



G3T7 - ANNEX 1. Interaccions

Dels llocs del centre que has identificat com a llocs on «havia passat alguna cosa», en quants estaves sol o sola? _____

I en quants estaves interactuant amb alguna altra persona? _____

Creus que si haguessis canviat la teva forma d'interactuar amb les altres persones de la situació, podria haver canviat alguna reacció emocional de l'altra persona o la teva pròpia? (tant a nivell de sentir emocions més agradables de les que vas sentir, com més desagradables). Com la podries haver canviat? (pots respondre a aquesta qüestió de manera genèrica o bé centrant-te en un parell de situacions).

Creus que si l'altra persona hagués canviat la seva forma d'interactuar amb tu, podria haver canviat alguna reacció emocional de l'altra persona o la teva pròpia? (tant a nivell de sentir emocions més agradables de les que vas sentir, com més desagradables). Com la podries haver canviat? (pots respondre a aquesta qüestió de manera genèrica o bé centrant-te en un parell de situacions).

Fixa't en una de les anotacions del teu company o companya del treball per parelles, i intenta connectar amb el que ell o ella devia pensar en aquell moment, en com es va sentir emocionalment, i imagina com creus que va actuar. Se t'acut com podries haver compartit la seva emoció? Si estiguessis en el seu lloc, això t'ajudaria?