**Zásady medziľudských vzťahov**

Otázke medziľudských vzťahov je venovaných nespočetne veľa kníh. No aj napriek tomu, sú medziľudské vzťahy pre mnohých z nás jedno veľké tabu, čomu nepriaznivo prispieva aj súčasná doba internetu, sociálnych sietí, neosobnému styku vďaka skrytej identite v online priestore, či absencia osobnej konfrontácie, z očí do očí, tvárou v tvár.

Hrajeme sa na niečo, čo v skutočnosti nie sme, skrývame svoju identitu za písmenká, neosobný kontakt, vzdialenosť a prezývky. A ak náhodou dojde k osobnej konfrontácií často krát sa nedokážeme v návale emocií ovládnuť a nedokážeme adekvátne reagovať. Je to zdroj mnohých hádok, poškodených vzťahov.

Myslíme si, že sa k ľuďom vo svojom okolí správame fér, priateľsky, otvorene a divíme sa, prečo sa oni k nám chovajú inak.

**Úprimné pravidlá pre lepšie medziľudské vzťahy:**

1. Buď **otvorený** v tom čo chceš (hovor to priamo).
2. Hovor **pravdu**
3. Hovor **úprimne** aj keby si niekoho mohol uraziť
4. Nič ťa **neurazí**, ani nezraní
5. Neberieš si nič **osobne,** každý môže bez strachu povedať svoj názor
6. Kroť svoje **ego**, môže byť našim spoločným nepriateľom
7. Nevytváraj si nikdy **domnienky**
8. Všetko je **neutrálne**, ničomu nepriraďuj negatívnu interpretáciu
9. Nerob povrchné **závery**
10. Pýtaj sa **otázky** či veciam a javom rozumieš správne
11. Zámerne si neubližujeme, ale sme k sebe tvrdí
12. **Konfliktom** sa nevyhýbame, hľadáme dobré mechanizmy na ich vyriešenie
13. Nájdi **odvahu** hovoriť o tom, čo skutočne chceš a potrebuješ