

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 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. |