朝陽科技大學 091學年度第2學期教學大綱
Adjustment and Mental Health 適應與心理衛生

當期課號	2779	Course Number	2779
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)二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，課堂報告，並參與討論。	Teaching Materials	Lectures, Class discussion, Student presentations
成績評量方式	一、 課堂提問並積極參與討論（10%）。 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（30%：上課內容整理40%、小組補充內容30%、批判性觀點30%） 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	Class participation 10%, Student presentations 20%, Weekly journal of emotional experience 40%, final exam 30%
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	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?

尊重智慧財產權，請勿非法影印。