

# 自我發展與溝通互動領域共同課綱

課程名稱	本學科內容概述	本學科教學內容大綱
故事敘說與自我成長	<p>本課程採用敘事治療的觀點，強調當事人擁有豐富的生命故事，透過挖掘那些被當事人遺忘，卻深刻影響當事人的生命故事，可以幫助當事人自我轉化與成長。</p> <p>透過課程的進行，引導學生書寫、聆聽與分享彼此的故事，學習自我接納與自我肯定，並深入探索自我發展歷程中關於自我認同的、生涯、人際、情感的諸多糾結，期能幫助學生梳理自己的內在情感，得以正面面對自我發展。</p>	<p>課程以敘事治療的觀點為基礎，共分成四大部分：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>第一部分是承認自己的脆弱，為進入敘事做預備。</li> <li>第二部分是引介與演練敘事治療的基礎概念。</li> <li>第三部分是用不同主題實際分享與聆聽故事。</li> <li>第四部份是故事力的練習，引導學生練習說出自己的故事。</li> </ol>
性別探索與愛戀關係	<p>本課程以父權社會的分析作為理論基礎，探討父權社會對我們性別相關經驗的深刻影響。</p> <p>課程中以性別認同的核心私密部位陰道/陰莖作為出發點，想從女人的身體經驗、同時也對照男性的經驗，進而去了解父權社會下對於女性與男性的不平等之處，去除陰道加諸女人身上的污名化，讓學生跳脫男性主控的性論述文本，同時解構傳統父權意識型態下所建構的異性戀霸權，讓社會其他多元性別族群都能被看見、被瞭解。</p>	<p>本課程教學內容分成幾部分：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>從陰道/陰莖切入探討父權社會對男女不平等之處。</li> <li>從社會結構的分析引導到學生透過繪畫與書寫對私密經驗自我省察。</li> <li>探討多元性別與性別光譜，了解自我與他人的性/別位置。</li> <li>探討父權社會下對愛戀關係的不同迷思。</li> </ol> <p>以上幾個大主題來設計課程內容，期能幫助學生省察父權意識形態、跳脫性別框架，找尋自我性別認同與定位，進一步的發展正向的</p>

	<p>課程的第二部分進入愛戀關係的探討，幫助學生省察父權社會下對愛戀關係的種種迷思，期能幫助學生探索與梳理自身的親密關係，獲得自我成長。</p>	<p>愛戀關係。</p>
品味生命與自我探索	<p>本課程是一個體驗式的課程，而非知識導向的課程，透過多元的活動設計，引領學生反思自己過往的生命經驗，並體驗與人交流和對話的重要。本課程特別重視在課堂中建立安全的氛圍，鼓勵同儕之間相互尊重與關懷，使大家在面對與思考人生問題時，能放慢腳步，勇敢表達，傾聽他人，展現真誠，並為自己尋找意義。透過所有參與者生命故事的相互交流，達到品味生命與自我探索的課程目的。</p>	<p>這是一門以探究學生的經驗和問題為主軸的課程，本課程內容包括：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 帶領學生回顧過往生命中的人我關係。</li> <li>2. 從朋友關係、親子關係、師生關係、愛戀關係中探索自我的多元面向與價值觀。</li> <li>3. 重新省思與生命中重要他人的關係，確立自我價值與發展的方向。</li> </ol>
桌遊與人生	<p>本課程借用桌遊模擬不同的情境、狀況，讓學生學會多元思考、即時反應，同時懂得找出解決問題的方法。上課時會藉由遊戲的團隊合作了解與人相處的智慧。分組活動時會使用桌遊進行密集的互動中，讓學習者發現別人同時也認識自己，在老師的引導下學習傾聽與自我表達。</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 介紹學生認識桌遊的意義。</li> <li>2. 說書人桌遊的介紹與實務演練。</li> <li>3. 結合益智遊戲和積木桌遊課程。</li> <li>4. 遊戲中建立多元能力，學習良好友伴互動關係。</li> <li>5. 課程內容涵蓋自我探索與成長，學習主題連結生命關懷與人際關係。</li> <li>6. 系統性的學習架構清楚易懂，循序漸進的建立概念思考模式。</li> </ol>

電子商務	<p>隨著社群網路的盛行、行動商務以及雲端運算的發展，都可能為企業帶來創新的營運模式，也影響消費者的行為模式。本學科從策略之角度探討電子化企業之商業運用，企業 E 化所面臨之機會與限制等相關課題。</p> <p>本課程重視相關領域之廣度與深度的發展，課程也強調師生互動、企業 E 化的個案分析，透過師生間之討論，釐清電子商務之機會與挑戰。</p> <p>有鑑於同學的資訊背景來源不同，本課程重點在於闡明電子商務本身及如何善用資訊科技創造企業契機。</p>	<p>本課程將盡可能涵蓋重要的電子商務議題，包含：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 數位企業與電子商務概述。</li> <li>2. 電子商務市場分析。</li> <li>3. 數位企業基礎架構。</li> <li>4. 整體 E 化環境因素。</li> <li>5. 重要的電子商務模式。</li> <li>6. 數位企業策略。</li> <li>7. 數位行銷。</li> <li>8. 客戶關係管理。</li> </ol>
行銷企劃 (原「行銷概論」)	<p>本課程之學科內容欲使學員對行銷管理有全面系統化之瞭解，並認知台灣之行銷環境，學習市場分析與顧客行為之分析，瞭解行銷組合與競爭策略之運用，以及相關之管理程序之探討，並將特別針對網路時代的行銷情況加以探討。</p> <p>本課程能幫助我們瞭解行銷的關鍵元素，介紹行銷管理之概念及分析，以作為學生未來評估及解決行銷問題時之基礎。</p>	<p>本課程將盡可能涵蓋重要的行銷管理議題，包含：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 創造客戶價值、加強客戶關係。</li> <li>2. 分析市場環境、管理行銷資訊。</li> <li>3. 瞭解消費者行為、瞄準客戶，已合適的產品與服務滿足需求。</li> <li>4. 選擇既有利潤又能使客戶滿足的定價。</li> <li>5. 提供最佳的配銷通路予客戶。</li> <li>6. 使用推廣活動以激勵買氣等。</li> </ol>

自殺防治與醫學相關資訊	<p>本課程的設計，在於使學生可以：初步了解常見的精神疾病與心裡現況的臨床表現，有能力為個案做初步的精神狀態及自殺評估，對於精神醫學及一般醫學相關的治療方式有初步的瞭解，了解現代醫療體系中各科概論的特色，並介紹普遍之醫療科技於一般精神疾病及日常生活上之應用。</p>	<p>隨著『全人醫療』的主流思考，生物治療及社會心理層面的在醫學界的角也越來越重要。著重於社會心理層面的精神醫學也跟著成為眾人矚目的一個學門。這個學科比其他一般醫學帶著更多的神秘色彩，也是一門複雜又難以一窺其奧秘的學門。因此，在大學生的通識課程中，給予：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 基本的自殺防治教育：自殺危險因子評估、守門員系統、後續治療及處理。</li> <li>2. 精神醫學教育：兒童青少年精神疾病、一般成人精神疾病、老年精神疾病、物質相關精神疾病。</li> <li>3. 一般醫學教育：常見疾病、精準醫學預測疾病、常見醫用診斷技術及科技，希冀將對於日後的生活有所幫助。</li> </ol>
農業推廣與故事行銷	<p>有別於直接訴求商品的廣告，故事行銷訴求消費者感動，進而提升品牌價值。本課程嘗試結合中文、行銷、農業等領域教師，引導同學練習故事行銷，並且透過嘉大農管學程畢業學員農場讓同學實踐所學，共同嘗試挖掘嘉義在地農場的動人故事，創造品牌價值。本課程之實踐對應聯合國永續發展目標 SDGs 的「消除飢餓」、「優質教育」、「永續城鄉」，有助嘉</p>	<p>台灣農業面臨農業人口老化，產業停滯未升級等問題，這些問題又跟農產品產銷、民眾的消費習慣息息相關。如何讓未來的農業人才兼具農業知識與行銷概念至關重要。為了達成此一目的，本課程透過跨領域多元交流，結合中文、行銷、農業三方面知識專業，並且落實在嘉義在地農場的故事挖掘與實踐，讓學生實際演練故事行銷。教學內容設計大致分成四個</p>

義大學善盡社會責任。	<p>階段：</p> <p>(一)、故事設計教學 透過敘事學，引導學生掌握故事的元素與架構</p> <p>(二)、行銷概念介紹 透過行銷專業知識導入，與前述知識結合成故事行銷</p> <p>(三)、農業專業知識 導入農業知識，介紹嘉義農業概況</p> <p>(四)、故事行銷演練 導入嘉大農管學程畢業學員之農場，提供學生踏查採訪，並藉此發想相對應的故事行銷方案。</p> <p>本課程對應聯合國永續發展目標 SDGs，推廣農業對應「消除飢餓」、跨域創新課程對應「優質教育」、活化嘉義在地農產對應「永續城鄉」。</p>
------------	--

心理學與自我探索	<p>本課程藉由討論各項生命主題，以主動思考自己生命的各種可能性，聚焦於人文議題的陶冶與欣賞，並鼓勵創意的啟發與思考，以此為基礎，更進一步引導學生抉擇各種生活可能，以期達到自我實現與生命的意義感。</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 本課程將運用各類數位教學內容與媒材，以啟發式思考為課程設計核心，引導學生思考並分享生命中必定會面對到的重要經驗。</li> <li>2. 建立全人成長與學習模式，反思發展議題與個人展現，學習處理身心靈的議題，並以自我管理與自我提升為基礎，經營生命中的重要關係與價值。</li> </ol>
教育與心理	<p>本課程內容為協助學生認識心理學基本概念在教育上的應用，透過認識教育、心理或學習相關理論及實務案例，啟發學生瞭解人類心理運作的機制，有助於提升自我發展與理解，並促進人際溝通。</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教育心理學理論。</li> <li>2. 自我發展。</li> <li>3. 人際溝通。</li> </ol>
管理與生活	<p>有系統地認識管理知識與理論，理解管理如何改善組織效率與效能，同時提高在職場上與主管同儕互動及自我發展之能力，並將之運用於日常生活或經營實務決策，提升個人生活品質。</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 管理的概念與重要性。</li> <li>2. 管理理論。</li> <li>3. 將管理知識與理論應用於個人日常生活或經營實務。</li> </ol>
金融市場與投資	<p>本課程傳達重要的金融市場知識，讓學生認識金融商品，理解風險與報酬觀念，並能以正確的態度面對資本市場投資，建立適切的理財觀念與知能。</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 金融市場概論。</li> <li>2. 介紹金融交易與投資工具。</li> <li>3. 培養基礎的金融市場資訊分析能力。</li> </ol>
文化與國際生活禮儀	<p>隨著全球化時代的來臨，現今的國際禮儀成為人與人之間的交往工具，各國風俗不同，禮儀與文化互異。藉由本課程的開設，提供同</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 一般禮儀與應用禮儀的範圍及實務。</li> <li>2. 各國文化禮儀與禁忌。</li> <li>3. 生活與應用禮儀的課堂實作。</li> </ol>

	學了解不同文化背景下，國際間往來約定俗成的禮儀，以增進同學的溝通能力與未來職場競爭力。	
認識情緒與壓力管理	本課程從情緒與壓力的理論為基礎，介紹情緒與壓力的概念、內涵等；其次，從實務層面出發，引導學生探索與調適情緒及壓力的方法與技巧。	1. 認識情緒與壓力。 2. 探索情緒與壓力。 3. 調適情緒與壓力。
人際關係與溝通	本課程以人際關係與溝通的相關理論為基礎，引導學生察覺與了解自我概念，並學習情緒的管理，提升學生在人際關係中的溝通、傾聽和自我表達，以追求自我成長的動能和實現。	1. 人際關係與成長歷程。 2. 人際關係與自我概念。 3. 人際關係與溝通技巧。 4. 人際關係與情緒管理。 5. 人際關係與成長動能。 6. 人際關係與網路社群。
廣告與行銷	本課程介紹不同媒材與不同形式的廣告與行銷手法，並結合廣告行銷的最新趨勢，增進學生未來在職場上的競爭力、創意思考及工具運用能力、專業管理能力與行銷實務應用能力。	1. 廣告行銷的創意聯想與形式。 2. 網路社群行銷與數位廣告行銷實務。 3. 品牌的整體行銷策略規劃分析。
創意開發與管理	介紹創意開發的理論知識與管理、相關的設計思考心智工具、實務技術上之應用和演練，讓學習者對於創新、創意、創造的產生有一通盤性的瞭解。	1. 創新創意的定義與相關理論和差異。 2. 創意管理概念和案例介紹。 3. 了解創意在產業環境的應用。 4. 學習創意激發技法，提出創意成果。
創意設計方法	本課程規劃著重於以設計思考的方法作為課程的主軸，以激發學生對於創意產品的思考，培養學生對使用者同理心的認知，讓學生在創造產品時具有完整、宏觀性的視野。	1. 創意設計方法與設計思考的概念說明。 2. 探討創意設計方法與設計思考的定義與理論基礎。 3. 創意設計方法與設計思考的案例介紹。 4. 了解創意設計方法與設計思考對生活及社會

		之影響。
女子學	從科技、藝術、媒體、女性角色分工、性暴力等不同領域的性別不平等議題出發，進一步論述生理女性獨有的月經與身心照顧經驗，協助其省思父權社會對女性自尊的影響，進而透過敘事提升女性自我價值，在生活中為自我賦權與發聲。至於生理男性修習本門課得以建立性別平等觀念，學習尊重生理女性不同生命歷程與角色，將性別平等落實在個人生活及社會上。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 社會各領域的性別不平等議題。</li> <li>2. 生理女性的身心議題探討。</li> <li>3. 從女性陽剛與脆弱並存的主體觀出發，發展女性敘事力。</li> </ol>
三創思維與生活應用	本學科內容先從基礎創意的起源和培養開始，舉出一些展現創意的觀念和實際例子，讓學生產生興趣，並了解從細心觀察周遭的事物來啟發創意與創新的靈感。人人都有創意，人人皆可成為發明家。接著提出如何進行創意發掘、創新發明、創新思考法與腦力激盪的方法，並輔以創意提出與設計相關流程、創意企劃的規劃、創意廣告的設計和實現創意的市場調查，讓創意的展現可以聚焦並實際化。之後導入智慧財產權的認識與了解專利的重要性，並了解目前成功創業者的思維。最後介紹未來科技發展的趨勢，啟發學生更深層的學習。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 創意、創新與創業是目前全世界各領域所極力推廣的學習精神與能力，面對目前就業市場的變革與挑戰，唯有發揮創意與創新的思維和觀念才能脫穎而出，而創意與創新必須落實於創客與創業的目的才能發揮創意與創新的真正價值。</li> <li>2. 此課程簡介如何產生創意與創新的啟發，並探討與研究如何落實好的創意。並舉出許多實例，看看這些創意的動機與實現的方法，並了解各種商業模式，從前人的腳步與經驗中學習。</li> <li>3. 課程內容也討論智慧財產權和專利的重要性。並鼓勵學生將本身的創意與創新發明來實踐與升級，實現創客與創業的目標。若有機會，將會邀請一些專家及職場成功人士分</li> </ol>

		享創業經驗。
儒家幸福學	幸福學，是當代顯學，本課程的學習結合傳統儒家的智慧與當代幸福學的理論，引導學生理解幸福的內涵，以及如何透過儒家智慧追求屬於自己的幸福。	<ol style="list-style-type: none"> <li>了解儒家思想的智慧結合幸福學所開展的內涵。</li> <li>引導學生思索自己的幸福追求。</li> <li>在生活中實踐自他的幸福。</li> </ol>
道家幸福學	幸福學，是當代顯學，本課程的學習結合傳統道家的智慧與當代幸福學的理論，引導學生理解幸福的內涵，以及如何透過道家智慧追求屬於自己的幸福。	<ol style="list-style-type: none"> <li>了解道家思想的智慧結合幸福學所開展的內涵。</li> <li>引導學生思索自己的幸福追求。</li> <li>在生活中實踐自他的幸福。</li> </ol>
哲學與人生 (原「哲學概論」)	探索哲學之特質與價值，認識哲學之領域部門及其基本問題，而進一步思考與處理，以擴大視野、開拓胸襟，培養反省批判與同情理解的精神，進而更認識自身、人生與宇宙。	<ol style="list-style-type: none"> <li>認識哲學是什麼？有何價值？</li> <li>研究哲學之基本問題及其部門分類。</li> <li>介紹哲學相關之理論研究與應用。</li> </ol>
心靈牌卡與自我探索	本門課以心靈牌卡作為媒介，以塔羅牌為主，輔以其他的心靈牌卡，一來促進大學生了解自我、深一層探索自己的潛能，從每次的抽牌中瞭解自我內在運作的方式，進而探討感情、工作、人生等困擾的現狀，找到可以改變的契機，在自我的身心靈層面上有更均衡的發展。	<ol style="list-style-type: none"> <li>了解心靈牌卡的潛意識運作原理。</li> <li>從個人的塔羅靈數理解自己的天賦優勢與生命議題。</li> <li>練習透過聚焦提問的方式，透過抽牌進行自我解讀。</li> <li>將塔羅牌搭配其他的心靈牌卡。</li> </ol>