



4 上第 9 課

你擅於聆聽嗎？

生活實踐：你是否擅於聆聽，尤其是聆聽那些比你經驗豐富的人？登入本課程網站填寫問卷，看看你是否好的聆聽和跟從者。

聆聽指數大搜查：

以下簡單問卷包含一些描述語句，它們符合你的想法嗎？你有多經常做到其中所述的情況？請以你的第一印象填寫下表，然後閱讀尾段的結果分析。

01. 對於「不聽老人言，吃虧在眼前」這句諺語，你同意其說法。
☐ 非常不同意 ☐ 不同意 ☐ 同意 ☐ 非常同意
02. 跟長輩交談時，你說話的時間比聆聽的時間來得長。
☐ 甚少 ☐ 有時 ☐ 時常 ☐ 經常
03. 跟父母溝通的時候，你大多會嘗試從對方的角度出發思考問題。
☐ 甚少 ☐ 有時 ☐ 時常 ☐ 經常
04. 你能夠敏感識別出別人語句中細微的變化，例如語氣、用字等。
☐ 非常不同意 ☐ 不同意 ☐ 同意 ☐ 非常同意
05. 在跟年長的人對話時，你常常會就不明白的地方向對方提問。
☐ 甚少 ☐ 有時 ☐ 時常 ☐ 經常
06. 若跟別人單獨共處時，你會安於雙方有沉默不談話的時間。
☐ 非常不同意 ☐ 不同意 ☐ 同意 ☐ 非常同意

07. 跟不同的人溝通的時候，你會有意識地調整自己採用的溝通方式。(例如：若跟害羞的人接觸，你會主動攀談，跟健談的人溝通，你會適時問對方問題)

☐ 非常不同意 ☐ 不同意 ☐ 同意 ☐ 非常同意

08. 若你從對方口中聽到跟自己想法不同的意見，你傾向於盡快找機會回應。

☐ 非常不同意 ☐ 不同意 ☐ 同意 ☐ 非常同意

結果分析：

請你根據所選擇的答案計算分數，非常不同意/甚少，則得 1 分，不同意/有時，2 分，同意/時常，3 分，非常同意/經常，4 分，

□ 8-13 分：你或許較有主見，跟別人（尤其是長輩）溝通時會較希望表達自己的意見，嘗試多聆聽吧。

□ 14-29 分：你會嘗試聆聽別人的想法，但若更留心聆聽的話，應能從中獲得更多裨益。

□ 20-26 分：你能夠平衡對長輩的聆聽和自己意見的表達，願你繼續堅持，跟不同的人也能和諧共處、彼此了解。

□ 27-32 分：你樂於聆聽別人的意見，但也要留意深入的交流是雙向的，緊記也要誠懇地抒發自己的心聲啊。

備註：分數只作參考之用，重要的是同學懂得聆聽別人和耐心地與人溝通啊！