

# 與上司建立高效合作關係的藝術

在當今充滿活力的工作場所中，與上司建立積極且富有成效的關係至關重要。這項為期一天的培訓為參與者提供了實用的工具和策略，以加強溝通、管理期望並創造協作的工作環境。

## 課程對象：

本課程適合與主管或經理互動的各級員工、新進員工尋求與上司建立牢固的工作關係、所有想了解及提升與上司建立高效合作關係的技巧，或對此課題有興趣人士



## 課程目的：

本課程的目的是幫助參加者：

- 了解有效的上司與員工關係在實現組織目標中的作用
- 培養溝通技巧，以便與主管自信、專業互動
- 學習建設性地管理分歧和衝突的技巧
- 增強時間管理和優先排序技能，以滿足期望
- 培養積極主動的心態，以預測和解決與上司相關的挑戰

## 課程內容：

- |                |                   |
|----------------|-------------------|
| • 了解你的上司       | • 成為一股始終如一的正向力量   |
| • 了解上司的溝通偏好    | • 在壓力下保持冷靜        |
| • 了解上司的決策過程    | • 承擔責任            |
| • 讓你的上司看起來很好   | • 建立支援網絡          |
| • 不要試圖成為改革者    | • 在困難期間保持以解決方案為中心 |
| • 成為問題解決者      | • 表現出同理心          |
| • 成為適應力強及靈活的下屬 | • 積極學習新技能         |
| • 設定健康的界線      | • 提供建設性回饋         |
| • 在績效評估期間進行管理  | • 有效管理你的時間        |

## 學習成果：

在本課程結束時，學員將能夠：

- 與上司有效溝通，適應不同的溝通方式
- 管理期望、確定任務優先順序並有效地按時完成任務
- 專業地解決衝突，將挑戰轉化為成長機會
- 透過一致的表現建立信任和信譽
- 採取積極主動的方式處理與上司的關係，以取得長期成功

**日期及時間：**2026 年 7 月 21 日 (星期二) 10:00a.m.-5:00p.m.

|            |                                                                     |
|------------|---------------------------------------------------------------------|
| <b>語言：</b> | 粵語                                                                  |
| <b>費用：</b> | 港幣\$1,780 / *港幣\$1,580<br>(*於 2026 年 7 月 7 日或之前報名及付款，或三人同時報讀)       |
| <b>形式：</b> | 線上課程 (Zoom)                                                         |
| <b>證書：</b> | 出席率達總時數 80%以上之學員可獲「華基商學院」頒發電子出席證書。                                  |
| <b>查詢：</b> | 電話：2770 3033 或 <a href="mailto:info@ced.edu.hk">info@ced.edu.hk</a> |

## 報名及繳費辦法：

1. 請將港幣支票連同報名表郵寄至：

香港上環干諾道西 28 號威勝商業大廈 5 樓 510 室 華基商學院收  
(支票請書明支付「CED School of Business Limited」，並請劃線)

2. 銀行入數或轉數快 (FPS)

銀行名稱：Shanghai Commercial Bank (上海商業銀行) (025)

賬戶名稱：CED School of Business Ltd

賬戶號碼：338-14-33017-6

轉數快識別碼：6855886

請將銀行入數紙、轉賬紀錄、或轉數快紀錄，電郵至：[info@ced.edu.hk](mailto:info@ced.edu.hk)

## 導師：Mr Jacky Wong

華基商學院課程總監，畢業於香港科技大學，曾服務於美國友邦保險、金域假日酒店等機構；擁有逾 15 年教育培訓及管理經驗，擅長傳統公函文書禮儀、電子文書禮儀、溝通技巧、匯報技巧、談判技巧、領導力、團隊建設、人際關係、客戶服務及創意應用等培訓專案，黃導師擅於以互動、體驗和理論，以及風趣、生動來分享教學。黃先生精於 Word、Excel 及 PowerPoint 在職場上的實戰運用，亦擅於深入淺出，講授香港勞工法例，尤其精於工資計算(713)及工傷賠償計算方法，讓學員能容易掌握和應用於工作和生活中。黃先生曾多次獲商務團體、教育機構、非牟利機構邀請講授課程，深受客戶的信賴和好評。客戶包括：勞工處、綠色和平、香港明愛、香港樂施會、香港基督教女青年會、循道衛理楊震社會服務處、富士電機（香港）、交通銀行、信滙會計師事務所、澳門高美好食品有限公司等。

### 報名表

## 與上司建立高效合作關係的藝術 2026 年 7 月 21 日

- 申請人請填妥以下表格，然後電郵至：[info@ced.edu.hk](mailto:info@ced.edu.hk)

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |     |               |     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|---------------|-----|
| 公司名稱：                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |     | 聯絡人姓名（先生/女士）： |     |
| 地址：                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |     | 職位：           |     |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |     | 電話：           |     |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |     | 電郵：           |     |
| 參加者姓名（先生／女士）：                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |     | 參加者姓名（先生／女士）： |     |
| 職位：                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |     | 職位：           |     |
| 電話：                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 傳真： | 電話：           | 傳真： |
| 手提電話：                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |     | 手提電話：         |     |
| 電郵：                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |     | 電郵：           |     |
| <ul style="list-style-type: none"><li>✓ 座位有限，先到先得，滿額即止，以繳交費用為準。</li><li>✓ 申請人請依時到達上課地點。如要取消申請，請在上課前 14 個工作天以書面通知。否則已繳費用，概不退回。</li><li>✓ 缺席者已繳費用，概不退回。不設有補課。</li><li>✓ 所有課程費用必須在上課日前 3 個工作天前付清。如遲交費用，本校將會額外收取港幣 200 元行政費。</li><li>✓ 課程提供者有權根據有需要情況作出任何調動，包括課程內容、上課地點時間及講師。</li><li>✓ 請問你從何渠道得知本課程？ 1. <input type="checkbox"/> 傳真 2. <input type="checkbox"/> 電郵 3. <input type="checkbox"/> 互聯網 4. <input type="checkbox"/> 講座 5. <input type="checkbox"/> 廣告 6. <input type="checkbox"/> 業務經理 7. <input type="checkbox"/> Facebook 8. <input type="checkbox"/> LinkedIn 9. <input type="checkbox"/> 學會：(請註明) _____ 10. <input type="checkbox"/> 其他：(請註明) _____</li></ul> |     |               |     |

本校只會把以上個人資料作本研討會登記之用，並會依《個人資料(私隱)條例》保密處理。條例全文請參考香港個人資料私隱專員公署網頁：[https://www.pcpd.org.hk/tc\\_chi/files/pdpo.pdf](https://www.pcpd.org.hk/tc_chi/files/pdpo.pdf)

本人同意以上條款。申請人簽署：\_\_\_\_\_ 日期：\_\_\_\_\_