**Година спілкування/ година з психологом**

**на тему : «Конфлікт і Я» у 7-му класі**

(дані вправи будуть цікаві учням з 10 до 13 років)

**Мета:** *розвивати уміння запобігати конфліктам;*

*розглядати способи їх вирішення;*

*розвивати комунікативні здібності.*

**Додаткові матеріали:** листочки-стіки, кошик, різнокольорові листи паперу із словами – складовими фраз.

**Час проведення:** 40-45 хвилин

**План проведення**

1. **Вправа -руханка «Молекули»**

Учні вільно рухаються по кабінету. По команді «молекули по…» всі об’єднуються у групи та спілкуються за темами , запропоновані психологом:

* «Молекули по 3 … представтеся один одному (ім’я)»
* «Молекули по 4 … поділіться ім’ям вашого друга (друзів)»
* «Молекули по 5 … продовжіть фразу «Я люблю…»
* «Молекули по 3 … продовжіть фразу «Я щасливий , коли…»

1. **Вправа «Контакт»**

Учні сидячи на місцях встановлюють контакт очима один з одним. За командою психолога втановлюємо контакт очима з будь-якою людиною у класі. Вправа проводиться декілька разів , але кожного разу контакт встановлюється з іншою дитиною у класі.

**Психолог:** (підводимо до обговорення та назви теми) Давайте подумаємо над тим, чи завжди нам вдається встановити контакти з іншими людьми? А вяких ситуаціях ці контакти обриваються? А чи є люди , з якими ви б не хотіли встановлювати контак? Чому ? Які причини можуть привести до цього?

Це може бути з різних причин, але одна з них - винекнення непорозумінь між вами, або **конфліктів.**

**Давайте спробуємо уявити асоціації з поняттям «конфлікт»… (сварка, суперечка, хмари, розбита чашка,…)**

**Конфлікт– це зіткнення протилежних думок, поглядів, інтересів, прагнень, дій, поведінці окремої людини, різних індивідів або груп людей.**

А скажіть будь-ласка, людина конфліктує в будь-якому віці чи є безконфліктний вік? А конфлікти у різному віці схожі чи відрізняються?

1. **Вправа «Кошик конфліктів»**

Кожен учень пише на листочку . які конфлікти частіше відбуваються у вашому віці? (не підписуючи листочок). Потім складаємо ці листочки у кошик. Далі психолог витягає по одному листочку, зачитує конфліктні ситуації і разом з учнями намагається виявити причину цього конфлікту.

(Причини записуються на дошці)

* звичайне непорозуміння;
* небажання йти один одному назустріч;
* завищена або занижена самооцінка учасників конфлікту;
* виховання (невміння спілкуватися)- не навчили;
  + - * невміння слухати інших;
      * невміння керувати емоціями
* плітки та слухи, що передаються оточуючими…

1. **Вправа «Муха»** (розвантаження)
2. ***Вправа «Бутерброд»*** Уявіть собі, що я приїхала з іншої країни і дуже хочу приготувати собі бутерброд. Але я зовсім не вмію нічого готувати. В магазині я купила такі продукти: батон, масло, ковбаса, огірок, помідор, салат. Але як саме виглядає бутерброд я не знаю. І з чого починати теж не знаю. Отже ваше завдання.

Напишіть мені на листочках технологію приготування бутерброда

*Учні пишуть технологію приготування бутерброда. Вчитель збирає всі листочки, перемішує, вибирає один і по даній технології виготовляє бутерброд.*

**Переконуємося, що всі по-різному уявляють та доносять до інших одну ситуацію. А для того, щоб донести співрозвмовнику свою точку зору, треба детально її пояснити, а співрозмовнику уважно вислухати.**

1. **Вправа на розвантаження «Піцца»** (масаж)
2. Закінчення заняття. **Вправа «Збери фразу з друзями».**

Учням треба об’єднатися у групи за кольоромчи номером листочка та першими створити лінію за змістом вислову.

* «Не конфліктуй: з розумним домовся, дурня обмани.»
* «Мудра людина завжди знайде спосіб, щоб не почати війну.»
* «Рішення гострих проблем зазвичай шукають за круглим столом.»
* «У розпал конфліктного моменту, крик не замінить аргументу.»
* «Ті, хто не можуть зварити суп, заварюють кашу.»
* «Якщо є готовність до конфлікту, привід для конфлікту знайдеться завжди.»

1. Зворотній звязок .

**Голосуємо ногами** (сподобалось/не сподобалось) (учні).