

自主學習的動機引導：以曼陀羅九宮格為例

雲林縣立斗南高級中學 李柏璋老師

一、前言

「老師，我做這個好不好？」、「老師我可以自習就好嗎？」、「老師你幫我想一個題目好不好？」

這些場景是否非常熟悉呢？自 108 課綱自主學習上路以來，每一年在面對新的一批學生時，就像面對一批重新開機的電腦一樣，必須重新再來過，為此總是傷透腦筋。而每間學校能夠給予學生的資源不同、不同老師對於自主學習的圖像有各種樣貌、學生對於自身的了解程度不一等、成果要是什麼樣子等。都是在自主學習上會遇到的問題。俗話說的好：凡事起頭難。思考能夠執行且有趣的自主學習主題，絕對是學生以及老師們最燒腦的部分。**如何用最巧妙且不過度負擔的方式，讓學生能夠透過思考主題的過程，也初步認識自己的特質與能力。**這也就是本文想要與老師們分享的部分。

二、曼陀羅圖是什麼？

曼陀羅思考法是一種簡易的思考方式，基本上就是一種自由發想並將其圖像化。其思考方式是以九宮格為型，正中間為需要思考的問題（也就是主題），並向外展開思考與主題中心相關的內容。與藏傳佛教中曼陀羅向外展開的圖形類似（僧侶們也會以這樣的方式進行深入思考），因此稱為曼陀羅思考法，也稱九宮格思考法，如圖所示。

與主題相關的項目	與主題相關的項目	與主題相關的項目
與主題相關的項目	主題	與主題相關的項目
與主題相關的項目	與主題相關的項目	與主題相關的項目

圖一：九宮格思考法。

著名的棒球選手大谷翔平、以及臺灣奧運選手楊宗緯，皆是使用這樣的方式，明確訂定自身目標以及必須完成的項目，讓自己的目標不再只是虛無飄渺的題目而已，而是一張完整的圓夢地圖。

將目標視覺化，既讓目標具體，也可以激發學生執行計劃的動力，也是選擇此思考法的初衷。

三、自主學習版的曼陀羅九宮格

那麼該如何利用此九宮格來輔助學生思考主題呢？主要分成下列 6 階段依序建構：

1.讓學生先回顧自身的學習經歷，並思考有哪些事物是學生透過自學的方式獲得的？可以是學科、技能、情感方面的學習，並填入九宮格。

唱歌	玩遊戲	煮飯
騎腳踏車	自學	打球
修理東西	拍影片	畫畫

圖二：以自學為中心發想自學經歷。

2.讓學生回顧在自學的經驗裡，曾經使用哪些方式或是參考哪些資源，並填入空格。在這裡建議可以讓學生分組，互相分享各自的經歷，並以人事時地物來引導思考。

問會的人	看YT影片	上網查詢資料
試錯檢討	自學方式	分階段規劃
找朋友一起	需要工具	不停練習

圖三：以自學方式為中心，思考自學可能的方式。

3.讓學生可以開始自由發想，以自己為中心，思考任何有興趣想再更深入了解的事物。在這裡一樣採取發散式的思考，盡可能讓學生寫滿。如圖為範例：

咖啡拉花	電Bass	電繪
長板招	我想學？	化妝
攝影構圖	穿搭	多肉植物

圖四：讓學生自由發想想做的事情，只要粗略的方向即可。

4.讓學生挑選其中幾項可能發展的主題，並深入思考以及查找與此主題相關的內容。讓學生可以找出明確的方向，老師也較好引導。

相機設定	參考攝影師	IG攝影帳
手機app	攝影構圖	分割法
人像	風景	焦段

圖五：讓學生仔細查找與此主題相關的子題，並思考自己想要的內容是什麼。

5.根據上述的步驟，學生明確找出與此主題相關的內容後，開始思考此主題與自己的關聯以及初步目標，形成初步的動機。



圖六：讓學生以此圖順序，將先前整理出的資料（包含學習方式以及主題內容），填入空格。

6.最後將第五步驟的內容，轉化成一段完整的學習動機與目標。引導學生撰寫時，可以利用先前幾個發想步驟，將這些步驟所發想的內容，以下列模式撰寫：自己與此主題的連結—自己在此主題遇到的疑問—自己預計用什麼方式來完成。此模式的好處在於，學生在此階段寫得越完整，有助於後續規劃週計劃時，會非常明確且與動機緊密扣合。下列文段是實例：

Ex：我很喜歡利用手機隨時記下生活的每一瞬間，也很常在 IG 上瀏覽喜歡的攝影帳號，但是發現自己再怎麼努力拍，好像沒有辦法拍的跟攝影帳號的作品一樣好，想要找出拍出好看照片的技巧，讓自己的拍攝更上一層樓。決定先查詢跟攝影相關的書籍與理論、社群媒體上的分享資訊等，來找出自己能夠上手的方式。後續透過實作練習來增進技巧，並於自己的社群媒體發表。

經過此 6 階段的過程，可以鼓勵學生以產出兩種不同的自學主題。通常會是階段 1~4 為一節課，5~6 階段為一節課。而老師可以根據學生的能力調整所需時間。

四、總結

九宮格思考法是一種十分靈活，且可以根據教師需求做調整的思考方式。本文主要是分享如何操作與引導，並非標準答案。老師若有興趣也可以嘗試修改成習慣的模式。