

МАОУ Пудинская средняя общеобразовательная школа г. Кедровый

**Внеклассное мероприятие
(тренинг) на тему:
«Конфликт не избежать или...»**

**Автор-составитель: Костарева
О.А.
педагог-психолог**

с. Пудино – 2018

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность. Обучающиеся 7 классов очень часто находятся на пике эмоционального дисбаланса, они легко возбуждаются и им тяжело справиться со своими эмоциями. Это может привести к нарушению дисциплины, особенно на последних уроках, ребята начинают громко говорить, смеяться. Смех становится одним из способов проявления нарастающего возбуждения.

Настроение ребят очень изменчиво, наблюдаются резкие переходы от безудержной активности и веселья к подавленности и пассивности. Возрастает обидчивость, раздражительность. Даже незначительное замечание может привести к бурной реакции.

Подростковый возраст – период, когда потребность в общении со сверстниками становится одной из основных потребностей.

В этот период для ребят наиболее значимо групповое общение, общение в компании сверстников. Группа создает особое чувство – «чувство мы». Ребята хотят быть приняты сверстниками, добиться их признания и это приводит к тому, что подросток стремится соответствовать их требованиям, что в свою очередь оказывает серьезное влияние на его нравственное развитие. Особенно на поведение подростка начинают влиять нормы и правила, стихийно складывающиеся в группе сверстников.

Нередко на этом фоне возникают конфликты, которые кажутся для ребят неразрешимыми, появляется чувство неуверенности и неудовлетворенности собою. Возникает чувство обиды на себя и на весь окружающий мир.

Цель: научить детей находить выходы из конфликтных ситуаций, научить слушать и понимать других людей, уважать чужое мнение.

Задачи:

- способствовать развитию умения строить взаимоотношения с другими людьми;
- осмысливать поступки, свои и чужие;
- находить выходы из конфликтных ситуаций;
- познакомить обучающихся с понятиями конфликтные ситуации и конфликт.

Участники программы: подростки 12-14 лет, 7 класс

Форма проведения: тренинг.

Длительность: 1 час 35 минут.

Оборудование: Ноутбук с музыкальным сопровождением, листы бумаги, ручки по количеству обучающихся.

Ход мероприятия

(Обучающиеся садятся на стулья, которые стоят в центре кабинета по кругу)

Учитель: Здравствуйте, Ребята! Сегодня мы проведем с вами занятие, которое станет для вас полезным и интересным. Но прежде чем определить тему и начать работу я предлагаю вам поприветствовать друг друга.

1. «Приветствие»

Время: 5 минут.

Сидя на стульях, участники должны поздороваться друг с другом по кругу разными способами. Придумав свой приветственный жест и фразу. Начинается приветствие с педагога (ведущего).

2. «Теоретический материал»

Время: 15 минут.

Учитель: Ребята, у каждого из вас сейчас было свое персональное и неповторимое приветствие. Это говорит о том, что мы с вами все очень разные, у каждого из нас есть свое мнение, взгляды, привычки. А это значит, что наши интересы и интересы окружающих людей могут не совпадать.

Именно это иногда может стать причиной, которая может привести к возникновению конфликтов. И как вы уже догадались, тема нашего сегодняшнего занятия «Конфликт не избежать, или...»

Примером неразрешимого конфликта является басня И. Крылова «Лебедь, Щука и Рак», герои которой не захотели уступить друг другу и остались не с чем.

Ребята, пожалуйста обратите внимание на высказывание, записанное на доске и объясните его значение: «Люди становятся одиноки, если вместо мостов они строят стены»

В ходе обсуждения дети приходят к пониманию «барьеров (стен) в общении», которые появляются во время ссор между людьми.

Конфликт — это столкновение противоположных интересов, взглядов, серьезное разногласие, острый спор.

3. Игра «Передвижение в тишине»

Время: 5 минут.

Ребятам предлагается передвигаться в центре круга, задевая друг друга, похлопывая по плечу, но все действия должны проходить в абсолютной тишине.

После игры ребята делятся своими впечатлениями и рассказывают было ли трудно выполнять все действия молча.

Анализ игры: Ребята, возникало ли у вас чувство дискомфорта и раздражения?

Как вы думаете, мог ли между некоторыми участниками игры разгореться конфликт?

Что вам помогло избежать конфликт?

4. Игра «Экспромт»

Время: 15 минут.

Ребятам предлагается разыграть школьную ситуацию. Которая может произойти в любом классе.

Ситуация: «Представьте, что, однажды вернувшись в свой класс после длительного отсутствия вы обнаруживаете что на вашем месте сидит другой ученик. Вы начинаете выяснять отношения с приказа: «Сейчас же освободи мое место!»

После разыгрывания ребята обсуждают поведение участников конфликтной ситуации. Ребята отвечают на вопрос: «Можно ли было избежать конфликт?»

Анализ игры: Для чего мы обыгрывали эту ситуацию? Могла ли эта ситуация иметь положительный исход для обеих сторон??

5. Упражнение «Обмен опытом»

Время: 10 минут.

Ребятам предлагается поделиться своим собственным опытом выхода из конфликтных ситуаций. Далее, все услышанное обсуждается и самые эффективные, по мнению ребят, способы выхода из конфликта, записываются на доске.

6. «Теоретический материал»

Время: 15 минут.

Учитель: Ребята, мы только что создали ваш собственный список возможных способов решения конфликтных ситуаций и сейчас я предлагаю вам рассмотреть какие же еще бывают варианты поведения в конфликтных ситуациях.

Соперничество – это когда вы упорно отстаиваете свою точку зрения и не желаете ни в чем уступить сопернику.

Положительная сторона такой тактики может быть, если решается очень важный и значительный вопрос и любая уступка серьезно затрагивает ваше достоинство и подвергает риску ваше благополучие.

Если постоянно придерживаться данной стратегии, то можно заработать себе репутацию скандалиста и неприятного человека.

Избегание – это когда вы делаете вид, что ничего не произошло и что никаких разногласий и споров не было.

Такую тактику можно выбрать, если предмет спора не имеет для вас особого значения (не стоит доводить дело до конфликта, если твой собеседник говорит о том, что Элджей – это самый лучший хип-хоп исполнитель и кумир молодежи, а тебе он не так уж и нравится).

Ненужно постоянно использовать тактику избегания. Потому что во - первых это может отразиться на вашем здоровье, так как если все держать в себе и не говорить об этом является огромной нагрузкой психоэмоционального состояния. Во – вторых замалчиванием конфликт не решишь, а только отложишь на неопределенный срок.

Сотрудничество - это когда вы рассматриваете своего соперника, как помощника в решении проблемы, пытаешься встать на его сторону и понять, как

и почему он не согласен с тобой, извлечь максимальную пользу из его возражений. Если вы вместе придете к единому мнению, наверняка конфликт будет исчерпан.

Приспособление – это когда один из конфликтующих сторон отказывается от собственных интересов и приносит их в жертву другой стороне. В ряде случаев такой вариант поведения наиболее правильный. Например, ваш папа не признает музыку, которую вы слушаете, и считает ее громкой и бессмысленной. Стоит ли пытаться переубедить его в этом и доводить до конфликта? Попробуй уступить ему и слушать музыку тогда, когда его нет дома.

Компромисс – это когда обе стороны идут на уступки для того, чтобы преодолеть конфликтную ситуацию. Компромисс требует от обеих сторон четкого соблюдения обязательств. Ведь нарушение договоренности — само по себе повод для возникновения конфликта, договориться в котором будет уже значительно сложнее, потому что потеряно доверие.

Учитель: Ребята, мы с вами сейчас рассмотрели различные варианты поведения в конфликтных ситуациях и мне бы хотелось, чтобы они стали для вас полезными.

Помните, что умение понять оппонента, совладать со своими чувствами, посмотреть на ситуацию его глазами, желание объективно разобраться в причинах конфликта, поможет вам легко выйти из любой конфликтной ситуации.

7. Упражнение «Забудем обиды»

Время: 15 минут.

Учитель: Ребята, в завершении нашей с вами работы, я хочу предложить вам попрощаться с негативными эмоциями, возможно, у кого-то из вас затаилось чувство обиды. Я предлагаю вам записать свои обиды на листочке (фоном играет медленная музыка).

Умение выразить обиду очень важно для самого себя, для своего внутреннего состояния. Обиду можно записать, а потом записку разорвать. Ребята сложите свои листочки в несколько раз, а теперь разорвите их и выбросите в урну (урна ставится в центр круга). Вместе с ними пусть пройдут ваши обиды.

Анализ упражнения: Какое чувство вы испытали? (Облегчение.)

8. Упражнение «Рефлексия»

Время: 5 минут.

Учитель: Вы все большие молодцы, только что вы проделали большую работу и я хотела бы чтобы она была для вас полезной.

Ребятам предлагается по очереди рассказать о своих впечатлениях от занятия, высказать добрые пожелания друг другу.

Учитель: Обращайтесь с людьми так, как вам хотелось бы, чтобы обращались с вами, и вы никогда не ошибетесь. Пожалуйста не забывайте, что конфликтный человек в конце концов остается в одиночестве. Спасибо за занятие. До новых встреч!

Литература:

1. Авидон И. Гончукова О. Тренинги взаимодействия в конфликте. Материалы для подготовки и проведения. "Речь" Санкт - Петербург, 2008;
2. Агеева И. А. Успешный учитель: тренинговые и коррекционные программы. "Речь" Санкт - Петербург, 2007
3. Жизненные навыки. Тренинговые занятия с младшими подростками (5-6 класс). Кривцова С.В. и др.,-М.: Генезис, 2012.
4. М.А. Тартышная. 50 идей для классного руководителя. Издательство «Феникс», Ростов-на-Дону, 2007.
5. М.А. Алоева, В.Е. Еремина. 100 идей для школьных друзей. Внеклассная работа, 5-11 классы. Издательство «Феникс», Ростов-на-Дону, 2008.
6. Н.Ф. Дик, Е.П. Сгибнева. Отдыхая – обучаемся, познавая – развиваемся. Книга для классных руководителей 5-8 классов. Издательство «Феникс», Ростов-на-Дону, 2007.
7. Фопель, К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения. 1,2,3,4 ч. / К. Фопель. - М.: Генезис, 2001.