

1-es gyakorlat: Egy kommunikáció átjuttatása

Cél

Ez a drill megtanít arra, hogy átjuttass egy kommunikációt egy másik személyhez úgy, hogy megkapja és megértse, hogy mit kérdezel tőle, vagy mire kéred. Csupán az, hogy mondasz valamit egy másik személynek, még nem jelenti azt, hogy meghallja vagy megérti. Ahhoz, hogy a kommunikációd meg lehessen érteni, tisztának és elég hangosnak kell lennie.

Elhelyezkedés

Te és egy másik személy nagyjából egy méter távolságra ültök egymással szemben.



Útmutatás

Ezt a drilt a következő módon hajtjuk végre:

Találj egy nagyon egyszerű mesekönyvet – például az *Alice Csodaországban* a legjobb, ha meg tudod találni –, ahol a történetben sok helyen használnak kommunikációt.

Más szóval, a könyv szövege azt mondja: „Azt mondta...”

Te: Válassz ki egy mondatot a könyvből. Olvasd fel a mondatot a veled szemben lévő személynek, de hagyd ki az *azt mondta* részeket.

Például az egyik mondat az *Alice Csodaországban* című könyvben így szól:

„Előbb megnézem” – mondta.

Amikor ezt a mondatot olvasod a veled szemben lévő személynek, azt mondd:

„Előbb megnézem.”

Először olvasd el magadban a mondatot. Majd gondold azt a mondatot, és tedd a saját gondolatoddá. Majd mondd el a mondatot a másik személynek úgy, mintha az a saját gondolatod lenne. Amikor átjuttatod a veled szemben lévő személynek, természetesnek kell hangoznia, nem úgy, mint amikor valamit egyszerűen csak hangosan felolvasol. Ezenfelül elég hangosnak kell lennie, hogy ő hallja, és elég tisztának, hogy megértsen téged.

Edző: Amikor elégedett vagy azzal, hogy megérkezett hozzád, amit a tanuló mondott, és megértetted, akkor mondd azt: „Jó.”

Ismételd meg a tanulóval minden olyan mondatot, amely nem érkezett meg oda, ahol vagy, amíg elégedett nem leszel azzal, hogy megérkezett. Akkor nyugtázd őt, és mondd azt: „Jó.”

Te: Amikor az edző azt mondja, hogy „Jó”, válassz egy másik mondatot a könyvből, és folytasd a drilt, ezeket a lépéseket ismételve.

Szóhasználat

Az edző „Start”-ot mond a drill elkezdéséhez, „Jó”-t, ha megérkezik a kommunikáció, illetve „Ennyi”-t, ha nem érkezik meg a kommunikáció. Az „Ennyi”-t használja arra is, hogy megbeszélés céljából megálljatok, vagy hogy befejezzétek a tevékenységet. Ha a drillezést megbeszélés céljából fejeztétek be, az edzőnek újra „Start”-ot kell mondania a folytatáshoz.

Végeredmény

A drillt addig kell csinálni, amíg az alábbiak mind meg nem történnek:

1. Úgy érzed, hogy képes vagy kényelmesen átjuttatni egy kommunikációt, mintha a saját gondolatod lenne.
2. A kommunikációd megérkezik a másik személyhez, és ő megérti.
3. Az edződ elégedett azzal, hogy képes vagy ezekre.