

## **110-1 幸福與人生 (PSY1012)**

### **期中報告大綱 & 期末報告**

**報告題目：**在我的心目中，究竟什麼是幸福？

**繳交期限：**期中報告大綱 110 年 11 月 22 日晚上 11:59 截止  
期末報告 111 年 1 月 10 日晚上 11:59 截止

**成績評量：**期中報告大綱滿分為 20 分  
期末報告滿分為 60 分

#### **期末報告說明：**

請以「在我的心目中，究竟什麼是幸福？」為題，撰寫 6000~10000 字期末報告，探討幸福是什麼。報告內容不拘，可以是心得或意見論述、文獻探討、或是實徵或調查研究。

臺灣人口的成長率偏低，目前已經為「少子化」社會，而國家發展委員會預估 2025 年的臺灣將出現「超高齡」的人口結構。除了臺灣人口結構轉變所造成的心靈健康問題，全球「氣候變遷」及「疾病傳播」所產生的環境效應也影響個人心理健康。因此，需要統整探索本地及全球環境變化，對於心理健康的影響。

在期末報告中，請同學以幸福感 (well-being) 為核心，整合心智 (mind)、身體 (body) 及環境 (environment)，瞭解三者之間的互動整合歷程。同學可以結合在每週課程所學，從個體層次、社會層次、心理層次、醫療層次以及環境層次來討論幸福感。接著，請說明如何把所學應用於日常生活中，幫助自己及周遭人們，全面提昇人生各階段成員的心理健康，達成身心安適的幸福感提升。

#### **期中報告大綱說明：**

請同學針對期末報告的內容，繳交報告撰寫構想的大綱。請描述在期末報告中，你將如何探討幸福是什麼（例如：心得意見論述、文獻探討、實徵或調查研究），並說明期末報告的方向與組織架構。期中報告大綱的字數、頁數不限。

#### **其他說明：**

1. 請採用標楷體字體（英文使用 Times New Roman）、12 號字型、1.5 倍行高，並將報告儲存為 Microsoft Word document 格式（檔案為 .doc 或 .docx），以方便老師與助教閱讀批改。

2. 請勿抄襲。若在報告中有使用參考資料，請以「APA 格式第七版」正確引用，並於報告的最後附上參考文獻清單。（APA 格式可參考「圖書館參考服務部落格」：<http://tul.blog.ntu.edu.tw/archives/tag/apa-7>）
3. 期中報告大綱於 110 年 11 月 22 日晚上 11:59 截止，期末報告於 111 年 1 月 10 日晚上 11:59 截止，請上傳至 NTU COOL。遲交報告一天扣 10% 的分數，截止日期的 7 天後不再接受遲交報告。