

**Навыки эффективного общения с людьми.  
Личностное отношение к конфликту**

**Беседа с обучающимися 9 класса**



# Секреты общения:

- Любое общение начинайте с **УЛЫБКИ!**
- Не критикуйте людей!
- Умейте слушать!
- Убеждая собеседника, приводите аргументы!
- Хвалите собеседника!
- Обращайтесь по **ИМЕНИ!**



# ПРАВИЛА ОБЩЕНИЯ



- Улыбайтесь. Излучайте положительные эмоции. Весёлый, жизнерадостный, спокойный человек всегда привлекает.
- Интересуйтесь собеседником как личностью.
- Называйте собеседника по имени.
- Слушайте и умейте распределять инициативу в разговоре.
- Поддерживайте темы разговора, которые предложил собеседник.

# Правила культурного общения:

- Не говорите плохо о человеке в его отсутствие.
- Бестактно прерывать разговор; но если срочно нужно что-то спросить, то, прежде всего, необходимо извиниться.
- В разговоре неприлично выпячивать своё «я».
- Во время беседы надо смотреть в глаза собеседнику, а не в сторону, на часы, не теревать пуговицы.
- Не следует разговаривать с дальнего расстояния: через стол, коридор или улицу.
- Находясь в компании, не следует шептаться.
- Помните! всякое замечание воспринимается мягче, если оно следует за похвалой.

# Если возник конфликт



# ПОСЛЕДСТВИЯ ДЕСТРУКТИВНЫХ КОНФЛИКТОВ



**БОЛЬ,  
ОБИДА**



**РАЗРЫВ  
ОТНОШЕ  
НИЙ**



**СЛЕЗЫ,  
РАЗОЧАРО  
ВАНИЕ**



**ОДИНОЧЕ  
СТВО,  
РАЗЛАД С  
САМИМ  
СОБОЙ**



**НЕПОНИМА  
НИЕ ДРУГ  
ДРУГА**



**НЕУСПЕВАЕМОСТЬ,  
ПЕРЕЖИВАНИЕ,  
СТРАХ НАКАЗАНИЕ**



**СНИЖЕНИЕ  
НАСТРОЕНИЯ,  
РАЗОЧАРОВАНИ  
Е**

## КАЧЕСТВА И УМЕНИЯ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ УСПЕШНОГО РАЗРЕШЕНИЯ КОНФЛИКТОВ

- умение слышать другого
- ☐ терпение
- ☐ красноречие
- ☐ великодушие
- ☐ способность поставить себя на место другого
- ☐ убедительность
- ☐ самообладание
- ☐ сдержанность в эмоциях
- ☐ выдержка
- ☐ юмор
- ☐ умение идти на компромисс



## Правила бесконфликтного общения:

**не ущемляйте права человека с которым взаимодействуете. Не задевайте его чувств, говоря о качествах его личности.**

**всегда своевременно разьясняйте возникшие в ходе обсуждения недоразумения, задавая уточняющие вопросы.**



**Свободно и своевременно извиняйтесь, если знаете о своей ошибке. Умейте признавать свою неправоту. В другой раз Вы сможете рассчитывать на такое же признание со стороны Ваших коллег**



**умейте признавать свои ошибки**







## Навыки эффективного общения это:

«Я – высказывание» - умение говорить о своих чувствах.

Активное слушание - умение понять чувства другого человека.

Умение отказывать.

Умение просить.

Умение идти на компромисс. Умение предлагать альтернативное решение.

Умение приводить аргументы.

Умение не демонстрировать свои эмоции, а говорить о них, проговаривать.

# ПРАВИЛА БЕСКОНФЛИКТНОГО ОБЩЕНИЯ

- Правило 1. Конфликтогенов избегаем
- Правило 2. На конфликтоген отвечаем без конфликтогена
- Правило 3. Проявляем эмпатию к собеседнику
- Правило 4. Делаем благожелательные посылы (комплименты, поглаживания, синтоны)
- Правило 5. Вовремя распознаем конфликтную ситуацию и пытаемся ее осознать
- Правило 6. Смотрим на факты, слушаем разум

