

АКТИВНОСТ 8

Запишете ги Вашите навики за комуникација и слушање



Можете да ја користите следнава листа за проверка како почетна точка и како алатка за поттикнување на дискусијата:

- 1. Активно слушање:** Дали активно ги слушате другите без да ги прекинувате, покажувајќи вистински интерес за нивните перспективи?
- 2. Јасна комуникација:** Дали можете јасно да ги артикулирате/изјасните Вашите мисли и идеи, користејќи јазик што е лесно разбирлив?
- 3. Невербална комуникација:** Дали обрнувате внимание на Вашиот говор на телото и изразите на лицето, осигурувајќи се да се усогласат со Вашите вербални пораки?
- 4. Емпатична комуникација:** Дали се трудите да ги разберете емоциите и перспективите на другите, покажувајќи емпатија и сочувство во Вашите интеракции?
- 5. Отворено размислување:** Дали сте отворени на повратни информации и различни мислења, одржувајќи отворен ум за време на разговорите?
- 6. Комуникација со почит:** Дали комуницирате со почит, избегнувајќи осудување, критика или непочитување?
- 7. Концизна комуникација:** Дали ги пренесувате информациите ефикасно и ефективно, избегнувајќи непотребна вербализација или двосмисленост?
- 8. Прием на повратни информации:** Дали сте отворени за добивање повратни информации од другите, вреднувајќи ја конструктивната критика како можност за личен раст?

АКТИВНОСТ 8

Запишете ги Вашите навики за комуникација и слушање



9. Прилагодливост: Дали сте во можност да го прилагодите Вашиот стил на комуникација за да одговара на различни контексти, публика и ситуации?

10. Континуирано подобрување: Дали активно барате можности да ги подобрите Вашите вештини за комуникација и слушање преку учење и пракса?

