

# 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 relationships and communication

開課時間：109 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：黃秀霞

上課時段：星期五下午 8.9 節

## 一、教學目標：

1. 瞭解人際關係的意涵與重要性，建構良好人際關係的知識。
2. 學習有效的溝通方法，涵養有效的溝通方式與人際互動能力。
3. 透過實務演練與討論的進行，學習各種人際溝通技巧。
4. 覺察自我人際關係與溝通型式，省思經營全贏的人際關係。

## 二、授課進度及科目內容：

週次	進度	授課內容
第一週	第一章 第一節	人際關係的原則
第二週	國定假日	228 和平紀念日，放假一日
第三週	第一章 第二節	人際關係的建立
第四週	第一章 第三節	人際關係的衝突與和解
第五週	第二章 第一節	知覺與人際關係
第六週	第二章 第二節	語言溝通與人際關係
第七週	國定假日	兒童節，放假一日
第八週	第二章 第三節	非語言溝通與人際關係
第九週	期中考試	
第十週	第二章 第四節	傾聽與人際關係
第十一週	第二章 第五節	情緒與人際關係
第十二週	第三章 第一節	維繫友誼的實務應用
第十三週	第三章 第二節	愛情與婚姻的實務應用

第十四週	第三章 第三節	說話高手的實務應用
第十五週	第三章 第四節	求職面談的實務應用
第十六週	分組報告	分組報告、提問與討論
第十七週	分組報告	分組報告、提問與討論
第十八週	期末考試	

### 三、上課方式：

1. 教師講授
2. 小組討論
3. 提問與討論
4. 其他：視實際狀況模擬、演練。

### 四、教學評量：

1. 平時成績：40%
2. 期中考試：30%
3. 期末報告：30%

### 五、指定教科書：

傅清雪(2013)人際關係-溝通與應用技巧。新北市：高立圖書。

### 六、參考書：

- 王以仁(2007)人際關係與溝通。臺北市：心理出版社。
- 王淑俐(2018)人際關係與溝通。臺北市：三民。
- 陳皎眉(2013)人際關係與人際溝通。臺北市：雙葉。

**【請遵守智慧財產權概念，並不得非法影印】**