

# Écoute active

Commencez cet exercice d'écoute active avec les deux pages d'auto-examen. Ne pas permettre la discussion entre les participants

Quand tout le monde a terminé, passez la page-réponse afin que chacun puisse faire leur pointage individuellement. Dites-leur à l'avance que nous ne discuterons pas de leur pointage, et leur pointage est pour eux-mêmes pour réfléchir. Expliquez-leur que ce n'est pas un test, mais une forme de s'évaluer sur la façon dont ils écoutent activement.

## ANALYSE PERSONNELLE DE COMPORTEMENT D'ÉCOUTE

**Lorsque vous êtes dans une situation de communication où vous avez la responsabilité d'écoute, est-ce que-vous:**

	Questions	La plupart du temps	Parfois	Rarement
1	Placez-vous pour voir et entendre l'autre personne (s) clairement?			
2	Essayez de garder un œil sur ce qui se passe ailleurs dans la salle?			
3	reflètent Continuellement mentalement sur ce que l'orateur essaie de dire?			
4	Développer votre réponse tandis que l'autre personne parle?			
5	Suspendre le jugement de l'apparence et de la livraison de la personne?			
6	Interrompre pour rendre votre point quand vous n'êtes pas d'accord?			
7	Examinez vos pensées pour le biais qui peuvent influencer votre réception du message de l'autre personne?			
8	Désactiver" l'autre personne (s) parce que vous ne l'aimez pas?			
9	Gardez votre esprit ouvert à de nouvelles idées ou des variations de vieux thèmes?			
10	Réagir rapidement et vigoureusement pour le sujet ou le sujet?			



11	Mettre l'accent sur l'importance du message et des concepts clés répétition?			
12	crois que la nécessité d'avoir le dernier mot?			
13	Écoutez les sentiments étant exprimés pour mieux comprendre les commentaires de l'autre personne?			
14	Laissez vos émotions influencent le véritable message de l'autre personne?			
15	Maintenir un contact visuel fréquent avec l'autre personne?			
16	Supposons que vous savez ce que l'autre va dire avant qu'il le dit?			
17	Êtes-vous prêt à prendre des mesures quand ce que vous entendez justifie une telle action?			
18	Avez-vous griffonner, lire ou faire des appels téléphoniques lors d'une présentation?			
19	Avez-vous, par la parole ou le geste, encourager l'orateur pour aller à vous assurer d'obtenir toute l'histoire?			

### **Comment faire le pointage de l'analyse personnelle des habitudes d'écoute**

Toutes les questions **paires** sont notées:

0 points pour "La plupart du temps"

5 points pour "Parfois"

10 points pour "Rarement"

Toutes les questions **impaires** sont notées:

10 points pour "La plupart du temps"

5 points pour "Parfois"

0 points pour "Rarement"