

Habilidades de Atención Activa

Evaluación de Asesores



Considera tus interacciones diarias tanto en tu función profesional como en tu vida personal. Inserta el número (1) en la casilla que corresponde al comportamiento descrito. Cuando termines, califica tu resultado y usa la escala debajo para determinar tu nivel de habilidad escuchando con atención activa.

	CASI SIEMPRE	MUCHAS VECES	A VECES	POCAS VECES	CASI NUNCA
1. Yo mantengo buen contacto visual cuando converso.					
2. Permito que los demás terminen de hablar sin interrumpir.					
3. Yo brindo mi total atención sin distraerme en otras actividades.					
4. Yo repito lo que se me ha dicho para asegurar que tengo claridad en lo que se me están diciendo.					
5. Yo me concentro en los puntos claves y destacados; aunque no me interesen.					
6. Yo me restrinjo de formular respuestas en mi cabeza cuando me están hablando.					
7. Yo hago preguntas abiertas para clarificar mi comprensión del mensaje expresado por los demás.					
8. Yo me restrinjo de distracciones o de pensar en otras cosas mientras se me esta hablando.					
9. Yo uso expresiones corporales y no-verbales, como asentir de manera positiva mi cabeza, para estimular que la persona continúe.					
10. Yo bloqueo toda distracción cuando se me esta hablando.					
11. Yo tomo notas para asistirme en recordar puntos claves durante la conversación.					
12. Yo no reacciono a expresiones negativas o emotivas.					
13. Yo escucho y busco entender el mensaje central de la persona durante la conversación.					
14. Yo presto atención a las señales no verbales de la persona que contradicen su mensaje.					
15. Yo presto atención al tono y la emoción además de los datos.					
16. Me concentro en el mensaje de la persona, no en su apariencia.					
17. Yo confirmo mi percepción de los sentimientos de la persona afirmando mi comprensión por la emoción que esta sintiendo.					
18. Yo pienso en como el prospecto puede reaccionar a lo que voy a decir antes de hablar.					
19. Yo enlisto los puntos importantes al final de la conversación.					
20. Yo uso conectores (si, desde luego, claro, por supuesto, ah-ha) para dar mejor contribución.					
©2019 HOOPIS PERFORMANCE NETWORK	5 PUNTOS CADA UNO	4 PUNTOS CADA UNO	3 PUNTOS CADA UNO	2 PUNTOS CADA UNO	1 PUNTO CADA UNO
SUMA SUBTOTAL					
QUÉ TAN BIEN ESCUCHA? (TOTAL)					