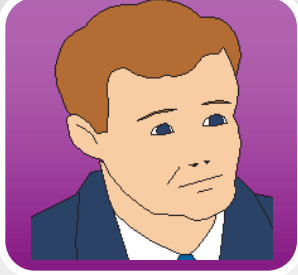




Birinci Seviye Dinleme

R. ŞAFAK KEKLİK

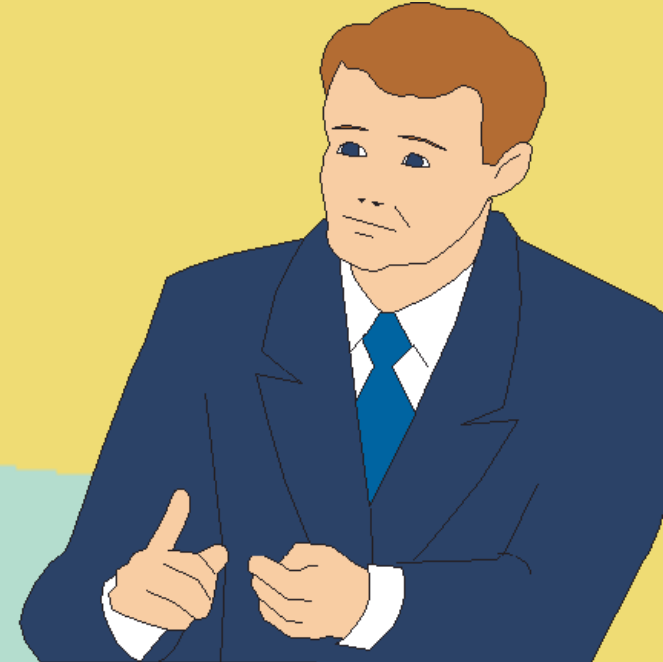


Serdar bey, Bizim Şirketler Grubunda elde ettiği mükemmel sonuçlar sayesinde terfi almıştı. Atandığı görev Avrupa Yakasında olduğu için işe gidip gelirken sorun yaşamamak için Anadolu Yakasındaki evinden taşınmıştı. Fakat eşi de çalıştığı için eve tam olarak yerleşememişlerdi.

Aynı durumla ben de geçen sene karşılaştım. Burada önemli olan uzun dönemdeki vizyonunu göz önünde bulundurduğundan emin olmaktır.



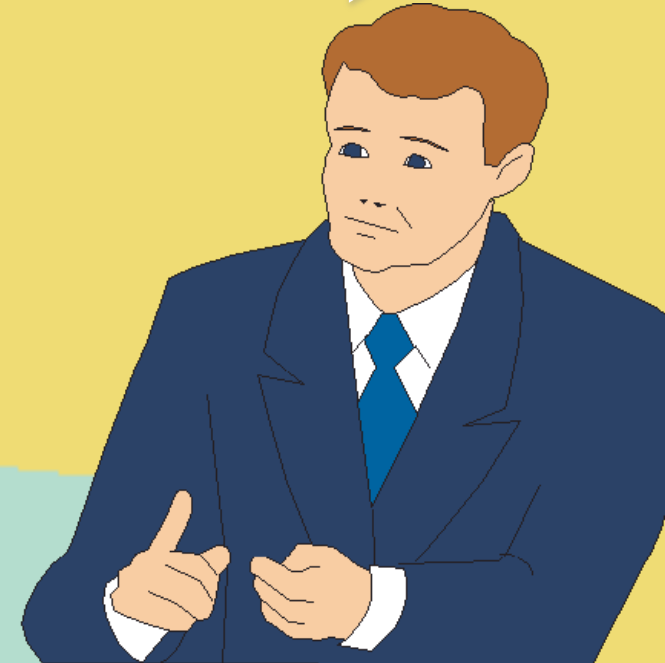
Avrupa Yakasına taşındım. Yeni evim tam bir karmaşa içinde. Her yerde kutular var. Kapıdan girip salona zor ulaşıyorum. Ve cuma gününe kadar kariyerimin en önemli teklifini hazırlamam gerekiyor.



Bu da geçer. Sonuçta evdeki karışıklık geçici. Bunun işteki hızını korumaktan seni alıkoymasına izin verme.



Hayatımda önemli bir ikilem yaşıyorum. Geçen ay çok fazla seyahat ettiğim için, eşim sabır sınırını çoktan aşmış durumda. Gerçekten evde üzerime düşeni yapmak istiyorum ama yapamıyorum.

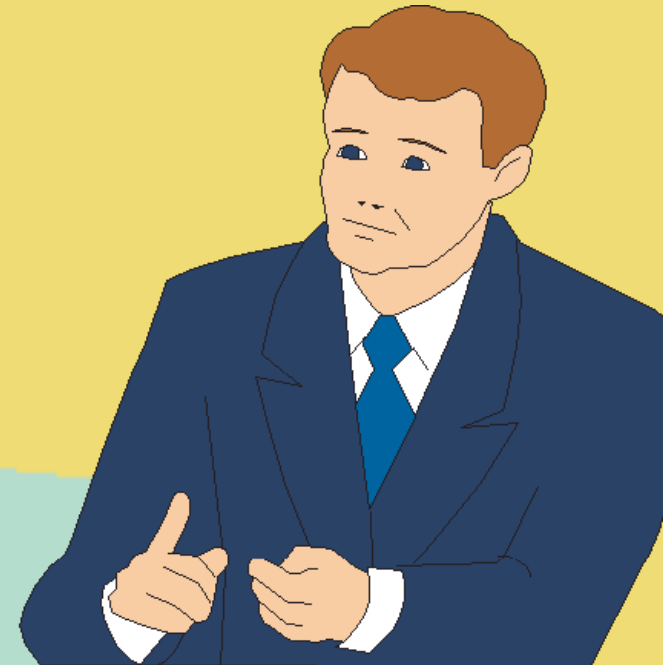


Eminim bunun neden bu kadar önemli olduğunu açıklayabilirsin. Ama bu arada, hadi şu yeni işine geri dönelim.

Bu bana bir alıkoymadan çok daha fazlası gibi geliyor. Özel hayatıma çeki düzen vermeliyim.



Peki, madem eminsiniz.



Birinci Seviye Diyalogu:
İçsel Dinleme; Ego'dan bakmak.

- 1.Dikkatimiz kendimizin üzerindedir.**
- 2.Diğer kişiyi dinleriz fakat ilgimiz söylediklerinin bizim için kişisel olarak ne anlama geldiği üzerinedir.**
- 3.Spotlar benim üzerindedir. Benim düşüncelerim, benim yargıları, benim hislerim, ben ve başkaları hakkındaki yorumlarım önemlidir.**
- 4.'Bu benim için ne anlama geliyor?' sorusu önemlidir.**
- 5.Bu olayları çözdüğümüz ve anladığımız yerdir.**
- 6.Danışanlar birinci seviyede olmalıdır.**