

Тренинговое занятие на тему:

«Способы предотвращения и разрешения конфликтных ситуаций»

Цель: знакомство обучающихся с основами бесконфликтного поведения.

Задачи:

- формирование представлений о различных вариантах человеческого общения;
- развивать навыки конструктивного решения конфликтных ситуаций в детском коллективе;
- формировать умения эффективного поведения в конфликтных ситуациях.

Основная часть.

- Ребята, прежде чем определить тему нашего сегодняшнего занятия, я хочу рассказать вам вот такой случай.

1. Обсуждение ситуации «В классе».

Ученик приходит в класс после болезни, а его место за партой занято новым учеником. Он начинает выяснять отношения.

1-ый: Сейчас же освободи мое место.

2-ой: Но я...

1-ый: Надо было сначала убедиться, что эта парта не занята, а потом занимать ее.

2-ой: Я хотел ...

1-ый: Если бы ты был умным, то знал бы, что нельзя занимать чужое место.

2-ой: Я не знал...

1-ый: Ты такой же бестолковый, как все новенькие.

Вопросы для обсуждения:

- Что же произошло между мальчиками? (ссора, спор)
- Как вы думаете, чем может закончиться эта ситуация? Можно ли было доводить дело до конфликта?
- Какие правила общения могли быть использованы? (выяснить спокойно, почему он сел на это место, тон)
- Правильно ли поступил ученик, который пришел в класс после болезни? Почему?
- Можно ли назвать этого ученика вежливым, воспитанным?
- Какой выход из данной ситуации предполагаете вы?
- Можно было решить этот вопрос без ссоры?
- Тема нашего занятия: **Способы предотвращения и разрешения конфликтных ситуаций.**

- Мир достаточно сложен и противоречив. Эти противоречия почти всегда приводят к конфликтам, от которых страдают люди. Все конфликты на свете происходят оттого, что

люди просто не знают, а иногда и не желают знать, способы выхода из конфликтов. Можно научиться предотвращать конфликты и правильно вести себя в конфликтной ситуации. Именно об этой проблеме мы сегодня будем с вами говорить.

Анализ ситуации.

- Для этого вернемся к случаю о мальчиках и ответим на вопросы:
 - Из-за чего возник конфликт?
 - Главное, чего не смогли сделать мальчики? (Понять друг друга и договориться).
- «Причины возникновения конфликтов»:
- неумение договориться

2. Анализ ситуаций. Групповая работа по карточкам.

Детям предлагается разделить на группы, прочитать задания по карточкам, проанализировать конфликтные ситуации, определить причины их возникновения. После этого, представители каждой группы должны зачитать свою карточку и представить результаты своей работы.

Карточка №1 для 1 группы:

Петя, я сломал твою ручку, - тихо и робко сказал Сережа.

Что ты наделал?! И вообще, ты мне больше не друг! - закричал Петя и убежал.

А Сережа даже не успел ему сказать, что взамен сломанной ручке, он купил новую и хотел отдать ее другу.

- Проанализируйте и определите, по какой причине возникла конфликтная ситуация между мальчиками? (Ответы детей)

Карточка № 2 для 2 группы:

На соревнованиях мальчики проигравшей команды стали выкрикивать грубые слова выигравшим. Те ответили тем же. Затем в ход пошли кулаки.

- Как вы считаете, почему возник конфликт? В чем причина? (Ответы детей).

Вывод.

После совместного разбора ситуаций учащимися определяются основные причины возникновения конфликтов:

неумение слушать, непонимание; неумение договориться; несдержанность.

Обучающимся сообщается, что это лишь некоторые причины возникновения конфликтов.

Предлагается подумать и назвать другие.

Педагог: Любой конфликт можно решить, только нужно найти это решение, этот выход и обсудить все в спокойной обстановке.

Когда люди ссорятся или конфликтуют между собой, они обижаются друг на друга, я обида – это сильное чувство, от которого не всегда легко избавиться. На душе становится неприятно, тяжело. Помочь человеку справиться с собой и улучшить свое настроение, вам поможет упражнение «Воздушный шарик».

3. Упражнение «Воздушный шарик».

Представьте, что в вашей груди находится воздушный шарик. Вдыхая воздух через нос, до отказа заполните легкие воздухом. Выдыхая воздух ртом, почувствуйте, как он выходит из легких.

Не торопитесь, повторите. Дышите и представляйте, как шарик наполняется воздухом и становится больше.

Медленно выдохните ртом, как будто воздух тихонько выходит из шарика.

Сделайте паузу и сосчитайте до 5.

Снова вдохните и наполните легкие воздухом. Задержите дыхание, сосчитайте до 3.

Выдохните. Почувствуйте, как теплый воздух проходит через легкие, горло, рот.

Повторите еще 2 раза.

Остановитесь и почувствуйте, что вы полны энергии, а все напряжение пропало.

4. Поиск способов разрешения конфликтов.

- А сейчас мы с вами попытаемся узнать, можно ли разрешать конфликты и как это делается?

- Посмотрите на доску и скажите, что изображено на рисунке? (Вывешивается рисунок тучи).

- Как вы думаете, что может предвещать эта туча? (Ответы детей).

- Правильно, туча может разразиться громом, молнией, а может из-за тучи выглянуть яркое солнышко. (Выставляется рисунок молнии в виде стрелы и солнышка).

- Так и конфликты могут разрешиться положительно и отрицательно.

- Теперь, когда вы знаете, что такое конфликт, умеете анализировать и определять причины конфликтов, то, наверное, сможете назвать и способы их разрешения.

- Для этого я предлагаю вам обозначить на плакате знаком «+» слова, обозначающие положительные способы разрешения конфликтов, а знаком «-» - отрицательные.

Обучающимся необходимо прокомментировать свой выбор.

(На доске пишутся слова: *уступать, разгневаться, промолчать, договориться, ударить, упрямитесь, понять и др.*).

Дети объясняют свой выбор и делают вывод о положительных и отрицательных способах разрешения конфликтов.

Ребята, как вы думаете, есть ли еще другие способы поведения, положительно разрешающие конфликтную ситуацию? (Ответы детей)

5. Тест «*Моё поведение в конфликтной ситуации*».

(по усмотрению педагога можно провести тест)

- Ребята, цель нашего занятия - анализировать причины поступков не только окружающих нас людей, но и самих себя. Я предлагаю вам ответить честно на вопросы: как каждый ведёт себя в конфликтной ситуации.

На каждое утверждение нужно выбрать вариант ответа (часто, иногда, редко и поставить балл в табличку)

1. Угрожаю или дерусь.
2. Стараюсь принять точку зрения противника, считаюсь с ней, как со своей.
3. Ищу компромиссы.
4. Допускаю, даже если не могу поверить в это окончательно.
5. Избегаю противника.
6. Желая, во что бы то ни стало, добиться своих целей.
7. Пытаюсь выяснить, с чем я согласен, а с чем - 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 всё началось.
13. Немного уступлю и тем самым подтолкну к уступкам другого.
14. Предлагаю мир.
15. Пытаюсь обратить всё в шутку.

Варианты ответов: часто -3 балла, иногда -2 балла, редко -1 балл.

Таблица ответов.

«А»	«Б»	«В»	«Г»	«Д»
1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15

«А» - «жесткий» тип разрешения конфликтов и споров. Вы до последнего стоите на своём, защищая свою позицию. Во что бы то ни стало, вы стремитесь выиграть. Это тип человека, который всегда считает себя правым.

«Б» - «демократический» стиль поведения. Вы всегда стремитесь договориться. Во время спора вы пытаетесь предложить альтернативу, ищите решения, которые удовлетворили бы обе стороны.

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

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

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

- Кому-нибудь хотелось бы изменить что-либо в своем поведении или нет? (Ответы детей).

- Скажите, пожалуйста, а можно ли прожить жизнь без конфликтов? (Ответы детей).

- Да, конфликты, к сожалению, существовали и, будут существовать. Но почему же все-таки они возникают, как вы думаете? (Все люди разные, разные характеры, чувства, интересы, мнения).

- Правильно, ребята. А как вы считаете, почему не всегда положительно разрешаются конфликты между людьми? От чего это еще зависит? (Ответы детей). (Главное - от неумения общаться).

Знаете, есть достаточно простые правила, которые помогут вам выйти из конфликтных ситуаций.

6. Правила выхода из конфликтных ситуаций.

1. Говори только о своих чувствах, а не о промахах других.
2. Говори четко и ясно, чтобы собеседник мог понять, какой смысл ты вкладываешь в свои слова.
3. Уходи от проблемы. Если ты понимаешь, что ты бы ни сказал, это оскорбит или ранит собеседника, откажись от продолжения разговора.
4. Научись слушать и слышать собеседника.
5. Извинись! Конечно, сделать это непросто, но это поможет прекратить конфликт. Попробуй произнести следующие фразы «Мне очень жаль, что так вышло, извини!» или «Я совсем не хотел, чтобы так получилось».
6. Переговоры «Давай обсудим ситуацию».
7. Компромисс. Обычно он вытекает из переговоров. Для этого необходимо желание обоих партнёров. Можно предложить своему оппоненту: «Я сделаю это, а ты сделай это» или «Я уступаю тебе в этом, а ты в том».
8. Привлечь посредника. Это означает попросить кого-то, кто не участвует в конфликте, помочь вам.

Дорогие ребята, на самом деле самый лёгкий выход из **конфликта - это умение предотвратить конфликтную ситуацию**, а для этого необходимо помнить следующее:

- Не говорите сразу со взвинченным, возбуждённым человеком;
- Если вам предстоит сказать что-то неприятное, постарайтесь создать доброжелательную атмосферу, отметьте заслуги человека, его хорошие дела;
- Постарайтесь понять человека, «*встать на его место*»;
- Не скрывайте доброго отношения к людям, чаще высказывайте одобрение, не скупитесь на похвалу.
- Умейте заставить себя молчать, когда вас задевают в мелкой ссоре, будьте выше мелочных разборок.

- Я желаю вам, чтобы в вашей жизни, как можно меньше было конфликтов. А если даже они произойдут, то главное - чтобы они всегда разрешались только положительно.

