

## Σύγκρουση, το ζήτημα της λύσης;

Οι συγκρούσεις αποτελούν μέρος της καθημερινότητάς μας. Δεν είναι πάντα εύκολο να τις χειριστεί κανείς καθώς συχνά ανοίγουν το πεδίο των καταπιεσμένων συναισθημάτων μας ενώ τις επιλύουμε με τρόπο που δεν είναι πάντα εποικοδομητικός. Ούτε για εμάς, ούτε για τους άλλους. Το να μάθει κανείς να αναγνωρίζει μία σύγκρουση καθώς και τα βήματα της επίλυσης των συγκρούσεων είναι μια ικανότητα που μπορεί να διδαχθεί κανείς. Η άσκηση αυτή επιτρέπει την εσωτερικοποίηση των δεξιοτήτων και, ως εκ τούτου, την ενίσχυση του ατόμου και της κοινωνίας εν γένει.

Κατηγορία	Μέγεθος ομάδας	Ηλικία ομάδας	Διάρκεια
• Πρόληψη	• μικρή ομάδα • μεσαία ομάδα	• 16 - 19 • 20 - 24	• 30 λεπτά • 45 λεπτά • 1 ώρα

### Στόχοι

Οι συμμετέχοντες

- Να εξερευνήσουν την έννοια της σύγκρουσης
- Να προσδιορίσουν τα διαφορετικά στάδια των συγκρούσεων
- Να μάθουν πώς εμφανίζονται οι συγκρούσεις, αναπτύσσονται, επιταχύνονται
- Να γνωρίζουν καλύτερα τις μεθόδους παρέμβασης

### Περιγραφή

#### Βήματα

1. Συζήτηση και καταιγισμός ιδεών (Brainstorm) με την τάξη για το τι είναι η σύγκρουση, γράψτε τις απαντήσεις στον πίνακα.
2. Ρωτήστε τους συμμετέχοντες σε ποια επίπεδα μπορεί να προκύψει σύγκρουση. Γράψτε κάποια επίπεδα σύγκρουσης στον πίνακα: Ατομικό επίπεδο (διαπροσωπικές συγκρούσεις), μεταξύ ατόμων (διαπροσωπικών), μεταξύ μελών της οικογένειας, μεταξύ ομάδων, εντός ομάδων, μεταξύ εθνών.
3. Χωρίστε την ομάδα σε μικρές ομάδες των 4 ή 5 ατόμων. Δώστε σε κάθε ομάδα μια εφημερίδα και ζητήστε τους να βρουν μια ιστορία σε σχέση με μια σύγκρουση. Οι συμμετέχοντες θα κληθούν να αναλύσουν την επιλεγμένη ιστορία τους σχετικά με το περιεχόμενο των συγκρούσεων, καθώς και σε ποιο επίπεδο προκύπτουν.
4. Μετά κάθε ομάδα επιλέγει και συζητά την ιστορία τους, κάθε ομάδα θα καθορίσει έναν εκπρόσωπο που θα αναφέρει στους άλλους: ποια είναι η σύγκρουση, γιατί επέλεξαν αυτή τη συγκεκριμένη σύγκρουση και σε ποιο επίπεδο προέκυψε.
5. Επιστρέψτε στον κατάλογο των επιπέδων σύγκρουσης στον πίνακα. Καλύπτονται όλα τα επίπεδα των συγκρούσεων από τις ιστορίες που αναλύθηκαν; Αν όχι, παρακαλούμε να δώσετε παραδείγματα αυτού του είδους των συγκρούσεων. Ρωτήστε τις ακόλουθες ερωτήσεις:

«Ποιες είναι οι διαφορές μεταξύ των διαφορετικών τύπων συγκρούσεων;»

«Υπάρχουν ομοιότητες μεταξύ των διαφορετικών τύπων συγκρούσεων;»

«Σκεφτείτε τις αιτίες αυτών των διαφορετικών επιπέδων συγκρούσεων. Υπάρχουν ομοιότητες ή διαφορές;»

6. Ξεκινήστε μια συζήτηση για τη διαδικασία των συγκρούσεων: Ρωτήστε πώς αναπτύσσεται μια σύγκρουση; Θυμηθείτε μια σύγκρουση που έχετε βιώσει, τι συμβαίνει συχνά μεταξύ δύο ανθρώπων; (Ποιό είναι ένα πρώτο σημάδι που υποδεικνύει ότι δύο άτομα βρίσκονται σε κάποιο είδος σύγκρουσης;) Ο συντονιστής προτρέπει τους συμμετέχοντες να προβληματιστούν, για το τι θα συμβεί στη συνέχεια; Ο συντονιστής συζητά με την ομάδα για το ποιες είναι αυτές οι φάσεις.
7. Ελέγξτε τα παρακάτω στάδια των συγκρούσεων. Συγκρίνετε με τις ιδέες των συμμετεχόντων στο βήμα 1. Παρατηρήστε ομοιότητες. Βάλτε διαφορετικό συμμετέχοντα να διαβάξει το κάθε στάδιο. Διευκρινίστε κάτι, εάν απαιτείται.

### **Στάδια σύγκρουσης:**

#### *Στάδιο 1 - Δυσφορία*

Ίσως τίποτα δεν έχει ειπωθεί ακόμα. Τα πράγματα δεν φαίνονται καλά. Μπορεί να είναι δύσκολο να εντοπιστεί ποιο είναι το πρόβλημα. Αισθάνεστε άβολα για μια κατάσταση, αλλά δεν είστε σίγουροι γιατί;

#### *Στάδιο 2 - Περιστατικά*

Εδώ εμφανίζεται μια μικρή, έντονη ανταλλαγή χωρίς οποιαδήποτε εσωτερική αντίδραση. Έχει συμβεί κάτι ανάμεσα σε εσάς και κάποιον άλλο που σας άφησε αναστατωμένο, ενοχλημένο ή με ένα αποτέλεσμα που δεν σας αρέσει;

#### *Στάδιο 3 - Παρανοήσεις*

Εδώ τα κίνητρα και τα γεγονότα συχνά μπερδεύονται ή παρανοούνται. Οι σκέψεις σας συνεχίζουν περιστρέφονται γύρω από το πρόβλημα;

#### *Στάδιο 4 - Ένταση*

Εδώ οι σχέσεις επιβαρύνονται από αρνητικές στάσεις και σταθερές απόψεις. Έχει αλλάξει σημαντικά προς το χειρότερο ο τρόπος που αισθάνεστε και βλέπετε το άλλο πρόσωπο; Είναι η σχέση μια πηγή μόνιμης ανησυχίας και θλίψης;

#### *Στάδιο 5 - Κρίση*

Η συμπεριφορά επηρεάζεται, η κανονική λειτουργία γίνεται δύσκολη, ακραίες χειρονομίες πραγματοποιούνται. Αντιμετωπίζετε ένα σημαντικό γεγονός όπως μια πιθανή ρήξη σε μια σχέση, αφήνετε μια δουλειά, υπάρχει βία;

### **Ανατροφοδότηση**

Οι συγκρούσεις ενδέχεται να εμφανίζονται σε διαφορετικά επίπεδα. Μπορούν να προκύψουν σε προσωπικό επίπεδο με τις αδελφές και τους αδελφούς μας, τους συζύγους, τους φίλους, τους γονείς κ.λπ. και μπορούν επίσης να προκύψουν μεταξύ των εθνών. Οι συγκρούσεις σε προσωπικό

επίπεδο μπορεί επίσης να ονομάζονται ενδοπροσωπικές συγκρούσεις, οι συγκρούσεις μεταξύ ατόμων μπορούν να καλούνται διαπροσωπικές συγκρούσεις και συγκρούσεις μεταξύ ομάδων, εντός ομάδων ή μεταξύ εθνών. Αυτά είναι όλα τα επίπεδα συγκρούσεων.

Οι συγκρούσεις μπορεί να μην συμβαίνουν πάντοτε με όπλα, μπορούν να συμβούν με τον εαυτό μας, όταν δύο διαφορετικά και αντιτιθέμενα οράματα, σκέψεις συγκρούονται και παρόμοια μπορούν επίσης να συμβούν μεταξύ δύο φίλων που ζηλεύουν ο ένας τον άλλον. Σε όποιο επίπεδο σύγκρουσης υπάρχουν, υπάρχουν διαφορετικά στάδια που οι περισσότερες συγκρούσεις περνούν από ένα αρχικό αίσθημα δυσφορίας σε μια πλήρη κρίση. Αν μπορούμε να εντοπίσουμε τη διαδικασία κατά τα πρώτα στάδια της σύγκρουσης, γίνεται ευκολότερο να σταματήσουμε μια πιθανή κρίση.

## Απαιτούμενα υλικά

Μεγάλα φύλλα πίνακα, πίνακας τύπου flip-chart, στυλό.

## Μεθοδολογία

Δραστηριότητα ομάδας, συζήτηση.

## Συμβουλές για τον εκπαιδευτή

Απαιτείται προκαταρκτική προετοιμασία.

## Πηγές / βιβλιογραφία

Women without borders. (2006). Young Women Fit for Politics. Σύνδεσμος: [www.women.without.borders.org](http://www.women.without.borders.org) .



CC - Αναφορά - Μη Εμπορική Χρήση - Παρόμοια Διανομή  
<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/>

*Σύγκρουση, το ζήτημα της λύσης:*. Ανακτήθηκε την Κυριακή, 05 Ιανουαρίου 2025 από <https://toolbox.ycare.eu/courses/YCARE425/>

<https://www.ycare.eu>

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



Η υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής για την παραγωγή της παρούσας ιστοσελίδας δεν συνιστά αποδοχή του περιεχομένου, το οποίο αντανακλά τις απόψεις μόνον των δημιουργών, και η Ευρωπαϊκή Επιτροπή δεν φέρει ουδεμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που εμπεριέχονται σε αυτό