



教育部跨領域美感教育卓越領航計畫

標竿學校創課方案表

113 學年度 第 2 學期

學校全銜	台中市立惠文高級中學
創課方案名稱	心理操控的辨識與思辨：SEL 融入資訊圖表設計教學
團隊成員	藝術類教師： <input checked="" type="checkbox"/> 視覺藝術/美術：洪千琪 <input type="checkbox"/> 音樂： <input type="checkbox"/> 表演藝術： 非藝術類教師： 其他人員：__諮商心理師（單位/職稱）__ 知心心理諮商所__ 總人數：2
實施對象	<input type="checkbox"/> 國小：__年級 <input type="checkbox"/> 國中：__年級 <input checked="" type="checkbox"/> 高中/職：高中二 年級 參與班級數：如 普通班 1/藝才班 1 參與總人數：
課程屬性 (可複選)	<input checked="" type="checkbox"/> 必修課程 <input type="checkbox"/> 選修課程 <input type="checkbox"/> 校本課程 <input checked="" type="checkbox"/> 雙語課程 <input type="checkbox"/> 其他：_____
創課方案來源	<input checked="" type="checkbox"/> 創新課程（為全新自創之跨領域方案） <input type="checkbox"/> 精進課程（延續之前跨領域方案內容，但加以精緻優化） <input type="checkbox"/> 延伸課程（依據之前跨領域方案走向，但延伸擴充之） <input type="checkbox"/> 其他：__如改編自其他美感教育計畫方案__
學生先備能力	由於實施課程的班級為高二的學生，所以學生在生涯規劃以及使用設計軟體上已有穩定的基礎。而因應此次融入 SEL 課程的發展目標，學生也必須具備了解及探索個人的能力，以及與他人溝通分享合作等社交技能。

<p>跨領域美感 課程架構圖</p>	<p style="text-align: center;">課程架構圖</p> <p style="text-align: center;">專題式學習</p> <p style="text-align: center;">心理操控技巧</p> <div style="text-align: center;">  影片《你的心靈不需要課程》 ↓ 學習過程  →  →  →  分組合作 資料蒐集分析 視覺設計 成果發表 </div> <p style="text-align: center;">成果</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">  資訊圖表  辨識力與警覺性 </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px; text-align: center;"> <p>學習自我覺察、同理心與負責的決策能力 強化情緒理解與批判思考，達成社會情緒學習 (SEL) 的核心目標</p> </div>
<p>課程發展理念</p>	<p>本課程採用專題式學習 (Project-Based Learning) 方式，引導學生分組合作，從資料蒐集、分析到視覺設計與成果發表，共同完成一張關於 LGAT (大型團體覺察訓練)、PUA (搭訕藝術) 或影片中所提心理操控技巧的資訊圖表 (Infographic)。</p> <p>說明： 本課程以錫蘭影片《你的心靈不需要課程》為核心教材，帶領學生理解心理操控的常見技術，並運用視覺設計技巧將相關概念轉化為清晰易懂的圖像資訊，提升觀者對 LGAT、PUA 及日常生活中心理操控手法的辨識力與警覺性。同時，透過小組合作與討論，培養學生的自我覺察、同理心與負責的決策能力，強化其在面對外界訊息時的情緒理解與批判思考能力，達成社會情緒學習 (SEL) 的核心目標。</p>
<p>跨領域美感素養 (可複選)</p>	<p> <input checked="" type="checkbox"/> 1. 美學思辨與覺察省思 <input type="checkbox"/> 2. 符號識讀與脈絡應用 <input checked="" type="checkbox"/> 3. 藝術參與及社會行動 <input checked="" type="checkbox"/> 4. 設計思考與創意發想 <input type="checkbox"/> 5. 數位媒體與網絡掌握 <input type="checkbox"/> 6. 文化跨域與多元詮釋 <input checked="" type="checkbox"/> 7. 藝術探究與生活實踐 <input type="checkbox"/> 8. 其他： </p>
<p>跨領域課程類型 (可複選)</p>	<p> <input type="checkbox"/> 活化型課程 <input checked="" type="checkbox"/> 議題式課程 <input type="checkbox"/> 窗外式課程 <input type="checkbox"/> 交集性課程 <input type="checkbox"/> 學校本位課程 <input type="checkbox"/> 混成式課程 <input type="checkbox"/> 其他： </p>

跨領域內涵		<input type="checkbox"/> 藝術科目： <u>視覺藝術</u> <input type="checkbox"/> 非藝術科目： <u>輔導科</u> <input type="checkbox"/> 融入之議題： <u>生涯規劃教育</u> <input type="checkbox"/> 其他：		
美感元素與美感形式		美感元素 <input checked="" type="checkbox"/> 視覺藝術： <input type="checkbox"/> 點 <input type="checkbox"/> 線 <input type="checkbox"/> 面 <input checked="" type="checkbox"/> 空間 <input checked="" type="checkbox"/> 構圖 <input type="checkbox"/> 質感 <input checked="" type="checkbox"/> 色彩 <input type="checkbox"/> 明暗 <input type="checkbox"/> 音樂： <input type="checkbox"/> 節奏 <input type="checkbox"/> 曲調 <input type="checkbox"/> 音色 <input type="checkbox"/> 力度 <input type="checkbox"/> 織度 <input type="checkbox"/> 曲式 <input type="checkbox"/> 表演藝術： <input type="checkbox"/> 聲音 <input type="checkbox"/> 身體 <input type="checkbox"/> 情感 <input type="checkbox"/> 時間 <input type="checkbox"/> 空間 <input type="checkbox"/> 勁力 <input type="checkbox"/> 即興 <input type="checkbox"/> 動作 <input type="checkbox"/> 主題 美感形式 <input checked="" type="checkbox"/> 均衡 <input checked="" type="checkbox"/> 和諧 <input type="checkbox"/> 對比 <input type="checkbox"/> 漸層 <input type="checkbox"/> 比例 <input type="checkbox"/> 韻律 <input type="checkbox"/> 變奏 <input type="checkbox"/> 反覆 <input type="checkbox"/> 秩序 <input type="checkbox"/> 統一 <input type="checkbox"/> 單純 <input checked="" type="checkbox"/> 虛實 <input type="checkbox"/> 特異		
本期發展重點 (其他議題請參照課程模組 4.1 核心內涵)		<input type="checkbox"/> 聯合國永續發展目標 (SDGs)： <input type="checkbox"/> A.終結貧窮 <input type="checkbox"/> B.消除飢餓 <input checked="" type="checkbox"/> C.健康與福祉 <input type="checkbox"/> D.優質教育 <input checked="" type="checkbox"/> E.性別平權 <input type="checkbox"/> F.淨水及衛生 <input type="checkbox"/> G.負擔的潔淨能源 <input type="checkbox"/> H.合適的工作及經濟成長 <input type="checkbox"/> I.工業化、創新及基礎建設 <input type="checkbox"/> J.減少不平等 <input type="checkbox"/> K.永續城鄉 <input type="checkbox"/> L.責任消費及生產 <input type="checkbox"/> M.氣候行動 <input type="checkbox"/> N.保育海洋生態 <input type="checkbox"/> O.保育陸域生態 <input checked="" type="checkbox"/> P.和平、正義及健全制度 <input type="checkbox"/> Q.多元夥伴關係 <input type="checkbox"/> 社會情緒學習 (SEL)： <input checked="" type="checkbox"/> 甲.自我意識 (覺察) <input checked="" type="checkbox"/> 乙.關係技巧 (情感識別) <input checked="" type="checkbox"/> 丙.社會覺察 (社交能力) <input type="checkbox"/> 丁.自我管理 <input type="checkbox"/> 戊.負責的決策 <input checked="" type="checkbox"/> 其他議題： <u>生涯規劃教育</u> <input type="checkbox"/> 無		
學習活動設計				
學習活動內容與流程		跨領域美感素養 (依前述表格之代碼填寫)	本期發展重點(依前述表格之代碼填寫)	
節次	活動說明	教師引導		
1	1、說明本專案的核心目標與任務，預告將播放並分析錫蘭的影片《你的心靈不需要課程》中的片段，引導學生思考：面對龐大且複雜的心理操控議題，該如何透	<ul style="list-style-type: none"> ● 說明課程架構與學習歷程評量方式 ● 引導學生預測影片內容與主題連結 ● 協助學生初步理解資訊視覺化在社會議題傳播與公共溝通中色，並思考其在揭示心理操控現象中的責任與影響力。 		
		4	甲	

	<p>過視覺化手法將資訊清晰、有邏輯且易於理解地呈現。</p> <p>2、建立小組合作規範與班級共識，營造信任與開放討論的氛圍。</p>		4	甲、乙	
			4	甲、乙	
2	<p>影片分段解析：心理操控手法與視覺轉譯思考</p> <p>將影片切分為多個片段，逐段觀影與討論，引導學生辨識其中出現的心理操控策略（如情緒勒索、語言操控、集體施壓等），並討論若以視覺資訊圖表呈現，應如何整理與設計，才能有效傳遞重點與警示效果。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 每段影片播放後提出引導問題：這段出現了哪些操控手法？ ● 啟發學生思考：「如果我要讓沒看過這段影片的人理解這我會怎麼視覺化呈現？」 ● 鼓勵學生發表多元觀點並記錄關鍵語句或情境 	4、7	甲、乙	
3	探究心理操控邏輯	分析 LGAT 及 PUA 話術與行為模式，聚焦性別與操控關係			
4	教授批判思考四大步驟（觀察、分析、評估、回應）	<p>提問引導：「你是怎麼發現它有問題的？你用什麼方法判斷它，並意識到需要有方法來拆解資訊與情緒的影響</p> <p>步驟一：觀察 (Observe)</p> <p>練習客觀描述資訊，不急於下判斷。強調「不加解釋、不中立觀察」。教師舉例「這段話用了什麼詞？」、「場景中有哪些行</p> <p>步驟二：分析 (Analyze)</p>			

		<p>練習找出操控語言的目的與模式。引導學生從情緒、語言結構角度來推敲其潛藏目的。</p> <p>步驟三：評估 (Evaluate)</p> <p>提升對言語操控、偏誤資訊的判別能力。提供「邏輯謬誤」與「議」的例子。</p> <p>步驟四：回應 (Respond)</p> <p>嘗試將分析轉化為創作，進行回應性思考與設計。鼓勵學生練達、建設性對話進而開始構想設計草圖</p>	4、7	甲、乙
5	與心理師對談：從專業角度看 LGAT/PUA 與情緒操控	邀請具經驗的臨床或諮商心理師分享實務觀察與心理操控的影響，引導學生預備提問；課後進行統整與反思		
6	資訊圖表概論與範例賞析	展示各類 infographic 類型與社會議題應用實例		
7	視覺傳達與資料編排原則	教學設計中的視覺階層、色彩心理與資料圖像化技巧		
8	團隊選題與資料蒐集	引導學生選定 LGAT 或 PUA 作為主題進行資訊搜集		
9	解構心理操控語言與手法	拆解選題中的操控策略與情緒勒索技術		
10	圖表草圖發想與構圖	指導如何將資訊整理成視覺概念圖		
11	Canva 工具操作與色彩計畫	示範實際編排、色彩搭配與圖表製作流程		
12	團隊初稿製作與同行互評	小組展示初稿，進行互評與改進建議		
13	深化設計與資料精緻化 科學數據的呈現	協助學生檢視資訊來源、調整內容正確性 圖表的類型與認識		
14	視覺資訊圖表	檢查圖表中的倫理觀點、資訊責任與設計邏輯		

4	完稿與檢核			
1 5	成果發表與觀摩	組間發表設計作品，分享研究與創作歷程		
1 6	回顧與自我評估	引導學生回顧學習歷程，進行自評與反思		

評量方式：

評量標準	比重	評量方式
內容準確性 (Knowledge)	30%	是否清楚表達 LGAT 或 PUA 的核心概念
視覺設計 (Skills)	30%	色彩、字體、視覺層級等是否符合設計原則
資訊傳遞效率 (Communication)	20%	是否能快速傳達資訊、吸引讀者關注
創意與敘事 (Creativity & Storytelling)	20%	是否運用創意視覺化手法增強資訊可讀性

教學省思

本課程以「視覺資訊設計」為核心，透過專題導向學習引導學生探索如何將龐大複雜的心理操控知識轉化為清晰易懂的圖像化呈現。在學習歷程中，學生首先需理解 LGAT 與 PUA 的核心概念及心理學機制，進一步辨識其操作手法與影響。這不僅是知識面的累積，更牽涉到批判思考與社會責任的養成。教學中發現，當學生嘗試將艱澀的理論透過流程圖、對照表或視覺隱喻設計呈現時，他們會被迫思考「哪些是核心訊息」、「要如何以最少的元素達到最大理解」。這樣的歷程正好培養學生分析、統整與表達的能力。同時，視覺化設計過程讓學生意識到圖像並非單純美化，而是資訊傳遞的強大媒介，能影響受眾的理解與情感反應。透過成果分享，學生也感受到自身作品能對社會產生提醒與警示的力量。整體而言，此課程不僅提升了學生在視覺設計上的專業素養，更深化了其對心理操控現象的警覺性與責任感，達成知識、技能與態度三方面的整合性學習。

1. 你認為資訊設計在傳達重要議題（如心理操控）時扮演了什麼角色？

讓人快速理解議題核心的腳色。透過依循直覺的排版還有將文字簡化成圖表的設計，可以更吸引人閱讀，也可以讓人在閱讀時迅速整理吸收到的資訊。

2. 這次的設計任務有沒有讓你開始更關注生活中的心理操控現象？為什麼？

有。為了要做這份資訊圖表，我上網查詢了很多資料，才發現原來生活中沒有注意過的那些別人說話的方式與動作的細節都有可能是心理操控的手段。這讓我對於這些操控手段更加敏銳，也更有提防心。

3. 完成這次資訊圖表後，你對自己的表現有什麼評價？有哪些地方還可以進步？

學生回饋

我覺得我在每次上課的時候都有認真的投入在這次的作業中，在查找資料時也花費了很多的心思，但我在設計排版這方面還需要加強。在我做的資訊圖表中，我只用了最基礎的排版，但是看了其他同學的作品後，我發現原來還有那麼多種有創意的排版方式。

4. 你在這個專案中有沒有特別發揮的能力（如設計、資料整理、發表等）？請分享你的貢獻。

在這個專案中我特別發揮的能力是資料整理的能力。我所探討的主題是 PUA，查了許多 PUA 的資料後，我發現 PUA 這個主題有很多種面向可以探討，也有很多種切入的角度，所以我需要鎖定我的切入角度，並篩檢資訊。這花費了我很多時間。考量資訊圖表的特性與如何在有限空間內用最簡單圖表呈現資訊後，我最後選擇呈現 PUA 的心理操控五階段，並用雷達圖呈現各階段的各種心理操控手段的占比。



影像紀錄



微步·巨浪

登門檻效應

先請對方做一件小事
再提出較大要求
成功率較高

心理機制 Psychological Mechanism

- 1 認知一致性 Cognitive Consistency Theory**
人們傾向維持自己的信念、態度與行為之間的一致性
- 2 自我知覺 Self-Perception Theory**
當一個人答應了某個小請求時，他會開始認為自己是一正向的人
- 3 行為承諾 Commitment Theory**
人們一旦對某件事表達了承諾，便會有「保持一致」內在壓力
- 4 維護自我形象 Self-Image Maintenance**
答應第一次請求後，會強化對某種角色的認同。為了維持形象，他們更可能去完成後續請求

請求方式	成功 (%)	失敗 (%)
直接提要求	~18	~82
使用登門檻效應	~55	~45

倖存者偏差

看不見的敗局

中小企業前八年的存活率

時間	成功 (%)	失敗 (%)
前一年	0.2%	99.8%
前三年	0.6%	99.4%
前八年	4.0%	96.0%

成功？只是沒死而已。

統計學家沃德德指出，這是一種「倖存者偏差」——軍方只看到了「成功返航」的飛機，而忽略了「被擊落」的飛機。

這原則後來被廣泛應用於統計學、商業和決策分析中，提醒人們避免忽略失敗或不可見的數據。

PUA 魅力操控術 玩轉他人心

Pick-up Artist

除了他，不會有人能接受我

都是因為我太愛他了，不然我才懶得管。

沒有我，你什麼都不是。

我要學會講話，我不能再惹他生氣。

我怎麼那麼不識事，我不該讓他離開...

我都會為你放棄那麼多，你怎麼可以這麼自私？

原本定義
使用語言或身體等手段，進行心理操控與誘惑。

方法說明
利用話術，或特殊身體語言，操控各種權力不對等的關係。

後來泛指
以上對下的角度控制他人，造成其不安、恐懼。

全球受害者性別比例

性別	比例
女性	20%
男性	80%

全球受害者年齡比例

年齡	比例
20K	50%
40K	35%
60K	15%

WARNING
PUA 是種心理操控 精神 洗腦

愛 & 囚禁

Stockholmsyndromet

斯德哥爾摩症候群的心理謎團

斯德哥爾摩症候群 (Stockholm syndrome, 或稱：斯德哥爾摩綜合症)，是一種特殊的心理狀態，受害者不會厭惡綁架或虐待他們的人，而是對綁架者跟虐待者產生認同感、同情心，甚至萌生愛意，這個症狀也被專家叫作「人質情結」。

受害者出現斯德哥爾摩症候群比例

出現 8.3%

未出現 91.7%

同情 16.7%

信任 33.3%

愛慕 8.3%

否認暴力 16.7%

保護加害者 25%

受害者出現斯德哥爾摩症候群現象種類

為何會對加害者產生情感依賴？

當人遭遇綁架、虐待等極端情境時，為了生存和減輕恐懼，可能對加害者產生依賴與情感連結。

受害者會將加害者的「小恩惠」視為善意並認同其行為，因想存活的欲望，已經大幅超越對加害者的憎恨感，所以當壓力獲得釋放的當下，他們會錯把釋放當成恩典。這是出於自保、生存本能和長期孤立所造成的認知扭曲與依附。

受害者會拒絕外界的幫助，無法離開、逃脫與加害者的關係

將暴力、威脅或虐待視為正常

將加害者偶爾的善待解釋為真誠關懷

受害者常會認為自己是錯的，甚至將受到虐待的責任歸咎於自己

其他對於
本計畫之建議