

課程名稱 | 關鍵對話

課程屬性 生命與健康

課程編號 1031-4120

授課老師 龔萬侯

最高學歷/ 南華大學生死學碩士

相關學經歷/

- 南華大學生死學系兼任講師、台南人間大學講師、台南市家庭情緒智商發展協會理事長、秘書長。
- 2000年迄今 曾於百餘所各級學校、政府部門、企業、機關團體帶領各類心靈成長課程及人力資源培訓課程、工作坊；並多次獲邀到馬來西亞及中國大陸帶領心靈成長工作坊。
- 2011~2017年 台南市家庭情緒智商發展協會理事長。
- 2005~2011年 台南市家庭情緒智商發展協會秘書長。
- 2005~2006年 台南市社區大學婦女教育中心召集人。
- 2004~2007年 台南監獄榮譽教誨師。
- 2004~2005年 安溪寮家庭心靈活化計畫專案執行人。
- 2000~2005年 MRA家庭EQ發展中心主任。
- 2000~2004年 MRA高中青年志工服務隊召集人、導師。
- 2000年 與劉仁州老師共同創立「MRA家庭EQ發展中心」。
- 1999~2003年 道德重整協會理事、監事。
- 1997年 南台科技大學道德重整青年團指導老師。

現職/ 台南市家庭情緒智商發展協會 理事長

上課時間 每週三晚上07:00-09:50 第一次上課日期 2014年03月05日 (星期三)

課程理念



關於這一門課：

1. 為什麼想開這門課？希望帶領學員共同學習甚麼

當你遇到不種種不易解決、卻又會對生活產生重大影響的「關鍵時刻」，是不是張口結舌或強勢主導呢？這樣只會讓雙方都留下不愉快的陰影。

《關鍵對話》這門課程將可以幫助你用四兩撥千斤的方式，將生活上大大小小的緊繃情境迎刃而解；並讓你在不傷人、又不傷己的情況下，活用溝通技巧，營造無往不利的快樂人生。

2. 修此門課需具備什麼條件？

凡年滿18歲以上，有興趣了解與學習「無往不利的溝通技巧」等相關知識及實踐方法的朋友，我們都歡迎您的加入。

3. 上課的方式是怎麼進行的？學生可以有什麼收穫？

1. 本課程的進行方式包括理論講授、實例討論、個人疑惑討論、小組分享等等。
2. 學員可以學習到人們在溝通上常遇到的盲點，並且學會多項令人眼睛一亮、具有立竿見影功效的談話、傾聽，和行動技巧，輔以豐富的對話實境以及輕鬆幽默的小故事，幫助學員以最迅速的方式吸收和應用。

4. 如何取得學分？（評量方式）

出席率40%；上課投入度40%；心得20%。

5. 備註&推薦書目

1. 《關鍵對話》， 凱瑞·派特森 等四人著， 林宜萱 譯，
美商麥格羅·希爾國際股份有限公司 台灣分公司 出版
2. 《改造人類》， 彼得·霍華德 、 保羅·坎培耳 著， 道德重整協會編譯小組 譯，
雅歌出版社 出版

使用教材| 關鍵對話

教材費| 300 元

講義費| 100 元（由各班自行收取）

招生人數| 20 人（若非課程特殊需求，每班招收人數至少 35 人。）

學分收費| 3 學分 3000 元（18 週課程/一次上課 3 小時）

週次	上課日期	課程主題	課程內容
1	2014-03-05 晚上07:00~09:50	何謂「關鍵對話」？	1. 「關鍵對話」的定義 2. 處理「關鍵對話」的常見方式 3. 我們的大膽主張
2	2014-03-12 晚上07:00~09:50	掌握關鍵對話	1. 重要的一件事 2. 對話的運作方式 3. 對話的技巧是可以學習的
3	2014-03-19 晚上07:00~09:50	從「心」開始	1. 如果我們沒有從自己開始…… 2. 首先，專注於你真正想要的 3. 這一切真的有可能發生嗎？
4	2014-03-26 晚上07:00~09:50	學習觀察	1. 尋找「狀況」 2. 學習發現關鍵對話的開端 3. 尋找你在壓力下的風格
5	2014-04-02 晚上07:00~09:50	保持安全	1. 後退一步 2. 適時道歉 3. 運用對比法以修補錯誤
6	2014-04-09 晚上07:00~09:50	觀摩別人如何溝通	1. 欣賞與「通溝」有關的電影 2. 觀後感分享及問題討論
7	2014-04-16 晚上07:00~09:50	主導我的故事	1. 他讓我抓狂！ 2. 情緒不會無端產生 3. 故事創造「感覺」
8	2014-04-23 晚上07:00~09:50	用STATE法陳述路徑	1. 分享 2. 說出 3. 邀請 4. 嘗試
9	2014-04-30 晚上07:00~09:50	追溯他人的行為路徑	1. 做好準備，開始傾聽 2. 鼓勵他人追溯自己的行為路徑 3. AMPP技巧
10	2014-05-07 晚上07:00~09:50	開始行動	1. 決定「如何」做決定 2. 四個重要的問題 3. 決策中的謬誤及其解答
11	2014-05-14	第一節--生命閱	第一節--生命閱讀週

	晚上07:00~09:50	讀週；第二節-- 《改造人類》的 精華講解	一起討論的書目《改造人類》 生命閱讀週為「生命與健康學程」的公共參與活動，上半堂課程開放所有社大師生參與討論。 第二節--《改造人類》的精華講解 1. 「改造人類」的五項要點 2. 從一人到億萬人
12	2014-05-21 晚上07:00~09:50	關鍵對話技巧的 綜合應用	1. 兩個槓桿 2. 如何為關鍵對話作準備
13	2014-05-28 晚上07:00~09:50	「你說的對，但是…」	1. 十七種棘手狀況及建議 2. 記得善用STATE法
14	2014-06-04 晚上07:00~09:50	改變你的生活	1. 如何將「想法」變成「習慣」 2. 我們的機會在哪裡？ 3. 轉換的訣竅
15	2014-06-11 晚上07:00~09:50	打動對方的心	1. 「無用之用」有何用？ 2. 繞道而行 3. 公理和私理
16	2014-06-18 晚上07:00~09:50	攻其弱點	1. 如何對付善於推拖的人 2. 誘導出弱點的說話術 3. 擒賊先擒王，射將先射馬
17	2014-06-25 晚上07:00~09:50	訴諸自尊心的方法	1. 如何使用讚詞 2. 激將法 3. 吹捧法
18	2014-07-02 晚上07:00~09:50	透視利害關係	1. 暢談利益 2. 靈活運用高壓手段和甜蜜誘餌 3. 利益？仁義？