

ЧЕК ЛИСТА ЗА САМОПРОЦЕНУ СПОСОБНОСТИ АКТИВНОГ СЛУШАЊА



Попуните чек чисту која односи на самопроцену ваших способности активног слушања. Након попуњене чек листе вратите се на форум и следите инструкције из корака 2.

ПИТАЊЕ	УВЕК (5 поена)	СКОРО УВЕК (4 поена)	ОБИЧНО (3 поена)	РЕТКО (2 поена)	НИКАД (1 поен)
Да ли волите да слушате када други људи причају?					
Да ли подстичете друге на разговор?					
Да ли слушате и оне особе које вам се не свиђају?					
Да ли подједнако пажљиво слушате и младе и старе и мушкарце и жене?					
Да ли на ваше слушање утиче то да ли је саговорник пријатељ, познаник или странац?					
Да ли саговорника директно гледате, повремено се смешите и климате главом?					
Да ли пуштате да саговорник заврши реченицу, пре него што почнете да причате?					
Да ли за време неког излагања мислите о томе шта је било речено, чак и кад тема није најинтересантнија?					
Да ли можете да игноришете различите ствари које вас ометају док нешто слушате?					
Да ли заборављате то што су вам рекли?					
Да ли покушавате да разумете поруке које стоје иза стварних речи и реченица?					
Да ли покушавате да откријете мотиве који се крију иза одређене поруке?					
Ако саговорник застане или оклева, да ли га охрабрујете да настави?					
Да ли поновите и разумете нечију идеју и питате да ли сте оно што је речено добро разумели?					
Да ли се уздржавате од закључака док не саслушате све? Да ли слушате без обзира на стил нечијег излагања(манири причања, стил, тон, избор речи)?					
Да ли слушате и онда када су вам ствари унапред познате?					
Да ли постављате питања да би вам ствари детаљније разјаснили?					
Да ли тражите да вам се неке речи и појмови, који вам нису добро познати, разјасне?					
Да ли на особу са којом комуницирате обраћате пуну пажњу, чак и кад за то време радите нешто друго?					

Своје одговоре вреднујте на следећи начин:

Увек-5 поена; скоро увек-4 поена; обично-3 поена; скоро никад-2 поена; никад-1 поен.

Када сте сабрали све поене, погледајте своје резултате:

- Ако имате 70 и више поена....можете сматрати да сте добар слушач
- Од 55 до 70.....ви сте просечни слушач
- Испод 50...не губите време, почните да радите на побољшању својих способности слушања.

Учесници индивидуално попуњавају чек листу са индикаторима за препознавање способности за активно слушање.