

मॉड्यूल 4-आवास और होल्डिंग स्पेस

इस बारे में क्या है

यह ब्रीफिंग "होल्डिंग स्पेस" के बारे में है, जो शायद एक भूलभुलैया मेजबान के लिए सबसे आवश्यक भूमिका है।

इसके अतिरिक्त, हम एक भूलभुलैया घटना की मेजबानी करते समय वचित्र करने के लिए बटुओं पर चर्चा करते हैं, जसमें शामिल हैं:

- एक मेजबान की भूमिका
- "पवत्रि" या वशिष स्थान रखने का अर्थ और महत्व
- भूलभुलैया खोलना
- पैदल चलने वालों के लिए मार्गदर्शन देना
- चलने का प्रबंधन करना - लोगों को भूलभुलैया में प्रवेश करने के लिए आमंत्रित करना, समय का प्रबंधन करना
- हस्तक्षेप करने और भावनाओं को संभालने और अप्रत्याशति सहति चलने वालों पर ध्यान देना
- चलना बंद करना
- ओ देखभाल के बाद - दूसरों और अपने लिए.

इन नोटों में मुख्य रूप से एक भूलभुलैया चलना माना जाता है जसि कसिी वशिष समय पर लेने की पूर्व-योजना बनाई गई है, हालांकि कई सदिधांत सहज, अनौपचारिक और अधिक खुले अंत के लिए समान रूप से लागू होते हैं, जनिहें आप पर या मेजबान की इच्छा हो सकती है।

इस मॉड्यूल के माध्यम से काम करने के बाद, आपको प्रश्न का उत्तर देने के लिए अच्छी तरह से रखा जाना चाहिए - एक मेजबान को क्या जानना, करना, होना चाहिए?

मॉड्यूल के माध्यम से काम करने के लिए:

- इस नोट पर पढ़ें और प्रतबिबिति करें।
- वीडियो देखें <https://youtu.be/KuO6r5RCKSw> [अपनी भाषा के लिए उपशीर्षक चुनने के लिए YouTube वीडियो वडि में सेटिंग बटन पर क्लिक करें]
- ओ रीफ्लेक्टवि एक्सर्साइज के माध्यम से काम करें.

याद रखें कयिद आप कोई प्रश्न पूछना चाहते हैं, तो आप हमसे संपर्क कर सकते हैं.

1. एक HOST का रोल

एक मेजबान की भूमिका मौलिक रूप से स्वागत करने और चलने वालों का समर्थन करने और सुवधिजनक बनाने, या "बनाने," एक सुरक्षति, सकारात्मक और पवत्रि चलने के अनुभव के बारे में है। अन्य बातों के अलावा, इसमें आमतौर पर शामिल हैं:

- वाकरों का स्वागत करने के लिए तैयार होने के लिए जगह तैयार करना। अंग्रेजी भाषा में, "होस्टिंग" का वचित्र बारीकी से "मेहमाननवाज", या ऐसे व्यक्ति से संबंधित है जो लोगों को आने जाने के लिए एक सुरक्षति और "घर" स्थान प्रदान करता

भूलभुलैया होस्ट प्रशिक्षण - होस्टिंग और होल्डिंग चलता है

है। कई संस्कृतियों में प्राचीन समय में, एक "मेजबान" एक अभिभावक था, जो यात्रियों के लिए आराम की जगह के रूप में एक सांप्रदायिक चूलहा या आग जलाकर तैयार रहता था। उदाहरण के लिए, ग्रीक मथिकों में, देवी हेस्टिया आमतौर पर इस भूमिका से जुड़ी हुई है।

- चलने वाले लोगों का स्वागत करते हुए, उन्हें सहारा देने के लिए सहायता की पेशकश (उदाहरण के हैंडआउट्स, उनके चलने के बाद उनके प्रतबिंबों को प्रकाशित करने के लिए सामग्री)
- नए लोगों को भूलभुलैया का परिचय देना, जिसमें उन्हें यह बताना शामिल है कि चलना कैसे खोला / बंद किया जाएगा, और वे अपनी पैदल यात्रा को कैसे करना चाहते हैं
- देर से आने वालों में भाग लेने वाले व्यक्ति, जो अपने चलने के बाद के अनुभवों को साझा करना चाहते हैं, और यह अनुभव करते हैं कि भूलभुलैया के भीतर क्या हो रहा है। यह सामान्य रूप से असाधारण परिस्थितियों में केवल हस्तक्षेप करने का मतलब है।

2. "होल्डिंग स्पेस"

इन नोट्स और वीडियो में, हम एक "पवित्र स्थान" के रूप में भूलभुलैया के विचार का उल्लेख करते हैं। यह एक अवधारणा नहीं हो सकती है जो आपके साथ सच होती है, हालांकि हमारा अर्थ केवल यह है कि भूलभुलैया में आना रोजमर्रा की जिंदगी के "सामान्य" स्थान पर होने के लिए "अलग" है।

कई लोग मानते हैं कि एक भूलभुलैया एक अभयारण्य के विपरीत नहीं है, या प्रतबिंब और प्रेरणा के लिए एक विशेष स्थान है। शायद इसके केंद्र को चूलहा या स्वागत करने जैसा माना जा सकता है, सुरक्षा और गर्मजोशी का एक "घरेलू" स्थान।

कुछ लोगों का मानना है कि भूलभुलैया एक आडंबर है - कुछ ऐसा जो हमारे आंतरिक स्वयं से बात करता है, लेकिन जिसे आसानी से शब्दों में नहीं समझाया जा सकता है। नश्चित रूप से, एक भूलभुलैया का रास्ता जो एक विशेष तरीके से मुड़ता है और मुड़ता है, सतह पर प्रेरणादायक विचारों और भावनाओं को ला सकता है।

कुछ लोग अक्सर भूलभुलैया को एक सीमित स्थान के रूप में वर्णित करते हैं, या एक ऐसी जगह होती है जहां समय और स्थान के सामान्य नियम नलिंबित होते हैं। इस कारण से, लेबरिथि कभी-कभी मार्ग और अन्य अनुष्ठानों या अनुष्ठानों के संस्कारों में एक भूमिका निभाते हैं जो अज्ञात में आने और बदलने के लिए तैयार होने के बारे में हैं।

यदि आप इनमें से किसी भी या सभी विचारों को स्वीकार कर सकते हैं, या कम से कम यह है कि भूलभुलैया की अपनी ऊर्जा / प्रभाव है जो हम पूरी तरह से नहीं समझते हैं, लेकिन सम्मान कर सकते हैं, तो एक मेजबान के रूप में, आप (चुपचाप) इच्छा कर सकते हैं कि यह "वैशेष स्पर्श" किसी को भी दिया जाता है जो इसे चलना चाहता है। आप कम से कम उनके लिए उपयोगी अनुभवों की कामना कर सकते हैं, कि वे अपने चलने के परिणामस्वरूप सकारात्मक रूप से परिवर्तित या प्रेरित होंगे।

भूलभुलैया के स्थान को रखने में, और इसे चलाने वालों के लिए (अच्छी तरह से कामना) रखने के लिए, आप दोनों भूलभुलैया, और उन लोगों का सम्मान और सम्मान करते हैं जिन्हें आप होस्ट कर रहे हैं। बस इस फोकस के प्रति सचेत रहें और, यदि आप ऐसा महसूस करते हैं, तो उनके प्रति आपके दिल में सकारात्मक इरादे हैं, इस धारण को प्रदान करने के लिए पर्याप्त है।

एक भूलभुलैया को समर्पित या गर्म करना

जब पहली बार एक भूलभुलैया समर्पित करते हैं, तो एक अस्थायी भूलभुलैया का निर्माण करते समय, आप भूलभुलैया के लिए (या दूसरों के साथ) धन्यवाद का एक संक्षिप्त, नज्जी शब्द और समर्पण की पेशकश कर सकते हैं। इस महत्वपूर्ण कार्रवाई को कभी-कभी कुछ लोगों द्वारा "भूलभुलैया को गर्म करना" के रूप में वर्णित किया जाता है। यदि प्रार्थना ऐसी चीज है जिसका अर्थ आपके लिए है, तो यह प्रार्थना का रूप ले सकती है।

उदाहरण के लिए:

"आपके उपहार और उपस्थिति के लिए आपको धन्यवाद। उन सभी को स्पर्श करें और पकड़ें जो आज आपके पास हैं।"

यदि चलने का इरादा विशिष्ट ध्यान केंद्रित करने का है, तो आप यह भी पूछ सकते हैं और आमतौर पर कर सकते हैं कि यह इरादा है।

टहलने को खोलने और बंद करने में, आप इसी तरह से अपने उपहार और शक्तिषण (या तो चुपचाप या सार्वजनिक रूप से) सखाने के लिए धन्यवाद शब्द देना चाह सकते हैं। भूलभुलैया की ओर एक साधारण सम्मानजनक धनुष एक ही उद्देश्य की सेवा कर सकता है, अगर यह आपके लिए सही लगता है।

3. एक मार्गदर्शक का मार्गदर्शन और परचिय

टहलने आने वाले व्यक्ति पहले कभी भूलभुलैया नहीं आए होंगे या नहीं आए होंगे। इसके अलावा, मेजबान के रूप में, आप यह पसंद कर सकते हैं कवि उस विशेष भूलभुलैया का सम्मान करने के लिए विशिष्ट दिशा-निर्देशों का पालन करें जिसके साथ आप काम कर रहे हैं। इसलिए, यह आम तौर पर भूलभुलैया खोलने से पहले एक संक्षिप्त परचिय देने में मददगार होता है।

नमिन्लखिति बद्धि व्यक्तिओं का स्वागत करने, भूलभुलैया शुरू करने और खोलने का एक तरीका सुझाते हैं।

- आपका स्वागत है व्यक्तिओं के आने के रूप में। यदि उपलब्ध हो तो एक हैडआउट पेश करें। यह दिखाएं कवि कहाँ बैठ सकते हैं या प्रतीक्षा कर सकते हैं, यह सुझाव देते हुए कवि "आने" के लिए समय निकालना पसंद कर सकते हैं (शांति से रहें, महसूस करें कवि जो भी व्यस्त गतिविधियाँ हैं वे अलग-अलग सेट कर सकते हैं)।



नए लोगों के लिए भूलभुलैया का संक्षिप्त परचिय उपयोगी हो सकता है

- जब चलना शुरू करने का समय हो, तो एक प्रस्ताव पेश करें, आमतौर पर 5 मिनट से अधिक लंबा नहीं। इसमें शामिल हो सकते हैं:
 - समग्र रूप में एकत्रित समूह में आपका स्वागत है
 - ओ भूलभुलैया क्या है, और क्यों कई लोग उनके लिए तैयार हैं (उदाहरण के लिए, सरिफ शांति के लिए)
 - ओ ध्यान दे कलिबरहाइंट चलने के लिए "कोई सही तरीका नहीं है" - इसमें वह सब शामिल है जो बस चलने, सांस लेने और आने के लिए खुला हो सकता है
 - यह बताना कि शौचालय कहाँ हैं, कोई आवश्यक अग्न / सुरक्षा घोषणाएँ (यदि प्रासंगिक हो)
 - हैडआउट की उपलब्धता का उल्लेख करना (यदि उपलब्ध हो)
 - ओ ग्राउंड या फ्लोर लेबरिथि (यदि उपलब्ध हो) चलने के विकल्प के रूप में एक उंगली भूलभुलैया की उपलब्धता का उल्लेख करना
 - स्थल / भूलभुलैया की लागत की ओर स्वैच्छिक दान देना (यदि प्रासंगिक हो)
 - व्हीलचेयर और पैदल चलने वाले लोगों के लिए भूलभुलैया की पहुंच की व्याख्या करना
 - यह कहना कि आप चलना शुरू करने / समाप्त करने का संकेत कैसे देंगे
 - यह इंगति करने के लिए कि भूलभुलैया में कहाँ जाना / छोड़ना है
 - यदि उपलब्ध हो, तो चलने के लिए विकल्पिक एड्स की उपलब्धता का उल्लेख करें। इनमें प्रतबिबि के लिए एक शब्द या संदेश के साथ एक पैकेट से कार्ड लेने का नमित्रण शामिल हो सकता है / वॉक के दौरान खुला रखने के लिए, लहरों को पकड़ने के लिए स्कार्फ या आइटम की पेशकश की जा सकती है।
 - टहलने के लिए संभावित तरीके सुझाना। उदाहरण के लिए, एक प्रश्न को खुला रखते हुए जब भूलभुलैया में आवक शुरू होती है, तो जो कुछ भी सोचा, छवि, या भावना के लिए खुला हो सकता है। इंगति करें कि लोगों को

चिता नही करनी चाहिए अगर उन्हें लगता है कि उनके चलने के किसी भी बट्टि पर कुछ और करने का नेतृत्व कथिया गया है

- चलने के लिए नरिीक्षण करने के लिए किसी भी दशिया-नरिदेश का उल्लेख करना, जैसे कि मैला जूते नकालना, अन्य वॉकरों का सम्मान करना, मोबाइल फोन बंद करना
 - दूसरों को उस रास्ते पर गुजरने का सुझाव देना, जो धीमी गति से चल रहा हो, या केंद्र से वपिरीत दशियाओं में चलते हुए - बस दूसरों को नोटसि करना, और धीरे से उनके चारों ओर कदम रखना
 - भूलभुलैया में आराम करने या किसी भी गति से चलने का नमिंतरण देते समय समय सही महसूस होने पर चलना शुरू करें
 - ओ केंद्र में आराम करने के लिए एक नमिंतरण दे रहा है – बैठे हुए, घुटने टेकते हुए, खड़े होकर, जो सही लगता है वह कर रहा है, जबकि भूलभुलैया और अन्य वॉकरों का सम्मान करता है
 - यह उल्लेख करना कि भूलभुलैया के केंद्र से वापसी उसी रास्ते का अनुसरण करती है जसि तरह से है, या यह कि एक वैकल्पिक मार्ग है, जो आपके साथ काम कर रहे हैं (भूलभुलैया के प्रकार के लिए प्रासंगिक है)
 - ओ चलने के बाद प्रतबिबिों को प्रतीक्षा करने और जारी रखने के लिए नमिंतरण देना। नोट लेने (पत्रकारिता) / ड्राइंग के लिए सुझाए गए अवसर यदि व्यक्ति प्रेरति महसूस करते हैं
 - यह नविदन करना कि भूलभुलैया से पहले नकिलने वाला कोई भी व्यक्ति चुपचाप ऐसा करता है
 - चलने के बाद बातचीत के लिए साझा करने / रहने का नमिंतरण देना (यदि प्रासंगिक हो).
- भूलभुलैया का संचालन। मेजबान के रूप में, यह एक मौन पावती / धन्यवाद का रूप ले सकता है और जो लोग इसे चलना चाहते हैं उन्हें प्राप्त करने और प्रेरति करने के लिए भूलभुलैया की इच्छा रखते हैं। एक संक्षिप्त पढ़ने, एक घंटी का झंकार (यदि उपलब्ध हो), या बस मेजबान के रूप में, भूलभुलैया का स्वागत करने के लिए भूलभुलैया के प्रवेश द्वार के पास आकर चलना के लिए भूलभुलैया की उपलब्धता का संकेत हो सकता है।

4. प्रबंधन एक चलना

एक बार टहलने के प्रबंधन का कार्य, एक बार जब भूलभुलैया खोला गया है, तो आमतौर पर काफी सरल है। नमिनलखिति बट्टि ध्यान में रखने के लिए सहायक हो सकते हैं।

- जैसा कि वॉकर अपने चलना शुरू करते हैं, आप उन्हें स्वागत करने और रास्ते में उनका मार्गदर्शन करने के लिए भूलभुलैया के द्वार के पास खड़े होने की इच्छा कर सकते हैं।
- जैसा कि पैदल यात्री भूलभुलैया में प्रवेश करने के लिए संपर्क कर रहे हैं, एक कतार प्रवेश द्वार के करीब बन सकती है। चलने की शुरुआत में कम से कम रक्ति के लिए अनुमति देने के लिए, आप चलना शुरू करने के लिए धीरे से संकेत (मुस्कान / अपना हाथ बढ़ाएं) करना चाह सकते हैं। रास्ते में कदम रखने के लिए कतार में अगले व्यक्ति को आमंत्रति करने के लिए अपने फैंसले का उपयोग करें, आमतौर पर प्रत्येक व्यक्ति के बीच कम से कम 30 सेकंड के अंतराल की अनुमति देता है।
- यदि कोई कतार नहीं बनती है, या जब एक कतार घटती है, तो मेजबान अक्सर व्यक्तियों के स्वागत के लिए प्रतीक्षा कर सकते हैं जब वे अपना चलना शुरू करने के लिए तैयार हों।
- एक बार जब सभी या अधिकांश वॉकर भूलभुलैया में प्रवेश कर जाते हैं, तो ऐसा स्थान खोजें जो सही हो। कहीं-कहीं यह बाहरी कनारे (या कभी-कभी) भूलभुलैया के काफी करीब है, लेकिन इससे लोगों को यह महसूस नहीं होना चाहिए कि उनके स्थान पर भीड़ हो रही है। आदर्श रूप से, उनके चलने के दौरान, एक वॉकर को आपकी उपस्थिति से काफी हद तक अनजान होना चाहिए, और महसूस करना चाहिए कि वे भूलभुलैया के साथ अकेले हैं, सवाय इसके कि उन्हें अन्य वॉकरों से गुजरने की आवश्यकता है, या जब केंद्र में दूसरों के साथ हो। दूसरों के बारे में जागरूकता सार्थक हो सकती है, क्योंकि भूलभुलैया के रास्ते पर चलने को कभी-कभी "जीवन के चलने" के रूपक के रूप में देखा जा सकता है जसिमें हम मलिते हैं और कई लोगों के साथ अलग-अलग रशितों में मलिते हैं, कभी-कभी कई लोग दूसरों पर बस एक या बहुत कम।
- जैसा कि आप होस्ट कर रहे हैं, आप धीरे-धीरे भूलभुलैया के कनारे पर घूमना पसंद कर सकते हैं, चुपचाप एक तरफ खड़े हो सकते हैं, या दूर से देख सकते हैं।
- असतत लोगों को ध्यान देना जारी रखें, (नीचे देखें)।

5. चलने वालों के लिए ध्यान में रखते हुए

"होल्डिंग स्पेस" में, एक मेजबान के रूप में, हम उन लोगों को भी "पकड़" रहे हैं जो एक भूलभुलैया चल रहे हो सकते हैं, जबकि हम उनके लिए सीधे उसी तरह जम्मेदार नहीं हैं, उदाहरण के लिए, एक अभिभावक एक बच्चे की ओर हो सकता है।

मुख्य रूप से, हमारा कार्य किसी के चलने में, "भीड़ की जगह" में हस्तक्षेप नहीं करना है, या उन्हें संभवतः किसी भी तरह से असहज महसूस करना है। एक मेजबान का "धारण" एक दूरी से सौम्य, मौन, और आमतौर पर उन लोगों द्वारा ध्यान नहीं दिया जाता है जिन्हें आयोजित किया जा रहा है।

हम नहीं जानते हैं कि किसी व्यक्ति को एक भूलभुलैया चलने के दौरान क्या अनुभव हो सकता है। आम तौर पर, ज्यादातर लोगों को एक बहुत ही सुखद अनुभव होता है। हालांकि, जब हम एक भूलभुलैया में प्रवेश करते हैं तो कई तरह की भावनाएं और विचार उत्पन्न हो सकते हैं। कुछ लोग पा सकते हैं कि उनके लिए जो कुछ भी चुनौतीपूर्ण है, संभवतः कभी-कभी परेशान भी करता है।

भूलभुलैया में क्या हो रहा है, इसके बारे में जागरूक रखने से, एक मेजबान नोटिस कर सकता है जब कोई व्यक्ति किसी ऐसी चीज से नपिट सकता है जो उनके लिए मुश्किल है। यह तब आपके "उनके साथ चलने" का संकेत देने का समय हो सकता है, और शायद इस संभावना को बढ़ा दें कि उन्हें पता चल सकता है कि आप उन्हें पकड़ने के लिए मौजूद हैं, लेकिन शायद ही कभी हस्तक्षेप करने का समय हो, या सीधे सवाल करें कि क्या प्रसंस्करण कर सकते हैं।

नमिन्लखिति बट्टियों को ध्यान में रखना उपयोगी हो सकता है, जिससे आपको वॉकर के हतियों में भाग लेने में मदद मिल सके।

- एक बार सभी या अधिकांश वॉकर भूलभुलैया में प्रवेश कर चुके हैं, तो इस बात से अवगत रहें कि कौन आ रहा है। लेटीकॉमर्स जो एक परिचय से चूक गए हैं, वे प्रश्न पूछना चाहते हैं, या आप उन्हें चुपचाप उनके पास जाने की इच्छा कर सकते हैं, जो उन्हें बहुत स्पष्ट विवरण देते हैं कि भूलभुलैया क्या है, चलने के लिए कोई दिशानिर्देश क्या है (जैसे जूते उतारना, यदि यह है तो क्या है) आप पसंद करते हैं), और उनके चलने के दृष्टिकोण का एक सुझाया तरीका (जैसे खुला प्रश्न रखना)। आप बस इन बट्टियों को समझाते हुए उन्हें एक हैंडआउट शीट देना पसंद कर सकते हैं।
- पैदल चलने वालों के लिए भूलभुलैया सुरक्षा रणनीति:
 - यदि आप एक अस्थायी भूलभुलैया का उपयोग कर रहे हैं, जो जमीन पर बहुत मजबूती से लंगर नहीं डाल सकता है, तो इसे आकार में रखने के लिए किसी भी आवश्यकता के लिए नज़र रखें, अगर सतह असमान हो जाती है जैसे लोग चल रहे हैं।
 - यदि लोग दौड़ रहे हैं, या ऐसे तरीके से काम कर रहे हैं, जो भूलभुलैया में खुद को या दूसरों को नुकसान पहुंचा सकते हैं, तो इसे इंगित करने के लिए तैयार रहें (यह अक्सर आपकी चुप्पी को तोड़ना होगा, जबकि उन लोगों के प्रति संवेदनशील होना जो ध्यान में हो सकते हैं)।
- जब लोग चल रहे होते हैं तो मौन की अवधि के दौरान, आप बस उन लोगों के लिए अच्छे इरादे रखने की इच्छा कर सकते हैं जो पैदल चल रहे हैं। यदि प्रार्थना का विचार आपके लिए सार्थक है, तो आप प्रार्थना करना चाह सकते हैं कि चलने वालों को वही मलिका जो वे प्राप्त करने के लिए हैं, शांति से रहें, भूलभुलैया द्वारा आयोजित किया जाए, या इसी तरह।
- अगर कोई अपने चलने के दौरान परेशान या परेशान दिखाई देता है, तो आम तौर पर यह बुद्धिमान नहीं है। व्यक्तियों को जो कुछ भी प्रभावित हो सकता है, उसे संसाधित करने के लिए समय की आवश्यकता हो सकती है, और जो एक परेशान करने वाला प्रकरण प्रतीत हो सकता है, वह उनके लिए आवश्यक और वैशेषिक हो सकता है। आप नमिन्लखिति को ध्यान में रखना चाह सकते हैं:
 - ओ जब आघात या परेशान करने वाले अनुभवों को संसाधित करते हैं, तो व्यक्ति अक्सर नज़ी तौर पर ऐसा करना चाहते हैं
 - एक होस्ट होस्ट के रूप में, आपकी भूमिका एक काउंसलर, कोच, उपचारक या चिकित्सक के रूप में कार्य करने की नहीं होती है (जब तक कि चलना विशेष रूप से इस तरह के अनुशासन का एक हिस्सा नहीं बनता है)। आप ऐसी चीजों में योग्य हो भी सकते हैं और नहीं भी, हालांकि ये आम तौर पर टहलने के लिए उपयुक्त नहीं हैं। भूलभुलैया चलने से अलग, आप वॉकर समाप्त होने के बाद वॉकर को पेश करने की इच्छा कर सकते हैं, केवल तभी जब आप ऐसा करने के लिए योग्य हों, या अन्यथा बस एक "कान सुनने" की पेशकश करें और संभवतः

मदद के स्रोतों का सुझाव दें यदि केवल एक व्यक्ति से बात करने के लिए। उनके चलने के बाद अपनी स्वयं की सीमा से अलग रहें कि आप क्या सहायता या मार्गदर्शन दे सकते हैं

- एक लंबी या संभावित खतरनाक घटना (पीड़ित व्यक्ति या अन्य वॉकर के लिए) की स्थिति में, अपने नरिणय का उपयोग करें कि कब और कैसे हस्तक्षेप करना है।

- यदि कोई व्यक्ति गिर जाता है, तो उस पर स्वास्थ्य हमला होता है, या उसे कोई और अनुभव होता है, जो स्पष्ट रूप से आपातकालीन ध्यान देने की आवश्यकता होती है, तुरंत उन पर उपस्थिति हों- जरूरत पड़ने पर आपातकालीन सहायता पर कॉल करना। अपने नरिणय का उपयोग करें कि क्या पूरे वॉक को पास लाना है (उदाहरण के लिए, यदि घटना दूसरों के लिए वचिलति कर रही है, या भूलभुलैया के रास्ते पर एक महत्वपूर्ण क्षेत्र को बाधति कर रही है)।
- धन्यवाद या स्वीकार करें (मुस्कान / सरि हलाकर) वे चले जाते हैं। उन लोगों के साथ चुपचाप बात करने के लिए तैयार रहें, जो सवाल पूछना चाहते हैं, या उनके पास मौजूद एक अनुभव साझा करना चाहते हैं।

6. एक चलना बंद

आपने आम तौर पर वॉकर को सूचित किया होगा कि आप अपने परिचय के दौरान जब चलना बंद करने के लिए आ रहे हैं, तो आप कैसे संकेत देना चाहते हैं। नमिनलखिति एक संभव दृष्टिकोण है:

- जब टहलने के लिए उपलब्ध समय एक करीबी के लिए आ रहा है, तो आप अपने आप को और अधिक स्पष्ट रूप से उन लोगों के लिए दृश्यमान बनाना चाह सकते हैं जो भूलभुलैया में रहते हैं (शायद तेज गति से चलना अगर आप भूलभुलैया के चारों ओर चक्कर लगा रहे हैं, या करीब की ओर बढ़ रहे हैं एक कोमल सर्पिल में केंद्र, लेकिन दूसरों के स्थान को भीड़ के बनि)।
- यदि आपके पास घंटी या झंकार उपलब्ध है, तो तेजी से प्रासंगिक अंतराल पर इन पर बजना शुरू हो सकता है, जो लोगों को सतर्क कर सकता है कि समय एक करीबी के लिए आ रहा है। यदि आप कर सकते हैं तो अचानक और विशेष रूप से जोर से आवाज करने से बचें, क्योंकि यह उन लोगों के लिए परेशान कर सकता है जो अभी भी एक ध्यान स्थान पर हैं और जिन्हें सामान्य जागरूकता पर लौटने के लिए समय की आवश्यकता है।
- आपने एक नजदीकी के माध्यम से एक संक्षिप्त पढ़ने की पेशकश करने के लिए चुना हो सकता है, शायद ऐसा करने से आपकी आवाज की मात्रा बढ़ जाए।
- यदि वॉकर अनुत्तरदायी रहते हैं, तो आपको उन्हें समय पर सचेत करने के लिए बोलने की आवश्यकता हो सकती है।
- व्यक्तियों को भूलभुलैया छोड़ने और अपनी सीटों पर लौटने (यदि प्रासंगिक हो) को बंद करने से पहले कर सकते हैं। यदि समय है, तो आप कुछ मिनटों के लिए चलना बंद करने से पहले सभी पैदल चलने वालों को छोड़ देने के बाद भी शांत प्रतबिबि के लिए अनुमत दे सकते हैं। यह हो सकता है कि कुछ समय फिर से चलना चाहते हैं, यह मानते हुए कि समय उपलब्ध है।
- मार्क, भले ही चुपचाप, चलना बंद। बंद करते समय, आप घंटी बजाने की इच्छा कर सकते हैं, एक संक्षिप्त पढ़ने या प्रतबिबि की पेशकश कर सकते हैं, या बस चुपचाप अपने आप को धन्यवाद दे सकते हैं कि भूलभुलैया ने क्या उपहार दिया है। शब्दों के एक रूप का एक उदाहरण प्रेमलता की प्रार्थना का एक रूप है:

*हो सकता है आज जो भी लोग यहां आए हैं, वे उनकी पूर्णता को जानते हों,
सब उनके दिलों में रहें,
सभी दुखों से मुक्त हो सकते हैं,
सभी ठीक हो सकते हैं,
सभी शांति से रहें,
सभी खुश रहें।*

- कुछ मेजबानों को बंद होने पर लेबरहाइंट या पावती शब्द की ओर एक सम्मानजनक धनुष प्रदान करना पसंद होता है। प्रतबिबि या सामाजिक संपर्क साझा करने के लिए एक समय की पेशकश।

7. देखभाल के बाद

एक शानदार सैर की मेजबानी आश्चर्यजनक रूप से थकाऊ हो सकती है। अनदेखी ऊर्जा वॉकर और मेजबान दोनों को प्रभावित कर सकती है, खासकर अगर मूक उपचार भूलभुलैया के भीतर हो रहा हो। लेबरिथि की अपनी शक्ति और ऊर्जा होती है, जो लंबे समय तक धारण करने के लिए थका सकती है, जैसा कि "धारण" का कार्य हो सकता है। इसलिए धीरे-धीरे भूलभुलैया से दूर आने के लिए समय नकालना महत्वपूर्ण है। यदि आप कर सकते हैं एक की मेजबानी के तुरंत बाद बहुत अधिक गहन काम करने से बचने के उद्देश्य। एक व्यस्त सड़क (यदि प्रासंगिक हो) पर गाड़ी चलाने या दौड़ने से पहले धीरे-धीरे पैक करें।

वॉकर अपने चलने के बाद किसी के साथ बात करना चाह सकते हैं, जो अक्सर आप मेजबान के रूप में हो सकते हैं। उन्हें सुनने के लिए तैयार रहें और उनके लिए जगह दें कवि क्या चाहते हैं। उनके साझा करने के लिए धन्यवाद।

जनि व्यक्तियों को चलने के दौरान एक कठिन अनुभव हो सकता है, उनके लिए अतिरिक्त समय लेने के लिए तैयार रहें ताकि अपने अनुभव के बारे में बात कर सकें। काउंसलर, थेरेपिस्ट या कोच की भूमिका में कदम रखने के बारे में सावधान रहें (वॉकर में भाग लेने के बारे में ऊपर नोट देखें) और उन सीमाओं के बारे में जागरूक रहें जिनकी आप मदद करने के लिए योग्य हो सकते हैं, हालांकि आप संभावित स्रोतों के बारे में सुझाव देने में सक्षम हो सकते हैं। मदद की।

आगे बढ़ते हुए

सहायता जो मदद कर सकती है:

- **वॉक चेक-लसिट को होस्ट करना** http://www.labyrinthlaunchpad.org/Hosting_Walks_Checkv01.pdf
- **एक चलने की जाँच सूची का परिचय** http://www.labyrinthlaunchpad.org/Intro_Walk_Check_v01.pdf

लेख और अन्य संसाधन:

What does it mean to "hold space"? http://www.labyrinthlaunchpad.org/Hold_Spacev01.pdf