

ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ

КАК КОРРЕКТНО ВЫСКАЗЫВАТЬ СВОЕ МНЕНИЕ



СОВЕТЫ ДЛЯ ПОДРОСТКОВ

ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ (ОС) – способ выразить свое мнение. Оно адресовано одному человеку или группе людей.

Эффективная ОС



СВОЕВРЕМЕННАЯ

«по горячим следам»

КОРРЕКТНАЯ

в уважительной форме

КОНКРЕТНАЯ

что именно человек сделал хорошо и как ему стоило бы поступить иначе

МОТИВИРУЮЩАЯ

побуждает адресата изменить его точку зрения или поведение

Важно убедиться, что наш собеседник
**ДЕЙСТВИТЕЛЬНО ХОЧЕТ УЗНАТЬ
ЧУЖОЕ МНЕНИЕ О СЕБЕ.**

В идеале – сам просит об этом.



**ХВАЛИТЬ ЕГО ЛУЧШЕ
В ПРИСУТСТВИИ ДРУГИХ ЛЮДЕЙ.**

Это повысит его самооценку,
укрепит авторитет в глазах
окружающих.



Говорить
об ошибках и недочетах
желательно **НАЕДИНЕ
БЕЗ ПОСТОРОННИХ.**



ЭТАПЫ ЭФФЕКТИВНОЙ ОБРАТНОЙ СВЯЗИ

1 ПОЗИТИВНЫЙ НАСТРОЙ НА БЕСЕДУ

2 ВЫСКАЗЫВАНИЕ МНЕНИЯ

3 ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ

Подойдет для ситуаций, когда мы хотим:

- выразить несогласие с тем, что думает или как себя ведет человек
- помочь ему увидеть его промахи
- избежать ссор и обид

ЭТАП 1

ПОЗИТИВНЫЙ НАСТРОЙ НА БЕСЕДУ

Устанавливаем контакт с тем(той),
кому адресовано наше мнение

ХВАЛИМ

*«Ты сочинил(а) душевное
стихотворение»*

БЛАГОДАРИМ

«Спасибо, что предупредил(а)»

**ПОДЧЕРКИВАЕМ
ДОСТОИНСТВА,
СИЛЬНЫЕ СТОРОНЫ**

*«Платье нарядное,
отлично сшито, из хлопка
– самое то в жару»*

Это вызывает доверие,
желание прислушаться к нам.

ЭТАП 2

ГОВОРИМ О ТОМ, ЧТО НЕ НРАВИТСЯ

Корректно сообщаем о том, что нас не устраивает. Предлагаем свою помощь, варианты по решению проблемы.

Иначе собеседник потеряет доверие, расстроится.

ОБИДНО

«Это платье 42
размера тебе мало!
Ты как корова в нем»

«Ты так безграмотно
пишешь!»

ВЕЖЛИВО

«Мне кажется, тебе
подойдет платье
44 размера»

«По правилам такие-то
слова пишутся так-то»

ВАЖНО ИЗБЕГАТЬ

- слов «не, но, нет» – они уместны для жесткого обозначения позиции
- негативной оценки личности

ОБИДНО

«Это платье тебе не идет»

«Без обид, но твой стишок так себе»

«Ты неудачник(ца) по жизни»

ПОРОЙ ВМЕСТО ПРЯМОГО МНЕНИЯ ЛУЧШЕ ЗАДАТЬ ВОПРОСЫ

*«Тебе комфортно в платье?
Ты можешь в нем свободно
двигаться?»*

Человеку легче признать собственные ошибки самому, чем услышать о них от других.

Вопросы побуждают его посмотреть на себя со стороны, увидеть нюансы.

ЭТАП 3

ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ

ЗАВЕРШАЕМ БЕСЕДУ

ПОЗИТИВНЫМ НАПУТСТВИЕМ

*«Желаю тебе отлично провести время
на свидании в красивом платье»*

*«У тебя способности к творчеству,
ты пишешь крутые стихи.
Продолжай развиваться»*

Это помогает нашим собеседникам
вдохновиться на перемены.