**深圳大学继续教育学院2016级通识类MOOC课程修读指引**

1. **课时与学分**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 序号 | 课程名称 | 学时 | 学分 | 主讲人 |
| 1 | 积极心理学 | 30 | 2 | 王晓钧、高秋凤等 |
| 2 | 生活中的经济学 | 18 | 2 | 陶一桃、王保卫等 |
| 3 | 唐宋词与人生 | 36 | 2 | 范晓燕、周萌等 |
| 4 | 礼行天下 | 28 | 2 | 李丽、贾芳等 |
| 5 | 工作中的心理与行为 | 36 | 2 | 王忠、丁夏齐等 |
| 6 | 品诗论史 | 36 | 2 | 章必功、周萌等 |
| 7 | 《资治通鉴》与传统政治文化 | 36 | 2 | 周萌、左江等 |
| 8 | 论语讲诵 | 36 | 2 | 徐晋如、梁立勇 |

**二、课程介绍**

**1.《积极心理学》**

《积极心理学》是一门关于“幸福的科学”，与我们每个人的工作、生活、家庭、教育和爱息息相关。本课程关注普通人的积极力量和积极品质，研究如何让人活的更幸福，获得积极的心理感受。它告诉我们幸福不是望不可及的，每个人都可以通过学习新方法、新技巧及建立新习惯来获得幸福。幸福感是人生追求的目标。你如何理解幸福?你要营造什么样的心态，才能在现在的大学校园生活和今后的成家立业、个人发展、创造价值的过程中体验到人生的美好、快乐与幸福？本课程将全方位地向你展现通向幸福人生的认知思路，启迪你的自我人文关怀修养，帮助你从思维的必然王国迈向自由王国。

**2. 《生活中的经济学》**

懂得经济学未必成为百万富翁，但不懂经济学必定会吃亏。学习经济学并不是让你成为天才，但不懂经济学原理，机会与命运可能会与你擦肩而过。

我所讲授的生活中的经济学，不是教你怎样成为一个经济学家的，而是教你如何像经济学家那样去思考；不是教你如何赚钱的，而是教你如何运用经济学的原理进行人生的选择。

经济是一种生活方式，它以习惯、习俗、理念、价值观甚至文化传统自然地支配着人们的经济行为，情理之中地安排着人们的经济选择，悄然地影响着整个社会的经济发展方式。经济学作为一种生活方式，有时并非源于一种崇高境界的提升，而是源于民族文化的特色及文化教育、传播的模式。

生活中的经济学，是对经济——文化的一种研究。所谓的经济文化，不是经济加文化，而是特定文化中的经济行为与经济行为下的文化特质。文化是浪漫的经济，经济是实在的文化。没有无文化的经济，也没有无经济的文化；人们在价值规律中徜徉时，总是踏着文化的韵律；在文化中遨游时，又常常遵循着价值规律，经济文化把经济的人和文化的人高度地统一起来了。

生活中的经济学，我是想告诉大家这样的一个思想：对经济学本身的思考与遵循是一种生活方式。从更高境界上来说， 经济学不是一堆结论，一组数学公式，也不是一种逻辑，甚至不是一种分析方法，从更高境界上来讲经济学是一种信仰，一种文化，一种精神。

**3. 《唐宋词与人生》**

《唐宋词与人生》是大学生人文素质教育的重要课程之一,它包括专业选修课和公共选修课，受众范围广泛，可涵盖文、理、工科本科生的修读需求。

该课程将唐宋词置于新的审视视域，力求发掘和欣赏唐宋词所蕴含的“人生”命题及审美意蕴，了解唐宋时期在社会政治、经济、文化风尚的渗透和影响下，唐宋词人的词体创作以及所反映出的生活方式、生存状态和生命意识，其内容构架分为十三个专题。

本课程由范晓燕教授以清新温婉的教学风格，带着你或淡或浓地浸染唐宋词之风韵，体验和感悟人生；带着你从现代走进经典，从经典走进现代，走进一块“诗意的栖居”的心灵绿洲。

**4. 《礼行天下》**

****有一种漂亮叫端庄，

有一种美丽叫优雅，

有一种气质叫高贵，

有一种仪态叫亲和，

你想具有以上的品行吗？

学些礼行天下，祝你成功走天下！

在现代社会，礼仪修养代表着优雅的行为举止，得体的仪容仪表，体现出一个人的教养和品味。大学生在刚踏入学校和社会时遇到很多困惑，如何在激烈的面试中体现自己？如何在接待客人时大方得体？如何在交往中迅速融入团体？本课程将通过案例教学等方式展示人际交往中的礼仪知识，帮助学生提高个人魅力，在商务活动中做到举止得当，进退有度，以“礼”服人，以“仪”修身。

**5. 《工作中的心理和行为》**

相信大家对于未来的职场生活充满了好奇。我要如何与将来的同事愉快地共事，他们的个性会有哪些不同类型？我和同事们的价值观是相似的吗？对工作中同一件事，为什么人们会有着截然不同的判断？为什么说一个人控制自己情绪的能力甚至比他的智力更重要？应对工作压力有哪些妙招？我们在集体讨论集思广益时怎样才能得到富有创意的方案？如何克服合作中的搭便车现象？如何在工作中和同事及领导有效地沟通？怎样有效地处理工作中的冲突？如何培养自己的领导力，如何有效地激励别人等等？相信学习完本课程你都会得到满意的答案。

本课程吸收了心理学、社会学、社会心理学、人类学、政治学等学科领域的研究成果，按照科学的实证研究方法，探讨人们在组织环境中职场行为的规律，力求更好地理解、预测和改变工作环境中的人的心理与行为。

我们学习的内容有能力与人格、态度与价值观、知觉与个体决策、激励、情绪与压力、群体行为透视、组织中的沟通、冲突管理以及领导力。

期望通过本课程的学习，能够给你一双认识自己和周围人的透视眼，更好地适应职场生活，及早谋划未来的发展蓝图。

**6. 《品诗论史》**

中国历史悠久、深厚、精彩。史家论史，著作、文章，文字往往厚重、板重，一般读者容易厌倦。诗家论史，诗词歌曲，简洁而生动，情深而意长，往往思之有致，味之无极，是读史的传神“阿堵”。因此，特开课程《品诗论史》，假道诗歌，走进历史。

《品诗论史》课程有助于培养你“以诗为鉴”、“以史为鉴”的兴趣、修养和水平。诗歌自古就是文化教育尤其是人文教育和素质教育的绝妙好辞。中国以诗行教，源头古老。本课程不仅带你揣摩诗心，焕发诗情，品味诗意，融会诗境；更期待启发你透过简洁生动的诗歌，在繁杂的史料中感受诗的情趣，在冗长的史实中体会诗的韵味，做到以诗心话沧海桑田，以诗意说天翻地覆，希望你不仅是课程的聆听者，也可以从自己喜欢的诗歌入手，成为历史文化的叙说者，赋予《品诗论史》这一主题独到的见解，别致的含意。

凡对中国文化充满好奇，对古典诗词饶有兴趣，对中国历史抱有热情者，无论年级、无论专业，均可选修。以诗会友，谈古论今，启迪思想，言说新意。

**7.《<资治通鉴>与传统政治文化》**

《资治通鉴》在古代被视为帝王之书，在今天同样有助于我们深刻体察人性，深入了解中国古代历史，探寻中国社会发展的规律，从而为现时代个人的安身立命和社会的发展进步提供可资借鉴的智慧资源。

大学是社会的良心所在，当以尊德性和道问学并重。阅读经典是大学生的基本要求，在当下这个较为浮躁的时代，回归原典更是修身养性和研究学问的重要方式。 《〈资治通鉴〉与传统政治文化》是引导学生品味中国古代经典的入门课程，通过学习，学生不仅会对中国历史和社会发展方向有更透彻的理解，而且会更好地培养 自己的公民意识和法治意识，从而实现从教育到教养的完成。当然，在愉悦的阅读过程中，通过不断积累，也为今后的学习工作奠定良好的语言文字基础。

**8. 《论语讲诵》**

本课程以《论语讲诵》为名，其义为

（1）明确采用中国人的“圣经”《论语》为基本教材；

（2）立足汉、宋、清儒的疏解，作透析之讲授；

（3）以传统国子监官音诵念带领学生诵习文本，增强体悟。

本课程的主要内容包括：

（1）孔子生平与儒家文化概说；

（2）《四书》所启示的人生观；

（3）仁义礼智信等传统美德的现代阐述；

（4）《论语》诵习。

共36学时，学生修完全部课程，并通过平时考核及期终考试，可获2学分。