

3 .sz. Melléklet a “Vesztesmentes konfliktuskezelés” eszközhöz

A kommunikációs torlaszok listája

1. *Rendelkezés, utasítás:* „Hagyj már fel az önsajnálattal ...”
2. *Figyelmeztetés, fenyegetés:* „Soha nem lesznek barátaid, ha ...” „Jobban tennéd, ha abbahagynád ezt a sok aggodalmaskodást, különben...”
3. *Moralizálás, kioktatás:* „Az élet nem habostorta...” „Nem kellene így érezned...” „A türelem egy erény, amit meg kellene tanulnod...”
4. *Tanácsadás, megoldások javaslata:* „Amit én tennék, az a következő ...” „Miért nem ...” „Hadd javasoljam...”
5. *Meggyőzés logikával, érvelés:* Ez az, amiért nincs igazad...” „A tények a következők...” „Igen, de...”
6. *Ítélet, kritika, vádaskodás:* „Nem gondolkodsz megfontoltan...” „Egyszerűen lusta vagy...” „Lehet, hogy te kezdted a veszekedést...”
7. *Dicséret, egyetértés:* „Azt hiszem, jól végzed a dolgod!” „Igazad van! – ezt a tanárt még hallgatni is szörnyű.”
8. *Nevek adása, csúfolás:* „Bögőmasina” „Butaság aggódni egy rossz jegy miatt.”
9. *Elemzés, diagnózis felállítása:* „Ami veled nem stimmel, az ...” „Egyszerűen fáradt vagy.” „Amit igazán mondani akarsz ...”
10. *Megnyugtatás, együttérzés:* „Ne aggódj.” „Jobban leszel.” „Ó, fel a fejjel!”
11. *Kérdés, szondázás:* „Miért...?” „Ki...?” „Mit tettél...?” „Hogyan...?”
12. *Elterelés, szarkazmus, visszavonulás:* „Beszéljünk kellemes dolgokról...”
„Miért nem próbálsz meg te irányítani a dolgokat?” Csendben maradni, elfordulni

Ez az eszköz a CroCooS – Előzzük meg a lemorzsolódást! című projekt keretében készült. Az Európai Bizottság támogatást nyújtott ennek a projektnek a költségeihez. Ez a kiadvány a szerző nézeteit tükrözi, és az Európai Bizottság nem tehető felelőssé az abban foglaltak bármilyen felhasználásért. Az eszközt megtalálja a projekt weboldalán: crocoos.tka.hu

CroCooS Toolkit by [CroCooS partnership](http://crocoos.tka.hu) is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/). Based on a work at <http://crocoos.tka.hu>. Permissions beyond the scope of this license may be available at <http://crocoos.tka.hu>. For more information about this CC license, visit [this site](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/).

