

Konfliktusok, konfliktuskezelési lehetőségek

Konfliktus (összeütközés, összecsapás)

Mindennapos része életünknek. A konfliktusok különböző szükségletekből eredő motívumok összeütközése, harca következtében jön létre. Létrejöhetnek személyek és csoportok között is. Az emberi kapcsolatok magukba hordozzák a konfliktusokat.

A konfliktus fajtái (pszichológiai értelemben)

- Külső konfliktus: az egyén összetűzése a környezetével.
- Belső konfliktus: a személyiségen belüli igények, kívánságok, törekvések összeütközése.

Lehet: konstruktív (építő) vagy destruktív(romboló)

A lelki fejlődés során számtalan konfliktust vállalunk és oldunk meg, aminek jellemformáló szerepe van.

A szociálpszichológia a konfliktusokat tartalom, lejátszás mód és szerkezet szerint rendszerezi.

A konfliktus tartalma

- Javak birtoklása (*pl. szomszédok háborúja*)
- Ízléskülönbözőség (*pl. van aki szereti az állatokat, van aki nem*)
- Értékütközések (*pl. konzervatív-modern eszmék*)
- Tények, hitek (*pl. két szemtanú eltérő beszámolója egy személyről*)
- Viszonykonfliktusok (*pl. egy kapcsolatban ki az alá- és fölérendelt szerep*)

A konfliktusok szerkezete

- Valóságos konfliktusok (*valóságos tárgyi alapja van, nehéz a megoldás, pl. két ember verseng egy állásnak a betöltéséért.*)
- Esetleges konfliktusok (*megoldható lenne, de a felek nem ismerik el/fel.*)
- Áthelyezett konfliktusok (*a tényleges tárgyról másra helyezik át, apróságokon veszekednek holott más, kimondatlan probléma van a háttérben..*)
- Átirányított konfliktusok (*nem a valóságos résztvevők között zajlik, pl. valaki megszid egy gyereket azért, amit a gyerek a szülei felszólítására tesz.*)

- Lappangó konfliktusok (*rejtett, nem nyílt, vibrál a levegő két ember körül, de nem tör ki a konfliktus..*)
- Álkonfliktusok (*félreértésen alapszik.*)

A konfliktusok lejátszás módja

- A harc: kezdete, mikor az egyik fél visszaüt. Egymás erőszakos megsértésére törekednek. Nem a kiváltó oknak van jelentősége, hanem az indulat-érzelmi harcnak, amit nem tudnak befejezni. A harcban nincs győztes, csak vesztes (erkölcsileg, presztízsből).

- A játszma:

Az ellenfelek arra törekednek, hogy túljárjanak egymás eszén. Hasonlít a sakkhoz, stratégiájuk van, tudják, mit nyerhetnek, és mit veszhetnek. Tudatosság, pontos elképzelés,

- A vita:

Kedvező és célszerű, módszere: a ráhatás, meggyőzés.

Cél: a másik meggyőzése, álláspontjának módosítása, feszültségcsökkentés.

Vita $\neq$ veszekedés!

Konfliktusmegoldó stratégiák

A konfliktus eredményes megoldása során a felek a kapcsolat megerősödését élik át, jobb önismerethez és a másik alaposabb megismeréséhez vezet.

- Elkerülő stratégia

Az egyén_ nem vállalja az összeütközést, kudarckerülő, kerüli a problémás helyzeteket, ha elkerülhetetlen, hamar kilép a szituációból. Célja a békesség mindenáron való megőrzése.

Minimális az együttműködési hajlama, és az önérvényesítő késztetése is alacsony.

- Alkalmazkodó stratégia

Feladja saját álláspontját (félelemből, tapintatból, számításból), alárendelődik, engedményeket tesz. Asszimetrikus kapcsolatokban gyakori (pl. tanár-diák).

Együttműködési szándék nagy, önérvényesítési hajlam alacsony.

- Versengő stratégia

Mindenáron győzni akar, legyőzni a másikat. A győzelem fontosabb a teljesítménynél. Személyiségtorzító hatású.

Maximális önérvényesítés, minimális együttműködési hajlam.

- Kompromisszumkereső stratégia

Mindkét fél enged az álláspontjából, siker orientáltak. Kölcsönös engedményeket tesznek, csak így tudják elképzeléseiket megvalósítani.

Az önérvényesítés és az együttműködés dinamikus egyensúlyának állandó fenntartására törekednek.

- **Konszenzusos vagy problémamegoldó stratégia**

Mindkét fél arra törekszik, hogy a problémát megoldják, mivel az értékeik, céljaik hasonlóak. Együttműködést, toleranciát igénylő, feltétele a nyílt kommunikáció. Ez a legeredményesebb stratégia.

Az érdekérvényesítés és az együttműködési hajlam szintje egyaránt magas.

Feladat:

Másoljátok le a füzetbe a tananyagot!

A leírt tananyagot legyetek szívesek lefényképezni és visszaküldeni.

Köszönöm, jó munkát kívánok!