**10 правил для родителей и педагогов эффективного слушания**

**1.** Перестаньте говорить! Невозможно слушать, разговаривая.

**2.** Помогите собеседнику раскрепоститься! Создайте у человека ощущение свободы.

**3.** Покажите собеседнику , что вы готовы слушать! Продемонстрируйте заинтересованность в информации, старайтесь ее понять и не ищите поводов для возражений.

**4.** Устраните раздражающие моменты! Не рисуйте, не постукивайте по столу, не перекладывайте бумаги и т.д.

**5.** Сопереживайте собеседнику! Постарайтесь «войти» в его состояние.

**6.** Будьте терпеливы! Не экономьте время, не прерывайте говорящего, не порывайтесь уйти.

**7.** Сдерживайте свои эмоции! Помните: рассерженный человек придает словам неверный смысл.

**8.** Не спорьте и не начинайте критиковать, перебивая говорящего! Это вынудит его занять оборонительную позицию, он может замолчать или рассердиться.

**9.** Задавайте вопросы! Это подбадривает собеседнику и показывает, что вы его слушаете.

**10.** Перестаньте говорить! Это наставление идет первым и последним, ибо все остальные зависят от него.