



8-9 классы

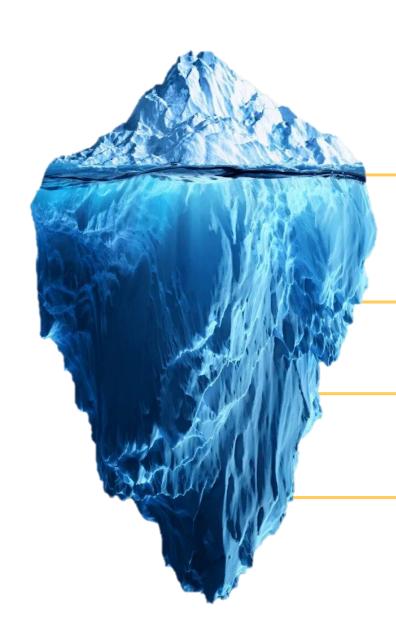




КАК РЕШАТЬ КОНФЛИКТЫ И СПРАВЛЯТЬСЯ С ТРУДНОСТЯМИ?

КО ДНЮ ПСИХОЛОГА





КОНФЛИКТ

Причины: различия в целях, несовпадение интересов, различия в ценностях

Желания

Страхи и чувства сторон

ПРИЧИНЫ КОНФЛИКТОВ



Недопонимание

«Мне показалось, что он задел меня специально».

Несправедливое отношение или «борьба» за ресурсы

«Я ответил не хуже одноклассника, но мне поставили оценку ниже!»

Разные цели и интересы

«Я хочу идти гулять, а родители запрещают, потому что я должен готовиться к экзаменам».

Различия в ценностях

«Я считаю, что нужно вступаться за тех, кого обижают, а мой одноклассник — что они должны решать проблемы сами».

СЕМЬ ШАГОВ СОТРУДНИЧЕСТВА

- Успокойтесь и обдумайте ситуацию.
- (2) Посмотрите на ситуацию глазами постороннего наблюдателя.
- Поставьте себя на место оппонента, постарайтесь понять его точку зрения.
- 4 Начните переговоры, предложите обсудить проблему, дайте возможность собеседнику высказаться.
- Найдите точки соприкосновения, установите, в чем вы оба согласны.
- Признайте свою долю ответственности за конфликт.
- 7 Совместно обсудите и примите решение, устраивающее обе стороны.

ПОЗАБОТЬСЯ О СЕБЕ



На горячую линию кризисной психологической помощи

8-800-600-31-14



На общероссийский детский телефон доверия

8-800-2000-122 Или короткий номер 124



позвони!



КРУГЛОСУТОЧНО БЕСПЛАТНО АНОНИМНО



ДЛЯ ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ

