

## 龍華科技大學學務處諮商輔導暨職涯發展中心活動成果展示

週次:第 7 週

2025/10/27 114-1 「點亮心途：映造自我星光」心理健康系列活動  
從 MBTI 出發：踏上認識自己的旅程

趣味情境題開場	介紹 MBTI
	
進行 MBTI 測驗	講師與學生進行互動
	
<p>日期： 2025/10/27 15:00-17:00</p> <p>地點： U356 教室</p> <p>主題： 114-1 「點亮心途：映造自我星光」心理健康系列活動 從 MBTI 出發：踏上認識自己的旅程</p> <p>主席： 金秋彤</p> <p>參與人員： 全校師生</p>	

活動成果： 講師透過生活中的情境題開場，邀請學生分享在不同情境中他們會如何回應，並以此帶領學生去討論 MBTI 在日常生活中的應用，並藉由說明 MBTI 的起源，以及榮格提出的四種心理功能和八種人格類型，介紹 MBTI 的理論架構，接著帶學生進行 MBTI 的測驗並講解各樣不同人格類型的特色，以及解析每個人格類型的主導功能與輔助功能，過程中講師與學生進行互動和討論，增進學生去思考他們測驗出來的人格類型實際上與他們相似和不相似的地方，協助學生可以增進對自我性格的探索與了解，最後則以 MBTI 的迷思為主題帶領學生去看見每一種人格類型都各具特色，並無優劣之分，每一個人也均有機會發展出不同的面向，作為結尾。