

聽你聽我說

班級：_____座號：_____姓名：_____

已經進入停課第三週，和家人有更多朝夕相處的機會，是否也出現更多的誤解、衝突需要解決呢？請試著回想和家人相處的過程中，是否有哪一次的事件較印象深刻？讓我們透過文字，練習與家人溝通的方法吧！

親愛的_____，我有一些話想跟您說...

事件的經過

我的感受

我想讓您知道



尊重對方、設身處地、完整溝通，讓心更靠近！