

蘇同學

評分項目	回饋建議
整體檔案內容完整度 封面(標題、學校科系、姓名)、百字簡述與內文(文字說明、照片或圖片、證明文件等)	<ol style="list-style-type: none"> 1.百字簡述精要, 完整的專案流程, 圖文豐富, 文字表達流暢, 建議頁數可再濃縮精簡。 2.佐證資料豐富, 看得出對動畫有很大的熱誠。
學習歷程及心得省思 <ol style="list-style-type: none"> 1.為什麼想學?(動機、目標) 2.你怎麼學習?(準備、過程) 3.學習過程中你發現了什麼?(困難、學習反思) 4.學習收穫和影響(心得、未來應用) 	整體呈現非常完整而有深度。在重大困難與反思這部分, 建議以表格化呈現, 易讀性高。
呈現亮點特色及個人優勢 個人興趣、潛能、人格特質以及各種核心能力	<ol style="list-style-type: none"> 1.對於自己的興趣有很完整的動機與學習成果。另外在設計的發想, 皆有完整的敘述說明。可以清楚地知道整個動畫劇情設計背景, 而在名片設計與海報甚至展場的設計等都很用心地呈現在歷程中。 2.在歷程檔案中可以看見許多反思及投入在這個動畫專題的用心。
檔案設計感及版面配置	<ol style="list-style-type: none"> 1.架構完整與清晰、排版邏輯清楚且用心。 2.內文字級適中, 表格的運用及圖文比例的掌握皆很到位。
整體回饋建議	<ol style="list-style-type: none"> 1.目前看起來是單一的主題表現, 建議可以增加其他專長表現, 讓主題增加多元性。 2.建議可再精簡作品介紹的篇幅, 突出歷程反思與各階段的心得, 讓書審者留下深刻印象, 不致過於發散。但整體而言, 非常棒! 3.以閱讀舒適度、吸引力及作品的影響力而言, 這是一份很棒的學習檔案。另以學檔的呈現及排版, 整理得非常清晰易讀。

大明高中 學習歷程檔案學習成果

類別： 視覺藝術 音像藝術 表演藝術 音樂

專題實作 課程學習成果

永保創意的最可靠方法：驅使自
己去學習新事物 - 哈維·麥凱

科別：多媒體動畫

製作者：蘇同學
指導老師：賴佑霖



引言

百字簡述：我熱愛動畫，我渴望能更深入學習和精進動畫技能。因此，我希望進入大學後，學習各種創作技巧和藝術理論知識，並有機會接觸專業的繪製工具和技術。我的熱忱和毅力將推動我在動畫這條路上不斷前行，不斷精進自我，實現我的夢想。



即使鱈魚棲息於陰暗沉悶的深海，但總有一條對於未來充滿希望。

目錄

一、專題實作介紹.....	p.3
二、專題研究簡介.....	p.4
三、創作歷程.....	p.8
四、重大困難與反思.....	p.21
五、總體心得與收穫.....	p.23
六、專題得獎證明.....	p.25
七、專題成果企劃書.....	p.26
八、結語.....	p.43

一、專題實作介紹



課程簡介：此課程重點在於實作的課程，目的是讓學生透過實際的專題研究或創作，學習和掌握所學知識和技能。課程還能讓學生體驗到專業領域的實際操作和流程，有助於學生更好地了解自己所學的專業知識和技能的應用價值。



課程目的：培養學生的創造力、問題解決能力和團隊合作能力，讓他們具備更好的自主學習能力和創新能力、提高學生的專業水平和實踐能力，讓他們能夠更好地應對未來的職業挑戰。



核心素養：創新思考、團隊合作、實踐能力、研究能力和創作能力，這些素養都是學生未來職業生涯所必需的。



學習經驗：是一個需要大量時間和努力的過程，但同時也是一個非常有價值的學習經驗。學習到如何將理論知識應用到實踐中，並且透過不斷的嘗試和調整，不斷改進我們的專題項目。

更多關於創作的動機和歷程在：三、創作歷程

二、專題研究簡介

永保創意的最可靠方法：驅使自己去學習新事物



引起學習動機

專題實作對我來說是非常有挑戰性的學習經驗，它讓我可以將理論知識與實際應用相結合。這種綜合性的學習方式可以使我更好地理解 and 掌握所學知識。此外，專題實作也讓我能夠與同學合作，彼此學習和協作，體驗到團隊合作的重要性和價值。最重要的是，專題實作讓我可以應用自己的想像力和創造力，並且不斷挑戰自己，這些過程讓我感到非常有意義和滿足感。所有這些因素都激發了我對學習的動機，讓我更加積極主動地投入到學習中。



研究結果與討論

1. 主題討論

本討論以冒牌者症候群為對象，想讓觀眾了解有這個症狀，以及在第一視角呈現，讓觀眾能更融入在故事中。所以我們小組決定共同完成一部動畫去讓大眾了解此心理狀態。

“ 害怕失敗 ”

“ 完美主義 ”

“ 與自己和解 ”

2.故事簡介

男主角羅素在成長的過程中一次次的突破自我，獲得他人的認可，但卻無法承認自己的才能，跟別人比較、被別人比較、自己跟自己比較。

在話劇社的道路上與要好的朋友達克互相競爭、諒解，無意中聽到的冷嘲熱諷，都讓羅素心底的種子逐漸萌芽，開始懷疑自己、對自己沒有自信、不敢承認自己的好，讓他慢慢戴上了名為冒牌者的面具。



做任何事情都非常完美，但心裡時常覺得還是不夠好，也因此幻想黑影人在看著自己，給自己莫大的壓力。

◀ 男主角羅素

與羅素是兒時玩伴，但因成長過程中遇到了總總矛盾，導致如今的關係疏遠。

羅素好朋友-達克 ▶



3.故事腳本

分 鏡 表 ①				
場/鏡	畫面說明	鏡頭說明	音效說明	秒
		他睜開眼睛		
		又回到了被黑影包圍的地方		
		黑影漸漸散去		
		霧散開的遠方 坐著一個人		
				

Page:

分 鏡 表 ②				
場/鏡	畫面說明	鏡頭說明	音效說明	秒
		他走上前 給他一個擁抱		
		黑影跟羅素說： 可不可以不要再跟我說加油了		
		羅素震驚 且鬆開了擁抱		
		他再次抱緊		
		黑影離開 羅素留下淚水		

Page:



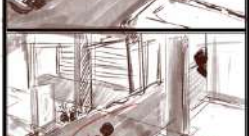


分 鏡 表 ③					
場次	分鏡畫面	聲音	畫面	運鏡	秒
惡夢		跑步、喘息	被黑影追趕		3
					6
		叫			
					
		跑步	逐漸逼近		3

圖1:描述整部動畫的驚訝點。主角羅素在巷子裡睜開眼睛，羅素又回到被黑影包圍的地方，黑影漸漸散去，霧散開的遠方正坐著一個人。

圖2:描述整部動畫的高潮點。主角羅素走向前給他一個擁抱，黑影對羅素說了一句話，羅素震驚的鬆開擁抱，接著羅素再次抱緊，可是這次黑影已經永遠地離開了。

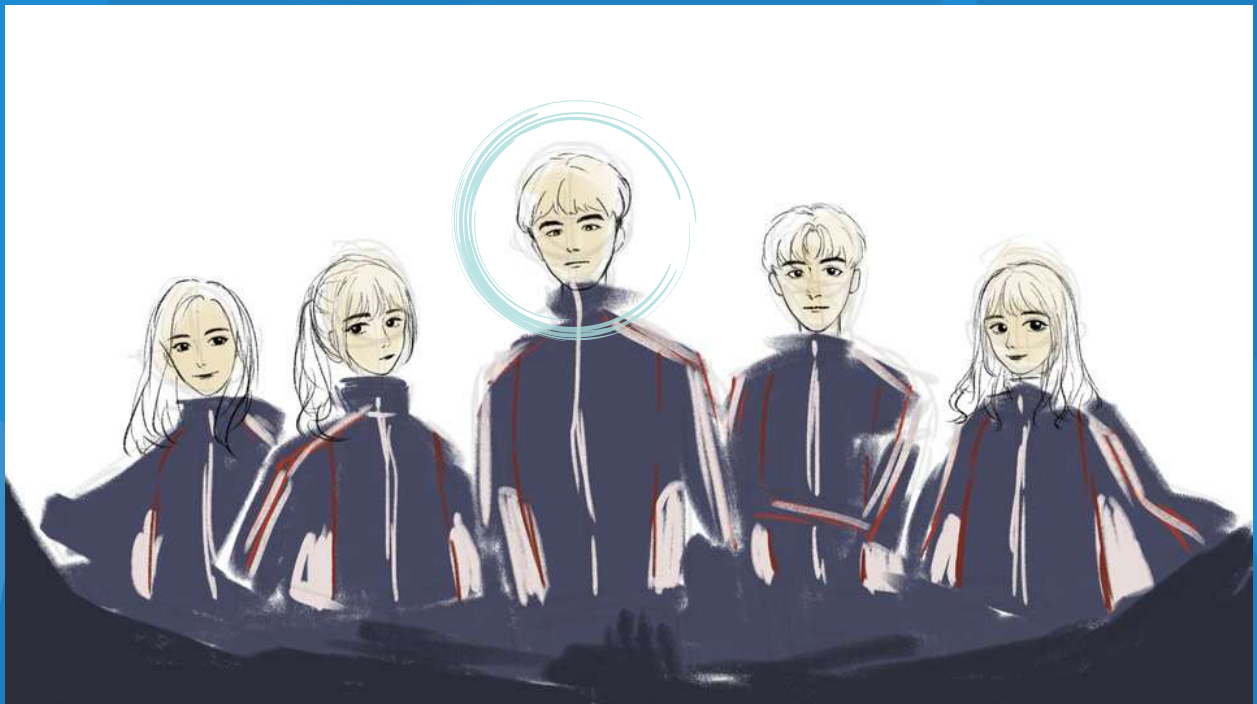
圖3:描述整部動畫的緊張點。主角羅素正在被黑影追擊的畫面，羅素跑向了巷子，可是黑影還是窮追不捨，最後黑影逐漸逼近，就在要抓到羅素時.....

4. 結論

透過專題實作的過程，我們得以深入研究冒牌者症候群的相關議題，同時學習了製作動畫的技能與方法。在創作動畫的過程中，我們遭遇到了各種困難與挑戰，但這些挑戰也讓我們不斷反思自己的能力與不足，並在實踐中進一步成長。

透過這次專題實作，我們了解到動畫製作不僅是技術上的挑戰，也需要細心的策劃和耐心的執行。在角色設計、LOGO設計、片名設計以及網頁設計等各個方面都要下功夫，才能讓作品更具有吸引力與觀賞價值。

最後，我們感謝導師的指導與幫助，也感謝組員們的努力與支持，如此信任我這個組長。透過這次專題實作，我們學習到了許多知識與技能，也體驗到了創作的樂趣，讓我們更加熱愛動畫製作，並期待未來能有更多機會繼續深入探索這個領域。



▲ 我與專題組員(繪製版)

三、創作歷程



創作動機

冒牌者症候群是一種常見的心理現象，許多人都有過類似的經驗。我們常常會感到自己不夠好，擔心自己做不到某件事情，或者擔心自己的表現不夠優秀。這種心理狀態會給人帶來負面影響，限制自己的發展和成長。因此，我們希望透過動畫的形式，呈現這種心理現象的本質，讓觀眾能夠了解和面對這種情況。同時，我也希望能夠用這部動畫鼓勵觀眾勇敢地面對自己的不足，並且學會珍惜自己的優點，不要因為自己的短處而忽略了自己的價值。

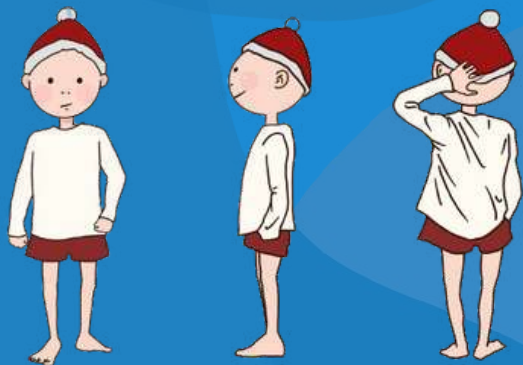
創作目的

主要是想要讓觀眾對這種症候群有更深入的了解，並且提高對這種症候群的認知。通過動畫的形式，可以讓觀眾更加深入地體驗病人的內心世界，從而感同身受地理解病人所面臨的種種困難和挑戰。同時，也希望通過這個創作，能夠讓更多人關注這種症候群，促進社會對心理健康問題的重視和關注。



創作成果

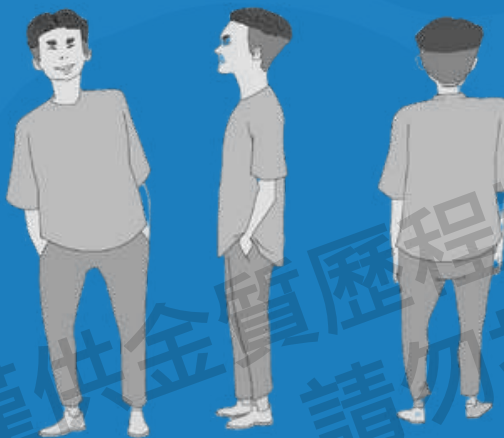
1. 角色設計



▲ 羅素初始版本



達克初始版本 ▲



▲ 羅素二次版本



達克三次版本 ▲



▲ 羅素四次版本



達克四次版本 ▲



◀ 羅素&達克組合精稿圖

角色設計是動畫創作過程中非常重要的一部分，我們為了呈現冒牌者症候群的主題，需要設計出有強烈個性的角色來表達。但是，創作過程中也會遇到設計不理想、不滿意的情況，甚至可能會多次重新設計。

在這個過程中，我學會了堅持和反省。我會在每次設計後反思自己的不足，從觀察和收集資料中獲得靈感，堅持不懈地嘗試不同的設計方案，直到找到最好的角色形象。

這個過程雖然有時候會有點落魄，但我相信這些挫折和反省是讓我成長的機會，也是讓我學會更多的寶貴經驗的機會。



2. 場景設計



▲ 羅素房間



舞台 ▲



▲ 羅素得獎櫃



羅素與其他表演夥伴的相片 ▲



▲ 羅素家外-前往舞台劇的路



3.海報設計



▲ 視界第一版海報

起初因為風格與視覺感受不夠強烈，經過小組討論後，產出左側完整精稿海報。

◀ 視界海報

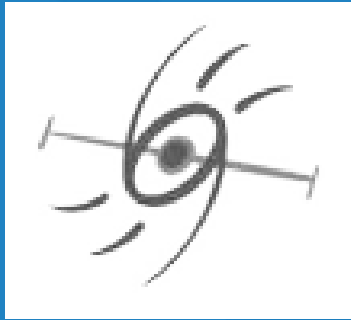
主要角色以動畫風格呈現於海報中央，並在周圍布置故事情節、場景或其他角色元素，讓觀眾可以直接感受到劇情的基本樣貌。

我們將主題以文字置於海報的中央產生視覺焦點，強調動畫的核心思想。

以藍綠色為主要色彩作為海報的主色調，並與其他色彩進行搭配，呈現出不同的情緒和氛圍。



4.LOGO設計



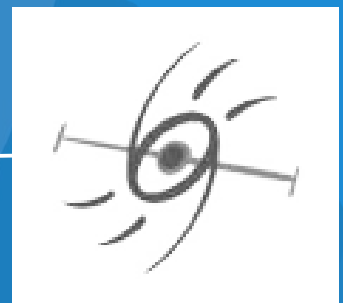
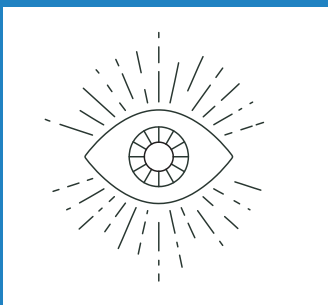
◀ LOGO

做LOGO是一件需要**耐心**和**細心**的事情。

對我而言，專題中設計LOGO的過程中，我遇到了很多困難和挑戰。一開始，我沒有一個**清晰**的想法，只是隨意地畫了一些圖案。

但是，隨著時間的推移，我不斷嘗試不同的設計，並從**失敗**中學習，逐漸有了更**明確**的方向和想法。

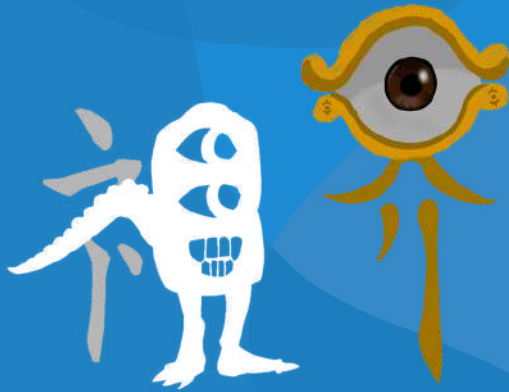
最終，我**成功**設計出了符合專題主題和風格的LOGO。這讓我感到非常自豪和滿足，也體驗到了通過**不斷**努力和堅持，最終取得成功的喜悅。



▲ LOGO創作過程



5.片名設計



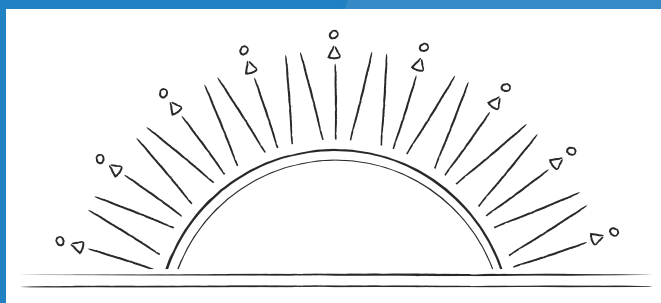
◀ 專題動畫視界-片名設計

片名設計概念

片名設計概念是要表現出主角在現實與幻想之間掙扎的心境。

因此，我們選擇了「視界」這個詞彙，代表著角色在不同的視界中遊走，尋找自己真正的定位。

在片名設計中，我們採用了設計過的字體和簡單的配色，以突顯出角色內心的複雜情感，搭配動畫中鏡子、動畫裡的怪獸。同時也符合整體風格和故事情節。我們希望透過片名設計，能夠吸引觀眾的目光，引發他們的好奇心，並讓他們更深入地理解和感受到故事背後的主題與意義。

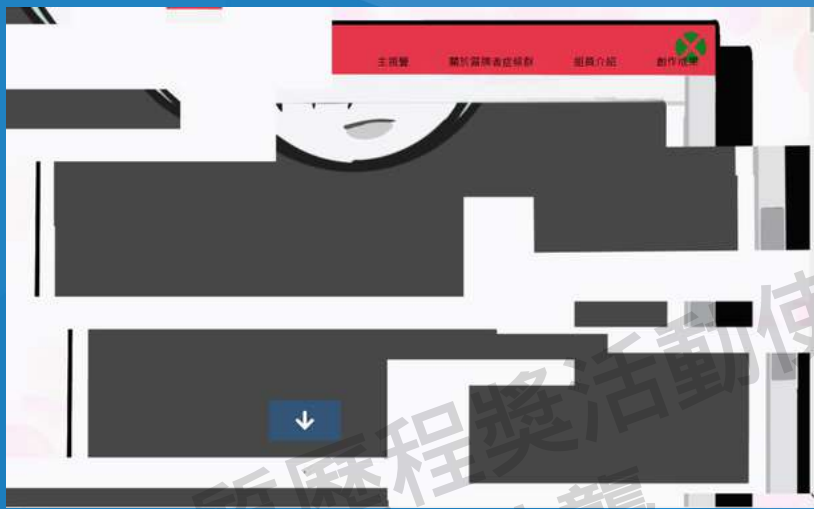


起初也想過用圖的方式呈現片名，後來不盡理想後改為文字設計。

▲ 片名設計初版



6. 網頁設計



◀ 網頁首頁

在做有關於冒牌者症候群的動畫時，我們同時也設計了一個專屬的網頁來宣傳這部作品。

網頁的設計概念是以動畫中的世界觀為基礎，呈現出一個神秘、充滿冒險的氛圍。

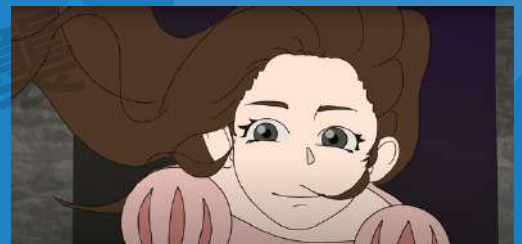
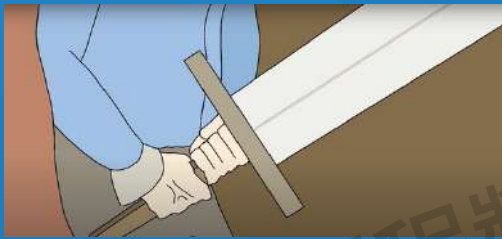
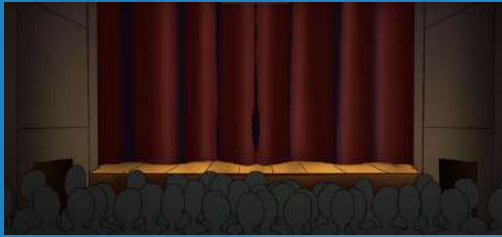
首頁的背景圖片是一幅具有科幻感的插畫，展現出冒牌者們在奇幻世界中的旅程。

網頁上的其他元素，如標題字型、按鈕設計、色彩搭配等，也都緊扣著動畫的主題和風格。

透過網頁設計，我們希望能夠吸引更多人關注這部作品，並讓觀眾更深入地了解其中的世界觀和內容。



7. 動畫呈現

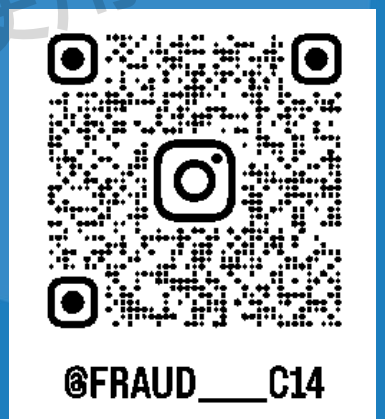


這個動畫片段是《視界》中的一個重要片段，故事中的主角在舞台劇中去拯救一位被囚禁的公主。在這個片段中，主角進入了巨龍的地盤，遇到了一系列的危險和挑戰，最終成功救出了公主。

整個片段融合了冒險、戰鬥和救援的元素，營造出了一個富有張力和戲劇性的場景。在動畫中，我們利用豐富的色彩和流暢的動畫效果，讓觀眾可以身臨其境地感受到主角的緊張與刺激。整個片段以動作場面為主，讓觀眾可以輕鬆地理解故事情節，同時也為整部動畫增加了更多的動感和戲劇性。



8.名片設計



▲ 視界-IG

◀ 視界-名片設計

對於組員的名片設計，我希望能夠展現出每個組員的個性與特色，同時也要符合動畫的風格和氛圍。因此，我們採用了簡約的暗色系設計風格，呈現出獨特而個性化的名片。

同時，我們也使用了動畫中常用的色彩和圖案。這樣的設計不僅能夠方便觀眾識別每位組員，也能夠讓名片本身具有動畫的氛圍和特色。



9. 展場設計



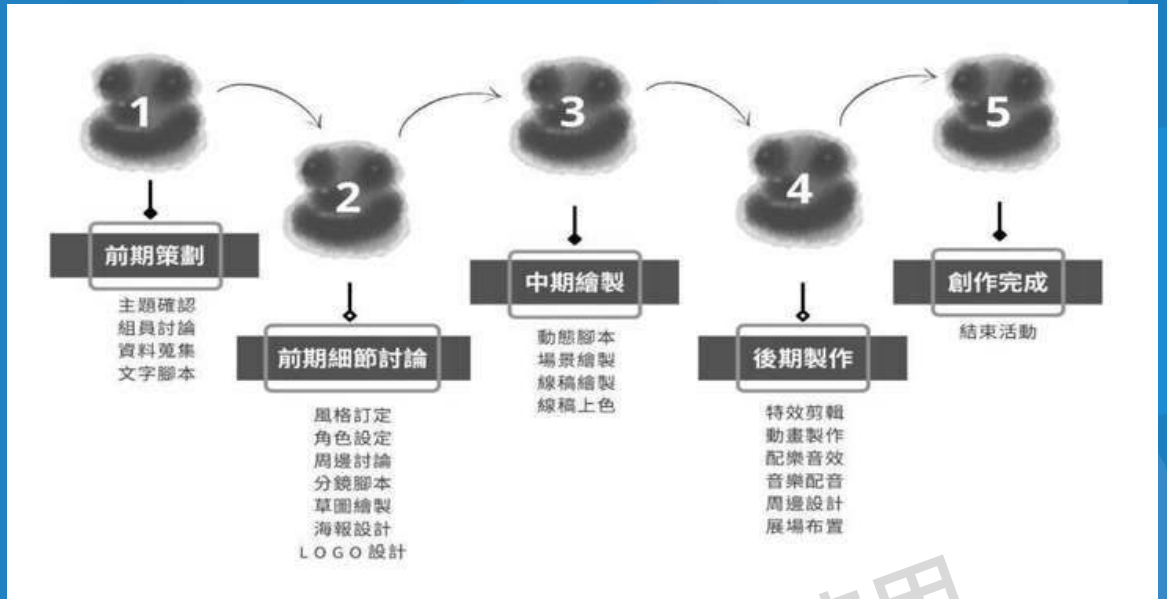
從事展場設計讓我更深刻地體驗到「展示即表現」的重要性。在展場設計中，我們運用了簡約卻不失精緻的風格，強調冒牌者症候群所探討的主題，以及角色與世界觀的設計概念。

同時，我們也考慮到展場空間的限制，利用簡單的布置方式，達到最佳的視覺效果，讓觀眾能夠在有限的空間中感受到我們的創作理念。

展場設計的過程中，我們不斷嘗試與改進，最終呈現出令人滿意的成果。這次的經驗讓我更了解到展場設計的重要性，也讓我更期待未來能有更多展示作品的機會。



創作規劃



▲ 繪製流程圖



▲ 甘特圖



總體創作心得

這次參與專題動畫的創作，是我一個非常有價值的經驗。從專題的開始到結束，每個階段都充滿了挑戰與學習機會，我們一起努力完成了這個作品，也深刻體驗到創作過程中的種種經驗。

這次專題動畫的創作過程中，我們遭遇了許多挑戰與困難。例如：在角色設計上，我們需要不斷嘗試不同風格的設計，才能找到最適合專題主題的角色形象。在製作動畫過程中，也遇到了技術問題，需要花費大量的時間研究和解決。

然而，這些挑戰與困難，讓我們有機會不斷學習和成長。在遇到問題時，我們不斷地嘗試、改進，學會了如何更好地溝通和協作。同時，也學習到如何管理時間，合理分配工作，以達到更好的效果。

最終完成了這個作品，我感到非常的滿意和自豪。從這次專題動畫的創作中，我們不僅學到了專業知識和技能，更學會了如何與團隊合作，如何運用創意思維，讓我們的作品更具有表現力。這些經驗和技能，將對我們日後的學習和職業生涯都非常有幫助。

最後我想說，真的好累啊啊啊啊啊，每天組員們互相的追殺彼此，真的超好笑，結論還是很開心的~

經歷了困難後的成功，就像鯉魚在游泳時會逆流而上，不斷克服障礙，經過長時間的努力最終達到目標。



四、重大困難與反思

困難	反思與解決辦法
Q1.想法不夠具體	在創作時，可能會遇到想法不夠具體的情況，不知道從哪裡入手。我們的解決辦法是透過閱讀相關資料、觀察周圍的事物、與他人討論等方式來豐富想法。
Q2.時間壓力	有時候我們面臨了時間上的限制，例如準備要成果展或截止日期。我們透過優化工作流程、合理安排時間、尋求他人幫助或酌情調整工作量來解決時間壓力。

困難	反思與解決辦法
<p>Q3.缺乏資源</p>	<p>我們遇到了缺乏資源的情況，例如缺乏預算、技術設備或人力資源。我們的解決辦法是尋求贊助、使用免費資源、借用他人的資源或尋求志願者幫助來解決資源問題。</p>
<p>Q4.團隊衝突</p>	<p>當我們在團隊合作時，有時候會出現意見不合或人際關係問題，這可能會影響團隊的工作效率和合作品質。我們的解決方法是透過開放性的溝通、互相尊重、妥善處理衝突、建立信任關係等方式來解決團隊衝突。</p>
<p>Q5.缺乏動力</p>	<p>有時候我們可能會失去動力和熱情，可能是因為任務的困難度太高、目標不清晰或缺乏自信心。我們的解決方式是透過重新檢視目標和期望、制定小目標、尋求他人的支持和鼓勵、鼓勵自己等方式來激發動力和熱情。</p>

五、總體心得與收穫

這個專題對我來說是一個非常寶貴的學習經驗，讓我從中獲得了很多收穫。首先，我學會如何與不同背景和專業的人合作。這是一個多元化的團隊，我們需要相互合作，尊重彼此的想法和意見。通過合作，我學會如何更好地溝通和合作。

此外，這個專題讓我體驗到了設計和創意的過程。在這個專題中，我們需要從頭開始設計和創作一個動畫，包括角色設計、故事情節、音樂配樂等等。這讓我更深刻地理解到了設計的重要性，如何創造出一個具有吸引力和影響力的作品。

同時，這個專案還教會了我如何處理和解決問題。在這個過程中，我們遇到了很多挑戰和困難，例如創意瓶頸、時間壓力、技術問題等等。但我們不斷地尋找解決辦法，改進和完善我們的作品。這讓我學會了如何面對困難和挑戰，以及如何解決問題。

總之，這個專題讓我獲得了很多有價值的經驗和收穫，包括合作、設計和創意過程、問題解決能力等等。我相信這些經驗和能力將對我的未來發展有所幫助。



這個專題讓我獲得了許多有價值的經驗和收穫，其中最重要的是感謝一路上幫助我的人 and 老師。

在這個專題中，我們遇到了許多困難和挑戰，但我們始終堅持不懈地努力創作。在這個過程中，我們學會了如何有效地分配時間和資源、如何協作和溝通、如何創造和實現想法等等。更重要的是，我們學會了如何面對困難和挑戰，並找到解決問題的方法。

最後，我想感謝一路上幫助我們的人和我的指導老師佑霖老師。他們在我們遇到困難和挫折時給予了我們支持和鼓勵，幫助我們克服了種種困難和挑戰。他們的指導和支持是我們完成這個專題的重要因素之一，讓我們有信心和勇氣迎接未來的挑戰和機會。



▲ 製作網頁成果照

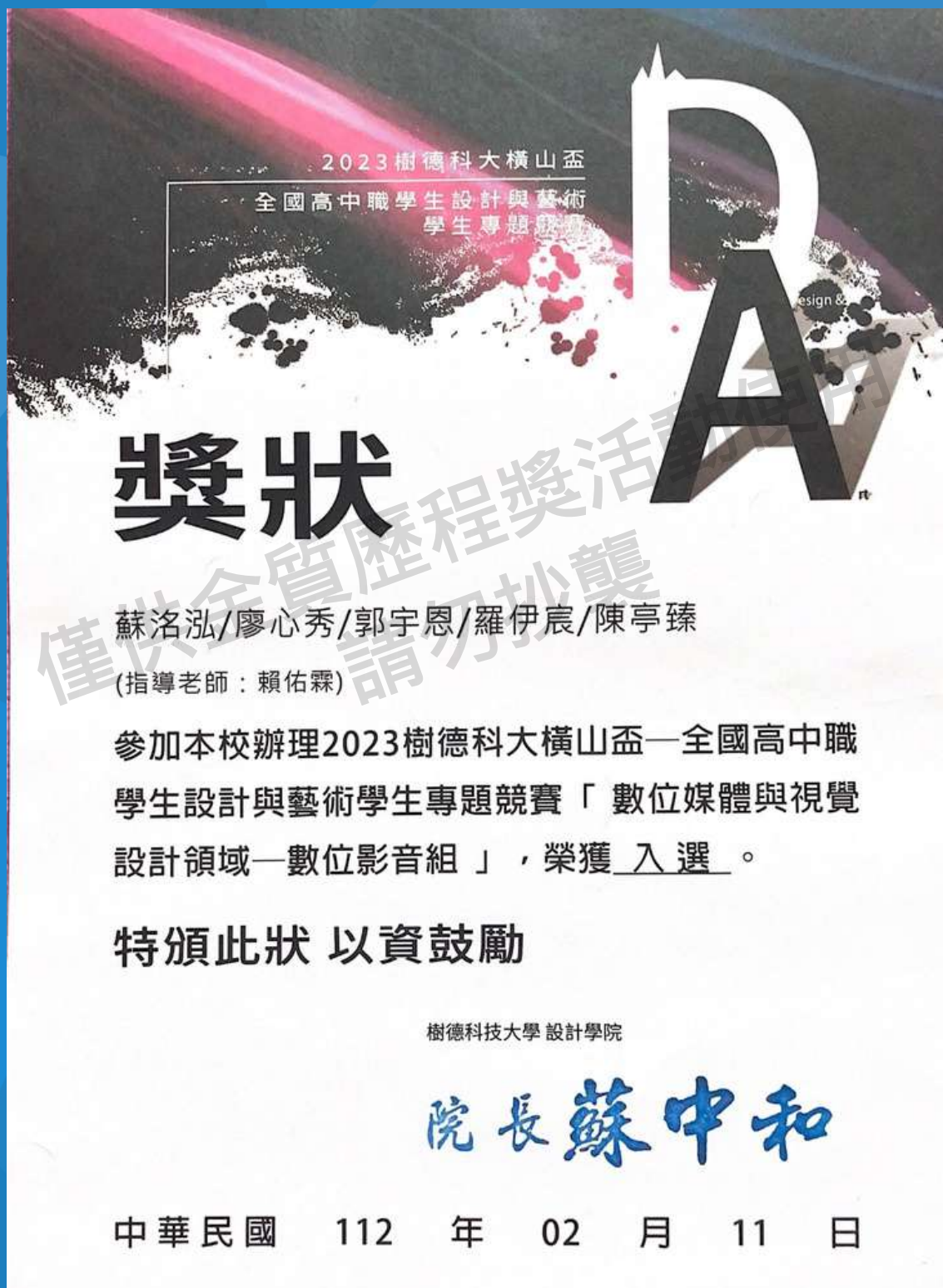


我與成員共同討論動畫成果照 ▲



不斷的追求、奮鬥和超越，就像鮭魚一樣代表著勇氣、毅力和堅韌不拔的精神。只有通過不斷地奮鬥和超越，才能夠實現自己的理想和目標。

六、專題得獎證明



▲ 入選全國高中職學生設計與藝術學生專題競賽

七、專題成果企劃書

類別：繪畫/立體類 動畫類 表藝類 影視類

作品名稱：視界

關鍵詞：害怕失敗、完美主義、與自己和解

目錄	
壹、故事大綱	28
貳、分鏡腳本	29
參、創作動機	29
肆、主題與課程之相關性或教學單元之說明	30
伍、創作方法	31
陸、創作成果	33
柒、討論	41
捌、結論	41
玖、參考資料	41
壹拾、附錄	42

僅供金質歷程獎活動使用
請勿抄襲

【視界】

壹、故事大綱

一、故事簡介:

男主角羅素在成長的過程中一次次的突破自我，獲得他人的認可，但卻無法承認自己的才能，跟別人比較、被別人比較、自己跟自己比較，在話劇社的道路上與要好的朋友達克互相競爭、諒解，無意中聽到的冷嘲熱諷，都讓羅素心底的種子逐漸萌芽，開始懷疑自己、對自己沒有自信、不敢承認自己的好，讓他慢慢戴上了名為冒牌者的面具。

二、故事大綱:

羅素是一個優秀的戲劇社演員，他在某次表演中出糗了，雖然大家都跟他說沒關係，可是他就是很在意，過不去心理的那個坎，他很難過，找了一個角落讓自己冷靜，抱頭陷入回憶裡，他來到了某個小時後的畫面，這時的他跟達克還很要好，他們從小就玩在一起，比誰都還要了解對方，也一起進入戲劇社互相切磋、互相學習，彼此都是對方最重要的老師。

某天，臨時說要徵選某個話劇的男主角，可是那天達克生病請假，所以羅素硬著頭皮上，結果他居然被選中了，他又驚又喜，因為他以為機會是別人的，也非常努力在練習，後來達克病好了，回到戲劇社練習時，發現羅素被選上了一個他以前也想演出的一個角色，他心裡有點錯愕，又覺得羅素是自己的好朋友應該要為他開心，這兩種想法衝突在一起，他笑笑的跟羅素說你怎麼會被選上啊？羅素也跟他解釋了當天自己發生的事，以為自己不會被選中，結果就中了，他一邊解釋一邊刻意把自己說的沒有那麼的好，因為他知道達克心理應該不太好受，後來達克也沒有在說什麼。

某次他們一群戲劇社演員在練習結束時留下來玩撲克牌時吵起來了，羅素罵達克說他會這樣對他還不是因為他被選上他很想要的角色，他抽達克的牌，拿到了鬼牌，達克說他沒有，但表情有點像被說中了一樣覺得很不好意思但又低不下頭，所以繼續拿以前的事跟羅素吵，達克也抽到了鬼牌，之後他們沒有再跟對方講過話。

直到今天羅素表演出糗的時候，他滿腦子都是這陣子的委屈，和想跟達克重歸於好的心情，他蹲在角落啜泣，突然有一個人影慢慢的靠近他，羅素抬頭一看發現是達克，達克看著他沒有說什麼話只是遞給了

他一包衛生紙，告訴他：「我沒有討厭你，雖然你很想要這個角色，但是機會是屬於你的，他不需要一直因此自責。」羅素看著達克，很驚訝達克居然會跟他說這些話，他把眼淚擦乾，笑著對他說，你也是啊不要太勉強自己了。

貳、分鏡腳本

分 鏡 表				分 鏡 表			
時間	畫面說明	攝影說明	音效說明	時間	畫面說明	攝影說明	音效說明
	 他睜開眼睛			 他走上前給他一個擁抱			
	 又回到了被黑影包圍的地方			 黑影跟羅素說：可不可以不要再跟我說加油了			
	 黑影漸漸散去			 羅素震驚且鬆開了擁抱			
	 霧散開的處方坐著一個人			 他再次抱緊			
	 霧散開的處方坐著一個人			 黑影離開羅素留下淚水			

參、創作動機

在一次偶然中，我們發現有些人被稱讚時，常常會覺得不自在，還有些人在考試得高分時，會覺得是運氣好，不是憑自己的努力得到。這些人通常非常努力，從他們的角度來看，這是為了避免讓別人發現自己是騙子，是勤奮工作會換來更多成功與掌聲，讓他們持續陷入擔心被識破的輪迴中。

越來越多人有這種情況，明明在別人眼中是完美無瑕的，但自己總會否認自己的努力、成功、一切，心想只是運氣好。會覺得自己不值得得到稱讚，而且會越來越沒有自信，而通常會有冒牌者症候群的人，會因為可能一次大考失常，就放棄第一、二自願，覺得自己做不到。這些冒牌者心態，或許一開始對人生很奏效，因為它們看似與謙遜、努力、自制等美德相提並論，冒牌者長年深信不已，直到這周而復始的焦慮拖垮了生活，各種身心症發出警訊。

在簡單的搜尋冒牌者症候群後，發現原來很多名人都有這這種症狀，於是想更了解這個疾病，而開始搜集更多資料，撰寫研究動機。

一、創作目的

本研究以冒牌者症候群為對象，想讓觀眾了解有這個症狀，以及在第一視角呈現，讓觀眾能更融入在故事中。

也希望讓觀眾了解到，這個症狀是人人都幾乎有可能會有的。

我們將研究目的列述如下：

- (一)了解冒牌者症候群特徵
- (二)探討冒牌者症候群心理狀態
- (三)探討冒牌者症候群怎麼發生
- (四)藉由本專題研究提出解決冒牌者症候群的建議

肆、主題與課程之相關性或教學單元之說明

課程名稱	課程內容	創作對應
色彩原理、課程內容	配色調和與色彩的應用	動畫配色
素描實作	學習利用明暗繪畫	繪畫創作
造型原理	立體造型的概念	展場設計
健康與護理	健康新世界	研究冒牌者症候群
基本角色設計實作	了解角色創造基礎概念	角色人物設計
視覺藝術展演實務	分鏡、腳本發想、拍攝手法	故事發想
數位設計實務	學習Premier	動畫後製剪輯
動畫設計實作	了解動畫基礎概念	2D動畫製作
藝術與科技	網頁基本架設資料	製作網頁
繪畫基礎實務	多媒材創作	動畫上色風格

表一

二、使用軟體

繪製動畫軟體	Procreate、Photoshop、ClipStodio Paint
音效、剪輯軟體	Premiere
企畫書製作軟體	Microsoft Woed

表二

伍、創作方法

一、文獻探討

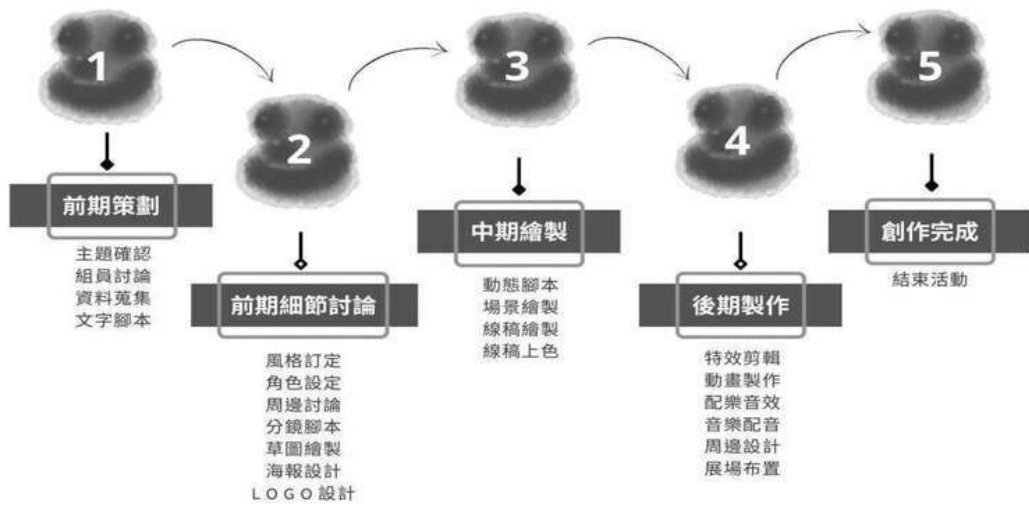
完美主義:指的是一種人格特質，事事追求完美，有助於表現優異，進而達到成功。他們也有過於他人的優越感，在工作時，他們追求完美，注意細節。在性格上，他們看問題通常只有兩面，因此走向偏極端。不過他們具有領袖特質，勇於創新，做事有完美的原則，但也很在乎他人的批評，可望被尊重。

與自己和解:雖然看似什麼都沒做，但其實內在不斷地在精神內耗，最好的解決方法是「學會接受自己的不完美」、「做自己能掌握的事」、「想到就去做」、「遠離負能量的人事物」。想得多、說的少，這樣日月累積下來，最容易耗內大腦能量，世界上沒有完美的人事物，每一件事都有可能失誤，如果總是糾結，必然對自己沒好處，那就求無違自己的心吧!

冒牌者症候群:患有冒牌者症候群的人無法將自己的成功歸因於自己的能力，並總是擔心有朝一日會被他人識破自己其實是騙子這件事。他們堅信自己的成功並非源於自己的努力或能力，而是憑藉著運氣、良好的時機，或別人誤以為他們能力很強、很聰明，才導致他們的成功，在現實環境中的證據指明，他們確實具備優秀才能，他們還是認為自己只是騙子，不值得獲得成功。

有研究顯示，冒名頂替症候群在高成就女性當中較為常見，同時也有研究指出男性與女性的盛行率沒有差異。在1980年代初期的研究指出，五名成功人士中有兩名認為自己是騙子，另有研究發現有百分之七十的人或多或少都曾經認為自己是騙子。冒名牌者症候群並不被視為精神疾患，不過臨床心理學家對此現象從事不少研究。傳統認為冒牌者頂替症候群是一種人格特質，但近年來研究者傾向於把它視為對特定情況的反應，雖然某些人較容易出現此症狀，或是症狀較其他人嚴重，但目前的證據並不支持將之歸類為一種人格特質。

二、繪製流程



圖一

三、甘特圖



圖二

陸、創作成果

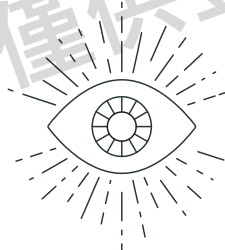
一、LOGO



圖三

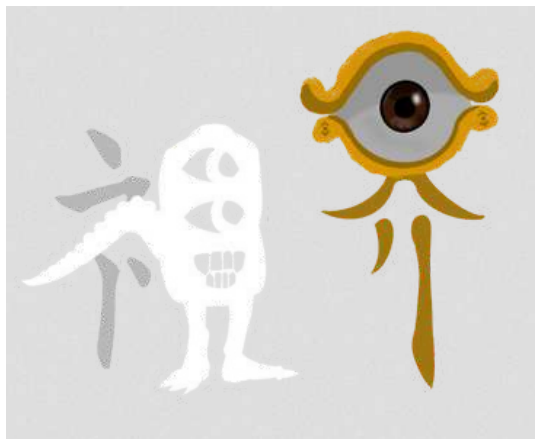
二、LOGO繪製流程

備供金質歷程獎活動使用
請勿抄襲



圖四

三、標準字設計



圖五

四、角色介紹



圖六

羅素/高中生/17歲

一位陽光的高二生，個性謙虛，家庭普通，熱愛話劇，因從小接受馬戲團的訓練，造就現在柔軟敏捷的身手，所以在話劇社是當紅明星。時常督促自己還有很多進步空間，永遠覺得自己還未達到標準，因為一次意外，才意識到平常都把自己逼太緊了，有時也要懂的適時休息。



圖七

達克/高中生/17歲

羅素兒時的玩伴，卻因成長過程中產生摩擦兩人漸行漸遠，見面時總是有不少衝突，但還是時常惦記對方。(達克其實是羅素幻想的人物也可稱為黑影人。)

五、場景設計



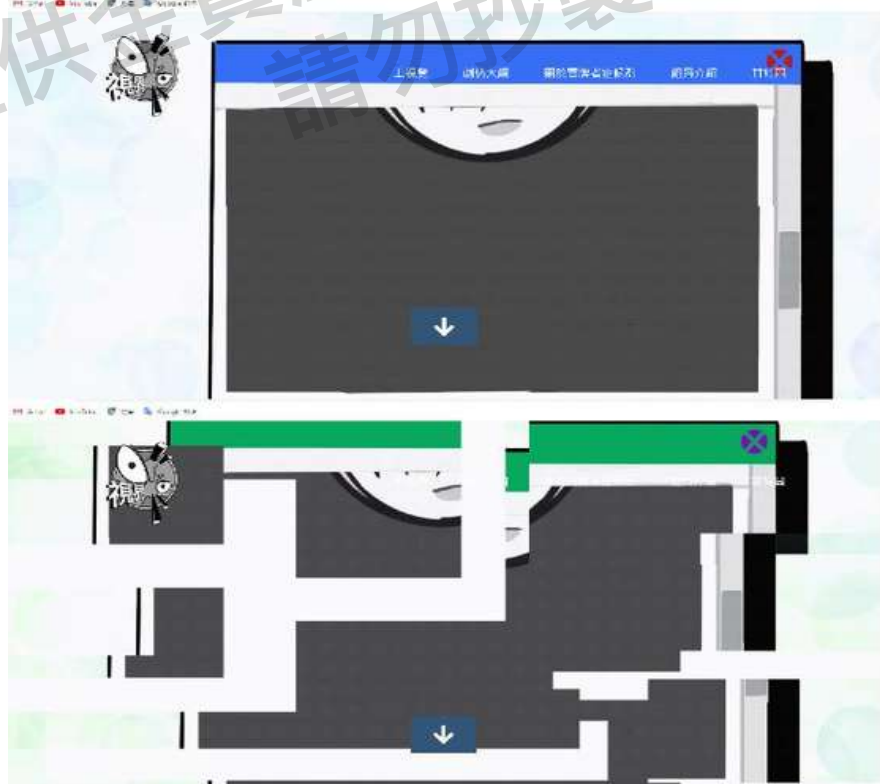
圖八

五、場景設計



圖九

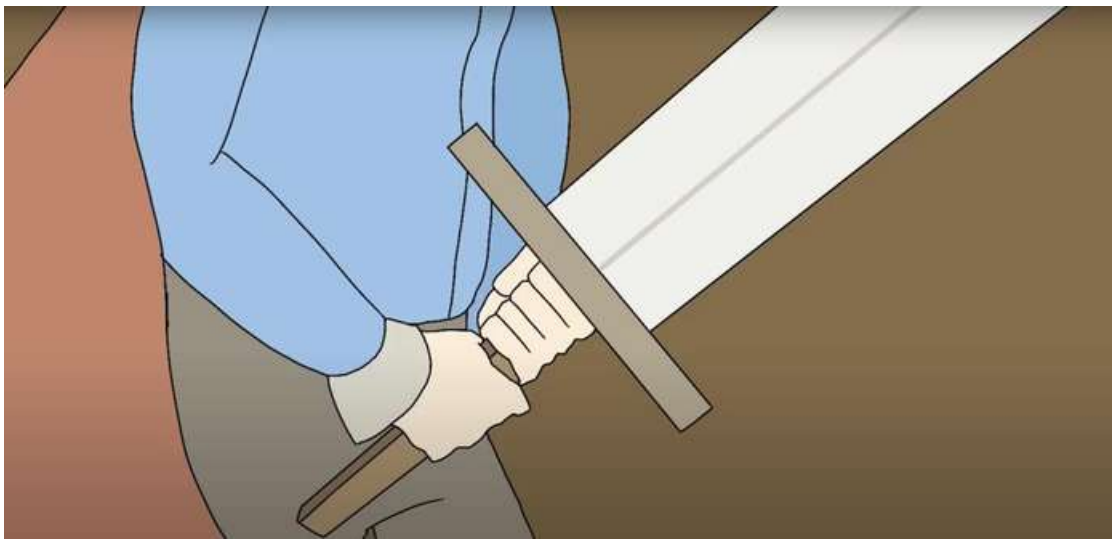
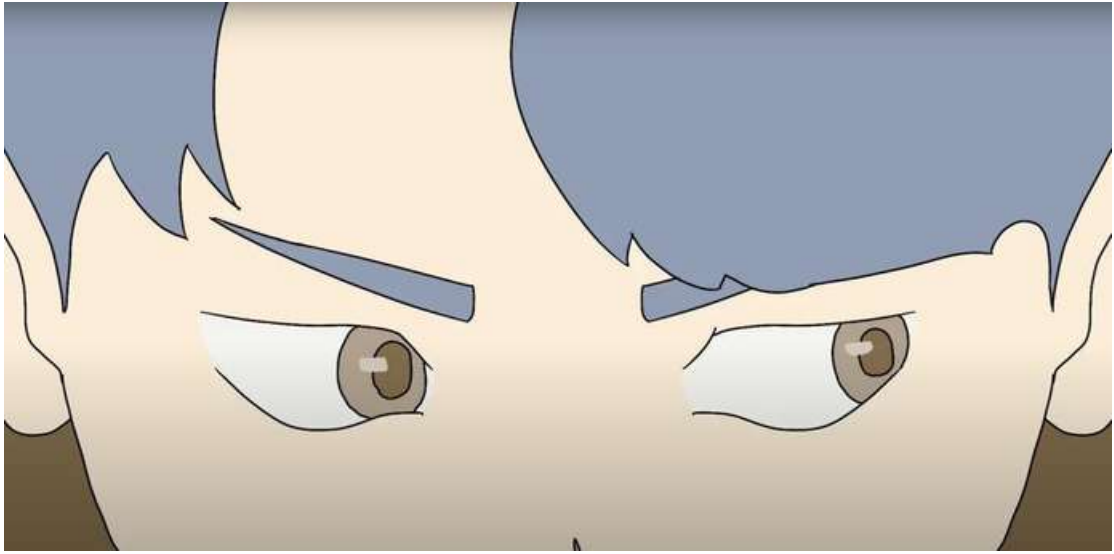
六、網頁呈現

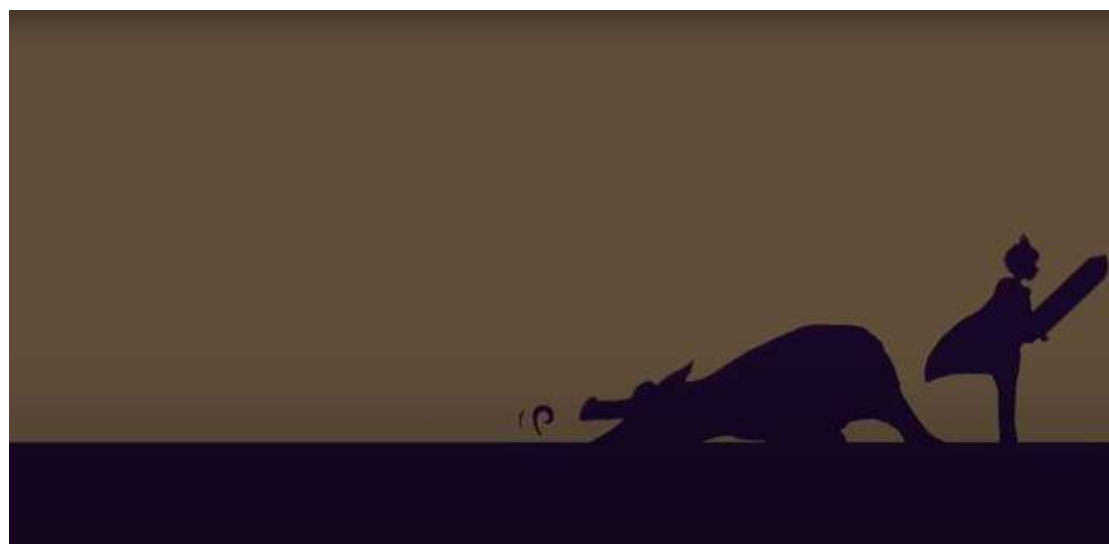
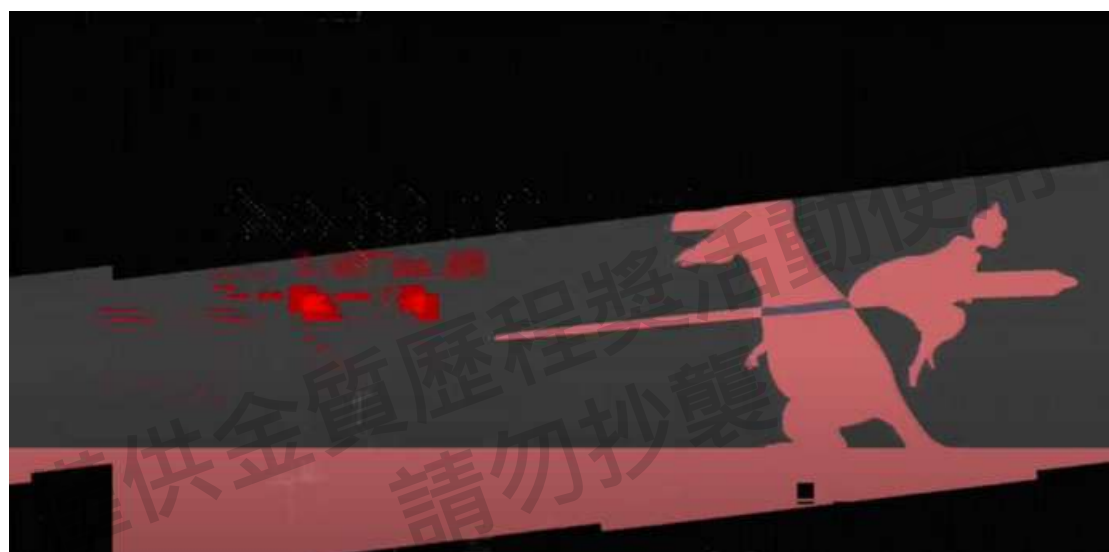


圖十

六、動畫呈現









柒、討論

本討論以冒牌者症候群為對象，想讓觀眾了解有這個症狀，以及在第一視角呈現，讓觀眾能更融入在故事中。所以我們小組決定共同完成一部動畫去讓大眾了解此心理狀態。

捌、結論

這次的比賽收穫良多。從剛開始的籌備，到後來決定好主題開始繪製整部動畫，再到最後的專題成發，每一刻都讓我樂在其中，也讓我有所成長。記得剛獲得專題優選的消息後，除了又驚又喜，沒有什麼比這麼形容詞更貼近那時候的心情了。從專題開始的那一刻，就決定要做到

最好。這段時間走過來，很高興我有四個很體貼的隊友。他們總是為我分擔很多事情，身為組長，除了更努力的參與外，實在想不出更好的回饋方式了，很感謝他們從開始到最後一刻都很努力，也絲毫沒有鬆懈。團體合作是困難的、更是必須學習的，但在和他們合作及相處的這段時間，我感到很自在，畢竟獲得四個得利助手一起分擔壓力是再幸福不過的事了。

玖、參考資料

- 1.冒牌者症候群釋義。<https://womany.net/articles/13322/amp>
- 2.志祺七七 2019/01/08 YouTube
- 3.1978年 克蘭斯(Pauline Clance)、因墨斯(Suzanne Imes)
- 4.<https://blossommedical.org/imposter-syndrome/>
- 5.<https://anatomind.com/blog/imposter-syndrome>
- 6.<https://www.cheers.com.tw/article/article.action?id=5096472>
- 7.<https://asana.com/zh-tw/resources/impostor-syndrome>
8. <https://ibeautyreport.com/posts/202201141800-006-15626>

二、作品分工表

壹拾、附錄

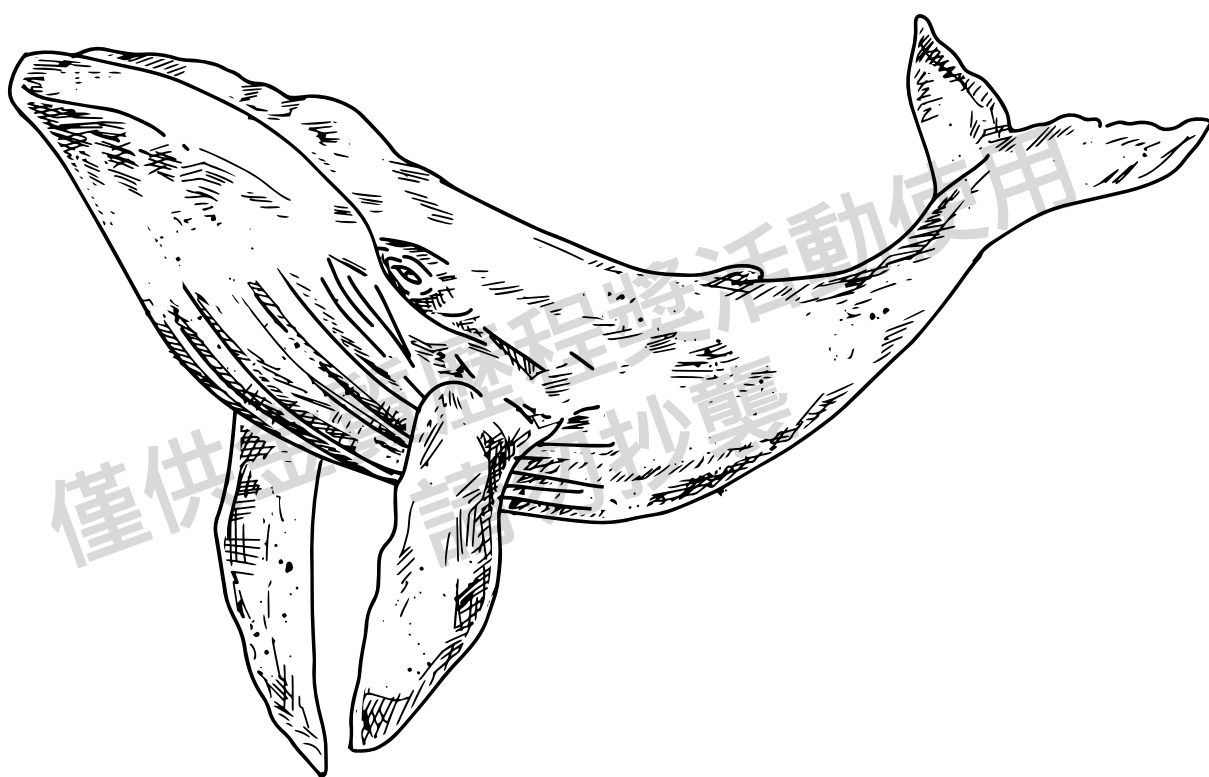
參賽學生	工作任務
A	監督、分鏡、音效、原畫、上色、片頭片尾、甘特圖
B	分鏡、人物設計、原畫、動畫、上色、片頭片尾、logo設計
C	分鏡、背景、美術監督、上色、後製剪輯、企劃書
D	故事劇情、音效、原畫、動畫、上色
E	周邊產品、金費預算、展場規劃、宣傳

僅供金質歷程獎活動使用
請勿抄襲

八、結語

最後的最後，感謝一起奮鬥的組員們。

謝謝你們信任我這個組長，辛苦了。



期許你們都能像「在水中翱翔的大鳥」在水中的自由和優雅擁有自由和優雅的生活態度。

成為世界(視界)的霸主，需要勇氣和毅力才能與自然界中的其他強大力量競爭。

要勇敢地迎接挑戰，不斷前進。