



ПЛАНУВАННЯ РОЗМОВИ З ВИКОРИСТАННЯМ

ПОЗИТИВНОГО СПІЛКУВАННЯ

(Див. модель PIUS у посібнику «Сім'я та друзі»)



SMART
Family & Friends

Яку конкретну поведінку я хочу розглянути?

Коли буде сприятливий час для цієї розмови?

P позитивні заяви

I Я-висловлювання

U Розуміння (слухати, ставити запитання, рефлексувати те, що ви чуєте)

S Розділяйте відповідальність за будь-яку допомогу, яка може бути бажаною для ВашогоЗЗ

Закінчіть позитивним твердженням

