

親愛的夥伴們：

新年新希望，祝大家羊年平安！喜樂！

103 學年第 2 學期《遠景小組》讀書會，仍邀請耶穌會洪萬六神父陪伴帶領，一起研讀 2 本非暴力溝通系列好書：由 Ike Lasater & Julie Stiles 和著的「這樣說話，贏得職場好關係」，以及 Sylvia E. Haskvitz, M.A.,R.D. 著作的「食物和身體的對話」，既學習以一種簡單又深刻的方式改變思考和說話的習慣，又幫助我們學習傾聽身心的需要，讓身體和食物之間建立新的友誼關係。歡迎有興趣的教職同仁歡迎報名參加。

聚會時間：每星期一中午 12：10~13：20，羅耀拉大樓 1 樓 SL114，備有輕食。

欲參加讀書會的夥伴，請向「耶穌會使命室」薛丹妮（分機：2728）報名拿書。

本學期聚會的進度及閱讀範圍：

第一本【這樣說話，贏得職場好關係】

1	3 月 9 日	前言 通往自由的六個步驟 引言	p.5~20
2	3 月 16 日	第一章 如何開始：無聲的非暴力溝通練習	p.21~35
3	3 月 23 日	第二章 非暴力溝通的學習循環：慶祝進步，哀悼錯誤	p.37~49
4	3 月 30 日	第三章 練習：培養信心和能力	p.51~71
※	4 月 06 日	清明節補休	
※	4 月 13 日	國外學者訪談會	
5	4 月 20 日	第四章 有力的請求：請求自己真正想要的事物	p.73~93
6	4 月 27 日	第五章-1 如何因應職場上常見的溝通難題	p.95~120
7	5 月 04 日	第五章-2 如何因應職場上常見的溝通難題 結論	p.120~160

第二本【食物和身體的對話】

8	5 月 11 日	首頁 ~ 與自己成為最好的朋友	p.5~33
9	5 月 18 日	與自己成為最好的朋友	p.33~50
10	5 月 25 日	賞味你的食物	p.51~71
11	6 月 01 日	全身心飲食，隨處可行 給予他人支持	p.73~86
12	6 月 08 日	我的臨時講台 啓程	p.87~106
13	6 月 15 日	結業式	

耶穌會使命室

2015.03.02