

衝突

對嗌 碰

甚麼是衝突？

衝突是個人或團體之間一種對立或不平衡，這種不平衡可能是來自於外在的行為態度或內在的想法。

對衝突的錯誤理解

1. 「衝突是不好的」
衝突並非壞事，最重要的是處理的方法必須恰當，妥善的處理有助解決雙方的誤會，增加對事件的理解及雙方的溝通。
2. 「衝突的出現一定是某一方錯，或者雙方都錯」
衝突很多時並非由於某一方的錯誤，因此，處理時避免判斷誰對誰錯，應該強調尊重及協調不同的觀點和角度。
3. 「應該盡量避免發生衝突」
衝突的出現可以協助雙方有更深入的了解，以及有更直接的溝通。因此，增強在處理衝突時的策略和步驟，才是處理衝突的最佳方法。
4. 「所有衝突都有一定的解決方法」
沒有「絕招」或「秘笈」可以解決所有的衝突事件，我們應預先作出充足的準備，如處理事件的可行步驟，情緒控制及溝通技巧的練習，讓衝突事件發生時能作出更佳的处理。

