

香港中文大學那打素護理學院 「流金頌」培訓計劃

CTP001：健康老齡化及代際關係之凝聚 非正規及家庭照顧者培訓工作坊（二）

主題：護老者聆聽技巧（第2堂）



香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust

聆聽的過程

聆聽的過程



不理想的聆聽

在聆聽時做白日夢

在講話慢或重複者前發呆或心不在焉

當內容沉悶時，不理睬對方

容易心分

被某些聾點影響注意力

聾點 (deaf sports) 指會令聆聽者的思想變成游蕩或精神離題的一些字眼。每個人的聾點是不同的。所以，聆聽者需要留意自己的聾點。

在聆聽時表現得沒有能量或精神

只聽到事實方面的資料而忽略中心思想

判斷說話者的說話方式而非其內容

聆聽時，對困難的資料沒有興趣

太早跳進結論

干擾對方

忽略特別的反應

失去眼神接觸

代替說話者結束其思想

轉變話題

過度的身體動作

對說話者習慣性挑戰

工作坊第2堂

-- 完 --