

Приёмы активного слушания

- **Пересказ**
- **Уточнение**
- **Отражение чувств**
- **Проговаривание подтекста**
- **Резюмирование**

Приемы активного слушания

- **Пересказ** — изложение своими словами того, что сказал собеседник, он может быть более полным в начале, а в дальнейшем — более кратким, с выделением наиболее важного.

Ключевые слова: «Ты говоришь...», «Как я понимаю...», «Другими словами, ты считаешь...».

Приемы активного слушания

- **Уточнение** (выяснение) относится к непосредственному содержанию того, что говорит другой человек. Уточнение может быть направленным на конкретизацию и выяснение чего-либо («Ты сказал, что это происходит давно. Как давно это происходит?», «Ты именно в четверг не хочешь идти в школу?»).

Приемы активного слушания

- **Отражение чувств** — проговаривание чувств, которые испытывает другой человек («Мне кажется, ты обижен», «Вероятно, ты чувствуешь себя расстроенным»).

Приемы активного слушания

- **Проговаривание подтекста** — проговаривание того, о чем хотел бы сказать собеседник, дальнейшее развитие мыслей собеседника.

Приемы активного слушания

- **Резюмирование** используется в продолжительных беседах или переговорах («Итак, мы договорились с тобой, что...», «Твоими основными идеями являются...»).

Правила хорошего слушания

- Слушай внимательно, обращай внимание не только на слова, но и на невербальные проявления собеседника (мимика, позы, жестикауляция);
- Проверь, правильно ли ты понял слова собеседника, используя, если это необходимо приемы активного слушания;
- Не давай советов;
- Не давай оценок.