

Рассуждая о речевых нападениях, исследуя процесс возникновения и развития конфликта, мы можем прибегнуть к метафоре игры, а точнее, психологического квеста (англ. *quest* — «поиск»).

Вспомните, сколько разновидностей квестов предлагает индустрия развлечений: компьютерные квесты, книги-квесты, настольные квесты, квест-комнаты с названием «Выход» и провокационным слоганом «Найди решение за 30 минут!», из которых необходимо выбрать, используя интеллект, эрудицию и умение решать головоломки. Огорчает только, что все данные квесты имеют два очевидных недостатка с точки зрения реальной жизни:

- направлены исключительно на развлечение современного потребителя и его отвлечение от реальности, нежели на умение сочетаться с ней;
- поиск ради самого поиска в придуманных мирах. Поиск чего? Далеко не все задаются этим вопросом. Многие просто принимают правила игры.

Реальная жизнь тем временем идет своим чередом и предоставляет куда больше увлека-

тельных вопросов, на которые порой сложно быстро найти подходящие ответы. Одна из таких сфер — конфликты.

Как мы уже поняли, книги образовательного формата сложны для восприятия и скорее вызывают желание быстро их пролистать... **А что, если мы предложим вам самый увлекательный и самый реальный квест в вашей жизни? Найти выход за 30 минут, говорите? А слабо за 30 секунд?**

Именно столько времени (а порой и меньше) у нас с вами есть на то, чтобы каким-то образом отреагировать на речевое нападение.

И самое главное — наша книга-квест позволит всем читателям по законам жанра:

- быстро найти выход из конфликта, используя смекалку и интеллект;
- отточить приемы противостояния конфликтам;
- усилить главного героя игры (то есть вас);
- поменять отношения с людьми и, таким образом, всю свою жизнь.

Недаром считается, что *большинство конфликтов между людьми происходит по одной про-*

стой причине: мы много фантазируем о том, будто хорошо понимаем друг друга, и мало говорим для того, чтобы действительно друг друга понимать.

Итак, мы приглашаем вас на поиски того, *что* и *как* говорить. Это истинно психологический квест. Он поменяет всю вашу жизнь. Он заставит мозг работать в полную силу и составлять такие комбинации приемов, которые легко и элегантно позволят решить любые, даже самые затяжные конфликты и противостоять манипуляциям.

И самое главное — вместо того чтобы позволить другим задавать фабулу вашей Игры, создавайте и меняйте ее сами.

Используйте каждое речевое нападение как повод для квеста: «А что я могу сделать?», «Какие приемы подойдут лучше?», «А что, если он ответит вот так или так?» Мы предлагаем вам увлекательное путешествие в мир импровизации, нестандартных решений, элегантных версий решения конфликтов.

Глава 1

Защищайтесь, сударь! Или что такое речевые нападения

Речевое и физическое нападение: сходства и различия

Взрослые смеются над детьми, которые в свое оправдание ноют: «Он первый начал». Но взрослые конфликты начинаются точно так же.

Начнем с истоков. Когда на тренинге мы задаем вопрос: «Кто получает удовольствие от конфликтов?», не многие поднимают руку. И, как правило, это участники, которые в чем-то понаглее, в чем-то посильнее духом и для которых конфликт — способ выплеснуть негативные эмоции на партнера независимо от того, «кто первый начал».

Если слегка поменять вопрос: «Кто получает истинное эстетическое (вариант — интеллектуальное) удовольствие от конфликтов?» — народ вскинет не руки, а брови. Потому что рассмотрение конфликта как средства проявить свой интеллект и сообразительность в последнее время встречается все реже.

Поищем примеры в русской культуре. Физические способы выпустить пар — кулачные бои. Дуэли. Все до победного конца. Всё для выражения гнева. Или попранного чувства собственного достоинства. Неплохо. Эмоции выражать важно. По этому поводу мы сломаем немало копий в следующих главах.

Однако существовали и способы интеллектуальной разрядки, например словесно-поэтические поединки, эпиграммы, сатиры, остроты и шутки. Русская культура богата примерами! И мы предлагаем взять лучшее НЕ из западных методик, отражающих стиль мышления европейского человека (в частности, модели проведения словесных поединков предложены тренером в области коммуникативной техники Карстеном Бредемайером и психологом Изабель Назаре-Ага), а продолжить осваивать культуру русского мышления, выражения агрессии

и недовольства и создавать свой собственный, рассчитанный на российское мышление стиль реагирования на речевое нападение. Стиль, сочетающий умение одновременно выражать эмоции и включать мозг, что позволяет эффективно делать выбор между юморными или серьезными, элегантными или более крепкими выражениями. И главное — стиль, позволяющий, несмотря на конфликт, добиться эффекта «выиграл/выиграл» и сохранить отношения.

Он на вас нападает — вы ставите его на место. И при этом сохраняете отношения. Поразительно, но факт!

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Согласительные процедуры¹ высоко ценили многие мыслители древности. Так, римский драматург Теренций (II век до н. э.) писал о необходимости стремиться урегулировать споры мирным путем, прежде чем переходить к противостоянию:

¹ Согласительные процедуры — регламентированная законом совместная деятельность субъектов конституционно-правовых отношений по устранению возникающих между ними разногласий на взаимоприемлемой компромиссной основе.

*Все испытать, не драться должно мудрому,
Как знать, быть может, обойдется без
борьбы.*

Греческий поэт эпохи эллинизма Аполлоний Родосский (ок. 290 г. до н. э.) также высказывался в пользу приоритета согласительных процедур:

*Стараться надлежит не сразу к силе при-
бегать,*

Но попытаться столкнуться на словах.

Итак, будем пытаться «столкнуться на словах». И для этого сначала разберем понятие «он нападает». При анализе речевого нападения полезно сравнить его с физическим, хотя бы потому, что оба словосочетания содержат слово «нападение» как выражение агрессии по отношению к жертве.

Квест «Визуальный симулятор нападений».

Уровень 1: ничего не предвещало

Версия 1. Физическое нападение

Вы идете по темной улице и никого не трогаете. И вдруг навстречу четверо молодых людей с агрессивным выражением лиц (или наглова-

тым, или злым... да мало ли можно прочесть негативных эмоций на лице), в их движениях ощущается превосходство физической силы, в их руках что-нибудь да есть. И вы сразу понимаете: опасность!

Выхода у вас всего два: если вы не сильны в боевых искусствах, вероятно, выберете бегство, в противном случае, может быть, примете бой.

Версия 2. Речевое нападение

Вы разговариваете с коллегой в офисе. И ничто не предвещает беды. Но вдруг вы видите, что лицо собеседника начинает выражать негодование, голос становится мрачнее (конечно, не факт, что вы замечаете эти сигналы, и не факт, что они относятся к вам) — и вот оно, речевое нападение собственной персоной: «Да, я вижу, это ваша привычка — заваливать важные проекты!» (или «Вы что, ничего получше придумать не могли?»).

Телесный квест. «Визуальный симулятор нападений». Уровень 2: эмоциональный центр

Для определения эмоционального центра выполните несложное упражнение 1.