

## Hand-out

### ΠΕΡΙΟΧΗ: Εαυτός ΑΛΛΑΓΗ

...γνωρίζω πώς αλλάζω και αναπτύσσομαι σε όλη τη διάρκεια της ζωής.

- ◇ ΣΧΕΔΙΑΣΕ ΕΝΑ ΕΞΩΦΥΛΛΟ ΓΙΑ ΤΟ ΑΛΜΠΟΥΜ ΤΗΣ ΖΩΗΣ ΣΟΥ: Συμπεριλάβετε μια εικόνα, τον τίτλο και δημιουργήστε λίστες αναπαραγωγής μέχρι 10 τραγουδιών (πραγματικές ή φανταστικές) που αναφέρουν την ιστορία της ζωής σας. Μπορεί να είναι πραγματικοί ή φανταστικοί τίτλοι τραγουδιών ... Αυτός θα είναι ο τρόπος με τον οποίο θα βοηθήσετε τους πελάτες σας να αυξήσουν την επίγνωση και την πρόοδο τους με δημιουργικό τρόπο.

#### ΚΑΤΙΔΕΑΣΜΟΣ

- ◇ Ποια είναι η διαφορά μεταξύ της ακρόασης και της ενεργούς ακρόασης;
- ◇ Γιατί χρειάζεται να ακούμε;
- ◇ Ποιο είναι το αποτέλεσμα του να μην ακούμε;
- ◇ Γιατί δεν ακούμε; Πτυχές/διαστάσεις της ακρόασης – σεβασμός, προσοχή, ενδιαφέρον ...άλλο;
- ◇ Ποια είναι μερικά λεκτικά και μη λεκτικά σήματα της ενεργούς ακρόασης;

#### ΑΣΚΗΣΕΙΣ ΣΕ ΖΕΥΓΑΡΙΑ

- ◇ Ασ. 1: Άκου και παράφρασε
- ◇ Ασ. 2: Άκου και "καθρέφτισε"
- ◇ Ασ. 3: Ανάπτυξε μια δήλωση ελέγχου αυτοαντίληψης
- ◇ Ασ. 4: Δημιούργησε μια ανοιχτή ερώτηση για κάθε μία από τις δηλώσεις των συναδέλφων σου
- ◇ Ασ. 5: Απάντησε με ανοιχτή ερώτηση στην δήλωση του συναδέλφου σου για να πάρεις περισσότερες πληροφορίες
- ◇ Ασ. 6: Συνοψίζοντας
- ◇ Ασ. 7: Δίνοντας ανατροφοδότηση