

TEST ESCUCHA ACTIVA

NOMBRE

PREGUNTAS

- 1- Cuando un amigo te cuenta algo que le preocupa, ¿le prestas atención?
- 2- ¿Miras a los ojos cuando alguien te habla?
- 3- Si no te gusta mucho el tema de conversación, ¿ignoras lo que la otra persona te está contando?
- 4- ¿Te esfuerzas por escuchar y contestar a las personas aunque no te interese lo que te están contando?
- 5- Si escuchas algo que no te gusta, ¿contestas gritando?
- 6- ¿Haces preguntas para entender mejor lo que te cuentan?
- 7- ¿A veces finges escuchar pero en realidad piensas otra cosa?
- 8- Si un amigo o amiga te cuenta que está triste, ¿te importa cómo se siente?
- 9- ¿Interrumpes a los demás cuando están hablando?
- 10- ¿Respondes con respeto incluso cuando no estás de acuerdo?

SÍ A VECES NO

PUNTUACIÓN

Ahora, cuenta los puntos totales que tienes. Las respuestas con SÍ cuentan 3 puntos, las respuestas con A VECES cuentan 2 puntos y las respuestas con NO cuentan 1 punto.

MIS PUNTOS TOTALES:

1 a 10 puntos: ¡Tu escucha necesita un empujón! Sigue los sabios consejos del Gato Cheshire, ¡estás en el camino correcto!

11 a 20 puntos: ¡Vas muy bien! Solo necesitas prestar un poco más de atención y desarrollar más tus habilidades de escucha, ¡sigue así!

21 a 30 puntos: ¡Enhorabuena! ¡Tu escucha activa es maravillosa, eres un ejemplo para los demás!