



# सुन्ने कला

Art of listening

## उद्देश्य

यस तालिमले प्रभावकारी नेतृत्वको लागि आधारभूत सीपको रूपमा सुन्नुको महत्त्वलाई समेट्छ। सबै कुरा जान्नुहुने येशूले मानिसहरूलाई संलग्न गराउन र बुझ्न प्रश्नहरू सोधेर सुन्नुको नमुना बनाउनुभयो। हामी सुन्ने सीप बढाउन धेरै व्यावहारिक सुझावहरू हाइलाइट गर्नेछौं। सुन्ने कलामा निपुण भएर, नेताहरूले समझ र गहिरो सम्बन्धको वातावरण सिर्जना गर्न सक्छन्।

## सारांश:

- सुन्नुको महत्त्व
- प्रभावकारी सुन्नको लागि व्यावहारिक सुझावहरू
- तपाईं सुन्दै हुनुहुन्छ भनेर थाहा दिनुहोस्
- विचलनहरू हटाउनुहोस्
- बुझाइमा ध्यान केन्द्रित गर्नुहोस्, प्रतिक्रिया दिनु होइन
- भावनाहरूलाई मान्य गर्नुहोस्
- सहानुभूतिपूर्वक सुन्नुहोस्
- खुला दिमागले सुन्नुहोस्
- राम्रा प्रश्नहरू सोध्नुहोस्
- गहिरो सम्बन्ध र समझदारी

## पदहरू उल्लेख गरिएको

हितोपदेश १९:१३

## थप अध्ययनको लागि प्रश्नहरू

१. भर्खरै भएको कुराकानीमा विचार गर्नुहोस् जहाँ तपाईंले साँच्चै सुनेको महसूस गर्नुभयो। अर्को व्यक्तिले के गर्यो जसले गर्दा तपाईंलाई बुझिएको महसूस भयो?

२. प्रभावकारी सुन्नमा केही सामान्य बाधाहरु के हुन्, र तपाईं तिनीहरुलाई कसरी पार गर्न सक्नुहुन्छ?

३. आफ्नो सुन्ने सीप सुधार गर्न सक्ने एक वा दुई व्यावहारिक तरिकाहरु के के हुन्?

**थप अध्ययनको लागि धर्मशास्त्र**

याकूब १:१९

रोमी १२:१०