

УДК 159,9

Мельник В. – ст. гр. БП-41

Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя

РОЛЬ ЕМПАТІЇ В УПРАВЛІННІ КОНФЛІКТАМИ

Науковий керівник: ст. викладач Сівчук П.І.

Melnyk V.

Ternopil Ivan Puluj National Technical University

THE ROLE OF EMPATHY IN CONFLICT MANAGEMENT

Supervisor: Peter Sivchuk

Ключові слова: емпатія, конфлікт.

Keywords: empathy, conflict.

У сучасному світі, де люди постійно взаємодіють між собою, конфлікти є невід'ємною частиною життя. Однак успішне управління конфліктами може залежати від нашої здатності відчувати і зрозуміти почуття та потреби інших людей - від емпатії.

Емпатія - це не лише здатність відчувати та співпереживати почуття інших, але й здатність розуміти їхню перспективу. У контексті управління конфліктами, емпатія відіграє важливу роль у процесі мирного вирішення суперечок. Коли ми здатні поставити себе на місце іншої сторони, ми можемо краще зрозуміти їхні мотивації, потреби та переживання.

Досягнення емпатії вимагає постійного зосередження на відчуттях та потребах інших, а також власних. Це може включати в себе відкриті розмови, спільний аналіз ситуації та зусилля пошуку взаєморозуміння. Важливо також розуміти, що емпатія не означає згоди з іншою стороною або відмови від власних поглядів, але спрямована на побудову конструктивного діалогу та спільне знаходження рішень.

Вміння виявити емпатію допомагає уникнути конфліктів, що можуть виникнути через непорозуміння або відчуття образи. Воно також сприяє побудові довіри та співпраці між сторонами. Коли люди відчують, що їхні почуття та потреби беруться до уваги, вони більш схильні до співпраці та пошуку компромісних рішень.

Однак виявлення емпатії не завжди легко, особливо в ситуаціях конфлікту. Вимагається практика та зусилля розвивати цю навичку. Важливо навчитися слухати інших уважно, ставити запитання, виявляти інтерес до їхніх думок та почуттів.

Загалом, роль емпатії в управлінні конфліктами надзвичайно важлива. Вона допомагає зменшити напругу, покращує співпрацю та сприяє побудові мирних відносин. Відчувати і розуміти почуття та потреби інших - це ключ до ефективного вирішення конфліктів у будь-якій сфері життя.