

ПОДВІЙНЕ ПОСЛАННЯ МАЄ КІЛЬКА ВІДМІННИХ ХАРАКТЕРИСТИК:

1. Дві частини листа суперечать один одному. Це означає, що **неможливо виконати вимоги однієї частини листа, не порушивши при цьому вимоги другої.**



2. Отже, за якою б частиною послання ви не пішли, у результаті **ви у будь-якому випадку виявляєтеся поганим.** Тому кожна з частин послання можна переформулювати так: «Ти поганий, коли...» або «Ти поганий, якщо...»

"Ти погана, коли погано виглядаєш і не стежиш за собою"

"Ти погана, коли інші чоловіки звертають на тебе увагу"

3. Особлива підступність подвійних послань **проявляється у так званому паралічі усвідомлення.** Його відчуває людина, яка стала жертвою подвійного послання. Конфлікт вимог витісняється, про нього неможливо думати. Іншими словами, дуже важко помітити подвійне послання, якщо не знати заздалегідь, на які особливості комунікації та стосунків необхідно звертати увагу.

4. Про подвійне послання неможливо говорити з тим, хто його транслює. У цьому сенсі іноді виділяють третину послання – несвідома заборона на чесне обговорення того, що відбувається: «Ти поганий, коли намагаєшся говорити зі мною про моє подвійне послання».