



WORLD
CHILDREN'S
DAY



Несъгласие по уважителен начин Средства за разговор

Направете пауза за момент и се успокойте.

Вашите емоции, независимо дали го осъзнавате или не, ще се отразят в другия човек, така че отделете малко време, за да дишате, преди да продължите. Тази кратка пауза за центриране може да бъде разликата между това дали другия човек ще ви изслуша или ще се свие и изключи.

Очите ви да са на едно ниво.

Така разговорът ще бъде при равни условия.

Бъдете директни.

Казвайте каквото имате предвид и имайте предвид това, което казвате. Изразяването на това как се чувствате е важно начало.

“Започнете със сърцето.” (Patterson et al., 2002)

Изкажете истинските си притеснения в ситуацията. Поемете отговорност за собствената си роля в ситуацията, тъй като вие сте единствения, който може да контролирате.

source POP-UP Festival 6sec.org/popup

This activity is brought to us by our friends at



confidentparentsconfidentkids.org

© Copyright, 2017, Jennifer Smith Miller. All rights reserved.