

Тренинговое занятие.

Тема. «Конфликт и стили поведения в нем»

Цель. Обучение подростков навыкам конструктивного разрешения конфликтных ситуаций.

Задачи.

1. Развить представления о сущности конфликтов.
2. Показать естественность возникновения конфликтов в повседневной жизни.
3. Рассмотреть правила поведения в конфликтных ситуациях.
4. Отработать стратегии решения повседневных конфликтов.

Оборудование: Плакаты с определениями понятий «Конфликт», «Компромисс», «Субъекты конфликтного взаимодействия»

Ход занятия.

1. Проведение диагностики подростков.

Ребятам предлагается заполнить диагностический бланк теста К. Томаса «Стратегии поведения в конфликтных ситуациях».

2. Понятие «конфликт», основные элементы конфликта.

Ведущий. Ребята. В повседневной жизни люди часто сталкиваются с ситуацией конфликта, и сейчас вам предлагается разделить на две группы, и провести «Аукцион идей по теме «Конфликт»».

Варианты подростков.

Обобщая высказывания подростков, ведущий дает определение: «Конфликтом обычно считают противоречия и разногласия, возникающие между людьми из-за несовпадения их интересов, взглядов, установок, стремлений». Текст определения вывешивается на доску. Воспитанники обсуждают, возможно ли в жизни полностью избежать конфликтов; если между родителями и друзьями возникает конфликт, значит ли это, что отношениям или дружбе пришел конец. Необходимо, чтобы подростки поняли: конфликты являются неотъемлемой частью повседневной жизни людей; при кажущейся, на первый взгляд, негативной окраске конфликты часто приводят к созиданию нового, более совершенного способа взаимодействия.

3. Разбор конфликтных ситуаций.

Участникам предлагается разделить на 4 группы. Каждая получает описание конфликта и задание найти такое решение, чтобы оно максимально учитывало интересы сторон.

Конфликтные ситуации.

1. Ты хочешь сегодня подольше погулять, а родители не разрешают, между вами возникла конфликтная ситуация.
2. На одной из перемен к тебе подошел старшеклассник, попросил посмотреть твой мобильный телефон, и без разрешения начал с него звонить, возникла конфликтная ситуация.
3. Ты любишь слушать громкую музыку, а родители предпочитают тишину в доме, по этому поводу у тебя с ними часто возникают конфликты.
4. Пибред сном ты любишь просматривать журналы. Это занятие настолько захватывает тебя, что ты не можешь оторваться и лечь спать. Из-за этого у тебя возникают конфликты с родителями.



Через 5-7 минут группы представляют свои решения конфликтов.

Подводя итоги, ведущий предлагает обсуждению ситуации «Апельсин» и рассказывает о существовании различных стилей поведения людей в конфликтных ситуациях.

Психологи выделяют пять типовых стилей поведения в конфликтных ситуациях в зависимости от того, чьи интересы и как отстаиваются во время конфликта:

- *Конкуренция (акула).*
- *Уклонение (черепаха).*
- *Приспособление (медвежонок).*
- *Сотрудничество (сова).*
- *Компромисс (лиса).*

Ведущий объясняет преимущества и недостатки каждого стиля.

Объявляются результаты тестирования. Подростки получают индивидуальные рекомендации по развитию более конструктивного поведения в конфликтных ситуациях.

4. Вывод.

В идеальном случае конфликт сам подсказывает нам стиль поведения. Если ни цель ни отношения не являются для нас особо важными, благоразумнее уклониться от конфликта. Когда для нас важна цель, а



взаимоотношения - значительно меньше, наилучшим выходом из конфликта может оказаться доминирование. С другой стороны, реалистический взгляд на вещи (не обязательно трусость) заставляет нас в случаях, когда отношения намного важнее, чем цель, прибегнуть к стилю капитуляции. И все же в самом существенном варианте, когда важны и цель и отношения, без сотрудничества в том или ином виде не обойтись. Важно понять, что каждый из этих стилей эффективен только в определенных условиях и ни один из них не может быть выделен как самый лучший. Наилучший подход будет определяться конкретной ситуацией, а также складом вашего характера.

В заключении с подростками проводится релаксационный момент, где ребята расслабляются, приводят мысли в порядок.