

致理科技大學應用日語系
一一一學年度畢業實務專題報告

波之旅

跟隨羅波交友及探索自我

指導老師：林佩怡

組員：10822118 謝慈晏

10822119 黃郁庭

10822156 陳胤瑜

10822102 許蕙呈

10822213 吳凱俐

10822216 邢家蓉

107222A3 吳姿瑩

2023 年 1 月

波之旅

原創性報告

3%

相似度指數

3%

網際網絡來源

1%

出版物

1%

學生文稿

主要來源

1

Submitted to National Taiwan Normal University

學生文稿

<1%

2

apps.apple.com

網際網絡來源

<1%

3

www.eyep.com.jp

網際網絡來源

<1%

4

Submitted to Taoyuan Municipal Zhong Li Commercial Senior High School

學生文稿

<1%

5

Submitted to Chihlee University of Technology

學生文稿

<1%

6

note.com

網際網絡來源

<1%

7

Submitted to National Defense University

學生文稿

<1%

8

game.mediatagtw.com

網際網絡來源

<1%

9

www.japaholic.com

網際網絡來源

<1 %

10

Submitted to The Open University of Hong Kong
學生文稿

<1 %

11

taaze.tw
網際網絡來源

<1 %

12

www.dgpa.gov.tw
網際網絡來源

<1 %

13

omokore.shop
網際網絡來源

<1 %

14

www.hk01.com
網際網絡來源

<1 %

15

Submitted to Lingnan University
學生文稿

<1 %

16

gamemarket.jp
網際網絡來源

<1 %

17

Niu, Jing-Jun. "A Case Study of Music Teaching at the "Angel" Kindergarten in New Taipei City", National Taiwan Normal University (Taiwan), 2020
出版物

<1 %

18

gcc.sdein.gov.cn
網際網絡來源

<1 %

agirls.aotter.net

19

網際網絡來源

<1 %

20

koiniwa.jp

網際網絡來源

<1 %

21

Submitted to Hong Kong Baptist University

學生文稿

<1 %

22

ndltd.ncl.edu.tw

網際網絡來源

<1 %

23

keepgrowup.com.tw

網際網絡來源

<1 %

24

www.amazon.co.jp

網際網絡來源

<1 %

25

access.redhat.com

網際網絡來源

<1 %

26

dspace.xmu.edu.cn

網際網絡來源

<1 %

27

121.dental-plaza.com

網際網絡來源

<1 %

28

castnet.nctu.edu.tw

網際網絡來源

<1 %

29

ipsnews.net

網際網絡來源

<1 %

30

rportal.lib.ntnu.edu.tw:8080

網際網絡來源

<1 %

31 www.7788qq.org <1 %
網際網絡來源

32 www.diangan.org.cn <1 %
網際網絡來源

33 www.nipponese.news <1 %
網際網絡來源

34 Huang, Quanshun. "Applying Surrealistic Style on Experimental Theatre Drama Promotion Card Creation.", National Taiwan Normal University (Taiwan), 2020 <1 %
出版物

排除引述

開

排除相符處

關閉

排除參考書目

開

摘要

在網路普及的數位時代，越來越多人使用網路資源，除了網路成癮者變多之外，人與人之間的互動也逐漸減少，也少了人情味的流動，所以我們決定製作需要多人遊玩的桌遊，提供大家互動的契機。

我們身邊不少同學和好友普遍認識自己的方法就是透過星座占卜和學校提供的量表測驗，另外不善於交友也是眾多人的煩惱之一，所以我們製造一個工具回應身邊的人的需求，希望創造一款不但有趣又能兼顧交友與認識自己功能的桌遊。

為此本專題在製作桌遊前期，參考大量台灣和日本在市面上與交友和認識自己相關之桌遊、APP 和電腦遊戲，研究其玩法，將特色和優缺點分析，作為本組設計桌遊的參考，將我們設計的桌遊結合心理學理論及現有桌遊，如大富翁和黃牌，設計出讓玩家覺得有趣的問題和玩法，完成一個原創桌遊，並進行了調查。從調查結果得知，我們成功的得到玩家對自我意識和交友的有效性給予的正面評價，我們的目標是通過這款桌遊為更多人帶來快樂。

關鍵字:交友、認識自我、桌遊

要旨

インターネットが普及したデジタル時代に、ますます多くの人たちがインターネットリソースを使用するようになりました。スマホ依存症が増える一方で、人と人の交流が次第に減少し、人間関係が希薄になりつつあります。そこで、私たちは、みんなで遊べて交流のきっかけを作るボードゲームセットの開発を試みました。

普段から、自分のことをよく知らないという悩みをよく耳にするが、身近で気軽に自己認識のできるツールは、星占いや学校で実施された心理テストくらいしかないようです。一方、友達作りがうまくできず、悩んでいる新入生や若者も少なからずいるはずです。もっと身近で気軽に自己認識のできるツールがほしいという声に応えたいのと、友達作りのきっかけを望んでいる人々のために、自己認識と友人作りの両方ができるボードゲームセットを設計しました。

このゲームセットを作るにあたって、私たちは台湾と日本で開発され販売されている関連テーマのボードゲーム、アプリケーション、そしてコンピュータゲームを調査し、それぞれの遊び方、内容特徴、長所と短所を比較分析しました。その調査結果から、私たちは心理学の理論を取り入れて、モノポリーとイエローカードを融合し、さらにアレンジを加え、プレイヤーが退屈に感じないような問題設計や遊び方を工夫し、オリジナリティのあるゲームセットを作り出し、テストを行いました。テストの結果、多くのプレイヤーから、自己認識と友人作りの効果について肯定的な評価を得ることに成功しました。このボードゲームセットを通じて、もっと多くの人に幸せを運んでもらえることが、私たちの狙いです。

キーワード：友達作り、自己認識、テーブルゲーム

目錄

第一章	緒論	1
第一節	研究動機	1
第二節	研究目的	1
第三節	研究方法	2
一、	問卷調查法	2
二、	文獻調查法	2
第四節	研究流程	3
第二章	台日遊戲分析與比較	4
第一節	台灣市面上遊戲調查	4
一、	台灣市面上桌遊之個別分析	4
二、	台灣市面上桌遊之整體比較表	9
三、	台灣市面上桌遊之分析與比較結論	9
四、	台灣市面上 APP 之個別分析	10
五、	台灣市面上 APP 之整體比較表	13
六、	台灣市面上 APP 之分析與比較結論	14
七、	台灣市面上網路遊戲之個別分析	14
八、	台灣市面上網路遊戲之整體比較表	17
九、	台灣市面上網路遊戲之分析與比較結論	18
第二節	日本市面上遊戲調查	19
一、	日本市面上桌遊之個別分析	19
二、	日本市面上桌遊之整體比較表	26
三、	日本市面上桌遊之分析與比較結論	26
四、	日本市面上 APP 之個別分析	27

五、	日本市面上 APP 遊戲之整體比較表	32
六、	日本市面上 APP 之分析與比較結論	32
第三節	台日市面上之調查總結論	32
第三章	遊戲設計	34
第一節	創意發想	34
第二節	遊戲特色	34
第三節	遊戲內容說明	35
一、	遊戲設定	35
二、	遊戲各設定之意義	36
三、	卡牌設計	37
四、	遊戲背景故事	44
五、	遊戲成品設計	45
第四章	問卷調查與分析	48
第一節	問卷設計	48
第二節	有效性分析	49
一、	互動達成率分析	49
二、	娛樂性達成率分析	49
三、	交友成效分析	51
四、	自我認識達成率分析	52
第三節	遊戲建議分析與改善	55
一、	遊玩意願分析	55
二、	玩家回饋與建議	57
第四節	問卷調查總結論	58
第五章	結論	59

參考文獻	60
組員工作分配表	61
專題報告修正要點	62

圖目錄

圖 1-3-1 文獻調查法之流程圖	2
圖 1-4-1 研究流程圖	3
圖 2-1-1 台灣桌遊類之換言一新外包裝圖	5
圖 2-1-2 台灣桌遊類之問問秘境外包裝圖	7
圖 2-1-3 台灣桌遊類之我想聽你說外包裝圖	8
圖 2-1-4 台灣桌遊類之天生絕配外包裝圖	9
圖 2-1-5 台灣 APP 類之九型圖說示意圖	11
圖 2-1-6 台灣 APP 類之生涯規劃：自我認識遊樂場示意圖	12
圖 2-1-7 台灣 APP 類之 WEPLAY 線上桌遊吧示意圖	13
圖 2-1-8 台灣網路遊戲類之溫度日記示意圖	15
圖 2-1-9 台灣網路遊戲類之靈魂社區示意圖	16
圖 2-1-10 台灣網路遊戲類之 DRAW.GUESS.WIN 示意圖	17
圖 2-2-1 日本桌遊類之 POJICO 外包裝圖	20
圖 2-2-2 日本桌遊類之想把缺點變成優點的鯛魚燒外包裝圖	21
圖 2-2-3 日本桌遊類之只喜歡你 3 輪外包裝圖	22
圖 2-2-4 日本桌遊類之初次見面 SIX 外包裝圖	23
圖 2-2-5 日本桌遊類之輔導的奧秘外包裝圖	24
圖 2-2-6 日本桌遊類之關鍵外包裝圖	26
圖 2-2-7 日本 APP 類之 MUUTE 示意圖	28
圖 2-2-8 日本 APP 類之幸福郵件示意圖	29
圖 2-2-9 日本 APP 類之戀庭示意圖	30
圖 2-2-10 日本 APP 類之 GAMEMATE 示意圖	31
圖 3-3-1 盒子外觀	45
圖 3-3-2 角色設計	45

圖 3-3-3 遊戲玩法說明書正面.....	46
圖 3-3-4 遊戲玩法說明書背面.....	46
圖 3-3-5 遊戲介紹說明書背面.....	46
圖 3-3-6 角色說明書正面.....	46
圖 3-3-7 角色說明書背面.....	46
圖 3-3-8 遊戲紙.....	47
圖 3-3-9 計分板.....	47
圖 3-3-10 角色卡牌正面.....	47
圖 3-3-11 角色卡牌背面.....	47
圖 3-3-12 文字卡牌正面.....	47
圖 3-3-13 文字卡牌背面.....	47
圖 4-2-1 前測第十一題「我認為桌遊能夠更了解其他玩家的想法」.....	49
圖 4-2-2 後測第四題「在遊玩後，有讓您更了解其他玩家的想法嗎」.....	49
圖 4-2-3 後測第一題「在遊玩後，您認為此款遊戲的趣味性足夠嗎」.....	50
圖 4-2-4 後測第七題「您認為此款遊戲最有趣的部份是什麼」.....	50
圖 4-2-5 前測第三題「你覺得自己的個性屬於哪一種」.....	51
圖 4-2-6 前測第四題「我善於交友」.....	51
圖 4-2-7 前測第六題「我希望能夠認識更多朋友」.....	51
圖 4-2-8 前測第九題「我認為桌遊對於交友有幫助」.....	52
圖 4-2-9 後測第二題「在遊玩後，您認為對於交友有幫助嗎」.....	52
圖 4-2-10 前測第五題「我認為自己足夠了解自己」.....	53
圖 4-2-11 前測第十題「我認為桌遊能夠讓我變得更加了解自我」.....	53
圖 4-2-12 後測第三題「在遊玩後，您覺得此款遊戲有讓您變得更加了解自我嗎」.....	54
圖 4-2-13 後測第六題「您認為哪些自我認識卡牌內的問題讓你在了解自我有幫助」	54
圖 4-3-1 前測第七題「我對桌遊很了解」.....	55

圖 4-3-2 前測第八題「我遊玩桌遊的頻率很高」	55
圖 4-3-3 後測第五題「在遊玩後，認為此桌遊容易上手嗎」	56
圖 4-3-4 後測第九題「此款遊戲在美術設計上足夠吸引你嗎」	56
圖 4-3-5 後測第十題「遊玩過後，會想再次遊玩嗎」	56
圖 4-3-6 後測第八題「您認為此款遊戲需要加強的部分是哪裡」	57
圖 4-3-7 後測「其他建議」	58

表目錄

表 2-1-1 台灣桌遊類之整體比較表	9
表 2-1-2 台灣 APP 類之整體比較表	13
表 2-1-3 台灣網路遊戲類之整體比較表	17
表 2-2-1 日本桌遊類之整體比較表	26
表 2-2-2 日本 APP 類之整體比較表	32
表 3-3-1 遊戲設定	35
表 3-3-2 自我認識之四類定義與用意	38
表 3-3-3 自我認識類牌面之題目	40
表 3-3-4 問號類牌面之題目	42
表 3-3-5 命運類牌面之題目	43
表 3-3-6 道具類牌面之題目	43
表 3-3-7 陷阱類牌面之題目	44

第一章 緒論

第一節 研究動機

在疫情肆虐且逐漸被網路制約的 Z 世代，與人面對面互動相對不再容易，而在疫情逐漸趨緩的情況下，我們決定製作多人遊玩的趣味桌遊，利於人們恢復交流。

在生活中，人際關係是大部分人都會遇到的課題，其中除了認識他人，認識自己也是很重要的一大要素，在詢問身邊的親朋好友後，發現大多都出現連自身的優弱勢、想法與問題都未能清楚察覺的狀況。於是我們思考如何運用桌遊這個媒介，在娛樂與互動之餘，創造一個有效率的方式達成自我認識，同時能了解他人與之學習，了解更多元的想法來擴展自己的觀點。

第二節 研究目的

為了探討桌遊在人際交流與自我成長上的作用，和創造給現階段在迷茫、安於現狀、還沒有花時間思考過的人一個契機，從在精神層面讓人深入思考以及實際層面讓人獲得實質收益，同時利用不同的角度和觀點，更加認識且了解自己與他人的本質和特色。因此決定研究互動遊戲在幫助他人交友和自我認識上的可行性。

具體研究目的如下：

- 一、互動遊戲擴展交友之可行性
- 二、透過玩遊戲了解自我之有效性
- 三、利用桌遊達到趣味學習

第三節 研究方法

本專題以大學生的身份作為出發點，參考書籍及文獻等相關資料，並融合當代大學生在聊天時的話題來設計桌遊。首先調查台日市面上現有的桌遊、APP 和網路遊戲，在做過個別比較後，再將市面上遊戲的不足修正，並參考其優點來製作遊戲，最後讓玩家試玩，藉由問卷調查取得回饋，並分析出結論，故主要研究方法有兩點，一是用文獻調查法，二是用問卷調查法評估可行性。

一、問卷調查法

研究者將所要研究的事項製作成問卷分送或郵寄給受訪者填答，並將具備代表性的樣本加以研究，待所有問卷填答完畢後，針對各變數間有哪些相互影響的情況做分析和探討。而本專題會運用兩份問卷作為依據，分別為前測與後測，遊玩前進行前測問卷，待遊戲結束後再進行後測問卷，以利分析差別及問題所在。

二、文獻調查法

文獻調查法是針對進行中的研究，依據其目的或主題找到可用且具有真實性的相關學術論文、書籍以及網路文獻資料，加以整理與統整，即可系統性的掌握所需內容並加以分析。

本專題所研究的方向是利用探討自我認識的理論及文獻資料、理論去做遊戲題目的延伸，加以思考並以不同的角度去看待其他面向的問題。



圖 1-3-1 文獻調查法之流程圖

資料來源：由本組製作

第四節 研究流程

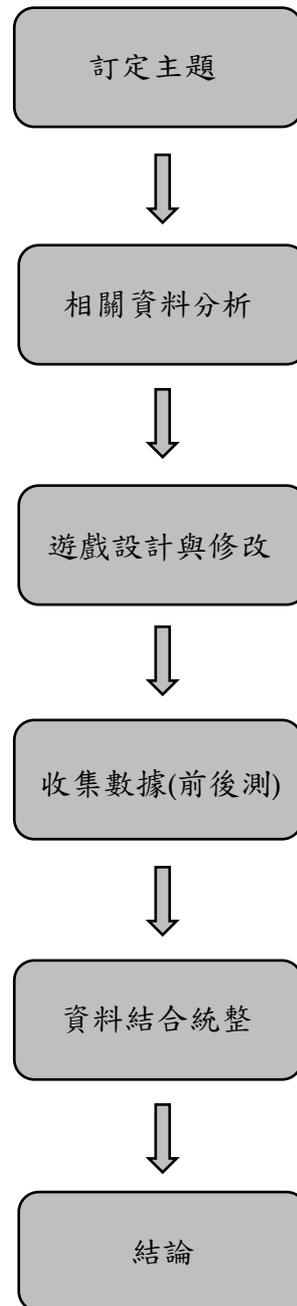


圖 1-4-1 研究流程圖

資料來源：由本組製作

第二章 台日遊戲分析與比較

本專題為了能有效加強遊戲之娛樂性、互動性、交友性以及達到自我認識的效果，故先將台灣和日本市面上與本專題的目的具相關性的遊戲做調查、分析與比較，其中台灣部分主要以桌遊、APP 和網路遊戲三類為主，而日本部分由於相關網路遊戲資料過少，故只會以桌遊和 APP 兩類為主軸探討，以玩法出發，再分析與比較此遊戲之特色與其優缺點。

最後再將每款遊戲以娛樂性、交友性及自我認識三個面向為評考基準，娛樂性以遊戲玩法、內容是否有趣為依據，交友性以遊戲是否方便互動、交流及利於快速破冰為依據，自我認識則以是否具備讓玩家認識自己的功能為依據三面向個別以打勾、三角形與打叉分別對應良好、尚可與待加強的評考結果，並將其以表格方式呈現。透過上述的分析比較結果作為本專題遊戲設計的參考依據。

第一節 台灣市面上遊戲調查

一、 台灣市面上桌遊之個別分析

(一) 換言一新¹

1. 遊戲人數與時間

遊戲人數為 2 至 6 人，遊戲時間為 20 至 30 分鐘

2. 遊戲介紹

遊戲分為三種玩法，以個性卡進行遊戲，卡牌兩面分別為弱勢特質及優勢特質。第一種玩法為真偽莫辨，用三張牌編一個故事或敘述自己的親身經歷，由其他玩家猜測經歷的真偽，再根據遊戲規則計分，最高分的玩家獲勝。

¹ 2Plus 桌遊設計工作室，〈換言一新 FLIP〉，載於官網：<https://2plus.com.tw/product/q058-flip/>(最後瀏覽日：2022.11.01)。

第二種玩法為全力以赴，需在第一種玩法真偽莫辨後進行。抽一張情境卡並用所擁有的六張個性卡中挑選一張對目前情境有利的卡牌，輪流發表完後進行投票最高票數的玩家則獲得該情境卡，遊戲進行八輪後遊戲結束，星星數最多的玩家獲勝。

第三種玩法為心心相印，兩人遊玩。分別擔任主角與猜測者，兩人皆於抽到的五張卡中選兩個最符合主角的弱項寫在記錄表上，重複至卡片用盡，探討差異。

3. 遊戲特色

換言一新是由韓國的教育心理學博士設計，活用人際溝通理論，透過三個階段達成「自我探索」、「團隊建立」、「深化關係」的歷程。遊戲卡牌分正、反兩面，一面為「容易被當成優點的形容詞」，另一面為「容易被當成缺點的形容詞」，玩家可利用卡牌找出自己認為的弱項以及別人認為的弱項，在遊玩的過程中更了解自己。

4. 遊戲優缺點

優點部分，可以讓玩家尋找自身的缺點並勇敢面對自己的優缺點並在遊戲中可以獲得成就感。缺點部分，外觀比較簡單沒有特色。雖然可以透過遊戲勇敢的面對自己的缺點，但無法多方面的了解他人，且在遊玩時若是不加以思考就會失去遊戲的意義。



圖 2-1-1 台灣桌遊類之換言一新外包裝圖

資料來源：博客來，〈2Plus 換言一新 FLIP 桌上遊戲〉

(二) 問問秘境²

1. 遊戲人數與時間

遊戲人數為 2 人以上，遊戲時間不限

2. 遊戲介紹

將每種卡牌依牌背的石頭數分疊擺放，寶藏卡也均勻洗牌後放在對應的底紙上，遊戲方式是擲骰子，骰到一至四是提問卡；五是任務卡；六是任選一張卡。每回合玩家會擲兩次骰子，第一次決定要用哪一種卡牌回答，第二次是決定要跟哪位玩家一起回答。答題時雙方同時作答，答案一致卡牌放在底紙格子上；答案不一致時卡牌至於擲骰子玩家桌上，卡牌從起點連結到寶藏卡後遊戲即結束。最後玩家計算手中卡牌的石頭數，石頭數越少的玩家即獲勝。

3. 遊戲特色

問問秘境是參考華盛頓大學心理系的教授 Gottom 研究提出的「愛情地圖」³，並以此概念伸開發的一款遊戲，這款遊戲有多種玩法，適合作為破冰遊戲，也適合想促進關係時遊玩，不只可以了解彼此還可以讓關係更加融洽。

4. 遊戲優缺點

優點部分，小太陽的設計不只可愛也讓人感到溫暖。可以針對各種不同的關係的卡牌問題進行遊戲，題目由淺入深，能循序漸進讓關係更近一步。缺點是認識自己的部分較少，它更加著重在交友的方面。

² 雞湯來了，〈問問秘境〉，載於官網：<https://chickensoupfamily.com/product/問問秘境/>(最後瀏覽日：2022.11.01)。

³ 康健 For a better life 王暄茹編譯，〈畫一張「愛情地圖」吧〉，載於網路文章：<https://www.commonhealth.com.tw/article/76519> (最後瀏覽日：2022.11.01)。



圖 2-1-2 台灣桌遊類之問問秘境外包裝圖

資料來源：雞湯來了，〈問問秘境〉

(三) 我想聽你說⁴

1. 遊戲人數與時間

遊戲人數為 2 至 6 人以上，遊戲時間不限

2. 遊戲介紹

此遊戲卡牌共概括了家庭關係、認識自己、深度省思、創意發揮、人際關係及情緒覺察這六種面向；卡牌深度分成 1 至 3 顆星，每位玩家皆會拿到計分卡，一位玩家先抽卡，另一位玩家則回答問題，答題玩家依照卡牌上的星星數移動步數，計分卡上會有任務格，走到這格的玩家要從共同任務卡中抽出一張並執行，玩家也可用搶答或指定的方式遊玩，先到終點的玩家即獲勝。

3. 遊戲特色

在我想聽你說中的問題與任務皆經過設計，問題包含了生活與心理的六大類，能促進人與人之間的對話，同時卡牌設計為雙語言，跨越語言隔閡讓外國人也能遊玩。牌卡為霧膜質感，且輕巧好攜帶。

⁴ 軒言文創&妙蒜工作室，〈我想聽你說 Popcorn Talks〉，載於官網：<https://www.garlic-crush.com/products/popcornstalks>(最後瀏覽日：2022.11.01)。

4. 遊戲優缺點

優點部分，外觀是仿爆米花盒的設計，卡牌的顏色也是五彩繽紛，讓人感到非常
的有活力。透過多種不同面向的問題讓玩家更認識自己與他人。並無特別缺點。



圖 2-1-3 台灣桌遊類之我想聽你說外包裝圖

資料來源：軒言文創&妙蒜工作室，〈我想聽你說 Popcorn Talks〉

(四) 天生絕配⁵

1. 遊戲人數與時間

遊戲人數為 3 至 8 人，遊戲時間為 30 分鐘。

2. 遊戲介紹

玩家們兩人一組，選出代表隊伍的棋子、顏色牌與聯想牌，每張主題卡牌有六道
題目，擲骰子決定本次的題目，玩家從各自手上的聯想牌裡選出自己覺得最符合本次
主題的卡牌，依照關聯程度的強弱由左到右排列在前，卡片不公開，張數則看玩家棋
子在格子上的數字，玩家們都放置好卡片後一起公開，再根據遊戲規則計分。各組按
照得到的分數，把棋子移動等量的格子。最先抵達終點的組別獲勝。

3. 遊戲特色

天生絕配設有三百種主題，和一套以圖片呈現的聯想牌，玩家們透過聯想牌發表
對主題的想法。可依遊玩人數不同改變玩法。

⁵ 2Plus 桌遊設計工作室，〈天生絕配 Compatibility〉，載於官網：<https://2plus.com.tw/product/q056-compatibility/>(最後瀏覽日：2022.11.01)。

4. 遊戲優缺點

優點是可以了解對方與自己的想法是否一致。缺點則是外觀插圖較亂，沒有統一性。雖然可以在遊戲中找到相同想法的人，但這不代表個性能相互匹配。



圖 2-1-4 台灣桌遊類之天生絕配外包裝圖

資料來源：博客來，〈2Plus 天生絕配 桌上遊戲〉

二、 台灣市面上桌遊之整體比較表

表 2-1-1 台灣桌遊類之整體比較表

	換言一新	問問秘境	我想聽你說	天生絕配
娛樂性	✓	✓	✓	✓
交友性	△	✓	✓	X
自我認識	X	X	✓	X
	✓ = 良好	△ = 尚可		X = 待加強

資料來源：由本組製作

三、 台灣市面上桌遊之分析與比較結論

以上四款桌遊皆保有娛樂性，其中成效與本專題目的最為接近的桌遊是「我想聽你說」，在娛樂性之上，同時遊玩的人數最高可達到六人，有機會與更多不同的人互動，除了能認識自我之外，也可以經過其他玩家回答問題的方式和角度去了解其他玩家的想法，且能進而了解別人的想法和自我的認識及認同，值得作為參考。

另外發現，卡牌內容如果若提問的比較表面，像是個性和興趣等，容易使同一批玩家無法達到深入認識與多次數重複遊玩。總結來看，本專題應該以「我想聽你說」為基礎參考並加強，再改善重複率與內容過於表面的問題。

四、 台灣市面上 APP 之個別分析

(一) 九型圖說⁶

1. 遊戲人數與時間

遊戲人數為 1 人，遊玩時間無限制。

2. 遊戲介紹

點選測試題會出現五種不同等級的題目，選擇自己想測試的等級並開始測驗，測驗結束後，可到 APP 首頁觀看自己的特點。

3. 遊戲特色

在全球五百強企業的管理階層均以九型性格培訓員工，建立團隊，提高執行力。題目多達八百題，具有獨特的分類解析對比出不同性格差異，可依照題目難易度去做選擇測出自己的九型人格，且專業度高。

4. 遊戲優缺點

優點是具有專業性，可以比較深入了解自己的特性。而缺點部分是介面設計較簡單無特色。遊戲中的問題比較艱澀且題目多，比較無趣味性，也無法交友。

⁶ 葉錦熙 Yipsir，〈「性格型態學」Enneagram〉，載於學術文章：

http://www.yipsir.com.hk/Znd_order/EQ_Handouts/Pdf/Enneagram.pdf(最後瀏覽日：2022.11.01)。



圖 2-1-5 台灣 APP 類之九型圖說示意圖

資料來源：App store，<九型圖說>

(二) 生涯規劃自我認識遊樂場

1. 遊戲人數與時間

遊戲人數為 1 人，遊玩時間無限制。

2. 遊戲介紹

玩家可選擇測驗或小遊戲遊玩，透過回答問題從測驗結果分析出自己適合的職業性格。職業性格設有六款小遊戲，幫助玩家深入了解與體驗職業。

3. 遊戲特色

生涯規劃自我認識遊樂場⁷是參考美國心理學家約翰·霍爾蘭 (John L. Holland) 建構的「霍爾蘭職業類型論」⁸，常用於生涯規劃及職業輔導，在有趣的基礎上，同時保有依據，可以了解職業性格與自己的特質。

⁷ MWYO 青年辦公室，<生涯規劃：自我認識遊樂場>，載於官網：

https://mwyo.org/tc/C4vWR3?fbclid=IwAR3eEr3A2wUuGCA1f6tT15UFw0GA8S_o6CIFZEXi7DmRelIE9dg7-VzhEdI (最後瀏覽日：2022.11.01)。

⁸ 台南市私立慈濟高級中學，<Holland 的職業類型理論>，

載於學術文章：https://www.tcsh.tn.edu.tw/files/division_of_life_guidance/106/%E4%BA%8C2-1-2-C1.pdf (最後瀏覽日：2022.11.01)。

4. 遊戲優缺點

介面使用可愛的人物插畫，較能吸引用戶下載。這款遊戲可以認識自己，問題也不會很困難，有小遊戲也不會太枯燥乏味。缺點部分，遊戲中的問題較簡單且問題較容易重複，也無法交友。



圖 2-1-6 台灣 APP 類之生涯規劃：自我認識遊樂場示意圖

資料來源：App store，<生涯規劃：自我認識遊樂場>

（三） WePlay 線上桌遊吧⁹

1. 遊戲人數與時間

遊戲人數為一至多人，遊玩時間無限制。

2. 遊戲介紹

創造自己的 3D 形象後即可遊玩，內建太空狼人殺、狼人殺、誰是臥底、你畫我猜、嗨歌搶唱、炸彈貓、飛行棋等遊戲，包含多款時下流行的休閒遊戲與桌遊，可以與朋友或網友一起同樂。

3. 遊戲特色

建有七種熱門小遊戲，可以邀請家人朋友一起玩，也能和不認識的網友同樂。

⁹ WEJOY PTE. LTD.，<WePlay 線上桌遊吧>，載於官網：<https://weplayapp.com/about> (最後流覽日：2022.11.01)。

4. 遊戲優缺點

遊戲設計色彩豐富，且有多種遊玩方式，較能吸引消費者，可以不受距離限制，配對到各式各樣的人，具有娛樂性。缺點的部分則是無法認識自己，只符合交友方面。



圖 2-1-7 台灣 APP 類之 WePlay 線上桌遊吧示意圖

資料來源：Google play，〈WePlay 線上桌遊吧〉

五、 台灣市面上 APP 之整體比較表

表 2-1-2 台灣 APP 類之整體比較表

	九形圖說	生涯規劃自我認識遊樂場	WePlay 線上桌遊吧
娛樂性	X	✓	✓
交友性	X	X	✓
自我認識	✓	✓	X
	✓ = 良好	△ = 尚可	X = 待加強

資料來源：由本組製作

六、 台灣市面上 APP 之分析與比較結論

在達成自我認識方面，「九型圖說」與「生涯規劃自我認識遊樂場」兩款遊戲較為突出。但是「九型圖說」的內容較艱深且複雜，容易令人感到枯燥。而「生涯規劃自我認識遊樂場」雖然有增加小遊戲，但題目重複性過高，問題也不夠深入，因此相同的玩家能重複遊玩的次數不多。「weplay 線上桌遊吧」這款遊戲雖然遊戲多樣、趣味性高且可以達到交友目的，但較難達成自我認識以及深度認識對方。

總結以上三款遊戲，除了「weplay 線上桌遊吧」多樣遊戲合一的做法值得參考，若再將「九型圖說」的專業性留下並簡化，最後搭配「生涯規劃自我認識遊樂場」的特質分類法，相信能很好的達到我們期待自我認識效果。

七、 台灣市面上網路遊戲之個別分析

(一) 溫度日記¹⁰

1. 遊戲人數與時間

遊戲人數為 1 至多人，遊玩時間無限制。

2. 遊戲介紹

作為線上手帳本使用，可以自由命名和填寫日記，並能設置隱私或公開模式。除了文字外也可加入影音、貼圖等，且設有許多分享模式，除了私人紀錄也能與他人當筆友交換日記。

3. 遊戲特色

溫度日記是由台灣本土團隊所開發，其中有一個特別的模式是交換日記，可以與他人有一個訴說心裡話的管道，讓不好意思說出口的話以文字傳達，加溫兩人的關係。

¹⁰ 陳年，〈溫度日記〉，載於官網：<https://hearty.me/> (最後瀏覽日：2022.11.01)。

4. 遊戲優缺點

設計偏向女性，配色及畫風都非常可愛。既不受距離限制又可以匿名抒發自己的心情，紀錄生活的同時可以認識他人，並與深入了解自己。缺點是在使用上的積極度會影響成效，無法快速且深入的認識自己與他人，缺乏現實交流。



圖 2-1-8 台灣網路遊戲類之溫度日記示意圖

資料來源：陳年，〈溫度日記〉

(二) 靈魂社區¹¹

1. 遊戲人數與時間

遊戲人數為 1 至多人，遊玩時間無限制。

2. 遊戲介紹

先進行心理測驗獲得代表自己的頭像，取得頭像後便可在虛擬公寓與室友寫信交流，成為一個能互相打氣與扶持的大家庭。通信交流以外，如果透過收信、看信、回信、寫信的行為來累積星星，可以用來搬家、買家具等等。

3. 遊戲特色

靈魂社區是一個能讓人能夠匿名宣洩自己內心想法的傾訴平台。這款遊戲的概念就像是公寓社區，室友完全是陌生的人，可以跟陌生人小小交流分享自己的心事，也可以解答別人的心事或鼓勵低潮的陌生人，給彼此一些溫暖。

¹¹ 王蕃，〈靈魂社區〉，載於官網：<https://soulapartment.net/bin2/index.php?lang=tw> (最後瀏覽日：2022.11.01)。

4. 遊戲優缺點

優點部分，使用復古城樓以及白色的背景當作封面，非常的簡潔。匿名、沒有距離限制也可以達成自我認識。缺點部分，較難達到交友、缺乏現實交流且達成自我認識需花費較多時間。



圖 2-1-9 台灣網路遊戲類之靈魂社區示意圖

資料來源：予夕，〈靈魂社區〉

(三) DRAW.GUESS.WIN¹²

1. 遊戲人數與時間

遊戲人數為 4 至 30 人，遊玩時間不受限制。

2. 遊戲介紹

為電腦版的你畫我猜首先設置自己的暱稱與頭像，選擇好遊戲模式後便可開始遊戲，標準玩法是第一位玩家出題，第二位玩家畫，第三位玩家猜題，第四位玩家再畫以此類推，遊戲過程中大家展現不同的創意與想法，玩樂的過程中也能獲取成就感與共鳴。

3. 遊戲特色

可以多人線上參與，不受限於時間跟地點，只要有網路即可進行的遊戲，遊玩方式也非常簡單，無論是熟與不熟的朋友都可以輕鬆地玩在一起。

¹² 電癩少女，〈你畫我猜!Gartic 網站在線上跟大家一起腦力激盪!〉，載於網路文章：

<https://agirls.aotter.net/post/53191> (最後瀏覽日：2022.11.01)。

4. 遊戲優缺點

優點是可以不受距離限制，且使用網路配對模式可快速與不同人進行互動。缺點則是介面設計較單調，且主要以娛樂性質為目的，較無法透過此遊戲達到了解自我。單純娛樂的互動也較難與他人有更深入的認識。



圖 2-1-10 台灣網路遊戲類之 DRAW.GUESS.WIN 示意圖

資料來源：Gartic，<Gartic.io-Draw,Guess,WIN>

八、 台灣市面上網路遊戲之整體比較表

表 2-1-3 台灣網路遊戲類之整體比較表

	溫度日記	靈魂社區	DRAW.GUESS.WIN
娛樂性	X	✓	✓
交友性	✓	X	△
自我認識	△	△	X
	✓ = 良好	△ = 尚可	X = 待加強

資料來源：由本組製作

九、 台灣市面上網路遊戲之分析與比較結論

自我認識的部分，在「溫度日記」和「靈魂社區」較能實現，但是都需要花費較長的時間，若沒有刻意且積極的進行也會缺乏成效，而「你畫我猜」雖然趣味性高也能遇到許多人，但主要缺乏透過問題與其他玩家互動並達到自我認識的部分。

總結以上三款遊戲，雖然皆擁有匿名和網路不受距離限制的便利性，但缺乏我們想要的實質互動，然而其中能讓人以自在的心情遊玩這部分是我們可以借鏡的，如何讓玩家在非匿名下也不會不自在是一大重點。

第二節 日本市面上遊戲調查

一、日本市面上桌遊之個別分析

(一) POJICO¹³

1. 遊戲人數與時間

遊戲人數為 3 至 5 人，遊玩時間不受限制。

2. 遊戲介紹

每人分配三張積分卡後決定誰當「父母」，「父母」以外的玩家輪流抽圖卡。運用抽到的圖卡上的圖案延伸出一段話或一個小故事來形容「父母」的好。「父母」決定這一輪誰的回答最合適就給予一張積分卡。當所有玩家都按順序改變並成為「父母」三次時，遊戲結束，而積分最多的人獲勝。

3. 遊戲特色

POJICO 是以「積極自我分析」為主題的遊戲。透過「父母」和「孩子」這種需要讚美的關係作為角色進行遊戲，通過使用卡片互相讚美，是一種能不害羞的讚美別人與表達自己的訓練，在遊玩後對於求職面試和人際交流皆有幫助。

4. 遊戲優缺點

優點在於除了能在玩家間互動中認識自我以外，也能透過互相讚美加深彼此的感情，透過他人的讚美了解到不一樣的自己以提升自信。而缺點在於若玩家皆很害羞和不善表達，容易使遊戲難以進行，另外無法快速破冰是致命點，卡牌設計也較為普通。

¹³ YUIDEA 株式会社，〈楽しく遊んでみんなで自分分析ができるカードゲーム POJICO〉，載於官網：<https://pojico.willyet.jp/contents/114> (最後瀏覽日：2022.11.01)。



圖 2-2-1 日本桌遊類之 POJICO 外包裝圖

資料來源：YUIDEA 株式会社，〈POJICO〉

(二) 短所を長所に変えたいやき（想把缺點變成優點的鯛魚燒）¹⁴

1. 遊戲人數與時間

遊戲人數為 1 至 4 人，遊玩時間不受限制。

2. 遊戲介紹

總共三種玩法，分別為想知道自己擅長什麼、想用紙牌改變和想調查形象去做遊玩。卡牌分為兩種，一種是有單詞和例句的讀牌，另一種是只有單字的卡牌。以「調查形象」玩法為例，其他玩家各從手上的讀牌中最不符合自己的一張牌丟出一張，然後把手上的讀牌給左邊的人。當其他玩家的卡片合計為八張時，對照自己隱藏的八張卡牌，比較自己的印象和對方所想像的自己的一致度。

3. 遊戲特色

想把缺點變成優點的鯛魚燒可以在遊玩中將自身弱點轉換成強項的一款遊戲，可以邊玩邊學習，並了解自己的優勢與劣勢。

4. 遊戲優缺點

優點部分，卡牌遊玩方式很多，根據人數的不同變化性高，外觀是以鯛魚燒的造型為設計，相當活潑可愛。缺點部分，遊玩方式稍嫌複雜，容易造成玩家的不理解。

¹⁴ オモコレ!!，〈「短所を長所に変えたいやき」で、もっと仲良くなりたいやき!〉，<https://pse.is/4l8hzc> 載於網路文章：（最後瀏覽日：2022.11.01）。



圖 2-2-2 日本桌遊類之想把缺點變成優點的鯛魚燒外包裝圖

資料來源：EYE UP，〈【アイアップ公式通販】【誕生日プレゼント】NEW 短所を長所に変えたいやき【ラッピング可能】 | バラエティ〉

(三) 3 ターンだけ君が好き (只喜歡你 3 輪)¹⁵

1. 遊戲人數與時間

遊戲人數為 4 至 8 人，遊玩時間大約 15 分鐘。

2. 遊戲介紹

一開始玩家會獲得一張功能牌、一張指定暗戀對象的卡牌。依照熟悉程度選擇一組卡牌，進行三輪問答。玩家需站在單戀者的角度去回答，讓對方發現自己是仰慕者，其他玩家們則需要猜測誰是自己的仰慕者。三輪過後使用功能牌。正反面分別為「過了三輪還是喜歡你」與「雖然可能會錯意，但想要回應可能喜歡我的你」，全員一同出示本輪遊戲的個人抉擇，配對成功即成為本輪的勝利組合。

3. 遊戲特色

只喜歡你 3 輪的設計理念是除了互相了解喜歡的事物外，透過理解價值觀、期望、未來展望等具有深意的內容來提升親密度，題目參考美國心理學家亞瑟·阿倫博士的 36 個問題所設計，能夠達成分享彼此內心讓親密度提升的目的。

¹⁵ Amazon，〈Amazon | 3 ターンだけ君が好き | ボードゲーム | おもちゃ〉，載於商城簡介：<https://pse.is/4kvj2g> (最後瀏覽日：2022.11.01)。

雖然遊戲是以戀愛為主題，但同性、異性朋友能選擇不同題目的組合來遊玩。遊戲結束後回想前面的題目回答，得知道他人眼中自己的印象，外在以外加深內在的理解能加深感情。

4. 遊戲優缺點

遊戲方式簡單、好理解。無論是感情好或初次見面的玩家皆可以遊玩，且在答題的過程能確實達到增進感情的目的。題目設計上都是有相關理論佐證，較有根據，但是回答問題時多會以自身既有的印象來回答，且難以達到發現新的事物，在互相不了解的情況下可能回答上會與實際情況有偏差，且題目數量有限，無法達到多次數的遊玩。以認識他人為取向，缺乏自我認識。遊戲外觀設計上具有貼切主題的圖案，可以從外觀就理解遊戲的設計方向，裡頭的卡牌設計也是簡約易懂。



圖 2-2-3 日本桌遊類之只喜歡你 3 輪外包裝圖

資料來源：Amazon，〈3 ターンだけ君が好き〉

(四) はじめまシックス (初次見面 SIX) ¹⁶

1. 遊戲人數與時間

遊戲人數為 4 至 8 人，遊玩時間約為 20 分鐘。

¹⁶ JELLY JELLY CAFE，〈はじめまシックス〉，載於商城簡介：

<https://jellyjellycafe.com/games/hajimema6> (最後瀏覽日：2022.11.01)。

2. 遊戲介紹

初次見面 SIX 是從六個主題中擇一，根據主題用「難以被記住的方式」進行自我介紹。全員介紹完後依序指定一人回答對方的答案，被答對全部答案的人就淘汰，最後留下來的玩家即獲勝。

3. 遊戲特色

初次見面 SIX 與以往要讓人輕易記住的模式不同，而是以難以記住的方式進行自我介紹，玩家們在聽的過程中需要更加的專注與記憶。自我介紹和需要認真記憶的遊戲模式可以刺激玩家認真去記住他人的特點。

4. 遊戲優缺點

初次見面、朋友皆可遊玩，並透過玩家們自我介紹快速知道他人的事情，需要記憶的遊戲過程充滿刺激與趣味性，比起單純進行自我介紹，更能提高玩家們認真記憶他人特點的意願。外觀設計上簡單、可以輕易理解遊戲方式。但遊戲內容、題目深入性過低，僅僅只是喜歡的食物、運動等等，難以讓玩家有更進一步的認識及情感交流。



圖 2-2-4 日本桌遊類之初次見面 SIX 外包裝圖

資料來源：TANSANFABRIK，〈はじめまシックス〉

(五) カウンセリングの極意（輔導的奧秘）¹⁷

1. 遊戲人數與時間

遊戲人數為 3 至 4 人，遊玩時間為 30 至 40 分鐘。

¹⁷ GameMarket，〈カウンセリングの極意 | 『ゲームマーケット』公式サイト〉，載於官網：
<https://gamemarket.jp/game/70488> (最後瀏覽日：2022.11.01)。

2. 遊戲介紹

輔導的奧秘有「狀況卡」和「處方卡」兩種卡牌，一位玩家先抽出一張狀況卡後選擇自己手中的一張處方卡，將其翻過來放置在場上。1分鐘內說明如果是你會怎麼做，包括原因。結束遊戲後回顧結果並分享自己的感受。

另一種玩法則是讓其中一位玩家扮演被輔導者，而其他玩家扮演輔導員。被輔導者從狀況牌組裡選擇一張符合你目前所遇到的相關問題的狀況卡，並與扮演輔導員的玩家討論3分鐘。輔導員必須提出自己手上最適合解決問題的處方卡並利用1分鐘解釋原因。遊戲結束後，輔導員扮演者回顧結果分享感受。

3. 遊戲特色

輔導的奧秘是東京大學醫學部「川上研究室」以「分析自我」和「解決煩惱」為主軸所開發的體驗輔導員桌遊。這款遊戲除了能夠讓你分析且更認識自己之外，也可以透過與其他玩家的互動更了解大家的想法以及價值觀。

4. 遊戲優缺點

優點是能試著聆聽別人的想法並思考對於各種問題的影響差異性。並可以訓練自己對於探究他人的話題該抱持著什麼立場才會對問題更有幫助。缺點是這款桌遊的玩法會較為複雜之外，萬一狀況解釋不清楚，其他玩家會誤會其中的意思。



圖 2-2-5 日本桌遊類之輔導的奧秘外包裝圖

資料來源：遭遇設計，〈カウンセリングの極意〉

(六) 核心 (關鍵)¹⁸

1. 遊戲人數與時間

遊戲人數為 2 人，遊玩時間為 20 至 30 分鐘。

2. 遊戲介紹

遊戲中共有三十張主要的核卡，且核卡內有許多單詞以及關鍵字，兩位玩家需要依據核卡裡所提到的關鍵字說出相關類似的經驗，說出自己的經驗以及聆聽別人的經驗，能讓自己更了解自己之外，也可以意外發現對方不為人知的一面。

3. 遊戲特色

關鍵分別是參考了弗洛伊德的精神分析學¹⁹和伽達默爾的他人理解學²⁰。弗洛伊德認為人有分為「潛意識」和「無意識」這兩大部分。自己的言行舉止是經過意識思考所做出來的，但在底層沉睡的前意識和無意識其實也會對於判斷有著很大的影響。而伽達默爾則是認為當你向他人詢問一個問題，透過自己和他人的思考過後，就可以找到最適合的答案。你將發現你會逐漸放下自己的偏見，慢慢的理解他人。

4. 遊戲優缺點

優點是可以互相說出關於自己各自相關的經驗，而讓玩家能夠看到不為人知的自我以及其他玩家最真實的一面。缺點是遊戲遊玩人數太少，不能多位玩家一起進行遊戲，且有些問題可能太過涉及個人隱私，可能對於玩家的隱私有所侵犯。

¹⁸ GAME MARKET, <あなたは「本当の自分」を知っていますか!? (ゲームマーケット 2018 秋★新作★出展作品『核心』)>, 載於官網: <https://gamemarket.jp/blog/99236/>(最後瀏覽日: 2022.11.01)。

¹⁹ 樹洞香港, <到底佛洛伊德在說些什麼? 精神分析學 (Psychoanalysis) 入門簡介>, 載於網路文章: <https://reurl.cc/KXjILj>(最後瀏覽日: 2022.11.01)。

²⁰ 香港 01, <伽達默爾: 哲學詮釋學大師, 在差異的視野之間求視域融合>, 載於網路文章: <https://reurl.cc/ymgvR2>(最後瀏覽日: 2022.11.01)。



圖 2-2-6 日本桌遊類之關鍵外包裝圖

資料來源：KEN，〈『核心』公式ホームページ〉

二、日本市面上桌遊之整體比較表

表 2-2-1 日本桌遊類之整體比較表

	POJICO	短所を長所 に変えたい やき	3ターンだ け君が好 き	はじめ まシッ クス	カウンセ リングの 極意	核心
娛樂性	✓	✓	✓	✓	✓	✓
交友性	△	✓	✓	△	✓	△
自我認識	✓	✓	△	△	✓	✓
	✓ = 良好		△ = 尚可		X = 待加強	

資料來源：由本組製作

三、日本市面上桌遊之分析與比較結論

整體來說，「カウンセリングの極意」和「短所を長所に変えたいやき」與本專題想達成的目的最為相近，除了基本的娛樂性以及互動外，也能透過卡牌讓玩家們進行自我分析與價值觀交流，進而達到加深感情的效果，但是以內容來說「カウンセリングの極意」過於艱澀，而「短所を長所に変えたいやき」又過於簡單，較為極端。

「POJICO」較為特別的部分是，會有一個前提讓玩家帶入角色，讓關係與情境變得不再抽象，會有更好的成效，值得學習。而「3 ターンだけ君が好き」雖然無法達到自我認識，但是遊戲方式簡單，即使都是初次見面的玩家也能快速進入狀況，最後「核心」在達成自我認識的方式很值得借鏡，但是內容有些艱澀，需要再調整。

總結以上六款遊戲，創造一個情境並將內容具象化、讓內容的難度達到平衡，還有如何讓遊戲進行的方式簡單易懂，進而達到快速破冰，是本專題在設計上不可忽視的幾個重點。

四、日本市面上 APP 之個別分析

(一) Muute²¹

1. 遊戲人數與時間

遊戲人數為 1 人，遊玩時間不受限制。

2. 遊戲介紹

Muute 主要是用來記錄日誌，但它會將使用者的紀錄，運用人工智能分析思想以及情緒並提供反饋。可以透過此款 APP 紀錄日誌、寫作、錄音和圖片等等。也能在每週日收到的來自各方網友的反饋。

3. 遊戲特色

Muute 可以像日記一樣自由地寫出自己的想法和感受，並且簡單地就能蒐索和回顧日誌投稿。每一天都會提供一些靈感給使用者創作，每周和每月都會收到一份分析報告“洞察力”就像朋友的來信一樣，透過這些日記和反饋發現新的自己。

²¹ 知らない自分を見つけよう Muute ミュート, <AI が思考と感情を分析してフィードバックをくれるジャーナリング・アプリ>, 載於官網：<https://muute.jp/> (最後瀏覽日：2022.11.01)。

4. 遊戲優缺點

優點在於可以藉由人工智慧給予回饋，較為客觀。而缺點在於雖然能有效了解自己，卻無法增進與他人的交流，故也無法加深感情，而紀錄日誌和生活需要靠長期紀錄獲得數據，並無法立即回饋。



圖 2-2-7 日本 APP 類之 Muute 示意圖

資料來源：知らない自分を見つけよう Muute ミュート，〈AIが思考と感情を分析してフィードバックをくれるジャーナリング・アプリ〉

(二) ハッピーメール（幸福郵件）²²

1. 遊戲人數與時間

遊戲人數為 1 至多人，遊玩時間無限制。

2. 遊戲介紹

幸福郵件有多個主題的討論版，從一般交友、戀人到找臨時飯友等眾多問題都能夠讓玩家發揮，也可以按照自己的目的去投稿等人回應，或是看到感興趣的投稿就可以直接發訊息和對方聯繫，且玩家們可以在揭示板上針對投稿人所提出之問題進行討論。

²² ハッピーメール，〈ハッピーメールの使い方〉，載於官網：<https://happymail.co.jp/>(最後瀏覽日：2022.11.01)。

3. 遊戲特色

可以像日記一樣自由地寫出自己的想法和感受，並且簡單地就能蒐索和回顧日誌投稿。每一天都會提供一些靈感給使用者創作，每周和每月都會收到一份分析報告“洞察力”就像朋友的來信一樣，透過這些日記和反饋發現新的自己。

4. 遊戲優缺點

優點部分，註冊快速容易，匿名性強，不用上傳照片即可完成。不需要花很多錢就可以認識到很多人，而介面上的色彩單純，較不易疲勞。揭示板功能可以大幅縮短從認識到見面的時間。缺點部分，因為是交友 APP，每個人上來的性質不同，所以通常尋找短期關係的人數居多。



圖 2-2-8 日本 APP 類之幸福郵件示意圖

資料來源：窩日本，〈日本交友 APP、交友網站 7 選推薦 - 來認識日本人朋友或另一半吧~~〉

(三) 恋庭 (戀庭)²³

1. 遊戲人數與時間

遊戲人數為 1 至多人，遊玩時間無限制。

²³ 恋庭，〈恋庭-ゲーム恋活で新時代の出会い「ゲーム×マッチング」アプリ〉，載於官網：
https://koiniwa.jp/?shortlink=e0797b36&c=Koiniwa_OfficialTwitter&pid=OfficialTwitter (最後瀏覽日：
2022.11.01)。

2. 遊戲介紹

此款 APP 玩家們可以設計自己的虛擬角色，並且可以利用遊戲裡的配對系統與他人進行配對，兩人一起共同經營遊戲形象。與其他玩家一起經營、聊天、解遊戲任務等等來加深彼此的認識。之後會隨著進展系統會漸漸公開玩家資訊給對方，透過共同的遊玩了解彼此的價值觀與個性。

3. 遊戲特色

為了安全，戀庭設有防騷擾、年齡認證、不露臉的機制，玩家可以安心遊玩。透過遊戲內共同的經營，使兩個原本互不認識的人互相認識、培養感情。

4. 遊戲優缺點

手機遊戲的模式可以突破地區的限制，認識到不同地區的人。以遊戲和配對的結合增加趣味性，不單單只是聚焦在其中一點而讓人感到乏味。比起外表，以價值觀與個性為主的不露臉機制是特色之一。

而遊戲內插畫相當精緻，且可以自由設計人物外觀，大大提升玩家的興趣。雖然透過網路能夠認識到不同地區的人，但一對一的模式、需要花費較多時間慢慢認識、理解對方兩點，在結交朋友方面效率較差。網路上的交流相較於現實還是會有些疑慮。



圖 2-2-9 日本 APP 類之戀庭示意圖

資料來源：Line QooApp，〈與看不見的另一人共建庭園手機遊戲新作《戀庭》開
故事前登錄〉

(四) Gamemate²⁴

1. 遊戲人數與時間

遊戲人數為 1 人，無遊玩時間限制。

2. 遊戲介紹

此款 APP 可以和不同的玩家一起聊天，闖關、讓遊戲更加有趣。

3. 遊戲特色

Gamemate 可以透過遊戲認識到相同喜好的玩家，並一同遊玩、交流。

4. 遊戲優缺點

優點是能夠讓現實生活中不敢主動認識他人的人，透過遊戲的方式能夠敞開心房去認識更多各式各樣的人。缺點是沒有辦法有目的性的了解彼此的價值觀，也沒辦法透過這款遊戲更認識自我。



圖 2-2-10 日本 APP 類之 Gamemate 示意圖

資料來源：Gamemate，〈ゲーム友達を見つけることができるコミュニティサービス〉

²⁴，載於官網：<https://gamemate.page/> (最後瀏覽日：2022.11.01)。

五、日本市面上 APP 遊戲之整體比較表

表 2-2-2 日本 APP 類之整體比較表

	Muute	ハッピーメール	戀庭	Gamemate
娛樂性	△	✓	✓	✓
交友性	✗	✓	△	✓
自我認識	✓	△	✗	✗
✓ = 良好	△ = 尚可		✗ = 待加強	

資料來源：由本組製作

六、日本市面上 APP 之分析與比較結論

「戀庭」與「Gamemate」兩款 APP 是以遊戲為主軸來和他人進行互動，雖然可以打破距離的限制並擴大交友圈，但在自我認識方面都稍顯不足，且皆需要花費較多的時間，較難在加深感情上有很大的突破，也不容易快速交友。

「ハッピーメール」同樣有不受距離限制的優點，附有討論版的功能也能快速找到契合的朋友。是一款能快速交友的 APP，但依然缺乏自我認識的部分。其中「Muute」較為特別，以日誌的方式紀錄，雖然不會與人交流，但能透過回憶進行反思，並達到自我認識，但缺乏與他人互動的機會，無法達到交友。

總結以上四款遊戲，如何設計內容，才能讓玩家在遊戲過程中快速的進行反思，是對於本專題的新課題，除此之外，若能將「ハッピーメール」的討論版的概念融入卡牌中，也相信會有很好的交友效果。

第三節 台日市面上之調查總結論

在娛樂性方面，由於一個遊戲的基本要素是具備趣味性，所以除了像台灣 APP 的「九型圖說」這種較注重在自我認識功能的遊戲上，大部分遊戲都有一定水準，而如何設計出好上手、容易理解且與市場有區隔的遊戲進行方式，是我們的一大課題。

在達成自我認識方面，可以發現大多遊戲都是採用問答形式呈現，能讓玩家透過回答去思考和解析，進而更了解自己。日本桌遊「核心」和「カウンセリングの極意」在互相了解的深度上，會比台灣設計的更深入及私人，且內容重複率相對不高，在卡牌問題的設計上略勝一籌，但是也有部分卡牌內容過於艱深，顯現出日本設計可能存在過度觸及隱私的尷尬問題，若能參考日本 APP「恋庭」防騷擾機制的概念，則可利用多方意見以提高遊戲品質。

而在交友方面，遊戲過程中的互動與互相了解之餘，是否透過交流順利找到與自己想法和價值觀契合的朋友也是本專題所重視的一環。關於這點，日本桌遊在遊玩人數設定上，不如台灣的多，比較難增加多方交流的機會，有待改善。

整體來說，日本在遊戲設計的細節上顯得更為細膩，像是桌遊「3 ターンだけ君が好き」是參考許多論文而設計的遊戲，利用相關理論佐證提高內容的根據性，也為成效多一道保證，如果再加上和「POJICO」一樣，設計好前提或情境還能使遊戲的整體更趨近於完整。

第三章 遊戲設計

本章將說明本組設計之桌遊，如創意發想、遊戲相關內容與設定等，均在此章節詳加說明。

第一節 創意發想

近期疫情開始走向趨緩，儘管網路方便，早已是隨時能交流、認識新朋友的時代，但我們認為隔著螢幕會缺少溫度，還是希望大家能重拾面對面互動的熱情，所以才想設計一款有娛樂性、互動性及成為大家交友和帶有達成自我認識功能的桌遊。

遊戲設計的初步構想是由第二章針對台日市面上的各款桌遊的分析所調查之結論產生，希望以問答形式的卡牌遊戲呈現，我們參考時下流行的心理測驗和交友軟體的問答题環節，搭配真心話大冒險與桌遊黃牌²⁵的概念，再結合大富翁的遊戲模式，從看似普通的卡牌遊戲，透過問答與交流增加彼此的了解，讓玩家能在熟悉的狀況下立即上手，並能擁有新穎的感受。

第二節 遊戲特色

本組所開發的這款遊戲是經過市場調查，針對已上架且與本專題目的相似的遊戲進行分析比較，去除缺點或將其優化，參考其優點，再融合創新設計而成。

其中為避免有題目過於深入或私密的狀況，本專題有請學校輔導老師協助進行內容審視，以老師的專業及經驗給予我們建議，降低在設計題目上觸及隱私的可能發生。此外，本專題也參考人際溝通的周哈里窗理論，作為內容設計的依據，再融合生活元素，不但提高遊戲成效的可信度，也讓內容的難度達到平衡。

²⁵ 瘋桌遊，〈黃牌〉載於：<https://www.phantasia.tw/bg/home/4026> (最後瀏覽日：2022.12.13)。

在遊戲視覺的設計上，以大家熟悉的關東煮為主題，將食材吸收高湯精華而變美味的概念，與本專題希望玩家在遊戲中達成自我認識並提升自我的想法融合，並將其擬人化，讓玩家更容易進入情境，達到快速破冰。而遊戲前導是以簡單明瞭的四格漫畫呈現，說明書則是用列表的方式幫助玩家快速理解與上手。

第三節 遊戲內容說明

一、 遊戲設定

表 3-3-1 遊戲設定

遊戲名稱	波之旅-跟隨羅波交友及探索自我
遊戲人數	3 至 8 人
遊戲時間	遊戲進行分為兩種模式，若選擇滿分模式，遊戲時間約為 1 小時；若選擇限時模式，遊戲時間可自由設定或隨時結束。
遊戲玩法	<p>規則如下：</p> <p>(一) 玩家猜拳分出勝負，由贏家決定遊玩順序（順/逆時鐘）。</p> <p>(二) 依照贏家決定順序，玩家分別挑出喜歡的角色。</p> <p>(三) 從起點開始，由第 1 位玩家開始骰骰子，依骰到的數字跳格子。</p> <p>(四) 依照跳到的格子執行抽卡。</p> <p>(五) 若跳到「原」、「浮」、「沈」、「調」、「問」格，需抽取對應的原味、浮沫、沈澱、調味和問號卡牌，再由該玩家回答問題，而其他玩家可以依據個人對該解答的認同度、有趣度亦或者內容是否能加以學習給予分數，每次每人 1 至 5 分，玩家再自行使用計分板上計分。</p> <p>(六) 若跳到「陷」則是抽取陷阱卡牌，並在當下做出相對應的小懲罰，此牌不需由其他玩家給分。</p>

遊戲玩法	<p>(七) 若跳到道具格，則抽取道具卡牌，可獲得抽取之道具獎勵，依指示可能須立刻使用，也可能可以保留，但同樣只能在自己回合時使用，此牌不需由其他玩家給分。</p> <p>(八) 若跳到命運格，則是抽取命運卡牌後，需做出卡片指示之內容，此牌不需由其他玩家給分。</p> <p>(九) 若以滿分模式進行遊戲，只要有其中一玩家達到建議分數(3人50分、4人60分、5人70分以此類推到8人100分)，則該玩家獲勝，遊戲結束</p> <p>若為限時模式進行遊戲，則在有限時間結束時，獲得最高分之玩家獲勝，遊戲結束。</p>
------	--

資料來源：由本組製作

二、 遊戲各設定之意義

(一) 人數與時間長度意義

本專題為將遊玩人數設定在3至8人，希望能達到互動與交友的效果，而最低人數設定為3人，是因為若低於3人其效果不易彰顯。最高人數設定為8人則是依據卡牌數量和遊玩時間去做推算的結果，能保有良好遊戲體驗的最多人數。

而時間長度是根據我們實際遊玩的結果訂定，以8人為例，遊戲時間約會花費1小時，每人平均可回答4到5題，故本專題以1小時作為建議遊玩時間。考慮到會有時間限制的狀況出現，玩家也可以自行選擇時間長度進行遊戲，故有兩種遊玩模式供玩家可擇，若以本專題建議之時間為「滿分模式」，而自行制定遊玩時間則為「限時模式」，不同模式的獲勝條件不同，請參考「遊戲各設定之意義」的第二點「遊戲計分方式與意義」。

(二) 遊戲計分方式與意義

每當玩家抽到題目卡並回答問題後，其他玩家可以依據個人對該解答的認同度、有趣度亦或者內容是否能加以學習來給分，每次可給予 1 到 5 分，該玩家再自行使用記分板增減。

意義在於若他人的看法與自己不同的話，也能藉由此桌遊了解到不同的思考模式和解決方法，並在不同意見下增加交流機會。

獲勝條件根據遊戲模式決定，分別為「滿分模式」與「限時模式」，皆是依本專題多次實測的結果設計，如果選擇「滿分模式」，以 3 人 50、4 人 60 分、5 人 70 分以此類推到 8 人 100 分，以上的規律作為獲勝條件，若選擇「限時模式」，玩家可自訂遊玩時間，且在時間內取得最高分者獲勝。

三、 卡牌設計

主要分為五類牌面，分別為自我認識牌、問號牌、命運牌、道具牌和陷阱牌。以下針對各類牌做說明。

(一) 各類牌面之定義與用意

1. 自我認識

分為 4 類，每類各 15 張牌，共有 60 張牌。我們參考社會心理學家 Joseph Luft 和 Harry Ingham 於 1955 年提出的周哈里窗 (Johari Window)，從自己和他人無法看透完整的自己為概念，以窗戶為型等量分成四個區域。如周談輝與吳文憲 (2005) 指出：「在周哈里窗概念中，每一個人的自我，都有四個部分 (或稱區域、象限或窗戶) 包括開放自我 (open self)、盲目自我 (blind self)、隱藏自我 (hidden self) 及未知自我 (unknown self)。」²⁶

²⁶ 周談輝、吳文憲 (2005)。人際關係與人際溝通。台灣：雙葉書廊有限公司。

四個區域分別可以理解為「公開的自己」、「只有別人知道的自己」、「只有自己知道的自己」和「自己與他人都不知道的自己」。使用者透過與人交流、互動並給予回饋並，可以將公開自己的區域放大，而目標為最大化，不但有效提高個體自我意識和個人發展，也能讓人了解自己與他人認知之間的差異，並在和他人對話時，互相學習與了解，找到自己未發掘的部分。

而本專題將此理論套入再變化，我們將四個區域的概念分成四類卡牌，可以參考表 3-3-2，並在定義上稍加修飾並融合人際關係與自我認識量表的題目，再以有趣的假設性提問，讓內容更貼近生活，進而有效讓回答者在娛樂外達成自我認識之目的，玩家在答題後也可獲得他人的分數回饋。

自我認識牌可細分為以下四類：

表 3-3-2 自我認識之四類定義與用意

	其定義與用意
原味	<p>對應周哈里窗中「公開的自己」。用於表達自身較於明顯的事情，當看到題目就能快速反應並回答，像是個人習慣、興趣等已知的基本訊息，可以讓他人快速了解自己最基本的資訊。</p> <p>命名則是呼應本專題設計的主題「關東煮」，公開的自己彷彿是已被大家熟知的「原味」高湯，原命名為「我知」。</p>
浮沫	<p>對應周哈里窗中「只有別人知道的自己」。可以透過他人眼睛、口述獲得關於自身不容易發現的情報，以被提點和被發現的形式了解不一樣的自己，還有自己不經意的習慣和口頭禪等行為和想法，也與自我反省的能力有關，回答後容易令人感到驚訝或懷疑。</p> <p>命名則是呼應本專題設計的主題「關東煮」，只有別人知道的自己如同高湯上的「浮沫」，不知何時由食材散發到表面，不論好壞都會被看到。原命名為「不知」。</p>

沈澱	<p>對應周哈里窗中「只有自己知道的自己」。用於直面自己不想公開的或容易產生負面的想法、情緒的事物，還有個人癖好和不自信。</p> <p>命名則是呼應本專題設計的主題「關東煮」，只有自己知道的自己就像高湯底下的「沈澱」物，不攪拌就不會被發現與看見。原命名為「隱知」。</p>
調味	<p>對應周哈里窗中「自己與他人都不知道的自己」。用於激發自身未被發掘的能力、潛能、天賦、適性或嚮往，亦或者是自己面對未知的應對和曾被自己壓抑的記憶與經驗，較需要思考。</p> <p>命名則是呼應本專題設計的主題「關東煮」，了解自己與他人都不知道的自己，如同幫高湯「調味」一般，加入不同的調味料便能增添不同的新色彩。原命名為「新知」。</p>

資料來源：由本組製作

2. 問號

共有 20 張牌，使用超越常理、跳脫框架的問題，如同平時我們生活突發的尷尬事件又或者是與好友交談時的話題，內容較為抽象卻相當豐富，以有趣又輕鬆的題目增加問答上的娛樂性。玩家在答題後可獲得他人的分數回饋。

3. 命運

共有 12 張牌，參考大富翁的概念，用於增加遊戲的意外性與刺激性，抽牌的玩家不一定是實行牌面指令的玩家，透過命運牌能夠讓遊戲氣氛更加活躍。此牌面是否給分以抽到的卡牌內容為主。

4. 道具

共有 6 張牌，道具牌有各式各樣的功能，都有利於玩家進行遊戲，可以增加玩家的愉悅感和吸引其他玩家的注意。此牌可能會出現立即使用或保留的牌面，增加不確定性使遊戲更加刺激有趣。此牌面不給分，執行或保留卡牌即可。

5. 陷阱

共有 10 張牌，此牌會阻礙玩家得分，用於增加遊戲的難度，可能讓玩家產生大幅度的情緒變化，突如其來的刺激感能有效增加娛樂性。此牌面不給分，執行卡牌指令即可。

(二) 各類牌面之題目與內容

1. 自我認識

表 3-3-3 自我認識類牌面之題目

	題目
原味	<ol style="list-style-type: none">1.你的生日即將到來，會想怎麼度過呢？2.選課時，朋友們都想選某堂課，但是你沒興趣，會怎麼選擇呢？3.某位同學批評你的鞋子很醜，但你其實很喜歡這雙鞋，你會如何回應呢？4.你尚未安排週末假期，聊天時發現朋友也還沒安排，你會想怎麼度過呢？5.你是剛進入公司的菜鳥，會希望你的上司如何帶領你呢？6.偶然看到自己的摯友跟已婚者親密談論新居擺設，你會怎麼想呢？7.親戚來你家吃飯，一直不斷吹噓他孩子很厲害考上台大，你會怎麼應對呢？8.請用三個形容詞形容自己。9.面對期限長的作業或報告，你會如何安排呢？10.你會希望和同事像朋友一樣相處，還是融洽就好但私生活互不干擾呢？11.當遇到推銷產品或是一直請你填寫問卷的人，你會做出什麼反應？12.結帳時，店員說下載程式並註冊會有折扣，你會怎麼做？13.當你有新目標時，會昭告天下，還是有成果再說呢？14.你最近因為褲子穿不下而決定減肥，但親友都說你不用減，你會怎麼做呢？15.被不熟同學邀請吃午飯，而且剛好是你喜歡的料理，會如何回應呢？
浮沫	<ol style="list-style-type: none">1.請回想自己是否曾被抱怨過關於吃飯的壞習慣呢？2.進入新職場，無意聽見同事抱怨你動作慢和不積極，會怎麼想呢？3.旅途中和朋友因溝通不良而吵架，事後會如何看待這件事情呢？4.請回想國中的自己，你認為自己在生理或心理上最大的改變是什麼呢？5.去同學家作客後，得知對方媽媽認為你吃完飯沒有收拾很沒禮貌，會如何看待這件事呢？6.不論好壞，請舉出一個曾經被說過但自己未曾發現的習慣，以及初次聽見的反應。

	<p>7.如果因為自己誤解意思而導致交代事項沒做好，內心第一個想法會是？</p> <p>8.有沒有答應別人卻沒做到的經驗呢？</p> <p>9.在成長過程中，有沒有曾被說過適合做什麼的經驗？</p> <p>10.有沒有曾經被朋友稱讚，但自己覺得很意外的優點？</p> <p>11.有曾被人說過自己會下意識做某種行為的經驗嗎？</p> <p>12.是否在做某件事時，被說過這樣很奇怪但自己覺得很正常的經驗？</p> <p>13.如果被他人認為，你的解釋只是將錯誤合理化，你會怎麼反應呢？</p> <p>14.在說話時，是否有不經意地加上語助詞，自己卻沒發現的經驗呢？</p> <p>15.當你因為能力，被其他人推派擔任班長，你會如何反應呢？</p>
沈澀	<p>1.如果有人答應一件事，卻沒做到，你會怎麼想？</p> <p>2.神秘人拿出 10 萬給你跟朋友，規則是你先拿再分剩下的人，並且不會有人知道初始金額和你拿了多少，你會怎麼做？</p> <p>3.今天你組織了一場比賽，大家都盡力的準備，但比賽結果卻不盡人意，你會怎麼想呢？</p> <p>4.在做企劃討論時，發現自己被組員針對，發言也被忽視，你會怎麼想呢？</p> <p>5.準備分組報告時，你覺得自己的工作過多，剛好朋友是組長，你會怎麼想呢？</p> <p>6.你和朋友遇到船難，救援者告知需先留下一人，而在場只有你會游泳，你會怎麼做呢？</p> <p>7.如果你的好友因為交了新朋友而開始忽略你，你會怎麼想？</p> <p>8.你有一群好友，每逢有人生日你都用心準備，換你生日卻無人問津，你會怎麼想呢？</p> <p>9.好友曾說要送你一份大禮作為生日禮物，但最後卻只收到廉價零食，你會怎麼想呢？</p> <p>10.好朋友邀請你去看電影，但你對那部電影沒興趣時，會做出什麼回應呢？</p> <p>11.你與好友都喜歡巧克力，某一天，你收到一小片稀有巧克力，你會怎麼做呢？</p> <p>12.週末時你與好友出遊，但卻發現他 2 至 3 天才洗一次澡，你會怎麼想呢？</p> <p>13.吃飯付款時，朋友少帶錢並向你借 30 元，事後他卻忘記了，你會怎麼想呢？</p> <p>14.有同學每天都跟你借文具，卻從不自己準備，你會怎麼看待這件事情呢？</p> <p>15.你有自己特別喜歡較為特殊的味道嗎？</p>
調味	<p>1.開學時還沒有認識的人，剛好有親切的同學來搭話，事後會怎麼想呢？</p> <p>2.你家對面的大樓失火且濃煙遍佈，會如何面對這件事情呢？</p> <p>3.今天回家的路上恰巧看到有人被圍毆，你會做出什麼反應呢？</p> <p>4.你跟朋友決定出國旅遊，並在當下訂好機票，但後續朋友都沒有任何想法或行動，你會怎麼做呢？</p> <p>5.今天你有資金也有經營的知識，你會想自己創業嗎？</p> <p>6.選課時，同時段有難度高且嚴格的課，跟簡單又輕鬆的課，會怎麼選擇呢？</p> <p>7.說出一項你朋友之間都有的共同特質。</p> <p>8.分組報告時你偶然成為了組長，組員非常沒有主見，你會怎麼做呢？</p>

<p>9.在父母的高壓管理下，你成功從醫學系畢業，但你其實對行銷更有興趣，你會怎麼做？</p> <p>10.有個職缺薪水是現在的兩倍，但必須再學習一種語言，並且考取證照，你會想去挑戰嗎？</p> <p>11.演唱會時，你最愛的歌手說舉手就能一起唱，你會怎麼做？</p> <p>12.你的外語能力只能簡單對話，卻出現可以出國進修的機會，你會怎麼做呢？</p> <p>13.你有一個規劃能力很強的朋友，你雖然不差卻不及於他，會怎麼做呢？</p> <p>14.你是這次分組報告的組長，好友請你幫他換輕鬆的工作，你會怎麼做呢？</p> <p>15.小組討論時，你發現組員都認為 A 是對的，但你心裡認為 B 才是正確時，會怎麼做？</p>

資料來源：由本組製作

2. 問號

表 3-3-4 問號類牌面之題目

	內容
問 號 牌	<p>1.當你做了奇怪的夢，會怎麼做呢？</p> <p>2.老天爺給你兩個選擇，一是孤單終生，二是事事無成，你會選擇哪一個呢？</p> <p>3.在餐廳吃飯，發現同伴會大聲打嗝和摳牙縫，你的第一反應是什麼呢？</p> <p>4.假如世界末日來臨，你想在最後做什麼事情呢？</p> <p>5.當你中了大樂透頭獎 30 億，會怎麼使用呢？</p> <p>6.一進電梯就聞到臭味，卻被後續進來的人誤會你放屁，你會怎麼做？</p> <p>7.有沒有曾經看到「禁止觸摸」還是偷偷給它摸下去的經驗？</p> <p>8.如果可以選擇，會想要多啦 A 夢的百寶袋，還是阿拉丁神燈的 3 個願望呢？</p> <p>9.起床後照鏡子發現自己性別相反了，第一件事會做什麼呢？</p> <p>10.當你看到路人的內褲露一角出來，你會跟他說嗎？</p> <p>11.下輩子想投胎成人類還是動物？</p> <p>12.如果你意外獲得一件透明斗篷，會想做什麼？</p> <p>13.你覺得發酒瘋的人可怕還是一直跟你借錢的人可怕呢？</p> <p>14.第一次約會就發現對方喜歡咬手指甲，你能接受嗎？</p> <p>15.當全場都在為一個笑話大笑，但你真的笑不出來，你會怎麼做呢？</p> <p>16.當你在百貨公司逛街，突然碰到火警響起，你的第一反應是什麼？</p> <p>17.如果房子突然開始倒塌，但是你正在洗澡，你會怎麼做呢？</p> <p>18.美髮師把你的頭剪的很醜，並在當下詢問你好不好看，你會怎麼反應呢？</p> <p>19.和曖昧對象滑著小船，卻發現對方的牛仔褲中間破了一個洞，你會怎麼做呢？</p> <p>20.第一次跟曖昧對象出去約會，卻發現他會下意識的把手放在腋下偷聞，你能</p>

接受嗎？

資料來源：由本組製作

3. 命運

表 3-3-5 命運類牌面之題目

	內容
命運牌	1.可愛3連拍。 2.醜陋3連拍。 3.模仿唐老鴨的聲音。 4.模仿米奇的聲音。 5.請用撒嬌的聲音說吼啾！ 6.用超 Man 的聲音說「給我過來！」 7.請抽取一張「道具」卡牌。 8.請上一位玩家抽取一張「問號」卡牌並回答（答題者得分） 9.請下一位玩家抽取一張「陷阱」卡牌。 10.請抽取「原味」、「浮沫」、「沈澱」、「調味」中任一張卡牌。 11.指定任一玩家暫停一回合。 12.請抽取一張「陷阱」卡牌。

資料來源：由本組製作

4. 道具

表 3-3-6 道具類牌面之題目

	內容
道具牌	1.加5分。 2.升級成與目前最高分者同分。 3.可以指定任意玩家進行分數交換。 4.將自己的陷阱或處罰轉移到上一個或下一個玩家。（可保留） 5.可以將抽到的「陷阱」牌轉送給上一個玩家執行。（可保留） 6.可以放棄回答或執行卡牌內容一次。（可保留）

資料來源：由本組製作

5. 陷阱

表 3-3-7 陷阱類牌面之題目

	內容
陷阱牌	1.扣 1 分。 2.扣 2 分。 3.扣 3 分。 4.扣 5 分。 5.扣 10 分。 6.暫停一回合。 7.持有道具沒收。 8.下一次獲得的道具沒收。 9.變為與目前最低分者同分。 10.再抽兩張「陷阱」卡牌。

資料來源：由本組製作

四、 遊戲背景故事

透過思考和交流的學習型態，我們聯想到在台灣跟日本都有的關東煮。關東煮的料理方式是將所有食材放入高湯中，經過漫長的熬煮直至食材入味、高湯鮮美便可享用。玩家如同關東煮的食材，而高湯則是卡牌的問題、食材熬出的鮮美高湯是互相交流和學習到的內容，吸收鮮美高湯而入味的食材就像互相學習後的我們。

我們將故事的主角設定為蘿蔔，因為蘿蔔雖然在熬煮之前又硬又無味，但是經過高湯熬煮並吸收精華後，就會變得入口即化、口味濃郁，如同玩家在認識自己後成長一般，並將其命名為羅波，取自的諧音。

羅波個性強硬、不懂自己優缺點以及該如何認識他人的人。某天羅波去泡大眾溫泉（關東煮）時、遇到了其他的關東煮食材，其中菜菜子（高麗菜捲）非常熱情地和羅波打招呼、聊天，蒟蒻哥(蒟蒻絲)則是在一旁仔細傾聽羅波的煩惱，寶寶(鱈寶)雖然年紀小，但對於羅波的煩惱卻能理性分析。在與其他關東煮食材談話的過程中，羅波慢慢發現到自己的優缺點，並且學到了各種新的想法和思維，在認識與提升自己外，也交到了好多朋友。

同時以羅波在自我認識中成長的旅程為概念，取字羅波的「波」，將遊戲名稱命名為「波之旅」。

五、 遊戲成品設計

(一) 盒子外觀與角色設計



圖 3-3-1 盒子外觀

資料來源：由本組製作



圖 3-3-2 角色設計

資料來源：由本組製作

(二) 遊戲說明書



圖 3-3-3 遊戲玩法說明書正

面

資料來源：由本組製作



圖 3-3-4 遊戲玩法說明書

背面

資料來源：由本組製作

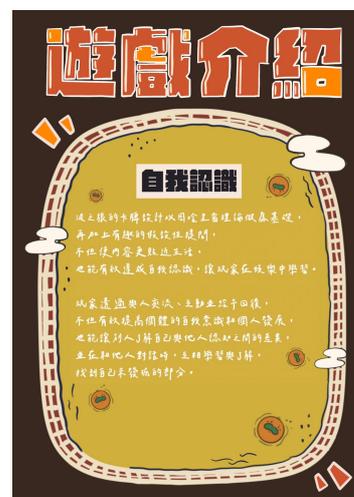


圖 3-3-5 遊戲介紹說明書背

面

資料來源：由本組製作

(三) 角色說明書



圖 3-3-6 角色說明書正面

資料來源：由本組製作



圖 3-3-7 角色說明書背面

資料來源：由本組製作

(四) 遊戲紙與計分版



圖 3-3-8 遊戲紙

資料來源：由本組製作



圖 3-3-9 計分板

資料來源：由本組製作

(五) 卡牌



圖 3-3-10 角色卡牌正面

資料來源：由本組製作



圖 3-3-11 角色卡牌背面

資料來源：由本組製作



圖 3-3-12 文字卡牌正面

資料來源：由本組製作



圖 3-3-13 文字卡牌背面

資料來源：由本組製作

第四章 問卷調查與分析

為研究互動遊戲在幫助他人交友和自我認識上的可行性，以及作為本組桌遊改良的參考依據，本專題採用問卷形式，並以前測與後測做為比對，即為玩家在遊玩前與遊玩後分別的調查。本章將進行此次調查之分析，並採用前測與後測各獲取的 103 份回饋，其中男生佔 29%，女生佔 71%。前測與後測可以分別參考附件一與附件二。

第一節 問卷設計

問卷以大學生為主要調查對象設計，年齡設置為 19 至 29 歲左右。題目設計是由本專題希望達成的目的出發，以互動、娛樂、交友及自我認識作為核心，將能夠分析前後差異為依據來設計，探討遊戲前後遊玩者的感受與建議，了解桌遊對於娛樂中自我探索與交友的效益，並可在分析時將前後測的有效問卷製成圓餅圖與列表，比較前後差異與比例變化，並吸收建議與改善遊戲設計不良之處。

數據取得主要經由兩位大學老師分別帶入兩個班級，以限時模式施測，每次測驗約花費 1 小時，於遊戲前後分別花費 10 至 15 分鐘利用 Google 表單進行調查，取得資料與回饋。

前測題數共 10 題，得分採用同意度 5 分法（非常不同意 1 分、不同意 2 分、普通 3 分、同意 4 分、非常同意 5 分），於遊戲開始前施測。後測題數共 11 題，得分同樣採用同意度 5 分法（非常不同意 1 分、不同意 2 分、普通 3 分、同意 4 分、非常同意 5 分），於遊戲結束後施測。

第二節 有效性分析

一、 互動達成率分析

本專題將玩家是否透過題目問答，了解他人想法作為達成互動的依據。透過下方圖 4-2-1 可得知，在玩波之旅之前，給予 4 分以上認同度的玩家只佔 50%，但是在遊戲後，給予 4 分以上認同度的玩家可以從圖 4-2-2 發現達到 83%，有明顯提升，也代表玩波之旅對於互動與了解他人上有一定成效。

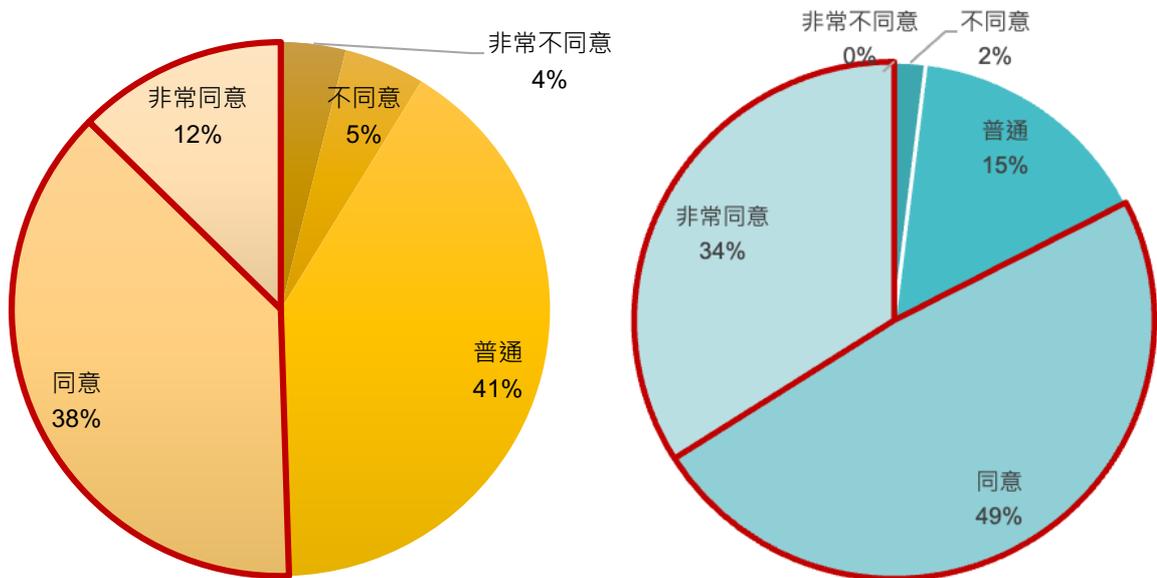


圖 4-2-1 前測第十一題「我認為桌遊能夠更了解其他玩家的想法」

資料來源：由本組製作

圖 4-2-2 後測第四題「在遊玩後，有讓您更了解其他玩家的想法嗎」

資料來源：由本組製作

二、 娛樂性達成率分析

透過以下圖 4-2-3 可得知，在玩波之旅之後，認為遊戲有趣並給予 4 分以上認同度的玩家佔 79%，雖然佔比高，但我們認為遊戲內容可以再針對趣味性做加強。在圖 4-2-4 中的結果，「與其他玩家互動方式」的選項，獲得 61 人認同，由此可知我們的桌遊有達到令玩家們互動的效果。

另外，其他選項的認同度落差不大，但是遊戲的規則與玩法和計分方式總計只獲得 15 人認同，由於我們的遊戲是結合大富翁的遊戲模式，所以可能使玩家覺得太過簡單、沒有新穎性，計分方式也過於複雜，這些都是我們可以再改進的地方。

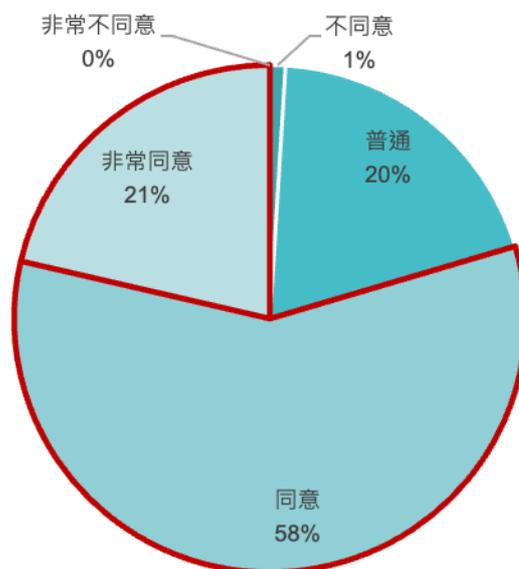


圖 4-2-3 後測第一題「在遊玩後，您認為此款遊戲的趣味性足夠嗎」

資料來源：由本組製作

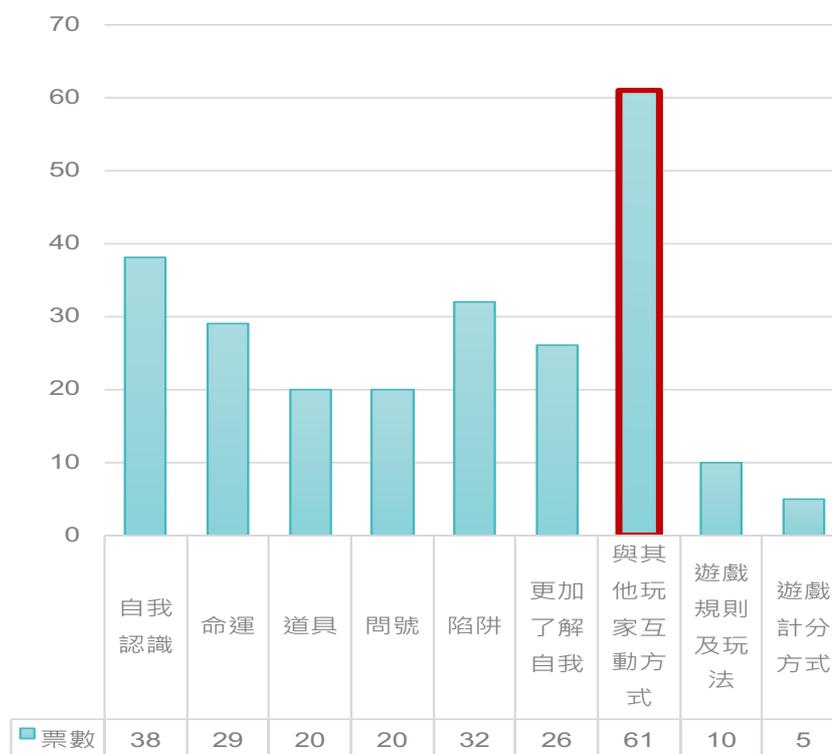


圖 4-2-4 後測第七題「您認為此款遊戲最有趣的部份是什麼」

資料來源：由本組製作

三、 交友成效分析

(一) 交友意願

透過圖 4-2-5 可知，雖然有超過 65% 的玩家認為自己內向，且由圖 4-2-6 可發現未達 4 分以上有將近 68% 的人對於自己是否善於交友感到不確定，但是透過圖 4-2-7 可知想認識更多人的玩家也有將近 58%，可以證明大家有意願與他人建立新的關係。

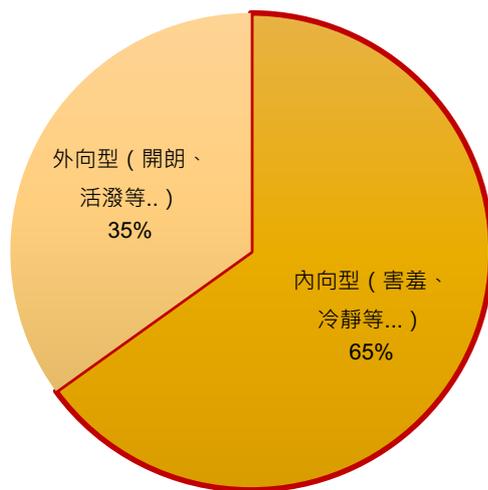


圖 4-2-5 前測第三題「你覺得自己的個性屬於哪一種」

資料來源：由本組製作

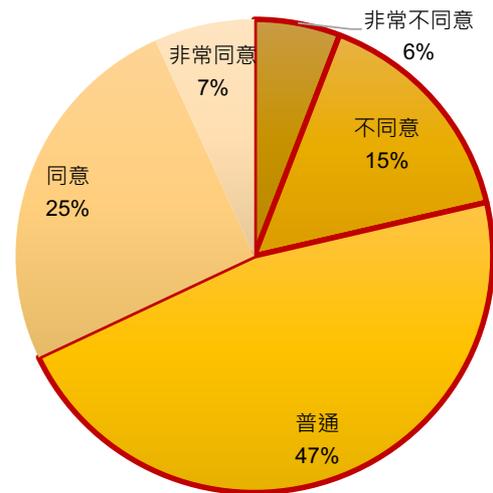


圖 4-2-6 前測第四題「我善於交友」

資料來源：由本組製作

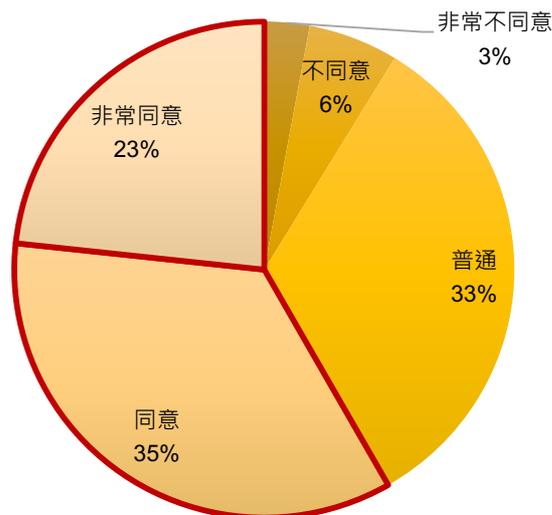


圖 4-2-7 前測第六題「我希望能夠認識更多朋友」

資料來源：由本組製作

(二) 結果比對

透過以下圖 4-2-8 可得知，在玩波之旅之前，認為桌遊可以交友並給予 4 分以上認同度的玩家佔比 51%，表示玩家對於是否能交友抱持著中立看法，而在遊完後可透過圖 4-2-9 發現，給予 4 分以上認同度的玩家提高到了 74%，表示波之旅可透過分享經驗、吸取經驗的方式，結交到與自己價值觀相通的好友，達成交友的成效。

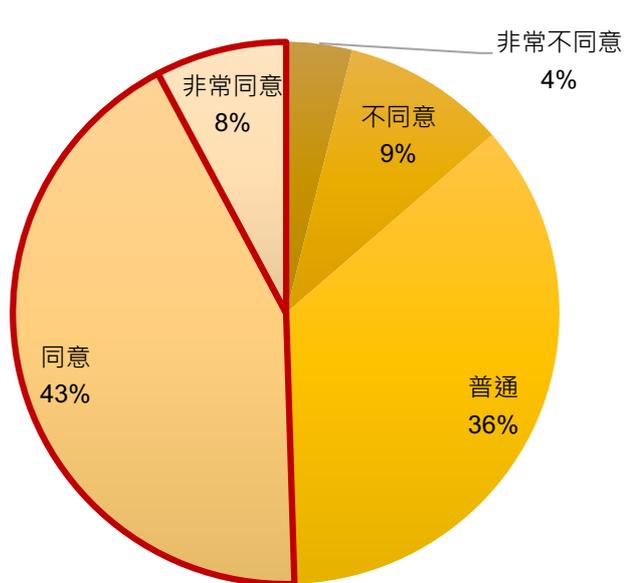


圖 4-2-8 前測第九題「我認為桌遊對於交友有幫助」

資料來源：由本組製作

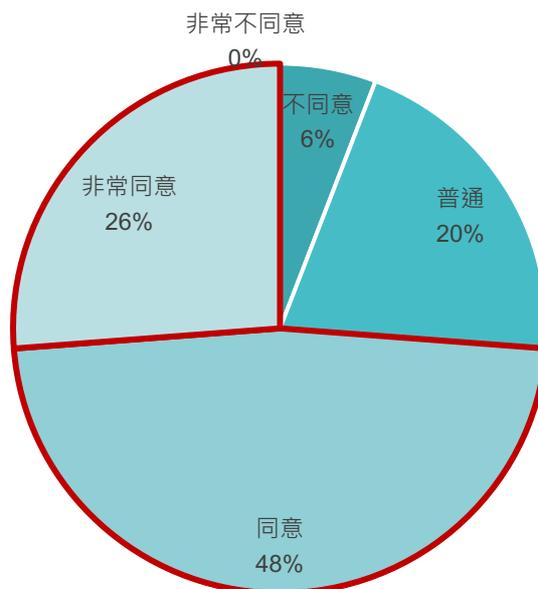


圖 4-2-9 後測第二題「在遊玩後，您認為對於交友有幫助嗎」

資料來源：由本組製作

四、自我認識達成率分析

從圖 4-2-10 可得知，在玩波之旅之前，認為足夠認識自己並給予 4 分以上認同度的玩家只佔 40%，表示多數人還是缺乏自我認識。且從圖 4-2-11 可得知，認為能透過桌遊認識自己並給予 4 分以上認同度的玩家只有 26%，代表大多數人不認為遊玩桌遊能夠認識自我。

在圖 4-2-12 可發現，遊玩本專題所設計的遊戲後，有 61% 的玩家給予 4 分以上並認為此款遊戲有達到自我認識，代表確實有所成效，只是還有提升空間。透過以上分析結果得知，玩家們缺乏自我認識且不認為遊玩桌遊能夠認識自我，而在遊玩波之旅後，玩家們認為此遊戲能夠認識自己，表示有達到自我認識的功效。

此外，從圖 4-2-13 可知，在自我認識的牌面中，我知（原味）與隱知（沈澱）卡牌票數較高，代表玩家認為這兩種卡牌較有幫助，而不知（浮沫）與未知（調味）卡牌票數相對較低，表示這兩種卡牌內容要在加強，相信改良後也能提高波之旅在達成自我認識上的效果。

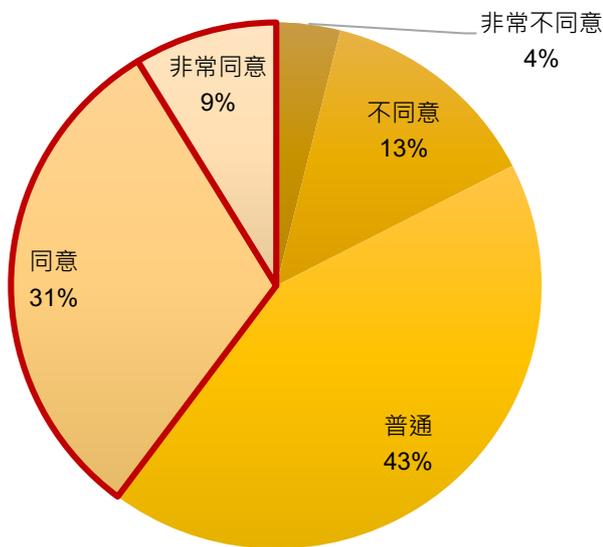


圖 4-2-10 前測第五題「我認為自己足夠了解自己」

資料來源：由本組製作

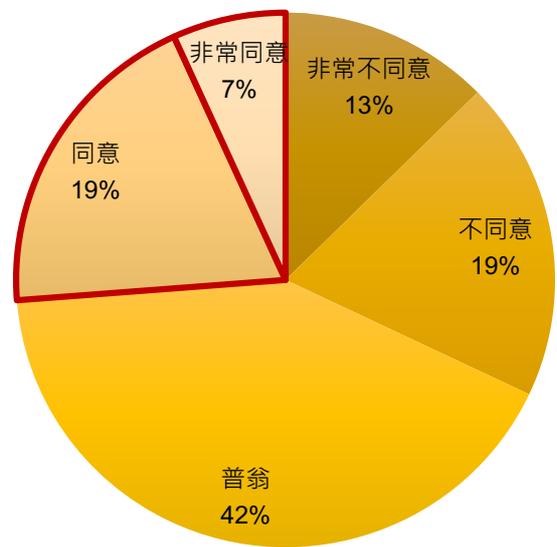


圖 4-2-11 前測第十題「我認為桌遊能夠讓我變得更加了解自我」

資料來源：由本組製作

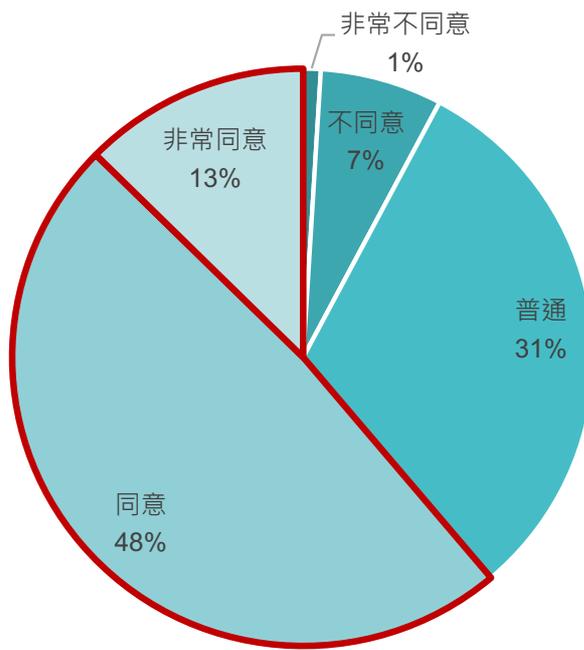


圖 4-2-12 後測第三題「在遊玩後，您覺得此款遊戲有讓您變得更加了解自我嗎」

資料來源：由本組製作

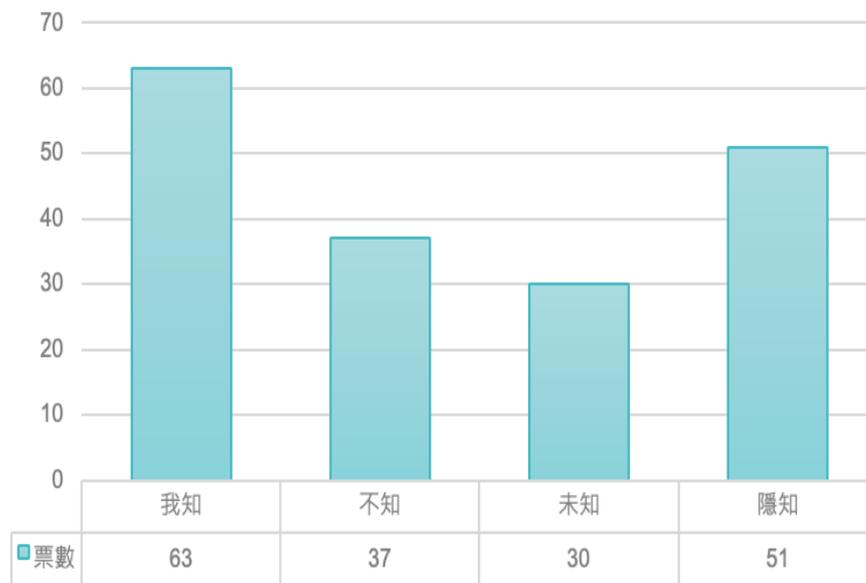


圖 4-2-13 後測第六題「您認為哪些自我認識卡牌內的問題讓您在了解自我有幫助」

資料來源：由本組製作

第三節 遊戲建議分析與改善

一、遊玩意願分析

透過圖 4-3-1 可得知，在玩波之旅之前，對於桌遊很了解並給予 4 分以上認同度的玩家只佔 17%，可從圖 4-3-2 可以看出頻繁在玩桌遊的玩家更只有 8%，佔比相當之低，但是透過圖 4-3-5 可看出，在遊戲後給予 4 分以上認同度並願意再次遊玩波之旅的玩家卻佔有 66%，雖然超過半數但還是有加強的空間。

此外，從圖 4-3-3 可看出有將近 79% 的玩家認為波之旅容易上手，且從圖 4-3-4 可發現將近 60% 的玩家認為美術設計足夠吸引人，明顯在美術設計上還有進步空間，改善後應該能再提高遊玩意願。

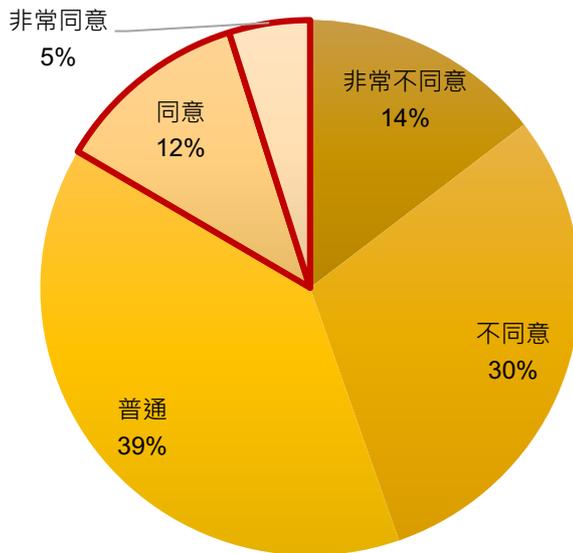


圖 4-3-1 前測第七題「我對桌遊很了解」

資料來源：由本組製作

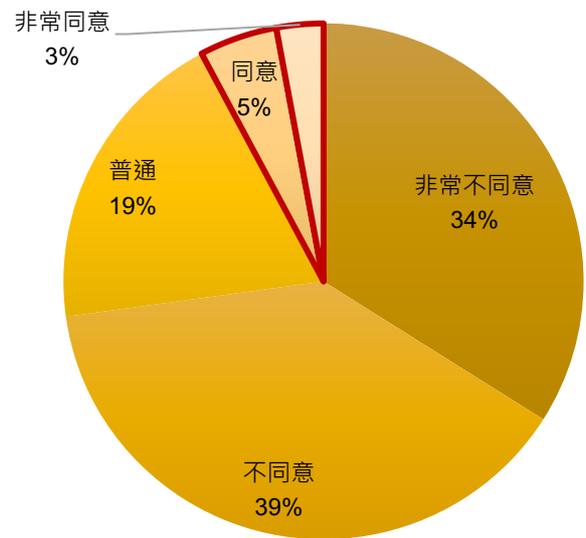


圖 4-3-2 前測第八題「我遊玩桌遊的頻率很高」

資料來源：由本組製作

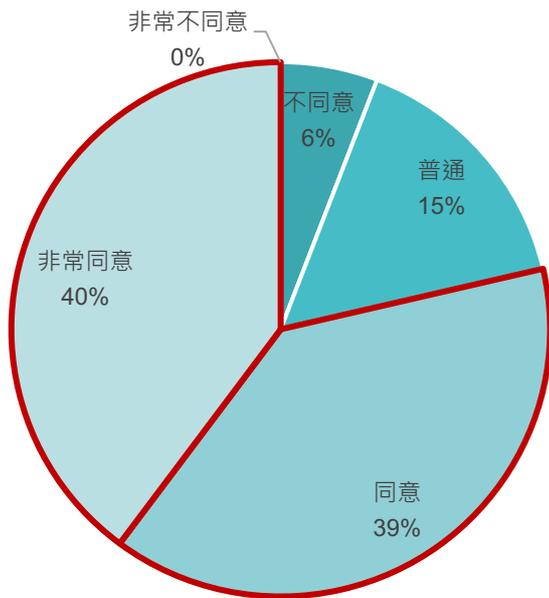


圖 4-3-3 後測第五題「在遊玩後，認為此桌遊容易上手嗎」

資料來源：由本組製作

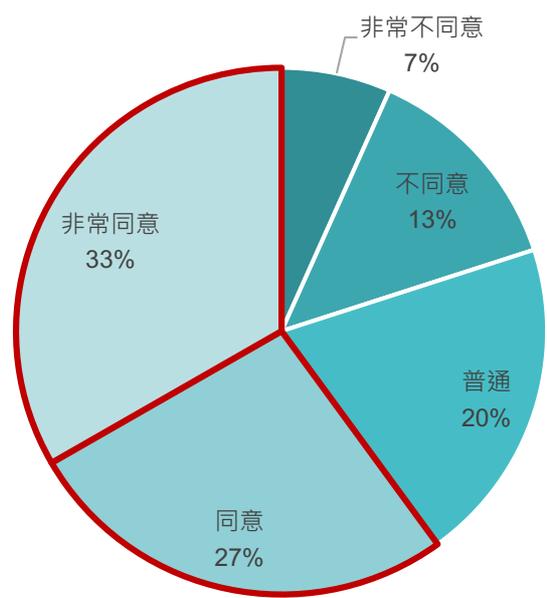


圖 4-3-4 後測第九題「此款遊戲在美術設計上足夠吸引你嗎」

資料來源：由本組製作

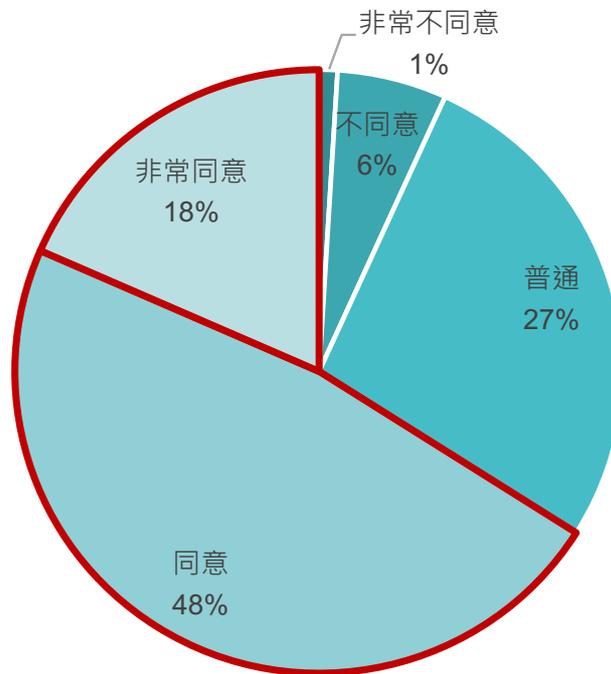


圖 4-3-5 後測第十題「遊玩過後，會想再次遊玩嗎」

資料來源：由本組製作

二、 玩家回饋與建議

可從圖 4-3-6 得知，玩家們在玩過波之旅後，有 30 人的人認為計分方式需要再加強，而娛樂性質的卡牌除了問號牌其餘都落在 15 人到 20 人之間。也能從圖 4-3-7 看出多數玩家的回饋都是有關於娛樂性方面的欠缺和不理解。這就表示我們需要再針對娛樂性這塊去做改善，才能讓玩家在遊玩過程中體驗到桌遊所帶來的樂趣，進而達成我們的目的。

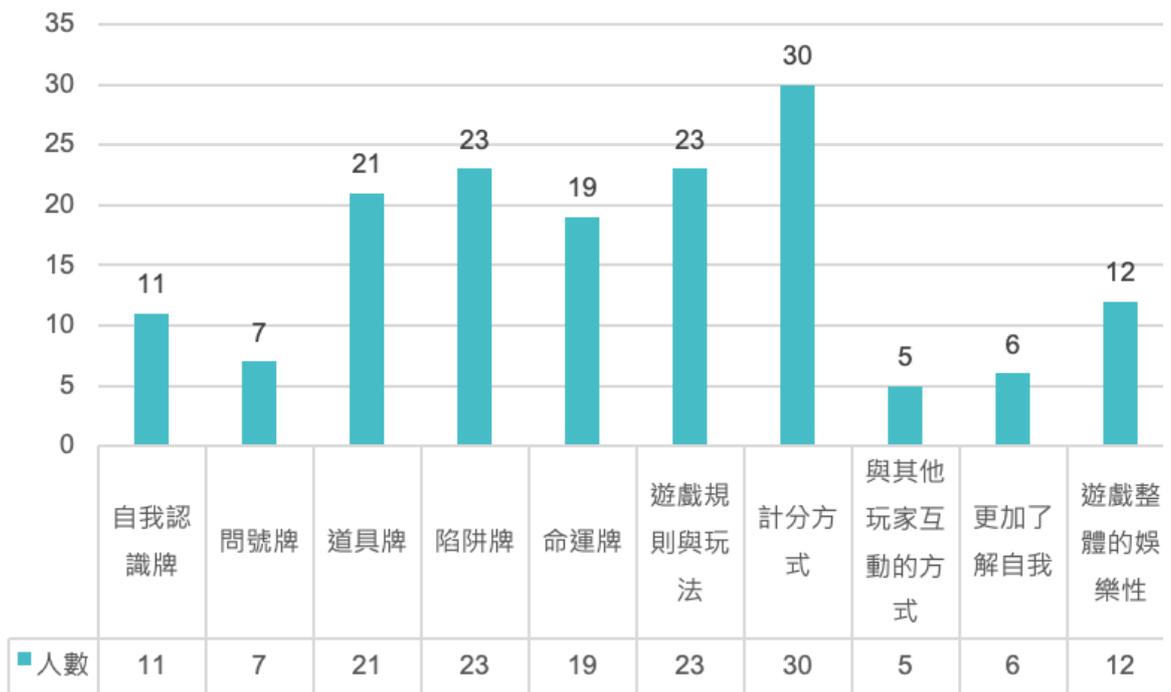


圖 4-3-6 後測第八題「您認為此款遊戲需要加強的部分是哪裡」

資料來源：由本組製作

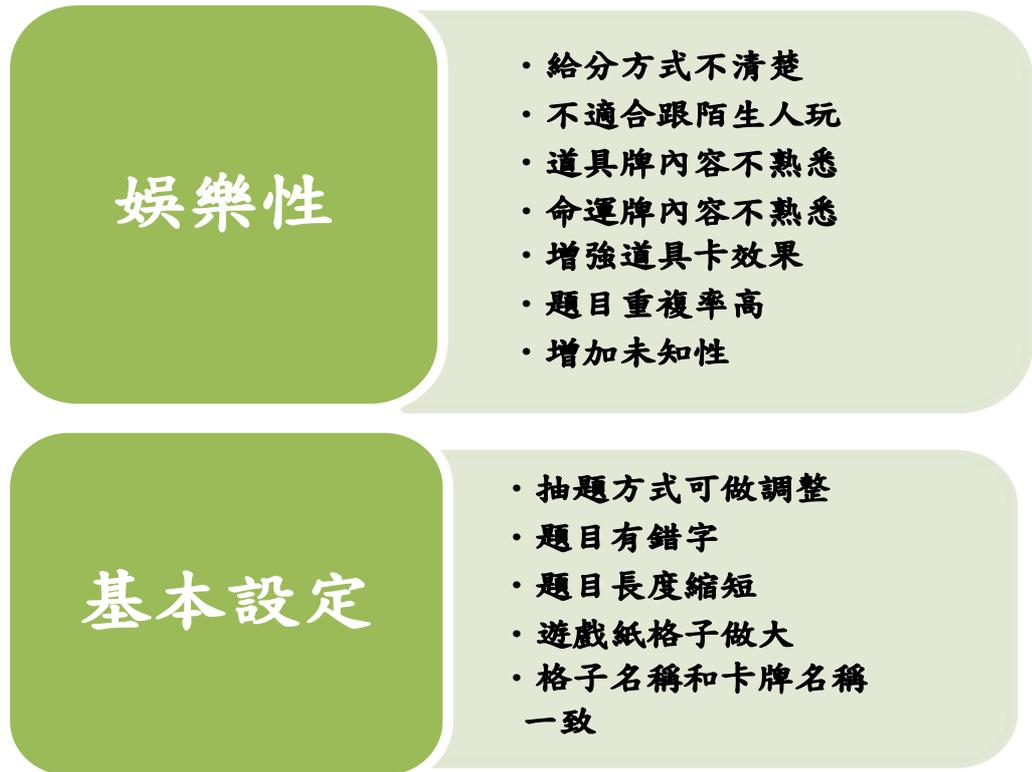


圖 4-3-7 後測「其他建議」

資料來源：由本組製作

第四節 問卷調查總結論

總結以上調查可以發現，本專題在讓玩家達成自我認識上的成果尤為突出，在所有牌面當中，大部分玩家都給予自我認識類牌面相當高的評價，所以即便數據並非完美，但是相反的，這個結果也證明只要再加以改善，必定能獲取更高的效益。

雖然透過問卷回饋可以發現常玩桌遊的人佔比並不高，但是在試玩過波之旅後，卻有八倍以上的人願意再次遊玩，故只要稍加推廣，讓更多人接觸此款遊戲，便能幫助到更多的人。並且通過第本章第一節可以發現 103 人中，認為自己足夠瞭解自己並給予 4 分以上認同度的玩家只有 40%，代表多數人還是缺乏自我認識。

第五章 結論

為了讓受到疫情影響而減少與他人互動的人們恢復以往交流，我們決定製作桌遊，並探討桌遊在人際交流與自我成長上的作用，而我們透過參考文獻資料與問卷調查得出以下結論。

從第二章的台日桌遊、APP 調查比較分析可以了解目前台灣及日本在市面上，與本專題目的具相關性的桌遊、APP 和網路遊戲各有什麼特色與優缺點，途中得知，一款遊戲如果能讓玩家快速理解規則和提供一個情境，能使遊戲體驗感受更佳、更吸引人，遊戲內容以問答形式呈現更能讓玩家思考，以及必須保護玩家隱私等結果。

從第三章，可以看到我們藉由第二章所得出的結論，進而發想、創新及設計，最後完成本組設計的波之旅桌遊。在第二章針對波之旅有非常詳細的遊戲說明與形象，包含各個設定的定義及意義，以及如何在遊戲內容中結合周哈里窗理論，增加具有讓玩家達成自我認識的功能。

在第四章我們透過玩家在試玩後提供的問卷回饋進行分析，得知遊戲目前的被接受度及本專題的目的達成狀況，從問卷中得知本組所設計的波之旅，作為互動遊戲在幫助他人交友和自我認識上得到正面回饋，確實具有可行性。

本專題亦從回饋及建議中做了以下修正，為了讓規則更容易理解，將說明書上的給分規則詳述，將個人對該解答的認同度、有趣度亦或者內容是否能加以學習給予分數作為指標，避免有認知上的差異，也在各牌面的說明中，加上是否給分，避免混淆，也為了讓波之旅能達到最高的效益，故將卡牌內容縮短，並將文字優化，方便玩家閱讀及理解，此外也將陷阱牌的懲罰降低，讓分數不會有過於極端的變化，影響遊玩情緒，同時將道具牌的幫助性提高，增加玩家獲取的興奮度，同時做了遊戲說明影片。

相信透過改善後能讓玩家有更好的遊戲體驗，如果大家能透過波之旅這個媒介，在輕鬆的狀態下，增加使用者與他人的互動交流，並提高自我意識、個人發展，那便是對本專題的最高讚美與榮譽。

參考文獻

- 周談輝、吳文憲 (2005)。人際關係與人際溝通。台灣：雙葉書廊有限公司。
- 胡興梅、王淑俐 (2018)。情緒管理與人際溝通 Emotions Management and Interpersonal Communication。台灣：揚智。
- 唐璽惠、王財印、何金針、徐仲欣 (2005)。情緒管理與壓力調適。台灣：心理。
- 張紹勳 (2007)。研究方法 (精華本) (第二版)。台灣：滄海。
- 黃惠惠 (1996)。自我與人際溝通。台灣：張老師文化。
- 湯淑智 (1999)。與情緒共處。台灣：經典傳訊文化。
- 愛瑞克 (2021)。內在原力：9 個設定。活出最好的人生版本。台灣：新樂園。
- 福田健 (2015) 日本溝通大師教你生氣的技術：生對氣，做人做事、家庭職場都搞定！。台灣：商業周刊。
- 加藤諦三 (2018)。為什麼他只想到他自己。台灣：木馬文化。
- 理查·譚普勒 (2021)。人際的法則：一點就通，連難相處的人都可以應對。台灣：日出出版。
- McKay、Davis、Fanning (1900)。人際溝通。台灣：桂冠圖書。

組員工作分配表

組員 項目	組長 謝慈晏	組員 黃郁庭	組員 陳胤瑜	組員 許蕙呈	組員 吳凱俐	組員 邢家蓉	組員 吳姿瑩
中文摘要			○			○	
日文摘要		○	○	○			○
圖表目錄	○						
研究動機	○	○	○	○	○	○	○
研究目的	○	○	○	○	○	○	○
研究方法	○	○	○	○	○	○	○
研究流程	○	○	○	○	○	○	○
第二章第一節				○	○	○	
第二章第二節	○	○	○	○	○	○	○
第二章第三節		○			○		○
第三章第一節	○	○			○		
第三章第二節	○		○			○	
第三章第三節	○			○	○	○	○
第四章第一節	○	○	○	○	○	○	○
第四章第二節	○	○	○	○		○	○
第四章第三節	○	○	○	○	○	○	○
第四章第四節	○	○	○	○	○	○	○
第五章	○						
排版與統整	○						
美術設計					○	○	

專題報告修正要點

評審老師建議

吳如惠老師建議本組在題目設計的發想上能更清楚表達，因為單從字面上不易了解和推測內容，另外建議將計畫書中，圓餅圖代表意義寫出並將我們主要採用的數據重點標示。

鄧敏君老師的建議主要是針對計畫書中難以理解的文句或是語法去做修正，以及也要加強前後文有無相對應的部分，此外在問卷調查中圓餅圖的標示也被反應出不太好去理解和閱讀。

修正要點

本組將題目設計的發想加在遊戲背景中，藉由前後文能更容易了解題目與內容之相關性，並將不通順的句子以老師建議更換的詞語去做調整，同時加強前後文的呼應，讓人更容易理解其桌遊設計的過程，最後在圓餅圖的部分，我們調整了顏色、加入了評分依據的文字，再利用粗框線將重點數據標記，能更清楚的呈現我們問卷調查的結果。

「波之旅」桌遊前測問卷

本專題的主要宗旨是希望透過桌遊，讓玩家在娛樂中加深交友關係並更了解自己。而為了能更準確的分析，想請大家在遊玩前先幫忙填一些問題。

我們將依同意度5分法統計並分析（非常不同意1分、不同意2分、普通3分、同意4分、非常同意5分）

你的回饋是我們進步的最大動力！

[登入 Google](#) 即可儲存進度 · [瞭解詳情](#)

*必填

性別 *

- 男生
- 女生

年齡 *

- 19以下
- 20~29歲
- 30~39歲
- 40以上

你覺得自己的個性屬於哪一種？*

- 外向型（開朗、活潑等..）
- 內向型（害羞、冷靜等..）

我善於交友（非常不同意1分、不同意2分、普通3分、同意4分、非常同意5分） *

- 1 2 3 4 5
-

我認為自己足夠了解自己（非常不同意1分、不同意2分、普通3分、同意4分、非常同意5分） *

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>				

我希望能夠認識更多朋友（非常不同意1分、不同意2分、普通3分、同意4分、非常同意5分） *

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>				

我對桌遊很了解（非常不同意1分、不同意2分、普通3分、同意4分、非常同意5分） *

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>				

我遊玩桌遊的頻率很高（非常不同意1分、不同意2分、普通3分、同意4分、非常同意5分） *

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>				

我認為桌遊對於交友有幫助（非常不同意1分、不同意2分、普通3分、同意4分、非常同意5分） *

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>				

我認為桌遊對於交友有幫助 (非常不同意1分、不同意2分、普通3分、同意4分、非常同意5分) *

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>				

我認為桌遊能夠讓我變得更加了解自我 (非常不同意1分、不同意2分、普通3分、同意4分、非常同意5分) *

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>				

我認為桌遊能夠更了解其他玩家的想法 (非常不同意1分、不同意2分、普通3分、同意4分、非常同意5分) *

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>				

提交

清除表單

Google 並未認可或建立這項內容 • 檢舉濫用情形 • 服務條款 • 隱私權政策

Google 表單

 要求編輯權限

附錄二

「波之旅」桌遊後測問卷

在玩家們了解並玩過此款遊戲之後，我們想知道玩家們對於此款遊戲的遊玩感想以及對於自我和交友方面的想法。

我們將依同意度5分法統計並分析（非常不同意1分、不同意2分、普通3分、同意4分、非常同意5分）

你的回饋是我們進步的最大動力！謝謝您。

[登入 Google](#) 即可儲存進度 · [瞭解詳情](#)

*必填

在遊玩後，您認為此款遊戲的趣味性足夠嗎？（非常不同意1分、不同意2分、普通3分、同意4分、非常同意5分） *

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>				

在遊玩後，您認為對於交友有幫助嗎？（非常不同意1分、不同意2分、普通3分、同意4分、非常同意5分） *

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>				

在遊玩後，您覺得此款遊戲有讓您變得更加了解自我嗎？（非常不同意1分、不同意2分、普通3分、同意4分、非常同意5分） *

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>				

在遊玩後，有讓您更了解其他玩家的想想法嗎？（非常不同意1分、不同意2分、普通3分、同意4分、非常同意5分）

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>				

在遊玩後，認為此桌遊容易上手嗎？（非常不同意1分、不同意2分、普通3分、同意4分、非常同意5分） *

- 1 2 3 4 5
-

您認為哪些自我認識卡牌內的問題讓您在了解自我有幫助？（可複選） *

- 我知
- 不知
- 隱知
- 未知

您認為此款遊戲最有趣的部份是什麼？（可複選） *

- 自我認識牌
- 問號牌
- 道具牌
- 陷阱牌
- 命運牌
- 遊戲規則及玩法
- 計分方式
- 與其他玩家的互動方式
- 更加了解自我
- 其他： _____

您認為此款遊戲需要加強的部分是哪裡？（可複選） *

- 自我認識牌
- 問號牌
- 道具牌
- 陷阱牌
- 命運牌
- 遊戲規則及玩法
- 計分方式
- 與其他玩家的互動方式
- 更加了解自我
- 遊戲整體的娛樂性
- 其他： _____

此款遊戲在美術設計上足夠吸引你嗎？*

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>				

遊玩過後，會想再次遊玩嗎？*

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>				

其他建議：

您的回答

提交

清除表單

請勿利用 Google 表單送出密碼。

[Google 並未認可或建立這項內容](#) · [檢舉濫用情形](#) · [服務條款](#) · [隱私權政策](#)

Google 表單

