KOMUNIKÁCIA · PRACOVNÝ LIST

Príprava na náročný rozhovor za 15 minút

Rozhovor so šéfom o zvýšení platu, s kolegom, ktorý neplní dohody, alebo s nespokojným klientom. Keď si ho pripravíte vopred, nepôjdete doň s obavami, ale s plánom.

1. Čo chcem dosiahnuť

Jedna veta. Napr.: „Chcem sa dohodnúť, že reporty bude kolega posielať každý piatok do 12.00."

2. Čo potrebujem ja

Čo je pre mňa dôležité a prečo.

3. Čo asi potrebuje druhá strana

Čoho sa môže obávať, na čom jej záleží.

4. Moja prvá veta

Pokojne, priamo a s cieľom. Napr.: „Chcem sa s vami porozprávať o termínoch reportov. Záleží mi na tom, aby sme na ne nemuseli obaja čakať."

5. Čo môže namietať a ako odpoviem

Námietka, ktorú čakám	Moja odpoveď

6. Ideálna dohoda

7. Moje minimum

Pod čo už nepôjdem.

Tesne pred rozhovorom: trikrát sa pomaly nadýchnite a ešte pomalšie vydýchnite. Pripomeňte si svoj cieľ a prvú vetu. Na konci rozhovoru dohodu nahlas zhrňte: „Takže sa dohodneme, že..."

Ako zvládať napäté rozhovory a riešiť konflikty, sa naučíte v kurze **Ako komunikovať v náročných situáciách a efektívne riešiť konflikty**.

vzdelavame.sk →