

## 人際關係與溝通教學計畫

總學分數：二學分

授課教授：林慧慈

上課時間：08：10～12：25

13：10～17：25

授課班級：

Email：[lydiaya@gmail.com](mailto:lydiaya@gmail.com)

上課地點：井塘樓413/學思樓040301

### 壹. 教學目標：

本課程旨在提升同學對人際關係與溝通的認識與瞭解，透過自我認識與瞭解、同理心培養、學習溝通技巧，提升溝通品質、建立良好的人際關係，進而增加人生的美好。

### 貳. 教學方式：

1. 講述、分析與討論。2. 活動及實務演練。3. 影片欣賞與討論。4. 自我書寫與反思。

### 參. 成績評量：

課堂回饋單(40%)，期中作業(10%)，課堂參與(10%)，個人作業(20%)，小組報告(20%)。

### 肆. 上課及參考用書：

陳皎眉(2013)。人際關係與人際溝通第二版。台北：雙葉書廊。

鄭佩芬(2014)。人際關係與溝通技巧第二版。台北：智揚文化。

葉蓉慧審閱/林裕欽譯(2015)。人際溝通與技巧。台北：雙葉書廊。

Verderber Rudolph F. & Verderber Kathleen S. (1996)。人際關係與溝通。(曾端真、曾玲珉譯)。台北：揚智。(原著出版於1995)

### 陸. 教學進度：

週次	日期	主 題	附 註
1	7/22 四上	課程說明/人際關係的意義與特性	分組，四～五人一組 個人作業與團體報告說明
2	7/29 四上	自我概念與人際關係	小組討論
3	7/29 四下	自我揭露	小組討論
4	8/12 四上	人際吸引力	
5	8/17 二上	知覺歷程	
6	8/17 二下	有效溝通方式	
7	8/19 四上	小組報告	每組報告 15-20 分鐘
8	8/19 四下	非語言溝通/電影賞析	

- 課堂回饋：線上表單，每堂課結束前10分鐘撰寫，字數不拘。
- 個人作業：快樂學習單，每堂課前撰寫，如附件，期末8/19繳交moodle。
- 期中作業：自我探索之書寫，遇到人際的問題，如何應對，影響最深的兩人，以及對自我特性的察覺，8/12 23:00前上傳moodle。
- 個人作業：8/19電影之心得撰寫(最少1000字)，8/22 23:00前上傳moodle。
- 小組報告：人際關係企劃案一份，報告20分鐘，8/19 PPT檔案上傳moodle。

註：本課程不提供上課PPT。

姓名：\_\_\_\_\_ 學號：\_\_\_\_\_ 組別：\_\_\_\_\_

**快樂是什麼？**

請用內省法、觀察法尋找「快樂」概念的定義，到底什麼是快樂呢？根據自己自身經歷進行探究～沒有標準答案，依你最真實的感受填寫。不是未來許願喔，是已經發生或者現在正發生的事。請具體描述。

每堂課至少寫一件事情以上。

	日期	我這幾天覺得最快樂的事情是？快樂是.....
例	7/22	快樂是修到一門自己想選的課！
1	7/22	
2	7/29	
3	7/29	
4	8/12	
5	8/17	
6	8/17	
7	8/19	
8	8/19	