

السؤال 5 4 3 2 1

1. أحب الإصغاء لأصدقائي حين يواجهون مشكلة ما ومساعدتهم في حلها.
2. أحب مراقبة انطباعات الناس لفهم مواقفهم وتصرفاتهم.
3. أهتم بالناس ولا أتظاهر بعكس ما أشعر تجاههم.
4. أهتم بالتواصل البصري مع المتحدث.
5. أستخدم لغة الجسد لإيصال أفكار عن حالتي النفسية أمام المقربين مني.
6. لا أقاطع المتحدث حتى ينهي كلامه حتى لو كنت أخالفه الرأي.
7. لا أحكم على كلام الآخرين قبل أن ينهوا حديثهم.
8. أحاول إيجاد نقطة مشتركة دائماً مع الأشخاص الذين يخالفوننا الرأي.
9. إذا لم أفهم كلام المتحدث أطلب منه أن يعيد ما قاله، ولا أقع في فخ التخمين.
10. لا أعطي كلمات المتحدث المعنى الذي يتمشى مع توقعاتي.
11. أومئ برأسي بشكل متواصل لتشجيع المتحدث على إكمال حديثه.
12. إذا كنت متعب، أطلب بكل تواضع ولطافة من المتحدث أن نؤجل الحديث لوقت آخر.
13. انتبه كثيراً على ألا تكون نبرة صوتي عدائية في النقاش.
14. أحرص على إعطاء رأيي عندما يطلبه المتحدث ولا أفرضه بالقوة.
15. أحرص على صدق ووضوح إجابتي عند توجيه الأسئلة لي.
16. لا أحضر أي ردة فعل قبل أن ينتهي المتحدث من كل النقاط التي يريدني أن أعرفها.