

СОНСОХ ЧАДВАРЫН ТЕСТ

Заавар: Найз нөхөд, хамт ажилдаг хүн, дарга гэх мэт хэн нэгэн хүнтэй харилцах үед гомдож, дургүйцэж, сэтгэл дундуур болж ундууцдаг нөхцөлөө тэмдэглэнэ үү? Тохирох зүйл бүр дээр 1 оноо өгнө.

1. Намайг үг хэлүүлэхгүй, байнга яриа таслаад байвал
2. Ярьж байх үедээ миний нүд рүү огт харахгүй байвал
3. Намайг ярьж байх үед ямар нэгэн юм оролдоод, тэр нь миний үгнээс илүү анхаарлыг нь татаж байвал
4. Харилцаж буй хүн огт инээмсэглэхгүй байвал
5. Асуулт, тайлбараар миний яриаг байнга сарниулж, таслаад байвал
6. Намайг няцаах гэж хичээж байвал
7. Харилцагч миний үгэнд өөр утга оруулах гээд байвал
8. Миний асуултад сөргүүлж асуулт тавиад байвал
9. Харилцагч заримдаа сонсоогүй дүр үзүүлж, надаас дахин асуугаад байвал
10. Харилцагч яриаг минь дуустал сонсохгүй тасалчихаад, дараа нь зөвшөөрөх гээд байвал
11. Харилцагч намайг ярьж байх үед бохь зажилж, тамхи татаж, нүдний шилээ арчих гэх мэт өөр юм хийж анхааралтай сонсохгүй бол
12. Миний өмнөөс намайг төлөөлж дүгнэлт хийгээд байвал
13. Миний ярианд өөрийнхөө үгийг оруулах гэж оролдвол
14. Нүд цавчихгүй намайг ширтгээд байвал
15. Намайг шинжиж, цэнгэсэн байдлаар хараад байвал
16. Намайг ямар нэгэн шинэ юм санал болгоход харилцагч “бас тэгж бодож байна” гэж хариулбал
17. Миний яриаг сонирхож байгаагаа харуулах гэж дэндүү их толгой дохин, дуу алдаж, ая дагуулж байвал
18. Намайг чухал юм ярьж байхад инээдтэй түүх, тоглоом шоглоом, шог хошин юм оруулж байвал
19. Надтай ярилцаж байх үедээ цаг руугаа байн байн хараад байвал
20. Харилцагч өөртэйгөө санал нэгтэйгээр бүгдийг зөвшөөрүүлэх гээд байвал

Үр дүн:

14-20 байвал муу сонсогч юм. Сонсож сурахын тулд хичээнгүйлэн ажиллах шаардлагатай.

8-13 байвал бусдын ярьсан зүйлд хэт шүүмжлэлтэй ханддаг зарим нэг дутагдал байна. Мөн сайн ярилцагчийн зарим шинж үгүйлэгдэж байна. Бусдын ярих хэв маягийг хэт их анхаарах, хуурамч дүр үзүүлэх, хэлсэн үгийн далд утгыг эрэх, ярилцлагыг эрхэндээ авах гэсний хэрэггүй. Мөн яаран дүгнэлт хийхээс зайлсхийх хэрэгтэй.

2-7 байвал сайн сонсогч, харилцагч. Заримдаа харилцагчдаа анхаарлаа бүрэн хандуулдаггүй бололтой. Хүний ярьсныг эелдэгээр давтаж, түүнд бодол санаагаа бүрэн хэлэх хугацаа өгч байх хэрэгтэй. Өөрийн бодох хурдаа нөгөө хүнийхээ ярианд зохицуулвал харилцахад улам бүр тааламжтай болно.

0-2 байвал маш сайн харилцагч. Та бусдыг сайн сонсож чаддаг хүн юм. Таны харилцах хэв маяг хүрээлэн буй хүмүүст үлгэр жишээ болдог.