

ТРЕНИНГ

Обучение подростков бесконфликтному общению

Тема тренинга: «Учимся разрешать конфликты».

Цель: усвоение учащимися правил разрешения конфликтов, развитие умения анализировать конфликтные ситуации и разрешать конфликты.

Участники: классный руководитель, ученики

Подготовительный этап:

За 1—2 дня до практикума нужно предложить учащимся описать конфликтные ситуации, которые произошли с ними. Подписывать листочки не следует.

Классный руководитель самостоятельно анализирует предложенную работу и отбирает несколько наиболее типичных ситуаций для данного класса.

1. Записать на доске или на листе ватмана или распечатать **«Правила разрешения конфликта»**.

2. Организовать рабочие места для работы микрогрупп по 3—5 человек.

Ход тренинга:

1. Беседа.

Вспомнить, что такое конфликт, конфликтная ситуация, инцидент, правила поведения, предупреждающие конфликт.

КР предлагает учащимся ознакомиться с правилами разрешения конфликта.

Разрешение конфликта — это процесс нахождения взаимоприемлемого решения проблемы, имеющего общую значимость для участников конфликта, и на этой основе гармонизация их отношений.

Учащимся важно уяснить, что конфликты почти всегда можно разрешить, если знать некоторые правила. **Правила разрешения конфликта**

Анализ конфликтной ситуации (необходимо подумать и ответить на ряд вопросов):

- Кто участвует в конфликте?
- Что является главным противоречием, в чем рассогласование?
- Какова цель вашего оппонента?
- Какие положительные черты характерны для вашего оппонента, каковы, на ваш взгляд, его негативные черты?
- Какова ваша цель в конфликте?
- Соотнесите эту цель с вашими жизненными ценностями (стоит ли настаивать на своем, может, это не значимо для вас?).
- Определите для себя ценностную альтернативу (что важнее, выиграть в данном конфликте и потерять что-то важное для вас или лучше не настаивать на своем, но сохранить самое значимое для вас в отношениях с этим человеком или в чем-либо другом?).

Если вы решили бороться до конца, то определите методы, какими вы будете решать конфликт. Необходимо помнить, что избранные вами средства должны удовлетворять не только вас, но и оппонента. Определите такие пути разрешения конфликта, которые не будут унижать и оскорблять вашего оппонента, но в определенной степени заинтересуют его, будут ему выгодны без ущемления ваших интересов. Проанализируйте последствия разрешения конфликта в близкой и дальней перспективе.

Разрешение конфликта (вы начинаете действовать в соответствии с этими правилами):

- Берите инициативу разрешения конфликта в свои руки, это дает вам шанс самому определить стратегию и тактику разрешения конфликта и гарантирует победу.
- Используйте «Я - сообщение» (констатация вашего огорчения по поводу возникших противоречий) и «активное слушание» (констатация замеченного вами огорчения оппонента в связи со случившимся спором). Эти способы общения помогают вам начать доброжелательный разговор с вашим оппонентом.
- Предлагайте ряд решений конфликта подчеркивайте свою заинтересованность в решении, выгодном обоим сторонам.
- В совместном диалоге ищите компромиссные решения, подчеркивая уважение к личности оппонента. Не высказывайте никаких негативных оценочных суждений в адрес оппонента.

•Ведите разговор с чувством собственного достоинства будьте спокойны, уверены в себе, но не заносчивы и не самонадеянны.

•Не торопитесь: доброжелательный диалог с оппонентом обеспечит вам выгодное разрешение конфликта.

2. Анализ конфликтных ситуаций.

После знакомства с правилами «беспрюирышного» разрешения конфликт педагог предлагает каждой микрогруппе проанализировать конфликтные ситуации, которые представили на листочках одноклассники, в соответствии с усвоенными правилами. После обсуждения в группах представители от групп по очереди дают свой анализ конфликтной ситуации и предлагают пути разрешения конфликта. После выступления представителя группы можно предложить всем оценить грамотность анализа и эффективность найденного пути разрешения конфликта.

Педагог напоминает подросткам, что разрешить конфликт — это значит найти решение, приемлемое для обеих конфликтующих сторон, иначе конфликтная ситуация сохранится и вскоре разразится новый конфликт. Практикум завершается, когда будут обсуждены все предложенные ситуации, сделаны выводы о пользе применения правил «беспрюирышного» разрешения конфликтов, осуществлена рефлексивная деятельность.

Формы работы по решению конфликтов в коллективе.

Игры и упражнения.

Проигрывая нижеприведенные упражнения, учащиеся узнают, что существует множество способов разрешить конфликт, не прибегая к насилию, тренируют эти способы на практике и расширяют свой поведенческий диапазон в отношении урегулирования конфликтов.

«ПАУТИНА»

Цели игры: знакомство, осознание взаимосвязи и взаимозависимости каждого члена коллектива друг от друга

Материал: клубок прочных ниток

Дети сидят на стульях, образуя круг. Один, держа в руках клубок ниток, находит конец, зажимает его в руке и бросает клубок другому со словами: «Я — Аня Иванова, бросаю клубок Даше Дмитриевой». Даша, держась за нить, бросает клубок дальше и называет свое имя и имя следующего игрока. Получается паутина, связывающая учащихся друг с другом. Когда нить оказывается в руках у каждого, вы можете обсудить с детьми возникающие при этом чувства, например: «Мы теперь все связаны друг с другом. От поступков каждого зависит жизнь в нашем классе». Потом клубок отправляется в обратный путь (с названием или без названия имен — это зависит от численности и терпения группы). Попросите детей бросать клубок только над нитью.

«БРОДЯЧИЕ РЕПОРТЕРЫ»

(продолжительность около 20 минут)

Цель игры: знакомство, осознание проблем класса и путей их решения.

Материал: стандартные листы бумаги и карандаш для каждого участника игры.

Каждый учащийся пишет на листе свое собственное имя, ходит по комнате и берет интервью у своих товарищей. Репортер задает вопросы и записывает ответы на своем листе. К концу игры каждый участник игры имеет определенную информацию о свойствах характера, интересах, симпатиях своих товарищей.

Вариация. Можно задать какую-нибудь тему, например: «Что нравится (не нравится) мне в нашей школе», «Что нужно нам всем делать, чтобы в классе было интересней?»

«ТЫ МНЕ ПРАВИШЬСЯ, ПОТОМУ ЧТО...»

(продолжительность 20—40 минут)

Цели игры: установление благоприятного климата взаимоотношений в коллективе.

Эту игру следует проводить в классах с достаточно высокой активностью и доброжелательной атмосферой

Дети сидят в кругу. Кто-нибудь один, по желанию, садится в круг. Дети, опять же по желанию, говорят, что им нравится в данном учащемся, например: «Мне нравится, как ты смеешься», «Мне нравится, что ты всегда готов помочь» и т.д. Важно, чтобы дети говорили не о мелочах,

поверхностных признаках, а о чертах и свойствах характера. Участие в этой игре должно быть сугубо добровольным.

Вариация. Можно проводить эту игру для именинников.

«ПРИЯТНОЕ И НЕПРИЯТНОЕ» (продолжительность около 30 минут)

Цель игры: осознание учащимися смысла и, соответственно, пользы и вреда от употребляемых ими ежедневно положительных и негативных слов и выражений.

Материал: листы бумаги, карандаши.

Дети в группах по два-три человека пишут различные выражения, которые они сами употребляют или слышат от других. Разрешается писать абсолютно все, даже если это «очень неприличные» выражения. Листы эти, конечно, ни в коем случае не показываются родителям. Учитель собирает листы. Перед следующим игровым уроком учитель составляет из имеющихся в его распоряжении выражений два диалога (один «приятный», другой «неприятный») и разыгрывает их без каких-либо комментариев перед всем классом. Затем формируют новый список слов, которые можно употреблять в классе и школе.

Приятные слова и выражения, которые мы говорим друг другу:

Неприятные слова и выражения, которые мы говорим друг другу:

Подведение итогов.

Обсудить после ролевой игры вопросы, приведенные ниже:

- Что вам бросилось в глаза во время этого диалога?
- Есть ли выражения, которые употребляют только, или преимущественно, девочки и наоборот — только, или преимущественно, мальчики? Почему?
- Как вы себя чувствуете, когда кто-то говорит вам что-нибудь неприятное? Как вы реагируете в таких случаях? Вам обидно? Неприятно?
- В каких случаях вы сами говорите другим неприятные вещи? Думаете ли вы в этот момент, что вы говорите?
- Почему дети говорят друг другу гадости?
- Как вы себя чувствуете, когда вам говорят что-нибудь приятное? Как вы реагируете на это? Вам приятно? Вы стесняетесь? Чувствуете себя неловко?
- В каких ситуациях вы сами говорите другим приятное? Как вы себя при этом чувствуете? Что легче: сказать другому гадость или что-нибудь приятное? Почему?

«КАК РАЗДЕЛИТЬ ЯБЛОКО?»

Цель упражнения: научить школьников прогнозировать будущие отношения с другими при выборе способа решения конфликта,

Материал: сказка В. Сутеева «Яблоко».

Учитель вслух читает сказку:

«Бежит заяц по лесу. Вдруг видит: на яблоне висит красивое красное яблоко. Решил заяц его сорвать. Прыгал, прыгал, а достать не может. Видит, сидит на соседнем дереве ворона. Он попросил ее сорвать яблоко. Ворона яблоко сорвала, но не удержала. Упало яблоко на землю. Заяц наклонился, чтобы его поднять, а яблоко вдруг бросилось от него наутек. Оказывается, упало оно ежику на иголки. Заяц кричит: «Отдай яблоко! Оно мое! Я его увидел!» Ворона кричит: «Оно мое! Я сорвала!» А ежик отвечает: «Нет, оно мое! Я его поймал!»

Расшумелись звери, чуть до драки дело не дошло. На гам из лесу вышел медведь, узнать, в чем дело. Звери рассказали ему всю историю и попросили медведя их рассудить...

Разберите ситуацию с детьми по схеме:

Конфликтная ситуация	Инцидент	Решение конфликта
----------------------	----------	-------------------

Рис. 3. Деструктивное *Конструктивное*

Объяснение ученикам, что если конфликт разрешаем **конструктивным способом (плодотворным)**, то и отношения перейдут на новый уровень развития. Но это произойдет, если каждый субъект сопоставит свои интересы с интересами другой стороны. Затем им необходимо признать, право каждого субъекта реализовать свои интересы.

Обсуждение следующих вопросов:

- Когда зародился конфликт?
- Что послужило развитию конфликта?
- Какой путь выхода из конфликта избрал медведь?

Развитие конфликтной ситуации может пойти и **деструктивным путем**, когда противостояние переросло в противоборство и тяжба длилась долгие годы, а конфликт пошел по деструктивному пути развития и привел к кризису отношений между добрыми некогда друзьями.

Вывод. Общение будет бесконфликтным, если вы научитесь учитывать свои интересы и интересы окружающих, а также прогнозировать будущие отношения.