

Стили поведения в конфликте

Стиль соперничества – стиль поведения, направленный на достижение собственных интересов без учета интересов другого человека или в ущерб им.

Стиль приспособления – стиль, ориентированный на интересы соперника, выражающий стремление сгладить конфликт, поступаясь своими интересами ради примирения

Стиль сотрудничества – стиль поведения, ориентированный на совместный поиск участниками конфликта конструктивного взаимовыгодного решения


Стиль компромисса – стиль поведения, ориентированный на урегулирование конфликта путем взаимных уступок и частичного удовлетворения своих интересов

Стиль избегания – такое поведение в конфликте, когда участник стремится выйти из конфликта, не желая отстаивать чьи-либо интересы, в том числе и собственные

Какая стратегия
самая удачная?



Наиболее удачная стратегия
сотрудничества, где обе
стороны оказываются в
выигрыше.



Упражнение
«Встреча на мостике»



Стратегии

Варианты поведения	Стратегии
Предлагаете сначала посмотреть фильм до середины, а потом половину передачи, которая интересует маму	1 2 3 4 5
Поворачиваетесь и уходите в свою комнату	1 2 3 4 5
Говорите с угрозой, что разобьете телевизор и пойдете смотреть фильм к другу (подруге)	1 2 3 4 5
Соглашаетесь с мамой и смотрите ее передачу	1 2 3 4 5
Договариваетесь, что смотрите фильм сейчас, а мама интересующую ее передачу завтра «в повторе»	1 2 3 4 5

Для конструктивного разрешения конфликтов нужно придерживаться следующих рекомендаций

Правило №1. Помните в конфликте не бывает победителей, всегда проигрывают обе стороны. Отважиться на первый шаг к примирению и не занимать позу «оскорбленного самолюбия» - значит показать силу своего характера и самоуважения

Правило №2. Расскажите своему оппоненту, что вы чувствуете в данной ситуации. Необходимо это сделать в форме «Я - высказываний»