

淡江大學 114 學年度第 1 學期課程教學計畫表

| | | | |
|--|--|----------|------------------------------|
| 課程名稱 | 大學生生涯發展 | 授課 教師 | 張瓊方 CHANG, CHIUNG-FANG |
| | COLLEGE STUDENT CAREER DEVELOPMENT | | |
| 開課系級 | 學習發展學門A | 開課 資料 | 實體課程 選修 單學期 2學分 |
| | TNUNB0A | | |
| 課程與SDGs 關聯性 | SDG3 良好健康和福祉 SDG4 優質教育 SDG11 永續城市與社區 SDG17 夥伴關係 | | |
| 系（所）教育目標 | | | |
| 一、了解大學生在學業、心理、社會、生涯的發展面向上應有的認識。 二、了解自我學習及心理狀況。 三、建立在大學應有的學習能力與態度。 | | | |
| 本課程對應校級基本素養之項目與比重 | | | |
| 1. 全球視野。(比重：10.00) 2. 資訊運用。(比重：10.00) 3. 洞悉未來。(比重：10.00) 4. 品德倫理。(比重：10.00) 5. 獨立思考。(比重：20.00) 6. 樂活健康。(比重：20.00) 7. 團隊合作。(比重：10.00) 8. 美學涵養。(比重：10.00) | | | |
| 課程簡介 | 這門課程將帶領大家進行一趟深入的自我探索之旅。學生將從了解自己的優勢特質開始，逐漸延伸到生活觀、價值觀、興趣、以及職業生涯的規劃。透過各種互動式的學習活動，學生將更清楚地認識自己，發現自己的潛能，培養深入社會脈動與終身學習的素養。 | | |
| | This course will guide students on an in-depth journey of self-exploration. Starting with understanding their strengths, students will gradually extend their insights to life perspectives, values, interests, and career planning. Through various interactive learning activities, students will gain a clearer understanding of themselves, discover their potential, and cultivate the qualities necessary for engaging with society and lifelong learning. | | |

本課程教學目標與認知、情意、技能目標之對應

將課程教學目標分別對應「認知 (Cognitive)」、「情意 (Affective)」與「技能(Psychomotor)」的各目標類型。

- 一、認知(Cognitive)：著重在該科目的事實、概念、程序、後設認知等各類知識之學習。
- 二、情意(Affective)：著重在該科目的興趣、倫理、態度、信念、價值觀等之學習。
- 三、技能(Psychomotor)：著重在該科目的肢體動作或技術操作之學習。

| 序號 | 教學目標(中文) | 教學目標(英文) |
|----|-----------------|--|
| 1 | 增進自我認識與潛能發掘 | Enhance Self-Awareness and Potential Discovery |
| 2 | 培養職業生涯規劃與終身學習素養 | Cultivate Career Planning and Lifelong Learning Skills |
| 3 | 運用適切資源發展個人職涯 | Apply Adequate Resources to Develop Personal Careers |

教學目標之目標類型、核心能力、基本素養教學方法與評量方式

| 序號 | 目標類型 | 院、系(所) 核心能力 | 校級 基本素養 | 教學方法 | 評量方式 |
|----|------|----------------|------------|----------|-----------------------------|
| 1 | 認知 | | 12345678 | 講述、討論、發表 | 作業、討論(含課堂、線上)、報告(含口頭、書面) |
| 2 | 情意 | | 12345678 | 講述、討論、發表 | 作業、討論(含課堂、線上)、實作、報告(含口頭、書面) |
| 3 | 技能 | | 12345678 | 講述、討論 | 作業、討論(含課堂、線上)、實作 |

授課進度表

| 週次 | 日期起訖 | 內 容 (Subject/Topics) | 備註 |
|----|-------------------------|----------------------|------------|
| 1 | 114/09/15~ 114/09/21 | 課程說明與評量方式、個人優勢測驗 | 優勢測驗 |
| 2 | 114/09/22~ 114/09/28 | 個人特質與定向：個人性格優勢診斷 | 破冰活動 |
| 3 | 114/09/29~ 114/10/05 | 個人特質與定向：工作與生活價值觀 | |
| 4 | 114/10/06~ 114/10/12 | 個人特質與定向：興趣、動機、心態 | |
| 5 | 114/10/13~ 114/10/19 | 個人特質與定向：職涯初探 | 邀請自營品牌嘉賓分享 |
| 6 | 114/10/20~ 114/10/26 | 自我學習成長：自傳賞析與探討 | |
| 7 | 114/10/27~ 114/11/02 | 自我學習成長：自傳共讀與思考 | |
| 8 | 114/11/03~ 114/11/09 | 自我學習成長：社會與網路資源探查 | |
| 9 | 114/11/10~ 114/11/16 | 自我學習成長電影賞析：〈逆著風的旅行〉 | |

| | | | |
|--------------|-------------------------|--|--------|
| 10 | 114/11/17~ 114/11/23 | 自我學習成長：自我管理、後設思考 | |
| 11 | 114/11/24~ 114/11/30 | 生涯與未來藍圖：職業世界探索-小組工作會 | |
| 12 | 114/12/01~ 114/12/07 | 生涯與未來藍圖：履歷表撰寫與面試技巧 | 加分任務 |
| 13 | 114/12/08~ 114/12/14 | 生涯與未來藍圖：職業世界探索報告、互評（一） | |
| 14 | 114/12/15~ 114/12/21 | 生涯與未來藍圖：職業世界探索報告、互評（二） | |
| 15 | 114/12/22~ 114/12/28 | 生涯影音分享、短講與綜合討論 | 個人短講I |
| 16 | 114/12/29~ 115/01/04 | 期末考 | 個人短講II |
| 17 | 115/01/05~ 115/01/11 | 期末多元評量週/彈性教學活動 | |
| 18 | 115/01/12~ 115/01/18 | 彈性教學活動 | |
| 課程培養 關鍵能力 | | 自主學習、人文關懷、問題解決 | |
| 跨領域課程 | | 授課教師專業領域教學內容以外，融入其他學科或邀請非此課程領域之專家學者進行知識(教學)分享 | |
| 特色教學 課程 | | | |
| 課程 教授內容 | | 軍護體社團大學學習服務等課程 | |
| 修課應 注意事項 | | <p>評量說明</p> <ol style="list-style-type: none"> 出席 (10%)： <ul style="list-style-type: none"> 學生需定期出席課程，確保參與所有教學活動。課堂進行隨機點名，準時出席計加分，三次點名未到則進行扣考(後續作業不予計分)。 課堂分組討論與反思任務 (25%)： <ul style="list-style-type: none"> 包含小組討論課堂簡筆，學生需積極參與分組討論並記錄個人學習過程。 學習內容應用於個人學業社交經驗分享短講 (5%)： <ul style="list-style-type: none"> 第15-16週學生需進行個人學習規劃與經驗短講(1分鐘/1人)。 自傳導讀與分享 (10%)： <ul style="list-style-type: none"> 學生將分享所選擇的自傳之內容，並參與導讀活動。 小組專題報告 (25%)： <ul style="list-style-type: none"> 包含職業內容、條件、前景、訪談在職者等。第7週提交草稿與執行計畫，第11週提交材料整理與採訪結果供教師進行指導。 生涯與未來藍圖一頁履歷表或面試經驗反思加分任務： <ul style="list-style-type: none"> 學生將準備一頁履歷表或面試經驗反思，面試內容可為志工、實習、打工或正職經驗。 期末考試 (10%)： <ul style="list-style-type: none"> 選擇題與開放式問答。 生涯線上諮詢活動學習心得 (15%)： <ul style="list-style-type: none"> 學生有機會接觸線上生涯學習諮詢活動，與學長姐促膝長談，答疑解惑。 | |
| | | | |

| | |
|----------|---|
| 教科書與教材 | 自編教材:講義 |
| 參考文獻 | <p>齊若蘭譯(2009/2015/2022)。真希望我20歲就懂的事(Tina Seelig原著)。遠流出版社。</p> <p>許恬寧譯(2021)。做自己的工作設計師：史丹佛經典生涯規畫課「做自己的生命設計師」職場實戰篇(Bill Burnett, Dave Evans原著)。大塊文化出版。</p> <p>陳芳毓(2015)。賴桑的千年之約：「台灣樹王」30年耗費20億元，種下30萬棵樹。遠見出版。</p> <p>楊艾俐(1989)。孫運璿傳。天下雜誌。</p> <p>黃佳瑜，陳琇玲，林步昇譯(2018)。成為這樣的我：蜜雪兒·歐巴馬(Michelle Obama原著)。商業週刊。</p> <p>李昆霖(2024)。當我不再像自己時，我終於活出自己——提提研面膜創辦人李昆霖的創意精神與中年成長之旅。麥田出版。</p> <p>彭蕙仙譯(2010)。人生不設限：我那好得不像話的生命體驗(力克·胡哲原著)。方智出版社。</p> <p>黃意然譯(2017)。女力當家：來自一百一十五位職場女性的真心話(葛莉絲·邦妮原著)。立京實業。</p> <p>李衆、李繼宏譯(2019)。窮查理的普通常識：巴菲特50年智慧合夥人查理·蒙格的人生哲學(查理·蒙格原著)。商業週刊。</p> <p>廖月娟、姜雪影、謝凱蒂譯(2023)。賈伯斯傳：Steve Jobs(Walter Isaacson原著)。天下雜誌。</p> <p>劉子倩譯(1999)。五體不滿足(乙武洋匡原著)。圓神出版社。</p> |
| 學期成績計算方式 | <p>◆出席率：10.0 % ◆平時評量：40.0 % ◆期中評量：10.0 %</p> <p>◆期末評量：15.0 %</p> <p>◆其他〈小組專題報告〉：25.0 %</p> |
| 備考 | <p>「教學計畫表管理系統」網址：https://web2.ais.tku.edu.tw/csp 或由教務處首頁→教務資訊「教學計畫表管理系統」進入。</p> <p>※「遵守智慧財產權觀念」及「不得非法影印、下載及散布」。請使用正版教科書，勿非法影印他人著作，以免觸法。</p> |