

РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ



Пути выхода из конфликтных ситуаций

- 1. Переговоры. «Давай обсудим ситуацию»** Говори чётко и ясно, чтобы собеседник мог понять, какой смысл ты вкладываешь в свои слова.
- 2. «Уход от проблемы».** Если ты понимаешь, чтобы ты не сказал, это оскорбит или ранит собеседника, откажись от продолжения разговора. Это лишь, кажется, что ты бежишь от сложностей. На самом деле иногда этот вариант может быть самым уместным в конфликтной ситуации.



- 3. Научись слушать собеседника!** Внимательно слушать кого – то – это значит слышать слова, которые он говорит, и стараться понять его чувства.



4. **Извинись!** Извиниться не просто, но это возможный способ предотвратить конфликт. Попробуй произнести следующие фразы: «Мне очень жаль, что так вышло, извини!», «Я совсем не хотел, чтобы так получилось!»



5. **Отложи обсуждение.** Иногда решить конфликтную ситуацию помогает время. Лучше немного успокоиться, подождать, отложить выяснение вопроса, но ты должен быть уверен, что вы снова встретитесь и обсудите ситуацию. Можно использовать следующие фразы: «Сейчас я очень устал, давай поговорим завтра», «Я тороплюсь, давай встретимся после обеда и всё обсудим».



6. **Компромисс.** Обычно он вытекает из переговоров. Но для этого необходимо желание обеих сторон. Можно предложить своему оппоненту: «Я сделаю это, а ты сделай вот это», «Я уступаю тебе в этом, а ты уступи мне в том».