好的學日文的方法！因為這次讀書會，我特地將看過多次的《法醫女王》再找出來，不過這次更加認真地邊聽台詞邊比對日文字幕，才發現原來其中有好多耳熟的單字或句子，過去卻沒有認真查過它的意思或文法。因此，我決定往後看日劇時，要多花些時間查詢出現頻率特別高的單字或文法，這樣對於學習一定會有幫助的！
- 這是第一次仔細地查找、閱讀日本神話，因而喚醒許多腦海中塵封的童年故事。我選讀的是「因幡之白兔」。網路上多是古文版本，才知道原來日文也與中文或英文一樣，具有較為艱澀的古老用法；故事情節本身也與聖經或封神傳一般帶有神幻色彩，不可思議卻又吸引人。有趣的是，不同國家的不同神話之間會出現相似情節，不禁讓人好奇究竟神話的起源與傳播是如何進行的。
- 《聲之形》是一部會勾起人的青春印記，因而使其落淚的電影。對於「活著」這件事，好像總會存在許多障礙；這些障礙大多來自社會，或者說人際關係。但令人動容的是，我們往往也是在這樣的關係中，找到值得繼續活下去的理由。此外，這部電影在台詞設計上十分生活化且有趣，讓人在觀影的同時，不知不覺對某些出現頻率較高的用語開始朗朗上口，很適合用來學習日常會話。
- 這次是開放性讀書會，必須用日文對話五分鐘，也是由我開場，更顯緊張；才驚覺自己在眾人面前，竟會因怯場而忘記平時私下說得很順口的句子。這次經驗讓我深切體會到：學習語言果然不能只靠讀與聽；能否流利地表達與溝通，才是使用語言的最大目的吧！而今日的主題—《告白》這部電影，則是一部發人深省的好作品。裡面探討到人性的很多層面，包括虛榮心、對親人的愛、理解與包容、自私……等等，展演出一幕幕深沉卻又銳利的衝突與安息。不過也因為本片基調較為沉重，裡面的台詞與《聲之形》比起來便相對艱澀。
- 一直都很喜歡看日本 YouTuber 的做菜教學，不過不會很注意像是烹飪方法或食材的說法。這次特意找關於烹飪用語的教學影片，學習到許多實用的烹調方式說法，以及常見的食物名稱；因而意識到中文與日文用法上的相異或相同之處，覺得非常有趣。果然在接觸一個陌生文化時，飲食是最能貼近彼此、引起共鳴的部分呢。

(二)吳旻柔

- 「折り紙」不只是童趣的活動，許多摺紙藝術家的作品也總令人讚嘆不已。隨著科技進步，YouTube 的流行，我們能方便地觀賞藝術家們的技術，同時也能透過日本 YouTuber 的影片，學習日語，更能從中領略到日本文化，進而營造快樂學習的環境。查詢各個詞彙後最有趣的是「斜め(ななめ)」，查詢頁面竟然有小驚喜：整個頁面都會變成傾斜狀，非常特別。目前，我的學習狀況仍處於積累單字量，對於文法仍不熟悉，持續摸索中。
- 觀賞日劇也是個學習日文的好方法，《法醫女王》是前陣子評價極高的日劇，此劇的特別之處在於它討論的議題廣闊，第一集便討論了三個面向：其一是日本傳統社會和真相追求產生衝突；其二，是對媒體、輿論的反思；其三則是死亡的「責任」歸屬。令人驚奇之處，在於最

開始的對話，乍聽之下十分正常，但透過篇名以及中途謎團出現前的暗示，可以完全相對應，不得不佩服編劇的手法十分巧妙，更引人入勝。由於戲劇中對話成分較高，透過中日字幕對照，可以學習較為口語、日常的生活用語，甚至完全原創的詞彙，再者，也能更直接體會日本社會樣貌。

3. 南極是我幾乎不曾想過的遠方，或許我們被寵壞了，動物園就在附近，想看看可愛的企鵝，三十塊就能見到，很少時間才會想到：企鵝應該待在原生地南極就好。池田宏被稱為「南極先生」，與他到南極24次，以及愛護生態有所關係。小時候便常聽聞「全球暖化」，最接近的感受，也不過是「外面好熱」，隨後進了冷氣房內，我們沒有實際感受照片、影片上融化的巨大冰山，或廣告上一代一代傳承過後融化的「地球冰淇淋」，沒有想過愛護環境真的比什麼都要重要。在真正見到池田宏先生拍攝的美麗照片之後，才漸漸反思：這些自然景色如此之美，而我們真的只為了生活便利便要將之破壞殆盡嗎？
4. 日本文化最重要的根基來源其一便是神話與歷史故事的流傳，透過九尾狐「玉藻前」的故事，觀察到：中國與日本傳說的連結，如妲己或褒姒為狐狸精，也就是「玉藻前」的化身；及受地理樣貌影響而添加劇情，如日本那須湯本溫泉的火山口附近「殺生石」傳說由來。這類妖怪類的故事在日本民間口耳相傳之下，又搭配上鳥山石燕《今昔畫圖續百鬼》、高井蘭山《繪本三國妖婦傳》等著作裡圖像與文學的結合，不得不敬佩日本民族的想像力，令人驚艷。
5. 幼小的惡魔最令人害怕，他們無法掌控傷人的力道，被傷害的同齡人，必須承受長時間的陰影，影響後天發展的程度最為劇烈。首先，我並不贊同女主角的「原諒」，來自周遭無數異樣的眼光以及惡劣的行為，無法用「年紀小不懂事」作結，源於社會的壓抑、家長與教師的「大事化小，小事化無」觀念，我們不僅透過日本知名動畫電影學習日常用語，同樣也得反省這些事件是否不只反省了日本社會的普遍價值觀，還須關注周遭的社會環境，學習基礎知識以外，對於人文社會的關懷。
6. 還沒學好日文文法的我，第一次書寫完整日文感想並且念出來，面對不甚熟悉的語言非常緊張，但也很高興有這次機會，讓我知道自己真的有進步。私わ中学年(ちゅうがくねん)に、この映画—《告白》(こくはく)見した。その時、厳(きび)しい現実(げんじつ)、残酷(ざんこく)な復讐(ふくしゅう)覚(おぼ)えた。この間(あいだ)、もう一度映画を觀る。恐(おそ)ろしさに鳥肌(とりはだ)が立(た)った。
7. 雖然今年臺灣冬天的天氣多數時候反而像是夏天，喜歡火鍋料理的人還是無所畏懼，好在現今火鍋店都必備空調，使得一年四季都能享受吃火鍋的美好。實際上臺灣的冬天跟日本相較而言是小巫見大巫，日本冬季的寒冷使得「すき焼きが大人氣(だいにんき)なものです。」也說明了最具代表性的「鍋料理」種類便是「すき焼き」。壽喜燒有許多特別之處，包括以「牛肉」為主，還有它也是唯一一種人們不會飲用湯料的火鍋，在觀賞 Yuuuma TV 的影片時，也知曉了許多臺灣與日本不同的習慣，像是日本超市販賣牛肉之處會贈送「牛脂」(而且包裝得像商品)，或是使用生雞蛋做沾料等等，都讓人感到有趣。

(三)陳宥潔

1. 這次討論學到了：楓葉(メープルリーフ)、洋裝(ドレス)等等日文，收穫很多，感謝這個外語學習行動小組，讓我能夠更了解日本文化。
2. 第二次團體討論的主題是日劇，事前準備看了法醫女王，在這之前，我本身是不太看日劇的，因為覺得日劇有他們自己很不一樣的風格與表現方式，我不太習慣，但看了法醫女王之後，發現了這部劇很多很棒的優點。這次討論學到了：害怕(怖い)、那麼(あの)等等日文，很開心跟大家一起討論法醫女王這部日劇。
3. 這次看的日本展覽是由日本攝影家池田宏舉辦的攝影展。展覽中有許多對我來說很稀奇的南極美景，但我發現自己最喜歡的是有企鵝的照片，可能是因為照片裡有生物的存在，我才會覺得照片活過來了吧。
4. 這次選的電影是《聲之形》，是一部很賺人熱淚的電影，雖然自己沒有相似的遭遇，無法對電影想傳達的體會很有共鳴，但我覺得有其他深陷相同難處的人，或許可以從電影裡學到許多。這次的團體討論學到了：為什麼(なぜ)、朋友(ふれそど)等等字彙，很開心和大家一起討論這麼有意義的動漫電影。
5. 欣賞完《告白》這部電影，覺得人性很脆弱，每個人心中都有各自的洞，但我們很多人想的不是如何面對那個洞，並且學著以自身的成熟填補他，而是向外以激烈或者不正當的方式想獲得解脫，其實只是把自己拖入更痛苦的深淵。這次聚會還學到了：こくはく(告白)、くだらない(無聊)、くしやみ(打噴嚏)等日文字彙，覺得收穫很多。
6. 這次聚會的主題是日本飲食，藉此認識了不少平常雖然熟悉也常吃，卻不知該怎麼做成的料理，例如：玉子燒、豆皮壽司、馬鈴薯燉肉……等，覺得日本人做菜很「乾淨」，跟台灣不太一樣，台灣會把一大堆醬料跟食材加在一起，感覺日本做菜不太會是這樣的料理方式。

(四)潘庭萱

1. 第一次的讀書會從日本傳統文化之一——摺紙開始了!我們的進行方式是大家各自看網路上的教學影片，學一種摺紙後再分享給其他人。我們摺了紅葉(もみじ)、小幽靈(ゆうれい)、小鳥(ことり)、烏龜(かめ)還有熊(くま)。除了做出來的成品相當可愛之外，還學習到了新的日語單字以及在影片中看到的一些基礎文法，並且認識了一樣對日文有興趣的同伴們，讓我更加期待接下來的聚會了。
2. 今天是去校外參觀日本知名的攝影家——池田宏的攝影展。號稱南極先生的池田今年84歲，而他已經去過南極24次，對於南極這個地方有著深厚的感情。由他掌鏡之下的南極看起來是如此靜謐美麗，但又有著多變的風貌，就像一位風情萬種的女子一般，全憑你從何角度去欣賞。提及南極則自然會想到可愛的企鵝，其中池田先生拍的一張照片便令我深深著迷。兩隻成年企鵝嘴對嘴，而稚嫩的小企鵝則依偎於他們之間。無須任何多餘的文字說明，僅是望著這張照片就給人一種溫馨且祥和的感覺。這就是攝影的魔力吧!僅僅是一張相片，便可以感覺到作者想要傳達或向人們分享的心情或感受。
3. 此次讀書會的主題為日本的歷史神話。一樣也是大家先找一篇故事閱讀，然後分享給彼此該故事的內容，以及從中學到的單字和文法。聽完大家選的故事後，我發現神話故事不論是在日本或其他國家有一些

共同特徵，例如以擬人化的動物為主角、會法術的妖怪或人類與為非作歹的怪獸，都是在其他地區的故事中常見的設定。另外，這次大家準備的過程中會讀到全日文的文章，使得難易度較之前聚會主題提升不少，但也因此學到相較於之前進階一點的文法，讓我們不只是欣賞日本神話故事，還能加強自身日文基礎。

4. 本次討論的主題是於 2016 年造成相當轟動的動畫電影—《聲之形》。不僅是校園霸凌，這部電影也對於人與人之間的相處有所著墨，我們都覺得是部值得省思的作品。另外，由於主角是以高中生為主，所以整部影片所用的詞彙語句都比較日常口語化一點，因此比起之前閱讀神話故事還更容易上手。欣賞電影的同時，除了學習日文，還能對一些議題進行反思，我認為是相當有意義的事。
5. 我們這次進行開放讀書會，邀請了朋友一同討論本次讀書會主題，是至今仍相當經典的電影—告白。導演不僅運用了灰藍色基調來拍攝帶出低沉的氣氛，也巧妙的藉由背景音樂搭配故事情節，使得觀眾既是旁觀者但彷彿也參與在事件中。進行日文對話的環節時，有同學是全面的對於電影情節發表感想，有的是針對電影拍攝手法進行評論，而我則是對電影的主軸之一「復仇」這點表達我的想法。雖然能夠理解森口老師痛失愛女的憤怒及心碎，但是就可以因此合理化對加害人進行復仇之舉嗎？復仇難道不是將苦痛繼續延續下去，甚至還可能傷及無辜之人嗎？然而寬恕又豈是如此容易呢？從本片中使我對於道德和人性有了更多的反思，也在準備日文對話的過程中運用了學過的單字與文法，並且訓練了口說。
6. 最後一次的討論主題是令人食指大動的日本食物！大家分享了一些日本料理的食譜，而學到了許多食材跟烹調方法相關的單字，例如炒(いためる)、燙(茹でる)和炸(揚げる)。

(五)林哲稷

1. 第一次的日語學習聚會，主題我們選擇的是摺紙。由於我看的那部摺紙教學沒有字幕，所以我另外找了其他生活化的單字片語與同學們分享。在聚會途中，眾人各自介紹自己觀看的教學影片，並手把手地教會大家各種可愛與獨特的摺紙技巧。原先的我因為手拙，對摺紙並沒有特別的興趣，但在這次聚會中，我了解到原來摺紙是如此千變萬化的技藝，能將平凡無奇的一張色紙轉化為立體生動的形體，才發現這項日本文化是這麼獨特。也期待下次與其他人的交流！
2. 這一次我們是選擇日劇作為主題，而我們選中的戲劇是法醫女王第一集。大家先各自在聚會前看完這部，並從中擷取有用且生活化的單字語句。法醫女王可謂是今年最熱門的日劇之一了，其探討非自然死亡與法醫及社會這三者的關係性，是以以前的戲劇少有的，加上它精彩的劇本與俐落的分鏡，都非常引人入勝。在聚會中我們接收了來自彼此看劇不同的觀點，也吸收了許多日語的知識。
3. 此次聚會的主題是神話，我們彼此先在聚會前各找一則日本的神話或歷史故事，並在聚會時與大家分享。日本的神話在世上是極其有名且眾人都朗朗上口的，而我選擇的是八岐大神。在聚會中，彼此都分享了獨特的日本神話，而令我深刻的是因幡的白兔，因為我在之前只知道白兔是象徵結緣，而在這次聚會中才真正了解其源頭與故事。

4. 在觀看這部電影前，我已經先拜讀過原作。而電影又更活潑地呈現出劇情，與感動的地方又更令人落淚。而我們除了討論動畫中使用的生活化的對話，也討論動畫中的劇情，讓我們對日本的學校生活有更近一步的了解，也獲得了更多知識。
5. 告白一直是我很印象深刻的電影，我覺得他拍出了日本扭曲生活中的一環，與日本人最真實的生活樣貌。裡頭的日常對話也是增進日文很有用的工具，畢竟是日本人真實生活中會使用的。而我們也討論了句型，與許多劇情的高潮迭起，充實了日文實力。
6. 在尋找食譜的過程中，我認識了許多不同的日文食物與調味料的單字。以及，各種烹調方法的日文。而食譜中有各種不同的菜色，有富有日本獨特特色的傳統料理，與吸收了異國風情的料理。不論何者，皆使我吸收了更多與日本有關的知識，也精進了我的日文能力。

六、未來展望

這學期讀書會給予我們很好的經驗，不僅因而了解更多元的日本文化，更提供與志同道合的夥伴共同培養學習日文習慣的機會。藉由這一學期的活動，我們對於日文的學習方法有更多的收穫與了解；希望未來能繼續保持這樣的習慣，不斷精進更多外語能力，並懂得如何在不同文化間找到更多的美好之處。

國立政治大學教學發展中心
107 學年第 1 學期外語學習行動小組成果報告書

小組編號	9	
小組名稱	西西哈哈學西文	
小組計畫主題 (請勾選)	<input type="checkbox"/> 基礎能力增強 <input type="checkbox"/> 科技取向 <input type="checkbox"/> 留學取向 <input checked="" type="checkbox"/> 第二外語 <input type="checkbox"/> 商業取向 <input type="checkbox"/> 新聞取向 <input type="checkbox"/> 文學取向	
小組召集人/系級	王國禎/歐西四	
計畫主題	生活西班牙語	
小組成員 系級/姓名	歐西二/顧采薇	歐西四/王國禎
	歐西二/張芳樺	
	歐西二/王嘉祥	
	歐西二/何玥彤	
	歐西二/周信佑	

目錄

一、計畫動機與目的

語言學習需經由不斷的接觸與練習才能進步。對於甫升上大二的我們，在聽力及口說部分仍需要精進，單字量方面也較缺乏。往往想要與母語人士交談時，我們總是會有些詞不達意或是詞窮之情況。此外，如果僅依靠每周8小時的必修課程，而無額外自行練習，則學習的成效會有所折扣。因此，希冀能透過這次的讀書計畫，互相練習平時上課之所學並延伸至生活上實際之應用。

二、選用參考書目／選用外語自學系統／其他

1. 選用參考書目

書名	西英漢圖解詞典（簡體字版）
作者	賈文波、車玉平
出版社	外語教學與研究出版社
出版日期	2007
原因	以圖片輔助的方式，可以讓我們更清楚生活中的各樣物品該如何以西班牙文表達。

書名	Escribe en Español
作者	Arnal & Garibay
出版社	SGEL
出版日期	2007
原因	此為寫作用的教材，但因其大部分內容為生活應用的寫作（如：填寫表格、食譜、日記等等），故會擷取其中與讀書會主題相關之單元進行補充。

書名	en Vocabulario A1-A2. Nivel elemental.
作者	Marta Baralo Ottonello
出版社	Anaya
出版日期	2013
原因	以簡明圖示個主題單字，並輔以生活實用對話或句子。

書名	Dual-Pretextos Para Hablar
作者	Maria Angeles Palomino
出版社	Edelsa.
出版日期	2000
原因	專門設計給學生練習對話之教材，必須兩兩一組將講義上的問題藉由互相詢問才能得到答案。

2. 其他

名稱	Quizlet
概述	這是個單字卡的手機 APP，用來複習每週的字彙。
選用原因	每週最後統整完的單字，可以在 Quizlet 中建立單字庫，讓組員可以隨時隨地複習單字，甚至可以以遊戲化的方式進行複習。

三、

名稱	Kahoot
概述	為線上教學互動網站，教學者可使用此網站設計題目，學生僅需要拿出手機進入網站、輸入題目的編碼，即可使用。
選用原因	此網站常被日文系和英文系老師所使用，因為其即時互動性，如同遊戲一般，增加了學生的興趣。同時，也能即時知道大家吸收的效果如何。

願

9. 進行方式

每週選定與生活日常相關之主題，並依據當週主題搭配不同的遊戲、網路影片或是情境模擬等方式創造出輕鬆愉快的環境以練習口語和聽力。而除了口說與聽力的部分，也不定期閱讀一篇與主題相關之短篇故事，讓大家能夠熟悉當周之主題及相關單字、文法或是實際應用。最後，再以心智圖方式整理當日主題的單字，協助大家複習、統整單字。

10. 執行時程

次數	日期 (年/月/日)	開始時間 結束時間	地點	討論主題
1	107/10/17	16:00-18:00	樂活館	西班牙文學習資源分享 基本書信用法
2	107/10/24	16:00-18:00	樂活館	旅遊觀光之交通篇
3	107/10/31	16:00-18:00	樂活館	旅遊觀光之機場篇

4	107/11/07	16:00-18:00	樂活館	過去式及命令式複習
5	107/11/21	16:00-18:00	樂活館	西班牙旅遊
6	107/11/28	16:00-18:00	樂活館	西班牙美食、食譜

11. 外語自學系統使用說明

名稱	Quizlet
選用原因	每週最後統整完的單字，可以在 Quizlet 中建立單字庫，讓組員可以隨時隨地複習單字，甚至可以以遊戲化的方式進行複習。
使用方式	每周當我們讀書會結束後，輪流請同學整理當周的單字並上傳到 Quizlet 網站。讓每個同學能夠隨時隨地複習當周讀書會學習到的單字。
名稱	Kahoot
選用原因	此網站常被日文系和英文系老師所使用，因為其即時互動性，如同遊戲一般，增加了學生的興趣。同時，也能即時知道大家吸收的效果如何。
使用方式	Kahoot!較常使用於聽力練習之中。先讓大家看完影片後，使用 Kahoot!進行作答，當場可以知道大家對於影片的哪個部分較不熟。事後再進行解說影片時，即可針對大家剛剛不熟的部分進行較詳細的解說。





訓練聽力





四、實際成效與綜合檢討

1. 實際成效

經由此次的外語學習小組的計畫後，每位成員皆有獲得一定的進步幅度。每次的讀書會以主題式的方式進行，主要是以課本中剛教過及生活中常使用到的主題為主(如：購買車票、食譜、書信等等)。口說方面，藉由主題情境式的練習，學員們有能力以完整的句子表達日常生活所需，並能夠以簡單的句子聊天、對話。閱讀則是透過閱讀課外文章，學員們能夠拆解並了解句子結構，進而理解文章內容，同時得到文法概念強化及字彙量的增加。寫作方面透過教材，學員們了解如何書寫正式與商業書信，及理解口頭用語與寫作用語的不同。藉由讀書會，與同儕間的練習能增強上課所學的記憶。同時也因為不是於課堂之中，似乎氣氛便更歡樂了一些，使得大家願意克服恐懼開口練習西班牙文。

2. 學習動力之增強

我們的學習動力，分別從聽說讀寫四方面來剖析。聽力方面，希望可以聽得懂西文的新聞，進而拓展我們的世界觀。口說的部分，期許能說出一口流利的西文，與母語人士溝通無礙。閱讀這塊的發展，從教科書到課外讀物的閱讀，以滿足我們迫切的求知慾。寫作能力的提升，不僅是節日祝福，甚至是商業書信，我們都期望能夠學以致用，以應用在各大領域。我們的動力，正是向母語人士看齊。

小組學習的方式的確增強成員們一起學習的動機，透過情境模擬、西文小遊戲、西文影片欣賞、經典文章的閱讀，以及西文世界的文化探索，刺激了我們的學習動機，並且使我們對語言學習更加積極向上。儘管讀書會的次數有限，但讀書會的存在，使我們運用課餘時間收集相關資料。因為有了讀書會。我們彼此相互督促以及勉勵，將外語學習發揮到淋漓盡致。

3. 自學系統之協助

透過多元化教材的使用，參與學習小組過程中，成員們在聽說讀寫方面的能力皆有所提升。聽力方面透過網路媒體及新聞影音，加上聽力填空的習題，使學員們能夠聽到其中的單字片語，建構出完整的句子並了解其中之意涵。此外，透過使用 Quizlet 和 Kahoot 等工具都能夠協助我們在學習上更有效率或是提升興趣。Quizlet 讓我們只需要一機在手即可隨時複習單字，並且是以遊戲化的方式協助複習；而 Kahoot 則更是提升了我們在進行讀書會時的樂趣，透過即時互動，增添了需多趣味，也提升了我們學習的動機。

4. 讀書會紀錄

日期	107 年 10 月 17 日	次數	第 1 次
時間	16 時 00 分至 18 時 00 分	地點	樂活館
主持人	王國禎	記錄	王國禎
本次主題	西班牙文學習資源分享 基本書信用法		
開放非成員參加	<input checked="" type="checkbox"/> 是	<input type="checkbox"/> 否	

粉絲專頁
紀錄



王國禎 ▶ 政大學生自主學習

10月22日 · 🌐

讀書會組名：嘻嘻哈哈學西文

討論次數：第一次

日期：10/17（三）

時間：16:00~18:00p.m.

地點：樂活館

參與組員：王國禎、蕭睿心、王嘉祥、董靜宜、黃佳禎、顧采葳、林意傑、何珮彤

討論主題：暖身活動+西班牙文書信寫法

讀書會討論內容：

1. [暖身活動]

第一次的讀書會先以幾個簡單的小問題開始暖身，大家先兩兩一組用西班牙文討論學習西班牙文之動機、學習的難處等等。

2. [西班牙文書信]

先看一支Youtube的教學影片大致了解西班牙文書信的格式與寫法，再看寫作課本中的範例。

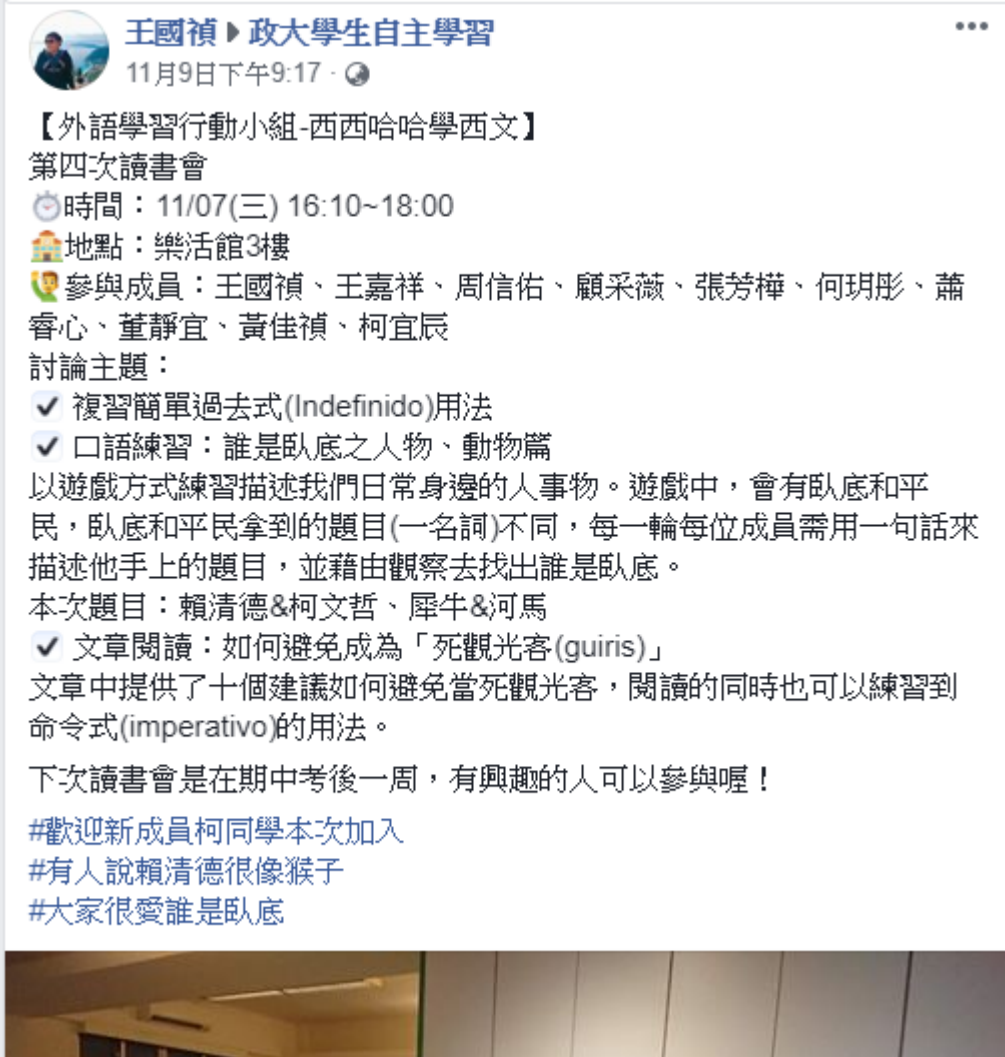
3. [短片欣賞]



先看一遍無字幕的影片，再由主持人帶大家講解逐字稿裡面的單字和片語，最後再看一次影片確認是否能夠大致理解影片。



— 和王嘉祥及其他 2 人。

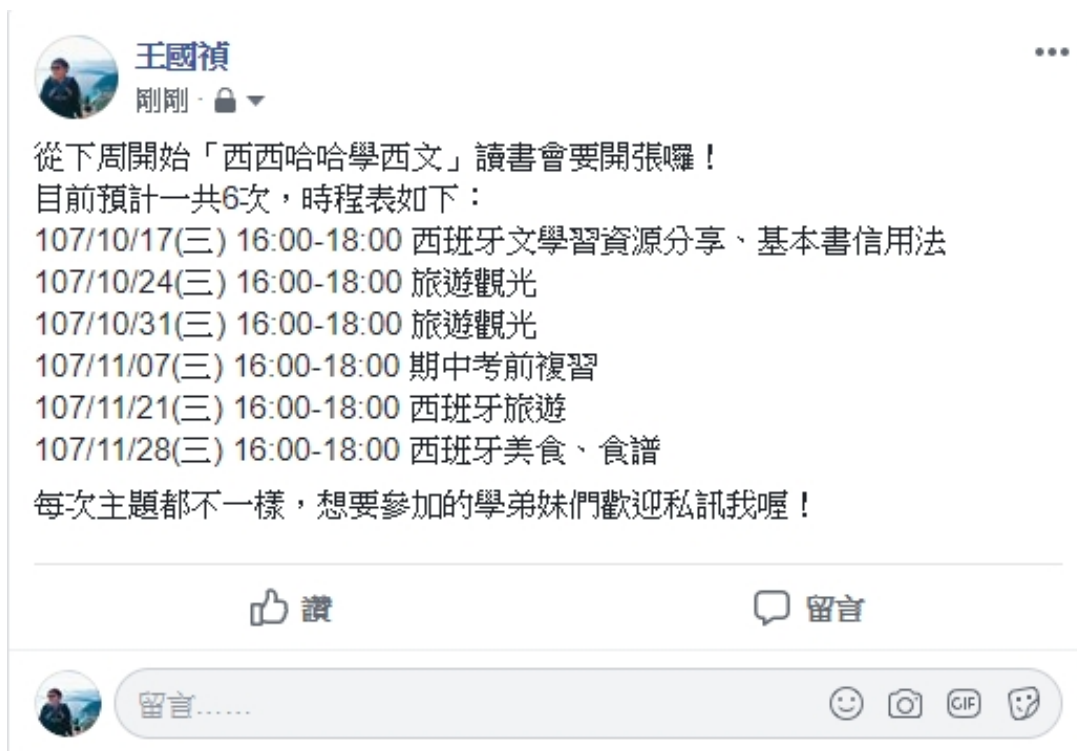
日期	107 年 10 月 24 日	次數	第 2 次
時間	16 時 00 分至 18 時 00 分	地點	樂活館
主持人	王國禎	記錄	蕭睿心
本次主題	旅遊觀光之交通篇		
開放非成員參加	<input checked="" type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否		
粉絲專頁紀錄	<div data-bbox="363 745 1386 1785"> <p> Rebecca Hsiao ▶ 政大學生自主學習 ...</p> <p>10月25日 · 🌐</p> <p>2018/10/24(三)西西哈哈學西文讀書小組紀錄 出席人：王國禎、顧采薇、何玥彤、周信佑、林意傑、王嘉祥、董靜宜、張芳樺、黃佳禎、吳敏琦、蕭睿心 內容：一·陸海空交通工具名詞整理 二·以西文模擬訂購火車票、選座位、退票、攜帶寵物、班車延誤求償等情境，兩人一組輪流扮演乘客及站務員進行對話 三·習題練習</p>  <p> 你、Daisy Ho、黃佳禎和其他 2 人</p> </div>		

日期	107 年 10 月 31 日	次數	第 3 次
時間	16 時 00 分至 18 時 00 分	地點	樂活館
主持人	王國禎	記錄	董靜宜
本次主題	旅遊觀光之機場篇		
開放非成員參加	<input checked="" type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否		
粉絲專頁紀錄	<div data-bbox="405 750 486 833"> </div> <p>董靜宜 ▶ 政大學生自主學習 10月31日 · 🌐</p> <p>2018/10/31(三)西西哈哈學西文讀書小組紀錄 出席人：王國禎、顧采薇、何玥彤、林意傑、王嘉祥、董靜宜、黃佳禎、蕭睿心 內容：一·西文版誰是臥底--以練習西文口說描述為主體。 二·機場相關單字會話練習--名詞介紹，相關會話的演練。 三·影片學習--透過影片學習搭機注意事項和相關單字。 — 和王嘉祥及其他 5 人。</p> <div data-bbox="384 1146 1390 1805"> </div>		

日期	107 年 11 月 07 日	次數	第 4 次
時間	16 時 00 分至 18 時 00 分	地點	樂活館
主持人	王國禎	記錄	王國禎
本次主題	過去式及命令式複習		
開放非成員參加	<input checked="" type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否		
粉絲專頁紀錄	 <p>王國禎 ▸ 政大學生自主學習 11月9日下午9:17 · 🌐</p> <p>【外語學習行動小組-西西哈哈學西文】 第四次讀書會 🕒時間：11/07(三) 16:10~18:00 📍地點：樂活館3樓 👥參與成員：王國禎、王嘉祥、周信佑、顧采薇、張芳樺、何玥彤、蕭睿心、董靜宜、黃佳禎、柯宜辰 討論主題： ✓ 複習簡單過去式(Indefinido)用法 ✓ 口語練習：誰是臥底之人物、動物篇 以遊戲方式練習描述我們日常身邊的人事物。遊戲中，會有臥底和平民，臥底和平民拿到的題目(一名詞)不同，每一輪每位成員需用一句話來描述他手上的題目，並藉由觀察去找出誰是臥底。 本次題目：賴清德&柯文哲、犀牛&河馬 ✓ 文章閱讀：如何避免成為「死觀光客(guiris)」 文章中提供了十個建議如何避免當死觀光客，閱讀的同時也可以練習到命令式(imperativo)的用法。 下次讀書會是在期中考後一周，有興趣的人可以參與喔！ #歡迎新成員柯同學本次加入 #有人說賴清德很像猴子 #大家很愛誰是臥底</p>		

日期	107 年 11 月 21 日	次數	第 5 次
時間	16 時 00 分至 18 時 00 分	地點	樂活館
主持人	王國禎	記錄	王嘉祥
本次主題	西班牙旅遊		
開放非成員參加	<input checked="" type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否		
粉絲專頁紀錄	<div data-bbox="406 741 1386 1288">  <p>王國禎 ▸ 政大學生自主學習 11月30日上午10:16 · 🌐</p> <p>【外語學習行動小組-西西哈哈學西文】 第五次讀書會 🕒時間：11/22(三) 16:10~18:00 📍地點：樂活館2樓 👥參與成員：王國禎、王嘉祥、周信佑、顧采薇、張芳樺、何玥彤、蕭睿心、董靜宜、黃佳禎 討論主題： <ul style="list-style-type: none"> ✓ 旅遊相關單字 ✓ 口語練習：故事接龍 分成兩組，每組將拿到10張字卡，並且必須抽出故事的開頭和結尾。之後，兩組必須輪流使用拿到的字卡說故事，一次使用一張。</p> </div>		
			

日期	107 年 11 月 28 日	次數	第 6 次
時間	16 時 00 分至 18 時 00 分	地點	樂活館
主持人	王國禎	記錄	顧采薇
本次主題	西班牙美食、食譜		
開放非成員參加	<input checked="" type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否		
粉絲專頁紀錄	<div data-bbox="405 752 1386 1310"> <p> 王國禎 ▸ 政大學生自主學習 ...</p> <p>11月30日上午10:24 · 🌐</p> <p>【外語學習行動小組-西西哈哈學西文】 第六次讀書會</p> <p>🕒 時間：11/29(三) 16:10~18:00</p> <p>📍 地點：樂活館3樓</p> <p>👥 參與成員：王國禎、王嘉祥、周信佑、顧采薇、張芳樺、何玥彤、蕭睿心、董靜宜、黃佳禎</p> <p>討論主題：西班牙食物 🍷🍷🍷</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ 口語練習：詢問西班牙各自治區知名美食 ✓ 聽力練習：觀看製作西班牙蕃茄冷湯的製作影片，並利用Kahoot進行練習。 ✓ 複習食物單字 </div>  <p>10210500037136385&set=p.10...</p>		



王國禎
剛剛 · 鎖

從下周開始「西西哈哈學西文」讀書會要開張囉！
目前預計一共6次，時程表如下：
107/10/17(三) 16:00-18:00 西班牙文學習資源分享、基本書信用法
107/10/24(三) 16:00-18:00 旅遊觀光
107/10/31(三) 16:00-18:00 旅遊觀光
107/11/07(三) 16:00-18:00 期中考前複習
107/11/21(三) 16:00-18:00 西班牙旅遊
107/11/28(三) 16:00-18:00 西班牙美食、食譜
每次主題都不一樣，想要參加的學弟妹們歡迎私訊我喔！

讚 留言

留言.....

▲ 網路上公開邀約

5. 外語學習行動小組運作上需要加強的部分及對教發中心的建議

外語學習行動小組此次運作最需要加強的部份便是可以再更多關於陳述意見或想法的口語練習，本次主要仍以生活中所需要的日常生活對話以及描述人事物為主。或許以後每次讀書會大家可以先用西語分享自己日常生活所發生的事情以及其想法抑或是邀請西文母語人士與我們一同聊聊。

至於對教發中心的建議主要是希望能夠延長此外語學習行動小組的計畫時間，因為為期大約兩個月左右，中間又有期中考，大約舉辦六次讀書會就是極限了。如果能夠拉長計畫期間並多補助一點經費，或許大家自主學習的成效會更好。

五、成員心得

讀書會成員

106509302 歐西二 顧采薇

這幾週讀書會的實際練習讓我得以更加了解自己不足的地方，明白學習語言要實際運用才能加速進步。雖然口說練習時講得還不太流暢，但我都能從中學到且記住新單字、一點一滴地充實進步。

106509303 歐西二 張芳樺

參加這次的讀書會讓我顛覆學習是一件枯燥乏味的事情，倒也不是新奇古怪的全新教法，而是與同儕一同腦力激盪後展現於自己所學之中，覺得是非常棒的一個決定！

106509307 歐西二 黃佳禎

上大學才開始學西文，一切都是從基礎開始，難免會有點害怕，如今雖然也學習了兩年的時間，仍然覺得有許多不足的地方，卻不知道要用什麼方式增強自己的語言能力。那時候聽到有讀書會可以擴增學習西文的時間，覺得非常吸引我，不僅可以學到許多不同主題的新知識，還能透過遊戲的方式跟同學增進感情。每個禮拜都非常期待讀書會的到來，讓我有更多可以開口說西語的機會，並且跟讀書會的大家度過愉快又充實的時光。

106509320 歐西二 何玥彤

首先，很慶幸能成為這次讀書會的一員。從一開始，大家便討論了各自學習西文遇到困難，必希望藉由讀書會更加精進這個語言。在讀書會的過程，我能感覺到語言是一個非常生活化的工具，因為我們進行了諸多活動：運用西語單字玩故事接龍、練習買賣車票對話、西班牙各地區美食探討等。因此，我認為如同我們的讀書會名稱「西西哈哈學西文」，學語言如果建立在很靈活且有互動的氛圍，讓我覺得學習語言毫無壓力且樂於精益求精。

103509314 歐西四 王國禎

一開始，對於有這些學弟妹願意一起參與外語讀書小組覺得十分地興奮也十分地緊張。那時希望自己能以別於課堂上的方式和大家一起練習西班牙文，於是每周都挑選較生活化的主題，讓學弟妹能夠在未來出國交換時可以因為有些讀書會的練習後不用那麼地緊張。雖然這些東西對於我不是特別地難，但是在準備讀書會以及在帶領的過程中，也學習到很多。我覺得這就是讀書會很難得可貴的地方，藉由彼此的力量造就更強大的成果，我們彼此互相學習、成長。

非讀書會成員

106509301 歐西二 周信佑

在參與學習小組前，我們能夠開口練習西文的機會並不多，在學習小組中，我們有辦法訓練我們的口說能力，透過實用的日常生活對話練習，讓我們能夠更流利的講出西文句子，也將課堂上所學真實應用於日常生活中。另外透過學長帶領，以及教材輔助，我們也更加了解西班牙及中南美洲的文化，包括社交習慣、日常生活以及飲食等。學習小組讓我們每個人都有所成長，除了學習語言之外，更了解並尊重包容與我們不同的文化。

105203016 歐西二 王嘉祥

能夠和一樣對西班牙文有興趣的同學組讀書會，一起快樂學習，是我覺得最棒的事。每週利用一點時間，除了複習課本上的知識，課外的學習也是獲益良多。主題式的學習(買車票、食物等)、兩兩一組練習對話，有別於一般上課人數較多的情形，更讓我們每人的學習更集中、並將語言實際應用於對話中。

106509318 歐西二 董靜宜

在政大的校園走了兩年，學習西文的進程感覺有進步，卻又好似擱淺，甚至步步驚心。學習語言很容易遇到一個瓶頸，感謝讀書會，我走出來了。書本裡的知識豐富多元，教授講得口沫橫飛，但只有跟讀書會的學長和同學們一起主題式的討論，才真正有吸收的滋味。每周的不同主題，都帶給我嶄新的思考和灌輸。

不僅是日常生活的實用相關資訊，還有一些有趣的小遊戲增進表達能力。我在讀書會之中，就像一塊海綿，老師跟書本給我黃色的外衣，但是讀書會給了我內在的充實。

六、未來展望

為經過此次的外語學習小組後，我們對於未來有以下之展望：

● 更多的情境模擬

外語學習小組其實就是將日常生活的各種情境，學習著用外語去呈現。未來希望有更多的情境模擬；或是當語言能力提升不少了之後，能夠全程採用西文來溝通。外語的學習很重要的便是該語言的邏輯思維，期望能藉由這些情境模擬，可以逐漸學習到西文人士的語言邏輯。

● 對於西班牙文更多的接觸

對於剛開始學習西班牙文的人而言，最大的難關就在於如何克服西文快速、「吃音」、地域性不同的口音等諸多難題抑或如何流利地與外語人士自然對話。但是其實只需要多多接觸，慢慢就能解決這些難關。期望未來大家可以準備文章用西文與彼此分享或是跟大家分享日常發生的事。抑或是邀請西文朋友來聊聊他們國家的節日或是在台灣的感觸。希望自己能在課外、讀書會外也能自我學習，和多交西文母語人士朋友。漸漸地增加大家對西文的興趣，日後漸漸能用西文聊天、對話、甚至發表自己的意見！

● 不再害怕開口說西班牙文

不能忘記「語言的目的就是溝通」，不能因為單字背不起來或文法弄不懂時，就放棄開口說西班牙文去溝通。這次我們已開始練習跨出了第一步，希望以後能夠更加勇敢地去用自己所能來表達自己的想法和意見。當我們可以達到這個地步時，再進而追求聽得懂母語人士說話且我們也能流利的溝通，讓自己擁有能流利使用世界三大語言的能力與優勢。

● DELE 西文檢定

學習小組的同學們也表示日後也希望西語能力能夠通過西語檢定 DELE，進而證明與鑑測自己學習的成效。