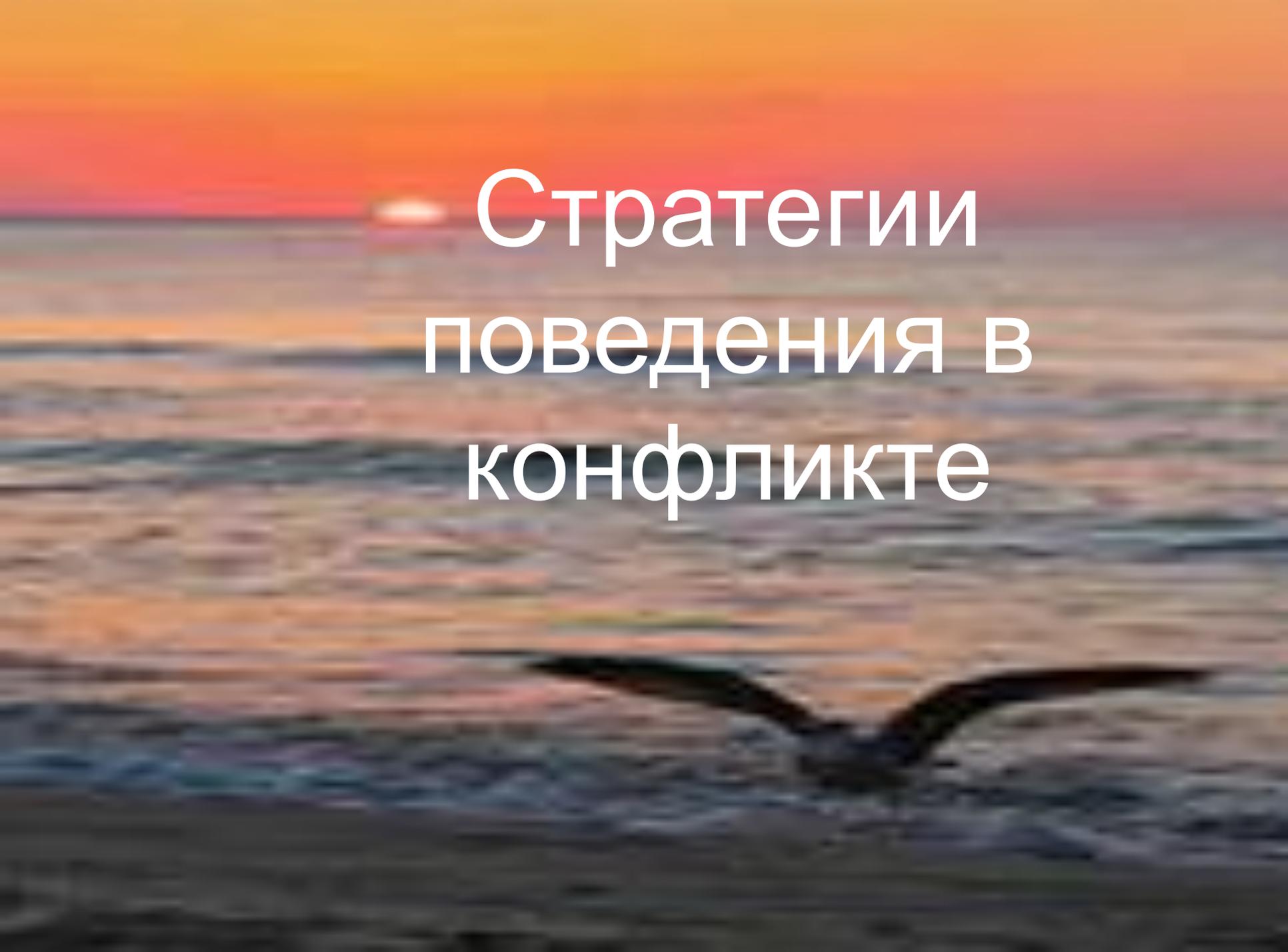


Прежде чем сказать-посчитай до  
десяти,  
Прежде чем обидеть-посчитай до ста,  
Прежде чем ударить-  
посчитай до тысячи.

*(Старинная народная мудрость)*

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

# Стратегии поведения в конфликте

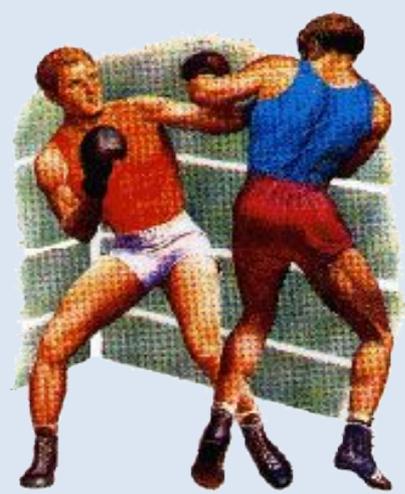
**Сотрудничество**

**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*