Hat kártya a figyelmes elismeréshez



Szeretetnyelvek · 12 perc · párban

Vágjátok ki a kártyákat. Mindketten válasszatok egy kérdést, és válaszoljatok egy konkrét példával. Bármelyik kártya kihagyható. A végén egy egyeztetett gesztust válasszatok.

Elismerő szavak

Melyik munkádhoz kapcsolódó konkrét visszajelzés esett jól? Mit lenne érdemes pontosan megnevezni egy következő köszönetben?

InspireMe · 01

Minőségi idő

Mikor és milyen keretben tudnék figyelmesen meghallgatni téged? Most figyelmet kérsz, vagy közös megoldáskeresést?

InspireMe · 02

Segítő tett

Miben lenne hasznos egyeztetett segítség? Mi legyen a feladat, a határidő és az átadás módja, hogy tényleg könnyítsen?

InspireMe · 03

Személyes apróság

Milyen kis gesztus esne jól, és mit mellőzzünk? Ajándék előtt a személyes igényt és a szervezeti szabályt is vegyük figyelembe.

InspireMe · 04

Testi érintés és határok

Chapman keretének ötödik formája az érintés. Munkahelyen ez nem elvárt gesztus. Érintés nélkül milyen elismerés lenne számodra megfelelő?

InspireMe · 05

Közvetlen kérdés

Mi esne most a legjobban: egy konkrét köszönet, néhány perc figyelem vagy egyeztetett segítség? Más választ is mondhatsz.

InspireMe · 06

> Mondatindító: „Észrevettem, hogy… Ez abban segített, hogy… Köszönöm.”

Az egy gesztus, amelyben megállapodtatok:

A gesztus nem helyettesíti a korrekt munkafeltételeket. A modell beszélgetési keret; az érintés mindig elhagyható.