

正修科技大學 通識教育 教學綱要

科目名稱：(中文) 人際關係與溝通 (社會科學類)

(英文) Interpersonal Communication

開課時間：105 學年度第 1 學期

授課年級：大學日間部

總學分數：2 學分

每週上課時數：2 小時

授課教師：簡惠閔

上課時段：星期四下午 6.7.8.9 節

一、教學目標：

- 1.瞭解人際關係的意涵與相關理論，進而發展良好的人際關係。
- 2.學習人際間有效溝通之方法，並可適時選用有效之溝通方式與人互動。
- 3.分析衝突的意義、原因與功能，有效應用處理人際衝突的步驟與方式。
- 4.透過實務活動與討論的進行，實際運用各種人際溝通技巧。

二、課程內容：

週次	課程內容	報告組別	活動
1	課程介紹、上課方式之溝通與討論		同學先備知識之瞭解
2	人際關係的意義、特性與重要性		Before sunset(影片欣賞與討論 25mins)
3	自我概念的形成人際關係		自畫像(10-15mins)
4	自我揭露與周哈里窗		真心話大冒險 (25mins)
5	人際吸引的情境因素、個人特質與相互配合因素 刺激、價值、角色理論		
6	個人的知覺與情緒		
7	人際溝通的本質與意義		
8	人際溝通—語言溝通		
9	期中考週—溝通之電影欣賞： 男人百分百		
10	語言溝通的有效技巧	*繳交期中報告	負向語言的修正 (20mins) 說「不」的藝術
11	非語言溝通		比手劃腳

			各類型餐廳比較
12	人際衝突的本質與處理方式		人際交往傾向量表
13	電影賞析：愛情決勝點 --人際關係的結束		
14	人際關係結束之原因與過程、處理策略		案例（13週電影）的討論
15	實務運用之分組報告—家庭中的人際關係 1. 親子關係的意義與溝通互動 2. 兄弟姊妹關係的意義與溝通互動	第一組 第二組	
16	實務運用之分組報告—生活中的人際關係 1. 與同學朋友之互動關係與技巧 2. 與情人密友之互動關係與技巧	第三組 第四組	
17	實務運用之分組報告—職場中的人際關係 3. 與上司之互動關係與技巧 4. 與同事之互動關係與技巧	第五組 第六組	
18	實務運用之分組報告： 1. 朋友、同學之關係與溝通互動 2. 求職面談面試之技巧與注意事項	第七組 第八組	

三、上課方式：

1. 全班分成八組，各組報告主題、報告日期見上表。（請於第5週繳交分組名單）
2. 報告內容：
 - (1) 內容要旨與重要概念介紹說明
 - (2) 應用（以實際案例為例予以說明與運用）--以短劇或互動等方式呈現
 - (3) 報告組應備妥報告內容，於報告當週繳交（報告中敘明組員分工情形）
3. 報告時間：35至40分鐘
4. 提問時間：10分鐘

四、教學評量：

1. 平時成績：30%
2. 期中報告：30%
3. 期末報告：40%

五、指定教科書及參考書：

- 陳皎眉（民93）。人際關係與人際溝通。臺北市：雙葉。
- 鄭佩芬（民91）。人際關係與溝通技巧（2版）。臺北市：揚智。
- Verderber, R. F. & Verderber, K. S. (1996)（曾瑞貞、曾玲岷譯）。人際關係

與溝通。臺北市：揚智。

DeVito, J. A. (2003) (洪英正、錢玉芬譯)。人際溝通。臺北市：學富文化。

林欽榮 (民 90)。人際關係與溝通。臺北市：揚智。

王淑俐 (民 92)。人際關係與溝通。臺北市：東大。

【請遵守智慧財產權概念，並不得非法影印】