

Can Kulağıyla Dinleme Konusunda Öz Değerlendirme

Can kulağıyla dinleyebiliyor musunuz?

Can kulağıyla dinlemesini bilen koçlar genellikle koçluk görüşmelerinden en fazla yararı sağlarlar ve genel olarak daha iyi koç olurlar. Can kulağıyla dinlemeyi ne kadar bildiğinizi anlayabilmek için bu öz değerlendirmeyi kullanın. Dinleme alışkanlığınızı en iyi ifade eden sütunda, numarayı işaretleyin.

| Birisi konuşurken, ben: | Genellikle | Bazen | Nadiren |
|---|-------------------|--------------|----------------|
| Ne diyeceğimi planlarım. | 1 | 3 | 5 |
| Konuşmacıyla göz teması kurarım. | 5 | 3 | 1 |
| Gerektikçe not alırım. | 5 | 3 | 1 |
| Sözcüklerin ardındaki duyguyu yakalamaya çalışırım. | 5 | 3 | 1 |
| Konuşmacı konuşmasını sürdürürken başka şeyler düşündüğümü fark ederim. | 1 | 3 | 5 |
| Konuşan kişinin yüzüne bakarım. | 5 | 3 | 1 |
| Konuşmacının önemli beden dili hareketlerini (yüz ifadesi, el hareketleri) izlerim. | 5 | 3 | 1 |
| Anında yanıt verebilmek için konuşmacının sözünü keserim. | 1 | 3 | 5 |
| Aklım zaman ayırmam gereken diğer şeylere gider. | 1 | 3 | 5 |
| Derhal yargılama ya da değerlendirme yapmadan, konuşmacının verdiği mesajı dinlerim. | 5 | 3 | 1 |
| Daha fazla bilgi alabilmek ve konuşmacının konuşmaya devam etmesini teşvik için sorular sorarım. | 5 | 3 | 1 |
| İyi anladığımdan emin olabilmek için, konuşmacının söylediği şeyleri kendi sözcüklerimle tekrarlarım. | 5 | 3 | 1 |
| Genel Toplam: | | | |

Can Kulağıyla Dinleme Konusunda Öz Değerlendirme

Puanlar:

44 - 60 = Can kulağıyla dinlemeyi biliyorsunuz.

28 - 43 = Kendini daha da geliştirebilecek iyi bir dinleyicisiniz.

12 - 27 = Dinleme becerilerinizi iyileştirmeye odaklanmalısınız.