

第一組

人際互動GPS

人際關係在人生的每個階段都是重要課題，然而台灣的教育體制與文化並未強調如何與人相處、溝通等「社交」行為；無論何種性格，在社交過程中多少會遇到挫折，從自我對人際關係的困惑到真實社交情境中的焦慮，甚至有些人也因為人際關係的不順選擇結束生命。大學中，會比以往遇到更多元的人際情境，並且學習如何平衡自己與社交活動也是一個新生會遇到的全新挑戰。

活動設計

我們設計一系列的活動，從線上活動的初步認識、第二場實體的見面以及學長姐慘痛的社交經驗分享與互動、再到最後一場由諮商中心專業的心理師幫我們整合總結，三週的快閃活動提供溫暖的平台讓大家練習認識自己、溝通、社交等人際互動元素，我們就像GPS一樣，引導著他們前往心中嚮往的人際關係中。



WELCOME TO OUR 第一場實體 分享會

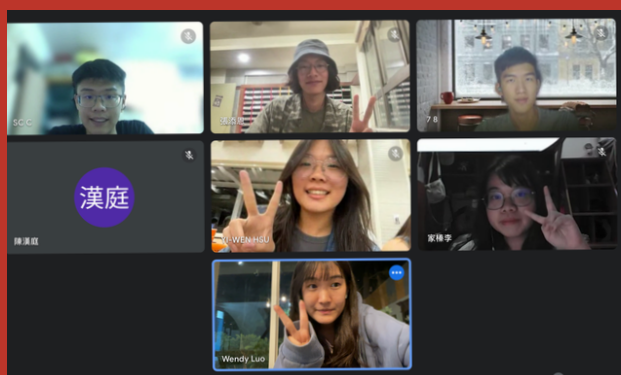


在第一場線上活動，互相認識，也互相了解過彼此之間有的人際方面的困擾以後，就換到我們的分享時間了，有些我們認為的人際問題有什麼解決方法，以及在人際互動上可以做到更好的部分。

許苡玟分享了從心理學出發的認識自我，還有在接受他人自我的同理心，以及在傳遞予他人自我的方法，我訊息，建構出由內而外的連結。

蔡承廷將許苡玟的由內而外擴散出去，分享了增進魅力的方法以及如何透過外在來進行自我成長，陳首中接著將外在的內容進行再度地收束，分享與他人交流下自信心建構的要素，並且在最後帶了冥想體驗。

羅珮甄與楊正昕則是將外在的內容講好講滿，介紹了卡內基的活動，帶了如何記住他人名字的活動以及如何上台說話的活動。



線上暖身活動

在實體見面前，我們先進行了場線上活動，讓大家有基礎的認識，了解彼此的社交能力、偏好的社交方式，每位學員皆有說話的機會，第一場線上活動就能感受到大家的熱情！

第二場實體工作坊



從我到我們

這場活動就是透過心理師的方式來了解人際關係，心理師首先透過DISC人格分析來帶大家了解自我，大家做了心理測驗，並且根據不同的人格進行分析，並且從不同角度進行，像是每個人的自我型與表現型就是不一定相同的。

接著就帶領大家進行了模擬對話，每個人在模擬對話中會拿到不同的角色，大家會根據自己拿到的角色進行任務，等到完成整個對話後，大家再進行分析討論，最後根據大家的參與以及想法進行總結。

回饋與成果

學員們都在活動當下給予我們很真實的回饋，每一場活動中的互動遊戲，大家都十分熱烈的參與，例如線上活動的「農夫好朋友」、實體活動的「冥想」、「姓名聯想法」讓各位參與者更加認識自己，也掌握了屬於自己的社交方式。

你還記得那些印象深刻的內容(好壞都行XD)

3 則回應

小遊戲 (反對/忽略他人)

把自己當一回事，也把別人當一回事

以不同的角度、人設進行溝通

你認為個活動帶給你的幫助是...

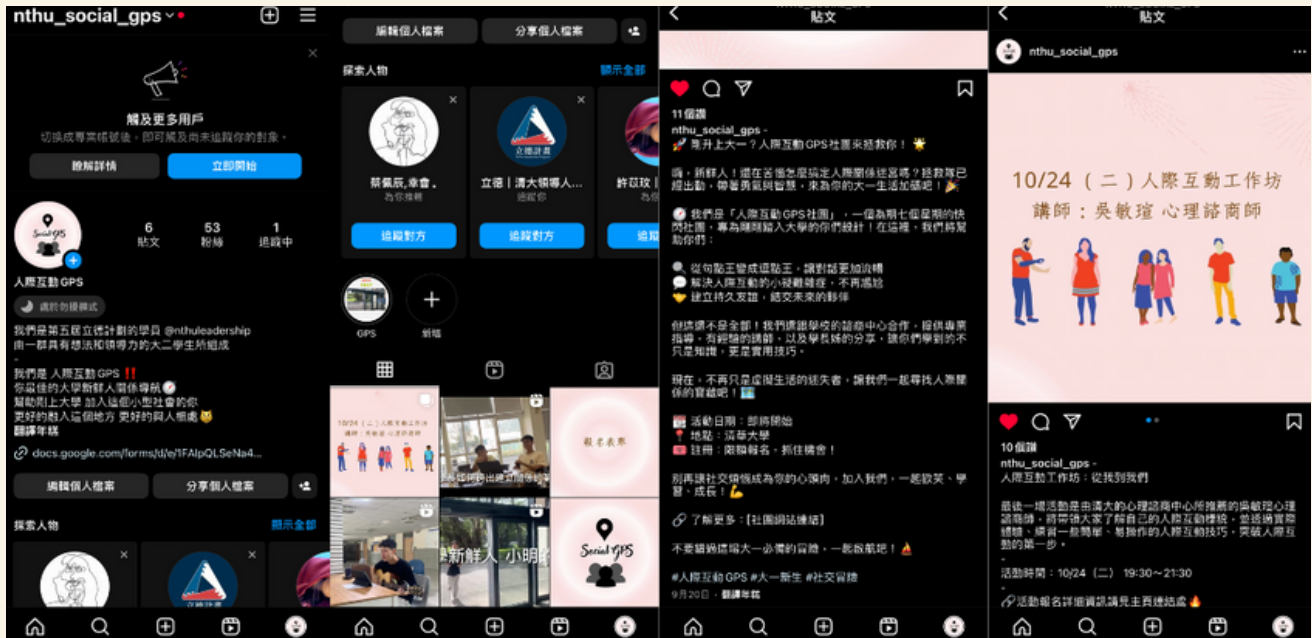
3 則回應

更了解自己，以及如何應對

瞭解更多和他人良好的互動

人際溝通，親密與自主

▼圖為IG官方帳號



這次的快閃社團，我們的主要宣傳手段是透過經營一個官方的IG帳號來讓清華大學的大一新生們知道我們的存在。透過間歇性的發文還有轉發，我們也增加了些許的觸及率，最後成功吸引到了53名大一新生來關注我們的快閃社團。不過雖然是成功的得到了關注率，但真正有填表單來報名參加的新生們卻只有三個人，於是我們之後決定聯絡沐報，希望可以透過沐報的宣傳來讓我們有一點學校官方的光環。而也是在有了官方加持之後，我們的報名人數才又增長了五個人。

相關影片成果



獨自練吉他的