



國立空中大學生活科學系簡介

2 歷史沿革

4 組織架構圖

6 教育宗旨、教育目標與核心能力

8 課程地圖

10 課程導覽

14 職涯進路圖

16 修課小叮嚀

20 「學術進修進路」與建議修習課程



Contents



National Open University

26 「就業進路」與建議修習課程

34 「國考證照檢定」與建議修習課程

38 「生活應用導向」之建議修習課程

42 課程與核心能力對應表

46 選課指引

0916.indd 3 2013/10/27 上午 10:19:26

歷史沿革

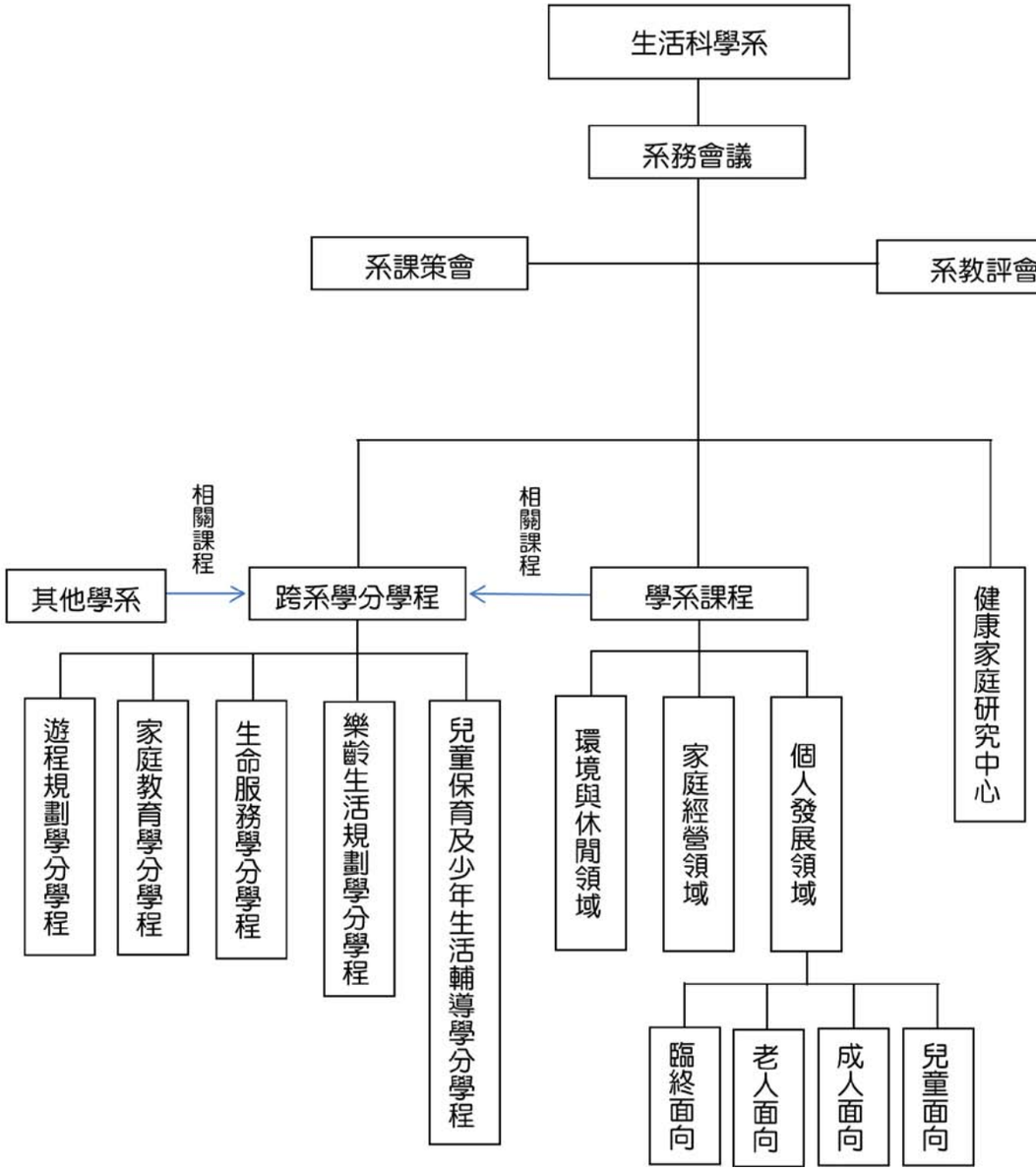
本系於民國 82 年 8 月 1 日奉准成立。創系主任賴榮譽教授保禎篳路藍縷，以宏觀視野帶引跨學科領域的師資群，規劃並奠下課程架構雛形；其後，秉持傳承創新之精神，在歷經杜政榮主任、周文欽主任、張德聰主任、唐先梅主任及劉嘉年主任的用心經營，與全體教師及同仁的共同努力下，陸續規劃出符合社會脈動與有益學習者充實生活內涵與提升生活品質的新課程。民國 95 年，為提供學生專業訓練機會，與增進教師專業研究與服務的能力，成立健康家庭研究中心，期能以生命全程與家庭經營的觀點，結合人文、社會與自然科學的知識，統整理論、研究與實務，進行人才培育、學術研究與社會服務。

本系創系之初設有六個學類，隨著社會變遷、學生專業需求、以及配合校方一階段入學兩階段畢業之空教課程一元化政策，需將本校附設空專生命事業管理科課程納入本系課程架構等因素，本系課程經歷幾次的整併與調整後，目前已統整為「個人發展」、「家庭經營」與「環境與休閒」三大領域；其中「個人發展」領域包含「兒童」、「成人」、「老人」及「臨終」等四個面向，亦即涵蓋生命全程的不同階段課題；「家庭經營」領域關注家人關係經營與生活各面向議題；「環境與休閒」領域除強調環境對個人及家庭的互動影響外，更注入休閒的健康概念；整體而言，課程規劃期以多元寬廣視野，提供學習者充實生活內涵並發展專業。

本系不僅以提升社會大眾生活品質為理念，近年來為符應高齡化社會之就業人力培育，更積極規劃「兒童保與及少年生活輔導」、「樂齡生活規劃」、「生命服務」、「家庭教育」及「遊程規劃」等五個學分學程，朝向培育具備健康人生觀與全人發展知能的生活科學專業服務人才發展。

李淑娟　謹識
2013.9

組織架構圖


生活科學系
系務會議
系課策會
系教評會
相關課程
相關課程
其他學系
跨系學分學程
學系課程
健康家庭研究中心
遊程規劃學分學程
家庭教育學分學程
生命服務學分學程
樂齡生活規劃學分學程
兒童保育及少年生活輔導學分學程
環境與休閒領域
家庭經營領域
個人發展領域
臨終面向
老人面向
成人面向
兒童面向

教育宗旨、教育目標與核心能力

教育宗旨

生活科學系符應社會需求，以提升社會大眾生活品質為理念，培育健康人生與全人發展知能之生活科學專業人才。

教育目標

一、增進生活經營之知能與涵養。
二、增進溝通與協調之能力。
三、提升倫理與關懷之情操。
四、培育生活科學之專業人才。

核心能力

核心能力	內　涵
生活經營	培育生活經營之能力
溝通協調	培育人際溝通、合作與協調之能力
倫理關懷	培育責任倫理與生命關懷之情操
專業服務	培育個人發展、家庭經營、環境與休閒之專業能力

核心能力與校級專業素養之對應

校級基本素養 學系核心能力	公民素養	樂學素養	樂活素養	專業素養
生活經營	◎	◎	◎	
溝通協調		◎	◎	◎
倫理關懷	◎	◎		◎
專業服務		◎	◎	◎

課程地圖

教育宗旨

生活科學系符應社會需求，以提升社會大眾生活品質為理念，培育健康人生與全人發展知能之生活科學專業人才。

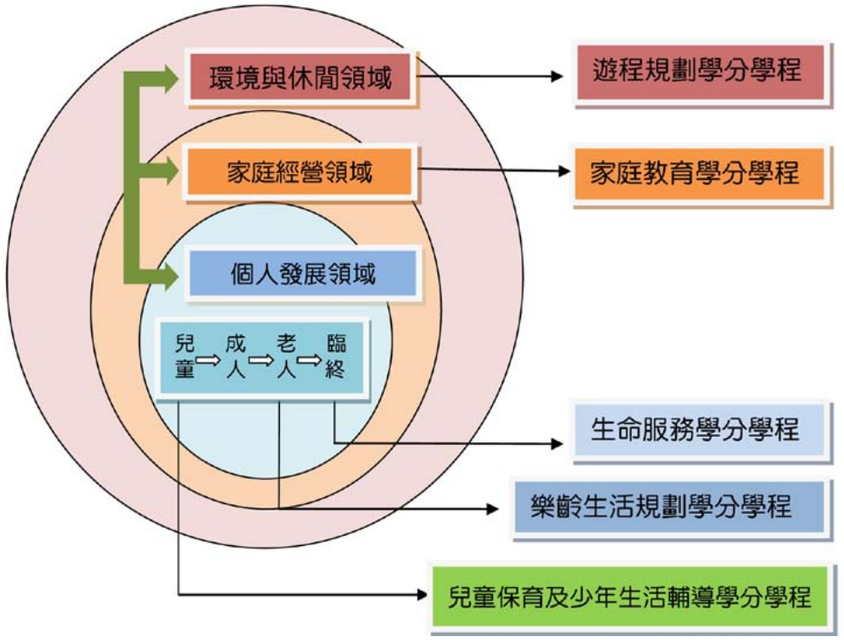
教育目標

- 增進生活經營之知能與涵養。
- 增進溝通與協調之能力。
- 提升倫理與關懷之情操。
- 培育生活科學之專業人才。

核心能力

- 生活經營
- 溝通協調
- 倫理關懷
- 專業服務

領域與結構



課程導覽

領域	面向	基礎課程	專業課程	專業人才培育學分學程
個人發展	兒童	兒童發展與保育（3TV） 青少年心理與輔導（3N） 幼兒教保概論（3N） 兒童及少年福利（3R） 家庭與親職（2N）	嬰幼兒健康照護與活動設計（3TV） 兒童行為觀察與輔導（3R+TV） 托育服務（2N） 兒童及少年福利專業倫理（2R）	兒童保育及少年生活輔導學分學程
	成人	健康心理學（3R） 初級急救學（2N） 預防保健（3R+TV） 壓力與生活（2R） 人際溝通的藝術（2N） 輔導原理與實務（3TV） 成人問題與諮商（3R）	食品營養與健康（3TV） 諮商技術──助人策略與技術（2N） 團體輔導理論與實務（3N） 幸福學（2N） 當代諮商理論（3R）	
	老人	銀髮族生活規劃（3N） 銀髮族心理健康（3R）	中老年疾病與保健（3N） 銀髮族活動設計與評估（2N） 銀髮族居家設計與輔具（3N） 老人與家庭（3N）	樂齡生活規劃學分學程
個人發展	臨終	殯葬與生死（2R） 殯葬衛生學（2R） 殯葬文化學（2R） 殯葬歷史與禮俗（2R） 殯葬政策與法規（2R） 殯葬設施與服務（2N） 殯葬倫理與宗教（2R）	臨終關懷與實務（3TV） 臨終與後續關懷（2R） 遺體處理與美容（2N） 殯葬文書與司儀（2N） 殯葬管理學（2R） 殯葬會場規劃與設計（2N） 綠色殯葬產業（2N）	生命服務學分學程
家庭經營		生活科學概論（2N） 家庭與親職（2N） 家庭、社區與環境（2N） 家庭資源與管理（3N） 婚姻與家人關係（3TV） 家庭概論（3R） 家庭生活教育導論（3R） 室內設計與佈置（2TV） 服飾與生活（2TV） 造型設計（2TV） 慶典禮俗（2N） 慶典規劃概論（2N）	老人與家庭（3N） 家庭教育方案規劃（3N） 家庭諮商與輔導（3TV） 家庭人類學（3TV） 家庭危機與管理（3N） 家庭支持服務（3N） 慶典創意與設計（2TV） 慶典規劃行銷（2N） 慶典預算規劃（2N）	家庭教育學分學程

領域	面向	基礎課程	專業課程	專業人才培育學分學程
環境與休閒		環境學概論（3TV） 環境教育與解說（3N） 國家公園概論（2N） 生物多樣性概論（3N） 家庭生態休閒（2R+TV） 有機環境栽培與健康（2R） 觀光學概論（3TV） 休閒遊憩概論（3TV） 休閒活動設計（2N） 旅遊與文化（3TV） 女性休閒（2N）	綠色能源（3N） 環境生態學（3TV） 旅運經營學（3TV） 餐館與旅館管理（3TV） 導遊領隊理論與實務（3R） 觀光行銷學（3TV） 休閒農業與民宿管理（2TV） 觀光行政與法規（2R） 生態旅遊（3N） 休閒心理學（3N） 遊程規劃（3N） 休閒事業管理（2R） 銀髮族休閒規劃（3N） 休閒教育（2N）	遊程規劃學分學程

職涯進路圖


專業服務
兒童保育專業
學術進修 → 國內外研究所 → 幼兒保育、幼兒教育、兒童福利相關研究所
就業
公部門：公立兒童及少年福利機構，如：兒童之家、公立育幼院、少年輔育院等
民間機構：私立兒童及少年福利機構，如：公辦民間托嬰中心、社區保母組織、私立兒童福利機構、私立育幼院、愛兒園、兒童課後照顧服務班(中心)等兒童相關產業
國考與證照
國考：保育人員特考(四職等)
證照檢定：單一級保母技術士
樂齡生活規劃專業
學術進修 → 國內外研究所 → 高齡者教育、老年學、健康照護及管理、心理諮商、社會福利與社會工作等老人相關研究所
就業
公部門：各縣市樂齡學習中心
民間機構：老人福利機構、銀髮相關產業之管理、規畫與服務等專業人員
證照 → 證照檢定：丙級照顧服務員證照
生命服務專業
學術進修 → 國內外研究所 → 生命教育與輔導、生死學等相關研究所
就業
公部門：各縣市公立殯儀館
民間機構：生命禮儀公司、葬儀社、生前契約等殯葬相關產業
證照 → 丙級喪禮服務人員、乙級喪禮服務人員、禮儀師
家庭教育專業
學術進修 → 國內外研究所 → 人類發展與家庭研究、生活應用科學、家庭教育與諮商、家庭研究與兒童發展等相關研究所
就業
公部門：家庭教育專業機構，如：各縣市家庭教育中心
民間機構：家庭 NGO 組織、家庭相關產業
證照 → 教育部家庭教育專業人員認證
遊程規劃專業
學術進修 → 國內外研究所 → 休閒與觀光相關研究所
就業
公部門：觀光局、國家公園、國家風景區(觀光行政高考)
民間機構：旅行社、休閒農場、飯店、旅遊協會
國考與證照
國考：觀光行政高考（六職等）
證照檢定：領隊、導遊、遊程規劃師

修課小叮嚀

一、畢業規則

同時符合以下三個條件可獲得生活科學系學士：

（一）校通識課程： 102 學年度之後入學者需修讀 26-28 學分，舊生修讀 10 學分。

（二）修滿本系課程 75 學分。

（三）修滿總學分達 128 學分。

二、選課指引

成人學習者可依照自己的人生規劃或興趣，規劃修讀本系的課程（職涯進路圖）。本系設計三個方向的選課指引，提供全修生、選修生及不同需求的學習者參考，分別是專業學術導向、生活應用導向及專業證照導向的選課指引，請學習者參考以下建議，並搭配學系預定開設課程表，研擬自己的修課計畫。

(一) 專業學術導向的選課指引

適合想培養學術專長之全修生參考，建議從本系的「個人發展」、「家庭經營」與「環境與休閒」三大領域課程中，擇一專精選修，以培養專業，請參閱三大領域的課程地圖，作為選課之參考。（網址：http://www.nou.edu.tw/~div05/course4-1-1b.php）



(二) 生活應用導向的選課指引

適合想依據生活需求與個人興趣選課的學習者，修讀不同的相關課程可分別獲得疾病預防與健康促進、環境關懷、休閒達人、家庭生活經營、家人互動、兒童保育、樂齡生活規劃、慶典規劃與臨終課題等相關生活知識與技與能，以提升生活品質。（網址：http://www.nou.edu.tw/~div05/download/course_guide_0704.pdf）

（三）專業證照導向的選課指引

適合想培養職業證照之學習者參考，建議選擇修讀本系之學分學程相關課程。

1. 兒童保育及少年生活輔導學分學程

修滿此學分學程者，能具備保育員（助理保育員）及生活輔導員（助理生活輔導員）之專業知能與資格，可於兒童及少年福利之安置及教養機構或相關產業，從事兒童保育及少年生活照顧之服務。

2. 家庭教育學分學程

本系畢業並獲有「家庭教育」學分學程之規定學分，具有一年全職相關實務工作經驗或兩年兼職相關實務工作經驗者，可向教育部申請「家庭教育專業人員」認證。

3. 樂齡生活規劃學分學程

為培育社會高齡相關產業之從業人才與高齡者生活規劃人才，本系規畫開設「樂齡生活規劃」學分學程，此一學分學程的設計，不僅有助於本校中高齡學生為自身的活躍老化做準備，也



可培育從事生活規劃與健康促進的樂齡產業人才，提升高齡者健康生活產業的質量。

4. 遊程規劃學分學程

為配合國家政策，促進旅遊產業發展，本系規畫開設「遊程規劃」學分學程，此一學分學程的設計旨在培訓遊程規劃人才，進而強化國家旅遊產業發展之競爭力。

5. 生命服務學分學程

為培育生命禮儀服務之專業從業人員、實務規劃、機構經營與管理的專業人才，本系規畫開設「生命服務」學分學程。依據內政部「禮儀師管理辦法」第 2 條及「殯葬管理條例」第 46 條之相關規定，符合參加「喪禮服務技術士」丙級與乙級證照檢定所應具備之專業知能的課程內容，更得以在取得乙級證照後申請換發【禮儀師】證照所應具備的 20 專業學分。適合殯葬從業人員選修。

「學術進修進路」與建議修習課程

領域	相關研究所	研究所名稱（校、所、組）	本系建議修習課程
個人發展	幼兒（教育）	國立台灣師範大學人類發與家庭學系碩士班幼兒發展與教育組	兒童發展與保育 幼兒教保概論 兒童行為觀察與輔導 嬰幼兒健康照護與活動設計
		國立東華大學幼兒教育學系	
		國立新竹教育大學幼兒教育學系	
		國立台中教育大學幼兒教育學系	
		國立台南大學幼兒教育學系	
		屏東大學幼兒保育學系	
		台北市立教育大學幼兒教育學系碩士班	
		台北市立教育大學幼兒教育學系碩士班兒童發展組	
		台灣首府大學幼兒教育學系碩士班	
		實踐大學家庭研究與兒童發展學系碩士班	
		輔仁大學兒童與家庭學系碩士班	
		樹德科技大學兒童與家庭服務所 — 家庭與社區組	

領域	相關研究所	研究所名稱（校、所、組）	本系建議修習課程
個人發展	輔導與諮商	臺灣師大教心與輔導所諮商心理學組	當代諮商理論 諮商技術 — 助人策略與技術 團體輔導理論與實務 輔導原理與實務 成人問題與諮商
		政大輔導與諮商碩士學位學程	
		國北教大心理與諮商學系碩士班	
		市北教大心理與諮商學所諮商組	
		交大教研究所輔導與諮商組	
		新竹教育大學教育心理與諮商所諮商輔導組	
		台中教育大學諮商與應用所	
		暨南大學輔導與諮商所	
		彰化師大輔導與諮商學所	
		嘉義大學輔導與諮商學所諮商心理組	
		台南大學諮商與輔導學所	
		高雄師大輔導與諮商所	
		屏教大教育心理與輔導學所	
		東華大學諮商與臨床心理所諮商心理學組	

領域	相關研究所	研究所名稱（校、所、組）	本系建議修習課程
個人發展	輔導與諮商	淡江大學教育心理與諮商所	
		文化大學心理輔導學所	
		東吳大學心理學所 C 組	
		銘傳大學諮商與工商心理所諮商組	
		實踐大學家庭諮商與輔導碩士班	
		玄奘大學應用心理學所一般心理組	
		亞洲大學心理所乙組	
	高齡家庭服務	國立中正大學高齡者教育研究所	銀髮族心理健康 銀髮族生活規劃 銀髮族休閒規劃 中老年疾病與保健 老人與家庭 銀髮族居家設計與輔具 銀髮族活動設計與評估
		國立成功大學老年學研究所	
		實踐大學家庭研究與兒童發展學系高齡家庭服務事業碩士在職專班	
		亞洲大學健康產業管理學系（碩士班長期照護組）	
		臺北醫學大學老人護理暨管理學研究所碩士班－老人組	
	生命服務	國立台北護理健康大學生死教育與輔導研究所	臨終與後續關懷 臨終關懷與實務 諮商技術 - 助人策略與技術
		南華大學哲學與生命教育研究所	
		南華大學生死學研究所	

領域	相關研究所	研究所名稱（校、所、組）	本系建議修習課程
家庭經營	家庭教育	中國文化大學生活應用科學研究所（一般生）	家庭生活教育導論 婚姻與家人關係 家庭資源與管理 家庭概論 家庭危機與管理 諮商技術－助人策略與技巧 家庭諮商與輔導 團體輔導理論與實務
		中國文化大學生活應用科學研究所（在職進修專班）	
		國立台北教育大學幼兒與家庭教育學系碩士班	
		國立台灣師範大學人類發展與家庭學系碩士班－家庭生活教育組	
		嘉義大學輔導與諮商研究所家庭教育組	
		實踐大學家庭研究與兒童發展學系碩士班	
		輔仁大學兒童與家庭學系碩士班	
		樹德科技大學兒童與家庭服務所－家庭與社區組	
環境與休閒	休閒	國立嘉義大學休閒事業管理研究所	休閒遊憩概論 觀光學概論 餐館與旅館管理 休閒事業管理
		國立東華大學觀光暨休閒遊憩學系	
		國立台中教育大學永續觀光暨遊憩管理研究所	
		國立台灣師範大學餐旅管理與教育研究所	

領域	相關研究所	研究所名稱（校、所、組）	本系建議修習課程
環境與休閒	休閒	世新大學觀光學系碩士班	
		靜宜大學觀光事業學系碩士班	
		大仁科技大學休閒運動管理暨休閒事業管理研究所休閒運動管理組	
		正修科技大學運動健康與休閒研究所	
		亞洲大學休閒與遊憩管理學系碩士班	
		國立台北護理健康大學旅遊健康研究所	
		國立成功大學體育健康與休閒研究所	
		國立虎尾科技大學休閒遊憩系碩士班	
	環境教育與生態	台北市立教育大學環境教育與資源研究所碩士班	環境學概論 環境生態學 環境教育與解說 國家公園概論 生物多樣性概論 生態旅遊
		國立台中教育大學環境教育及管理研究所	
		國立台南大學生態科學與技術學系環境生態碩士班、生態遊旅碩士班	
		國立台灣師範大學環境教育研究所	
		國立東華大學自然資源與環境學系碩士班生態與保育組、環境教育與生態旅遊組	
		國立高雄師範大學科學教育暨環境教育研究所	

「就業進路」與建議修習課程

領域	面向	職業類別	類別簡介（定義）	職業名稱	建議修讀課程
個人發展	兒童	教育輔導	依據兒童及少年福利機構專業人員資格及訓練辦法第二條第一款第三項之定義，保育人員、助理保育人員：指於安置及教養機構提供二歲以上兒童生活照顧之人員。 工作重點包含：1. 指導及協助院童在飲食、衣著、衛生習慣上之適當發展，並監管院童日常活動以確保安全。2. 觀察及評估院童之營養健康、福利與安全需求等。	1. 保育人員 2. 助理保育人員	詳參[兒童保育及少年生活輔導學分學程]相關課程
		教育輔導	依據兒童及少年福利機構專業人員資格及訓練辦法第二條第一款第四項之定義，生活輔導人員、助理生活輔導人員：指於安置及教養機構提供少年生活輔導之人員。 工作重點包含：1. 指導及協助安置機構少年在飲食、衣著、衛生習慣上之適當發展，並監管少年日常活動以確保安全。2. 觀察及評估少年之營養健康、福利與安全需求等。3. 協助少年自力生活。	1. 生活輔導人員 2. 助理生活輔導人員	詳參[兒童保育及少年生活輔導學分學程]相關課程

領域	面向	職業類別	類別簡介（定義）	職業名稱	建議修讀課程
個人發展	兒童	生活服務	依據兒童及少年福利機構專業人員資格及訓練辦法第二條第一款第一項之定義，托育人員：指於托嬰中心、安置及教養機構提供保育之人員。 工作重點包括：從事幼童看護及照顧其日常生活之工作 1. 協助及訓練幼童學會如何更衣、洗澡、飲食、大小便等生活技能 2. 協助及訓練幼童建立日常生活的規矩，如床鋪的簡單整理、清潔，玩具的整理、維護 3. 陪同幼童進行室內或戶外之遊戲，並建立與同伴相處的規矩 4. 教導幼童學習，如說故事、閱讀童話故事、看電視 5. 照顧兒童其他日常生活事項 6. 幼兒保育與教育．親師溝通．撰寫教學紀錄等等。	托育人員（保母）	家庭與親職 兒童發展與保育 兒童及少年福利 嬰幼兒健康照護與活動設計

領域	面向	職業類別	類別簡介（定義）	職業名稱	建議修讀課程
個人發展	兒童	才藝輔導	依據兒童及少年福利與權益保障法第七十六條第一項：所稱兒童課後照顧服務，係指招收國民小學階段學童，於學校上課以外時間，所提供之照顧服務。另依據兒童課後照顧服務班與中心設立及管理辦法第二十三條，課後照顧服務人員應具備相關資格。 工作重點包含：1. 才藝教學；2. 設計相關課程及開發課程；3. 上課講義編寫；4. 學員成果評估等。	課後照顧服務人員	詳參[兒童保育及少年生活輔導學分學程]相關課程

領域	面向	職業類別	類別簡介（定義）	職業名稱	建議修讀課程
個人發展	成人	個人及社會服務（心理諮詢服務）	協助個案處理心理困擾、生涯阻滯或生活適應困難等問題，包括人際困難、感情困擾、壓力和情緒的調節、婚姻、伴侶與家庭問題、人際問題、偏差行為、學習困擾、生涯與職業抉擇、就業諮商（諮詢）、精神疾病的處理等，以增進個人的自我成長、社會與生活適應，提高生活品質。這個專業主要是透過心理評量、心理診斷（心理問題的剖析）的方法，以及多元化的輔導、諮商與治療技巧來達到上述工作目標。從事此類工作者須具備助人特質、助人技巧、心理評量或心理診斷技術、團隊合作與自我省察能力。工作場所涵蓋社福機構、企業、醫療機構、學校、法院與獄政機關。	輔導員	當代諮商理論 諮商技術—助人策略與技術 團體輔導理論與實務 輔導原理與實務 成人問題與諮商

領域	面向	職業類別	類別簡介（定義）	職業名稱	建議修讀課程
個人發展	老人	長期照護服務	從事規劃、指揮、協調及綜理老人居住與身體照顧服務之人員。主要工作為：1. 綜理老人照顧機構及其所提供之服務與設施。2. 制定組織之目標及評鑑與經營之準則。3. 指揮、監督及評鑑員工之工作活動，並建立作業規範與標準。4. 控管預算規劃、報告編製及用品、設備與服務之支出等行政作業。5. 監督員工之選擇、訓練及績效。	老人照顧服務人員	銀髮族生活規劃 銀髮族心理健康 銀髮族休閒規劃 中老年疾病與保健 老人與家庭 銀髮族居家設計與輔具 臨終關懷與實務 銀髮族活動設計與評估
			秉持職業倫理，運用照顧相關知識、技能與情意，提供案主在日常生活中所需之協助與支持。	照顧服務員	
			以居家設計與科技輔具的知識為基礎，提供針對適合身心障礙者的輔助器具使用者之使用諮詢服務。	輔具使用諮詢人員	
		個人照護服務	職業內容描述：從事病患之照顧、護理等工作 1. 為病患翻身、捶背、擦拭身體、更衣、扶持上下床及散步等等 2. 照顧病患飲食起居、服藥及打點滴等等 3. 居家打掃、整理環境、送洗病患衣物及代購所需用品。	看護人員	

領域	面向	職業類別	類別簡介（定義）	職業名稱	建議修讀課程
個人發展	臨終	喪禮服務	係指通過行政院勞委會全國技術士技能檢定之喪禮服務職類丙級或乙級技術者。 主要工作為：1. 從臨終前的關懷到死亡後的接體規劃及諮詢 2. 與喪家協商整個喪禮的安排，入殮、出殯時間的選定，訃文的設計印製，靈堂的佈置，儀式的選擇，葬法與埋葬地點的決定，價格的估算與收取，社會資源的尋求等業務 3. 喪禮完成之後，還繼續提供作七、作旬等的服務，以及家屬的悲傷輔導 4. 殯葬禮儀顧問、指導喪葬文書之設計及撰寫。	喪禮服務員	殯葬與生死 殯葬歷史與禮俗 殯葬倫理與宗教 殯葬設施與服務 遺體處理與美容 臨終與後續關懷 殯葬文書與司儀 殯葬管理學 殯葬衛生學 殯葬政策與法規 殯葬文化學
			依據殯葬管理條例第四十六條：具有禮儀師資格者，得執行下列業務： 一、殯葬禮儀之規劃及諮詢。 二、殮殯葬會場之規劃及設計。 三、指導喪葬文書之設計及撰寫。 四、指導或擔任出殯奠儀會場司儀。 五、臨終關懷及悲傷輔導。 六、其他經中央主管機關核定之業務項目。 未取得禮儀師資格者，不得以禮儀師名義執行前項各款業務。	禮儀師	

領域	面向	職業類別	類別簡介（定義）	職業名稱	建議修讀課程
家庭經營		家庭教育專業人員	家庭教育從業人員透過各種教育形式以增進個人及家庭生活所需之知識、態度與能力的教育活動，以建立個人身心發展，營造幸福家庭。	家庭教育專業人員	家庭人類學 老人與家庭 家庭教育方案規劃 家庭危機與管理 家庭、社區與環境 家庭諮商與輔導 兒童發展與保育 少年心理與輔導 諮商理論與代諮商理論（或諮商理論） 諮商技術—助人策略與技術（或諮商技術）
環境與休閒		旅遊管理（導遊）	依據發展觀光條例第二條第十二款之定義，指執行接待或引導來本國觀光旅客旅遊業務而收取報酬之服務人員。 工作重點包含：1. 當地行程帶領；2. 景點介紹、當地語言交流；3. 顧客服務，諸如飯店訂房、餐廳安排、交通工具提供等；4. 告知旅客注意事項以及該準備的證件文件；5. 處理顧客緊急狀況。	導遊	導遊領隊理論與實務 遊程規劃 旅運經營學 觀光行政與法規 休閒心理學

領域	面向	職業類別	類別簡介（定義）	職業名稱	建議修讀課程
環境與休閒		旅遊管理（領隊）	依據發展觀光條例第二條第十三款之定義，指執行引導出國觀光旅客團體旅遊業務而收取報酬之服務人員。 工作重點包含：1. 行程帶領；2. 當地語言交流；3. 顧客服務，諸如出關、入關等；4. 告知旅客注意事項以及該準備的證件文件；5. 處理顧客緊急狀況。	領隊	導遊領隊理論與實務 遊程規劃 旅運經營學 觀光行政與法規 休閒心理學
		休閒遊憩管理（專業導覽人員）	依據發展觀光條例第二條第十四款之定義，指為保存、維護及解說國內特有自然生態及人文景觀資源，由各目的事業主管機關在自然人文生態景觀區所設置之專業人員。 工作重點：執行觀光景點導覽之解說服務。	專業導覽人員	導遊領隊理論與實務 遊程規劃 休閒活動設計 休閒心理學

注：本表有關職業類別及類別簡介之內容，主要參考教育部 UCAN 大專校院就業職能平台網址：https://ucan.moe.edu.tw/search.asp#a1 所示，若無合適之相對應職業類別，則採仿間 Yes123 求職網或 1111 人力銀行之分類方式。

「國考證照檢定」與建議修習課程

領域	面向	國考證照檢定	簡介	建議修讀課程
個人發展	兒童	保育人員特考（國考）	社福特考的保育人員（四職等），簡單地說就是分發到內政部所屬教養院、兒童之家等單位。主要工作為，家童的生活照顧與教養（如：心理輔導、行為輔導、課業輔導、才藝課程規劃、休閒活動安排等），家屬與就讀學校之聯繫、家童家務勞動之分配執行與輔導及零用金管理等。相關報考資訊請上考選部網站查詢。	兒童發展與保育 兒童及少年福利 家庭與親職
		保母人員單一級技術士（證照）	1. 行政院勞委會全國技術士技能檢定考試。 2. 相關資訊請密切注意勞委會於每年 12 月底或年初第一週的公告事項。	嬰幼兒健康照護與活動設計 兒童及少年福利 家庭與親職 托育服務
	成人	中華民國紅十字會初級急救員（證照）	學習並能操作基本救命術（Basic Life Support, BLS）和基本創傷救命術（Basic Traumatic Life Support, BTLS），在緊急情況時，達到自救救人的目的。	初級急救學（含實習與檢定）
個人發展	老人	丙級照顧服務員（證照）	1. 行政院勞委會全國技術士技能檢定考試。 2. 相關資訊請密切注意勞委會於每年 12 月底或年初第一週的公告事項。 3. 各縣市政府舉辦之丙級照顧服務員證照訓練。	中老年疾病與保健
	臨終	喪禮服務員丙級技術士、喪禮服務員乙級技術士（證照）	1. 行政院勞委會全國技術士技能檢定之喪禮服務職類考試。 2. 丙級技術士檢定考試約於每年 1 月報名，3 月實施。 3. 乙級技術士檢定考試約於每年 9 月報名，11 月實施。 4. 相關資訊請密切注意勞委會於每年 12 月底或年初第一週的公告事項。	殯葬與生死 殯葬歷史與禮俗 殯葬倫理與宗教 殯葬設施與服務 遺體處理與美容 臨終與後續關懷 殯葬文書與司儀 殯葬管理學 殯葬衛生學 殯葬政策與法規 殯葬文化學
		禮儀師（證照）	依民國 101 年 6 月 28 日內政部公告之[禮儀師管理辦法]第二條之規定，未來向中央主管機關申請核發禮儀師證書需滿足下列三項必要條件： 一、領有喪禮服務職類乙級以上技術士證。 二、修畢國內公立或立案之私立專科以上學校殯葬相關專業課程二十學分以上。 三、於中華民國九十二年七月一日以後經營或受僱於殯葬禮儀服務業實際從事殯葬禮儀服務工作二年以上。	

領域	面向	國考證照檢定	簡介	建議修讀課程
家庭經營		家庭教育專業人員（證照）	「家庭教育專業人員」認證單位為教育部，需為空大生活科學系畢業，並獲有本系「家庭教育」學分學程之規定學分，具有一年全職相關實務工作經驗或兩年兼職相關實務工作經驗。家庭教育專業人才主要為推動家庭教育相關政策與方案，以達到增進個人與家庭人際互動與生活品質之目的。	家庭人類學 老人與家庭 家庭教育方案規劃 家庭危機與管理 家庭、社區與環境 家庭諮商與輔導 兒童發展與保育 青少年心理與輔導 當代諮商理論（或諮商理論） 諮商技術－助人策略與技術（或諮商技術）
環境與休閒		觀光行政高考（國考）	觀光行政高考及格人員（六職等），將分發至交通部觀光局、縣市政府觀光局（課）、國家公園、國家風景區等單位服務。相關報考資訊請上考選部網站查詢。	觀光學概論 觀光行銷學 觀光行政與法規 觀光資源規劃 旅運經營學 觀光日語
		導遊、領隊、遊程規劃師（證照）	1. 考選部專門職業及技術人員普通考試（導遊人員、領隊人員考試）。 2. 教育部認列遊程規劃師考試。	導遊領隊理論與實務 遊程規劃

「生活應用導向」之建議修習課程

生活應用類別	簡介	建議修習課程
疾病預防與健康促進	「疾病預防與健康促進」系列課程旨在提供均衡飲食、健康體能、壓力調適、常見疾病成因與預防、急救處置、健康檢查與篩檢的知識與技能，幫助學生建立良好的健康行為與生活習慣，以增進個人身心健康。	預防保健 中老年疾病與保健 初級急救學 食品營養與健康 健康心理學 健康管理（註：通識課程） 運動休閒與健康（註：通識課程）
環境關懷	「環境關懷」系列課程，旨在提供有關對地球環境友善，讓生活環境得以永續之課程，甚至藉由課程之修習能改變生活態度落實在日常生活當中。	綠色能源 環境學概論 環境生態學 環保與生活 國家公園概論 生物多樣性概論 環境教育與解說
休閒達人	「休閒達人」系列課程旨在幫助學生建立正確的休閒態度、提升專業的休閒知識與能力以及瞭解可運用的休閒資源，進而改善休閒生活。	休閒遊憩概論 銀髮族休閒規劃 休閒教育 休閒心理學 休閒活動設計 女性休閒 遊程規劃

生活應用類別	簡介	建議修習課程
家庭生活經營	「家庭生活經營」系列課程旨在培養學生家庭生活中人與事之相關知識、能力與技巧，以增進家庭生活品質之提升。	家庭資源與管理 服飾與生活 飲食與生活 室內設計與佈置 造型設計 生活科學概論
家人互動	「家人互動」系列課程旨在培養及強化學生認識不同生命階段中，個體發展與家人互動之知能與技巧，以及家庭可能面對的危機處置與管理之能力。	人際溝通的藝術 家庭概論 婚姻與家人關係 家庭與親職 青少年心理與輔導 老人與家庭 家庭危機與管理
兒童保育	「兒童保育」此系列課程旨在協助學習者（尤其是家長）了解 12 歲以下兒童的生理、心理及社會發展，及掌握每一發展階段的兒童問題，以期達到協助兒童順利成長的保育目標。	家庭與親職 兒童發展與保育 兒童行為觀察與輔導 幼兒教育導論（幼兒教保概論） 嬰幼兒健康照顧與活動設計
樂齡生活規畫	「樂齡生活規畫」系列課程係以正向觀點與生活規劃的理念出發，透過個人健康、社會參與和社會安全領域的課程，引導銀髮族增進身心健康，促進社會互動，保障社會安全，達到銀髮族幸福生活與樂在高齡的目標。	幸福學 銀髮族生活規劃 銀髮族心理健康 銀髮族休閒規劃 中老年疾病與保健 老人與家庭 銀髮族居家設計與輔具 臨終關懷與實務 銀髮族活動設計與評估



生活應用類別	簡介	建議修習課程
慶典規劃	「慶典規劃」此系列課程旨在協助學習者具備規劃慶典活動之相關知能。	慶典禮俗 造型設計 慶典規劃概論 慶典創意與設計 慶典規劃行銷 慶典預算規劃
臨終課題	「臨終課題」此系列課程旨在協助學習者具備臨終關懷之素養，及認識殯葬文化與禮俗，以協助個人及家庭採正向態度面對死亡，並為生命末期做準備。	臨終關懷與實務 臨終與後續關懷 殯葬與生死 殯葬文化學 殯葬歷史與禮俗 殯葬倫理與宗教 殯葬文書與司儀

課程與核心能力對應表

領域面向		核心能力 課程名稱	生活經營	溝通協調	倫理關懷	專業服務
個人發展	兒童	家庭與親職（2N）	◎	◎	◎	◎
		兒童發展與保育（3TV）	◎		◎	◎
		青少年心理與輔導（3N）	◎			◎
		幼兒教保概念（3N）	◎	◎	◎	◎
		嬰幼兒健康照護與活動設計（3TV）	◎	◎	◎	◎
		兒童行為觀察與輔導（3R+TV）	◎	◎	◎	◎
		兒童及少年福利（3R）	◎		◎	◎
		托育服務（2N）	◎		◎	◎
		兒童及少年福利專業倫理（2R）		◎	◎	◎
	成人	壓力與生活（2R）	◎	◎		
		人際溝通的藝術（2N）	◎	◎		
		輔導原理與實務（3TV）	◎		◎	◎
		成人問題與諮商（3 R）	◎		◎	◎
		造型設計（2TV）	◎	◎	◎	◎
		初級急救學（2N）			◎	◎
		預防保健（3R+TV）	◎			◎
		食品營養與健康（3TV）	◎			◎
		健康心理學（3R）	◎		◎	◎
		諮商技術—助人策略與技術（2N）	◎		◎	◎
		團體輔導理論與實務（3N）	◎			◎
		幸福學（2N）	◎		◎	◎
		當代諮商理論（3R）	◎		◎	◎

領域面向		核心能力 課程名稱	生活經營	溝通協調	倫理關懷	專業服務
個人發展	老人	銀髮族生活規劃（3 N ）	◎	◎		◎
		中老年疾病與保健（3N）	◎			◎
		銀髮族心理健康（3R）	◎		◎	◎
		銀髮族活動設計與評估（2N）	◎	◎		◎
		銀髮族居家設計與輔具（3N）	◎	◎		◎
		老人與家庭（3N）	◎	◎	◎	◎
	臨終	臨終與後續關懷（3TV）			◎	◎
		殯葬與生死（2R）	◎		◎	◎
		殯葬衛生學（2R）	◎		◎	◎
		殯葬文化學（2R）	◎			◎
		殯葬歷史與禮俗（2R）	◎			◎
		殯葬政策與法規（2R）			◎	◎
		遺體處理與美容（2N）			◎	◎
		殯葬設施與服務（2N）		◎		◎
		殯葬倫理與宗教（2R）			◎	◎
		殯葬文書與司儀（2N）		◎	◎	◎
		殯葬管理學（2R）		◎		◎
		臨終關懷與實務（3TV）	◎	◎	◎	◎
		殯葬會場規劃與設計（2N）		◎		◎
		綠色殯葬產業（2N）	◎		◎	◎

領域面向	核心能力 課程名稱	生活經營	溝通協調	倫理關懷	專業服務
家庭經營	家庭與親職（2N）	◎	◎	◎	◎
	婚姻與家人關係（3TV）	◎	◎	◎	◎
	家庭概論（3R）	◎	◎	◎	◎
	家庭生活教育導論（3R）	◎	◎	◎	◎
	家庭支持服務（3N）	◎		◎	◎
	室內設計與佈置（2TV）	◎	◎	◎	◎
	服飾與生活（2TV）	◎	◎	◎	◎
	慶典禮俗（2N）	◎		◎	◎
	慶典規劃概論（2N）	◎	◎	◎	◎
	慶典創意與設計（2TV）	◎	◎	◎	◎
	慶典規劃行銷（2N）		◎	◎	◎
	慶典預算規劃（2N）	◎	◎	◎	◎
	家庭教育方案規劃（3N）	◎	◎	◎	◎
	家庭諮商與輔導（3TV）	◎		◎	◎
	家庭、社區與環境（2N）	◎	◎	◎	◎
	家庭人類學（3TV）	◎		◎	◎
	家庭資源與管理（3N）	◎	◎	◎	◎
	家庭危機與管理（3N）	◎	◎	◎	◎
	老人與家庭（3N）	◎	◎	◎	◎

領域面向	核心能力 課程名稱	生活經營	溝通協調	倫理關懷	專業服務
環境與休閒	環境學概論（3TV）	◎		◎	
	家庭生態休閒（2R ＋ TV）	◎	◎	◎	
	有機環境栽培與健康（2R）	◎	◎	◎	
	環境教育與解說（3N）			◎	◎
	國家公園概論（2N）	◎		◎	
	環境生態學（3TV）	◎		◎	
	生物多樣性概論（3N）	◎		◎	
	綠色能源 （3N）	◎		◎	
	休閒活動設計（2N）	◎			◎
	觀光學概論（3TV）				◎
	生態旅遊（3N）	◎		◎	◎
	休閒遊憩概論（3TV）	◎			◎
	休閒農業與民宿管理（2TV）	◎			◎
	觀光行政與法規（（2R）				◎
	旅運經營學（3TV）				◎
	遊程規劃（3N）	◎			◎
	休閒事業管理（2R）				◎
	旅遊與文化（3TV）	◎			◎
	銀髮族休閒規劃（3N）	◎			◎
	休閒心理學（3N）	◎			◎
	女性休閒（2N）	◎			◎
	休閒教育（2N）	◎			◎
	餐館與旅館管理（3TV）				◎
	導遊領隊理論與實務（3TV）				◎

選課指引

欲取得生活科學學士學位同學，可依據個人的興趣與需求，建議至少選擇一個學分學程課程，並修足學系至少75學分之條件，同學計算畢業學分時，可依照下述建議方式進行規劃。

通識課程學分

- 102學年度入學新生需修通識課程26～28學分
- 102學年度以前入學舊生須修通識課程10學分

＋

生活科學系課程
至少75學分

建議至少選擇一個學分學程，本系專業人才培育學分學程計有：

- 兒童保育及少年生活輔導學分學程
- 樂齡生活規劃學分學程
- 生命服務學分學程
- 家庭教育學分學程
- 遊程規劃學分學程

＋

生活科學系 ※
或其他學系課程學分

※備註：
生活科學系可採計其他學系(20學分)，或採認推廣學分班之學分最高30學分

＝

畢業基本學分
至少128學分