

重新查詢

友善列印

0981學期 課程基本資料

系所 / 年級	通識課程(夜) 1年級	課號 / 班別	BOG00021 / A
學分數	2學分	選 / 必修	通識
科目中文名稱	EQ高手-2	科目英文名稱	Become an eq expert
主要授課老師	陳經文	開課期間	一學年之上學期
人數上限	48 人	已選人數	55人

起始週 / 結束週 / 上課地點 / 上課時間

第1週 / 第18週 / L003 / 星期5第10節
第1週 / 第18週 / L003 / 星期5第11節

請各位同學遵守智慧財產權觀念；請勿非法影印。

教學綱要

一、教學目標(Objective)

培植學生良善的德行、調柔的心性，以期學生具足優品心靈的善良根基，積極的心智態度，進而學習明白自我身心的真相，教導學生們在面對生命中的不如意與困境時，如何開解自心的煩惱、痛苦、壓力、迷惑，自然開解心靈的負面能量，擁有更多的自信與內在的平靜，提升道德、身體與心智的健康，開創真正優質的生活。

二、先修科目(Pre Course)

三、教材內容(Outline)

一 EQ高手需具有那些良善的德行。二 如何在日常生活中長養、力行這些良善的德行。三 教導學生們在面對生命中的不如意與困境時，如何開解自心的煩惱、痛苦、壓力與迷惑。

四、教學方式(Teaching Method)

講授、媒體運用

五、參考書目(Reference)

書名：心靈戲法。
作者：簡瑞銓(民98)。 出版社：白象文化。

六、教學進度(Syllabi)

2009/9/18 課程介紹—優品心靈 優質生活
2009/9/25 失控的心靈
2009/10/2 失控的心靈
2009/10/9 人生的目標與方向
2009/10/16 十大良善的品德
2009/10/23 十大良善的品德
2009/10/30 突破人際關係的瓶頸
2009/11/6 心靈質感提升的契機
2009/11/13 期中學習成果檢測

2009/11/20 明白因果
2009/11/27 溝通魅力的養成
2009/12/4 明白虛幻的境相
2009/12/11 如何從恐懼中解脫
2009/12/18 減壓處方
2009/12/25 掙脫心靈的枷鎖
2010/1/1 元旦放假
2010/1/8 了解自己
2010/1/15 大圓滿—期末報告

七、評量方
式(Evaluation)

期中檢定 20% 平時成績 50% (包含平時作業 小考 學習態度 出缺席狀況...) 期末報告 30%

八、講義位
址(<http://>)

九、教育目標

重新查詢