

### 夫妻溝通知多少?

在以下的問卷語句，**誠實地選擇**：同意，不確定，或不同意。最後您打個分數。

	同意(5 分)	不確定(3 分)	不同意(1 分)
1. 我總覺得難以用適當的言語把事情解釋清楚。			
2. 我有點怕太「透明」而被對方拒絕或指責。			
3. 我覺得與對方溝通會弄巧反拙，沉默是金！			
4. 我常常沉默寡言，因為怕我的觀點不被對方接受。			
5. 我有時因為太氣了，就用沉默來對付。			
6. 解釋反而讓事情弄得更糟糕。			
7. 我話多，讓對方沒機會說話。			
8. 老實說，我和神溝通（禱告）並不好。			
9. 我盡力隱瞞真相以免惹禍。			
10. 我的言詞常常是採取防守姿態 (defensive)。			
11. 我常翻對方的舊帳。			
12. 我言行不一致，例如答應了卻沒有行動。			
13. 我實在不留心聽。			
14. 對方以怒氣相對或指責我，我會以眼還眼，以牙還牙。			
15. 我常取笑或作弄對方。			
<b>總分數</b>			