

朝陽科技大學
103學年度第1學期教學大綱

當期課號	1535	中文科名	銀髮情緒管理
授課教師	黃富順	開課單位	銀髮產業管理系
學分數	2	修課時數	2
修習別	專業選修	開課班級	日間部四年制2年級 A班
類別	一般課程		

本課程與系所培養學生核心能力關聯度	高度關聯	中高關聯	中度關聯	中低關聯	低度關聯
銀髮產業經營管理的能力。				✓	
銀髮產業專業服務的能力。			✓		
專業倫理與職業道德的能力。			✓		
自主學習與終身學習的能力。			✓		
溝通協調與團隊合作的能力。		✓			
國際視野與產業趨勢洞察的能力。			✓		

本課程培養學生下列知識：

讓學生認識各式各樣的銀髮族情緒感覺是第一步驟，而使學生了解及辨識情緒之後，引導學生思考情緒產生的原因更是一個重要的課題。除此之外，透過情緒管理讓銀髮族對於自己的情緒能有所控制和了解，避免銀髮族因為過度的負面情緒影響而做出傷害行為。

- 1.使學生了解銀髮族群情緒產生的原因。
- 2.使學生了解銀髮族緩和情緒及管理情緒的方法。
- 3.使學生能接納自己的情緒並將情緒管理策略應用於銀髮族生活中。

In the first step, the purpose of this course is to understand numerous styles of emotions and feelings. Second, it is another important topic is to understand the causes of the emotions. In addition, how to avoid the impacts of negative emotions on elders' life is another significant topic of this course.

每週授課主題

- 第01週：9.24課程介紹與評量方式說明
- 第02週：10.1老人情緒管理的意義及基本概念（一）
- 第03週：10.8老人情緒管理的意義及基本概念（二）
- 第04週：10.15老人的情緒表達與影響老人情緒表達的因素
- 第05週：10.22老人情緒的內涵（一）
- 第06週：10.29老人情緒的內涵（二）
- 第07週：11.5老人情緒特徵與管理方法
- 第08週：11.12老人的壓力與適應
- 第09週：11.19老人的情緒穩定與改變暨情緒調整能力
- 第10週：11.26期中考
- 第11週：12.03老人的情緒障礙與治療（一）憂鬱
- 第12週：12.10老人的情緒障礙與治療（二）焦慮與自殺
- 第13週：12.17老人的情緒障礙與處置（三）睡眠困擾
- 第14週：12.24老人的情緒障礙與處置（四）物質濫用
- 第15週：12.31老人的情緒障礙的介入方式
- 第16週：01.07老人正向情緒的促進（一）
- 第17週：01.14老人正向情緒的促進（二）
- 第18週：期末考試

成績及評量方式

1. 課堂出席：10%
2. 課堂報告及討論：20%
3. 期中考試：30%
4. 期末考試(或書面報告)：40%

證照、國家考試及競賽關係

本課程無證照、國家考試及競賽資料。

主要教材

- 1.蔡秀玲、楊智聲（2007）。情緒管理。台北縣：揚智文化。(教科書)

2.黃富順（2012）。高齡心理學。台北市：師大書苑圖書出版公司。(教科書)

參考資料

本課程無參考資料!

建議先修課程

1.心理學

教師資料

教師網頁：<http://www.cyut.edu.tw/~fshuang/>

E-Mail：fshuang@cyut.edu.tw

Office Hour：

分機:7840

[\[關閉\]](#) [\[列印\]](#)

尊重智慧財產權，請勿不法影印。