



國立臺東專科學校

國立臺東專科學校

高等教育深耕計畫

「人際關係與溝通」課程講座

-談談心說說愛

活動成果報告書

子計畫名稱：**A-6 落實教學創新—通識課程革新「社會領域課程」**

承辦單位：通識教育中心

活動日期：107.11.12.(一)15:20—17:10

活動地點：通識教育中心多功能教室



目 錄

一、計畫目標說明	1
二、執行情況	2
三、成果說明與心得建議	3
四、活動照片、海報與宣傳單	7
五、簽到表及活動問卷調查表	8



一、計畫目標說明

社會領域課程透過多元通識授課之心理學相關課程中，增加設計哲學心理、文化心理、職業倫理等議題的探討，同時逐年結合對在地老人照護工作、弱勢關懷、部落/社區發展之關照，設計實作課程，引領學生從自身技職專業出發，在「人」的基礎上，關懷社會的基本立場中，探索專業背景與在地鏈結的可能性，期能提升學生人文觀察、獨立思考判斷以及團隊合作的能力。



二、執行情況

(一)活動內容:為強化課程內容與學生發展階段心理需求連結，辦理『談談心說說愛』講座，邀請主講人主講青少年階段遭遇的親密關係-愛情主題，提供學生認識基本的愛情理論與實際人際中愛情發展的實例，使學生可以理解自身與愛情主題的關聯性，並且學習如何建立親密關係，並獲得愛情憧憬與實際親密人際互動中正確與適當的認知基礎。

(二)活動成果：

1. 參與學生活動回饋評量統計、心得報告每人繳交一份
2. 活動成果報告一份



三、成果說明與心得建議

(活動之點對點質量化成效、問卷分析等)

(一) 本活動學生共計繳交心得紀實40份、活動回饋評量45份。

(二) 問卷分析如下：

「國立臺東專科學校高等教育深耕計畫」 活動問卷調查表			
活動名稱：課程講座:談談心說說愛		活動日期：107.11.12.(一)	
活動時間：15:20---17:10		活動地點：通識教育中心多功能教室	
<p>親愛的與會人員您好：</p> <p>首先感謝您熱情參與本次活動，為了能讓下一場活動更貼近及符合您的需求，因此期盼您提出寶貴之意見，協助填寫此份問卷，以作為日後舉辦相關活動之改進方向與參考依據！</p> <p>本問卷採不記名方式，問卷分析結果僅作為本校未來舉辦活動之參考依據，請您安心填寫，再次感謝您的參與！</p> <p style="text-align: center;">敬祝 身體健康 萬事如意 教學發展中心 敬上</p>			
一、基本資料			
性別： <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女			
身份： <input type="checkbox"/> 二專一 <input type="checkbox"/> 二專二 <input type="checkbox"/> 五專一 <input type="checkbox"/> 五專二 <input type="checkbox"/> 五專三 <input type="checkbox"/> 五專四 <input type="checkbox"/> 五專五 <input type="checkbox"/> 延修生 <input type="checkbox"/> 教師 <input type="checkbox"/> 行政人員 <input type="checkbox"/> 校外人士 _____ <input type="checkbox"/> 其它 _____			
二、活動內容（請依：5=非常同意、4=同意、3=無意見、2=不同意、1=非常不同意，將 1~5 數字填入下方問題中）			
A. 活動內容規劃	分數	C. 學員自我幫助	分數
1. 活動所欲達成之目標明確	4.68	1. 有增進我現有的知識與進一步的瞭解	4.66
2. 活動時數安排	4.54	2. 對於自我成長有所幫助	4.61
3. 活動內容規劃與個人需求之契合	4.57	3. 對於自我資源發展有所幫助	4.64
4. 活動辦理方式	4.61	4. 對於日後的學習有所幫助	4.5
5. 整體而言，此活動提供之資料有參考價值	4.68	5. 整體而言，此活動對我有實質的幫助	4.61
B. 活動辦理情形	分數	D. 服務品質	分數
1. 活動內容充實性與教材設計	4.61	1. 活動前的聯繫	4.45
2. 活動內容與學員有互動及回應	4.48	2. 場地空間感受	4.52



3. 活動內容表達清晰，有實例佐證容易瞭解	4.57	3. 活動教學設備	4.52
4. 活動內容能引導我修正觀念	4.39	4. 整體而言，對此活動的整體滿意度	4.59
5. 整體而言，活動辦理的方式與內容	4.59		

整體活動參與人次：男性：28 名

女性：19 名

活動滿意度：92% (4.59/5)

目標達成率 85 % (心得紀實繳回比例)

(三)心得建議(舉隅)

摘要：跟別人約會
以後有人不會講話的話用這3句：嗯，你說的很有道理
你的建議是什麼？

談戀愛需具備：智慧，心，勇氣
愛情三角理論

相識4步驟：
* 相遇 → 吸引 →

對象尋找：
* 價值觀相似，個性可相似 or
該暫時拒絕的人
* 剛失戀的人
* 讓你感到壓力 and 害怕
* 潦倒頹喪的人

愛情的迷思：
* 無止盡的得失
* 只有你我彼此
* 符合一切條件
* 能夠勝過一切

愛情當中不能因為感動而跟對方在一起
感動 → 感覺 → 習慣 -

* 不要為了愛情而失去自己
有哪些管道認識別人
* 熟悉的人際關係
* 網路，聊誼



課程講座：談談心說說愛

課堂筆記與提問：

摘要：

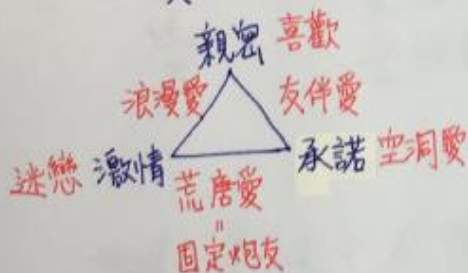
LOVE

- 愛情大富翁
自己是命運掌握者
也是創造者
- 愛情具備

- 不要因為感動做很多事
而跟一個人在一起
因為會習慣
- 不要失去自我
- 不同管道認識人，有其優缺點!!



- 愛情三角理論 (Sternberg, 1986)



該暫時拒絕的告白

- ☆ 剛失戀的人
- ☆ 讓你有害怕或壓力的人
- ☆ 潦倒頹喪的人

為感動、尊榮、成就感 都不是愛

追求3步驟

相遇 → 吸引 → 追求 → 相處

談戀愛需要：勇氣、智慧、心

- 愛情的迷思

- 愛情就是無止盡的付出
- 愛情就是只有你我彼此
- 愛情就是符合一切條件
- 愛情就是氣氛勝過一切

提問：

Q：想找相似還互補？

A：找價值觀相似

個性可互補或相似

Q：完美情人？

A：沒有，只有適合不適合自己



課程講座：談談心說說愛

課堂筆記與提問：

摘要：

愛情就像大富翁 · 機會和命運

實相告
傷害自尊

· 聯誼重點是互不留電話，後面的聊天過程。

愛情的三條件：親密 · 承諾 · 激情

愛情三角理論：喜歡 → 愛

愛情的迷思

愛情就是無止盡的付出。
愛情就是只有你我彼此。
愛情就是符合一切的條件。
愛情就是氣氛勝過一切。

談戀愛各付各的。
金錢是觀的。
愛

戀愛最辛苦的是：例子：
只要一吵！
就兩邊
被操

★ 愛情中不要被感動而在一起，會互相折磨，
後面就會習慣，你會太疲
最後變馬子狗

重點：愛情不要失去自己。
愛情互動當中就是要互動。

價值觀相似
個性可相似，可互補

提問：和姓說三句話？
(笑用語)



四、活動照片、海報與宣傳單(至少8張1頁，更多活動照片請另外繳交至教學發展中心)

	
同學專心聆聽	講師談親密關係告白
	
講師談個人特質因素	開啟愛情的建議
	
同學聆聽感到有趣	聆聽時專注筆記
	
講師風趣幽默	感謝講師



五、(附件) 簽到表及活動問卷調查表(列於三、成果說明與心得建議)

107-111 年教育部高教深耕計畫

國立臺東專科學校
高教深耕計畫

107-1 學期 主軸 A/A-6 落實教學創新策略五-4

時間：107 年 10 月 29 日(一) 15:20 ~ 17:10

地點：通識教育中心多功能教室

講題/活動名稱：『跟孔子學交朋友』/課程講座

講師：賀幼玲 副教授

簽 到 表

單位/班級	姓名	性別	身分別
動機-乙	黃敬庭	<input checked="" type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input checked="" type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)
動機-甲	陳惟弘	<input checked="" type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input checked="" type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)
行銷一	許若琪	<input type="checkbox"/> 男 <input checked="" type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input checked="" type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)
動機-乙	陳信妙	<input checked="" type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input checked="" type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)
動機-乙	王威皓	<input checked="" type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input checked="" type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)
建築一甲	賴志長	<input checked="" type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input checked="" type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)
動機-甲	林明昇	<input checked="" type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input checked="" type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)



107-111 年教育部高教深耕計畫

單位/班級	姓名	性別	身分別
食品四	邱紫筠	<input type="checkbox"/> 男 <input checked="" type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)
文創四	周信安	<input checked="" type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input checked="" type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)
園藝一	邱佳儀	<input type="checkbox"/> 男 <input checked="" type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input checked="" type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)
園藝一	郭明勉	<input type="checkbox"/> 男 <input checked="" type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input checked="" type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)
園藝一	張育禧	<input type="checkbox"/> 男 <input checked="" type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input checked="" type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)
園藝一	詹夢瑜	<input type="checkbox"/> 男 <input checked="" type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input checked="" type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)
五專四	陳若伶	<input type="checkbox"/> 男 <input checked="" type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input checked="" type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)
五專四	趙淑妍	<input type="checkbox"/> 男 <input checked="" type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input checked="" type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)
五專四	蔡翔亦	<input checked="" type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input checked="" type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)
二專一	連哲應	<input checked="" type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input checked="" type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)



107-111 年教育部高教深耕計畫

單位/班級	姓名	性別	身分別
行銷一	王欣璇	<input type="checkbox"/> 男 <input checked="" type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input checked="" type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)
行銷一	王民偉	<input checked="" type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input checked="" type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)
電機一	王培成	<input checked="" type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input checked="" type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)
二餐一	吳奇萍	<input type="checkbox"/> 男 <input checked="" type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input checked="" type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)
二餐一	陳慧娟	<input type="checkbox"/> 男 <input checked="" type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input checked="" type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)
二餐一	杜浚昇	<input checked="" type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input checked="" type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)
二餐一	賴品軒	<input checked="" type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input checked="" type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)
動一乙	李昂承	<input checked="" type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input checked="" type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)
動一甲	李庚峰	<input checked="" type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input checked="" type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)
動機一乙	李岳亭	<input checked="" type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input checked="" type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)



107-111 年教育部高教深耕計畫

單位/班級	姓名	性別	身分別
五步四	張珮鈺	<input type="checkbox"/> 男 <input checked="" type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input checked="" type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)
二二一	連美惠	<input type="checkbox"/> 男 <input checked="" type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input checked="" type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)
建-乙	楊又蔚	<input checked="" type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input checked="" type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)
建-乙	陳柏成	<input checked="" type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)
建-乙	蕭子涵	<input checked="" type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)
建-乙	湯永權	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)
動機-甲	張家茂	<input checked="" type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input checked="" type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)
動機-乙	王翔星	<input checked="" type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input checked="" type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)
建-乙	吳嘉益	<input checked="" type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input checked="" type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)
建-甲	蔡宗軒	<input checked="" type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input checked="" type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)



107-111 年教育部高教深耕計畫

單位/班級	姓名	性別	身分別
建一甲	林宜湘	<input type="checkbox"/> 男 <input checked="" type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input checked="" type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)
建一乙	林恩安	<input checked="" type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input checked="" type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)
建一乙	夏明哲	<input checked="" type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input checked="" type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)
園藝一 雲	王品金	<input checked="" type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input checked="" type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)
建一乙	簡含蓉	<input type="checkbox"/> 男 <input checked="" type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input checked="" type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)
建一乙	董安妤	<input type="checkbox"/> 男 <input checked="" type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input checked="" type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)
五步四	林采蓉	<input type="checkbox"/> 男 <input checked="" type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input checked="" type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)
		<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)
		<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)
		<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 教師 <input type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)