

## **ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ЛЮДЕЙ, ПОМОГАЮЩИЕ НЕ ПРОВОЦИРОВАТЬ КОНФЛИКТ**

- В общении с окружающими, старайтесь быть внутренне готовыми к решению возникающих проблем путем сотрудничества или компромисса.
- Будьте принципиальны, но не боритесь ради принципа.
- Помните, что прямолинейность хороша, но не всегда.
- Критикуйте поступки, но не человека.
- Чаще улыбайтесь.
- Не забывайте о чувстве юмора.
- Не принижайте статус собеседника.
- Будьте хорошим слушателем.
- Проверяйте, правильно ли вы понимаете собеседника.
- Будьте независимы, но не самонадеянны.
- Не превращайте настойчивость в назойливость.
- Будьте справедливы и терпимы к людям. Не переоценивайте свои способности и возможности и не умаляйте способности и возможности других.
- Не проявляйте инициативу там, где в ней не нуждаются.
- Реализуйте себя в творчестве, а не в конфликтах.
- Проявляйте выдержку, овладевайте умениями саморегуляции.
- В процессе общения старайтесь правильно оценить психическое состояние партнера, избегая суждений и острых проблем, если существует вероятность агрессивной реакции с его стороны.
- В процессе обсуждения проблемы важно не перебивать партнера, дать ему выговориться.
- Установите личный, неформальный контакт с партнером по взаимодействию.
- Старайтесь смотреть на проблему глазами оппонента, постарайтесь «встать на его место».
- Управляйте своими эмоциями и психическим состоянием, избегайте предконфликтных ситуаций при переутомлении и возбуждении.