朝陽科技大學 091學年度第1學期教學大綱
Adjustment and Mental Health 適應與心理衛生

當期課號	2945	**Course Number**	2945
授課教師	汪淑媛	**Instructor**	WANG,SHU YUAN
中文課名	適應與心理衛生	**Course Name**	Adjustment and Mental Health
開課單位	社會工作系(四日)三A	**Department**	
修習別	選修	**Required/Elective**	Elective
學分數	2	**Credits**	2
課程目標	如何界定「適應」？如何評量「心理衛生」？如何達到適應的境界？如何發展健康的心理？心理衛生對我們生命有什麼影響？有哪些關鍵性因素影響適應？影響心理衛生？這一連串的問題將逐步在課堂上討論。教學目標除了學習適應與心理衛生之心理及社會基礎外，同學也將運用理論，實際自我評量。	**Objectives**	What does it mean to be well-adjusted and mentally healthy? How is this achieved and what factors play a role -- positively and negatively. What is the practical significance of these issues on a day-to-day basis and can they be used to promote self-awareness?
教材	老師講述，學生必須課前預習，參與討論。	**Teaching Materials**	
成績評量方式	一、課堂提問並積極參與討論（20%）。 二、全班將分組整理筆記，筆記內容經老師修改後，在課堂上報告，與全班分享（20%） 三、期中報告：根據適應與心理衛生的知識及理論爲背景，自我評量自我心理健康與適應。字數在三千至五千字之間(30%)。 四、期末考試（30%）	**Grading**	
教師網頁			
教學內容	如何界定「適應」？如何評量「心理衛生」？如何達到適應的境界？如何發展健康的心理？心理衛生對我們生命有什麼影響？有哪些關鍵性因素影響適應？影響心理衛生？這一連串的問題將逐步在課堂上討論。教學目標除了學習適應與心理衛生之心理及社會基礎外，同學也將運用理論，實際自我評量。	**Syllabus**	

尊重智慧財產權，請勿非法影印。