

愛情心理學

授課大綱

授課老師：蕭珺予老師

授課時間：周四下午 1:00-5:00（隔週）

課程說明：本課程以心理學相關理論與研究為基礎，以授課、分組討論、影片賞析等形式，帶領學生從多元角度探討愛情的各個面向，包括愛情的發展階段、各種形式的愛情與內涵、愛情裡的自我意象、關係的經營與表達等，學生修習之後不僅能心理、社會文化的觀點理解愛情，更藉課程討論與作業中，理解自身的自我價值與愛情觀，並學會經營及告別愛情的健康模式。

日期	課 堂 進 度	作 業 進 度
9/15	課程簡介	
	愛在矇矓時最美	
9/29	愛情階段一--怦然心動的願意	
	愛的元素與類型	
10/13		
10/27	影片賞析	
11/10	愛情階段二--相愛容易相處難	
	愛情中的干擾變項	
	愛情中的溝通協調與衝突	

11/24	愛情階段三--愛的終結與延續	*視實際教學狀況調整進度
	愛情階段四—愛的昇華與轉化	
12/8	肌膚之愛—性與愛	
	多元之愛—性別/跨文化	
	窒息之愛—以愛之名的暴力	
	禁忌之愛—不能見光的愛戀	
12/22	愛情中的自我意象與價值	
	愛情中的情緒照顧與管理	
1/5	期末報告	

評分：

出席 20% 課堂心得 20% 期中報告 30% 期末報告 30%

參考書目：

1. Erich Fromm·2021·《愛的藝術》·梁永安譯·台北：木馬文化·
2. 唐娜·伊頓,大衛·費恩斯坦·2015《愛的能量：親密關係的能量療法》·丁凡譯·
台北：時報文化
3. Robert J. Sternberg·2001·《邱比特的箭》·黃芳田譯·台北：遠流·
4. 伊東明·2004·《愛·上了癮》·廣梅芳譯·台北：心靈工坊·
5. 林奕含·2017·《房思琪的初戀樂園》·台北：游擊文化·

6. Diane Ackerman·1996·《愛之旅》·莊安祺譯·台北：時報文化·
7. 孫中興·2016·《學著，好好愛：台大超人氣「愛情社會學」精華，六堂愛的必修課，翻轉愛的迷思》·台北：三采·
8. 孫中興·2016·《學著，好好分：= 台大超人氣課程精華第二堂，六階段陪你走過分手的痛，癒合失去的傷》·台北：三采·
9. 孫中興·2019·《學著，遇見愛：台大超人氣課程精華第三堂，16個愛情經典故事，16種對愛的選擇與解答》·台北：三采·
10. 加藤諦三·2016·《為什麼我們愛得這麼累》·吳倩·台北：寶瓶·
11. Robert. A. Johnson·2020·《戀愛中的人：榮格觀點的愛情心理學》·郭柏宸·台北：心靈工坊·
12. Peter Loveheim·2019·《依戀效應：為什麼我們總在愛中受傷，在人際關係中受挫？》·廖綉玉·台北：三采·