



《尊重智慧財產權，請使用正版教科書，勿非法影印書籍及教材，以免侵犯他人著作權》

開課班級:

授課老師: 徐錦興

學分數: 2

課程大綱:

本課程以傳授 理學對個體 命與 智發展的相關論點為主，並逐 介紹重要實驗，期學 能洞悉個體外在 為與內在 理之交互影響。課程內容涵蓋 理學的基本論點，並聚焦於制約、 格、 我效能與 我實現等主題。

outline:

This course mainly focused on the relevant arguments of psychology on individual life and mental development, and introduces important experiments one by one, so that students can gain insight into the interactive influence of individual external behavior and inner psychology. The course content covers basic arguments in psychology and focuses on topics such as conditioning, personality, self-efficacy and self-actualization.

教學型態:

課堂教學

成績考核方式:

平時成績:40%

期中考:30%

期末考:30%

其它:%

本科目教學目標:

1. 具備通達的知識取徑：使學 能學習到 理學領域基礎概念， 能以不同的知識觀點解釋 類的 活處境，包括 我發展和 際關係，並透過正確的知識取徑，改善或促進個 活 標。2. 擁有多元 化的思維：讓學 理解到各家 理學理論，並瞭解其因此所形成的差異價值觀；透過尊重和體悟不同 理論點，強化 我實現之能量。

參考書目:



## 課程進度表：

週次	起訖月日	授課單元(內容)	備註
第1週	9.09~9.16	緒論、課程架構與規範：改變人生變得更好更快樂是一個深遠的目標，需要在多個方面做出積極而持續的改變。；	8日正式上課。8~12日課程加退選，轉學(系)生、復學生及延修生選課，雙主修、輔系申請，12日申辦抵免學分截止日
第2週	9.16~9.23	學習，是好好生活的重心：從古典制約到操作制約	
第3週	9.23~9.30	建立積極的人際關係	28日(日)孔子誕辰紀念日/教師節(放假),29日(一)補假
第4週	9.30~10.07	建立清晰的目標和計劃	29日成績優異提前畢業者提出申請截止日
第5週	10.07~10.14	把你的快樂，也散發給別人	6日(一)中秋節(放假)，10日(五)國慶日(放假)
第6週	10.14~10.21	給自己少一點壓力，多一點鼓勵	14日學生宿舍安全輔導暨複合式防災疏散演練。18日多益測驗
第7週	10.21~10.28	把生活 on 與 off 的開關拿在手上	24日(五)補假，25日(六)光復暨古寧頭大捷日(放假)。
第8週	10.28~11.04	每天至少做一件你認為值得的事情	30日校課程委員會
第9週	11.04~11.11	繳交數位學習平台期中作業	3~9日期中考試
第10週	11.11~11.18	盡可能遠離社群軟體	13日教務會議,16日教師期中成績上網登錄截止日
第11週	11.18~11.25	寫下你要感激的事情	
第12週	11.25~12.02	培養有韌性的人生	24~28體育運動週。24日校園路跑。27日運動大會夜間開幕，28日運動大會活動，29日101週年校慶活動日，照常上班
第13週	12.02~12.09	相信自己	
第14週	12.09~12.16	學習放下	12日申請停修課程截止日
第15週	12.16~12.23	最難的同理心	
第16週	12.23~12.30	擁抱正向思考	22日校務會議。25日行憲紀念日(放假)
第17週	12.30~1.06	培養感恩的心情	1日(四)開國紀念日(放假)
第18週	1.06~1.13	繳交數位學習平台期末作業	5~11日期末考試，10~11日學生退宿