**У тебе проблеми у спілкуванні?**

*Дотримуйся наступних принципів!*

*Досить часто хлопці й дівчата потрапляють у ситуації, коли їм важко зробити пер¬ший крок до знайомства, особливо, із людиною протилежної статі, перший крок до примирення. За цим стоять глибокі переживання: страх, роздратування, несподівана агресивність. Усе це може ускладнювати життя. Але при бажанні завжди можна знайти вихід.*

*Пам'ятай!*

*1. Найважливішим є саме перший крок. Тому, якщо ти хочеш познайомитися чи помиритися, йди першим назустріч людині, не чекай і не думай, що це повинна зробити вона.*

*2. Посміхайся! Твоя посмішка свідчить про добрі наміри.*

*3. Частіше називай ім'я співрозмовника. Для кожного звук власного імені найсолодший і найважливіший звук людської мови.*

*4. Проявляй щиру зацікавленість.*

*5. Інтонацією, виразом обличчя, позою покажи зацікавленість.*

*6. Намагайся знайти цікаву тему для розмови. Розмова «ні про що», про футбол, погоду, фільм теж може дати хороший результат. Важливо те, що контакт уже відбув¬ся.*

*7. Налаштовуйся на людину, уважно слухай її. Слухати набагато важче, аніж гово¬рити самому. Уважно спостерігай за іншими, намагайся якомога глибше зрозуміти по¬відомлення (те, про що говорить інший), запам'ятовуй почуте, перед тим як дати відповідь.*

*8. Слова не обов 'язково найважливіші елементи повідомлень. Ми спілкуємося навіть тоді, коли мовчимо.*

*9. Будь відкритим, випромінюй тепло, і воно повернеться до тебе.*

*кщо виникають конфліктні ситуації при спілкуванні*

*…виражати згоду тобі допоможуть такі фрази:*

*Це не викликає заперечень (сумніву)…*

*Я готовий з цим погодитися…*

*Мені близькі ці думки…*

*Я поділяю (підтримую) точку зору (думку)…*

*Я теж хотів це (про це) сказати…*

*Моя точка зору (моя думка, моя позиція) повністю збігається…*

*Ніхто і не заперечує…*

*Ти не образиш іншого, якщо вираження своєї незгоди почнеш зі слів:*

*Мені так не здається…*

*Я думаю по-іншому (навпаки)…*

*Я дотримуюсь іншої думки…*

*У мене інша (протилежна) точка зору…*

*Я дозволю собі не погодитися з тобою…*

*На жаль, не можу погодитися з тобою…*

*Мені хотілося б висловити свою незгоду…*