

10 практических рекомендаций

КАК СНИЗИТЬ КОНФЛИКТНОСТЬ В ОБЩЕНИИ

- ✓ *Очень важно сформировать у себя привычку терпимо и даже с интересом относиться к мнению других людей, даже тогда, когда они противоположны вашему.*
- ✓ *Всеми силами боритесь с негативными эмоциями по отношению к другим людям или хотя бы с их внешними проявлениями.*
- ✓ *Избегайте в общении крайних, жестких и категоричных оценок.*
- ✓ *Общаясь с окружающими, старайтесь видеть и опираться на положительное в них. Оценивайте людей в большей степени по тому, что они сделали, а не по тому, что они не сделали.*
- ✓ *Критика воспринимается более конструктивно, если компенсировать ее конфликтность искренней и заслуженной похвалой, предваряющей критику.*
- ✓ *Лучший способ критики – самому молча исправить те ошибки, которые допустил критикуемый.*
- ✓ *Критиковать можно конкретные поступки и конкретные результаты деятельности человека, а не его личность и работу в целом.*
- ✓ *Критикуя одного человека, не следует сравнивать его с другими, более лучшими. У того, кого критикуют, чаще всего возникает чувство неприятия и критика «лучшего».*
- ✓ *Если очевидно, что вы критично относитесь к себе, то и ваша критика окружающих будет восприниматься менее конфликтно.*
- ✓ *Очень важно научиться использовать потенциал критики и критикующего в интересах совершенствования дела и самого себя.*