

HABILIDAD 3.- TÉCNICA DE INTERROGACIÓN NEGATIVA

Esta técnica nos permite suscitar críticas más sinceras para:

- Sacar algún partido de la información al preguntar si la crítica era útil y no manipulativa.
- Agotar y reducir las críticas si son manipulativas.

Con ella conseguimos:

- Enseñar a nuestros críticos a ser más asertivos.
- Favorecer la comunicación.
- No utilizar el SARCASMO.

UTILIZACIÓN.

Se utiliza cuando no estamos de acuerdo con la crítica que nos hacen. Son, pues, críticas debidas a intentos de Manipulación o a una “cuestión de gustos.

Consiste en preguntar a nuestro crítico qué es lo que realmente le molesta de los que nos está criticando: ¿Qué hay de malo?, ¿Qué es lo que no te gusta realmente?.

Utilizando Interrogación Negativa conseguimos enseñar a nuestros críticos a ser más asertivos y a no utilizar tanto los trucos manipulativos lo cual favorece la comunicación Asertiva.

Debemos tener cuidado de no utilizar el sarcasmo en la Interrogación Negativa, ya que puede producir Agresividad en el otro en lugar de críticas repetitivas, y puede dar lugar a que no sólo cese la interacción, sino también nuestra relación con el otro.