

課程名稱 | 現代人常見心理困擾

課程屬性 | 生命與健康

課程編號 | 931-1622

授課老師 | 杜家興

最高學歷/ 中原大學心理學系研究所臨床心理組碩士

相關學經歷/ 現任行政院衛生署嘉南療養院臨床心理科臨床心理師

曾任東元醫院、泓安醫院、長青醫院等臨床心理師

中華民國臨床心理師考試合格

高考公職臨床心理師考試合格

現職/ 衛生署嘉南療養院心理師

上課時間 | 每週二晚上07:00-09:50 第一次上課日期 2004年03月02日 (星期二)

課程理念



關於這一門課：

1. 為什麼想開這門課？希望帶領學員共同學習甚麼

人的一生該是如何，有沒有正常的軌跡？偏離軌道會是如何？什麼是「正常」、「異常」又是如何？心理困擾和精神疾病是生病還是瘋子？精神分裂症、躁鬱症、憂鬱症、強迫症、厭食症、性變態、偷窺狂、縱火狂……，哇～！好多好多的特殊現象，你或妳瞭解多少呢？身為現代人，不可不知壓力與情緒的魔力，更不可不知自殺的陰影。讓我打開偏差/變態心理學的大門，邀請大家一起探索這令人好奇的神秘花園，避免誤解與偏見，重新省思「人」與「生命」的意義。

2. 修此門課需具備什麼條件？

對人有興趣的人；想要認識自己、認識他人的人；對人內心的心路歷程有興趣的人；有意願彼此交流成長的人；想要更懂人、更懂別人的人；想要改善自己生活的人……。

3. 上課的方式是怎麼進行的？學生可以有什麼收穫？

老師口頭授課，主要以討論及彼此經驗交流為主，輔以影片及書籍的賞析及討論。

4. 如何取得學分？（評量方式）

每堂課心得分享、課堂表達情形、和同學的關係、出席率

5. 備註&推薦書目

指定教材 | 郭峰志著 (民91)，走出憂鬱王國—憂鬱症治療實例，健行文化出版社

建議閱讀書目 | 大野裕著，林顯宗譯 (民91)，不再憂鬱，從改變想法開始—認知行為療法，董氏基金會。

高慧芬譯 (民89)，不想活下去的孩子—自殺心理分析及治療，心理出版社。

游恆山譯 (民82)，變態心理學，五南出版社。

曾文星，徐靜著 (民83)，現代精神醫療，水牛出版社。

招生人數 | 35 人 (若非課程特殊需求，每班招收人數至少 35 人。)

學分收費 | 3 學分 3000 元 (18 週課程/一次上課 3 小時)

週次	上課日期	課程主題	課程內容
1	2004-02-29 晚上07:00~09:50	相見歡	自我介紹與課程說明
2	2004-03-07 晚上07:00~09:50	正常VS變態？	影片賞析：認識目前用來辨識正常與異常的規則與標準識，從中認識一些灰色地帶，讓我們擺脫以“將人或生命二分”的狹隘眼光。
3	2004-03-14 晚上07:00~09:50	變態行為的起因	出現精神異常或心理困擾，真的是前世惡報嗎？聽聽變態心理學怎麼說……，讓大家學會以更寬容、更科學的觀點來看待人的各種情緒及行為表現。
4	2004-03-21 晚上07:00~09:50	認識過去及當代的 精神醫療	從過去的隔離、水療法、電磁波療法、額葉切除手術、電氣痙攣療法，到現代的精神藥物治療、心理治療、復健治療等等，透過此一歷史性回顧，鑑古今來，避免重蹈覆轍。
5	2004-03-28 晚上07:00~09:50	壓力造成的心理 疾病：身心症、 創傷後壓力疾患	壓力是現代人的重大議題之一，壓力如何傷害我們的身心靈魂，面臨災難及生命重大打擊的人又會如何，且讓我們一起探索，除了自我保健和療癒之外，也能適時給予週遭承受重大壓力
6	2004-04-04 晚上07:00~09:50	壓力造成的心理 疾病：身心症、 創傷後壓力疾患	壓力是現代人的重大議題之一，壓力如何傷害我們的身心靈魂，面臨災難及生命重大打擊的人又會如何，且讓我們一起探索，除了自我保健和療癒之外，也能適時給予週遭承受重大壓力
7	2004-04-11 晚上07:00~09:50	焦慮引發的心理 疾病：強迫症	影片欣賞：為什麼總是不斷要檢查瓦斯關了沒、門窗關了沒？為什麼洗手洗澡千遍不厭倦？潔癖呢？……
8	2004-04-18 晚上07:00~09:50	恐慌症、懼曠症、 廣泛性焦慮症、 社交恐懼症	怎麼會突然間好像要死掉一樣，鬼們關前走一回的經驗，是黑白無常找錯人還是…？為什麼面臨人群就恐慌不已，是膽小還是…？
9	2004-04-25 晚上07:00~09:50	脫離真實世界的 心理疾病：精神 分裂症與妄想症	影片欣賞：美麗境界 原本好好的人，怎麼開始說起FBI要害他、總是有聽到看不到的人或神明和他說話、不是乩童卻總是被附身、怎麼會為了心中
10	2004-05-02 晚上07:00~09:50	脫離真實世界的 心理疾病：精神 分裂症與妄想症	影片欣賞：美麗境界 原本好好的人，怎麼開始說起FBI要害他、總是有聽到看不到的人或神明和他說話、不是乩童卻總是被附身、怎麼會為了心中
11	2004-05-09 晚上07:00~09:50	脫韁的心理野馬： 躁鬱症	影片欣賞：Mr. Jones 推薦閱讀：躁鬱之心 相傳的桃花瘋是怎麼一回事？藝術家的心靈與躁鬱症又相似多少？
12	2004-05-16 晚上07:00~09:50	吞噬心靈的精靈： 憂鬱症	影片欣賞： 閱讀討論：晚安，憂鬱或夜，驟然而降 當身體拿回控制權，心靈只能屈從時，我們還能相信誰？
13	2004-05-23 晚上07:00~09:50	吞噬心靈的精靈： 憂鬱症	影片欣賞： 閱讀討論：晚安，憂鬱或夜，驟然而降 當身體拿回控制權，心靈只能屈從時，我們還能相信誰？
14	2004-05-30 晚上07:00~09:50	認識自殺的心路 歷程與防範	自殺真的是逃避懦弱的行為，是一種報復，還是一種負責任的選擇？自殺的意圖與行為，透露了什麼？如何做？
15	2004-06-06 晚上07:00~09:50	多重人格、心因 性的解離症、漫 遊症與失憶症	當一個身體住著許多靈魂時，那是怎麼樣的情形呢？…什麼樣的心靈缺口會讓人失掉了記憶，甚至換個人似地遠走他鄉。
16	2004-06-13 晚上07:00~09:50	厭食症與暴食症	心中總還存留著木匠兄妹的經典傳唱，但心中偶像早已因厭食症離開人世……
17	2004-06-20	性偏差(偷窺狂、	性，一個千古難解的禁忌話題，那麼性偏差又是怎麼回事呢

	晚上07:00~09:50	暴露癖)與縱火狂	
18	2004-06-27 晚上07:00~09:50	課程總結與成員 心得分享及建議	透過認識許多轉折的人生經驗，請學員們一同分享對自己或生命的體悟和發現……