

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：114中輔

Email：lydiaya@gmail.com

上課地點：學思樓302教室

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、理論講述、分析與討論。
- 2、自我探索活動及實務演練。
- 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%)，課堂學習單(10%)，自我書寫作業(10%)，電影賞析(10%)，小組報告(20%)，小編作業(10%)。

肆、上課用書：

陳皎眉(2022)。人際關係與人際溝通(第3版)。台北：雙葉書廊。

陸、教學進度：

週次	日期	主 題	附 註
1	3/8 日上	課程說明/人際關係的意義與特性	課前問卷 分組，五～六人一組
2	3/8 日下	自我概念與人際關係	
3	3/29 日上	自我揭露	第一組報告
4	3/29 日下	人際吸引力、知覺歷程	第二組報告
5	5/31 日上	溝通意義與障礙	第三組報告
6	5/31 日上	有效溝通方式	第四組報告
7	6/7 日上	電影賞析/討論	
8	6/7 日下	非語言溝通	課後問卷

- 課堂回饋：線上表單，每堂課結束前10分鐘撰寫，共八次，字數不拘。
- 課堂（快樂）學習單：每堂課前撰寫，期末6/7線上繳交照片檔案。
- 自我書寫作業：自我探索之書寫，4/7 23:00前線上繳交。
- 電影賞析：6/7電影之心得撰寫（最少1000字），6/14 23:00前線上繳交。
- 小組報告：人際關係企劃案一份，報告20分鐘，報告後PPT檔案線上繳交。
- 小編作業：FB社團中擔任小編，分享至少500字與課堂相關的貼文。
- 課前課後問卷填寫：了解個人在課堂上學習的成果。