

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

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

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

Version: 20230222