



Toparlama

R. ŞAFAK KEKLİK



Murat Bey, Bizim Şirketler Grubunda Pazarlama Müdürüdür. On beş yıldır kızı ile yaşamaktadır. Sağlık sorunları başlamıştır.

Yani tüm bunların özeti nedir
Murat Bey?

Biliyorum bu konuda bozuk plak gibiyim.
Fakat bu hafta hiç zamanım yoktu.
Gerçekten, burada bir hikaye
uydurmuyorum. Haftanın bir iki günü
dışarıda oluyorum. Ve akşam kursuna
devam ediyorum. Kızım ile daha fazla
zaman geçirmem gerekiyor.

Sağlığınla ilgili neler taahhüt edeceksin?

Sağlığıma önem veriyorum. Ama bu şekilde çalışırsam bunu gerçekleştiremem.

Özet olarak Murat Bey,
kendini neye
adayacaksın?

Doğru beslenme ve egzersiz
yapma taahhüdüm var. Sadece
bunların hepsini nasıl zaman
planına sığdıracağım bunu
bilemiyorum, özellikle de şu
aralar.

Öğünler arası abur cubur
yememeye ve her hafta üç gün
egzersize.

Toparlama:

- ❑ Bazen danışanın kendi öyküsünü anlatmasının uzamaya ve tüm görüşmeyi kaplamaya başladığı zamanlar olacaktır. Bazen bu danışanın konuşma tarzıdır, çoğu zaman bilinçsiz olarak zorlu konuşmalardan kaçmanın yoludur.
- ❑ Toparlama, sadede gelme ve danışanın da sadede gelmesini isteme becerisidir.
- ❑ Çoğu görüşme için mümkün olan kısıtlı zamanda, derin soluklu ve detaylı hikayeler için vakit yoktur.
- ❑ Öze koçluk yapmanız gerekir ve danışanlardan sadede gelmelerini istemek konunun özünü keşfetmelerine yardımcı olur.