

Эти простые правила...

1. Проявляйте уважительное отношение к личности и ее достоинству.
2. Общайтесь открыто и прозрачно. Если у Вас есть проблемы с определенным коллегой, общайтесь с ним откровенно. Это поможет предотвратить тайные разговоры и создать более открытый и доверительный климат на рабочем месте.
3. Недопустимы – неприязнь, насмешки, поучения, высокомерие.
4. Относитесь ко всему с позитивом.
5. Улыбайтесь!

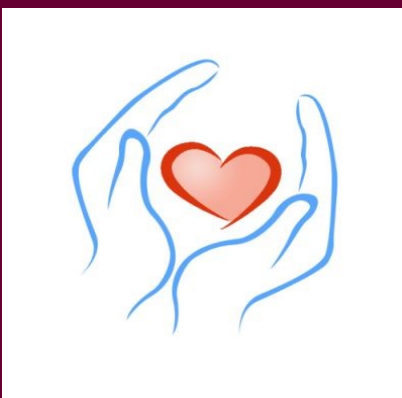
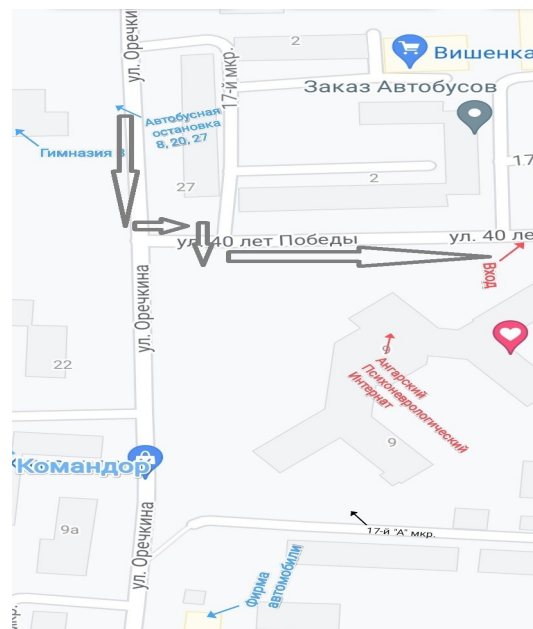


Схема проезда



**Областное государственное автономное учреждение социального обслуживания
«Ангарский психоневрологический интернат»**

Адрес: Иркутская область г. Ангарск
17 «А» микрорайон дом 9
индекс 665841

тел. 8(3955)55-27-27
Вахта 8(3955)55-2728
Email: apni9@mail.ru
Наш сайт: www.apni.pf

**Областное государственное автономное учреждение социального обслуживания
«Ангарский психоневрологический интернат»**

Памятка

«ПРОФИЛАКТИКА СТРЕССОВЫХ СИТУАЦИЙ И ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ в условиях стационарного учреждения»

«ПОЧЕМУ СПЛЕТНИ ОПАСНЫ»



Тел. 8(3955)55-27-27

ПАМЯТКА

Один из самых распространенных видов межличностных отношений на работе — сплетни.

СПЛЕТНЯ – это слух о ком-либо, чём-либо, обычно основанный на **неточных** или **заведомо неверных**, нарочито **измышленных** сведениях.

Слухи распространяются в тайных раз-



говорах между сотрудниками за спиной кого-то другого. Как правило, это связано с ревностью и завистью. Тот, кто

не может достичь таких же успехов, с удовольствием опорочит человека, которому он завидует. Таким образом, он мстит объекту зависти, а также начинает чувствовать, что он лучше, чем тот, о ком он злословит.

СПЛЕТНИЧАТЬ.

Синонимы: злословить, судачить.

СПЛЕТНИК.

Синонимы: переносчик, клеветник, звонарь, звонариха, кляузник, наговорщик.

ПОЧЕМУ СПЛЕТНИ ОПАСНЫ

Хотя для многих сплетни кажутся безобидными, они могут привести к серьезным проблемам на рабочем месте:

1. **Нежелательный климат** (недоверие и проблемы в отношениях между сотрудниками);
2. **Снижение производительности и эффективности труда** (время и энергия тратятся на разговоры вместо сосредоточенности на работе).
3. **Негативное воздействие на карьеру** (сплетни могут влиять на решения руководства и приводить к недопониманию в команде);
4. **Буллинг** (ситуация в коллективе, когда один или несколько сотрудников становятся объектом целенаправленных и злонамеренных действий со стороны других);
5. **Преждевременное эмоциональное выгорание** (жертва сплетен может испытывать серьезные проблемы с душевным здоровьем: падение самооценки, ложное чувство вины, депрессия, мысли об увольнении и даже о суициде).

*Если сплетни донимают,
огорчаться нет нужды.
Знайте: черви выбирают
только лучшие плоды!*



ПРОФИЛАКТИКА

Если информация, которой с вами делятся о другом человеке, негативная, является необоснованной, вызывает неприятные эмоции и может вызвать отрицательные последствия, то все это можно отнести к сплетням.

Важно (!) не поощрять сплетников и не распространять негативную информацию.

Негатив, который несет злословие, разрушает коллектив, создает общую атмосферу недоверия и недовольства друг другом. Поэтому задача каждого отдельного сотрудника и руководителей противостоять распространению сплетен.



**Открытость и доверие —
ключевые компоненты
здорового рабочего места.**