



溝通無礙



一、請舉例說明，生活中曾發生當何種情境時，用單向溝通是清楚不紊亂；而發生何種情境時，用單向溝通卻常造成誤會，要如何改用雙向溝通來傳遞訊息？(各舉一例)

單向溝通(one-way communication) 生活例子	效果 (effect)	轉換成 (transform)	雙向溝通(two-way communication) 生活例子	效果 (effect)
例如：軍隊發號施令	V	X		
例如：小明說我今天很美，讓我擔心是否再跟我告白。	X	→	問小明此話的意思，他補充說他認為我今天穿的衣服很美。	V

二、請舉例說明，在日常生活中曾發生當何種情境時，用非語言訊息(nonverbal communication)是個很好的溝通方式；而曾在何種情境時，因非語言訊息而造成誤會(misunderstanding)，要如何改變才能避免誤會產生？

三、請訪問同學，分別寫出他們所提供的兩件事，並試圖以同理心的角度寫出他所想表達的，最後確認同學是否是這個意思，若不是，請將他們真正的意思寫下。最後將你所理解的部分表達出來給對方知道。

事件(event)	我認為對方… (I think his feeling...)	對方真正的狀況… (The fact is...)	我所理解到的是 (empathy)
	心情： 在意的是：	心情： 在意的是：	你因為： 所以你覺得：

心情：

在意的是：

心情：

在意的是：

你因為：

所以你覺得：



理解與被理解，都是件快樂的事