

«Не порти жизнь себе и остальным»

«Будьте друг к другу терпимы»

«Спокойствие, только спокойствие»

Кураторский час: «Жизнь без конфликта»



**Конфликт (лат.) - столкновение
противоположно
(внутриличностных,
межличностных, межгрупповых)
интересов.**



**Задание №
1**

**Записать +
и -
конфликта**



Положительные стороны конфликта




- В конфликте выясняется истина;
- Открываются вещи, которые мы раньше не замечали;
- Конфликт - признак деятельности коллектива;
- Выявляется позиция (мнение) каждого человека;
- В ситуации конфликта человек раскрывается;
- Происходит утверждение личности;
- Может быть достигнут положительный результат;
- Выявляется направление перспективы развития;
- Человек в конфликте может

Отрицательные стороны конфликта

■

- Падает настроение, отчего падает и трудоспособность; - Конфликт может отрицательно сказаться на здоровье; - Возникает желание не работать (учиться) в данном коллективе, что приводит и к внутреннему разладу;
- Мысли направлены не на дело, а на конфликт;
- Появляется раздражительность, отчего возникают проблемы в общении с другими людьми;
- Плохое настроение может передаваться на

The image features three black silhouettes of people against a white background. On the left, a person stands in profile, gesturing with their right hand towards the center. In the middle, another person stands facing the first, with their right hand also gesturing towards the center. On the right, a third person is shown in profile, facing left, with both hands held out in a gesturing motion. A large, white, diamond-shaped graphic element is superimposed over the center of the image, containing the text.

**Назовите одним
словом, чувство,
которое Вы
испытываете при
слове «конфликт»**

Эмоции - это ощущения, которые испытывает человек, сталкиваясь с той или иной ситуацией.

Каждый человек когда-нибудь испытал гнев - это нормально, но умению контролировать его и управлять им - надо учиться.

Если это удастся, то вы сможете избегать конфликтов. Конфликт имеет свои стадии.

Стадии конфликта

- ❑ предконфликтная ситуация;
- ❑ инцидент;
- ❑ кризис;
- ❑ завершение;
- ❑ постконфликтная ситуация.

Предконфликтная ситуация

• характеризуется наличием так называемого латентного конфликта, который заключается в том, что у одного или нескольких субъектов – потенциальных оппонентов – накапливается некая неудовлетворенность, которая приводит к росту соответствующей напряженности. Внешнее проявление латентного конфликта незначительно, и касается, как правило, недопонимания, а также желания прекратить взаимодействие всех конфликтующих сторон.



Инцидент

- Инцидент - принцип последней капли. Какое-то сказанное слово, какойто, может быть, мелкий неверный шаг - и все... за ним уже конфликт



Часто инцидент выступает как тон. Тон бывает различным, нужно уметь контролировать и его.

К примеру:

- безразличный;
- неуважительный;
- приказной;
- назидательный;
- ехидный;
- хамский.

Ставим себе установку, зная, что назревает конфликт: следить за своим тоном.

Пусть он всегда будет размеренным и уважительным. Еще одна стадия, которую нужно знать, это - кризис.

Помните главное, кризис должен выйти на позитив

Некоторые советы:

- Не знаешь, что делать, - не делай.
- Не ошибается тот, кто ничего не делает.
- Умей признать ошибку.
- Любая ситуация нас чему-то учит.
- Бери лучшее из любого случая.
- Если чувствуешь, что заходишь в тупик, создай искусственную изоляцию. И воспринимай ее - как удовольствие.
- Искусственная изоляция помогает нам свою позицию пересмотреть или остаться при своем мнении.



**Главное в
конфликте**

–

**сохранять
спокойств
ие**

сохранять спокойстви е

- Относиться к другим с уважением.
- Выслушать точку зрения другого человека до конца.
- Контролировать себя!
- Не позволяйте гневу или страху насилия победить вас
 - Говорить тихо, не переходить на личность и оскорбления.
 - Дать другому человеку шанс отступить.
 - Сдерживать импульсивное действие, например, лучше уйти.
 - Идти на компромисс.
 - По возможности использовать юмор.



Задание №2

придумать
конфликтную
ситуацию, которая
часто встречается
в жизни





Конфликт с собой. Причины возникновения:

- Противоречия между привычными приемами работы и новой ситуацией;
- Трудности принятия решения;
- Неудовлетворенность статусом;
- Неумение общаться;
- Протест на принудительную ситуацию и т. д.



Конфликт с собой. Способы разрешения конфликта с собой:

- Своевременность смены стратегии деятельности;
- Способы переработки напряженности;
- Способность уловить подходящий момент для реализации планов;
- Умение дожидаться результатов принятого решения;
- Привычка в трудные минуты поощрять себя;
- Умение продуктивно переживать чувство изолированности

Конфликт с другими. Причины возникновения:

- Давление;
- Различие целей;
- Противоречие в интересах;
- Психологическая несовместимость;
- Непродуктивные стили;
- Поверхностность в оценке.



Конфликт с другими. Способы разрешения:

- Выяснить, уточнить, дать возможность выговориться;
- Оценивать позицию, а не партнера;
- Присоединиться;
- Удачный момент для оглашения своего решения.



Конфликт с личности и группы. Причины возникновения:

- Поведение, отличное от групповых норм;
- «Выдавливание» из группы;
- Конфликтная личность;
- Высокий интеллект как помеха комфортности;
- Неудачный стиль руководства;
- Неоцененный или недостаточный вклад отдельного человека в работу группы;
- Несправедливое наказание;
- Внешняя идентификация;
- Борьба за власть и неумение делегировать полномочия.



Конфликт с личности и группы. Способы разрешения:

- Сплочение группы;
- Успешно преодоленный кризис;
- Усиление совместимости в группе;
- Уточнение общих целей;
- Внешняя мишень;
- Воздействие личным примером;
- Юмор;
- Предоставление новой информации;
- Снижение авторитета конфликтной личности

