**CHECK LIST DI AUTOVALUTAZIONE**

**UN CUORE NUOVO**

**Discussione**

|  |  |
| --- | --- |
| **Il mio comportamento d’ascolto**   * Ho mantenuto l’attenzione per tutta la durata della discussione? * Mi sono girato verso chi parlava e l’ho guardato in faccia? * Ho fatto capire che lo stavo ascoltando? * Ho rispettato il turno di parola? | ☺😐☹  ☺😐☹  ☺😐☹  ☺😐☹ |
| **Durante la discussione**   * Ho parlato in modo chiaro e con calma? * Ho fatto capire che mi interessava quanto veniva detto?   Ho usato queste espressioni: …………………………………………………………………………..   * Prima di esporre la mia idea, ho ripetuto l’idea di chi ha parlato prima di me per far capire che ho ascoltato attentamente?   Ho iniziato dicendo ……………………………………………………………………………………………   * Quando non ero d’accordo, lo dicevo con garbo   Ho usato queste espressioni: …………………………………………………………………………..  ………………………………………………………………………………………………………………………….   * Ho dato il mio contributo perché tutti parlassero?   Ho detto ………………………………………………………………………………………………………..   * Ho cambiato idea (ho modificato la mia convinzione) quando ho sentito altre idee più convincenti? | ☺😐☹  ☺😐☹  ☺😐☹  ☺😐☹  ☺😐☹  ☺😐☹ |
| **Nel momento di decidere**   * Ho tenuto presenti i pareri di tutti * Ho proposto una soluzione che potesse andar bene a tutti? * Sono stato disponibile a rinunciare in parte ad una mia idea per arrivare a una decisione condivisa? | ☺😐☹  ☺😐☹  ☺😐☹ |



* In che cosa pensi di dover migliorare?

……………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

* Quale obiettivo di miglioramento ti dai per la prossima discussione?

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………….