

Деструктивное общение



Деструктивное общение представляет собой тип эмоционального общения, направленного на сознательное и преднамеренное причинение собеседнику морального или физического вреда и характеризуемого чувством удовлетворения от страданий жертвы или сознанием собственной правоты.

Деструктивное общение предусматривает особенности и формы межличностных контактов, отрицательно влияющих на собеседника, а также осложняющих процесс взаимопонимания.

Специалисты выделяют несколько форм взаимодействия при таком общении:

- Нежелание общаться;
- Умалчивание информации;
- Молчание в ответ на вопросы.

Наибольший вред общению приносит проявление таких черт характера, как хитрость, злорадство, лицемерие, цинизм, ханжество, язвительность, мстительность, критика другого, соперничество, вплоть до криминального поведения.



К формам деструктивного поведения специалисты относят ложь и обман, а также неблагодарность человека, которому неоднократно помогают. Например, когда Суворову рассказали про неблагодарность известного человека, которому он во многом посодействовал, полководец засмеялся и ответил:

«Я замечал, что люди рано или поздно становятся неблагодарными врагами тому, на кого не могут равняться и уж тем более превзойти. Чем же одаривает земля небо за живительные капли дождя и благотворные лучи солнца? – Своей пылью!».

Конечно же, неблагодарное поведение обидно, а ложь и обман искажают истинные дела. Они способствуют развитию манипулирования, разрушая общение. Ложь и обман – сугубо корыстные формы общения.



Вранье же представляет собой особый коммуникативный феномен, который используется для установления доверительных отношений с партнером. Хотя в нем нет желания обманывать слушателя или получать выгоду. Неправда приносит удовольствие, а также наслаждение от самого процесса передачи небылиц. Как правило, это характерно заядлым рыболовам и охотникам. Помимо того, исследователи доказали, что основной функцией вранья является защита внутреннего мира от всех любопытных людей.

Но вот ложь – это уже умышленное введение человека в заблуждение, целенаправленное искажение истины. Обман предусматривает сознательное стремление создать ложное представление об обсуждаемом предмете. Но искажения основных истин при этом не происходит. Сообщаемая полуправда ведет к тому, что обманутый становится поневоле соучастником обмана. Поэтому обман всегда предполагает взаимодействие, основной которого является стремление корыстно утаить правду.

К числу корыстных устремлений относят эгоистическую направленность личности. Эгоизм порой выражается в стремлении достичь не столько материальных целей, сколько получить психологическую выгоду, унижая партнера, чтобы на его фоне выглядеть эффектно. Эгоизм агрессивен и наступателен, в мести – изобретателен.

Агрессивно-конфликтное взаимодействие

Агрессивное поведение тоже относят к деструктивным видам общения. Оно проявляется в самых различных действиях: от мстительности и враждебности до попреков и высказываний обид, от крика и публичных ссор до тихого ворчания и неотступной критики.

Формой агрессивно-конфликтного поведения является обида. Она соединяет подчеркнутую жалость к себе с не всегда осознаваемыми мстительными побуждениями. Агрессивность и преувеличение страдания сопровождаются сильными эмоциональными переживаниями в виде гнева, злорадства, досады, ярости или медленного кипения. Как правило, агрессивное поведение сопровождается такими отрицательными экспрессивными невербальными сигналами, как сверкание глазами, размахивание кулаком, стискивание зубов, топанье ногами, повышение голоса. Агрессивное поведение может быть и признаком комплекса неполноценности. Одни вследствие такого комплекса становятся зажатými и прячутся в своих раковинах, другие реагируют открыто и агрессивно. При деструктивном общении человек вынужден психологически защищаться.



Императивное общение

К деструктивным видам общения специалисты относят императивное общение. Либо подавление. С латыни *imperativus* значит повелительный, межличностный аспект, который не допускает выбора. По сути, это директивное, авторитарное взаимодействие. Цель общения – подчинение партнера, контроль его мыслей и поведения, принуждение к действию в направлении, которое выгодно исключительно принуждающему.



Особенностью такого взаимодействия, как гласит психология, является то, что индивидуальные качества, а также цели собеседника не рассматриваются. Причина тому – эгоизм. Для достижения целей используется механизм управления, принцип которого – приказы, шантаж, угрозы. Результат взаимодействия – стресс, сопротивление, негативные реакции, разрушение межличностных отношений.

Деструктивные стратегии поведения в конфликте

Что такое конфликт?

Определения этого понятия можно разделить на две группы. В общественном сознании конфликт чаще всего является синонимом враждебного, негативного противостояния людей из-за несовместимости интересов, норм поведения, целей.

Но существует и другое понимание конфликта как абсолютно естественного в жизни общества явления, совсем не обязательно приводящего к негативным последствиям. Напротив, при выборе правильного русла его течения, он является важным составляющим развития общества.



В зависимости от результатов решения конфликтных ситуаций, их можно обозначить как деструктивные или конструктивные. Итогом деструктивного столкновения является неудовлетворение одной или обеих сторон итогом столкновения, разрушение отношений, обиды, непонимание.

Типичными деструктивными приемами воздействия на партнера в конфликтной ситуации является использование угроз, «эмоциональных ударов» (унижения, оскорбления в адрес противника), ссылка на авторитет (или его отрицание), уклонение от обсуждения проблемы, лесть и т. д.

Рассмотрим несколько примеров деструктивных приемов.



**Деструктивное поведение -
это разрушительное
поведение подростка!!!**

Причины деструктивного поведения среди подростков:

1. Проблемы и конфликты в семье (развод, насилие в семье, нарушения общения с близкими, семьей).

Отношения детей с родителями - к сожалению, не всегда строятся на фундаменте открытых, полностью искренних отношений, которые являются надежной защитой от многих суровых испытаний, с которыми встречаются подростки в наше время.



2. Конфликты в общении с друзьями, проблемы в школе обычно связаны с неуспеваемостью или плохими отношениями с учителями или классом.

Эти проблемы обычно не являются непосредственно причиной, но они приводят к понижению общей самооценки учеников, появлению ощущения не значимости своей личности, к резкому снижению сопротивляемости стрессам и незащищенности от негативного влияния окружающей среды.

3. Несчастливая любовь.

Из-за постоянных конфликтов с родителями и отсутствия контактов с ними, в качестве компенсации плохих отношений в семье возникает зависимость от сверстников, особенно противоположного пола. В этом случае часто бывает, что отношения с другом или подругой становятся эмоционально необходимыми, что любое охлаждение в привязанности воспринимается как невосполнимая утрата, лишаящая смысла дальнейшую жизнь.

4. Страх перед будущим, одиночество.

5. Потеря смысла жизни.

6. Подражание кумирам.



Психологи, работающие с детьми, дают несколько советов, которые помогут вырастить полноценную личность, вписывающуюся в социальные рамки:

1. Поймите своего ребёнка.

Первое, что необходимо сделать родителю это понять, почему ребёнок действует именно так.

2. Создайте баланс на уровне надо – могу - хочу.

Чтобы привить ребёнку полезные привычки, необходимо соблюсти пропорцию между необходимостью, возможностью и желанием ребёнка это делать. Учитывая эти параметры, и объяснив ему, зачем нужно делать так, а не иначе, можно добиться того, что ребёнок выйдет из автоматического следования нормам и приобретёт мотивацию к их выполнению.



3. Активируйте личностные ресурсы подростка.

Помогите ребёнку реализовывать себя в разных направлениях деятельности. Экспериментируйте, добивайтесь того, чтобы он нашёл себе занятие по душе. Это благоприятно скажется на процессах его социальной адаптации.

4. Решайте задачу взросления.

Помогайте ребёнку постепенно становиться взрослым. Создайте ему условия для безболезненного перехода в мир ответственности и самостоятельного принятия решений.

5. Проявляйте меньше агрессии.

Старайтесь терпимее относиться к промахам своего ребёнка. Вместо того чтобы ругать его, объясните где он ошибся, и покажите на личном примере, как надо было сделать.

