

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».

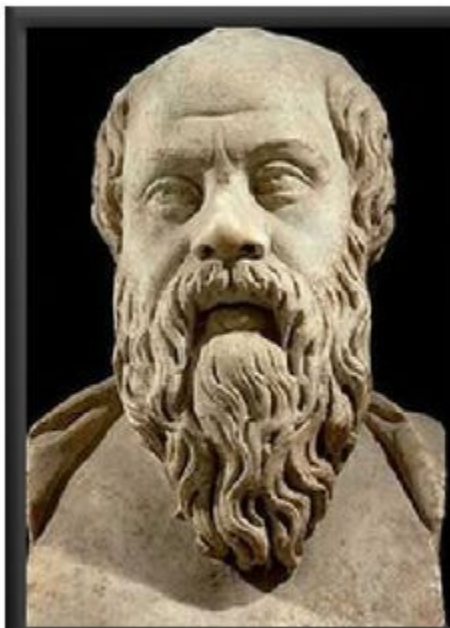
8—10 баллов. Нередко вы проявляете умение слушать собеседника. Если собеседник вам надоел, вы стараетесь очень тактично прервать его излияния и закончить общение с ним. Иногда вы все же позволяете себе прервать собеседника, для того чтобы вставить свое «веское» слово.

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

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 ...