

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **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** **МАОУ СОШ №28 г. Томска*****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. |