

國立東華大學教學卓越中心
113-1 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、113-1 期末成果報告確認----- | 3 |
| 貳、執行成果總報告----- | 4 |
| 參、附件----- | 8 |

**國立東華大學-三創教學課程
113-1 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、陳光和 | | |
| 服務單位：資訊管理學系 / 教授、助理教授 | | |
| 班級人數:134 | | |
| 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

「人生管理」課程乃是一門貫穿人生由小至老、兼具全面思考與地方特色的通識課程。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，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，使其省思並建構其美好人生。此課程可以增進東華學生之環境適應力。

在人生的各個面向上，每個人都必須適度地梳理各式的問題，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可能面臨的各類問題，包括情緒、健康、財富、人際關係、家庭婚姻等問題，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，例如更生團契附設信望愛少年學園、豐田長老教會等。本課程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，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。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。課程學生可以自由選擇參與豐田長老教會社區的小學生陪讀、愛情工作坊、青年城市論壇、自我跑步等學習體驗。

二、特殊創意/活動規劃

本課程的內容相當多元，討論的主題觸及各個面向，包括宗教靈性、世界觀、經濟趨勢、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，除由本校兩位教師團隊聯合教學之外，另外邀請的專業教師陣容堅強，包括花蓮門諾醫院醫師、中華工程顧問公司資深經理、曾經吸毒販毒入獄的更生人、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新與創意，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

人生須面對經濟趨勢、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，採用相關講座與影片，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與陳光和兩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，另外藉由青年城市論壇、愛情工作坊、課程輔導等團體學習體驗項目，培養團隊分享與合作。

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，其中以觀光旅遊、監獄、看守所、安置機構等，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，故規劃花蓮「青年城市論壇」，使學生認識觀光遊憩與環境維護之關係，提供學生創新、創意、創業之團隊合作概念。再者，教導學生管控情緒，做好愛情以及人際關係管理，避免因情緒失控，鑄成大錯，並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。本課程偕同資管系兩位老師開課，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】

- 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
- 透過陪讀或課程輔導，提升學生之服務精神與正確人生觀
- 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】

- 舉辦 4 場講座，參與人數各約達 130 人，提升學生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
- 每位學生每週撰寫紙本上課心得，期末 email 繳交課程活動報告，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，然而透過課堂案例分享、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，99 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 3.9450。

(二)教材準備方面，平均值為 4.1167。

(三)師生互動方面，平均值為 4.1531。

(四)評量方法方面，平均值為 4.0406。

學生自我學習評量：創意(平均值為 3.9667)、創新(平均值為 3.8667)、創生(平均值為 3.8708)。學生期中文字意見回饋摘錄如下：

寫心得的部分，很特別

愛情管理 從中學到很多知識

很多不同面向的哲學

愛情管理，很 drama

老師講話很清楚

喜歡和老師在心得回饋本上的互動！

愛情管理，能聽到有用的意見

很多不同的講座內容

對人生以及死後世界的想法

都很喜歡

老師的經驗分享

都很喜歡 每堂課都吸收很多東西

喜歡上課時分享個人經驗的部分

愛情管理，講師的內容很有趣也讓我重新反思自己的生命經驗，並探索現在的自己

世界觀 讓我更了解世界更多一點點

請不同講師演講

每個主題我感覺都有興趣跟喜歡，我也從這堂課而學到好多跟人生管理的知識

每一堂課都讓我有新的想法

時間管理，因為課程老師有教我們如何去規劃時間跟分配。

之前有個講述關於愛情的，蠻有趣的

愛情管理 愛情觀對現在的我們很重要 剛好有這個課程我覺得獲益良多

都蠻喜歡的！課程內容跟生活息息相關！

豐富的經驗分享，多元面向的瞭解

上課內容，都是之前沒學過，很新穎的內容

是生活一樣今天的課，其實有時候我很喜歡抱怨生活，但今天上完課我才知道我們要感恩

探討人生的重要問題很有價值

人生不設限這堂課很有趣，也讓我更勇於去挑戰很多事情，不害怕失敗

八、檢討與建議

- 本期活動的執行困難處及問題

本課程在學習體驗上已涵蓋愛情管理(愛情工作坊)、服務(課輔、陪讀)、健康(跑步)，然而可惜在實務上，無法涵蓋人生的各個層面，例如金錢管理等，只能課堂教導，無法讓學生親身體驗。疫情期間無法到監獄參觀，雖屬可惜，以後仍繼續保持連繫。

另外，大班授課亦不利於個別深入檢討。

- 對教學過程有何改善或精進之處，調整課程或教學目標。

針對無法實體到課的講員，可採預錄方式分享演講

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)



演講--人生的選擇題(更生人分享)



演講--美好人生是管理出來的



演講--健康管理



預約愛情工作坊

附件一

陸、活動紀錄表

| | |
|---|--|
| 活動主題 | 演講 |
| 活動時間 | 2024年11月28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 | 130 |
| 活動內容 | <ul style="list-style-type: none"> ● 活動進行方式與內容 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。 ● 講座重點與預期助益 使學生認識人生難題時的選擇原則 |
| 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 討論出獄之後的適應問題 |
| 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

陸、活動紀錄表

| | |
|---------|---|
| 活動主題 | 預約愛情工作坊 |
| 活動時間 | 2024年12月7日 10時10分 至 16時00分 |
| 活動地點 | 管理學院 B119 教室 |
| 主講人 | 蔡伯宜、慧琳 |
| 參與人數 | 50 |
| 活動內容 | <ul style="list-style-type: none"> ● 活動進行方式與內容 <ol style="list-style-type: none"> 1. 成為戀愛高手 2. 認識社交風格差異 3. 戀愛高手密技 4. 超越愛情的困境 5. 分組討論分享 ● 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 |
| 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)



活動剪影

活動剪影

附件三

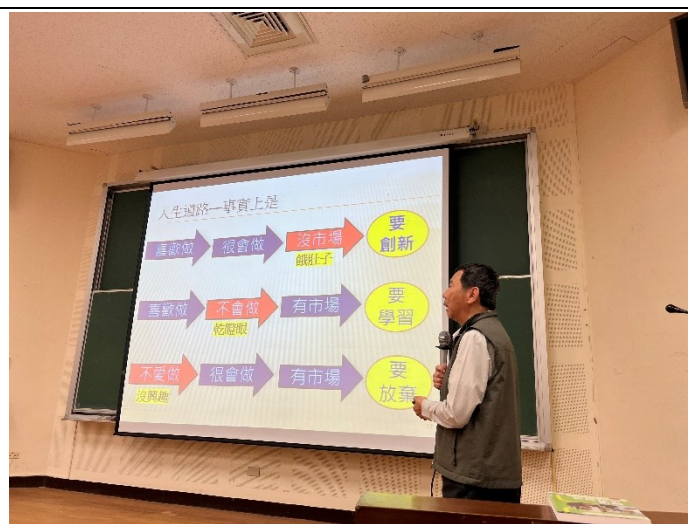
陸、活動紀錄表

| | |
|---------|---|
| 活動主題 | 演講 |
| 活動時間 | 2024 年 12 月 12 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 | 130 |
| 活動內容 | <ul style="list-style-type: none"> ● 活動進行方式與內容 <p>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。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 講座重點與預期助益 <p>使學生認識人生管理的原則與概念</p> |
| 活動回饋與成效 | <ul style="list-style-type: none"> ● 意見與回饋 <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

附件四

陸、活動紀錄表

| | |
|---------|--|
| 活動主題 | 演講 |
| 活動時間 | 2024年12月26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 楊成湛醫師 |
| 參與人數 | 130 |
| 活動內容 | <ul style="list-style-type: none"> ● 活動進行方式與內容 <p>楊成湛醫師乃門諾醫院中醫科主任。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。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 講座重點與預期助益 <p>使學生學習面對人生的健康問題，開創更美麗的未來</p> |
| 活動回饋與成效 | <ul style="list-style-type: none"> ● 意見與回饋 <p>學生回應極佳</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