

# День 4

## День школярів

### Вчимося жити без конфліктів!

Конфлікти існували завжди, а перші спроби їх осмислення відносяться до глибокої давнини. Древні філософи вважали, що сам по собі конфлікт не поганий і не хороший, він існує всюди незалежно від думок людей про нього. Весь світ повний суперечностей, з ними неминуче пов'язане наше життя. Недарма говорять: «Якщо у вашому житті немає конфліктів, перевірте, чи є у вас пульс».

**Позитивні сторони конфлікту (у випадку позитивного вирішення конфлікту):**

- розв'язання тієї проблеми, що породила суперечності й викликала зіткнення;
- досягнення розуміння й довіри;
- зміцнення партнерських стосунків і співробітництва;
- сприяння зниженню соціальної напруженості та ліквідації стресової ситуації, допомагає «випустити пар», розрядити обстановку;
- позбуття небажаних рис характеру (почуття неповноцінності, покірності, догідливості...);
- підвищення рівня соціалізації людини, розвитку її як особистості;
- сприяння адаптації людини в колективі, оскільки саме під час конфлікту люди більшою мірою розкриваються.

**Негативні сторони конфлікту:**

- невдоволеність людей спільною справою;
- відхід від вирішення назрілих проблем;
- наростання ворожості в міжособистісних і міжгрупових відносинах;
- послаблення згуртованості колективу;
- використання насильницьких методів;
- з'являються ознаки негативного психічного стану (почуття пригніченості, песимізму й тривоги), що призводять людину до стану стресу;
- розчарування у своїх можливостях і здібностях;
- виникнення почуття невпевненості в собі, втрата колишньої мотивації, руйнування наявних ціннісних орієнтацій та образів поведінки.
- у гіршому випадку наслідком конфлікту може стати й розчарування, втрата віри в колишні ідеали, що породжує девіантну поведінку і, як крайній випадок, — думки або, навіть, спроби піти із життя.

# Мистецтво вирішення конфлікту

## Суперництво.



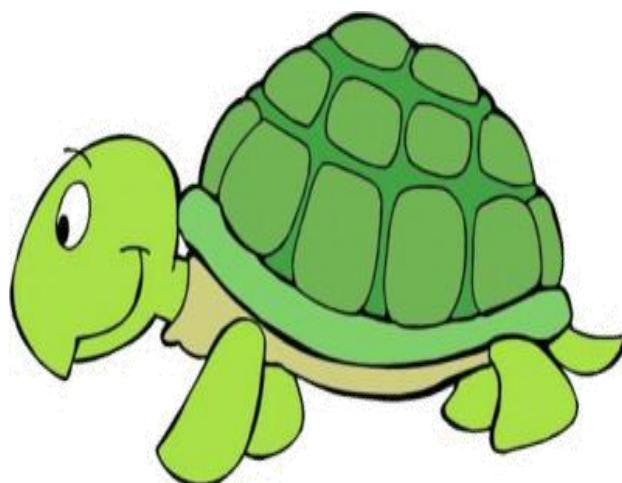
Суперництво полягає в нав'язуванні іншій стороні вигіднішого для себе рішення. Суперництво виправдане у випадках: явної конструктивності пропонуваного рішення; вигідності результату для всієї групи, організації, а не для окремої особи чи мікрогрупи; важливості результату боротьби для того, хто підтримує дану стратегію; відсутності часу на домовлення з опонентом. Суперництво доцільне в екстремальних і принципових ситуаціях, у разі дефіциту часу та високої імовірності небезпечних наслідків.

## Пристосування.



Пристосування чи поступка, розглядається як вимушена чи добровільна відмова від боротьби та здавання своїх позицій. Прийняти таку стратегію опонента змушують різні мотиви: усвідомлення своєї неправоти, необхідність збереження гарних стосунків з опонентом, сильна залежність від нього; несерйозність проблеми. Крім того, до такого виходу з конфлікту приводить значний збиток, якого завдано у процесі боротьби, загроза ще більш серйозних негативних наслідків, відсутність шансів на інший результат, тиск третьої сторони.

## Уникання.



Відхід від рішення проблеми чи уникання є спробою вийти з конфлікту з мінімальними втратами. Оponent переходить до цього способу після невдалих спроб реалізувати свої інтереси за допомогою активних стратегій. Власне, мова йде не про розв'язання, а про згасання конфлікту. Відхід може бути цілком конструктивною реакцією на тривалий конфлікт. Уникання застосовується у випадку відсутності сил і часу для усунення суперечностей, прагнення виграти час, наявності труднощів у визначенні лінії своєї поведінки, небажанні вирішувати проблему взагалі.

## Компроміс.



Компроміс полягає в бажанні опонентів завершити конфлікт частковими поступками. Він характеризується відмовою від частини вимог, які раніше висувалися, готовністю визнати претензії іншої сторони частково обґрунтованими, готовністю пробачити. Компроміс ефективний у випадках: розуміння опонентом, що він і суперник мають рівні можливості; наявності взаємовиключних інтересів; задоволення тимчасовим рішенням; загрози втратити все.

## Співпраця.



**Співробітництво** вважається **найбільш ефективною стратегією поведінки** в конфлікті. Воно припускає прагнення опонентів до конструктивного обговорення проблеми, розгляд іншої сторони не як супротивника, а як союзника в пошуку рішення. Найефективнішим є в ситуаціях: сильної взаємозалежності опонентів; схильності обох ігнорувати розходження у владі; важливості рішення для обох сторін; неупередженості учасників.

Дай відповідь собі і зроби висновки!

1. Про які способи вирішення конфліктів ти дізнався?
2. Який із цих способів вирішення конфліктів притаманний для тебе особисто?
3. Який спосіб є найефективнішим для вирішення конфліктної ситуації?

Отже, як ми з вами бачимо, для того щоб не зіткнутися у реальному житті та не спричинити конфліктну ситуацію, необхідно прислухатися до інших людей, співпрацювати з ними.