

ILGALAIKIŲ *santykių* KURSAI

Pasiryžusiems keisti
santykių kokybę

DALYVAUJANTIEMS GYVAI

SAVARANKIŠKA užduotis

Pasidalinkite porose (arba grupelėse):

Kaip atrodo palaikymas Jūsų būdu, kai būnate
medžioklės/rinkimo instinktuose?

Dalinkitės pozityviais pavyzdžiais, o ne kaltinimais.

Pasidalinkite įžvalgomis, klausimais čia: **<http://www.klausimai.santykiukursai.lt>**

SAVARANKIŠKA *užduotis*

Pasidalinkite grupelėse:

Kokius PERSIJUNGIMO ritualus turite?

Kokius PASINĖRIMO ritualus turite?

Pasidalinkite įžvalgomis, klausimais čia: <http://www.klausimai.santykiukursai.lt>

KLAUSIMAI

Atsakymai

ILGALAIKIŲ *santykių* KURSAI

Pasiryžusiems keisti
santykių kokybę

“MEDŽIOKLĖS” PLANAVIMAS

15 modulis

Dažniausiai su planu susipažįstame, kai **patenkame į jį.**

“MEDŽIOKLĖS” PLANAVIMO ETAPAI

PLANAVIMO ETAPAI

- Sprendimas siekti rezultato

PLANAVIMO ETAPAI

- Sprendimas siekti rezultato
- Strateginis etapas:
 - *Renkama informacija*
 - *Dalinamasi svajonėmis*

PLANAVIMO ETAPAI

- **Sprendimas siekti rezultato**
- **Strateginis etapas:**
 - *Renkama informacija*
 - *Dalinamasi svajonėmis*
- **Sprendimas įgyvendinti planą**
 - *Dažnai - nepasakius*
 - *Kartais galima nuskaityti iš veiksmų*

PLANAVIMO ETAPAI

- **Sprendimas siekti rezultato**
- **Strateginis etapas:**
 - *Renkama informacija*
 - *Dalinamasi svajonėmis*
- **Sprendimas įgyvendinti planą**
 - *Dažnai - nepasakius*
 - *Kartais galima nuskaityti iš veiksmų*
- **Resursų rinkimas**
 - *Daromi užsakymai, rezervacijos*
 - *Surenkamos ir patikrinamos reikiamos priemonės*

PLANAVIMO ETAPAI

- **Sprendimas siekti rezultato**
- **Strateginis etapas:**
 - *Renkama informacija*
 - *Dalinamasi svajonėmis*
- **Sprendimas įgyvendinti planą**
 - *Dažnai - nepasakius*
 - *Kartais galima nuskaityti iš veiksmų*
- **Resursų rinkimas**
 - *Daromi užsakymai, rezervacijos*
 - *Surenkamos ir patikrinamos reikiamos priemonės*
- **Persijungimas** (*nevisuomet*)

PLANAVIMO ETAPAI

- **Sprendimas siekti rezultato**
- **Strateginis etapas:**
 - *Renkama informacija*
 - *Dalinamasi svajonėmis*
- **Sprendimas įgyvendinti planą**
 - *Dažnai - nepasakius*
 - *Kartais galima nuskaityti iš veiksmų*
- **Resursų rinkimas**
 - *Daromi užsakymai, rezervacijos*
 - *Surenkamos ir patikrinamos reikiamos priemonės*
- **Persijungimas** (*nevisuomet*)
- **Įgyvendinimas**
 - *Iki "autopiloto" nepajėgus net kalbėtis*
 - *"Autopiloto" metu, nepajėgus spręsti kitų problemų*

PLANAVIMO ETAPAI

- Sprendimas siekti rezultato
- Strateginis etapas:
 - Renkama informacija
 - Dalinamasi svajonėmis
 - **Laikas “sustojimų pakeliui” aptarimui**
- Sprendimas įgyvendinti planą
 - Dažnai - nepasakius
 - Kartais galima nuskaityti iš veiksmų
- Resursų rinkimas
 - Daromi užsakymai, rezervacijos
 - Surenkamos ir patikrinamos reikiamos priemonės
- Persijungimas (*nevisuomet*)
- Įgyvendinimas
 - Iki “autopiloto” nepajėgus net kalbėtis
 - “Autopiloto” metu, nepajėgus spręsti kitų problemų

PLANAVIMO ETAPAI

- **Sprendimas siekti rezultato**
- **Strateginis etapas:**
 - *Renkama informacija*
 - *Dalinamasi svajonėmis*
 - *Laikas “sustojimų pakeliui” aptarimui*
- **Sprendimas įgyvendinti planą**
 - *Dažnai - nepasakius*
 - *Kartais galima nuskaityti iš veiksmų*
- **Resursų rinkimas**
 - *Daromi užsakymai, rezervacijos*
 - *Surenkamos ir patikrinamos reikiamos priemonės*
- **Persijungimas** (*nevisuomet*)
- **Įgyvendinimas**
 - *Iki “autopiloto” nepajėgus net kalbėtis*
 - *“Autopiloto” metu, nepajėgus spręsti kitų problemų*
- **Istorijų pasakojimas**

KONFLIKTŲ SPRENDIMAI

SĄMONINGI BŪDAI UŽKIRSTI KELIĄ KONFLIKTAMS

**Dalinkis planu dar
planuodami**



**Įvertink ir
komunikuok, ko tau
dar reikės
STRATEGINIAME etape**



NEPAVYKUS SUPLANUOTI KARTU

Vietoje: *Kodėl tu... ..nevažiuoji pro čia?...pirmiausia ėmiesi ...?*

#1

Išsiaiškink:

*Koks tavo planas kelionei?
Kaip galvoji ...?*

#2

Nuspręsk:

Ar tikrai verta?

#3

**Minutės
pertraukėlė:**

*Susitarkite iš
anksto ženklą.*

Jeigu netikite planu - **brėžkite ribas.**

Kuo vėliau, tuo sunkiau bus "nekastruoti."

Aš neplanuoju...

Tai, kas svarbu mums -
PLANUOJAME.

SAVARANKIŠKA užduotis

Pasidalinkite porose (arba grupelėse):

#1 Kokį rezultatą planuoji?

#2 Kaip atrodytų parama tau?

#3 Kokių resursų tau reikės?

#4 Ar reikės ir kaip atrodys “persijungimas”?

#5 Kas sustiprina/susilpnina įgyvendinimo etapu?

Pasidalinkite įžvalgomis, klausimais čia: <http://www.klausimai.santykiukursai.lt>

SAVARANKIŠKA užduotis

Extra užduotis porose:

Kokias istorijas dažniausiai pasakoji?

Ką jų pasakojimas tau suteikia?

Kokias “pakelės stoteles” norėtumėte įtraukti į “Gyvenimo planą”?

Pasidalinkite įžvalgomis, klausimais čia: <http://www.klausimai.santykiukursai.lt>

ILGALAIKIŲ *santykių* KURSAI

Pasiryžusiems keisti
santykių kokybę

KLAUSIMAI

Atsakymai

ILGALAIKIŲ *santykių* KURSAI

Pasiryžusiems keisti
santykių kokybę