

Как договориться с человеком, с которым договориться невозможно?

Я не люблю конфликты, а если быть откровенной – я их ненавижу. Всеми силами стараюсь их избегать... Но несмотря на все усилия, все же иногда в них попадаю.

Всегда больно, когда разрушаются отношения, но еще больнее, когда отношения разрушают тебя. Что делать, когда ты понимаешь, что общение с человеком не то, что не приносит радости, а просто постепенно уничтожает тебя как личность? Наверное, самым простым решением в таком случае будет порвать невыносимые отношения. Но, а что если вам приходится общаться, потому что вы коллеги, соседи, родственники?

Я снова задалась этим вопросом, наблюдая за тем, как один мой знакомый в очередной раз рассорился сразу с несколькими людьми одновременно. По сути, он хороший человек, но его конфликтный характер и нежелание слышать других отталкивают от него преданных и уважающих его людей. Все участники конфликта даже не могут понять, в чем причина. Все они коллеги и им приходится каждый день встречаться в одном офисе.

В общем ситуация непростая, а решать ее нужно. Причем решение должно быть своевременным и конструктивным.

Еще замечу, что я имею самое прямое отношение к этой проблеме. Поэтому, попав в данную ситуацию, я должна была ее решить, прежде всего, для себя. И я незамедлительно взялась за дело. Перечитав море различной литературы по психологии конфликта, я взяла лист бумаги и ручку и записала свои выводы. Итак, вот что у меня получилось.

Шаг первый:

Прежде всего, нужно успокоиться, ведь эмоции – не лучший советчик в конфликтной ситуации. Никогда не стоит принимать решения, руководствуясь ими. Уйти, хлопнув дверью, всегда легче, а вот решение остаться и попытаться разрешить конфликт потребует от тебя куда больше сил и энергии.

Шаг второй:

Когда двое ссорятся, неправ тот, кто умнее. Если ты считаешь себя таковым – возьми инициативу в свои руки и вовремя прекрати эту войну. Иногда мудрее недоговорить, чем сказать лишнее, особенно если дискуссии слишком жаркие.

Шаг третий:

Кто-то сказал, что мы судим себя по мотивам, а других по поступкам. Попробуй подумать, почему человек повел себя именно так. Скорее всего, у него есть объяснения своему поведению.

Шаг четвертый:

Постарайся максимально избавиться от негативных эмоций по отношению к своему оппоненту. Подумай о том, что и ты бываешь не прав, тоже причиняя кому-то боль и разочарование. Но вот прощать себя любимого куда проще.

Шаг пятый:

Посмотри на ситуацию с чувством юмора. Один мой знакомый любит говорить: «Представь, тебе с этим человеком общаться 8 часов в сутки, а ему с собой – все 24». Вот уж с чем не поспоришь.

Шаг шестой:

Пригласи несговорчивого оппонента за стол переговоров и предложи обсудить все моменты, которые вызвали конфликт. Но запомни, что говорить следует только о причинах, спровоцировавших данную ситуацию. Не стоит ворошить прошлое. Но это не касается тех ситуаций, где корень проблемы действительно кроется в прошлом. При их обсуждении постарайся избегать слов «вот ты всегда так», «ты со всеми конфликтует».

Шаг седьмой:

Если ты видишь, что при всем желании не можешь изменить ситуацию – просто отойди в сторону. Дай человеку время подумать и прийти в себя. Иному нужны годы, чтобы все переосмыслить и простить.

И самое важное: если твоей главной целью является не желание доказать свою правоту и продемонстрировать острый ум, то найти компромисс можно всегда, всего лишь

Как договориться с человеком, с которым договориться невозможно

Автор: admin

03.04.2011 20:00 - Обновлено 29.10.2014 10:27

проявив достаточную терпимость.

Автор - Ирина Уданович

[Источник](#)