

國立高雄應用科技大學

課程大綱

部別：日間部四技

105學年度第2學期

列印日期：2017/03/08

中文課程名稱：適應心理學	英文課程名稱：Psychology of Adjustment	授課教師：王明啟
開課班級：四人四甲	學分：3.0	授課時數：3.0

1. 中文教學目標(Chinese Teaching objectives)

1.瞭解適應心理學對你個人生活之助益 2.調適自己，適應環境 3.克服困難，紓解壓力 4.改善生活，促進成長 5.認識變態心理發生的原因及目前各種類別心理疾病的生理、心理治療法

2. 英文教學目標(English Teaching objectives)

Studying in university is a very important stage in the development of positive self-concepts for college student. The aim of the course is to provide the information to help students to adapt the university life adjustment. students will learn various techniques to deal with their stress effectively.

3. 中文教學綱要(Chinese Syllabus)

part1:調適與你篇 人類的窘境，對人性的了解與探索， part2:壓力篇:壓力的本質，影響及處理 壓力的問題，對壓力事件的反應，因應壓力的有效方法，非適應行為與心理治療。 part3:一生的挑戰適應篇 健康與失敗的發展，青少年期的發展與適應，成年期的發展與適應 part4:人際與社會適應篇 人際關係，愛情，婚姻與親密 工作與休閒，團體中的生活適應 part5:變態心理之形成與治療篇 變態心理疾病的種類與診斷 變態行為的成因與治療 台灣變態行為之現況探討

4. 英文教學綱要(English Syllabus)

part1:lectures, 1. The human dilemma and crisis of life adjustment, 2. adaptive vs maleadaptive, 3. life stress and mental health, 4. stress management, 5. adolescence life adjustment, 6. abnormal psychology, 7. counseling and psychotherapy, part2:small groups oral report 1. schizophrenia and delusional disorder, 2. personality disorders, 3. anxiety disorders, 4. mood disorders, 5. dissociative disorders and somatoform disorders, part3. new ways of life adjustment 1. positive psychology:from a wiew of resilience, 2. ancient chinese wisdom of life adjustment.

5. 中文核心能力

核心能力名稱	核心能力百分比
1 基礎管理能力	20%
2 基礎人力資源管理能力	20%
3 人才發展專業能力	10%
4 人才管理專業能力	10%
5 員工關係能力	15%
6 人事行政能力	10%
7 基礎法令能力	5%
8 教練能力	10%

6. 英文核心能力

核心能力名稱	核心能力百分比
1 Basic management skill	20%
2 Primary HRM professionalism	20%
3 Professionalism in talent development	10%
4 Professionalism in talent management	10%
5 Professionalism in employee relationship	15%

6	Human resource management competence	10%
7	Legal literacy	5%
8	Coaching competence	10%

7. 教科書

中文書名：現代心理學—生活適應與人生成長 英文書名：Contemporary Psychology and Effective Behavior

中文作者：原著:Morris, C. G. 譯者:羅慧筠, 陳秀珍 英文作者：Charles G. Morris

1 中文出版社：美亞 英文出版社：

出版日期：年 月 備註：

8. 參考書

中文書名：心理衛生之概念與實務 英文書名：The Conception and Practice in Mental Hygiene

中文作者：楊慧玲等 英文作者：

1 中文出版社：華格那 英文出版社：Wagner

出版日期：年 月 備註：

中文書名：變態心理學 英文書名：Abnormal Psychology and Modern Life

中文作者：Carson .R. C ,Butcher .J. N , Mineka .S 英文作者：Robert C. Carson , James N. Butcher & Susan Mineka

2 中文出版社：五南 英文出版社：Allyn and Bacon

出版日期：年 月 備註：

9. 教學進度表

週次與日期	中文授課內容 (Chinese Course content)	英文授課內容 (English Course content)	備註
1 2017/02/19至2017/02/25	課程簡介：人類的窘境與現代生活的危機	Introduction of the course; the human dilemma and crisis of life adjustment	分組--3-5人
2 2017/02/26至2017/03/04	適應與適應的過程 人性的探索與人性的爭議	adaptive vs maleadaptive	theories of life adjustment
3 2017/03/05至2017/03/11	壓力的本質與心理健康	life stress and mental health	
4 2017/03/12至2017/03/18	壓力管理：有效因應壓力的方法	stress management	
5 2017/03/19至2017/03/25	大學生的身心發展與心理適應	College life adjustment	
6 2017/03/26至2017/04/01	變態行為之成因	introduction of abnormal psychology	
7 2017/04/02至2017/04/08	變態行為之診斷與分類	Abnormal behavior assessment: introduction of DSM-4	
8 2017/04/09至2017/04/15	變態行為的心理治療	counseling and psychotherapy	
9 2017/04/16至2017/04/22	期中考試	Mid-term exam	
10 2017/04/23至2017/04/29	變態行為與藥物治療	Abnormal behavior and pharmacotherapy	
11 2017/04/30至2017/05/06	非適應行為—分組報告 (一)精神分裂症及妄想症	schizophrenia and delusional disorder	
12 2017/05/07至2017/05/13	非適應行為—分組報告 (二)人格障礙	personality disorders	
13 2017/05/14至2017/05/20	非適應行為—分組報告 (三)焦慮疾患	anxiety disorders	
14 2017/05/21至2017/05/27	非適應行為—分組報告 (四)情感疾患	mood disorders	
15 2017/05/28至2017/06/03	非適應行為—分組報告 (五)解離性疾患與身體型疾患	dissociative disorders and somatoform disorders	
16 2017/06/04至2017/06/10	正向心理學—淺談心理復原力	positive psychology: from a view of resilience	
17 2017/06/11至2017/06/17	中國哲人的心理適應—以老莊學及蘇軾為例	ancient chinese wisdom of life adjustment	
18 2017/06/18至2017/06/24	期末考試	final-term exam	

10. 中文成績評定 (Chinese Evaluation method)

期中考、期末考各30% 出席與上課平時表現40% 1.上課準時與出席狀況 2.上課與老師的身心距離 3.課程參與程度予分組報告之表現 4.上課專注程度與書面報告之用心程度

11. 英文成績評定(English Evaluation method)

1.class participation and assignment 40% 2.Mid-term exam 30% 3.Final exam 30%

12. 中文課堂要求(Chinese Classroom requirements)

三次不到DOWN 上課需要全心投入 仔細閱讀上課教材 用心撰寫心得報告

13. 英文課堂要求(English Classroom requirements)

1.turn in assignment on time 2.Active participation in class activities

「遵守智慧財產權」；「不得非法影印」！

