

Вправа «Жирафа та шакал», ННК

Учасники по черзі: Доповідач (ситуація), Шакал (агресія), Жирафа (ненасильницька комунікація).

Ситуації:

- 1) Друг не повернув позичені гроші: «Ні, я не можу тобі зараз віддати борг. Можливо віддам через місяць»
- 2) Підлеглий запізнився на важливу нараду: «Це вже друге запізнення на цьому тижні. Я попереджав (-ла) минуло разу, що запізнюватись в нашій компанії не можна. Сьогодні Ви підете на годину пізніше до дому, щоб відпрацювати запізнення»
- 3) Дитина відмовляється допомагати прибирати на кухні після вечері: «Я не буду прибирати, я і так сьогодні вже сміття виніс (-ла)»