

Asertivní řešení konfliktů a problémů

Formulujte pomocí rozšířené zpětné vazby svoji reakci v následujících situacích:

<ul style="list-style-type: none">• Váš spolupracovník vás pomluvil před nadřízeným.
<ul style="list-style-type: none">• Já (pocit)...
<ul style="list-style-type: none">• Když vy...
<ul style="list-style-type: none">• Protože...
<ul style="list-style-type: none">• A já chci (potřebuji)...
<ul style="list-style-type: none">• Vaše známá při večírku ve společnosti vypráví přítomným, že jste ji odmítl(a) odvézt autem, když to velmi potřebovala.
<ul style="list-style-type: none">• Já (pocit)...
<ul style="list-style-type: none">• Když vy...
<ul style="list-style-type: none">• Protože...
<ul style="list-style-type: none">• A já chci (potřebuji)...
<ul style="list-style-type: none">• Nadřízený, se kterým jste dosud velmi dobře vycházeli, vás obviňuje z prohřešku, který jste neudělali.
<ul style="list-style-type: none">• Já (pocit)...
<ul style="list-style-type: none">• Když vy...
<ul style="list-style-type: none">• Protože...
<ul style="list-style-type: none">• A já chci (potřebuji)...
<ul style="list-style-type: none">• Přítel, který vám nedávno velmi pomohl, si z vás dělá nepříjemnou ironickou legraci před atraktivní osobou.
<ul style="list-style-type: none">• Já (pocit)...
<ul style="list-style-type: none">• Když vy...
<ul style="list-style-type: none">• Protože...
<ul style="list-style-type: none">• A já chci (potřebuji)...
<ul style="list-style-type: none">• Jste přítomni při hádce dvou osob, které si neustále skáčou do řeči. Formulujte, jak jim podat informaci sám za sebe.
<ul style="list-style-type: none">• Já (pocit)...
<ul style="list-style-type: none">• Když vy...
<ul style="list-style-type: none">• Protože...
<ul style="list-style-type: none">• A já chci (potřebuji)...
<ul style="list-style-type: none">• Dva vaši přátelé se před vámi pohádali a nyní se smířují. Řekněte jim svůj názor sám za sebe.
<ul style="list-style-type: none">• Já (pocit)...
<ul style="list-style-type: none">• Když vy...
<ul style="list-style-type: none">• Protože...
<ul style="list-style-type: none">• A já chci (potřebuji)...