



## 教學計劃表 Syllabus

課程名稱(中文) Course Name in Chinese	身心潛能開發實務			學年/學期 Academic Year/Semester	114/2
課程名稱(英文) Course Name in English	Practice of Psychosomatic Potentials Development				
科目代碼 Course Code	ED__5746Z	系級 Department & Year	碩專	開課單位 Course-Offering Department	教育與潛能開發學系
修別 Type	選修 Elective	學分數/時間 Credit(s)/Hour(s)		3.0/3.0	
授課教師 Instructor	/李明憲				
先修課程 Prerequisite					
課程描述 Course Description					
運用講解與分組問題導向學習 理解潛能開發的定義向度與教育的關係 講解有關大腦的生理學基礎與潛能開發的關聯 了解巧推NUDGE的運用在改變行為的方式 了解大腦學習的方法 了解潛能開發事業的可能性 學習運用AI設計潛能開發事業					
授課時間依據學校公布，此各周的進度會依據授課時間達成					
課程目標 Course Objectives					
實踐九年一貫課程第一個目標「增進自我瞭解，發展個人潛能」及〈十二年國民基本教育課程綱要總綱〉第一個課程目標為「啟發生命潛能：願意以積極的態度、持續的動力進行探索與學習；從而體驗學習的喜悅，增益自我價值感。進而激發更多生命的潛能，達到健康且均衡的全人開展」，本課程具體目標為： 一、理解十二年國民基本教育「核心素養」中有關身心潛能開發的內涵與目標 二、認識身心發展的歷程與特徵 三、體會身心統合的重要性與關聯性 四、掌握身心健康的要素與輔導技巧 五、熟悉自我覺察的技巧與心法，增進人際和諧且邁向全人發展					
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	具備教育學術研究與革新的實務能力。Practical skills in academic research and innovation in the field of education.				○
B	具備課程發展與教學創新的素養。Competency in curriculum development and instructional innovations.				○
C	具備潛能開發的素養。Competency in developing human potentials.				●
圖示說明Illustration：● 高度相關 Highly correlated ○ 中度相關 Moderately correlated					
授課進度表 Teaching Schedule & Content					
週次Week	內容 Subject/Topics				備註Remarks

1	說明課程 潛能的概念 潛能發展理論框架 潛能發展與教育的基本問題及阻礙因素 潛能開發的腦神經基礎	2/23
2	潛能開發的腦神經基礎 以大腦為學習的教育方法\ 分組說明 心得報告格式	3/2
3	大腦的結構與思考方式系統一與系統二思考	3/9
4	巧推 第二章 第三章 六種捷思 五種心態 最強 第一章 左腦是編故事高手	3/16第一組報告
5	巧推 第四章 更多可以運用的人性 最強 第二章 遺忘的力量	3/23第二組報告
6	巧推 第五章 MINDSPACE驅力 最強 第三章 破除所謂的好習慣	3/30 第三組報告
7	掃墓節放假	
8	巧推 第六章 BVA20種驅力 最強 第四章 留間隔  巧推 第七章 十大策略與峰終定律 最強 第五章 突擊測驗的威力	4/13第4-5組報告
9	期中考試週 筆試	4/20
10	巧推 第九章 史丹福設計思考 第十章日本仕掛學 最強 第六章 分心的好處	4/27第六組報告
11	巧推 第十一章 洞察的方法 最強 第七章 前進之前先暫停	5/4第七組
12	第八組 巧推 第十二章 nudge是不是萬靈丹 第十三章 解放大腦的熱身活動 最強 第八章 交錯練習	5/11第八組
13	第九組 巧推 第十四章 行為改變的nudge文獻 最強 第九章 不需思考的學習	518 第九組
14	巧推 第十五章 行為改變理論的改變階段理論 最強 第十章小睡一下你就贏了	525第十組
15	最強 結語 覓食的大腦 老師講解巧推推動的步驟 講解潛能開發事業的多樣性 AI設計潛能開發事業的方法	601 給期末報告格式
16	期末潛能開事業發想個人口頭答詢 繳交書面發想設計	608 繳交口頭報告P P T 檔案及書面
17	期末潛能開事業發想個人口頭答詢 繳交書面發想設計	615 繳交口頭報告P P T 檔案及書面
18	彈性教學	

## 教學策略 Teaching Strategies

- ☒ 課堂講授 Lecture      ☒ 分組討論 Group Discussion      ☐ 參觀實習 Field Trip  
☒ 其他 Miscellaneous:

## 教學創新自評 Teaching Self-Evaluation

### 創新教學 (Innovative Teaching)

- ☒ 問題導向學習 (PBL)      ☒ 團體合作學習 (TBL)      ☒ 解決導向學習 (SBL)  
☐ 翻轉教室 Flipped Classroom      ☐ 磨課師 Moocs

### 社會責任 (Social Responsibility)

- ☐ 在地實踐 Community Practice      ☐ 產學合作 Industry-Academia Cooperation

### 跨域合作 (Transdisciplinary Projects)

- ☐ 跨界教學 Transdisciplinary Teaching      ☐ 跨院系教學 Inter-collegiate Teaching

- ☐ 業師合授 Courses Co-taught with Industry Practitioners

其它 other:

---

學期成績計算及多元評量方式 Grading & Assessments

[illegible]

評量方式補充說明  
Grading & Assessments Supplemental instructions

114-2 潛能開發導論：課程評量與作業規範

本課程強調「知行合一」與「人機協作」。評量設計旨在訓練學生超越 AI 的批判性思考能力，以及將大腦科學與巧推理論應用於真實行為改變的實踐能力。

### 一、學期成績計算 (Grading Breakdown)

項目 (Item)	配分 (Percentage)	說明 (Description)
1. 出席情形	15%	嚴格執行請假與扣分機制，強調專業紀律。
2. 期中考試	30%	筆試，測驗前半學期之腦科學與學習理論基礎。
3. 期末報告	20%	潛能開發事業發想（個人）：口頭 10% + 書面 10% 3。
4. 平時作業	35%	含分組報告（24%）與每週個人實踐作業（11%）4。

## 二、詳細評量規則 (Detailed Assessment Rules)

1. 出席情形 (15%)

- 採計次數：本學期採計 15 次出席（期中考週必定出席，不列入此 15 次計算）。
- 扣分機制：
  - 曠課（未請假）：每次扣 1 分。
  - 遲到：超過 30 分鐘者扣 0.5 分；遲到扣分上限為 15 分。
  - 請假規定：
    - 除學校核定之「生理假」與「心理假」不扣分外，個人事病假每學期僅限 1 次不扣分。若特殊情形不在此限，但須與老師說明。
    - 超過 1 次額度後，每次請假扣 5 分。
    - 若出席分數扣至 0 分仍不足扣抵，將倒扣其他評量項目成績，扣至 0 分為止。
  - 程序要求：每次請假均須上網經過老師同意，並主動告知助教登錄，否則一律視同曠課處理。

2. 作業成績 - 分組報告 (24%)

本學期報告採用「雙軌制 (Dual-Track) 顧問簡報」模式，結合 AI 協作與批判。

- 前置任務 (AI 協作)：\* 各組須於課前使用 NotebookLM 生成負責章節 (《最強大腦》與《巧推》) 的「摘要音檔」與「PDF 檔」共四份，每份佔分 2.5，發送給全班預習。前一週繳交。
- 報告核心要求：
  - 內容必須包含「NotebookLM 沒講到的深層觀點」或「批判 NotebookLM 的錯誤/不足之處」。
  - 禁止照本宣科，必須提出具體的「行為或學習改變方案」解決真實問題 (如：改善大學生飲食、減少滑手機、提升記憶效率等)，並引用理論支撐。
  - 互動評量：必須使用 Slido (Q&A 模式) 或 Google Jamboard 進行全班互動。
  - △ 禁止使用 Kahoot (多選題無助於長期記憶)。請設計「情境題」、「預測題」或「開放式思考題」。
- 報告流程與控時 (60 分鐘雙軌制)：
  - 第一階段：大腦升級戰 (The Brain Hacking) [針對《最強大腦》] - 25 分鐘
    - (00-05分) AI 查核與批判：播放 NotebookLM 精華片段並指出其盲點。
    - (05-15分) 概念展示：進行「現場實驗」(如現場測試遺忘曲線)。
    - (15-25分) 生活應用提案：提出學習優化方案 (如考前複習菜單)，全班投票可行性。
  - 中場休息：大腦暖機 (Reset) - 5 分鐘  
帶領全班進行正念呼吸或伸展。
  - 第二階段：行為設計師 (The Behavior Architect) [針對《巧推》] - 25 分鐘
    - (30-35分) AI 缺漏補強：補充關鍵心理偏誤與「台灣在地案例」。
    - (35-50分) 真實問題解決提案：針對校園問題提出 Nudge 方案 (分析→策略→預期效果)。

- (50-55分) 預測市場互動：利用 Slido 讓同學預測 Nudge 的成功率並說明理由。
- 第三階段：總結與質詢 (The Closure) – 5 分鐘
- (55-60分) 魔鬼代言人時間：指定組別提出犀利質疑，報告組答辯。該組必須討論後質詢。
3. 作業成績 – 每週個人實踐 (11%)
- 頻率：全學期共需繳交 11 次。
  - 內容：在兩本教科書中任選一個理論或心得，在生活中真實實踐。
  - 格式：每週一張真實照片 (證據) + 500-1000 字實驗短文。
- 短文需包含：理論對應、實踐過程、預期與結果的落差。文字中必須包含「我原本預期...結果實際上...」的反思
- 評分：採 Pass/Fail 制。有交且符合規定即得分。每週隨機選出 3 篇優秀作品於課堂分享。
4. 期末考 – 潛能開發事業發想 (20%)
- 內容：結合整學期所學，發想一個潛能開發事業或產品。
  - 期末書面報告格式 (10%)：

請學生禁止繳交傳統 Word 報告。使用一頁notebooklm圖文格式範，做完後轉存為 PDF 或 圖檔 上傳。  
單頁 A4 或 16:9 簡報頁：

- 事業/產品名稱 & Slogan：(一句話講完這是什麼)
- 痛點與受眾 (Pain & Target)：針對誰？解決什麼大腦或行為問題？
- 核心理論 (The Science)：
  - 運用了哪一個《最強大腦》的學習機制？
  - 運用了哪一個《巧推》的 Nudge 設計？
- AI 協作揭露 (AI Co-pilot)：哪部分是 AI 幫忙的 (如 Logo、文案、市場調查)？
- 獲利/變現模式 (Business Model)：怎麼賺錢或維持營運？

## 二、口頭發表方法 (10%)：【90秒極速募資】

為了避免上台講廢話拖時間，採用創業圈的 Pitch 模式。

- 時間限制：嚴格執行 每人 90 秒。時間到響鈴，麥克風直接消音 (或請助教按下一頁)。
  - 簡報形式：「全班共用一份 Google Slides」。
- 規定截止時間前，所有同學要把自己的「畫布」貼到雲端共用簡報的指定頁面。
- 評分方式：【投資人遊戲】(省下您打分數的心力)
- 老師 (50%)：針對「理論應用度」與「表達力」。
  - 同學互評 (50%)：每位同學 (或小組) 一張「虛擬支票」使用 Google 表單。
- 題目：「聽完所有發表，如果你有三百萬，可以針對每個人投資 100 萬，你會投資哪 3 個人的項目？」
- 「投資理由 (該產品的競爭優勢)」
- 結算：獲得最多「投資」的前 5 名直接加分，排名即為分數依據。

## 三、作業說明摘要：

### 【期末個人報告：】

- 格式規定 (Format)：
  - 不收 Word 檔，不收長篇論文。
  - 請製作「單頁」簡報或圖表 (Business Canvas)，內容需包含：產品名稱、解決的痛點、運用的腦科學/巧推理論、商業模式。
  - 所有同學請於 [日期] 前，將這一頁簡報貼至 [全班共用 Google Slides 連結] 的指定頁面中。
- 發表規則 (Presentation)：
  - 形式：90 秒電梯簡報 (Elevator Pitch)。
  - 情境：想像台下都是投資人，你只有 1 分半鐘說服我們掏錢。
  - 切換：現場直接播放共用簡報，時間到即切換下一位，請務必練熟。
- 評分標準：
  - 理論誤用：Fail。
  - 超時：扣總分 5 分。
  - 全班將進行「投資人互評」，獲得最高投資金額者5位將獲得額外加分。期末考口頭報告部分給予滿分

教科書與參考書目 (書名、作者、書局、代理商、說明)

Textbook & Other References (Title, Author, Publisher, Agents, Remarks, etc.)

- 巧推與行為改變 民108 12月 李明憲著 電子書
- 行為改變技術 民95 學富
- 《大腦先生的一天》/ 嘉斯·桑頓、健腦商店
- 《引誘科學》/ 班·帕爾
- 最強大腦學習法:不專心,學更好How We Learn The Surprising Truth About When, Where, and Why It Happens 凱瑞 著楊玉齡 譯 天下文化
- 巧推大腦法,讀墨電子書[https://readmoo.com/book/210430873000101?](https://readmoo.com/book/210430873000101?srsltid=AfmB0oqV1h9pHUVo3R34B2yrjTcHTnhYKMwvigc0JogT-Nlu95ov9ySZ)

課程教材網址(含線上教學資訊,教師個人網址請列位於本校內之網址)

Teaching Aids & Teacher's Website(Including online teaching information.

Personal website can be listed here.)

其他補充說明 (Supplemental instructions)