

강 의 계 획 서				년 도	2021			
				학 기	1학기			
교 과 목 명	한 글	행복심리학		담당교수	유제민			
	영 문	Psychology of Happiness						
학수번호-분반	NH41909-00			강의요일교시				
학점(시간수)	3(3)			강 의 실				
개설(이수)구분	교양	<input type="checkbox"/> 기초교양 <input type="checkbox"/> 계열교양 <input type="checkbox"/> 균형교양 : 일반교양4(일반)						
	전공	<input type="checkbox"/> 학부기초 <input type="checkbox"/> 전공기초 <input type="checkbox"/> 전공선택 ()학년 <input type="checkbox"/> 전공필수 ()학년						
	일반선택	<input type="checkbox"/> 교직	<input type="checkbox"/> 자유선택	학부(과)	교양			
교과목 유형	<input checked="" type="checkbox"/> 이론강의 <input type="checkbox"/> 실험·실습·실기 <input type="checkbox"/> 이론/실험·실습병행 <input type="checkbox"/> 스 <input type="checkbox"/> 티칭							
	학문특성		기타특성		S러닝			
교수학습 방법	표준 교과목운영 기준		학생 자기주도식 수업운영		현장 연계 방법			
	<input type="checkbox"/> 강의 <input type="checkbox"/> 발표 <input type="checkbox"/> 토론·토의 <input type="checkbox"/> 협력학습 <input type="checkbox"/> 문제기반학습		<input checked="" type="checkbox"/> 문제기반학습(PBL) <input checked="" type="checkbox"/> 프로젝트기반학습(PBL) <input type="checkbox"/> 플립러닝 <input type="checkbox"/> K-MOOC <input type="checkbox"/> 팀기반학습(TBL) <input type="checkbox"/> 블랜디드러닝 <input type="checkbox"/> 캡스톤디자인		<input type="checkbox"/> 현장전문가초청 <input type="checkbox"/> 현장탐방 <input type="checkbox"/> 기타			
핵심역량				성적평가기준	상대평가 유형 2			
연락처	연구실			E-Mail				
	휴대전화			면담가능시간				
	연구일	월요일						
교육과정 참고사항	선수과목			관련 기초과목	심리학연계 지정 교과목 모두			
	동시수강 관련과목			관련 고급과목	발달심리학			
교과목 개요								
교과목 운영	수업목표	학생들에게 행복의 조건을 이해시키고 자신만의 행복연습 방법을 도출하게 한다(A-1, S-2). 자신에 대한 이해가 깊어지고 보편적인 행복 이론과 문화적인 차이를 확인한다(K-2, K-3). 본 강좌의 핵심역량은 전문성30+ 문제해결 + 자기관리40=100이다.						
	교수학습 세부운영 방법	실제 사례 중심의 적용강의 / 시청각자료(TED자료) 최신 행복이론에 관한 경향을 소개 * 이 강좌는 심리학 연계전공 지정교과목입니다.						
	평가방법	중간고사	기말고사	출석	과제	퀴즈	토론	기타
		30	30	10	30			
수업운영 방식	과제/퀴즈/토론/기타 문제 및 주제		중간고사 30 + 기말고사 30 + 과제 30 + 출석 10 = 100					
교재	주교재 (저자,출판사)	긍정심리학-행복의 과학적 탐구(권석만 / 학지사)						
	참고도서 (저자,출판사)	행복의 조건(베일런트/ 프론티어), 행복도 연습이 필요하다(류버머스키/ 지식노마드)						
장애학생 수업 지원안내	장애등급별 개별지도함							

	순번	도서명(저자,출판사)
		수업활용 방법
권장도서	1	
	2	
	3	
	4	
	5	

강좌내용(1주~8주)					
주차	학습주제	수업방식/ 이용기자재	교수학습자료	과제	수업운영 방식
1	긍정심리학과 행복- 긍정심리학의 기본적인 입장	TED(우리는 왜 행복할까요)			
2	행복의 정의와 측정-역사적이고 문화적인 행복관의 비교와 행복측정시의 문제점들				
3	행복경험과 긍정정서-쾌감의 이론과 절정경험	TED(더 나은 일을 위한 행복의 비밀)			
4	행복한 사람들의 특징-행복에 미치는 심리적, 사회적 요인들	TED(인류 역사에서 가장 긴 연구에서 얻은 교훈)			
5	행복의 심리학적 이론- 욕망충족이론, 목표이론, 비교이론, 적응과 대처이론				
6	자아실현적 행복과 긍정적 성품- 보편적인 덕목과 성격의 강점	TED(신뢰, 도덕성 그리고 옥시토신)			
7	성격강점- 지혜, 자애, 용기, 절제, 정의, 초월, 창의성, 용서, 유머, 감사, 영성	TED(정부가 월빙을 우선시 해야하는 이유)			
8	중간고사				

강좌내용(9주~15주)					
주차	학습주제	수업방식/ 이용기자재	교수학습자료	과제	수업운영 방식
9	긍정적인 인간관계와 행복-의미있는 타인의 영향	TED(창의적이 될 수 있도록 마음을 열어보세요)			
10	직업과 행복- 몰입과 자아실현-주관적인 안녕감과 직무특성의 관계	TED(회복력 강한 사람들의 세가지 비밀)			
11	여가와 영성- 후속세대에 대한 기대와 활동, 인생의 의미를 추구하는 행위의 중요성	TED(더 나아지도록 행동을 바꾸는 방법)			
12	긍정적 정신건강- 정신건강에 대한 심리학적 관점과 성장모델	TED(삶에서 방관자가 되지 마세요)			
13	행복과 정신건강을 증진시키는 연습 - 류버머스키의 방식	TED(행복한 인생을 바꾸는 마법같은 비밀)			
14	행복과 정신건강을 증진시키는 연습 - 벤 샤하르의 방식	TED(의학 데이터를 공유해 봅시다)			
15	기말고사				

□ 핵심역량

○ 과목명 : 행복심리학

○ 핵심역량 :

핵심역량	역량정의
자기계발	‘자기관리’와 ‘자기조절’을 통해 심신을 관리하고 잠재능력을 키워, 진로를 탐색하고 명확한 목표와 구체적인 계획을 수립하고, 끊임없이 ‘진로개발’에 노력을 기울이는 역량
전문성	전문지식을 능동적으로 ‘학습’하고, ‘정보기술을 습득·활용’하여 주도적으로 ‘전공 준비’를 하고 전문성을 발전시키는 역량
사회공헌	‘인성과 윤리의식’을 바탕으로 사회의 현황을 알고 유대감을 느껴 ‘나눔’을 적극적으로 실천하고 조화를 추구하는 역량
글로벌	‘공동체’ 이슈에 대한 지속적 관심과 이슈 해결을 위한 자신의 사회적 역할을 책임감을 지니고 ‘세계시민’으로 글로벌 공동체 발전에 기여하는 역량
리더십	팀의 목표를 성취하기 위해 조직 내 구성원들과 원만한 ‘대인관계’를 구축 및 네트워크를 형성하고 ‘의사소통’을 통해 팀원들의 업무를 분담하고 효율적으로 업무를 수행하게 하는 역량
창의융합	기존의 현상과 미래의 변화를 고려한 발상의 전환을 통해 고정관념에서 벗어나 문제를 정의하고 분석하여, ‘문제해결’을 위한 기준과 세분화된 해결책을 수립하고 단계적으로 실행하는 역량