

臺北市民族實驗國民中學 110 學年度 第三學季 綜合活動 領域研習

※研習類別：☐有效教學 ☐差異化教學 ☐協同教學 創新教學 ☐補救教學
☐多元評量 ☐試題分析與應用 ☒塔羅牌於自我探索的運用

壹、主題：童軍生態課程分享

貳、時間：111 年 4 月 07 日(星期四)09:00-12:00

參、地點：輔導教室

肆、講座：薛申綱 (講座簽名：薛申綱) 周佳雯

研習簽到表

簽名處	簽名處
黃筱璇	林學凌
張窗雅	張頌遠
吳思璇	
許翊倫	

教學組長：

代理教師兼
教學組長 陳乃榕

教務主任：

教務處教師
兼教務主任 詹琦斌
04/08/16 詹

校長：

教務處教師
兼教務主任 詹琦斌
04/08/16 詹

伍、研習內容：

- 一、塔羅牌簡史
 - 二、塔羅牌與心理學的關係
 - 三、塔羅牌在自我探索的運用
 - 四、塔羅牌在輔導工作的運用
 - 五、塔羅人格解析
- 詳見講義

陸、研習照片：



塔羅講師介紹

塔羅老爹

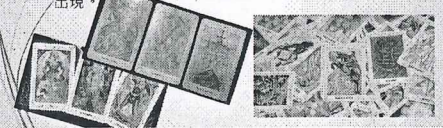
- 台北市立南湖高中退休輔導老師
- 曾任義務張老師、督導、小團體帶領者
- 創立、帶領南湖高中家長讀書會
- 生涯斜槓：塔羅老師/解夢達人/財富流教練
- 歡迎加賴 Line ID：hsueh112

塔羅簡史

- 15世紀，義大利佈道大會上，聖方濟修士公開譴責使用塔羅牌的人靈魂會跟惡魔交換。法國的馬賽決定把塔羅牌標準化，但其中的「死神」、「惡魔」、「高塔」讓宗教保守團體視為邪說。
- 再來透過神秘漂泊的吉普賽人傳到歐美各地

現行塔羅牌系統

- 托特系統：
 - 數字小牌中強調幾何圖形排列、重色彩，無人物角色出現。



塔羅講師介紹

明心老師

- 三寶媽、閱讀共學團、荒野親子團
- 塔羅師，資歷八年，融合心理與教育專長
- 教育工作者，持續耕耘閱讀語文領域
- 浸泡在心理學領域（敘事治療、薩提爾對話、父母效能、義務張老師）
- 參與體制外實驗教育（蒙特梭利）

現行塔羅牌系統

- 馬賽：甲骨文，來源不可考，盛行於法國南部（馬賽）紙牌遊戲，前身類撲克牌。
- 托特：文言文，黃金黎明協會（1888年），創作者阿萊斯特克勞利。
- 偉特：白話文，創作者亞瑟·偉特和史密斯女士合作。

現行塔羅牌系統

- 偉特系統：
 - 數字小牌中有明顯的元素符號與圖案，人物背景鮮明易懂。



塔羅簡史

- 有人說來自於古埃及《托特之書》、義大利的河流「Taro」、希伯來文的22個字母、中國唐朝的葉子戲、印度神話的卡利女神等等
- 明確的紀錄是14世紀的歐洲，文藝復興萌芽之始，義大利出現了「Tarocchi」紙牌，在皇族中普遍流行，國王甚至會請藝術家繪製

現行塔羅牌系統

- 馬賽系統：
 - 數字小牌無圖案，同撲克牌方式呈現，可配合生命靈數運用。



現行塔羅牌比較

- | 名稱 | 特點 |
|-------|-------------------------------------|
| 偉特塔羅牌 | ➢ 數字小牌中有明顯的元素符號與圖案。
➢ 人物背景鮮明易懂。 |
| 托特塔羅牌 | ➢ 數字小牌中強調幾何圖形排列、重色彩。
➢ 無人物角色出現。 |
| 馬賽塔羅牌 | ➢ 數字小牌無圖案，同撲克牌方式呈現。
➢ 可配合生命靈數運用。 |

其他牌卡

- ▶遊戲類：撲克牌.....
- ▶正向類：彩虹卡、神諭卡.....
- ▶療癒類：療心卡、珍愛卡、情緒療癒卡、光能療癒卡.....
- ▶潛意識：OH卡、曼陀羅禪卡、潛意識投射卡.....
- ▶能量類：花精卡、脈輪智慧指引卡、神聖芬療卡.....

塔羅與心理學關係

- ▶塔羅牌常見三種心理運作方式
 - 自由聯想：文字、影像
 - 象徵意義：神話、童話、人物、景物.....
 - 連結與延伸：關聯性、呼應矛盾、向外擴展.....

塔羅與心理學關係

▶延伸與連結



- 騎在馬上，馬蹄躍起，象徵行動積極延伸，表示有執行力，即知即行不猶豫
- 馬蹄騰空在山頭之上，象徵跨越障礙，勇於面對挑戰
- 連結：這是一個有自信、勇氣、積極、不怕困難的人
- 手「握著」權杖，象徵全力以赴
- 延伸：有力量，集中精神，向目標前進

塔羅與心理學關係

- ▶集體潛意識
 - 榮格(1875)：精神分析學派、原型、陰影
 - 人類祖先共同的活動經驗，例如：風俗、文化、道德、價值觀、渴望、心態.....
 - 透過牌卡圖像的投射作用被看見

塔羅與心理學關係

▶自由聯想



- 吊在那邊很不舒服掙扎
- 想辦法呼救叫人
- 身體不斷地扭動
- 想弓起身體把腳上的繩索解開
- 好像聽到他在咒罵
- 頭上的光好像他有好點子的樣子
- 這樣的姿勢他可能很享受這個樣子
- 看到的世界都是相反的樣子

如何「看懂」塔羅牌

- ▶元素：火元素（權杖）、風元素（寶劍）、水元素（聖杯）、土元素（錢幣）
- ▶數字：1~10
- ▶人物：姿態（站坐、僵硬、抱胸、抬低頭、正側面、閉遠目、手握托.....）、人數、穿著.....
- ▶背景：山、雲、鳥、房子、河流、大海.....
- ▶顏色：紅、橘、黃、綠、藍、紫、灰、黑
- ▶動作：靜止、行動、快慢、觀察、用力.....

塔羅與心理學關係

投射作用



塔羅與心理學關係

▶象徵意義



- 騎在馬上，馬蹄躍起，象徵行動積極
- 頭盔，身上盔甲，象徵要出征打拚
- 山頭象徵即將面對的挑戰、困境
- 馬蹄騰空在山頭之上，象徵跨越障礙，勇於面對挑戰
- 手「握著」權杖，象徵全力以赴
- 身上黃袍的圖案「火燄鏤」象徵行動迅速，頭盔的紅羽毛象徵熱情

如何「看懂」塔羅牌



- ▶元素：聖杯、水、情感流動
- ▶數字：突破、擴展
- ▶人物：三人、群體
- ▶穿著：顏色不同、桂冠
- ▶背景：藍天、水果、收穫
- ▶顏色：藍色、喜悅、清朗
- ▶動作：舉杯慶祝、跳舞

- ▶牌意：歡慶、聚會、和諧、豐盛、成功

如何應用在自我探索

■提升覺察力：五感覺知、增強同理

但經過因為共事看到父母的爭執，還有父親的綑綁和對生活的僵固控制

換機 3 3
陳麗 鄧巧玲 區家未知
余江 阮冠鴻
陳偉 五角星星 (已故)
陳偉 沈曉 不想付出 不事
從家
今日呼聲
今次你係帶唔上返班的
心，但係重要去上返，
屋企就係你生命全部父
母，以你係帶為那是我
我聽返，當初為孩子離
開而感嘆你太愛家太上
班，都是別人沒有明白
家……的，但是經過因
為共事看到父母爭執，
還有父親的綑綁和對生
活的僵固控制，的確是
覺得不太明白，不如這
些人的情緒，不想在家，
但又希望返屋 (其實這
是無的恐懼)
而前年的疫情出過的朋友
因擔心失業要忙，而由步
路去上班或出外，都係步

抽牌 權杖3
牌意 即將行動 探索未知
合作 執行 領導
底牌 五角星皇后 (逆位)
牌意 冷酷 不想付出 不想
在家

今日呼聲
今天依舊帶著不想上班的心
情，但還是要去上班。
做最上責任也或者是最父母
～以師長會認為那是我該感
恩、當初為了孩子離開家鄉
開班而去家鄉企業上學，
那是別人沒有的福氣……
的確是。但經過因
為共事遇到父母的矛盾，
還有友朋的離別和對生活
的壓迫控制，的確就是慢
慢的不想付出、不想承擔
他們的情緒。不想在家，
第五阿達從從（其實這是
每天的遭遇）
而原本約過因出遊的朋友
因擔心天氣變化，由走步
到……

輔導工作的運用

- 範圍：個人、學校、家庭(親子、伴侶、原生...)、生涯、感情
- 功能：提供選擇、看見盲點、協助決定.....
- 優點：對學生更包容、降低師生衝突、覺察提升高度

- 範圍：個人、學校、家庭(親子、伴侶、原生...)生涯、感情
- 功能：提供選擇、看見盲點、協助決定.....
- 優點：對學生更包容、降低師生衝突、覺察
提升高度

認識自己的塔羅人格

- 宮位數：0愚人、1魔法師、2女祭司、3皇后、4皇帝、5教宗、6戀人、7戰車、8力量、9隱士
- 十位數：10命運之輪、11正義、12吊人、13死神、14節制、15惡魔、16高塔、17星星、18月亮、19太陽、20審判、21世界、22愚人

- 個位數**：0敵人、1魔法師、2女祭司、3皇后、4皇帝、5教宗、6戀人、7戰車、8力量、9隱士
- 十位數**：10命運之輪、11正義、12吊人、13死神、14節制、15惡魔、16高塔、17星星、18月亮、19太陽、20審判、21世界、22愚人

如何應用在自我探索

■降低自我防衛：看見、接納、打破框架

也看到自己努力不放棄的影像，有對自己的不捨，讓自己的情緒流動

抽牌：聖杯8（逆位）
 逆位牌義：想走走不了
 牌義：背朝國王（逆位）
 牌義：言語傷人，無法理
 暫決定

今天老大 10:00-16:00 有去小兒之家的老工友活動，他有興趣想找食物和肥料系，安排讓我去體驗看看，女兒下午約同學去看圖書館，這完兒子回來，中午又找女學生做，期待自己的時間能做些家事或做些功課，但就隨自己自在的躺床上不做任何事或是睡覺吧，今天內在的情緒一直在波動，有時就浮起在過去一些事，也看到自己努力不想捨，讓自己自由的情緒流動，如同聲林一樣有8個，這座多聲林的情緒在

輔導工作的運用

- 他校老師見證分享
- 宣雲老師、麗質老師
- 體驗練習

請學員提出問題案例練習

- ▶ 他校老師見證分享
宣雯老師、麗質老師
- ▶ 體驗練習
請學員提出問題案例練習

找出自己的塔羅人格

- ➡ 第一步：出生年 + 出生月 + 出生日：ABCD 四位數
- ➡ 第二步：A + B + C + D = EF

EF 會有 a、b、c 三種結果

a. EF = 個位數 (1-9)：直接對應塔羅人格

@這一類的人，只有一種塔羅人格

- 第一步：出生年 + 出生月 + 出生日：ABCD四位數
- 第二步：A + B + C + D = EF

EF會有a、b、c三種結果

- a. EF = 個位數（1~9）· 直接對應塔羅人格

@這一類的人：只有一種塔羅人格

[illegible]

夥伴先帶人回去，情勢對我不利，所以我趕在六月初四日，當天剛好是農曆七月初四日所以有難鬼之說，當下買些食物帶到心儀渡頭的東西，求財助陣，只帶一兩個人沒有我的照片，但我又沒帶去做什麼事，有被宋國輝以所求的對象，然後文文強迫到以所求的對象去看兒子，晚上渡頭沒幾後便一起逛下市，那時候已是滿街苦味還有野狗，回不了家又沒接不到女兒的電話，那時候真是苦，這些情緒如惡鬼般的纏繞了我，讓我遠離內在的結構，常常有些地方去，不想做夥伴生意，想動身去別處，我是我的問題，還有真恨但我卻不敢放開，內在的情緒和過去的生活點點滴滴人惡魔的逼害造成。

認識自己的塔羅人格

- 塔羅人格是以22張大牌為基礎，其中聚焦於前面9種人格。
- 主要人格為數字1~9種類型，以星座概念可稱之為太陽星座，容易讓人認識到的第一印象。
- 從大牌數字10~21為隱藏牌，類似於月亮星座，要深入認識才更能理解的。

- 塔羅人格是以22張大牌為基礎，其中聚焦於前面9種人格。
- 主人格為數字1~9種類型，以星座概念可稱之為太陽星座，容易讓人認識到的第一印象。
- 從大牌數字10~21為隱藏牌，類似於月亮星座，要深入認識才能更理解的。

找出自己的塔羅人格

b. $EF = 10$ 位數，但小於 22
先進行第三步得到個位數，對應一種人格，原來的十位數，對應另一個人格。
@這類的人有兩種人格，唯一例外是 $EF=19$

■ 第三步： $E + F = a$ 或 b ，對應人格數字

b. $EF = 10$ 位數，但小於 22
先進行第三步得到個位數，對應一種人格，原來
的十位數，對應另一個人格。
@這類的人有兩種人格，唯一例外是 $EF = 19$

■第三步： $E + F = a$ 或 b ，對應人格數字

找出自己的塔羅人格

c. EF = 十位數，但大於或等於22

先進行第三步，得到個位數對應塔羅人格，再進行第四步，得到個位數對應塔羅人格

@這類也是兩個人格，但唯一例外是EF=28

■第三步：E+F = a或b，對應人格數字

■第四步：EF-22 = 對應人格數字（有些人會有）

塔羅人格：力量~節制

8力量

以柔克剛、
堅韌、內在
力量、內在
智慧、耐心

12吊人

犧牲退讓、
放手、臣服、
換個角度

9隱士

內在指引、
反省獨處、
冥想、諮商、
內觀

13死神

結束、轉變、
重生、下個階
段、置之死地
而後生

10命運之輪

改變、循環、
契機、學習、
超越現狀

14節制

淨化、調和、
教學、旅行、
溝通、中庸、
自由

11正義

平衡、決定、
法律、黑白、
分明、理性、
真理

愚人

■另一段英雄之旅再度展開，但是境界已經向上提升一層。

■已經是「看山不是山、見水不是水」

■再次經歷人生不同的考驗與關卡



塔羅人格計算

舉例	1972.5.25	2010.7.19	1983.7.4
出生年 + 出生月 + 出生日 = 四位數	1972+5+25 =2002	2010+7+19 =2036	1983+7+4 =1994
四個數字折開相加 = 總數 小於22 → 人格數	2+0+0+2 =4	2+0+3+6 =11	1+9+9+4 =23
總數若為10-21 將總數兩個數字相加 → 人格數		1+1 =2	2+3 =5
總數若22以上 請將總數減去22 → 人格數			23-22 =1

塔羅人格：惡魔~世界

15惡魔

物質主義、
慾望、束縛、
權力、掌控、
遠離心靈

19太陽

熱情、自由、
勇氣、歡樂、
自信、赤子
之心

16高塔

突如其來破
壞、毀滅、
無法控制、
痛苦、天啟

20審判

審判、原諒、
重生、深層
轉化、內在
召喚

17星星

療傷、寧靜、
希望、淨化、
靈感、自由

21世界

圓滿、集大成、
完整、句點、
完結、結束、
旅行

18月亮

不安、恐懼、
焦慮、潛意
識、失眠、
低潮、陰影

分享與討論

塔羅人格：愚人~戰車

0愚人

自由自在
隨心所欲
活在當下
冒險

4皇帝

權力、責任、
父親、穩定
秩序、自律、
領導

1魔法師

創造、
無限可能
溝通表達

5教宗

傳統、道德、
律法、保守、
群體認同、
教育

2女祭司

智慧、學習、
直覺、神秘、
精神靈魂、
情感

6戀人

選擇、
愛情、人際
結合

3皇后

豐收、生產、
創造、母性、
感官

7戰車

不放棄、成
功、選擇後
的勝利、自
律

英雄之旅



■每個人都走在讓自己成為英雄路上

■追尋人生意義的一條路

■探索自我、找到自己的價值與使命

■成為一個圓滿自性、智慧圓融的個體

