

# Конфликт

- Это явление, возникающее в результате столкновения противоположных действий, взглядов, интересов, стремлений, планов различных людей или мотивов, потребностей одного человека. В последнем случае говорят о внутреннем конфликте.

Конфликты являются естественной частью нашей жизни. Они могут ожидать нас при встрече с новым человеком или новой ситуацией. В какой-то мере они даже необходимы для развития ситуации и отношений, для роста личности. Хотя чаще всего конфликтную ситуацию мы переживаем как серьезную неприятность.



Понимание сути конфликта помогает:

- Избежать конфликта, где это возможно;
- Правильно относиться к конфликту;
- Управлять конфликтом;
- Эффективно разрешать конфликты

# Плюсы конфликтов

- Новый приобретенный опыт.
- Решение проблемы.
- Облегчение.
- Лучшее понимание оппонента.
- Может помогать сплочению единомышленников.
- Может помочь выявлению ранее скрытых достоинств оппонента.
- Развитие отношений после разрешения спора.

# Минусы конфликтов

- Материальные и эмоциональные затраты.
- Возможные перерастания конфликта в открытую конфронтацию и физические воздействия.
- Ухудшение или разрыв отношений.
- Может помочь выявлению ранее скрытых недостатков оппонента.

# Стратегия выхода из конфликта

Конфликт—решение договориться,  
обращение к медиатору—личные  
встречи одной и второй сторон с  
медиатором—совместная встреча с  
медиатором—договоренность—  
выполнение обещаний