



～心理師都說讚的溝通課～

## 「與人接觸」關係溝通工作坊

↑  
尋求關係中的親近，是人與生俱來的渴望，  
但為什麼我們在各種關係裡經常感到溝通如此辛苦，  
甚至加深衝突與心結？

努力尋找解套的你，可能聽過、看過、試過各種人際策略或溝通技巧，  
會不會，一直以來找錯了方向？

去年，在家族治療大師吳就君老師的帶領下，我們在一次次的互動活動裡發現，只有清楚自己，溝通才能真正發生。2017年春天，元品心理諮商所想把這份感動與每個在乎關係的你/妳分享，特別邀請吳老師再度前來南台灣，與一群資深的心理師們共同帶領工作坊，透過對話、演練、體驗活動，帶大家學習表達自己、聆聽別人，體會有效溝通的感動。誠摯邀請您，一同來參與這場和自己對話、與他人連結的豐潤盛宴。

### 這個工作坊適合誰？

1. 老媽老婆很難搞、娘家婆家兩邊跑，吃力不討好的人夫人妻
2. 孩子老是低頭滑手機，不跟你談心的無奈家長
3. 伴侶沈迷 3C 或電視，把你晾一邊的曠男怨女
4. 面對週而復始的無效溝通，感到相當疲累的你

### 參加此工作坊，可以幫助你解決的困境

1. 想要彼此關係更好，卻往往不歡而散
2. 不管怎麼努力表達，老是覺得別人聽不懂或是誤會我
3. 明明想和對方好好相處，為何他總是覺得我不了解他
4. 我也好想好好跟他溝通，但反覆都是各講各的，好累喔！

### 透過此工作坊，您將學習到...

1. 釐清自己的感受，突破人際盲點
2. 學習清楚的表達，心意正確傳達
3. 形成正確的聆聽，貼近他人感受
4. 促進有效的對話，中止無效循環

### 參加者這麼說...

『學會了與另一半在溝通時，雙方可以更清楚了解彼此的訊息（表達與接收的意思是否一樣），減少雙方的衝突，增加彼此的了解與心靈交流。』

『原本我會害怕具有權威身分的老師或老闆，透過這次的活動，我學會更知道怎麼跟這些人相處。雖然上課之後自己還需要一段學習，但能看見與發現過往沒有看見的真的是很棒的體會。』

『我在活動中，體會到原來溝通裡自己認為的和對方接受的，有這麼大的不同。在這個互相核對、願意理解的過程，感受到深入溝通的感動，也讓我願意在實際生活裡冒險嘗試看看，不容易但是很值得。』



## 【講師簡介】 吳就君 老師

### 學經歷

美國南加州大學社會工作學博士  
國立台灣師範大學衛生教育學系教授  
華人伴侶與家族治療協會創會理事長  
2010 台灣心理治療與心理衛生聯合會終生成就獎得主

### 專長

家族治療、心理劇、團體動力

### 著作

《沙灘上的療癒者——一個家族治療師的蛻變與轉化》、  
《人在家庭》、《婚姻與家庭》

### 譯著

《與人接觸》、《家庭如何塑造人》、《聯合家族治療》等。



## 【助教群簡介】 接受過吳就君老師助教訓練之資深心理師

### 黃雅羚 諮商心理師 兼所長

資歷：諮商心理師年資 14 年  
元品心理諮商所所長  
國立高雄師範大學輔導與諮商研究所博士  
國立高雄師範大學輔導研究所碩士

### 張懿心 諮商心理師

資歷：諮商心理師年資 16 年  
元品心理諮商所諮商心理師及督導  
國立高雄師範大學輔導與諮商所博士  
美國奧克拉荷馬中央大學輔導與諮商碩士  
美國格蘭布林州立大學早期兒童教育碩士  
美國奧克拉荷馬中央大學兒童發展與家庭關係(人類發展)碩士

### 石麗如 諮商心理師

資歷：諮商心理師年資 3 年/社會工作師年資 16 年  
元品心理諮商所諮商心理師及社工師  
國立彰化師範大學輔導與諮商研究所碩士  
靜宜大學兒童及青少年福利系學士

上課時間：106年2月11日（六）09:00~16:30

106年2月12日（日）09:00~16:30，二天共12小時

上課地點：成大會館會議廳（台南市東區大學路2號）

預計人數：40位額滿（未滿30人不予開課，本所保有增減學員人數的權利）

課程費用：早鳥價 5200元/人；一般價 5800元/人（含午餐）

※早鳥優惠必須於105/12/31（六）前（含當日），完成報名繳費流程，敬請注意時間。

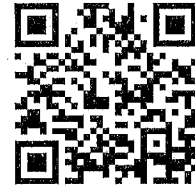
主辦單位：元品心理諮商所

報名截止：請於106/2/1（三）前（含當日）完成報名繳費流程，逾期視同放棄，本所不另通知（額滿為止）。



### [報名辦法]

- 一、 線上報名：至「線上報名系統」<https://goo.gl/forms/IFKHatchRISmfWI3> (或掃描右方QR code) 填妥報名表，並請主動來電確認。  
Tel: (06) 222-9592 ; 0972-101975
- 二、 電子郵件：請完整填寫報名表格後寄至 [service@opin.tw](mailto:service@opin.tw)，郵件主旨載明「報名與人接觸工作坊」，並請來電確認。
- 三、 傳真報名：請填妥報名表後傳真至 (06) 238-6660，並請主動來電確認。



線上報名系統

### [繳費辦法]

- 一、 請在確認名額後，進行繳費程序。報名早鳥優惠請於105/12/31 (六) 前 (含當日) 完成報名繳費，逾期則一律以一般價計算；報名一般價請於106/2/1 (三) 前(含當日)完成報名繳費，逾期未繳費者視同放棄，本所不另通知，將依序通知候補名單。
- 二、 繳費方式：(手續費恕請自行負擔)

ATM/匯款	銀行全名：華南商業銀行 南都分行 (銀行代碼 008) 戶名：元品心理諮商所 帳號：645100-030804
現場繳費	請於上班時間前來元品心理諮商所繳費。 本所上班時間： 週一到週五 10:00-12:00 13:30-21:00；週六 10:00-12:00 13:00-19:00

- 三、 完成繳費後，請依以下方式擇一回覆確認：
  1. 請來電或E-Mail 告知課程名稱、姓名、電話、繳費日期、帳號後五碼。
  2. 傳真繳費證明，請註記：課程名稱及繳費日期、姓名、電話。
- 四、 本所在核對報名及繳費手續皆完成後，會以E-Mail通知完成報名手續。
- 五、 繳費收據將於活動當天發送，請妥善保管，若遺失恕不補開。如需特定收據抬頭請事先告知。

### [退費辦法]

- 於報名期間 (106/2/1之前，含當日) 告知無法參加課程者，可全額退費。
- 於開課日7天前(106/2/2~2/4，含當日)告知無法參加課程需退費者，酌收3成行政處理費。
- 於開課日4天前(106/2/5~106/2/7，含當日)告知無法參加課程需退費者，酌收7成行政處理費。
- 於開課日3天前至開課後 (106/2/8~2/12，含當日)告知無法參加課程者，概不退還報名費。
- 若課程因故無法如期開課，本所將無息全額退費。

### [颱風天停課標準]

- 開課期間如遇颱風、豪雨、地震等天災，課程當天上課與否，依人事行政局公告：「活動舉辦課程地點」高中職以上學校停班為標準，則課程暫停並另行通知更改日期。人事行政局公告<http://www.cpa.gov.tw/>
- 上述情形退費標準如下：
  1. 如因颱風天災因素順延課程而無法出席者，請於延期開課日前三天E-mail或是來電向本所申請全額退費。
  2. 若已進行一天的課程，則可申請折半退費(依學員實際繳交之金額折半)。

### [其他注意事項]

- 活動前5日將以E-Mail寄發「行前通知」，敬請注意。
- 上課地點或教室如有變動，本所將以e-mail告知，並公佈於本所官網、Facebook。
- 上課日期或時間如有更動將提前告知，若學員無法配合，將可辦理全額退費，恕無法補課。
- 上課日如遇颱風、地震等天災，依政府公告停課，並另擇日補課或退費。

### [元品資訊]

電話：(06)222-9592，0972-101975

傳真：(06)238-6660

E-mail：[service@opin.tw](mailto:service@opin.tw)

官方網址：<http://www.opin.tw>

地址：台南市安平區安平路428號2樓



## 2017年「與人接觸」關係溝通工作坊

### 報名表

報名日期 年 月 日

姓名		性別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	年齡							
職業		聯絡電話	手機： (O)： (H)：								
E-mail	(聯絡課程事宜使用，請務必填寫清楚)										
聯絡地址	(郵寄收據或相關課程事宜使用，請務必填寫清楚)										
課程費用：請在所繳費用前勾選											
<table border="1"> <tr> <td>早鳥優惠</td> <td>一般價格</td> <td>備註</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> 5200 元/人</td> <td><input type="checkbox"/> 5800 元/人</td> <td>含午餐</td> </tr> </table>		早鳥優惠	一般價格	備註	<input type="checkbox"/> 5200 元/人	<input type="checkbox"/> 5800 元/人	含午餐	<p>※注意事項：早鳥優惠必須於 105/12/31(六)前(含當日)完成報名繳費流程，否則將需繳一般價格，敬請注意時間。</p>			
早鳥優惠	一般價格	備註									
<input type="checkbox"/> 5200 元/人	<input type="checkbox"/> 5800 元/人	含午餐									
繳費方式： <input type="checkbox"/> ATM/匯款 (帳號後五碼 _____) <input type="checkbox"/> 現金											
其他需與本會連繫事項： 如收據需開立抬頭，請註明：_____											
是否需要停車券： <input type="checkbox"/> 是  <input type="checkbox"/> 否 (如不確定請填是，以利事先準備)											
課程期待：			匯款單據：								