

## 2.9 Käitumine konfliktis, emotsionaalsed seisundid

### 1. Vasta küsimustele!

1. Kas Sul on olnud tülisid ehk konflikte?
2. Kuidas oled käitunud konflikti sattudes?
3. Mida oled tundnud konflikti sattudes?

### 2. Vaata pilti nr1.

Pilt1. Joonistus emotsionaalsest konfliktist



### 3. Loe!

1. Konfliktis tulevad tavaliselt välja väga tugevad halvad tunded. Inimene võib olla vihane, kurb ja võib isegi vastikust tunda. Vaata pilti nr 2.

Pilt 2. Joonis (konfliktist, kus on osapoolte nägudelt võimalik välja lugeda viha, hirmu, kurbust)

2. Ka sellised tunded on loomulikud ja vajalikud. Näiteks annab viha meile märku, et midagi on valesti. Tuleb ennast kaitsta.

Halbade tunnete kontrollimine ei ole kerge, aga teistele **liiga teha ei tohi!**

3. Konflikti sattudes peavad mõlemad tülitsejad hakkama lahendust otsima. Alati see nii ei lähe. Konflikt jääb lahendamata ja keegi ei ole rahul.  
Vaata pilti nr 3.

Pilt 3. Skemaatiline joonistus konflikti lahendamist vältivatest osapooltest (osapooled tegelevad oma asjadega, aga näoilme on näha, et kõik pole korras).

4. Üks tülitsejatest võib teisele oma tahtmise peale suruda ja nii näiliselt leppida. Teisele see lahendus päriselt ei sobi ja tüli jääb ikka alles.  
Vaata pilti nr 4.

Pilt 4. Skemaatiline joonistus, kus konfliktis on üks aktiivne oma arvamuse pealesuruja ja teine, kes annab alla.

5. Eriti keeruline on konflikt siis, kui kumbki tülitseja lahendust ei otsi ja teisega ei arvesta. Siis võib tüli pikalt kesta ja suhted võivad hoopis katkeda.  
Vaata pilti nr 5.

Pilt 5. Skemaatiline joonistus kahest järeleandmatust osapooltest.



#### 4. Vasta küsimustele!

1. Millised on halvad tunded?
2. Kas halvad tunded õigustavad teistele liiga tegemist?
3. Kuidas saaks oma halbu tundeid kontrollida?
4. Kas konflikt lahendatakse, kui kumbki tülitseja ei hakka lahendust otsima ja lahendamist välditakse?
5. Miks ei lahendata konflikti, kui üks on targem ja annab järele?
6. Mis võib juhtuda, kui kumbki tülitseja teisega ei arvesta?

#### 5. Loe laused. Vali sulgudest õige sõna või sõnad. Täida lüngad!

Tülitsetes tulevad tavaliselt välja väga tugevad.....  
(peavalud, head tunded, **halvad tunded**). Halbade tunnete kontrollimine on raske, aga teistele.....(  
võib vahel liiga teha, **liiga teha ei tohi**, võib alati liiga teha).  
Tülis olles peavad mõlemad tülitsejad hakkama  
.....(lööma, nutma, **lahendust otsima**).

#### 6. Vaata videot!

Kolm konfliktis käitumise võimalust:

1. Konflikt vältivate osapooltega. Sõbrad lähevad mänguväljakul tülli, kuna mõlemad soovivad korruga Tarzani rajal sõita. Jalutavad mänguväljakule, märkavad Tarzani rada "Oo, vaata siin on Tarzani rada" ja jooksevad mõlemad kiike haarama. Hoiavad kiigest kinni, vaatavad pörnitsedes üksteisele otsa ja hõikavad ärritunult: "Mina lähen sõitma!" "Ei, mina!" "Hea küll, ärme siis sõida, lähme koju", ütleb üks poiss. Teine vastab: "Olgu." Ise vaatavad igatsevalt kiige poole.
2. Üks osapool surub teisele oma arvamuse peale. Jalutavad mänguväljakule, märkavad Tarzani rada "Oo, vaata siin on Tarzani rada" ja jooksevad mõlemad kiike haarama.

Hoiavad kiigest kinni, vaatavad pörnitsedes üksteisele otsa ja hõikavad: "Mina lähen sõitma!" "Ei, mina!"  
"Mina sõidan Tarzani rajal, sina sõida karusselliga!" "Olgu"  
Karussellil sõitja on silmnähtavalt õnnetu, samal ajal, kui teine röömust kiljudes Tarzanil sõidab.

1. Kaks järeleandmatut osapoolt. Jalutavad mänguväljakule, märkavad Tarzani rada "Oo, vaata siin on Tarzani rada" ja jooksevad mõlemad kiike haarama. Hoiavad kiigest kinni, vaatavad pörnitsedes üksteisele otsa ja hõikavad: "Mina lähen sõitma!" "Ei, mina!" Kumbki ei lase kiigest lahti. "Miks sina, idikas pead alati esimesena saama?" "Ise oled Idikas, alati saad Sina!" Annavad kumbki üksteisele müksu ja lähevad kumbki vihaselt oma teed.

## **6.1 Vasta küsimustele!**

1. Milliseid halbu tundeid sa videos nägid?
2. Miks jääb tüli lahendamata ?
3. Missuguseid halbu tundeid oled ise tülitsedes tundnud?
4. Missugusel viisil oled Sina konfliktis käitunud?

## **7. Loe ja jäta meelde!**

- **Tülitsedes tulevad tavaliselt välja halvad tunded nagu viha, kurbus, hirm ja vastikus.**
- **Halbade tunnete kontrollimine ei ole kerge, aga teistele liiga teha ei tohi!**