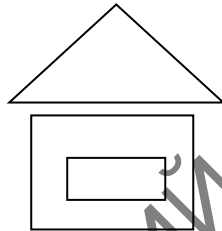


Н.А. Пузыревич

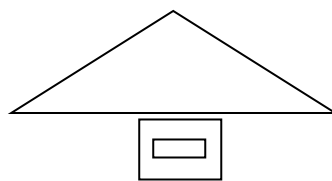
КОНФЛИКТЫ С БЛИЗКИМИ ЛЮДЬМИ: ШАГИ ПРЕОДОЛЕНИЯ

МЕХАНИЗМ ВОЗНИКНОВЕНИЯ И РАЗРЕШЕНИЯ КОНФЛИКТА

У нас есть представления о том, кто мы (например, мы состоим из треугольников, квадратов, прямоугольников определенной формы и размера), и как должны строиться наши отношения с близкими людьми. Примерно это выглядит так:



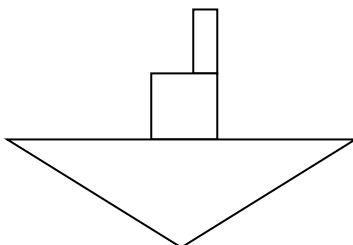
Мы хотим, чтобы наши отношения с близкими были именно такими, какими мы их себе представляем. Но наши близкие -- живые люди, а не марионетки. Они тоже состоят из треугольников, квадратов, прямоугольников, только другой формы и размера. Однако мы с упорством пытаемся построить в наших отношениях тот самый идеальный домик, не принимая во внимание, что форма и размер фигур другие. В результате получается примерно так:



В наших планах мы представляли, как все это будет замечательно. А получилось совсем не так. Мы переживаем, мучаемся, предъявляем своим близким претензии. Они нас не понимают и начинают с нами конфликтовать. Это естественно, нормально, и это неизбежно до тех пор, пока мы не поймем, что *другой человек -- это Другой Человек*. У него другие привычки, другие (по-другому воспринимающиеся) положительные качества и недостатки. И если вы хотите установить с ним настоящий внутренний контакт, вы должны изучить его, понять и не пытаться подстраивать его под свою воображаемую модель. ***Вам необходимо прояснить, в каких отношениях вы можете***

быть с этим человеком с учетом того, что он именно такой, какой он есть.

Поэтому Вы берете тот же самый треугольник, тот же самый квадрат, тот же самый прямоугольник и составляете их примерно так:



Получился кораблик – конструкция, в которой отражена уникальность вашего близкого человека.

Таким образом, если не хотите конфликтов, вместо того, чтобы подстраивать своего близкого человека под свой стандарт, попытайтесь понять, кто он на самом деле, какой он, и тогда вы найдете вариант счастливых взаимоотношений.

Теперь, когда общий механизм работы конфликта рассмотрен, самое время перейти к конкретным шагам, которые помогут вам разрешить конфликтные ситуации.

РЕПОЗИТОРИЙ БГМУ