

國立清華大學課程大綱【格式】

<1050112 版>

科號		組別		學分	3	人數限制	
上課時間	週三		教室				
科目中文名稱	心理學與現代生活						
科目英文名稱	Psychology and Modern Life						
任課教師	李昆樺						
擋修科目	未修過現代社會與心理學、普通心理學一、普通心理學二、普通心理學	擋修分數	無				

請勾選	此科目對應之系所課程規畫所欲培養之核心能力 Core capability to be cultivated by this course	權重 (百分比) Percentage
<input checked="" type="checkbox"/>	自我瞭解與溝通表達 Self-awareness, expressions & communication	40 %
<input checked="" type="checkbox"/>	邏輯推理與批判思考能力 Logical reasoning & critical thinking	30 %
<input checked="" type="checkbox"/>	科學思維與反思 Scientific thinking & reflection	15 %
<input type="checkbox"/>	藝術與人文涵養 Aesthetic & humanistic literacy	%
<input type="checkbox"/>	資訊科技與媒體素養 Information technology & media literacy	%
<input checked="" type="checkbox"/>	多元觀點與社會實踐 Diverse views & social practices	15 %

一、課程說明	心理學是門很生活的科學，很多生活大小事情都有心理學的味道，例如：最小的事情像每天三餐吃甚麼的習慣，大到擔任公司主管的決策歷程或是國家政策的決策歷程，其實都是心理歷程的反應。所以，知彼知己是成功的重要關鍵，讓我們在這堂課裡學習生活心理學，為個人未來的成功奠定基礎，打造一個屬於自己的未來藍圖吧。
二、指定用書	Pathways to Psychology, By Sternberg, R. J. 雙葉書廊(tel : 3684198)
三、參考書籍	<ol style="list-style-type: none"> 謝伯讓 (2016) 大腦簡史。貓頭鷹出版社。 洪裕宏 (2016) 誰是我？意識的哲學與科學。時報出版社。 飛利浦。金巴多。(2014) 路西法效應：在善惡的邊緣了解人性（修訂版）。商周出版社。
四、教學方式	課堂講義、影片欣賞與小組討論、課後回家反思作業的討論、生活體驗
五、教學進度	<p>第一週:心理學課程導覽與簡介</p> <ol style="list-style-type: none"> 簡介心理學課程的主要內容章節 介紹課程進度與計分方式 分享與討論修課期待 <p>第二週:心理學是甚麼?</p> <ol style="list-style-type: none"> 心理學的歷史沿革 心理學的研究方法 心理學的當代典範 <p>第三週:大腦和心理-身心是否合一</p> <ol style="list-style-type: none"> 生物演化與心理學之關聯 神經系統與結構之介紹 神經傳導物質對行為之影響 <p>第四週:你看見了我的看見:知覺心理學</p> <ol style="list-style-type: none"> 到底感覺是如何產生? 那些感官歷程在影響行為? 這些感官是如何被賦予意義的? <p>第五週:意識的轉換:到底是催眠還是睡眠?</p> <ol style="list-style-type: none"> 注意力之運作歷程介紹 意識如何被改變的 睡眠的過程中，意識又是如何轉換呢? <p>第六週:你習慣了嗎?_行為與心理之關聯</p> <ol style="list-style-type: none"> 古典制約理論介紹 操作制約是如何影響一個人的生活? 模仿學習到底是行為學習還是認知學習? <p>第七週:怎麼老是忘東忘西的?到底我們怎麼記住事情的?</p> <ol style="list-style-type: none"> 記憶如何被心理學家研究的 記憶的傳統觀點

	<p>3. 最新的記憶理論介紹</p> <p>第八週:你說甚麼?我聽不懂:談語言和思考</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 語言的定義 2. 人們到底如何理解語言，怎麼不會聽不懂 3. 還有其他非人類生物之語言存在嗎? <p>第九週:期中考試</p> <p>第十週:高智商低成就?談智力與生活</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 介紹智力理論 2. 智力到底如何被評量的 3. 智力到底會不會遺傳? <p>第十一週:只要我長大_談兒童青少年發展</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 發展心理學家如何研究發展 2. 發展和成熟之間的關聯性 3. 到底我們如何從胚胎到活跳跳的青少年 <p>第十二週:老ㄟ，今天吃素喔_談中年與老年發展</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 介紹中年與老年發展的重要核心 2. 介紹老年的發展歷程 3. 如何成功老化 <p>第十三週:到底誰是黑羊，誰是領導者?談社會心理學</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 社會認知怎麼來的? 2. 我們的態度是如何決定行為的呢? 3. 為何總是有人會說都可以啊，卻無法有自己的想法呢?談從眾、服從 <p>第十四週:是情緒不是情趣:談情緒與生活</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 情緒是甚麼? 2. 如何產生情緒的歷程? 3. 情緒的調節與改變歷程 <p>第十五週:是你變了嗎?_談人格心理學</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 不同的人格理論 2. 人格是如何被衡鑑的 3. 到底人格會不會改變? <p>第十六週:我的心理生病了_淺介心理疾患</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 何謂異常行為? 2. 有哪些心理疾患呢? 3. 如何心理保健呢? <p>第十七週:與大象和平共處:談壓力與健康促進</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 介紹壓力理論 2. 壓力與身體或心理疾患之關聯性 3. 分享有效地紓壓技巧 <p>第十八週:期末考</p>
六、成績考核	<ol style="list-style-type: none"> 1. 期中考 30%:以上課投影片內容為主，考試題目為選擇題與問答題，選擇題占 60%，問答題佔 40%。 2. 期末考 40%:以上課投影片內容為主，考試題目為選擇題與問答題，選擇題占 60%，問答題佔 40%。 3. 課堂出席參與 10%:根據出席點名成績與上課發問與回答問題為主。 4. 課後心得 20%:每堂課後會有課後心得分享，每周會有不同的主題，請上線進行填寫與回答，再由授課老師進行評分。

七、講義位址 http://	Moodle 網站
-------------------	-----------