腦補怪2.0進化

2-8 | 10-20 min | 8+



腦補怪又再次入侵你的腦袋，要用錯誤的想法來主導你的情緒。有什麼對付腦補怪的方法與進化秘訣？快來加入遊戲一窺究竟！

「腦補怪2.0進化」桌上遊戲，內含六種類型遊戲，可提供2-8 人使用。每種桌遊可以單獨使用，作為朋友聚會、小組分享的好道具。

建議搭配「忍者情緒食堂 - 哇咧創意教案」一同使用，讓你邊玩邊學，解碼情緒背後的秘密；化解情緒困擾，更認識自己。

內容物

腦補怪卡：56張



腦補怪圖鑑卡：16張



腦補怪進化卡：14張



進化武器卡：70張



情緒事件卡：39張 (家庭、人際、學校)



地雷事件卡：45張



口頭禪卡：21張



六大情緒量表：2張



情緒六面骰：8顆



計分代幣：180枚



情緒字彙卡：53張



引爆地雷

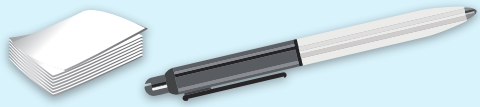
遊戲人數：4~8人　遊戲時間：20 分鐘
一組使用15張事件卡，最多提供3組進行

遊戲配件



地雷事件卡 x45、計分代幣。
自行準備：小紙條與筆(1人3張，1支筆)。





遊戲目標

遊戲中，每回合會翻開地雷事件卡，並用類似撲克牌心臟病的進行方式遊玩，學生們要盡快把手壓在事件卡上，最快的人得分，遊戲結束總分最高的學生獲勝。

遊戲準備



挑出事件：

可隨機抽選或公開討論，挑出15張地雷事件卡。

閱讀地雷事件卡：

將15張地雷事件卡的牌面朝上，分散置於場中央；玩家想像牌上描述的事件狀況，選出3個最令你反感或生氣的狀況。

填寫紙條：

將那3張牌上的數字，分別寫在3張紙條上，這3張紙條便是自己的「地雷」，填寫的號碼不要被其他人看到，填完之後將紙條反面覆蓋置於桌上。

洗勻地雷事件卡：

玩家將紙條填寫完成後，把15張地雷事件卡翻至背面洗勻後，放在場中央堆成一疊成為事件牌庫。

發下計分代幣：

每位玩家拿取５枚計分代幣，作為玩家初始擁有的５分。



身高最高的人為起始玩家。

遊戲進行

每回合會依以下的步驟行動：

啟動地雷（翻牌）：

- 請所有人先將雙手都平放在桌上(若圍坐地上請摸地上)，翻牌者開始翻牌，翻出牌後開始倒數三秒大喊：「3、2、1」， 不可加速唸或刻意拉長。

- 翻出的牌上出現的號碼，所有玩家要「立即判斷」翻出來的地雷事件牌，是否和自己「地雷」的數字一樣，並在三秒內「表態」。



翻牌後開始倒數3 秒，所有人要在3 秒內「表態」

三秒引爆（表態）：

- 數字一樣的人- **搶拍**：三秒內伸一隻手壓在翻出的牌上（多人的話手疊手壓在牌上）
  - 所有壓牌的人，皆交出自己的紙條，確認是否屬實。
  - 第一個壓到牌的人，可得到1分，並且要負責唸牌上的事件。
  - 壓牌的人輪流分享一下自己為何選擇這個地雷。
- 數字不一樣的人- **舉手**：三秒內要把雙手舉起說：「SAFE」
  - 大家皆表態後，才把手放下；
  - 若是無人有和場上一樣的數字，大家皆雙手喊「SAFE」的情形，則進入「未爆彈」的額外行動。



數字一樣要搶拍，數字不同要雙手舉起說：「SAFE」

未爆彈（額外行動）：

- 大家皆「SAFE」舉著雙手且倒數完三秒後，每個人獲得「搶拍」的機會，立即伸手壓牌，第一個壓到牌的人，可以獲得1分。

懲罰：

- 三秒內，若不是你的地雷，你卻把手伸出去壓牌，要扣1 分。
- 三秒倒數完，表態錯誤或是未表態是否是自己的地雷時，要扣1 分。
  (沒有壓牌也沒有喊「SAFE」，或是喊「SAFE」之後才表態是自己的地雷)
- 遊戲結束，地雷事件卡牌翻完後，還有紙條沒有交出，要扣1分。

翻牌者左手邊的玩家成為下一回合翻牌的玩家，順時針輪流一直進行下去。

遊戲結束與計分

當所有人的紙條都交出去時，遊戲結束。獲得最多分的人為贏家！

情緒猜一猜

遊戲人數：4~8人　遊戲時間：30 分鐘
遊戲盒內容可提供兩組使用。

遊戲配件

六大情緒量表、情緒事件卡x39（分三種類）
情緒骰、計分代幣。





遊戲目標

透過遊戲中的情緒事件卡，來猜測別人的情緒以及表達自己的情緒，每次猜中別人的情緒得一分；經過兩輪後，結算得分。

遊戲準備

1. 每個人拿一顆情緒骰
2. 將六大情緒量表攤開放在中間
3. 將「家庭」、「學校」、「人際」三類事件卡分別洗勻後，牌面朝下放置場上，成為三堆牌庫。
4. **拿事件卡**：
   每一輪開始，每個人依自己喜好拿一張事件卡（不限類別），每張事件卡上有三個事件可選擇；若三個事件都不滿意，可以再多拿一張事件卡（不限類別）。
   每個人至多拿兩張事件卡。
5. 將計分代幣放在一旁
6. 年紀最小的人當起始玩家。



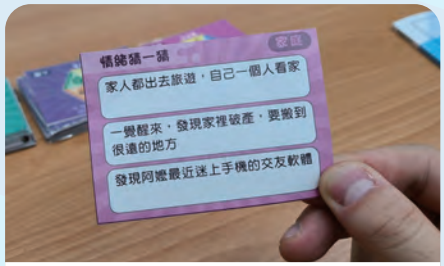
從三堆牌庫，選擇一個類別拿取一張情緒事件卡

遊戲進行

每回合包含 **情緒猜測階段＋情緒分享階段**

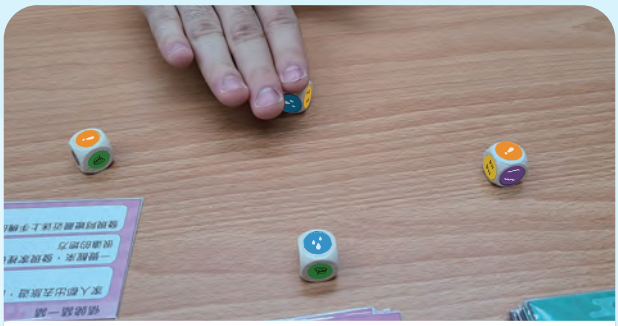
1. 情緒猜測階段

- 被猜者從拿到的事件卡上，選出一個事件唸出來給大家聽。



選出一個事件唸出來給大家聽

- 被猜者用手拿情緒骰，想像自己在此事件發生後會有的情緒，並找出相對應情緒的骰面（每個顏色對照不同的情緒），朝上將情緒骰放在面前用手蓋住，暫不公開，不要讓其他人看到。
- 其他人要猜測這位玩家在此事件中會有的情緒，並將情緒骰轉至相對應的骰面，朝上放在自己面前。
- 其他人放置情緒骰後，被猜者公開自己的情緒骰。



其他人放置情緒骰後，被猜的人公開自己的情緒骰

- 其他人對照情緒骰，和被猜者一樣顏色，得到計分代幣一枚。

2. 情緒分享階段

- 計分後，拿回情緒骰，所有人都想一想自己對此事件的情緒。
- 大家根據自己情緒的種類以及程度，將自己的情緒骰放置到情緒量表的格子上。



將自己的情緒骰放置到情緒量表的格子上

- 若沒有確切的情緒可選，可放在情緒小人頭像上，或是放在兩個強度的中間。
- 由被猜者開始，順時針輪流簡單分享「情緒背後的想法」，**分享造句：我感到「情緒詞」，因為.....**

都分享完後，拿回情緒骰，順時鐘換下一個人當被猜者，進入下一回合。

遊戲結束與計分

- 所有人都被猜過一次情緒後，一輪結束。
- 若時間允許，可以視情況多進行一輪，每人當被猜者兩次。
- 擁有最多計分代幣的人獲勝！

找找腦補怪

遊戲人數：3~4人　遊戲時間：15 分鐘
遊戲盒內容可提供兩組使用。

遊戲配件



x4

一套怪7張，需4套

腦補怪卡 x28 (包含 7 種怪，每種怪要4張)、
腦補怪圖鑑卡 x7 (「腦補怪」圖鑑卡不使用)、計分代幣。



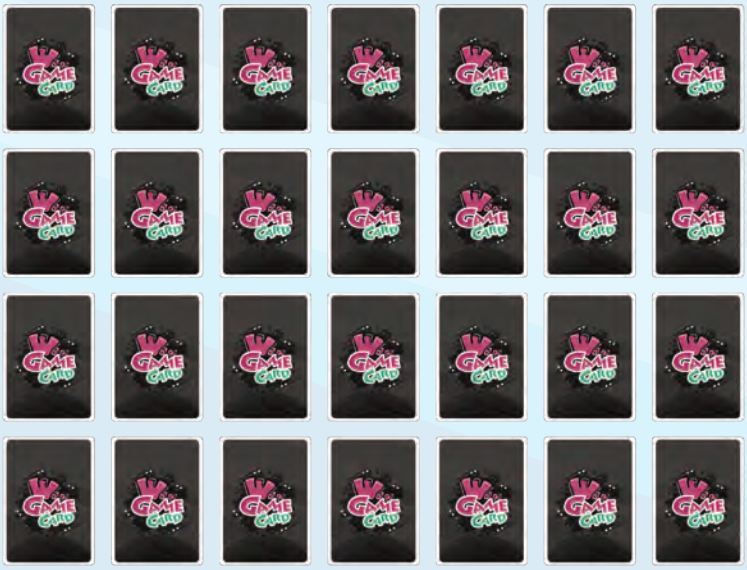


遊戲目標

記憶力翻牌遊戲，翻找出三張同樣的腦補怪卡就能得分，找出最多腦補怪的人就獲勝。
每找出一隻腦補怪，就翻面圖鑑卡，找到腦補怪的名字。

遊戲準備

1. 將28張腦補怪卡，洗混後背面朝上排列在桌子中央，以 4x7 的方式排列。
2. 將腦補怪圖鑑卡背面（沒有腦補怪名字那面）朝上，在一旁排成一列。





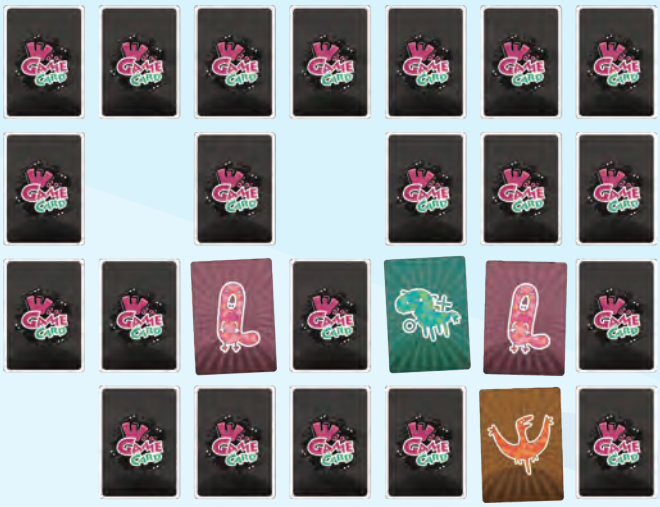
3. 計分代幣放置一旁備用。
4. 頭髮最長的人為起始玩家，順時針方向進行。

遊戲進行

輪流翻找腦補怪：

輪到你時，開始逐一翻牌，直到**有以下兩種任一情況時停止翻牌**，換下個玩家。

1. 當**翻出第三種不同的怪**時，把翻開的牌蓋回去，換下個玩家翻牌。



翻出 3 種腦補怪，就要停止，換下個玩家

2. 只要**翻到三張同一種怪**時，就可將這三張腦補怪卡挑出，放在對應的圖鑑卡旁，並將圖鑑卡翻面，並拿一枚計分代幣。若有剩下翻開的牌，將牌蓋回去，換下個人翻牌。



翻出 3 張同樣腦補怪時，挑出來，放在對應圖鑑卡旁，並將圖鑑卡翻面。

遊戲結束與計分

- 當所有的圖鑑卡都被翻面後，遊戲結束。將場上剩餘的牌棄置一旁，開始計分，最多代幣的人獲勝。
- 大家一起閱讀腦補怪圖鑑卡上的怪物資訊，了解腦補怪的特色。

四人合作模式

若剛好是四人一組，也可以使用「**合作對抗模式**」

- 將兩人一隊分成A、B 小隊，以對抗的方式進行。
- 輪流翻找腦補怪的順序是：A 隊1 → B 隊 1 → A 隊 2 → B 隊 2，四人都會輪到。
- 最終以小隊計分，同小隊兩人可以一起記憶與討論要翻哪張。

抓抓腦補怪

遊戲人數：3~4人　遊戲時間：10 分鐘
遊戲盒內容可提供兩組使用。

遊戲配件



x4

一套怪7張，需4套



口頭禪卡 x21（分綠、藍、橘三色）、
腦補怪卡 x28 (包含 7 種怪，每種怪要4張)、
腦補怪圖鑑卡 x8、計分代幣。





遊戲目標

每隻腦補怪都有口頭禪，利用口頭禪卡進行遊戲，大家出牌猜測這是哪隻腦補怪的口頭禪，藉此熟悉腦補怪，也進一步了解各種腦補怪的特性。

遊戲準備

1. 每人隨機拿2 張腦補怪圖鑑卡，剩餘的則放在場中央。
2. 每個人手上拿7種不同腦補怪卡各1張。
3. 挑選口頭禪卡：
   選用綠色底7張，並將剩下兩色的卡混洗後，
   隨機挑出任意5張，一共12張口頭禪卡使用。
   (若時間充裕，可自行增加牌量)
   若分兩組進行，則各選橘色底和藍色底後，
   再搭上3張綠色底，一組共10張口頭禪卡使用。
4. 將口頭禪卡洗勻後，面朝下放置中央成為牌庫。
5. 一旁放有計分代幣
6. 頭髮最短的人為起始玩家



每人 2 張腦補怪圖鑑卡，7 種不同腦補怪，口頭禪卡放置中央

遊戲暖身（第一次進行本遊戲時務必進行）

1. **認識腦補怪**：
   輪流朗讀自己拿到的腦補怪圖鑑卡，個別朗讀有腦補怪名字那一面的文字簡介。剩餘在場上的腦補怪則由起始玩家負責朗讀。
2. **了解口頭禪**：
   將腦補怪圖鑑卡翻至沒有腦補怪名字的那一面，輪流朗讀自己拿到的腦補怪口頭禪。剩餘場上的腦補怪則由嗓門最大的玩家負責朗讀。待全部腦補怪圖鑑卡皆閱讀完畢後，大家花一分鐘的時間快速閱覽口頭禪後，再**把圖鑑卡全數翻至沒有口頭禪的那一面。**

遊戲進行

1. **翻口頭禪卡：**
   輪流當翻牌者，翻開口頭禪牌庫最上面的牌，並且唸出卡片上描述的口頭禪。
2. **打出腦補怪卡：**
   - 聽完口頭禪敘述後，所有人需猜測這個描述相對應的是哪種腦補怪，將這一張腦捕怪卡打出，牌面朝下放在面前。
   - 每回合的翻牌者要記住誰是第一個打出腦補怪卡的人。
3. **結算卡牌，以計分代幣給分：**
   所有人都打出之後，翻牌者把口頭禪卡片翻回背面，對照正面解答的數字，找出對應的腦補怪，便是這張口頭禪卡的正確腦補怪。



打出腦補怪卡，猜測口頭禪的主人



背面上同樣數字的就是解答

- 所有人翻開自己打的牌，打出與答案相同的人得1分。
- 最快打出且正確的人額外得1分。
- 如果答對的是跟自己拿到的圖鑑卡一樣的腦補怪，額外再得1分。



（幸運拿到「『腦補怪』腦補怪圖鑑卡」的人，這張卡可**將右手邊玩家的２張　圖鑑卡都算為自己的腦補怪**，加上自己的另一張他就會有３種腦補怪來增加得分機會。）

4. **收回腦補怪卡：**
   大家將打出的腦補怪卡收回手上後，順時針換下一個人當翻牌者，進行下一回合。

遊戲結束與計分

- 直到所有的口頭禪卡都用盡後，遊戲結束。
- 計算個人獲得的代幣，最多代幣的人獲勝！

進化腦補怪

遊戲人數：3~4人　遊戲時間：20 分鐘
遊戲盒內容可提供兩組使用。

遊戲配件

腦補怪卡 x14 (包含 7 種怪，每種怪要2張)、
進化武器卡（武器卡）x35（包含七種武器，每種要5張）
腦補怪進化卡（進化卡）x7 、計分代幣。



x2

一套怪7張，需2套



x5

一套武器7張，需5套





遊戲目標

大家有各自要進化的三種腦補怪，要利用適合的武器卡把自己的目標腦補怪進化，直到遊戲結束，看看誰抽到的個人目標腦補怪進化最多隻，便獲勝。

遊戲準備

1. **排列腦補怪進化卡**：將 7 張進化卡，進化秘訣面朝下，隨機排成一列在中央，並決定哪邊是排頭、哪邊是排尾。

排頭 ⟶ 排尾



2. **發進化武器卡**：將 5 組武器卡共 35 張，洗勻後發給每人 5 張牌做為手牌，剩下的牌背朝上成為牌庫。
3. **抽個人目標怪**：將 14 張腦補怪卡，洗混後牌背朝上讓每個人抽 3 張。這 3 張腦補怪卡為個人目標怪，不要讓其他人看到，放在面前可隨時自行查閱。若有抽到重複腦補怪卡的人，將重複的卡片放回重抽，直到3張腦補怪卡都不一樣，剩餘的卡不需用到。
4. 身高最高的人為起始玩家，順時針方向進行。

遊戲進行

遊戲將進行八回合，每兩回合為一個段落，會進化一隻腦補怪。遊戲目標要努力讓拿到的3張腦補怪卡上的腦補怪都進化成功（進化成功：場上的進化卡被翻面），若最後場上留下未進化成功的進化卡和你拿到的腦補怪卡有一致，將會有扣分。

1. **遊戲輪到你時，有兩個行動：**

- **移動進化卡**

①打出一張以上同種類的武器卡，並且喊出「我要用XXX(武器卡)，來移動 XX 怪 (進化卡)」，需正確的武器卡才能移動對應的腦補怪。

②可以決定要將腦補怪向排頭或排尾移動，移動的格數根據打出武器卡的數量。(只能往「同一方向」移動)

③移動完成後，將打出的武器卡移至牌庫旁成為棄牌堆，並從牌庫頂抽取一樣數量的牌，補滿 5 張手牌。



- **棄牌：想換手牌的時候可以棄牌。**

棄掉任意數量的武器卡，從牌庫頂抽牌，補滿 5 張手牌。若牌庫的牌用完，可將棄牌堆的牌洗勻後成為新牌庫。

2. **遊戲每兩回合 (第二、四、六、八回合) 結束時：**

① 最接近排尾且未進化的卡，把此張卡翻面進化。



② 所有同組的人唸出這張卡上的進化秘訣。

③ 已經進化的牌，也可以繼續移動排序。

④ 上回合的起始玩家，左手邊的人成為下一回合起始的人。(例：A 先開始，兩回合結束後，換成 A 左手邊的人 B，由 B開始第三回合。)

遊戲結束與計分

1. 當八回合進行完，遊戲結束，只有 4 張進化卡能成功進化翻面。
2. 計算自己目標的腦補怪有幾隻未進化（未翻面），越靠近排頭的扣分越多。由排頭到排尾扣分為：3 分、2 分、1 分。



3. 統計後，扣分最少的人獲勝！若扣分相同，則進化較多腦補怪的人獲勝。再平手則共享勝利！
4. 最後將 3 張未進化的腦補怪進化卡都翻面，一起閱讀這 3 張的進化秘訣。

情緒字彙卡 簡易遊戲規則

建議搭配「忍者情緒食堂-哇咧創意教案」
進階遊戲規則請參考 創意教案 - p. 120

玩法一「這是什麼情緒」

將玩家分組，每組隨機挑出五張卡片，以圖畫面朝上，提供 創意教案 - 附錄：8-1 「情緒字彙表」，請學生猜出圖畫背面正確的情緒字彙，可依人數玩 2-3 輪，以得分高的小組為勝。（過程中有爭議的卡片，可以請玩家陳述異議，由裁判決定合理即可通過。）

★提醒：若年紀較小的玩家，可自製情緒詞的中文小紙片，讓玩家方便擺放，用連連看的方式作答。

玩法二「這是什麼情緒」變化版

挑出相關性、易混淆的情緒字彙卡分組，以圖畫面朝上，如：幸福、高興、滿足、感動、喜悅、興奮，請學生猜出對應的情緒詞，並進行討論這幾種情緒的分別，他跟繪圖者的認知會有什麼不同，跟其他組員的感受有什麼不同！

玩法三「情緒強度排排看」

挑出相關性的情緒字彙，以文字面朝上，請玩家依強度排出順序，再翻面對照圖畫，比對一下繪圖者的感受，請每個人分享自己的看法（跟情緒有關的經驗），也可以發想還有沒有字彙卡沒有，但是更強烈的情緒形容詞，並給予小小獎勵。（參考 創意教案 - 附錄：8-2「情緒強弱表」）

「喜」就包括幸福、高興、快樂、滿足、自在、鬆了口氣。

「怒」就包括憤世嫉俗、暴怒、生氣、厭惡、悶悶的。

「哀」就包括悲痛、懊惱、憂鬱、失望、沮喪。

「懼」就包括擔心、焦慮、忐忑不安、害怕、恐懼。

玩法四「情緒組合猜一猜」

讀出以下題目，猜哪兩種情緒會組合成什麼樣的複雜性情緒，或倒過來反猜是哪兩種情緒，並請學生舉出實際的生活例子說明！

★補充資料：原始情緒，約2～6個月大時出現，包含生氣、害怕、哀傷、喜悅等等，是先天存在的。

1 歲後會陸續出現，包含害羞、忌妒、內疚等等複雜性情緒，與後天學習與自我概念的發展相關。

出乎意外的「震驚」＋被拒絕的「傷心」＝羞愧

「傷心」＋「厭惡」＝懊惱（後悔）

「厭惡」＋「生氣」＝絕望（比較接近情緒字彙卡中的抑鬱）

「挫折」＋「無力」＝無助



品名：腦補怪2.0進化 桌上遊戲　產地：台灣　遊戲人數：2-8人　適合年齡：8歲以上

版權所有：© 2020 Walei Game Card　哇咧星樂園青少年網站 www.walei.tw

遊戲規則教學影片