

## Конфликты, их истинные причины и способы разрешения

{youtube}Q0VSQYgNDA8{/youtube}

### **Описание:**

Опираясь на свою многолетнюю практику в гештальт-терапии и коучинге, в этом 7-минутном видео Егор и Ирина Каропа рассказывают самое важное, что необходимо знать для эффективного разрешения конфликтов в личных и деловых отношениях.

Из видео вы узнаете:

- \*\* Что лежит в основе любого конфликта
- \*\* Почему у нас возникают негативные чувства
- \*\* Как определить истинную причину сложностей в отношениях и разрешить ее

Вы также получите одновременно простое и очень действенное практическое упражнение для прояснения сложных и конфликтных отношений в вашей жизни.

Источник видео и полный текст упражнения вы найдете здесь: <http://ennea-training.ru/conflicts/>