



公務人員訓練處 達人開講-第 2 期

『給自己的 10 堂說話課--害羞的人也能侃侃而談』

【講座介紹】

褚士瑩 / 作家、法國哲學踐行學院教練



褚士瑩，高雄市人，他是知名作家、旅行家、公益家、廣播節目和電視主持人兼國際 NGO 工作者，多年來他稱職地扮演著各種角色。本期分享主題為：「給自己的 10 堂說話課--害羞的人也能侃侃而談」，從小害羞的他，一站在講台上就想逃之夭夭，一聽到要校園辯論就厭惡，但主持廣播節目讓褚士瑩找到自己聲音的特色，主持電視節目讓他清楚未來要走的方向。做國際 NGO 工作，訓練武裝部隊進行和平談判，也因為年輕時積極參與「聯合國模擬會議」，往

後在世界走跳，他提出忠告外語能力不等於國際觀。現在一年跑百場演講，即使沒有草稿，沒有 PPT 簡報投影，可以連

講兩小時不跳針。褚士瑩確信「會思考才會說話」，有時無心插柳，有時下定決心，他明白最大的讚美，不是「你的口才好棒」，而是他找到自己的特色，忠實表達自己。每個人都想做自己跟表達自己，但卻不了解或者根本說不清楚自己，這樣的人即使學會上百種說話術的技巧，仍然溝通有障礙缺乏自信。

褚老師擅長溝通，他的說話技巧向來有口皆碑。他著有〈誰說我不夠好〉、〈企鵝都比你有特色〉、〈55個刺激提問〉等30餘本暢銷書籍。在他豐富的人生閱歷和智慧，盡在這些書本中，而書本中的眾多智慧，又濃縮在他一次次的講座中，此次他將提出「抓住否定自己的原因，找到肯定自己的方法」，讓人從新認識自己、肯定自己，進而能和其他人侃侃而談，不僅能談之有物，更能談之有味，成為一位受歡迎的人。

【時間、地點】

日期：108年4月25日(星期四)

時間：下午2:00~4:00

地點：臺北市政府公務人員訓練處

有意者請於**108年3月29日**前請洽所屬機關人事人員報名