Добро пожаловать

на занятие!

Правила:

- не перебивать;
- уметь слушать;
- проявлять доброжелательность;
- проявлять уважение друг к другу;
- точно выражать свои мысли;
- быть активным в работе.

Как отстоять

свою точку зрения

Как отстоять свою точку зрения

Как отстоять свою точку зрения

Наша цель: Научиться отстаивать свою точку зрения

Как отстоять свою точку зрения

ПАМЯТКА

1. Первое, что нужно твердо понимать, это то, что ваше собственное мнение имеет право быть. Независимо от того, поддерживается оно другими или нет. Любой человек, несущий собственную идею, должен сделать из толпы шаг вперед и быть готовым к тому, чтобы отстаивать свою идею, если она того, конечно, стоит.

Как отстоять свою точку зрения

ПАМЯТКА

2. Умение настоять на своем предполагает и знание того, на что мы, как личность, имеем право. Например, мы имеем право на выбор и на то, чтобы сказать «нет». Кроме того, мы имеем право быть самостоятельной личностью и принимать себя такими, каковы мы на самом деле, со всеми нашими недостатками.

Как отстоять свою точку зрения

ПАМЯТКА

3. Любое встретившееся на вашем пути мнение стоит воспринимать всего лишь как мнение, которое поддается обсуждению. И любого человека, как бы авторитетен он ни был, нужно воспринимать не как последнюю инстанцию, а всего лишь как человека, который так же, как и вы, может и заблуждаться и ошибаться.

Как отстоять свою точку зрения

ПАМЯТКА

4. Пытаясь отстоять свое мнение, важно: знать, когда нужно, а когда не нужно отстаивать свою точку зрения; знать, какие вопросы можно обсуждать, а какие – нет; знать, как возражать, не вызывая раздражения, как доказывать свое мнение и не быть неприятным при этом для своего собеседника. Если Вы считаете, что необходимо возразить, постарайтесь сделать это тактично, избегая при этом конфронтации и враждебной реакции. Избегайте резкости и обвинений. Если Вы почувствовали неприязнь к собеседнику, постарайтесь отложить продолжение разговора на некоторое время, достаточное для того, чтобы Вы смогли успокоиться и привести в нужное русло Ваши мысли и чувства.

Как отстоять свою точку зрения

ПАМЯТКА

5. Ваш собеседник может быть полностью не прав, но сам он так не думает. Не осуждайте его. Постарайтесь понять его. Попробуйте выявить причину, почему другой человек думает и поступает именно так, а не иначе – и у Вас будет ключ к его действиям. Честно постарайтесь поставить себя на его место. Спросите себя: «Как бы я себя чувствовал, как бы я реагировал, будь я в его положении?».

Как отстоять свою точку зрения

ПАМЯТКА

6. Если собеседник так и не понял Ваших доводов, признайте это, не озлобляясь, но и не теряя своего достоинства. Если Вы начнете сердиться, демонстрировать свое явное неудовлетворение результатом обсуждения, это может привести к разрыву отношений и к отчужденности со стороны собеседника. Ну, а если Вы доказали свою правоту, будьте скромны и спокойны, не ликуйте по данному поводу. Не вставайте в позу «Я же говорил Вам». Лучше выскажите признательность собеседнику за то, что он Вас выслушал, понял и принял Ваше предложение.

Как отстоять свою точку зрения

СИТУАЦИЯ

Виктор и Сергей – хорошие друзья. Виктор имеет возможность брать диски с компьютерными играми в салоне. Он несколько раз давал диски Сергею. Последнее время Виктор заметил, что Сергей все чаще не отдает диски в срок. Виктор решает обсудить этот вопрос с Сергеем после школы и попросить его поскорее вернуть диски.

Как отстоять свою точку зрения

Правило 1	**У меня такое чувство, что меня используют, когда я даю кому-то диски и не получаю их в срок.**
Правило 2	**Не мог бы ты отдавать мне диски как можно скорее, так как у меня обязательства перед салоном.**
Правило 3	**Что ты думаешь об этом?**
Ответ	**Да, я не прав, что задерживаю диски, но в следующий раз я верну их быстрее.**
Правило 4	**Спасибо за то, что ты меня правильно понял.**

Как отстоять свою точку зрения

ЭМОЦИИ

Ужас
Радость
Гнев
Удивление
Возмущение
Удовлетворенность
Обида
Стыд

Как отстоять свою точку зрения

Наша цель:

Научиться отстаивать свою точку зрения

Спасибо

за занятие!