**Как улаживать конфликты.**

Доброжелательность и спокойствие – вот это поможет тебе. Разговаривая с человеком, у которого сдали нервы, постарайтесь помочь ему избавиться от беспокойства и нервозности.

И сам постарайся не раздражаться и не накидываться на людей. Смешон и неприятен человек, вспыливший по пустяку.

Человек обязан владеть собой. Выдержка и спокойствие высоко ценятся людьми.

Попробуй выходить из конфликта с помощью юмора, шуток, смеха- не над кем-то, над самим собой.

***И главный совет:*** никогда не считай виноватыми всех на свете, кроме себя. Не бойся первым попросить прощения. Это сразу снимет напряжение и вернёт тебе доброе расположение окружающих.

**Чтобы стать воспитанным человеком.**

1. « Каков характер, таковы и поступки»- гласит народная мудрость. Ты должен хорошо знать особенности своего характера. Особое внимание обрати на воспитание характера.

Зная характер человека, мы можем предвидеть, предсказать, как он поведёт себя в той или иной ситуации, что скажет и что сделает.

2. Поведение и культура. Поведение культурного человека должно соответствовать общепризнанным нормам и правилам. Тебе следует следить за своими манерами, быть вежливым со старшими, уметь держать себя достойно.

Любые нарушения правил культуры поведения или отсутствие её ведут к нарушениям отношений между людьми.

3. Поведение и твоя нравственная позиция. Воспитанным и культурным человеком ты станешь тогда, когда будешь поступать правильно не только потому, что знаешь, как надо поступить, а потому, что не можешь поступить иначе. Старайся, чтобы твоё поведение соответствовало нравственным понятиям. Важнейшие нравственные понятия – добро, долг, справедливость, совесть, честь, счастье.

4. Сначала подумай… Всегда думай о том, какого рода последствия повлечёт за собой твой отдельный поступок или поведение в целом.

5. Твоё настроение. У каждого человека есть свой тон обычного настроения. Своё настроение мы чаще передаём другим людям. Ты должен управлять своим поведением, а не оно тобой.

6. « Как слово наше отзовётся…» Помни, что твои высказывания, суждения – это тоже твоё поведение. Словом можно убить и успокоить, не забывай об этом.

7. Умение вести разговор – это талант. Воспитанный человек умеет разговаривать. Он уважает собеседника, а поэтому с интересом выслушивает его, не торопится с собственными высказываниями. Народная поговорка предупреждает: « Говори, но не спорь, а хоть спорь, да не вздорь».

8. « Без труда не может человек блюсти своё человеческое достоинство». Люби и уважай то дело, которым ты занимаешься, - учёбу, спорт, работу и т. д.

9. Главное различие между воспитанным и невоспитанным человеком проявляется в отношении к людям. Благородный и обаятельный человек всегда будет воспитанным.

10. Думай обо всём, что видишь, слышишь, изучаешь, замечаешь… Рассуждения наедине с собой – сложная работа, необходимая для самовоспитания.