

Active learning自主學習計畫社群期末成果報告

週四晚餐讀書會

112學年度 第1學期

撰寫日期: 112年11月10日

壹、社群名稱

週四晚餐讀書會

貳、社群簡介

週四晚餐讀書會是由交大校區學生所組織二週一次的聚會，旨在促進知識分享與跨領域交流。

成員間會在閒暇之餘閱讀當月指定書籍。

每次聚會以共進晚餐搭配當期選影開始，在用餐完畢後，以逐章討論的形式對該次選書分享各自讀後心得，活動最後成員對該次討論做總結與統整，並發表到社群媒體作為活動的成果展示。

參、社群目標

通過定期聚會和書籍討論，推廣知識交流和學習，使成員在自身專業與個人興趣方面互相啟發。另外，在看當期書籍和電影時，我們可以對書籍中探討主題的文化背景和歷史脈絡有更多的理解。在討論過程中因為有不同背景的同學，可以在交流討論間讓成員

看到相同主題下不同維度、角度的思考觀點。最重要的是，我們希望成員可以在交通大學高壓的學習環境下，有一個結合學習與休閒的平台，讓成員在繁忙的學業之餘有機會放鬆。

肆、社群成員

成員	姓名	學系全名 (若非交大學生 請註記)	跨域學程名稱	年級
組長	林詩軒	百川學士學位學程	科技法律學程	二
成員1	廖恩莆	資訊工程學系		三
成員2	李奕傑	機械工程學系		三

伍、執行成果

一、執行方式及進度

每次的聚會都會包含三個項目：晚餐交流、電影賞析、書本討論。

1. 晚餐交流：

本社群將聚會時間訂在大家比較有空的晚餐時間，並再社群成員等待彼此到達聚會地點前一面吃飯一面聊聊近況，讓社群間的成員更了解彼此，也可以趁機聯絡感情。

2. 電影賞析：

根據選書，我們會選一部電影在吃飯時間播放，每次聚會播放一小時，一部電影會拆成兩次觀看。選擇電影的方式可能由時代背景、探討的主題或是書本翻拍微選擇依據。透過搭配電影的賞析，在討論書本時會更有畫面感及帶入感。

3. 書本討論：

我們每週會遴選一位導讀者，透過導讀者帶領摘要內容、提出討論議題，成員可以根據不同議題進行討論和思辨。透過這樣的導讀練習，也可以增進導讀者的摘要、提問的能力。

第一次聚會——《逃避自由》逐章討論結果

第一章：說明心理學在自由上非常重要

第二章：自由的走向是兩面的，正面是自我力量的成長，另一面卻是個體孤獨。

第三章：中世紀到文藝復興，像在講背景。第二部

分的宗教改革才是重點，主要在講資本主義興起下個人無法面對孤獨的改變。

因為過往（中世紀）有自己的位置，比起不自由，他們感受到的反而是安定。但未來卻擁有無數多的選擇，導致很多人

無法忍受這樣的情況，因此某些教派可以滿足這些人的孤獨，因而興起。像是完全順從上帝，跟上帝建立強連結以消除個體化的帶來的孤獨感。喀爾文教派主張死亡已經決定好了，但通過重複性的勞動可以消除這樣的感覺。

提問：那為什麼人還會努力？

討論結果：因為重複性的勞動可以大致消除這種焦慮感。

第四章：舊社會的道德會讓現代的個人顧得不好。現代分工社會讓個人變成社會的小零件，個人很難變成社群，因為大組織會讓大家的聯繫變淺薄。作為「一位顧客」，你並不重要，重要的是作為客人的一個抽象概念。

1. 個人意義的消磨
2. 個人力量的消磨（生產行為、聯繫）
3. 無法融入

第五章：對社會健康的對個人不一定健康。怕把不符合社會規定的就定調為「有問題」的人。

1. 權威性格：

施虐與受虐是一體兩面的。雙方是共生關係。

2. 受虐：

把自我消解，用依戀他人來安定自己。甘於犧牲。

3. 施虐：

對被施虐者也有依戀。無法接受受虐者的離開。享受宰制被虐者的感覺。

4. 毀滅性格：

施虐者希望受虐者消失。

第六章：

認同自己的權威而貶抑他人：合理的雙標。

反對的是衰弱。

重點放在中產階級：主要納粹的一群。

工人往上，資本在上，使中產階級被夾擊。

家庭上，時代變動快速下，年輕一代比較能適應，但老一輩的就不行。

第七章：

討人喜歡的特質：樂觀、社交能力是一種商品，這樣才會被接受。

這樣造成自身特質容易被壓迫。壓抑個人思考

死亡的缺席：

對死亡的感受削弱 → 生命缺少死亡會變得乏味、沒有深度。

解方：積極自由

藝術家？只有少數被認可的才被認為是藝術家。

行動可以用於強化自己的堅強程度。

（愛、生產性工作？？？）

當週學習進度：

理論一定不全然是正確的，但對事情的批判，尤其是對讀者的「攻擊」。「適應力很強」或「過得很順利」反而可能是把個人給丟棄了。相反的，有些不乖或叛逆的小孩，才是真正自我的人。有些一開始自己覺得的興趣很可能是別人灌輸的，比如小時候做了特定事情被誇獎或鼓勵，使本來不是興趣和擅長的東西，默默內化到這裡。這本書讓讀者知道自己的很多觀念可能是被他人灌輸，並非自我的思想。

第二次聚會——《崩世代》

本次活動先以《衡量一個人》電影欣賞開始，了解法國對社會底層人民的生活寫照，以及他們遇到的經濟和情理上的困境，希望可以連結到本次的書本《崩世代》討論財團化、貧窮化的議題。

進到討論後我們逐章討論，針對作者提出的議題各自提出自己的看法和討論。在討論這本書時，我們先了解這本書的成書背景、作者群，在了解議題的同時盡量保持客觀的態度，不單純照著作者的想法思考。接著在逐章討論的過程中提出自己身邊的例子或自己的生命經驗。最後在書本提出改

革方案的時候提出認為好或不好的部分，也比較現勢和成書當年後有多少改變。

進度說明：

本次閱讀完《崩世代》全書，完成本次進度。在討論過程中也有錄音紀錄，之後有規劃轉化成 podcast 上傳、紀錄我們的討論過程。電影《衡量一個人》目前看了一半，發現讀書會同時配合一部電影會看太久，所以刪減為一半，下次可以接著把電影看完。

下一次會閱讀《牆》，隔一週會先有小的閱讀提點，再隔一週舉行讀書會正式討論書本。下次也會將《衡量一個人》看完，並針對電影做綜合討論。

1. 現今的財團化或大企業的發展都有其歷史因素，不能單看當下的狀態評斷政府的政策或如今的財團發展的「好」與「不好」。
2. 少子化的原因有很多，參考其他國家的補貼方式，多半是以提供托育會有比較好的成效，而非係台灣目前用一次性發錢的方式。這方面值得台灣嘗試與借鏡。
3. 非典型工作造成的工作貧窮：有許多人因為無法有正職工作，或從事無法受到勞基法保障的工作型態，導致薪水過低、勞動過多，需要更全方面的保障現代新型態的工作模式。

4. 本書的作者是勞方權益組織，許多改革建議方向都會很偏向勞方，但有些政策不見得是真的很需要，或是做了或不一定真的適合一個國家發展。總之一世代之政策與發展受到諸多面向影響，而這本書也只是從少數幾個面討論，但不變的是唯有大家各自從自己的專業發表意見和想法，才有可能共創更好的社會。

二、實施效益與具體成果

第一期書籍簡介：

(上篇)

這是一本關於自由的書，作者佛洛姆從社會心理學的視角出發，帶領讀者看清自由的本質，打破過往我們對自由過度正面樂觀的意義解讀。

本書的一開始就點出了一個關於自由的經典問題：倘若追求自由是人類天性，那為何在納粹政權下的德國人民卻想要放棄自由。

佛洛姆沒有直接回答這個問題，反而是先討論了文藝復興以及宗教改革時期歐洲人的性格轉變。他認為在中世紀前中期

是不存在所謂社會流動的，一個人終身只能從事一項工作，且這項工作並不是他能夠選擇的，當然，此時的人也沒有所謂自由的概念，而商家之間則是緊密的合作關係。

但是到了中世紀晚期的文藝復興，這樣固定的社會結構開始鬆動，鐵匠的兒子不再一定是鐵匠，此時人雖獲得一定程度上的自由，卻也必須面對到失去從前安定社會的焦慮感，人與人之間也從合作變成了競爭關係。在這樣的背景下，路得所提出的主張（脫離教會，完全地歸順上帝），很大程度的滿足了這些人焦慮的心理，除此之外，同時期喀爾文教派所主張的命定論和信徒努力工作行善這件事表面上好像是衝突的，但其實也能從心理學上類似強迫性精神官能症的角度去解讀：當一個人面臨到強烈焦慮感而開始重複小事情的傾向。

讀到這邊，可能會疑惑，為何佛洛姆要花這麼大量篇幅討論宗教改革，事實上，宗教改革下的人民，選擇把自我不斷縮小，將個人附屬在像是上帝這樣的強大力量下，不正是納粹時期強調犧牲個人而成全某個抽象群體的德國人民，或是當今社會將自己變成巨大資本機器下小螺絲釘的我們嗎？

佛洛伊德的理論，將個人與社會切開，個人具有許多內在驅力(如飢餓、睡眠)，而社會則壓抑著個人，在這樣的狀態下，這些內在趨力會昇華(sublimation)成努力和奮鬥，促成了文明的發展。

佛洛姆一方面同意佛洛伊德的部分理論，卻也反對這樣將個人與社會二分化的解釋方式，他認為社會與個人之間的互動並非像佛洛伊德描述的靜態關係，社會不只是壓抑，也在創造內在趨力，這樣的動態過程不只在個人的發展歷程可以看見，也能夠宏觀的從整個人類文明的歷史中發現。基於這樣的理論，若我們想要解答現代人逃避自由的原因，就有必要去分析這樣性格結構的源頭，那就是宗教改革。

過往，我們對於自由這個詞，可能抱有的是一種完全的樂觀主義，但是透過上述這樣的分析，佛洛姆向我們展示了自由的另一個面向，也就是個體失去初始連結而感受到強烈的孤獨感。

而在後面的章節中，佛洛姆將更深入的闡述他對於像是路得這樣看似矛盾的性格(反對權威卻又擁抱權威)，以及納粹時

期人民逃避自由的時代背景，我們會在下一則貼文簡介這些剩下的內容。

(下篇)

在《逃避自由》的第四章，佛洛姆進一步探討了逃避自由的心理機制，包括權威性格、毀滅性格以及機械化的順從。

權威性格是源自於心理學上的施虐-受虐性格，佛洛姆將這個概念擴展到一般人身上。他認為那些精神官能症患者和一般人在本質上並無不同，只是在性格上更趨極端。在施虐-受虐的關係中，受虐者的逃避機制看似明顯(通過弱化自己來逃避自由)，但為什麼施虐者也是一種逃避自由的表現呢？

佛洛姆指出，施虐者將他人視為自己的一部分，將自我完整性縮小來避免承擔個人的責任和自由所帶來的無力感。

在本書的第五章，佛洛姆詳細闡述了德國納粹歷史背景與心理學之間的關聯。他強調中產階級是推動納粹主義的主要力量，而不是上層貴族或下層工人。中產階級被夾在上層和下層之間，感受到壓力和窒息，因此成為納粹主義的主要動力。

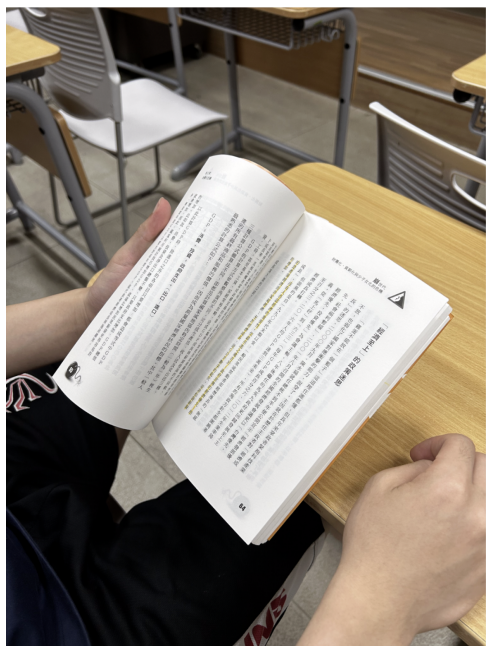
這次的貼文隔了很長時間，本來遇到期中考想說x`就暫停一下，沒想到就一直以考試和作業為藉口來拖延到現在，期許下次能夠改進。畢竟總比不做任何努力要好一些吧

此外，未來的書籍介紹也會調整方向，我希望將重點重新放回自己身上，而不是書籍本身。下一次的貼文將分享我在一
個多月前讀完這本書後的心得體會。

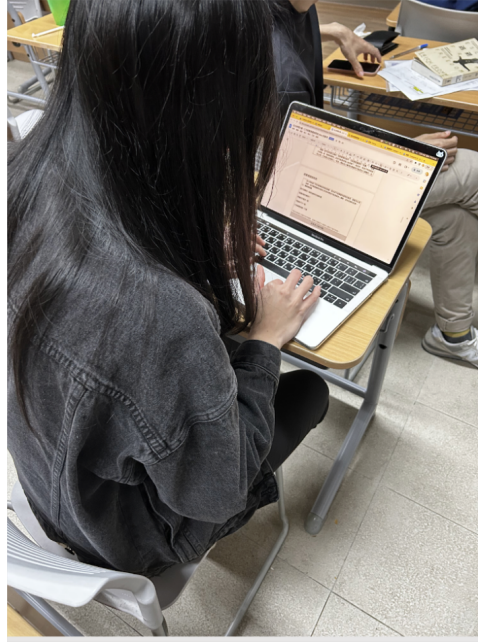
三、成果照片



觀影



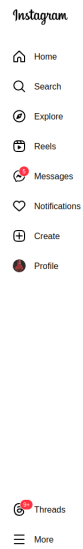
讀書



撰寫貼文



成員間進行書籍討論



Instagram 帳號



Instagram 貼文



Instagram 貼文



Instagram 貼文

需呈現歷次社群活動相關成果照片至少10張，請挑選清晰畫質、有故事性的照片，每張照片請簡單說明(50字內)。

另請將3分鐘成果影片檔案交至計畫承辦人信箱(

jiachin@nycu.edu.tw)。

四、小組成員心得(每位成員含組長皆須寫至少300字心得)

陸、執行問題檢討與建議

1. 導讀是給導讀者引導閱讀的練習機會，希望大家可以多多嘗試，不用因為大家擅長的部分不同就有所退卻
2. 超譯討論沒有關係，希望可以透過融合大家的生活經驗與思想，達到教學相長的目的。
3. 逐章討論花了滿多時間，也讓大家比較少有發表自身經驗的機會。或許下次可以折衷一點。

柒、其他

無

歷次紀錄表參考格式_總表

次別	日期/時間	地點	主題/內容	觸及人次
1	112/03/16 18:30-21:30	科一館122 室	逃避自由 衡量一個人	5
2	112/04/27 18:30-21:30	科一館122 室	崩世代	5

3	112/05/11 18:30-21:3 0	科一館122 室	牆	5
---	------------------------------	-------------	---	---