

# SEMINÁŘ „PSYCHOLOGIE VE ŠKOLNÍ PRAXI“

Konflikty

# Konflikt v běžném životě i ve škole

- Konflikt je neoddelitelnou součástí našeho života
  - ▣ viz běžné večerní TV zprávy, denní tisk...
- Konflikt běžně potkáváme i ve škole
  - ▣ ačkoli je často spojován s násilím, jedná se většinou spíš o nedorozumění, pomluvy, verbální napadení...
- Učitelé tráví hodně času a energie snahou urovnat konflikty ve třídě
  - ▣ mohou se týkat nedorozumění mezi studenty; pedagogy školy či rodiči žáků, eventuálně nepedagogickým personálem
  - ▣ tyto konflikty mohou vést až k vyhrocené atmosféře uvnitř třídy či školy (problematické sociální klima)

# Můj způsob řešení konfliktu

- Při výměně názorů mě vždycky rozčílí, když...
- Obvykle na to reaguji tak, že...
- Když chci situaci zlepšit, tak...

# Postoje ke konfliktu

- Konflikt často **spojován s negativními charakteristikami**, mj.:
  - ▣ *Konflikt je špatný, způsobuje stres, obavy, negativní očekávání...*
- Toto přesvědčení **se utváří na základě sociální zkušenosti** (*vliv rodičů, sourozenců, kamarádů, médií...*)
- Tyto **postoje ke konfliktu**, přesvědčení a očekávání potom **ovlivňují naše chování** v průběhu konfliktu

# Přínos konfliktů

- konflikt nemusí mít vždy negativní náboj
- konstruktivní přístup ke konfliktu může přinést i pozitiva
  - ▣ osvojení nových komunikačních dovedností
  - ▣ upevnění stávajících sociálních vztahů
  - ▣ dozvědět se něco nového o sobě i o ostatních
- schopnost řešit konflikty přináší prospěch jednotlivci i skupině
  - ▣ dovednost jasného vyjadřování stanovisek
  - ▣ dovednost efektivní komunikace
  - ▣ osvojení dovednosti naslouchat
  - ▣ konstruktivní přístup ke vzniklým neshodám

# Konflikt - definice

- z latinského *conflictus* - „srazit se spolu“
- Jedná se o **nedorozumění mezi dvěma nebo více lidmi.**

# Cyklus konfliktu



- 
- |                                  |                                       |
|----------------------------------|---------------------------------------|
| • <b><i>Ustoupíme</i></b>        | • <b><i>Brečíme</i></b>               |
| • <b><i>Stěžujeme si</i></b>     | • <b><i>Mlátíme kolem sebe</i></b>    |
| • <b><i>Hledáme autoritu</i></b> | • <b><i>Vtipkujeme</i></b>            |
| • <b><i>Nemluvíme s ním</i></b>  | • <b><i>Bavíme se o konfliktu</i></b> |

# Příčiny konfliktu

- Konflikty kvůli **majetku**
  - ▣ Dva nebo více lidí chtějí totéž, ale není toho dost.
  - ▣ „*Sedí na mém místě.*“ „*Tohle je moje...*“
- Konflikty způsobené **psychickými potřebami**
  - ▣ Přátelství, láska, úspěch
  - ▣ Obtížněji řešitelné, „tváří se“ často jako předchozí typ
- Konflikty na bázi rozdílů v hodnotových orientacích a **hodnotách**.
  - ▣ Nejhůře řešitelné
  - ▣ Atakují naše vnímání sebe sama
  - ▣ Reagujeme často stažením se
  - ▣ Minimální možnost ochoty reagovat jinak (např. významné životní změny)



# Typy konfliktu

- Vnitřní (intrapsychické)
  - ▣ „*Chci zhubnout ale TAK miluju bůček...*“
- Mezi osobami (interpersonální)
- Uvnitř sociální skupiny
  - ▣ Např. „*Kliky*“ uvnitř pedagogického sboru
- Meziskupinové
  - ▣ Např. *žáci vs. učitelé*
    - *mobily ve vyučování atp.*
    - <http://www.lidovky.cz/rady.asp?t=RODICE>

# Utváření individuálních přístupů ke konfliktu

- osobitý styl reakcí člověka na konflikt vznikající na základě řady vlivů působících na člověka:
  - ▣ společenský postoj, se kterým se ztotožňujeme v názoru na konflikt,
  - ▣ vzory jednání, které jsme odpozorovali od svých rodičů, učitelů, oblíbených filmových hrdinů a jiných významných osobností v konfliktních situacích
  - ▣ naše přímá osobní zkušenost s konfliktem

# Přístupy ke konfliktu 1

- **únik, vyhýbání se konfliktu:**
  - *představa, že konflikt je „špatný“*
    - **vyhýbání se dotyčné osobě**
      - *(„Nemám s ním problém, jen ho nechci vidět...“)*
    - **odmítání vlastních neg. pocitů**
      - *(„To mi nevadí, to se mě nemůže dotknout...“)*
    - **zapírání konfliktu**
      - *(„Toto přeci ještě není konflikt...“)*
    - **přizpůsobení (souhlas je jednodušší)**
      - *(„Ano, samozřejmě, že máš pravdu...“)*
  - **nevede k řešení, potlačované emoce, latentní konflikt**

# Přístupy ke konfliktu 2

## □ konfrontace

- *představa, že je potřeba se konfliktu postavit, vnímá situace jako „bud'-anebo“, „kdo s koho“*
- hájení vlastních pozic a odmítání argumentů oponenta
  - (*„Pravdu může mít jen jeden!; Tady jde o princip!“*)
- konfrontace z pozice síly
  - vztah nadřízený-podřízený, učitel-žák, starší-mladší...
  - (*„Už jsem řekl!“*)
- často nevede k řešení, často dlouhý a úporný boj

# Přístupy ke konfliktu 3

## □ řešení problému

- *nutné sebevědomí, ochota a komunikační dovednosti*
- kompromis
  - vyjednávání, každý se něčeho vzdá
  - účinný tehdy, kdy se podaří prosadit podstatné, v opačném případě - rozmrzelost a přizpůsobení se
- dohoda
  - „win-win“ strategie, ochota vyjít vstříc
  - jde o to, aby byly uspokojeny potřeby obou stran, příčin konfliktu i to, co obě strany dohodou riskují, důvěra
  - velká šance na potlačení konfliktu v budoucnu

# Možné postupy při řešení konfliktu

- faktory
  - ▣ míra odpovědnosti třetí strany
  - ▣ důraz na vztah mezi odpůrci

Odpůrci nesou zodpovědnost

Vztahy jsou důležité

Třetí strana nese zodpovědnost

Důležité je řešení



řešení spoluprací – usmíření – mediace – arbitráž – soudní řízení

# Řešení konfliktu

- analýza příčin (záminka vs. důvod)
- zaujmutí pozic vs. projevení zájmu
  - ▣ požadavek / výhrůžka vs. objasnění stanoviska
- prostředí pro řešení konfliktu
  - ▣ místo a čas (je bezpečné, vyhovující a dostatečné?)
- Fáze řešení konfliktu
  - ▣ vytvoření pozitivního prostředí
  - ▣ definování problému a diskuse o něm
  - ▣ shrnutí dosažených výsledků
  - ▣ hledání možných řešení
  - ▣ stanovení dalšího postupu (harmonogram)

# Řešení spoluprací („neformální postup“)

- **osobní plánování**
  - ▣ definování příčin konfliktu
  - ▣ definování zájmů a postojů
  - ▣ organizace vhodného prostředí pro diskusi
- **vlastní řešení s druhým účastníkem konfliktu**
  - ▣ navození pozitivní atmosféry
  - ▣ společné definování problému
  - ▣ shrnutí dosavadního pokroku
  - ▣ hledání alternativ řešení
  - ▣ dohoda o místě a času pokračování



# Formální řešení konfliktu

- vstup třetí strany do řešení; cílem může být
  - **smíření** – třetí strana moderuje komunikaci; nerozhoduje „kdo má pravdu“; průběh analogický „neformálnímu“ postupu
  - **mediace** – někdy synonymum pro „smíření“; ve skutečnosti je větší důraz kladen na hledání oboustranně přijatelného řešení; vzájemný vztah stran není hlavním cílem
  - **arbitráž** – rozhodnutí je oběma stranami přeneseno na oboustranně důvěryhodnou osobu; obě strany přednesou stanoviska a arbitr rozhodne
  - **soudní řízení**

# Jak komunikovat efektivně?

- aktivní naslouchání
  - ▣ empatie (jaké jsou důvody toho druhého?)
  - ▣ projevení zájmu (tón hlasu, mimika, oční kontakt, postoj)
  - ▣ nepřerušovat, nedávat k dispozici „vlastní historky“
  - ▣ mluvit v první osobě, popisovat své pocity, nezobecňovat
  - ▣ fáze:
    - povzbuzování
    - objasňování („Jak jsi reagoval?“, „Proč si myslíš, že?“)
    - parafrázování („Jestli tomu dobře rozumím...“)
    - zrcadlení („Když se tak na Tebe dívám, vidím, že Tě to...“)
    - shrnutí („Takže jsi mi už říkal, že... Co bylo dál?“)
    - uznání („Chápu, že je to pro Tebe důležité...“)
    - potvrzování („Jsem rád, že jsme to spolu probrali...“)

# Komunikační brzdy?

- příkazovat („To přece nesmíš!“, „Udělej...!“)
- vyhrožování („Udělej to, nebo...“)
- mentorování („Měl bys...“, „Uvědomuješ si...“)
- knížecí rady („Já osobně bych...“)
- hodnocení („Jsi trouba, líný, neschopný...“)
- omluvy, lakování na růžovo („To by udělal každý...“, „Není to TAK hrozné...“)
- hodnocení („Zase se snažíš být důležitý...“)
- dotěrná zvědavost („Fakt?“, „Proč, kdy, jak, s kým...?“)