**«Саботажники» общения»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **«Саботажник»****общения**об | **Примеры высказываний** | **Последствия для личности** |
| Предупреждение, предостережение, угроза | «Делайте, как сказано или...», «Смотри, как бы не стало хуже», «Я не остановлюсь ни перед чем» | Нежелание помочь решить проблему, неуважение к лич­ности, ее самостоятельности. Вызывают чувства унижен­ности, бесправия. К частым угрозам человек привыкает. Отсюда возможность неадек­ватности наказания к про­ступку |
| Приказ, команда | «Срочно зайдите ко мне в кабинет». «Чтобы больше я этого не слышал!» «Не спра­шивайте почему делайте так, как вам сказано» | Неуважение к личности, стремление доминировать над ней, подчинить ее себе. Вызывают чувства неполно­ценности, бесправия |
| Критика, обвинение | «Вы постоянно жалуетесь». «На что это похоже?» «Все из-за тебя!» | Снижает самооценку, вызы­вает чувства безысходности, озлобленности |
| Обзывание, выс-меивание, ос­корбительные, прозвища | «Видали, первая красавица!» «Такое может сказать только идиот» | Вызывает чувства униженно­сти, мести, снижает актив­ность личности, ее потенци­альные возможности |
| Выспрашивание, расследование, допрос | «Почему вы так поздно?» «Что случилось? Я все равно узнаю». «Чем ты занимаешь­ся?» | Вызывает чувства, виновато­сти, стремление оправдаться, ощущение дискомфорта. Рекомендация психологов -вопросительные предложе­ния лучше заменить на утвердительные |
| Чтение морали, проповеди | «Вспомни, сколько средств на тебя затрачено», «Ты дол­жен уважать старших». «Ка­ждый должен отвечать за свои поступки» | Вызывает чувства давления авторитета, вины, иногда скуку, ощущение собствен­ной никчемности, не значи­мости для других |
| Решения, не- своевременные советы | «Почему ты не сделал это вот так?» «А ты возьми и ска­жи...» «Просто не обращай на них внимание» | Снижается собственное дос­тоинство. Личность лишается права принимать самостоя­тельны решения. |
| Похвала с подвохом | «У вас так хорошо получа­ются отчеты; вы не напишете еще один?» «Лучше тебя это никто не сделает, составь таблицу, пожалуйста» | Отнимает желание хорошо работать, приводит к само­бичеванию, самообвинению, озлобленности |