

# УМЕНИЕ СЛУШАТЬ ДРУГОГО

# УМЕНИЕ СЛУШАТЬ ДРУГ ДРУГА



## **ПОНЯТИЯ «СЛУШАТЬ» И «СЛЫШАТЬ».**

**Умение слушать** – умение слушать так, чтобы ваш собеседник хотел вам рассказывать, говорил открыто и с удовольствием.

**Умение слышать** – это умение слышать именно собеседника, а не свои разные соображения по поводу сказанного им. Слышать именно то, что сказано, суть сказанного.



## **ТЕСТ «УМЕЕТЕ ЛИ ВЫ СЛУШАТЬ?»**

Подсчитайте количество ответов «нет».

**10—12 баллов.** Вы умеете достаточно хорошо слушать собеседника. Ваши собственные эмоции не мешают внимательно слушать даже то, что вам не очень нравится. Многие любят общаться с вами, поскольку вы даете им, нередко очень подробно, «поплакаться в жилетку».

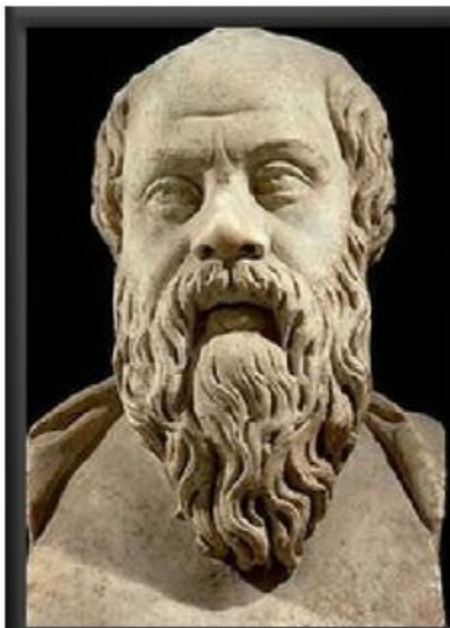
**8—10 баллов.** Нередко вы проявляете умение слушать собеседника. Если собеседник вам надоел, вы стараетесь очень тактично прервать его излияния и закончить общение с ним. Иногда вы все же позволяете себе прервать собеседника, для того чтобы вставить свое «веское» слово.

**Менее 8 баллов.** Вы, к сожалению, еще не научились слушать своего собеседника. Постоянно прерываете его, не даете ему высказаться до конца. Нередко вам существенно мешают эмоции или предубеждения в правильном понимании содержания того, о чем вам говорят. Иногда вы можете занять негативную, конфронтационную позицию по отношению к собеседнику, отвлекаетесь от основного вопроса обсуждения, особенно если при этом намечаются какие-либо трудности.

## **ДАВАЙТЕ ПОДУМАЕМ...**

**Почему человеку даны два уха, два глаза и только один язык?**





*Природа наделила нас двумя  
ушами, двумя глазами, но лишь  
одним языком, дабы мы смотрели  
и слушали больше, чем говорили.*

—Сократ  
& [quotoro.ru](http://quotoro.ru)

## **Что нам мешает слушать?**

Љ **Расхождение во взглядах:** ваша точка зрения в корне отличается от высказываемой другим человеком;

Љ **Сильные эмоции:** тема разговора волнует вас настолько сильно, что это мешает вам слушать;

Љ **Физическая усталость или дискомфорт,** возможно вы утомлены или голодны; страдаете от жары или холода; находитесь в стрессовом состоянии, нервничаете или испытываете недомогание.

Љ **Желание говорить:** вам нравится все время говорить самому и быть центром внимания; считаете важным только свое личное мнение.

Љ **Отсутствие концентрации внимания и рассеянность:** возможно, вам не дает сосредоточиться шум, вы мысленно планируете предстоящие вам дела или из-за чего-то (кого-то) переживаете.

Љ **Отношение к собеседнику:** вам может быть неприятен человек, с которым вы разговариваете; он может казаться вам чересчур скучным или слишком самоуверенным.

# **ИГРА** **«ИСПОРЧЕННЫЙ ТЕЛЕФОН»**





# ЗАДАНИЕ

- Поиграйте со своими друзьями в игра !!!
- «Испорченный телефон» Ведущий говорит на ухо первому участнику фразу, первый участник должен так же тихо повторить сказанное на ухо второму, тот – третьему и так далее, до конца цепи. Повторять и переспрашивать нельзя. Последний участник громко произносит то, что он услышал, после чего ведущий громко зачитывает с бумаги то, что было им сказано первому участнику.

## **МОЖНО ЛИ НАУЧИТЬСЯ БЫТЬ ВНИМАТЕЛЬНЫМ?**



Для тренировки слухового внимания необходимо выделять ежедневно 10 минут для максимального «вслушивания».

Нужно постараться внимательно вслушаться в речь диктора, оратора, корреспондента и т.д.

## ***КОГДА ВЫ СЛУШАЕТЕ, ТО:***

- **Делайте это с полным вниманием;**
- **Не стройте поспешных догадок о том, что собирается вам сказать собеседник;**
- **Не теряйте время, пытаюсь сформулировать ответ, слушая другого;**
- **Глядя в глаза, покажите, что вы действительно внимательно слушаете собеседника;**
- **Разговаривая по телефону, давайте понять звонящему, что вы его внимательно слушаете, время от времени произнося: «Так..», «Да..», «Хорошо..» и т.д.**
- **При необходимости делайте пометки.**

**Чем больше вы слушаете людей,  
тем больше они слушают вас!**



# Рефлексия

Сегодня на занятии я узнал...

Было интересно ...

Меня удивило ...

Вызвало сложности ...

Теперь я могу ...

У меня получилось ...

На следующем занятии я хочу ...