



एक दूसरे के बारे में सीखना

हम अन्य लोगों के बारे में अधिक जान सकते हैं जब हम उनसे प्रश्न पूछने के लिए समय निकालते हैं और वास्तव में उन्हें खुले दिमाग और दिल से सुनते हैं। एक-दूसरे के बारे में सीखने से हमें एक-दूसरे को समझने में मदद मिलती है। यह हमें करीबी बढाने में मदद करता है - यहां तक कि उन लोगों के साथ भी जिन्हें हम पहले से जानते हैं। कभी-कभी, हम ऐसी चीजें भी सीख सकते हैं जो हमें आश्चर्यचकित कर दें। यह गतिविधि आपको किसी को बेहतर तरीके से जानने के लिए साक्षात्कार के लिए आमंत्रित करती है।

एक ऐसे व्यक्ति को चुनें, जिसका आप साक्षात्कार करना चाहते हैं। उनसे पूछें कि क्या वे साक्षात्कार के लिए सहमत हैं और बदले में आपका साक्षात्कार भी करेंगे। वह कौन है? _____



उनके साथ बात करें और उन तीन चीजों को ढूँढें, जिनके बारे में आप उन्हें सिर्फ देखकर अनुमान नहीं लगा सकते हैं और फिर प्रत्येक नीचे सूचीबद्ध करें।



उनसे ये सवाल पूछें। यदि आप जिस व्यक्ति का साक्षात्कार ले रहे हैं, उसके पास कोई उत्तर नहीं है या वह प्रश्न छोड़ना चाहता है, तो ठीक है। अगले प्रश्न पर बढ़ें। बिना निर्णय करे या व्यवधान के सुनना याद रखें। अपना साक्षात्कार समाप्त करने के बाद, भूमिकाएं बदलें और प्रश्नों का उत्तर स्वयं दें। "आपका उत्तर" खाली छोड़ दें जब तक आप भूमिकाओं को बदल नहीं लेते और साक्षात्कार प्रश्न आपसे पूछे जाते हैं।



आपका सबसे पसंदीदा भोजन क्या है? आपको इसके बारे में क्या आनंदमय लगता है?

उनका उत्तर: _____

आपका उत्तर: _____



आपका नायक या कोई ऐसा व्यक्ति है जिसकी आप वास्तव में प्रशंसा करते हैं? आप उस व्यक्ति की प्रशंसा क्यों करते हैं?

उनका उत्तर: _____

आपका उत्तर: _____



आपकी सबसे सुखद यादों में से एक क्या है?

उनका उत्तर: _____

आपका उत्तर: _____



कुछ ऐसा है जो आपने सीखा(या सीख रहे) है कि कैसे करना है, जिसका आप वास्तव में आनंद लेते हैं? आपको इसके बारे में क्या आनंदमय लगता है?

उनका उत्तर: _____

आपका उत्तर: _____

एक दूसरे के बारे में सीखना



ऐसी कौन सी चीज़ है भविष्य में जिसके लिए आप उत्साहित हैं?

उनका उत्तर: _____

आपका उत्तर: _____



अपना खुद का प्रश्न लिखें।

आपका प्रश्न: _____

उनका उत्तर: _____

उनका प्रश्न: _____

आपका उत्तर: _____



उनके किस जवाब ने आपको चौंका दिया? _____



आपको अपने साथी के बारे में कौनसी चीज़ सीखना पसंद आया ? _____



भूमिकाओं को बदलें, ताकि आपका साथी आपका साक्षात्कार कर सके और आपका साथी आपके उत्तरों को लिख सके। शुरूआत से शुरू करो। जब आपका साथी आपका साक्षात्कार पूरा कर ले, तो उनसे जवाब लें: मेरे किस जवाब ने आपको चौंका दिया? _____

आपने मेरे बारे में क्या जानना पसंद किया है? _____

अपने साथी के साथ बात करें की एक दूसरे की बात सुनना और साझा करना कैसा था। जैसा आपने यह गतिविधि की, क्या आप दोनों ने किसी भी विचार, भावनाओं या संवेदनाओं को पैदा होते देखा?



आज की चुनौती

इस गतिविधि को दोहराने के लिए 1-2 और लोगों के बारे में सोचें। उनके नाम नीचे लिखें।
