

Если вы хорошо понимаете чувства
вашего партнёра по общению, то, каким
он представляет вас, то ваше общение
будет приятным для обоих.
В противном случае возникает **КОНФЛИКТ**.



КОНФЛИКТ - столкновение отдельных людей или
социальных групп, выражающих различные, а то и
противоположные цели, интересы и взгляды

1



Взрослые смеются над детьми, которые в своё оправдание ноют: «Он первый начал». Но взрослые конфликты начинаются точно так же. Амели Нотомб



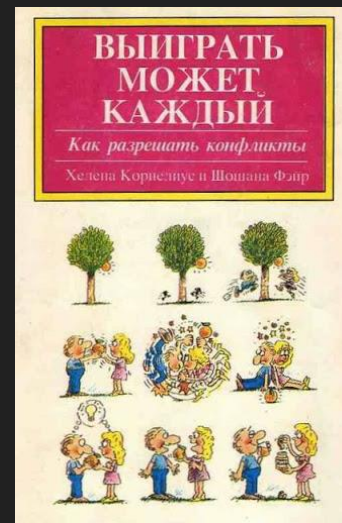
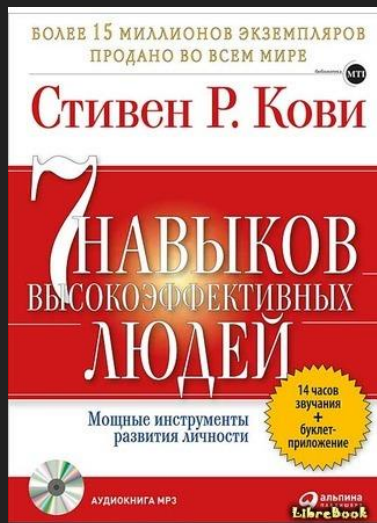


Десять самых невыносимых



Стратегии разрешения конфликтов

Стратегия WIN-WIN



Выиграл - проиграл:
поставив партнера в ситуацию неудачи, в долгосрочной перспективе вы проиграете.

Выиграл - выиграл:
главное, что нужно запомнить - успех одного не исключает успех других.

Проиграл - проиграл:
позиция "я всегда прав" - кредо идиотов, когда встречаются двое таких - это беда.

Проиграл - выиграл:
если вы допускаете возможность уступать по жизни, это позиция неудачника, срочно нужно исправляться!

Специалист по разрешению конфликтов любого вида. Ищет проблемы решения, пути выхода из конфликтных ситуаций, изучает процесс от начала и до конца для того чтоб выяснить, как нужно поступать в том или ином месте конфликта, как направить ситуацию в нужное русло с максимальной пользой и выгодой.

КОНФЛИКТОЛОГ



Медиатор – это профессиональный посредник, выступающий третьей стороной при разрешении спора и помогающий оппонентам достигнуть соглашения. Процедура медиации, напротив, направлена на поиск компромисса между сторонами и всестороннее урегулирование возникшего конфликта.

МЕДИАТОР



<https://edunews.ru/professii/obzor/pedagogical/konfliktolog.html>

<http://www.l-adviser.ru/tsentr-mediatsii/item/kto-takoj-mediator>

ПРОФЕССИИ

В том случае, если чужую волю и реализацию чужих желаний человек начинает считать своими, причём абсолютно искренне, если эти желания противоречат его истинным ценностям, но ему кажется, что это именно его выбор, тогда мы имеем дело с **МАНИПУЛЯЦИЕЙ**.

МАНИПУЛЯЦИЯ - тип социального воздействия при котором манипулятор стремится изменить восприятие или поведение других людей в своих интересах при помощи скрытой, обманной или насильственной тактики.

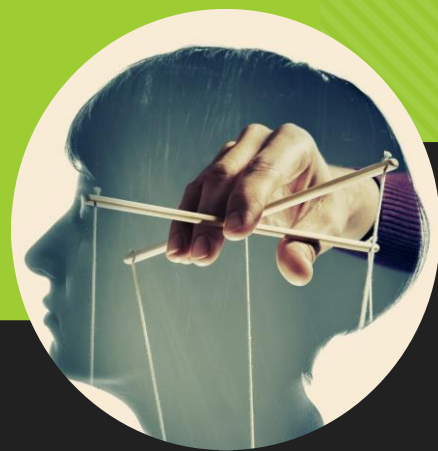


2

- высказывая просьбу, используют уловки, которые задевают ваши чувства или особенности характера: «Ты добрая, кроме тебя совершенно не на кого положиться»;
- преуменьшают своё значение: «У меня это никогда не получится, так хорошо, как у тебя»;
- играют в безразличие: «Тебе виднее»;
- прибегают к скрытой агрессии: «Если не зайдешь ко мне сегодня - я точно заболею».

- стараетесь вызвать жалость и сочувствие к себе: «Я сегодня так устала, а дома не убрано, тебя не затруднит...»;
- избегаете говорить о своем желании прямо: «У нашей соседки такая красивая шубка. Наверно её муж очень сильно любит...»;
- преувеличиваете свою роль: «Всё на мне: и работа, и дом»;
- преувеличиваете роль собеседника: «Это можешь сделать только ты».

**Вами манипулируют,
если...**



**Вы манипулируете,
если...**



Точно знать, чего хочешь

Часто людьми легко манипулировать, потому что они сами не знают, что им нужно. Если человек просто плывёт по течению, всегда найдётся кто-то, кто это течение направляет.

Уметь говорить «нет»

Часто люди страдают из-за того, что не умеют отказывать. Это приводит к тому, что их начинают использовать. Запомните, когда вы говорите «нет» кому-то, вы говорите «да» себе, своим желаниям и интересам.

Освоить техники влияния

Предупреждён – значит вооружён. Если человек сам знает как нужно управлять людьми, то он вполне в состоянии понять, что им пытаются манипулировать.

Способы защиты от манипуляций

<https://www.youtube.com/watch?v=s8FBLCcZDf4>