

編號(免填寫):

教學課程名稱(請填寫):

臺南市107年度性別平等教育創意教案徵選

穿出我的青春色彩

臺南市107年度性別平等教育創意教案徵選

教學課程摘要表

教學課程名稱（標楷14級字）：**穿出我的青春色彩**

一、教學課程發展的動機與目的：

（一）動機：

雨過天晴的彩虹常常令人驚豔與佇足。人的生活中處處充滿了色彩，校園空間設計、教室學習情境、甚至學生的服裝穿著，都脫離不了顏色。然而，長久以來傳統性別刻板印象，造成不同性別對顏色的好惡，例如粉紅色被認為是女生的顏色，所以傳統刻板的家庭教育中，小男生如果穿粉紅色的衣服，或許就會被告知那是女生的顏色。延伸到青少年階段，衣服穿著甚至造成校園霸凌的主因。

（二）目的：

世界人權宣言第一條：「每個人都是自由的，我們都應該得到同等的對待。」第二條：「每個人都是平等的，不論我們在膚色、性別、宗教、語言或其它方面有什麼不同。」本課程即在透過綜合領域中服裝色彩搭配，融入國際教育 Pink Shirt Day（粉紅襯衫日）的起源和活動，讓學生體認到性別平等以及預防霸凌，不只是台灣，而是全世界共同的議題。

二、教學演示重點與策略：

透過趣味色彩心理測驗，除了引導學生平時適當的服裝顏色搭配，個人對顏色各有偏好，應該懂得尊重異己，並欣賞他人。其次結合 Pink Shirt Day 為課程主軸。透過 Pink Shirt Day 的由來，從敘述一位穿粉紅色衣服的男孩所遭受周遭同學歧視、譏笑等的不公平對待後，進而訴諸實際反霸凌行動，獲得全加拿大支持的故事。讓學生省思預防霸凌的智慧策略。

三、省思與建議：

本課程設計，試圖結合綜合領域家政專長以及英文領域，讓學生統整知識，一來能反思自己平時對顏色的性別刻板印象，二來讓學生知道學習英語是生活的一部分，並非只有英文課才能用到英文。比較具有挑戰性的是，部分學生基礎英文字彙量不夠，連帶地可能造成對課程學習動機低落。建議在進行此課程時，給予英語學習低成就的學生鷹架，給予提示，讓學生提高參與度。

臺南市107年度性別平等教育創意教案徵選

課程活動教學設計

壹、教學課程名稱：

穿出我的青春色彩

貳、教學對象：

國中八年級學生。

參、教學時間：

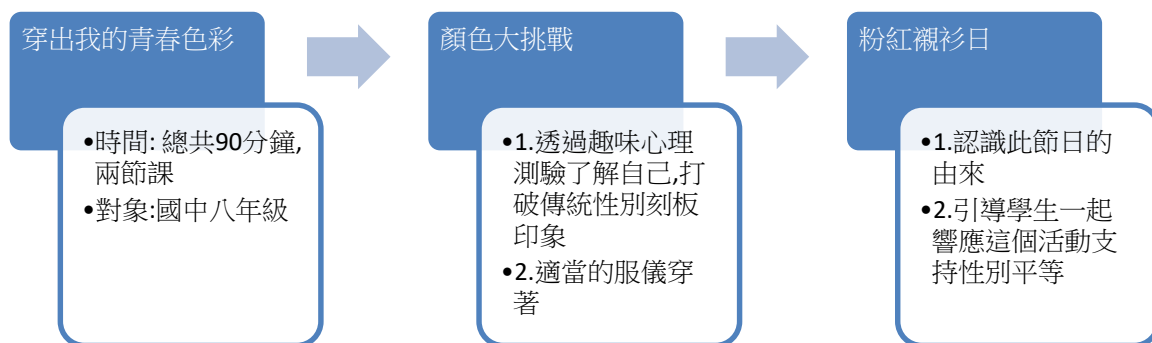
90分鐘，兩節課。

肆、設計理念：

第一節課的重點是：每個人都有不同的色彩偏好，透過趣味色彩心理測驗，以及自己喜歡的顏色、常穿的衣服或配件顏色，適當的色彩搭配，來了解自己與他人的異同。以影片及學習單的方式讓學生了解到色彩在生活中的重要性。

第二節課的重點是：從英語領域的Pink Shirt Day 切入，介紹這個節日的發生原因，顏色如何引起性別霸凌，而又如何有智慧的運用團體力量打擊霸凌，引導學生防止霸凌必須從自己做起，並使學生對於服飾穿著色彩，更能尊重異己，不受限性別。

伍、課程架構圖：



陸、教學活動設計：

教學課程名稱	穿出我的青春色彩			
教學目標	1. 建立學生懂得尊重異己, 欣賞多元美感 2. 從粉紅襯衫日出發, 期許學生對霸凌有更正向的處理方式 3. 學生能融入國際教育			
教學準備	電腦、投影機、學習單、網路資源			
教學目標	教學活動流程	時間分配	教學資源	評量方式
建立學生懂得尊重異己, 欣賞多元美感	(第一節) 顏色大挑戰 <u>準備活動</u> 1. 教師準備趣味心理測驗學習單、自備 ppt、康軒版綜合活動課本八下 <u>教學活動</u> 1. 讓學生先做學習單上, 對於顏色的趣味心理測驗, 讓學生對目前的自己有更多的認識。 2. 讓學生起立離開座位, 去尋找跟自己一樣顏色的夥伴, 詢問他(她)學習單裡面的問題並寫下夥伴的回答。 3. 請學生起立發表這個活動的感想 4. 播放 ppt 教學生認識同色相、無彩色及彩色、類似色以及對比色的認識, 透過色彩搭配穿出適合自己的服裝。 5. 以實例發問, 並發問讓學生回答。 6. 結語: 總結這堂課的重點	3	學習單	完成學習單
		10		
		10		學生能發此活動的想法
		10	電腦 ppt	
		8		過程評量
		4		

從粉紅襯衫日出發，期許學生對霸凌有更正向的處理方式	(第二節) 粉紅襯衫日 Pink Shirt Day			
	準備活動 1. 教師準備電腦、確認網路連線、學習單、康軒版英語課本八下			
	教學活動 1. 讓學生先看網路上 https://www.youtube.com/watch?v=gjmf3I1_ZhU The Story of Pink Shirt Day 的英文介紹，影片時間約6分鐘, 第一次無任何提示，第二次以關鍵字方式引導學生更了解內容。	12	電腦 投影機	學生專注觀看英文影片
	2. 教師說明內容並搭配英文課本，以關鍵字讓學生提取線索了解粉紅襯衫日的由來。	10	英文課本	過程評量
	3. 以學習單方式，讓學生認識有關霸凌的英文單字及粉紅襯衫日的由來、並引導學生深入討論粉紅襯衫日的意義與影響。	15	學習單	學習單完成度
	4. 鼓勵學生自由發表想法。	8		口語評量

附件一

(學習單一)

班級： 姓名：

趣味心理測驗

【一個人的日常穿著往往都會透露出內心的困惑、疑慮和企圖。請在下列11個顏色中選擇你這段時間最常穿的顏色】

1. 黑色 2. 深藍色 3. 白色 4. 黃色 5. 綠色 6. 紫色
7. 灰色 8. 紅色 9. 藍色 10. 橙色 11. 咖啡色

一、我最喜歡的顏色是 _____

二、我平常最常穿的顏色是 _____

三、請注意聽老師的解答，寫下屬於你自己的顏色個性

四、請找一位同學和你相同顏色的同學，並跟他(她)討論你們的個性

你詢問的同學姓名是：

你們相同的部分是：

你們不同的部分是：

五、請以50個字以內寫下你對這個趣味心理測驗的感想。

Pink Shirt Day Worksheet

Please answer the following questions,

1. Where is "Pink Shirt Day" from?
2. What are the two boys' names?
3. What do they do on that day? (活動當天大家要做什麼事?)
4. 這男孩穿粉紅色襯衫被稱為女生，他的感受如何？兩位學生的感受如何？
5. 如果你是這位男孩，你的感受如何？
7. 影片中兩位學生知道這件事後，他們立刻做了哪些事？
8. 兩位學生發起活動後，造成那些影響？
9. 你的身邊有發生類似的事情？當時你的感受如何？或你採取的行動是？
請於以下空白處描述(或畫)出來。

附件二

附件二：

學習單一的參考答案（由老師口頭說明，不印給學生）

題目：一個人的日常穿著往往都會透露出內心的困惑、疑慮和企圖。請在下列 11 個顏色中選擇你這段時間最常穿的顏色。

- | | | | |
|-------|--------|---------|-------|
| 1. 黑色 | 2. 深藍色 | 3. 白色 | 4. 黃色 |
| 5. 綠色 | 6. 紫色 | 7. 灰色 | 8. 紅色 |
| 9. 藍色 | 10. 橙色 | 11. 咖啡色 | |

測試結果：

1. 選“黑色”

從表面上看起來可能會給別人留下神秘、高貴以及專業的印象。因此，有許多時尚造型設計師往往偏愛穿黑衣服，感覺好像很專業，但實際上卻缺乏創意，所以黑會是現代人成功的最大障礙。總是喜歡把黑顏色衣服穿在身上的人，多少都會是一個不善於社會交際的人，他們無非是用黑色來掩飾自己內心的不安或恐懼。

健康指數：-30%。無法讓其他有利於自己的色彩能量進入。

事業指數：20%。看起來似乎是領導級的人物，其實也不盡然。

人緣指數：-70%。企圖用黑色把自己封閉起來，人緣可想而知。

生財指數：-100%。像我們前面所說的，財運是不可能到來的。

2. 選“深藍色”

深藍色是由冷靜又感性的藍色加黑色所形成的一種色彩，它既保留了黑色所具有的堅毅與神秘的特質，又增添了藍色的韌性和毅力，造就了深藍這個既具有知性又具有管理的特質。因此平時喜歡穿深藍色衣服的人應該是一位優秀的決策者。這樣的人凡事都會縝密思考，比較容易成就事業，而以男性居多。更有趣的是，這些男性多半喜歡自己自立門戶，為自己打工。但是這類人不太喜歡接受別人的批評和建議。

健康指數：5%。因為你經常深思熟慮而廢寢忘食，使精力嚴重透支。

事業指數：90%。你將會是一個好的領導者，但不一定是一個好老闆。

人緣指數：40%。你周圍的人都非常敬重你。

生財指數：80%。你自身的能力加上周密的計劃，使你頗有“錢途”。

3. 選“白色”

白色是一個純淨、沒有任何雜質的色彩，男性朋友會發現在他們的衣櫥裡‘有兩三件

白色的襯衫。一個常穿白色服裝的人，應該是一個追求完美的人。“夸父追日”也許是他們的缺點，但如果他們發現有什麼東西可以讓自己更好而需要改變方向的時候，他們也會立即行動，毫不遲疑。從這方面來說，喜歡白色衣服的人又有實際的一面。常穿白色衣服的人內心會經常覺得寂寞，但又非常渴望引起別人的注意和關心，甚至於愛慕。不過他們不太喜歡別人沒有理由的客套，所以在外人的眼裡，他們是那種既愛又怕受到傷害、既做作又喜歡鑽牛角尖的人。

健康指數：100%。有最高的透光率，能接受大量的能量，健康有保障。

事業指數：50%。能搭配上適合個人的色彩，事業會更上一層樓。

人緣指數：20%。由於你的過度挑剔和潔癖，讓不大瞭解你的人敬而遠之。

生財指數：0%。不要只指望單調的色彩，若能結合自己的財運色，則會收到意想不到的效果。

4. 選“黃色”

黃色是一個心靈能量的顏色，它可以加速理想的實現，並能啓發新的創意，但因為一般人不懂得如何挑選適合自己的黃色而給人一種蠢蠢的、智力不足的印象。一個常穿黃色衣服的人，應該是一個表達能力很強，有自己獨特見解和想法的人。他們很有自己的主張，在智力才能方面常常被肯定。這類人通常都具有冒險、追求刺激和新鮮的特徵。他們無法忍受一成不變。雖然他們是幽默的人，但也常愛發脾氣。不過幸虧他們習慣於用溝通來處理事情，即使是在發生不愉快的事情時也會如此。

健康指數：90%。善於溝通的人是比較長壽的。

事業指數：80%。能把自己的想法適時地表達出來，當然容易成功，但小心高處不勝寒。

人緣指數：90%。一個對自己和他人都不錯的人，人緣當然也不錯，不要一味地毫無保留。

生財指數：80%。如果能把自己心靈和溝通之間的能量互動，財源更是源源不斷。

5. 選“綠色”

綠色是一個生機盎然的色彩，它往往是生命誕生和延續的代表。一個常穿綠色衣服的人，個性謙虛平實，不愛與人爭論，有很高的人氣指數。和善、可親是這類人最大的特色，而且他們對於自己不喜歡的人也不會刻意地排斥或疏遠。這類人道德感強烈，個性爽直，平時話不多，可是一旦遇到投緣的物件，他們又有點“人來瘋”的樣子，這時候你會發現聊天是這類人最大的樂趣。其實，這類人是相當優秀的教育人才。他們雖然為了做好每一件事，常常會給自己設定標準，但或許是標準過高而成功率自然降低，不過他們總能自圓其說地將這一切否認得一乾二淨。如果每件事都給自己壓力，是跟自己過不去，人生就沒有任何意義了。

健康指數：100%。不喜歡和人爭長短、淡名利，一切都想得開，當然會長壽。

事業指數：50%。率直的個性往往被人利用，成為替人家打天下的人。

人緣指數：100%。和善可親，又不排斥不喜歡的人，因此每個人都喜歡你。

生財指數：100%。善於理財，節儉持家，當然財源滾滾了。

6. 選“紫色”

紫色是一個既高貴又帶著點傲氣的顏色。常把紫色衣服穿在身上的人，多半是一個觀察力和領悟力都很高的人。這類人通常具有不錯的文化素質和涵養，往往以藝術工作者居多。又因為紫是由紅和藍結合而產生的色彩，所以它包含了精神和肉體的定義，可以說姿色是控制情緒的最佳輔助品。但是常穿紫色衣服的人又有些自視清高，對於不屬於同一領域或和他不是一個檔次的人或事情，往往會表現出不屑的態度，容易讓周圍的人覺得他們矯柔造作，對他們的行為感到不自在。還好，他們似乎也並不在意這些人對他們不認同的態度。

健康指數：40%。自視過高，就不容易得到滿足，容易患精神衰弱。

事業指數：20%。有些讓人琢磨不定，雖然你們要的只是精神上的寄託。

人緣指數：20%。裝腔作勢會讓你失去想要的東西和你親近的朋友。

生財指數：100%。雖然是很好的財運色，但也要搭配得當，才能發揮超強的賺錢能量。

7. 選“灰色”

大家可能知道“非黑即灰”在流行時尚界已經是一個千古不變的準則。常穿灰色衣服的人通常會是一個不容易相信別人的人，但是他們凡事一定會處理得非常完善才認為是大功告成，否則他們寧願不做。不過，他們不會把事情隨便交給別人，除非已經取得了他的信任，但就像他們對愛情不信任一樣，取得他們的信任是一件非常難的事情。常把灰色穿在身上的人好象對愛情沒有憧憬，其實他們只是擔心受到傷害而已。

健康指數：20%。不透明的灰色雖然比黑色好，但也好不到哪兒去。

事業指數：70%。如果你想功成名就，它挺適合的。

人緣指數：-50%。只比黑色好一點而已。

生財指數：30%。因為由灰色而成功，當然利益也會隨之而來。

8. 選“紅色”

紅色使人精神振奮，但過度的紅又會使人精神緊張、脾氣暴躁。常穿紅色衣服的人，應該是個企圖心和精力都很旺盛的人。他們會對自己專注的和感興趣的事情投入百分之百的熱情，但是一遇到挫折便會迅速地喪失原有的熱情。他們算是一個樂天派，即便是當所有的人都在憂心忡忡的時候，他們也會認真地告訴你“沒關係，天塌下來有個兒高的人撐著”。雖然如此，他們的情緒變化起伏是相當大的，具有忽冷忽熱的個性。常穿紅衣服的人是一個心直口快的人，他們經常會毫不保留地把自己認為對的想

法脫口而出，從不考慮別人的感受，也不在乎可能產生的後果，而且他們沒有承擔過錯的能力和自我反省的勇氣，習慣把責任歸咎到別人或外在不可抗拒的因素中。常穿紅色衣服的人往往自以為是，更糟糕的是他們從沒有察覺，還有些沾沾自喜。

健康指數：60%。會因為過於急噪而導致胃腸疾病或運動受傷。

事業指數：98%。雖然企圖心旺盛，也很積極，但是“心急吃不了熱豆腐”。

人緣指數：50%。會因為你的過度強勢和霸道而使某些人疏遠你。

生財指數：90%。如果是合適你的模式，它確實是個財運色；如果你不在你磁場範圍內，它也許是你的破財色。

9. 選“藍色”

藍色是一個穿著相當普通的色彩，常穿藍色衣服的人通常是一個自制力和定力相當強的人，並且個性固執，屬於不達目的絕不罷休的人。在工作上常穿藍色衣服的人會是個優秀的人才，總會把上司交待的任務完成得井然有序。不過常穿藍色衣服的人，很少以樂觀的態度去看待任何事情，總會對每件事情抱以擔心和憂鬱。雖然他們是喜歡熱鬧的人，但因為他們生怕自己的言談舉止、穿衣打扮稍有不當會破壞別人對他們的感覺，所以往往他們身在人群外，心在人群中。

健康指數：80%。雖然冷靜是你的優點，但憂鬱的性格是你要注意的。

事業指數：80%。如果能夠使想象力和創造力齊頭並進的話，那將是如虎添翼。人緣

指數：40%。悲觀和情緒化會讓身邊的人越來越厭煩。

生財指數：30%。往往考慮得太多，等你行動時錢都已經不在了。

10. 選“橙色”

橙色是一個高亮度的顏色，給人一種溫暖的感覺，常穿橙色衣服的人擁有開朗的笑容和充沛的活力，使他們常常成為人群中的焦點而人緣奇佳，但往往也會因為不輕易得罪人使自己顯得沒有原則。這類人害怕孤獨，喜歡熱鬧，他們會參加各種活動來吸引人的注意，並且會和不同層次的人相處得非常愉快。但是常穿橙色衣服的人做事優柔寡斷，又易善變，使身邊的人感覺他們輕浮而不穩重。

健康指數：80%。熱情和生命力旺盛，健康狀況當然不錯，但切記不要太急。

事業指數：70%。沖勁十足但後勁不足，通常是“雷聲大雨點小”。

人緣指數：80%。開朗的笑容吸引著一些有活力的人。

生財指數：90%。偏黃的色彩一直是榮華富貴的代表色，只要運用恰當，確實有生財的功能。

11. 選“咖啡色”

咖啡色給人一種穩定和安全的感覺，雖然讓人覺得老氣，但卻有一種表裡不一的權威感。常穿咖啡色衣服的人，外表冷靜、內心熱情。他們會習慣腳踏實地地去做每一件事情，縱使遇到挫折也是有苦自己咽，絕不讓別人看到自己脆弱的一面，就算是在最糟的情況下，仍然能燃起希望之火，相信自己能夠度過一切艱難險阻。雖然這類人外表安詳，但有時他們的脾氣又臭又硬，發起火來是意想不到的火爆。常穿咖啡色衣服的人在情感的表達上多少讓人感覺有點木訥，經常會和令自己心儀的人失之交臂。他們又經常為情所困，為愛所苦。看起來相當節儉的他們，其實屬於經常省小錢花大錢的那種類型。

健康指數：90%。雖然有些欠缺年輕氣息，但規律的生活使你還算健康。

事業指數：90%。冷靜沈穩是搞好事業的根基。

人緣指數：98%。是一個不錯的好朋友，人緣自然好得不得了，可是異性會說你是木魚疙瘩。

生財指數：30%。雖然看起來有富貴氣息，但由於太過壓抑，難以順利伸展。

另一種解答

你有特別喜歡的顏色嗎？顏色會反映人們內心的性格特質，日本網站《Doctors Me》發表一篇「從喜歡的顏色看出性格」文章，分析顏色喜好和個人心理特質的關係，從偏好的顏色，或許就能解釋你目前的心理狀態，你會選擇以下 11 種中的哪個顏色呢？

- (1) 白 (2) 黑 (3) 紅 (4) 深藍
(5) 粉 (6) 紫 (7) 橙 (8) 綠
(9) 黃 (10) 棕 (11) 灰

原文網址：白色誠實、藍色知性... 喜歡的顏色看出「你的個性」 | ETtoday 健康雲 | ETtoday 新聞雲 <https://health.ettoday.net/news/877012#ixzz5NgW1mhCZ>
Follow us: @ETtodaynet on Twitter | ETtoday on Facebook

(1) 白

喜歡白色的人除了給人清新、純淨的感覺外，自己也希望過誠實、善良並簡單的生活。此外，他們也抱著「正直」的生活態度，因此對於自我要求也很嚴格，更是周圍人都能夠信賴的性格。

不過，因為一板一眼的個性，也會使他們得到嘮叨、不圓滑、總是在講大道理的負面評價，這是喜歡白色的人需要特別注意的部分。

(2) 黑

黑色帶給人靈敏、強硬、傑出等特性的感覺，希望自己成為這種類型的人，就容易喜歡上黑色。此外，喜歡黑色的人不太喜歡一直聽他人的指令，也討厭被束縛。

喜歡黑色的人通常第一眼很難親近，但了解過後就知道他們其實是好人的，比較容易建立雖然交友範圍不廣，卻都是深交的人際關係。不過他們有時對自己沒有信心、或是可能會因環境不自由而變得叛逆和逃避，不了解他們的人就容易產生誤會。

(3) 紅

紅色給人有朝氣、活力和行動力的感覺，想成為擁有滿滿能量的人容易偏向喜歡紅色。此外，喜歡紅色的人也散發出強烈、充滿激情的樣貌，不過過於激烈則會變為情緒激動、不安定，更可能因為內心積累的不滿和怒氣，變成帶著負面情緒的「力量」。

(4) 藍

知性、冷靜、慎重是喜歡深藍色的人擁有的特質，他們平靜、從容，並確實知道處事的「底線」，因為擁有很強的責任感，使得他們也常常成為他人依賴的對象。

不過，另一方面，他們的自尊心也非常強，有時甚至有點自負，會評斷他人在自己「之上」或「之下」，要是他們表現出這種態度，就常會招致他人的厭惡。

（5）粉

粉色代表了青春、美，以及女性化的感覺，因此喜歡粉紅色的人，通常也帶著這些特質，不管男女，都帶有喜歡美麗的事物、浪漫的性格。

相對地，他們也比較傾向依賴他人的個性，「比起愛人、更想要被愛」，也常常流露出任性、過於執著等不討人喜歡的一面。

（6）紫

紫色給人高貴、幹練的感覺，喜歡紫色的人通常對自己的審美觀很有信心，對於穿著也有講究，並能表現出自我特色。

不過，有時自我特色太強的樣子會讓人覺得「太張揚」、「自戀」。另外，「不舒服」的時候也有可能「突然喜歡」上紫色，這種情況下，就應該注意自己是不是有身體、心理不適的症狀。

（7）橙

喜歡橙色的人個性比較明朗、活潑、積極，並且想成為很有人氣的人。他們常常展現出具有奉獻精神的一面，也很喜歡娛樂大眾，具有讓大家都喜歡的特質。

反面來說，八面玲瓏的個性也讓他們的朋友關係比較薄弱，比較難和人深交。比起研究工作，他們更適合服務業、業務等會大量接觸到人群的工作。

（8）綠

綠色代表自然、和平、善良，喜歡綠色的人也比較喜歡平靜的感覺，對他人都會細心地照顧，工作認真，對上司、下屬都非常和氣得體，深受大家喜愛。

不過喜歡綠色的人也常常會被拜託一些「自己不想做的事」，要是是一直都不拒絕，就會讓他們產生很大的壓力，應該要適當告訴他人自己的感受，才不會讓他們不停積累負面情緒和負擔。

（9）黃

黃色可以刺激人的好奇心，所以很多「鉛筆」的筆身都使用黃色。而喜歡黃色的人求

知慾非常旺盛，並且喜歡新鮮的事物，擅長辯論和撰寫文字。他們也很有幽默感，跟初次見面的人也能侃侃而談，交友非常廣泛。

不過他們雖然性格很開朗，有時也會用尖銳的評論攻擊他人，認為自己有理就不饒人的行動會使人感到反感。

（10）棕

棕色帶給人安定、平靜，同時又具有「高級感」的感覺，喜歡棕色的人通常擁有好脾氣、冷靜的個性，思想趨向保守，並值得他人依賴。

莊重、沉穩的性格雖然能給人安定感，但對於急遽變化的環境會無法快速適應，有時會輕視擁有比較新潮想法的人「說得很好聽、但沒有內在」。此外，常常「太仔細」照料他人的舉動，更容易使人感覺他們很多管閒事。

（11）灰

喜歡灰色的人偏向追求「都會氣質」、「知性酷」的感覺，忍耐心強、不會情感用事地說出失禮的話，是使人能夠放心相處的人，適合從事理論邏輯強的職業，例如律師、醫師、電腦工程師或警察等職業。

不過他們也比較不會暴露自己的想法，使人常常無法了解他們的內心所想，感覺沒有人情味，也會帶給人「像機器人一樣」的負面印象。

原文網址：白色誠實、藍色知性... 喜歡的顏色看出「你的個性」 | ETtoday 健康雲 | ETtoday 新聞雲 <https://health.ettoday.net/news/877012#ixzz5NgXN10yr>
Follow us: @ETtodaynet on Twitter | ETtoday on Facebook