



特色課程經驗分享

以生活心理學為例

中山女高 吳佩蓓

關於開特色課程的想法？

- 為什麼要開特色課程？
- 誰來上這些課程？
- 要上些什麼內容？
- 學生的興趣及需求是什麼？
- 我們想要達成的課程目標為何？
- 我們能上或想上的課程是甚麼？



開特色課程過程中的問題

- 如何篩選合適的學生進入課程？
- 如何讓學生參與更多？
- 如何因應期中考前後的賣壓？
- 如何多元的評量學習成果？
- 如何減輕老師們的負擔？



授課者背景

- 五位輔導老師-諮商與輔導背景
- 一位數學老師-心理研究所背景



學生的期待

- 學了心理學後…
- 可以很厲害的看穿別人在想什麼？
- 可以知道什麼人值得我信任？
- 想多了解人心
- 以後想念心理學相關科系
- 感覺很輕鬆很好玩…

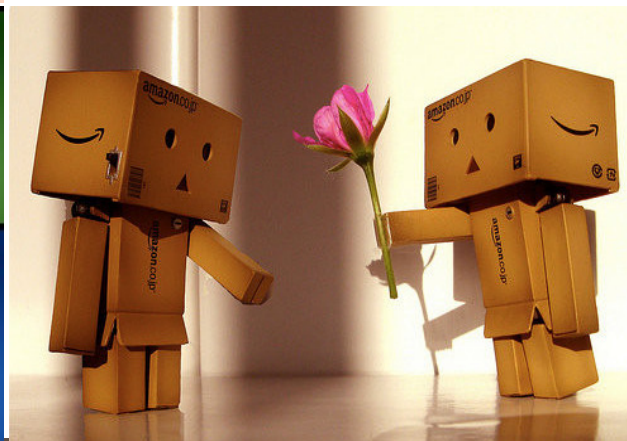


上課方式

- 老師講授基本理論
- 學生研讀資料上台講授
- 學生分組主題報告
- 影片討論
- 其他體驗實作：實驗、繪畫
牌卡、學習單...



生活心理學主題



評量方式

- 主題小組報告30%
- 學習歷程檔案50%
- 期末學習心得20%



生理心理學

- 心理學和科學的關係？
- 何謂生理心理學？認知與神經科學？
- 大腦的構造與相對應功能
- 心理物理學-兩點閾覺實驗
- 視知覺特性、史楚普叫色實驗



人格心理學

- 何謂人格？人格如何形塑？
- 決定性格的因素？
- 心理學家的人格理論？如何測量？
- 分組研讀理論並上台報告
- 畫樹測驗+自我狀態量表



認知心理學

- 何謂學習？人如何學習？
- 如何記憶？影響記憶的原因？
- 學習與讀書策略量表
- 分組討論-哪些是良好讀書策略？



情緒心理學

- 情緒是甚麼？從哪來？生理反應？
- 正向心理學 + 歸因 + ABC理論
- 曼陀羅紓壓彩繪
- 肌肉放鬆訓練
- 感恩日記



社會心理學

- 人際相處的議題：第一印象、吸引、說服、偏見、從眾與服從權威。
- 良好溝通的要素
- 人際關係自我覺察活動
- 身體距離實驗、交換名片
- 良好溝通練習、同理心練習



愛情心理學

- 愛情心理學理論、男女大不同、依附關係
- 現代人的感情觀、偶像劇的公式
- 依附類型檢測 + Satir 溝通型態
- 從電影看親密關係
- 從牌卡看自己的感情觀



變態心理學

- 何謂正常與異常？
- 認識各種精神疾病+案例影片
- 正確認識精神疾病
- 學習如何與其相處
- 電影：女生向前走 + 小測驗

