

〈也談談溝通層面〉

姚慶生牧師

節目《故 心天空》

過去兩年，我參與的一個良友台節目名叫《故事心天空》，監製按每回主題，要求主持人分享人生經歷或個人成敗、喜好、愛惡等。這些要求說來淺白易明，但亦有其難處。有時，挖盡心思找不到經驗分享時，說白了就像是白過子似的；若全都無所保留「和盤托出」時，人就好像赤裸裸，讓整個中國，甚至半個世界的聽眾，都聽到自己的過去、榮辱等。

參與這個節目的很多時候，不太想說而且感到有點難為，真的考了起我，但也得選擇決定，這也是你我的人生。生活相交，本就由淺入，具有不同的溝通層次，亦反映人際親密度與信任度提升。淺層溝通適用陌生人或初次接觸，層溝通則多見於親密關係或長久互動。有效溝通需根據情境，及跟對方關係選擇合適層次，避免過度入或過於疏遠。

不同層次的溝通

- 表層溝通 多屬常寒暄、禮貌性對話，聚焦於基本信息交換（如問候、天氣、常瑣事）。內容較表面，無入情感或思想交流。
- 事實溝通 分享具體事實、數據或資訊（如作報告、行程安排）。以遞明確訊息為主，較少涉及個人情感或觀點。
- 意見溝通 表達個人看法、觀點或建議（如討論計劃、分享見解）。開始涉及個人思想，但仍可能保持一定客觀性。
- 情感溝通 分享個人感受、情緒或內心體驗（如訴說喜悅、憂慮）。需要一定信任涉及較的情感聯繫。
- 度溝通 入探討價值觀、人生信念、內心世界或重人生經歷。需要高度信任與安全感，促進刻的情感與思想共鳴。

溝通屬那層次

已聚會多的弟兄姊妹生活，我們抵仍停留在那裡？當耶穌吩咐門徒要彼此相愛（約翰福音），又或有保羅說，家得愛心說誠實（以弗所書），在實踐意義是否只屬原則性吩咐，又或真是要求信徒冒險開放？今時在教會相處，作為主耶穌真門徒，我們是如何分享生活的？

其實，有效福音作見證，本身就是真誠冒險的溝通吧！我想，這也是聖靈感動之言。不知你作何想法？原來達好信息，既是主福音能，更是我們的透明生命。

「因為我們的福音到你們那裏，不獨在乎言語，也在乎權能和聖靈，並充足的信心。正如你們知，我們在你們那裏，為你們的緣故是怎樣為人。」（帖撒羅尼迦前書 1:5）