**УРОКИ ПСИХОЛОГІЇ В 11 КЛАСІ (профільний рівень)**

**РОЗДІЛ 4: ЕМОЦІЙНО-ПОЧУТТЄВИЙ СВІТ ЛЮДИНИ**

**Тема: Моделі поведінки у конфлікті або як поводити себе в конфлікті з різними типами людей? (тренінгове заняття)**

**Обладнання;** аркуші А4, ватман «Правила роботи», бланки «Незакінчені речення», плакат із зображенням дерева,

**І. Вступна частина.**

**1.Знайомство. Вправа «Мій портрет у променях сонця»**

Кожен з учасників на аркуші малює сонце, всередині якого пише своє ім’я, та малює промені за кількістю учасників тренінгу. Завдання: учні повинні по колу передавати аркуші із зображенням сонця. І при цьому слід написати позитивну рису, яку він бачить в «господаря сонця». Коли аркуші повертаються до власників, учні зачитують написане.

Запитання:

- що ви відчували під час виконання вправи?

- чи дізнались про себе нове?

**2. Очікування. Вправа «Незакінчені речення »**

Тренер роздає кожному учаснику аркуш паперу, на якому написані такі незакінчені речення:

а) від тренера я очікую...;

б) від інших учасників я очікую...;

в) від себе я очікую...;

г) мета, яку я маю намір досягнути –… .

Тренер пропонує кожному відповісти на запитання одразу, потім збирає заповнені аркуші. Коли тренінг завершиться, ці аркуші будуть роздані учасникам знов, щоб вони могли вирішити, якою мірою тренінг задовольнив їхні очікування. Це допоможе учасникам у виробленні підсумкової оцінки тренінгу.

**3. Створення або повторення правил роботи на уроці, роботи в групі.**

Щоб наша робота була плідною, треба погодити правила за якими ми виконуватимемо її, ці правила обов'язкові для всіх:

**1. Тут і тепер** - предметом розмови можуть бути тільки емоції, думки, почуття, що відбуваються в даний момент.

**2. Слухати і не перебивати**- поважати думку іншого, говорить тільки один, я в цей момент слухаю.

**3. Принцип Я** - всі висловлювання будуються з використанням особових займенників - «мені здається», «я думаю».

**4. «Конфіденційність»** - все, що говориться в групі, повинно залишатися всередині групи.

**5. «Правило піднятої руки»** - якщо є що сказати, слід підняти руку

**6. Пропозиції учасників ...**

Правила записуються тренером на аркуші і залишаються до кінця заняття на видному місці.

**ІІ. Основна частина.**

**1. Мозковий штурм «Що таке конфлікт»**

**Мета:** активізувати знання учнів про поняття «конфлікт»

Всі відповіді учнів фіксуються на ватмані, по закінченню підводимо підсумок

**2. Інформаційне повідомлення «Поняття конфлікт»**

Слово «конфлікт» у перекладі з латини – «зіткнення різноспрямованих сил (цінностей, інтересів, поглядів, позицій) суб’єктів – сторін взаємодії». Наука, яка вивчає причини виникнення особливості перебігу, методи та прийоми запобігання та розв’язання конфлікту називається конфліктологією.

Конфлікти є частиною повсякденного життя. Конфлікт у соціальній сфері як суперечка сторін, як протиріччя в їх інтересах і цілях природний, і тому неминучий, більш того, за словами відомого фахівця в області переговорів Р.Фішера, чим більш різноманітним стає світ, з тим більшим числом протиріч в інтересах доводиться стикатися. Психологи також відзначають, що конфлікт стимулює пошук рішення проблем. Крім того, конфлікт малої інтенсивності, вирішений мирно, може запобігти конфлікту серйознішому. Помічено, що в тих соціальних групах, де досить часті невеликі конфлікти, рідко доходить справа до великих протиріч. Питання полягає не в тому, щоб запобігти або не помітити конфлікт, а в тому, щоб запобігти конфліктній поведінці, пов'язаній з деструктивними, насильницькими способами вирішення протиріч, і направляти учасників на пошук взаємоприйнятного рішення.

**3. Вправа «Дерево конфліктогенів»**

**Мета:** актуалізація та відтворення власних знань, суб’єктивного досвіду учнів.

Однією із причин виникнення конфлікту є конфліктогени поведінки. Це слова або дії, які породжують конфлікт.

На плакаті намальований стовбур дерева. У кожного з учнів є листочки з дерева. На цих листочках потрібно написати приклади конфліктогенів та прикріпити свій листочок до дерева.

*Ознаки конфліктогенів поведінки:*

- відкрита недовіра;

- оцінювання людей;

- перебивання іншої людини;

- небажання визнавати свої помилки чи чиюсь правоту;

- нещирість в спілкуванні;

- невміння слухати;

- небажання вислухати точку зору іншого…

**4. Вправа руханка «Ураган для тих…»**

Усі сидять, а тренер стоїть ( йому не вистачає стільця ). Він каже: «Ураган для тих, хто народився весною». Усі, хто народився в цю пору року, встають зі свого місця і намагаються сісти на інше. Той, кому не вистачило стільця, стає ведучим і каже: «Ураган для тих, у кого довге волосся ( коротке волосся, хто любить ходити до школи, вдома має домашніх улюбленців, любить солодке…)».

**5. Інформаційне повідомлення «Стилі поведінки в конфлікті»**

Учені Томас К. та Кілмен Р. визначили основні найбільш прийняті стратегії поведінки в конфліктній ситуації. Вони вказують, що існує 5 основних стилів поведінки в конфлікті: пристосування, компроміс, утеча (ігнорування), суперництво (конкуренція), співпраця.

**Конкуренція**, тобто **суперництво**, полягає в нав'язуванні протилежній стороні кращого рішення для себе. Людина намагається задовільнити свої інтереси за рахунок іншого. Вона використовує здібності аргументувати свої суспільні контакти, санкції тощо. Суперництво може означати «стати на захист своїх прав», якщо людина переконана, що вона права. Такий стиль поведінки може використовувати людина, що володіє сильною волею, авторитетом, владою.

**Компроміс** як стратегію виходу з конфлікту необхідно застосовувати у випадку, коли сторони хочуть досягти згоди, врегулювати відносини. Це часткове задоволення інтересів обох сторін

Стратегія **утечі (ігнорування)** зазвичай реалізується, якщо конфлікт не зачіпає прямих інтересів сторін і немає необхідності відстоювати свої права. Людина намагається ухилятися від конфлікту. Втеча може бути фізичною (покинути місце конфлікту й піти) або психологічною (ігнорування конфлікту), дипломатичне ухиляння. Шляхом втечі можна відкласти справу на більш зручний час.

Стратегія **пристосування** полягає в тому, що сторони діють спільно, відстоюючи при цьому власні інтереси, з метою згладжування конфліктної ситуації та відновлення стабільної робочої обстановки.

**Співпраця** як шлях вирішення конфлікту — це дії спрямовані на пошук рішення, що задовольняє обидві сторони, спільне обговорення розбіжностей. Процес, який складається з послідовних взаємодій, коли людина прагне брати активну участь у розв’язанні конфлікту й захищати свої права, але й ще бажає співпрацювати з іншими учасниками конфлікту. Це спільна спроба знайти таке рішення, яке цілком б задовільнило вимоги обох сторін.

**6. Робота в групах**

**Частина перша «Визначити спосіб розв’язання конфлікту»**

**Мета:** розвиток уміння встановлювати логічні зв’язки, аналізувати, працювати в групі.

На аркушах записані прислів’я, які відображають один із способів виходу із конфліктів. Потрібно визначити, до якого способу розв’язання конфлікту стосується кожен вислів, пояснити, чому саме так.

*Для тренера*

|  |  |
| --- | --- |
| **Вислів** | **Спосіб розв’язання конфлікту** |
| Око за око, зуб за зуб | Суперництво |
| Краще тихо, аби без лиха | Пристосування |
| Моя хата з краю, я нічого не знаю | Утеча (ігнорування) |
| І вовки ситі, і вівці цілі | Компроміс |
| Спершу поміркуй, а потім роби | Співпраця |

*Для учнів*

|  |  |
| --- | --- |
| **Вислів** | **Спосіб розв’язання конфлікту** |
| Око за око, зуб за зуб |  |
| Краще тихо, аби без лиха |  |
| Моя хата з краю, я нічого не знаю |  |
| І вовки ситі, і вівці цілі |  |
| Спершу поміркуй, а потім роби |  |

*Спосіб розв’язання конфлікту:* компроміс, суперництво, пристосування, співпраця, утеча (ігнорування).

**Частина друга «Інсценування конфлікту».**

**Мета:** актуалізація суб’єктивного досвіду, закріплення навичок розв’язання конфлікту.

Кожна група отримує картку із назвою способу подолання конфлікту.

Завдання: інсценувати ситуацію конфлікту із власного життя за цим способом. Іншим групам слід відгадати, який спосіб розв’язання конфлікту продемонстровано, та проаналізувати конфліктну ситуацію за поданою схемою

|  |  |
| --- | --- |
| Спосіб розв’язання конфлікту |  |
| Ініціатор конфлікту |  |
| Усвідомлення причин конфлікту учасниками |  |
| Результат конфлікту |  |
| Чи може цей спосіб розв’язання конфлікту бути конструктивним? |  |

**ІІІ. Заключна частина.**

**1.Рефлексія(обговорення).**

**Мета:** забезпечити зворотній зв'язок щодо основних моментів вивченого матеріалу. Зворотній зв’язок з очікуванням, вправа «Незакінчені речення»

**2.Прощання**

Вправа «Ти — молодець»

Мета — підвищити самооцінку, отримати підтримку групи. Усі стоять у колі, один виходить у центр, називає своє ім'я і те, що він любить чи вміє добре робити («я люблю танцювати» або «я вмію робити шпагат»). У відповідь усі промовляють: «Ти — молодець!» — і піднімають вгору великий палець.