



課 綱 Course Outline

縱谷跨域書院學士學位學程學士班

中文課程名稱 Course Name in Chinese	成為說故事的人-從建構自我到成長思辯				
英文課程名稱 Course Name in English	Becoming a Storyteller-From Self-Building to Growth and Reflection				
科目代碼 Course Code	RVIS20260	班 別 Degree	學士班 Bachelor' s		
修別 Type	學程 Program	學分數 Credit(s)	2.0	時 數 Hour(s)	2.0
先修課程 Prerequisite					
課程目標 Course Objectives					
我們每個人都渴望被理解，被看見，傳遞獨一無二的自己。					
這門課從故事出發，陪你發現自己的獨特光采。無論你來自什麼領域，都能透過說故事練習，梳理經驗、清晰表達，建立自信與觀點。學會說出自己的故事，也是在成為更完整的自己。					
系教育目標 Dept.' s Education Objectives					
1	靈敏探索的智識：保有思維的靈活與自由，培養豐厚的學理素養。 Intellectual knowledge of sensitive exploration: to keep the flexibility and freedom of thinking, cultivate rich academic literacy.				
2	客觀同理的情感：保有視野的遼闊與深刻，培養利他的公民責任。 Objective and empathic emotion: to keep the breadth and depth of vision, cultivate altruistic civic responsibility.				
3	堅若磐石的企圖：保有態度的誠摯與積極，培養永續的生涯目標。 Be firm as a rock: to keep a sincere and positive attitude, cultivate a sustainable career goal.				
4	自強不息的鬥志：保有人格的獨特與完整，培養創新的社會實踐。 Ceaseless effort of self-improvement: keep the uniqueness and integrity of personality, cultivate innovative social practice.				
系專業能力 Basic Learning Outcomes				課程目標與系專業能力相關性 Correlation between Course Objectives and Dept.' s Education Objectives	
A	放心：具備內在省察的心靈體驗 Seek for the Self: spiritual experiences with internal inspection				○

B	博學：具備跨域視野的教育理念 Study Extensively: one' s own educational philosophy with a cross domain perspective	○
C	審問：具備嚴謹研討的問學精神 Enquire Prudently: learning spirit with rigorous discussion	●
D	慎思：具備獨立思考的論證素養 Reflect Carefully: demonstration literacy based on independent thinking	●
E	明辨：具備辨別真相的專業知識 Discriminate Clearly: expertise which can identify the truth	○
F	篤行：具備社會實踐的生命熱忱 Practice Earnestly: social practice from great enthusiasm for life	●

圖示說明Illustration：● 高度相關 Highly correlated ○ 中度相關 Moderately correlated

課程大綱 Course Outline

- 1、故事是誰的？——從自我出發
認識說故事的力量，思考「我是誰」，以及我們如何透過故事理解自己。
- 2、生活中的創意
尋找日常片段與生命轉折，挖掘潛藏的故事素材，練習敘說真實經驗。
- 3、你眼中的你，別人眼中的你
透過鏡像練習與夥伴回饋，探索「自我形象」與「社會觀看」的差異。
- 4、創造自己，重塑自己
利用角色創作練習，思考我們如何在不同場域中扮演不同的自己。
- 5、表達的語言：情感、聲音與沉默
練習如何誠實地表達情感、使用語言的節奏與空白，打造有層次的敘事。
- 6、你相信什麼？你生命裡的信念與價值
辨識故事中的核心信念，反思它們如何形塑我們的選擇與行動。
- 7、從個人到群體：交織的故事
進行小組分享，練習傾聽與共感，理解個體故事與群體經驗的連結。
- 8、重寫自我：我想成為怎樣的人
嘗試用未來視角重寫故事，為自己的成長鋪路。
- 9、展現真我：故事展演與回顧
最終發表個人故事，並以對話方式回顧整體歷程，肯認自我建構的變化。

資源需求評估（師資專長之聘任、儀器設備的配合．．．等）
Resources Required (e.g. qualifications and expertise, instrument and equipment, etc.)

課程要求和教學方式之建議 Course Requirements and Suggested Teaching Methods

課程以簡單書寫、口頭分享與小組討論為主要方式進行，鼓勵學員自在表達，不需追求完美。每堂課透過引導提問與溫和對話，讓學員在交流中發現自我、理解他人，逐步建立信任與表達自信，適合各種表達經驗者參與。

其他

Miscellaneous

閱讀推薦

楊照《故事效應：創意與創價》（九歌出版社）

松浦彌太郎《日日100》（一起來出版社）