

國立東華大學教學卓越中心
109-1 三創課程期末報告書

計畫主持人:許芳銘
單位:資訊管理學系

目錄

壹、109-1 期末成果報告確認-----	3
貳、執行成果總報告-----	4
參、附件-----	10

國立東華大學
109-1 三創課程期末成果確認表

課程/學程名稱：人生管理		
授課教師：許芳銘、劉英和、葉國暉		
服務單位：資訊管理學系(教授與副教授)		
班級人數:150 人		
勾選	繳交項目	說明內容
■	本確認表	請確實填報，以俾利核對
■	執行成果總報告表-電子檔 (Word)	字型：標楷體 (中文)；Times New Roman (英文) 行距：單行間距 字體大小：12 號字
■	活動記錄表	當期程全部活動紀錄，如講座、參訪、期末成發展等
■	本年度活動照片 (原檔)	精選 8-20 張即可 (請將檔案控制在 20 MB 以內)

- 繳交期末成果報告時，請確認繳交項目是否齊全
- 本年度所有受補助課程/學程之成果報告，將上述資料匯集成冊(封面、目錄、內容、附件)，做為本期成果報告書
- 若有相關疑問，請與承辦人郭心怡助理聯繫
(#6591；imyeee@gms.ndhu.edu.tw)

三創教學合作社-執行成果總報告

單一課程/跨領域就業課程

一、課程內容特色

本課程乃是東華大學特有的一門課，它有系統地探討一個人如何管理其人生，進而得到幸福美滿人生。透過全人關懷議題研討，期能結合外部資源，提供觀念與實務參與，激發學生對生命之熱情與積極度，使其省思並建構其美好人生，表現優異，提升東華之正面形象。

每個人必須針對人生各個面向的問題進行梳理，才能獲得美滿。本課程的教學目標就是要使學生瞭解人生中所會面臨的各類問題，包括情緒、健康、財富、人際關係、家庭婚姻等美學與理學問題，培養學生積極面對人生與關懷生命的態度，並且思考自己與群體、大自然之間的關係，進而找到人生的定位，更完好地管理其人生。

花蓮地處台灣東部，好山好水，幅地遼闊，特別適合身心療癒，故設有多所身心照護社會福利機構與監獄矯正機關等，例如花蓮監獄、少年之家、花蓮看守所、花蓮少年觀護所、豐田長老教會等。本課程本擬善用東部地區特有的人文環境，結合東部特有之社會福利機構與花蓮監獄，利用本校管理學院課程及系所專業，讓學生主動參與體驗，培育學生多元思考與行動統合能力。因 COVID-19 新冠肺炎疫情，故而無法造訪花蓮監獄。然仍安排前往少年之家課後輔導、豐田長老教會社區小學生陪讀。除上課之外，本課程要求學生必須實地參與人生議題學習體驗，並依觀察所得，從中發掘問題到解決人生問題，來完成本課程之學習體驗報告，以培養學生對東部地區的人文關懷的人生實務經驗。

二、特殊創意/活動規劃

本課程的內容設計富含創意，結合概念說明、課堂心得問題答覆與實務體驗，在正式課堂之外，包含工作坊與跑步健康運動等，使學生走出教室外，塑造完整的人生。因 COVID-19 新冠肺炎疫情，無法造訪花蓮監獄。然仍安排前往少年之家課後輔導與豐田長老教會社區小學生陪讀。

本課程內容相當創新多元，討論的主題觸及各個面向，包括宗教靈性、世界觀、生命管理、健康管理、財富管理、愛情管理、人際關係管理、時間管理、美學、生涯規劃等，除由本校三位教師團隊聯合教學之外，另外邀請的教師陣容堅強，包括門諾醫院醫師、吸毒販毒被關過 8 年的更生人、算命通靈的專業教師等，使學生認識人生各個層面的問題與可能解答。

花蓮因著豐富的地理資源，擁有諸多的社會福利機構。因此，本課程為了加強與社區的連結，故連繫具有東部特色之社會企業組織，例如花蓮監獄、花蓮看守所、自強外役監獄、更生團契花蓮區會、花蓮少年之家等，分別設計相關活動，使學生透過互動，可從中找到自己的定位，甚至因而開創嶄新服務，成功創業。由教師帶領學生參加預約愛情工作坊，建立正確之兩性愛情觀念。另外，邀請學生跑步，增強學生身體健康之護理，也能增進對生命之珍惜、尊重與關懷。

三、教學策略/教學方法

本課程由許芳銘、劉英和、葉國暉三位老師以及外聘講師團隊協同教學，並由學生自由選擇參與 12 月 12 日愛情工作坊，進行團體互動，彼此分享，進行團隊學習(team-based learning, TBL)或採跑步，促進健康，以進行實地學習體驗；雖然原先規劃前往花蓮監獄、花蓮看守所、自強外役監獄分享，因 COVID-19 新冠肺炎疫情，故而暫停。然仍安排前往少年之家課後輔導與豐田長老教會社區小學生陪讀。

人生有許多問題尚待解決，金錢、健康、情緒、愛情、人際關係等，本課程針對人生各項問題，設計每週主題，面對問題，討論問題，並每週撰寫隨堂心得，提列個人所面臨之問題，達成以問題為基礎的學習(problem-based learning, PBL)，任課老師每週批改，並於隔週針對學生的問題，提出回答，以解答為基礎的學習 (solution-based learning, SBL)。

四、課程/學程相關產業分析

花蓮位居台灣的東部，稱為台灣最美麗的淨土，尤以觀光產業為主要大宗。另外，因為花蓮佔地面積廣闊，所以許多社會安置機構與矯正機構亦設置於此，其中以監獄、看守所、少年之家等，成為花蓮之特殊產業之一。

本課程教導學生進行適當的投資與金關管理，可適用於觀光產業趨勢分析與市場投資。再者，亦教導學生管控情緒，做好愛情以及人際關係管理，避免因一時之情緒失控，鑄成大錯，身陷囹圄，使對安置機構與矯正機構有更進一步的認識。

五、整體活動執行成果效益

本課程開創我國大專院校有系統地討論人生之管理，進而取得幸福美滿人生，開創通識課程之新穎觀念。本課程外聘講師團隊，並設置工作坊協同教學，增進教師教學效能。本課程偕同資管系三位老師開課，團隊學習，提升教師自我成長。本課程每週點名、每週撰寫上課心得，並由任課老師每週批改心得，於書面答覆之外，並且每週於課堂上課前，撿取重點提出口頭回覆，提升學生學習成效，學生反應頗佳。本課程介紹人生之百態，有助於學生了解社會之形形色色，加上建議進行多面向決策與選擇，以及做好財務規劃，提高學生就業競爭力。

【質化指標】

- 在管理學院 B119 舉辦為期一天之預約愛情工作坊，促進愛情良善交往之效益
- 前往花蓮監獄、花蓮看守所以及自強外役監獄之活動因疫情取消
- 帶領學生前往花蓮少年之家，達到服務人群之效益
- 引領學生前往豐田社區小學生陪讀，達到走入社區關懷，善盡大學社會責任(USR)
- 學生可選擇自我擇時跑步，一個學期至少跑 42 公里以上，達到促進健康之效益

【量化指標】

- 舉辦愛情工作坊，參與人數達 60 人，認識兩性差異，以提升美好愛情之能力
- 舉辦 3 場講座，參與人數各約達 140 人，以提升維護健康與情緒管理能力
- 製作學期成果 ppt 影音檔案參加通識中心之三創成果發表 1 場
- 學生每人撰寫一本上課心得，參與課程活動產出報告，達 100%

六、多元評量尺規

由學生每週之心得可以發現各個學生所要面臨的問題非常多樣，從懷疑人生、無神論、人際關係、感情、時間管理、生涯規劃等，然而經過課堂案例分享、面對問題之原理原則等，使得學生可以採取較正面積極的態度面對，這也是本課程所預期帶來之成果。

七、學生整體意見與回饋 (整體活動滿意度、文字意見回饋等)

感謝教學卓越中心，協助進行期中問卷調查。取得學生期中回饋意見如下：

符合目前生活需求，且內容豐富。

基本上大致上都做的十分充足，但若能考慮提供上課的 PPT(ex.將上課 PPT 上傳至東華 e 學院…)將能讓課程更加完美。

經驗的分享，能讓我自省和學習(尤其內容完全沒有時間受壓迫的問題→能讓我思考所學)

同學(學長&學姐)上課有完全沒參與的問題，我不是說教授有問題，而是他們學習心態有偏差→就他們聊天很吵。

覺得是老師以自己的生活無私地分享給學生聆聽。

老師的上課方式很棒，並會在小本子內給予回饋。

已經很好

都喜歡!

對人生的啟發，以及生活中發生的事會進行建議

多用影片方式會更吸引起人上課，比較不無聊

影片的分

增加有趣性

思考過去、未來的人生

蚊子太多

上課氛圍輕鬆

內容可以更具體實用一些，課堂上所教的比較像人生「哲學」而非「管理」

老師上課會給予多元的講法舉例，互動式且播放影片給予學更多體驗。

覺得老師上課模式已經很好了。

氣氛輕鬆自在，將生活中會發生卻很少看重的小細節點出來，幫助我們有意識，認真生活
很喜歡做特質的測驗，對於認識自己的部份可以有工作坊

人際管理，因為對我幫助最大

老師的人生經歷分享。

增加雙向互動。

老師說內容時很好了

上課氣氛輕鬆

很棒

正面思考

老師很可愛餒!

愉快

平常上課就很好了

大膽的去探討宗教及教授很開朗
提供人生上一些待人處事的原則
讚，不用調整
老師分享自己的生活經驗，較讓我有興趣且覺得生活豐富。
無，老師人很好。
有機會回顧自己的大學生活，並學到一些管理人生(健康、人際關係等)的技巧。
對人生成長很有意義
老師教的真好
2 個小時重複思考人生。
都喜歡，都有幫助到我。
都喜歡。
能提供一些不同的看法、觀念
人際關係，對於現在的我很有幫助
老師可以站在我們的角度思考一些人生問題
增加知識
已經很好了
寫心得與老師談談
運動可以多開幾項
老師教學內容
都很好
減少報告量
老師很有活力，看的出來很熱愛自己的生活，來教這門課很適合!
可以多一些互動的問答或小遊戲
不會，老師很棒!
開導人心
非常多不同的主題，扣人心弦的經驗談
可以多跟同學聊點天，問問人生經歷等等…
上課很輕鬆，不會有太大壓力。
更多影片
人際、健康
我覺得很好
人際關係。有講到第一印象著重的數據，孤單和一個人的差別。
都很棒
每堂課都有不一樣的主題
會請人來課堂上演講，獲益良多
有活動給選擇
教導很多人生道理，讓我反思
互動性多一點，例如問我們問題。
讓我在生活上更有條理
關於人際關係的管理。
愛爆芳銘老師! 認真又愛老婆~難得一見好男人
都很好~
老師時常會說出一些關於人生很有道理的話
老師很棒

老師每堂課都笑容滿面
老師很有趣!
換一間椅子較舒服的教室
最喜歡健康管理，學到了很多健康知識
不會，老師有盡力保持在性別和性傾向的問題上中立。
人際關係管理，最期待愛情管理。
老師很有趣。

Good!

很完美
讓我們更了解如何處事，如何面對事物
老師分享自己對人生的看法。
心得有點太多了。
可以多一點課程相關影片
非常用心，有許多不錯的演講
內容豐富
不需調整
以人生管理為主題很容易引起共鳴，加強反思
我覺得現在的方式很好
吸收很多知識
發現自己的天賦，做測驗很好玩
老師生動教學，教導我們課本知識外的道理
都很喜歡，老師的分享讓我獲益良多
不會太累
都喜歡
老師唱歌~
老師很棒!
老師唱歌!
講人生道理
已經很好
創業經商的部份是從有活動宣傳來聊過一些
老師很認真!

綜合以上意見，大致上，反應非常良好。

八、檢討與建議

- 每週課堂問題講解，獲得很好迴響，適合納入課程教學方法之一。

九、與本課程相關成果報導、競賽獲獎或研討會發表

- 於本校三創課程期末成果發表園地發表，與其他老師交流，偕同成長

十、活動精彩剪影 (請檢附二至四張活動照片，並予以簡述)



戀愛工作坊活動大合照



演講



演講



課餘座談

活動紀錄表

活動主題	戀愛工作坊
活動時間	2020 年 12 月 12 日 10 時 00 分 至 16 時 00 分
活動地點	管理學院 B119
主講人	蔡伯宜、李明儀
參與人數	60
活動內容	<p>● 活動進行方式與內容</p> <p>本活動分成四大主題，依序為：</p> <p>(1)男女大不同:除了講者分享自身經歷以及透過小影片介紹兩性差異外，也鼓勵學生彼此討論，提出男女間生理、心理上各種不同的差異，思索日常生活中與異性相處上會產生衝突的因素。藉以學習尊重彼此，培養友善的社交態度。</p> <p>(2)認識社交風格差異:透過 DISC 人格測驗，讓學生了解自己的社交風格，發掘自己的定位，同時也學習該如何與不同社交風格的人相處。</p> <p>(3)戀愛高手秘技—循序漸進的感情路:透過愛的語言測驗，明白每個人「感受到被愛」的方式都不一樣，在追求對象上學習投其所好，才能手到擒來!在與伴侶相處上也能透過正確的方式，向對方表達愛意。另外，學生也以戲劇的方式，呈現人生中會遇到的困難和挫折，最終如何藉著「愛」來克服一切。</p> <p>(4)超越愛情的困境:現今社會上恐怖情人的案例層出不窮，藉由講師分享過去輔導學生走出分手低潮的案例，讓學生思考面對分手或是感情上的衝突該如何成熟應對，學習饒恕與肯定對方的付出，誠實面對自己的軟弱，淬鍊生命成長。另外，安排學生分享自己的生命經歷，鼓勵大家認識、學習愛自己、愛他人。</p> <p>另外，在主題課堂間也會穿插破冰遊戲，讓學生有機會可以彼此認識，交換學習心得，同時也鼓勵、培養學生主動開啟社交話題。</p>

	<ul style="list-style-type: none"> ● 講座重點與預期助益 透過各項測驗(DISC 人格測驗、愛的語言)讓學生對自己有更多了解，先學習愛與接納自己，發展自身優點，成熟面對和處理自己生命中的軟弱和掙扎，進而找到自我生命的方向。
<p>活動回饋 與 成效</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 意見與回饋 (1) 學生們對生命故事分享及短劇很震撼、感動，也印象深刻。 (2) 各樣的測驗也幫助學生對自己有更多認識及分析。 (3) 團體互動時間增加許多交流的機會，因此可以認識新朋友。

活動剪影(請檢附二至四張活動照片，並予以簡述)



小組討論



男女間的差異



課程讓學生認識自己的特質



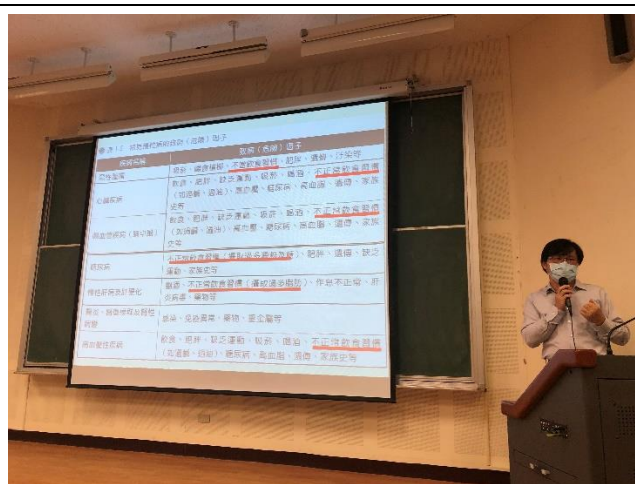
戀愛工作坊活動大合照

附件二

活動紀錄表

活動主題	演講
活動時間	2020年11月5日 10時10分至12時00分
活動地點	管理學院第二講堂
主講人	王理剛
參與人數	140
活動內容	<ul style="list-style-type: none"> ● 活動進行方式與內容 王理剛是門諾醫院家醫科醫師，長期關懷東部地區弱勢族群以及海外低開發國家之醫療救助。此次演講含括人生健康上常見之疾病及其預防方法，尤其針對愛滋病、憂鬱症、癌症等提供正確之健康知識以及重視個人健康之保健。 ● 講座重點與預期助益 使學生認識健康的重要性
活動回饋與成效	<ul style="list-style-type: none"> ● 意見與回饋 學生心得回應極佳

活動剪影(請檢附二至四張活動照片，並予以簡述)



上課剪影

上課剪影

附件三

活動紀錄表

活動主題	演講
活動時間	2020年12月3日 10時10分 至 12時00分
活動地點	管理學院第二講堂
主講人	陳澤義
參與人數	140
活動內容	<ul style="list-style-type: none"> ● 活動進行方式與內容 陳澤義教授為國立交通大學管理學博士，赴美國加州史丹福研究院博士後研究，曾任本校國際企業學系系主任，現任國立台北大學國際企業研究所教授兼所長，曾兼國立台北大學通識教育中心主任，著有管理學、美好人生是管理出來的、幸福學、國際行銷、企業診斷與績效評估、管理與生活、生涯規劃、影響力是通往世界的窗戶、服務行銷與管理、國際企業管理—理論與實務、科技與創新管理等書。在課堂中，與學生分享人生管理的原則。 ● 講座重點與預期助益 使學生認識人生管理的原則與概念
活動回饋與成效	<ul style="list-style-type: none"> ● 意見與回饋 學生心得回應佳

活動剪影(請檢附二至四張活動照片，並予以簡述)



上課剪影



上課剪影