

南華大學通識教育中心「生命教育-身心靈成長」領域課程原則

103 年 12 月 3 日 103 學年度第 1 次校課程委員會議通過

103 年 6 月 3 日 102 學年度第 5 次校課程委員會議通過

103 年 5 月 6 日 102 學年度第二學期第二次通識教育中心「身心調適學門」課程委員會議通過

106 年 4 月 11 日 105 學年度第二學期第一次通識教育中心「生命教育-身心靈成長領域」課程委員會議修訂通過

106 年 4 月 27 日 105 學年度第二學期第一次通識教育中心課程委員會議修訂通過

一、領域課程目標：

在生命自覺的基礎上，培育學生有關身心靈發展方面，具有全人與全方位的素養，以促進學生身心靈的成長、提升、療育與平衡發展。

二、領域課程基本理念與原則：(※本領域之課程需符合以下基本原則)

- (一) 課程目標強調身心靈全人格素養的提升與平衡發展。
- (二) 課程內涵關注於身心靈全方位的調適、成長與康寧。
- (三) 課程培育學生發展多元的身心靈成長與修養的方法。
- (四) 課程規畫著重學生身心實踐、體驗精神與實作取向。
- (五) 課程師資鼓勵校外業師達人協同教學。

三、領域課程開設原則

- (一) 同一學期課程名稱相同者，以開設 1 班為原則；若有兩班（含）以上課名相同者，則由各學院協調分別於上、下學期開設之。
- (二) 各學院每學期以開設 2 班為原則，但得視各學院學生人數多寡調整之。

四、領域核心能力規畫與權重比例：

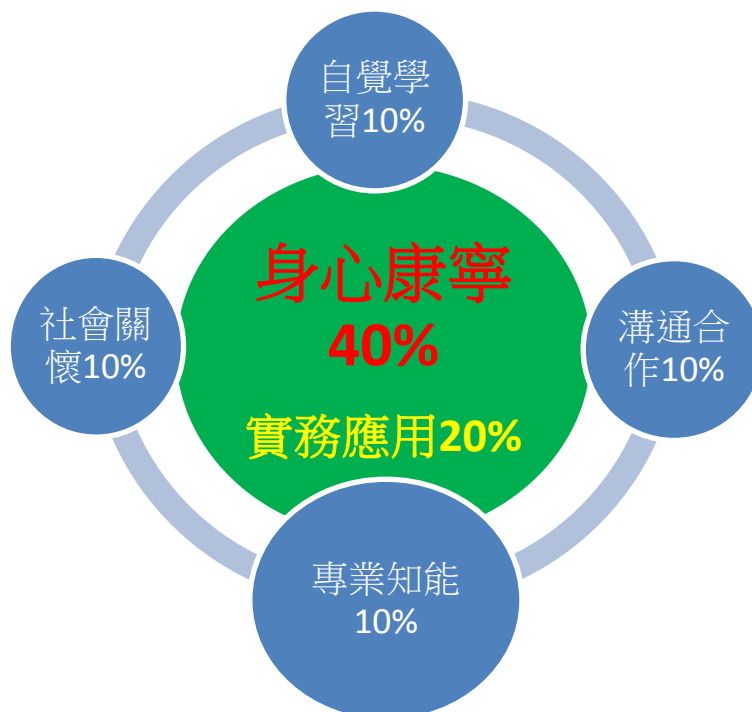
(一) 本領域與校暨通識核心能力的對應關係

校及通識核心能力	與本領域課程之對應關係	本學門對應的核心能力	權重百分比
一、專業知能	學習身心靈全人發展的各種基本知識	※身心靈發展基本知識	10%
二、自覺學習	以生命自覺、內省與正念靜坐為根基	※生命自覺素養	10%
三、實務應用	學習有關身心靈成長與修養與實作取向	※身心靈修養實作能力	20%
四、溝通合作	培育情緒智能、溝通與人際交往、團隊合作與社會智能	※情緒智能(EQ) ※社會智能(SQ)	10%
五、社會關懷	培育公民意識、社會關懷、奉獻精神、多元文化素養	※社會關懷能力 ※多元文化素養	10%
六、身心康寧	1. 培養自我身心靈成長發展之相關涵養 2. 培育情緒管理與平衡的能力 3. 培養抗壓力、挫折忍耐力與復原能力	※身心靈自我成長發展的涵養 ※情緒管理能力 ※抗壓力 ※挫折復原能力	40%

(二) 在身心靈提升與療育類的課程中，整個核心能力培養最重要的是身心康寧(占 40%)。

其次是**實務應用**(占 20%)。

(三)個別課程可依據課程自身屬性特色與教學目標，對六大核心能力進行權重調整，惟**身心康寧**與**實務應用**此兩項核心能力之比重，各不得低於**40%**及**20%**。



五、本領域課程為通識應用課程，非各系之專業課程，須向全校學生開放。每門課為一學期 3 學分。

六、本領域呼應高等教育重要趨勢與本校教育理念：

(一)呼應 21 世紀高等教育的挑戰—知識社會、創意經濟、體驗經濟、情緒勞動

(二)呼應國內外對高等教育人才培育的軟實力要求：態度至上、品格優先

(1)國內各權威機構的調查顯示：企業主管及老闆最在乎的員工核心能力，乃是學習態度與溝通能力(職場軟實力)。

(2)歐美高科技界的競爭力公式：

$$C = (K + S)^A ; \text{競爭力} = \frac{\text{知識} + \text{技能}}{\text{態度}}$$

態度(A)會使得所學的知識(K)與技能(S)產生滾雪球的力量。作為軟實力的態度，成為競爭力的關鍵因素。

(三)呼應本校教育理念：以生命力創造生命力，以學習力促進就業力

(四)呼應本校發展主軸特色：本校發展以「生命價值的提升與永續發展」為願景目標，並以「發展身心靈服務產業」為主軸特色(軟實力+硬實力)。