



Розділ 1.

Пам'ятка 3. Обговоріть

Активне слухання включає:

- ✓ зосередження уваги на тому, що говорить інша людина;
- ✓ прослуховування ключових слів/фраз;
- ✓ заповнення прогалін;
- ✓ відкритість (не робити припущень/суджень);
- ✓ управління емоціями/почуттями;
- ✓ уважність (показується мовою тіла);
- ✓ відсутність перебивань;
- ✓ розуміння, коли говорити;
- ✓ розуміння тиші та пауз як природних перерв у діалозі;
- ✓ позитивне ставлення — вміння домовлятися;
- ✓ визначення інформації;
- ✓ обробку інформації — пошук у пам'яті;
- ✓ оцінку інформації;
- ✓ пов'язування спогадів із контекстом;
- ✓ мову тіла — інтерпретацію візуальних підказок;
- ✓ запитання та відповіді;
- ✓ перефразування та узагальнення сказаного іншими;
- ✓ співчуття;
- ✓ саморефлексію — роздуми про мислення та почуття.