

# 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				
<p>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。</p> <p>二、了解自我學習及心理狀況。</p> <p>三、建立在大學應有的學習能力與態度。</p>						
本課程對應校級基本素養之項目與比重						
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 全球視野。(比重：10.00)</li> <li>2. 資訊運用。(比重：10.00)</li> <li>3. 洞悉未來。(比重：10.00)</li> <li>4. 品德倫理。(比重：10.00)</li> <li>5. 獨立思考。(比重：20.00)</li> <li>6. 樂活健康。(比重：20.00)</li> <li>7. 團隊合作。(比重：10.00)</li> <li>8. 美學涵養。(比重：10.00)</li> </ol>						
課程簡介	<p>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。</p>					
	<p>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.</p>					

## 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 核心能力	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> <p>1. 出席 (10%) :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>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)。</li> </ul> <p>2. 課堂分組討論與反思任務 (25%) :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>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。</li> </ul> <p>3. 學習內容應用於個人學業社交經驗分享短講 (5%) :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>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)。</li> </ul> <p>4. 自傳導讀與分享 (10%) :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>學生將分享所選擇的自傳之內容，並參與導讀活動。</li> </ul> <p>5. 小組專題報告 (25%) :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>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。</li> </ul> <p>6. 生涯與未來藍圖一頁履歷表或面試經驗反思加分任務 :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>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。</li> </ul> <p>7. 期末考試 (10%) :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>選擇題與開放式問答。</li> </ul> <p>8. 生涯線上諮詢活動學習心得 (15%) :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>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。</li> </ul>		

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：<a href="https://web2ais.tku.edu.tw/csp">https://web2ais.tku.edu.tw/csp</a> 或由教務處首頁→教務資訊「教學計畫表管理系統」進入。</p> <p><b>※「遵守智慧財產權觀念」及「不得不法影印、下載及散布」。請使用正版教科書，勿不法影印他人著作，以免觸法。</b></p>