

國立空中大學 112 學年度下學期「生活科學系」建議新生選課科目一覽表

課程科目名稱	學分數	課程簡介	可對應工作職場與專業證照類別
幸福學-正向心理學觀點	3	幸福心理學篇 第一章 幸福的意涵及相關理論 第二章 幸福感的測量與相關研究 第三章 正向心理學的發展與範疇 第四章 正向心理學的實務與應用 幸福操作篇 第五章 幸福方程式 第六章 幸福桃花源 第七章 正向心理學在高齡者族群上的運用 幸福正念篇 第八章 正念療法—思想篇 第九章 正念幸福課—實務篇	※培育從事生活規劃與健康促進的樂齡產業人才
銀髮族生活規劃	3	第一篇 如何迎接銀髮族生涯 第 1 章 銀髮族生活規劃的意義與準備 第 2 章 銀髮族的身心調適 第二篇 銀髮族個人生活層面的安頓 第 3 章 銀髮族生活作息安排 第 4 章 銀髮族學習生活安排 第 5 章 銀髮族休閒生活安排 第 6 章 銀髮族退休與生命安適 第三篇 銀髮族家庭生活層面之安居 第 7 章 銀髮族家庭的變遷與理論	※培育從事生活規劃與健康促進的樂齡產業人才

		第 8 章 銀髮族家庭的家人互動 第 9 章 銀髮族家庭的居住規劃 第 10 章 銀髮族家庭的經濟與工作 第四篇 銀髮族與社會之互動與安業 第 11 章 銀髮族家庭的人際關係調適 第 12 章 社會服務之參與 第 13 章 社會權益的瞭解 第 14 章 社會資源的瞭解與運用	
家庭概論	3	第一章 家庭的意涵 第二章 社會中的家庭 第三章 家庭的發展 第四章 家庭研究的趨勢 第五章 家庭與族群、階層 第六章 家庭中的性別 第七章 家庭中的親密關係 第八章 家庭與子女 第九章 家庭與老人 第十章 離婚再婚與繼親家庭 第十一章 工作與家庭 第十二章 家庭生活 第十三章 家庭暴力 第十四章 家庭的未來	※家庭教育專業人員
預防保健	3	第一章 預防性健康照護概論 第二章 癌症篩檢 第三章 心血管疾病的危險評估 第四章 常見代謝、內分泌與傳染性疾病的篩檢	※培育從事生活規劃與健康促進的樂齡產業人才

		第五章 生活壓力及相關精神疾病與物質濫用的篩檢與防治 第六章 疫苗接種 第七章 老年人的預防性健康照護 第八章 女性的預防性健康照護 第九章 青少年的預防性健康照護 第十章 新生兒及兒童的預防性健康照護 第十一章 原住民與新移民的健康議題 第十二章 旅遊相關的健康議題	
生態旅遊	3	第一章 緒論 第二章 旅遊與環境 第三章 生態旅遊的興起與發展 第四章 旅遊需求與動機 第五章 臺灣地區發展生態旅遊之資源 第六章 生態旅遊之衝擊 第七章 生態旅遊規劃 第八章 島嶼生態旅遊資源—以澎湖群島為例 第九章 生態旅遊之管理 第十章 生態旅遊的行銷 第十一章 生態旅遊教育 第十二章 生態旅遊未來的議題與展望	※休閒遊憩管理人員 ※導遊、領隊、遊程規劃師證照