

Αγαπητά μου παιδιά και αγαπητοί γονείς,

Σήμερα σας προτείνω να δούμε κάποιες ακόμη ιδέες για να γίνουμε πολύ καλοί στη συζήτηση. Μπορείς να ξανακοιτάξεις και να θυμηθείς όσα είδαμε στο «Γίνε πολύ καλός/ή στη συζήτηση (Μέρος Α)» και όσα πολύ χρήσιμα έμαθες από την κα Φανή Ράππη σχετικά με το πώς να μένεις στο θέμα της συζήτησης και πώς να περιμένεις τη σειρά σου για να μιλήσεις.

Πώς τελειώνω μια συζήτηση

Μερικές φορές μια συζήτηση μπορεί να πρέπει να τελειώσει αναγκαστικά γιατί π.χ. χτυπάει το κουδούνι και πρέπει να μπούμε στην τάξη για μάθημα. Άλλες φορές πάλι μπορείς να καταλάβεις ότι ο συνομιλητής σου δεν μπορεί να συνεχίσει τη συζήτηση αν σου πει π.χ. «πρέπει να φύγω» ή αν δεις ότι δεν σε κοιτάζει, αν δεις ότι ψάχνει κάτι να βρει στην τσάντα του ή ότι κοιτάζει αλλού. Αν εσύ θέλεις να σταματήσεις τη συζήτηση μπορείς να πεις: «Πρέπει να φύγω», «Θα τα πούμε αργότερα» ή «Θα τα πούμε σύντομα».



Ποιες από τις παρακάτω συμπεριφορές είναι κατάλληλες όταν θέλεις να τελειώσεις μια συζήτηση; Βάλε **V στις κατάλληλες συμπεριφορές και **X** στις μη κατάλληλες συμπεριφορές.**

- Φεύγω ξαφνικά όταν δεν έχω κάτι άλλο να πω.
- Περιμένω να σταματήσει ο συνομιλητής μου να μιλάει.
- Λέω «εντάξει, θα τα πούμε αργότερα».
- Δεν λέω τίποτα και σηκώνομαι και φεύγω.
- Λέω «χάρηκα που μιλήσαμε».
- Κοιτάζω το συνομιλητή μου και χαμογελάω.
- Αλλάζω θέμα συζήτησης και συνεχίζω να μιλάω.

Πώς να είμαι καλός ακροατής

Ακροατής είναι αυτός που ακούει κάποιον άλλον. Ακούει τον ομιλητή, δηλαδή αυτόν που μιλάει. Ο ομιλητής μιλάει, ο ακροατής ακούει. Όλοι είμαστε και ακροατές και ομιλητές. Είναι σημαντικό να είμαστε καλοί ακροατές. Για να είσαι καλός ακροατής μπορείς να κάνεις τα παρακάτω:



- Δείξε ενδιαφέρον για ό,τι σου λέει ο συνομιλητής σου. Ο συνομιλητής είναι αυτός με τον οποίο μιλάς. Μπορείς να δείξεις ενδιαφέρον κάνοντας κάποιο ευγενικό σχόλιο για αυτά που λέει ο συνομιλητής σου ή κάνοντας μια ερώτηση για να μάθεις περισσότερα π.χ. αν ο συνομιλητής σου πει ότι χθες πήγε μια βόλτα, μπορείς να τον ρωτήσεις «πού πήγες βόλτα», ή να πεις «τι ωραία που πήγες βόλτα! Και εμένα μου αρέσουν οι βόλτες»



- Κάνε την ίδια ερώτηση π.χ. αν ο συνομιλητής σου σε ρωτήσει «τι κάνεις», εσύ εκτός από το να του απαντήσεις «είμαι καλά», ρώτησέ τον «εσύ, τι κάνεις;», δηλαδή κάνε κι εσύ την ίδια ερώτηση δείχνοντας ενδιαφέρον για εκείνον. Αν σε ρωτήσει «τι θα κάνεις το απόγευμα», αφού απαντήσεις π.χ. «θα δω τηλεόραση», ρώτησε τον κι εσύ «εσύ, τι θα κάνεις το απόγευμα;»



- Κοίταζε το συνομιλητή σου και μην ασχολείσαι με άλλα πράγματα την ώρα της συζήτησης. Μην ψάχνεις να

βρεις κάτι στην τσάντα σου, μην παίζεις με κάποιο παιχνίδι, γιατί τότε ο συνομιλητής σου μπορεί να σκεφτεί ότι δεν θέλεις να συζητήσεις μαζί του.



- Προσπάθησε να θυμάσαι τα κοινά ενδιαφέροντα που έχεις με το συνομιλητή σου, δηλαδή τα πράγματα που αρέσουν και στους δυο σας. Αν π.χ. αρέσει και στους δυο σας κάποιο άθλημα, είναι ωραίο να συζητήσετε γι' αυτό.



- Προσπάθησε να θυμάσαι τι έχετε συζητήσει πιο παλιά με το συνομιλητή σου και ποια είναι τα πράγματα που του αρέσουν.



- Να αφήνεις το συνομιλητή σου να μιλάει κι αυτός. Ο καθένας σας πρέπει να περιμένει τη σειρά του για να μιλήσει.



- Να θυμάσαι ότι ο συνομιλητής σου μπορεί να μην έχει την ίδια γνώμη με σένα για κάτι. Δεν χρειάζεται να συμφωνήσεις μαζί του. Ο καθένας σας έχει τη δική του γνώμη. Όμως δεν πρέπει να κοροϊδεύουμε κάποιον και δεν πρέπει να τσακωνόμαστε μαζί του, επειδή έχουμε διαφορετική γνώμη για κάτι.

Αυτά για σήμερα παιδιά! Να περνάτε όμορφα!



Μαντώ Γιαννακούρα, ψυχολόγος