





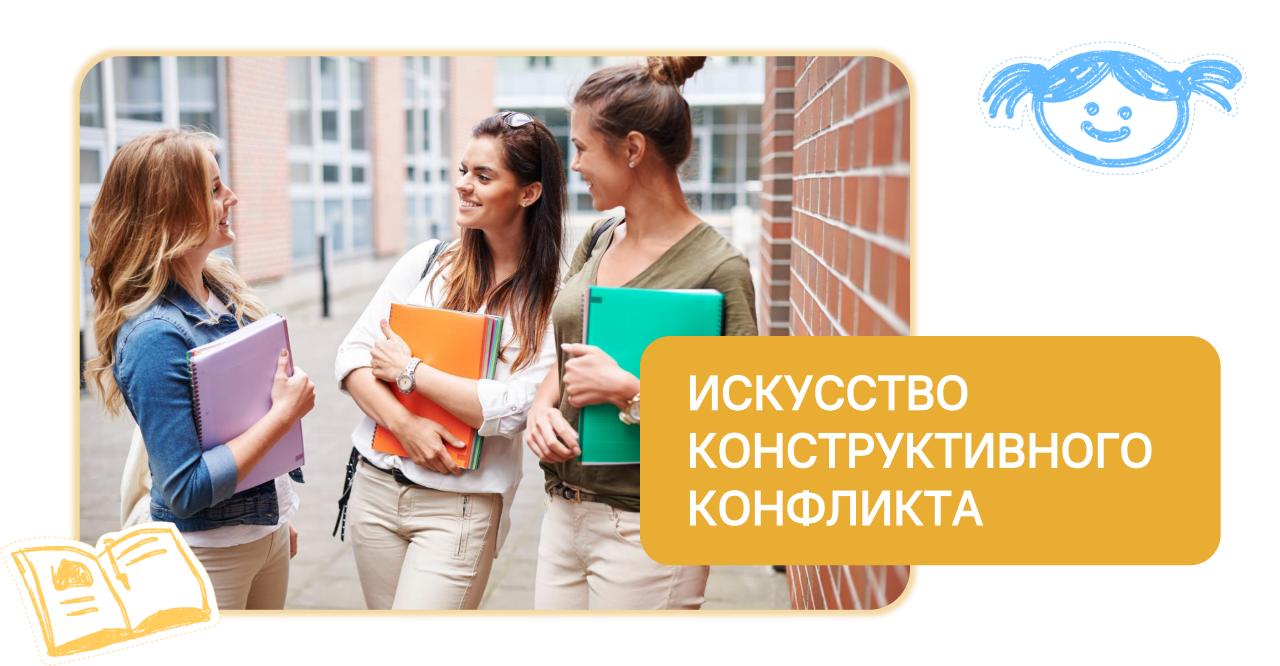


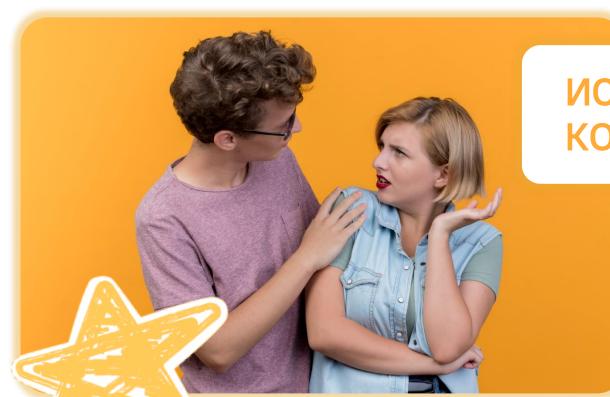
И СПРАВЛЯТЬСЯ С ТРУДНОСТЯМИ?

КО ДНЮ ПСИХОЛОГА



коллективизм





ИСКУССТВО КОНСТРУКТИВНОГО КОНФЛИКТА

# Что такое конфликт?

Конфликт — это не просто случайный спор. Это столкновение противоположных мотивов, целей и ценностей, сопровождаемое активным противоборством.

## Три признака конфликта

#### ПРОТИВОРЕЧИЕ ИНТЕРЕСОВ

Разные цели и ценности участников

#### АКТИВНОЕ ПРОТИВОБОРСТВО

Действия, направленные против друг друга

#### ПРИЧИНЕНИЕ УЩЕРБА

Материальный, психологический или моральный урон

# ТИПЫ КОНФЛИКТОВ И СТРАТЕГИИ ПОВЕДЕНИЯ

Внутриличностный: выбор между «хочу» и «надо»

Межличностный: разногласия с другом, учителем, родителем

Межгрупповой: человек против группы (группа против группы)



### СЕМЬ ШАГОВ К КОНСТРУКТИВНОМУ РАЗРЕШЕНИЮ

- 1) Успокоиться и обдумать. Дайте себе время на размышление
- (2) Взглянуть со стороны. Позиция стороннего наблюдателя приносит ясность
- Занять позицию оппонента. Посмотрите его глазами, чтобы понять лучше
- 4 Перейти к переговорам. Обсудите ситуацию, дайте возможность высказаться
- 5 Найти общее. Ищите точки соприкосновения и согласия
- 6 Признать неправоту. В конфликте обычно виноваты оба
- **Выбрать решение.** Совместно найдите приемлемый путь для обоих

## 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

