**Тест «УМЕЕТЕ ЛИ ВЫ СЛУШАТЬ»**

***Инструкция: «Отметьте ситуации, которые вызывают у Вас неудовлетворение или досаду и раздражение при беседе с любым человеком будь то Ваш товарищ, сослуживец, непосредственный начальник, руководитель или просто случайный собеседник».***

*Варианты ситуаций (Ситуации, вызывающие досаду)*

1. Собеседник не дает мне шанса высказаться, у меня есть что сказать, но нет возмож­ности вставить слово.
2. Собеседник постоянно прерывает меня во время беседы.
3. Собеседник никогда не смотрит в лицо во время разговора, и я не уверен, слушает ли он меня.
4. Разговор с таким партнером часто вызывает чувство пустой траты времени.
5. Собеседник постоянно суетится, карандаш и бумага занимают его больше, чем мои слова.
6. Собеседник никогда не улыбается. У меня возникает чувство неловкости и тревоги.
7. Собеседник всегда отвлекает меня вопросами и комментариями.
8. Что бы я ни высказал, собеседник всегда охлаждает мой пыл.
9. Собеседник всегда старается опровергнуть меня.

10. Собеседник передергивает смысл моих слов и вкладывает в них другое содержание.

1. Когда я задаю вопрос, собеседник заставляет меня защищаться.
2. Иногда собеседник спрашивает меня, делая вид что не расслышал.
3. Собеседник, не дослушав до конца, перебивает меня лишь затем, чтобы согласиться.
4. Собеседник при разговоре сосредоточенно занимается посторонним: играет

си­гаретой, протирает стекла и т.д., и я твердо уверен, что он при этом невнимателен.

1. Собеседник: делает выводы за меня.
2. Собеседник всегда пытается вставить слово в мое повествование.
3. Собеседник всегда смотрит на меня очень внимательно, не мигая.
4. Собеседник смотрит на меня, как бы оценивая. Это беспокоит.
5. Когда я предлагаю что-нибудь новое, собеседник говорит, что он думает так же.

20. Собеседник переигрывает, показывая, что интересуется беседой, слишком часто  
кивает головой, ахает и поддакивает.

21. Когда я говорю о серьезном, а собеседник вставляет смешные истории, шуточки,  
анекдоты.

1. Собеседник часто глядит на часы вовремя разговора,
2. Когда я вхожу в кабинет, он бросает все дела и все внимание обращает на меня.
3. Собеседник ведет себя так, будто я мешаю ему делать что-нибудь важное.
4. Собеседник требует, чтобы все соглашались с ним. Любое его высказывание  
   завершается вопросом:«Вы тоже так думаете? или «Вы не согласны?»

***Обработка результатов:*** Подсчитайте процент ситуаций, вызывающих досаду и раздражение.

***Интерпретация:***

**70%** — **100%** — **Вы плохой собеседник.** Вам необходимо работать над собой и учиться слушать.

**40%** — **70%** — **Вам присущи некоторые недостатки.** Вы критически относитесь к высказываниям, Вам еще недостает некоторых

достоинств хорошего собеседника, избегайте поспешных выводов, не заостряйте внимание на манере говорить, не притворяйтесь, ищите скрытый смысл сказанного, не монополизируйте разговор.

**10%** — **40%** — **Вы хороший собеседник,** но иногда отказываете партнеру в полном внимании. Повторяйте вежливо его высказывания, дайте ему время раскрыть свою мысль полностью, приспосабливайте свой темп мышления к его речи и можете быть уверены, что общаться с Вами будет еще приятнее;

**0%** —**10%** — **Вы отличный собеседник.** Вы умеете слушать, Ваш стиль общения может стать примером для окружающих.