

ΕΝΤΥΠΟ: ΚΑΝΟΝΤΑΣ ΔΙΕΥΚΡΙΝΙΣΤΙΚΕΣ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ

Παραδείγματα διευκρινιστικών δηλώσεων και ερωτήσεων που θα σας βοηθήσουν ως Φίλους της Αυλής και Διαμεσολαβητές:

Μπορείς να μου πεις λίγο περισσότερα πράγματα γι' αυτό;

Πώς ένιωσες;

Πώς αισθάνεσαι τώρα;

Για να καταλάβω. Τι εννοείς όταν λες

Δεν είμαι σίγουρος/η τι εννοείς λέγοντας ότι..... Μου το εξηγείς για να το καταλάβω καλύτερα;

Για τι άλλο θα ήθελες να μιλήσεις;

Πώς νιώθεις γι' αυτό που ειπώθηκε;

Ποια είναι τα συναισθήματά σου αυτή τη στιγμή;

Φαίνεται να ανησυχείς για Θέλεις να μου πεις γι' αυτό;

Φαίνεται (χαρούμενος/η, θυμωμένος/η, φοβισμένος/η κλπ). Θέλεις να μου μιλήσεις για αυτό που νιώθεις;

Τι σε ενόχλησε περισσότερο;

Εσύ τι χρειάζεσαι/τι θέλεις για να είσαι ικανοποιημένος/η;

Τι πιστεύεις ότι θα βοηθούσε αυτή τη στιγμή;

Έχεις κάποιες ιδέες για να αντιμετωπιστεί το πρόβλημα;

Ποιες άλλες ιδέες μπορείτε να σκεφτείτε;

Μπορείς να θυμηθείς μερικούς τρόπους που χειρίστηκες παλιότερα παρόμοιες καταστάσεις;

Τι διαφορετικό θα έκανες σε παρόμοια περίπτωση στο μέλλον;

Τι χρειάζεται να αλλάξει για να αισθανθείς καλύτερα;

Υπάρχει κάτι που θα μπορούσες να κάνεις ώστε να αισθανθείς καλύτερα;

Λες ότι ο σε ενοχλεί. Μπορείς να μου δώσεις ένα παράδειγμα; Τι ακριβώς κάνει;

Πότε για σένα θα έχει λυθεί το πρόβλημα/αυτή η σύγκρουση;

.....
.....