



AKCJA KOMUNIKACJA

Jeśli ktoś Cię rozzłości, zamiast wchodzić na ring, użyj zwrotu:

Uda nam się... być dla siebie miłym?

Gdy brat siedzi przy Twoim komputerze bez pozwolenia, użyj zwrotu:

Udam nam się... dogadać w kwestii korzystania przez ciebie z mojego komputera?

Gdy ktoś chce zająć Twoje miejsce, użyj zwrotu:

Uda nam się... podzielić tym miejscem?

Gdy ktoś chce obgadywać z Tobą inną osobę, użyj zwrotu:

Uda nam się...zmienić temat?

Gdy ktoś wypowiada się krzywdząco, użyj zwrotu:

Uda nam się...nie oceniać?

Gdy w grupie internetowej pojawiają się nieprzyjazne wpisy, użyj zwrotu:

Uda nam się... pisać bez wrogości?

Gdy ktoś namawia Cię do bójki, użyj zwrotu:

Uda nam się... zachować cywilizowanie?

Jeśli druga osoba nie wyhamowuje, powiedz po prostu:

Trudno, może innym razem nam się uda
a potem odejść.

Trzeba mieć nadzieję, że druga strona za jakiś czas dorośnie.

Trzeba mieć odwagę, aby nie dawać ponieść się impulsom.



Noś znaczek
Daj się zauważyć