

新北市立新北高級工業職業學校

New Taipei Municipal New Taipei Industrial Vocational High School

114 學年度第 1 學期

生命/家庭教育議題

學習單



主辦單位：輔導室

地點：班級教室

中 華 民 國 114 年 9 月 12 日



新北市立新北高工 114 學年度生命/家庭教育活動學習單

時 間	114 年 9 月 12 日(星期五)至 114 年 9 月 18 日(星期四)
班 級 / 姓 名	科 年 班 座號: 姓名:
主 持 人	張其清主任
活 動 / 議 題	《延續對話的溝通心法》心得/■親職議題

壹、影片簡介：溝通的核心價值是真誠溝通以誠待人是建立良好關係的基礎，真實表達自己的想法和感受，避免虛偽和掩飾。延續對話是學會如何讓對話持續進行，創造更深層的交流機會，建立長久的人際關係。有效表達是掌握表達技巧，讓自己的想法能夠清楚傳達，同時也能理解他人的觀點。

影片來源：<https://www.youtube.com/watch?v=FhaooV8JSwo>

貳、分享與討論學習單

一、請描述您在影片中看到的內容，並指出讓您印象最深刻的片段或故事。在日常生活中，您認為保持真誠溝通最困難的情況是什麼？請分享一個具體例子，並思考如何改善。您覺得真誠和禮貌之間如何平衡？

二、請分享影片中讓您感動的部分，以及您在日常生活中遇到的類似經歷。回想一次您需要拒絕朋友或家人請求的經驗。您當時是如何處理的？現在學習了禮貌拒絕的方法後，您會如何改進？

三、請描述影片中引發您思考的內容，並分享您從中學到的道理或啟發。您認為什麼樣的道歉才是有效的？請分析一次您印象深刻的道歉經驗（無論是您道歉或接受道歉），並討論其成功或失敗的原因。

四、這部影片是否改變了您對某些溝通問題的看法？面對與同學或家人的意見分歧時，您通常採用什麼方式處理？「不吵架也能贏」的概念對您有什麼啟發？請提出具體的應用方法。

請於 114 年 9 月 18 日（四）前由輔導股長將學習單繳回至輔導室；優良作品將予獎勵。



新北高工

<https://www.ntvs.ntpc.edu.tw>

精緻・卓越・適性・全人

New Taipei Municipal New Taipei Industrial Vocational High School

236301 新北市土城區學府路一段 241 號 02-2261-2483 頁 | 1