

課程名稱 | 心理與生活

課程屬性 | 生命與健康

課程編號 | 901-401

授課老師 | 黃創華

最高學歷/ 高雄師範大學心理學系博士

相關學經歷/ 國際Zerka Moreno心理劇學院高級導演證照暨導演訓練師

高師大輔導與諮商哲學博士

台大臨床心理碩士

現任嘉南藥理科大幼保系助理教授

中正大學心理系暨臨床心理研究所兼任助理教授

台南市臨床心理師公會理事長（第一屆）

中華民國臨床心理師公會全國聯合會理事

台灣臨床心理學會監事

台南市社區大學生命與健康學程召集人

現職/ 嘉南藥理科技大學嬰幼兒保育學系助理教授

上課時間 | 每週三晚上07:00-09:50 第一次上課日期 2001年03月07日（星期三）

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

心理學是生活中息息相關的一部份，透過課程的學習，可瞭解心理學在生活中的實際應用

3. 上課的方式是怎麼進行的？學生可以有什麼收穫？ □

講授、研討、經驗分享

4. 如何取得學分？（評量方式）

課堂發言60%、期末考試40%。

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	2001-03-07 晚上07:00~09:50	相見歡	同學、老師互相認識、老師分別說明課程安排與內容
2	2001-03-14 晚上07:00~09:50	人生曲線— 我所走過的人生 路	經由發展心理學的知識瞭解自我 嬰幼兒發展、兒童心理、青少年心理、 成人發展（工作、家庭與自我的平衡）
3	2001-03-21 晚上07:00~09:50	人生曲線— 我所期待的人生 路	書寫自己的未來 人生黃金歲月面面觀

4	2001-03-28 晚上07:00~09:50	本性難移？-- 個性是怎麼來的？	影響人格形成的因素有哪些？ 什麼是健康的性格。
5	2001-04-04 晚上07:00~09:50	本性難移？-- 個性要怎麼改？	個性改得了嗎？ 改變個性的方法有幾種？
6	2001-04-11 晚上07:00~09:50	認識智力(IQ)	你知道什麼是IQ嗎？“大隻雞真得是慢啼嗎？” IQ能不能訓練？這們課讓你對IQ能有更正確的認識
7	2001-04-16 晚上07:00~09:50	壓力與生活-- 談壓力管理(1)	認識壓力,有機會看看自己怎樣面對壓力,學習如何健康地面對你的壓力。
8	2001-04-23 晚上07:00~09:50	壓力與生活-- 談壓力管理(2)	認識壓力,有機會看看自己怎樣面對壓力,學習如何健康地面對你的壓力。
9	2001-04-30 晚上07:00~09:50	壓力與生活-- 談壓力管理(3)	認識壓力,有機會看看自己怎樣面對壓力,學習如何健康地面對你的壓力。
10	2001-05-07 晚上07:00~09:50	愛情與性關係發展	愛是什麼？為什麼會戀愛？愛情與性
11	2001-05-14 晚上07:00~09:50	兩性行為溝通	溝通的重要性、傾聽與回饋、非語言的溝通
12	2001-05-21 晚上07:00~09:50	婚姻調適	難解的夫妻關係、婚姻調適之道
13	2001-05-28 晚上07:00~09:50	家庭與自我	你的家庭像什麼？你的自我價值是什麼？
14	2001-06-04 晚上07:00~09:50	創造性心理	創造的意義和內涵、創造性人格、創造豐富生命
15	2001-06-11 晚上07:00~09:50	團體和社會行為	團體內行為、團體間行為、社會影響
16	2001-06-18 晚上07:00~09:50	淺談心理測驗	何謂心理測驗、心理測驗之目的與意義
17	2001-06-27 晚上07:00~09:50	淺談心理諮商 (心理治療)	心理諮商(治療)是幹什麼的？ 什麼人需要心理諮商(治療)？ 心理諮商(治療)可以幫助我們做什麼？
18	2001-07-04 晚上07:00~09:50	回顧整理與期末 考	心得分享與總結評量