

# *Как научиться избегать конфликтов в разговоре?*



ШколаЖизни.ру  
Познавательный журнал

В общении, как и в любом искусстве, имеется своя техника.

## Техника общения!

Давайте поговорим о бесконфликтности, то есть об умении избегать любых конфликтов в разговоре.

Но сразу хотим предупредить, если есть желание овладеть техникой общения, то вы должны знать основной момент:

техника начнет работать тогда,  
когда начнет меняться человек.



Если вы готовы к изменениям в себе и решили себя поменять, то мы уже можем вас поздравить:

**вы на шаг ближе к бесконфликтному общению!**





**\* Вот 7 основных правил  
техники общения:**

# Правило № 1



Основное правило, сформулированное несколько столетий назад:  
«Самый главный человек на свете - тот, кто перед тобой».

Если перед вами появится собеседник, то постарайтесь создать теплую атмосферу. Представьте, что вы будто одни, вокруг ничего и никого нет. Вы должны видеть только его!

Человек может быть агрессивным, невоспитанным, глупым, но  
вы должны принять его таким, какой он есть.

# Правило № 2

\*Ищите у вас сходства с собеседником.

\*Стиль, манера общения...

Подстраивайтесь буквально под его интонацию, и вам с ним будет легче общаться и понимать друг друга.

\*Не лицемерьте, но и отучите себя от привычки противоречить по любому поводу.



# Правило № 3

- \* **Поймите волну собеседника** и настройте ее на нужную вам волну.
- \* **Необходимо понять, что тревожит или волнует вашего собеседника, и поддержать его в разговоре, разделить его переживания.** А дальше можно будет по-другому настроить эту волну.
- \* При этом **не нагнетайте напряженность и не отзывайтесь дурно ни о ком.** Замените «грязные» слова или вообще уберите их из речи.



# Правило № 4

- \* Не обвиняйте собеседника!
- \* Избегайте в разговоре обидных преувеличений.
- \* Избегайте слова: никто, всегда, никогда, везде, нигде, все и т.п.

Эти слова очень раздражают собеседника.

К примеру, сестра говорит брату: «Ты никогда не моешь посуду!» И это в большинстве случаев несправедливая фраза, ведь брат, возможно, и редко, но все же помогает родителям и - конкретно - моет посуду.



**В речи должна быть определенность!**



# Правило № 5

- \* Стройте общение на равных, а не в позиции взгляда сверху.
- \* Ведь именно такого общения, как правило, от вас ожидает собеседник. При этом не задевайте того, что человеку дорого: ценности, его круг общения и т.п.



# Правило № 6

«Юморите» аккуратно.

Юмор прекрасен, ведь благодаря ему люди смеются, получают удовольствие от жизни и обмениваются друг с другом отличным настроением.

Но **самое опасное в юморе - это когда шутка направлена на собеседника.**

Лучше не бросаться такими шутками, ну или делать это уместно и аккуратно, без оскорблений.



# \* Правило № 7



Не давайте советы, если вас не просят.

Советы редко учат, но часто злят.

Если человек поставил ударение неправильно, не исправляйте его, не тыкайте носом, лучше оставьте при себе это открытие.

Пример:

- Она обязательно позвОнит!
- Да, обязательно позвонИт!

Собеседник это однозначно заметит, и его это только разозлит.

Меняйте себя и практикуйте навыки общения! И тогда у вас точно все получится. И не отчаивайтесь, если не заметите результата сразу.

**Человек не может поменяться мгновенно, для этого нужно какое-то время!**

Удачи!

