Checkliste für das richtige, aktive Zuhören			
		ja	nein
1.	Erfasse ich die inneren Zusammenhänge?	X	
2.	Bin ich voll aufmerksam?	x	
	- Besteht ein günstiger äußerer Rahmen?	L _X	
	- Erfasse ich den sachlichen Teil der Information?		
	- Erfasse ich den emotionalen Teil der Information?		
3.	Mache ich keine Ergänzungen?		
	- Höre ich zu?		
	- Konzentriere ich mich auf das Gespräch?		
	- Schweife ich gedanklich nicht ab?		
	- Ist mir der Partner wichtig?		
4.	Interpretier ich vorsichtig?		
	- Fühlt sich der Partner verstanden?		
	- Öffnet sich der Partner?		
	- Ist der Partner bereit, wirkliche Gründe zu suchen?		
5.	Überprüfe ich meine Wahrnehmung kritisch?		
6.	Paraphrasiere ich? (Wiederhole ich die sachliche Aussage des Partner mit eigenen Worten?)		
7.	Verbalisiere ich? (Wiederhole ich die emotionale Aussage des Partners mit eigenen Worten?)		

Quelle: Crisand, Ekkehard; Crisand, Marcel: Psychologie der Gesprächsführung. Herausgeber Prof. Werner Bienert und Prof. Dr. Ekkehard Crisand. 7. Auflage. Arbeitsheft Führungspsychologie – Heidelberg: Sauer-Verlag, 2000 ["Grüne Reihe" Arbeitshefte, Band 11], Seite 29