



教育部

藝術才能專長領域輔導團教學示例

「美感跨域—共好的藝術實踐」

Hi! 情緒變變變～ 我的創作超能力

第III學習階段適用

主編 / 吳舜文
編著 / 鐘兆慧



國立臺灣師範大學 出版



主編序/教學相長藝有所感

藝才課綱展新頁(Curriculum)：108 年 7 月及 110 年 10 月，藝才及特教課綱系列發布及修訂，啟動中小學藝才教育全方位課程發展。

藝才輔導創新路(Consulting)：109 年 6 月及 113 年 7 月發布及修訂藝才專長領域輔導團運作要點，藝才輔導機制建立，由 15 位音樂、美術與舞蹈專長之中小學藝才班/藝才資優班教師擔任輔導員，114 年 8 月，第 4 屆續力前行。

藝才手冊釋綱領(Connection)：109 年 12 月，透過 5 位藝推主持人員策劃、34 位教師研編、20 位專家審查及 2 位助理執編，達 560 頁《十二年國民基本教育課程綱要-藝術才能專長領域課程手冊》發行，提示藝才課綱內涵，充實學習構面教學。

藝才示例交享閱(Communication)：110 至 115 年 6-7 月，每學年度定期研編會議的激盪，聚斂於諮詢會議的對話，展現課程、教材、教法創新研發成果，聚焦各教育階段卻能呈現系列整合之藝才教學示例，如期完竣。

藝才教研續策進(Collaboration)：衷心感謝常務委員陳沁紅、丘永福、曾瑞媛教授之協力陪伴，歷屆(略)及本學年度示例諮詢委員江淑君、張俊賢、林宜誠、郭美女、莊敏仁、吳望如、鄭明憲、林美吟、曾仰賢、張繼文、詹佳惠、潘莉君、戴君安、董述帆、曾照薰教授群之慧眼檢視，連瑞淇、柯逸凡、張韶儒、簡杏羽、桑慧芬、郭炎煌、鐘兆慧、莊浩志、簡俊成、鍾政岳、黃瀟霆、楊芬林、蕭家盈、賴欣倫、尤曉晴輔導員之熱情編撰[依冊別序]，以及李威廷、黃映娣、劉懿霖助理之奮力執編，終有所成。

藝才學教有所感(Contentment)：此系列呼應社會情緒學習的「幸福感」，藝才輔導團每學年度創智出版，期能提供藝才教育多元思考，亦請各界不吝指教。

國立臺灣師範大學音樂學系副教授
暨教育部藝術才能專長領域輔導團召集人

吳舜文 謹識

民國 115 年 7 月

Hi！情緒變變變～我的創作超能力

摘要

本課程單元以「SEL 情緒學習 × 藝術鑑賞 × AI 生成藝術」為核心，引導學生從自身感受出發，理解情緒如何在藝術中被轉譯、放大與生成。課程透過身體感受、視覺觀看、互動操作與生活經驗的連結，培養學生的情緒覺察、理解與表達能力，並逐步建立以藝術作為理解自我與他人的媒介。

課程設計強調情緒並非抽象概念，而是一種存在於身體與經驗中的感受狀態。學生透過身體動作、線條節奏、色彩感受與藝術鑑賞，觀察情緒在身體中的變化，理解不同表現形式如何產生不同的情緒感受與視覺張力。

在學習歷程上，課程透過「感受—觀察—欣賞—討論—轉譯—生成—分享」等階段，引導學生從自身經驗逐步進入藝術理解，並進一步結合 AI 生成與互動創作，將情緒轉化為圖像、色彩、聲音與動態等多元形式，建立屬於自己的情緒表達語言。

課程亦強調 AI 不只是生成工具，而是陪伴學生思考與創作的媒介。學生在互動與生成過程中，逐漸理解「情緒—行動—視覺效果」之間的關聯，並重新思考人在 AI 時代中的創造價值。

關鍵詞：社會情緒學習（SEL）、藝術鑑賞、AI 生成藝術、情緒轉譯、互動創作

目錄

主編序/教學相長藝有所感.....	i
摘要.....	ii
目錄.....	iii
「Hi！情緒變變變～」教材篇.....	1
設計理念.....	2
單元1 身體地震儀.....	7
單元2 心情調色.....	9
單元3 身體感應器.....	11
單元4 情緒質地實驗室.....	13
單元5 情緒解碼器.....	15
單元6 情緒交換站.....	17
「Hi！情緒變變變～」教學篇.....	19
設計理念.....	20
單元架構圖.....	22
學習評量規準.....	23
教學流程.....	24
學生作品欣賞.....	32
教學省思.....	37
學生回饋.....	38

Hi！情緒變變變~教材篇

第Ⅲ學習階段（六年級）適用

■ Hi！情緒變變變～我的創作超能力

■ 設計理念

本課程單元以「情緒學習 × 藝術鑑賞」為核心，引導學生從自身感受出發，理解情緒如何在藝術中被轉譯與表現。課程結合身體感受、視覺觀看與生活經驗，培養學生的情緒覺察、理解與表達能力，並建立以藝術作為理解自我與他人的媒介。

透過動覺體驗、情境引導與藝術鑑賞，學生能觀察情緒在身體中的變化，並認識藝術表現形式的多樣性，如色彩、線條、構圖與媒材，理解不同創作方式如何形塑情緒的張力與感受。

在學習歷程上，課程依循感受、觀察、欣賞、討論、探索、表現與分享的步驟，引導學生由經驗出發進入藝術理解，並透過創作實踐，將自身情緒轉化為圖像與形式，建立個人的情緒表達語言。

■ 學習目標

1. 培養情緒的視覺感受與表現能力
2. 理解藝術表現形式與情緒張力的關係
3. 發展藝術鑑賞中的觀察、詮釋與表達能力
4. 將情緒經驗轉化為個人的藝術創作語言

■ 藝術家

1. 賴九岑 (Lai Chiu-Chen)

台灣藝術家，1970 年出生於台灣九份，畢業於國立台北藝術學院美術系與國立台北藝術大學美術創作碩士班。他的作品常以簡化、類玩具、卡漫般的形象出現，但在輕鬆的表象之下，實際上處理的是繪畫中永恆的議題——模擬與再現。賴九岑透過節制的圖像語言、平塗色彩與層層堆疊的形式，讓觀者的目光停留在形狀、位置與視覺關係之上，而不是單一表情或情緒。這與本單元「情緒如何被看見、如何被放置」的主題相呼應：作品不直接告訴你感受，而是提供一個空間讓你用自己的方式去體會。

2. 林建榮 (Lin Chien-Jung)

台灣藝術家，1970 年代出生於台灣。其代表作「燈泡人」以簡化的人形結合發光燈泡，形成極具辨識度的視覺符號。燈泡既象徵思考、能量與生命狀態，也

成為情緒被觀看與感知的媒介。林建榮經常透過人物被放置的位置、光亮的強弱與空間關係，讓觀者感受到角色內在的緊繃、等待或沉靜，而非直接表現情緒表情。這樣的創作方式，與本課程所探討的「情緒如何被安放、被照亮」高度契合——情緒不是被說明，而是在光與位置之中慢慢浮現。

3. 奈良美智 (Yoshitomo Nara)

1959 年出生於日本青森縣，現居日本與德國之間工作生活。奈良美智以大眼、表情冷靜甚至帶有叛逆感的孩童形象聞名，其作品常在可愛與疏離之間形成張力。角色看似平靜，卻隱含孤獨、不安或防衛的情緒狀態。奈良並不直接描繪情緒事件，而是透過凝視、姿態與空白，讓觀者投射自身感受。這樣的創作方式與本課程情緒主題相呼應——情緒不必被說破，而是在被觀看與對視之中，慢慢被覺察與理解。

4. 瑪莉娜·阿布拉莫維奇 (Marina Abramović)

1946 年出生於南斯拉夫 (今塞爾維亞)，為當代行為藝術的重要代表人物。她的創作以身體為核心，透過長時間的靜止、凝視與耐受，讓情緒與感受在時間中自然浮現。阿布拉莫維奇不以敘事或形象表現情緒，而是讓觀者在觀看與被觀看的關係中，直接感受緊張、脆弱與共在。這樣的藝術方式與本課程的情緒主題高度呼應——情緒不是被描述，而是在專注、停留與凝視之中，被慢慢覺察與承接。

5. 李明維 (Lee Mingwei)

1964 年出生於台灣，現居紐約，是以「參與式行為藝術」聞名的當代藝術家。李明維的作品常邀請觀者以行動參與，如送花、縫補、對話或靜坐，讓藝術發生在人與人之間的真實互動中。他關注的並非情緒的戲劇性表現，而是情緒如何在信任、勇氣與溫柔的交流中被安放與流動。這與本課程的情緒主題相呼應——情緒不必被解釋或修正，而是在被接住、被分享的過程中，慢慢產生連結與轉化。

■ 藝術詞彙

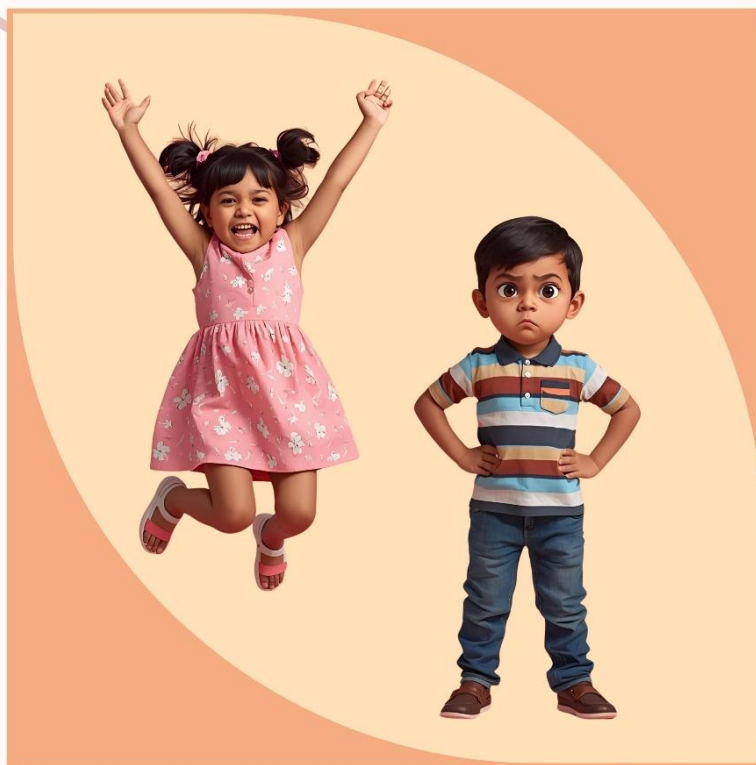
1. **行為藝術**：行為藝術是一種以「藝術家自身的身體、行為、時間與現場」作為主要媒材的藝術形式。它的重點不在於產出一件「物件」，而在於：行為的過程、當下的狀態。
2. **藝術鑑賞**：透過觀看與討論藝術作品，理解情緒如何被藝術家轉譯為圖像、形式與空間經驗。
3. **藝術表現力**：將內在情緒轉化為視覺語言，運用色彩、線條、造形與媒材進行個人化的藝術表達。

Hi! 情緒 變變變

我的創作超能力!

鐘兆慧

嗨！情緒變變變： 我的創作超能力！



你是不是常常覺得：開心的時候想跳起來，生氣的時候拳頭會握緊？

沒錯！我們的身體，就是一個超級敏銳的「情緒感應器」！

這本書，就是一本教你啟動這個超能力的情緒探險手冊。

我們將把看不見的「內心世界」，

變成充滿力量的「藝術作品」！

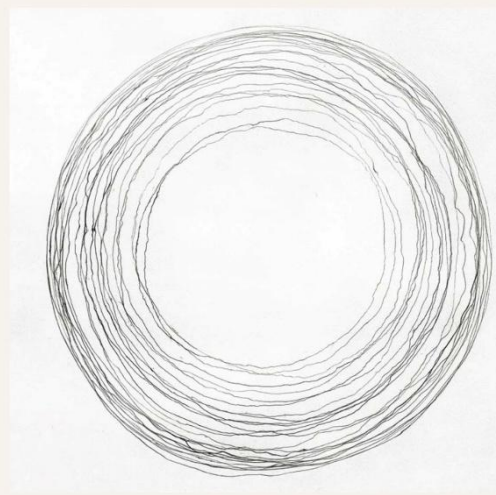
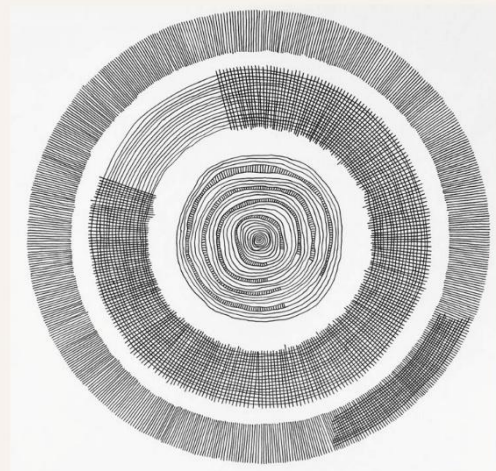
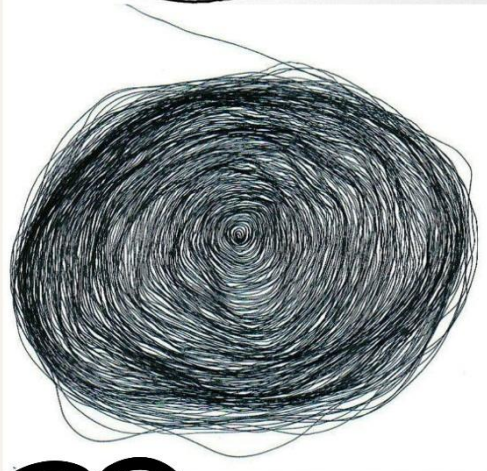
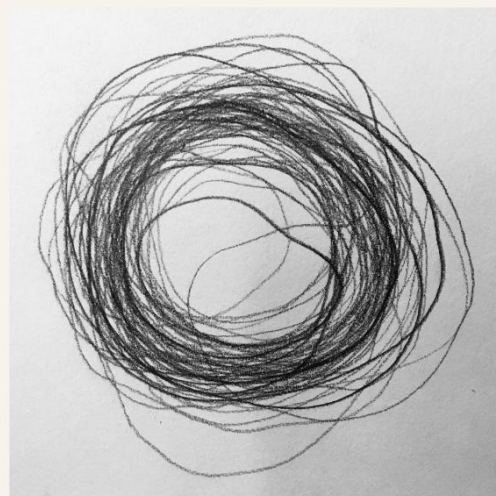
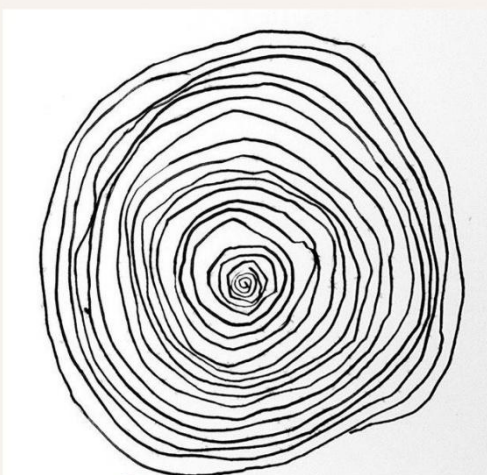
課程會從「認識自己」開始，

漸漸走向「理解他人」，最後學會「連結彼此」。

身體地震儀

每個人的圓都不一樣

你從這幾個以線條構成的圖形裡，感受創作者在手部運動時留下的痕跡，並說說你看見了什麼感覺。



在空中比畫一下你選的那個圓，感覺一下：

你的手是快的，還是慢的？是用力的，還是放鬆的？



展現我的情緒線條

請在下方空白區，用圓與線條，記錄此刻的身體感受。

✎ 身體狀態： _____
✎ 情緒連結： _____



心情調色盤



情緒，也有顏色和形狀

有時候，心裡的感觉不是一句話，而是一個顏色、一種光線、甚至是一個慢慢擴散的形狀。

請看看圖中的兩個人，
他們沒有說話，但你卻能感覺到一種不同的氣氛。
如果結合「情緒輪」來看，你覺得他們的心情比較接近哪一區？（是平靜、煩躁、期待，還是孤單？）

如果用顏色和形狀來形容，你會怎麼說出他們此刻的心情？



情緒輪



請觀察下方四張圖片中的人物心情，
並在每一張圖片下方的空白處完成三個步驟：

1. 情緒詞（從情緒輪選）+ 代表的顏色 + 代表的形狀



專屬「我的心情小物」

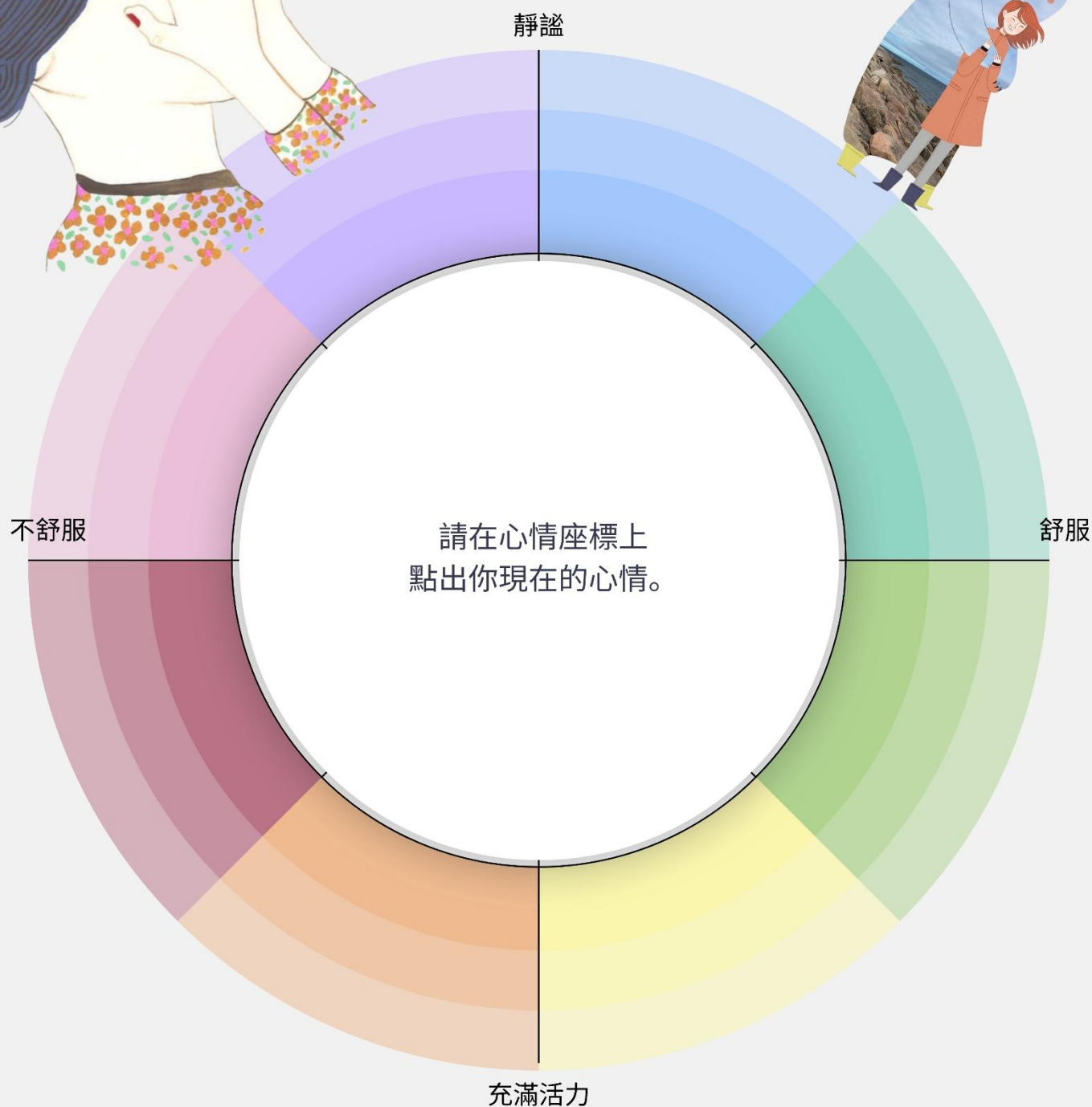
~把自己的心情畫成你心中的形狀和色彩

今天的心情是什麼形狀？（圓／角／波浪／碎裂...）

是什麼顏色？

是濃、還是淡？

是靜止、還是流動？



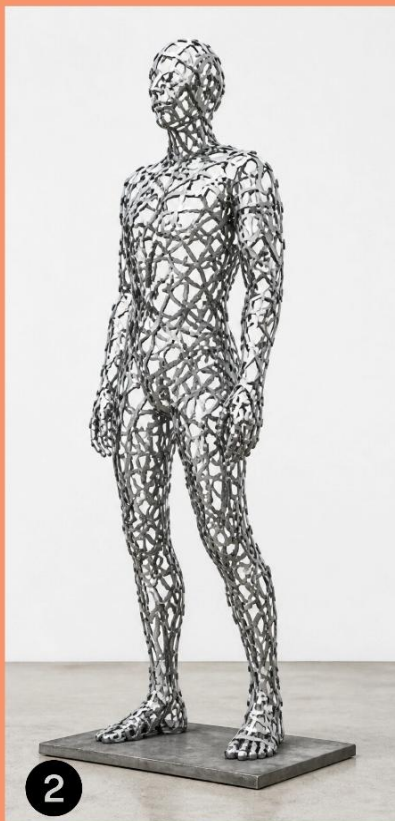
身體感應器

材料如何影響我們的感受？你的身體，正在說什麼情緒？



摸摸看不同的材料。
有的冰冷、有的溫暖；
有的柔軟、有的尖銳。
如果材料也有情緒，
它會像現在的你嗎？

同樣是『人』，材料不同，感覺也會不同。



材料也能說話

藝術家小檔案



雕塑家安東尼·葛姆雷 (Antony Gormley) 常利用不同材料，創作出各種「人的形體」。有的像被線條纏繞，有的像由木塊堆積，也有的輕盈漂浮、尖銳緊張。同樣是「人」，不同材料卻會帶給我們完全不同的感受。藝術家透過材料的質感、重量、排列與結構，讓看不見的情緒，被我們慢慢感受到。

想一想：
如果現在的你是一種材料，你會是木頭、鐵線、保麗龍球，還是鐵釘呢？
為什麼？

感覺探險 MAP



跟著身體，走進感覺的世界



第一站

當你看到這些作品時，你的身體有什麼感覺？是放鬆、緊繃、沉重，還是.....



第二站

當你感到「極度焦慮」時，你身體哪一部分最先感到沉重？請用一個幾何形狀描述那個物理重量。



第三站

葛姆雷用沉重的鋼鐵方塊重組人體。如果將材質換成「透明玻璃」或「柔軟海綿」，它傳達的「壓力感」會如何改變？為什麼？



第四站

如果你變成這個作品的材料，你的情緒會有什麼改變？會比較輕鬆，還是更不舒服？為什麼？



第五站

走完這段感受旅程後，你覺得一個人的情緒，比較像藏在心裡，還是藏在身體與材料裡？

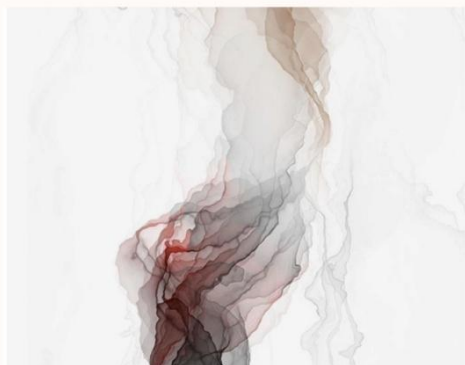
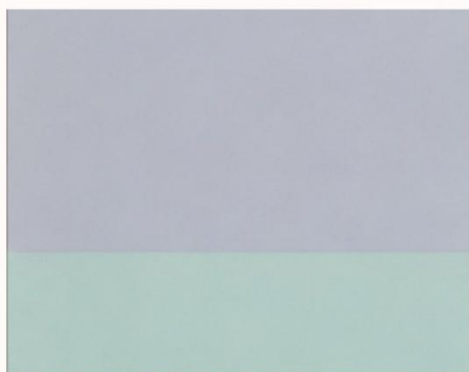
情緒質地實驗室

從筆觸、肌理到色彩，感受情緒的不同質地

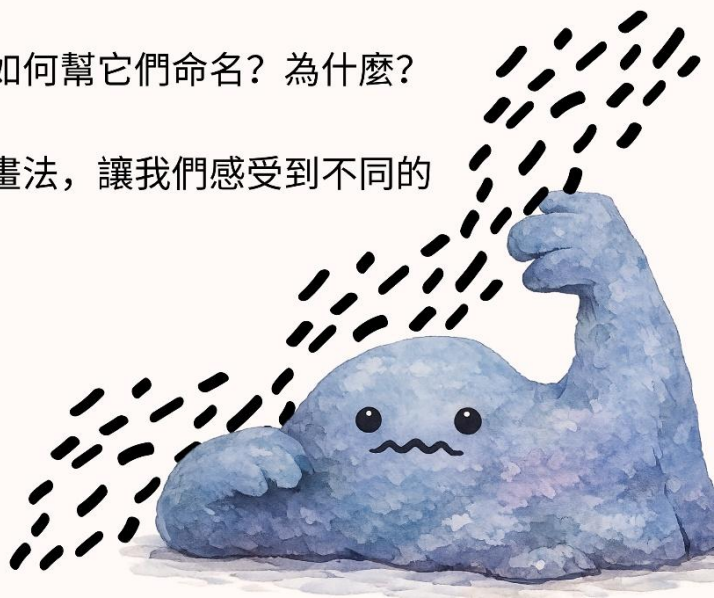
4-1 筆觸的爆發與控制

藝術家不只用顏料創作畫面，也用畫法表達情緒。

有的情緒熱烈奔放，有的溫柔平靜，有的濃烈厚重，有的輕柔流動。
讓我們一起觀察，藝術家如何透過不同的筆法、筆觸與肌理表現情緒。



- 哪一張作品最吸引你的目光？你從哪些顏色、線條或筆觸發現的？
- 如果這四張作品代表不同的心情，你會如何幫它們命名？為什麼？
- 同樣都是顏料，藝術家如何運用不同的畫法，讓我們感受到不同的情緒呢？

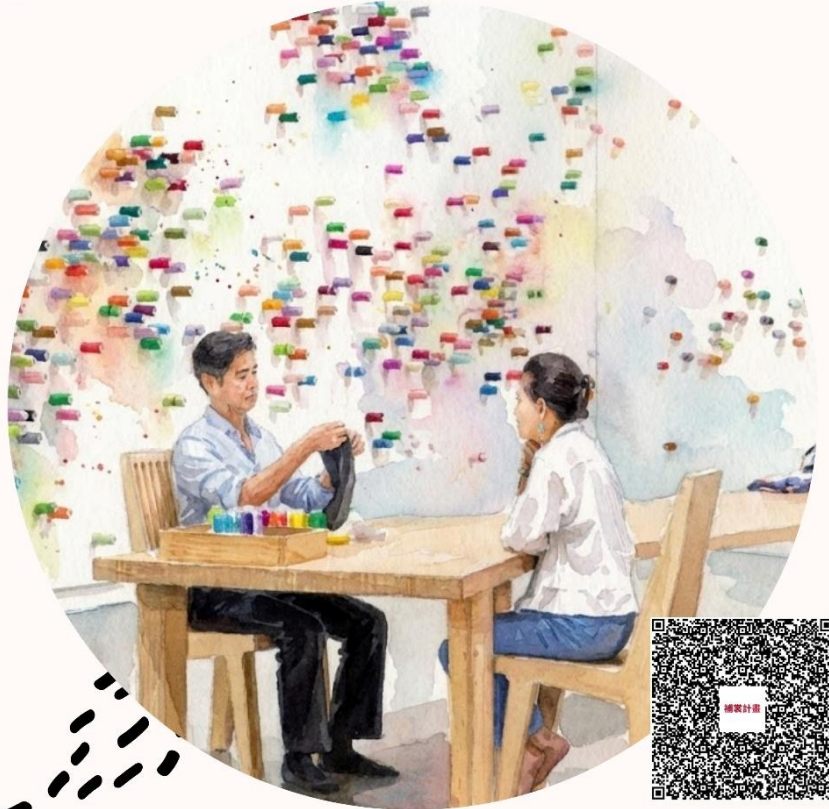


4-2給情緒修復的地方

藝術不只是表現情緒，也能修復情緒。

每個人都有開心、生氣、難過或失落的時候。
就像作品可能出現裂痕一樣，我們的心情有時也會受傷。
接下來，讓我們看看藝術家如何透過修復，重新看見破碎中的價值。

藝術家李明維邀請觀眾帶來一件「有情感連結、需要修補的物品」，在現場親自為觀眾縫補。修補的過程中，創作者與參與者一邊交談，分享物品背後的故事與情感。



藝術家小檔案

- 如果是你，你會願意把一件故意摔破的作品修好嗎？為什麼？
- 當作品重新被修復後，你覺得它和原來有什麼不同？
- 修復後留下的痕跡，是作品的缺點，還是新的故事？為什麼？



圖：AI生成之展場情境模擬圖（非實際展覽空間），作為藝術鑑賞教學示意使用。
藝術家作品圖像請參閱官方網站、展覽圖錄或授權出版資料。

情感解碼器

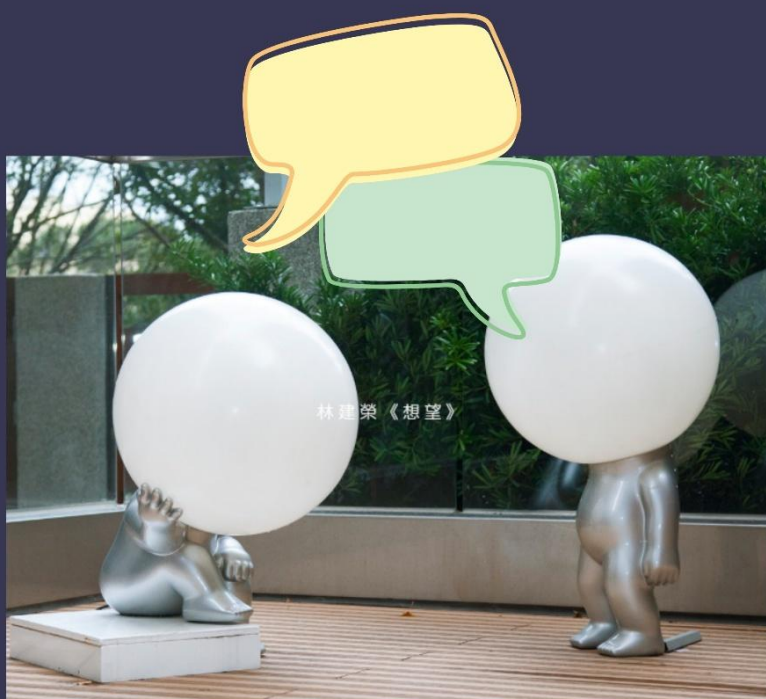
接下來，我們要認識兩位藝術家，
 他們都在做同一件事：
 把看不見的情緒，變成我們看得見的樣子。
 一個用身體，一個用表情，
 他們都在回答同一個問題：
 情緒，長什麼樣子？



藝術家小檔案

林建榮用「身體」說情緒，
 他的作品裡，燈泡人站著、坐著、彎著、縮著，
 每一個姿勢，都是一種感受。

看看右圖這兩個燈泡人沒有表情，
 一個坐著，一個站著，明明什麼都沒說，
 卻讓人覺得好像發生了很多事情。
 猜猜看，他們心裡正在想什麼？
 如果你幫他們加一句台詞，會是什麼？



林建榮《想望》



燈泡人原本常站在角落，感覺安靜、陪伴。
 如果把它移到教室正中央，被全班圍著看，
 你覺得它心裡會變成什麼感覺？
 是安心？緊張？尷尬？還是想躲起來？
 為什麼你會這樣想？

你覺得這些臉在想什麼？
 他們的情緒比較靠近「生氣、難過、孤單，還是冷靜」？
 如果這張臉會說話，
 他現在最想對誰說什麼？
 你有沒有過跟這張臉一樣的感覺？
 那是在什麼時候？



圖：AI生成之展場情境模擬圖（非實際展覽空間），作為藝術鑑賞教學示意使用。
 藝術家作品圖像請參閱官方網站、展覽圖錄或授權出版資料。<https://www.yn-in-taiwan2021.com>



藝術家小檔案

延伸思考

當你觀看奈良美智作品中叛逆的眼神時，你是在「同理主角的孤獨」，還是在「投射自己的情緒」？
 這兩者在視覺細節上有何差別？



情緒交換站

5-1 策展計畫

情緒，不只是藏在心裡，它也可以被分享、被看見，甚至被感受到。

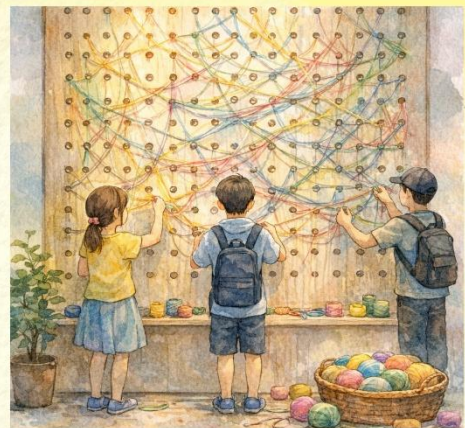
看完藝術家如何用光、線條和色彩表現情緒後，
現在，輪到你來創造一個屬於自己的「情緒交換站」。

請把你的情緒變成一個空間，讓別人可以走進來、看看、觸碰，甚至產生不同的感覺。
當有人操作你的作品時，情緒會慢慢改變、流動，也會被重新感受。

你可以運用AI與互動設計，讓情緒變成光、色彩或會動的畫面，回應每一個進入的人。
你的作品不只是畫面，而是一個別人可以走進去體驗的情緒世界。



這是一個以光為媒介的情緒交換空間。透過半透明彩色結構，讓人走進不同顏色的光裡，將自己的情緒投射、安放，或轉換成另一種感受。



這是一個以線為媒介的情緒交換空間，透過穿線與連結的行動，讓情緒被投射、安放，也在彼此串連中慢慢轉換。



這件作品以調色盤為概念，結合音樂與情緒輪，將情緒轉化為可被看見與聽見的形式；當觀者操作時，色彩與聲音會隨之變化，如同情緒在流動與轉換，形成一種可被體驗的感受。



<https://gemini.google.com/share/de008dce98c9>

想一想：當你操作這個作品時，
你感受到的情緒是穩定的，
還是正在改變的？為什麼？
你是從色彩、聲音，
還是變化的節奏中感覺到的？

學習重點：在互動與參與過程中，覺察他人情緒，並理解藝術如何促進情緒的交流與回應

實踐：情緒教育＋藝術表現＋互動理解

讓情緒被看見，也被感受到

有人用「光」讓情緒流動，
也有人用「線條」把記憶連在一起。

那你呢？

你的情緒交換站，會是什麼樣子？

簡單說明：

這個「情緒交換站」將透過光線、線條或空間變化，讓人感受到情緒的流動與轉變，並與他人產生交流。

Hi ! 情緒變變變~教學篇

第Ⅲ學習階段（六年級）適用

Hi！情緒變變變——我的創作超能力

■設計理念

本課程以「藝術鑑賞×情緒學習×互動生成」為核心，引導學生從自身感受出發，理解情緒如何在藝術中被轉譯、放大與表現。

課程透過動覺體驗、情境引導與藝術鑑賞，協助學生覺察情緒在身體與感知中的變化，並認識情緒的多樣樣貌；同時，透過色彩、線條、構圖、材質與媒材等藝術表現形式，引導學生理解不同創作方式如何影響情緒的呈現與感受。

在學習歷程上，採「感受—觀察—欣賞—討論—轉譯—創作—分享」的學習路徑，使學生由個人經驗出發，逐步進入藝術理解，並發展將情緒轉化為視覺語言的能力。進一步結合AI生成與數位互動技術，引導學生將情緒轉譯為可被觸發與回應的藝術形式，使作品不僅停留於表現層次，更成為能被觀者參與、感知與體驗的情緒藝術經驗。



■學習目標對應學習重點及核心素養

學習目標	對應學重點與核心素養		
	學習表現	學習內容	核心素養
一、培養情緒的視覺感受與表現能力 透過藝術鑑賞與創作，覺察情緒如何以色彩、線條、構圖與媒材呈現，並以視覺語言表達內在感受。	美才 Ⅲ-L1	美才 Ⅲ-L1-2	藝才 E-B3
二、理解藝術表現形式與情緒張力的關係 認識多元藝術表現形式，理解不同創作方式如何影響情緒的強度與氛圍。	美才 Ⅲ-P1	美才 Ⅲ-P1-3	藝才 E-B1
三、發展藝術鑑賞中的觀察、詮釋與表達力 透過觀看與討論，理解藝術作品中的情緒意涵，並形成個人的詮釋觀點。	美才 Ⅲ-C2	美才 Ⅲ-C2-1	藝才 E-B2
四、情緒轉化為具互動性的藝術表現 運用數位工具與AI生成，將情緒轉譯為具互動性之藝術作品，並設計觀者參與的情緒體驗。	美才 Ⅲ-K2	美才 Ⅲ-K2-1	藝才 E-C2

■ 跨域議題

本單元透過藝術與互動體驗，引導學生從情緒覺察出發，逐步發展情緒表達與情緒交流的能力；並結合資訊科技與 AI 生成技術，使學生能將情緒轉化為可視化且可互動的藝術形式，拓展藝術創作的媒介與觀者參與的可能性。

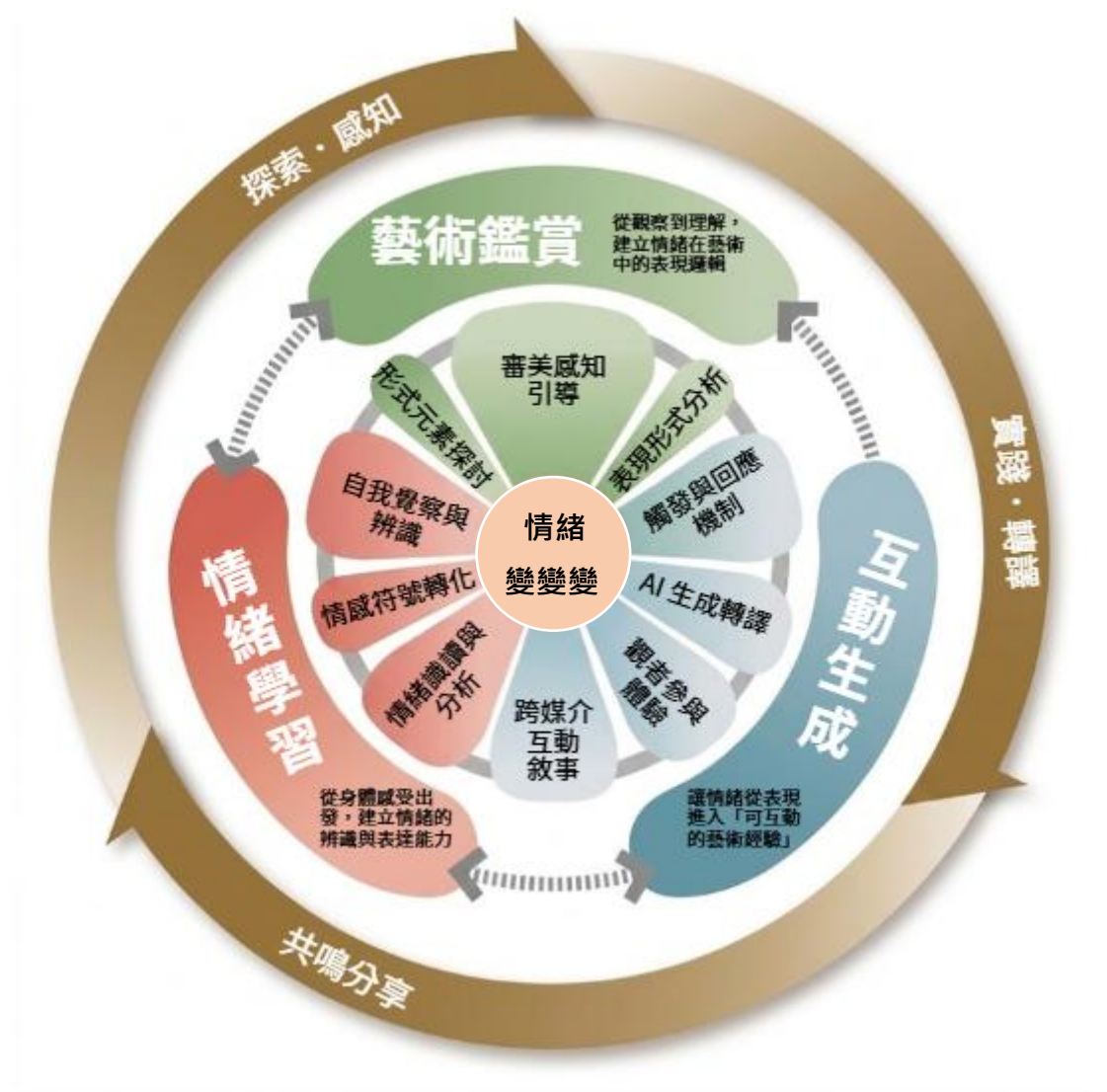
學習階段	情緒學習
第三學習階段	綜 3-1 理解個人情緒，並能透過視覺與互動藝術形式進行轉譯與表達
	綜 3-2 在互動情境中，覺察自己與他人的情緒反應，並理解情緒如何透過藝術被感知與影響

議題名稱	資訊教育
實質內涵	資 E4 認識常見的資訊科技共創工具的使用方法。
學習重點	認識數位工具與 AI 生成技術在藝術創作中的應用，並能將情緒感受轉譯為視覺與互動形式，發展結合科技與創意的表現能力

■單元架構圖

本課程以「情緒變變變」為核心主題，透過「藝術鑑賞」、「情緒學習」與「互動生成」三大學習面向，引導學生從自身經驗出發，感受情緒、理解情緒，並進一步學習如何將內在感受轉譯為藝術表現。

在學習歷程中，學生將逐步發展情緒感知、藝術轉譯、創意表達、同理共感、互動溝通與創造實踐等能力，透過藝術與科技的跨域連結，建構兼具感受力、思辨力與表達力的情緒藝術學習經驗。

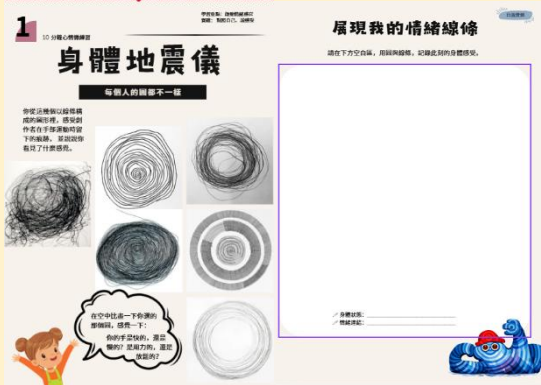


■學習評量規準

本課程評量架構採「鑑賞—轉譯—表達—互動」四向度，引導學生由觀察與理解出發，逐步發展情緒轉化、創作表現與觀者經驗設計能力，以建構完整且具深度的藝術學習歷程。

評量指標/等級	A (優秀)	B (良好)	C (基礎)	D (不足)	E (未達標)
視覺形式分析 (感知與脈絡)	能深入分析作品之形式與情緒關聯，具備高層次提問與觀點建構能力。	能正確辨識主要視覺元素，並能初步描述其所傳達的視覺感受。	能描述作品內容，惟對形式與情緒之連結理解較為概略。	僅能片段描述具象內容，難以建立情緒與形式之關聯。	未參與。
創作轉譯能力 (創作與展演)	能將情緒透過媒材與形式精準轉譯，並整合互動機制，使觀者於參與中產生情緒感知與變化。	能運用視覺元素表現情緒，並嘗試融入互動設計，建立初步的情緒表達結構。	具基本創作意圖，惟在媒材選擇與情緒對應上仍顯薄弱。	創作缺乏主題統整，媒材與情緒之連結不足，表現較為零散。	未完成。
SEL 覺察反思 (社會情緒素養) (能透過作品與他人產生情緒交流)	展現高度情緒覺察與反思能力，能透過作品與他人產生深層情緒交流。	能清楚表達自身情緒，並尊重多元觀點與互動經驗。	能表達基本感受，惟情緒理解與表達較為表層。	回應片段，難以理解他人感受，或缺乏參與與討論意願。	拒絕討論。

■教學流程/活動摘要

教學流程 / 活動摘要		時間	備註
活動一 情緒變變變鑑賞活動 ◆ 本活動教學重點： 1. 利用身體感知與情緒覺察活動，從自身經驗出發，引導學生辨識不同情緒的變化與特徵。 2. 透過藝術鑑賞與對話，引導學生觀察作品中的色彩、線條與形式，理解情緒如何被轉譯與表現。 身體感知 情緒轉譯 角色生成 ◆ 學習策略： 1. 透過動覺體驗與學習單引導，培養學生將情緒轉化為視覺語言（如顏色、形狀、節奏）的能力。 2. 運用對話行鑑賞，透過提問與討論，讓學生以視覺證據說明情緒來源，建立「觀察 - 理解 - 表達」的思考歷程。 (一) 暖身活動 身體地動儀：情緒的線條練習 ◆ 本活動教學重點： 從身體的動作，看見內在的節奏。 引導學生覺察自身情緒的流動狀態，理解情緒與身體感受之間的關係。 透過線條表現，體會情緒如何轉化為藝術中的視覺形式。 ◆ 教學脈絡 身體動作 視覺軌跡 情緒覺察 ◆ 學習策略： 1. 第一階段 先用身體畫圓（身體感知）		第一二節課 ~ 共 80 分鐘 （老師解說 10 分鐘）	
(一) 暖身活動 身體地動儀：情緒的線條練習 ◆ 本活動教學重點： 從身體的動作，看見內在的節奏。 引導學生覺察自身情緒的流動狀態，理解情緒與身體感受之間的關係。 透過線條表現，體會情緒如何轉化為藝術中的視覺形式。 ◆ 教學脈絡 身體動作 視覺軌跡 情緒覺察 ◆ 學習策略： 1. 第一階段 先用身體畫圓（身體感知） 		學生進行約 15 分鐘 運用學習單「身體地動儀」	

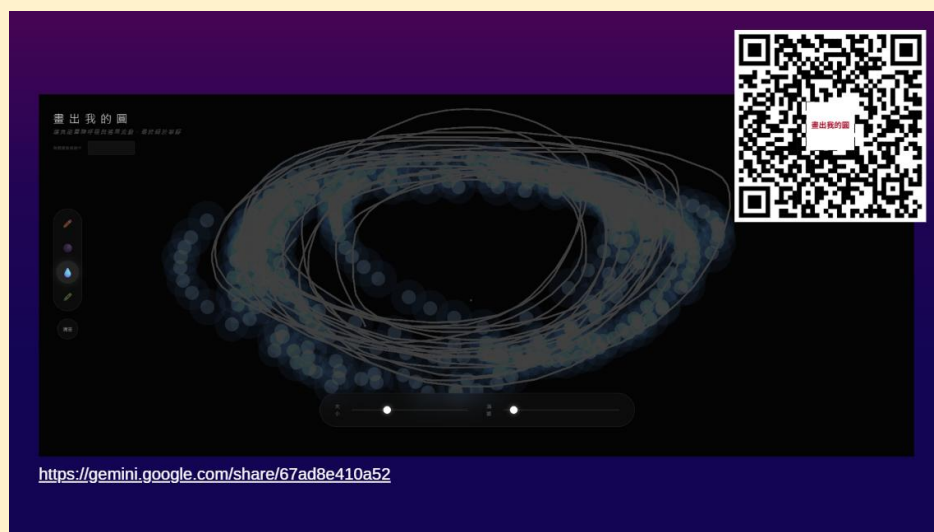
請學生以「不重複的圓」進行繪製，專注於手部動作的快慢、力度與節奏，感受當下情緒的流動。

2. 第二階段 | 讓看不見的軌跡被看見

透過平板裝置回看繪製軌跡，引導學生觀察線條的變化(如：密集、鬆散、流動或混亂)，並說出帶來的感受。

3. 第三階段 | 回到情緒與 SEL

透過提問引導(如：「你覺得哪一種圈圈最像你今天的感覺？」「你的線條是穩定的還是顫抖的？為什麼？」)，讓學生理解看不見的情緒如何透過線條被表現出來。



學生回應範例 | 情緒與線條的連結

- 「我畫的時候一直繞圈圈，感覺心情慢慢變平靜。」
- 「一開始線很亂，但越畫越慢，就比較不緊張了。」
- 「我畫的圓沒有停，像在呼吸一樣，會讓人放鬆。」
- 「顏色是淡淡的，我覺得是舒服、沒有壓力的感覺。」
- 「一直畫同一個動作，會讓我覺得比較安心。」

教師引導後的深化回應(進階一點，可擇一放)

- 「我覺得這個圖不是亂的，是慢慢穩定下來的感覺。」
- 「外面比較散，像情緒跑出去了。」
- 「中間比較空，好像心裡有空間可以休息。」

教師小結：原來，線條不只是形狀，它也可以表現情緒的快慢、輕重、混亂、隨意、有條理等變化。

補充：建立圈圈情緒詞

線條特徵	可能感受
密集黑重	壓力、混亂、激動
大範圍旋轉	自由、興奮、能量
小小縮在中間	緊張、害羞、不安
平穩重複	安定、專注、平靜
突然斷裂	卡住、生氣、猶豫
越畫越快	緊張、興奮、失控

（二）活動 | 心情調色盤：情緒的色彩轉譯

◆ 本活動教學重點：

1. 引導學生從線條表現延伸至色彩感受，理解情緒可透過不同視覺元素（顏色、形狀）進行轉譯。
2. 透過情緒輪的觀察與判讀，培養學生辨識情緒類型與強度的能力，並建立情緒與色彩之間的連結。

◆ 學習策略：

1. 透過情境圖像與情緒輪對照，引導學生觀察畫面中人物的狀態，判斷其可能的情緒位置。
 2. 透過提問引導（如：「你覺得他現在的心情落在哪一區？為什麼？」），讓學生以視覺線索（線條、姿態、氛圍）說明判斷依據。
- 進一步引導學生將情緒轉譯為色彩（如：明暗、冷暖、濃淡），理解情緒不只是感受，也可以被設計與表現。



學生進行約
15 分鐘

運用學習單
「心情調色
盤」

◆ 提問引導：

1. 請看看畫中的人物，雖然沒有表情，但周圍有許多線條，你覺得圖中的兩個人現在的心情比較接近情緒輪的哪一區？為什麼？你是從畫面的哪裡看出來的？（線條、位置、氛圍）

2. 如果用一個顏色來代表他的心情，你會選什麼顏色？為什麼？

◆ 學生回應：根據畫面線索進行感受推論

- 「我覺得他們比較接近『焦慮』，因為臉上的線條很亂，看起來很不安。」
「我會用灰色，因為感覺沒有力氣、很悶。」
- 「我覺得是『對立』，因為線條很多又很密，感覺很擠、很悶。」
- 「我會用黑色，因為兩個人好像很為什麼事吵架。」
- 「我覺得是『緊張』，因為線條一直繞在臉上，好像解不開的煩惱。」
- 「我會用淡黃色，因為感覺有一點矛盾，但沒有很激烈。」

視覺觀察	感受推論	學生例句
線條凌亂、重疊	焦慮、不安	「感覺很焦躁。」
線條密集擠壓	壓力、悶住	「像卡住的感覺。」
小而縮的圈	沒精神、疲累	「感覺沒有力氣。」
黑色重壓	衝突、爭吵	「好像在吵架。」
一直纏繞在一起	緊張、解不開	「像煩惱一直打結。」

3. 情緒形狀的想像

老師提問：

「如果你現在的情緒變成一個形狀，它會長什麼樣子？」

或者「這些線條和顏色，慢慢組合起來後，會變成什麼樣的情緒形狀呢？」

也可以引導學生思考：

「你的情緒如果有輪廓，它會是尖尖的？圓圓的？還是不斷變化的呢？」

學生回應：

- 「是圓圓胖胖的，因為我現在很放鬆。」
- 「很多尖尖的刺，因為我有點生氣。」
- 「有很多亂亂的線，因為我現在心情很亂。」

4. 「情緒轉譯」的進階歷程——「把情緒變成：一個角色、一種力量、一個陪伴自己的存在」

原本看不見的情緒，先透過線條、顏色與節奏被記錄下來。

當這些情緒慢慢開始有了形狀、表情與個性後，它也可能變成一位陪伴自己的「情緒角色」。

情緒不只是感受，也可能是一種力量，或是一位陪伴自己整理心情的存在。

學生小創作

老師引導：

「原本看不見的情緒，先透過線條、顏色與節奏被記錄下來。

當這些情緒慢慢有了形狀、表情與個性後，它也可能變成一位陪伴自己的『情緒角色』。」

學生創作：

(情緒角色 / 情緒守護獸 / 情緒小怪獸創作)



快樂怪獸 (黃色)

我選擇黃色和橘色，因為這些顏色讓我想到陽光、笑聲和開心的感覺。

我把怪獸畫得圓圓胖胖的，還加上大大的笑容，因為快樂的時候感覺全身充滿能量，好像會發光一樣。周圍飛舞的圖案代表快樂不斷向外擴散。



焦慮怪獸 (黑貓閃電)

我選擇藍色、紫色和黑色，因為這些顏色讓我想到緊張和不安的感覺。

我把怪獸畫成一隻睜大眼睛的黑貓，旁邊還有閃電和下雨，因為焦慮的時候心裡好像一直有事情在發生，不知道接下來會怎麼樣。



風暴怪獸 (黑灰色)

我選擇黑色和灰色，因為生氣的時候心情像烏雲一樣沉重。

我把怪獸畫得很大，還加上旋風和尖尖的線條，因為憤怒來的時候像一場風暴，感覺身體裡有很大的力量正在翻滾。

(三) 活動 | 質地感應器 × AI 生成準備

◆ 本活動教學重點：「從材料、姿態與形式，感受作品中的情緒狀態。」

1. 引導學生從藝術作品中辨識不同的「情緒表現方式」，觀察材料、線條、色彩與結構如何影響觀看感受，理解情緒如何透過形式被轉譯與放大。
2. 透過觀察與對話，引導學生將感受到的情緒轉化為可描述的視覺語言，作為後續 AI 生成創作的提示素材。

◆ 學習策略：

1. 透過藝術鑑賞，引導學生觀察不同作品中的表現特徵，例如：密集 / 鬆散

流動 / 凝固

柔軟 / 堅硬

擴散 / 壓縮

理解情緒如何附著在材料與形式之中。



2. 透過提問，引導學生從畫面中尋找「視覺證據」，建立情緒與形式之間的連結。例如：「這些線條是混亂的還是有秩序的？為什麼？」

引導學生將觀察到的表現手法轉化為「描述語彙」(如：爆發、擴散、堆積、壓縮、流動)，作為 AI 提示詞的素材。

◆ 提問引導：

1. 為什麼藝術家會選擇這樣的材質來表現人物？」
2. 「請你選一個你最有感覺的作品，說說看——這個材質，讓你感覺到什麼？」

◆ 學生回應

- 「因為人物的身體往下縮，但頭又往上仰，所以讓我感覺他像是在無助地望著天空。」而且他身上的鐵片感覺很沉重

- 「我覺得第三個作品那些大大小小

的圓排在一起，有的很近、有的很開，感覺像音樂的節奏，讓人覺得很輕快、很開心。」



- 「我覺得第四個它像爆炸後剩下的灰燼，畫面讓我有一種空空的、沒有力氣的感覺。」
- 「第四個作品的線條和排列比較鬆散，中間留了很多空間，讓我感覺像一個很輕盈的人。有種放鬆、自由的感覺。」



◆ 教師小結：「原來，材質與排列方式，都會一起影響我們對情緒的感覺。同樣是鐵線，因為每個人觀看的角度與感受不同，也會產生不同的情緒詮釋。有人感受到壓迫與沉重，也有人感覺到輕盈、流動與慢慢鬆開的狀態。這也讓我們發現，藝術家不只是『使用材料』，而是在透過材料的性質與排列方式，慢慢說出情緒與感受。」

(四) 活動 | : 技法 × 情緒轉譯

◆ 本活動教學重點

1. 引導學生觀察不同藝術技法的視覺特徵，理解技法如何影響情緒感受。
2. 建立「技法 = 情緒語言」的概念，作為後續心情小物創作與 AI 圖像生成的基礎。

◆ 學習策略

1. 透過作品比較與觀察，引導學生辨識不同技法所呈現的視覺節奏與情緒特質。
2. 透過提問討論與同儕分享，培養學生將視覺元素轉譯為情緒感受的能力。
3. 引導學生連結自身經驗，思考不同情緒適合運用哪些創作方式表現。

統整討論

1. 哪一張作品最吸引你的目光？你從哪些顏色、線條或筆觸發現的？
2. 如果這四張作品代表不同的心情，你會如何幫它們命名？為什麼？
3. 同樣都是顏料，藝術家如何運用不同的畫法，讓我們感受到不同的情緒呢？



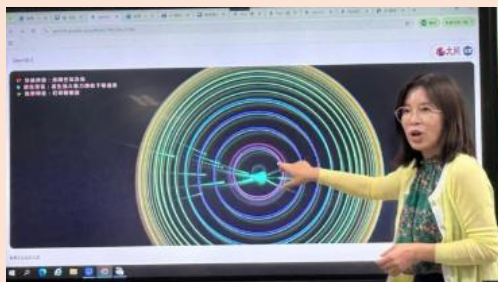
技法	藝術家	特色	你可能感受到.....
滴流法	Jackson Pollock	潑灑、滴流、自由揮灑	爆發、活力、能量
平塗法	Yoshitomo Nara	色塊平整、輪廓清晰	平靜、純真、內斂
厚塗法	Vincent van Gogh	顏料厚重、筆觸明顯	熱情、激動、生命力
暈染法	J. M. W. Turner	水氣、光影、色彩流動	夢境、柔和、朦朧

以上感受僅供參考，每個人都可能從作品中看見不同的情緒與故事，沒有標準答案。重要的是能從顏色、線條與筆觸中說出自己的想法。

◆ 教師小結：原來，顏料不只是色彩，畫法也會說話。藝術家透過不同的技法（筆觸、厚薄、流動與色彩處理方式），把看不見的情緒變成看得見的畫面。所以媒材不只是創作工具，也是一種表達情感的語言。

活動二 AI 生成創作：讓情緒動起來

學生透過描述情緒狀態與視覺特徵，運用 AI 協助生成互動情境與畫面變化，讓抽象的情緒感受逐漸被視覺化與動態化。課程透過兩階段學習歷程，逐步引導學生從情緒表達進入情緒設計：



◆ 第一階段：情緒表達 (Expression)

學生以自身情緒為出發點，透過色彩、線條與互動方式，建立情緒與視覺表現的連結，此階段重在探索與釋放，強調直覺與個人感受。

操作步驟

1.	在 Gemini 的 Canvas 輸入指令： 請用 p5.js 製作出一個有互動性的「情緒生成藝術」程式。 ➤ 使用者可以透過滑鼠移動或點擊，改變畫面中的顏色、線條、點、旋轉速度與視覺效果。 ➤ 畫面要像抽象藝術作品，能呈現開心、驚喜、專注、想像等不同情緒感受。 ➤ 請提供完整 p5.js 程式碼，並加上簡單註解，適合國小高年級學生體驗。
2.	產生程式後，點選執行 確認畫面中是否出現：互動圖形、色彩變化、滑鼠或鍵盤互動效果

第四、五節

80 分鐘

3.	引導學生測試互動 請學生嘗試： 移動滑鼠看看，畫面發生什麼變化？ 點一下畫面，顏色或線條有改變嗎？ 你覺得這個畫面像哪一種情緒？		
4.	教師提醒 如果生成結果太普通，可以再補一句： 請讓畫面更有藝術感，加入粒子、旋轉、漸層色彩與流動線條效果，並保留互動功能。		
	進階版：多感官互動生成 除了滑鼠操作，也可以請 Gemini Canvas 產生更有趣的互動版本： 請用 p5.js 製作一個進階版互動生成藝術程式，加入以下互動方式： ➤ 聲音控制：用麥克風偵測音量大小，讓畫面中的線條、粒子或顏色隨聲音變化。 ➤ 表情互動：用鏡頭偵測臉部表情，讓不同表情產生不同色彩與線條效果。 ➤ 身體手勢互動：用鏡頭捕捉手勢或身體動作，讓畫面隨動作產生旋轉、擴散、流動或爆炸效果。 ➤ 視覺風格要像抽象生成藝術，適合國小高年級學生體驗。 ➤ 請提供完整程式碼，並用簡單註解說明操作方式。		

生成式藝術互動的示意圖



學生作品賞析：

1. 情緒調色盤 <https://gemini.google.com/share/de008dce98c9>

互動式情緒調色盤遊戲

這是一個會唱歌、會變魔術的魔法調色盤，只要用手指點一點，就能把你的心情變成一首好聽的歌和閃亮亮的畫喔！



點選顏色，彈奏出專屬您的情緒語曲

點擊開始探索

怎麼玩這個魔法調色盤呢？

1. 選一個心情顏色
2. 在平板上變魔術：用你的手指或滑鼠，在黑色的畫面上隨便點一點，或者從接著湧來湧去。
3. 聽歌看：點高一點的地方，聲音會變高（像小鳥叫）；點低一點的地方，聲音會變低（像大熊走路）。

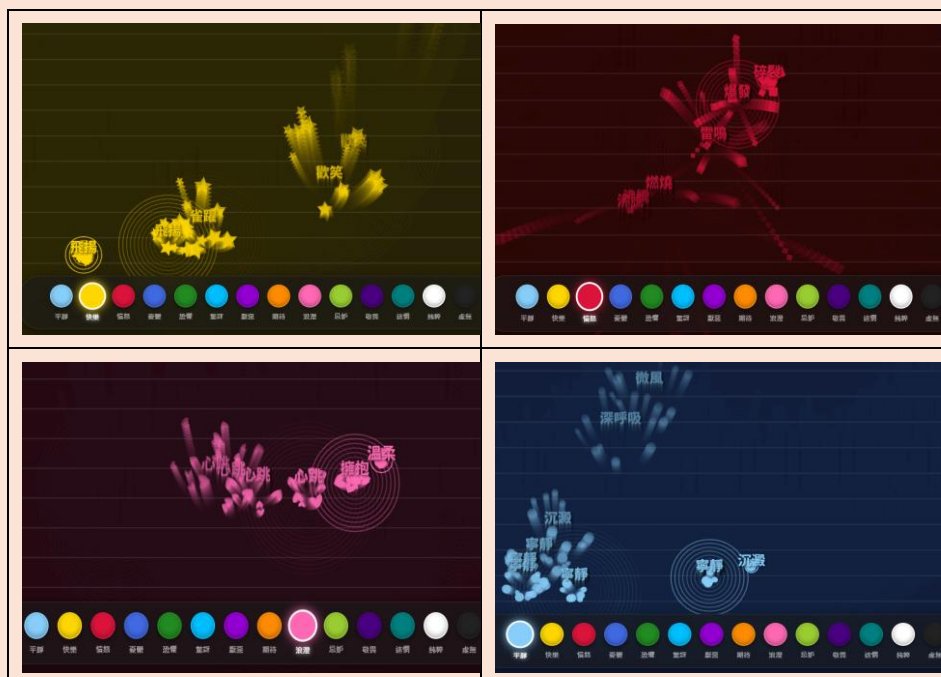
每種顏色都有不一樣的聲音獨特效果！

♥ 我希望每個來玩的小朋友都能放鬆地在這裡把所有藏在心裡的感覺「畫」出來、弄出來，希望你玩得開心！

頁面 <https://gemini.google.com/share/de008dce98c9>
程式碼 <https://gemini.google.com/share/98a1742299e8>

設計者：粘芯語

創作說明：我將課堂中的「心情調色盤」概念延伸應用，結合「情緒輪」，並融入畫家調色盤與音樂音階的想法，創作出一件同時具有藝術表現與音樂互動樂趣的作品。



說明：不同的顏色會引發不同的情緒感受，並轉化成相對應的情緒語詞與音階，進而創造出一段屬於自己的獨特旋律。

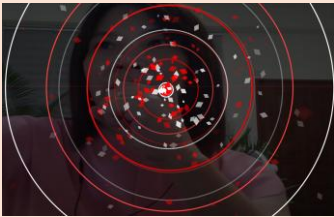
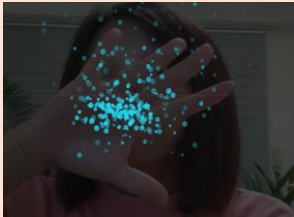
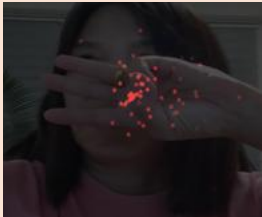
2. BABYMONSTER STAGE <https://gemini.google.com/share/41c84f9759bf>



設計者：柯禹彤

頁面 <https://gemini.google.com/share/9ef2a31a77ef>
程式碼 <https://gemini.google.com/share/44dfa1ebaf3b>

創作說明：我的作品靈感來自韓國 YG 娛樂的女團 BABYMONSTER。她們的表演，充滿節奏感和能量，所以我想把這種感覺變成一種可以「用手來表演」的作品。我用手勢變換來設計互動，讓手指像在跳舞一樣控制畫面與節奏，感覺自己就像舞台上的表演者。希望大家能透過指尖，創造屬於自己的 K-POP 舞台體驗，並且體驗視覺和音樂一起變化的樂趣。

		
擴散節奏 手勢揮動時，產生向外擴散的紅色波紋，像音樂節拍一樣一圈圈放大。	聚集能量 手掌停留或靠近時，藍色光點在手心聚集，形成能量核心。	爆發舞台 快速變換手勢時，紅色粒子瞬間擴散，呈現舞台爆發的視覺效果。

說明：這三張小圖展示了不同手勢所召喚出的舞台效果。

學生作品欣賞連結

<https://canva.link/xw4i54mh7a21vn6>

設計者：蔡涵雄



手勢魔法遊戲

原來你的心情也可以變成藝術

極限動能大噴發

讓身體動起來，你就可以看到你的情緒就像風一樣自由



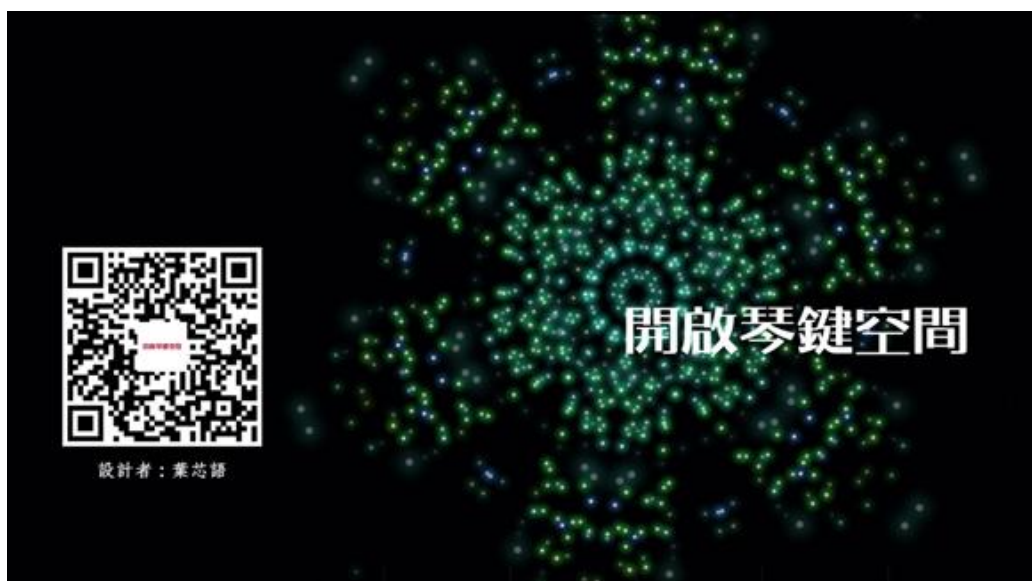
設計者：張家翔

深呼吸

快來看看，你把煩躁變成什麼了



設計者：謝若芯



■教學省思

本課程以鑑賞為起點，結合 SEL (社會情緒學習) 與 AI 生成藝術，引導學生從觀察、推理到轉譯與創作，建立完整的學習歷程。

在鑑賞討論中，學生已不再只是停留在「喜歡或不喜歡」的直覺反應，而能回到作品本身，從線條、色彩、構圖、材料與人物姿態等視覺線索中提出理由，支持自己的觀點，逐漸展現「以視覺證據進行推理」的能力。同時，也能理解同一件作品會因不同觀看角度與生活經驗，而產生多元的情緒詮釋。

在創作歷程中，學生從自身情緒經驗出發，思考「我想表達什麼情緒？」以及「希望觀者感受到什麼？」，並透過身體動作、觸控互動與 AI 生成，將情緒轉化為可互動的視覺形式。學生也逐漸理解「情緒—行動—視覺效果」之間的關聯，開始思考色彩、節奏、速度與互動方式如何影響觀看感受。

課堂中也能感受到，AI 不再只是生成圖像的工具，而成為陪伴學生思考與創作的夥伴。從學生回饋中可以看見，他們開始意識到：真正重要的不是被 AI 牽著走，而是擁有自己的感受、觀察與想法。因為如果沒有人的情緒與思考，AI 其實不知道要生成什麼。

從成果展現中也能看見，學生不只是完成作品，更逐漸發展出有意識的創作思考；家長得以看見孩子內在感受的轉變與成長，而觀者也在互動與觀看中，重新感受情緒與藝術之間的連結。

教學省思

1. 可適度延長提問後的等待時間，增加學生思考與表達深度。
2. 持續追問「畫面中的哪個地方讓你這樣覺得？」強化視覺證據與情緒推論的連結。
3. 鼓勵學生回應彼此觀點，建立互動式對話與多元詮釋。
4. 引導學生更清楚設定情緒設計意圖，並思考不同互動方式如何影響觀者感受。
5. 可進一步強化學生作品說明與反思表達，建立情緒、互動與創作決策之間的連結。

■學生回饋

情緒交換站
互動藝術創作單
姓名: 林曉菁

一、我的情緒設定
快樂 緊張 害怕 悲傷 放鬆
生氣 興奮 感動 羨慕
其他: _____

二、我用什麼方式與觀眾互動?
☐ 滑鼠操作 ☐ 觸控螢幕
☐ 傳聲筒感應 ☐ 手勢辨識
☐ 肢體移動 ☐ 臉部表情辨識
☐ 聲音互動
☐ 其他: _____

三、我用了哪些方式表現情緒?
☒ 顏色 ☒ 光線 ☒ 聲音
☒ 線條 ☒ 動畫 ☐ AI生成圖像
☐ 繪圖 ☐ 材料觸感
☐ 節奏變化 ☐ 空間氣氛
☐ 表情變化 ☐ 空間氣氛
☐ 其他: _____

四、我希望觀眾透過這件互動作品獲得什麼?
 例如: 我的作品可以讓原本悶悶不樂的人從色彩流動中忘了煩惱
 我想讓每個人都能感到不同情緒的驚喜和顏色流動
 煩惱

我與 AI 的共創

在這次與 AI 一起創作的過程中，我感受到...
 AI 可以幫我把我心裡想表達的東西，化成可以與不同聲音，不一樣顏色的表情或應運而生。如果製作遊戲時，和你想的不一樣，我可以請它重寫或修正。

我學到了什麼?
 例如:
 • AI 可以幫助我產生靈感
 • 情緒也可以變成互動藝術
 • 原來觀眾的感受很重要
 • 科技也能傳達溫度
 • AI 可以把我的內心想法，用一個動作或一個畫面表達出來，再讓我選出最好的。
 • AI 雖然可以做很多事，但真正的設計者是自己，希望大家把心中的情緒，化成一個個與眾不同的表達。

情緒交換站
互動藝術創作單
姓名: 吳瑞迪

一、我的情緒設定
快樂 緊張 害怕 悲傷 放鬆
生氣 興奮 感動 羨慕
其他: _____

二、我用什麼方式與觀眾互動?
☐ 滑鼠操作 ☐ 觸控螢幕
☒ 傳聲筒感應 ☐ 手勢辨識
☒ 肢體移動 ☐ 臉部表情辨識
☐ 聲音互動
☐ 其他: _____

三、我用了哪些方式表現情緒?
☒ 顏色 ☒ 光線 ☒ 聲音
☒ 線條 ☐ 動畫 ☐ AI生成圖像
☐ 繪圖 ☐ 材料觸感
☐ 節奏變化 ☐ 空間氣氛
☐ 表情變化 ☐ 空間氣氛
☐ 其他: _____

四、我希望觀眾透過這件互動作品獲得什麼?
 例如: 我的作品可以讓原本悶悶不樂的人從色彩流動中忘了煩惱
 我想讓每個人都能感到不同情緒的驚喜和顏色流動
 我想讓每個人都能感到不同情緒的驚喜和顏色流動
 讓原本不開心的煩惱的人變得開心又愉快

我與 AI 的共創

在這次與 AI 一起創作的過程中，我感受到...
 我的作品虛空動脈，可以讓人在虛擬的空間感受到每一個細胞，原子和分子的流動，使用手部和肢體的變化來表現自己的情緒。
 例: 比了畫出許多原子等。

我學到了什麼?
 例如:
 • AI 可以幫助我產生靈感
 • 情緒也可以變成互動藝術
 • 原來觀眾的感受很重要
 • 科技也能傳達溫度
 • 我學到了給 AI 的指令一定是即想法所以 AI 的組成很重要
 • 使用不同的工具就會有不同的樣式
 • AI 可以很溫暖。

「人在 AI 時代中的創造價值」

看見學生的回饋，讓我很感動。

孩子們慢慢發現，AI 雖然可以協助生成畫面與效果，但真正決定作品方向的，仍然是自己的感受、觀察與想法。比起只是操作工具，他們開始學著傾聽自己的情緒，提出自己的觀點，並透過 AI 將內在感受轉化為可被看見的作品。

這或許也是 AI 進入藝術教育後，最重要的一件事：AI 可以生成畫面，卻無法代替人的感受。

當孩子開始意識到：「自己的想法與情緒，才是創作真正的起點」時，他們也重新看見了——人，為什麼需要創造。

編著者介紹 / 鐘兆慧



- 現任教育部藝術才能專長領域輔導群美術組輔導員副組長/常務委員、臺中市國教輔導團藝術領域輔導員、臺中市大同國小藝才班專任術科教師
- 2017 榮獲教育部視覺藝術教育實踐研究計畫教案徵選比賽 - 全國特優
- 2018 受邀參與日本京都全國造形研究實踐研討會發表教案作品
- 多次參加日本東京、輕井澤、大阪、愛知全國造形教學觀摩公開課暨研討會
- 榮獲第二屆廣達文教基金會游於藝「漂鳥計劃」比賽 - 全國特優獎前往法國參訪
- 榮獲參加第三屆廣達文教基金會舉辦創意教學設計比賽 - 教師組全國特優獎前往法國參訪

教育部藝術才能專長領域輔導團教學示例

「美感跨域 - 共好的藝術實踐」

Hi！情緒變變變～我的創作超能力

主 編 吳舜文

編 著 者 鐘兆慧

執 行 編 輯 黃映娣、李威廷、劉懿霖

諮 詢 委 員 丘永福、鄭明憲

出 版 國立臺灣師範大學

地 址 臺北市大安區和平東路一段 162 號

電 話 02-7749-3276

指 導 教育部

執 行 教育部 114 年度藝術才能專長領域輔導團

官 方 網 站 <https://artistic.finearts.ntnu.edu.tw/>

粉 絲 專 頁 <https://reurl.cc/V2yrDR>

初 版 2026 年 7 月

I S B N 978-626-7868-31-7 (PDF)

版權所有・翻印必究

■電子版本可至藝術教育推動資源中心網站 - 輔導團專區瀏覽下載，歡迎各界參考利用，引用時請註明出處。

■本書所刊載之作品、文字或圖片，僅為說明輔助之用，非做為商標之使用。

■如相關作品或圖片內含他人之著作或商標者，該著作或商標皆屬原權利人所有，特此說明。

