|  |
| --- |
| **Вам, взрослые, на заметку!**  **Профилактика конфликтов**  ***При вступлении в конфликт:***   * определите проблемы, относящиеся к ценностной сфере (стоит ли настаивать на своем, значимо ли это?); * определите ваши ценностные альтернативы; * выберите одну из них, исходя из последствий, которые они влекут за собой; * проанализируйте последствия разрешения конфликта (в близкой и дальней перспективе); * определите причины возникновения конфликта; * проанализируйте взаимоотношение участников до возникновения конфликта; * выявите, есть ли лица, заинтересованные в конфликте или его позитивном разрешении; * определите свои задачи; * выберите способы взаимодействия с оппонентом, не унижающие ни одну из сторон. Мысленно проиграйте как можно больше позитивных вариантов.   ***Возьмите на себя управление разрешением конфликта*:**   * проявите инициативу в поиске консенсуса: кто делает первый шаг, тот и выигрывает. (Если вы чувствуете, что не правы, признайте это сразу.); * в начале переговоров используйте «Я– сообщение», «Активное слушание»; * дайте почувствовать своему оппоненту его значимость; * не выдвигайте сразу свои требования и условия, подчеркните точки соприкосновения, взаимные интересы; * обосновывайте свои доводы, ищите альтернативу, демонстрируйте свою заинтересованность человеком и его проблемами.   ***Как избежать ненужных конфликтов? Существует ряд правил****:*   * не говорите сразу с взвинченным, возбужденным человеком; * создайте благоприятную,  доброжелательную атмосферу доверия; * попробуйте стать на место оппонента, посмотреть на проблему его глазами; * не скрывайте своего доброго отношения к человеку, выражайте одобрение его поступков; * заставьте себя молчать, когда задевают в мелкой ссоре; * умейте говорить спокойно и мягко, уверенно и доброжелательно; * признавайте достоинства окружающих во весь голос, и врагов станет меньше; * если вы чувствуете, что не правы, признайте это сразу. |