

國立清華大學教學大綱

【尊重智慧財產權，請使用合法教科書，不得非法影印！】

課程名稱	中文：專業定向與自我成長		修別	必修
	英文：Professional Orienteering & Personal Growth		課程類別	
開課單位	教育學院	教育心理與諮商學系	開課年級	二
學分數	3		上課時數	3
先修課程	無			

課程目標：

- 一、了解自我成長之重要面向與相關發展議題。
- 二、探討自我生命歷程抉擇與成長之實務議題。
- 三、透過社群與團隊參與促進對自我分析與批判思考能力。
- 四、發展和勾勒與自身專業願景有關之學習藍圖。

課程內容簡介：

本課程涵蓋之自我探索層面在縱軸的人生發展歷程上涉略童年與青春期之經驗、邁向青年期與未來之人生抉擇，橫軸上著重愛與關係、性別角色、性與親密、身心健康、壓力處理、獨處與孤單等課題之探討，亦包含相關生命與意義課題，引導學生探討死亡與失落、價值觀與意義等重要課題；課程亦強調個人成長與專業探索和定向之連結，鼓勵學生透過參與社會社群和團隊等投身實踐經驗反思，發展對自我處境和潛能發揮之未來願景藍圖。

教學方式：

討論反思、文獻閱讀、專題報告、影片欣賞、特定議題研討。

評量方式：

1. 課堂參與和作業 (30%)：

包括課程參與、個人經驗對話和焦點議題理論之討論直接參與，以及授課老師指定之週間作業，需自行選擇整學期至少（可超過）針對留言板之十個主題（包括：電影心得、演講回饋、討論議題反思，或相關的發問與思索）分享和發表。

2. 個人專業定向思考與參與歷程報告(40%)：

包含兩個重要的課外學習經驗，其一為社群/環境/社會/文化體驗的參與，可以是參加小學習社群、工作團隊、成長團體、師生訪談對話、機構服務、社區服務、文化行旅、定期活動持續參與等，建議大約四到八次以上；其二為自我閱讀和靜心自我對話，可以是書報文獻閱讀、網站資訊閱覽、電影視傳媒體閱聽，也建議能持續撥出時間進行約六到十次以上。

上述的向外連結經驗與向內的自我對話體悟，每人每個月可統整的將相關經驗與感受反思，針對下列主題進行個人的自我成長和專業定向來梳理，每月底繳交一篇 1500~2000 字之學思歷程報告建議主題（也可以再自行設定）：

九月底：我再看「我」～重新框視自己的過去/現在和未來

十月底：我的亮點與陰影～自我優勢與潛力再探

十一月底：人在江湖～我的社群/環境/社會/文化體驗

十二月底：專業定向中站～我的暫時理解與實踐

3. 期末「弱冠芳華～自我成長定向分享會」(30%)：

每位同學彙整自我成長與專業定向經驗，製作一張展示海報，於期末分享會/弱冠芳華成年禮/系所師生輕茶敘（1/10 下午 3:20~6:00）向系所師生和來賓輪流於海報前分享自己的成長與可能的願景（每人半小時），並同時採互評方式交流分享，彼此砥礪共學。

課程內容：

周次	日期	主題	講員
1	09/13	個人學習與成長：導言、任務與開展 課程簡介	☑
2	09/20	自我追尋的討論：立德立言，己立達人？無問西東，只問真心？ 弱冠芳華之年的知行我思、福慧我在	☑
3	09/27	5.0 超智慧社會下的個人發展與成長 自我 GDP(成長與發展方案)~從社會適應到文化創造	☑
4	10/04	《認知神經科學》 從認知神經科學談幽默動機與情感	詹雨臻
5	10/11	《諮商心理前瞻》 社區、學校、網路世界的心理諮商工作：談現代諮商心理師的素養	施香如
6	10/18	《諮商臨床專業發展》 臨床與諮商心理師的專業定向與成長	邱怡欣
7	10/25	《測驗與心理計量》 心理測驗的現況與展望	王振世
8	11/01	《輔導專業實踐》 在幸福的路上-我與心理輔導	鄭曉楓
9	11/08	《認知與發展心理學》 探索發展變化:孩童腦部的神奇運作	李姝慧
10	11/15	《教育與社會心理學》 學思探索之路：研究主題與生涯經驗分享	劉政宏
11	11/22	《工商心理》 工商行銷新趨向：品牌心理擁有感的探討	江旭新
12	11/29	《心理/管理》 心理人的人力資源專業發展	王榮春
13	12/06	《國際移動力》 雙聯學旅體驗：交換留學的文化適應與滋養	陳晉維
14	12/13	《跨域專業學習》 社區心理與社會工作：跨領域的多元專業實踐	刑志彬
15	12/20	《社區助人實踐》	陳怡芳
16	12/27	《中心主題討論會-1》 第五個季節：出入人生四季的默想與自我規劃	☑
17	01/03	《中心主題討論會-2》 背包：關於專業前行的隱喻	☑
18	01/10	成長回顧與期末分享 「弱冠芳華~自我成長定向分享會」	☑ 邀請系所師生參與

參考書目&課前導讀

1. Corey, G., & Corey, M. S./ 黃慧真等譯(2005)。生命抉擇與個人成長(第七版)。台北：雙葉書廊。
2. 晚熟世代：王浩威醫師的家庭門診。王浩威，心靈工坊。2013/08/08
3. 斜槓青年：全球職涯新趨勢，迎接更有價值的多職人生。Susan Kuang，圓神。2017/09/01
4. 職涯心未來：創一個璀璨的人生。張少熙，國立台灣師範大學出版中心。出版日期：2017/12/01

授課教師聯繫資訊：

- ☑ 許育光 ykhsu@mx.nthu.edu.tw
 ☑ 陳殷哲 yinchechen@mail.nd.nthu.edu.tw