



**УМЕНИЕ
ПРАВИЛЬНО
ОБЩАТЬСЯ**

ПРИЧИНЫ НЕКОМФОРТНОГО ОБЩЕНИЯ



ОЦЕНОЧНОЕ ОБЩЕНИЕ





ПРИЧИНЫ НЕКОМФОРТНОГО ОБЩЕНИЯ

«САБОТАЖНИКИ» ОБЩЕНИЯ

СЛОВА-«ДОЛЖНИКИ»

ВЫСПРАШИВАНИЕ, «ДОПРОС»

ДИАГНОЗ МОТИВОВ ПОВЕДЕНИЯ

УБЕЖДЕНИЕ ЛОГИКОЙ

СМЕНА ТЕМЫ РАЗГОВОРА

СОРЕВНОВАНИЕ



ПРИЧИНЫ НЕКОМФОРТНОГО ОБЩЕНИЯ



ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ НАПРЯЖЕННОСТЬ

АГРЕССИВНАЯ РЕАКЦИЯ

УХОД В СТОРОНУ

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ
ОПТИМАЛЬНОГО
САМОУТВЕРЖДЕНИЯ





СХЕМА «Я – ВЫСКАЗЫВАНИЯ»

Событие. «Когда...» (описание нежелательной ситуации). Например: «Кричишь на меня, в компании делаешь мне замечания, говоришь о том-то и том-то...»

Ваша реакция. «Я чувствую...» (описание ваших чувств). Например: «Я очень злюсь, мне так обидно, что хочется плакать», «Я готов тебя ударить...»

Предпочитаемый исход. «Мне хотелось бы, чтобы...» (описание желательного варианта). Например: «Чтобы ты перестала меня упрекать...», «Не говорила мне о том-то...», «Не отпускал шуточек в мой адрес...»



**НАУЧИТЕ МЕНЯ
ОБЩАТЬСЯ!**