朝陽科技大學 091學年度第1學期教學大綱
Self-Exploration and Growth 自我探索與成長

當期課號	0662	**Course Number**	0662
授課教師	陳斐虹	**Instructor**	CHEN,FEI HUNG
中文課名	自我探索與成長	**Course Name**	Self-Exploration and Growth
開課單位	生活與生涯類(日)	**Department**	
修習別	選擇必修	**Required/Elective**	Topics in Career and Social Skills
學分數	2	**Credits**	2
課程目標	1.瞭解個人不同面貌。 2.探索個人成長史。 3.探索個人與家庭的關係。 4.探索個人的人際、兩性、情緒、生命等議題。	**Objectives**	1.To understand style of human being. 2.To explore history of personnal. 3.To explore family relationship . 4.To explore the personal issue about interpersonal relationship、gender、emotion and life etc.
教材	1.講述、小組討論、體驗活動、影片欣賞 2.上課前請事先預習閱讀材料，並於上課時提出疑問或心得（並以此作爲課堂參與之依據）	**Teaching Materials**	
成績評量方式	＊繳交基本資料卡：姓名、系級、連絡方式、修課動機與期待及貼上照片 ＊製作自我成長手冊--以A4紙張製作一本記錄自己成長的手冊，手冊之內容主角爲自己，內容包括以下（1）自我介紹—我的成長史（貼上照片）。（2）於每一主題探討後，依課程內容對自我做一檢核，以個人對此主題的心得及對自我的發現與了解寫心得，約500字即可，並放入手冊中。（3）自我統整：最後依本學期學習內容重新對自己做一番省思與了解並寫成報告，約2000字即可。＊請依規定日期交作業，以A4紙張書寫，電腦打字或手寫均可，惟需字體工整 期中考（20% ）、作業（60% ）、隨堂參與（20% ）	**Grading**	
教師網頁			
教學內容	1.協助個人從不同向度探索自我，以達到瞭解自我、接納自我、肯定自我。 2.提昇個人在生活中對自己及他人自我覺察的能力。 3.增進各項自我探索的方法及相關知識，以作爲未來個人成長之基礎。 4.瞭解個人不同面貌。 5.探索個人成長史。 6.探索個人與家庭的關係。 7. 探索個人的人際、愛情、情緒、生命等議題。	**Syllabus**	

尊重智慧財產權，請勿非法影印。