

ШЛЯХИ ПРОФІЛАКТИКИ ТА ВИРІШЕННЯ КОНФЛУКТІВ У НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ

(ТРЕНІНГ З КОНФЛІКТОЛОГІЇ)



ТЕМА. ШЛЯХИ ПРОФІЛАКТИКИ ТА ВИРІШЕННЯ КОНФЛУКТІВ У НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ

МЕТА:

- популяризація тренінгу, як форми навчання, та методів розв'язання конфліктів;
- розвиток навичок довірливого спілкування в учасників тренінгу; активізація творчого
- пошуку та досвіду учасників тренінгу; створення доброзичливої, довірливої атмосфери в групі.

ОБЛАДНАННЯ: плакати «Правила роботи в групі», «Схема розв'язання конфлікту». «Поради людині після конфлікту»; папір, кольорові олівці; мультимедійний пристрій; картки для розподілу на малі групи.

Учасники: учні та педагоги

ХІД ТРЕНІНГУ

I. ВСТУП.

Повідомлення теми і мети тренінгу, особливостей тренінгової форми навчання. Схема роботи. встановлення та обговорення правил роботи групи.

«Доброго дня, шановні присутні! Сьогодні ми проведемо нашу зустріч у формі тренінгу. Що таке тренінг? Тренінг – це навчання досвідом, передбачає, що присутні мають можливість поділитися і обмінятися між собою знаннями та проблемами, а також попрацювати разом для пошуку рішення. Це чудова форма для налагодження спілкування, профілактики конфліктів у шкільному середовищі, адже не секрет, що бувають непорозуміння між учнями, учнями і вчителям.

А чому бувають непорозуміння і конфлікти? Є таке українське прислів'я лісі лист, а в миру люди одне на одного не схожі». Мабуть, це одна із причин. Люди різні, з різним досвідом, різними переконаннями, принципами, що інколи заважає бачити іншу людину, розуміти її почуття і інтереси.

Сьогоднішній тренінг буде присвячений тому, щоб вчитися бачити і чути іншу людину, прислухатися до її думки.

В нашому тренінгу братимуть участь учні і дорослі люди – вчителі школи та наші гості – психологи району. Тому на початку тренінгу ми познайомимось, потім перейдемо до вирішення питань з конфліктології. Робота розрахована на 1 год.30 хв. з перервою на 30 хвилин.

Тренінгова форма роботи вимагає довіри до групи, тому нам потрібно виробити спільні правила для роботи. Я пропоную такі. (Правила додаються на плакаті). Чи є у когось доповнення?

Правила приймаються. Дякую. Кожен має їх дотримуватися.

II. ЗНАЙОМСТВО.

1. А тепер настав час познайомитися. Намалюйте свою «візитку», на ній напишіть ім'я, яким би ви хотіли, щоб вас називали на тренінгу. На роботу – 2 хвилини. (Звучить музика).

2. Вправа «Моє ім'я», «Три мої позитивні риси». – 10 хвилин.

3. Вправа «Очікування» - 5 хвилин.

Пропоную кожному учаснику закінчити речення: «Я очікую від тренінгу..., я хотів би...».

4. Невербальна рухлива вправа «Привітання по колу» («Карусель»).

Під музику всі учасники рухаються в центрі кімнати, дивлячись в очі тим, з ким зустрічаються, намагаються відгадати настрій людини, краще її розглянути. Після припинення музики всі стають парами, вибираючи малознайому людину. Пари утворюють коло так, щоб один стояв спиною до центру кола, а інший до нього обличчям. З початком музики учасники, які стоять у зовнішньому колі, починають рухатися за годинниковою стрілкою, переходячи до наступного учасника ліворуч, і вітаються з ними невербально (за допомогою рухів, жестів, міміки, погляду). Потім те ж саме роблять учасники, що стоять у внутрішньому колі.

Учасники діляться враженнями про настрій, самопочуття.

Всі запрошуються сісти в коло.

БЛОК ВПРАВ З КОНФЛІКТОЛОГІЇ.

Тема нашої зустрічі «Шляхи попередження та вирішення конфліктів у школі. Але чи всі ми однаково розуміємо і сприймаємо конфлікт.

1. Вправа «Незакінчене речення»

Пропоную всім по черзі продовжити речення «Конфлікт для мене – це ...». (Час на виконання 5 хвилин).

Отже, кожен по-своєму сприймає конфлікт, з різними емоціями, але для більшості це малоприємне явище. Як свідчить практика, тривалі, нерозв'язані конфлікти призводять до відчуження в колективі, до погіршення психологічного клімату в будь-якій групі (педколективі, класі, сім'ї). Тому конфлікти потрібно розв'язувати.

Та спочатку треба з'ясувати причину конфлікту – це вже половина справи у його вирішенні.

2. Робота в малих групах «Причини конфліктів у школі».

За допомогою карток, які учасники отримали, вони об'єднуються у три групи. Група «квадрати» представляють учнів, група «круги» - вчителів, група «трикутники» - батьків.

Кожна група протягом 3 хвилин обговорює і записує причини конфліктів у школі з точки зору тих, кого вони представляють.

Презентація – 3 хвилини. Аналіз спільних пунктів. Обговорення «Від кого залежить, на вашу думку, усунення цієї причини і вирішення конфлікту?»

ПЕРЕРВА – 10 хвилин.

Протягом перерви звучить музика. По закінченні музики проводиться вправа на зняття напруги, активізацію учасників до роботи.

IV. ВИРІШЕННЯ КОНФЛІКТНОЇ СИТУАЦІЇ.

1. Вправа «Мозкова атака».

Учасник тренінгу за бажанням пропонують конфліктну ситуацію із шкільного життя, яка не була розв'язана або її вирішення не задовольняє учасника. Решта учасників пропонують свій варіант розв'язання даної ситуації. Правильність чи неправильність варіантів не оцінюється, головне, щоб було якнайбільше пропозицій вирішення. Визначається найоптимальніший варіант для заявленої ситуації. З'ясовується задоволення таким способом вирішення ситуації у того учасника, який її заявив.

2. Рольова гра «Конфліктна ситуація».

Хтось із групи заявляє наступну конфліктну ситуацію, пов'язану із школою. (Якщо немає бажаних, пропоную свою). Учасник, який запропонував конфліктну ситуацію, обирає виконавців на певні ролі для програвання даної ситуації. Учасники готуються 2 хвилини. Ті, хто залишився у колі, обдумують своє вирішення: як би вони повелися на місці героїв подій.

Розігрування. Обговорення:

- Що ви відчували під час цієї ситуації? Учасники рольової гри відповідають від імені свого героя.

- Чи вирішена для вас конфліктна ситуація?

Учасникам гри пропонується повернутися в образ-Я, поклавши руку на серце, назвати своє ім'я («Я знову...»).

Питання до учасників, які спостерігали за грою:

- Які ідеї щодо ситуації виникли у вас, коли ви спостерігали за грою?

- Хто хоче запропонувати свій варіант, можливо комусь доводилось розв'язувати подібну ситуацію?

Дякую! Досвід інших людей може бути корисним, тому до нього слід прислухатися.

Способи вирішення конфліктних ситуацій різні у різних людей. Але слід пам'ятати: «Де згода – там перемога» (Співпраця). «З людьми завжди можна і варто домовитись!» (Компроміс, співробітництво – переговори).

V. НАСЛІДКИ КОНФЛІКТУ.

Конфлікти слід вирішувати, тому що невирішені конфлікти або ті, що вирішені силою, призводять до нервового психічного напруження, дистресу. Досить часто як наслідок у людей виникає агресія або ж образа. Як відомо нашому внутрішньому стану шкодить не сам факт, а переживання з його приводу.

1. Методика «мозкова атака»

- Як можна вивести, зняти, розрядити агресію після конфлікту?

Пропонуйте всі можливі варіанти (по колу). Дякую!

1) Невербальна вправа на виведення агресії «Ха!».

1. Невербальна вправа «Кулька агресії».

- Щоб зняти почуття образи , потрібно пробачити ...І відпустити.

4) Техніка виведення образи «Пустий стілець».

- Пропоную вам уявити на пустому стільці (стоїть у центрі кола) людину, яка завдала вам шкоди, дуже образила. І звертаючись до неї, сказати:

- Я прощаю тебе/вас за те, що....

- Я прощаю себе за те, що дозволив образі оволодіти мною.

- Я прошу пробачення у свого тіла за те, що цим завдав йому болю, неприємних відчуттів.

- Я прощаю цю ситуацію і відпускаю її.

VI. ПІДСУМКИ.

1) Вправа «Мої відчуття». – 5 хв.

- Як ви почуваетесь? Чи досягли того, чого хотіли на початку тренінгу?

Прошу по колу висловитись. Хто розпочне?

2) Вправа «Побажання». – 3 хв.

- А зараз ми можемо висловити свою подяку і побажання один одному на закінчення нашої зустрічі.

Всі по колу висловлюються.

- Доброзичливість людей один до одного може допомогти не лише у вирішенні конфлікту а й запобігти його виникненню.

Давайте закінчимо нашу зустріч на оптимістичній ноті, з вірою в те, що кожен з нас може внести свою часточку добра в людські стосунки.

(Включаю музику).

- Станемо в коло, візьмемось за руки і уявімо як ми передаємо один одному найкращі побажання, тепло свого серця, добру енергію в простір, нехай вона дістанеться ще й іншим людям, зробіть їх більш доброзичливими одне до одного...

Дякую всім за участь. До побачення.