

Jak porozmawiać o zakazach sprzedaży alkoholu – i się nie pokłócić?



JAK ZACZAĆ ROZMOWĘ:

Proponujemy zacząć od pytania:
Co myślisz o ograniczeniach sprzedaży alkoholu?



A CO, JAK ZROBI SIĘ GORĄCO?

Zapytaj o źródła danego poglądu:
*Kiedy zacząłeś tak myśleć?
Co się wtedy stało u Ciebie?*

Zapytaj o wartości:
*Co jest dla Ciebie najważniejsze,
gdy myślisz o prohibicji? Dlaczego?*

Poszukaj punktów wspólnych:
*Różni nas to, jak myślimy
o ograniczeniach sprzedaży alkoholu.
A w czym się zgadzamy?*

Wróć do Waszej relacji:
*Co jest ważniejsze: nasze opinie
o prohibicji czy nasza znajomość?*



JAK PORUSZYĆ TRUDNE WĄTKI:

O różnych narzędziach:
*Jakie metody ograniczania spożycia
alkoholu do Ciebie przemawiają?*

O kulturze picia:
*Jak rozumiesz hasło „kultura picia”
w Polsce? Czy jest to coś, co Cię martwi?*

O alko i non-alco:
*Czy tzw. zerówki są dobrymi
alternatywami dla alkoholu, czy są tak
samo szkodliwe?*

O bezpieczeństwie:
*Czy czułbyś się bezpieczniej, gdyby
w Twojej okolicy nie było całodobowego
sklepu z alkoholem?*



JAK ZAKOŃCZYĆ ROZMOWĘ:

Możecie powiedzieć sobie:

- Nie musimy się zgadzać w sprawie prohibicji, żeby się lubić.
- Fajnie, że pogadaliśmy.

Co pomaga w dobrej rozmowie

Chcesz porozmawiać na trudny temat z bliską osobą, przyjacielem albo kolegą z pracy? Oto kilka podpowiedzi, które pomogą Wam znaleźć wspólny język



Ustalcie temat rozmowy. Lepiej wybrać konkretną sprawę, która Was różni – np. jedzenie mięsa, przyjmowanie uchodźców, Marsz Niepodległości. Rozmowy o wszystkim kończą się zwykle na niczym:)

Uruchom ciekawość. Żeby rozmowa się udała, musisz naprawdę chcieć poznać poglądy drugiej osoby. Tu pomaga nasza ludzka ciekawość. Nastaw się na to, że to będzie ciekawe spotkanie – nawet jeśli miejscami będzie trudno.



Posłuchaj do końca. Tym, co zwykle kończy rozmowę, jest czyjaś szybka i ostra odpowiedź. Słyszymy coś, co nas denerwuje i natychmiast mówimy swoje zdanie. Spróbuj powstrzymać ten odruch.

Zamiast reagować, staraj się zrozumieć pogląd drugiej osoby. Ułóż go sobie w całość, zobacz jej perspektywę. To, że spokojnie słuchasz, nie znaczy, że się zgadzasz. Słuchasz, bo szanujesz inne zdanie.

Zapytaj, czy dobrze rozumiesz. Jeśli osoba po drugiej stronie skończyła mówić, spróbuj powtórzyć jej tok rozumowania. Powtórz po swojemu, co powiedziała – bez dodawania Twojej oceny. Nie krytykuj tego, co zostało powiedziane.



Teraz Twoja kolej. Możesz po prostu powiedzieć, co Ty myślisz na ten sam temat. Ale rozmowa będzie lepsza, jeśli opowiesz, skąd wzięt się Twój pogląd. Opowiedz o wydarzeniu albo historii, która sprawiła, że tak właśnie myślisz.

Zapytaj drugą osobę, skąd wzięt się jej pogląd. Jeśli sami podzieliliśmy się swoją historią, to pytanie będzie zupełnie naturalne. Posłuchaj historii drugiej osoby. Pomyśl o tym, jak takie doświadczenie mogłoby wpłynąć na Twoje poglądy.

Porozmawiajcie o swoich historiach. Mogą być zupełnie różne albo bardzo podobne. Jakie by nie były – poprzez takie historie (doświadczenia) łatwiej się nawzajem zrozumieć. I dużo łatwiej o nich rozmawiać niż o samych poglądach.

