

姿勢決定你是誰

影片名稱：姿勢決定你是誰

連結網址：<https://www.youtube.com/watch?v=McE-AuemcFg>

或可到輔導處網站連結網址

影片時間：20 分 42 秒



想一想：

- 1.我們大量的透過肢體語言判斷他人所傳遞的訊息，同樣的，自己的肢體語言也會傳遞訊息給別人。
- 2.觀察一下自己，你常見的姿勢是什麼？這個姿勢可能會傳遞什麼樣的訊息給他人？
- 3.Amy Cuddy 影片中提到女生比男生在肢體語言上更容易顯得畏縮，你有發現這樣的狀況嗎？若真是如此，你覺得這對女性的學習及未來求職會可能產生什麼影響？又應該如何去覺察和改變？