

СЕМИНАР-ПРАКТИКУМ



DEMOTIVATORS.TO

Конфликт

если есть желание - повод найдется

«Выиграть в конфликте. Как?»

Конфликт

(лат. Confliktus – столкновение)

- **столкновение противоположных интересов, взглядов, серьезное разногласие, острый спор;**
- **воспринимаемое расхождение интересов: убеждение сторон в том, что существующие у них в данный момент стремления не могут быть реализованы одновременно.**

**«Нежелание брать на себя
ответственность – важнейшая проблема в
человеческих отношениях»**

**«Конфликт дает нам возможность
высказать свои обиды и изменить
отношения в соответствии с нашими
потребностями»**

**«Странность любого спора в том и
состоит, что друзья выходят из него,
сдружившись еще сильнее, а влюбленные –
еще крепче любя друг друга»**

Шарль Ройзман

*Принять свою долю ответственности в конфликте –
еще не значит разрешить конфликт, а только
вступить в него.*



Педагогическое общение

- *Педагог – ребенок;*
- *Педагог – педагог;*
- *Педагог – администрация;*
- *Педагог – родители.*

Неконструктивный межличностный конфликт -
*использование оппонентами нравственно осуждаемых методов борьбы;
психологическое давление на партнера;
дискредитация и унижение его в глазах окружающих. Взаимные оскорбления,
решение проблемы невозможно,
межличностные отношения разрушаются.*

Конструктивный межличностный конфликт –
оппоненты не выходят за рамки деловых аргументов и отношений.

Стратегии поведения в конструктивном конфликте

Соперничество (противоборство);

Сотрудничество;

Компромисс ;

Избегание;

Приспособление к ситуации



- *У меня все хорошо, у тебя все хорошо;*
- *У меня все хорошо, у тебя все плохо;*
- *У меня все плохо, у тебя все хорошо;*
- *У меня все плохо, у тебя все плохо;*

Алгоритм решения конфликта в системе «взрослый-взрослый»

Определите, чья это проблема
(чей чайник кипит?)




Проблема ваша



Решайте проблему



Проблема партнера



Поддержите партнера,
чтобы сам решил проблему

Подавление	Поддержка
Не делай так	<i>Активное слушание</i>
Давай я за тебя	<i>Присоединение</i>
Думай сам	<i>Вербализация чувств</i>
Ты сам виноват	<i>Стимулирование</i> на поиск решения
Это он виноват	<i>Метод естественных последствий</i>
	<i>Предложение помощи</i>
	<i>Метафора.</i> Рассказ из своего опыта

**Я – плохой,
Ты – хороший**

**Уступки другому,
приспособление к ситуации** – тенденция сглаживать противоречия, поступаясь своими интересами.

**Я – хороший,
Ты – хороший**

– **Диалог, сотрудничество**, направленное на поиск решения, удовлетворяющее интересы всех сторон;
– **Компромисс** – регулирование разногласий через взаимные уступки;

**Я – плохой,
Ты – плохой**

**Уход, игнорирование,
избегание** - стремление выйти из конфликтной ситуации, не решая ее, не уступая своего, но и не настаивая на своем;
«Ни себе, ни людям»;

**Я – хороший.
Ты – плохой**

Конфронтация, соперничество (противоборство) - открытая борьба за свои интересы;
Перетягивание «одеяла» на себя;

Приемы эффективного управление эмоциями в конфликте

- Спокойная реакция на эмоциональные действия партнера. Не поддаваться действию психологического заражения и не входить в такое же состояние самим.
- Рационализация эмоций, обмен содержанием эмоциональных переживаний в спокойном тоне, вербализация чувств. «Я-сообщения» и метод «сэндвича».
- Поддержка высокой самооценки в ситуации конфликта и у себя, и у своего оппонента.

«Трудные» типы личности

Депрессивный тип.

Параноидальный тип.

Истероидный тип.

Нарциссический тип.



Я – хороший, ты – хороший. Наладить диалог, найти компромисс.

1. «Гигиена общения» –

- говорить то, что мы чувствуем (вербализация чувств);
- задавать честные вопросы;
- принимать чужие слова, не интерпретируя их;
- уметь сказать «нет» другому;
- учиться говорить «да», не чувствуя себя обязанными;
- использовать «Я-сообщения», т.е. говорить о себе, а не упрекать собеседника;

Я – хороший, ты – хороший. Наладить диалог, найти компромисс.

2. Общение без насилия:

четко формулировать свои потребности в конфликте. Метод ненасильственной коммуникации учит утверждать себя в уважении к другим и побуждать других к «симметричному ответу»:

- понаблюдать за ситуацией молча, прояснить для себя свои чувства;
- сформулировать собственные потребности в данной конкретной ситуации;
- высказать конкретную просьбу, обращенную к другим

Я – хороший, ты – хороший.
Наладить диалог, найти компромисс.

3. Транзактный анализ: три «состояния Я».
(вести себя по обстоятельствам).

«Ребенок»

«Родитель»

«Взрослый»



**«Искренность, уравновешенность,
понимание самого себя и других –
вот залог счастья и успеха в любой
области деятельности»**

Г.Селье



**Спасибо за активную работу!
Спокойствия, гармонии
и много роз!**

