

## 附錄 5

萬花筒研究所 (Kaleidoscope Institute)

KI 工具箱

地址: 840 Echo Park Ave. Los Angeles, CA 90026-4209

### 尊重溝通準則

R = 對自己的言論和感受**承擔責任**，不責怪他人。

E = 以**同理心**傾聽。

S = **細心留意**不同的溝通方式。

P = 說話前先**深思**聽到和感受的內容。

E = **檢視**自己的假設和看法。

C = **保密**。

T = **信任**模糊性，我們不是來爭論誰對誰錯。

溝通是建立更具包容性社區的最重要元素之一。來自不同背景的人帶來不同的溝通方式。有時，這些差異可能會在社區成員之間引發衝突—通常是無意間發生的。溝通準則如同交通規則，在獲得駕駛執照開車前必須理解和遵守。我們需要通過測試證明我們了解並將遵守規則，從而減少交通事故的可能性。在人際溝通中，雖然我們不要求人們通過測試，但確實需要提醒人們如何尊重地互動。社會制約可能會讓我們對於自己不同的人產生負面態度、貶低、評頭論足和輕忽。如果希望表達上帝包容性的精髓，那麼當我們試圖建立一個更具包容性的社區時，需要採取不同的作為。尊重溝通準則為維護社區福祉奠定基礎。

這些準則會以不同的形式在每堂課的每次課程中得到確認。您也可以採用未被建議的創新形式加以引入，但無論您使用何種形式，都必須採用尊重溝通準則。不同社區使用不同版本的溝通準則。萬花筒研究所(Kaleidoscope Institute)最常使用的準則是多年來通過與不同團體合作發展而成。該準則由首字母縮寫組成，以幫助小組成員記住內容。在小組第一次會議中，應詳細探討每個字母的含義。在後續的會議中，至少應該閱讀準則並達到一致同意，有時附帶稍簡短的解釋。