

## Памятка

### «Как установить эмоциональный контакт с собеседником»

- 1.Приветствие: улыбка, обращение по имени.
- 2.Установление контакта глаз.
- 3.Сообщение о вашем восприятии собеседника, его чувств, установок, эмоционального состояния. Примеры: «Мне кажется, что Вы чувствуете...»; «Не чувствуете ли Вы себя несколько...»; «Вы несколько расстроены...».
- 4.Сообщение о своем эмоциональном состоянии (в данный момент).
- 5.Сокращение дистанции (социальной и физической).
- 6.Проявление дружеского расположения.
- 7.Предоставление возможности выговорится.
- 8.Сохранение самообладания.
- 9.Подчеркивание значимости собеседника для вас.
- 10.Подчеркивание общности с собеседником (сходство интересов, мнений и т.д.).
- 11.Проявление интереса, сочувствия к проблемам собеседника.
- 12.Уважение мнения, точки зрения собеседника.
- 13.Обращение к социально одобряемым мотивам поступков.
- 14.Предоставление собеседнику возможности почувствовать свое превосходство над вами.
- 15.Признание перед собеседником своей неправоты раньше его.
- 16.Не замыкание в беседе на себя, на свое состояние, свои мысли; попытка мысленно встать на место партнера и понять, какие события привели его в это состояние, попытка почувствовать, а каково было бы самому в этом состоянии.
- 17.Осуществление наблюдения за собеседником, обращение особого внимания на невербальные средства общения: выражение лица, визуальный контакт, интонацию и тембр голоса, позы и жесты, дистанцию между собеседниками.
- 18.Использование «языка» собеседника при передаче ему информации, ясность изложения.
- 19.Передача соеой информации в сжатой форме.

## Памятка

### «Как установить эмоциональный контакт с собеседником»

- 1.Приветствие: улыбка, обращение по имени.
- 2.Установление контакта глаз.
- 3.Сообщение о вашем восприятии собеседника, его чувств, установок, эмоционального состояния. Примеры: «Мне кажется, что Вы чувствуете...»; «Не чувствуете ли Вы себя несколько...»; «Вы несколько расстроены...».
- 4.Сообщение о своем эмоциональном состоянии (в данный момент).
- 5.Сокращение дистанции (социальной и физической).
- 6.Проявление дружеского расположения.
- 7.Предоставление возможности выговорится.
- 8.Сохранение самообладания.
- 9.Подчеркивание значимости собеседника для вас.
- 10.Подчеркивание общности с собеседником (сходство интересов, мнений и т.д.).
- 11.Проявление интереса, сочувствия к проблемам собеседника.
- 12.Уважение мнения, точки зрения собеседника.
- 13.Обращение к социально одобряемым мотивам поступков.
- 14.Предоставление собеседнику возможности почувствовать свое превосходство над вами.
- 15.Признание перед собеседником своей неправоты раньше его.
- 16.Не замыкание в беседе на себя, на свое состояние, свои мысли; попытка мысленно встать на место партнера и понять, какие события привели его в это состояние, попытка почувствовать, а каково было бы самому в этом состоянии.
- 17.Осуществление наблюдения за собеседником, обращение особого внимания на невербальные средства общения: выражение лица, визуальный контакт, интонацию и тембр голоса, позы и жесты, дистанцию между собеседниками.
- 18.Использование «языка» собеседника при передаче ему информации, ясность изложения.
- 19.Передача соеой информации в сжатой форме.