



# МЕДИАТИВНЫЕ ТЕХНИКИ

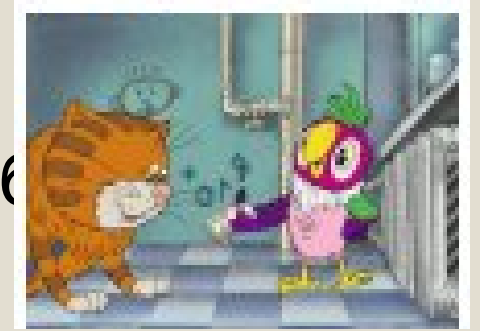
Занятие №3

- «Активное слушание»
- «Петля понимания» уточнение правильности понимания того, что сказал собеседник
- «Резюмирование» обобщение сказанного, выделение главного в сказанном.
- Метод переключения, паузы
- Метод вентиляции эмоций
- «Перефраз» или отражение - повторение сказанного собеседником
- «Открытые вопросы» использование вопросов, предполагающих свободный ответ
- «Я сообщение» проговаривание своих эмоций и чувств

Конфликтогены - это слова,  
действия (или бездействие),  
могущее привести к конфликту.  
Конфликтогены всегда вызывают  
обиду или агрессию у того, на  
кого они направлены.

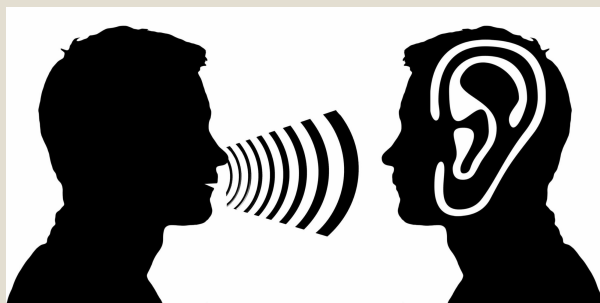
# Основные типы конфликтогенов:

- Стремление к превосходству (хвастовство, перебивание, подшучивание)
- Проявления вербальной и (или) физической агрессии
- Проявления эгоизма



# Определи конфликтогены в данных ситуациях:

1. Родители отправляют сына в магазин за картошкой, а он хочет продолжать играть в компьютерную игру.
2. Одноклассник пошутил по поводу новой стрижки своего соседа, а тот сломал в ответ его карандаш.
3. Бабушка попросила внука сделать музыку тише, но он наоборот усилил звук.
4. В автобусе один пассажир нечаянно толкнул другого, в ответ другой обозвал его бранными словами



## Эхо-техника



- Один из приёмов активного слушания
- Структурированное перефразирование сказанного
- Медиатор перефразирует сказанное клиентом, разделяя факты, интерпретации и эмоции.
- Эхо-техника демонстрирует готовность слушать, помогает проверить и собрать воедино факты, подталкивает клиента к рефлексии.
- Универсальное средство построения четкого и осознанного высказывания.



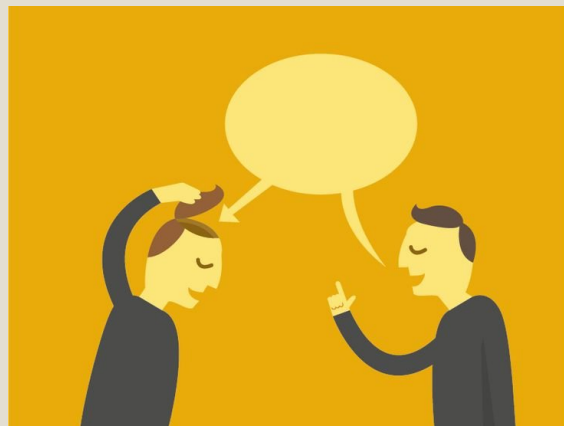
# Отрабатываем ЭХО-технику

«Приношу домой йогурт, а там плесень! Мерзко. Бесит, что ушлые торгаши вообще не боятся выставлять просроченный товар».

ФАКТ:

ИНТЕРПРЕТАЦИИ:

ЭМОЦИИ:

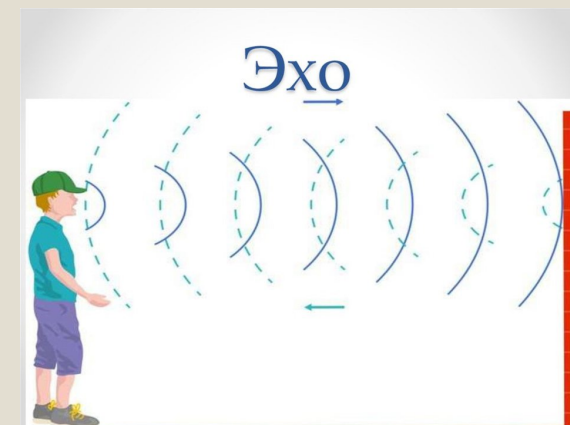


«Вчера на день рождения подарили коробку конфет весом в килограмм. Просто шок! Даже не знал, что шоколад продают такими порциями».

ФАКТ:

ИНТЕРПРЕТАЦИИ:

ЭМОЦИИ:



# Задания на отработку эхо-техники:

«Это учительница надоела, постоянно ко мне придирается, что я бы с удовольствием не ходил на её уроки, а то она наверняка спит и видит, как мне поставить двойку»

**Факт:**

**Интерпретации:**

**Эмоции:**

«Директор что-то меня решила контролировать меня, взъелась на меня видимо, подослала своих людей, чтобы они смотрели, как я провожу внеурочное занятие «Россия – мои горизонты»

**Факт:**

**Интерпретации:**

**Эмоции:**

# Упражнение «Говорю, что вижу»

Цель - проигрывание ситуации безоценочных высказываний. Описание поведения означает сообщение о наблюдаемых специфических действиях других людей без оценивания, то есть без приписывания им мотивов действий, оценки установок, личностных черт. Первый шаг в развитии высказываться в описательном ключе, а не форме оценок - улучшение умения наблюдать и сообщать о своих наблюдениях, не давая оценок.