

南臺科技大學 106 學年度第 2 學期課程資訊

課程代碼	70Q0A701
課程中文名稱	職場幸福感實務
課程英文名稱	The Practice of Workplace Wellbeing
學分數	3.0
必選修	選修
開課班級	碩專企管二甲 碩專企管二乙 碩專人資二甲
任課教師	廖學志
上課教室(時間)	週六第 2 節(S303) 週六第 3 節(S303) 週六第 4 節(S303)
課程時數	3
實習時數	0
授課語言 1	華語
授課語言 2	
輔導考照 1	
輔導考照 2	
課程概述	本課程首先介紹職場幸福感的理論概念與量測，其次是探討職場面臨壓力、霸凌、騷擾、衝突、暴力、心理健康以及破壞性領導等的各種問題與挑戰，最後則是論述有關促進職場學習、友善職場、健康組織、以及改善個人健康與工作生活平衡的實務，並導入正向心理學與因應風格的實務運用。
先修科目或預備能力	
課程學習目標與核心能力之對應	
中文課程大綱	<ol style="list-style-type: none"> 1. 職場幸福感的概念化與量測 2. 職場壓力的問題 3. 職場衝突、攻擊和霸凌 4. 職場的心理健康問題 5. 職場領導的黑暗面 6. 促進職場學習 7. 創建友善的職場與健康的組織 8. 改善員工健康和工作生活平衡 9. 運用正向心理學與因應風格
英/日文課程大綱	<ol style="list-style-type: none"> 1. Conceptualizing and measuring workplace wellbeing 2. The problems of workplace stress 3. The problems of workplace conflict, aggression and bullying

	<p>4.Mental health problems in the Workplace</p> <p>5.The dark side of workplace leadership</p> <p>6.Promoting workplace learning</p> <p>7.Creating friendly workplaces and healthy organization</p> <p>8.Improving Employee Health and Work–Life Balance</p> <p>9.The application of positive psychology and coping styles</p>
課程進度表	
教學方式與評量方法	
指定用書	
參考書籍	
教學軟體	
課程規範	