

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| В конфликте у человека доминирует не разум, а эмоции, что ведет к аффекту, когда сознание просто отключается и человек не отвечает за свои слова и действия.  Великий персидский писатель и мыслитель Саади (между 1203 и 1210—1292) по этому поводу писал:  *Разгневан — потерпи, немного охладев,*  *рассудку уступи, смени на милость гнев.*  *Разбить любой рубин недолго и несложно,*  *Но вновь соединить осколки невозможно.* | **11 табу в конфликтной ситуации:**  *Нельзя:*   1. *Критически оценивать партнера.* 2. *Приписывать ему низменные или плохие намерения.* 3. *Демонстрировать знаки своего превосходства.* 4. *Обвинять и приписывать ответственность только партнеру.* 5. *Игнорировать интересы партнера по общению.* 6. *Видеть все только со своей позиции.* 7. *Уменьшать заслуги партнера и его вклад в общее дело.* 8. *Преувеличивать свои заслуги.* 9. *Раздражаться, кричать и нападать.* 10. *Задевать «болевые точки» и уязвимые места партнера.* 11. *Обрушивать на партнера множество претензий.*   *В конфликтной ситуации всегда нуж­но помнить о «золотом правиле» нравственности, о соблюдении вежливости и тактичности.* | ***Служба школьной медиации***  ***ГПОУ ЯО Ярославского***  ***кадетского колледжа***  ***Правила***  ***поведения***  ***в конфликтных ситуациях*** |
| image3 | ***Гнев: брови опущены и сведены, блеск в глазах, рот закрыт, губы суже­ны или сжаты.***  ***От чего зависят обиды?***  - От значимости обидчика (одному человеку мы можем позволить де­лать нам какие-то замечания, а дру­гому - нет).  - От собственного контроля.  - От возможных последствий (чем это опасно для нас).  - От нашего личного восприятия (про одного говорят: “А с него все как с гуся водa” , а про другого: “Уж слова ему не скажи, обидится!”).  А если обида уже живет в сердце, если возникли отрицательные пере­живания, связанные с чувствами унижения, безысходности, гнева? Как психологически защититься от этих отрицательных переживаний?  Надо постараться сформировать в себе состояние бесстрастия и переключиться от эмоций на рассудоч­ную деятельность. | *Для практиче­ских действий в процессе эмоцио­нальной саморегуляции удобна следующая классификация типов людей, позволяющая оценить собе­седника.*  Манипулятор - категория людей, стремящихся управлять окружающими с по­мощью их слабых и сильных сто­рон и специального воздействия на слабости людей с целью побуждения их де­лать то, что нужно манипулятору. Главное оружие против них - это умение запретить себе эмоциональ­но реагировать на его действия. Необходимо с улыбкой отвечать манипулятору на его действия.  Невротик - личность с измененным вос­приятием других людей, их действий и поступков. При общении с невротиком нужно всегда помнить такую формулу: здоровый на больного не оби­жается!  *Примитив* - представляет собой тип лю­дей, у которых слабо выражены интел­лигентность и навыки культурного пове­дения. Эти люди живут элементарными чувствами, простыми представлениями о мотивах и поведении людей.  Нормальный культурный человек - общаться с такой категорией людей - самое приятное и почти не сопровождается конфликтами. Если кон­фликты возникают, то быстро разреша­ются путем убеждения в правоте собеседника или компромиссом. |