

115年度臺北市政府衛生局社區融合暨職能復健與就業轉銜計畫

專業人員專業知能訓練課程

「在關係中對話：開放式對話與非暴力溝通於助人實務之應用」

壹、課程簡介

當關係出現張力或互動陷入困境時，除了「控制」與「處理」，我們是否還有其他選擇？

在精神健康與助人實務中，情緒與行為的表現往往是內在經驗與需求的反映。本課程邀請助人工作者暫時放下「立即解決問題」的慣性，重回「關係」與「對話」的本質。我們將練習在不確定與複雜的互動中與人同在，理解困境如何在關係中形成，並探索困境如何在關係中被鬆動。

本課程整合兩種核心取向：

開放式對話（Open Dialogue）：著重於關係的理解與多元聲音的承接。透過「用一百種方式說同一句話」的對話藝術，學習在沒有標準答案的情境中維持對話的空間，培養以平等姿態參與互動的能力，看見彼此的能與不能。使對話成為促進連結的歷程。

非暴力溝通（Nonviolent Communication, NVC）：透過「觀察、感受、需要、請求」的架構，將內在經驗轉化為清晰且具同理心的語言。協助降低彼此的指責與防衛，精準辨識需求，建立安全且具支持性的互動模式。

本課程不僅旨在提升助人者的專業知能，更期待參與者能將所學延伸至精神康復者及其重要他人的互動脈絡中，藉由關係品質的提升，強化支持網絡，共同促進復元歷程的發展。期待透過本課程，讓對話不僅成為一種技術，更成為在關係中可以持續發生、並重新靠近彼此的能力。

貳、主辦單位：

臺北市政府衛生局南港區社區心理衛生中心

參、參加對象：

本課程以精神復健相關助人專業人員為主要學習對象，名額 25-30 人，包括職能治療師、社工師、護理師、諮商心理師、臨床心理師等。並開放精神康復者家屬共同參與，作為促進理解與溝通之延伸學習場域。

肆、課程時間：

115 年 7 月 31 日(星期五)，下午 1 時至 3 時、3 時 15 分至 5 時 15 分。

伍、課程地點：

臺北市南港區社區心理衛生中心 多功能活動室（臺北市南港區同德路100號3樓）

陸、課程時間

時間	課程內容	講師
12:40-13:00	報到與簽到	
13:00-15:00	開放式對話	葉雅欣老師
15:00-15:15	休息時間	
15:15-17:15	非暴力溝通	黃妙慧老師

柒、講師簡介

葉雅欣老師

現職為活泉社區家庭支持中心組長、伊甸基金會活泉之家個案管理員，並參與敲敲話行動入家團隊志工服務。長期投入精神健康與社區支持工作。曾任中華育幼機構兒童關懷協會社工，

實務經驗涵蓋精神社區服務、家庭工作與精神危機處遇，專長於開放式對話、關係取向工作及精神疾病照顧與支持。長期關注以對話與關係為核心的助人工作實踐，以及如何在真實生活的關係脈絡中，讓對話成為連結與理解的起點。

黃妙慧老師

現職為暖心泉恩心理諮商所諮商心理師，並為張老師基金會臺北分事務所義務張老師，長期投入心理諮商與助人服務工作。

曾任國小輔導教師與特教教師，亦具資訊工程領域實務經驗。實務歷程橫跨教育現場與心理助人領域。專長為心理諮商與助人關係建立、非暴力溝通，致力於促進安全且具理解性的對話互動，以及透過更細緻的語言與覺察，讓衝突與誤解有機會轉化為理解與連結。

捌、報名方式與注意事項

(一)報名日期：即日起，開放報名至25人額滿為止。

(二)報名方式：填寫課程報名線上表單

(三)錄取結果：將於報名後一周內，依序以E-mail通知報名成功之學員信箱。

(四)報名聯絡資訊：南港區社區心理衛生中心 許嘉琪職能治療師

電話：(02)2651-5501 分機 5033。

(五)此為免費課程，請珍惜課程資源。若無法參與請盡快通知承辦人員，以利通知

候補學員。

(六)積分依紙本簽到退，以及各專師積分審查單位結果認定。

(七)為貫徹垃圾減量及環保，請與會人自行準備茶杯。

玖、教育積分：

職能治療師、護理師、社工師、諮商心理師、臨床心理師繼續教育積分申請中。為響應環保，本課程將不發給出席證明。

交通方式

1. 捷運

板南線（藍線）：於「後山埤站」下車，步行約 5 分鐘。

2. 公車

可搭乘以下路線至「捷運後山埤站（忠孝東路）」或「同德路」站下車：

忠孝幹線、212、270、279、281、284、600、817、205。

3. 地標指引：本中心位於「成德市場」3樓（聯醫忠孝院區正對面，建物2樓為寶雅生活館）。

4. 進入方式：到達後，請先在1樓入口處按門鈴與我們聯繫。進入電梯後，中心同仁會同步遠端為您設定電梯樓層，請您在電梯內稍待(無需自行操作)。

