

國立勤益科技大學通識教育學院

114 學年度 上 學期 教學大綱

部別	◎日間部 ☐ 進修部 ☐ 推廣部		學制	◎四技 ☐ 二技 ☐ 二專
授課教師	楊卿		教師學歷	彰化師範大學諮商輔導系 碩士畢業、博士肄業
教師經歷	曾任本校諮輔組組長，本校文創系退休		教師級職	講師
科目名稱(中)	心理與生活			
科目名稱(英)	Psychology and modern life			
開課單位	☐ 基礎通識教育中心	◎博雅通識教育中心	學分/學時數	/
領域	☐ 人文藝術 ◎社會科學 ☐ 自然科技			
優質課程類別	◎一般課程、 ☐ 智慧財產權、 ☐ 內涵式服務學習課程、 ☐ 性別平等、 ☐ 綠色課程 ☐ 創新、創意課程、 ☐ 工作（職場）倫理課程、 ☐ 工具機技術研發 創新、創意課程定義：課程目標為「激發學生獨特的想像與創意思考，透過企劃與執行以創新模式解決實際問題。」			
科目與通識核心能力關聯	◎知識統整能力 <u>40</u> % ◎創意思維能力 <u>30</u> % ◎溝通表達能力 <u>10</u> % ☐ 美感鑑賞能力 <u> </u> % ◎邏輯推理能力 <u>10</u> % ☐ 法治思辨能力 <u> </u> % ◎博通宏觀能力 <u>10</u> % ☐ 倫理關懷能力 <u> </u> % (核心能力定義請參見附件一，請選擇 2~3 項相關程度較高之核心能力)			
科目屬性	☐ 核心課程 ☒ 跨領域課程(須符合附件二定義，並請勾選下一欄) ◎生活性課程 ☐ 學術性課程 ☐ 通論性課程 ☐ 經典性課程 (屬性定義請參見附件二，可複選)			
跨領域課程	☐ 人文藝術領域：(請填寫所跨之本領域之學科及百分比) ☐ 社會科學領域：(請填寫所跨之本領域之學科及百分比) ☐ 自然科技領域：(請填寫所跨之本領域之學科及百分比) (以上總和百分比須達 100%)			
教科書	無			
參考書目	心理學，雙葉書廊，陳蛟眉等著，2014 年 5 月。			
教學目標	使學生了解心理學的基本知識，並運用於日常生活中。			
評量方式	量化：出席(30%) 作業() 平時考() 期中考(30%) 期末考(40%) 質化：(請敘述非筆試之評量方式)			
內容綱要	1. 心理學緒論 2. 感覺與知覺 3. 意識 4. 學習原理 5. 智力與創造力 6. 動機與情緒 7. 發展心理學 8. 人格 9. 社會心理學 10. 心理異常與心理治療			
教學方式	演講、討論與影片欣賞			

創新教學 活動設計	(若有的話，請敘述本科目融入那些創新的教學活動設計)		
科目進度與內容 (勿只填寫單元名稱，請簡述內容)			
週次	教學內容 ※申請跨領域課程時，將特別針對教學內容細節審核，請詳細說明，以作為審核依據	備註 (課程活動與作業) ※請務必填寫	※若勾選「跨領域課程」請標註每週次涵蓋領域，可複選
1	課程說明(上課內容、評量方式、上課規範等)		☐ 人文藝術領域 ☐ 社會科學領域 ☐ 自然科技領域
2	心理學的三大勢力(心理分析、行為理論、人本心理學)，心理學家解釋人類行為，主要的三大面向。		☐ 人文藝術領域 ☐ 社會科學領域 ☐ 自然科技領域
3	感覺與知覺(日常生活中如何透過感官與個人知覺經驗，解讀外界事物)		☐ 人文藝術領域 ☐ 社會科學領域 ☐ 自然科技領域
4	意識與意識形態(如何覺察外界事物，睡眠與夢的研究)		☐ 人文藝術領域 ☐ 社會科學領域 ☐ 自然科技領域
5	學習原理及其應用(古典制約、操作制約、頓悟學習等)，		☐ 人文藝術領域 ☐ 社會科學領域 ☐ 自然科技領域
6	學習原理及其應用(說明日常生活中，我們是透過那些方式來進行學習。)		☐ 人文藝術領域 ☐ 社會科學領域 ☐ 自然科技領域
7	記憶與遺忘(如何增進記憶，避免遺忘。那些因素導致我們記不住?)	超級記憶學訓練 影片介紹	☐ 人文藝術領域 ☐ 社會科學領域 ☐ 自然科技領域
8	思考與語言(了解語言與思考的關係，如中文與英文的思考方式)	討論學習語言的過程	☐ 人文藝術領域 ☐ 社會科學領域 ☐ 自然科技領域
9	期中考試		☐ 人文藝術領域 ☐ 社會科學領域 ☐ 自然科技領域
10	能力與能力測驗(介紹IQ與EQ的概念，並說明如何了解一個人的IQ)		☐ 人文藝術領域 ☐ 社會科學領域 ☐ 自然科技領域

11	動機與情緒(了解個人行為背後的動力，情緒的形成原因及管理情緒的方法)		☐ 人文藝術領域 ☐ 社會科學領域 ☐ 自然科技領域
12	發展心理學(個人的發展過程、發展任務、生涯規劃等)		☐ 人文藝術領域 ☐ 社會科學領域 ☐ 自然科技領域
13	人格與人格的測量(了解自己的個性與個性的形成因素)		☐ 人文藝術領域 ☐ 社會科學領域 ☐ 自然科技領域
14	壓力與身心健康(了解日常生活中的壓力與健康的關係，介紹調適壓力的方法)	肌肉鬆弛法的介紹	☐ 人文藝術領域 ☐ 社會科學領域 ☐ 自然科技領域
15	心理異常(介紹日常生活中常見的精神疾病及其因應的方法)		☐ 人文藝術領域 ☐ 社會科學領域 ☐ 自然科技領域
16	心理治療(介紹我們面對心理問題時，常有的三個方法，如改變想法、行為改變、情緒的處理等)		☐ 人文藝術領域 ☐ 社會科學領域 ☐ 自然科技領域
17	社會行為(了解偏見、人際關係、助人與攻擊行為等，社會對個人行為影響的面向)		☐ 人文藝術領域 ☐ 社會科學領域 ☐ 自然科技領域
18	期末考試		☐ 人文藝術領域 ☐ 社會科學領域 ☐ 自然科技領域

請遵守智慧財產權觀念，不得非法影印

附件一 核心能力定義

核心能力	定義與說明
A. 知識統整能力	學生能在各種知識與文化脈絡中，尋得恆久不變的價值觀，並將此價值觀融入其生活，進而認識、欣賞、尊重與珍惜生命的意義。
B. 創意思維能力	學生能認知各知識領域與多元文化間的差異處與鏈結點，進而具備跨領域思維與評判能力，使其能在固有的架構中，呈現嶄新的創造力。
C. 溝通表達能力	學生能釐清自我思想，並藉由正確且清楚的語文表達理念，以建立與他人良好的溝通。
D. 美感鑑賞能力	學生能認知、接收並傳達多元藝術美感，具備敏銳的鑑賞能力，並運用在不同領域的統整中。
E. 邏輯推理能力	學生能依據自身認知和客觀事實，運用邏輯分析與量化推理，進行反思與論證，進而做出合理判斷。
F. 法治思辨能力	學生能正確認知人權、民主、與法治之互動關聯，進行獨立思辨與論辯且基於人本關懷精神，以確立其自身與社會群體之關係。
G. 博通宏觀能力	學生能以基礎知識為本，培養前瞻性的觀點並開拓宏博的視野，以建立整全之人生觀。
H. 倫理關懷能力	學生能認知自身與所處環境的關係，並進而願意以己身之力與專業知識參與社會與環境的改造，提升正向能量。

附件二 課程屬性定義

核心課程：全校性共同必修之通識課程。

跨領域課程：課程內容須跨人文藝術/社會科學/自然科技三領域其中之二項以上。課程須有一主領域，其授課內容須達 60%以上，上限為 70%以下。(依 110 年 4 月 7 日 109-2 博雅通識中心第 1 次教評會議決議)

生活性課程：課程重點強調知識應用與人類生活相關之課程。

學術性課程：課程重點偏重理論發展之脈絡、思想之沿革、與歷史文化背景之因素。

通論性課程：針對特定領域或時代的知識與思想做綜觀性的介紹，與廣博性的探討。

經典性課程：針對特定領域或時代具有代表性的人物、思想、典籍做較為深入之探討、剖析、或導讀。