

"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.***

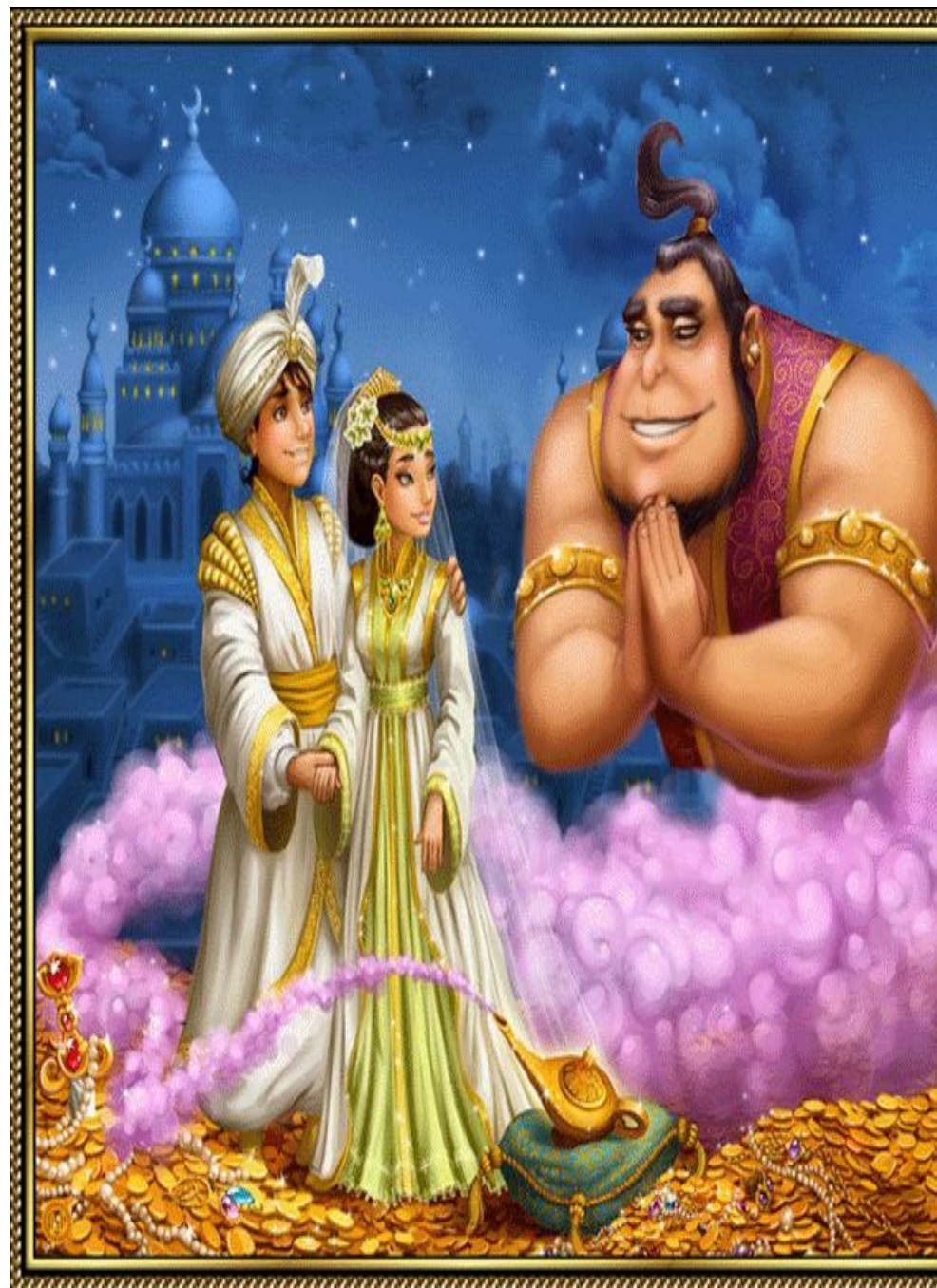




Как же вести себя в конфликтной ситуации?

*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!

