

重新查詢

友善列印

0971學期 課程基本資料

系所 / 年級	心理系 1年級	課號 / 班別	44U00007 / B
學分數	2學分	選 / 必修	必修
科目中文名稱	心理健康與自我成長	科目英文名稱	Mental health and personal growth
主要授課老師	葉重新	開課期間	一學期
人數上限	69 人	已選人數	69 人

起始週 / 結束週 / 上課地點 / 上課時間

第1週 / 第18週 / A113 / 星期4第03節
第1週 / 第18週 / A113 / 星期4第04節

請各位同學遵守智慧財產權觀念；請勿非法影印。

教學綱要

一、教學目標(Objective)	協助學生自我成長與學習，主動思考自己生命的價值，幫助學生追求自我獨立，學習人生旅程中遭遇到身體健康、工作壓力、愛情、人際關係，死亡與失落...等問題時，如何有效去面對與處理，進而達到自我實現的境界。
二、先修科目(Pre Course)	
三、教材內容(Outline)	協助學生自我成長與學習，主動思考自己生命的價值，幫助學生追求自我獨立，學習人生旅程中遭遇到任何問題時，如何去面對與處理進而達到自我實現的境界。
四、教學方式(Teaching Method)	講授與討論
五、參考書目(Reference)	健康心理學周文欽等雙葉書廊 人際關係與人際溝通陳皎眉雙葉書廊

六、教學進度(Syllabi)	2008/9/19 緒論	葉重新
	2008/9/26 個人學習與成長	葉重新
	2008/10/3 回顧您的童年與青春	葉重新
	2008/10/10 成年期與自主	葉重新
	2008/10/17 身體健康	葉重新
	2008/10/24 心理健康	葉重新
	2008/10/31 處理壓力	葉重新
	2008/11/7 愛	葉重新
	2008/11/14 期中考試	葉重新

2008/11/21	人際關係	葉重新
2008/11/28	活出自己	葉重新
2008/12/5	性	葉重新
2008/12/12	工作與休閒	葉重新
2008/12/19	孤單與獨處	葉重新
2008/12/26	死亡與失落	葉重新
2009/1/2	生命的價值與意義	葉重新
2009/1/9	自我成長之道	葉重新
2009/1/16	期末考試	葉重新

七、評量方式(Evaluation)

考試成績:期中考試佔40% 期末考試佔40% 課堂參與:佔20%

八、講義位址(<http://>)

九、教育目標

重新查詢