**ОБРАЗИ В ДИТЯЧОМУ КОЛЕКТИВІ: ЯК ВИРІШИТИ КОНФЛІКТ?**

**Психологічне заняття для учнів 3-4 класів.**

***Підготувала практичний психолог***

***Харківського НВК № 180 Каленик О. Л.***

**Мета:** розвивати навички спілкування і вирішення конфліктів; підвищувати емоційну стійкість дітей; формувати навички зменшення власних негативних емоцій.

**Хід заняття**

**Привітання.**

**Розминка. Вправа «Масаж почуттями».**

Діти стають ланцюжком (один за одним), руки кладуть на спину дитині, яка стоїть попереду. За сигналом ведучого діти зображують пальчиками різні почуття: радість, злість, страх, любов тощо.

**Інформація.**

*Конфлікт –* це частина нашого життя. Пропоную вам подумати про те, як ви поводитеся у конфлікті. Змагаєтеся? Програєте? Які відчуття викликає у вас суперник? Ненавмисні конфлікти призводять до образ, втрати дружби, до спалахів гніву, відчуження. Тому важливо знати, як поводитися у конфліктних ситуаціях. Сьогодні ми вчитимемося вирішувати конфлікти.

Спочатку давайте спробуємо разом подумати про те, як найкраще вчинити у певній ситуації, щоб вирішити конфлікт. Я називатиму ситуацію, а ви будете обговорювати її.

На дошці написана ситуація («Хтось дратує чи обзиває тебе»), запропонуйте всі можливі варіанти її вирішення.

(Психолог записує всі варіанти вирішення на дошці).

**Дискусія:**

* Яка поведінка, із запропонованих, допомагає з гідністю вийти з конфлікту або не допустити його розпалення?
* До чого призведуть інші варіанти вирішення ситуації? (Сварки, образи один на одного тощо).

**Вправа «Я ображаюся».**

Психолог пропонує учасникам закінчити речення: «Я ображаюся, коли…». Бажаючі зачитують закінчення речення, а ведучий запитує, в кого ще подібні ситуації викликають образу. Підкреслюється, що названі ситуації образливі для більшості, а тому треба пам’ятати: «Якщо ти ображаєш інших сьогодні, до тебе ця образа повер­неться завтра».

**Дискусія:**

* Що можна сказати про людей, які кривдять інших, що вони самі відчувають у цей момент?
* Як ставитися до кривдника?
* Як довго зберігаються образи?
* Як показати образу?

**Вправа «Яка в мене образа».**

Психолог розповідає дітям, про те, що образа, у різних людей буває різною. У деяких людей вона швидко забувається, тане, немов сніжинка на теплій руці. У інших вона живе довго, і нагадує голку у чоботі – постійно коле людину і примушує її сумувати та злитися на образника.

Учні отримують аркуш паперу, розділений навпіл. Діти повинні намалювати «маленьку» і «велику» образу. В процесі малювання психолог запитує дітей, на що схожа їх образа, пам’ятають вони її довго чи швидко вибачають кривдника.

**Перегляд фільму «Дивовижні кристали води»**

Тіло людини складається з води на 70-80 %. Чи замислювалися ви над тим, в що перетворюється крапля води в організмі, коли ми ображаємося, промовляємо ті чи інші слова? (Перегляд фільму).

(<https://www.google.com.ua/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=video&cd=4&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwjpqdHCwdfOAhXDa5oKHSPvD3IQtwIIKTAD&url=https%3A%2F%2Fvk.com%2Fvideo73654394_164104160&usg=AFQjCNEdCuVjDD78aXOWXDF2aZ6Pa1VoeA>).

Обговорення.

**Притча «Мішок картоплі»**

Учень запитав вчителя:  
– Ти такий мудрий. **Ти завжди в гарному настрої, ніколи не злишся.**Допоможи і мені бути таким.

Учитель погодився і **попросив учня принести картоплю і прозорий пакет.  
– Якщо ти на кого-небудь розсердишся і затаїш образу,** – сказав учитель, – **то візьми цю картоплину.** З одного її боку напиши своє ім’я, з іншого ім’я людини, з якою стався конфлікт, і поклади цю картоплю в пакет.  
– І це все? – Здивовано запитав учень.  
– Ні, – відповів учитель. **Ти повинен завжди цей мішок носити з собою. І кожного разу, коли на кого-небудь образишся, додавати в нього картоплю.**Учень погодився.

Пройшов певний час. Пакет учня поповнився ще кількома картоплинами і став уже досить важким. Його дуже незручно було носити з собою. До того ж та картопля, яку він поклав на самому початку стала псуватися. Вона покрилась слизьким гидким нальотом, деяка проросла, деяка зацвіла і стала видавати різкий неприємний запах. Учень прийшов до вчителя і сказав:

**– Це вже неможливо носити з собою. По-перше, пакет занадто важкий, а по-друге, картопля зіпсувалася.** Запропонуй що-небудь інше.

Але вчитель відповів:  
– Те ж саме, відбувається і в тебе в душі. Коли ти, на кого-небудь злишся, ображаєшся, то у тебе в душі з’являється важкий камінь. Просто ти це відразу не помічаєш. Потім каміння стає більшим. **Вчинки перетворюються на звички, звички – в характер, який народжує смердючі пороки. І про цей вантаж дуже легко забути, адже він занадто важкий, щоб носити його постійно з собою.**Я дав тобі можливість поспостерігати весь цей процес з боку. Кожен раз, коли ти вирішиш образитися або, навпаки, образити когось, подумай, чи потрібен тобі цей камінь.

**Вправа «Обійми»**

* Можливо у вас в класі були такі ситуації, коли ви когось образили або вас образили. Я пропоную підійти один до одного, і сказати слова, «Я вибачаю тебе …» або «Вибач мене будь ласка…» і обійнятися.

**Підбиття підсумків.**

* Чи важко бути відвертим?
* Що сподобалося, що не сподобалося?
* Що порадувало, що засмутило?
* Що було приємно, що неприємно?

**Прощання.**

**Використані джерела**

1. Хухлаєва О.В. Стежина до свого Я. – М.: Видавництво «Генезис», 2009.
2. Жити в мирі та злагоді // Психолог. - 2013. - № 19-20.
3. Швидка І. Програма занять з учнями 4-х класів «Попереду в нас 5 клас» // Психолог. – 2016. - № 1-2 (577-578).
4. Онлайн книга – Притчі. Книга 2. Основи мудрості.