

А + «Видимо, я что-то делаю не так, раз сейчас такое происходит» + Вопрос?

Как это звучит: «Хм, хорошо, что ты это заметил. Видимо, я допустил(а) что-то, что заставило тебя так подумать. Как ты считаешь, что можно улучшить, чтобы у меня действительно получалось?»

А — амортизация: короткая фраза, которая показывает, что вы услышали, но не соглашаетесь. X, Y, Z — то, что вы подставляете из своей ситуации.

Шаблон

[Амортизация: хм / слышу тебя / хорошо, что заметил.] Видимо, я что-то делаю не так, раз _____ (то, что человек чувствует или что происходит). _____? (направленный вопрос: что именно можно улучшить)

Пример

Принято. Видимо, я что-то упустил(а), раз результат тебя не устроил. Подскажи, что именно оказалось не так, — хочу понять, где поправить в первую очередь?

Ваши ситуации

Сначала вслух, потом запишите. Три-четыре повтора — и формула начнёт звучать вашими словами.

1 Критика

Что человек чувствует / на что опереться в «раз...»

☐ Сказано вслух

2 Критика

Что человек чувствует

☐ Сказано вслух

3 Критика

Что человек чувствует

☐ Сказано вслух

Подробнее о приёме — как звучит, почему работает, как сказать, где не сработает: qsic.ru/t/manip/vidimo-chto-to-ne-tak/