

淡江大學 99 學年度第 1 學期課程教學計畫表

課程名稱	文化與心理健康	授課 教師	高恆信 Kao Hang-hsin
	CULTURE AND MENTAL HEALTH		
開課系級	統計進學班二A	開課 資料	必修 單學期 2學分
	TMSXE2A		
學系(門)教育目標			
<p>一、引導學生將社會科學領域的基礎概念應用於其社會生活中。</p> <p>二、增進學生自我瞭解、心理健康調適以及人際溝通互動的能力。</p> <p>三、透過課程的設計，提高學生洞察社會問題和分析社會現象的能力，進而懂得關懷社會與承擔個人的社會責任。</p>			
學生基本能力			
<p>A. 全球化的意識。</p> <p>B. 社會與道德的反省。</p> <p>C. 豐富的文化涵養。</p> <p>D. 創意與批判的思考。</p> <p>E. 溝通的能力。</p> <p>F. 美學與詮釋的能力。</p> <p>G. 邏輯與數理分析的能力。</p> <p>H. 終身學習與組織的能力。</p>			
課程簡介	<p>每個人都受到文化影響，有些人如魚得水，有些人卻總是悶悶不樂。本課程先從文化本身著手，分析那些是好文化，那些是不好的文化。其次從心理學角度，介紹個人要如何知覺、接受文化，才是最健康？參與此課程可以讓您增加對於情緒困擾案例的基本辯識能力。</p>		
	<p>Everyone is affected by culture over his all life. Some feel happy, others not. The first aim of our class is to introduce the features of culture. The Second is to introduce how healthy one may feel and behave in his culture from psychological view. Participating in this class would help you well analyze yourself and promote your mental health.</p>		

本課程教學目標與目標層級、學生基本能力相關性

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」、「學生基本能力」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該系「學生基本能力」。單項教學目標若對應「學生基本能力」有多項時，則可填列多項「學生基本能力」(例如：「學生基本能力」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	學生基本能力
1	1.文化概念介紹:了解文化是一種規則、溝通方式,了解文化的優缺點。	1. Introducing the concept of culture: Understanding that culture is a sort of rule and manners of communication. Understanding the good or bad implications in culture.	C2	ACDE
2	2.探索文化與心理健康的關係:了解文化與心理健康的共通處在於彼此均具有表層與深層結構。	2. Exploring the relationship between culture and mental health: Understanding that the same area between culture and mental health is which there all have both surface and deep structure.	C4	CG
3	3.以心理學觀點介紹行為基本原理:了解三種基本的心理規則,並運用這些規則分析自己的心理健康。	3. Introducing the principle of behavior in psychological view: Understanding tree basic psychological rules, and analyzing oneself with these rules.	C4	DE
4	4.介紹文化引發的心理疾病:認識一些因文化所引發的心理疾病。	4. Introducing mental disease triggered by culture: Getting acquainted with some mental disease triggered by culture.	C2	ABCH
5	5.創造健康儀式行為:練習各種心理技巧,並設計一個屬於自己的健康儀式行為。	5. Creating healthy ritual behavior: Practicing several psychological skills and designing a healthy ritual behavior which is belonged to oneself.	C6	DH

教學目標之教學策略與評量方法

序號	教學目標	教學策略	評量方法

1	1.文化概念介紹:了解文化是一種規則、溝通方式,了解文化的優缺點。	課堂講授、分組討論	出席率、討論、期中考、期末考
2	2.探索文化與心理健康的關係:了解文化與心理健康的共通處在於彼此均具有表層與深層結構。	課堂講授	出席率、討論、期中考、期末考
3	3.以心理學觀點介紹行為基本原理:了解三種基本的心理規則,並運用這些規則分析自己的心理健康。	課堂講授	出席率、討論、期中考、期末考
4	4.介紹文化引發的心理疾病:認識一些因文化所引發的心理疾病。	課堂講授	出席率、討論、期中考、期末考
5	5.創造健康儀式行為:練習各種心理技巧,並設計一個屬於自己的健康儀式行為。	課堂講授	出席率、討論、期中考、期末考

授課進度表

週次	日期	內容 (Subject/Topics)	備註
1	09/13	說明授課大綱、授課方式、文化現象描述	
2	09/20	文化是什麼?之一:符號與規則	
3	09/27	文化是什麼?之二:主觀知覺與約定俗成	
4	10/04	東西文化比較-誰比較幸福?	
5	10/11	文化與心理健康的關係	
6	10/18	從習慣角度談健康	情緒管理專題演講
7	10/25	從記憶角度談健康	
8	11/01	從自我結構角度談健康	
9	11/08	考前複習	
10	11/15	期中考試週	
11	11/22	情緒管理專題演講	
12	11/29	我是誰?人格與記憶	
13	12/06	文化與心理疾病	
14	12/13	促進心理健康計畫-文化概念的實務運用	
15	12/20	心情教練三步曲-實例介紹一	
16	12/27	心情教練三步曲-實例介紹二	
17	01/03	考前複習	

18	01/10	期末考試週	
修課應 注意事項			
教學設備	電腦、投影機、其它(黑板)		
教材課本	教學平台講義		
參考書籍	1、心理人類學 (1987) 。瞿海源、許木柱譯，維特.巴諾著。黎明文化。 2、當代文化人類學 (1986) 。于嘉雲、張恭啟合譯，基辛著。巨流圖書公司。 3、健康心理學 (1997年) 。蕭仁釗等譯，Sarafino著。桂冠圖書公司。		
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	◆平時考成績：25.0 %    ◆期中考成績：30.0 %    ◆期末考成績：30.0 % ◆作業成績：            % ◆其他〈參與文化專題調查〉：15.0 %		
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/index.asp/">http://www.acad.tku.edu.tw/index.asp/</a> 〉教務資訊「教學計畫 表管理系統」進入。 <b>※非法影印是違法的行為。請使用正版教科書，勿非法影印他人著作，以免觸法。</b>		