

國立中興大學 通識微型課程 教學大綱

課程名稱	禪在我心			課程編號	1071-3311
規劃教師	沈肇基	系所/單位	資訊管理學系	職 稱	教授
課程目標	<p>一、透過更徹底的認識自己，以增加自信改善生活態度，使得人際關係可以更和順。</p> <p>二、培養更完備的因果關係觀察能力，加強分析能力，讓專業素養可以更有效的運用。</p> <p>三、以了解自己為出發點，對世間、環境、人生等，有更正確的認識。所以自然的心胸開闊，產生同理心，體會生命是一合相的真實相狀。</p>				
教學進度	<p>第一堂 我是誰？ 從我的變與不變，重新檢視從小到大的自己。真的認識自己，才可能正確認識別人，人際關係才能改善。自己的 Accountability 才會提升。</p> <p>第二堂 桌子與我異同？ 物理化學的自我認識，與及對世間一切的科學性細微觀察，建立正確的見解，所學的知識才能完全發揮作用。</p> <p>第三堂 何謂真？ 對形而上及形而下的生活環境，何謂真實，有正確的觀察與見解，才可能有更高品質的人文素養。</p>				
教學方法			學習評量方式		
講授，禪坐練習			課堂參與，心得分享		
核心能力 (合計 100%，請選擇相關性最高的幾項即可，無需六項都配分)					
人文素養	科學素養	溝通能力	創新能力	國際視野	社會關懷
30 %	40 %	30 %	_____ %	_____ %	_____ %