

# أنواع الاستماع

1

## الاستماع الاختياري

تركيز الانتباه على ما يقال دون الاهتمام بالمعنى الحقيقي.

2

## الاستماع الفعال

تركيز الانتباه على الرسالة الكاملة وفهم المعنى الحقيقي.

3

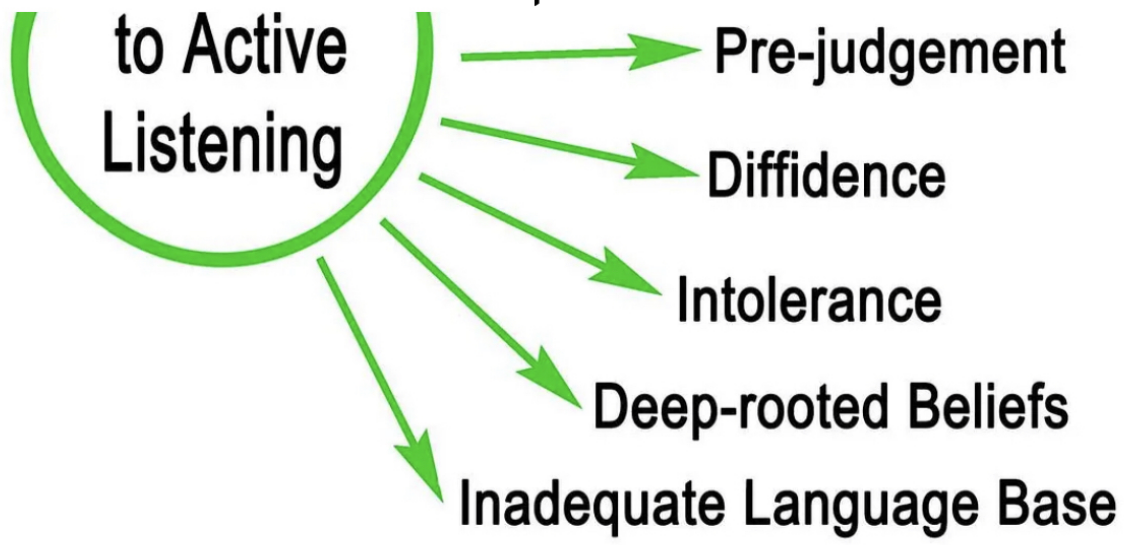
## الاستماع الناقد

تقييم المعلومات المستلمة بموضوعية والحكم على صحتها.

# عناصر مهارة الاستماع

## التركيز

الانتباه الكامل والتركيز على الرسالة المنقولة.



## معوقات الاستماع الفعال

**1**

### التشتت

عدم التركيز بسبب المؤثرات الخارجية أو الأفكار الداخلية.

**2**

### افتراضات مسبقة

الحكم على الشخص أو الرسالة قبل الاستماع بعناية.

**3**

### الاستجابة السريعة

التركيز على الرد بدلاً من فهم المعلومات المقدمة.

# تحسين مهارة الاستماع



## التواصل البصري

الحفاظ على اتصال بصري مع المتحدث للإظهار اهتمامك.



## طرح الأسئلة

طرح أسئلة للتوضيح والتأكد من فهمك الصحيح.



## تدوين الملاحظات

تدوين أهم النقاط لمساعدتك على التذكر والفهم.



## تقليل المشتتات

التخلص من أي عوامل خارجية قد تشتت انتباهك.

## خاتمة

إن إتقان مهارة الاستماع هي مفتاح التواصل الفعال والنجاح في جميع جوانب الحياة. من خلال التركيز والفهم والتقييم، يمكننا تطوير هذه المهارة الحيوية والاستفادة منها في جميع تفاعلاتنا اليومية.