

NEŽ ZAČNEŠ MLUVIT...

7 otázek, které ti pomohou neztratit se v rozhovoru

Nemusíš mít správná slova. Někdy stačí na pár vteřin vědět, co se v tobě děje.

- 1 **Mluvím teď o sobě, nebo hodnotím jeho?**
- 2 **Řekla jsem skutečně, co potřebuji - nebo čekám, že to pochopí?**
- 3 **Popsala jsem konkrétně, co mi vadí?**
- 4 **Řeším to, co se děje teď - nebo otevírám muzeum starých křivd?**
- 5 **Co vlastně doopravdy chci?**
- 6 **Je za mojí reakcí nějaká obava, kterou bych mohla pojmenovat?**
- 7 **Potřebuji v tomhle rozhovoru pokračovat - nebo je právě teď lepší poodstoupit?**

Nemusíš odpovédět „správně“.

Stačí na chvíli vědět, co se v tobě děje, než začneš vysvětlovat, co dělá špatně ten druhý.



Lenka Bartková

Tahák k článku „7 pastí při komunikaci s partnerem“
www.lenkabartkova.cz