
















Если Вы замечаете у своего ребенка/подростка:

-  частые перепады настроения
-  отсутствие друзей и даже приятелей
-  вспышки агрессии  повышенную тревожность
-  конфликты  истерики
-  отставание или опережение в развитии
-  трудности в освоении образовательной программы
-  состояние угнетенности, подавленности
-  эксперименты над своим телом, внешним видом
-  нарушения сна и бодрствования
-  уход от реального общения в виртуальный мир
-  регулярные нарушения правил и требований

Приглашаем на консультацию и профессиональную помощь/поддержку специалистов Центра

📍 г. Пермь, ул. Казахская, 71

☎ 8 (342) 262 81 41

📍 Орда, ул. 1 Мая, 8

☎ 8 (34258) 2-00-57

📍 г. Чайковский, ул. Горького, 22

☎ 8 (34256) 9-56-15

📍 г. Соликамск, ул. Степана Разина, 39

☎ 8 (34253) 3-89-23

📍 г. Чусовой, ул. 50 лет ВЛКСМ, 2/3

☎ 8 (37256) 3-79-76

📍 г. Верещагино, ул. Ленина, 18

☎ 8 (34254) 3-30-37

📍 г. Кунгур, ул. Гребнева, 83,

☎ 8 (34271) 4-00-53

📍 с. Кочево, ул. Олега Кошевого, 2а

☎ 8 (34293) 9-11-23

🌐 cpmpk.ru

КОНФЛИКТ

ИНГРЕДИЕНТЫ

- Угрозы, обвинения, слёзы
- Раздражение, злость, обида
- Чувство беспомощности
- Столкновение интересов

ПРИ СМЕШИВАНИИ ВЫ ПОЛУЧАЕТЕ

- Изменение мимики
- Закатывание глаз
- Приподнятые бровей
- Понижение или повышение голоса
- Эмоциональная и физическая боль

ВРЕДОНОСНЫЙ КОМПОНЕНТ

1. Понижение значимости роли человека, негативная оценка его поступков.
2. Попытка обсуждения вопроса при негативных эмоциональных состояниях оппонента.
3. Придири и угрозы.
4. Проявление недоверия к оппоненту, личная антипатия.
5. Подчеркивание разницы между собой и оппонентом, завышение своих достоинств, соперничество.
6. Перебивание собеседника при высказывании им своего мнения.

СЕРВИРОВКА ДЛЯ ВКУСНОЙ И ЗДОРОВОЙ ЖИЗНИ

- Дайте оппоненту “выпустить пар”
- Не давайте оппоненту отрицательных оценок, а говорите о своих чувствах. Не говорите: “Вы меня обманываете”, лучше: “Я чувствую себя обманутым”. Не говорите: “Вы грубый человек”, лучше скажите: “Я очень огорчен тем, как вы со мной разговариваете”
- Не ищите виновных и не объясняйте создавшееся положение, ищите выход из него. Предложите оппоненту высказать свои соображения по разрешению возникшей проблемы и свои варианты решения
- В любом случае дайте партнеру “сохранить свое лицо”. Не позволяйте себе отвечать агрессией на агрессию. Не задевайте его достоинства. Давайте оценку только его действиям и поступкам. Можно сказать: “Вы уже дважды не выполнили свое обещание”, но нельзя говорить: “Вы — необязательный человек”
- Не бойтесь извиниться, если чувствуете свою вину. Во-первых, это обезоруживает оппонента, во-вторых, вызывает у него уважение. Ведь способны к извинению только уверенные и зрелые личности

