

درمان، بخش ۷ : درک همدلانه



کاربرگ ۳-۷ تمرین تغییر زاویه دید: چگونه می توانم دیگران را درک کنم؟ مثال: پیرمرد پای صندوق

فروشگاه

*(“Marionette Show” by Sister 72)*

|  |  |
| --- | --- |
|  | در چنین موقعیتی چه فکری/احساسی می کنید؟ |
|  | صندوقدار فروشگاه چه فکری/احساسی می کند؟ |
|  | پیرمرد چه فکری/احساسی می کند؟ |
|  | چه چیزی برای ادراک نقطه نظر پیرمرد، به شما کمک خواهد کرد؟ |