

淡江大學 102 學年度第 1 學期課程教學計畫表

課程名稱	情緒管理的理論與應用	授課 教師	楊明磊 MING-LEI YANG
	THEORY AND APPLICATION OF EMOTION MANAGEMENT		
開課系級	教共同科－碩 A	開課 資料	選修 單學期 3學分
	TGDXM0A		
系（所）教育目標			
<p>一、培養具教育研究與論述能力的人才。</p> <p>二、培養具教育相關理論之理解與應用能力的人才。</p> <p>三、培養具教育實踐與服務能力的人才。</p>			
系（所）核心能力			
<p>A. 教育研究與論述的能力。</p> <p>B. 教育相關理論之理解與應用的能力。</p> <p>C. 教育實踐與服務的能力。</p>			
課程簡介	認識情緒理論 學習情緒調適		
	learning theories of emotion learning emotion adjustment		

本課程教學目標與目標層級、系(所)核心能力相關性

一、目標層級(選填)：

- (一)「認知」(Cognitive 簡稱C)領域：C1 記憶、C2 瞭解、C3 應用、C4 分析、C5 評鑑、C6 創造
- (二)「技能」(Psychomotor 簡稱P)領域：P1 模仿、P2 機械反應、P3 獨立操作、P4 聯結操作、P5 自動化、P6 創作
- (三)「情意」(Affective 簡稱A)領域：A1 接受、A2 反應、A3 重視、A4 組織、A5 內化、A6 實踐

二、教學目標與「目標層級」、「系(所)核心能力」之相關性：

- (一)請先將課程教學目標分別對應前述之「認知」、「技能」與「情意」的各目標層級，惟單項教學目標僅能對應C、P、A其中一項。
- (二)若對應「目標層級」有1~6之多項時，僅填列最高層級即可(例如：認知「目標層級」對應為C3、C5、C6項時，只需填列C6即可，技能與情意目標層級亦同)。
- (三)再依據所訂各項教學目標分別對應其「系(所)核心能力」。單項教學目標若對應「系(所)核心能力」有多項時，則可填列多項「系(所)核心能力」。(例如：「系(所)核心能力」可對應A、AD、BEF時，則均填列。)

序號	教學目標(中文)	教學目標(英文)	相關性	
			目標層級	系(所)核心能力
1	認識情緒理論	learning theories of emotion	C2	B
2	學習情緒調適	learning emotion adjustment	A2	B

教學目標之教學方法與評量方法

序號	教學目標	教學方法	評量方法
1	認識情緒理論	討論	上課表現
2	學習情緒調適	討論	上課表現

本課程之設計與教學已融入本校校級基本素養

淡江大學校級基本素養	內涵說明
◇ 全球視野	培養認識國際社會變遷的能力，以更寬廣的視野了解全球化的發展。
◇ 資訊運用	熟悉資訊科技的發展與使用，並能收集、分析和妥適運用資訊。
◇ 洞悉未來	瞭解自我發展、社會脈動和科技發展，以期具備建構未來願景的能力。
◇ 品德倫理	了解為人處事之道，實踐同理心和關懷萬物，反省道德原則的建構並解決道德爭議的難題。
◇ 獨立思考	鼓勵主動觀察和發掘問題，並培養邏輯推理與批判的思考能力。
◆ 樂活健康	注重身心靈和環境的和諧，建立正向健康的生活型態。
◇ 團隊合作	體察人我差異和增進溝通方法，培養資源整合與互相合作共同學習解決問題的能力。
◇ 美學涵養	培養對美的事物之易感性，提升美學鑑賞、表達及創作能力。

授課進度表

週次	日期起訖	內容 (Subject/Topics)	備註
1	102/09/16~ 102/09/22	課程導向說明	
2	102/09/23~ 102/09/29	情緒理論：身體與情緒01	
3	102/09/30~ 102/10/06	情緒理論：身體與情緒02	
4	102/10/07~ 102/10/13	自我情緒探索：我的身體和我的情緒	
5	102/10/14~ 102/10/20	情緒理論：心理與情緒01, 壓力	
6	102/10/21~ 102/10/27	情緒理論：心理與情緒02, 焦慮	
7	102/10/28~ 102/11/03	情緒理論：心理與情緒03, 憂鬱	
8	102/11/04~ 102/11/10	情緒影片探討：停止的今天	
9	102/11/11~ 102/11/17	情緒理論：愛情01	
10	102/11/18~ 102/11/24	情緒理論：愛情02	
11	102/11/25~ 102/12/01	自我情緒探索, 我的愛和我的情	
12	102/12/02~ 102/12/08	情緒理論：愛情03	

13	102/12/09~ 102/12/15	情緒調適：情緒藥物	
14	102/12/16~ 102/12/22	情緒調適：反社會人格	
15	102/12/23~ 102/12/29	情緒調適：多重人格	
16	102/12/30~ 103/01/05	情緒調適：過動	
17	103/01/06~ 103/01/12	情緒調適：職場與教學現場	
18	103/01/13~ 103/01/19	期末考週	
修課應 注意事項			
教學設備		電腦、投影機	
教材課本			
參考書籍			
批改作業 篇數		篇（本欄位僅適用於所授課程需批改作業之課程教師填寫）	
學期成績 計算方式		◆出席率： 30.0 %   ◆平時評量：70.0 %   ◆期中評量：    % ◆期末評量：        % ◆其他〈 〉：        %	
備 考		「教學計畫表管理系統」網址： <a href="http://info.ais.tku.edu.tw/csp">http://info.ais.tku.edu.tw/csp</a> 或由教務處 首頁〈網址： <a href="http://www.acad.tku.edu.tw/CS/main.php">http://www.acad.tku.edu.tw/CS/main.php</a> 〉業務連結「教師教學 計畫表上傳下載」進入。 <b>※不法影印是違法的行為。請使用正版教科書，勿不法影印他人著作，以免觸法。</b>	