

Постараемся послушать других!

1. Большинство людей **слушают, но не слышат**.
2. Один из главных признаков эмоциональной зрелости – умение слушать.
3. Любой настоящий профессионал отлично умеет слушать.
4. Если вы плохо слушаете, это может быть знаком того, что вы не можете сосредоточиться.
5. Говорите с чувством, слушайте в покое.
6. Посмотрите на того, кто хорошо слушает. Его поза выражает сосредоточенность.
7. Представьте себе, что у вас нет голоса. Вы тогда не только будете меньше прерывать, но и лучше слушать!
8. Человек, прерывающий другого, обычно защищает свою «раковину», свой закрытый, застывший, полный страха взгляд на жизнь.
9. Попробуйте однажды целый день (24 часа) говорить как можно меньше - или вовсе молчать.
10. Если вам нужно говорить, задавайте вопросы.
11. Если вам нужно спросить, задавайте скорее открытые вопросы (в которых не «читается» скрытый ответ и нельзя ответить только «да» или «нет»), чем закрытые. Например, вместо вопроса : «Ты думаешь, тебя теперь уволят?» лучше спросить: «Как ты думаешь, что теперь будет у тебя на работе?».
12. Попробуйте слушать не только слова и логику человека, но и чувства, энергия которых доносит до вас эти слова. Постарайтесь также понять, какие представления о жизни стоят за тем, что говорит человек, почему это для него так важно?
13. Выслушать человека не означает поддаться его влиянию. Умейте сохранить себя и свои представления о том, что хорошо и что плохо, несмотря на то, с какой убедительностью говорит ваш собеседник.
14. Плохой слушатель крутит что-то в руках, смотрит по сторонам, перескакивает с темы на тему и пр.
15. Хороший слушатель выключит телефон, если он мешает разговору, не прячет глаза, дает вам столько времени высказаться, сколько вам нужно.

16. Хороший слушатель умеет вовремя закончить разговор, не позволяя использовать себя в качестве «свободных ушей».
17. Неспособность или нежелание слушать – причина плохого контакта между людьми.
18. Часто еще до разговора мы составляем себе мнение о человеке по его внешности и нашим собственным предварительным установкам, и делаем выводы из первых же его слов. Последствия принятых таким образом решений всегда разрушительны.
19. У тех, кто плохо слушает, развиваются нарушения памяти.
20. Нет неприятных слушателей.
21. Чтобы не ошибиться, надо понять. Чтобы понять – надо слушать.