

СПАСИБО, НЕТ!!!

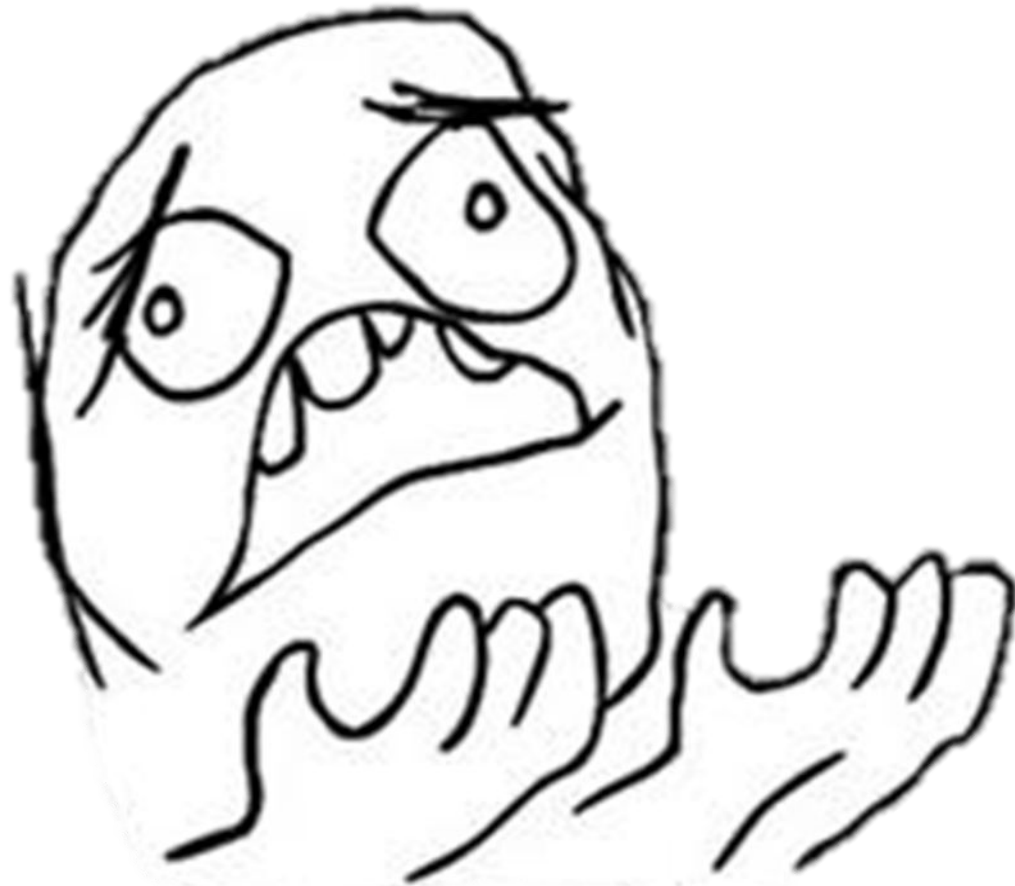
Как научиться

отказывать людям:

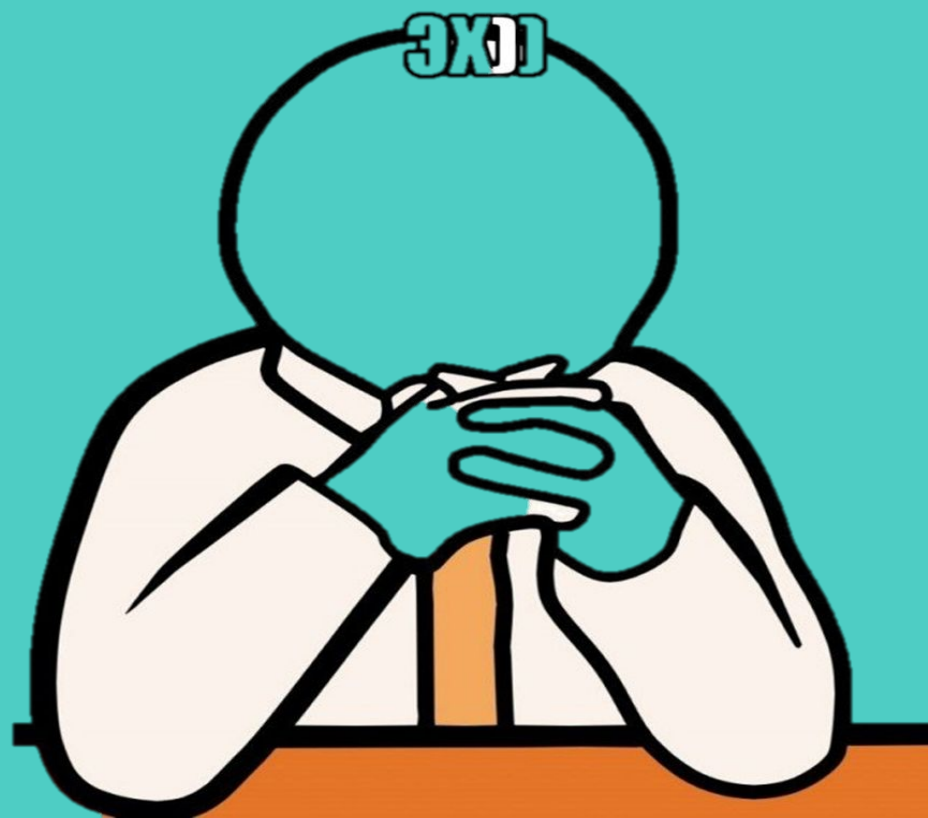


Выполнила:
Антошина Екатерина
Студентка факультета менеджмента
Группа 17М1

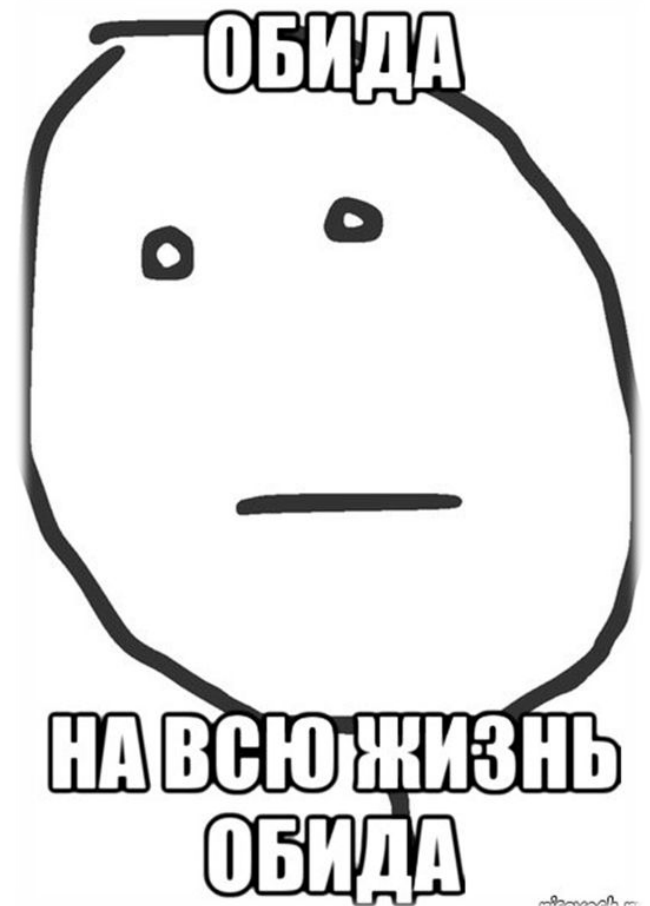
1. Зачем нужно уметь отказывать людям?



2. Причины, по которым вы не можете отказать:



1. Страх, что человек
обидится или
рассердится





2. Страх, что вас перестанут любить, уважать или просто хорошо относиться



3. Заученная в детстве аксиома: отказывать в помощи - грубо и невежливо



5. Заниженная самооценка



3. Последствия неумения отказывать:



4. Как научиться отказывать – принципы подготовки:

- 1. Произнести вслух несколько раз «нет»**
- 2. Смоделировать в воображении
ситуацию с отказом**
- 3. В целях тренировки, начать с мелочей.**

5. Как отказать правильно – универсальная инструкция:

1. Просьба = уважение
2. Скажите «нет»
3. Предложите альтернативы
4. Выслушайте партнёра
5. Откажите, повторив причины.

6. Кому и как говорить «нет».

Виды отказа:

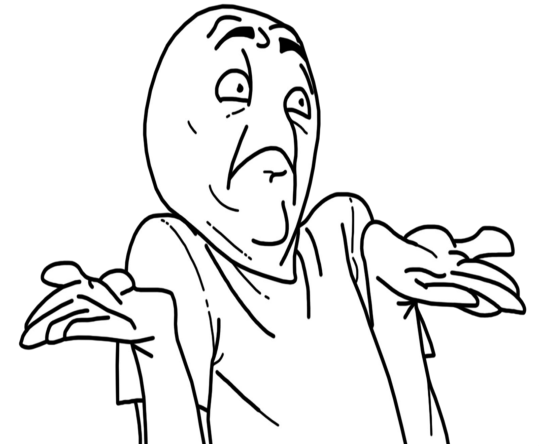
1. Откровенный отказ



2. Сочувствующий отказ



3. Обоснованный отказ



4. Дипломатичный отказ



5. Отсроченный отказ



**КОГДА БУДЕТ
ГОТОВ
АУТЛАЙН?!??**

**Абонент временно
недоступен или
находится вне зоне
действия.....
пожалуйста,
перезвоните
позднее**



6. Компромиссный отказ



**КОГДА БУДЕТ
ГОТОВ
АУТЛАЙН?!??**

Скину аутлайн
вместе с
речью позже...

okay





РЕБЯТА

**ДАВАЙТЕ ЖИТЬ
ДРУЖНО**

**Спасибо за
внимание!!!**