

1. מדוע הקשבה היא מתנה לזולת ?

- א. מכיוון שזמן שווה כסף, זה כמו מתנה
- ב. כי זה אומר לזולת: 'אתה קיים, אתה חשוב ויש לך מקום בעולם'
- ג. כי "עצה טובה שווה זהב"
- ד. כי תקשיב לו ואז תדע איזה מתנה לקנות לו

2. מהו ההבדל המרכזי בין שמיעה להקשבה ?

- א. שמיעה היא אקטיבית והקשבה היא פסיבית
- ב. שמיעה היא בלב והקשבה היא באוזניים
- ג. שמיעה היא פעולה פיזיולוגית פסיבית, הקשבה היא פעולה פסיכולוגית אקטיבית
- ד. אין שום הבדל, אלו מילים נרדפות

3. מדוע קשה להקשיב בדורנו ?

- א. לאנשים אין דברים מעניינים להגיד
- ב. האוזניים שלנו פחות רגישות מפעם
- ג. אנשים מדברים חלש מדי
- ד. עומס, ריבוי משימות ומסכים הגורמים לקשב מפוצל

4. כיצד ה"אגו" מפריע להקשבה ?

- א. הוא גורם לנו להיות עייפים
- ב. הוא גורם לריכוז עצמי ורצון להשמיע את דעותינו במקום להקשיב
- ג. הוא גורם לנו לפחד מהשני
- ד. הוא גורם לנו להסכים מהר מדי

5. מהי "הקשבה סלקטיבית" לפי מדרג ההקשבה ?

- א. לא להקשיב בכלל
- ב. להגיד "מהמם!" כשהראש במקום אחר
- ג. לשמוע רק מה שמעניין אותי או מחזק את דעתי
- ד. לראות את העולם דרך העיניים של הזולת

6. מהי הרמה הגבוהה ביותר במדרג ההקשבה ?

- א. הקשבה מזויפת
- ב. הקשבה סלקטיבית
- ג. הקשבה אמפתית
- ד. התעלמות

7. מהו הכלל לגבי "נוכחות מלאה" בזמן הקשבה ?

- א. אפשר להקליד תוך כדי אם זה חשוב
- ב. מכבים טלפון ולא עושים דברים "תוך כדי" (לא מדפדפים/מקלידים)
- ג. צריך להסתכל על השעון כל הזמן
- ד. חייבים לכתוב כל מה שהשני אומר

8. מה מלמד הפסוק מספר משלי: "מְשִׁיב דָּבָר בְּטָרֶם יִשְׁמָע..."?

- א. שצריך לענות מהר כדי לא לשכוח
- ב. שזו איזולת (שטות) לקטוע ולענות לפני ששמענו הכל
- ג. שחשוב לתת תשובות חכמות
- ד. שמי שעונה מהר הוא חכם

9. כיצד "הכללה" משפיעה על ההקשבה?

- א. היא עוזרת לנו להבין טוב יותר
- ב. היא גורמת למוח להפסיק להקשיב
- ג. היא הופכת את השיחה למעניינת יותר
- ד. היא לא משפיעה על ההקשבה

10. מהי החשיבות של הקשבה כ"מנוע לצמיחה אישית" ?

- א. היא עוזרת לנו להרוויח כסף
- ב. היא מלמדת אותנו לדבר יפה
- ג. מי שלא יודע להקשיב לאחרים, בדרך כלל גם לא מקשיב לעצמו
- ד. היא גורמת לנו להיות פופולריים

ב.1

ג.2

ד.3

ב.4

ג.5

ג.6

ב.7

ב.8

ב.9

ג.10