

# Принципы общения.

## *1.Замечания.*

Говорить нужно о ситуации, а о личности.

## *2. Гнев.*

«Я»-сообщения не унижат ничьего достоинства.

### *«Я»-сообщения*

*Я чувствую.*

*Я переживаю.*

*Я расстроен.*

*Я очень огорчён.*

*Я возмущён.*

*Мне приятно.*

*Мне нравится.*

*Мне не нравится.*

*Мне больно и обидно.*

*Мне хотелось бы...*

## *3.Похвала.*

Хвалить следует поступки, а не характер.