

108-1 大葉大學 選課版課綱

基本資料

課程名稱	人際關係與性別溝通J3	科目序號/代號	2046 / CDC7073
必選修/學分數	選修 /2	上課時段/地點	(三)34 / H445
授課語言別	中文	成績型態	數字
任課教師 / 專兼任別	林宸諒 / 兼任	畢業班/非畢業班	
學制/系所/年班	大學日間部 / 共同教學中心 / 6年2班		

課程簡介與目標

本課程目標在幫助同學瞭解人際溝通在社會生活中的重要性，以及性別在人際溝通上的差異，瞭解良好的人際關係與認識性別差異對人際交流、工作、團隊合作的影響，並增進人際溝通技巧。

本課程內容主要瞭解及探討溝通理論、人際知覺、語言及非語言溝通、傾聽與情緒表達、職場人際關係與管理衝突、溝通中的性別刻板化與性別歧視、性別在溝通上的需求與差異、愛情與溝通、家庭與溝通等相關議題，並對常見的溝通困境探討及作業演練，增進人際互動技巧。

課程大綱

本課程包含如下單元

- 1.人際關係基本概念：人際溝通的功能、人際溝通的概念、影響人際溝通因素、人際溝通的特質、人際溝通的原則、人際溝通的重要能力因素
- 2.人際溝通理論：人際關係相關的理論的認識，如人際距離、人際需求理論、需求層次理論、社會交易理論、社會滲透理論、社會認同理論、人際吸引理論等，以及人際建立及人際疏離過程。
- 3.知覺與溝通：介紹人際知覺訊息的選擇、訊息的組織、詮釋的形成過程、人際知覺扭曲、歸因錯誤、理性及非理性信念、ABC人格理論、影響知覺的因素、增進知覺與溝通的守則、如何改善自我知覺與社會知覺。
- 4.人際溝通與自我概念：介紹自我的發展、自我發展的社會觀點、自尊、自我知覺對溝通的影響、人際中的周哈里窗、改進自我概念的守則。
- 5.語言與溝通：語言的符號本質、語言溝通的原則、改進語言溝通的守則、性別在語言溝通上的差異、讚美的技巧與練習。
- 6.非語言與溝通：語言與非語言溝通的相似性與差異性、非語言溝通的類型、改進非語言溝通的守則。
- 7.職場人際與溝通：介紹職場人際網絡、職場人際相處、職場人際應對、職場人際關係技巧、職場工作態度、管理關係中的衝突。
- 8.傾聽與溝通：介紹傾聽的過程、傾聽的障礙、有效傾聽的態度與技巧、有效傾聽的守則。
- 9.情緒表達與溝通：認識情緒與生理、知覺、社會的關係；有效溝通情緒的障礙、情緒常見的謬誤、有效溝通情緒的守則、表達情緒常犯的錯誤、如何有效表達心中感受、較有效面對他人情緒的方法、認識衝突情境時的情緒及常見的處理模式、認識個人的情緒面具、管理情緒的方法。
- 10.性別與溝通(一)：社會化與性別溝通、溝通中的性別刻板化與性別歧視、溝通中的性別差異與主體
- 11.性別與溝通(二)：常易引起溝通誤解的抱怨、溝通中的性別需求與差異、如何辨識溝通中的沉默及如何反應
- 12.愛情與溝通(一)：愛情三元素與類型、愛的風格、愛情關係的發展、愛情關係中的溝通守則。
- 13.愛情與溝通(二)：失戀的表現與哀悼反應、應付失戀技巧與自我照顧、認識危險恐怖情人、分手守則。

- 14.家庭溝通與人際關係：家庭的多元形式、家庭形式的文化多元性、家庭承諾關係類型、家庭生命週期、有效家庭溝通守則。
- 15.人際關係與性別議題討論與報告(一)：學生期末報告
- 16.人際關係與性別議題討論與報告(二)：學生期末報告
- 17.人際關係與性別議題討論與報告(三)：學生期末報告
- 18.學期學習單元整理：學生期末報告與期末考

基本能力或先修課程

NONE

課程與系所基本素養及核心能力之關連

基礎能力

專業能力

實踐能力

 團隊合作

 主動學習

創意創新

國際視野

專業倫理

領導管理

信心毅力

 人文素養