

Конфликты в нашей жизни

и как их предотвратить





Конфликт – это столкновение противоположных сторон, мнений, сил; серьезное разногласие, острый спор; осложнение в международных отношениях, приводящее иногда к вооруженному столкновению.

Для возникновения конфликта необходимо присутствие двух человек, двух точек зрения и предмет спора.

Межличностные конфликты

Материальные
(Например, конфликт из-за кабинета, в котором несколько педагогов хотели бы вести урок)

Статусно-ролевые
(например, конфликт м/у учителем и учеником, который ведет себя по мнению учителя вызывающе, не уважая его статус.)

Духовные
(Возникают, как следствие рассогласования жизненных ценностей и смыслов)

Направленность конфликтов

Горизонтальные
возникающие м/у лицами, равными по социальному статусу (Например, коллегами по работе)

Вертикальные
возникающие м/у лицами не равными по социальному статусу (Например, учитель-ученик)

Смешанные
(Например, учитель-родитель)

Типы конфликтов: родители - дети

Конфликт неустойчивого родительского восприятия

Причиной конфликтов между родителями и детьми является "неустойчивость родительского восприятия". Как это понимать? Естественно, что статус подростка в семье и обществе не устоялся. Он и не взрослый, но уже не ребенок. Недостатки в этом возрасте многочисленны: несобранность, неусидчивость, не целеустремленность, несдержанность.

Диктатура родителей

Диктатура в семье — это способ контроля, при котором одни члены семьи подавляются другими. При этом подавляется самостоятельность, чувство собственного достоинства (не входить друг к другу в комнату без стука или в отсутствие хозяина; не подслушивать телефонные разговоры).



Конфликты в подростковом возрасте

▣ **Межличностный конфликт** – когда подростки с различными взглядами, чертами характера совсем не могут ладить друг с другом, в корне различаются взгляды и цели;



Внутриличностный конфликт - такой конфликт может возникнуть при низкой удовлетворённости жизнью, друзьями, учебой, отношениями со сверстниками, малой уверенностью в себе и близких людях, а также со стрессом.

В чем же вред конфликтов?

- 1. От конфликтов страдает чувство собственного достоинства человека.
- 2. На каждую минуту конфликта приходится 20 минут последующих переживаний, когда и работа не ладиться и все валиться из рук.
- Страдает физическое здоровье – поражается нервы, сердце, сосуды. Поэтому нужно обязательно научиться предотвращать такие конфликты.

Как выйти из конфликта?



- ❖ Если возник спор, обсуждайте только его предмет, не переходя на личности.
- ❖ У каждого человека может быть свое личное мнение. Уважайте мнение партнера. Выслушайте до конца, не перебивая, быть может, оно в чем-то совпадает с вашим.
- ❖ Улыбка и доброжелательность- лучшие помощники в решении самых спорных вопросов.
- ❖ Сохраняйте свое лицо, гнев, злоба и крик явно его портят.
- ❖ Проявляйте чувство юмора- хорошая и уместная шутка может разрядить обстановку и помочь в решении даже самых напряженных вопросов.

Памятка

- **Выслушивать точку зрения другого человека до конца.**
- **Контролировать себя! Не позволять гневу победить вас.**
- **Говорить спокойно, не переходить на оскорбления.**
- **Чаще говорить вежливые слова.**
- **Говорить всегда правду. Ложь не красит человека**
- **Не бояться правды, высказанной в ваш адрес .**
- **Никогда не оправдывать себя. (Меня не понимают, не ценят)**



Тест «Конфликтная ли Вы личность?»

Инструкция: В каждом вопросе выберите по одному ответу, наиболее соответствующему Вашему поведению.

Вопросы:

- 1. В общественном транспорте начался спор на повышенных тонах. Ваша реакция?
 - а) не принимаю участия;
 - б) кратко высказываюсь в защиту стороны, которую считаю правой;
 - в) активно вмешиваюсь, чем «вызываю огонь на себя».
- 2. Выступаете ли на собраниях (классных часах) с критикой?
 - а) нет;
 - б) только если для этого имею веские обстоятельства;
 - в) критикую по любому поводу.
- 3. Часто ли спорите с друзьями?
 - а) только если это люди необидчивые;
 - б) лишь по принципиальным вопросам;
 - в) споры — моя стихия.

- 4. Дома на обед подали недосоленное блюдо. Ваша реакция?
 - а) не буду поднимать бучу из-за пустяков;
 - б) молча возьму солонку;
 - в) не удержусь от замечаний.
- 5. Если на улице, в транспорте Вам наступили на ногу:
 - а) с возмущением посмотрю на обидчика;
 - б) сухо сделаю замечание;
 - в) выскажусь, не стесняясь в выражениях.
- 6. Если кто-то из близких купил вещь, которая Вам не понравилась:
 - а) промолчу;
 - б) ограничусь коротким тактичным замечанием;
 - в) устрою скандал.
- 7. Не повезло в лотерее. Как к этому отнесетесь?
 - а) постараюсь казаться равнодушным, но дам себе слово никогда больше не участвовать в ней;
 - б) не скрою досаду, но отнесусь к происшедшему с юмором, пообещав взять реванш;
 - в) проигрыш надолго испортит настроение.

Оценка:

Оцените полученные результаты: каждый ответ «а» — 4 балла; «б» — 2 балла; «в» — 0.

Подсчитайте общую сумму набранных баллов.

- От 20—28 баллов. Вы тактичны и миролюбивы, уходите от конфликтов и споров, избегаете критических ситуаций на работе и дома. Может поэтому иногда называют Вас приспособленцем.
- От 10—18 баллов. Вы слывете человеком конфликтным. Но на самом деле конфликтуете лишь тогда, когда нет другого выхода и все средства исчерпаны. При этом не выходите за рамки корректности, твердо отстаиваете свое мнение. Все это вызывает к Вам уважение.
- До 8 баллов. Конфликты и споры — это Ваша стихия. Любите критиковать других, но не выносите критики в свой адрес. Ваша грубость и несдержанность отталкивает людей. С Вами трудно как на работе, так и дома. Постарайтесь перебороть свой характер.

Конфликты были, есть и будут в нашей жизни. Очень важно знать, что из любой конфликтной ситуации всегда есть конструктивный выход.

Мы желаем вам находить такие способы, которые позволят вам сохранять доброжелательные отношения и хорошее настроение!



Задание для участников

Написать в каких литературных произведениях, есть разрешения конфликтов.

или

Найти пословицы и поговорки о дружбе или ссоре, и написать.

Все записи можно делать в комментариях под презентацией.