



## Inside Out 系列：社交關係(I) (F2IOS009W)

### 課程簡介

我們活在群體社會裡，需要懂得與人協作和溝通。你認為自己懂得與人建立和諧的關係、融洽相處，並能處理人與人之間的衝突嗎？如果想建立良好的入際關係，又需要甚麼技巧呢？

在社交關係(I)工作坊中，你將可探索個人的社交模式，從而學習如何與他人互動。與此同時，你亦可認識並反思自己在入際關係上的長處及有待改善的地方。最後，學員還可認識基本溝通及社交技巧，學習有效的互動技巧，並且有機會與導師和其他參加者練習入際互動技巧。

### 系列主題簡介

Inside Out 系列是一系列有關情意教育的工作坊，內容覆蓋資優生的自我概念、自我管理和社交關係。此系列旨在讓資優生首先從內裏認識自己，繼而提升自我管理能力，最後與外面世界建立正面的社交關係，達致由內到外的全人發展。在社交關係工作坊系列，大家將可學習一系列關於社交關係的課題，包括社交方式、溝通技巧、同理心、如何與朋輩、家人和老師相處，以及如何處理矛盾衝突等。如你對社交關係感興趣，便不要錯過此工作坊。而我們鼓勵你完成整個系列，循序漸進及更全面地掌握與人相處之道。

### 活動種類/程度

工作坊系列 / 基礎程度 (代幣課程)

### 導師

香港資優教育學苑 課程主任

### 先備知識

本課程並無特別要求

### 對象

- 只限於 2021 至 2022 學年就讀中一至中三的香港資優教育學苑學員
- 名額：25 名
- \* 先到先得，額滿即止

### 講授語言

粵語，輔以英文筆記

### 證書

完成工作坊的學員將獲資優學苑頒發電子證書，學員於完成工作坊 3 星期後可在「學生學習概覽」(<https://hkage.org.hk/b5/student/SLR/SLR.php>) 下載證書。

### 預期學習 成果

完成本課程後，學員應能：

1. 探索及描述不同社交方式的主要特徵
2. 認識與反思自己在社交關係上的優點和需要改善的地方
3. 體驗並練習有效的人際互動技巧

### 截止報名日期

2021 年 11 月 25 日正午 12 時

如學員於截止報名日期後取消報名，其代幣將不獲退還。

### 日程表

日期	時間	地點
2021 年 12 月 3 日 (星期五)	下午 5 時 30 分至 下午 8 時 30 分	新界沙田沙角邨 香港資優教育學苑 303 室

### 查詢

如有查詢，請致電 3940 0101 或電郵至 [programme@hkage.org.hk](mailto:programme@hkage.org.hk) 聯絡我們。