

Ekonomiczny Uniwersytet Dziecięcy



Rozwiązywanie konfliktów wśród nastolatków

Politechnika Gdańska
04 kwietnia 2024 r.



Marzena Lebowska

Konflikt

z łacińskiego conflictus - „zderzenie”

- Konflikt należy rozumieć jako ludzką niezgodność interesów, postaw czy dążeń.
- Każdy spór ma strony w niego zaangażowane i przedmiot, którego dotyczy.

Konflikt

z łacińskiego conflictus - „zderzenie”

- Konflikty rówieśnicze są stałym elementem kształtowania się osobowości dzieci i nastolatków, dają możliwość poznawania różnych sposobów radzenia sobie z nimi;
- Z odrobiną pomocy ze strony dorosłych mogą stać się źródłem czerpania umiejętności społecznych.



Konflikt

z łacińskiego conflictus - „zderzenie”

- Konflikty są naturalną częścią życia, ale mogą negatywnie wpływać na relacje i naukę.

- Młodzież często nie ma umiejętności konstruktywnego rozwiązywania konfliktów.

Najczęstsze przyczyny konfliktów wśród młodzieży

1. Rywalizacja:

- O popularność,
- O sukcesy w nauce,
- O przyjaźń lub względy osoby płci przeciwnej,
- O pozycję w grupie rówieśniczej.



Najczęstsze przyczyny konfliktów wśród młodzieży

2. Różnice:

- Poglądów,
- Wartości,
- Pochodzenia,
- Statusu materialnego,



Najczęstsze przyczyny konfliktów wśród młodzieży

3. Komunikacja:

- Brak umiejętności efektywnego komunikowania
- Nieporozumienia,
- Plotki,
- Obrażliwe słowa lub gesty.



Najczęstsze przyczyny konfliktów wśród młodzieży

4. Presja:

- Rodziców,
- Nauczycieli,
- Rówieśników,
- Z mediów społecznościowych.



Najczęstsze przyczyny konfliktów wśród młodzieży

5. Problemy emocjonalne:

- Niska samoocena,
- Gniew,
- Lęk,
- Depresja.



Najczęstsze przyczyny konfliktów wśród młodzieży

6. Nadużycia:

- Substancji psychoaktywnych,
- Przemocy fizycznej lub psychicznej.



Najczęstsze przyczyny konfliktów wśród młodzieży

7. Zaniedbanie ze strony dorosłych:

- Brak zainteresowania problemami młodzieży,
- Brak nadzoru,
- Brak umiejętności rozwiązywania konfliktów.

Najczęstsze przyczyny konfliktów wśród młodzieży

Dodatkowe czynniki mogące prowadzić do konfliktów:

- Zagrożenia w cyberprzestrzeni: cyberprzemoc, trolling, flaming.
- Problemy ekonomiczne: ubóstwo, bezrobocie, nierówności społeczne.
- Zmiany społeczne: migracja, globalizacja, zmiany kulturowe.

Skutki konfliktów

Krótkoterminowe

Negatywne:

Stres, lęk, obniżenie motywacji, pogorszenie relacji, agresja, przemoc, wandalizm, izolowanie się od innych, problemy z koncentracją, spadek samooceny, problemy z nauką

Pozytywne:

Możliwość rozwoju osobistego, budowania umiejętności społecznych (np. negocjowanie, komunikacja), wzmacnianie relacji

Skutki konfliktów

Długoterminowe

Negatywne:

Trwałe pogorszenie relacji, urazy, poczucie krzywdy, niska samoocena, problemy z zaufaniem, lęk przed konfliktami, unikanie społeczności, skłonność do agresji lub przemocy, problemy w życiu dorosłym (np. w pracy, w związkach).

Pozytywne:

Nabywanie umiejętności rozwiązywania konfliktów, umiejętność radzenia sobie z różnicami, budowanie odporności psychicznej, lepsze rozumienie siebie i innych, umiejętność współpracy, większa pewność siebie

Skutki konfliktów

Skutki konfliktów zależą od wielu czynników:

- Intensywności i długości trwania konfliktu: im konflikt jest bardziej intensywny i dłuższy, tym większe prawdopodobieństwo negatywnych skutków.
- Sposobu rozwiązania konfliktu: konstruktywne rozwiązanie konfliktu może prowadzić do pozytywnych skutków długoterminowych.
- Indywidualnych cech osób zaangażowanych w konflikt: osoby z wysoką samoocena i umiejętnościami społecznymi są bardziej odporne na negatywne skutki konfliktów.

Skutki konfliktów

Ważne jest, aby dążyć do konstruktywnego rozwiązywania konfliktów, aby zminimalizować negatywne skutki i zmaksymalizować szanse na pozytywne zmiany.

Metody rozwiązywania konfliktów

- Unikanie: jedna strona wycofuje się z konfliktu.
- Walka: strony dążą do dominacji i forsowania swoich racji.
- Kompromis: strony szukają rozwiązania, które częściowo satysfakcjonuje obie strony.
- Negocjacje: strony prowadzą dialog, aby znaleźć rozwiązanie akceptowalne dla wszystkich.
- Mediacja: neutralna osoba trzecia pomaga stronom w dojściu do porozumienia.
- Arbitraż: Rozstrzygnięcie konfliktu przez bezstronną osobę trzecią; jest wiążący dla stron

Zalety i wady metod rozwiązywania konfliktów

1. Unikanie:

Zalety:

- Szybkie zakończenie konfliktu.
- Niskie napięcie emocjonalne.
- Oszczędność czasu i energii.

Wady:

- Nie rozwiązuje problemu.
- Może prowadzić do kumulacji frustracji i eskalacji konfliktu w przyszłości.
- Może być postrzegane jako tchórzostwo lub uległość.

Zalety i wady metod rozwiązywania konfliktów

2. Walka:

Zalety:

Może prowadzić do szybkiego rozwiązania konfliktu.

Pozwala na wyrażenie emocji.

Może wzmacniać poczucie siły i pewności siebie.

Wady:

Może prowadzić do agresji i przemocy.

Może pogorszyć relacje między stronami konfliktu.

Może nie rozwiązać problemu.

Zalety i wady metod rozwiązywania konfliktów

3. Kompromis:

Zalety:

Pozwala na szybkie zakończenie konfliktu.

Obie strony uzyskują częściową satysfakcję.

Może być dobrym rozwiązaniem w przypadku prostych konfliktów.

Wady:

Może nie rozwiązywać problemu w całości.

Może prowadzić do poczucia niesprawiedliwości i frustracji.

Może nie być akceptowalny dla obu stron.

Zalety i wady metod rozwiązywania konfliktów

4. Negocjacje:

Zalety:

Pozwala na znalezienie rozwiązania akceptowalnego dla obu stron.
Może prowadzić do wzmocnienia relacji między stronami konfliktu.
Może rozwijać umiejętności społeczne.

Wady:

Może być czasochłonne i wymagające cierpliwości.
Może nie być możliwe do osiągnięcia porozumienia.
Wymaga umiejętności negocjacyjnych.

Zalety i wady metod rozwiązywania konfliktów

5. Mediacja:

Zalety:

Pozwala na bezstronne prowadzenie negocjacji.

Mediator może pomóc stronom konfliktu w komunikowaniu się i zrozumieniu swoich potrzeb.

Może prowadzić do trwałego rozwiązania konfliktu.

Wady:

Może być kosztowne.

Wymaga zgody obu stron na udział w mediacji.

Mediator nie zawsze jest w stanie doprowadzić do porozumienia.

Rozwiązywanie problemów – rola rodziców

- budowanie u dziecka poczucia własnej wartości,
- kształtowanie umiejętności mówienia o emocjach i rozpoznawaniu ich,
- wyposażenie dziecka w umiejętność wyrażania własnego zdania i obrony swoich poglądów,
- naukę spokojnego reagowania na krytykę,
kształtowanie umiejętności asertywnego odmawiania,
- uświadamianie dziecku jego praw w kontaktach społecznych.

Podstawowe mechanizmy radzenia sobie w sytuacjach konfliktowych

- podejmowanie dialogu
- panowanie nad emocjami
- proszenie o pomoc

Podstawowe mechanizmy radzenia sobie w sytuacjach konfliktowych

Podejmowanie dialogu

- racjonalna i kulturalna wypowiedź, ma na celu zatrzymanie eskalacji konfliktu i doprowadzenie do pojednania

Podstawowe mechanizmy radzenia sobie w sytuacjach konfliktowych

Panowanie nad emocjami

- w konflikcie działamy odruchowo, w oparciu o wyuczone reakcje emocjonalne, takie jak złość, krzyk albo uciekanie;
- mogą one potęgować reakcje ze strony rówieśników i przekładać się bezpośrednio na przebieg zdarzenia;
- warto od najmłodszych lat uczyć panowania nad emocjami, by

Podstawowe mechanizmy radzenia sobie w sytuacjach konfliktowych

Proszenie o pomoc

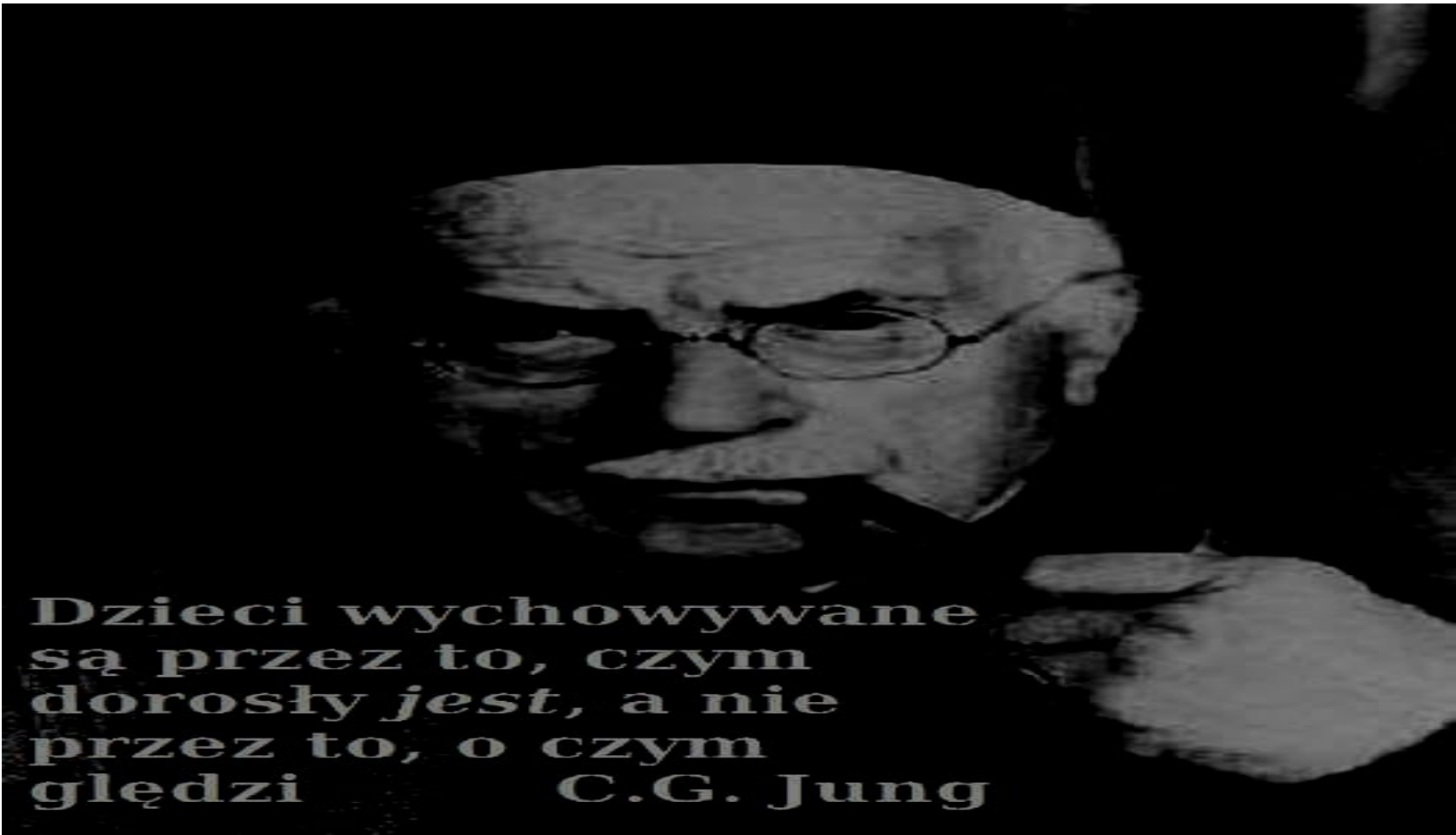
W sytuacjach, gdy kłótnia zaogniona się, dziecko powinno zgłosić sytuację dorosłemu (rodzicowi, nauczycielowi)

Etapy rozwiązywania konfliktów

1. Rozpoznanie konfliktu
2. Zrozumienie perspektyw
3. Poszukiwanie rozwiązań
4. Wybór rozwiązania
5. Wdrożenie rozwiązania
6. Evaluacja rozwiązania

Skuteczne strategie rozwiązywania konfliktów

- Aktywne słuchanie: uważne słuchanie drugiej strony bez przerywania
- Asertywna komunikacja: wyrażanie swoich potrzeb i uczuć w sposób jasny i bezpośredni.
- Empatia: próba zrozumienia perspektywy drugiej strony.

A black and white portrait of Carl Gustav Jung, an elderly man with glasses and a mustache, looking slightly to the right. The image is high-contrast, with deep shadows and bright highlights.

**Dzieci wychowywane
są przez to, czym
dorosły *jest*, a nie
przez to, o czym
głędzi C.G. Jung**

