

Типи конфліктних особистостей

За певними характеристиками можна розрізнити **5 типів** конфліктних особистостей і моделей їхньої поведінки: демонстративний тип конфліктної особистості, ригідний тип конфліктної особистості, надточний тип конфліктної особистості, некерований тип конфліктної особистості, безконфліктний тип конфліктної особистості.

Демонстративний тип конфліктної особистості найбільш часто зустрічається у індивідів з холеричним типом темпераменту. Такі люди особливі тим, що їх стихія – це конфлікт. Вони, не соромлячись, висловлюються в ньому, не особливо звертаючи увагу на тон своєї мови або її доречність. З незначного спору вони можуть роздути цілу епопею. У серйозному конфлікті тримаються міцно, мужньо. Настрій такого типу особистості в конфлікті визначається тим, як до нього відноситься суперник.

Демонстративні типи конфліктної особистості ніколи не приймуть ту думку, що самі часто є джерелом спору, вони завжди знайдуть винних. Такі люди постійно оточені публікою, вони люблять популярність і увагу, це підвищує їхню самооцінку, гріє марнославство. Представники демонстративного типу конфліктної особистості ніколи не сидять довго над однією справою і весь час кудись поспішають.

Ригідний тип конфліктної особистості можна впізнати в людині, яка абсолютно не вміє слухати інших і це відчувається вже з перших хвилин розмови. Зрозуміти чужу думку і прийняти той факт,

що вона може бути правильною для такої особистості щось неймовірне. Конфліктні особистості ригідного типу завжди говорять те, що в них на язиці, і ніколи не думають, наскільки це доречно в тій чи іншій ситуації. Якщо думка співрозмовника протилежна її принципам, така особистість розцінить це як образу і запам'ятає надовго. Це злопам'ятна людина, яка не вміє стежити за власними вчинками.

Некерований тип конфліктної особистості можна визначити за такими поведінковими характеристиками: неконтрольована агресивна поведінка з оточуючими, завищена самооцінка, імпульсивність, непередбачуваність вчинків. У колективі до такого індивідууму відносяться з побоюванням, остерігаючись його агресії. Досить часто діяльність в групі з такою людиною не приносить користі, вона не підтримує загальних цілей і цінностей.

Тип конфліктної особистості можна визначити по прискіпливій поведінці: індивідуум намагається бути точним, слідує власним правилам, надзвичайно стурбований тим, щоб завжди все було зроблено ідеально, іноді це стає навіть занудним. Дуже переживає через те, що може кудись не встигнути або щось не зробити, пунктуальність у нього на першому місці. Всі переживання, думки про можливі невдачі, розрахунки призводять до стану підвищеної тривожності, безсоння і неврозів. Весь цей головний біль виходить від самої людини, через її зайву чутливість, надточність і підозрілість.

Безконфліктний тип конфліктної особистості відрізняється від інших тим, що коли зав'язується конфліктна ситуація він

намагається піти від неї і перекласти свою відповідальність на когось іншого. Такий тип легко піддається навіюванню, його неважко змусити змінити свою думку, оскільки він сильно переймається думкою оточуючих. Своє рішення приймає, не дивлячись, на його перспективу в майбутньому, не замислюючись про наслідки. Можна сказати, живе моментом.

Крім розглянутих типів конфліктних особистостей, існують ще, наприклад, **люди-максималісти**. Володарі такого типу характеру бажають отримати все, що їм забажається, вимагають цього в надлишку, навіть якщо їм воно потім і не знадобиться. До того ж дуже нервують, якщо не отримують бажаного відразу.

Є тип людей **«вічних песимістів»**. Перебувати з ними в постійному спілкуванні дуже важко, потрібно володіти величезним терпінням або навчитися ігнорувати їх висловлювання. Майже кожну ситуацію вони бачать в негативному світлі і наперед прогнозують невдачу.

Ще один популярний тип конфліктної особистості ті, що «зводять з розуму», таку назву вони отримали через їх протиріччя у висловлюваннях і вчинках. Вони люблять щось пообіцяти, але потім забрати своє слово назад, таким чином, є ненадійними колегами.

Важливо зрозуміти, що всі перераховані вище типи конфліктних особистостей і моделі їхньої поведінки, хоч як би не дратували, заслуговують на розуміння і співчуття. Ці люди не від добра стали такими. У них повинна була статися в житті якась ситуація, що

подіяла травматичним чином на їх свідомість і у відповідь на цю ситуацію виникла захисна реакція, через яку вони і поведуться подібним чином. В ході індивідуальної психологічної консультації з таким клієнтом, аналізуючи його життя, можна прийти до тієї причини, яка послужила утворенню захисної поведінки. Людині потрібно зрозуміти, що за допомогою суворого самоконтролю, програмуючи свою поведінку і упорядкувавши свої думки можна стати особистістю, яку будуть сприймати як адекватну і стануть запрошувати в свою групу.

Типи конфліктних особистостей і стратегії взаємодії з ними.

У випадку якщо людина змушена бути в зв'язках з конфліктною особистістю, вона повинна знати, як поводитися з тим чи іншим типом характеру, щоб не витратити всі свої внутрішні ресурси і дорогоцінний час на конфлікти. Тільки керуючись певною стратегією взаємодії в конфлікті, можна домогтися потрібного результату. Люди, які втрачають свій час, не можуть зрозуміти співрозмовника або їх просто дратує його персону і в такому випадку розмова взагалі стає неефективною. Розвиваючи спостережливість, використовуючи свою чутливість, конфліктну особистість можна визначити здалеку і тоді вже вирішувати, чи можна мати з нею справу або взагалі уникнути розмови.

«Паровий каток» Тип конфліктної особистості названий належить індивідуумам з демонстративною поведінкою, гордівливі і безцеремонні. Під час самої суперечки для «парового катка»

важливий не предмет суперечки, а сам факт програшу в конфлікті, в разі якого він буде переживати за стан свого іміджу. «Паровий каток» може люто захищати свою позицію, навіть відверто несучи марення, просто не здаватися. При цьому його будуть поглинати емоції. Йому подобається нагнітати обстановку, щоб підкреслити власну силу і заставити суперника відчувати себе слабкіше. У цей момент важливо не піти у нього на поводу, бо сперечатися з такою фігурою і відповідати такою ж люттю не має сенсу, адже такий «паровий каток» нічого слухати не буде. Він тільки буде харчуватися енергією конкурента, як енергетичний вампір. Кращою стратегією в поведінці буде спокій. Коли людина «паровий каток» не бачить бурхливої реакції у відповідь, не зустрічає агресії, вона вщухає і запал її остигає, ніби випускає пар і трохи заспокоюється. Тільки після того, як пройшла хвиля таких нестримних емоцій, і противник виснажився, можна проявляти свою ініціативу і висловлювати свою думку. Якщо спір особливої цінності не несе, тоді взагалі не потрібно витрачати свої сили, краще ухилитися від сутички.

«Прихований агресор» проявляє себе в тому, що найбільше любить жити життям інших людей, ніж власним. Його цікавить все, що відбувається навколо інших людей, в своєму ж особистому житті він не знаходить нічого цікавого. Але найбільше «прихованому агресору» подобається не стільки обговорювати життя інших людей, як придумувати нові сценарії для їхнього життя, які так і не будуть здійсненими. Не маючи особливих на те причин, з неприязні або навіть від нудьги ці конфліктні особистості просто підставляють людину, пускають про неї чутки. Навіть самі впевнені в тому, що саме так і було, тобто вони вірять у власну вигадану казку і будь-яку брехню приймають за правду. Часто, коли

вони роблять такі речі, намагаються сховатися, як би діючи під прикриттям, щоб їх навіть не запідозрили і не викрили. Але іноді «прихований агресор» діє відкрито, поширюючи свої історії всім знайомим, чим навмисно вводить себе в стан конфлікту.

Зіткнувшись з таким «агресором в тіні» тет-а-тет, перш за все, потрібно з'ясувати у нього причину подібних вчинків, поцікавитися, чим його так зацікавила персона саме цієї людини. Якщо він буде відмовлятися від скоєного і агресивно реагуватиме на звинувачення, потрібно привести йому факти, які доводять, що саме він робив ці нехороші речі. Під час такого конфлікту важливо зберігати при цьому власний спокій, як і у випадку з першим типом. Якщо все-таки вдалося дізнатися справжні мотиви вчинків «прихованого агресора» можна запропонувати йому знайти компроміс. Більшість з таких типів діють подібним чином через заздрість до суперників, але буває, що вони вибирають собі жертву без особливих на те причин, просто першу-ліпшу.

«Розгнівана дитина» дійсно ведуть себе, як маленькі, безвідповідальні, несамотійні діти. Вони взагалі не вміють контролювати свої емоції і ситуацію. Дуже часто самі доводять до того, що втрачають орієнтири в ситуації, що склалася, і, намагаючись знайти вихід, починають впадати у відчай. Коли вже зовсім не можуть знайти вихід з положення, починають панікувати. Якщо на такого конфліктного індивіда під час розмови піднімуть голос, або якимось почнуть пригнічувати його бажання, він відразу спалахує гнівом. Під такою реакцією насправді ховається страх перед втратою авторитету. Вони, як примхливі діти, коли бачать, що їхня влада над батьками стає слабкішою, а ті намагаються їх

виховувати, відразу роблять вигляд, що найнещасніші в цьому світі і їх ніхто не розуміє, при цьому або зляться, або намагаються викликати до себе жалість. Але якщо дітям таку поведінку ще можна пробачити, то дорослим вже ніяк.

Якщо навчитися відразу визначати такий тип конфліктної особистості, можна з легкістю застерегтися від стресу, просто зайнявши відповідну стратегію. Така стратегія полягає в тому, щоб дати можливість людині висловитися, зробити вигляд, що її слухають та дати час, щоб заспокоїтися і прийти в себе після таких сильних одкровень. Головне, самому зі спокоєм і терпінням перечекати спалах, прийняти вибачення і каяття, якщо такі будуть, і не фіксувати свою увагу на тому, що сталося. «Розгнівана дитина» все одно буде відчувати збентеження, і цим сама себе буде бичувати, але такі епізоди все ж таки будуть іноді повторюватися.

«Скаржник» завжди на когось і на щось скаржиться, майже всі її розмови супроводжуються пхиканням і поганим настроєм. Майже всі її скарги не мають під собою реального підґрунтя, але якщо мають, то не таку сильну загрозу для цієї особистості, як її озвучено. У бесіді з такою конфліктною людиною потрібно спочатку її вислухати. Якщо монолог не припиняється, можна спробувати раціоналізувати судження «скаржника». Тактика полягає в тому, щоб самому переказати «скаржнику» його промову, запитати чи дійсно є причини, щоб так міркувати, чи є суттєві підстави і наскільки важливим є це для самої людини. Можна також запитати, чи потрібна допомога в цьому питанні. Можливо трапиться так, що ця людина побачить ситуацію з іншого боку, врахує можливі нові факти і зрозуміє, що це не так і важливо чи страшно, як їй

здавалося. Можна просто піддакувати весь час, робити вигляд, що приймаєте участь у розмові, а насправді просто перечекати, поки співрозмовник виговориться. Іноді буває, що саме це йому й потрібно.

«Мовчун» конфліктер- потрібно бути готовим до довгої і монотонної бесіди з повільною реакцією співрозмовника. Причина такого характеру конфліктної людини може бути в тому, що вона є інтровертом від природи, або в силу індивідуальних характеристик. Її балакучість в поточний момент може залежати від погоди чи настрою. У спілкуванні з такою особистістю потрібно давати час для роздумів і висловлювань. Дуже часто таким конфліктерам є що сказати, але вони цього не роблять, вважаючи, що їх не зрозуміють. Іноді за такою поведінкою ховається бажання бути таємничим, створити навколо себе ауру загадковості. Але буває, що у таких людей сильно занижена самооцінка, і вони просто бояться багато розмовляти, щоб не привертати до себе дуже багато уваги. Якщо вас все-таки чекає відверта розмова з конфліктером – «мовчуном», потрібно поступово здобувати з нього інформацію. Краще структуру бесіди продумати, щоб не наговорити зайвого і цим не обтяжити співрозмовника. Потрібно дійсно бути дуже обережним у висловлюваннях, інакше конфліктер – «мовчун» в один момент може закритися і вже більше ніякої інформації від нього ви не отримаєте.

«Занадто поступливий». Цей тип полюбляє всім подобатися. Іноді для того щоб домогтися схвалення з боку інших, він починає брехати. Але за зовнішньою приємністю ховається особистість ненадійної людини. Дуже часто за обіцянками такого типу

конфліктної особистості насправді ніяких відповідних вчинків не слідує. Тому у відносинах з такою людиною необхідно дати їй зрозуміти, що від неї чекають відповідальності і правдивості, і, навіть якщо вона не буде підтримувати якусь ідею, її за це не засудять, тільки б вона була чесною і не підлизувалася. Якщо весь час спостерігати за такою людиною, контролювати її висловлювання і обговорювати вчинки, вона зможе виправитися. Головне зі свого боку теж показувати справедливе ставлення до неї.

Це не всі рекомендації про поведінку в конфліктних ситуаціях, але деякі засідки тут представлені. Головне вчасно зрозуміти, з яким типом конфліктного характеру ви маєте справу і відповідним чином поводитися.