

111 年兩性團體課程主題與大綱

	日期	主題	大綱
1	10/29	自我介紹	1. 自我介紹 2. 團體規則建立
2	11/05	認識自己	1. 情緒辨識 2. 人格測驗 3. 猜猜我是誰
3	11/12	關係建立	1. 分享過往交朋友的經驗 2. 了解人我關係及界線的建立
4	11/19	認識他人	1. 介紹自己的人際關係 2. 情緒及非語言訊息的覺察
5	12/03	交友前哨站	1. 不同溝通型態的訓練 2. 同理心的學習與演練
6	12/10	愛情的模樣 1	1. 男女思維大不同 2. 該怎麼認識喜歡的人 3. 你的愛情價值觀
7	12/17	愛情的模樣 2	1. 喜歡與愛該如何衡量 2. 愛情是如何開始的 3. 兩性關係安全須知
8	12/24	網路交友 1	1. 網路交友自我介紹 2. 網路交友安全須知 3. 網路交友大哉問
9	01/07	網路交友 2	1. 網路交友進行式 2. 認識新朋友
10	01/14	回顧與分享	1. 人際關係成果發表 2. 針對團體課程分享及回饋

