



FÁZE AKTIVNÍHO NASLOUCHÁNÍ

SEBEKOUČINK

Když bude komunikace ve fázi EMOcí a ty budeš v roli posluchače - jak by pro tebe bylo dobré projevit reakci na danou emoci partnera? Co budeš říkat, dělat? Napiš si konkrétní typy, které jsou vhodné právě pro tebe a máš chuť, motivaci a odvahu je i zkusit!

„Zlatá jablka na stříbrných mísách jsou slova řečená v pravý čas.“

Bible 25:11



radost



smutek



překvapení



hněv



strach



znechucení



Když bude komunikace ve fázi VĚCNÉ/OBSAHOVÉ >> jak konkrétně můžeš svého komunikačního partnera podpořit?

Vymysli a napiš si sem konkrétní věty, které tě nyní napadají:

Povzbuzování > Objasňování > Parafráze > Reflexe > Shrnutí > Uznání