

弘光科技大學 1151【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」是以生死為探索進路，延伸發展並建構起生命價值的主題脈絡。「自我」部分是藉由介紹自我探索與了解自我的方法，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. 透過課程實踐反思競賽，更能體認到人文精神的理念和價值。

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：

Viktor E. Frankl 著，趙可式、沈錦惠譯(民 97)。《活出意義來》。臺北市：光啟文化。
喬·維泰利、伊賀列卡拉·修·藍博士著，宋馨蓉譯(民 98)。《零極限》。臺北市：方智。
王溢嘉(民 86)。《蟲洞書簡》。新北市：野鵝。
史都瓦著，曹明星譯(民 91)。《超級禮物》。臺北市：中主。
米奇·艾爾邦著，白裕承譯(民 86)。《最後十四堂星期二的課》。臺北市：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. 講解與說明教學內容、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，結合課程實踐反思競賽，以帶領學生深化生命教育的學習。

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。

*所有的假別都請同學記得按時請假，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及注意上課禮節。

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	人文精神（一）課綱主題
01	人文精神(一)課程簡介及內涵、威力導演線上學習說明
02	認識自我、尊重群己、成癮問題
03	09/28 教師節放假
04	情緒管理與同理心、人際互動與溝通技巧
05	性別關係、認識性別平等教育法
06	(專家講座 I) (合班)
07	10/26 補(光復節)放假
08	親密關係與愛情、美感素養
09	期中考週
10	生命與死亡的意義、感恩並珍惜每一天
11	生命的價值與活出光采
12	幸福的追求方式、工作與人生
13	(專家講座 II) (合班)
14	服務及利他
15	實踐分享(分班)-影片競賽
16	課程回饋
17	實踐分享(合班)-影片競賽
18	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。