



Słuchaj, aby zrozumieć a nie, aby odpowiedzieć.

Moje wielkie marzenie

W parach wybierzcie osobę A i osobę B.

Osoba A opowiada o swoim marzeniu. Osoba B losuje sposób słuchania i zachowuje się zgodnie z opisem danego sposobu słuchania. Po 3 minutach osoba A zgaduje i zaznacza na karcie pracy, w jaki sposób była słuchana oraz udziela osobie B informacji zwrotnej dotyczącej tego, co ona robiła i jak się zachowywała, że osoba A tak właśnie oceniła jej słuchanie. Po wypowiedzi osoba B ujawnia swój wylosowany sposób słuchania. Następuje zamiana ról w parach.



- Ignorowanie**
Nie słuchamy
tego, co ktoś mówi.



- Udawanie, że się słucha**
Myślami jesteśmy
już w innej rzeczywistości.



- Słuchanie selektywne**
Koncentrujemy się np. tylko
na tych częściach wypowiedzi,
które są dla nas interesujące.



- Uważne słuchanie**
W pełni koncentrujemy
się na rozmówcy, na
treści jego wypowiedzi.



- Słuchanie empatyczne**
Najwyższa forma
słuchania: koncentrujemy
się na zrozumieniu intencji
rozmówcy, jego potrzeb,
emocji i wartości