德明科大舉辦導師輔導知能工作坊(一)
好好說話-非暴力溝通

圖：鄺麗君老師示範非暴力溝通　　右圖：德明科大導師輔導知能工作坊導師專注參與

德明財經科技大學學生輔導中心為提供導師更多元的溝通方式，於 3 月 31 日邀請鄺麗君老師蒞校分享非暴力溝通，鄺麗君老師長期推廣非暴力溝通，常受邀在國內外業界及學界授課。鄺老師首先介紹非暴力溝通的創始人：馬歇爾．盧森堡博士，非暴力溝通被稱為「富有同理心的溝通」，不談是非對錯、不評價，而是透過有品質的對話拉近人與人之間的關係。

鄺老師分享自己的生活案例，並邀請現場與會的導師們一起操作練習非暴力溝通。操作練習包含兩個部分：真誠的表達、同理的聆聽，以及四要素：觀察、感受、需要與請求。鄺老師也戴上長頸鹿的耳朵，意味著用包容、長遠的眼光和協商的策略與他人互動溝通。協助該校導師了解不同的溝通方式，提供導師們和學生溝通時的新選擇。該校導師反應熱烈表示很有收穫，透過本次講座更了解人際溝通時可以用包容、接納的方式，不用犧牲自己和他人的需求，而達到共好的溝通方式，增進人際關係，也感受到鄺老師對非暴力溝通的熱情，為本次講座留下深刻的印象。

聯絡人：學務處學生輔導中心楊慧真主任，聯絡電話：（02）2658-5801ext：2230