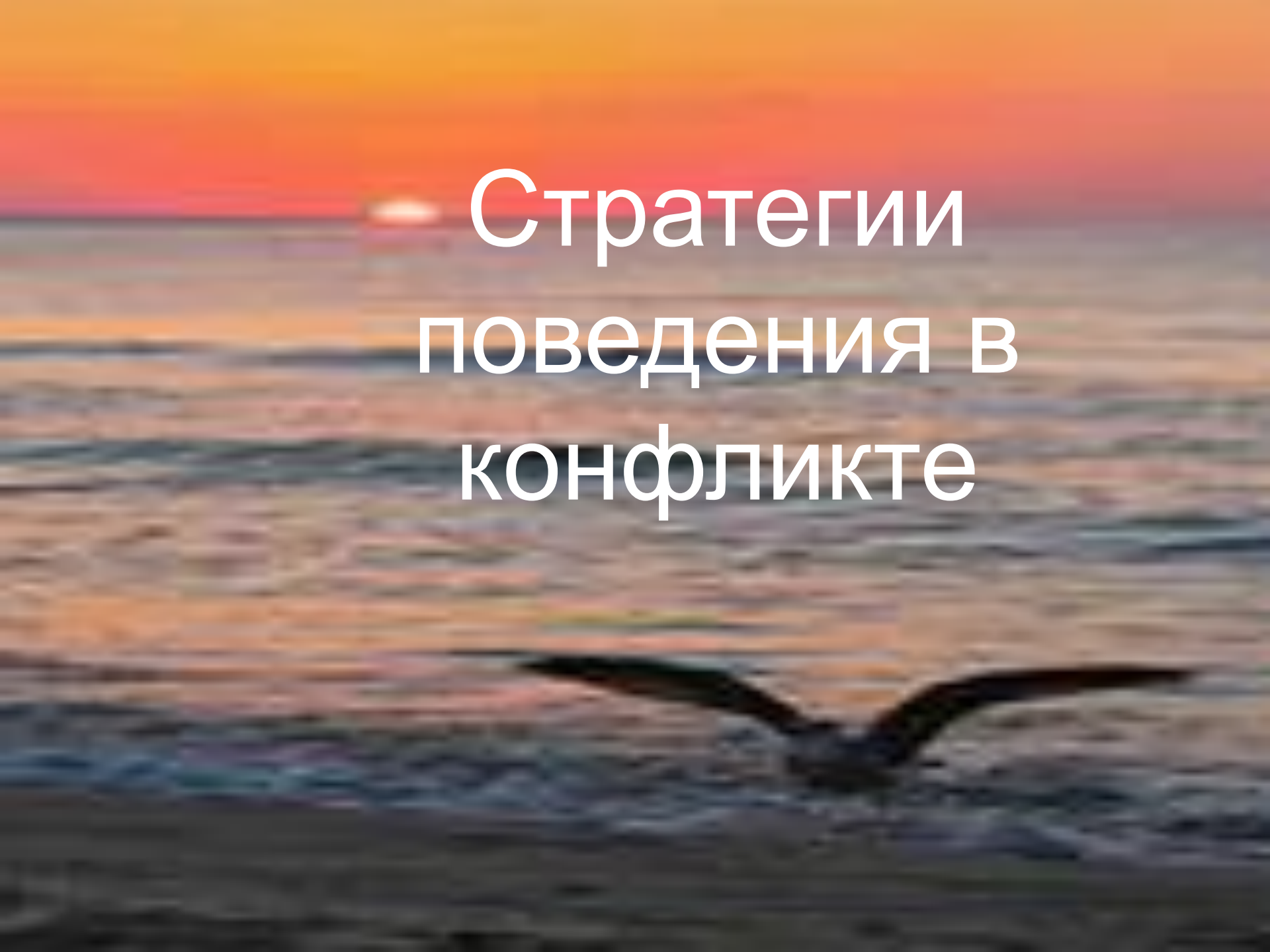


Прежде чем сказать-посчитай до
десяти,
Прежде чем обидеть-посчитай до ста,
Прежде чем ударить-
посчитай до тысячи.

(Старинная народная мудрость)

A sunset over the ocean with a seagull in flight. The sky is a gradient of orange, red, and yellow, with the sun low on the horizon. The water is dark blue with white-capped waves. A seagull is flying in the foreground, its wings spread wide.

Стратегии поведения в конфликте

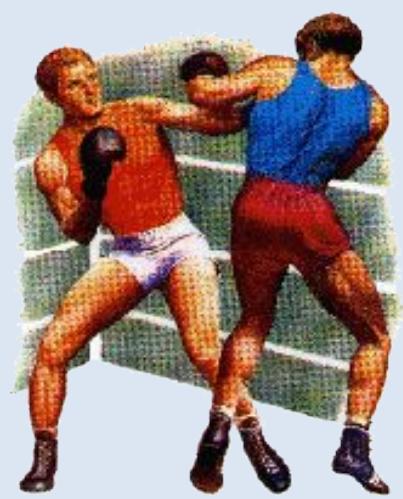
Сотрудничество

Приспособление

Компромисс

Конкуренция

Избегание



Конкуренция

• «Чтобы я победил, ты должен проиграть»

- **Может использовать человек, обладающий сильной волей, достаточным авторитетом, властью, не очень заинтересованный в сотрудничестве с другой стороны и стремящийся в первую очередь удовлетворить собственные интересы**



Избегание


- **«Что бы ни было, я уйду»**

Это стратегия рекомендуется в тех случаях, когда одна из сторон обладает большей властью или чувствует, что неправа, или считает, что нет серьезных оснований для продолжения **КОНТАКТОВ**



Приспособление

- «Чтобы ты выиграл, я должен проиграть»

Наиболее
эффективна, когда 
исход дела
чрезвычайно важен
для другой стороны
и не очень
существен для вас



Компромисс

- **Чтобы каждый из нас что-то выиграл, каждый из нас должен что-то проиграть»**
- **Соглашение представителей разных точек зрения и интересов на основе взаимных уступок**

Обе стороны хотят одного и того же, но знают, что одновременно это невыполнимо



Сотрудничество



- «Чтобы выиграл я, ты тоже должен выиграть»
- Цель её применения - разработка долгосрочного взаимовыгодного решения. Такая стратегия требует умения объяснять свои желания, выслушивать друг друга, сдерживать свои эмоции



Сотрудничество наиболее эффективный способ поведения в конфликте

нужно уметь:

- объяснять свои желания;**
- выслушивать друг- друга;**
- сдерживать свои эмоции.**

Правила предупреждения конфликтов:



- Не говорите сразу с взвинченным, возбуждённым человеком.
- Прежде чем сказать о неприятном человеку, постарайтесь создать доброжелательную атмосферу, отметьте его заслуги и его хорошие дела.
- Постарайтесь посмотреть на проблему глазами оппонента, постарайтесь «встать на его место».
- Не скрывайте доброго отношения к людям, чаще высказывайте одобрение своим товарищам, не скупитесь на похвалу.
- Умейте заставить себя молчать, когда вас задевают в мелкой ссоре, будьте выше мелочных разборок !



Язык-
лучший посредник
для установления
дружбы и согласия.

Эразм Роттердамский