

國立東華大學教學卓越中心
113-2IDEAS 教學課程計畫成果報告書

計畫主持人：許芳銘
單位：資訊管理學系

目錄

壹、113-2 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-IDEAS 教學課程計畫 113-2 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:133		
勾選	檢核項目	說明內容
<input type="checkbox"/>	本確認表	請確實填報，以俾利核對
<input type="checkbox"/>	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
<input type="checkbox"/>	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
<input type="checkbox"/>	AI 培訓講座/工作坊	<div style="background-color: #f0f0f0; padding: 2px;">■A 類素養導向</div> 本課程介紹 perplexity 基於轉換器的 AI 生成式預訓練模型，使學生能認識上市公司的產品與營運概況，利於分析股價波動與預測，增進學生技能
依據 IDEAS 教學課程計畫辦法第四條，受補助計畫主持人 <b style="background-color: yellow;">有義務參加舉辦之 AI 培訓講座/工作坊 ， <b style="background-color: yellow;">A 類 素養導向課程與 <b style="background-color: yellow;">C 類 跨領域課程 <b style="background-color: yellow;">1 場講座 ； <b style="background-color: yellow;">B 類 AI 科技運用為 <b style="background-color: yellow;">2 場講座 ，以培養教師 AI 應用的能力，因應未來發展趨勢。		

- 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)

IDEAS 教學課程計畫-執行成果總報告

素養導向/AI 應用/跨領域課程

一、教學/計畫目標

「人生管理」課程是一門貫穿人生由少至老、兼具全方位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。此課程透過全人關懷議題，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。

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。在人生的各個面向上，每個學生都必須學習梳理各式問題，才能獲得幸福美滿。在財務管理上，介紹 perplexity 基於轉換器的 AI 生成式預訓練模型，使學生能認識上市公司的產品與基本營運概況，利於分析股價波動與預測。

本校地處台灣東部，幅地遼闊，好山好水，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，例如玉里醫院、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、課程內容特色

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。除此之外，介紹 perplexity 基於轉換器的 AI 生成式預訓練模型，使學生能認識整體產業環境、上市公司的產品與基本營運概況，利於分析股價波動與預測。此 AI 工具亦可協助學生了解企業文化與市場定位，並掌握產業的變化，找出人生的適當規劃，培養哪些技能以避免被淘汰。

本校地處東部的花蓮，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。

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，利用一天的「愛情工作坊」，透過概念分享與小組互動討論(TBL)，共同瞭解男女不同的愛情觀。學生每週針對不同主題，提出個人所面對的不同問題(PBL)，由任課老師每週分享經驗，以貼近學生在社會變遷所面臨的主題學習與討論(SBL)，提供學生思考。本課程亦規劃社區小學生陪讀、兒童嘉年華、自我跑步等學習體驗作業，使學生走出教室外，塑造完整的人生。

三、整體活動執行成果效益

主要教學法	課程大綱		學習(質化/量化)成果
	學習主題	執行過程	
TBL	認識兩性不同的愛情觀	利用一天的「愛情工作坊」，透過概念分享與小組互動討論，共同瞭解男女不同的愛情觀	學生實際參與與實踐，修正學生的概念與對愛情的態度
PBL / SBL	個人面對的不同問題解決	學生每週針對不同主題，提出個人所面對的不同問題，由任課老師每週分享經驗，以貼近學生在社會變遷所面臨的主題學習與討論，提供學生思考。學生可以索取保存個人心得本	產出133份學生心得本
連結 AI 工具提升技能	運用 AI 工具於主題中	介紹 perplexity 基於轉換器的 AI 生成式預訓練模型，了解產業前景、股價預測與職業技能	協助學生認識免費財務 AI 工具，具備產業前景知識，改善投資理財之門檻。另外，亦可協助學生進行適當的人生規劃。

四、多元評量尺規

本課程成績考核，包括：1.課程參與態度佔 30%。2.上課隨堂心得扎記佔 30%。每次下課後當場交，寫出對於該堂課的感想、心得、問題與建議。3.學習體驗與心得報告 30%，包含課後輔導陪讀、愛情工作坊或跑步等之心得報告。4.學期心得報告與分享 10%撰寫這學期人生管理的修課心得，說明自己修課前後的想想法改變，以及這堂課帶給你的省思與成長。

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。

五、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，78 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 3.9538。
- (二)教材準備方面，平均值為 4.1111。
- (三)師生互動方面，平均值為 4.2179。
- (四)評量方法方面，平均值為 4.0737。

學生自我學習評量：創意(平均值為 4.0043) 、創新(平均值為 3.8761)、體驗/探索(M=3.9573)、AI 應用(M=4.0043)、能力(M=3.9487)。學生期中文字意見回饋摘錄如下：

超愛很多教授

租稅法

能聽到不同的人生觀

多元的課程主題

多元的課程

中醫

剛剛上的中醫課 因為對日常生活很有幫助

世界觀，我為人人，人人為我

愛情那門課

老師講解詳細

老師人很好，很正向

世界觀（開始思考婚姻與愛情的關係）

題材多元

感情相關的課程

健康管理 能學到有關中醫養生的知識

我喜歡中醫的主題，可以學到養生的方法

學習到許多關於人生的知識，對生活很有幫助，例如健康飲食、愛情觀等等

不同講師的經驗分享

喜歡老師上關於生活當中有關聯的課程

請不同專業的老師來授課

都喜歡

每堂課都蠻有意思的

老師會邀請很多不同的老師來上課

健康管理

關於人生管理的內容

中醫很讚

如何預防壓力的增長

人際關係管理

主題豐富有趣

老師會回覆我們所寫的心得報告

愛情管理，學到很多感情方面需要注意的事

我喜歡的是此課程給我滿滿的正向能量，還給我很多的正向想法，讓我更加樂觀。

很多講師上課都很有趣

真實，可以相關到我們未來的生活

每週主題不同，不會枯燥乏味。

人生說明

與老師們的互動，老師很親切且隨時關注學生

真實，可以相關到我們未來的生活

我覺得可以更多愛情方面 大學生很需要

我覺得都很棒

老師做的非常好

我覺得都很好了

沒有特別需要調整

六、檢討與建議

本課程每學期的上課學生人數大約 130 人，只能採取教師展示或演講的方式進行課程。已要求學生每周撰寫上課心得與問題，由教師每週批改，並回答學生問題，每週批改時間浩大。

另外，已安排學習體驗項目，讓學生不只於課堂上學習，更是藉由工作坊與實務操作，增進學生在服務、愛情、創業以及健康上的能力。只是無法要求所有學生參加所有項目，有些學習動機較低的學生，規避創新學習，值得持續觀察。

當前困難/問題	未來改善/精進
<ol style="list-style-type: none">1. 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)，然而在實務上，無法實際涵蓋人生的各個層面的操作，例如金錢管理等，只能課堂教導，無法讓學生親身體驗。2. 另外，大班授課亦不利於個別輔導，深入檢討。3. AI 工具繁多，產生結果不完全一致。	<ol style="list-style-type: none">1. 增加學生之體驗項目，讓學生多多參與。2. 以業界所認定較適當的 AI 工具進行教學。

七、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。

附件一

陸、活動紀錄表

活動主題	演講
活動日期	2025 年 4 月 10 日
活動地點	管理學院第二講堂
演講者	陳正修
參與人數	130
活動內容	<ul style="list-style-type: none"> ● 活動或講座進行方式與內容 <p>陳正修曾經淪落黑道，從賭場的抽頭小弟，到後來成為吸毒販毒的老大，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>
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，也在課堂討論出獄之後的適應問題</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 成效 <p>提醒學生避免因突發情緒而誤入歧途</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

附件二

陸、活動紀錄表

活動主題	演講
活動日期	2025 年 5 月 8 日
活動地點	管理學院第二講堂
演講者	門諾醫院 楊成湛醫師
參與人數	130
活動內容	<ul style="list-style-type: none"> ● 活動或講座進行方式與內容 <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>
活動回饋與成效	<ul style="list-style-type: none"> ● 意見與回饋 學生回應極佳 ● 成效 使學生學習面對人生的健康問題，開創更美麗的未來

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

陸、活動紀錄表

活動主題	演講
活動日期	2025 年 5 月 15 日
活動地點	管理學院第二講堂
演講者	陳澤義
參與人數	130
活動內容	<ul style="list-style-type: none"> ● 活動或講座進行方式與內容 <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>
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 ● 成效 使學生認識人生管理的原則與概念

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
活動日期	2025 年 5 月 22 日
活動地點	管理學院第二講堂
演講者	范大陵
參與人數	130
活動內容	<ul style="list-style-type: none"> ● 活動或講座進行方式與內容 范大陵曾擔任鐵路局副站長、交通部當機要秘書、中華顧問公司經理等，談話幽默風趣，主持直播節目「范大陵會客室——誰來作客」，與各行各業人士對談、話家常，分享生命見證，不時擦出各種火花。他的人生經歷豐富，家道中衰，深黯生命的轉折。此次演講含括人生如何面對不確定的人生，促使自己的明天可以更好。
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 ● 成效 使學生學習面對人生的不確定性，開創更美麗的未來
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

陸、活動紀錄表

活動主題	預約愛情工作坊
活動日期	2025 年 5 月 17 日 10 時 10 分 至 16 時 00 分
活動地點	管理學院 B119 教室
演講者	蔡伯宜、陳慧琳
參與人數	50
活動內容	<ul style="list-style-type: none"> ● 活動或講座進行方式與內容 <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
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 ● 成效 使學生認識男女的差異，學習表達與尊重
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