**Який ви співбесідник?**

Прочитайте анкету і відзначте ті ситуації, які викликають у вас незадоволення, досаду або роздратування при бесіді з будь-якою людиною - будь то ваш друг, колега, безпосередній начальник, керівник або просто випадковий співрозмовник.

1. Співрозмовник не дає мені шансу висловитися. У мене є, що сказати, але немає можливості вставити слово.

2. Співрозмовник постійно перериває мене під час бесіди.

3. Співрозмовник ніколи не дивиться в обличчя під час розмови, і я не впевнений, чи слухають мене.

4. Спілкування з таким партнером часто викликає почуття порожньої витрати часу.

5. Співрозмовник постійно метушиться: олівець і папір його займають більше, ніж мої слова.

6. Співрозмовник ніколи не посміхається. У мене виникає почуття незручності і тривоги.

7. Співрозмовник завжди відволікає мене питаннями та коментарями.

8. Що б я не висловив, співрозмовник завжди прохолоджує мій запал.

9. Співрозмовник завжди намагається спростувати мене.

10. Співрозмовник пересмикує зміст моїх слів і вкладає в них інший зміст.

11. Коли я ставлю запитання, співрозмовник змушує мене захищатися.

12. Іноді співрозмовник перепитує мене, роблячи вигляд, що не розчув.

13. Співрозмовник, не дослухавши до кінця, перебиває мене лише потім, щоб погодитися.

14. Співрозмовник при розмові зосереджено займається стороннім: грає сигаретою, протирає скельця окулярів тощо, і я твердо впевнений, що він при цьому неуважний.

15. Співрозмовник робить висновки за мене.

16. Співрозмовник намагається вставити слово в розповідь.

17. Співрозмовник дивиться на мене дуже уважно, не відводячи очі.

18. Співрозмовник дивиться на мене, ніби оцінюючи. Це турбує.

19. Коли я пропоную що-небудь нове, співрозмовник каже, що він думає також.

20. Співрозмовник переграє, показуючи, що цікавиться бесідою, занадто часто киває головою, охає і підтакує.

21. Коли я говорю про серйозне, співрозмовник вставляє смішні історії, жарти, анекдоти.

22. Співрозмовник часто дивиться на годинник під час розмови.

23. Коли я входжу в кабінет, співрозмовник кидає всі справи і всю увагу звертає на мене.

24. Співрозмовник поводиться так, ніби я заважаю йому робити щось важливе.

25. Співрозмовник вимагає, щоб всі погоджувалися з ним. Будь-яке його висловлювання завершується питанням: «Ви теж так думаєте?» Або «Ви не згодні?».

***Обробка результатів***

Відповівши на всі пункти анкети, підрахуйте відсоток ситуацій, що викликають досаду і роздратування. Оцініть свою здатність слухати співрозмовника:

70 -100% - ви поганий співрозмовник. Вам необхідно працювати над собою і намагатися навчитися слухати;

40-70% - вам властиві деякі недоліки. Ви критично ставитеся до висловлювань.

Вам ще бракує деяких достоїнств гарного співрозмовника: уникайте поспішних висновків, не загострювати увагу на його манері говорити, що не вдавайте, шукайте прихований сенс сказаного, чи не монополізуйте розмова;

10-40% - ви гарний співрозмовник, але іноді відмовляєте партнерові в повній увазі. Повторіть ввічливо його висловлювання, дайте йому час розкрити свою думку повністю, пристосовуйте свій темп мислення до його мови і можете бути впевненим, що спілкуватися з вами буде приємніше.;

0 - 10% - ви відмінний співрозмовник . Ви вмієте слухати. Ваш стиль спілкування може стати прикладом для оточуючих.