

僑光科技大學 115 學年度第 1 學期遠距教學課程—上課時程規劃表

系別	日四技	授課教師	許雅惠	課程名稱	社會導論-幸福學之愛情多元面貌
授課週次		授課時間		面 授 (請V勾選)	線上學習 (請填同步、非同步)
1		115/09/14~115/09/18		V	
2		115/09/21~115/09/25		V	
3		115/09/28~115/10/02		V	
4		115/10/05~115/10/09		V	
5		115/10/12~115/10/16			同步 1
6		115/10/19~115/10/23			非同步 1
7		115/10/26~115/10/30			同步 2
8		115/11/02~115/11/06		V	
9(期中考)		115/11/09~115/11/13		V	
10		115/11/16~115/11/20			非同步 2
11		115/11/23~115/11/27			非同步 3
12		115/11/30~115/12/04			非同步 4
13		115/12/07~115/12/11			同步 3
14		115/12/14~115/12/18			非同步 5
15		115/12/21~115/12/25		V	
16		115/12/28~116/01/01			非同步 6
17		116/01/04~116/01/08		V	
18(期末考)		116/01/11~116/01/15		V	

遠距教學實施規範說明：

- 一、遠距教學課程，教室授課時程由教發中心律定開學前四週、期中考、期末考週計六週為面授，線上授課計九週含同步 3 次(期初 1 次同步請安排於第五週)及非同步 6 次(同步及非同步影片都要提供完整字幕)，教師自訂面授計三週，共十八週課程。面授課程請教師依上課時間於教室進行授課輔導。
- 二、教室授課請授課教師確實點名，扣考時數依十八週之三分之一計算。
- 三、設置線上討論區(同步、非同步)，教師應適時回應學生之問題；並建請教師將討論區之表現納入成績評量。
- 四、紀錄線上學習者上網學習時間及次數。(教育部評鑑重點)
- 五、線上討論的紀錄檔案應留存。(教育部評鑑重點)
- 六、學習者過去之學習紀錄均請妥善保存。(教育部評鑑重點)
- 七、該遠距教學課程至少保存五年。
- 八、遠距教學上課時程需依照本表排定時程按時上課，若時程有異動須填寫遠距教學上課時程異動申請表，並告知全部修課同學。

遠距教學內容應包括：

- 一、課程教學安排：(1)教學公告、(2)教學進度、(3)教材供給。
- 二、授課教材：(1)應有 9 次遠距教學上課教材，教材應具備完整表達該單元課程內容、(2)每次教材呈現方式，需符合其中一項：①教學簡報(含 PPT、網頁式、Word 檔等之圖文檔案)：教材須有同步解說之錄音或錄影，每次 40 分鐘以上，並提供完整字幕或②錄製教學影片：每次上課 40 分鐘以上，並提供完整字幕、(3)教材需為教師本人或教師成長社群所共同設計之教材，不得混合搭配未經授權之教科書、錄影、錄音、光碟、或其他連結之網外資源、(5)教學活動互動應有 4 次以上作業，2 次以上議題討論、(6)學生學習評量應有 2 次以上完整測驗題庫及命題建置。
- 三、師生互動紀錄：(1)教師回應、(2)討論區域。
- 四、自我評量紀錄。
- 五、學生全程上課紀錄。
- 六、作業報告：學生作業或專題報告。

僑光科技大學 遠距教學課程－教學計畫大綱

開課期間：115 學年度第 1 學期（是否為首次開設遠距課程：☒是、☐否）

壹、課程基本資料（有包含者請勾選）

1	課程名稱	社會導論-幸福學之愛情多元面貌			
2	課程英文名稱	Introduction to Social Sciences- The Diverse Facets of Love in Happiness Studies			
3	教學型態	☒ 非同步遠距教學 ☐ 同步遠距教學主播學校 請填列本門課程之收播學校與系所： 學校： <input type="text"/> 系所： <input type="text"/>			
4	授課教師姓名	許雅惠	職稱	助理教授	
5	師資來源	☐ 專業系所聘任 ☒ 通識中心聘任 ☐ 以上合聘 ☐ 其他 <input type="text"/>			
6	開課單位名稱 (或所屬學院及系所名稱)	學院	通識中心	系所	通識中心
7	課程學制	☐ 碩士班 ☐ 碩士班在職專班 ☒ 四技 ☐ 二技 ☐ 學士後學位學程 ☐ 學分學程 ☐ 其他 <input type="text"/>			
8	部別	☒ 日間部 ☐ 進修部(夜間部) ☐ 其他			
9	科目類別	☐ 共同科目 ☒ 通識科目 ☐ 校定科目 ☐ 專業科目 ☐ 教育科目 ☐ 其他			
10	選課別	☒ 選修			
11	學分數／學時數	2			
12	每週上課時數 (非同步遠距教學，請填平均每週面授時數)	<div> <div>1.33 小時</div> <div> 計算舉例：2 學分 2 小時遠距課程 $[(2 \text{ 小時} \times 9 \text{ 週面授}) + (2 \text{ 小時} \times 3 \text{ 週同步})] / 18 \text{ 週}$ $= (18 + 6) / 18 = 1.33 \text{ 小時}$ </div> </div>			
13	開課班級數	2			
14	預計總修課人數	80			
15	全英語教學	☐ 是 ☒ 否			
16	國外學校合作遠距課程 (有合作學校請填寫)	國外合作學校與系所名稱： <input type="text"/> ☐ 國內主播 ☐ 國內收播 ☐ 境外專班 ☐ 雙聯學制 ☐ 其他			
17	課程平台網址(非同步教學必填)	https://tronclass.ocu.edu.tw/#/			
18	教學計畫大綱檔案連結網址 (本欄由教發中心統一填寫)				

貳、課程教學計畫

1	教學目標	1 探究多元愛情與幸福本質：引導學生從社會學與心理學視角，理解幸福、快樂及愛情在現代戀愛文化中的多元面貌與親密關係。 2 提升愛情中的自我覺察與情緒調節：透過自我價值、依附風格、關係焦慮與情緒反應的探討，學習辨識情緒需求、避免無效溝通及處理情緒壓抑。 3 深化數位時代的溝通與界線：社群媒體（IG、LINE、交友軟體）帶來的比較焦慮，並建立性暴力、跟蹤騷擾及同意權的法律與倫理界線。 4 愛情中的正向互動與衝突修復：運用 PAC 理論、非暴力溝通與修復式溝通，學習衝突修補、性別角色反思及情感勞動的平等互動。 5 以幸福學理解愛情：促進失落修復與人生整合：探討分手心理、失落壓力與自我照顧，最終結合個人幸福、關係幸福與社會幸福，實踐幸福並促進關係成長。				
2	修讀對象	大對社會學、心理學、親密關係、戀愛文化與幸福學議題感興趣之二 大三 大四學生				
3	課程大綱	本課程結合社會學與心理學視角，探討現代戀愛文化中的多元愛情面貌與幸福本質。課程內容涵蓋自我價值、依附風格與關係焦慮，並深入分析數位曖昧、社群媒體比較焦慮、情緒壓抑及冷暴力等常見互動困境。透過 PAC 理論、非暴力溝通與修復式溝通的引導，協助學生建立健康的界線、處理情感勞動與性別角色期待。同時，課程亦探討數位性暴力與法律界線、多元性別尊重、分手心理學與失落壓力調適。最終結合 PERMA 正向心理學與人生整合，帶領學生從個人、關係到社會層次實踐幸福，促進自我覺察與關係成長。				
4	教學進度表	<div>週次</div> <div>授課內容</div> <div>(授課方式及時數：<u>面授</u>、<u>同步填時數</u>，<u>非同步 V</u>)</div>	<div>授課方式及時數</div> <div><div>面授時數</div><div>遠距教學</div><div><div>非同步 (V選)</div><div>同步時數</div></div></div>			
		1	一定要幸福？愛情多元面貌	2		
		2	誰在戀愛？愛情中的我：自我認識與自我價值	2		
		3	人際關係的類型/ 曖昧：那些說不清楚的關係	2		
		4	愛的語言與親密關係中的安全感	2		
		5	性別互動與戀愛中的期待			2
		6	愛在人群中-情緒管理與美好人際關係		V	
		7	愛在法律中：親密關係的界線與尊重			2
		8	社群媒體、數位戀愛與關係焦慮	2		
		9	期中考	2		
		10	幸福這麼做！幸福的五個要素		V	
		11	愛情與關係心理-人我之間		V	
		12	愛情中的溝通人格：為什麼他這樣說？		V	
		13	愛情經驗、情緒勒索與關係模式			2
		14	衝突與修復：吵架/衝突中的情緒與表達/和好		V	
		15	心態與幸福：分手、失落與情緒復原		V	
		16	多元愛情、性別平等與關係尊重	2		
		17	我的幸福行動方案	2		
		18	期末考	2		
		註：本表填寫之 18 週授課內容應與校課程教學大綱 18 週上課進度一致。				
5	教學方式	(有包含者請勾選，可複選)				

		☒ 1.提供線上課程主要及補充教材 ☒ 2.提供線上非同步教學 ☒ 3.有線上教師或線上助教 ☒ 4.提供面授教學，次數： <u>9</u> 次，總時數： <u>18</u> 小時(請填時數) ☒ 5.提供線上同步教學，次數： <u>3</u> 次，總時數： <u>6</u> 小時(請填時數) ☐ 6.其它：(請說明)_____																									
(線上同步教學平台採同步視訊方式授課，即時視訊教學之次數與上課時程至少須達3次以上)																											
6	學習管理系統	呈現內容是否包含以下角色及功能(有包含者請勾選，可複選) 1.提供給系統管理者進行學習管理系統資料庫管理 ☒ 個人資料 ☒ 課程資訊 ☒ 其他相關資料管理功能 2.提供教師(助教)、學生必要之學習管理系統功能 ☒ 最新消息發佈、瀏覽 ☒ 教材內容設計、觀看、下載 ☒ 成績系統管理及查詢 ☒ 進行線上測驗、發佈 ☒ 學習資訊 ☒ 互動式學習設計(聊天室或討論區) ☒ 各種教學活動之功能呈現 ☐ 其他相關功能：(請說明)_____																									
7	師生互動方式	※請勾選適合師生交流討論方式並留存紀錄(可複選) ☒ 1.數位學習平台功能(討論區、作業、測驗、問卷、即時回饋) ☐ 2.線上即時互動(Teams、Google meet)截圖 ☒ 3.ZUVIO 即時反饋系統運用 ☐ 4.面談：每週教師課輔時間，學生可前來諮詢，並登錄課後輔導系統 ☒ 5.其他做法：(請說明) <u>LINE 課程社群 即時學習互動</u>																									
8	上課點名方式	☒ 「 <u>僑光科技大學線上點名教師校務資訊系統</u> 」為校定必須且正式之點名缺曠紀錄，不可無紀錄， 其他(同步)可勾選適合學生出席上課方式並留存紀錄 ☐ 1.Teams 出席報告 ☐ 2.同步視訊影像截圖 ☐ 3.ZUVIO 登錄簽到 ☒ 4.數位學習平台出缺勤紀錄 ☐ 5.其他做法：(請說明)_____																									
9	作業繳交方式	(有包含者請勾選，可複選) ☒ 1.提供線上說明作業內容 ☒ 2.線上即時作業填答 ☒ 3.作業檔案上傳及下載 ☒ 4.線上測驗 ☐ 5.成績查詢(請自行勾選) ☐ 6.其他做法：(請說明)_____																									
10	成績評量方式 (包括考試方式、考評項目其所佔總分比率)	<table border="1"> <thead> <tr> <th>考評項目</th><th>佔總分比率(100%)</th><th>考試方式</th><th>次數</th><th>佔總分比率(100%)</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>課堂出缺席</td><td>15%</td><td>線上測驗</td><td>2次</td><td>20%</td></tr> <tr> <td>線上出缺席</td><td>10%</td><td>線上作業</td><td>4次</td><td>10%</td></tr> <tr> <td>期中考</td><td>20%</td><td>議題討論</td><td>2次</td><td>5%</td></tr> <tr> <td>期末考</td><td>20%</td><td></td><td></td><td></td></tr> </tbody> </table>	考評項目	佔總分比率(100%)	考試方式	次數	佔總分比率(100%)	課堂出缺席	15%	線上測驗	2次	20%	線上出缺席	10%	線上作業	4次	10%	期中考	20%	議題討論	2次	5%	期末考	20%			
考評項目	佔總分比率(100%)	考試方式	次數	佔總分比率(100%)																							
課堂出缺席	15%	線上測驗	2次	20%																							
線上出缺席	10%	線上作業	4次	10%																							
期中考	20%	議題討論	2次	5%																							
期末考	20%																										
11	上課注意事項	1、上述之各項分數皆須取得，否則無法取得本科目學期及格成績。 2、扣考同學除有特殊原因外，無法取得本科目學期及格成績。																									