



香港資優教育學苑  
The Hong Kong Academy for Gifted Education

F2IOS009W2  
(代幣課程)

工作坊系列 / 基礎程度

# Inside Out系列：社交關係(I)

香港資優教育學苑 課程主任



**2022年3月11日**  
正午**12時**截止報名

## 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. 認識與反思個人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



## ◆ 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。

## ◆ 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。

## ◆ 日程表

日期	時間	地點
2022年3月18日 (星期五)	下午2時30分 - 下午5時30分	網上平台

## ◆ 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

## ◆ 先備知識

本課程並無特別要求

## ◆ 講授語言

粵語，輔以英文筆記

## ◆ 證書

學員必須出席方能完成此工作坊，並獲發電子證書。