

# *"Конфликты и пути их разрешения"*



*Сапрыкина Е.В.*

*Любой конфликт — это отсутствие согласия между двумя и более сторонами (отдельными людьми или группами людей), в результате чего они не могут нормально удовлетворять свои потребности.*



*В основе конфликта лежит ситуация, включающая либо противоречивые позиции сторон по какому-либо поводу, противоположные цели или средства их достижения, либо несовпадение интересов, желаний.*



*Чтобы конфликт начал разрастаться, нужен инцидент (т.е. повод), когда одна сторона начинает действовать, ущемляя (пусть даже неумышленно) интересы другой стороны. Его может спровоцировать любое неосторожно сказанное слово или какое-либо действие.*



*Неразрешимых  
конфликтов, которые  
нельзя было бы уладить  
без применения силы, не  
существует. Поэтому  
любую попытку  
урегулирования  
конфликтной ситуации  
«мирным путем» нужно  
обязательно  
использовать.*



*Подходы здесь бывают разные. Такими подходами, определяющими стиль поведения в конфликтной ситуации, являются: 1) приспособление; 2) компромисс; 3) сотрудничество; 4) игнорирование; 5) соперничество.*

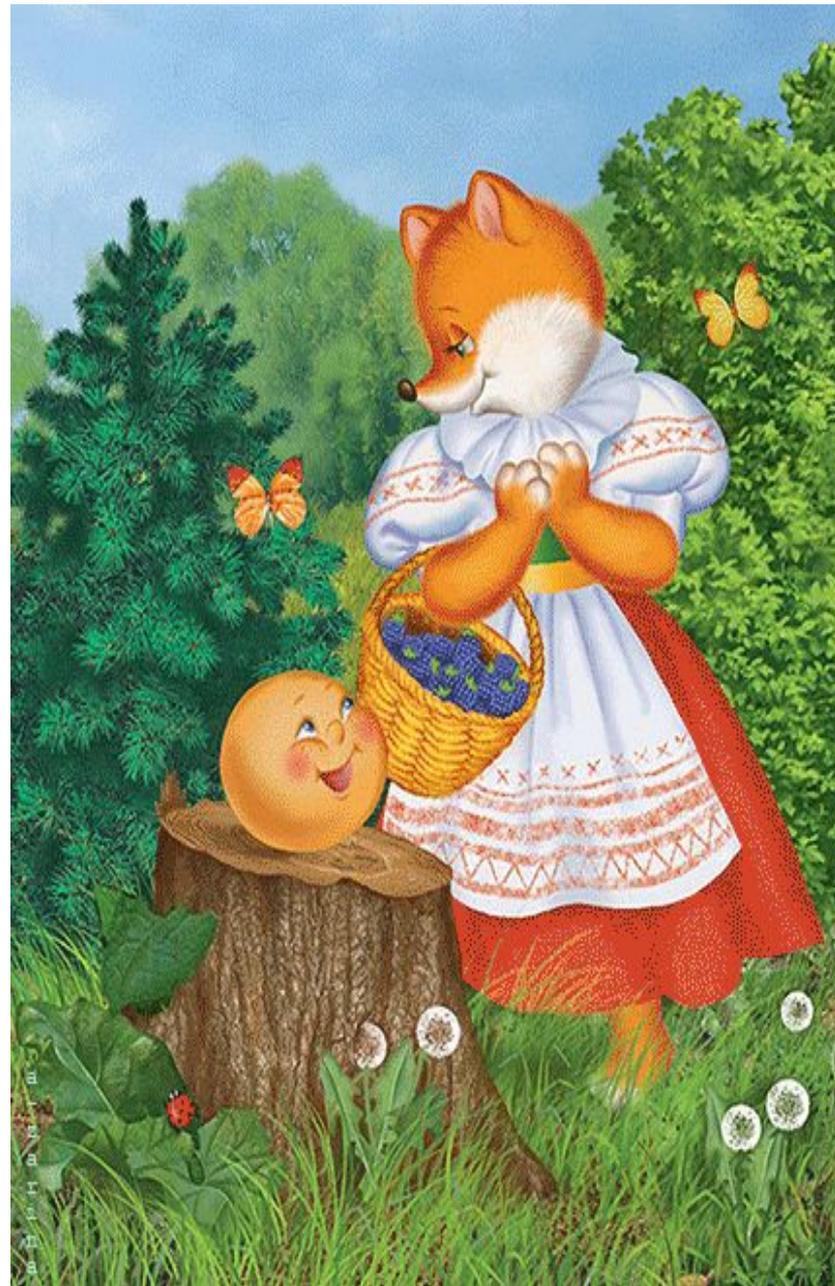


***КОМПРОМИСС — это урегулирование разногласий через взаимные уступки. Он означает принятие до некоторой степени позиции другой стороны. Соглашение достигается тогда, когда обе стороны считают выбранный вариант справедливым, хотя он не обязательно лучший.***



# ***СОТРУДНИЧЕСТВО***

*как подход к разрешению конфликта предполагает совместную выработку решения, удовлетворяющего интересы всех сторон.*



***ПРИСПОСОБЛЕНИЕ — это  
изменение своей позиции, сглаживание  
противоречий — иногда в ущерб своим  
интересам.***

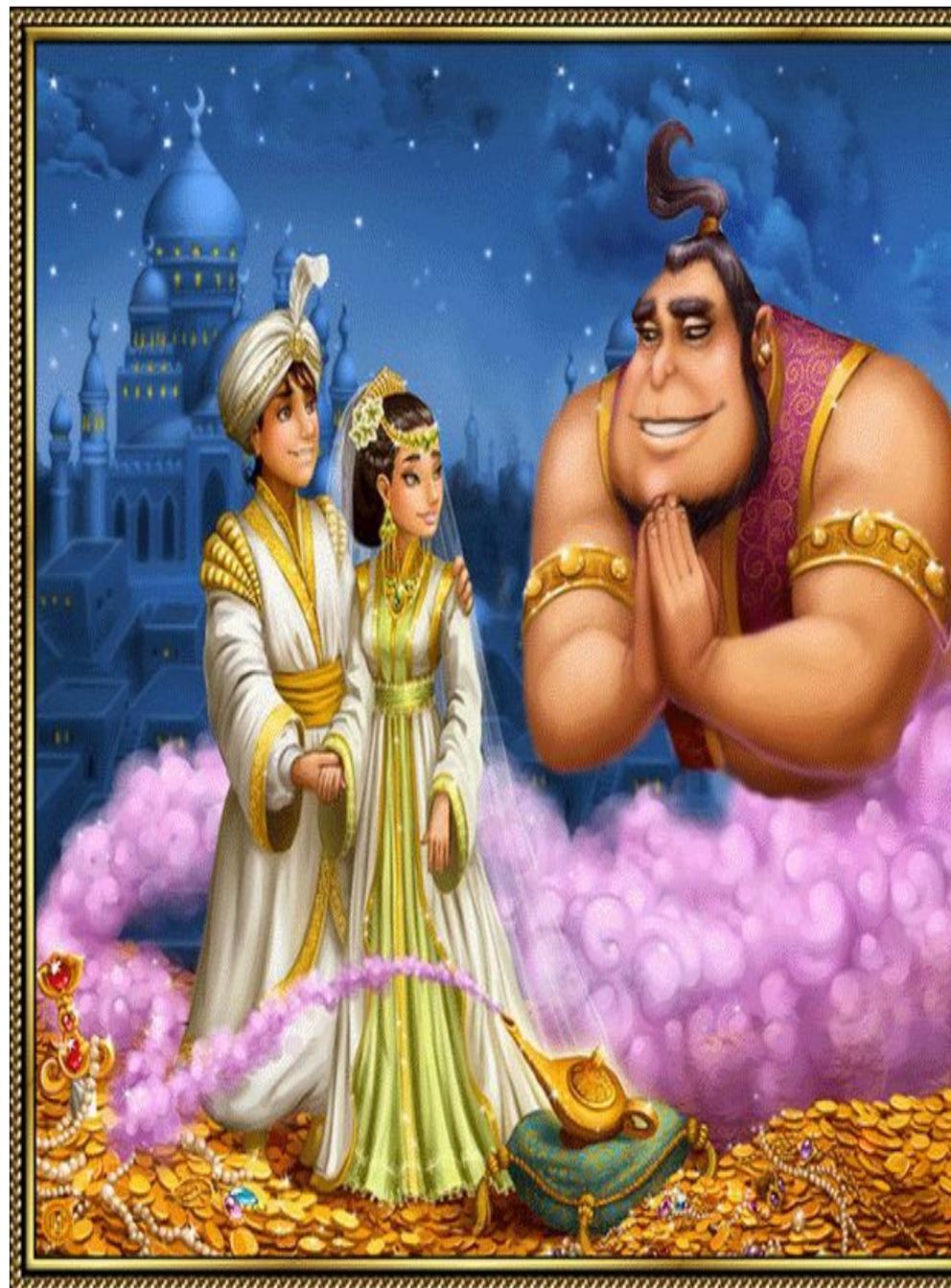




# *Как же вести себя в конфликтной ситуации?*

*Выделить суть проблемы.  
Увидеть ее со стороны.  
Поставить себя на место  
другого человека.  
Найти конструктивное  
решение проблемы.*

*Не бойтесь  
извиниться, если  
чувствуете свою  
вину. Во-первых,  
это обезоруживает  
вашего оппонента,  
во-вторых,  
вызывает у него  
уважение. Ведь на  
извинение способны  
только уверенные и  
зрелые личности.*



*Если вы потеряли контроль над собой и не заметили, как вас втянули в конфликт, попытайтесь сделать единственно правильное в этом случае — замолчите. Ваше молчание позволит выйти из ссоры и прекратить ее. Действительно, в любом конфликте участвуют обычно две стороны, а если одна из них исчезла, то ссориться просто будет не с кем.*

*Ссору можно прекратить, если спокойно и без всяких слов выйти из комнаты. Но если при этом хлопнуть дверью или перед уходом сказать что-нибудь обидное, можно вызвать эффект страшной разрушительной силы.*



*Не позволяйте себе отвечать агрессией на агрессию. Не задевайте достоинства своего оппонента. Не затрагивайте его личность. Давайте оценку только его действиям и поступкам.*



**Глупые ссорятся, а  
умные  
договариваются.**





СПАСИБО!

