**СЕКРЕТЫ ЭФФЕКТИВНОГО ОБЩЕНИЯ**

1.     Не оправдывайте себя (Меня не понимают, меня не ценят, ко мне несправедливы).

2.     Не снимайте с себя ответственности! (причины своих неудач ищите в себе, а не приписывайте их окружающим людям).

3.     Будьте искренны с людьми  и доброжелательны!

4.     Уважайте других людей: их мнение, взгляды, интересы даже если вы их не разделяете («Внутренняя сила - это способность уважать чужую музыку, но танцевать под собственную мелодию и слушать свою гармонию»).

5.     Не пойтесь говорить правду и также не бойтесь правды и критики, высказанной в ваш адрес.

6.     Будьте естественны в общении (это притягивает окружающих).

7.     Радуйтесь успехам людей, которые вас окружают, и сочувствуйте им в случае неудач.

8.     Проявляйте смелость в поступках! («Боишься – не делай, делаешь – не бойся»)

9.     Анализируйте свои отношения с людьми, смотрите в них как в зеркало.

10.   Не общайтесь с людьми только из-за внешних стереотипов.