



嶺東科技大學
LING TUNG UNIVERSITY

資訊管理系

心靈雞湯

指導教授：林孟源教授

組員名單：黃珮蓁 B08B013

蔡芷昕 B08B028

蔣芝蓉 B08B030

中 華 民 國 1 1 4 年 0 5 月



嶺東科技大學
LING TUNG UNIVERSITY

資訊管理系專題口試委員審定書

心靈雞湯

指導教授： 林孟源 教授
組員名單： 黃珮蓁 B08B013
蔡芷昕 B08B028
蔣芝蓉 B08B030

指導教授： _____
口試委員： _____

中 華 民 國 1 1 4 年 0 5 月

謝 誌

本專題報告得以順利完成，首先要感謝恩師林孟源老師細心引導我們，耐心的協助我們，克服研究過程中所面臨的困難，給予我們最大的協助，使本專題得以順利完成。

研究報告口試期間，感謝李靜怡老師、馮曼琳老師不辭辛勞細心審閱，不僅給予我們指導，並且提供寶貴的建議，使我們的專題內容以更臻完善，在此由衷的感謝。

最後，感謝系上諸位老師在各學科領域的熱心指導，增進商業管理知識範疇，在此一併致上最高謝意。

黃珮蓁

蔡芷昕 謹誌

蔣芝蓉

中華民國114年05月於嶺東

摘要

對剛從校園畢業、準備踏入職場的新鮮人來說，選擇第一份工作往往既興奮又充滿壓力。不知道自己適合什麼樣的產業？不知道自己的個性在哪種職場環境下會發揮得最好？這時候，MBTI 性格測驗就能提供一盞明燈。

MBTI (Myers-Briggs Type Indicator) 是一種性格分類工具，透過四個維度（外向/內向、感知/直覺、思考/情感、判斷/感知）將人們分為16種人格類型。這些性格類型不僅揭示我們的思考與溝通方式，也與我們的工作風格和職場偏好息息相關。

本專題目的是利用網站平台幫助使用者了解自己、發掘潛力，做出更貼近自我本質的職涯選擇。畢竟，認識自己，是找到理想工作的第一步。

關鍵字: 自我察覺、職涯方向、人格測驗

目 錄

摘要	I
目錄	II
圖目錄	IV
第壹章 緒論	1
1.1 研究動機	1
1.2 研究目的	1
1.3 研究流程	2
第貳章 文獻回顧與探討	3
2.1 心理學與自我察覺相關網站	3
2.1.1 16Personalities 性格測試	3
2.1.2 羅夏克墨跡測驗	4
2.1.3 邁爾斯布里格斯16型性格測驗	5
2.2 製作網站所使用軟體介紹	6
2.2.1 Bluehost	6
2.2.2 Canva	6
2.2.3 Adobe Illustrator	6
2.2.4 Adobe Photoshop	7
2.2.5 Blocksy Companion	7
2.2.6 Elementor	7
2.2.7 WPForms Lite	8
2.2.8 WPvivid Backup Plugin	8
2.2.9 Blogup Diary	8
第參章 研究方法	9
3.1 研究架構圖	9
3.2 部落格流程圖	10
3.3 測驗流程圖	10
第肆章 實作成果	11
4.1 LOGO 設計	11
4.2 頁首	12
4.3 情緒風景板	12
4.4 療癒音樂播放清單	13
4.5 聯絡我們	13
4.6 部落格	14
4.7 MBTI 測驗	15
4.8 關於我們	16
4.9 社群媒體	17
第伍章 結論與未來展望	23
參考文獻	24

附錄	26
附錄一	27
附錄二 工作分配	26
附錄三 網站比較	27
附錄四 STP 分析	27

圖目錄

圖1 研究流程圖	2
圖2.1 16Personalities 性格測試.....	3
圖2.2 羅夏克墨跡測驗	4
圖2.3 邁爾斯布里格斯16型性格測驗	5
圖2.4 Bluehost.....	6
圖2.5 Canva.....	6
圖2.6 Adobe Illustrator	6
圖2.7 Adobe Photoshop	7
圖2.8 Blocksy Companion	7
圖2.9 Elementor	7
圖2.10 WPForms Lite	8
圖2.11 WPvivid Backup Plugin.....	8
圖2.12 Blogup Diary	8
圖3.1 研究架構圖	9
圖3.2 網站流程圖	10
圖3.3 測驗流程圖	10
圖4.1 LOGO 設計	11
圖4.2 頁首	12
圖4.3 情緒風景版.....	12
圖4.4 療癒音樂播放清單.....	13
圖4.5 聯絡我們.....	13
圖4.6 測驗.....	14
圖4.7 文章.....	14
圖4.8 MBTI 測驗	15
圖4.9 測驗結果.....	15
圖4.10 關於我們.....	16
圖4.11 LINE 官方帳號.....	17
圖4.12 歡迎訊息	17
圖4.13 人格比較圖	18
圖4.14 梗圖訊息	18
圖4.15 知識訊息	18
圖4.16 選單	19
圖4.17 回覆訊息	19
圖4.18 圖文測驗	20
圖4.19 心情小卡	20
圖4.20 樹洞模式	21
圖4.21 開啟聊聊回應	21

圖4.22 自動回應訊息	22
圖4.23 問卷調查	22
圖4.24 評論回答	22
附錄一 甘特圖	26
附錄二 工作分配圖	26
附錄三 網站比較圖	27
附錄四 STP 分析圖	27

第壹章 緒論

1.1 研究動機

不同的職場上對員工的性格和行為有不同的需求。有些需要較為冒險、敢於挑戰的個性，而另一些則可能需要適合沉穩、耐心、善於溝通的員工。了解自己的強項和弱點，以及能夠在壓力下保持冷靜的能力，對於職場成功至關重要。此外，對人性的理解和情緒智商的提升，無論是在與同事合作、與上司交流，還是與客戶互動時，都能帶來積極的影響。這個網站將專注讓我們從測驗中了解自身個性。

我們會探討如何識別和發揮自己的個性特質，理解不同的工作需求，以及如何有效地與他人互動。透過提升情緒智商、溝通技巧和人際關係的敏感度，你將能夠在職場中更加自信、從容，並建立更好的人際網絡，這對於未來的職業生涯和社交圈都是至關重要的。

1.2 研究目的

1. **利用 MBTI 測驗網站平台**: 幫助使用者了解自己，做出更貼近自我本質的職涯選擇。

2. **部落格**: 以文章和測驗讓使用者可以獲取知識以及更了解自身

3. **LINE 官方網站**: 以關鍵字方式操作並用自動回覆出題目、答案、心情小卡，聊聊需求由網站參考使用者比較常詢問的題目並以 AI 自動回覆完成，後續讓使用者操作完後會有問卷調查和使用網站後的評論，可以知道使用者操作網站後的感想。

1.3 研究流程

首先討論題目及專題內容，接者收集資料，之後規劃網站內容，再來開始架設網站並依照網站內容進行設計與測試。

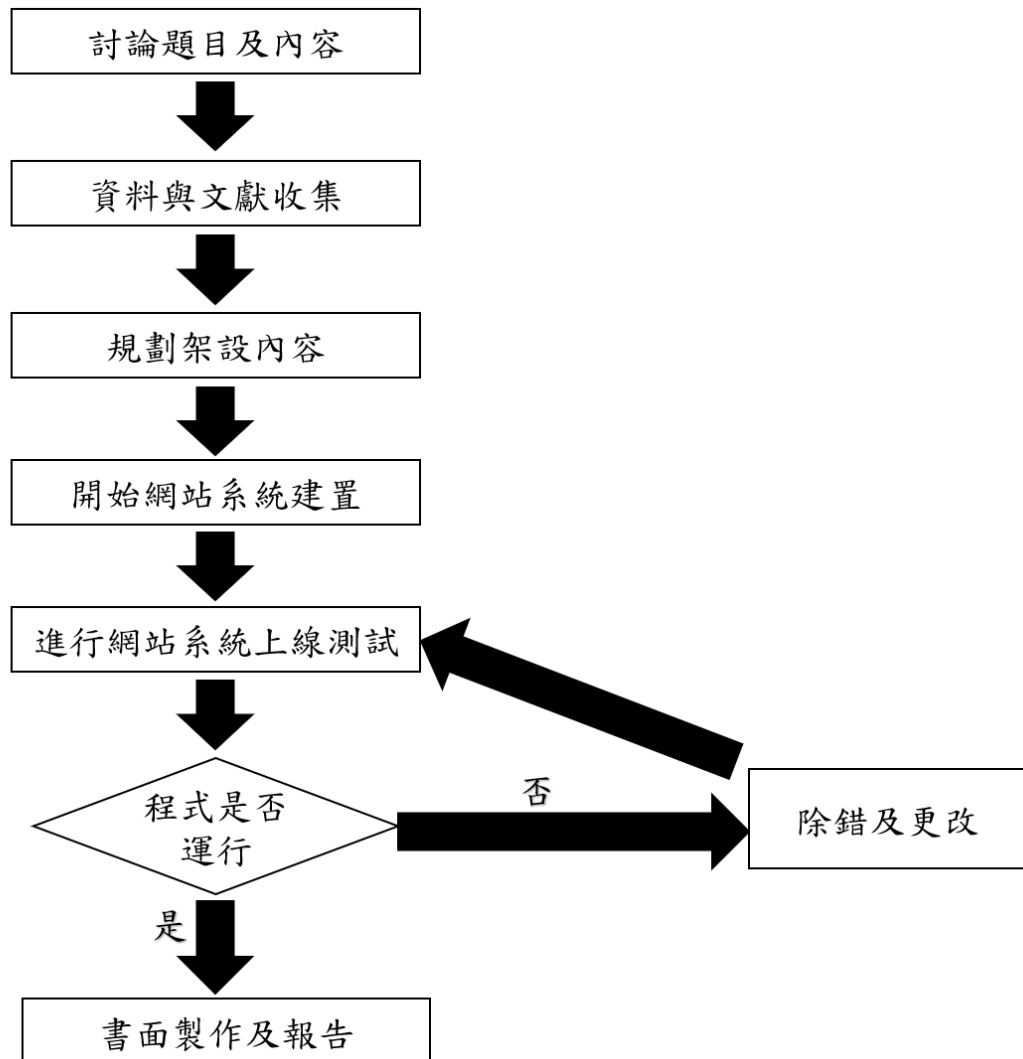


圖1 研究流程圖

第貳章 文獻回顧與探討

2.1 心理學與自我察覺相關網站

2.1.1 16Personalities 性格測試

「16Personalities 性格測試」基於邁爾斯-布里格斯類型指標（MBTI）理論，將人格分為四個維度，每個維度有兩個對立的選項，共形成16種人格類型。該測試旨在協助使用者深入了解自身的性格特徵、行為模式、情感反應及人際互動方式。

網站主要用途以下

1. **自我認識與個人成長**：透過測試，使用者可以更清楚地了解自己的性格特徵、情感傾向、人際互動模式，以及在職場與生活中的優勢與挑戰，進而促進自我反思與成長。

2. **職業規劃與發展**：測試結果提供職業建議，協助使用者選擇適合的職業道路，並了解理想的工作環境。此外，使用者可透過高級報告深入了解自身的職業傾向與發展方向。

3. **人際關係與溝通**：分析人際互動模式，改善溝通與合作，提升人際關係的質量。高級報告提供人際互動與關係模式的深入分析，協助使用者更好地理解他人，增進人際關係。

4. **團隊建設與領導力發展**：協助團隊了解成員的性格差異，提升團隊協作與效能。團隊評估功能可提供團隊成員的性格分析，促進團隊間的協作與理解[1]。



圖2.1 16Personalities性格測試

2.1.2 羅夏克墨跡測驗

一種投射性心理測試工具，旨在通過分析個體對一系列模糊圖像的反應，揭示其內在的情感、認知模式和人格特徵。此測驗由瑞士精神科醫生赫曼·羅夏克（Hermann Rorschach）於1921年首次提出，包含10張墨漬圖，其中7張為黑白水墨圖，3張為彩色圖。受試者被要求描述他們對這些圖像的聯想，並解釋其所見。這些反應被認為能夠反映出個體的潛意識內容和人格特徵。

一、測驗流程

- 1.自由反應階段：**受試者觀看每張墨漬圖，並自由表達其聯想，無需任何引導或評價。
- 2.提問階段：**測試者根據受試者的初步反應進行追問，以深入了解其觀察的細節和解釋。
- 3.類比階段：**進一步探討受試者在不同圖像中使用的相似解釋方式，分析其一致性。
- 4.極限測驗階段：**當對某些反應存在疑問時，進行更深入的探討和確認。

二、主要分析以下

- 1.反應領域：**受試者是基於整體圖像（W）、部分圖像（D/d）還是空白區域（S）進行反應。
- 2.決定因子：**受試者是根據形狀（F）、顏色（C）、運動（M）等特徵來解釋圖像。
- 3.內容分類：**反應內容可分為人類（H）、動物（A）、植物（P）、抽象（Abst）等類型。
- 4.反應頻率：**常見的反應被視為「平凡反應」，而罕見的反應則被視為「獨創反應」。
- 5.形態水準：**評估受試者對圖像形狀的識別精確度和組織能力[2]。



圖2.2 羅夏克墨跡測驗

2.1.3邁爾斯布里格斯16型性格測驗

邁爾斯-布里格斯性格分類法提供了一種理解自我與他人的方式，透過四個維度的分析，幫助我們認識自身的性格特徵與行為模式。在職業發展、人際互動與團隊協作等方面，MBTI測驗皆可作為有益的工具[3]。



QIP11 邁爾斯布里格斯16型性格測驗(MBTI)

QUINA.NET © 6375307240899803

分析 63725718091944777

公開

MBTI 指的是 Myers-Briggs Type Indicator，中文譯為 邁爾斯-布里格斯類型指標。MBTI 基於 Carl Jung 的心理類型理論，將人們的性格劃分為 16 種類型，每種類型由四個字母組成。

四個字母分別代表以下四個維度：

- **E (Extraversion) 外向 vs. I (Introversion) 內向**：這兩個維度描述了人們在社交活動中獲取或消耗能量的方式。外向者傾向於在社交活動中獲得能量，而內向者則傾向於在獨處時獲得能量。
- **S (Sensing) 感知 vs. N (Intuition) 直覺**：這兩個維度描述了人們如何收集和處理信息。感知者傾向於關注具體的事實和細節，而直覺者則傾向於關注抽象的想法和概念。
- **T (Thinking) 思考 vs. F (Feeling) 情感**：這兩個維度描述了人們如何做出決策。思考者傾向於使用邏輯和理性來做出決策，而情感者則傾向於考慮自己的感受和價值觀。
- **J (Judging) 判斷 vs. P (Perceiving) 感知**：這兩個維度描述了人們如何處理生活中的結構和計劃。判斷者傾向於喜歡結構和計劃，而感知者則更喜歡靈活性和自發性。

MBTI 是一種廣泛使用的性格評估工具，被應用於各種領域，用於評估人們的性格偏好，包括個人發展、職業指導、團隊建設等。

1. 可作為自我探索的工具：幫助人們更好地了解自己的思維方式、行為模式和價值觀。通過了解自己的性格偏好，人們可以更好地理解自己的優點和劣勢，並在個人和職業發展中做出更明智的選擇。
2. 可作為溝通和理解他人的工具：幫助人們理解他人的不同性格類型。通過了解他人的性格偏好，人們可以更好地與他人溝通，並建立更牢固的關係。
3. 可作為團隊建設的工具：幫助團隊了解其成員的不同性格類型。通過了解團隊成員的性格偏好，團隊領導者可以更好地分配任務，並創造一個更有效率、更和諧的工作環境。

MBTI 可以幫助個人更好地了解自己的性格傾向和行為模式，並從中發現自己的優勢和劣勢。此外，MBTI 還可以用於團隊建設和職場管理，幫助企業更好地理解員工的偏好和工作風格，從而提高員工的工作滿意度和生產力。如果您想深入了解自己的人格特質和偏好，或者希望提高團隊的協作效率，不妨試試 MBTI，探索自我和團隊的潛力。

ENFJ	ENFP	ENTJ	ENTP
Extroverted Intuitive Feeling Judging	Extroverted Intuitive Feeling Perceiving	Extroverted Intuitive Thinking Judging	Extroverted Intuitive Thinking Perceiving
INFJ <td>INFP<td>INTJ<td>INTP</td></td></td>	INFP <td>INTJ<td>INTP</td></td>	INTJ <td>INTP</td>	INTP
Introverted Intuitive Feeling Judging	Introverted Intuitive Feeling Perceiving	Introverted Intuitive Thinking Judging	Introverted Intuitive Thinking Perceiving
ESFJ <td>ESFP<td>ESTJ<td>ESTP</td></td></td>	ESFP <td>ESTJ<td>ESTP</td></td>	ESTJ <td>ESTP</td>	ESTP
Extroverted Sensing Feeling Judging	Extroverted Sensing Feeling Perceiving	Extroverted Sensing Thinking Judging	Extroverted Sensing Thinking Perceiving
ISFJ <td>ISFP<td>ISTJ<td>ISTP</td></td></td>	ISFP <td>ISTJ<td>ISTP</td></td>	ISTJ <td>ISTP</td>	ISTP
Introverted Sensing Feeling Judging	Introverted Sensing Feeling Perceiving	Introverted Sensing Thinking Judging	Introverted Sensing Thinking Perceiving

圖2.3 邁爾斯布里格斯16型性格測驗

2.2 製作網站所使用軟體介紹

2.2.1 Bluehost

Bluehost提供各種主機解決方案，包括共享主機、WordPress主機、虛擬專用伺服器、專有伺服器和WooCommerce主機以及專業營銷服務。Bluehost的伺服器採用PHP、HTTP/2和Nginx緩存[4]。



圖2.4 Bluehost

2.2.2 Canva

Canva，是可用於建立社群媒體圖形、簡報、海報、文件和其他視覺內容的平面設計平台，提供設計模板予使用者使用，該平台為免費使用，但同時提供Canva for Enterprise和Canva Pro等付費訂閱方案以開通額外功能，使用者亦可付費列印和運輸實物產品[5]。



圖2.5 Canva

2.2.3 Adobe Illustrator

Adobe Illustrator，簡稱「Ai」，是 Adobe 系統公司推出的基於向量的圖形製作軟體。最初是1986年為蘋果公司麥金塔電腦設計開發的，1987年1月發布，在此之前它只是 Adobe 內部的字型開發和 PostScript 編輯軟體[6]。



圖2.6 Adobe Illustrator

2.2.4 Adobe Photoshop

Adobe Photoshop 是一個由 Adobe 開發和發行的影像處理軟體。該軟體提供對 Windows 和 macOS 作業系統的支持[7]。



圖2.7 Adobe Photoshop

2.2.5 Blocksy Companion

Blocksy Companion外掛為使用Blocksy主題的網站提供了豐富的功能擴展，無論是建立網站範本、客製化標題與頁腳，還是提升網站效能，都能提供有效的支援[8]。



圖2.8 Blocksy Companion

2.2.6 Elementor

Elementor 是一款強大的頁面編輯器外掛，無論您是新手還是專業網站建置者，都能透過它輕鬆創建符合需求的網站。其直覺式的操作介面與豐富的功能，將大幅提升您的網站設計效率與品質[9]。



圖2.9 Elementor

2.2.7 WPForms Lite

WPForms Lite 為 WordPress 使用者提供了一個強大且易於使用的數據分析工具，無論是新手還是專業人士，都能輕鬆上手，深入了解網站表現，制定有效的策略，推動業務成長[10]。



圖2.10 WPForms Lite

2.2.8 WPvivid Backup Plugin

WPvivid Backup Plugin 是一款功能強大的 WordPress 備份、還原與網站搬家外掛，提供免費與付費版本，適用於各類型網站，特別是需要定期備份或搬遷的使用者[11]。



圖2.11 WPvivid Backup Plugin

2.2.9 BlogUp Diary

使用 BlogUp Diary WordPress 主題展示您的數位存在，該主題專為想要捕捉他們的故事和動作的人而設計。其簡潔、簡約的設計和流暢的過渡提供了精緻的瀏覽體驗，吸引了您的觀眾[12]。

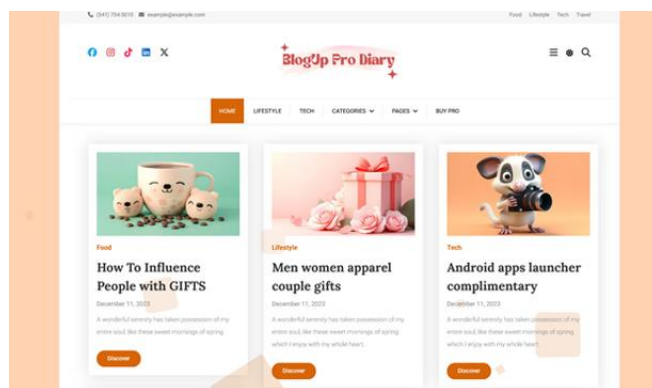


圖2.12 Blogup Diary

第參章 研究方法

3.1 研究架構

本專題的製作目的是提供於心理學測驗，研究流程圖如圖3.1所示。建置過程中須收集相關資料，並同時建置網站系統內容，完成後，開始進行線上測試，過程中須同時進行系統上的偵錯，才能使會員操作上較為便利。

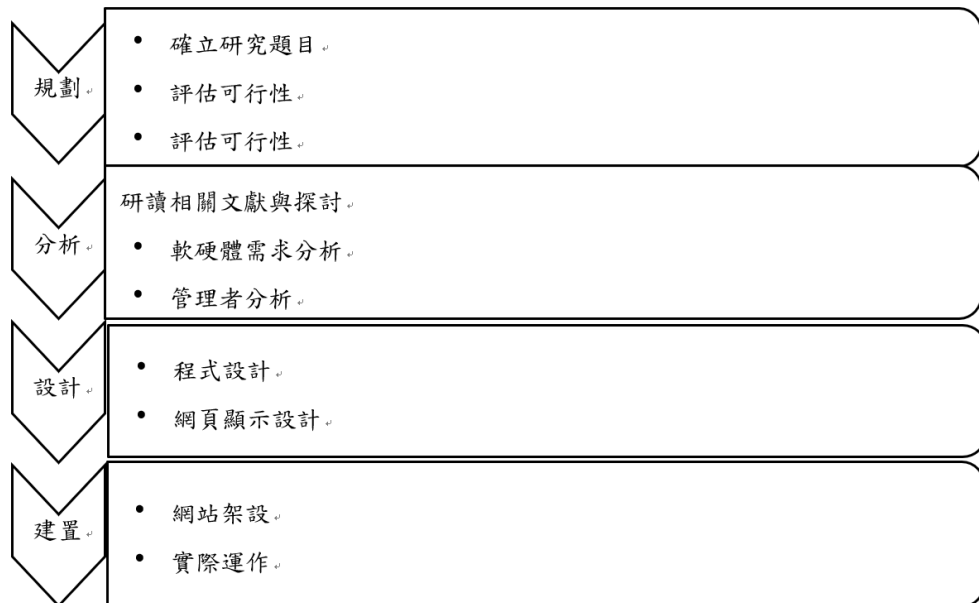


圖3.1研究架構圖

一、確定研究主題

1. 分配各組員的工作內容
2. 訂定專題題目

二、文獻蒐集與整理

1. 借鑑其餘論壇網站，並從中發掘問題
2. 找尋前端及後端所需的書籍

三、網站規劃與架構

1. 規劃網站版面
2. 規劃該網頁相關內容

四、網站系統建置

1. 使用 Bluehost 撰寫網頁程式
2. 使用雲端進行資料存儲
3. 使用 JavaScript 與 Firebase 連結並呼叫後端資料

五、網站測試

1. 測試網頁內容並修正

六、網站製作完成

1. 將所有網頁程式上傳至 Bluehost

3.2 網站流程圖

網站首頁有包含MBTI分數型人格測驗、情緒風景板、療癒音樂、聯絡我們、部落格以及關於我們如圖 3.2 所示。

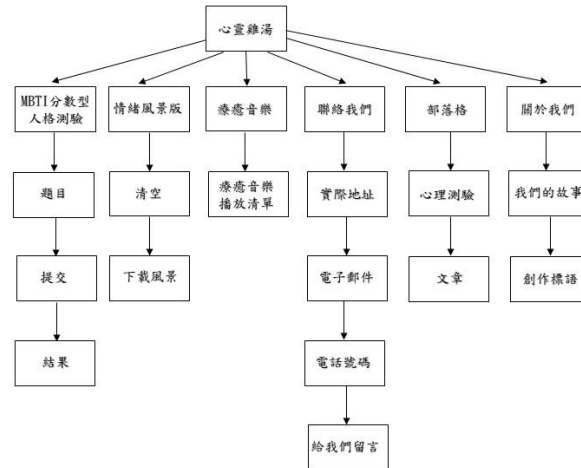


圖3.2網站流程圖

3.3 測驗流程圖

- 1.測驗目的的釐定:在開始測驗之前，首先需要明確設定測驗的目標。
- 2.測驗設計:根據既定的目的來規劃測驗內容。
- 3.預測與校驗:在正式施測前，進行預測試，以檢查測驗工具的適切性與可靠性，並根據結果進行調整和修正。
- 4.問題呈現方式:確認測驗題目的呈現形式是否清楚、易懂。
- 5.結果分析:收集並整理測驗結果，進行統計與分析，進一步評估測驗的成效與受測者的表現，為後續的決策或研究提供依據。



圖3.3測驗流程圖

第肆章 實作成果

4.1 LOGO設計



圖4.1 LOGO 設計圖

心形圖案：象徵關懷與治癒，代表能夠傳達關於心靈雞湯溫暖的情感。

雞湯元素：有碗、湯、湯勺的形象，並與療癒的作用相呼應。湯的波紋也可以呈現溫暖、放鬆的感覺。

顏色：選擇柔和紅色和米色等色調來營造溫暖感和治癒感，這些顏色讓人聯想到舒適、關懷和陽光，再用柔和的藍色和綠色可以用來代表平靜、安寧和心靈的放鬆，也能呈現內心的清澈和穩定。

時鐘：代表是希望將時間的流逝與治癒、反思和成長的元素結合在一起，也代表著時鐘不僅僅是顯示時間而已，也更能激發情感上的共鳴，傳遞出一種心靈上的療癒感。

總結：人在孤獨的迷茫中，由心靈雞湯這一碗熱騰騰的湯，讓人有一種撫慰人心的力量。無論是寒冬裡雙手捧著熱湯的那份安心，還是疲憊一天後那一口下肚的舒坦，這碗湯好像不只是食物，更是一種情感的載體

4.2 首頁

網頁首頁可以先看到我們心靈雞湯大大的 logo，並且能看到我們的人格測驗、部落格、情緒風景版、療育音樂、聯絡方式，還有關於我們做部落格內容的啟發 [13]。



圖4.2 頁首

4.3 情緒風景板

透過繪圖的方式，讓使用者表達當下的情緒狀態，進一步提升自我覺察與心靈抒發。此功能強調以視覺創作方式取代文字敘述，適合不同年齡層與情緒表達需求的使用者。

應用情境：心情日誌記錄、課堂活動或輔導時間、壓力舒緩。

預期效益：促進情緒表達的多樣性與自主性，提供具創造性的自我探索工具，儲存作品作為情緒變化歷程的視覺紀錄。



圖4.3 情緒風景板

4.4 療癒音樂播放清單

療癒音樂可以幫助我們放鬆心情、減輕壓力，並提升睡眠與專注力[14]。

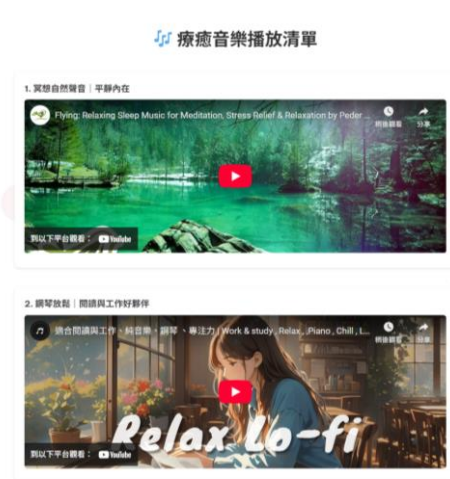


圖4.4 療癒音樂播放清單

4.5 聯絡我們

對測驗有任何疑問，可以透過以下方式與我們聯繫。

圖4.5 聯絡我們

4.6 部落格

部落格有一些小測驗和文章，可以空閒的時候來逛逛。

文章：可以獲取知識、提升理解力、增進語文能力、啟發思考。

測驗：可以更了解自身[15]。

你的內在人格是哪種動物？

1. 朋友怎麼形容你？

- ☐ 領導力強，果斷
- ☐ 冷靜理智，喜歡分析
- ☐ 熱情友善，喜歡交朋友
- ☒ 安靜神秘，喜歡低調

2. 假日你最能做什麼？

- ☐ 規劃新目標或自我提升
- ☒ 看書或學習新知
- ☐ 跟朋友出門放鬆
- ☐ 一個人在家追劇

3. 你做決定時傾向？

- ☒ 快速行動，信任直覺
- ☐ 分析利弊後謹慎決定
- ☐ 問朋友的想法
- ☐ 猶豫一下，慢慢來

4. 當你遇到壓力時會？

- ☒ 正面迎戰，立刻處理
- ☐ 設定策略與計畫
- ☐ 找朋友傾訴
- ☐ 先靜一靜，自己調適

看看我是什麼動物

獅子型人格

你天生具有領導能力，勇敢果斷，適合擔當重任，是團隊的主心骨。

圖4.6 測驗



圖4.7 文章

4.7 MBTI測驗

MBTI測驗:認識自我性格、改善人際關係、輔助職涯規劃、增進團隊合作、提升自我理解與成長[16]。



MBTI 分數型人格測驗 – 40題版

1. 我喜歡在人群中待一整天而不會覺得累。
- ☐ 非常同意 ☐ 同意 ☐ 稍微同意 ☐ 中立 ☐ 稍微不同意 ☐ 不同意 ☐ 非常不同意
2. 與人互動比獨處讓我感到更有活力。
- ☐ 非常同意 ☐ 同意 ☐ 稍微同意 ☐ 中立 ☐ 稍微不同意 ☐ 不同意 ☐ 非常不同意
3. 我傾向在社交場合中主動發言。
- ☐ 非常同意 ☐ 同意 ☐ 稍微同意 ☐ 中立 ☐ 稍微不同意 ☐ 不同意 ☐ 非常不同意
4. 我參加社交活動會感到愉快和充實。
- ☐ 非常同意 ☐ 同意 ☐ 稍微同意 ☐ 中立 ☐ 稍微不同意 ☐ 不同意 ☐ 非常不同意

圖4.8 MBTI 測驗

35. 我認為計畫能帶來效率與安全感。

☐ 非常同意 ☐ 同意 ☐ 稍微同意 ☐ 中立 ☒ 稍微不同意 ☐ 不同意 ☐ 非常不同意

36. 我在開始之前會先組織好流程與步驟。

☐ 非常同意 ☐ 同意 ☒ 稍微同意 ☐ 中立 ☐ 稍微不同意 ☐ 不同意 ☐ 非常不同意

37. 我會提前做好而非臨時處理。

☐ 非常同意 ☐ 同意 ☐ 稍微同意 ☐ 中立 ☒ 稍微不同意 ☐ 不同意 ☐ 非常不同意

38. 我通常提前做決定，不喜歡拖延。

☐ 非常同意 ☐ 同意 ☐ 稍微同意 ☒ 中立 ☐ 稍微不同意 ☐ 不同意 ☐ 非常不同意

39. 我覺得生活需要有序與控制。

☐ 非常同意 ☐ 同意 ☐ 稍微同意 ☐ 中立 ☒ 稍微不同意 ☐ 不同意 ☐ 非常不同意

40. 我希望每件事都有一個結論。

☐ 非常同意 ☐ 同意 ☒ 稍微同意 ☐ 中立 ☐ 稍微不同意 ☐ 不同意 ☐ 非常不同意

[送出](#)

你的性格類型是：INTJ

[Edit](#)

圖4.9 測驗結果

4.8 關於我們

關於平台的創作理念與故事，讓使用者更能了解這個平台。



圖4.10 關於我們

4.9 社群媒體

在社群媒體推廣方面，選擇使用大眾常用的平台，LINE。只要加入粉絲專頁或追蹤官方帳號，就能即時掌握專題的最新消息[17]。



圖4.11 LINE 官方帳號



圖4.12 歡迎訊息



圖4.13 人格比較圖



圖4.14 梗圖訊息

下午 2:49

和同事相處小妙招

- 微互動**
 早上見面一句「早啊，今天感覺怎麼樣？」取代冷冷的點頭
- 請教**
 問：「你平常怎麼記工作內容？我最近在想優化方式」
- 共通點建立默契感**
 有相似的興趣可以私下聊聊（劇、運動、貓、咖啡都可以）

下午 2:49

圖4.15 知識訊息



圖4.16 選單

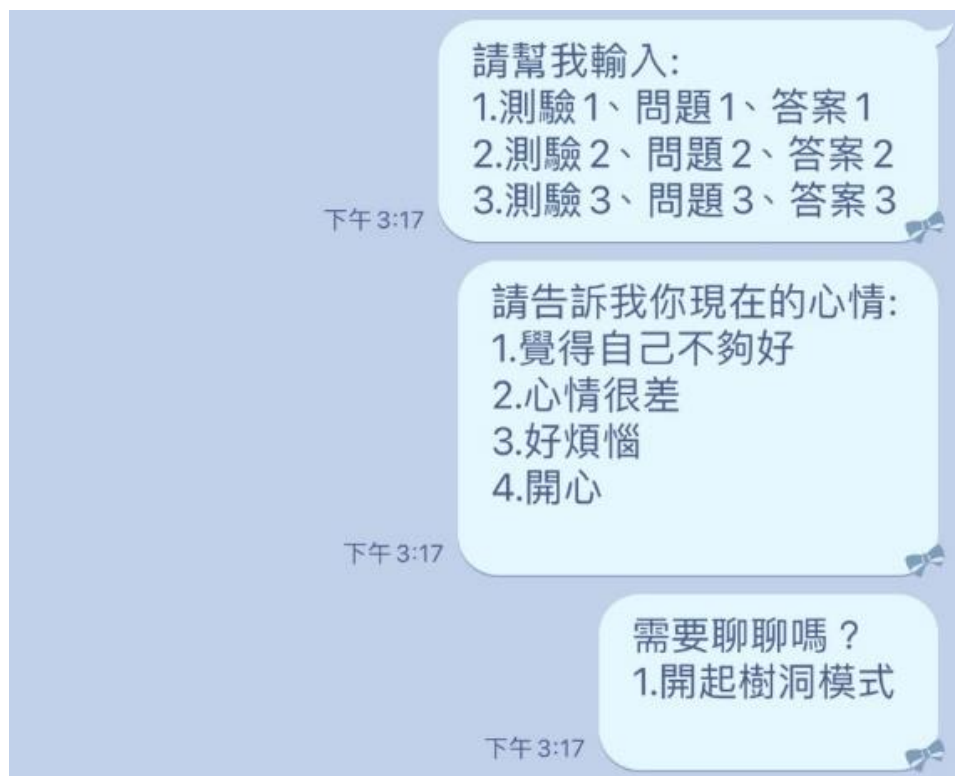


圖4.17 回覆訊息



圖4.18 圖文測驗



圖4.19 心情小卡

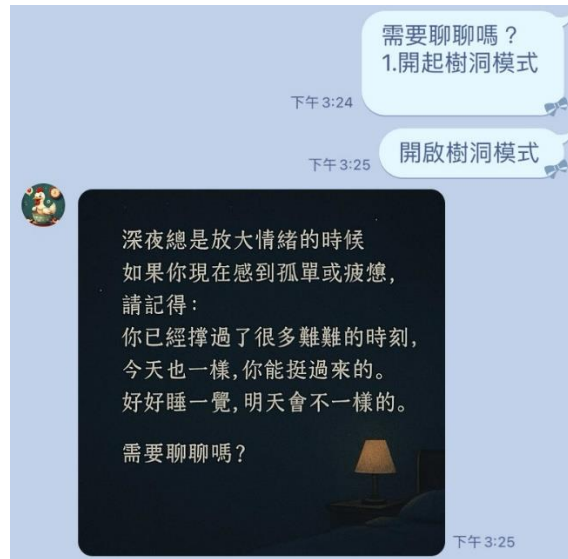


圖4.20 樹洞模式



圖4.21 開啟聊聊回應

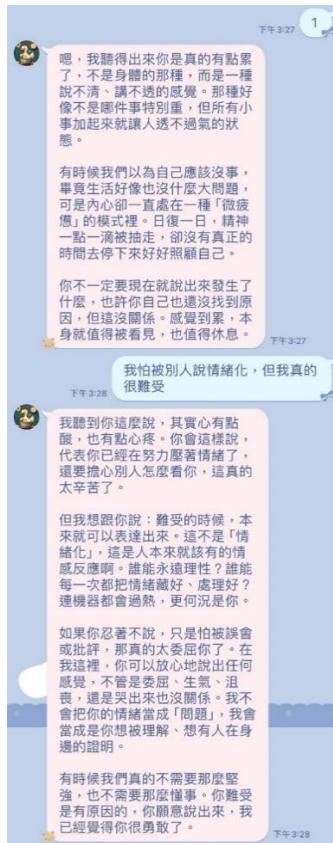


圖4.22 自動回應訊息



圖4.23 問卷調查

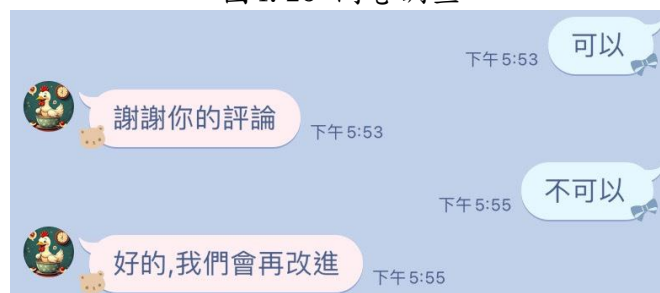


圖4.24 評論回答

第伍章結論與未來展望

透過本次進行 MBTI 性格測驗，不僅獲得了一份性格分析結果，更開啟了一段關於自我認識與他人理解的探索之旅。MBTI 測驗以四大維度——外向與內向（E/I）、感覺與直覺（S/N）、思考與情感（T/F）、判斷與感知（J/P）——構成十六種人格類型，幫助我們以系統化的方式了解自己在思考、決策、人際互動及生活態度上的傾向[18]。

這類測驗最大的意義，並不是單純地將每個人「分類」，而是引導我們思考：「我是怎麼看待世界的？我與別人有什麼不同？我可以如何運用自己的性格優勢？」在現今重視多元與自我發展的社會中，這些思考對個人成長、人際溝通與職涯規劃都具有極高的實用價值。對多數人而言，做完 MBTI 測驗最大的收穫之一，是學會用更開放、寬容的眼光來看待自己與他人。我們開始明白，有人喜歡邏輯分析，有人則重視人情關懷；有人善於規劃，有人則在變動中激發創意。沒有哪一種類型比較好或比較壞，而是每一種類型在不同情境中都有其價值與貢獻。

此外，MBTI 測驗還是一個反思與修正的契機。我們可能從中發現自己某些過去沒注意到的性格特徵，或是重新理解一些行為背後的心理原因。例如，有人會理解到自己為何在群體中容易感到疲累，或是為何喜歡在最後一刻才完成任務。這些發現不僅提升自我認識，也幫助我們調整學習與工作方式，使生活更加順利、有效率。在教育、團隊合作、職涯發展等領域，MBTI 同樣扮演著重要的角色。老師與學生可以藉此調整教學與學習策略；公司可利用此工具促進團隊溝通與角色分工；個人也能透過結果探索更適合自己的未來方向與職業類型。

MBTI 測驗可以更認識自己，也幫助理解他人，更重要的是，它促使「我是誰」、「我如何與他人互動」、「我未來適合往哪裡走」這些核心問題中尋找答案。雖然人的性格不會被一張測驗結果完全定義，但這樣的工具，確實是一面鏡子，幫助我們在複雜的生活中看見真實的自己，並引導我們走出更清晰、適合的路。

總的來說，MBTI 性格測驗不只是一次測驗結果的獲得，更是一個長期、自我探索與發展的起點。它讓我們學習尊重差異、發掘潛能，並以更理解與包容的心態與世界互動。只要我們願意持續反思與學習，每個人都能找到屬於自己性格的亮點與可能性。

參考文獻

- [1]16Personalities 性格測試
<https://www.16personalities.com/tw/%E6%80%A7%E6%A0%BC%E6%B8%AC%E8%A9%A6>
- [2]羅夏克墨漬測驗 (Rorschach Inkblot Test)
<https://quiz.kuioo.tw/online-rorschach-inkblot-test/>
- [3]邁爾斯布里格斯16型性格測驗
<https://www.quiwa.net/User/QuestionReply/72b53330-a1f9-4d2b-8c4c-6a889da1b437>
- [4]Bluehost
<https://zh.wikipedia.org/zh-tw/Bluehost>
- [5]Canva
<https://zh.wikipedia.org/wiki/Canva>
- [6]Adobe Illustrator
https://zh.wikipedia.org/zh-tw/Adobe_Illustrator
- [7]Adobe Photoshop
https://zh.wikipedia.org/zh-tw/Adobe_Photoshop
- [8]Blocksy Companion
<http://tw.wordpress.org/plugins/blocksy-companion/>
- [9]Elementor
https://elementor.com/pages/no-code-website-builder/?cxid=215992_1347686&utm_source=elementor&utm_medium=affiliate&utm_campaign=215992&utm_content=cx&affid=215992
- [10]WPForms Lite
<https://tw.wordpress.org/plugins/wpforms-lite/>
- [11]WPvivid Backup Plugin
https://wpvivid.com/ref/1086/?gad_source=1&gad_campaignid=22562767378&gbraid=0AAAAAapi2ePXN-M7Rt_xPrzXotisZYXVh&gclid=EAiaIQobChMIkpGF8vzCjQM VAM0WBR00QgAnEAAyAiAAEgJ95_D_BwE
- [12]Blogup Diary
<https://tw.wordpress.org/themes/blogup-diary/>
- [13]用Bluehost主機自架高CP值的WordPress部落格/個人網站
<https://www.youtube.com/watch?v=ElQaF9n1Wf8>
- [14]紓壓音樂
https://www.youtube.com/watch?v=eW09jkDM9_s
- [15]你的內在是什麼動物測驗
<https://www.arealme.com/what-animal-am-i/zh/>
- [16]MBTI結果

<https://www.managertoday.com.tw/articles/view/65508?>

[17]LINE官方帳號的功能說明及設定

<https://help.line.me/line/smartphone/pc?lang=zh-Hant&contentId=20000143>

[18]MBTI性格測驗

<https://www.16personalities.com/tw/%E6%80%A7%E6%A0%B C%E9%A1%9E%E5%9E%8B>

附錄

附錄一

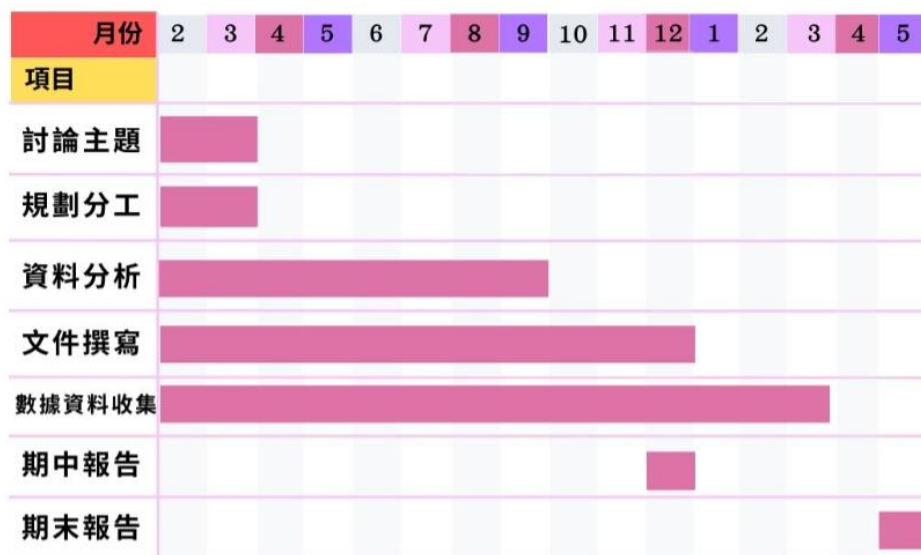


圖5.1 附錄一甘特圖

附錄二工作分配

	黃珮蓁	蔡芷昕	蔣芝蓉
構想計劃書	✓	✓	✓
數據資料收集	✓	✓	✓
資料庫設計	✓	✓	
LOGO 設計	✓	✓	✓
網站美工設計	✓	✓	
網頁規劃設計	✓	✓	✓
書面報告撰寫			✓
網站測試	✓	✓	✓

圖5.2 附錄二工作分配

附錄三網站比較



圖5.3 附錄三網站比較

附錄四STP分析



圖5.4 附錄四 STP 分析

教師姓名		林孟源		所屬系所	資訊管理系	
1	輔導課程	學生簽名	班級	輔導日期	輔導時間(分)	
	實務專題(三)	黃珊潔	資管 4B	114年4月2日	共 3 時 分	
輔導項目	■ 專題	個人工作進度回報與任務指派： 構思計劃書、網站美工設計、海報製作。			討論結果： ☐ 1. 缺席 ☒ 2. 分數：88	
2	輔導課程	學生簽名	班級	輔導日期	輔導時間(分)	
	實務專題(三)	蔡正明	資管 4B	114年4月2日	共 3 時 分	
輔導項目	■ 專題	個人工作進度回報與任務指派： Logo設計、網頁規劃、資料庫設計。			討論結果： ☐ 1. 缺席 ☒ 2. 分數：88	
3	輔導課程	學生簽名	班級	輔導日期	輔導時間(分)	
	實務專題(三)	張芝芳	資管 4B	114年4月2日	共 3 時 分	
輔導項目	■ 專題	個人工作進度回報與任務指派： 網站測試、美編排版、製作PPT			討論結果： ☐ 1. 缺席 ☒ 2. 分數：88	
4	輔導課程	學生簽名	班級	輔導日期	輔導時間(分)	
	實務專題()			年 月 日	共 時 分	
輔導項目	■ 專題	個人工作進度回報與任務指派：			討論結果： ☐ 1. 缺席 ☒ 2. 分數：8	
5	輔導課程	學生簽名	班級	輔導日期	輔導時間(分)	
	實務專題()			年 月 日	共 時 分	
輔導項目	■ 專題	個人工作進度回報與任務指派：			討論結果： ☐ 1. 缺席 ☒ 2. 分數：	
輔導學生人次合計		3 人	輔導時間合計		3 時 分	教師簽名

備註：

一、本表以月為單位。任課教師請於次月 5 日前將本表繳交至系(所)辦彙整，由系(所)辦彙整統計表後擲交教學發展中心。

二、本表留存各系評鑑備查，並請受輔導學生於專題複審前至系辦領回影本，放至專題報告書附錄之中。

三、學生簽名欄，由受輔導學生簽名。



嶺東科技大學
LING TUNG UNIVERSITY

114 學年度第二學期

教師綜合輔導紀錄表

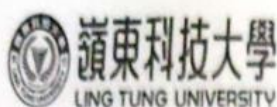
5 月份

填表日期: 114 年 5 月 5 日

教師姓名		林盛源		所屬系所	資訊管理系	
1	輔導課程	學生簽名	班級	輔導日期	輔導時間(分)	
	實務專題(三)	葉瑞華	資訊413	114年5月5日	共 3 時 分	
輔導項目	■ 專題		個人工作進度回報與任務指派: Line 學生設計. Line 社群設計測試			討論結果: ☐ 1. 缺席 ☒ 2. 分數: 88
2	輔導課程	學生簽名	班級	輔導日期	輔導時間(分)	
	實務專題(三)	葉瑞華	資訊413	114年5月5日	共 3 時 分	
輔導項目	■ 專題		個人工作進度回報與任務指派: 網頁設計. 計劃書整理			討論結果: ☐ 1. 缺席 ☒ 2. 分數: 88
3	輔導課程	學生簽名	班級	輔導日期	輔導時間(分)	
	實務專題(三)	翁智安	資訊413	年 月 日	共 時 分	
輔導項目	■ 專題		個人工作進度回報與任務指派: 網站測試-交稿排版			討論結果: ☐ 1. 缺席 ☒ 2. 分數: 88
4	輔導課程	學生簽名	班級	輔導日期	輔導時間(分)	
	實務專題()			年 月 日	共 時 分	
輔導項目	■ 專題		個人工作進度回報與任務指派:			討論結果: ☐ 1. 缺席 ☐ 2. 分數: _____
5	輔導課程	學生簽名	班級	輔導日期	輔導時間(分)	
	實務專題()			年 月 日	共 時 分	
輔導項目	■ 專題		個人工作進度回報與任務指派:			討論結果: ☐ 1. 缺席 ☐ 2. 分數: _____
輔導學生人次合計		3 人	輔導時間合計	3 時 分	教師簽名	林盛源

備註:

- 一、本表以月為單位。任課教師請於次月 5 日前將本表繳交至系(所)辦彙整,由系(所)辦彙整統計表後撥交教學發展中心。
- 二、本表留存各系評鑑備查,並請受輔導學生於專題複審前至系辦領回影本,放至專題報告書附錄之中。
- 三、學生簽名欄,由受輔導學生簽名。



嶺東科技大學
LING TUNG UNIVERSITY

學年度第學期

教師綜合輔導紀錄表

4 月份

填表日期：114 年 4 月 20 日

教師姓名		林孟源		所屬系所	資訊管理系	
1	輔導課程	學生簽名	班級	輔導日期	輔導時間(分)	
	實務專題(三)	黃瑞榮	資管4B	114年4月20日	共 3 時 分	
輔導項目	■ 專題		個人工作進度回報與任務指派： LOGO 設計、網站美工設計、海報製作 Line 社群設計			討論結果： ☐ 1. 缺席 ☐ 2. 分數：85
2	輔導課程	學生簽名	班級	輔導日期	輔導時間(分)	
	實務專題(三)	黎正峰	資管4B	114年4月20日	共 3 時 分	
輔導項目	■ 專題		個人工作進度回報與任務指派： 福想計劃書、網頁規劃、資料庫設計			討論結果： ☐ 1. 缺席 ☐ 2. 分數：85
3	輔導課程	學生簽名	班級	輔導日期	輔導時間(分)	
	實務專題(三)	柯至孝	資管4B	114年4月20日	共 3 時 分	
輔導項目	■ 專題		個人工作進度回報與任務指派： 網站測試、表格排版、製作 PPT			討論結果： ☐ 1. 缺席 ☐ 2. 分數：85
4	輔導課程	學生簽名	班級	輔導日期	輔導時間(分)	
	實務專題()			年 月 日	共 時 分	
輔導項目	■ 專題		個人工作進度回報與任務指派：			討論結果： ☐ 1. 缺席 ☐ 2. 分數：_____
5	輔導課程	學生簽名	班級	輔導日期	輔導時間(分)	
	實務專題()			年 月 日	共 時 分	
輔導項目	■ 專題		個人工作進度回報與任務指派：			討論結果： ☐ 1. 缺席 ☐ 2. 分數：_____
輔導學生人次合計		3 人	輔導時間合計		3 時 分	教師簽名 林孟源

備註：

- 一、本表以月為單位。任課教師請於次月 5 日前將本表繳交至系(所)辦彙整，由系(所)辦彙整統計表後擲交教學發展中心。
- 二、本表留存各系評鑑備查，並請受輔導學生於專題複審前至系辦領回影本，放至專題報告書附錄之中。
- 三、學生簽名欄，由受輔導學生簽名。

教師綜合輔導紀錄表

填表日期：114 年 4 月 16 日

教師姓名		林子源		所屬系所		資訊管理系	
1	輔導課程		學生簽名	班級	輔導日期	輔導時間(分)	
	實務專題(三)		葉鳳華	資管4B	114年4月16日	共 3 時 分	
輔導項目		■ 專題		個人工作進度回報與任務指派： LOGO設計、網站美工設計、海報製作			討論結果： ☐ 1. 缺席 ☐ 2. 分數：87
2	輔導課程		學生簽名	班級	輔導日期	輔導時間(分)	
	實務專題(三)		蔡正昕	資管4B	114年4月16日	共 3 時 分	
輔導項目		■ 專題		個人工作進度回報與任務指派： 構思計劃書、網頁規劃、資料庫設計			討論結果： ☐ 1. 缺席 ☐ 2. 分數：87
3	輔導課程		學生簽名	班級	輔導日期	輔導時間(分)	
	實務專題(三)		翁子豪	資管4B	114年4月16日	共 3 時 分	
輔導項目		■ 專題		個人工作進度回報與任務指派： 網站測試、美編排版、製作PPT			討論結果： ☐ 1. 缺席 ☐ 2. 分數：87
4	輔導課程		學生簽名	班級	輔導日期	輔導時間(分)	
	實務專題()				年 月 日	共 時 分	
輔導項目		■ 專題		個人工作進度回報與任務指派：			討論結果： ☐ 1. 缺席 ☐ 2. 分數：_____
5	輔導課程		學生簽名	班級	輔導日期	輔導時間(分)	
	實務專題()				年 月 日	共 時 分	
輔導項目		■ 專題		個人工作進度回報與任務指派：			討論結果： ☐ 1. 缺席 ☐ 2. 分數：_____
輔導學生人次合計		3 人		輔導時間合計		3 時 分	
				教師簽名		林子源	

備註：

- 一、本表以月為單位。任課教師請於次月 5 日前將本表繳交至系(所)辦彙整，由系(所)辦彙整統計表後擲交教學中心。
- 二、本表留存各系評鑑備查，並請受輔導學生於專題複審前至系辦領回影本，放至專題報告書附錄之中。
- 三、學生簽名欄，由受輔導學生簽名。

113學年度 嶺東科技大學 資訊管理系 心靈雞湯