



# БІЗНЕС-ПЕРЕГОВОРИ: МЕДІАЦІЙНІ НАВИЧКИ

Хмарук Ольга

## ПАСТКИ МИСЛЕННЯ

- **СПРАВЕДЛИВІСТЬ ОДНА** – це моя справедливість!»
- **КАТОСТРОФІЗАЦІЯ:** «Якщо я не виб'ю максимальні умови, я невдаха»; «Якщо ми не домовимося саме сьогодні, угода зірветься»
- **СХИЛЬНІСТЬ БАЧИТИ, ЩО ОЧІКУЄШ:** (підтверджувальні упередження) «Ситуація – завжди не на мою користь»
- **ТОТАЛЬНЕ МИСЛЕННЯ:** (він **ніколи** не погодиться на цю пропозицію)
- **ФУНДАМЕНТАЛЬНА ПОМИЛКА АТРИБУЦІЇ:** «Я не зробив, бо втомився, а вона, - нероба»

**КОРДОНИ**  
(Ернест Гартман  
Межі: Новий  
погляд на світ  
2011р.)

**ВИДИ КОРДОНІВ:**

- **ЖОРСТКІ** (зближення шкідливе) - «Шерлок»
- **ПРОНИКНІ** (протікання, злиття) – «Белль» «Красуня і Чудовисько»
- **ГНУЧКІ** (свідомий вибір) «Мері Ватсон»

**ПОСТАВ СОБІ ЗАПИТАННЯ:**

- Що є **спільним**, а що **окремим**?
- Що є **публічним**, а що **приватним**?
- Де ми **взаємодіємо**, а де **розходимось**?

# СТОСУНКИ З ВЛАДОЮ

**ВЛАДА:** володіння ресурсом, що можна надати, утримати або забрати

Маніпулювання слабкістю

Влада з емпатією і відповідальністю

Влада без емпатії

**ПОСТАВ СОБІ ЗАПИТАННЯ:**

Чи є у мене в оточенні людина, яка грає слабкістю?

Як я володарюю своїми ресурсами?

Які наслідки влади без емпатії?

# ОПОРИ У ПЕРЕГОВОРАХ

- **ЗНАТИ ЯК ВИ ПОВОДИТЕСЬ В СТРЕСІ**

Бий/бий

Втікай/Втікай

Втікай/Наздоганяй

Як я себе поведжу, коли мені страшно?

Як проявляється моя агресія?

- **ЗНАТИ СВОЇ ТРИГЕРИ/КОНФЛІКТОГЕНИ**

Як я реагую на звинувачення?

Погрози?

Ігнорування та зневагу?

A red speech bubble graphic with a white outline, containing the text 'ДЯКУЮ ЗА УВАГУ'. The bubble has a tail pointing downwards and to the left.

ДЯКУЮ ЗА  
УВАГУ