

강 의 계 획 서						년 도	2024		
						학 기	1학기		
교과목명		한 글	행복심리학						
		영 문	Psychology of Happiness						
담당교수		유제민							
학수번호-분반		NH41908-00				강의요일교시			
학점(시간수)		3(3)				강 의 실			
개설(이수)구분		교양	☐ 기초교양 ☐ 계열교양 ☒ 일반교양 ☐ 균형교양 : 일반교양4(일반)						
		전공	☐ 학부기초 ☐ 전공탐색 ☐ 전공기초 ☐ 전공선택 ()학년 ☐ 전공필수 ()학년						
		일반선택	☐ 교직 ☐ 자유선택					학부(과)	교양
교과목 유형		☒ 이론강의 ☐ 이론·실습병행 ☐ 실험·실습·실기 ☐ 패스 ☐ 팀티칭							
		학문특성			기타특성			S러닝	
교수학습 방법		표준 교과목운영 기준		학생 자기주도식 수업운영			현장 연계 방법		
		☒ 강의 ☐ 발표 ☐ 토론·토의 ☐ 협력학습 ☐ 문제기반학습		☐ 문제기반학습(PBL) ☐ 프로젝트기반학습(PBL) ☐ 플립러닝 ☐ K-MOOC ☐ 팀 기반학습(TBL) ☐ 블랜디드러닝 ☐ 캡스톤 디자인			☐ 현장전문가초청 ☐ 현장탐방 ☐ 기타		
핵심역량		창의융합, 글로벌시민				성적평가기준			
연락처		연구실							
		E-Mail							
		휴대전화							
		연담가능시간							
		연구일							
		관리부서							
교육과정 참고사항		선수과목							
		관련기초과목							
		동시수강관련과목							
		관련고급과목							
교과목 개요		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.							
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.							
	수업운영 방식	원격강좌							
평가방법		중간고사	기말고사	출석	과제	퀴즈	토론	기타	
		30	30	10	20		10		
		과제/퀴즈/토론/기타 문제 및 주제		중간고사 30 + 기말고사 30 + 과제 20 + 토론10+ 출석 10 = 100					
교 재		주교재 (저자,출판사)		긍정심리학-행복의 과학적 탐구(권석만 / 학지사)					

교 재	부교재 (저자,출판사)		행복의 조건(베일런트/ 프론티어), 행복도 연습이 필요하다(류버머스키/ 지식노마드)
권장도서	1	도서명 (저자,출판사)	
		활용방법	
	2	도서명 (저자,출판사)	
		활용방법	
	3	도서명 (저자,출판사)	
		활용방법	
	4	도서명 (저자,출판사)	
		활용방법	
	5	도서명 (저자,출판사)	
		활용방법	
장애학생 수업지원안내	시험시간 조정여부		☐ 최소 1.5배(저시력,뇌병변,기타) ☐ 최소 1.7배(맹인학생)
	지원 사항		☐ 시험대필 제공여부 ☐ 시험문제 점역지원 여부 ☐ 확대문자 시험지 제공
	기타		장애등급별 개별지도함

강좌내용					
주차	학습주제	수업장식/이용기자재	교수학습자료	과제	수업운영방식
1	긍정심리학과 행복- 긍정심리학의 기본적인 입장	TED(우리는 왜 행복할까요)			비대면
2	행복의 정의와 측정-역사적이고 문화적인 행복관의 비교와 행복측정 시의 문제점들				비대면
3	행복경험과 긍정정서-쾌감의 이론과 절정 경험	TED(더 나은 일을 위한 행복의 비밀)			비대면
4	행복한 사람들의 특징-행복에 미치는 심리적, 사회적 요인들	TED(인류 역사에서 가장 긴 연구에서 얻은 교훈)			비대면
5	행복의 심리학적 이론- 욕망충족이론, 목표이론, 비교이론, 적응과 대처이론				비대면
6	자아실현적 행복과 긍정적 성품- 보편적인 덕목과 성격의 강점	TED(신뢰, 도덕성 그리고 옥시토신)			비대면
7	성격강점- 지혜, 자애, 용기, 절제, 정의, 초월, 창의성, 용서, 유머, 감사, 영성	TED(정부가 월빙을 우선시 해야하는 이유)			비대면
8	중간고사				비대면
9	긍정적인 인간관계와 행복-의미있는 타인의 영향	TED(창의적이 될 수 있도록 마음을 열어보세요)			비대면
10	직업과 행복- 몰입과 자아실현-주관적인 안녕감과 직무특성의 관계	TED(회복력 강한 사람들의 세가지 비밀)			비대면
11	여가와 영성- 후속세대에 대한 기대와 활동, 인생의 의미를 추구하는 행위의 중요성	TED(더 나아지도록 행동을 바꾸는 방법)			비대면
12	긍정적 정신건강- 정신건강에 대한 심리학적 관점과 성장모델	TED(삶에서 방관자가 되지 마세요)			비대면
13	행복과 정신건강을 증진시키는 연습- 류버머스키의 방식	TED(행복한 인생을 바꾸는 마법같은 비밀)			비대면
14	행복과 정신건강을 증진시키는 연습- 벤 샤하르의 방식	TED(의학 데이터를 공유해 봅시다)			비대면
15	기말고사				비대면

□ 핵심역량

○ 과목명 : 행복심리학

○ 핵심역량 : 창의융합, 글로벌시민

인재상	핵심역량	역량개념	하위역량
자주적 인재	창의융합	기존 현상과 미래의 변화를 고려한 발상의 전환을 통해 문제점을 발견하고, 새로운 아이디어와 방법론을 도출하여 주어진 문제를 적절하게 해결하는 능력	창의력 문제해결 가치창조
	자기주도	자신의 적성, 재능, 성향을 이해하여 동기를 가지고 자기를 발전시키기 위해 목표를 세우고 성취하기 위해 자신에게 필요한 요소를 객관적으로 파악하여 스스로 정한 구체적인 규칙에 따라 관리, 개발하는 능력	자기이해 자기관리 진로개발
포용적 인재	소통·협력	타인의 말을 경청하고, 글의 맥락을 정확하게 파악하여 타인의 생각이나 의도를 올바르게 이해하고, 자신의 생각을 효과적으로 전달하여 갈등을 조율하고 공감대를 조성하여 협력과 조화를 통한 성과를 만드는 능력	의사소통 갈등관리 공감 및 협업
	글로벌 시민	다양한 문화를 이해하고 나와 다른 배경이나 사상, 관점을 지닌 사람을 배척하지 않고 상대를 존중하는 가운데 효과적으로 상호 작용하여 공동체의 지속가능한 발전을 위한 책임을 다하는 능력	글로벌 시민의식 사회공헌
실천적 인재	종합적 사고	고차원의 사고력을 발휘하여 문제를 파악하고, 입체적이며 논리적인 사고를 통해 찾아낸 합리적인 문제해결 방법을 적극적으로 실행하고, 실행결과를 성찰하는 능력	분석적사고 논리적추론 실행 및 성찰
	정보·자원·기술 활용	불확실성에 대응하기 위해 지식을 탐구하고 학습하며, 정보통신기술과 가용자원을 이용해 유용한 정보를 수집·분석하여 새로운 정보를 생산하고, 축적된 지식을 활용하여 혁신을 주도하는 능력	학습민첩성 정보기술이용 혁신능력

