

## Что нужно знать о разрешении конфликта

- Неполное решение межличностных конфликтов ведет к их возобновлению. Однако не стоит воспринимать его как ошибку, поскольку далеко не каждый конфликт можно разрешить с первого раза.
- Каждый конфликт носит неповторимый характер, и нельзя предусмотреть оптимальный путь выхода из него. Но все-таки знание рекомендаций психологов значительно упростит эту задачу.
- Каким бы сложным не казался конфликт, всегда есть способ решить его конструктивно и найти выход из сложившейся ситуации.



Тот, кто хочет уладить конфликт, борется за будущее!

*"Жизнь - процесс решения бесконечного количества конфликтов. Человек не может избежать их. Он может только решить, участвовать в выработке решений или оставить это другим"*

Б. Вул



Адрес:

152300 Ярославская область,

город Тутаев,

ул. Дементьева, дом 24

телефон (факс) 2-00-37, 2-00-35

e-mail: [mdou3lukoshko@mail.ru](mailto:mdou3lukoshko@mail.ru)

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 3 «Лукошко»  
Тутаевского муниципального района

Что? Где? Когда?

## КОНФЛИКТ



# Мудрый человек всегда найдет способ, чтобы не начать войну.

**Конфликт** - столкновение противоположно направленных целей, интересов, позиций, мнений, взглядов оппонентов или субъектов взаимодействия.

## Причины конфликтов:

1. Противоречия между интересами и взглядами.
2. Противоборство между лидерами и отдельными группами в коллективе.
3. Особенности темперамента, восприятия событий, убеждений.
4. Неумение правильно слушать, задавать вопросы, проявлять эмпатию, реагировать на критику.

## Формула конфликта

Конфликтная ситуация + Инцидент = Конфликт

Рассмотрим суть входящих в формулу составляющих.

**Конфликтная ситуация** - это накопившиеся противоречия, содержащие истинную причину конфликта.

**Инцидент** - это формальный повод, случай для начала столкновения сторон.

**Конфликт** - это открытое противостояние как следствие взаимоисключающих интересов и позиций.

Из формулы видно, что конфликтная ситуация и инцидент независимы друг от друга, то есть ни одно из них не является следствием или проявлением другого.



## Аргументы (плюсы и минусы) в пользу выбора разных стратегий поведения в конфликтах

Стратегия	Плюсы	Минусы
<b>Избегание</b>	Когда хочешь выиграть время, конфликт может разрешиться сам собой	Проблема остается неразрешенной
<b>Компромисс</b>	Когда другие стратегии неэффективны	Ты получаешь только часть того, на что рассчитывал
<b>Сотрудничество</b>	Когда есть время и желание разрешить конфликт удобным для всех способом	Требует много времени и сил, успех не гарантирован
<b>Приспособление</b>	Когда хорошие отношения для тебя важнее, чем твои интересы; когда правда на стороне другого	Твои интересы остались без внимания, ты уступил

## Как нельзя вести себя в конфликте:

- Задевать «болевыe точки» и уязвимые места партнера.
- Приписывать ему низменные или заведомо негативные намерения.
- Демонстрировать собственное превосходство.
- Критически оценивать оппонента.
- Обвинять и приписывать ответственность только оппоненту. Игнорировать его интересы.
- Видеть все только со своей позиции.
- Раздражаться, кричать, нападать на оппонента.
- Преувеличивать свои заслуги и преуменьшать заслуги партнера в разрешении конфликтной ситуации.

## Когда ты раздражен, разгневан...

- дай себе минуту на размышление и чтобы не произошло, не бросайся сразу в бой;
- сосчитай до 10 и сконцентрируй внимание на своем дыхании;
- попробуй улыбнуться и удержи улыбку несколько минут;
- если не удастся справиться с раздражением, уйди и побудь наедине с собой.