

朝陽科技大學
103學年度第1學期教學大綱

當期課號	0242	中文科名	圓融與生涯
授課教師	李經世	開課單位	通識教育中心
學分數	2	修課時數	2
開課班級	日間部四年制0年級 0班		
修習別	校訂必修(博雅課群)		
類別	一般課程		

本課程與系所培養學生核心能力關聯度	高度關聯	中高關聯	中度關聯	中低關聯	低度關聯
藝文涵養與溝通能力。		✓			
終身學習與獨立思考能力。	✓				
社會關懷與互助合作能力。		✓			
科技應用與問題解決能力。			✓		

本課程培養學生下列知識：

透過課程說明使學生了解全人發展取向的生涯觀，尤其在這麼多變的社會環境，運用圓融面對狀況調整自己的作為，以適應社會環境變遷。

- 1.培養積極、樂觀的態度及良好的品德、價值觀。
- 2.培養獨立思考及反省，以拓展生涯信心。
- 3.引導學生進行個人與生活環境探索與決定。
- 4.培養宏觀組織能力及具前瞻性的生涯態度與信念。

Through the course description to enable students to understand the values of whole-person development orientation. Especially in this changing social environment, the using harmony attitude to face the situation and to adjust their behavior to adapt to the social environment changes.

每週授課主題

- 第01週：教學說明、課程簡介
- 第02週：把人生當成事業來經營
- 第03週：培養自己更有智慧
- 第04週：培養自己更有智慧
- 第05週：如何修鍊當下的自己
- 第06週：如何修鍊當下的自己
- 第07週：讓自己快樂
- 第08週：讓自己快樂
- 第09週：期中報告
- 第10週：圓融人際
- 第11週：圓融人際
- 第12週：無限行動力
- 第13週：無限行動力
- 第14週：生涯規劃與管理
- 第15週：生涯規劃與管理
- 第16週：期末報告
- 第17週：期末報告
- 第18週：期末報告

成績及評量方式

- 學習態度：20%
- 平時表現(含出、缺席)：20%
- 期中報告：30%
- 期末報告：30%

證照、國家考試及競賽關係

本課程無證照、國家考試及競賽資料。

主要教材

- 1.一、培養積極、樂觀的態度及良好的品德、價值觀。 二、培養獨立思考及反省，以拓展生涯信心。 三、引導學生進行個人與生活環境探索與決定。 四、培養宏觀組織能力及具前瞻性的生涯態度與信念。(自製教材)

參考資料

書名：圓融處世 作者：林萃芬 出版年(西元)： 出版社：精美出版股份有限公司
書名：心念的種籽 作者：.何權峰 出版年(西元)： 出版社：高寶國際（集團）有限公司
書名：反轉你的腦 作者： 出版年(西元)： 出版社：精美出版股份有限公司
書名：圓通的領導 作者：曾仕強、劉君政 出版年(西元)： 出版社：駿馬文化事業公司
書名：做自己生命的主人 作者：Eric C.inoway、Merrill Meadow 出版年(西元)： 出版社：遠見天下文化出版股份有限公司
書名：修鍊當下的力量 作者：Eckhart Tolle 出版年(西元)： 出版社：方智出版社
書名：生涯探索與規劃：我的生涯手冊 作者：吳芝儀 出版年(西元)： 出版社：濤石出版社
書名：大學生生涯發展與規畫手冊 作者：林清文 出版年(西元)： 出版社：心理出版社
書名：邁向成熟-青年的自我成長與生涯規劃 作者：黃惠惠 出版年(西元)： 出版社：張老師出版
書名：早點知道會更好的人生秘密 作者：John Izzo 出版年(西元)： 出版社：商智出版社

建議先修課程

本課程無建議先修課程

教師資料

教師網頁：<http://www.cyut.edu.tw/~shih500222/>

E-Mail：shih500222@cyut.edu.tw

Office Hour：

分機：

[\[關閉\]](#) [\[列印\]](#)

尊重智慧財產權，請勿不法影印。