

國立空中大學花蓮中心 111 暑期

社工專班「心理學與現代生活」平時作業題目

命題教師：陳麗美 老師

第一次作業題目

現代生活的壓力無所不在，壓力有好有壞，你在日常生活的事件中，哪些壓力是對你有好處？哪些生活事件對你造成負擔，讓你感覺要窒息或是喘不過氣？請各舉兩個生活事件說明。

第二次作業題目

請以參考書「心理學與現代生活」中第二章自我的發展與了解，回答練習二：早期生命腳本，同時寫下做完練習後的心得。