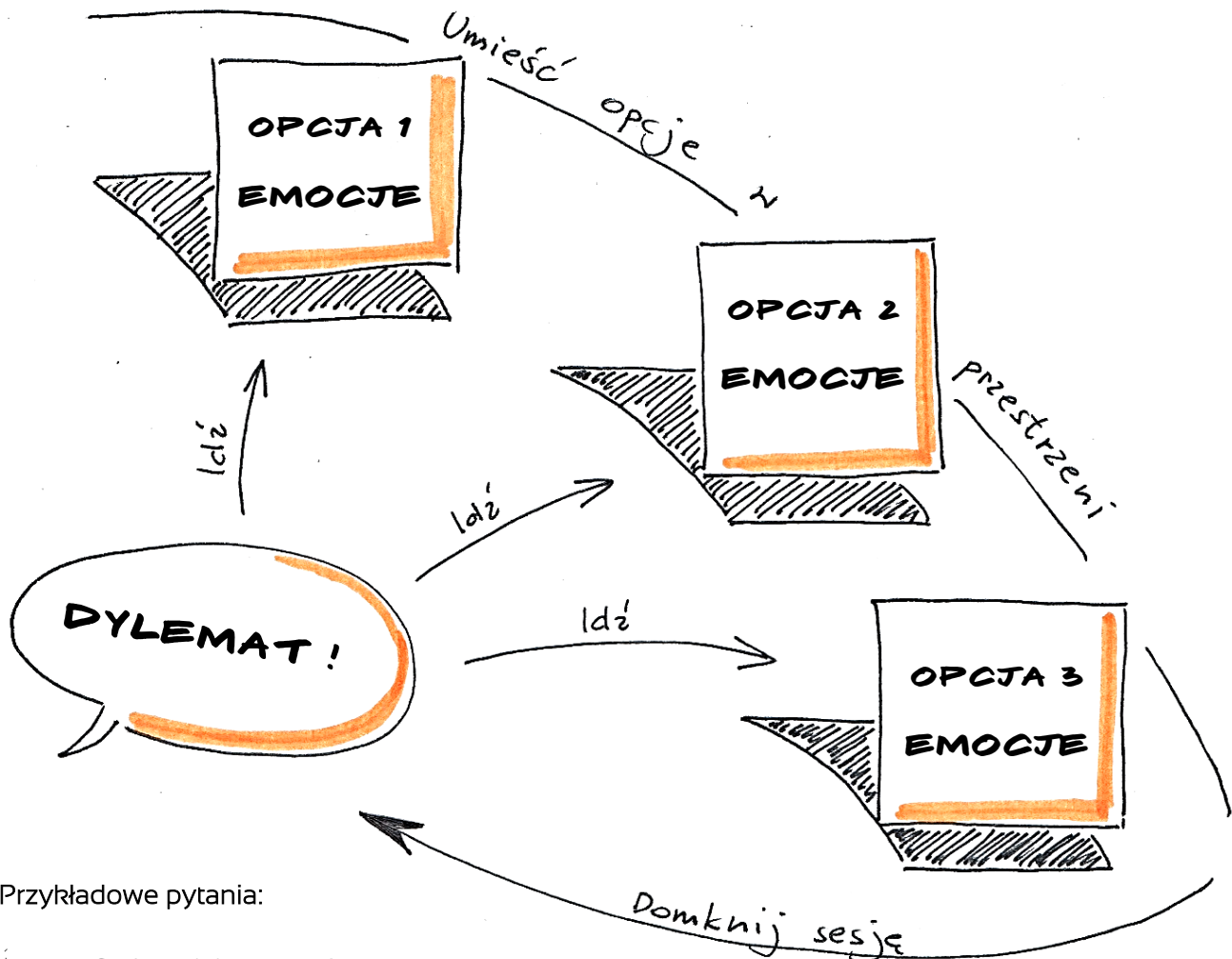


EMOCJE I PODEJMOWANIE DECYZJI

Technika wspiera analizę możliwych opcji działania. Pomaga Klientowi wykorzystać emocje, aby z innej perspektywy przyrzeć się dostępnym możliwościom. Technika oprócz emocji wykorzystuje również pracę z przestrzenią.



Przykładowe pytania:

- Co jest dylematem?
- Co jest w tym najtrudniejsze?
- Jak to jest, mierzyć się z tym?
- Jakie opcje rozważasz?
- Co czujesz, jak rozważasz tę opcję?
- Raczej czuj, niż myśl – jaką dominującą emocję odczuwasz stojąc w tej opcji?
- Co Ci mówi ciało?
- Jakie wnioski Ci się pojawiają po tym eksperymencie?
- Jak Ci jest teraz?
- Co zamierzasz z tym zrobić dalej?