

# 103-2 Preliminary Syllabus, Da-Yeh Univ

Information			
Title	情感與表達溝通G1	Serial No. / ID	0149 / CDC6090
Dept.	共同教學中心	School System / Class	大學日間部5年4班
Lecturer	陳靜	Full or Part-time	兼任
Required / Credit	Optinal / 2	Graduate Class	NO
Time / Place	(四)34 / J110	Language	Chinese

Introduction	
<p>情感與表達溝通是技術，也是藝術。本課程結合理論與實務從自我概念、自我揭露和人際關係的穩定和解離中，了解情感與表達溝通的意義關聯性層次的學理與型態；學習有效的情緒管理、情緒智力和挫折容忍力的實務應用，以克服情感與表達溝通的退縮和恐懼，掌握情緒並有能力化解與因應人際的衝突，培養自己成為一個能夠愛人，也是值得被愛的人，創造出自己更美好的生命內涵與價值。</p>	

Outline	
<p>人的情感表現在對生命感知的價值上，透過表達溝通的技巧與方法的提升，能讓人際圓滿及生活更為美好外，也使不同生命階段能展現出更有意義感與幸福感。</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1.情感與表達溝通的內涵與歷程。</li><li>2.自我與人際關係：自我概念、自我揭露、人際吸引與交換。</li><li>3.自我與情感策略：情緒管理、臨在感與親和力、表達與聆聽。</li><li>4.人際衝突類型與因應策略。</li><li>5.情感與表達溝通的類別：差異、型態、操作媒介。</li><li>6.情感與表達溝通有效的方法和技巧。</li><li>7.情感與表達溝通的反思與自我實踐。</li></ol>	

Prerequisite	
無	