

開課系所	課號	班別	學分	中文課名	教師姓名
全人教育中心 1年級	ME108	A	2	普通心理學	林一真

1. 教學目標包含「心理學知能」和「個人心理成長」的提升，兼顧幫助學生「先做人，再作醫護人」。課程內容含醫護領域的運用。
2. 教師、學生修過課的學長姊和助理，透過「主席排教學」、師生課外討論「關主會議」和「普心之夜」共同設計和執行教學。
3. 採用「教師講授」、「主席排學生教師授課」、「活動體驗」、「討論」、「心理測驗」、「資料查索」、「演練及角色扮演」、「廣告創意」及「錄影敘事」等多元教學。
4. 採用「回饋單」、「心理學研究摘要」、「講故事給五個人」、「深度閱讀報告」、「心理學研究計劃」、「接受諮商」、「偵測馬偕的創意」、「發現馬偕之美」、「廣告比賽」及「學習檔案」等多元評量。
5. 學生有多次機會練習評審他人和自己的表現，並以恰當方式溝通。
6. 學生有多次機會用回饋單進行 SQ3R 方法預習、複習。

1. 教學目標包含「心理學知能」和「個人心理成長」的提升，兼顧幫助學生「先做人，再作醫護人」。課程內容含醫護領域的運用。

目標如下：

(1)普通心理學教學目標

- A. 協助醫護學生了解普通心理學的重要主題及研究方法。
- B. 啟發醫護學生對國內外多元文化人類行為的探索興趣、人文關懷批判思考能力及價值判斷。
- C. 促進醫護學生對自我了解與心理成長，更深知道自己的身心變化，自己的過去、現在及未來展望，原有盲點更能鬆綁。
- D. 激勵學生將心理學應用於醫生助人專業。
- E. 創造學習的高峰經驗（peak experience），體會創意擂台歡樂、幽默、正向、熱情。
- F. 激發學生終身學習的主體性。
- G. 培養團隊溝通與合作接受挑戰及領導能力。

(2)「先教做人」3Q 心理學回饋單：增進我的 IQ，EQ 和 CQ

學生回饋

今天 2013年12月10日 截止日: 2013-12-12 24:00前 最高分: 2分

回饋單密碼: 是V... 答

今天的重心課上「心測和3Q」,我

1 印象最深刻的是

原來漫畫這麼吸引人,然後花時間加上插圖真的很有趣,成功吸引同學的目光,但也希望我講的內容能解答同學的疑惑。

2 三選前擇二回答了「世說新語」題覆資料:當白雲公主與白馬王子結婚的第二天,發生了什麼

(1)流暢性:完整的故事,起承轉合,而且一有這個構想時,腦中的角色就像自己活了起來,一幕幕的完成了整個故事。

(2)逼真性:公主是王子,王子愛上王子,我想這變異性,應該很夠了。

(3)原創性:搭上同志議題。

(4)精緻性:結尾的敘述感覺稍微差了些。

3 我的IQ/EQ/CQ(創意)三者如何?我想加強什麼?(請略說明)

(1) IQ: 數學不好就是IQ的一項表現了吧,多讓自己增加動腦的機會,一直都想嘗試玩玩數獨。

(2) EQ: 平時沒事發生EQ都是平穩的,只是如果發生急事,我的“A”就會出現,其實自己算是急性子。

(3) CQ(創意): 突然要我想我會想不出來,我需要時間慢慢構想。

(4) 想加強: 總覺得在日常生活中應用最多最廣的,還是EQ,但個人認為EQ是需要時間累積經驗的,並且需要藉由參與團體活動來慢慢磨練,EQ是一項社交能力,要藉由人與人之間的交流來增進,自己做事時開始急躁起來時,告訴自己不要著急,要發現自己內心狀態的改變,告訴自己,我會冷靜,我該冷靜下來,才能做事,做幾個深呼吸吸氣的很有幫助。

CQ的話,聽說聽新歌是個不錯的方法,不總是只聽以前聽過的歌,我已經讓自己去慢慢不像以前那樣念舊,我聽新歌,我努力嘗試,我去碰觸那些以前不會觸及的事物,來為僧,我改變很多。



(3) 「教做醫護人」記憶心理學回饋單：「如何給病人藥？」。

今天的普心課「感覺／知覺」與「記憶」上，我

1. 對今天上「感覺／知覺」、「記憶」，可以應用在生活／醫學中的是？  
遺忘曲線，這對如何幫助人類記憶有顯著的影響。
2. 我有動機性遺忘／錯覺記憶的親身體驗嗎？(擇一說明)  
有，以前曾暗戀某個對象，後來聽說她有了男朋友，就動機性的將她忘了，現在連她長甚麼樣子也像不太起來了，儘管那只是三年前的事。
3. 請想像你是一位醫師，要告訴70歲的老媽媽(病人)：你開了三天藥，其中綠色的藥丸，飯後半小時內服用，主要是去穢氣管擴張；發燒到38度C時，可吃橘色的藥丸；三天後回診，再看要不要調藥。根據感知覺及記憶心理學舉出「三項」醫師增進病人正確解釋及記憶醫囑的方法。(愈有創意愈好!!!)  
(1)綠色的藥丸想像你吃的飯中有綠色的青菜，所以是吃飯後要吃。  
(2)橘色的藥丸想像你燒到38度時，臉頰泛橘紅，所以要吃橘色的。  
(3)當你發現綠色的東西沒了，表示你飯中沒有青菜，不健康，要趕快回診。
4. 請為發展「親身」性及依附」想請問「發展」主席排的問題」(※請先瀏覽「發展心理學」課程指定閱讀，屆時將列出全班問題)。  
人類甚麼時候開始會將對父母的依戀轉到對同儕情感的依附上呢？
5. 如果我最愛的人離開，我留在陌生情境，而伊再回來時，我會有安全依附、逃避依附、矛盾依附、混亂依附?請舉例說明。  
我覺得我會有矛盾型依附。因為我會看他(她)是因為甚麼原因離開我的，假如理由正當，我會在他(她)回來的那天再次擁抱他。但假如理由無法接受，儘管我依然愛他(她)，我會感到相當矛盾，而不知所措。

回饋單：  
如何給病人藥

2. 教師、學生、修過課的學長姊和助理，透過「主席排教學」、師生課外討論「關主會議」和「普心之夜」共同設計和執行教學。



主席排教學



關主會議

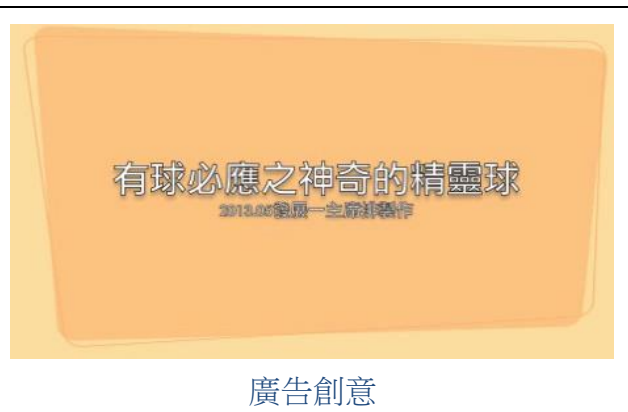


普心之夜

3. 採用「教師講授」、「主席排學生教師授課」、「活動體驗」、「討論」、「心理測驗」、「資料查索」、「演練及角色扮演」、「廣告創意」及「錄影敘事」等多元教學。



主席排學生教師授課



廣告創意

2013 年 香港教育學院心理學系心理學課程(二)  
 (3) 對我最有用的增強物及懲罰分別是--增強物:美會, 懲罰:別人惡意的眼神或言語...  
 (4) 表揚二張自己的實例說明感覺及記憶的差別。  
 感覺: 耳疾像入毒黨歌, 聽是音樂了...  
 知覺: 聽到畢業歌後, 腦中浮起高中師長及同學還有美美的校園回憶, 很懷念...

4. 練習當評審 ※注意, 只選一個表評分囉! 為求環保, 請刪去不用的表格!

學習主席排授課同儕評分表						
項目	內容			表達		
	正確性	豐富性	資料正確性(參考資料)	連貫性	互動性	表達性
最高分	3	3	3	2	2	2
評分	2	3	3	1	2	2
我想給 學堂 主席排 講義, 資料, 觀點, 價值及實際 的回饋						
姓名	回饋					
曉風	她裏裏外外表現不錯, 但是覺得有點像在報告比較不像在教學, 可能需要多一點與同學的互動, 然後聲音方面需要在清晰一些會更棒! 覺得出來缺是有點小緊張, 所以有點小差錯, 但也已經很棒了!!					
貞儀	真棒! 她真真很可愛! 很聽上課真真很融洽!! 雖然大家沒有很配合, 但很樂意是很需要這點優點!! 然後問大家問題是一個很好的教學方式, 只是大家容易把答案猜出來其實不太好因為可能大家還沒有想好就搶那大特顯的提示吸引過去了, 減少學習者的思考能力!! 我想這點是可以改進的!! 感覺出來真真很用心準備上自教學!!					
懿鈞	雖然一開始忘記換 PPT 讓我們感到神昏, 但是聽她的講義清楚, 不過這一切就要提醒了, 站在台上教學代表了老師的角色, 所以台下學生觀眾, 應你是主角, 要注意的是他們有沒有懂而不是你有没有讀完!! 然後和真儀配合的超好超強很有梗, 讓我們印象深刻!!					
佩君	還原了老真的影片配合講解很貼切!! 也讓我們很聯想到學習!! 你的教學還真不錯!! 只是好像沒有講到這些名詞時切完表真儀比較沒有那麼深入了解!!					
真儀	真儀真的超真真很可愛!! 超而讓我們馬上了解社會學習的三種模式: 觀察, 替代, 直接, 用圖像還有生動的解說讓我們加深印象!! 謝謝真儀的用心!! 然後你的口音很標準!! 讓人很舒服!!					
*每張表格分兩次報告, 分二次的評分, 再取平均。						

練習當評審

4. 採用「回饋單」、「心理學研究摘要」、「講故事給五個人」、「深度閱讀報告」、「心理學研究計劃」、「接受諮商」、「偵測馬偕的創意」、「發現馬偕之美」、「廣告比賽」及「學習檔案」等多元評量。

2013 年 10 月 15 日 星期一 10:00:00  
 我是誰 00 系統管理員 學校 10000003  
 今天 2013 年 10 月 15 日 截止日: 2013/10/17 24:00 最高分: 2 分  
 回饋單內容: 是 00 口

在今天的堂課「學習心理學」/「感覺、知覺」

1. 7 上回寫過回饋單已得 2 分的同學可略過此題!! (上次寫了嘍!!)  
 各舉自己的覺別說腦化(甚難)自動恢復/滋補。

2. 請選(1)-(2)或(3)二題即可(老師我超認真>麻煩老師多看我的對不對!!)。

(1). 我想改變自己的。  
 A. 一個行為/習慣? 停不下來忘書。  
 B. 我可以如何運用古典制約/操作制約/認知學習/社會學習/逃避/逃避學習/負增強/TS。  
 他看來改變自己? 用古典制約, 聽輕音樂讀書, 久而久之, 聽輕音樂就會想停下來忘書。

(2). A. 列一項我常被強化的信念價值觀/情緒表達方式/念完書做完的等才可以休閒。  
 B. 父母(長輩)如何教我們由遵守及剋制此慾望(請使用學習心理學術彙: 古典制約/操作制約/認知學習/社會學習/逃避/逃避學習/負增強/TS 說明: 操作制約, 讓我們想要休閒的慾望完完全全)。

(3). 我害怕的是 別人生氣或口舌不好。  
 A. 想到他在眼前或我椅子上的時候, 我的感受是 惶恐。  
 B. 這種害怕是如何得來的?(用古典制約/操作制約/認知學習/社會學習術彙, 請略說明): 別人生氣代表別人心情不好, 我會想到自己做事, 我覺得應該是認知學習吧!!

C. 我可以如何改變?(用古典制約/操作制約/認知學習/社會學習術彙, 請略說明): 逃避制約, 離開生氣的人身邊(好像治標不治本)。

3. 請選二件亦可。

(1). 請選以一個自己的真實例子分別說明督導無助/權權/替代學習/模仿。  
 督導無助: 以前某生物理定律, 不理的問了很多次還是不理解, 就放棄它每次遇到就選擇跳過。

權權: 以前某你認為認真自己的筆記, 然後要用這筆記做題方便, 還拿他大學時候的筆記本給我無數次抄寫, 自此之後我努力在剋制屬於自己的筆記, 也很努力, 學習如何做筆記。

替代學習: 姊姊參加跳繩比賽, 我也不參加才不會輸。

模仿: 扭了, 著一晚上找到路。

(2). 什麼人我會很想(或不想) 像他/她? 原因是? 不想像作舞的一樣, 因為對老師不尊重, 對自己負責不認真。

2013 年 10 月 15 日 星期一 10:00:00  
 (3). 對我有效的增強物及懲罰分別是: 增強物: 美食, 懲罰: 別人惡意的眼神或言語。  
 (4). 舉例二個自己的實例說明感覺及知覺的差別。  
 感覺: 耳痛傳入耳竇, 聽音樂了。  
 知覺: 聽到喜樂歌後, 腦中浮起高中師長及同學還有美美的校園回憶, 很懷念。

4. 練習當評審 注意, 只選一個表評分喔! 為求確保, 請刪去不用的表格!

項目	內容			無遺		
	正確性	豐富性	質素/延伸(參考資料)	透達性	互動性	獲覆性
最高分	3	3	3	2	2	2
*評分	2	3	3	1	2	2
我想給 學習 主席排 謝麗, 黃碧, 甄詠, 陳麗及黃潔 的回覆。						
姓名	回覆					
謝麗	謝麗聲談話不錯, 但是覺得有點像在報告比較不像在教學, 可能要多一點與同學的互動, 然後聲音方面需要再清晰一些會更清楚!! 覺得出來快是有點小緊張, 所以有點小緊張, 但也已經很棒了!!					
甄詠	真話少雖然真話很可愛, 但聽上去很冷淡!! 雖然大家沒有很配合, 但確實是很需要這點鼓勵!! 然後問大家問題是一個很好的教學方式, 只是大家容易把答案猜出來其實不大好因為可能大家還沒有想清楚好就搶先回答的提示吸引過去了, 減少學習者的思考能力!! 我想這點是可以改進!! 感覺出來真話很用心準備上台教學!!					
甄詠	雖然一開始忘記講到讓我們很感佩, 但是甄詠講的還真清楚, 不過這一點就要提醒了, 站在台上教學代表了老師的角色, 所以台下學生敬重, 應該是主角, 要注意的是他們有沒有懂而不是你有没有講清楚!! 然後和黃碧配合的越發越好呢, 讓我們印象深刻。					
甄詠	很認真了, 認真影片配合講解很貼切!! 也讓我們很佩服那認知學習!! 你的教學還真不錯!! 只是好像沒有講到這些名詞的定義, 雖然我並沒有那麼深入了解!!					
甄詠	真話真的超可愛!! 然而讓我們忘記了社會學習的三種模式: 觀察, 替代, 直接, 用圖像還有互動的解說讓我們加深印象!! 謝謝黃潔的用心~然後你的口音很清脆!! 讓人很舒服!!					
*請各原班同學致謝, 分二次的評分, 再表平均。						



5. 學生有多次機會練習評審他人和自己的表現, 並以恰當方式溝通。  
 (1) 練習當評審他人和自己
6. 學生有多次機會用回饋單進行 SQ3R 方法預習、複習。



## 7. (1) SQ-Survey 流覽發問

今天 2014年2月25日 截止日：2014/2/27 24:00前 最高分：2分

在今天的着心「心理學的巡禮」課上，我

1. 印象最深刻的是

八大觀點中的跨文化研究。聽到老師講解這部分時，我眼睛一亮，我想世界上各個文化的背景和歷史演替過程不全然相同，所以每個文化產生的人性應該也各有特色。因此，我想許多心理學假設應測試在不同文化的通用性，解此能增加其假設的可信度。

2. 我已完成本單元的課前指定閱讀

(1) 本課講義：

完成精讀  完成略讀  已開始讀  未動

(2) 對於KW原文書第一章指定精讀部份，我：

已看完並看懂  已看，但未看懂，原因：\_\_\_\_\_

尚未開始看  需要幫忙(找老師，找學長姐，找同學)

4

3. 請上網以 Google 或 Wikipedia，搜尋今天八大心理觀點別課程中提過或自己想探討的任一心理學主題、名詞、或人名。

(1) 找至少一則說明或相關描述，貼在本回饋單上，(2) 註明來源(出處/網址)，(3) 寫下至少 50 字的心得。

文章：

### 正向心理學的抵消效應

在一篇題為「積極情感的抵消效應」的文章，芭芭拉·弗雷德里克松等人假設正面情緒可以抵消負面情緒對心血管的影響。當人們緊張時，他們會出現高心率、高血糖、免疫抑制，以及其他利於立即採取行動的反應。如果在緊張過去後，人們不調節，就會導致病痛、冠心病，和更高的死亡率。實驗室研究和調查研究都表明，積極的情緒有助於經受了緊張的人們下回到了原來的生理基線。

出處：<http://zh.wikipedia.org/zh/%E5%AD%A3%B9%9D%A2%E5%BF%83%E7%90%86%E5%AD%A6>

心得：

我在讀本觀點時，對正向心理學產生興趣，而去查 Wikipedia。從上面的敘述中，我可以得知心理狀態能影響生理機能，因此我們應該時時保持積極的態度，有助於身體健康。

4

4. 為學習心理學暖身

(1) 我從小就學會，久不練習仍熟會的是？游泳、桌球、騎腳踏車

(2) 來為佳後，我新學會什麼？羽球、教舞

※(3) 預讀「學習心理學」的講義及課本綱要，我最想問學習主席班「如水、薪賞、承諾、任意、佳乎、落欣及重錄」的一個問題？正向情緒能否改變對於事物的 phobias，而讓腦部皮質和杏仁核之間的神經作用產生變化？

SQ-Survey

## (2) Read 閱讀和 Recite 復誦和 Review 計算 IQ

開課系所	課號	班別	學分	中文課名	教師姓名	
全人教育中心	1 年級	ME108	A	2	普通心理學	 林一真
<b>Instructor</b>				<b>Office Number</b>		
Lin, Yeh-Jen				1410		
<b>Email</b>				<b>Phone Number</b>		
yjlin@mmc.edu.tw						
<b>Office Hour</b>						
週二、三、五中午及週四下午						

※課程大綱	普心課程大綱 20140121.doc	2014/1/21 下午 02:46:30
-------	---------------------	-----------------------

◆本課程與學系教育目標相關者

學系目標	<input checked="" type="checkbox"/> 1.素養一：敬天愛人
	<input checked="" type="checkbox"/> 2.素養二：社會與環境責任
	<input checked="" type="checkbox"/> 3.素養三：團隊精神
	<input checked="" type="checkbox"/> 4.素養四：人文關懷

◆本課程與學系之學生核心能力目標相關者

		百分比
核心能力	1.終身學習與全人開展	20%
	2.語言溝通與合作精神	40%
	3.批判思考與價值判斷	25%
	4.多元文化與全球視野	15%

◆Notification

一.課程目標 Goal	中	一.你的期許 二.我們的努力 1 使醫學生了解普通心理學的重要主題及研究方法。 2 激發護理生對我國人行為的探索興趣。 3 促進護理生對自我了解與心理成長。 4 激勵學生將心理學應用於醫療專業。 5 創造及體驗學習的高峰經驗（peak experience）。 6 更深知道自己的身心變化，自己的過去、現在及未來展望，原有盲點更能鬆綁。
	英	無
二.先修科目 Pre-requisite	中	無先修科目
	英	無
三.單元主題 Outline	中	1 心理學巡禮
		2 行為的生理基礎
		3 學習原理與應用
		4 感覺與知覺
		5 記憶
		6 發展心理學-情感依附性
		7 發展心理學-智能/道德

		8 心理測驗	
		9 IQ/EQ 與 CQ	
		10 人格理論與動機	
		11 心理病理學	
	英	1 Overview of Psychology	
		2 Health Psychology, Type A & health	
		3 Learning Theories	
		4 Sensation and Perception	
		5 Memory	
		6 Developmental Psychology—Attachment and Sex	
		7 Developmental Psychology—Cognition and Moral Development	
		8 Psychological measurement	
		9 Intelligence, Emotion and Creativity	
		10 Personality and Motivatio	
		11 Psychological Pathology	
四.指定用書	中	無	
Textbook	英	Kowalski,Robin & Westen, Drew (2009) : Psychology Mind, Brain, & Culture. USA : Wiley	
五.參考書籍	中	張春興 (2009) : 現代心理學。台北, 東華出版社。 Gleitman, Henry, 洪蘭譯 (1997) : 心理學 (上) (下)。台北, 遠流出版社。 王震武、林文瑛、林洪煜、張郁雯、陳學志 (2008) : 心理學。台北, 學富。 Westen Drew 著, 孫景文譯 (2000) : 心理學思維, 大腦, 及文化。台北, 台灣西書。	
Reference	英	無	
六.教學方式	中	1 主席排報告 2 講授 3 活動 4 討論 5 心理測驗 6 資料查索 7 演練 8 角色扮演 9 廣告創意	
Teaching Approach	英	1.student teaching 2.Teacher Lectures 3.Activities 4.Discussion 5.Psychological Testing 6.Information Searching 7.Exercise Practice 8.Role Play 9.Advertisement Production	
七.講義位址	中	<a href="http://portal.mmc.edu.tw/VC2/teacher/CosFrame.aspx?y=102&amp;s=2&amp;id=ME108&amp;c=A">http://portal.mmc.edu.tw/VC2/teacher/CosFrame.aspx?y=102&amp;s=2&amp;id=ME108&amp;c=A</a>	
handout (http://)	英	無	

※敬請遵守智慧財產權觀念，不得非法影印※

#### ◆課程進度

進度	日期	內容	進度
1	2/18	心理學的巡禮/普心之夜	林一真
2	2/25	心理學的巡禮	林一真



3	3/4	心理學的巡禮/健康心理學—A 型人格與心臟健康	林一真
4	3/11	學習原理及應用	林一真
5	3/18	學習原理及應用/感覺與知覺	林一真
6	3/25	感覺與知覺	林一真
7	4/1	感覺與知覺/記憶	林一真
8	4/8	記憶	林一真
9	4/15	發展影片大賞	林一真
10	4/22	發展心理學	林一真
11	4/29	發展心理學	林一真
12	5/6	心理測驗	林一真
13	5/13	心理測驗	林一真
14	5/20	IQ/EQ 與 CQ	林一真
15	5/27	人格理論與動機	林一真
16	6/3	心理病理學	林一真
17	6/10	心理病理學	林一真
18	6/17	期末考	林一真

#### ◆成績計算方式

作業成績	50%
平時成績	15%
期中考	15%
期末考	20%