

新北市立新北高工 108 學年度第 2 學期 第二次段考 試題										班級	綜三甲	座號		電腦卡 作答
科 目	人際關係 與溝通	命題 教師	高淑琴	審題 教師	李書儀	年級	三	科別	綜合科	姓名				否

一、是非題 (每題 2 分，共 20 分)

- () 1.當別人對我們講話時，我們應該要積極給予建議，才是好的傾聽者。
- () 2.保持安靜、不插嘴、靜靜的站著和看著對方，以被動式聆聽而言，是積極聆聽的表現。
- () 3.點頭或搖頭，做一些簡單的回應像「嗯」或「真的」，是屬於反射式的聆聽。
- () 4.使用簡單的詞語像「那很有趣」或「從來沒想過那個」和問簡短的問題像是「怎麼會這樣呢？」或「接下來發生了什麼？」可以增進談話和打開彼此的瞭解管道。
- () 5.我們把聽到對方說的話背後的感情反映回去，是屬於消極的聆聽。
- () 6.當媽媽著急的說：「兒子！已經半夜了！你到現在才回來。」；兒子回答：「我長大了，可以不要管我幾點回家嗎？」兒子的回答有發現媽媽潛在的擔心感受，是好的回應。
- () 7.同理心兩個要素，一是對他人情緒的認知，即知覺技巧；另一個是對他人情緒的反應，亦即溝通技巧。
- () 8.所謂同理心，是站在自己的立場，將你對事件的經驗、行為、感覺，傳達給對方知道。
- () 9.與別人對話應避免以「你」為主體的語句，如：「你讓人很討厭耶！」是不恰當的回應方式。
- () 10.用「我」字開首，能說出自己的內心感受和看法，不帶責備或判斷成分，較能讓對方了解我的感受，是一種好的溝通方式。

二、配合題：請選出正確的溝通方法或較佳的對話，填入代號 (每題 2 分，共 40 分)

- A. 我記得你曾經穿過黑色牛仔褲比今天的褲子會更好看 B. 理智 C. 把握即時 D. 感性
- E. 不好意思，我正在和同學討論功課，可以等我 10 分鐘嗎？ F. 要分析成本、利害得失給他聽
- G. 講真話 H. 好好好，我理解你的憤怒，不要生氣了 I. 對不起，感謝您的提醒，我會專心工作
- J. 好啊!真的好久不見，要約哪裡呢？

- 1.() 與雙魚座溝通，要站在_____的立場，扣人心弦的氣氛，不需要太理智。
- 2.() 與水瓶座溝通時，你要記住冷靜、_____，因為他本身就是這樣的人，所以無論你對他叫或咆哮一概無效。
- 3.() 雙子座對於說話不算話會非常生氣，溝通重點在_____，他們的情緒反應是一時的，要在當下談，別提昨天或以前的事。
- 4.() 面對牡羊座火爆生氣時，要能理解他，告訴他：「_____」。
- 5.() 對於獅子座，若嫌棄他的穿著或批評他的話語會讓他非常沒面子，只可用旁敲側擊的方法，例如：_____。
- 6.() 當你與天蠍座溝通時，無論對與錯，要拿出誠意，要對他們_____，一旦你說謊話他馬上可以看穿你，與他們交往一定要誠實。
- 7.() 摩羯座溝通能力很差，不願被溝通也懶得與人溝通，是個思想封閉、拒絕與人心靈往來的星座，想說服他時，_____。

新北市立新北高工 108 學年度第 2 學期 第二次段考 試題										班級	綜三甲	座號		電腦卡 作答
科 目	人際關係 與溝通	命題 教師	高淑琴	審題 教師	李書儀	年級	三	科別	綜合科	姓名				否

- 8.() 「我們好久沒有見面了！你可以來幫忙順便一起吃個飯聚聚嗎？」好的回應是：「_____」。
- 9.() 媽媽在跟你說話想和你一起出去吃飯，你為了和同學討論功課一直划手機沒有認真聽媽媽說話，當你要忙時，好的回答句子是：「_____」。
- 10.() 店長說：「你一直分心事情都做不好！」你可以回應：「_____」

三、我訊息分辨：請在下列各句子前面標示，「I」表示是我訊息的句子，「Y」表示是你訊息的句子。

(每格 2 分，共 10 分)

- 1.() 你令我生氣
- 2.() 當你對著我照相時，我覺得隱私被侵犯，我很生氣。
- 3.() 我感到被拒絕了。
- 4.() 你又遲到了，害我們錯過這場電影。
- 5.() 我很傷心，因為你故意在別人面前說我壞話，而那些都不是真的。

四、情境題：請依下列情境，寫出「我訊息」句子或正確傾聽句子 (每題 5 分，共 30 分)

❖提示敘寫內容須使用我訊息的四個重點：

(1)描述具體事實 (2)描述感受 (3)該行為對你的影響 (4)描述你的期待或解決方法

❖提示傾聽敘述內容須包括：注意、追隨、反映

1. 下雨天，媽媽叫我出門一定要穿雨衣，可是我不想，就跟媽媽起了爭執。

我訊息→

2. 做分組報告的時候，同學沒有準時把他負責的部分做好，害我們這組遲交。

我訊息→

3. 同學開玩笑太過火，一直對著我叫不雅的綽號。

我訊息→

- 4.小美和小婷去逛街，小美想選生日禮物送給男朋友，看了許多商品，最後選了一個皮夾和手機殼，轉身向小美說：「你覺得這個皮夾或手機殼哪一個好?如果是你會選哪個?」

傾聽→

5. 奕廷說：「假日我都在家打電動打了六場，一直連續輸三場，還被隊友罵笨蛋，氣死我了」

傾聽→

6. 自己寫出和同學假日生活對話例子，並寫出正確傾聽句子

例子→

傾聽→