|  |
| --- |
| **Муниципальное общеобразовательное учреждение «Специальная (коррекционная) школа городского округа Стрежевой****(МОУ «СКоШ»)** |
| **636783. Томская область, г. Стрежевой Ул. Викулова 1/2** | **skosh@guostrj.ru** | **Тел/факс. 5-73-07** |

**Психологическая игра- тренинг для учащихся по теме:**

**«Конфликт: эффективные способы его решения»**

Подготовила: педагог-психолог

 Аллахвердиева А.Ф.

 **Пояснительная записка.**

Каждый человек занимает в обществе определённое место и, следовательно, всегда находится в соответствующих отношениях с окружающими людьми. Через процесс общения человек пытается понять себя и других людей, оценить их чувства и поступки, а это приводит к возможности лучше реализовать себя, добиться больших успехов в жизни, занять собственное место в обществе. Следовательно, общение – важнейший фактор формирования личности, один из главных видов деятельности человека.

Чем старше становится ребёнок, тем большее влияние на его общение и оценку окружающих оказывают моральные и нравственные нормы современного общества. В общении старших детей доминирующим становится социальный мотив, который связан с желанием установить контакты со взрослыми и сверстниками, с желанием самоутвердиться.

**Тип занятия:** сообщение новых знаний**.**

**Предполагаемый результат.**

В ходе занятия учащиеся должны усвоить понятие «конфликт». В результате занятия дети знакомятся с правилами предотвращения конфликта, у них будут сформированы представления о конструктивных способах разрешения конфликта, которые помогут им в нашем сложном современном мире находить выход из проблемных ситуаций.

Результатом является и то, что дети учатся проявлять уважительное отношение к собеседнику, принимать и в некоторых случаях соглашаться с мнением другого.

Мероприятие направлено на развитие связной устной речи, познавательной активности и психических процессов учащихся.

Занятие построено таким образом, что дети имеют возможность общаться, рассуждать, высказывать своё мнение.

**Цель:** профилактика бесконфликтного поведения

**Задачи:**

- актуализировать знаний, обучающихся о конфликте;

- ознакомление эффективными вариантами общения;

- выработка навыков быстрого реагирования на конфликтную ситуацию;

- формирование умения находить взаимопонимание с людьми;

- отработка навыков бесконфликтного поведения.

**Вводная часть**

**Знакомство «МОЁ ЛЮБИМОЕ» ...**

         Все игроки стоят в кругу. Игру начинает ведущий-психолог. Он называет своё имя и то, что он больше всего любит. Затем второй игрок также называет своё имя и то, что он любит. Игра продолжается до тех пор, пока все игроки не выскажутся на данную тему.

**Анкета «Оценка отношений подростка с классом»:**

Предлагаемая методика позволяет выявить три возможных «типа» восприятия индивидом группы. При этом в качестве показателя типа восприятия выступает роль группы в индивидуальной деятельности воспринимающего.

 ***Инструкция:***

На каждый пункт анкеты возможны 3 ответа, обозначенные буквами А, Б, В.

Из ответов на каждый пункт выберите тот, который наиболее точно выражает вашу точку зрения. Помните, что «плохих» и «хороших» ответов в данной анкете нет. На каждый вопрос может быть выбран только один ответ».

1. Лучшими партнерами в группе я считаю тех, кто:

А – знает больше, чем я;

Б – все вопросы стремиться решать сообща;

В – не отвлекает внимание преподавателя.

1. **Лучшими преподавателями являются те, которые:**

А – используют индивидуальный подход;

Б – создают условия для помощи со стороны других

В – создают в коллективе атмосферу, в которой никто не боится высказываться.

1. **Я рад, когда мои друзья:**

А – знают больше, чем я, и могут мне помочь;

Б – умеют самостоятельно, не мешая другим, добиваться успехов;

 В – помогают другим, когда представиться случай.

1. **Больше всего мне нравиться, когда в группе:**

А- некому помогать;

Б – не мешают при выполнении задачи;

В – остальные слабее подготовлены, чем я.

1. **Мне кажется, что я способен на максимальное, когда:**

А – я могу получить помощь и поддержку со стороны других;

Б – мои усилия достаточно вознаграждены;

В – есть возможность проявить инициативу, полезную для всех.

1. **Мне нравятся коллективы, в которых;**

А – каждый заинтересован в улучшении результатов всех;

Б – каждый занят своим делом и не мешает другим;

В – каждый человек может использовать других для решения своих задач.

1. **Учащиеся оценивают, как самых плохих таких преподавателей, которые:**

А – создают дух соперничества между учениками,

Б – не уделяют им достаточного внимания

В – не создают условия для того, чтобы группа помогала им.

1. **Больше всего удовлетворение в жизни дает:**

А – возможность работы, когда тебе никто не мешает;

Б – возможность получения новой информации от других людей;

В – возможность сделать полезное другим людям.

1. **Основная роль должна заключаться:**

А – в воспитании людей с развитым чувством долга перед другими;

Б – в подготовке приспособленных к самостоятельной жизни людей;

В – в подготовке людей, умеющих извлекать помощь от общения с другими людьми.

1. **Если перед группой стоит какая-то проблема, то я:**

А- предпочитаю, чтобы другие решали эту проблему;

Б – предпочитаю работать самостоятельно, не полагаясь на других;

В – стремлюсь внести свой вклад в общее решение проблемы.

1. **Лучше всего я бы учился, если бы преподаватель:**

А – имел ко мне индивидуальный подход

Б – создавал условия для получения мной помощи со стороны других

В – поощрял инициативу учащихся, направленную на достижение общего успеха

 **12.Нет ничего хуже того случая, когда:**

А – ты не в состоянии самостоятельно добиться успеха;

 Б – чувствуешь себя ненужным в группе;

 В – тебе не помогают окружающие.

 **13.Больше всего я ценю:**

А – личный успех, в котором есть доля заслуги моих друзей;

 Б – общий успех, в котором есть и моя заслуга

 В – успех, достигнутый ценой собственных усилий.

 **14. Я хотел бы:**

А – работать в коллективе, в котором применяются основные приемы и методы совместной работы;

 Б- работать совместно с преподавателем;

 В- работать со сведущими в данной области людьми.

***Обработка результатов:***

На основании ответов испытуемых с помощью «ключа» производится подсчет баллов по каждому типу восприятия индивидом группы.

Каждому выбранному ответу приписывается один балл. Баллы, набранные испытуемым по всем 14 пунктам анкеты, суммируются для каждого типа восприятию отдельно. При этом общая сумма баллов по всем трем типам восприятия для каждого испытуемого должна быть равна 14. При обработке данных «индивидуалистический» тип восприятия индивидом группы обозначается буквой «И», «прагматический» - «П», «коллективистический» - «К».

Результаты каждого испытуемого записываются в виде многочлена:

 аИ+ вП + сК,

Где, а – количество баллов, полученное испытуемым по «индивидуалистическому» типу восприятия, в-«прагматическому», с- «коллективистическому», например:

 4И+6П+4К.

 ***Ключ для обработки анкеты:***

|  |
| --- |
| Тип восприятия индивидом группы |
| **Индивидуалистический тип**Индивид воспринимает группу как помеху своей деятельности или относится к ней нейтрально. Группа не представляет собой самостоятельной ценности для индивида. Это проявляется в уклонении от совместных форм деятельности, в предпочтении индивидуальной работы, в ограничении контактов. Этот тип восприятия индивидом группы можно назвать «индивидуалистическим». | **Коллективистический тип**Индивид воспринимает группу как самостоятельную ценность. На первый план для индивида выступают проблемы группы и отдельных ее членов, наблюдается заинтересованность, как в успехах каждого члена группы, так и группы в целом, стремления внести свой вклад в групповую деятельность. Проявляется потребность в коллективных формах работы.Этот тип восприятия индивидом своей группы может быть назван «коллективистическим». | **Прагматический тип**Индивид воспринимает группу как средство, способствующее достижению тех или иных индивидуальных целей. При этом группа воспринимается и оценивается с точки зрения ее «полезности» для индивида.Отдается предпочтение более компетентным членам группы, способным оказать помощь, взять на себя решение сложной проблемы или послужить источником необходимой информации. Данный тип восприятия индивидом группы можно назвать «прагматическим». |
| 1в 8а 2а 9б 3б 10б 4б11а 5б 12а 6б 13в 7б14в | 1б 8в 2в 9а 3в 10в 4а11в 5в 12б 6а 13б 7а14а | 1а 8б 2б 9в 3а 10а 4в11б 5а 12в 6в 13а 7в14б |

**Упражнение 1. «Улыбнитесь как….**

Психолог предлагает детям улыбнуться как:

*- солнышко;*

*- кот на солнышке;*

*- вам учитель сказал, что вы за контрольную работу получили 5-ку;*

*- вас похвалили родители;*

*- вам помог ваш лучший друг;*

*- вы наконец-то помирились с тем, с кем ругались.*

Улыбка передаёт нервные импульсы в эмоциональный центр мозга. Результат – чувство радости и расслабления.

**Упражнение 2. «Отгадай слово»**

Психолог предлагает детям посмотреть на слова, написанные на доске и предложить варианты слова, обозначающие тему сегодняшнего занятия.

Крик, оскорбления, несправедливость, фырканье, ложь, игнорирование, кидание, толкание.

Психолог помогает детям. Затем психолог предлагает детям проверить – правы они или нет, и предлагает прочитать заглавные буквы в каждом слове, соединить их. Получится слово «конфликт». Как вы думаете, какая у нас с вами цель занятия, если тема «Конфликты? (дети предлагают свои ответы»). А что вы знаете о конфликте? Сейчас мы это узнаем, выполнив упражнение, которое называется «Мое представление о конфликте».

**Основная часть**

**Упражнение «Мое представление о конфликте»**

**Цель:** актуализация участников относительно понятия конфликта.

Психолог предлагает на листе А4 нарисовать рисунок на тему «Мое представление о конфликте». После выполнения работы психолог предлагает по очереди рассказать, что он нарисовал.

**Обсуждение:**

- Какие ощущения были у вас во время рисования?

- Понравился ли вам рисунок?

**Информационное сообщение «Конфликт»**

Слово «конфликт» латинского происхождения, в переводе означает столкновение. Имеется в виду столкновение противоположных целей, интересов, позиций. В основе конфликта лежит конфликтная ситуация. Чтобы конфликт начал развиваться, необходим инцидент, т.е. чтобы одна из сторон начала действовать. Причины конфликтов бывают самыми разнообразными: неспособность понять другого человека, нетерпимость к мнениям других, эгоизм, склонность к сплетням, расхождение мнений и желаний.

* **Беседа «Виды конфликтов и способы их разрешения»**

 «В ходе предшествовавшей игры вы наглядно продемонстрировали, каким обра­зом разворачивается конфликт. В противоборство была вовлечена вся группа. Хорошо, что это была игра, и члены группы не рассорились. Но в жизни бы­вает совсем по-другому. Из-за того, что два чело­века не смогли разрешить свой спор, весь класс мог разбиться на два враждующих лагеря. Этот конфликт был деструктивным. Действительно, конфликты могут быть конструктивными и дест­руктивными. В конструктивных конфликтах воз­никают новые связи, взаимодействия, в деструк­тивных - напротив, отношения разрушаются.

 Конфликтные ситуации вызывают у людей определенные негативные чувства. Для того чтобы конфликты не приносили негативных послед­ствий, их нужно уметь разрешать.

 Давайте поговорим о способах разреше­ния конфликта, а вы, по ходу обсуждения можете иллюстрировать их примерами из своей жизни:

**- Уход:** уклонение от конфликта, стремление выйти из конфликтной ситуации, не разрешая ее. Испытываемые при этом чувства: затаенный гнев, депрессия. Обидчика игнорируют, отпускают ехидные замечания за спиной, отказываются от дальнейших отношений.

**- Приспособление:**изменение своей пози­ции, сглаживание противоречий, отказ от своих интересов. При этом человек подавляет свои не­гативные эмоции, делает вид, что все в порядке, что ничего не произошло, ругает себя за свою раздражительность, вынашивает план мести.

**- Конкуренция (силовое решение, борь­ба):**соперничество, открытая борьба за свои ин­тересы, отстаивание своей позиции, стремление доказать, что другой не прав, попытки перекри­чать его, применить физическое насилие, требование беспрекословного подчинения, попытки перехитрить, призвать на помощь союзников, шантаж разрывом отношений.

**- Компромисс:** урегулирование разногласий через взаимные уступки. Поддерживаются дружеские отношения, предмет спора делится поровну.

**- Сотрудничество (поиск нового решения):** в выходе из конфликта все стороны удовлетворяются полностью через нахождение замен предмета спора на равнозначные или на более ценные.

* **Упражнение «Эффективное взаимодействие»**

*Вербальный вариант.*

 Группа работает парами. Один из участни­ков каждой пары держит в руках какой-либо значимый для него предмет (книгу, часы, тет­радь с записями, телефон и т. д.). Задача второго участ­ника состоит в том, чтобы уговорить партнера отдать ему этот предмет. Первый участник может отдать предмет только тогда, когда за­хочет. Затем участники меняются ролями.

- «Ка­кие слова или действия партнера побудили вас отдать его?» ...

 ! Важно заметить, что отказывать корректно надо тоже уметь. Некоторые люди осознают, что не умеют отказывать другим и при этом часто попадают в неприятные ситуации.

*В силовом решении, борьбе* – конф­ликт может привести к разрыву отношений. У людей, являющихся непосредственными участ­никами конфликта, и тех, кто за ним наблюдает и вовлекается в него, возникает масса негативных чувств: злоба, ненависть, гнев, физическое наси­лие, унижение. В этой борьбе люди часто не рас­считывают свои силы, переходят дозволенные границы. Никогда не следует унижать соперника!

 И так,в случаях урегулирования разногласий стороны должны приходить к общему решению через договор, нахождение общего решения, в этом способе разрешения конфликтов дружеские отношения сохраняются и переходят на более ка­чественный уровень, люди уважают друг друга.

## **Как избежать конфликтов: правила и рекомендации:**

**1. Сдерживайте эмоции-** научитесь не вовлекать в свое решение ЭГО и эмоции.

**2. Не накручивайте себя**. Часто люди сами в своей голове выстраивают цепочку несуществующих событий, сами их развивают, да так начинают верить в это, что потом возникает множество проблем.

**3. Выбирайте правильное время**. Часто конфликты возникают в те моменты, когда один из собеседников не готов к разговору. Если вы видите, что ваш собеседник не в духе, что у него сегодня не задался день, то не лезьте под горячую руку со своими вопросами, рекомендациями или советами.

**4. Ищите причину, а не следствие.** Мы все привыкли бороться со следствиями конфликта, но никак не хотим анализировать, что ж стало причиной такого поведения человека.

**5. Живете в моменте сейчас**. Еще одна ошибка, которая приводит в серьезные конфликты – это прошлые воспоминания. Не надо упрекать человека в том, что уже прошло. Старайтесь жить в моменте сейчас. Прошлое уже было, и его не изменить, поэтому, сильно и расстраиваться не стоит по поводу него, а будущее мы не знаем, поэтому, волнение относительно него тоже откиньте. Есть только здесь и сейчас – запомните.

**6. Не накапливайте проблемы.** Есть отличная поговорка: «Проблемы нужно решать по мере их поступления». И это истинная правда. Не нужно копить обиды, переживания, какие-то спорные моменты. Старайтесь все сразу обговорить, решить, прийти к общему знаменателю.

**7. Не затаивайте обиды.** Данное правило тесно связано с предыдущим. Не нужно затаивать в себе обиды, вынашивать коварный план мести, тайно что-то себе надумывать и навязывать. Если хотите жить без конфликтов, то стоит научиться спокойно, без лишних эмоций обговаривать все спорные моменты.

**8. Не оскорбляйте**. Не опускайтесь до самого низкого – оскорбления. Ученые доказали, что если во время ссоры человек переходит на личное, начинает оскорблять собеседника, то это показатель его слабости, его неправоты, его неумения доказать свою точку зрения.

**9. Следите за тоном.** Иногда не столько слова, а тон, с которым они сказаны могут сильно обидеть вашего собеседника. Поэтому, всегда следите за тем, как произносите ту или иную фразу.

**10. Не устраивайте истерик.** Уже не раз говорилось о том, что истерика является сильным способом манипуляции другим человеком. Да, она способна утихомирить конфликт на какое-то время, но проблема то останется, ситуация так и будет не решенная.

**А знаете, кто реже всех попадает в конфликтные ситуации? Люди, которые:**

* не сплетничают;
* придерживаются нейтральной позиции в суждениях;
* тщательно выбирают не только друзей, но и просто собеседников;
* выглядят [уверенными в своих силах;](http://dnevnyk-uspeha.com/psihologiya/neuverennost-v-sebe-5-receptov-kak-poborot-neuverennost.html)
* не суют свой нос, куда не надо;
* имеют слишком мало свободного времени, чтобы искать приключений на свою голову.
* *«Просмотр видеоролика «Встреча на мостике».*

**Упражнение «Австралийский дождь»**

**Цель:** уменьшение психологической нагрузки участников.

Психолог предлагает встать всем участникам повторять движения:

- в Австралии поднялся ветер (**ведущий потирает ладони**);

- начинает капать дождь **(хлопки ладонями по груди**);

- начинается настоящий ливень (**хлопки по бедрам**)

- а вот и град, настоящая буря (**топот ногами**);

- капли падают на землю **(щелчок пальцами);**

- тихий шелест ветра (**потирание ладоней**);

- солнце (**руки вверх**).

Но ребята каждый конфликт можно предотвратить и решить все мирным путем, вы согласны со мной ребята?

**Упражнение «Ящик недоразумений»**

**Цель:** формирование навыков успешного разрешения конфликтов.

Формируются малые группы (объединения по выбору различных видов конфет). Один участник из каждой команды извлекает из «ящика недоразумений» описание определенной ситуации. Каждая ситуация-это ситуация зарождения своеобразного конфликта. Найдите правильный выход из ситуации, не спровоцировав конфликт.

**1-я ситуация.** *Один ученик говорит другому: «Я никогда не буду сидеть с тобой за одной партой: разляжешься, как слон, а мне неудобно писать! ». Другой отвечает ... (допишите). Прокомментируйте ситуацию.*

**2-я ситуация.** *Идет урок, учащиеся выполняют задания. Вдруг один ученик начинает стучать ручкой по парте. Учитель делает замечание: «Сергей, не стучи, пожалуйста, по парте, выполняй задания». Сергей отвечает: «Почему опять я? Опять крайний! Вы что, видели? ».*

*- Какая реакция учителя на слова Сергея?*

*- Как бы вы сделали в этой ситуации?*

**3-я ситуация.** *Мама пришла с работы и говорит дочери: «Сколько можно говорить? Убери за собой, разбросал все, словно смерч пронесся в квартире! Не девушка, а несчастье какое-то! Говоришь, а ей, как об стену горохом!».*

*- Какова реакция девушки?*

*- Как бы вы сделали на месте мамы?*

**4 – я ситуация.***Мальчик дерется со всеми ребятами в классе***.** Как решить эту ситуацию?

**Упражнение "Правда или ложь?"
*(атмосфера открытости, групповая сплочённость)***

**Цель:** Игра усиливает групповую сплоченность и создает атмосферу открытости.
**Подготовка**
      Члены группы садятся по кругу; у каждого должны быть наготове бумага и карандаш.
1. Предложите участникам написать три предложения, относящиеся лично к ним. Из этих трех фраз две должны быть правдивыми, а одна - нет.
2. Один за другим каждый участник зачитывает свои фразы, все остальные пытаются понять, что из сказанного соответствует действительности, а что - нет. При этом все мнения должны обосновываться. Посоветуйте авторам фраз не спешить со своими комментариями и внимательно выслушать догадки разных игроков. Ведь это прекрасная возможность понять, как человек воспринимается со стороны.

**Вывод:** В жизни много конфликтных ситуаций и выходов из их тоже много, но, чтобы оставаться добрым, вежливым, воспитанным человеком нужно использовать эффективные методы – без драк и оскорблений.

**Заключительная часть**

**Рефлексия**

**Упражнение «Шляпы».**

Психолог каждому ребенку раздает шляпу определенного цвета: красную, желтую и синюю.

Те, у кого **желтая шляпа** отвечают на вопрос – достигнута ли цель сегодняшнего занятия, докажите?

**Красная шляпа** отвечают на вопрос - какой способ разрешения конфликтной ситуации ты будешь использовать?

**Синяя шляпа** – какое упражнение запомнилось больше всего?

Спасибо вам ребята мне очень понравилось с вами сегодня работать, а сейчас подойдите к столу и выберите смайлик и приклейте его на ватман, с каким настроением вы уходите с нашего занятия.

**Подведем итоги**

 Сформулируйте впечатления о прошедшем занятии:

- Что понравилось на занятии?

- Что было трудно делать?

- С чем уходите, и что с собой берете?

**Ритуал окончания занятия.**

**Упражнение «Подари улыбку другу»:**

 Занятие окончено.