

Конфликт - трудно разрешимое противоречие, связанное с острыми эмоциональным переживанием.

В структуре конфликта выделяют:

- объект (предмет спора);
- субъекты (отдельные индивиды, группы, организации);
- условия протекания конфликта;
- масштаб конфликта (межличностный, локальный, региональный, глобальный);
- стратегии и тактики поведения сторон;
- исходы конфликтной ситуации (последствия, результаты, их осознание).



Итак, чтобы **управлять конфликтом** нужно:

- определить его вид, его причины, его особенности;
- применить необходимый для данного типа конфликта способ разрешения.

Для разрешения и сохранения позитивных взаимоотношений лучше последовать таким советам:

- ✓ Остыньте.
- ✓ Проанализируйте ситуацию.
- ✓ Объясните другому человеку, в чем состоит проблема.
- ✓ Оставьте человеку «выход».

Стратегия поведения с конфликте – это программа и план действия, направленные на реализацию поставленной цели в конфликте, другими словами – это решение задачи удовлетворения своей конкретной потребности, своего конкретного интереса в данном конфликте.

Тактика поведения в конфликте – это средства, обеспечивающие данную стратегию, которые, в конечном счете, определяют стиль поведения человека в конфликте.

Современная теория конфликтов различает пять основных стратегий поведения:

- **конкуренция,**
- **уклонение,**
- **сотрудничество,**
- **улаживание и компромисс.**



Решение конфликта редко лежит на поверхности, чтобы его отыскать, необходимо ответить на три очень важных вопроса:

- 1) что происходит;
- 2) кто включен в происходящие события;
- 3) какие интересы заставляют людей в них участвовать?

Прежде всего задумайтесь о себе: какие ваши интересы затронул этот конфликт? Подумайте о другом человеке. Ведь он тоже, скорее всего, попал в конфликт не из вредности. Ситуация задела его за живое. Чем именно? Какие свои права он отстаивает?

Итак, **дайте своим чувствам остыть и поразмышляйте о причинах конфликта и его участниках.**



10
*практических
рекомендаций,
направленных на
предупреждение конфликтов за счет
компетентного общения:*

1. Стремитесь к общению с положительными и доброжелательными людьми;
2. Не тратьте слишком много сил на переубеждение скептиков или на общение с теми, кто не хочет вас слушать;
3. Не позволяйте другим людям возбуждать в Вас чувство вины;
4. Будьте готовы к общению с теми, у кого, по вашему мнению, после конфликта остался неприятный осадок.

**«Конфликты в
нашей жизни. Как
вести себя в
конflikте?»**



Подготовила:
педагог-психолог
Колесникова Анна Павловна