



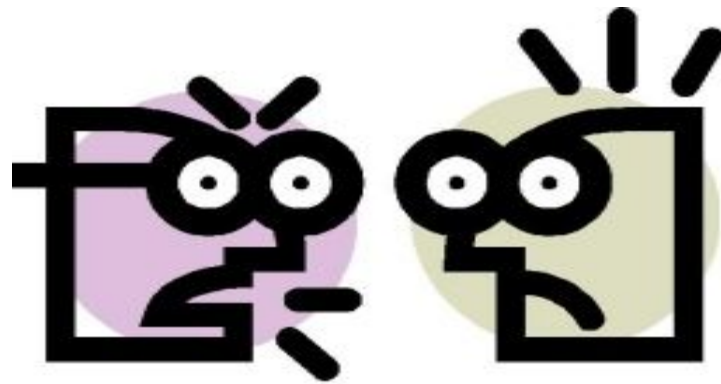
# «Конфликт»

«Конфликтные ситуации в нашей  
жизни»



# Что такое конфликт?

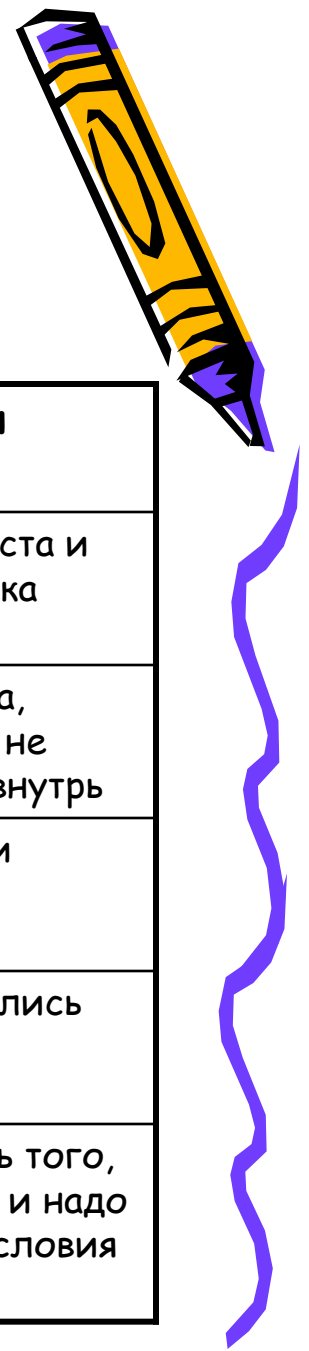
- Конфликт - это столкновение противоположных интересов, взглядов, серьезное разногласие, спор.



# Знакомство с характеристиками стратегий поведения в конфликтах



# Стратегии поведения в конфликтной ситуации



Название стратегии	Достоинства	Недостатки
<u>Конкуренция</u> - отстаивание своих интересов до конца, иногда в ущерб другому	Все твои интересы соблюдены	Репутация скандалиста и неприятного человека
<u>Избегание</u> - откладывание решения конфликта	Выигрываешь время	Проблема не решена, негативные эмоции не исчезли, а загнаны внутрь
<u>Сотрудничество</u> - взаимовыгодный вариант решения конфликта	Учтены интересы обеих сторон	Требует много сил и времени
<u>Приспособление</u> - игнорирование своих интересов в пользу другого	Не испорчены отношения с человеком, так как его интересы соблюдены	Твои интересы остались без внимания
<u>Компромисс</u> - взаимовыгодные уступки, но интересы учтены не все	Часть интересов обеих сторон соблюдена	Получил лишь часть того, на что рассчитывал, и надо строго соблюдать условия договора



# Упражнение-ситуация «Праздничный пирог»



- Представьте себе, что к вам на день рождения пришли друзья пить чай с праздничным тортом, украшенным шоколадными фигурками, дольками засахаренных фруктов. Торт небольшой, его надо разрезать. Как вы как именинник себя поведете?



# Варианты поведения (стратегии поведения).



- Избегание. Откажетесь разрезать, попросите кого-нибудь из гостей или родных об этом, дабы никого не обидеть.
- Конкуренция. Разрежете сами, на свое усмотрение, кому какой кусок - не важно, себе - лучший.
- Приспособление. Учтете пожелания гостей, себе возьмете кусок, какой достанется.
- Сотрудничество. Постараетесь поделить поровну между всеми гостями, включая себя.
- Компромисс. Скажете, что торта вам не очень хочется, пусть он весь достанется гостям, а вот шоколадные фигурки вы бы съели.



# Ситуация.

- Ты зовешь подругу на дискотеку, а она хочет в это время смотреть фильм по телевизору.



# Разрешение ситуации:



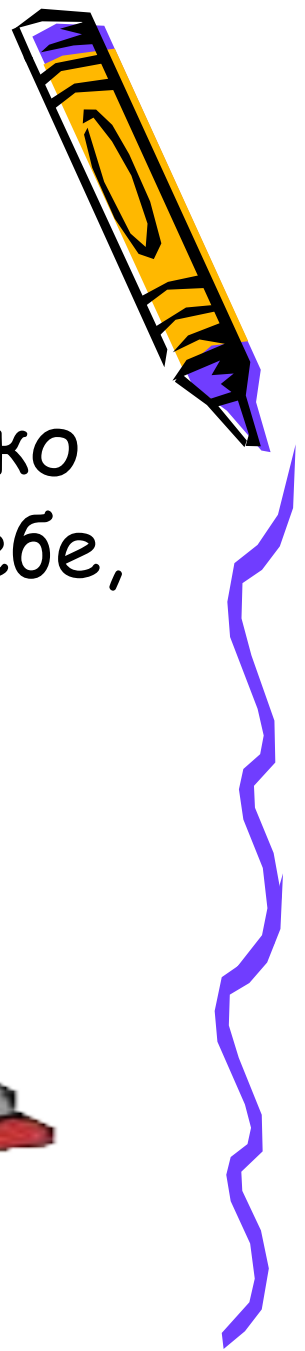
- Конкуренция. Устраиваешь подруге истерику, грозишь порвать дружбу, и она идет с тобой.
- Избегание. Недовольная, но не вступившая в данный момент в спор (отложу до следующего раза), идешь на дискотеку одна.
- Сотрудничество. Договариваешься с братом, что он запишет фильм на видео, и идешь вместе с подругой на дискотеку.
- Приспособление. Забываешь о своем желании идти на дискотеку и остаешься с подругой смотреть фильм.
- Компромисс. Смотришь начало фильма, затем идешь на дискотеку, а к развязке сюжета возвращаешься.





# Ситуация.

- Бабушка сердится, когда ты громко слушаешь музыку. Она сказала тебе, что ей нужна тишина. Но ты не можешь без музыки.



# Разрешение ситуации:



- Конкуренция. Закрываешь за бабушкой дверь своей комнаты на ключ, продолжаешь слушать, как прежде.
- Избегание. Выключаешь музыку, с бабушкой сегодня ссориться не с руки: она обещала дать денег на карманные расходы.
- Сотрудничество. Что ж, сегодня придется послушать музыку через наушники.
- Приспособление. Выключаешь тут же музыку, садишься делать уроки.
- Компромисс. Слушаешь музыку, включив громкость лишь наполовину.

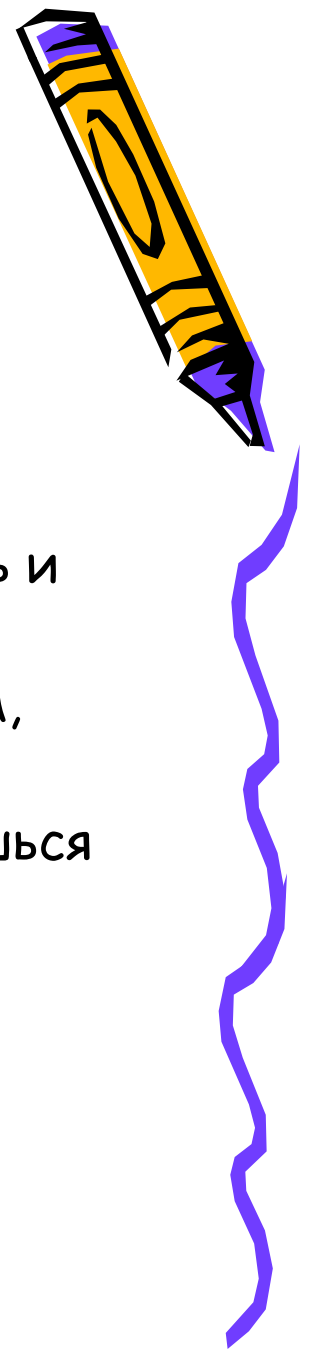


# Ситуация.

- Родители отправляют тебя в магазин за хлебом, а ты хочешь играть в компьютерные игры.



# Разрешение ситуации:



- Конкуренция. Остаешься за компьютером, за хлебом отправляется младший брат.
- Избегание. Чтобы родители отстали и дали поиграть и дальше, быстро бежишь в магазин.
- Сотрудничество. Сохраняешь игру и идешь за хлебом, затем снова садишься за компьютер.
- Приспособление. Без большого желания отправляешься сразу за хлебом.
- Компромисс. Еще не много играешь, выключаешь компьютер и идешь за хлебом.



# Ситуация.

На одной из перемен к тебе подошел старшеклассник, попросил посмотреть твой мобильный телефон и без разрешения начал с него звонить, из-за чего и возник конфликт.



# Ситуация.

Перед сном ты часто просматриваешь любимые журналы. Это занятие настолько захватывает тебя, что ты не можешь оторваться и лечь, наконец, спать. Из-за этого у тебя возникают конфликты с родителями.

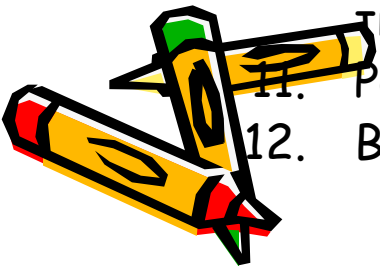




# Пожелания:



1. Чтобы контролировать ситуацию, надо оставаться спокойным.
2. Отстаивай свою точку зрения во время конфликта, но не дави на собеседника.
3. В споре умеи выслушивать собеседника до конца.
4. Уважай чувства других людей.
5. Любую проблему можно решить.
6. Будь внимательнее к людям, с которыми общаешься.
7. Не сердись, улыбнись.
8. Начни свой день с улыбки.
9. Посмотри на других: в тебе и окружающих так много общего.
10. Взгляни на своего обидчика - может, ему просто нужна твоя помощь.
11. Раскрой свое сердце, и мир раскроет свои объятия.
12. Всегда внимательно выслушивай собеседника.



Благодарю за  
сотрудничество!

