



roonyx

гооных

**Токсичность общения в
коллективе или как я люблю
«обратную связь»**

гооных

**Общение, как оно
происходит?**

гооных

**Если с этим всё так просто,
почему люди обижают и
обижаются?**

гооных

**В каждом из нас есть три
основных состояния:
Родитель, Взрослый, Ребенок.**

гооных

**Родитель - опекающее
поведение, экспертность,
снисходительность.**

гоопух

Заботливый

родитель

Утешает, исправляет, помогает: «Это мы сделаем», «Не бойся», «Мы все тебе поможем», «Я тебе помогу», «С каждым может такое произойти», «Ты можешь обращаться ко мне с вопросами», «Молодец, хорошо справился с заданием».

Критический

родитель

Грозит, критикует, приказывает: "Опять ты опаздал на работу?" «У каждого на столе должен быть график!», «Так нельзя!», «Следует сделать так», «До каких пор?», «Кто должен был это сделать?», «Это неправильно».

гооных

**Взрослый - рассудительность,
трезвая оценка, здравый
подход.**

гоопух

Взрослый

Собирает и дает информацию, оценивает вероятность, принимает решения: *«Который час?» «У кого же может быть это письмо?» «Эту проблему мы решим в группе», «Я думаю так, а как думаешь ты?», «Если сравнить.»*

Много вопросов: *«Как?», «Что?», «Почему?», «Расскажи мне ход своих мыслей».*

гооных

Дитя - власть эмоций,
развлечений, хулиганства.

гооных

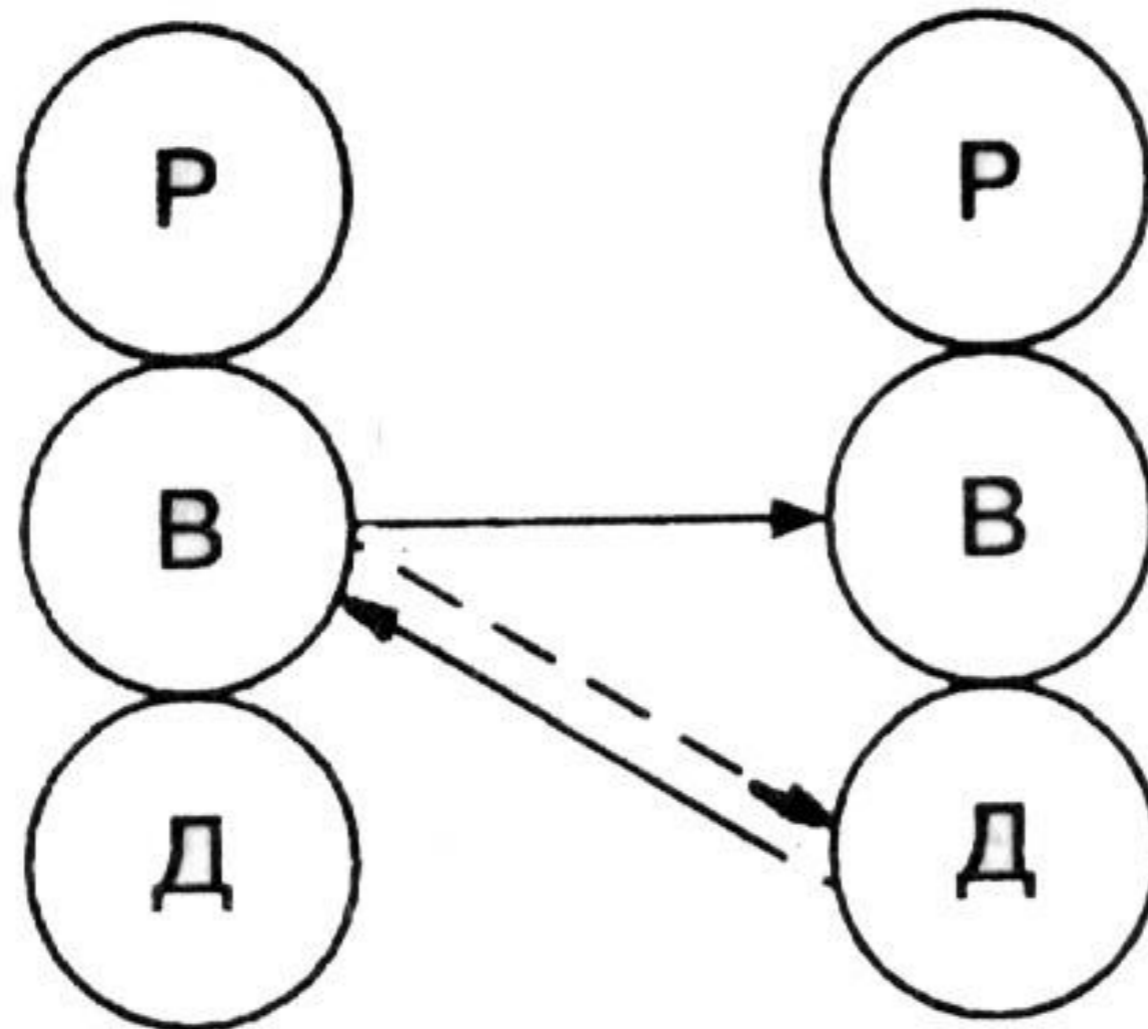
Спонтанный **ребенок**
Естественное, импульсивное, хитрое, эгоцентричное поведение: «Это дурацкое письмо у меня уже третий раз на столе» «Вы это сделали просто замечательно!», «Я хочу!», «Здорово!», «Прекрасно!», «Ужасно!».

Приспосабливающийся **ребенок**
Беспомощное, боязливое, приспособляющееся к нормам, уступчивое поведение: «Я бы с радостью, но у нас будут неприятности», «Я попробую», «Я постараюсь», «Я хотел бы», «Я, наверное, не смогу», «Что же мне теперь делать?».

Бунтующий **ребенок**
Протестующее, бросающее вызов поведение: «Я это делать не буду!», «Вы этого сделать не сможете», «Не буду!», «Не хочу!», «Почему я?», «Посмотрите на других», «почему им можно, а мне нельзя?».

гооных

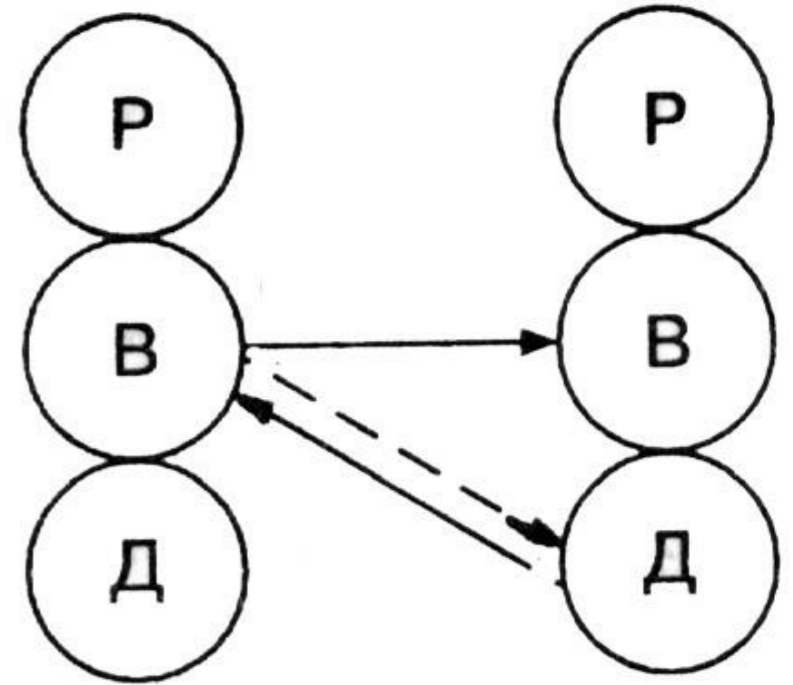
Транзакции при общении могут быть как прямыми, так и скрытыми.



гооных

В примере с деловым обсуждением, когда вместо второго Взрослого ответил Ребенок, возможны следующие варианты:

- 1й Взрослого «включит» Ребенка - будет нарастать раздражение, люди начнут подкалывать друг друга или унижать.
- 1й Взрослый останется Взрослым, и прекратит общение, ввиду его бесполезности, провокация не удалась, но ч2 добился своего.
- 1й Взрослый «включит» Родителя, и попытается позвать Взрослого ч2, прогнав его Ребенка, например фразами: «давайте говорить по делу!», «прекратите поясничать!» итд.



гопных

Триггеры это...

Критика, обратная связь, объяснения, постановка задачи.

гопных

В целом критика — это хорошо.

гооных

Четыре правила критики :

Не нравится – критикуй

Критикуешь – обоснуй

Если знаешь – предложи

Пойми – даже если неприятно

гопных

Как давать обратную связь?

В жанре: позитив–негатив–позитив

гоопух

Объяснять нужно нормально

**– а не практиковаться в своих навыках
эсперанто**

гооных

Становление задачи

гооных

Пасиба за внимание! ;3
Вопросы?

“That’s all Folks!”