государственное казённое общеобразовательное учреждение

Краснодарского края «Березанская школа-интернат для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей

**Занятие с элементами тренинга**

**«Конфликты и как им противостоять»**

 Подготовила и провела

 социальный педагог

 Л. В. Рубцова

станица Березанская

 2016 год

Занятие с элементами тренинга «Конфликты и как им противостоять»

 Возрастной диапазон

 учащиеся 14-17 лет

Цель:

1. Формирование конфликтной компетентности учащихся, воспитание толерантности. Показать, какую ответственность люди несут друг перед другом.

 2. Развивать и корригировать навыки умения вести дискуссию,  высказывать своё  мнение.

 3. Воспитывать чувство ответственности за свои поступки, формировать стойкую нравственную позицию.

Задачи:

- познакомить детей с понятиями «конфликт» и «конфликтная ситуация»;

- дать представление о роли конфликтов в отношениях между людьми;

- познакомить со способами предупреждения конфликтов;

- способствовать формированию у воспитанников позитивного отношения к людям, желания овладеть навыками общения и социального взаимодействия.

Форма работы: занятие с элементами тренинга.

Материалы и оборудование: мультимедийное оборудование, презентация, раздаточный материал (карточки, памятки, тестовые задания, бумага для творчества).

Ход занятия

I. Организационный момент.

1. Упражнение «Шкала настроения». Задание: На карточках каждый рисует свое настроение на данный момент, например: в виде тучи, солнца и т. д. Затем карточки собираются, перемешиваются и воспитатель, доставая по одной, выясняет, почему может быть такое настроение.

II. Основная часть.(Слайд 1).

1.Объявление темы занятия, постановка задач. Лексическая работа.

Педагог:

- Сегодня на нашем занятии мы познакомимся с понятием «конфликт», типами конфликтов, их возможными причинами, проанализируем способы выхода из конфликтных ситуаций, поучимся избегать и преодолевать конфликты, определим свой уровень конфликтности.

- Вы когда-нибудь ссорились? Если нет, то вы не просто счастливый, а уникальный человек. Если же вам приходилось переживать ссоры, то вы, конечно, помните, как это было неприятно, какое беспокойство доставляет ссора. В психологии ссору называют конфликтом. Слово «конфликт» происходит из латинского языка и обозначает «столкновение».

- Итак, конфликт – это столкновение отдельных людей или социальных групп, выражающих различные цели, интересы и взгляды.(Слайд 2).

Практически нет ни одной сферы жизни, где не могла бы возникнуть конфликтная ситуация. Различны причины, предметы конфликтов и намерения людей, идущих на конфликт.

 - Для возникновения конфликта необходима конфликтная ситуация. Конфликтная ситуация – это наличие противоречивых позиций, разногласий сторон по какому-либо поводу.(Слайд 3).

Но далеко не каждая конфликтная ситуация ведет к конфликту. Должен быть инцидент. Инцидент – это стечение обстоятельств, являющихся поводом для начала непосредственного столкновения сторон.(Слайд 4).

Модель конфликта выглядит так: конфликтная ситуация – инцидент – конфликтное взаимодействие – разрешение конфликта.(Слайд 5).

Виды конфликтов разнообразны, выделяют:(Слайд 6)

* Внутриличностный, где участниками конфликта выступают не люди, а различные психологические факторы внутреннего мира личности, часто кажущиеся или являющиеся несовместимыми: потребности, мотивы, ценности, чувства. Это так называемое умение «жить в ладу с самим собой». (Пример)
* Межличностный конфликт - это самый распространённый тип конфликта, представлен двумя сторонами. Чаще всего - это борьба за ограниченные ресурсы: материальные средства, производственные площади, время использования оборудования, рабочую силу и т.д. Каждый считает, что в ресурсах нуждается именно он, а не другой. (Пример)
* Межгрупповой конфликт. Участниками являются различные группы, между которыми могут возникать конфликты. Например, между руководством и исполнителями. (Пример)
* Между личностью и группой. Группа устанавливает свои нормы поведения и общения. Каждый член такой группы должен их соблюдать. Отступление от принятых норм группа рассматривает как негативное явление, возникает конфликт между личностью и группой. (Пример)
* Социальный конфликт - это ситуация, когда стороны (субъекты) взаимодействия преследуют какие - то свои цели, которые противоречат или взаимно исключают друг друга. (Пример)

Функции конфликта: позитивные и негативные. (Слайд 7)

К позитивным функциям относятся: (Слайд 8)

* познание друг друга,
* развитие личности,
* ослабление психического напряжения,
* повышение авторитета.

К негативным - (Слайд 9)

* снижение качества деятельности,
* депрессия, угроза здоровью,
* ощущение насилия, давления,
* социальная пассивность.

Педагог:

- В чем же вред конфликтов?

- во-первых, от конфликтов страдает достоинство человека;

-во-вторых, на каждую минуту конфликта приходится двадцать минут последующих переживаний, когда и работа не ладится, и вообще, все валится из рук;

-в-третьих, страдает физическое здоровье – поражаются нервы, сердце, сосуды. Поэтому нужно обязательно научиться предотвращать такие конфликты.

Прежде всего, ни в коем случае нельзя употреблять запрещенные приемы – это фразы типа: «Да брось ты!», «Что ты понимаешь?», «Ты же вроде умный человек, а говоришь чепуху». Наоборот, просто волшебное действие производят слова: «Мне кажется», «Может быть, я ошибаюсь», «Может быть, ты со мной согласишься» и т.п.

Правильное поведение при конфликте сохранит ваше здоровье, сделает спокойнее и счастливее не только вас, но и других.

2. Работа с тестом «Оценка собственного поведения в конфликтной ситуации». (Слайд 10).

Педагог:

 - Ребята, постарайтесь искренне ответить на вопрос: «Как вы обычно ведете себя в конфликтной ситуации или споре?» Если вам свойственно то или иное поведение, поставьте соответствующее количество баллов после каждого номера ответа:

Часто – 3

От случая к случаю – 2

Редко – 1

 - Ответы:
1.Угрожаю или дерусь.
2.Стараюсь принять точку зрения противника, считаюсь с ней как со своей.
3. Ищу компромиссы.
4. Допускаю, что не прав, даже если не могу поверить в это окончательно.
5. Избегаю противника.
6. Желаю, во что бы то ни стало, добиться своих целей.
7. Пытаюсь выяснить, с чем я согласен, а с чем- категорически нет.
8. Иду на компромисс.
9.Сдаюсь.
10. Меняю тему…
11. Настойчиво повторяю одну мысль, пока не добьюсь своего.
12. Пытаюсь найти исток конфликта, понять, с чего все началось.
13. Немножко уступлю и подтолкну тем самым к уступкам другую сторону.
14. Предлагаю мир.

15. Пытаюсь обратить все в шутку.

Обработка результатов теста:

 - Подсчитайте количество балов под номерами 1,6,11 - это тип поведения «А» и т. д.

Тип «А»-1,6,11

тип «Б»- 2,7,12

тип «В»- 3,8,13

тип «Г»- 4,9,14

тип «Д»- 5,10,15

 - Если вы набрали больше всего баллов под буквами:

«А»- это «жесткий»тип решения конфликтов и споров. Вы до последнего стоите на своем, защищая свою позицию. Во что бы то ни стало, стремитесь выиграть. Это тип человека, который всегда прав.

«Б»- это «демократичный» стиль. Вы придерживаетесь мнения, что всегда можно договориться. Во время спора вы пытаетесь предложить альтернативу, ищите решения, которые удовлетворяли бы обе стороны.

«В»- «компромиссный»стиль. С самого начала вы согласны на компромисс.

«Г»- «мягкий» стиль. Своего противника вы «уничтожаете» добротой. С готовностью вы встаете на точку зрения противника, отказываясь от своей.

«Д»- «уходящий» стиль. Ваше кредо- «вовремя уйти». Вы стараетесь не обострять ситуацию, не доводить конфликт до открытого столкновения.

(Воспитанницы выполняют тест, подсчитывают результаты и определяют свою манеру реагирования на конфликтную ситуацию).

3. Советы психолога «Помоги себе сам».

Педагог-психолог:

 - А вы хотите узнать, как бороться с собственной агрессией, как не дать ей победить вас?

Несколько способов выплескивания гнева:

 - Когда вам плохо, когда гнев пытается вырваться наружу, как необузданное чудовище, не надо держать его внутри, надо уметь разумно его выплескивать:
- Лист гнева (исчертите лист, изорвите его, скомкайте, с силой метните в урну).

- Бить подушку, боксерскую грушу, мяч на улице.

- Метание мяча в цель.

А теперь предложите свои способы борьбы с гневом и агрессией.

- (Предложения детей).

Педагог:

 - Основные фазы конфликта(слайд 11):

* 1. Начальная фаза
	2. Фаза подъема
	3. Пик конфликта
	4. Фаза спада

 - Вероятность прекращения конфликта на разных фазах(слайд 12):

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Фаза конфликта | Этап конфликта | Возможность разрешения конфликта |
| Начальная фаза | Возникновение и развитие конфликтной ситуации; осознание конфликтной ситуации | 92% |
| Фаза подъема | Начало открытого конфликтного взаимодействия | 46% |
| Пик конфликта | Развитие открытого конфликта | Менее 5% |
| Фаза спада |  | Около 20% |

 - Разрешение конфликта (слайд 13) может быть конструктивным, а может быть – деструктивным.

Конструктивное разрешение включает в себя(слайд 14):

* юмор
* уступки
* компромисс
* сотрудничество

Деструктивное разрешение конфликтов:

* угрозы, насилие,
* грубость, унижение,
* разрыв отношений,
* уход от решения проблемы.

Педагог-психолог:

 - Чтобы не допустить возникновение конфликта необходимо знать правила бесконфликтного общения(слайды 15, 16):

1. Не употребляйте конфликтогены: это слова, действия (или бездействие), которые могут привести к конфликту.
2. Не отвечайте конфликтогеном на конфликтоген.
3. Проявляйте эмпатию (эмоциональную восприимчивость) к собеседнику.

- Делайте как можно больше благожелательных посылов.

Если всё же конфликт назрел, существуют эффективные способы его разрешения(слайд 17):

1. Нельзя откладывать решение назревшего конфликта.
2. Если конфликт неизбежен, сами выступайте его инициатором.
3. Стремитесь искренне и серьёзно понять точку зрения другого.
4. Свою ошибку, неверный шаг признавайте быстро, опережайте возможную критику.
5. Удерживайте за собой инициативу, диктуя эмоции, в первую очередь - спокойствие.

Педагог: - Таким образом, решение конфликтов не в примирении позиций, а в прояснении интересов, которые позволяют перебирать варианты разрешения ситуации.

4. Ребята, я просила Вас найти в библиотеке пословицы и поговорки о споре и конфликте.

(Из двух спорщиков умнее тот, кто первый замолчит. Доброе слово не требует затрат, а ценится дорого. Кто спорит, тот гроша не стоит. Острое словечко-колет сердечко. Слова-семена драки. Честная сделка не вызывает ссоры).

5.Саморефлексия «Мои возможности».

Педагог:

 - Перейдем к практическому заданию «Мои возможности»(слайд 18):

1. На листе бумаги нарисуйте собственную ладонь.
2. В центре ладони напишите самую главную причину, которая мешает вам конструктивно вести себя в конфликтных ситуациях.
3. В контуре каждого из пальцев напишите то, новое, что вы узнали и что, может вам пригодиться для решения возможных конфликтов.

Воспитанники в течение 5 минут выполняют предложенное задание. После этого желающие озвучивают свои ответы.

III. Просмотр мультфильма «Кролень»

IV. Рефлексия.

1. Воспитатель:

 - Выскажите, пожалуйста, своё мнение о занятии:

* Что нового Вы узнали о конфликте?
* Что Вас заинтересовало больше всего?
* Что оказалось для Вас сложным?
* Что больше всего понравилось?
* Есть ли вопросы, оставшиеся без ответа?
* Общее мнение о занятии?

 - Ребята закончить наше занятие я хочу словами Вадима Шефнера:

Словом можно убить, словом можно спасти,

Словом можно полки за собой повести.

Словом можно продать, и предать, и купить,

Слово можно в разящий свинец перелить.

- Ребята, я призываю Вас следить за своими словами, и возможно многих конфликтов просто не будет.

Спасибо Вам за внимание, желаю всем удачи! (слайд 19)