朝陽科技大學 094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	0169	Course Number	0169
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	1.邱美華(2005).健康心理學.南投:領航文化出版社 2.王以仁、林淑玲、駱芳美(1997).心理衛生與適應. 台北:心理出版社 3.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。