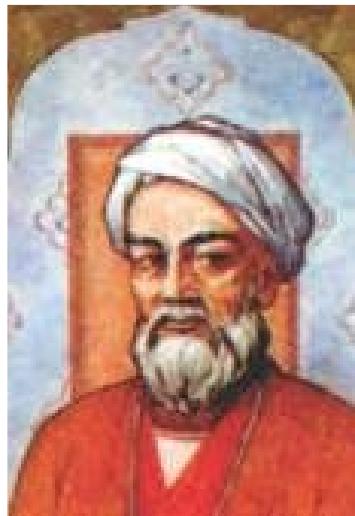


В конфликте у человека доминирует не разум, а эмоции, что ведет к аффекту, когда сознание просто отключается и человек не отвечает за свои слова и действия.

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. Обрушиваться на партнера множество претензий.

В конфликтной ситуации всегда нужно помнить о «золотом правиле» нравственности, о соблюдении вежливости и тактичности.

Служба школьной медиации
МБОУ Страшевичская СОШ

Правила поведения



**в конфликтных
ситуациях**

	<p><i>Гнев: брови опущены и сведены, блеск в глазах, рот закрыт, губы сужены или сжаты.</i></p> <p><i>От чего зависят обиды?</i></p> <ul style="list-style-type: none"> 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 вода", а про другого: "Уж слова ему не скажи, обидится!"). <p>А если обида уже живет в сердце, если возникли отрицательные переживания, связанные с чувствами унижения, безысходности, гнева? Как психологически защититься от этих отрицательных переживаний?</p> <p>Надо постараться сформировать в себе состояние бесстрастия и переключиться от эмоций на рассудочную деятельность.</p>	<p>Для практических действий в процессе эмоциональной саморегуляции удобна следующая классификация типов людей, позволяющая оценить собеседника.</p> <p>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.</p> <p>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!</p> <p>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.</p> <p>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.</p>
--	---	--