上海建桥学院课程教学进度计划表

**一、基本信息**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 课程代码 | 2038059 | 课程名称 | 微表情心理学 |
| 课程学分 | 2 | 总学时 | 32 |
| 授课教师 | 刘林艳 | 教师邮箱 | 16020@gench.edu.cn |
| 上课班级 | 全校本科生 | 上课教室 | 一教222 |
| 答疑时间 | 周二晚上 一教222 | | |
| 主要教材 | 《微表情心理学》 | | |
| 参考资料 | 《FBI教你读心术》、《微表情心理学:读心识人准到骨子里》、《微表情心理学》 | | |

**二、课程教学进度**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 周次 | 教学内容 | 教学方式 | 作业 |
| 1 | 第一章我的身体会说话  1什么是身体语言  2 身体语言的早期研究  3 身体语言和动物行为  4 人体动作学和人际距离学  5 性别和文化差异  6 变体与解释 | 结合案例  讲解  课堂互动 |  |
| 2 | 第二章表情和姿势  1 常见的面部表情  2 手部姿势 | 结合案例  讲解  课堂互动 |  |
| 3 | 第三章保持距离  1 私人领域  2 私人空间地带  3 文化差异  4 维护私人空间  5 失去私人空间后做调整 | 结合案例  讲解  课堂互动 |  |
| 4 | 第四章聚到一起  1 第一印象  2 开始认识和了解  3 身体接触  4 示爱 | 结合案例  讲解  课堂互动 |  |
| 5 | 第五章身躯的秘密  1 见面和告别  2 积极肯定和消极否定  3 表示冲突  4 支配与防御  5 紧张与放松  6 真诚与欺骗 | 结合案例  讲解  课堂互动 |  |
| 6 | 第六章一眼读懂他人表情  1 无意识表情比口头语言更真实  2 认识轻微表情、局部表情与微表情  3 眼睛传递的非语言信息  4 精准识别出真假表情  5 嘴部表情解密内心想法  6 鼻子、眉毛也会“说话” | 结合案例  讲解  课堂互动 |  |
| 7 | 第七章小动作也会出卖人  1 吐舌头是一种否定和拒绝的信号  2 人一害羞就挠头  3 把头歪在一边表达顺从的态度  4 点头如捣蒜说明他开始不耐烦  5 看清否定、怀疑和讽刺  6 这些动作说明他情绪低落  7 边踱步边抽烟，内心在斗争  8 用双手紧握话筒的人易受别人影响  9 爱用手捂住嘴巴的人性格内向  10 这些小动作说明他内心动摇了 | 结合案例  讲解  课堂互动 |  |
| 8 | 第八章从身姿看人个性  1 “快乐脚”流露出心中的欢喜  2 表明“我说了算”的身姿  3 腿部姿势的秘密  4 缩头缩脑是缺乏自信、自我保护的表现  5 看腰臀能知警觉与否  6 身体姿势  7 轻拍肩膀，给予鼓励和信心 | 结合案例  讲解  课堂互动 |  |
| 9 | 第九章百变手势暗藏玄机  1 积极手和消极手  2 咬指甲是缺乏安全感的表现  3 露出拇指是自信的表现  4 十指交叉的双手  5 尖塔式手势表明高度自信  6 紧握双手表示挫败感  7 紧握双拳是典型的武装姿势  8 抚摸颈部是最常见的安慰行为  9 用手遮挡表示逃避现实  10 手部动作的转换说明他内心的情感变化 | 结合案例  讲解  课堂互动 |  |
| 10 | 第十章特殊行为背后的心理动机  1 做事前强调不利条件，是为了减少挫败感  2 边打电话边信手涂鸦是为了缓解心中的紧张感  3 直言自己章胖了的人期待你的否定回答  4 挑剔是为了得到奉承  5 喜欢自我暴露的“晒客”  6 总往人群里钻的人，内心渴望被关注  7 照相总是站在别人旁边的人凡事不会自己做主  8 主动当介绍人的人热衷于表现自己的能力  9手上的小物件是为内心安定 | 结合案例  讲解  课堂互动 |  |
| 11 | 第十一章从行为习惯看清他的真实自我  1 经常以手托腮的人爱幻想  2 吸烟姿势是他鲜明个性的表现  3 习惯睡姿会暴露本性  4 说话时做不同的动作显示不同的特征  5 习惯性小动作可以出卖一个人 | 结合案例  讲解  课堂互动 |  |
| 12 | 第十二章读出五官中的密语  1 爱瘪嘴的人会用乱问掩饰无知  2 从眉毛粗细看出一个人的精气神 | 结合案例  讲解  课堂互动 |  |
| 13 | 第十三章说谎者无法掩饰的秘密  1 抹鼻子预示着他可能在说谎  2 耸肩动作：典型的心口不一  3 动作和语言不一致时，语言不可信  4 不安的双脚泄露的紧张情绪  5 说谎的人可能会减少面部动作和身体语言  6 撒谎时最常见的4种手势  7 语速加快是说话者在试图控制自己的感情  8 喋喋不休往往并不是诚实的表现  9 做贼心虚的人易露出蛛丝马迹 | 结合案例  讲解  课堂互动 |  |
| 14 | 第十四章微表情心理学教你优势社交  1 站着比坐着更能表现出气势  2 学会占据主导位置  3 利用光环效应让对方对你做出好的推测  4 处处反驳不如顺水推舟  5 认真倾听 | 结合案例  讲解  课堂互动 |  |
| 15 | 第十五章微表情心理学教你决胜职场  1 留下美好第一印象的9大金科玉律  2 适时退让一步  3 受赏识时要懂得分寸  4 如何处理与上司的关系  5 在宽容的同时学会拒绝  6 面试中展示自己的优势 | 结合案例  讲解  课堂互动 |  |
| 16 | 第十五章微表情心理学教你赢得爱情  1 接近异性的生理变化  2 异性吸引的过程  3 “眉来眼去”都是情  4 “花枝招展”的男性的出现  5 为什么总是女性掌握局势  6 为什么漂亮的女性却没有机会 | 结合案例  讲解  课堂互动 | 期末大作业 |

**三、评价方式以及在总评成绩中的比例**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 总评构成（X） | 评价方式 | 占比 |
| X1 | 考勤 | 20% |
| X2 | 课堂展示 | 20% |
| X3 | 期末大作业 | 60% |
|  |  |  |

备注：

教学内容不宜简单地填写第几章、第几节，应就教学内容本身做简单明了的概括；

教学方式为讲课、实验、讨论课、习题课、参观、边讲边练、汇报、考核等；

评价方式为期末考试“1”及过程考核“X”，其中“1”为教学大纲中规定的形式；“X”可由任课教师或课程组自行确定（同一门课程多位教师任课的须由课程组统一X的方式及比例）。包括纸笔测验、课堂展示、阶段论文、调查（分析）报告、综合报告、读书笔记、小实验、小制作、小程序、小设计等，在表中相应的位置填入“1”和“X”的方式及成绩占比。

任课教师：刘林艳