

國立政治大學 114 學年度第 1 學期教學創新課程補助

成果執行摘要

創新課程申請類別：人文關懷課程

課程名稱：設計人生，人生設計

授課教師：林承毅

一、教學創新設計：從社會實踐回歸「個人設計」

本課程是我在校內開設「設計思考」系列課程的第五塊拼圖。在歷經基礎、社會、地域及校園四種尺度的展開後，最終回歸「個人」維度。

- 核心理念：思考「自我」看似最親近，實則最困難。本課程旨在引導學生透過**「反身性」(Reflexivity)的思維，跳脫本我侷限，學會從「他者」視角與「自我」維度進行交互設計。
- 方法論融合：我們以 Stanford D-school 經典課程「Design Your Life」為骨幹，並深度融入日本哲學中的**「生き甲斐」(Ikigai) 核心精神。
- 實務底蘊：結合我近十年來在教育部青年體驗學習計畫、S28 社會創新學校，以及輔導全台上百組社創、地創團隊的實務經驗，開發出獨有的教材。
- 願景：期待透過為期三年的滾動式修正，為 X 實驗學院建構一套獨特的人生指引，協助學生在短期(2026)、中期(2030)至長期(2040)的生命藍圖中，尋得前進的曙光。

二、課程籌備設計：敏捷迭代與內容增強

本課程從構思到執行經歷了嚴謹的準備與動態的調整過程：

- 前期開發與測試：課程以設計思考為核心，參酌多年生涯探索的輔育經驗完成大綱。學期初更藉由「超政新生定位營」進行為期兩小時的前端測試，確立了方法論在新生群體中的適用性。
- 動態調整與抗「說教化」：依據十多年的教學經驗，首開課程必然需要隨堂微調。為避免教學流於「長輩說教」，我在課程中除了核心觀念講解與工具演練外，更強化了內容的深度與廣度。
- 視野拓展：在過去數月間，我每週持續整合 1-2 本國際知名相關著作，即時補充進教學內容中，確保學生能擁有更多元的全球視野，並根據每週學生的反應進行動態優化。期中之後，課程運作已漸入佳境，展現出「慢火熬煉」後的成熟感。

三、課堂師生互動：高互動與深度陪伴的挑戰

- 選修熱度與規模調整：原定 20 名學額的研討型小班，最終吸引超過 70 位學生選修。考量學生需求，最終擴增至 38 位，並移至工作坊教室。
- 空間限制與積極參與：雖然教室規模擴大拉開了物理距離，但我透過在教室內積極走動、與組別互動，試圖消弭距離感。雖未能如預期般深度認識每一位學生，但透過課後時間的預約，十六週下來有近三成學生與我進行過多次深度討論，整體互動性依舊維持高標。
- 同儕連結：課堂上組別內部的討論氛圍熱烈，同儕間建立了良好的連結，這不僅實現了「陪伴」的課程核心，也讓學生在彼此的對話中獲得力量。

四、教學步驟與內容：理論與實務的雙軌併行

本課程採取「理論建構」與「實作演習」混合模式。課程內容具備高度的充實性，包含：

1. 概念引導： 由我親自講解設計思考與生涯規劃的經驗，洞察與箇中邏輯，引領思維方向。
2. 文獻導讀： 每週分享兩本歐陸及日本的人生設計，生涯規劃香菇乃精選著作，擴展思維邊界。
3. 方法論演練： 整合多套設計工具，引導學生持續進行自我反思與生命設計。 只要緊隨週次安排進行深度思考與演練，學員皆能從中獲得實質且豐沛的成長收穫。