ОБСУДИМ ВСЛУХ · ЛИСТ ДЛЯ ПЕЧАТИ

Своё время и личное пространство

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

Моё время

1. **Лучше всего я отдыхаю, когда…**
2. **Если у меня свободный час, я…**
3. **Своё время для меня…**
4. **Мне нужно побыть в тишине, когда…**
5. **Я чувствую, что мне не хватает своего времени, когда…**
6. **Мне неловко просить о своём времени, потому что…**

Наше время

7. **Мне хорошо с тобой, когда мы…**
8. **Самый удачный наш выходной…**
9. **Вместе для меня значит…**
10. **Мне не хватает тебя, когда…**
11. **Мне кажется, что ты отдаляешься, когда…**
12. **Мне хотелось бы, чтобы у нас было больше…**

Как договориться

13. **Знак, что мне нужна тишина, может быть…**
14. **Мне удобно, когда о своём времени говорят так:…**
15. **В неделю мне нужно своего времени примерно…**
16. **Наше общее время в неделе…**
17. **Если мне станет обидно, что ты ушёл в своё, я…**
18. **Наша 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