國立勤益科技大學通識教育學院

115 學年度 下 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 40 % ⊙創意思維能力 30 % ⊙溝通表達能力 10 % ☐美感鑑賞能力 % ⊙邏輯推理能力 10 % ☐法治思辨能力 % ⊙博通宏觀能力 10 % ☐倫理關懷能力 % (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，陳皎眉等著，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	備註 (課程活動與	※若勾選「跨領域課

	※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	作業) ※請務必填寫	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	超級記憶學訓練	□人文藝術領域

	因素導致我們記不住?	影片介紹	□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	肌肉鬆弛法的介	□人文藝術領域

	康的關係，介紹調適壓力的方法)	紹	□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。