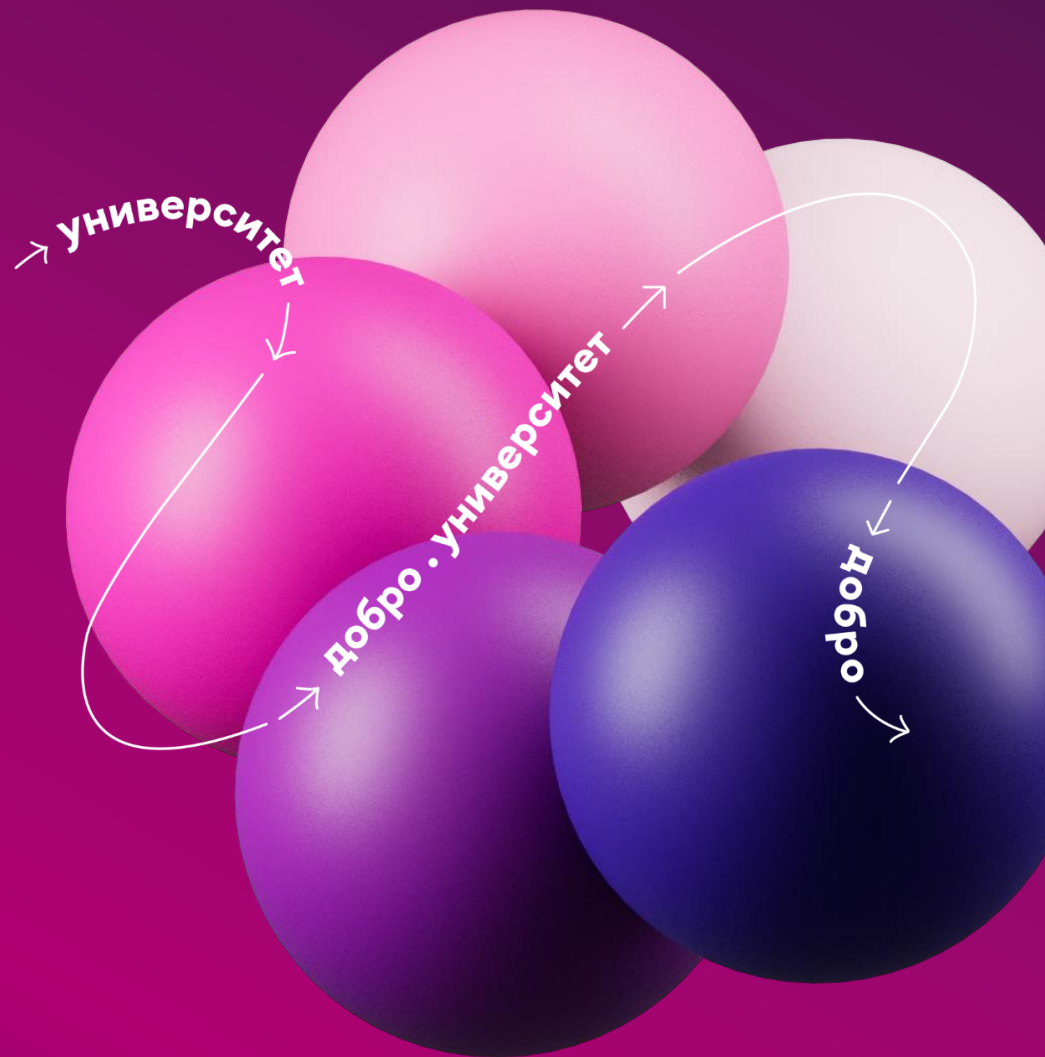


## УРОК 6

# ПЛЮСЫ И МИНУСЫ КОНФЛИКТА. МЕТОДЫ УПРАВЛЕНИЯ КОНФЛИКТАМИ



## ФУНКЦИИ КОНФЛИКТА:

- диалектическая, которая служит для выявления причин конфликта;
- конструктивная, которая направляет вызываемое конфликтом напряжение на достижение цели;
- деструктивная – появляется личностная, эмоциональная окраска взаимоотношений, которая мешает решению проблем.

## КАК ЖЕ ВЕСТИ СЕБЯ В КОНФЛИКТНОЙ СИТУАЦИИ, ЕСЛИ ВЫ ТУДА ПОПАЛИ?

- Умейте отличить главное от второстепенного. Важно регулярно анализировать мотивы своего поведения, пытаться понять, что является действительно важным вопросом, а что просто – амбициями, и научиться отбрасывать несущественное.
- Будьте внутренне спокойны. Спокойствие – принцип отношения к жизни, который в то же время не исключает энергичности и активности человека.
- Вместе со спокойствием будьте готовы к правильным действиям – это и есть эмоциональная зрелость и устойчивость.
- Умейте подходить к проблеме с различных точек зрения, потому что одно и то же событие можно оценить по-разному в зависимости от вашей позиции.

## КАК ЖЕ ВЕСТИ СЕБЯ В КОНФЛИКТНОЙ СИТУАЦИИ, ЕСЛИ ВЫ ТУДА ПОПАЛИ?

- Будьте готовы к любым неожиданностям, это позволит вам быстрее перестроиться и своевременно отреагировать на изменение ситуации.
- Постарайтесь воспринимать действительность такой, какая она есть, а не такой, какой вам бы хотелось ее видеть.
- Будьте наблюдательны – это важное качество для волонтера, необходимое не только для оценки окружающих и их поступков.
- Будьте дальновидны – это способность не только понимать внутреннюю логику событий, но и видеть перспективу их развития.
- Стремитесь понять других, их поступки.
- Умейте извлекать опыт из происходящего, то есть «учитесь на ошибках», причем не только на своих, но и на ошибках других людей.