

表一、各同理等級要做及不要做的言行指標

同理等級		要做的言行	不要做的
0	忽略或是敷衍病人	--	--
1	專注傾聽	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 與病人眼神接觸</li> <li>● 以簡短的「口語」回應，或點頭、表情等「身體語言」表達專注及理解</li> <li>● 觀察及解讀病人的「口語」及「非口語」表達及「副語言」</li> <li>● 非必要時不打斷病人的發言</li> <li>● 追問或引導病人表達同理需求 +</li> <li>●</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 一直注意手錶、手機或是其他的事物</li> <li>● 急著想要給予建議</li> </ul>
2	理解表面的同理需求	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 重述、摘要病人所說的話 +</li> <li>● 具體說出對於病人表面說法的理解</li> <li>● 確認/釐清自己的理解與病人陳述之內容相同</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 否定或批評病人之同理需求</li> <li>● 用強烈的語氣說明理解 <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 「你一定是...」</li> </ul> </li> </ul>

3	理解深層的同理需求	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 觀察及解讀病人的「口語」及「非口語」表達及「副語言」</li> <li>● 詢問病人是否願意討論其感受或想法</li> <li>● 追問或引導病人進一步表達想法、感受、同理需求</li> <li>● 保持開放，不遽下結論 +</li> <li>● 具體說出對於病人的深層同理需求 +</li> <li>● 確認/釐清自己的理解是否正確</li> <li>●</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 否定、評價或批評病人之同理需求</li> </ul>
4	嘗試回應表面的同理需求	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 討論同理需求/問題合適的處理方式 <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 提出具體建議並與病人討論之</li> <li>■ 提供病人合理的保證</li> </ul> </li> <li>● 安撫病人的情緒 <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 合理/正當化病人的情緒感受</li> <li>■ 與病人分享共同經驗</li> <li>■ 傳遞希望、給予鼓勵</li> <li>■ 訴說、或是自我調整</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 否定、評價或批評病人之同理需求</li> <li>● 強迫對方接受自己的意見</li> </ul>
5	回應表面的同理需求並確認被接受		

		<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 給病人自我調整的時間、空間 +</li> <li>■ 與病人成為夥伴，並表達願意傾聽的意願，讓病人可以訴說/抒發 +</li> <li>■ 贊同與肯定有助於治療的特定行為 +</li> <li>● 支持病人的想法 <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 合理/正當化病人的想法</li> <li>■ 提出具體建議並與病人討論之</li> <li>■ 與病人成為夥伴，並表達陪伴的意願</li> <li>■ 贊同與肯定有助於治療的特定行為 +</li> <li>■ 確認回應是否被接受</li> <li>■ 觀察病人非語言線索是否改變 +</li> <li>■ 口頭詢問病人是否接受治療師給予的回應 +</li> </ul> </li> </ul>	
6	嘗試回應深層的同理需求	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 如同等級 4~5</li> </ul>	● 如同等級 4~5
7	回應深層的同理需求並確認被接受	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 需以較和緩的語氣給予回應並確認回應是否被接受 +</li> </ul>	

Version: 20230222