



文藻外語大學109學年度第1學期教學綱要  
Wenzao Ursuline University of Languages  
Syllabus for the 1st Semester of the 2020 Academic Year

「遵守智慧財產權觀念、不非法影印」

Please comply with intellectual property laws. Do not make illegal copies of copy-righted materials.

壹、課程基本資料

課程名稱 Course Title	人格修養(二) MORAL FORMATION (II)		
課程類別 (學制) School System	日間部五專 5-Year Junior College of Day Division		
開課單位 Academic Unit	吳甦樂教育中心		
授課教師 Instructor	徐秀菊	職稱 Academic Rank	專案助理教授
師生互動 Data of Instructor	辦公室 Office	Q913	辦公室電話 Office Phone Number (07)342-6031 Ext. 7315
	電子信箱 E-mail	99948@mail.wzu.edu.tw	
	約談時間 Office Hours	星期二 13:00-15:00 星期三: 13:00-15:00	
學分 Credits	1.0學分	選課別 Category	<input checked="" type="checkbox"/> 必修 Required Course <input type="checkbox"/> 選修 Elective Course
開課類別 Course Length	<input checked="" type="checkbox"/> 學年課 Year-long course( 2 semesters ) <input type="checkbox"/> 學期課 semester course(1 semester )		開課年級 Year Taught : 2年級 授課班級 Class Taught : 日五專德文二A
課程內容概要 Course Content Synopsis	<p>■課程內容概要本課程為專科部各年級必修之系列課程，著重身心靈之發展與整合。內容針對自我認識、人際關係、多元學習、生涯規劃、社會關懷、靈性生活等主題，依據各年級學生不同之發展需求而組織課程內容，逐年加深學生省思之廣度與深度，以培養健全之人格發展。</p> <p>The series of compulsory courses is designed for all students in the 5-Year Junior College, focusing on their physical, mental and spiritual development and the integration. There are different themes, such as self-discovery, interpersonal relationships, multiple intelligences and learning styles, career planning, social care and spiritual life, organized systematically according to the needs of students in different years. By encouraging wider and deeper self-reflection in students year by year, the course aims for fostering their healthy personality.</p> <p>■主要授課語言： 國語(Mandarin)</p>		
課程學習目標 Course Learning Goals	<p>使學生能：</p> <p>1. 初步覺察人際關係的互動模式，以期能做個快樂青年。</p>		

	<p>2. 學習合作的共識，並建立團體中適當的人際關係。</p> <p>3. 具備樂於與人相處的觀念與態度，以期能成為團體的一份子。</p> <p>Students will be able to</p> <p>1. be aware of the nature of interactions in interpersonal relationships so as to enjoy a happy youth.</p> <p>2. learn to be cooperative and develop positive interpersonal relationships in a group.</p> <p>3. develop positive ideas and attitudes about associating with others so that they can fulfill their roles in a group.</p>			
系培育目標與核心能力以及學習目標 Development Goals, Skill Indicator, & Learning Objectives	系培育目標 Development Goal	核心能力指標 編碼 Skill Indicator Code	核心能力 Skill Indicator	學習目標 Learning Objective
	學習問題解決能力	2-0-1	情緒管理能力	透過對情緒的覺察、對情緒影響因素的了解、對情緒性疾病的認識，及生活中的練習，可以有效調節、管理自己的情緒生活。
	學習有效溝通能力	6-0-7	傾聽的能力	透過對於傾聽在人際溝通的重要性的了解，及課堂、生活中的練習，能傾聽別人也傾聽自己。
	學習有效溝通能力	6-0-8	人際溝通能力	透過對於促進人際關係之關鍵因素及能力之了解、課堂之引導，及生活中之練習，能增進人際間之溝通能力。
	學習建立關係能力	7-0-3	應對進退能力	能了解合宜之應對進退為人與人間有禮生活的重要起點，亦為良好人際關係之基礎，透過課堂之探討、引導、生活中之練習，能在不同之情境、中知所進退。
	學習建立關係能力	7-0-4	團隊合作能力	透過課堂中團體意識之加強、共同完成任務，以獲得與別人合作，完成使命、任務之能力。
	其他(Others)			
學生先備知能 Prerequisite Knowledge Skills	電腦能力：能使用雲端學園能力。			
教學學理基礎 Theoretical Foundation of Instruction	教育哲學理念：吳甦樂教育精神(Ursuline Education Spirit) 課程內容基礎：情緒管理、人際溝通、團隊合作 教學方法理論：體驗式教學法(Experiencing Teaching Method)，設計體驗情			

	境，建基於知識、實踐、反思之循環動力，以促發學生行動參與、獲得感悟、建構知識、情感與能力。
授課資訊 Instructional Information	<p>■課程類型(Top Down)</p>
	<p>一般課程(Regular course)          融入生命教育議題課程(Life education)          融入性別平等議題課程(Gender equity education)          融入月桂方法相關課程(Integrate Laurel Method into the course)</p>
	<p>■教學平台</p>
	<p>實體教學(Face-to-face instruction)</p>
	<p>■主要教學策略</p> <p>講授(Lecture)          實作(Hands-on)          體驗(Experience)          自主學習(Learning autonomy)          分組討論(Group discussion)          問題導向(Problem-based)          影片欣賞(Video appreciation)</p>
評量 Student Assessment	<p>■評量方式與評分比例分配 Evaluation Criteria</p>
	<p>出退勤及參與 40%          期中成績 30%          期末成績 30%</p>
	<p>■課堂要求 Course Requirements &amp; Policies</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 有備而來：預先閱讀指定資料並積極參與討論及其他課程活動。</li> <li>2. 準時到課，上課鈴響10分鐘後進教室算遲到。</li> <li>3. 不隨意缺課，請假須事先告知老師。一次請假平時分數扣1分。</li> <li>4. 請假超過三分之一(六次，含六次)，這科分數零分。</li> <li>5. 上課須尊重其他人的權益，不作與課程無關的聊天，若規勸不聽記曠課一次。</li> <li>6. 上課專注，不划手機，除非與課程學習活動相關。這是大家共同學習、互動的時間，須尊重每一個人的臨在與學習的權益，這樣的精神是本課程重要的練習。划手機規勸不聽者，記曠課一次，手機將代為保管至下課。</li> </ol>
教材 Learning Materials	<p>「請學生務必使用正版教科書」Please respect copyright and use original textbooks.</p> <p>■教科書 Textbooks</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1、書名：情緒賽局。(原作者：Eyal Winter) 作者：高英哲(譯)、 出版社：新北市：大牌。              出版年：2019              ISBN：9789867645692              教材類型：</li> <li>2、書名：情緒重建。 作者：曾旻。 出版社：台北市：橡實文化。              出版年：2019              ISBN：9789579001922              教材類型：</li> <li>3、書名：青少年身心療癒處方箋。 作者：葉雨純(譯)。 出版社：台北市：地平線文化。              出版年：2018</li> </ol>

	ISBN：9789869669511 教材類型： 4、書名：阿丹老師的幸福說話課。 作者：劉秀丹。 出版社：台北市：平安文化。 出版年：2016 ISBN： 教材類型：
	■參考書目或網址 References or Websites
	1、書名：DISC 個性測驗 <a href="https://wiki.mbalib.com/zh-tw/DISC%E4%B8%AA%E6%80%A7%E6%B5%8B%E9%AA%8C">https://wiki.mbalib.com/zh-tw/DISC%E4%B8%AA%E6%80%A7%E6%B5%8B%E9%AA%8C</a> 作者：MBA智庫 出版社：MBAlib
教學用軟體 software	付費軟體Commercial software Microsoft Office
補充資料 Additional Remark	本科目無相關下載檔案。

## 貳、課程內容與進度 (Course Content &amp; Schedule)

週次 Week	上課日期 Date	單元名稱 Units	授課方式 Instructional Approaches	作業、報告、考試 或其它 Assignments, Tests and Others	備註 Remarks
1	109/09/13 ~ 109/09/19	認識彼此 討論課程綱要	活動、說明、 討論		
2	109/09/20 ~ 109/09/26	情緒雞尾酒--我的情 緒經驗	活動、說明、 討論、講述、影片		
3	109/09/27 ~ 109/10/03	情緒雞尾酒--認識情 緒	講述、影片、活動、 討論、		
4	109/10/04 ~ 109/10/10	情緒雞尾酒--情緒的 表達	講述、影片、活動、 討論、		
5	109/10/11 ~ 109/10/17	情緒雞尾酒--情緒壓 抑的問題	講述、影片、活動、 討論、		
6	109/10/18 ~ 109/10/24	傾聽的藝術--傾聽別 人	講述、影片、活動、 討論、		
7	109/10/25 ~ 109/10/31	傾聽的藝術--傾聽別 人	講述、影片、活動、 討論、		
8	109/11/01 ~ 109/11/07	傾聽的藝術--傾聽自 己	講述、影片、活動、 討論、	期中報告	
9	109/11/08 ~ 109/11/14	The Midterm			
10	109/11/15 ~ 109/11/21	傾聽的藝術--傾聽自 己	講述、影片、活動、 討論、		
11	109/11/22				

	~ 109/11/28	半學期回顧 團隊合作	講述、影片、活動、 討論、		
12	109/11/29 ~ 109/12/05	團隊合作	講述、影片、活動、 討論、		
13	109/12/06 ~ 109/12/12	人際溝通 1 善意溝通--需要	講述、影片、活動、 討論、		
14	109/12/13 ~ 109/12/19	人際溝通 2 善意溝通--請求	講述、影片、活動、 討論、		
15	109/12/20 ~ 109/12/26	生活中的美1	講述、影片、活動、 討論、		
16	109/12/27 ~ 110/01/02	生活中的美2	講述、影片、活動、 討論、		
17	110/01/03 ~ 110/01/09	課程總結與分享	講述、影片、活動、 討論、	期末報告	
18	110/01/10 ~ 110/01/16	The Final			