Министерство образования Республики Коми

Государственное профессиональное образовательное учреждение

**«Сыктывкарский политехнический техникум»**

[](http://world-it-planet.org/upload/iblock/12e/12e9cfc7c5311b7d38d8c2181681f352.jpg)

**Семинар- практикум для студентов по теме:**

**«Конфликты и способы решения»**

|  |  |
| --- | --- |
| **Разработала: воспитатель общежития ГПОУ «СПТ» Микулин Надежда Анатольевна** |  |

**Сыктывкар, 2014**

**Семинар- практикум с учащимися по теме:**

**«Конфликты и способы решения»**

**Цель занятия:** Формирование у подростков компетентностей в области преодоления конфликтных ситуаций.

**Образовательные задачи:**

* Ознакомления с понятием «конфликт», причинами его возникновения и эффективными способами разрешения;
* Обучение методу анализа конфликтной ситуации;
* Ознакомление с алгоритмом, используемым на начальном этапе конфликтной ситуации.

**Воспитательные задачи:**

* Воспитание самостоятельности, формирование активной жизненной позиции;
* Воспитание толерантности, уважительного отношения к себе и другим;
* Создание в коллективе атмосферы сотрудничества.

**Развивающие задачи:**

* Развитие критического мышления;
* Развитие навыков саморегуляции;
* Развитие творческих и аналитических способностей.

**Форма проведения урока:** семинар – практикум.

**Необходимое оборудование:** мультимедийный комплекс (компьютер, проектор, экран).

**Раздаточный материал:** буклеты, анкеты, презентация.

**Продолжительность занятия** – 1 час 20 минут.

**Организация начала занятия**

1. Группа делиться на 5 подгруппы по 3 человека
2. Представление темы дебатов
3. 5 взглядов на проблему.

**Ход игры.** Поиск аргументов в защиту своей позиции

1. представление стратегии в виде сценки в группе (5 минуты)
2. обсуждение в группах (3 минут)

Представленный план состоит из :

**Теоретической части**

**Практических заданий**

В ходе занятия учащимся предлагается взглянуть на проблему конфликта, причины его возникновения.

**Организация начала занятия**

1. Приветствие ко всем присутствующим
2. Сообщение темы и цели семинара (написаны на доске)

**Ход мероприятия:**

**Вступительное слово**

**1. Техникум (общежитие)** – это пространство, где каждый день встречаются сотни разных людей – детей и взрослых. Немудрено, что в их совместной деятельности возникает множество конфликтных ситуаций. Целью нашего сегодняшнего занятия будут «конфликты» и то, как их нужно правильно разрешать. А еще лучше, научиться вести себя так, чтобы конфликтов в жизни стало поменьше.

**2.** В любом событии можно найти плохое или хорошее. И от того, как мы относимся к разным событиям в жизни, могут возникать различные ссоры и недопонимания.

*История………*

*Обсуждение истории.*

А теперь давайте подумаем, что такое конфликты?**« Conflictus» лат. столкновение**

-**Конфликт** – это наиболее острый способ разрешения значимых противоречий.

**Конфликт –**это явление, возникающее в результате столкновения противоположных действий, взглядов, интересов, стремлений, планов различных людей.

-Как вы видите в определении понятия конфликт нет ни отрицательной ни положительной стороны, говорится , что это явление, а вот результат этого явления может быть либо положительным либо отрицательным

**Позитивные ( положительные) функции конфликта :**

1. Разрядка напряженности;
2. Выход на новый уровень отношений;
3. Личностный рост;
4. Более глубокое познание друг друга;
5. Обозначение нерешенных проблем;
6. Самопознание и коррекция самооценки.

**Негативные ( отрицательные) функции конфликта:**

1. Нарушение межличностных отношений;
2. Ухудшение настроения людей;
3. Ухудшение состояния здоровья людей;
4. У проигравшего понижается статус;
5. «Шлейф» конфликта;
6. Представление о побежденных как о врагах

-Конфликты являются естественной частью нашей жизни. Они могут ожидать нас при встрече с новым человеком или новой ситуацией. В какой-то мере они даже необходимы для развития ситуаций и отношений, для роста личности, иначе может наступить застой. Хотя, чаще всего, конфликтную ситуацию мы переживаем как серьезную неприятность. Есть различные виды конфликтов – внешний и внутренний. Первый виден всем, а второй происходит в душе самого человека, когда он не может разобраться, чего же он хочет. Ведь внутри у него тоже происходит столкновение интересов, стремлений и планов.

**-**Как вы думаете каковы основные причины возникновения конфликтных ситуаций в жизни людей?(….)

-Сейчас вы посмотрите «ролевой диалог» из сказки «Красная шапочка» на современный лад. Посмотрев ее, постарайтесь ответить на вопросы: Кто виноват в конфликте?; Кто явился инициатором конфликта?; На каком этапе можно было избежать конфликт?.

***СЦЕНКА***

-Прежде, чем мы приступим к обсуждению, я попрошу вас занять позицию одного из участников конфликта и с этой позиции проанализировать события.

-В любом общении важно взаимопонимание. Было ли это взаимопонимание в разговоре мамы с Кр.шап. ?(ответы) А как бы вы поступили? ( обыгрываем ситуацию экспромтом).

-Итак: требование, эмоциональный отклик на состояние людей, неправильный способ обращения – все ЭТО Общение разрушило! Иначе привело к конфликту!

-А у вас были такие случаи?( ответы) Что вам мешало общаться? Расскажите о них.

*ПРИМЕРЫ: С учителем ( плохое знание предмета разговора, ты молчишь, боишься выглядеть глупым); В комнате ( просто тебе человек не нравится); С друзьями ( чувство юмора не у всех есть, или иногда не умеем свои шутки применить); С незнакомыми людьми ( неумение поддержать беседу)*

-Итак: - давайте подведем итог, чтобы добиться взаимопонимания в общении, как вы считаете, что для этого надо сделать?:

-Уважать своего собеседника

-Выслушать другого человека

-Ценить мнение другого человека

-Прощать своего собеседника, если иногда он оказывается и не прав

- Не игнорировать сознательно других людей.

**Причины возникновения конфликтов.**

***1.Различия в целях, интересах, мнениях, взглядах на жизнь, способах достижениях цели, в индивидуальных особенностях людей.*** Изначально мы все – разные. Но это не повод для конфликта, - чаще всего конфликт происходит из-за нашего неумения договариваться, идти на компромисс.

***2. Конфликтогены***- слова или действия, которые могут привести к конфликту помимо желания человека

**Конфликтогенами являются:**

**-** проявление превосходства **(**критика, угрозы, обвинения насмешки, попытка обмана, перебивание, игнорирование собеседника);

- проявление агрессивности;

- проявление эгоизма.

***3. На агрессию отвечаешь еще большей агрессией.*** В очень редких случаях отпор обидчику следует давать сразу и сильнее,- когда есть угроза для жизни. В остальных случаях следует использовать все варианты смягчения конфликта.

*4.* ***Внешние ограничения общения могут быть разными по своей природе, выделим три типа ограничений, проявляющихся в контакте и вызвать неудовольствие сторон***

***Конвенциональные***ограничения, т.е. существует традиция, обычай вести себя так, а не иначе.

***Ситуативные***ограничения, когда полноценное общение строго ограничено рамками ситуации.

***Эмоциональные***ограничения определяются атмосферой общения. Выделим следующие барьеры, обусловленные нашими эмоциями.

**5. Барьеры**

а) барьер *отвращения и брезгливости* (неприятные запахи, потные руки, привычка близко придвигаться к собеседнику).

б) барьер *страдания или горя* (трагические события, неудовлетворенностью своим положением, физическими недостатками).

в) барьер *страха* (вследствие трудных жизненных обстоятельств).

г) барьер *стыда и вины* (возникает от неловкости за себя или за другого, в случае критики или неумеренной похвалы).

д) барьер призрения (вызывает какая-то черта характера, расовый или национальный).

е) барьер восприятия (непонятная речь, нечеткой формулировке мысли, при предвзятом отношении, тон речи).

**6. Бытовые причины***(*нехватка денег; распределение обязанностей; несоблюдение режимных моментов).

***Игра с учащимися***

***СЛОВА – КОНФЛИКТОГЕНЫ***

* Угрозы
* Приказы
* Обидные прозвища
* Слова – должники (обязывают к выполнению «вы должны со мной согласиться»
* Похвала с подвохом (лесть, манипуляция «может еще одну газету выпустите?»)
* Допрос
* Несвоевременные советы
* Отказ от обсуждения вопроса (« Тема закрыта»)
* Соревнование Успокоение отрицанием (перетягивание одеяла на себя: У меня проблемы! – Разве это проблемы?)

**Психологические роли в конфликте**

**Субъекты конфликта –** участники конфликта

* **Прямые участники –** оппоненты
* **Косвенные -** подстрекатели, группа поддержки, медиаторы, жертвы**.**

***СТАДИИ КОНФЛИКТА*:**

1. **Скрытая** (латентная) - противоречия не осознаются, существует лишь явное или неявное недовольство ситуацией;
2. **Осознание конфликта**. Обе стороны понимают, что конфликт назрел. Воспринимают действия противника как враждебные.
3. **Инцидент.** Событие, активизирующее действие участников конфликта.
4. **Активные действия сторон.**
5. **Завершение конфликта**. Это процесс как завершен конфликт.

**Лекарство от конфликта – посредничество**

Посредник- медиатор.Роль медиатора у учащегося могут играть:

* Преподаватели техникума, мастера производственного обучения, воспитатели общежития, администрация, психолог и социальный педагог техникума.

**Существует Методика посредничества в конфликте**

**состоит она из 4 шагов:**

* «Найти время, чтобы поговорить»
* «Спланировать организацию встречи»
* «Выговоритесь» - узнать позицию другого
* «Соглашение» - психологическая готовность к примирению.

-Какой бы опыт ни приобрели участники конфликта (положительный или отрицательный), его в дальнейшем можно использовать для правильного выстраивания взаимоотношений с другими людьми. Мы для вас подготовили памятные брошюры изучив которые вы сможете достойно выходить из конфликтных ситуаций!

**Вывод:**

-Мы подошли к основным правилам разрешения конфликтов:

* в конфликте не бывает победителей.
* встаньте на позицию собеседника. Посмотрите на ситуацию «его глазами»
* детально опишите не устраивающую вас ситуацию, будьте объективны.
* расскажите о своих чувствах в данной ситуации.
* выслушайте оппонента – не перебивайте, не спорьте, покажите, что вы слушаете и готовы придти к соглашению.
* не прибегайте к ультиматуму, внесите конкретное предложение относительно смены ситуации (я хотел бы…, я вас прошу…).
* контролируйте эмоции, тему разговора, языковой стиль (без грубости).

-Мы определили ряд ситуаций и причин из-за которых возникают КОНФЛИКТЫ, которые разрушают наше общение. Но мало знать причины и иметь желание уладить конфликтную ситуацию. Необходимо еще и знать, как это сделать.

-Для разрешения конфликтов психолог ТОМАС разработал 5 стратегии выхода из Конфликта

Это:

СЛАЙД №

***СТРАТЕГИИ ПОВЕДЕНИЯ*** (по К. Томасу)

1. **КОНКУРЕНЦИЯ**( или соперничество, соревнование)- это открытая борьба за свои интересы. Редко приносит долгосрочные результаты. Тот кто сегодня проиграл, может отказаться от сотрудничества.
2. **КОМПРОМИСС**- применяя данную стратегию можно урегулировать разногласия через взаимные уступки. Но такая стратегия эффективна тогда, когда обе стороны желают одного и того-же.
3. **СОТРУДНИЧЕСТВО**- такая стратегия ведет к удовлетворению нужд всех. Если вы желаите сотрудничать, то реализацию нужно начать с фразы: «Давайте посмотрим, что можно сделать, чтобы получилось то, что мы оба хотим»
4. **ИЗБЕГАНИЕ** – это стремление выйти из конфликта, не решая его, не настаивая на своем, но и не уступая своего. Такая стратегия рекомендуется использовать в случаях, когда одна из сторон чувствует, что не права, или считает, что нет серьезных оснований для продолжения контактов.
5. **ПРИСПОСОБЛЕНИЕ** – это сглаживание противоречий .Эта стратегия может быть применена если вы чувствуете, что ваши шансы на победу минимальны, и вы считаете, что лучше сохранить добрые отношения с партнером, чем отстаивать собственную позицию.

-Ребятам была задана ситуация:

***Родители не разрешают дружить с тем человеком, который тебе интересен, мотивируя это заботой о тебе («Он плохой»).***

-Как выйти из подобной ситуации?

-Их задача: найти выход из создавшейся проблемы. Как они это сделали, мы сейчас это увидим.

*Игра с использованием элементов технологии дебатов на тему*

*« Как выйти из ситуации, используя разные стратегии?»*

*-представление стратегии в виде сценки в группе (5 минуты)*

*-обсуждение в группах (3 минут)*

*-поиск аргументов в защиту своей позиции*

-Скажите,пожалуйста, какие плюсы(+) в пользу выбора вашего решения конфликта? А минусы(-)?

**Избегание**:

**Компромисс**:

**Приспособление**:

**Сотрудничество**:

**Конкуренция(сорев-е,соперн-во)**:

-В итоге мы показали 5 выходов, т.е. 5 стратегий поведения выхода из Конфликта.

**-**С помощью анкеты мы с вами определим какую из этих стратегий предпочитает выбрать каждый из вас!

- В каждом конфликте нужно правильно строить свое поведение. Для этого существует «Кодекс поведения в конфликте»..

СЛАЙД №

**Пути разрешения конфликтов**.

***КОДЕКС ПОВЕДЕНИЯ В КОНФЛИКТЕ***

1. *Дайте партнеру «выпустить пар»;*
2. *Потребуйте от партнера спокойно обосновать претензии;*
3. *Сбивай агрессию неожиданными приемами*
4. *Не давай партнеру отрицательных оценок, а говори о своих чувствах. ( Не говори: Вы меня обманули, а лучше Я чувствую себя обманутым.Используйте «Я - высказывания»;*
5. *Сформулируйте проблему и результат спора;*
6. *Не ищите виновных – ищите выход;*
7. *Не переходите на личности;*
8. *Пытайтесь понять смысл сказанного;*
9. *Не бойтесь признать свои ошибки, если чувствуешь, что виноват;*
10. *Оговорите взаимоотношения на будущее;*
11. *Старайтесь сохранить отношения.*

-И если каждый из нас будет его помнить , то наши отношения будут протекать намного спокойнее, безболезненно и с большим пониманием -Вариантов выхода из конфликтной ситуации может быть много. Главное – суметь не поддаваться отрицательным эмоциям, таким, как гнев, ярость, отчаяние, страх, а постараться взять себя в руки и осмыслить ситуацию

*Тренинговое упражнение на соединение коллектива*

- Жизнь часто ставит перед нами серьезные проблемы, создает препятствия, которые нужно преодолевать. И именно в совместных действиях, при взаимопонимании будут решаться многие жизненные проблемы. Игра, которую я вам сейчас предложу, приводит к сплоченности в группе, к взаимопониманию.

*Звучит музыка*

- Встаньте, пожалуйста, все в круг; Сомкните круг так, чтобы чувствовать плечо рядом стоящего; По сигналу - повернитесь направо( хлопок); Образуйте круг таким образом, чтобы чувствовать спину впереди стоящего человека; Присядьте на колени сзади стоящего человека( хорошо садитесь, удобнее); По сигналу выбросьте правую руку : если вам понравилось то так, а если нет - то так.

- Всем спасибо! Итак, мы еще раз убедились, что в сплоченном коллективе работать всегда лучше.

*СЛАЙД №*

- конфликты неизбежны, старайтесь их разрешать, избегая отрицательных последствий.

- правильно реагируйте на чужое раздражение;(улыбайтесь, выслушайте)

- разберитесь в истинных причинах и сосредоточьте внимание на проблеме и на том, как ее разрешить;

- создайте возможность достойного выхода из конфликта, чтобы сохранить время и здоровье;

- Помните! Из каждой ситуаций есть выход!

-Улаженный конфликт, комплимент, улыбка – сберегают нервную систему человека, а значит и его здоровье. Так давайте же будем жить дружно и как говорил и пел Борис Окуджава, понимать друг друга с полуслова и говорит друг другу комплименты, не забывая о том, что человек живет на земле не так долго, чтобы тратить время на зло съедающее здоровье!

*Звучит песня Окуджавы « Давайте восклицать…»*

СЛАЙД №

**Список методической литературы**

1. Планирование воспитательной работы в классе. Методическое пособие. – под ред. Е.Н. Степанова. М.: Творческий центр «Сфера», 2005г.

2. Настольная книга классного руководителя. Автор-составитель Л.Д. Гуткина. М.:Центр «Педагогический поиск», 2003г.

3.Трудное восхождение к себе. Методические разработки и сценарии занятий социально-психологических тренингов. М. Российское педагогическое агенство,1995г.

4.Тренинг уверенного поведения для старшеклассников и студентов. СПб.: Питер,2008г

**Слайды из презентации**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| C:\Users\Надежда\Desktop\Безымянныйка.png | C:\Users\Надежда\Desktop\фф.png | C:\Users\Надежда\Desktop\ыы.png |
| C:\Users\Надежда\Desktop\аорь.png | C:\Users\Надежда\Desktop\ф111.png | C:\Users\Надежда\Desktop\агнекуц.png |
| C:\Users\Надежда\Desktop\вупквп.png | C:\Users\Надежда\Desktop\папаппа.png | C:\Users\Надежда\Desktop\ыа.png |
| C:\Users\Надежда\Desktop\повроы.png | C:\Users\Надежда\Desktop\1213.png | C:\Users\Надежда\Desktop\321.png |