

«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 a second person in the center. The second person is also in profile, facing the first. On the right, a third person is shown in profile, facing the other two, with their hands held out in a listening or explanatory gesture. A large white diamond shape 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

