

弘光科技大學 1142【人文精神(一)】課程說明

課程介紹：

人文精神課程包含生命、自我、社會、自然四大類別，人文精神（一）課程以生命、自我兩部分為主，「生命」是以生死為探索線，延伸發展並建構起生命價值的主题脈絡。「自我」部分是藉由介紹自我探索與自我瞭解的方法，讓學生能逐步認識並進行接納自己，與覺察自我的特殊性。

教學目標：

1. 瞭解弘光「以人為本、關懷生命」的辦學理念。
2. 提升自我概念以及對他人的尊重。
3. 增進對生命的意義與價值的體認。
4. 培養「快樂、服務、利他」的價值觀。
5. 透過服務學習，更體認到課程的理念和價值。

共通職能：

本課程融入溝通表達、持續學習、人際互動、團隊合作、問題解決、工作責任及紀律等共通職能之培養。

指定書目：教師補充閱讀資料。

參考書目：

- 《活出意義來》，Viktor E. Frankl 趙可式、沈錦惠，光啟文化。
《零極限》，喬·維泰利、伊賀列卡拉·修·藍博士，宋馨蓉譯，方智。
《蟲洞書簡》，王溢嘉，野鵝。
《超級禮物》，史都瓦著，曹明星譯，中主。
《最後十四堂星期二的課》，白裕承譯，大塊文化。

與其他科目關係：

將理念落實到日常生活與社會關懷，形塑弘光人之「快樂、服務、利他」之人格特質。

教學方法：

1. 依照設計好的教學內容講解與說明、測驗活動、學習單、小組討論；各週授課內容將依班級特性進行彈性調整。
2. 以人文精神課程為主軸，結合服務學習實作，以帶領學生省思實作場域的磨練和學習。

學期成績計算方式：

1. 團體成績
2. 個人成績

*學期成績衡量比重與準則，將適度合併各類成績，並合理配置至學期成績登錄冊之成績登錄。

*所有的假別都請記得按時請假，以維護自身權益。

上課秩序：

1. 請準時上課，不遲到早退；
2. 請保持專注與安靜，不打瞌睡，不滑手機；
3. 上課不吃食物和喝飲料；
4. 請積極參與討論及活動；
5. 離開教室時，請把垃圾帶走，並關閉冷氣、風扇與電燈；
6. 至圖書館演講廳上課請**準時**就位完畢。

課程大綱：

「合班上課」與「專家演講」地點為圖書館地下室演講廳，請同學務必準時入席。若邀請專家來校演講時間有變更，將再行通知同學。

週次	星期一	
	日期	主題
01	02/23	「人文精神」與「服務學習」 「威力導演線上學習說明」
02	03/02	認識自我、尊重群己 —成癮問題
03	03/09	情緒管理與同理心
04	03/16	人際互動與溝通技巧
05	03/23	(專家講座 I) (合班)
06	03/30	親密關係與愛情
07	04/06	調整放假日
08	04/13	美感素養
09	04/20	期中考週
10	04/27	生命與死亡的意義—感恩並珍惜每一天
11	05/04	生命的價值與活出光采
12	05/11	(專家講座 II) (合班)
13	05/18	幸福的追求方式—工作與人生
14	05/25	服務及利他
15	06/01	實踐分享(分班)—影片競賽
16	06/08	課程回饋
17	06/15	實踐分享(合班)—影片競賽
18	06/22	自主學習設計

人文一課程與 SDGs 目標

一、人與生命、自我單元對應之目標

SDGs 目標 03. 健康與福祉 (Good Health and Well-Being)

知識面：

04. 瞭解心理健康的重要性。

態度面：

02. 能讓人們對健康生活和福祉有全面的瞭解，並能闡明其價值觀、信念和態度。

技術面：

01. 在日常生活中促進健康。

二、性別關係單元對應之目標

SDGs 目標 05. 性別平等 (Gender Equality)

知識面：

03. 理解性別差異、性別平等和性別歧視的概念，瞭解一切形式的性別歧視、暴力和不平等（例如：不平等就業機會和報酬、話語建構、傳統性別角色、自然災害對不同性別的影響）並理解當前和歷史上導致性別不平等的原因。

態度面：

01. 能夠在概念中識別傳統的性別角色觀念，同時尊重文化敏感性，並反對一切形式的性別歧視，以及討論增強性別平等的好處。

技能面：

04. 支持其他人培養跨越性別的同情心，打破性別歧視，制止暴力。