朝陽科技大學 093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	0660	**Course Number**	0660
授課教師	林建良	**Instructor**	LIN,CHIEN LIANG
中文課名	適應與心理衛生	**Course Name**	Adjustment and Mental Health
開課單位	生活與生涯類(日)	**Department**	
修習別	選擇必修	**Required/Elective**	Topics in Career and Social Skills
學分數	2	**Credits**	2
課程目標	了解心理健康的意義及學習增進心理健康的方法	**Objectives**	To understand the meanings and definitions of mental health . Also, Learn to improve the methods of personal mental health .
教材	王以仁、林淑玲、駱芳美(1997).心理衛生與適應. 台北:心理出版社 曾華源、郭靜晃(1998). 跨越生活危機-健康心理管理. 台北:揚智出版社	**Teaching Materials**	
成績評量方式	1.報告:15% 2.平常表現:15% 3.期中:30% 4.期末:40%	**Grading**	1.reports:15% 2.midterm test:30% 3.participation:15% 4.Final Exam:40%
教師網頁			
教學內容	了解心理健康的意義及學習增進心理健康的方法	**Syllabus**	To understand the meanings and definitions of mental health . Also, Learn to improve the methods of personal mental health .

尊重智慧財產權，請勿非法影印。