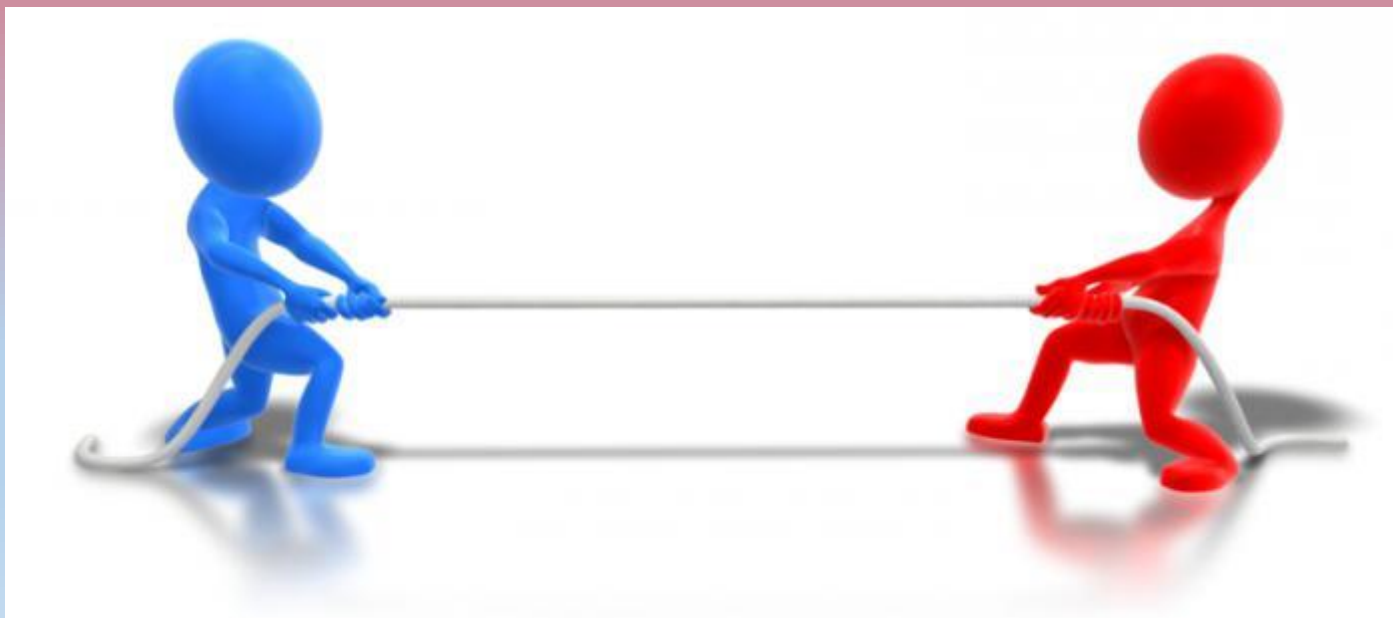


КОНФЛИКТИ. УМЕНИЯ ЗА РАЗРЕШАВАНЕ НА КОНФЛИКТИ



Що е конфликт?

- Думата „конфликт“ има латински произход и означава съперничество, сблъсък на идеи, мнения, интереси.
- Конфликтът е неотменна част от живота на хората.
- Преобладава мнението, че конфликтите разрушават отношенията между хората и трябва да се избягват.
- Факт е, че конфликтите съществуват и те могат да се доизграждат взаимно, да се изясняват.
- Чрез конфликтите опознаваме себе си и другите!

Конфликтът:

- помага за вземането на добро решение (кой път да избира , но без физическа разправа и обиди).
- е възможност да опознаем себе си и другите;
- е възможност да кажем истината и да направим избор;
- е възможност да кажем „НЕ“;
- е възможност да се изслушваме и да задаваме въпроси;

Конфликтът:

- е възможност да приемем различието;
- е възможност да контролираме своя гняв и своите емоции;
- е възможност да се научим на самоконтрол и да не бъдем агресивни;
- е възможност да се утвърдим и да се научим да управляваме!

Важно е да се намери разумно решение на конфликта по разумен начин, а не чрез агресия и насилие!



Причини за възникване на конфликта

- Неспазване на правилата;
- Недостатъчна информация, с която разполагат страните;
- Неправилна комуникация (начин на общуване);
- Пренебрежение, обиди, негативни чувства;
- Различието на мнения и ценности.



Видове конфликти:

Външни – тези конфликти предимно се проявяват между момичета-момчета; учител-ученик; родител-дете; брат-сестра; с приятел и т.н.



Видове конфликти:

Вътрешни – проявяват се, когато в мен се борят различни възможности за решение на даден проблем, напр. да излъжа, да спортувам ли системно или да играя на компютри и др.



Упражнение:

**Разкажете по една
конфликтна ситуация: с
приятел; с родител; с
учител; с непознат.**



Слушайте и разберете:

- Причините за конфликта;
- Кой участва;
- Как се чувства;
- Какво си мисли;
- Какво беше взетото решение;
- Има ли друго възможно решение?





Техника - цветове



Стилове при решаване на конфликти

- Всеки човек има свой стил за решаване на спорове и конфликти, но той никога не се повтаря изцяло в различните ситуации, а се допълва от други стилове. Понякога се налага да реагираме според ситуацията по различен начин.
- Важно е кой стил ще изберем за най-доброто решаване на конфликта!

Благодаря!