

## **Ascultarea activa**

- *Stabiliti climatul confortabil*
- *Subliniati atitudinea de ascultare cu ajutorul limbajului corporal*
- *Folositi corespunzator contactul vizual*
- *Parafrazati* (V: Sedinta asta a fost proasta.

A: Sa inteleg ca esti suparat de ceea ce s-a intamplat in timpul sedintei)

- *Oferiti reflectii ale mesajelor de baza* ( citat din ceea ce a spus vorbitorul)
- *Puneti intrebari clarificatoare*
- *Oferiti reflectii ale sentimentelor de baza*
- *Rezumati mesajul* ( daca inteleg bine....nu?)