



Ενότητα 3: Επικοινωνία και διαδικτυακή επικοινωνία ΔΟΚΙΜΗ

Ο σκοπός αυτού του ερωτηματολογίου είναι να σας ενθαρρύνει να αναλογιστείτε τις δικές σας επικοινωνιακές ικανότητες. Το ερωτηματολόγιο δοκιμάζει τις δεξιότητες επικοινωνίας πρόσωπο με πρόσωπο καθώς και on-line.

Δώστε την υψηλότερη βαθμολογία στις δηλώσεις που ισχύουν για εσάς και τη χαμηλότερη σε αυτές που δεν ισχύουν καθόλου για εσάς.

1- Αυτή η δήλωση δεν ισχύει καθόλου για μένα

2 ή 3 - αυτή η δήλωση ισχύει για μένα σε ορισμένες περιπτώσεις

4 ή 5 - αυτή η δήλωση ισχύει για μένα

6 - αυτή η δήλωση ισχύει για μένα τέλεια

Εισαγάγετε σημεία στη στήλη στα αριστερά των δηλώσεων.

| ΠΟΝΤΕΣ | Αριθμός | Δήλωση |
|--------|---------|--|
| | 1 | Ακούω προσεκτικά τον συνομιλητή |
| | 2 | Προσπαθώ να καταλάβω τι λέει ο άλλος |
| | 3 | Προσπαθώ να παρατηρήσω τα συναισθήματα του συνομιλητή και τα δικά μου |
| | 4 | Κάνω ερωτήσεις όταν θέλω να μάθω περισσότερα από όσα ακούω ή να ρωτήσω αν αυτό που ακούω είναι συνεπές με αυτό που επικοινωνεί ο συνομιλητής μου |
| | 5 | Δεν διακόπτω τον συνομιλητή μου |
| | 6 | Αποφεύγω να διαβάζω το μυαλό του συνομιλητή μου |
| | 7 | Δεν τελειώνω πρόταση για τον συνομιλητή μου |
| | 8 | Ζητώ μια επιβεβαίωση αν ο συνομιλητής συμφωνεί μαζί μου ή όχι. |
| | 9 | Δεν τελειώνω την κουβέντα με γενικεύσεις. Θα δω, θα προσπαθήσω |



| | | |
|--|----|---|
| | 10 | Προσέχω την απάντηση: ναι, αλλά ... αυτό δεν είναι επιβεβαίωση επιτυχημένης επικοινωνίας. |
| | 11 | Αντιδρώ σε χειρισμούς που κάνει ο συνομιλητής μου |
| | 12 | Επικοινωνώ απευθείας αν ακούσω ότι ο συνομιλητής κρύβει τις πραγματικές του προθέσεις |
| | 13 | Επικεντρώνομαι στο κύριο θέμα της συζήτησης |
| | 14 | Δεν παρασύρομαι σε παρεκκλίσεις που αποσπούν την προσοχή από το κύριο θέμα |
| | 15 | Προσπαθώ να κάνω ένα πράγμα τη φορά |
| | 16 | Κάνω ανοιχτές ερωτήσεις |
| | 17 | Μιλώ για τον εαυτό μου, για τα συναισθήματά μου και την οπτική μου |
| | 18 | Χρησιμοποιώ μηνύματα: I, I want, I need αντί για: Επειδή εσύ... |
| | 19 | Ξεκαθαρίζω τα αιτήματά μου, αιτιολογώντας τις ανάγκες μου |
| | 20 | Είμαι έτοιμος να ακούσω τον συνομιλητή |
| | 21 | Όταν διαπραγματεύομαι, λαμβάνω υπόψη την άλλη πλευρά |
| | 22 | Όταν ψάχνω για συμβιβασμό, κάνω ερωτήσεις: πώς το βλέπεις, τι θα έκανες, ποιες λύσεις βλέπεις |
| | 23 | Δεν δίνω συμβουλές αν δεν το ζητήσει κάποιος |
| | 24 | Μπορώ να χρησιμοποιώ άπταιστα τα εργαλεία ψηφιακής επικοινωνίας |
| | 25 | Μπορώ να μοιράζομαι περιεχόμενο χρησιμοποιώντας ψηφιακά εργαλεία |
| | 26 | Μπορώ να συνδεθώ και να συνεργαστώ με άλλους χρησιμοποιώντας διαδικτυακά εργαλεία |
| | 27 | Μπορώ να επικοινωνώ άπταιστα σε μια ξένη γλώσσα |
| | 28 | Γνωρίζω και εφαρμόζω τους κανόνες του netiquette |
| | 29 | Διαχειρίζομαι την ψηφιακή μου ταυτότητα με ασφάλεια |
| | 30 | Δημιουργώ διαδικασία και παρουσιάζω περιεχόμενο στον Ιστό |

Τώρα διαβάστε ξανά τις απαντήσεις σας και δώστε προσοχή σε αυτές που σημειώσατε την υψηλότερη βαθμολογία. Επιλέξτε ΤΡΕΙΣ από αυτά που περιγράφουν καλύτερα τις



επικοινωνιακές σας ικανότητες και προσθέστε 4 ακόμη βαθμούς στους βαθμούς που τους απονέμονται.

Πίνακας βαθμολογίας:

A: διεκδίκηση

E: ενσυναίσθηση

N: επικοινωνία δικτύου

AL: ενεργητική ακρόαση

EC: αποτελεσματική επικοινωνία και επίλυση συγκρούσεων

| A | E | EC | N | AL |
|----|----|----|----|----|
| 9 | 2 | 15 | 24 | 1 |
| 10 | 3 | 16 | 25 | 4 |
| 11 | 7 | 19 | 26 | 5 |
| 12 | 17 | 21 | 28 | 6 |
| 14 | 20 | 21 | 29 | 8 |
| 18 | 23 | 27 | 30 | 13 |

Κλίμακα δεξιοτήτων σε ατομικές ικανότητες:

0-12 βαθμοί - χαμηλός

13-18 πόντοι- μ.ο

19-32 πόντοι - καλό

33- 36 βαθμοί - υψηλός