

國立勤益科技大學通識教育學院

113 學年度 1 學期 教學大綱

部別	<input checked="" type="checkbox"/> 日間部 <input type="checkbox"/> 進修推廣部 <input type="checkbox"/> 進修學院/專校		學制	<input checked="" type="checkbox"/> 四技 <input type="checkbox"/> 二技 <input type="checkbox"/> 二專
授課教師	陳盈妃		教師學歷	國立彰化師範大學 國文所博士
教師經歷	中州科技大學代理校長 中州科技大學教務長 中州科技大學通識教育中心主任 生死關懷教育推廣協會理事 漢聲電台生命教育理念專訪 景文科技大學生命教育專題演講 臺師大正向心理學學分證明書 臺師大正念舒壓健康樂活學分證明書 衛福部彰化老人養護中心生命歷程團體帶領員 弘道老人福利基金會長者生命回顧團體帶領員 財團法人向上文教基金會生命回顧帶領員 社區關懷據點靈性關懷講師		教師級職	副教授
科目名稱(中)	生命價值探索			
科目名稱(英)	Exploration to Life Values			
開課單位	<input type="checkbox"/> 基礎通識教育中心 <input checked="" type="checkbox"/> 博雅通識教育中心	學分/學時數	2/2	
領域	<input checked="" type="checkbox"/> 人文藝術 <input type="checkbox"/> 社會科學 <input type="checkbox"/> 自然科技			
優質課程類別	<input checked="" type="checkbox"/> 一般課程、 <input type="checkbox"/> 智慧財產權、 <input type="checkbox"/> 內涵式服務學習課程、 <input type="checkbox"/> 性別平等、 <input type="checkbox"/> 綠色課程 <input type="checkbox"/> 創新、創意課程、 <input type="checkbox"/> 工作(職場)倫理課程、 <input type="checkbox"/> 工具機技術研發 創新、創意課程定義：課程目標為「激發學生獨特的想像與創意思考，透過企劃與執行以創新模式解決實際問題。」			
科目與通識核心能力關聯	<input checked="" type="checkbox"/> 知識統整能力 <u>20</u> % <input type="checkbox"/> 創意思維能力 _____ % <input type="checkbox"/> 溝通表達能力 _____ % <input checked="" type="checkbox"/> 美感鑑賞能力 <u>50</u> % <input type="checkbox"/> 邏輯推理能力 _____ % <input type="checkbox"/> 法治思辨能力 _____ % <input type="checkbox"/> 博通宏觀能力 _____ % <input checked="" type="checkbox"/> 倫理關懷能力 <u>30</u> % (核心能力定義請參見附件一，請選擇2~3項相關程度較高之核心能力)			
科目屬性	<input type="checkbox"/> 核心課程 <input type="checkbox"/> 跨領域課程(須符合附件二定義，並請勾選下一欄) <input checked="" type="checkbox"/> 生活性課程 <input type="checkbox"/> 學術性課程 <input type="checkbox"/> 通論性課程 <input type="checkbox"/> 經典性課程 (屬性定義請參見附件二，可複選)			
跨領域課程	<input type="checkbox"/> 人文藝術領域：(請填寫所跨之本領域之學科及百分比) <input type="checkbox"/> 社會科學領域：(請填寫所跨之本領域之學科及百分比) <input type="checkbox"/> 自然科技領域：(請填寫所跨之本領域之學科及百分比) (以上總和百分比須達100%)			
教科書	自編教材			
參考書目	《生命的探問：弗蘭克爾談生命的意義與價值》			

教學目標	本課程的具體課程目標為討論「人與自我關係之生命成長議題」。根據 Cheers 快樂工作人雜誌 2008 年求職專刊回應企業界人才的需求調查中，認為現行大專院校畢業生最有待加強的能力，排名第一的是「穩定度/抗壓性高」，排名第二的是「具有解決問題的能力」，排名第三的是「具有國際觀與外語能力」，排名第四的才是「專業知識與技術」。其中前兩項都立基於對「人與自我關係之生命成長議題」此項公民核心能力教育。本課程系針對「人與自我關係之生命成長議題」此項公民核心能力教育量身定製，主要在培養學生自我察覺、自我了解的能力，並進而認識生命的真實與意義，因增強自信心，成為一個具有倫理及美學核心能力，及面對二十一世紀風險挑戰而有能力適應的現代公民。
評量方式	量化：出席(30%) 課堂學習單(20%) 質化：分組報告「利他計畫」(20%)、製作一本屬於個人的「生命故事書」(30%)
內容綱要	本課程藉由十個單元的設計：歡喜來逗陣、我的生命線、我的家庭、我的求學歷程、我的朋友、誰是我、我的愛情、我的擅長、我的遺憾、我的行善紀錄、我的夢想、精彩人生，帶領學生製作並完成屬於自己的「生命故事書」。另外，上課時會帶領學生做靜心及感恩、肯定句、未來日記、認知重構的練習，將正向心理學的知識靈活應用，學期進行中學生需以「組」為單位，發掘一個利他的活動，並加以實踐和紀錄，各組需於期末時上台報告及分享。
教學方式	感恩及靜心帶領、教材講解及示範、生命故事書編撰方式及技巧
創新教學活動設計	以毛根線製作出「我的生命線」 以黏土創作表達「我的遺憾」 製作個人專屬的「夢想球」編織夢想 在學期中必須實踐及記錄各組的「利他計畫」並上台報告

科目進度與內容

(勿只填寫單元名稱，請簡述內容)

週次	教學內容 ※申請跨領域課程時，將特別針對教學內容細節審核，請詳細說明，以作為審核依據	備註 (課程活動與作業) ※請務必填寫	※若勾選「跨領域課程」請標註每週次涵蓋領域，可複選
1	課程介紹：上課內容、作業要求、成績計算	*授課內容說明 *成立課程群組	<input type="checkbox"/> 人文藝術領域 <input type="checkbox"/> 社會科學領域 <input type="checkbox"/> 自然科技領域
2	猜猜我是誰 ~介紹DISC人格特質分析	*靜心與數息練習 *填寫「個人行事風格審視表」 *繳交「學習單」、分組名單	<input type="checkbox"/> 人文藝術領域 <input type="checkbox"/> 社會科學領域 <input type="checkbox"/> 自然科技領域
3	單元一「歡喜來逗陣」 ~增進自我和同儕的互動	*靜心與數息練習 *填寫每週感恩及願景記錄表 *填寫「認識自己學習單」 *填寫「同儕回饋九宮格」	<input type="checkbox"/> 人文藝術領域 <input type="checkbox"/> 社會科學領域 <input type="checkbox"/> 自然科技領域

4	單元二「我的生命線」 ~綜觀個人完整的生命歷程	*靜心與數息練習 *填寫每週感恩及願景記錄表 *毛根線、膠帶	<input type="checkbox"/> 人文藝術領域 <input type="checkbox"/> 社會科學領域 <input type="checkbox"/> 自然科技領域
5	單元三「我的家庭」 ~認識重要的家庭成員及人格特質	*靜心與數息練習 *填寫每週感恩及願景記錄表 *彩色筆	<input type="checkbox"/> 人文藝術領域 <input type="checkbox"/> 社會科學領域 <input type="checkbox"/> 自然科技領域
6	單元四「我的求學歷程」 ~紀錄不同階段的求學過程	*靜心與數息練習 *填寫每週感恩及願景記錄表 *彩色筆	<input type="checkbox"/> 人文藝術領域 <input type="checkbox"/> 社會科學領域 <input type="checkbox"/> 自然科技領域
7	單元五「我的朋友」 ~細數不同階段的重要朋友	*靜心與數息練習 *填寫每週感恩及願景記錄表 *彩色筆	<input type="checkbox"/> 人文藝術領域 <input type="checkbox"/> 社會科學領域 <input type="checkbox"/> 自然科技領域
8	單元六「誰是我」 ~從不同角度做自我分析	*靜心與數息練習 *填寫每週感恩及願景記錄表 *人格特質表、剪刀、膠水	<input type="checkbox"/> 人文藝術領域 <input type="checkbox"/> 社會科學領域 <input type="checkbox"/> 自然科技領域
9	單元七「我的愛情」 ~剖析自我的戀愛經驗或對愛情的憧憬	*靜心與數息練習 *填寫每週感恩及願景記錄表 *彩色筆	<input type="checkbox"/> 人文藝術領域 <input type="checkbox"/> 社會科學領域 <input type="checkbox"/> 自然科技領域
10	單元八「我的擅長」 ~瞭解自己的長項並建立自信心	*靜心與數息練習 *填寫每週感恩及願景記錄表 *過期雜誌、商品DM、彩色筆、剪刀、膠水	<input type="checkbox"/> 人文藝術領域 <input type="checkbox"/> 社會科學領域 <input type="checkbox"/> 自然科技領域
11	單元九「我的遺憾」 ~瞭解心中的渴望或過去不可彌補的經歷	*靜心與數息練習 *填寫每週感恩及願景記錄表 *黏土、彩色筆	<input type="checkbox"/> 人文藝術領域 <input type="checkbox"/> 社會科學領域 <input type="checkbox"/> 自然科技領域
12	單元十「我的夢想」 ~編織自我的理想與願望	*靜心與數息練習 *填寫每週感恩及願景記錄表 *夢想板、彩色筆、剪刀、膠水	<input type="checkbox"/> 人文藝術領域 <input type="checkbox"/> 社會科學領域 <input type="checkbox"/> 自然科技領域
13	肯定句練習 ~做個人的自我肯定句以建立信心	*靜心與數息練習 *填寫每週感恩及願景記錄表 *用手機錄下自我肯定句	<input type="checkbox"/> 人文藝術領域 <input type="checkbox"/> 社會科學領域 <input type="checkbox"/> 自然科技領域
14	未來日記練習 ~書寫自己的未來日記以建立樂觀的心態	*靜心與數息練習 *填寫每週感恩及願景記錄表 *書寫自己的未來日記	<input type="checkbox"/> 人文藝術領域 <input type="checkbox"/> 社會科學領域 <input type="checkbox"/> 自然科技領域
15	認知重構練習 ~對抗焦慮、擔心、害怕，以建立堅強的信念	*靜心與數息練習 *填寫每週感恩及願景記錄表	<input type="checkbox"/> 人文藝術領域 <input type="checkbox"/> 社會科學領域 <input type="checkbox"/> 自然科技領域
16	分組報告 ~規劃、實踐、記錄各組的「利他計畫」並上台報告	*靜心與數息練習 *填寫每週感恩及願景記錄表	<input type="checkbox"/> 人文藝術領域 <input type="checkbox"/> 社會科學領域 <input type="checkbox"/> 自然科技領域
17	分組報告 ~規劃、實踐、記錄各組的「利他計畫」	*靜心與數息練習 *填寫每週感恩及願景記錄表	<input type="checkbox"/> 人文藝術領域 <input type="checkbox"/> 社會科學領域

	畫」並上台報告		<input type="checkbox"/> 自然科技領域
18	期末報告	* 繳交生命故事書 * 各組上台報告學期總心得	<input type="checkbox"/> 人文藝術領域 <input type="checkbox"/> 社會科學領域 <input type="checkbox"/> 自然科技領域

請遵守智慧財產權觀念，不得非法影印

### 附件一 核心能力定義

核心能力	定義與說明
A. 知識統整能力	學生能在各種知識與文化脈絡中，尋得恆久不變的價值觀，並將此價值觀融入其生活，進而認識、欣賞、尊重與珍惜生命的意義。
B. 創意思維能力	學生能認知各知識領域與多元文化間的差異處與鏈結點，進而具備跨領域思維與評判能力，使其能在固有的架構中，呈現嶄新的創造力。
C. 溝通表達能力	學生能釐清自我思想，並藉由正確且清楚的語文表達理念，以建立與他人良好的溝通。
D. 美感鑑賞能力	學生能認知、接收並傳達多元藝術美感，具備敏銳的鑑賞能力，並運用在不同領域的統整中。
E. 邏輯推理能力	學生能依據自身認知和客觀事實，運用邏輯分析與量化推理，進行反思與論證，進而做出合理判斷。
F. 法治思辨能力	學生能正確認知人權、民主、與法治之互動關聯，進行獨立思辨與論辯且基於人本關懷精神，以確立其自身與社會群體之關係。
G. 博通宏觀能力	學生能以基礎知識為本，培養前瞻性的觀點並開拓宏博的視野，以建立整全之人生觀。
H. 倫理關懷能力	學生能認知自身與所處環境的關係，並進而願意以己身之力與專業知識參與社會與環境的改造，提升正向能量。

### 附件二 課程屬性定義

核心課程：全校性共同必修之通識課程。

跨領域課程：課程內容須跨人文藝術/社會科學/自然科技三領域其中之二項。課程須有一主領域，其授課內容須達 60%以上，另所跨之領域課程內涵至少須達 30%以上。

生活性課程：課程重點強調知識應用與人類生活相關之課程。

學術性課程：課程重點偏重理論發展之脈絡、思想之沿革、與歷史文化背景之因素。

通論性課程：針對特定領域或時代的知識與思想做綜觀性的介紹，與廣博性的探討。

經典性課程：針對特定領域或時代具有代表性的人物、思想、典籍做較為深入之探討、剖析、或導讀。