

「愛情先修班---青春四人行」學習活動一

喜歡要如何表達？

有效溝通



【活動一】邀約的技巧 (15')

如何邀約這些人
去吃一頓午餐？



麻吉朋友

普通朋友

爸爸或媽媽

導 白

喜歡或欣賞的人

討論問題

- 你會不會採取和這些演示同學不一樣的作法？為何會有不同？
- 說明觀察這些午餐約會的邀約情境為何會有不盡相同之處？哪些因素會影響這些邀約的情況？
- 為何會有成功的邀約？但也有人在邀約的過成功失敗呢？原因為何？

邀約透析儀

	總是	經常	有時	偶爾	很少
我在邀約人時會專心看著想邀約的人					
邀約時我會使用適當的語調					
邀約時我會誠懇且坦白的說出自己的心意					
邀約時釋放我的善意並微笑					
我會覆述我所收到的訊息					
當我接收對方溝通訊息不清楚時,我會努力將其澄清					

我認為自己在邀約上佔有哪些優勢？我如何利用這些優點？

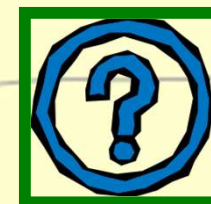
我認為自己在邀約上有那些弱項可以改進？如何加強呢？

成功的邀約條件如下：

- 確定自己的邀約對象與自身的邀約意願。
- 做好邀約的先前準備，例如地點的選擇與肢體語言的練習。
- 因應不同情境思考邀約的技巧，例如準備一張文情並茂的小卡片…

【活動二】 (15')

喜歡要如何表達？俊彥要如何邀約怡靜呢？



1. 單獨邀約



2. 團體邀約



單獨邀約



團體邀約



團體邀約的好處

- 邀約的對象會比較願意出來。
- 活動過程會比較輕鬆、不會有壓力。
- 可以展現出較自然的一面。
- 彼此關係不會被誤會或聯想為男女朋友的關係。
- 可以順便認識更多的朋友，擴展個人人際互動領域。



邀約技巧

- 健康的心態〈非口語〉---「交朋友，而非追男女朋友」、先當朋友再當情侶
- 使用「欣賞」來代替「喜歡」來表達對對方的好感〈口語表達〉
- 先以「團體約會」及「當面口頭」的邀約方式，勿逕入「單獨約會」
- 約會內容應「具體」且「有趣」
- 表現「誠意」與「尊重」

【活動三】

邀約小卡(15')

我想邀請你

請確實使用下列的通關密碼，以完成100%完美的約會小卡！

★想邀約的對象(可以找一人擬定，若是有隱私問題就以代號稱呼，女生稱花之英少女，男生稱麵包超人)。

★邀約的原因。

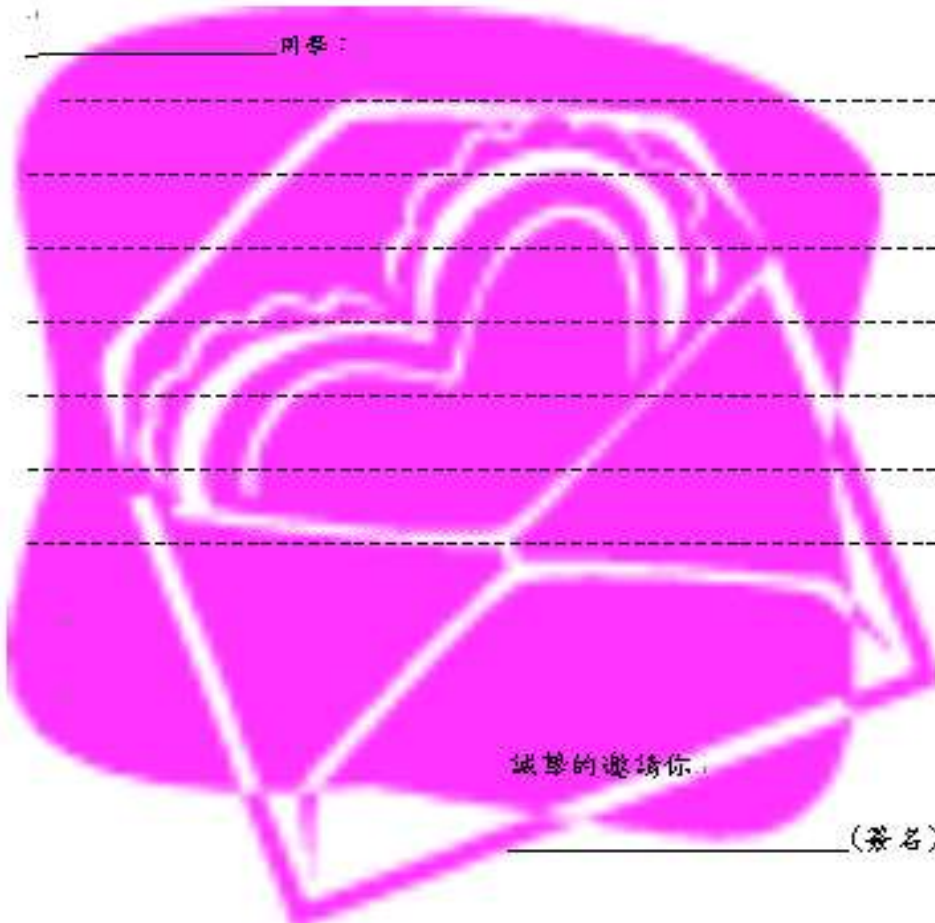
★邀約的地點。

★會一同出席的人員。

★對於這一場邀約的期盼。

★字體務求工整。

____同學：



誠摯的邀請你。

____(簽名)。

結語：

青春期是每一個人必經的歷程，也是學習愛人與被愛的關鍵時期，在此階段應該逐漸學會愛護自己與關懷別人，兩性關係由友誼慢慢再進展到愛情的階段，在成長的過程中，都可以豐富自己世界並擁有幸福美滿的兩性生活。

