

تمثيل الأدوار " MT1.3_3

مرآة التغذية الراجعة"

التأمل في النبيرة ولغة الجسد

الهدف: توفير تجربة للمشاركين لممارسة التغذية الراجعة الذاتية وملاحظة تأثير النبيرة ولغة الجسد عند تخيل إعطاء واستقبال التغذية الراجعة.

المدة: 10-15 دقيقة

التعليمات:

تحضير إرشادات التأمل:

- اطلب من المشاركين التفكير في تفاعل حديث حيث قدموا أو استقبلوا تغذية راجعة.
- قدم مجموعة من الأسئلة للتفكير:
- ما كانت التغذية الراجعة تدور حوله؟
- كيف كانت النبيرة ولغة الجسد خلال التفاعل؟
- كيف جعلك ذلك تشعر؟

تمثيل الأدوار الفردي:

- يختار كل مشارك ملاحظة تغذية راجعة محايدة يمكنه أن يعطيها لنفسه (مثل: "كان يمكنني أن أكون أكثر تنظيماً في مشروعك الأخير").
- يمارسون قول التغذية الراجعة لأنفسهم في المرأة (أو يتخيلون أنهم يتحدثون إلى شخص آخر)، أولاً بنبيرة محايدة أو نقدية ولغة جسد مغلقة، ثم بنبيرة داعمة ولغة جسد منفتحة.

أسئلة التأمل الذاتي:

- أي نبيرة ولغة جسد شعرت بأنها أفضل؟
- كيف ستعدل طريقة تقديم التغذية الراجعة في المواقف المستقبلية؟

Attachment to MT
Task 2.3



Co-funded by
the European Union

بتمويل من الاتحاد الأوروبي. ومع ذلك، فإن الآراء والآراء المعرب عنها هي آراء المؤلف (المؤلفين) فقط ولا تعكس بالضرورة آراء وأراء الاتحاد الأوروبي أو الوكالة التنفيذية للتعليم والثقافة (EACEA الأوروبية) (ولا يمكن تحميل الاتحاد الأوروبي أو الوكالة التنفيذية للتعليم والثقافة الأوروبية المسؤولية عنها).