



Психологическая  
самооборона

Город Z

Город X

Город N



## Границы личности

- **действие**, которое совершается на границе между внешним и внутренним в процессе распределения ресурсов





## 1. Техника английского профессора, Сидоренко Е. В.

Направлена на прояснение **цели** манипулятора.

- Не могли бы вы еще раз сформулировать свой вопрос? Я не совсем понимаю, чего вы **хотите**.
- **Зачем** вы говорите мне об этом?
- **Зачем** вы все это мне рассказываете?
- Что вы **хотите** этим сказать?
- О чем в действительности вы **хотите** меня попросить?
- **Почему** вы обратились именно ко мне?
- Чем только что сказанное вами может **помочь делу**?
- На основании каких **фактов** вы сделали такой вывод?



## 2. Техника бесконечного уточнения, Цзен Н. В., Пахомов Ю. В

Направлена на уточнение **объекта** нападения.

- Что вы имеете в виду, когда говорите о ...?
- Что именно вас смущает в ...?
- Правильно ли я вас понял, что ...?
- Вы хотите сказать, что я ...?
- Вы говорите сейчас обо **всех** или только обо мне?
- Под «**все** (**никто**, **всё**)» вы кого (что) именно имели в виду?
- Простите, «**всегда** (**никогда**, **вечно**, **всюду**, **нигде**)» – это когда (где)?
- А «полностью (**совершенно**, **абсолютно**)» – это как?
- Что бы вы посоветовали, чтобы это исправить?



### 3. Техника внешнего согласия, Coder S. C., Guerra J.J.

Нейтрализация за счет «резиновой» границы.

- Может, вы и правы.
- Да, над этим стоит поработать.
- Знаете, я вынужден с вами согласиться, хотя мне и трудно это сделать.
- Спасибо, что обратили на это мое внимание.
- А, ведь, верно... Вы тоже это заметили?
- Точно! А я-то думал, почему я все время ...? Спасибо!
- Я сам об этом думаю, но пока не пришел к определенным выводам.
- Я подумаю, имеет ли это отношение ко мне.
- Я подумаю, как мне учесть это в своей жизни.



## 4. Техника испорченной пластинки, Fry L

Включить «дурака».

- Да, да, я вас слушаю... Я слушаю вас...
- Да, надо подумать... Надо подумать...
- Я подумаю над этим позже... Я подумаю над этим...
- Вы можете думать, что хотите - ваше право... Вы имеете полное право думать, что хотите...
- Этого больше не повторится... Этого больше не повторится...
- Простите... Простите... Я могу идти?
- Спасибо... Спасибо... Я могу идти?
- Да... Да... Да... Да... Я могу идти?



yesly.ru