

1. materiāls- Aktīvas klausīšanās vadlīnijas

Velti runātājam nedalītu uzmanību!

Vērs visu savu uzmanību uz runātāju, centies nedomāt par citām lietām, par savu pieredzi, kamēr klausies; ja sanāk aizdomāties, pamani to un centies pievērst savu uzmanību atpakaļ pie runātāja. Kamēr viņš runā, klausies, nevis domā par to, ko viņam atbildēsi.

Skatiens uz runātāju!

Skaties uz cilvēku, kurā klausies, nevis pārbaudi telefonu, skaties ārā pa logu, uz blakussēdētājiem, kaut kur citur. Protams, tas ir normāli, ka Tavš skatiens aizklīst, ja tā gadījies, tad pamani to un pievērsies atpakaļ pie runātāja.

Izmanto atvērtu ķermeņa valodu!

Izrādi ar ķermeņa valodu, ka esi atvērts sarunai un klausies (pagriez savu ķermeni pret sarunu biedru, esi atvērtā pozā (nesakrusto rokas) reizēm pasmaidī vai pamāj ar galvu vai citādi ar sejas izteiksmi reaģē uz viņa teikto u.c.).

Paklusē, kamēr otrs runā!

Centies otru nepārtraukt, kamēr viņš runā. Ļauj viņam pabeigt domu, pirms atbildi uz to.

Iedrošini turpināt sarunu!

Kad tas ir atbilstoši, vari ar skaņām/izsaučieniem reaģēt uz runātāja teikto. Ja nepieciešams, iedrošini runātāju turpināt viņa domu ar, piemēram, šādiem vārdiem:

“Vai ir kas vēl, ko tu vēlies par šo pastāstīt?” “Pastāsti, lūdzu, vairāk!”

Pārliecinies, vai esi sapratis teikto!

Pārliecinies, ka esi sapratis runātāja teikto. To vari darīt, piemēram, pārfrāzējot runātāja teikto “Vai es pareizi sapratu, ka tu ...” vai arī uzdodot jautājumus.

Uzdevums par aktīvo klausīšanos

Apspriediet grupās pa trim!

1. Sadaliet lomas grupā:

X = stāstītājs

A = aktīvais klausītājs

B = neuzmanīgais klausītājs

2. X izdomā īsu stāstiņu par kādu mīļu lietu skolā un kāpēc tā patīk vislabāk. Vari arī izdomāt stāstiņu par to, ko esi darījis pagājušajās brīvdienās, vai kas ir tavš mīļākais ēdiens...

3. X stāsta savu stāstu (1-2 min.).

4. Kamēr X stāsta, A ieņem aktīvā klausītāja lomu, bet B ieņem neuzmanīgā klausītāja lomu (skatās citur, skatās telefonā, sēž sakrustotām rokām, žāvējas u.tml.).

[*Variants:* Ja ir laiks, skolēni mainās ar lomām. Beigās katram jābūt pastāstījušam savu stāstu, un piedzīvojušam gan A, gan B, gan X lomu].

5. Reflektējiet par šādiem jautājumiem:

- Kāda bija sajūta, kad jums pretī ir aktīvs klausītājs? Kāda – kad neuzmanīgs? Uz kuru jūs vairāk skatījāties, kamēr runājāt?
- Kāda bija sajūta aktīvi klausīties? Kas sanāca viegli, kas grūtāk?
- Kuras aktīvās klausīšanās metodes jums palīdzēja justies vissadzirdētākajiem? Kādas varbūt traucēja?