

## **Как вести себя в конфликте?**

Конфликт – это столкновение несовместимых противоположных интересов, устремлений, потребностей и мнений внутри личности человека, в отношениях между людьми, между человеком и группой, несколькими группами.

Конфликт – не прихоть и не признак плохого воспитания. Если он заявил о себе – значит, столкнулись чьи-то интересы, желания, мнения. Конфликт возник потому, что в Ваших отношениях с другим человеком появилось разногласие, а может быть, - противоречие.

От конфликта нельзя отмахнуться, его можно только разрешить. А как это сделать, если страсти кипят и Вас переполняют негативные эмоции?

**Не начинайте выяснять отношения, пока не будете готовы к более или менее спокойному разговору!**

Решение конфликта редко лежит на поверхности; чтобы его отыскать, необходимо ответить на три очень важных вопроса:

1. *Что происходит?*
2. *Кто включён в происходящие события?*
3. *Что, какие интересы заставляют людей в них участвовать?*

Прежде всего задумайтесь о себе: какие Ваши интересы затронул этот конфликт?

Подумайте о другом человеке. Ведь он тоже, скорее всего, попал в конфликт не из вредности. Ситуация задела его за живое. Чем именно? Какие свои права он отстаивает?

**Итак, дайте своим чувствам остыть и поразмышляйте о причинах конфликта и его участниках.**

