朝陽科技大學 099學年度第2學期教學大綱
Adjustment and Mental Health 調適與心理衛生

當期課號	2222	Course Number	2222
授課教師	蔡毅樺	Instructor	TSAI,YI HUA
中文課名	調適與心理衛生	Course Name	Adjustment and Mental Health
開課單位	社會工作系(四日)一A	Department	
修習別	選修	Required/Elective	Elective
學分數	2	Credits	2
課程目標	本課程主要是將心理學知識運用到日常生活領域，所以內容主要是從心理學的觀點說明生活的事件，諸如自我概念、壓力、人際關係、異常行爲、生活適應及自我成長等議題。課程目標在協助本身瞭解自己的生活問題並擁有較好的適應能力，並將協助社會工作者瞭解一般人的生活困境，有助於未來的專業助人工作。	Objectives	This class will introduce the knowledge of psychology that is related to everyday life, so it could help students know how to face and solve their own problems in life. We will discuss the issues about self-concept, pressure, interpersonal relationships, abnormal behaviors, life-adjustment and self-growth and so on. Students would realize the difficulties about life and learn skills for adopting the environment; in addition, as a social worker, they could improve their ability of helping people in professional work.
教材	【A】陸洛、高緒繁譯（2006）心理學 : 日常生活中的應用。 / Wayne Weiten, Margaret A. Lloyd著; 臺北市 : 湯姆生出版 : 洪葉文化發行。 【B】林彥妤、郭利百加等譯（1997）心理衛生：現代生活的心理適應。台北市 桂冠圖書公司。 【C】俞筱鈞譯（1996）適應與心理衛生－人生週期之常態適應。台北：揚智文化事業有限公司 【D】王以仁，林淑玲，駱芳美（1997）心理衛生與適應。台北：心理出版社。 【E】適時課堂補充講義	Teaching Materials	Books and Papers.
成績評量方式	期中考（20%）、期末考（25%）、小組專題報告（10%）、小組書面專題作業（10%）、期末作業（25%）出席及隨堂參與（10%）	Grading	Mid-term exam(20%) Final-term exam(25%) Team work report(10%) Team work paper(10%) Assignments(25%) Class participation and discussions(10%)
教師網頁			
教學內容	1.心理衛生概論與理論 2.自我概念與自尊 3.焦慮、壓力與防衛機轉 4.人際關係 5.異常行爲 6.生活適應及自我成長	Syllabus	1.Mental health introduction and theory 2.Self-concept and self-esteem 3.Anxiety 、stress and defense mechanisms 4.Interpersonal relationships 5.Abnormal behaviors 6.Life-adjustment and self-growth

尊重智慧財產權，請勿非法影印。