

# 國立中正大學師資培育中心

## 青少年心理學課程大綱

114 學年度第 2 學期

一、課程名稱：青少年心理學（Psychology of Adolescence）

二、授課教師：李佩珊

三、學分數：二學分

四、每週上課時數：兩小時（每週三 10:10-12:00，上課地點：R501 室）

### 五、課程概述

本課程以心理學理論與實證研究為主軸，系統性探討青少年期在生理、認知、情緒、人格與社會關係等面向的發展特徵與轉變。課程將先建立青少年發展的基本概念與研究方法，進而引介重要理論觀點如心理社會發展、認知發展、社會文化與生態系統取向等，並結合當代議題與案例，分析自我認同、家庭互動、同儕關係、成就動機、道德推理、性別發展，以及情感疾患、自傷自殺與心理病理等重要議題。修課學生將透過指定閱讀、課堂討論與個人報告，練習以證據為本的推論與溝通，培養能以多元視角理解青少年經驗、並能在教育與社會情境中進行理性分析與回應的能力。

### 六、教學目標

- （一）掌握青少年發展與心理學相關理論，理解神經科學、內分泌系統與認知發展如何驅動青少年的行為。
- （二）針對青少年在生理、認知、自我與社會關係等面向，提出以證據為本的分析。
- （三）探討西方理論與華人社會下青少年發展的異同，並延伸探討當代青少年心理學相關議題（如數位成癮、情緒疾患）。

### 七、課程核心能力

本課程與本中心核心能力指標相關性程度如下：

核心能力	相關程度 (1 至 5 分為符合程度，5 分代表完全符合)				
	1	2	3	4	5
(一)教育理念與專業知能					V
(二)課程教學創新知能			V		
(三)開展教學實踐智慧			V		
(四)批判與修德澤人情操					V
(五)多元文化與國際視野					V

## 八、教學進度

週	日期	課程內容	指定閱讀材料
1	2/24	課程導論	Ch 1: Introduction
2	3/03	生理過渡與健康 • 青春期的變化、早熟與晚熟的影響 • 青少年睡眠、營養與運動	Ch 2: Puberty, Health, and Biological Foundations
3	3/10	大腦與認知發展 • 大腦發展可塑性與執行功能 • 皮亞傑與社會認知、想像觀眾	Ch 3: The Brain and Cognitive Development
4	3/17	自我、情緒與認同 • 自尊與情緒調節 • 歷史與文化脈絡下的青少年	Ch 4: The Self, Identity, Emotion, and Personality
5	3/24	性別與性發展 • 性別角色與社會化 • 性教育與 LGBTQ+ 議題	Ch 5: Gender Ch 6: Sexuality
6	3/31	道德發展與價值觀 • 道德推理與利社會行為 • 價值觀的形成	Ch 7: Moral Development, Values, and Religion
7	4/07	【校際活動週・停課】	自主學習
8	4/14	家庭關係 • 親子衝突與教養風格 • 華人社會的孝道與自主性發展	Ch 8: Families
9	4/21	【期中考試】	Review Ch 1-7
10	4/28	同儕與浪漫關係 • 同儕接納、霸凌與友誼 • 約會腳本與戀愛關係	Ch 9: Peers, Romantic Relationships, and Lifestyles
11	5/05	學校教育 • 學校過渡期與中輟議題 • 適合青少年的教育環境	Ch 10: Schools
12	5/12	成就、工作與職涯 • 內在動機、外在動機、習得無助感 • 青少年的職涯規劃	Ch 11: Achievement, Work, and Careers
13	5/19	文化與社會脈絡 • 社會經濟地位與貧窮的影響 • 跨文化比較與媒體的影響	Ch 12: Culture
14	5/26	青少年心理社會問題 • 內化問題與外化問題 • 壓力與因應策略	Ch 13: Problems in Adolescence and Emerging Adulthood
15	6/02	專題報告（一）	Review & Application
16	6/09	專題報告（二）	Review & Application

## 九、成績評量方式

- (一) 期中考：20%
- (二) 小組閱讀報告：30%
- (三) 個人專題報告：20%
- (四) 課堂參與：30%

## 十、參考書目

### (一) 主要教材

Santrock, J. W. (2025). *Adolescence* (2025 Release ISE ed.). McGraw-Hill Education.

### (二) 參考書目

Santrock, J. W. (2022). *青少年心理學* (陳增穎譯)。心理出版社。

Dolgin, K. G. (2018). *青少年心理學：發展、關係與文化* (洪光遠、連廷嘉譯，第2版)。學富文化。

Berk, L. E. (2024). *發展心理學第二冊：青少年到老年時期的發展* (陸怡琮等譯)。雙葉書廊。

Kail, R. V., & Cavanaugh, J. C. (2016). *發展心理學 (下)：青少年到晚年時期的發展* (游婷雅、郭俊顯譯)。洪葉文化。

請尊重智慧財產權，不得非法影印教師指定之教科書籍