

國立東華大學教學卓越中心  
111-1 三創教學課程成果報告書

計畫主持人：許芳銘  
單位：資訊管理學系

# 目錄

壹、111-1 期末成果報告確認-----	3
貳、執行成果總報告-----	4
參、附件-----	9

**國立東華大學-三創教學課程  
111-1 執行成果報告書確認表**

課程/學程名稱：人生管理		
授課教師：許芳銘、葉國暉、劉英和		
服務單位：資訊管理學系/教授與副教授		
班級人數：98		
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 5-8 張即可 (請將檔案另外上傳並控制在 20 MB 以內以便日後回報教育部)

- 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)

## 三創課程-執行成果總報告

### 單一課程/跨領域課程

#### 一、課程內容特色

本課程乃是一門兼具全面思考與地方特色的通識課程，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。

人生各個面向的問題都必須進行梳理，才能獲得幸福美滿。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。

本校地處台灣東部，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，然而豐田長老教會社區小學生陪讀、愛情工作坊、青年城市論壇、自我跑步等學習體驗，仍能繼續。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，包括花蓮縣衛生局局長、專精對腦部結構研究的清華大學講座教授、曾經吸毒販毒被關過 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。

本課程的內容設計包含創意，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，包含豐田長老教會社區小學生陪讀、愛情工作坊、青年城市論壇、自我跑步等學習體驗，使學生走出教室外，塑造完整的人生。

地處東部的花蓮，因著豐富的地理資源，相對於西部區域，地廣人較稀，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，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

每個人的人生均須面對金錢、健康、情緒、愛情、人際關係等許多問題，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，提出教師之心生經驗分享，供學生參考，形成以解答為基礎的學習 (solution-based learning, SBL)。

本課程由資訊管理學系許芳銘、劉英和、葉國暉三位老師以及外聘講師團隊協同教學，並由學生自由選擇各類工作坊，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；豐田長老教會社區小學生陪讀，組成志工團隊，除有課前培訓，亦加入 Line 群組互動討論，另外藉由戶外淨山、愛情工作坊、青年城市論壇等團體學習體驗項目，培養團隊分享與合作，自我跑步則能增強健康。青年城市論壇透過五新領域「新創藝、新媒體、新創業、新科技、新教育」育成未來的「城市青年行動家」，為新世代年輕人尋找出路！

#### 四、課程/學程相關產業分析

本校位於台灣東部的花蓮，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。

人生管理課程教導學生進行適當的投資與財富管理，可適用於觀光產業趨勢分析與市場投資，故規劃青年城市論壇以提供學生創新、創意、創業之概念。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，選取學生提問之重點提出口頭回覆，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】(對應當初申請計畫之預期成果)

- 透過課堂分享，增強學生自我價值
- 透過論壇與工作坊，提升學生之創意思維與正確人生觀
- 學生可選擇自我跑步，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】(對應當初申請計畫之預期成果)

- 舉辦 5 場講座，參與人數各約達 150 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
- 學生每人每週撰寫紙本上課心得或是 email 繳交心得，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、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，44人填答問卷。期中教學意見回饋分析如下：

- (一)教學策略方面，平均值為 4.2500，在同意以上。
- (二)教材準備方面，平均值為 4.5076，在同意以上。
- (三)師生互動方面，平均值為 4.6193，在同意以上。
- (四)評量方法方面，平均值為 4.4773，在同意以上。

學生自我學習評量：創意(平均值為 4.2652)、創新(平均值為 3.9394)、創生(平均值為 4.0000)。除了上課時間之外，學生每週認真投入本課程的學習時間如下(含參與討論、繳交作業等)，顯示學生在課餘仍投入本課程相關學習活動。

除了上課時間之外，我每週認真投入本課程的學習時間  
時間為? (含參與討論、繳交作業等)

次數	百分比	有效百分比	累積百分比
24	54.5	54.5	54.5
16	36.4	36.4	90.9
3	6.8	6.8	97.7
1	2.3	2.3	100.0
44	100.0	100.0	

學生期中回饋意見如下：

1.從開學上課至今，我對於這門課最喜歡的有哪些？請簡單說明

聽到不同講者和老師一起跟同學們分享多樣的看法  
融合生活，提供很多人生建議指引學生未來方向。

管理人生的故事與方式

其他講師來分享，利用不同領域專業分享很有新意

老師人很好，很願意分享他的經驗和很多想法。

老師上課分享的故事都很有趣

老師對事情的看法 我很欣賞

對於人生很有幫助

主題多元

老師人很好

愛情管理課程 我覺得對我的愛情很有幫助

愛情管理 最想了解的部分

老師講課非常生動

上課內容

期中影片

健康管理

老師簡單的故事分享

自我反思

喜歡老師上關於人生管理在愛情管理課程方面知識

老師的經歷 課程的內容也有趣

老師不用主觀想法帶入課程，而是融入各方面的看法來講解課程，能讓學生理解各個層面的思考方式。

人生不設限講者還不錯

關於人生的方向、走的每一步路未來的影響

健康管理，可以學到很多養生的方法

人際關係管理 讓我知道表面上看起來關係很好但不一定是真心的朋友

老師每堂課都有不同的主題，且偶爾會請不同的講師來上課，非常豐富的內容。

老師的個人經驗分享

對於人生以及日常生活中的思考有很多不同的啟發，也對我在平常跟世界互動時很有幫助

2.請簡單扼要說明對於這門課，如果老師能再做哪些調整，我覺得更有助於我的學習（包含教學內容、方法、評量方式…等方面

無

都很棒。

沒有

目前很好

我覺得很好了

作業少一點

評量計分方面

我覺得都還不錯 讓我很有精神聽課

保持一貫風格即可

與大家互動更多一點

已經很完美了

我認為沒有需要調整的地方

投影片可以有更多重點上的描述

我覺得在教學內容的部分每週都會針對課程寫心得，還不錯課程安排

尚無調整地方

我覺得老師教案教材都做得非常好，非常值得讓人學習。

講課上希望能有多元性別的意識

同意老師的教學方法內容

3.老師在課堂上或學習評量上是否讓你覺得有性別或性傾向之差別待遇？

無

沒有喔

無 一律平等和尊重

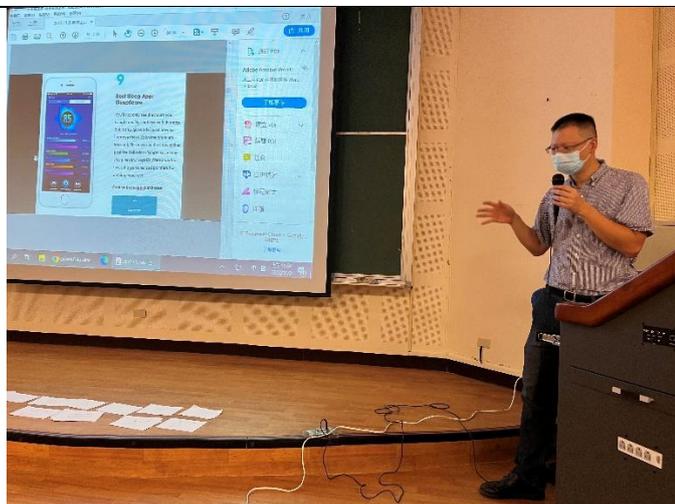
## 八、檢討與建議

- 疫情後，許多活動恢復實體，但仍有相關防疫措施，無法到監獄參觀，雖屬可惜，以後仍須注意連繫或尋找替代方案。
- 大班授課，不利於個別深入檢討。

## 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會線上發表，與其他老師彼此交流
- 

## 十、活動精彩剪影 (請檢附二至四張活動照片，並予以簡述)



醫師進行健康主題演講



愛情工作坊大合照



火星爺爺 許榮宏與同學討論創意後合影



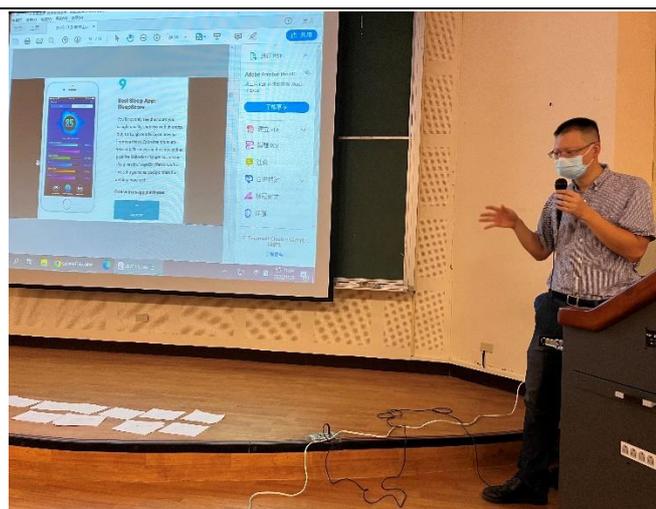
更生人介紹面對人生問題的選擇

附件一

活動紀錄表

活動主題	演講
活動時間	2022年11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	門諾醫院 石振昌醫師
參與人數	90
活動內容	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 活動進行方式與內容 石振昌醫師乃門諾醫院神經內科醫師、門諾醫院醫療資訊管理部主任。現代人需要照護身心靈健康，人的心理與生理需要健康作為支撐，身與心是人類內外健康的指標，只是心理問題因為不易由外表展露，所以較難檢查或是發現。需調和焦慮、憂鬱、失眠等各式身心相關問題。若未獲得紓解，容易衍生人際或是家庭問題，找出正確問題，改善失眠、焦慮等困擾。</li> <li>● 講座重點與預期助益 使學生學習面對人生的不確定性，開創更美麗的未來</li> </ul>
活動回饋與成效	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 意見與回饋 學生心得回應極佳</li> </ul>

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

附件二

活動紀錄表

活動主題	愛情工作坊
活動時間	2022 年 11 月 19 日 9 時 30 分 至 16 時 00 分
活動地點	管理學院 B119
主持人	蔡伯宜
參與人數	50
活動內容	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 活動進行方式與內容                             <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 成為戀愛高手</li> <li>2. 認識社交風格差異</li> <li>3. 戀愛高手密技</li> <li>4. 超越愛情的困境</li> <li>5. 分組討論分享</li> </ol> </li> <li>● 講座重點與預期助益 使學生認識男女的差異，學習表達與專重</li> </ul>
活動回饋與成效	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 意見與回饋 學生心得回應極佳</li> </ul>

活動剪影(請檢附二至四張活動照片，並予以簡述)



活動剪影

活動剪影

附件三

活動紀錄表

活動主題	演講
活動時間	2022 年 12 月 1 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	90
活動內容	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 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。</li> <li>● 講座重點與預期助益 使學生認識人生管理的原則與概念</li> </ul>
活動回饋與成效	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 意見與回饋 學生心得回應佳</li> </ul>
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

附件四

活動紀錄表

活動主題	演講
活動時間	2021 年 12 月 15 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	火星爺爺 許榮宏
參與人數	90
活動內容	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 活動進行方式與內容</li> </ul> <p>許榮宏小時因為發燒導致小兒麻痺，他 7 歲以前完全不會走路、只能在地上爬，卻靠著不斷的努力，取得碩士學位，後續還任職花旗、滾石等企業，成為作家以及兩岸三地企業講師，他出了不少著作，也上過 TED，和讀者分享他的成長經歷「把你的限制，活成故事」與創意思考：向你的「沒有」借東西。他分享「沒有」是一份禮物，不是限制。如果你什麼都沒有，那你應該去想：該怎麼去創造？把焦點放在「創造」，不要放在「沒有」。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 講座重點與預期助益</li> </ul> <p>使學生能進行創意思考</p>
活動回饋與成效	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 意見與回饋</li> </ul> <p>學生心得回應佳</p>
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

附件五

活動紀錄表

活動主題	演講
活動時間	2021年12月22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	陳正修
參與人數	90
活動內容	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 活動進行方式與內容</li> </ul> <p>陳正修曾經夢想成為黑道大哥，打十五歲開始，從賭場的抽頭小弟做起，到後來成為吸毒販毒的老大，年僅二十五歲就進出監獄三次，看似絕望的生命，似乎再也找不到出路。如今，陳正修成為傑出更生人，和同學分享過去的經歷。他說，若靠著自己的能力，他沒辦法擺脫毒品的挾制，因著信仰的協助，他找回了那失去已久的幸福人生。幫助少年觀護所中輟生或受刑人，導正觀念，成為社會上有用的一份子。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 講座重點與預期助益</li> </ul> <p>使學生認識人生難題時的選擇原則</p>
活動回饋與成效	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 意見與回饋</li> </ul> <p>學生心得回應佳</p>

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