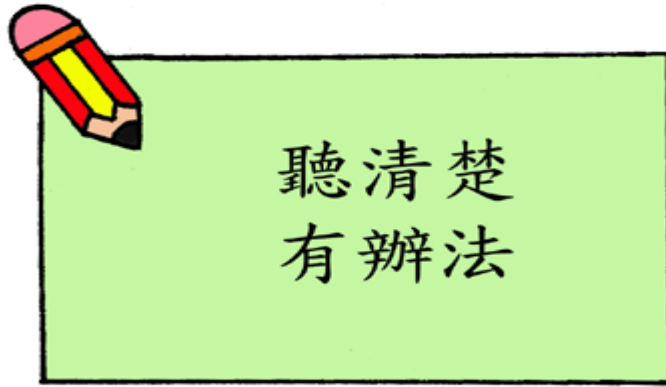




目的： 學習聆聽的技巧

物資： 1. A組說話卡及A組聆聽卡 **附件一**
2. B組說話卡及B組聆聽卡 **附件二**

步驟： 1. 導師先邀請或抽出兩位參加者，他們分別抽一張A組說話卡及一張A組聆聽卡。
2. 兩位參加者依照卡上的指示演繹有關角色。
3. 完成後，導師引導手持「說話卡」的參加者分享在溝通過程中的感受，然後鼓勵其他人表達意見。
4. 重複步驟(1)至 (3)，直至完成所有A組的情境。
5. 導師與參加者共同總結「溝通大忌」。
6. 利用B組說話卡及聆聽卡，重複步驟(1)和(3)。
7. 導師與參加者共同總結「有效的聆聽技巧」。

總結： 1. 溝通必須是雙向的，如一方不斷發出信息而另一方接收不到或沒有回應，溝通便不成功。
2. 專心聆聽是尊重對方的表現。
3. 適當的聆聽技巧能促進彼此的關係，達致有效溝通。
4. 基本的聆聽技巧包括：
- 適當的身體語言，如身體略向前傾、點頭表示明白等。
- 保持眼神接觸。
- 簡單的回應，如「係呀」、「唔、唔」、「咁又係嘅」，以及在適當時候表達自己的意見或發出提問，均可表示我們在聆聽，鼓勵對方繼續說下去。
5. 風紀在執行職務時，如能耐心聆聽同學的說話，使對方樂意合作，事件會較容易處理。

參考： 曾嘉美等(2001)《個人社化發展課程-小四》香港：香港扶幼會