Ссоримся из-за одного и того же

Читайте вопросы вместе, по одному. Каждый по очереди договаривает фразу вслух — своё, потом поговорите о том, что услышали. Любой вопрос можно пропустить.

Как это бывает

1. **Чаще всего мы спорим, когда…**
2. **Обычно ссора начинается с…**
3. **В эту минуту мне кажется, что ты…**
4. **Я замечаю, что ссора близко, когда…**
5. **После ссоры мне хочется…**
6. **Мы миримся, когда…**

Что за этим стоит

7. **Эта мелочь для меня важна, потому что…**
8. **В моей семье в такой ситуации обычно…**
9. **Мне обидно не из-за самого дела, а из-за…**
10. **Я чувствую уважение, когда…**
11. **Мне трудно уступить, потому что…**
12. **Если бы вышло по-моему, мне было бы…**

Как иначе

13. **Мне было бы легче, если бы…**
14. **Со своей стороны я могу попробовать…**
15. **Знак, что пора остановиться, для меня…**
16. **Если ссора всё же начнётся, давай…**
17. **Через месяц я пойму, что стало лучше, когда…**
18. **Наша новая договорённость звучит так:…**

Если вы о чём-то договорились

Пусть один из вас скажет договорённость вслух целиком, а остальные повторят её своими словами. Если слова расходятся, уточняйте, пока все не скажут одно и то же. Ясная договорённость отвечает на вопросы:

1. **Что именно?**
2. **Кто что делает?**
3. **Когда?**
4. **Как поймём, что сделано?**
5. **Что будем делать, если не получится?**

Договорённость — только то, с чем согласны все. Её можно менять, когда меняется жизнь.



РАЗГОВОР ВСЛУХ

Те же вопросы — на телефоне, по одному. «Обсудим вслух». Чтобы превратить подразумеваемое в явное.

qcic.ru/t/blizhe