

Проект

Мастерство Убеждения

3 Занятие

Какие факторы влияют на успех
в переговорах помимо аргументов

Первая Игра

Крестики - Нолики

	Первый игрок ставит "0"	Первый игрок ставит "X"
Второй игрок ставит "0"	Оба игрока получают по минус 5 очков	Первый игрок получает 0 очков, Второй получает 5 очков
Второй игрок ставит "X"	Первый игрок получает 5 очков, Второй получает 0 очков	Оба игрока получают по 3 очка

Вторая игра

- Саша и Женя
- На что договорились?

Эффективное Прощение

- Могут быть разные телесные реакции
 - у каждого эмоциональные блоки «выходят» по-разному
- Сильные телесные реакции и страхи быстро пройдут
- Не нужно сдерживать движения тела во время работы с ЭП

Эффективное Прощение

- Можете изменять формулировки «в процессе»
- Высвобождается энергия
- «Марш в стойло»

РФП - ошибки

- Очень много / очень мало
- Я прощаю себя за то, что не делал

Прощаю за то, что не давала ребенку любви, не звонила маме, не хотела общаться с ..., ...

Лучше:

Я прошу прощения у моего ребенка за то, что холодно с ним разговаривала

Я прошу прощения у мамы за раздражение

Я прошу прощения у ..., за то, что считала его глупым

РФП ошибки - пятый раздел

- *Отныне* или *Впредь* - обязательно

Убираем:

- *Отныне я не раздражаюсь, не грущу, ...*

Отныне я запрещаю себе ...

- *Отныне я всегда чувствую только...
(положительные эмоции)*

РФП - пятый раздел

Убираем:

- уничтожаю
- прекращаю
- запрещаю

Добавляем:

- отныне я выбираю...
- принимаю...
- принимаю решение...

Волшебная формула убеждения

1. **Увидеть** человека за проблемой

отделить человека от проблемы /убрать свой негатив

2. **Наладить** КОНТАКТ

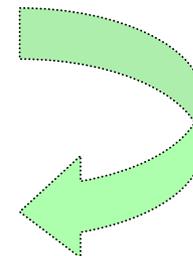
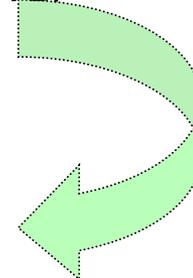
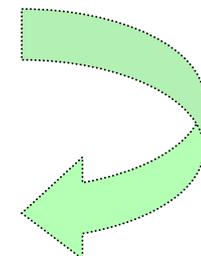
создать располагающую атмосферу/ расслабить/
посмотреть в глаза / улыбнуться / комплимент

3. **Услышать** ПОЗИЦИЮ человека

выслушать / доброжелательно задать вопросы/
выразить понимание

4. **Ваша позиция/** аргументы

искать общую позицию или решение



Жизненная позиция

Жизненная позиция

Позиция Жертвы

Со мной что-то случается, а я разгребаю
последствия

Позиция Автора своей Жизни

Я сам(а) создаю такую жизнь, какая мне
нравится

Как принять на себя ответственность

Список недовольств

1. Плохие отношения с сыном
2. Не устраивает работа, с начальником не договориться
3. Клиенты не покупают

Переформулируем:

1. *Я не придавал значение строительству хороших доверительных отношений с сыном. Пустил это на самотек, и сын от меня отдалился.*
2. *Я сам выбрал заниматься именно такой работой. Я создал такую ситуацию, в которой договориться с таким начальником очень сложно.*
3. ...

Не надо «виноватить» себя за то,
что вам что-то не удалось
сделать так, как хотелось

<p>Недовольство:</p> <p>Плохие отношения с сыном</p>	<p>Это моя ответственность:</p> <p>Это Я САМ не смог построить хорошие отношения с сыном</p>	<p>Значит Я САМ смогу выстроить хорошие отношения с сыном</p>	<p>Я УЖЕ строю хорошие отношения с сыном</p>	<p>У меня хорошие отношения с сыном</p>
------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------	-----------------------------------------

Скрытые выгоды

- То положительное, что вы получаете, если не будете менять ситуацию
- Или не получаете чего-то отрицательного

Скрытые выгоды

- Что хорошего можно найти в том, что вам не договориться с ...?

10 качеств, которые вы цените в людях

- Упражнение делаем друг с другом в Skype
- Или можно сделать с кем-то из своих близких

- На «ты»
- Смотрим друг другу в глаза
- Зачитывая другому человеку качества из его списка, говорим ему «Ты- ..., ..., ...»

Домашнее Задание

1. Составляем РФП на другого человека

Присылаем на проверку (тариф с сопровождением) или выкладываем фразы в VK

2. Работаем с ЭП (кому можно)

3. Переформулируем свои недовольства и берем ответственность на себя

4. Осознаем свои скрытые выгоды (что хорошего мы получаем от того, что нам не договориться)

Игры и упражнения

- Читаем друг другу 10 качеств
- Играем в Игру №3 «Апельсины»