

Тренинг «Разрешение конфликтов» 4-5 классы

Подготовила педагог-психолог МАОУ СООШ №8
Зырянова Татьяна Андреевна

Цель: сформировать понятие «конфликт», познакомить с причинами его возникновения и стратегиями поведения в различных конфликтных ситуациях; обучить учащихся альтернативным способам разрешения конфликтных ситуаций.

Задачи:

- определить сущность и причины возникновения конфликтов;
- отработать навык конструктивного поведения в конфликтных ситуациях;
- познакомиться с основными способами психологического манипулирования и путями защиты от них.

Время проведения: 45 минут

Количество участников: 12

1. Упражнение: «Познакомься» (10 мин).

Инструкция: В начале работы группы каждый участник оформляет карточку-визитку, где указывает свое тренинговое имя. При этом он вправе взять себе любое имя: свое настоящее, игровое, литературного героя и т.д.. Предоставляется полная свобода выбора. Имя должно быть написано разборчиво и достаточно крупно. Визитки крепятся булавкой на груди так, чтобы все могли прочесть тренинговое имя. В дальнейшем на всем протяжении занятий участники обращаются друг к другу по этим именам. Ведущий дает 3–5 минут, для того чтобы все участники сделали свои визитки.

2. Принятие правил группы.

3. Упражнение: «Алфавит» .

Цель: Снятие эмоционального напряжения, настрой на работу.

Инструкция:

- 1) Снимите визитки положите на стул обратной стороной. Молча, построитесь по именам на визитках в алфавитном порядке.
- 2) Молча, построитесь в алфавитном порядке по фамилии.

4. Упражнение: «Ассоциации» .

Цель: Формирование понятия конфликт.

Инструкция: Сейчас я попрошу вас перечислить ассоциации на слово КОНФЛИКТ. Все ассоциации я буду записывать на ватмане, а потом мы их проанализируем». После того как записаны ассоциации необходимо их проанализировать и попытаться составить свое определение, что такое конфликт?

Конфликт – это проявление активности, отстаивание своей позиции, точки зрения. Конфликт – это столкновение противоположных интересов, взглядов, серьезное разногласие, спор.

Что необходимо для развития конфликта?

Необходим инцидент, при котором одна из сторон начинает действовать, ущемляя интересы другой стороны. Американский исследователь М. Дойч подчеркивал, что конфликт позволяет предотвратить стагнацию (замирание), общества, ведет к его развитию, стимулирует поиск решения проблем, и т.д. Кроме того, конфликт малой интенсивности, разрешенный мирными средствами, может предотвратить более

серьезный конфликт. Замечено, что в тех социальных группах, где довольно часты небольшие конфликты, редко доходит дело до насилия. Какой можно сделать вывод?

Вывод: У конфликта есть две стороны – отрицательная и положительная. Если конфликт ассоциируется только с одной стороны (негативной), то можно привести примеры типа «в споре рождается истина». Противоположные интересы людей не всегда ведут к конфликту: например, спортсмены соревнуются друг с другом по всем правилам, в этом случае конфликт не возникает.

Используя известное высказывание, можно сказать, что конфликты и согласие представляют собой две стороны одной медали, поэтому "общество без конфликтов это мертвое общество". Конфликтов нет только тогда, когда все люди одинаковы, как роботы: одинаково думают, одинаково чувствуют.

5. Упражнение: «Снежинки»

Цель: Исследование путей появления инцидента провоцирующего конфликт.

Инструкция: Главное условие этого упражнения: вы работаете молча, каждый самостоятельно выполняет инструкцию. «Возьмите листок бумаги. Сложите его пополам. Оторвите правый верхний угол. Сложите ещё раз пополам. Ещё раз верхний оторвите правый угол. Ещё раз сложите пополам. И ещё раз оторвите правый верхний угол. Теперь можно развернуть листок и показать получившую снежинку одноклассникам».

Обсуждение:

- Посмотрите, есть ли одинаковые снежинки? Сколько их?
- Почему? Ведь говорили всем одинаковую инструкцию?

Вывод: каждый человек понимает информацию по-своему. По этому то и появляются конфликты. Вопрос заключается в том, как разрешать конфликты.

6. Упражнение «Мостик»

Цель: Разминка, модель конфликтной ситуации.

Инструкция: Группа разбивается на 2 подгруппы и становится на противоположных сторонах мостика. «Вы идете навстречу друг другу по очень узкому мостику около 3-х метров, перекинутому над водой. В центре мостика вы встретились, и вам надо разойтись. Мостик — это линия. Кто поставит ногу за ее пределами — упадет в воду. Постарайтесь разойтись на мостике так, чтобы не упасть». Пары участников подбираются случайным образом. При большом количестве участников может одновременно функционировать 2—3 «мостика».

Упражнение проходит более эмоционально, если используется не просто полоска на ровном полу, а небольшое возвышение (например, для этой цели хорошо подходит перевернутая гимнастическая скамейка). Если же такой возможности нет, следует выбрать или провести на полу прямую полосу (это может быть полоса на линолеуме, продольная рейка в паркете и т. п.) длиной не менее 3 метров, находящуюся на расстоянии

не менее 1 м от ближайшей стены и предметов мебели. Лучше, если она будет иметь ширину 5—10 см но можно обойтись и простой линией.

Обсуждение: Какие чувства участники испытывали при выполнении данного упражнения? Что помогало, а что мешало успешно выполнить его? Чем упавшие «в воду пары» отличались от успешно преодолевших трудную ситуацию? Целесообразно подвести участников к пониманию того, что в выигрыше, оказывались не те, кто стремились пройти сами, а те, кто прежде всего стремились помочь партнеру.

7. Упражнение «Хорошо-плохо»

Играют по кругу. Первый человек начинает фразу со слов «Это хорошо...», называя какое-то событие, следующий опровергает его утверждение словами «Это плохо...» и т.д.

-Молодцы!

Вывод: Как вы думаете, чему учит эта игра?

В любом событии можно найти хорошее и плохое. И от того, как мы относимся к разным событиям в жизни, могут возникать различные ссоры и недопонимания.

А теперь давайте поговорим о том, что же такое конфликты?

Конфликт —это такое отношение между субъектами социального взаимодействия, которое характеризуется их противоборством на основе противоположно направленных мотивов (потребностей, интересов, целей, идеалов, убеждений) или суждений (мнений, взглядов, оценок и т. п.). Для уяснения сути конфликта важно выделить его основные признаки:

1. Конфликт всегда возникает на основе противоположно направленных мотивов или суждений. Такие мотивы и суждения являются необходимым условием возникновения конфликта.

2. Конфликт —это всегда противоборство субъектов социального взаимодействия, которое характеризуется нанесением взаимного ущерба (морального, материального, физического, психологического и т. п.). Работа в группах: обсуждение Мама решила проверить школьный дневник дочери. Когда она взяла дневник в руки, из него выпал сложенный в несколько раз листок. Мама развернула листок и увидела, что это записка. За чтением записки ее застала дочь, вернувшаяся от подруги. Девочка вырвала записку из рук матери. Та накричала на дочь. Девочка хлопнула дверью и закрылась в комнате. **Ответьте на вопросы:**

-Кто участвует в конфликте?

-Кто виноват в конфликте?

-Каковы позиции участников конфликта?

Итак, давайте рассмотрим структуру конфликта. Структуру конфликта можно представить в виде схемы.

Рефлексия

8. Упражнение «Букет»

Цель: закрепление положительных эмоций, содействие осознанию силы единства и дружбы.

Ведущий. Возьмите в руки цветочек. Каждый цветок легко переломить и выбросить, а если я соберу и попробую переломить все вместе, мне это не удастся. Вот так и в жизни. Каждого из вас в отдельности легко обидеть, оскорбить, а если вы будете вместе, в группе, то никакие враги вас не одолеют, все проблемы легко преодолеете. Мы с вами соберем эти цветы в букет, и это будет букет нашего единства. Вот и завершился наш тренинг. Всего хорошего!