

# BU HAFTAKİ NEZAKET İÇEREN DAVRANIŞLAR

*Bu haftaki nezaket içeren davranışlarımız:*

---

---

---

---

---

*Formun kalanını doldururken, işlerin her zaman beklentilerinizle uyuşmayacağını göz önünde bulundurun; dolayısıyla buraya hem olumsuz hem de olumlu tecrübelerinizi yazabilirsiniz.*

**Tavsiyeci:** *Nezaket içeren davranışının öncesinde ve sonrasında zihninden hangi düşünceler geçti?*

---

---

---

**Gözlemci:** *Nezaket içeren davranışlar sergilediğinde hangi duygular ortaya çıktı?*

---

---

---

**Kâşif:** *Nezaket içeren davranışlar sergilediğinde neler keşfettin?*

---

---

---