

40 Câu Hỏi Trắc Nghiệm Kỹ Năng Giao Tiếp:

1. Trong một cuộc nói chuyện, bạn thường _____ .

- a. Tránh né việc mở đầu một cuộc trò chuyện
- b. Mở đầu cuộc trò chuyện bằng việc bàn về những sự kiện trong ngày hoặc những câu chuyện nhỏ
- c. Tránh những sự kiện trong ngày hoặc những câu chuyện đi vào những vấn đề quan trọng hơn

2. Bạn thường:

- a. Ngồi khi nói chuyện với một người đang ngồi
- b. Đứng trong khi nói chuyện với một người đang ngồi
- c. Dưa xuống trong khi nói chuyện với một người đang ngồi

3. Trong suốt câu chuyện, bạn:

- a. Liên tục gật đầu
- b. Gật đầu ở những thời điểm thích hợp
- c. Giữ yên đầu

4. Trong buổi nói chuyện, bạn có khuynh hướng:

- a. Nghiêm trang và không mỉm cười trong suốt cuộc trò chuyện
- b. Luôn luôn cười lúc trò chuyện
- c. Cười đúng lúc

5. Bạn _____ dùng mắt để thể hiện thái độ trong suốt câu chuyện

- a. Luôn luôn
- b. Thỉnh thoảng
- c. Không bao giờ

6. Bạn _____ sử dụng những từ và cụm từ - “vui lòng”; “cảm ơn”; “rất vui”; “xin lỗi”

- a. Không bao giờ
- b. Thường xuyên
- c. Thỉnh thoảng

7. Trong cuộc nói chuyện, bạn:

- a. Đứng cách người nói 5 – 6 bước chân
- b. Đứng cách người nói 1 bước chân
- c. Đứng cách người nói 2 – 3 bước chân

8. Khi bạn gặp một người lần đầu, bạn sẽ:

- a. Vui mừng và ôm chặt người đó
- b. Bạn sẽ mỉm cười, tự giới thiệu và chủ động bắt tay
- c. Đợi người khác giới thiệu

9. Khi trò chuyện với một người nào đó, _____ .

- a. Bạn thường đề người khác nói nhiều hơn
- b. Cố gắng cân bằng trong suốt cuộc đối thoại
- c. Bạn thường là người nói nhiều nhất

10. Trong khi nói chuyện, bạn thường _____ .

- a. Cố gắng nhớ và gọi tên khi trò chuyện với người khác
- b. Chỉ nhớ tên những người quan trọng
- c. Không chú ý đến tên và có khuynh hướng quên chúng

11. Khi nhận được những ý kiến phản hồi tiêu cực, bạn sẽ:

- a. Nổi giận và bảo vệ quan điểm của mình
- b. Phủ nhận vấn đề, xin lỗi hoặc biện hộ cho sự thiếu hiểu biết của mình
- c. Ghi nhận và tìm cách cải thiện vấn đề

12. Khi bạn thảo luận về một chủ đề, bạn thường:

- a. Tập trung vào những lời phê bình
- b. Tập trung vào những mặt xấu của vấn đề
- c. Tập trung vào những mặt tốt của vấn đề

13. Khi người khác nói với bạn về những điều bất hạnh hoặc những kinh nghiệm buồn, bạn sẽ:

- a. Cố gắng thay đổi chủ đề cuộc nói chuyện
- b. Cố gắng cảm thông với cảm giác của người đó và chứng tỏ rằng họ quá nhạy cảm với tình huống, mọi việc không tồi tệ đến mức như thế
- c. Không bình luận gì thêm về điều đó

14. Nếu đồng nghiệp của bạn càng ngày càng mập, bạn sẽ:

- a. Nói với người khác rằng anh/chị ấy trông quá mập
- b. Không nói gì cả
- c. Nói với người khác rằng anh/chị ấy thay đổi nhiều kể từ lúc gặp

15. Khi đang lắng nghe người khác nói, bạn thường:

- a. Khoanh tay trước ngực
- b. Hơi nghiêng người về phía trước và đứng đối diện với người nói
- c. Đứng tựa lưng, cách xa người nói

16. Trong khi nghe, _____ .

- a. Bạn nghe và giữ bình tĩnh trước mọi tình huống
- b. Bạn nhìn chăm chú, vờ như đang nghe
- c. Bạn lắng nghe để hiểu rõ ý nghĩa và hỏi lại nếu cần

17. Khi bạn có những ý kiến phản đối hay lời phê bình trước một vấn đề, _____ .

- a. Bạn đưa ra những lời nhận xét khả quan trước
- b. Bạn chẳng nói gì cả

- c. Đơn giản, bạn sẽ phát biểu
18. Khi bạn nhận được ý kiến phản đối từ người khác, bạn sẽ:
- a. Đơn giản bạn chỉ nói với họ rằng bạn đã làm đúng
- b. Tập trung vào những điều bạn không thích ở họ
- c. Quan tâm đến những gì họ nói và xin lời khuyên từ họ
19. Tư thế bắt chéo chân:
- a. Hướng về người nói
- b. Hướng ra xa người nói
- c. Nhịp chân
20. Để kết thúc 1 cuộc trò chuyện, _____ .
- a. Bạn bắt đầu trông thiếu kiên nhẫn và hy vọng người đó sẽ gọi ý
- b. Bạn kết thúc những vấn đề trên với một sự phát biểu đóng
- c. Bạn thường chỉ bỏ đi
21. Bạn hãy cho biết những định nghĩa nào sau đây mô tả chính xác nhất bản chất của giao tiếp
- a. Giao tiếp chỉ mang tính chất thời điểm khi những đối tượng giao tiếp tiếp xúc cùng nhau
- b. Giao tiếp là một quá trình truyền tải, chia sẻ thông điệp từ người nói đến người nghe nhằm đảm bảo thông điệp được truyền đi một cách chuẩn xác nhất, tránh gây hiểu nhầm
- c. Giao tiếp bao gồm sự tương tác giữa người nói và người nghe trong một hoàn cảnh nhất định
- d. Giao tiếp là quá trình truyền tải thông điệp một cách chính xác từ người nói đến người nghe
- e. Giao tiếp là sự tương tác và trao đổi thông tin giữa người nói và người nghe
22. Khi không đồng ý với một người, _____ .
- a. Nhanh chóng chỉ ra cho người đó những điểm sai và tại sao sai
- b. Đầu tiên bạn sẽ lắng nghe, hỏi lại những điều chưa sáng tỏ và nói lên ý kiến phản đối của mình
- c. Nói ý kiến thật nhỏ hoặc không nói gì
23. Khi bạn muốn đưa ra ý kiến phản đối ý kiến của đồng nghiệp, bạn sẽ:
- a. Nói thẳng ý kiến của mình trước mặt người quản lý
- b. Nói cho tất cả mọi người đều biết
- c. Nói riêng với người đó tại một nơi riêng tư
24. Lắng nghe và nghe thấy là hai khái niệm giống nhau theo bạn đúng hay sai?
- Đúng
- Sai
25. Khi giao tiếp xã giao với phụ nữ, theo bạn ai sẽ là người chủ động được quyền bắt tay người kia?

a. Bạn

b. Phụ nữ

26. Theo bạn để truyền tải một thông điệp khi giao tiếp trực tiếp hiệu quả, kênh nào sau đây chiếm vai trò quan trọng nhất.

a. Nội dung thông điệp

b. Giọng nói

c. Hình ảnh và cử chỉ

27. Khi bạn làm việc trong một nhóm, bạn:

a. Tạo vẻ mặt thật nghiêm túc

b. Giữ vẻ mặt thật nghiêm trang, khó chịu

c. Vẫn hài hước và cười đùa những lúc thích hợp

28. Theo bạn, hiệu suất lắng nghe trung bình của những người tham gia vào quá trình giao tiếp là bao nhiêu?

a. 50%

b. 30%

c. 20%

d. 80%

29. Trong quá trình giao tiếp, bạn có bao nhiêu thời gian để gây ấn tượng tốt cho người khác?

a. 1 phút

b. 5 phút

c. 20 giây

30. Khi hai đồng nghiệp của bạn xung đột với nhau. Theo bạn quy trình nào sau đây mô tả phương pháp giải quyết xung đột trong giao tiếp một cách hiệu quả nhất

a. Mời ngồi – Lắng nghe – Đưa ra giải pháp

b. Đặt câu hỏi – Lắng nghe – Đưa ra giải pháp

c. Lắng nghe – Đặt câu hỏi thu thập thông tin – Đưa ra giải pháp

d. Tách ra – Uống nước – Lắng nghe – Đặt câu hỏi – Đưa ra giải pháp

31. Khi bạn nhận được ý kiến phản đối từ người khác, bạn sẽ:

a. Quan tâm đến những gì họ nói và xin lời khuyên từ họ

b. Tập trung vào những điều bạn không thích ở họ

c. Đơn giản bạn chỉ nói với họ rằng bạn đã làm đúng

32. Giao tiếp không hiệu quả sẽ dẫn đến hậu quả chính nào?

a. Xảy ra hiểu nhầm

b. Người nói không thể đưa ra chỉ dẫn rõ ràng

c. Mọi người không làm theo bạn

- d. Mọi người không lắng nghe nhau
- 33. Đáp án nào sau đây mô phỏng chuẩn xác nhất quy trình lắng nghe trong giao tiếp?**
- a. Tập trung – Tham dự – Hiểu – Ghi nhớ – Hồi đáp – Phát triển
- b. Tập trung – Hiểu – Tham dự – Hồi đáp – Phát triển
- c. Tập trung – Quan sát – Hiểu – Hồi đáp – Tham dự
- d. Tập trung – Hiểu – Hồi đáp
- 34. Cách tư duy nào sau đây sẽ luôn giúp bạn thành công hơn trong quá trình giao tiếp?**
- a. Hãy đơn giản hóa vấn đề
- b. Luôn nhìn người khác với con mắt tích cực
- c. Luôn xem mình có thể học được gì từ người khác và mình sẽ giao tiếp như thế nào để tốt hơn
- d. Xem người khác sai gì để mình trách
- 35. Tại sao khi giao tiếp bạn nên tập trung vào ngôn ngữ hành vi và các biểu hiện của cơ thể.**
- a. Ngôn ngữ hành vi phụ thuộc vào văn hóa
- b. Rất ít thông điệp được truyền đạt qua hành vi
- c. Ngôn ngữ hành vi thường khó hiểu
- d. Cử chỉ và hành vi truyền đạt thông điệp quan trọng
- 36. Theo bạn kỹ năng giao tiếp tốt sẽ quyết định bao nhiêu sự thành công của bạn trong công việc và cuộc sống?**
- a. 20%
- b. 50%
- c. 85%
- d. 70%
- 37. Trong các yếu tố gây nhiễu trong quá trình giao tiếp, đâu là các yếu tố chính?**
- a. Môi trường ồn ào
- b. Sức khỏe
- c. Thiếu tập trung
- d. Yếu tố bên trong
- 38. Trong buổi nói chuyện, bạn có khuynh hướng:**
- a. Luôn luôn cười lúc trò chuyện
- b. Nghiêm trang và không mỉm cười trong suốt cuộc trò chuyện
- c. Cười đúng lúc
- 39. Khi bạn giao tiếp, ấn tượng đầu tiên bạn ghi điểm là yếu tố nào?**
- a. Lời chào thân ái

- b. Cách mở đầu câu chuyện của bạn
- c. Cách nói chuyện hài hước
- d. Dáng điệu, cử chỉ và trang phục

40. Ba bí quyết nào sau đây sẽ luôn giúp bạn thành công, luôn được những người khác yêu mến trong cuộc sống và công việc?

- a. Góp ý thẳng thắn, Lắng nghe và Tôn trọng
- b. Luôn tươi cười, Học cách khen ngợi, Lắng nghe
- c. Đặt câu hỏi, Giúp đỡ nhiệt tình, Phê bình khi có sai sót