

# 李智仁、倪躍軒 → 口頭議題的演示 人與生活：創意·設計 (第 6 週) 上課筆記及心得報告

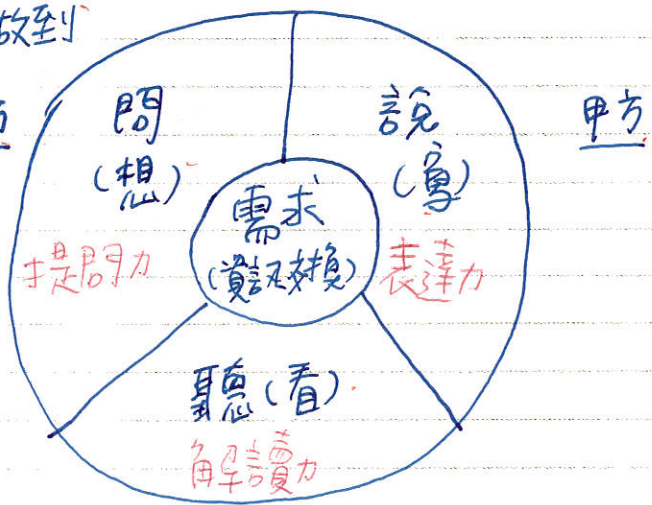
姓名：鍾廷王 學號：A0410012 班級：日家二甲

A+

- 改變命運的方法? ⇒ 受教育!
- 大學4年很重要的學習: 1. 演說技巧, 2. 寫作技巧.
- 應徵的tips: 1. 說話面帶微笑, 語氣平和, 2. 肢體豐重加作(不要抖擻、搗嘴、雙手放胸前...), 3. 不要有咕、唔、那個、人的贅字, 或重覆說同一個字, 4. 主題明確, 內容清楚, 不要在一個點打轉

教育的目的: 知道  
訓練的目的: 做到

溝通三要素 乙方



### 聽的問題

1. 語音、語意
2. 專業知識的解

### 表達力

1. 說明的能力
2. 小節者與肢體控制力
3. 說故事的能力
4. 公眾演說的能力
5. 寫作的能力

### 解讀力

1. 傾聽與理解
2. 察覺與肢體理解
3. 選擇與分析的能力
4. 分析與詮釋的能力
5. 觀察力(批判與理解)

### 提問力

1. 發現問題
2. 分析問題的能力
3. 深入查問的能力
4. 自我提問的能力
5. 由提問提問的能力

\* 主題  
\* 故事帶出的方式

# 人與生活：創意·設計 (第 6 週) 上課筆記及心得報告

姓名: 吳筱萱 學號: A0410026 班級: 日家 = 甲

口頭議題的演示

B+

\* 改變命運的方法: 受教育.

結婚因相愛而結合, 因了解而分開. (溝通)

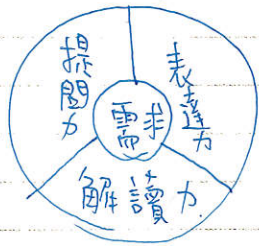
\* 大學教育最重要的學習是: 演說、寫作技巧.  
\* 講話要清楚, 不要眨眼、面帶微笑, 不能有太多的肢體動作.

\* 演說不要有 嗯、啊、古...  
教育的目的: 知道.  
訓練的目的: 做到.

\* 要有想法, 有創意.

\* 溝通三要素: 說、聽、問 (聽最難, 因為要聽懂別人說的話, 才能知道他想表達的意思)

\* 對話力



\* 對話是展開合作的核心.

\* 管理公司是靠對話, 不是靠回管.

\* 企業面臨的困境 80% 是溝通不良.

心得:

說話對於我們之後的生活有很大的關係, 在出社會後說話很重要, 怎麼說更是重要, 要能清楚的表達自己, 對自己有自信, 相信別人更要相信自己, 說話可以讓別人留下深刻的印象, 這也是我自己正在努力的地方.

加油!!  
Drey

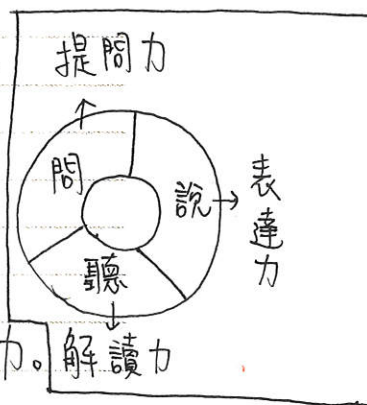
# 人與生活：創意·設計 (第六週) 上課筆記及心得報告



姓名: 李珮暄 學號: A0410001 班級: 日家二甲

## 口頭議題的演示

1. 帶著微笑與沒表情是有非常不同的差別。
2. 咬字清晰是演說的主要要點之一。
3. 教育的目的：知道。
4. 訓練的目的：做到。
5. 溝通三要素：說、聽、問，才能達成需求。
6. 要理解某些事情是需具備專業知識。
7. 咬字清晰、抑揚頓錯才能讓別人理解。
8. 對話力三要素：表達力、解讀力、提問力。
9. 說話以故事來呈現，更能抓住他人的專注力。
10. 用故事方式來表述會有所不同。
11. 精簡的疑問句就能表達出問題的重點。



## 心得：

人際溝通本就是一個非常重要的事情，如果沒有進行溝通的對話或相處，很常會造成一些事的誤會。對話的練習是我們必須一直練習，即使我們認為站在台上對底下同學或老師們進行報告不緊張；但今天是我站上台的話，肯定會非常害怕的！然而，在台上有許多習慣而這些習慣可能是我們無意間會做出來的行為，如果沒有這演講，我們都很有可能會忽略這件事。

是呀，平時就要注意！！

Dany

# 人與生活：創意·設計 (第 6 週) 上課筆記及心得報告

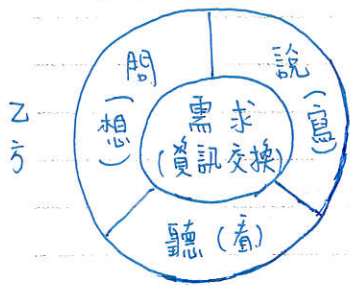
姓名: 何家語 學號: A0410032 班級: 日家二甲

A

李智仁, 倪躍軒 「口頭議題的演示」

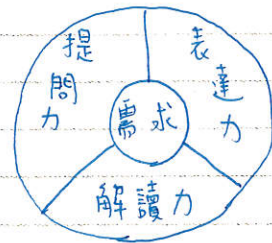
10/9

- 大學教育最重要的學習是: ①演說技巧, ②寫作技巧.  
講話要清楚, 清晰, 面帶微笑, 少眨眼 → 易顯緊張.  
說話技巧: 不要「恩, 啊, 呣」, 少廢字, 要有自信.
- 教育目的: 知道.  
訓練目的: 做到!



→ 溝通了要素

• 對話力的要素



- \* 表達力 = 說明的能力  
情緒與肢體掌控力  
說故事的能力  
公眾演說的能力  
寫作的能力

- \* 解讀力 =  
傾聽與理解的能力  
觀察肢體與情緒的能力  
邏輯分析的能力  
分析診斷的能力  
洞察力

\* 不要害怕失敗, 說故事練習: 要有高低起伏, 起承轉合.

- \* 提問力 =  
發問問句的能力  
修辭力  
深入對話的能力  
自我對話的能力  
心靈對話的能力

心得: 今天聽了倪老師的演講, 說了很多大家都有的說話, 表達會有的問題, 也教了我們很多說話的技巧, 還跟我們做了很多的互動練習, 而自己也被叫上臺, 但一上去真的不知道要說什麼, 非常尷尬的在台上傻笑, 但站在台上, 看著其他人說話, 真的有很大的影響力, 比起在台下, 站著反而更能仔細聽別人說了些對自己 → 什麼, 看看別人是怎麼說話的, 我真的還有很多地方需要學習, 改善自己不好的缺點, 記住「不要害怕失敗, 反而要從失敗中學習, 下一次要有更好的自己! Good! (Duncy)

# 人與生活：創意·設計 (第六週)上課筆記及心得報告

姓名：范人尹 學號：A0410033 班級：日家二甲

A+

主題：口頭議題的演示 - 李智仁, 倪躍軒

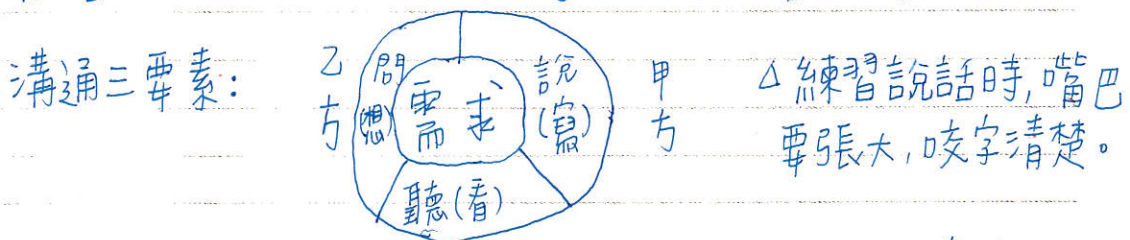
人際溝通技巧重不重要? 因為相愛而結合, 了解而分開, 中間缺乏的就是溝通。

大學教育最重要的是: ①演說技巧 ②寫作技巧

演說技巧: 講話清晰, 帶著微笑, 看著聽者, 不要眨眼

教育的目的: 知道 訓練的目的: 做到

當你不會說, 不會溝通, 就無法領導一個 team, 無法帶著 team 往前進。口語表達能力是需要後天的訓練累積, 幾千次的練習, 要有思考的想法, 帶著創新, 公司才會想錄取你。



對話力三要素: 表達力 - 說目的的能力, 情緒與肢體掌控力, 說故事的能力, 公眾演說的能力, 寫作的的能力

△台上的自信以及談吐都是要訓練的, 一個人在台上的成功能讓台下的觀眾造成轟動, 不是與生俱來! 以後成為世界級的成功者, 要學會說自己的故事, 把自己的產品帶出來。

說故事的主要秘訣: 要有高低起伏的語調及情節, 詮釋出來需有起承轉合。故事才會動聽。

解讀力: 傾聽與理解, 觀察肢體與情緒者, 邏輯分析, 分析診斷  
提問力: 發想問句能力, 修辭, 深入對話, 自我對話, 心靈對話

對話是展開合作的核心。

人與生活：創意·設計 (第 6 週) 上課筆記及心得報告

A+

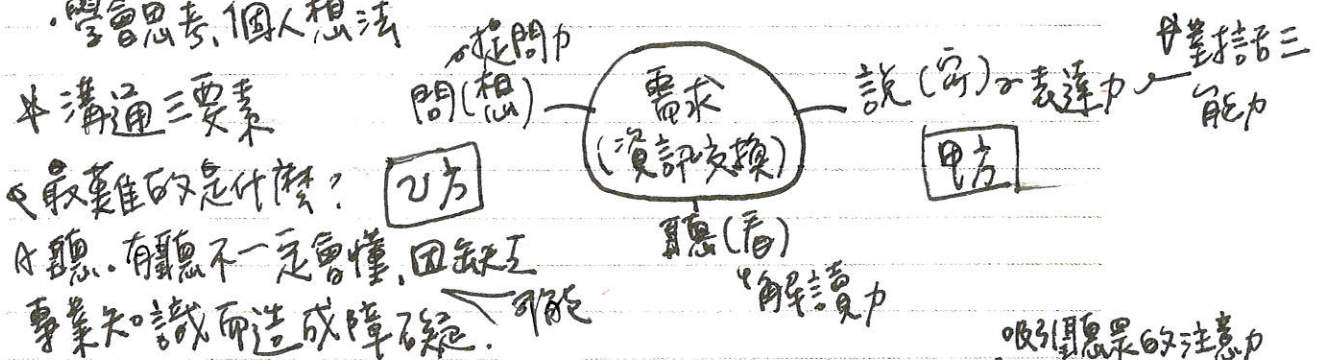
TOPIC  
口頭議  
題的演  
示

姓名: 吳相羽 學號: A0427015 班級: 日鷹二甲

- 講人: 李智仁, 倪躍軒
- 改變命運的方法? / 受教育
- 人際溝通的重要性: 是否每人天生就會溝通? <sup>且重要</sup>
- 大學4年中 (1) 演說 (2) 寫作技巧 為最基本的所學
- (1) 講話時抑眨眼, 眼看聽者, 臉帶微笑, 手勿遮嘴 <sup>肢體動作的重要性</sup>
- [ (a) 定稿 (b) 即興 (c) PPT 串接 ] 禁止 "ㄟ...ㄣ...ㄩ...ㄠ..." 嘴巴張大 (咬字清楚)

★ 教育的目的: 知道; 訓練的目的: 做到

- 口語表達, 演講若做好便能在台上展現魅力, 成為好的領導者
- 學會思考, 個人想法



· 在溝通的問題中, 80% 是因溝通不良

- 表達力 (1) 說明的能力 (2) 情緒-肢體掌控力 (3) 說故事的能力 (4) 公眾演說的能力 (5) 寫作的的能力
- 不要因為一次的挫折而拒絕未來的任何機會 / 失敗為成功之母, 而經驗的累積會使自己成長 & 進步
- 透過故事連結要表達的真正目的 & 主旨

- 解讀力 (1) 邏輯分析 (2) listening & understanding (3) 觀察肢體 & 情緒 (4) 分析診斷 (5) 覺察力 <sup>精簡</sup>
- 提問力 (1) 發想問句的能力 (2) 修辭 (3) 深入對話 (4) 自我對話 (5) 心靈對話

軟實力

→ 建立信任 → 評估現況 → 探索議題 → 導引價值 → 解決方案 → 啟動改變 → 深化系統

問題形成需求: → 問題形成 → 問題影響 → 問題發展

心得

身為應外系的學生, 課程上有不少的報告上台機會, 一開始認為這是每個人具備的基本能力, 但事實卻不然。我認為具備良好的表達能力是現在大家必備的, 很關

# 人與生活：創意·設計 (第 6 週) 上課筆記及心得報告

姓名：蔡藤 劉育東 學號：A0427114 班級：日校二乙

A

## 口頭議題的演示

改變命運的方法 → ? 我很擔心自己的未來 但我沒有自信

讀書

孩子未來的成長中，人際溝通技巧重不重要？

大學教育最重要的學習是...?

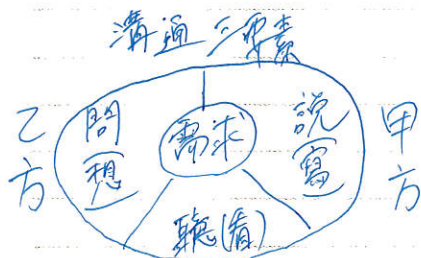
1. 演說技巧
2. 寫作技巧

## 演說練習

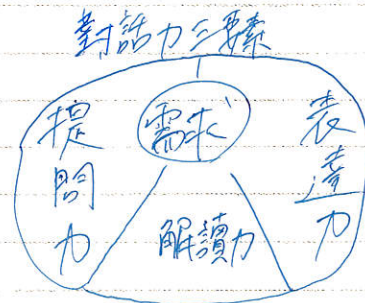
- 不要眨眼睛 (blink)
- 注意動作 (appearance)
- 不要說 an n~ oh~ 之類

教育的目的：知道

訓練的目的：做到



聽是最難的



**表達力**

- 說明的能力
- 情緒與肢體掌控力
- 說故事的能力
- 公眾演說的能力
- 寫作的的能力

**提問力**

- 發想問句的能力
- 修辭的能力
- 深入對話的能力
- 自我對話的能力
- 心靈對話的能力

**解讀力**

- 傾聽與理解的能力
- 觀察肢體與情緒的能力
- 邏輯分析的能力
- 分析診斷的能力
- 觀察力

我也不太會演說，報告自我介紹之類的，因為會緊張，怕失敗，害羞。而且為變好演說需要很多能力。所以我們現在最重要是一直練習，然後我學醫大學的時候，我們有許多練習的機會。溝通或對話是工作時候一定要的能力。工作人也尋找有那一些能力，所以我想在大學幫忙練習，然後我希望我的溝通力、對話力進步很多，可是我快要學英文幫忙一點。

基礎功很重要，

多看一些好書，

自然而然就會進步！

加油！！

# 人與生活：創意·設計 (第 6 週) 上課筆記及心得報告

姓名: 黃伊蓮 學號: A0421033 班級: 日應二甲

A+

受教育是改變命運的方法。

專業知識固然重要，人際溝通亦重要，都需要學習。

大學四年最需要學習的是演說技巧及寫作技巧。

## 多種演說方式

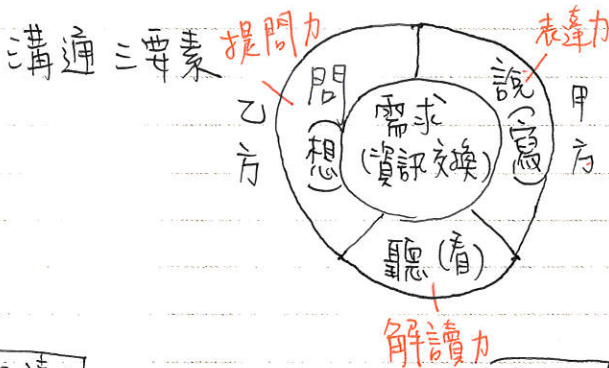
- (1) 足稿
- (2) 即興
- (3) 串接

演說需注意口齒清晰，完整表達出自己的想法，不要有小動作及口頭禪(語助詞...等) 避免說出多餘的字(呃、啊...等)

需要多花時間及精力改變自己不好的說話習慣

教育的目的：知道

訓練的目的：做到



### 表達力

- 說明的能力
- 情緒與肢體掌控力
- 說故事的能力
- 公眾演說的能力
- 寫作的的能力

### 解讀力

- 傾聽與理解的能力
- 邏輯分析的能力
- 觀察力

觀察肢體與情緒的能力

分析診斷的能力

### 提問力

- 發想問句的能力
- 修辭的能力
- 深入對話的能力
- 自我對話的能力
- 心靈對話的能力

企業面臨的困境中，80% 是溝通不足所導致

關聯式 | 導引式  
 導引式 | 關聯式





# 人與生活：創意·設計 (第 6 週) 上課筆記及心得報告

姓名：吳晏榕

學號：A0427012

班級：日應二乙

A+

改變命運的方法？全世界公認的方法：讀書、受教育  
人際溝通的技巧？

大學除了專業知識，還要學

1. 演說技巧
2. 寫作技巧

① 講話不要眨眼睛

② 面帶微笑

③ 注意姿體動作

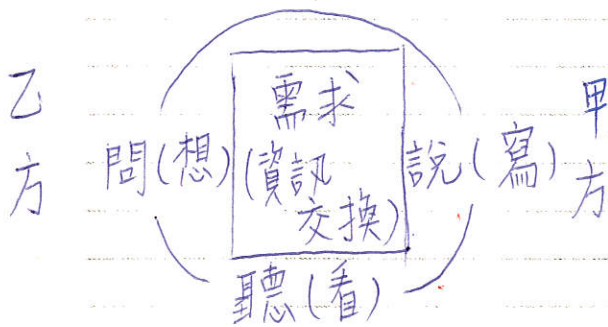
④ 咬字清晰

⑤ 沒有廢字

教育的目的 = 知道

訓練的目的 = 做到

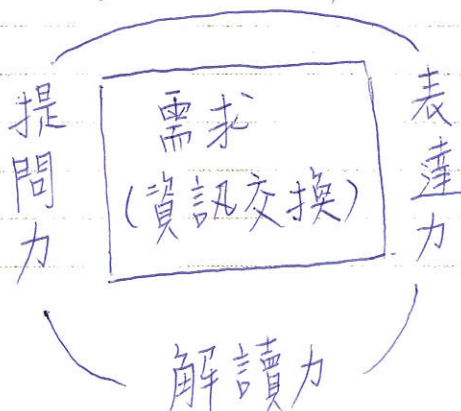
## 溝通三要素



## 傾聽的障礙

- ① 缺乏專業知識
- ② 口音
- ③ 音量

## 對話力三要素



## 表達力

1. 說明的能力
2. 情緒與肢體掌控力
3. 說故事的能力
4. 公眾演說的能力
5. 寫作的的能力

# 人與生活：創意·設計 (第六週) 上課筆記及心得報告

A+

姓名: 呂佳容 學號: A0427055 班級: 日應=甲

## □ 頭 議 題 的 演 示

\* 改變命運的方法 → 受教育 因為相愛而結合  
因為了解而分開

\* 大學教育最重要的學習 → ① 演說技巧  
② 寫作技巧

\* 講話時不要眨眼睛 (沒自信)  
帶微笑, 講話清晰, 音響聽眾

\* ① 定稿演說 ② 即興演說 ③ ppt串接演說

▲ 演講時, 不要有廢字 (也, 耶, 吧)

教育的目的 → 知道

訓練的目的 → 做到

\* Steve Jobs 在發表前, 在家中練了7天!

### ▲ 要理解

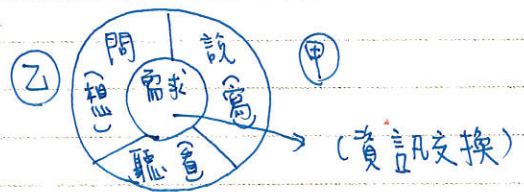
一件事情, 必須要有其專業知識

▲ 把嘴巴張大

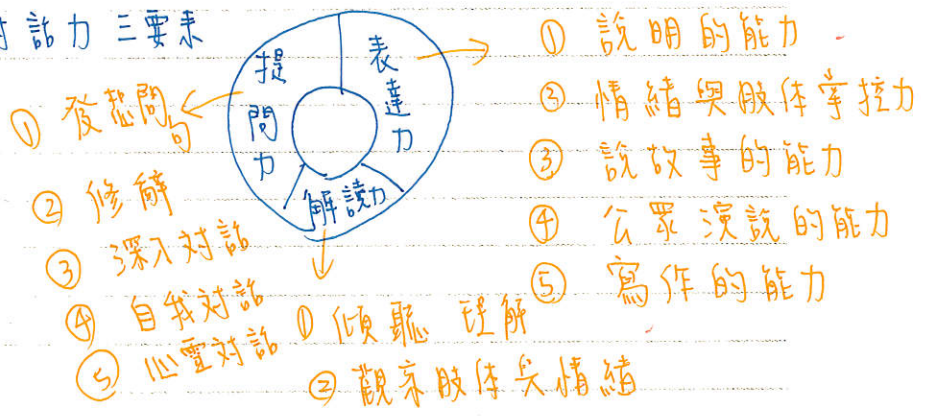
→ 咬字清楚

▲ 問句要精簡

\* 溝通三要素



\* 對話力三要素



\* 對話是展開合作的核心

\* 多發問 most important

- ③ 邏輯分析
- ④ 分析診斷
- ⑤ 竟察力 (範圍與能量)



人與生活：創意·設計 (第 6 週) 上課筆記及心得報告

姓名: 彭有欣

學號: A0427009

班級: 應二甲



改變命運的方法就是讀書: 教育

貧窮國家沒機會受教育所以一直處於貧窮

人際溝通技巧很重要, 但又抽象模糊

大學教育最重要的學習是演說和寫作技巧

講話時面帶微笑, 眼睛看著聽話者, 態度大方

演說方式: 定稿演說, 即興演說

演講時要避免ㄣㄩㄣ, 說得每個字都要精準

教育的目的是知道; 訓練的目的是做到

溝通三要素: 說聽問 (表達力, 解讀力, 提問力)

要聽懂別人所說的話, 就要有專業知識

說話時嘴巴張大, 咬字清楚以免他人無法和你溝通

表達力

- 說明的能力
- 情緒和肢體豐掌控力
- 說故事的能力
- 公眾演說的能力
- 寫作的的能力

解讀力

- 邏輯力
- 分析力
- 觀察力
- 洞察力

提問力

- 發想問題
- 修辭能力 (精簡)
- 深入對話能力
- 自我對話能力
- 心靈對話能力

# 人與生活：創意·設計 (第 六 週) 上課筆記及心得報告

姓名: 劉展政 學號: A0427091 班級: 日 歷 = 甲



口頭議題的演示 倪躍軒

改變命運的方法? 受教育 因為了解而分開

孩子成長中, 人際溝通重不重要?

大學教育最重要的學習是? ① 演說 ② 寫作

講師的時候, 不要眨眼, 看著聽者, 帶上微笑, 去除潛在肢體動作

① 定稿演說 ② 即興演說 ③ ppt 串接演說

清晰口條, ㄣ, ㄩ, ㄗ 太多不要用廢字造成口條不好, 多練習!

教育的目的 = 知道

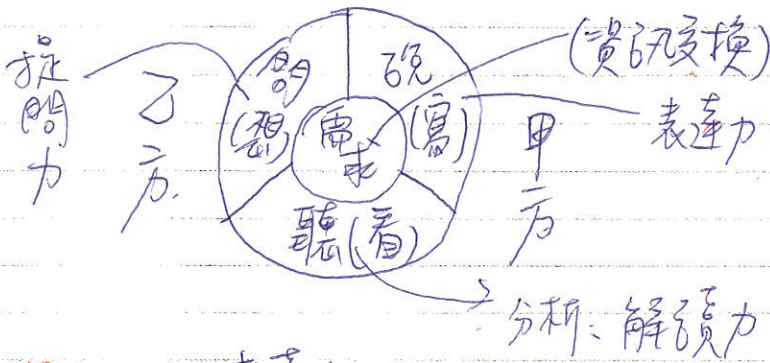
口語表達, 傾聽, 提問

訓練的目的 = 做到

溝通三要素

咬字清晰

對話力三要素



提問力

解讀力

表達力

- ① 說明的能力
- ② 情緒與肢體掌控力
- ③ 說故事的能力 ☆
- ④ 公眾演說 的能力 ☆
- ⑤ 寫作的的能力 ☆

靜坐 思考 特心沉澱下來

提問 精簡 洗鍊

# 人與生活：創意·設計 (第 六 週) 上課筆記及心得報告

姓名: bp4高 學號: A0427006 班級: 日區二乙

A+

口頭議題的提示

“度教育是改變命運的方法”

大學教育最重要的技巧: “演說技巧” “寫作技巧”

演說: (1) 微笑 (2) 不眨眼 (3) 要有清晰的口條 (4) 不要贅字 (5) 肢體

演說分成 “定稿演說” “即興演說” “PPT演說”

教育 = 知道 訓練 = 做到

學會傾聽和溝通, 不然無法領導一個團體, 無法協調內部

演說是要訓練, 演說代表一個人的特質

溝通三要素: (1) 說(寫) (2) 聽(看) (3) 問(想)

↳ 最難, 要理解別人的話, 具備某種專業知識



- 表達力
- ① 說明的能力
  - ② 情緒 & 肢體掌控力
  - ③ 說故事的能力
  - ④ 公眾演說的能力
  - ⑤ 寫作的的能力

- 解讀力
- ① 傾聽理解能力
  - ② 觀察肢體情緒能力
  - ③ 邏輯分析能力
  - ④ 分析診斷能力
  - ⑤ 覺察力

不要害怕失敗並改進才能有所匯升

- 提問力
- ① 發想問句的能力
  - ② 修辭的能力
  - ③ 深入對話的能力
  - ④ 自我對話的能力
  - ⑤ 心靈對話的能力

問題形成需求 “問題形成” “問題影響



(3) 問題發展

心得: 未來的我們需要各種能力, 不僅是自己的專業知識, 在這堂課中聽到許多我們需要改進和加强的地方, 原來要成為高階的管理人不是要知識也要懂得表達, 而現在的我們的確太多電子產品導致溝通不良, 其實在許多大學的報告中也發現自己的口條不是那麼好, 希望藉由老師的這些方法來增進, 失敗只是過程, 才能成長

food!  
Quay

# 人與生活：創意·設計 (第六週) 上課筆記及心得報告

A+

姓名: 陳品君 學號: A0427038 班級: 應=2

口頭議題的演說 李智仁、倪躍軒

話語表達

改變命運的方法 → 受教育

貧窮的國家為什麼一直貧窮 → 因為他們沒有受教育的機會  
因為相愛而結合，因為了解而分開

大學教育最重要的學習是 → 演說技巧、寫作技巧

講話的時候不要眨眼，要清楚，面帶微笑，咬字清晰

(1) 即興演說 (2) 定稿演說 ↓  
張大嘴巴

每一個字出來都要是精準的 → practice

教育的目的 → 知道

訓練的目的 → 做到

\* 類文經驗可以讓自己變得更好

連口語表達都要怎麼做，成爲一個 leader \* 一個企業需要的是有想法的人  
都不管

能夠在演講當中，能夠抓住所有人的目光需要無數練習

Steve Jobs 的每一場演講，每一張 PPT 都經過很多練習

溝通三要素

- 說 (寫) → 表達力、解讀力、提問力
- 聽 (看) → 同理、audent、專業知識不足
- 問 (想)

\* 表達力

- 說明時的能力
- 情緒與肢體掌控力
- 說故事時的能力
- 公眾演說能力
- 寫作能力

\* 解讀力

- 傾聽理解能力
- 觀察力
- 合和診斷能力
- 邏輯分析能力
- 觀察肢體情緒能力

\* 提問力 ↓  
精簡

- 發想問句的能力
- 修辭時的能力
- 深入對話時的能力
- 自我對話時的能力
- 心靈對話時的能力

\* Google CEO: 「我管理公司是靠發問，不是靠回答」

\* 企業面臨的困境中，有 80% 是溝通不良所致

\* 問題形成需求，問題背後一定有機會

心得在背面!

# 人與生活：創意·設計 (第 六 週) 上課筆記及心得報告

姓名: 余山珍 學號: A0423101 班級: 中正二甲

A++

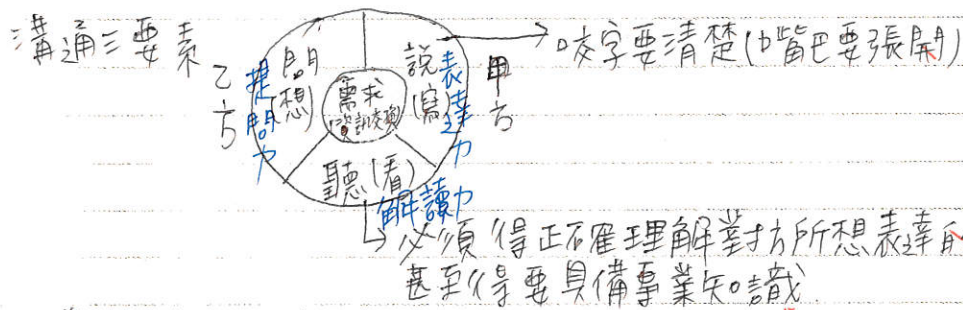
口頭議題的演示 李智仁, 倪躍軒

改變命運的方法 → 讀書 (受教育) → 落後國家為何一直落後, 因為沒有受教育.

大學最重要的教育: ① 演說技巧  
② 寫作技巧

- 演說練習:
- ① 不要一直眨眼
  - ② 要微笑
  - ③ 口條要清晰
  - ④ 要看著面試官
  - ⑤ 要注意潛在的肢體動作
  - ⑥ 不要嗯 啊 呃 (可看蕭雲影片)

教育的目的: 知道 訓練的目的: 做到



表達力: 說明的能力 - 情緒與肢體的掌控力  
 說故事的能力 - 說一個故事 - 抓住聽者的注意力  
 公眾演說的能力  
 寫作的能力

解讀力: 傾聽與理解的能力 - 觀察肢體與情緒的能力  
 邏輯分析的能力  
 分析言外之意的能力  
 覺察力 (氛圍 & 能量)

提問力: 發想問句的能力  
 提問的能力  
 深入探討語言的能力  
 自我對話的能力  
 心靈對話的能力

\*google 施密特, 如果要創新的文化, 那就得多「發問」.

# 人與生活：創意·設計 (第 六 週) 上課筆記及心得報告

A+

姓名: 施明萱 學號: A0423015 班級: 日企 = 甲

## 口頭議題的演示 李智仁, 倪躍軒

◎ 改變命運的方法? 讀書, 受教育.  
貧窮國家之所以繁盛不起來, 是因為沒機會受到完善的教育

◎ 大學教育最重要的學習?

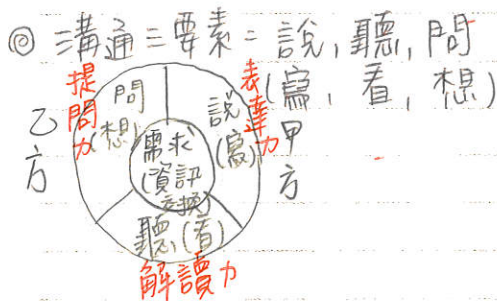
1. 演說技巧

① 面帶微笑, 語氣親切 ② 不要眨眼, 會缺乏自信 ③ 講話清晰

④ 肢體動作保持一致, 勿振嘴 ⑤ 咬字清楚, 不要囁嚅 ⑥ Ex. 馬雲演講可效仿

2. 寫作技巧

◎ 教育的目的 = 知道  
訓練的目的 = 做到



聽 - 要了解他人想表達的意思

表達力

- ① 需某領域的專業知識
- ② 說明的能力
- ③ 情緒與肢體掌控力
- ④ 說故事的能力
- ⑤ 公眾演說的能力
- ⑥ 寫作的的能力

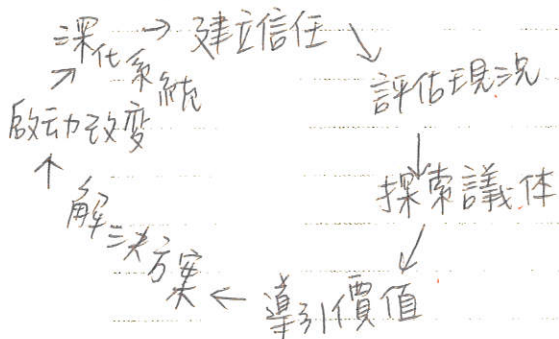
◎ Google 執行長施密特 =

管理公司是靠「發問」

企業教練七個歷程

解讀力

- ① 傾聽、理解
- ② 觀察肢體 & 情緒
- ③ 邏輯分析 ④ 觀察力



提問力

- ① 發想問句
- ② 修辭率能力 (廢字省略)
- ③ 深入對話 ④ 心靈對話
- ⑤ 自我對話



# 人與生活：創意，設計 (第六週) 上課筆記及心得報告

A

姓名: 佘詩婷 學號: A0423133 班級: 日在二甲

口頭議題的演示 講師: 李智仁、佘躍軒

• 社會上大家公認可以改變命運的方法是“讀書”

• 因為相愛而在一起，因為了解而分開。

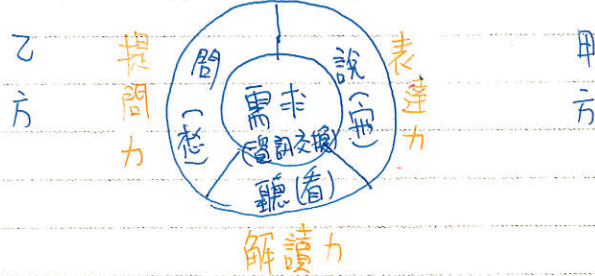
• 大學四年最該學的是

1. 演說技巧: a. 講話時不要眨眼睛 b. 口齒要清晰 c. 帶著微笑 d. 不要有過多肢體動作

教育的目的: 知道

訓練的目的: 做到

溝通三要素



**表達力**

1. 說明的能力
2. 情緒與肢體掌控力
3. 說故事的能力 - 最難
4. 公眾演說的能力
5. 寫作的的能力

**解讀力**

1. 傾聽能力
2. 邏輯分析能力
3. 觀察肢體與情緒的能力
4. 分析判斷的能力

**提問力**

1. 修辭的能力
2. 深入對話的能力
3. 自我對話的能力
4. 心靈對話的能力
5. 發現問句的能力

↳ 洞察力 (答題與估量)

# 人與生活：創意·設計 (第六週) 上課筆記及心得報告

A+

姓名: 李佩瑜 學號: A0423027 班級: 日企二甲

口頭議題的演示

李智仁 倪躍軒

\* 李智仁

法律 → 財經 → 企管 → 創意產業

\* 倪躍軒 - 如何精準提問

金融業 25 年專職教育訓練

改變命運的方法 → 受教育

大學教育最重要的學習是

1. 演說技巧

2. 寫作技巧

演說練習: 1. 不要眨眼 2. 看著對方 3. 面帶微笑 4. 口條清晰

5. 克制肢體動作 6. 咬字清楚 7. 用字精準, 切忌語助詞 Ex: 馬雲.

\* 教育的目的: 知道 訓練的目的: 做到

Steve Jobs.

\* 溝通三要素: 說: 咬字, 嘴巴要打開 - 表達力

聽: 語調, 音量, 專業知識 → 理解, 分析, 解讀 解讀力

問: 提問力

表達力: 說明的能力

情緒肢體掌控力

✓ 說故事的能力 → 抓住聽者的聽力

公眾演說的能力

寫作的 ability

解讀力: 傾聽理解的能力

邏輯分析的能力

觀察肢體情緒的能力

覺察力

提問力: 修辭的能力

深入對話的能力

自我對話的能力

心靈對話的能力

# 人與生活：創意·設計 (第 6 週) 上課筆記及心得報告

姓名：陳子涵 學號：110426111 班級：日保二甲

A+++

主題：口頭議題的演示

演講者：李智仁、倪躍軒

口語交流理或為社會一大問題，不仅在青年中，在中老年部分，也是一大問題，我們在網絡上很會聊天，而面對面時却不大會說話，所以學會口語表達很重要。

改變生命運的方法 — 讀書

大學除了讀書還有什麼重要的事 → 1. 演說技巧, 2. 寫作技巧

說話時口齒清楚，語言平穩，不要眨眼睛，保持自信，微笑

說話時肢體打開，不要雙手放在胸前或用手捂腳（不自信的表现）

演講時切忌使用“嗯”、“啊”、“額~”之類的廢詞，這種聲音在大麥克風拓展下是一種噪音。

教育的目的：知道

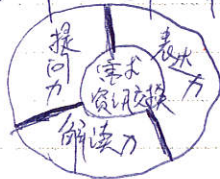
訓練的目的：做到

知道一件事並沒有什麼用處，只有花費時間精力去練習才會有成果。就像 Jobs 在每次新品发布会之前都要閉門練習一周功能。

溝通三要素：甲：聽、說、問 → 需求/資訊交換  
乙：寫、看、想

表達過程中咬字清楚（嘴巴張大無論中英文）

對話力三要表：



表達力：說明能力：口齒清楚，目的明確

情緒與肢體掌控力：保持微笑，身體不要晃動，隱藏自己緊張的情緒

說故事的能力：用故事豐富自己的主題，浮現出有價值意義的東西。

公眾演說的能力

寫作能力

解讀力：傾聽、理解的能力

觀察肢體與情緒的能力

邏輯分析的能力

分析診斷的能力

覺察力、氛圍與能量的能力

提問力：發想問句的能力

條條的能力：精練、~~精~~

深入對話的能力

自我對話的能力

心靈對話的能力

# 人與生活：創意·設計 (第 6 週) 上課筆記及心得報告

A+

Talk semester

姓名: 李佳璇

學號: A0426017

班級: 日保二甲

motivation lap

## 口頭議題的演示 李智仁、倪躍軒

沒有執行力  
哪有競爭力

1. 改變命運的方法 ~ 受教育
2. 我們因為網路科技逐漸變得不會真正與人溝通
3. 彼此溝通很重要. 演說技巧, 寫作技巧.
4. 說話清楚清晰不要眨眼睛要微笑, 不要揚嘴巴.
5. 不要喂嘴巴, 如何說話自廢定代表練習不好
6. 教育的目的 = 知道 訓練的目的 = 做到
7. 要經歷無數的演講, 練習, 才能真正展現自信, 想法
8. 溝通三要素: 說(寫) 聽(看) 問(想) - 需求(資訊交換). 聽最難
9. 需要專業知識才能理解對方的話語, 咬字清晰, 抑揚頓挫.
10. 對話力三要素: 表達力, 提問力, 解讀力.
11. 表達力 = 說故事的能力, 公眾演說的能力, 寫作的 ability. key point.  
↳ 讓別人更能抓住你的感受. - 放下緊張.
12. 不要害怕有失敗的經驗, 永遠皆是一種學習.
13. 說的事練習. 故事 Link 意義 key point.
14. 解讀力: 傾聽, 善觀察, 邏輯分析, 觀察力.
15. 提問力: 修辭, 深入對話, 自我對話, 心靈對話, 發問的能力.
16. 我管理公司靠「發問」而不是「回答」, 發問帶來對話, 對話帶來創新, 每創新來每多發問.
17. 建立信任 → 評估現況 → 探索議題 → 導引價值 → 解決方案 → 啟動改變 → 深化系統 → 建立信任.
18. 問題 → 問題形成 → 發展 → 思考
19. 藉由發問, 移轉他人對問題的想法, 逃脫框架.

倪老師的演講真的非常的創新, 藉由同學實際演練的方式去教大家說話, 表達他想要教大家的小方法, 真的學到很多, 他的演講真的非常有趣也令人印象深刻, 覺得很不過癮, 希望他還能繼續來演講, 再來教大家更多不一樣的東西。

您也要加油喔!!

Dany

# 人與生活：創意・設計 (第 6 週) 上課筆記及心得報告

姓名：鄧品遠

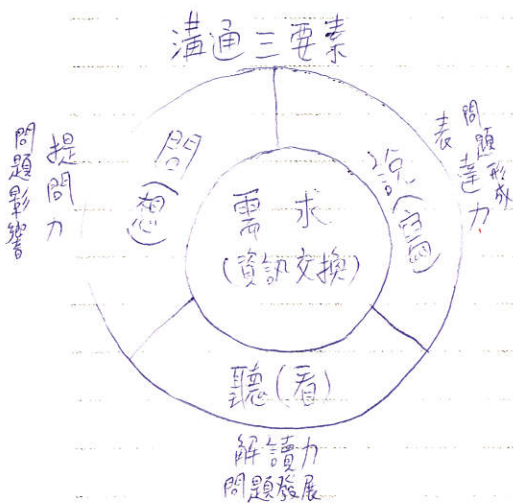
學號：A046027

班級：資二甲

A+

- \* 對話要點：聲音清晰，保持微笑，看著聽者，閉免眨眼(顯得沒自信)，注意自身小動作
- \* 透過麥克風講話不要一直出現「恩·啊·呃」

教育的目的：知道  
訓練的目的：做到

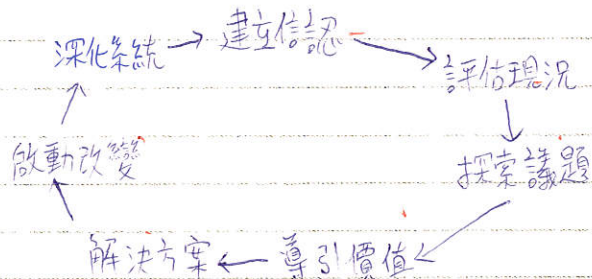


- \* 表達力：
1. 說明的能力
  2. 情緒與肢體掌控力
  3. 說故事的能力
  4. 公眾演說的能力
  5. 寫作的能力

- \* 解讀力：
1. 傾聽與理解的能力
  2. 觀察肢體與情緒的能力
  3. 邏輯分析的能力
  4. 分析診斷的能力
  5. 覺察力(紛圖與能量)

- \* 提問力：
1. 發想問句的能力
  2. 修辭的能力
  3. 深入對話的能力
  4. 自我對話的能力
  5. 心靈對話的能力

## 企業教練的七個歷程



\* Google 執行長施密特：「我管理公司是靠『發問』，不是靠『回答』。回答會啟動對話，對話會帶來創新。如果你要一個創新的文化，那你就多發問。」

心得：我覺得雖然我是就讀資管系，主要比較是接觸電腦，但一定還是會有需要和人文談對話的時候，所以我覺得這次的演講真的很有幫助，有時候我在解答別人問題時也會話卡在嘴裡不知道該怎麼表達，所以我真的覺得這堂課很有幫助。

棒!! 加油!!

Runy