



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA IZOBRAŽEVANJE,
ZNANOST IN ŠPORT



PEDAGOŠKI INŠTITUT



EVROPSKA UNIJA
EVROPSKI
SOCIALNI SKLAD
NALOŽBA V VAŠO PRIHODNOST

»Krepitev socialnih in državljanskih kompetenc strokovnih delavcev«

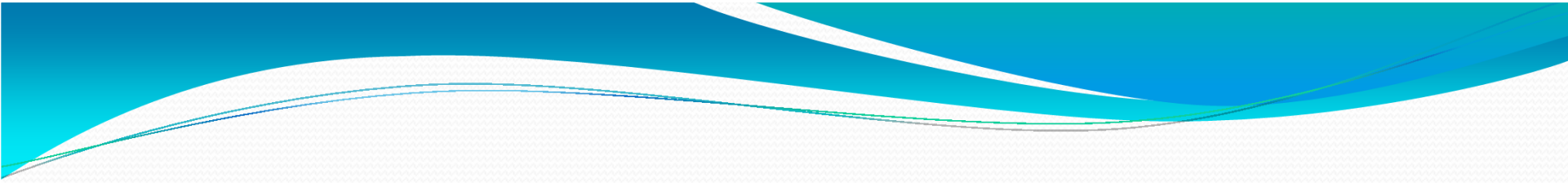


Le z drugimi smo

Suzana Kocjančič

Medosebni konflikti in reševanje konfliktnih situacij

Naložbo sofinancirata Ministrstvo za izobraževanje, znanost in šport Republike Slovenije in
Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada



Vsebine seminarja

- Odnosi, medosebni konflikti, izvor in naši vzorci
- Prepoznavanje, reševanje, reflektiranje
- Praktične vaje – ravnanje s konflikti
- Skupinska dinamika, medskupinski konflikti in naše vloge v njih-
- Prva pomoč: strategije reševanja konfliktov
- Praktične vaje

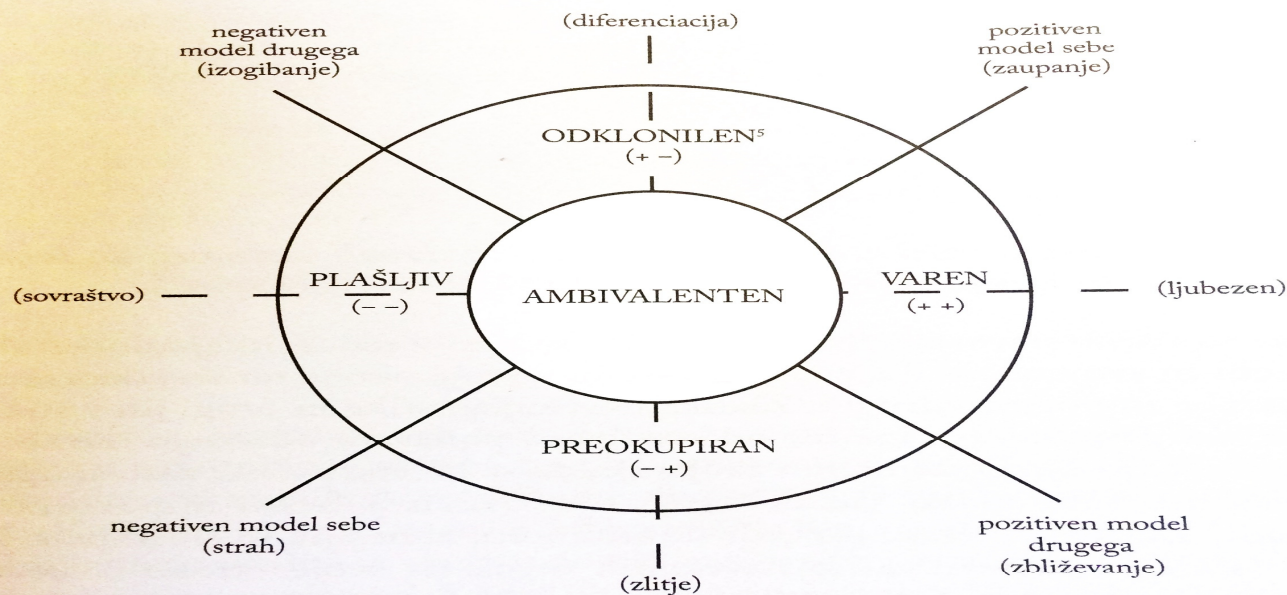
Medosebni konflikti – izvor in vloga v psihosocialnem razvoju otrok

- DRUŽINSKI VZORCI in PROCESI UČENJA:
- PET TEMELJNIH ODNOSOV, KI MOČNO VPLIVAJO DRUG NA DRUGEGA:
 - - PARTNERSKI ODNOS (partner – partner)
 - - STARŠEVSKI ODNOS (oče – mama)
 - - VZGOJNI ODNOS (starš – otrok)
 - - ODNOS MED SOREJENCI (brat-sestra/brat)
 - - ODNOS JAZ DO SAMEGA SEBE (jaz do sebe)
- Kako stil naveznosti iz zgodnjega otroštva vpliva na vzpostavljanje in ohranjanje odnosov v odrasli dobi?
- Vir: Bouwkamp Sonja, Roel (2014): Blizu doma, priročnik za delo z družinami

MODELI STILOV NAVEZANOSTI

PRVO POGlavJE: NAVEZANOST, DRUŽINSKI VZORCI IN PROCESI UČENJA

Prikaz 1.2: Dvodimenzionalni model stilov navezanosti⁴



Prosto po: Bartholomew, Kwong in Hart, 2001.

⁴ V slovenskih delih se prevodi izrazov za stile navezanosti (v ang. secure attachment, preoccupied attachment, fearful attachment, dismissing attachment) po avtorici Kim Bartholomew (Bartholomew, Kwong in Hart, 2001) nekoliko razlikujejo med seboj. Žvelc (2011) menjuje: varen stil navezanosti, preokupiran stil, plašljiv stil ter odklonilen stil n

Vzorci interakcij med starši in otroki

- **POPUSTLJIV STARŠ – IMPULZIVEN OTROK**

RAZVAJEN OTROK DOBI TO, KAR HOČE, NE PA TUDI TEGA, KAR POTREBUJE

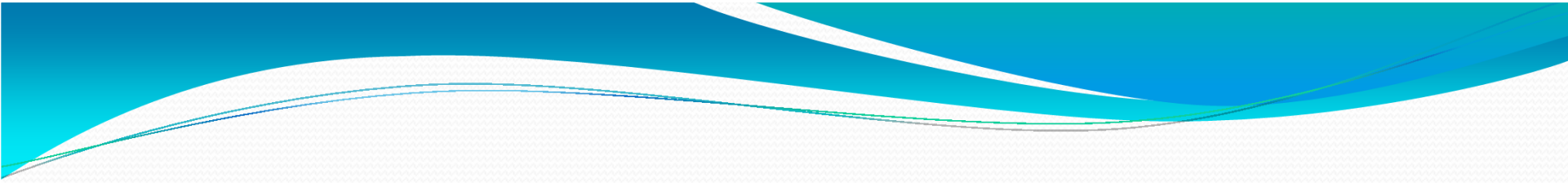
POPUSTLJIV STARŠ

ZNAČILNA VEDENJA STARŠEV: DATI PROSTE ROKE IN RAZVAJATI

SHEMA NARAVNANOSTI STARŠA DO OTROKA: VELIKO NUDITI IN MALO ZAHTEVATI

SHEMA PRIČAKOVANJ STARŠA, KAKO BO OTROK NARAVNAN DO NJEGA: TI SI IDEAL STARŠ

Vzorci povzeti po: Bouwkamp Sonja, Roel (2014): Blizu doma, priročnik za delo z družinami



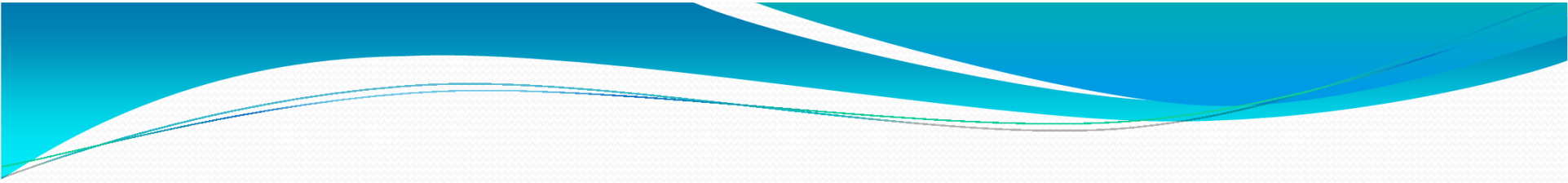
IMPULZIVEN OTROK

Značilna medosebna vedenja: delati po svoje

Shema otrokovih pričakovanj, kako bo starš ravnal do njega: VEDNO TI BOM UGODIL

Značilna intrapsihična vedenja: svoboden in brezskrben sem

Shema naravanosti do sebe: nič mi ni treba in vse smem



RAZUMEVAJOČ STARŠ – ODRPT, IGRIV OTROK

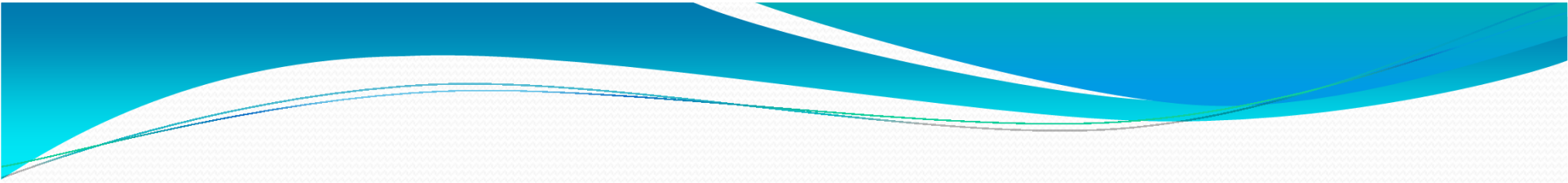
Razumeti otroka ni isto kot odobravati njegovo vedenje

Razumevajoč starš:

ZNAČILNA VEDENJA STARŠEV: *Razumeti in potrditi*

SHEMA NARAVNANOSTI STARŠA DO OTROKA:
vedno te jemljen resno

SHEMA PRIČAKOVANJ STARŠA, KAKO BO OTROK NARAVNAN DO NJEGA: *Vedno se lahko obrnem nate*



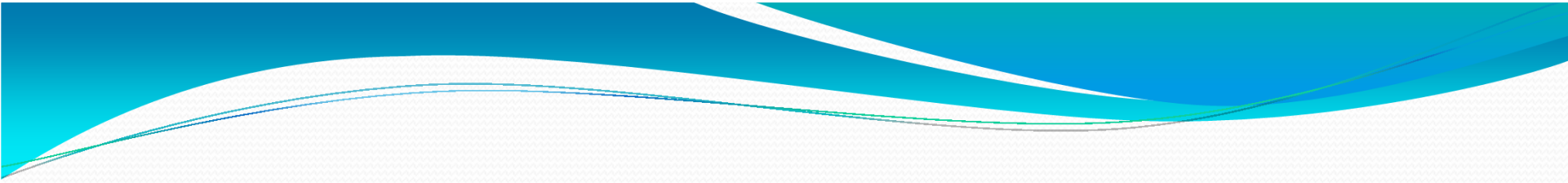
IGRIV ODRPT OTROK

Značilna medosebna vedenja: RAZKRITI SE

Shema otrokovih pričakovanj, kako bo starš ravnal do njega: TI SI V REDU

Značilna intrapsihična vedenja oz. naravanost otroka do starša: SPREJEMAM SAMEGA SEBE in starša mi ZAUPATA IN SPOŠTUJETA

Shema naravanosti do sebe: JAZ SEM UREDU



LJUBEČ STARŠ – SREČEN, KOMPETENTEN OTROK

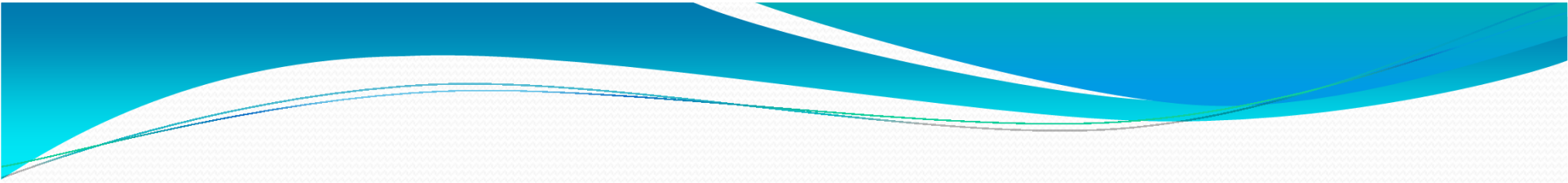
Kdor je ljubeč, je lahko tudi brez skrbi

LJUBEČ STARŠ:

ZNAČILNA VEDENJA STARŠEV: *Pristopati ljubeče in jasno*

SHEMA NARAVNANOSTI STARŠA DO OTROKA: *rad te imam, karkšen si*

SHEMA PRIČAKOVANJ STARŠA, KAKO BO OTROK NARAVNAN DO NJEGA: *Srečen sem s tabo*



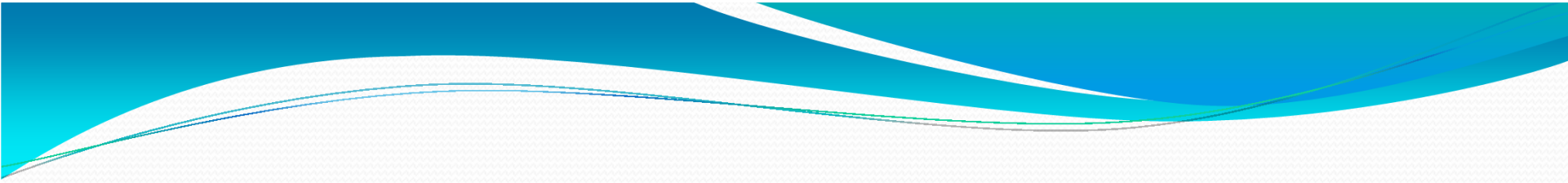
SREČEN, KOMPTENTEN OTROK

Značilna medosebna vedenja: SREČEN SEM S SEBOJ IN Z DRUGIMI

Shema otrokovih pričakovanj, kako bo starš ravnal do njega: RAD TE IMAM

Značilna intrapsihična vedenja oz. naravanost otroka do starša: CENITI SE, ZABAVATI SE in starša STA SREČNA Z MANO

Shema naravanosti do sebe: VREDEN SEM



ZAŠČITNIŠKI STARŠ – LOJALEN OTROK

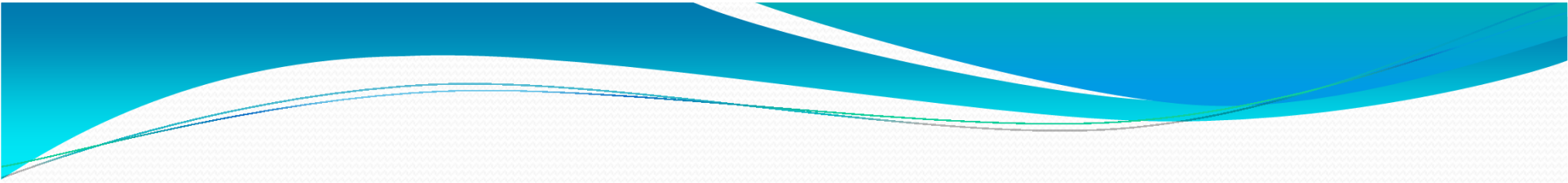
Kdor ne zaupa nikomur, je osamljen, kdor vsakemu, naiven.

ZAŠČITNIŠKI STARŠ:

ZNAČILNA VEDENJA STARŠEV: *Zaščititi*

SHEMA NARAVNANOSTI STARŠA DO OTROKA: *preventiva
je boljša kot kurativa*

SHEMA PRIČAKOVANJ STARŠA, KAKO BO OTROK
NARAVNAN DO NJEGA: *Pomagal mi boš*



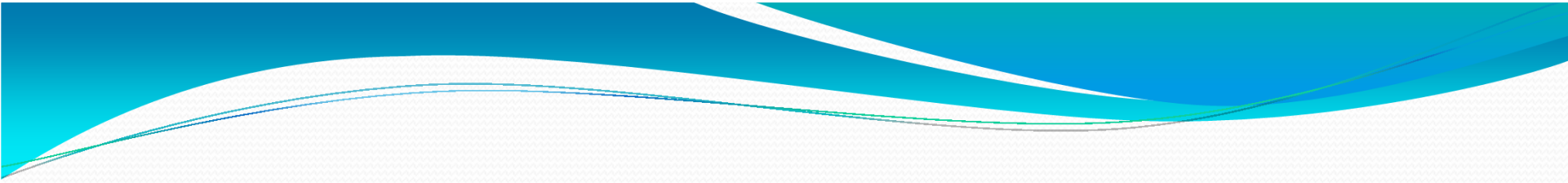
LOJALEN OTROK

Značilna medosebna vedenja: ZAUPAM DRUGIM

Shema otrokovih pričakovanj, kako bo starš ravnal do njega: STAL TI BOM OB STRANI

Značilna intrapsihična vedenja oz. naravanost otroka do starša: SAMOZAŠČITA IN KREPITEV SEBE in starša MI ZAUPATA

Shema naravanosti do sebe: NI MI TREBA TRPETI



PRETIRANO ZASKRBLJEN STARŠ –NEGOTOV OTROK

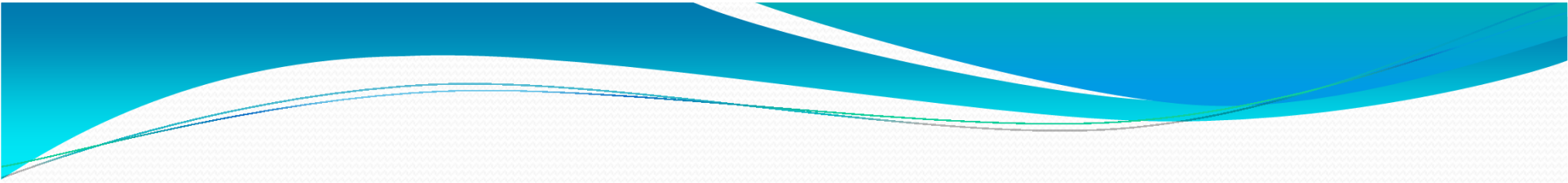
Da bo otrok shodil, si mora upati pasti

PRETIRANO ZASKRBLJEN STARŠ:

ZNAČILNA VEDENJA STARŠEV: *biti pokroviteljski, nadzorovati*

SHEMA NARAVNANOSTI STARŠA DO OTROKA:
vem, kaj je dobro zate

SHEMA PRIČAKOVANJ STARŠA, KAKO BO OTROK NARAVNAN DO NJEGA: *Pomagati mi moraš*



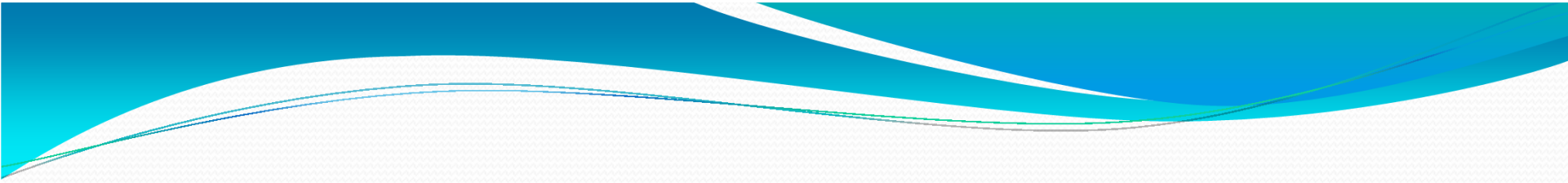
NEGOTOV OTROK

Značilna medosebna vedenja: ZANESTI SE NA DRUGE

Shema otrokovih pričakovanj, kako bo starš ravnal do njega: VEDNO TI BOVA STALA OB STRANI

Značilna intrapsihična vedenja oz. naravanost otroka do starša: BREZ TEBE(STARŠA) NE OBSTAJAM, v sebi ČUTIM TESNOBO IN NEMOČ

Shema naravanosti do sebe: NIČ NE ZMOREM SAM



AVTORITAREN STARŠ – PRILAGOJEN OTROK

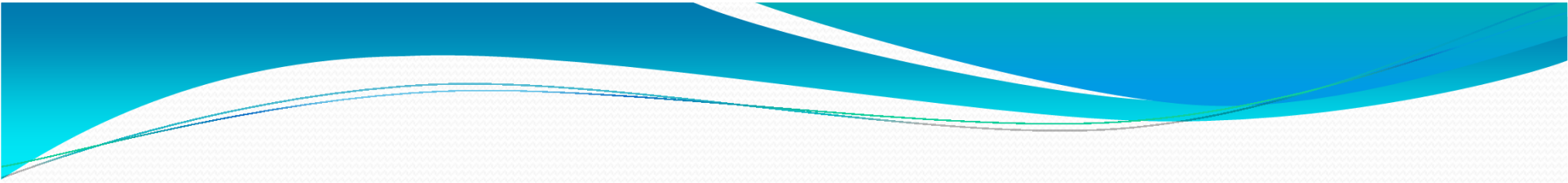
Vedno vedeti najbolje drugega pomanjšuje, ne dviguje

Avtoritaren starš:

ZNAČILNA VEDENJA STARŠEV: *podrediti in nadzirati*

SHEMA NARAVNANOSTI STARŠA DO OTROKA: *rad te imam, samo če...*

SHEMA PRIČAKOVANJ STARŠA, KAKO BO OTROK NARAVNAN DO NJEGA: *Hvaležen sem ti*



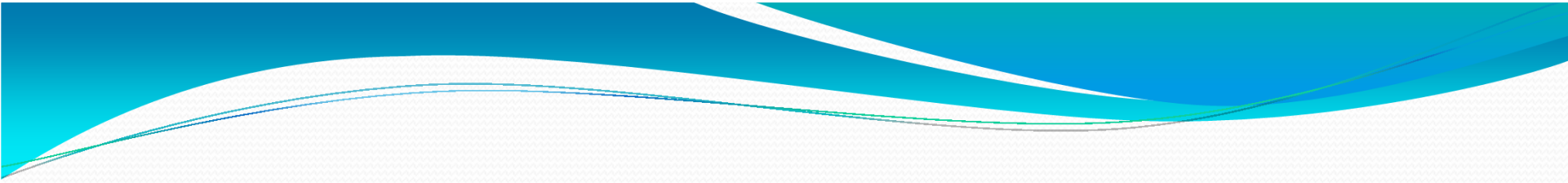
PRILAGOJEN OTROK

Značilna medosebna vedenja: PODREDITI SE IN
UBOGATI

Shema otrokovih pričakovanj, kako bo starš ravnal do
njega: RAD TE IMAM, ČE SI “DOBER” OTROK

Značilna intrapsihična vedenja oz. naravanost otroka do
starša: otrok: Prosim, naj se ti zdim v redu;
samoobvladujem se

Shema naravanosti do sebe: NISEM POMEMBEN



KAZNUJOČ STARŠ – UŽALJEN OTROK

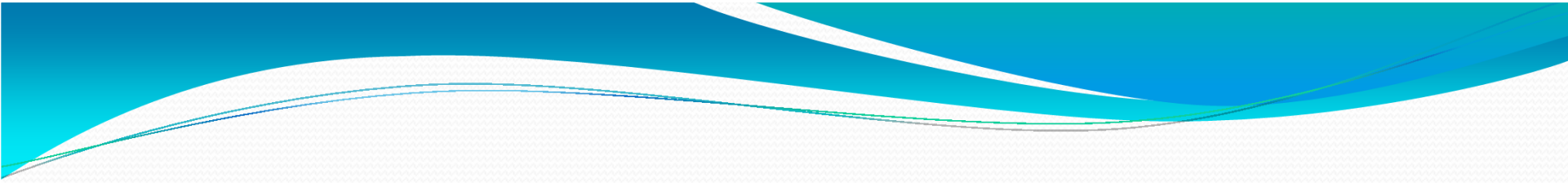
Napake so zato, da se iz njih kaj naučimo, in ne, da smo zaradi njih kaznovani

KAZNUJOČ STARŠ:

ZNAČILNA VEDENJA STARŠEV: *očitati, obtoževati in omaloževati*

SHEMA NARAVNANOSTI STARŠA DO OTROKA:
usmeriti te moram na pravo pot

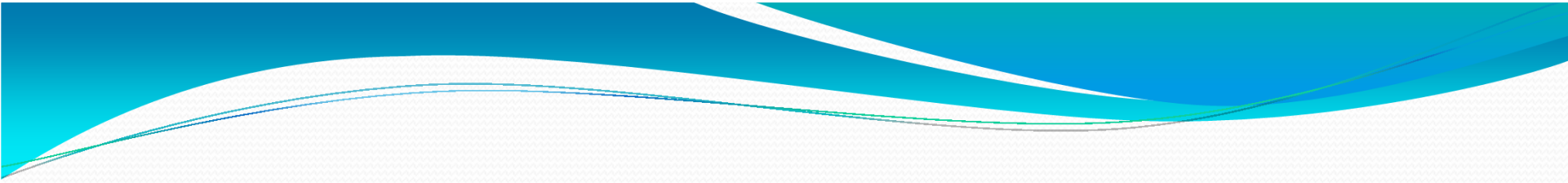
SHEMA PRIČAKOVANJ STARŠA, KAKO BO OTROK NARAVNAN DO NJEGA: *Kaznjuješ me v moje dobro, kazen si zaslužim*



UŽALJEN OTROK

Značilna medosebna vedenja: KUJATI SE, KLJUBOVATI
Shema otrokovih pričakovanj, kako bo starš ravnal do
njega: TI NISI V REDU

Značilna intrapsihična vedenja oz. naravanost otroka do
starša: DO STARŠA SEM NEMOČEN, da bom sprejet
moram zavračati in zatirati samega sebe



NASILEN STARŠ – ZASTRAŠEN OTROK

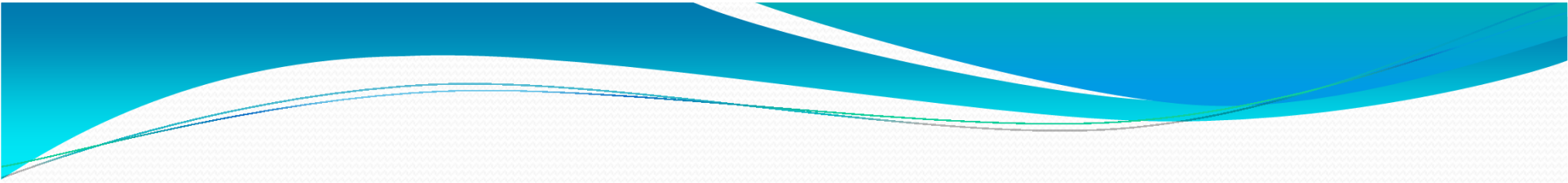
Iz skrajne frustracije večinoma izhajajo napačni sklepi

NASILEN STARŠ:

ZNAČILNA VEDENJA STARŠEV: *odklanjati, zavračati, trpinčiti, zlorabiti*

SHEMA NARAVNANOSTI STARŠA DO OTROKA: *ti nisi uredu*

SHEMA PRIČAKOVANJ STARŠA, KAKO BO OTROK NARAVNAN DO NJEGA: *Ti odločaš o meni*



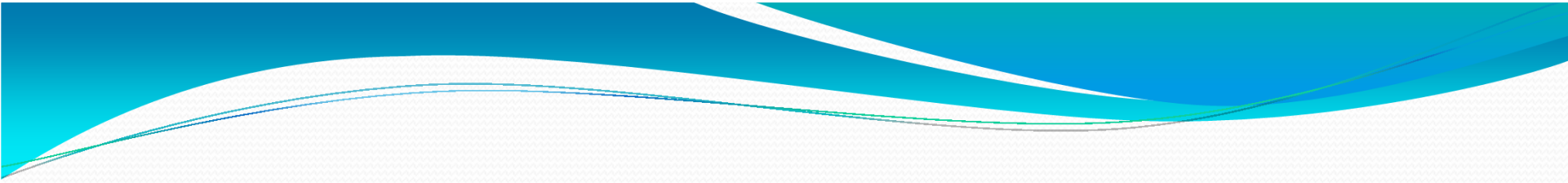
USTRAHOVAN OTROK

Značilna medosebna vedenja: UMAKNITI SE NA VARNO, SKRITI SE

Shema otrokovih pričakovanj, kako bo starš ravnal do njega: TI NISI POMEMBEN

Značilna intrapsihična vedenja oz. naravanost otroka do starša: otrok: Staršem ne morem ničesar doprinesti, bolje je da se “uničim/zavržem”

Shema naravanosti do sebe: NISEM VREDEN



ZANEMARJAJOČ STARŠ – IZGUBLJEN OTROK

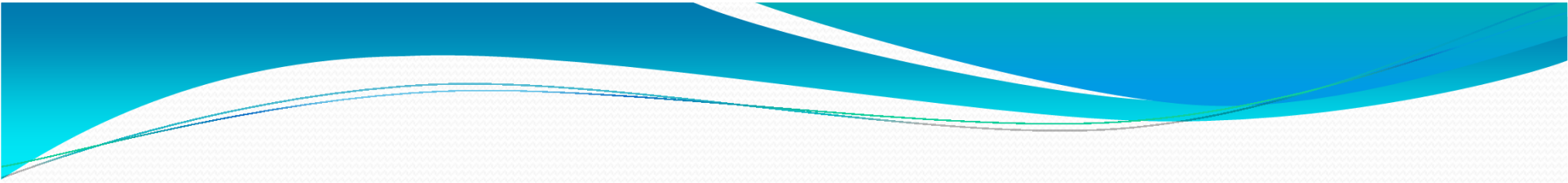
Tudi hoteti je treba znati

ZANEMARJAJOČ STARŠ:

ZNAČILNA VEDENJA STARŠEV: *ignorirati in zanemariti*

SHEMA NARAVNANOSTI STARŠA DO OTROKA:
če si od drugega odvisen, si šibe

SHEMA PRIČAKOVANJ STARŠA, KAKO BO OTROK NARAVNAN DO NJEGA: *Znašel se bom brez tebe*



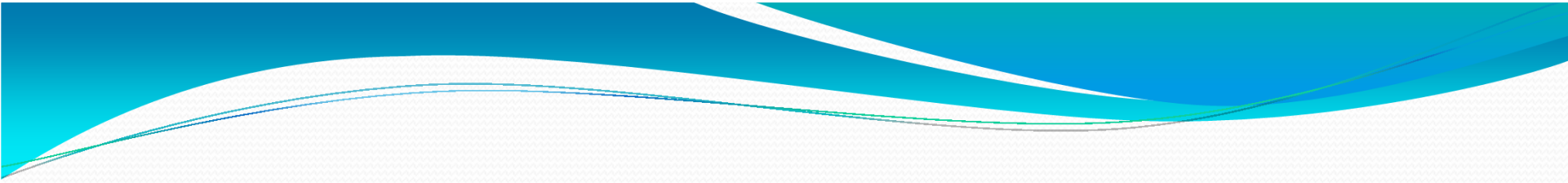
IZGUBLJEN OTROK

Značilna medosebna vedenja: IZOGIBATI SE BLIŽINI,
POSTAVITI ZID PRED SABO

Shema otrokovih pričakovanj, kako bo starš ravnal do njega:
OD MENE NIČESAR NE PRIČAKUJ

Značilna intrapsihična vedenja oz. naravanost otroka do
starša: otrok: Pustil si me na cedilu (starš), zanemarjanje
samega sebe oz. sanjarjenje”

Shema naravanosti do sebe: NIČ NISEM VREDEN



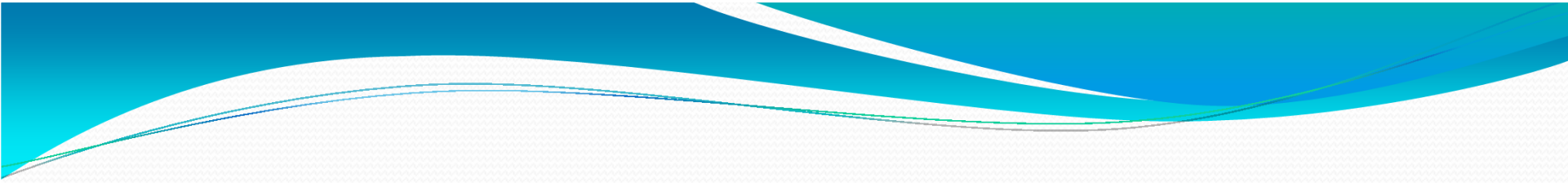
NEDOSLEDEN STARŠ – TEŽAVEN OTROK

Dobri starši tvorijo ekipo. Ni treba, da se vedno strinjajo, morajo pa sodelovati

NEDOSLEDEN STARŠ:

ZNAČILNA VEDENJA STARŠEV: *dati svobodo nasproti nadzorovati (menjavanje pozicije)*

SHEMA NARAVNANOSTI STARŠA DO OTROKA: SHEMA PRIČAKOVANJ STARŠA, KAKO BO OTROK NARAVNAN DO NJEGA: *Podobno kot popustljiv/avtoritaren in kaznujoč*



TEŽAVEN OTROK

Značilna medosebna vedenja: OBLJUBITI, A NE NAREEDITI

Shema otrokovih pričakovanj, kako bo starš ravnal do njega:

ZDIŠ SE MI LJUBEZNIV, ZDIŠ SE MI POREDEN

Značilna intrapsihična vedenja oz. naravanost otroka do starša: otrok: Moram biti prebrisan, da bom dosegel svoje; vedenja: impulzivnost, zanemarjanje samega sebe”

Shema naravanosti do sebe: SEM FANTASTIČEN – NIČ
NISEM VREDEN

NEZANESLJIV STARŠ – NESTABILEN OTROK

Vse oblike manipulacije, ki jih uporablja, je otrok že kdaj uporabil in bil zanje pozitivno nagrajen ali pa je videl, da so jih uspešno uporabili drugi

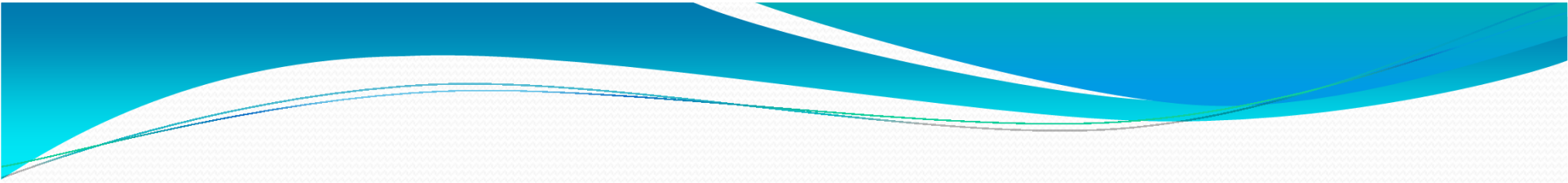
NEZANESLJIV STARŠ:

ZNAČILNA VEDENJA STARŠEV: *aktivna ljubezen nasproti zavrženju in zanemarjanju*

SHEMA NARAVNANOSTI STARŠA DO OTROKA:

SHEMA PRIČAKOVANJ STARŠA, KAKO BO OTROK

NARAVNAN DO NJEGA: *Vzporednice ljubečega starša in starša, ki zlorablja*



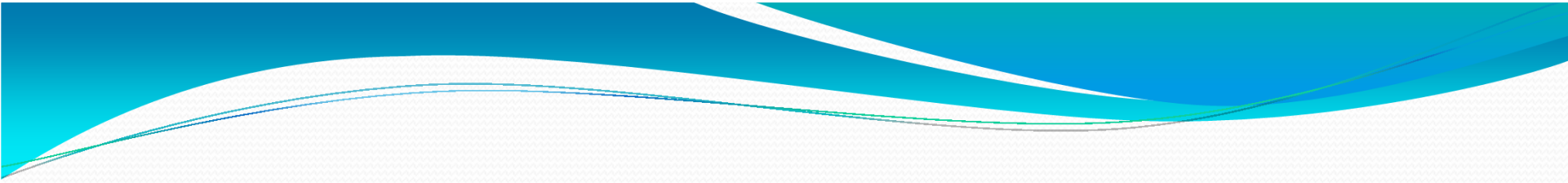
NESTABILEN OTROK

Značilna medosebna vedenja: REAKTIVNA LJUBEZEN IN STRAH PRED IZGUBO NADZORA

Shema otrokovih pričakovanj, kako bo starš ravnal do njega:
RAD TE IMAM – NIMAM TE RAD

Značilna intrapsihična vedenja oz. naravanost otroka do starša: otrok: Ne upam si zaupati ti; samozaščita nasproti zavrženju samega sebe”

Shema naravanosti do sebe: NEMOČEN SEM



NEODRASEL STARŠ – POSTARŠEN OTROK

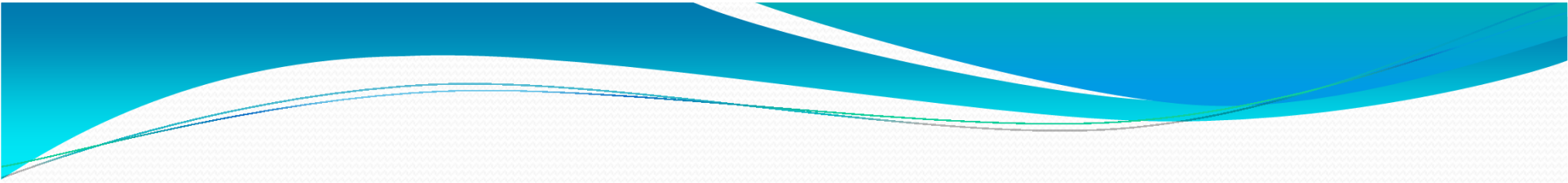
Bodi srečen z otroki, in ne zaradi njih

NEDORASEL STARŠ:

ZNAČILNA VEDENJA STARŠEV: *Biti odvisen in nemočen ter zahtevati*

SHEMA NARAVNANOSTI STARŠA DO OTROKA: *ti moreš skrbeti zame*

SHEMA PRIČAKOVANJ STARŠA, KAKO BO OTROK NARAVNAN DO NJEGA: *Nikoli te ne bom pustil na cedilu*



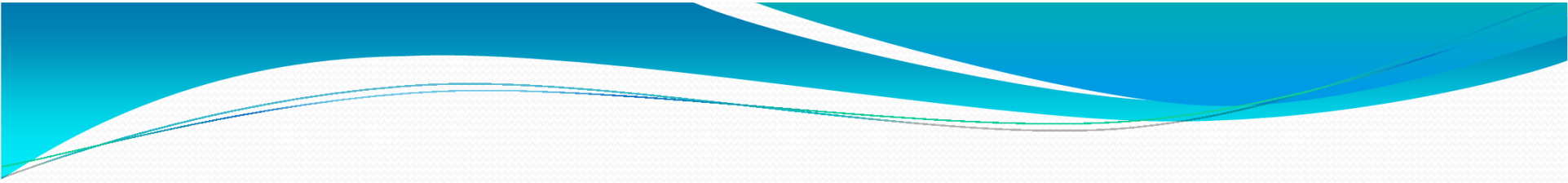
POSTARŠEN OTROK

Značilna medosebna vedenja: SKRBETI, POMAGATI IN ZAŠČITITI

Shema otrokovih pričakovanj, kako bo starš ravnal do njega:
TI SI MOJA OPORA IN MOJE ZATOČIŠČE

Značilna intrapsihična vedenja oz. naravanost otroka do starša: otrok: Ti ne zmoreš brez mene; vedenje: samozaščite in samoobvladovanje”

Shema naravanosti do sebe: NEPOGREŠLJIV SEM

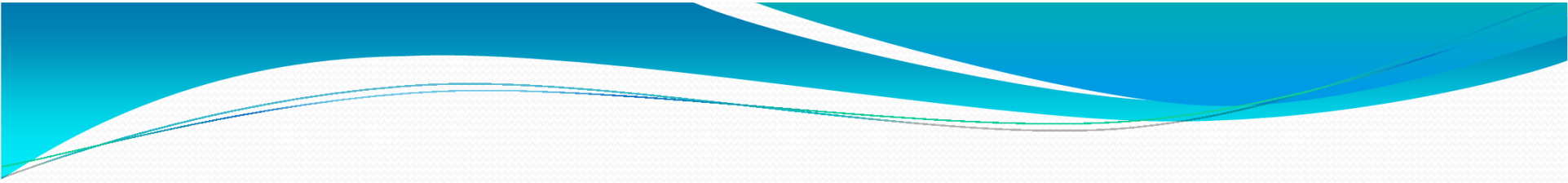


POJEM KONFLIKT

- Neutralen pojem – doživljamo ga kot bolj negativnega kot pozitivnega
 - Doživljamo ga kot grožnjo, le redko kot izziv
 - Konflikt je vedno povezan s čustvi in našimi vrednotami
 - Čustva v konfliktu – strah, nemoč, izdaja, jeza
 - Konfliktna situacija – drugemu ne zaupam
 - Razkrivanje posameznikove intimne strani
 - Stopnja konflikta – naše vrednote, potrebe
-
- Vir: Iršič Marko(2004): Umetnost obvladovanja konfliktov

PRAKTIČNE VAJE – vsak posameznik odgovori na spodnja vprašanja, razdelitev v pare – podelitev, refleksija

- FIZIOLOŠKI PROCESI
- ČUSTVENI
- KOGNITIVNI/MISELNI
- VEDENJSKI – odzivi, neverbalna in verbalna komunikacija
- Vir: znanje pridobljeno skozi študij FSD in Gestalt izkustvena družinska terapija
- KAKŠNI OBČUTKI NAS SPREMLJAJO PRED, MED IN PO KONFLIKTU?
- KAKŠNE SO NAŠE IZKUŠNJE S KONFLIKTI - V DRUŽINI, SLUŽBI, MED PRIJATELJI?
- MOJI ODZIVI NA KONFLIKT SO? KAJ S TEMI ODZIVI SPOROČAM? ALI TO KAR SPOROČAM ZARES ŽELIM SPOROČITI?
- SPOZNANJA – O SEBI, DRUGEMU, DOJEMANJE ODNOSA



KONFLIKTNE SITUACIJE V VRTCU

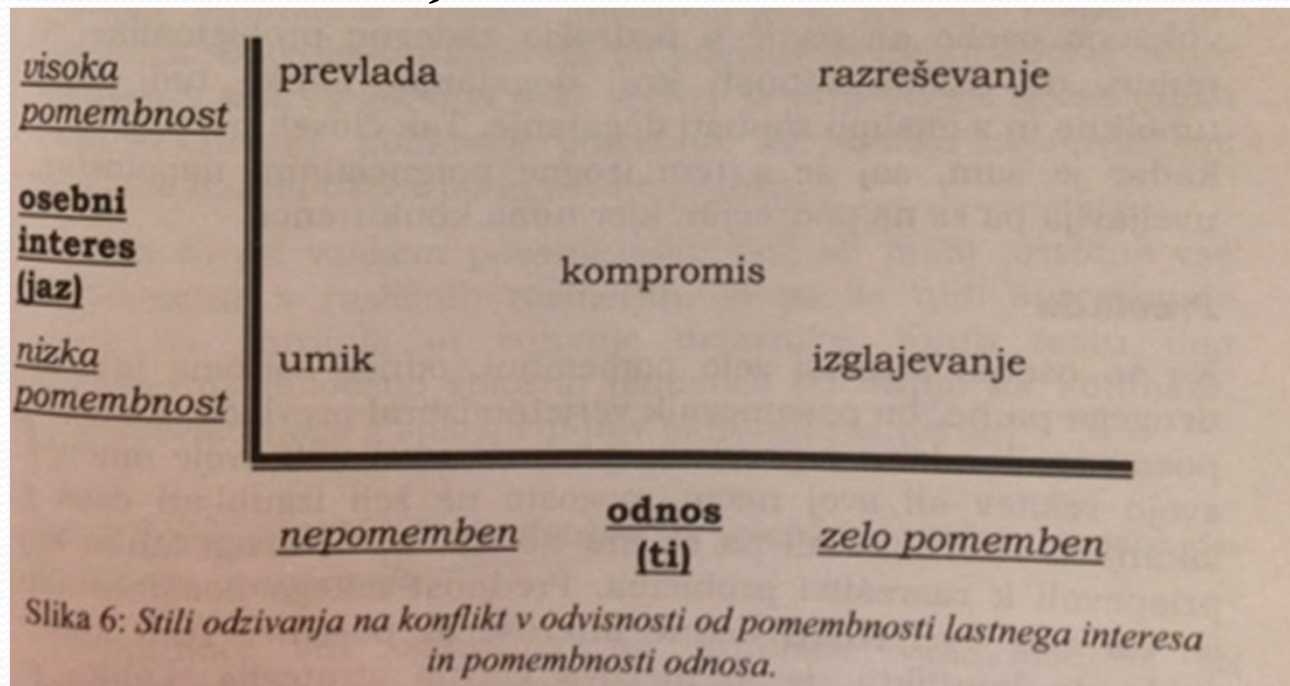
- Odnosi v skupini z otroki
 - Odnos s starši
 - Odnos med sodelavci
 - Odnos vodje(ravnateljice)
-
- PRIČAKOVANJA STARŠEV
 - PRIČAKOVANJA DELAVCEV
 - PRIČAKOVANJA VODILNIH
 - ŽELJE IN POTREBE VSEH UDELEŽENCEV
 - SISTEMI IN PODSISTEMI

Pet načinov ravnanja s konflikti

- BORITI SE – takoj ukrepamo, brez milosti; obramba je napad iz ozadja
- VDATI SE – popustiti, prilagoditi, prezreš svoje potrebe
- IZOGIBATI SE – zanikaš konflikt; ne izraziš svojih potreb in niti potreb drugega
- UREJANJE – ko zagrozi konflikt, takoj iščeš rešitve, deluješ razumsko; potrebe in občutka potiskaš na stran
- DELITI – odkrito izraziš nezadovoljstvo, zato da se odnos izboljša in reši konflikt. Upoštevaš svoje potrebe in potrebe drugega.
- Vir: Bouwkamp Sonja, Roel (2014): Blizu doma, priročnik za delo z družinami

SOOČANJE IN REŠEVENJE

- STILI ODZIVANJA NA KONFLIKTE:



- Kaj vpliva na razrešitev konflikta? Odnos in osebni interes v tem odnosu

Kako ravnajo s konflikti vodje skupin:

- Kategorije:
- OBVLADATI VEDENJE – in po potrebe zmagati v konfliktu; potreba po premoči; ne pokazati osebnih čustev
- IZOGNITI SE KONFLIKTU – naturalizacija konfliktov; delati se kot da nič ni
- SREČATI SE Z OSEBO – konflikte interpretira kot problem v stiku in ne problem premoči. Na prvem mestu je STIK in nato ZAHTEVA
- Vir: Bouwkamp Sonja, Roel (2014): Blizu doma, priročnik za delo z družinami

Reflektiranje oz. ozaveščanje

- Kako doživljam odnos? Kaj vse zaznavam v tem odnosu? Ali je dovolj varno, da to tudi na glas izrazim?
- Kaj želim v tem odnosu? Moja vloga v konkretnem odnosu je?
- Kaj potrebujem v tem odnosu?
- Kaj za to storim?
- Stik s sabo (kako sebe zaznavam v interakciji, ali znam prepoznati in nato še prepoznano izraziti?) Kakšna čustva sem prepoznal pri sebi? Kako sem jih izrazil? Kakšna čustva sem prepoznal pri drugemu? Kako sem jih izrazil ali sploh sem jih?
- Kako sem dojel svoj odziv v dani situaciji? Kako je drugi dojem moj odziv ali sem to preveril, na kakšen način?

Strategije reševanja konfliktov

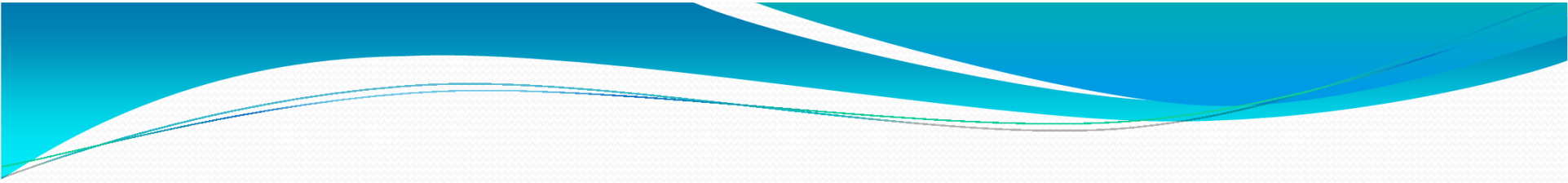
- Poskusimo **ostati mirni** oz. se najprej pomiriti
- **Spoznati in spoštovati različne poglede, čustva, vrednote**
 - **Zaznave:** izmenjati različne poglede na situacijo + kaj je pomembno
 - **Čustva:** prepoznati čustva vpletenih + izmenjati;
 - **Komunikacija:** spoznati različna ozadja, vrednote vpletenih;
 - jasno izraziti svoja pričakovanja, namene; prisluhniti tudi drugemu
 - ozavestiti, kako lastno vedenje vpliva na čustva in reakcije drugih;
 - preveriti skupno razumevanje situacije
- Osredotočiti se na **interese vpletenih**, ne le na cilje (status)
- Zavezati se k **iskanju rešitve**, s katero **obe strani dobita**
- **Vir:** Iršič Marko (2004): Umetnost obvaldovanja konfliktov

PRATKIČNE VAJE – v skupini

- 1. RAZDELITE SE V SKUPINE (5 ČLANOV)
 - - Eden od članov predstavi primer/problem
- 2. OPREDELITEV (pri staršu in pri vzgojitelju)
 - - Kateri vzorec ste prepoznali oz. kaj povzroča težave?
 - Kaj je prepoznal tisti ki problem izpostavi? Kaj so prepoznali ostali člani
 - - kateri so “nezdravi viri moči” (za oba udeleženca)- rdeč flomaster
 - - kateri so “zdravi viri moči” (za oba udeleženca) - zelen flomaster

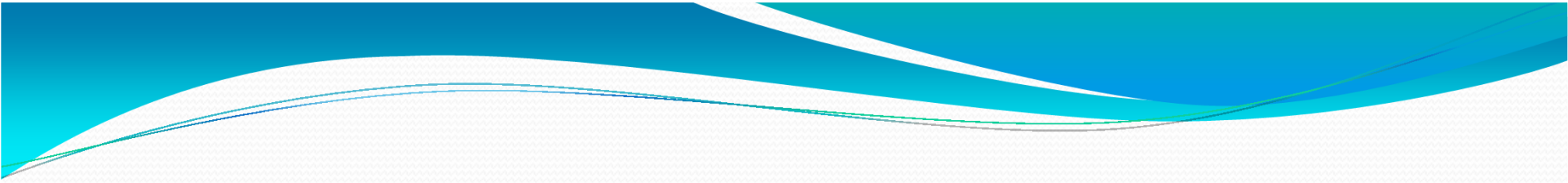
3. Rešitev

- Član , ki je izpostavil primer, pove, kaj je svojega prepozna-kje vidi rešitev
 - Ostali člani podelijo svoje videnje , član pove kaj mu je od tega blizu, kaj je zanj primerno za dano situacijo
 - Diskusija za celotno skupino
-
- Vir: Bouwkamp Sonja, Roel (2014): Blizu doma, priročnik za delo z družinami



Literatura

- Bouwkamp Sonja, Roel: Blizu doma, priročnik za delo z družinami: Ravnanje z interakcijskimi vzorci v družni, pri procesih podpore in pomoči ter na področju psihosocialnega dela, Ljubljana: Znanstvena založba Filozofske fakultete: Pedagoška fakulteta: Inštitut za družinsko terapijo, 2014
- Iršič Marko: Umetnost obvaldovanja konfliktov, Ljubljana: Zavod Ramko, 2004



HVALA ZA POZORNOST