

MODALITATI INEFICIENTE DE COMUNICARE



Comunicare ineficienta	Descrierea modalitatii de comunicare	Exemple
CRITICA	Evaluarea negativa a celeilalte persoane,a atitudinilor sau actiunilor sale.	"Tu esti vinovat pentru dezastrul asta."
ETICHETAREA	Folosirea etichetelor in caracterizarea unei persoane.	"Vorbesti ca o fata" "Esti un prost".
LAUDA EVALUATIVA	A aprecia in termeni generali o alta persoana, Actiunile sau atitudinile ei,cu scop manipulativ.	"Intotdeauna ai fost o fata buna! Nu-l asa ca imi vei da si mie sa copiezi?"
OFERIREA DE SFATURI	A oferi solutii la problemele celeilalte persoane.	"Daca as fi in locul tau cu siguranta l-as parasi".
INTREBARILE INCHISE	Sunt intrebarile care solicita raspunsuri monosilabice.	"Regreti cele intamplate?"
A DA ORDINE	A impune verbal unei persoane sa faca ceea ce vrei tu sa faca.	"Vino imediat la masa!" "Fa-ti tema acum!"
AMENINTARI	Inercarea de a comanda actiunile unei persoane prin prezentarea consecintelor negative imediate.	"Daca nu faci ce spun eu, atunci..." "Daca te mai prind vreodata ca..."
MORALIZAREA	A spune altei persoane ce ar trebui sa faca. "A tine predici."	"Trebuie neaparat sa-ti ceri scuze!" "Ar trebui sa..."
LOGICA IMPUSA	Inercarea de a convinge cealalta persoana de un anumit aspect, fara a tine cont de factorii emotionali implicati.	"Uite cum stau lucrurile: daca nu ai fi cumparat X, ai fi putut merge vara asta la mare!"

Prof. Dana Draghici