

### **«Конфликты в нашей жизни»**

Занятие с элементами тренинга для подростков

**Цель:** формирование у подростков навыков бесконфликтного общения с окружающими людьми.

**Задачи:**

- познакомить подростков с понятиями “конфликт” и “конфликтная ситуация”, со способами предупреждения конфликтов;
- познакомить с методами выхода из конфликтной ситуации;
- вырабатывать умения конструктивно вести себя во время конфликта, разрешая его без нанесения ущерба другим, себе и обществу;
- развить у обучающихся способность к выработке собственных способов эффективной коммуникации.

**Оборудование:** мультимедийный проектор, мультфильм «Конфликт», притча: «Все оставляет свой след», реквизит для игры: «Перетягивание каната»; «Эксперимент», презентация.

**СЛАЙД 1**

**Педагог:** Здравствуйте ребята! Тема нашего сегодняшнего мероприятия: «Конфликты в нашей жизни».

Конфликты – это часть нашей жизни. Предлагаю вам подумать о том, как мы ведем себя в конфликте. Состязаемся, соревнуемся? Проигрываем? Какие чувства вызывает у нас соперник? Непреднамеренные конфликты приводят к обидам, потере дружбы, к вспышкам гнева, отчуждению. Поэтому важно знать, как вести себя в конфликтных ситуациях. Сегодня мы будем учиться разрешать конфликты. А для начала давайте поиграем в игру: «А я считаю так...» Я буду называть некоторые утверждения. Если вы согласны, смотрите на меня. Если нет, поворачиваетесь ко мне спиной.

**Игра «А я считаю так...»**

- Весна лучше осени.
- Самый классный мультик – «Ну-погоди!»
- Самый классный мультфильм «Трансформеры»
- Самый важный предмет – математика.
- Самое лучшее время года – это лето.
- Самое прекрасное домашнее животное – кошка.
- Самая классная музыка – рок-н-ролл.
- Война – это всегда плохо.
- Изучать иностранный язык легче, чем физику.
- Кататься на коньках лучше, чем на лыжах.
- Не иметь высшего образования - стыдно.
- Худой мир лучше доброй ссоры
- Самая классная музыка – хип-хоп.
- Кока-кола вкуснее фанты.

- Заниматься рыбалкой – старомодно.
- Играть в компьютерные игры веселее, чем смотреть телевизор.
- Гулять с друзьями интереснее, чем лежать на диване дома.
- Лучше, чтобы уроки были короче, но их было бы больше.
- Лучше пробежать дистанцию, чем съесть фастфуд.
- Ссориться – это всегда плохо.
- Гнев – плохой советчик.

**Педагог:** Спасибо, садитесь. Какой вывод можно сделать? (*Ответы*)

- Ребята, посмотрите, как редко мы были единодушны в своём выборе. Потому что все люди разные. Все индивидуальны. У каждого из нас свое мнение, интересы и желания.

А чтобы еще раз убедиться, что мы разные. Давайте проведем эксперимент.

**Упражнение «Эксперимент»:** сейчас мы будем выполнять определенные действия с бумагой (салфетка), ваша задача точно следовать инструкции, так, чтобы у всех результат был одинаковый.

- Сгибаем лист пополам.
- Сгибаем еще раз пополам.
- Отрываем верхний правый угол.
- Отрываем нижний правый угол

- Что получилось?

**Педагог:** Получились различные узоры. Возможно, если очень внимательно присмотреться, можно найти похожие «творения», но одинаковых мы не встретим, хотя инструкция звучала для всех одинаково. Так происходит и с людьми, общаясь друг с другом, они воспринимают информацию по-разному, что ведет к непониманию друг друга, появляется напряжение в отношениях. И приводит это к чему? (*ответы*). Правильно, к опасности возникновения конфликта.

**Педагог:** Вы, пришли домой после ссоры с приятелем и хлопнули дверью. Мать тут же сделала вам замечание. Вы нагрубили в ответ и... Что произошло? (*ответы*). Возник конфликт.

**Игра «Перетягивание каната».**

-Давайте поделимся на две группы: одна – мальчики, другая – девочки. Сейчас мы сыграем в простую игру – перетягивание каната.

(*Играют*)

-Победила команда... Спасибо, садитесь. Как выдумаете, в результате этой игры мог возникнуть конфликт?

-А из – за чего он мог возникнуть?

**Ученики:**

Мальчики сильнее. Судья подсудил. Мешали зрители. Некоторые тянули с полной отдачей, а другие просто держались за канат.

-Да, эта ситуация похожа на конфликт. А что нужно для возникновения конфликта?

Для возникновения конфликта необходимо присутствие, как минимум, двух точек зрения (так называемый внутренний конфликт) и предмет спора.

В основе каждого конфликта всегда лежит конфликтная ситуация. Составляющими конфликтной ситуации являются:

- участники конфликта (оппоненты);
- предмет конфликта.

**3. Упражнение «Да – нет»**

-А теперь разыграем другую ситуацию.

(В центре зала – два добровольца показывают упражнение «да – нет» на примере ситуации с дежурством по классу).

-Я дежурил вчера.

-Нет.

-Дежурил.

-Нет.

-Да.

Нет и т.д.

-Конфликт ли это? Почему?

Ученик дают варианты ответа.

-Да, конфликт, потому что есть два человека и предмет спора – дежурство.

**СЛАЙД 2 (видео)**

**СЛАЙД 3**

Актер театра и кино Эммануил Виторган сказал однажды, что счастье этой жизни – в общении.

**СЛАЙД 4**

Как мы уже с вами знаем человеку невозможно прожить без общения.

**СЛАЙД 5**

Но оно приносит не только удовольствие, но иногда скрывает в себе и неприятности.

**СЛАЙД 6**

В процессе общения между людьми могут возникать конфликты.

Что же такое конфликты? Назовите хотя бы по одному определению. (Ответы).

*Возможные ответы:* Ссора, драка, размолвка, недопонимание, нежелание понять, отстаивание своего права, разногласие, страх, враждебность, ненависть, столкновение, противоречие, агрессия, проблема, нападение, отстаивание, трудность, недружелюбие, сложная ситуация.

**СЛАЙД 7**

С латинского языка этот термин можно перевести как, столкновение, удар, борьба, бой

Конфликт – это столкновение целей, интересов, мнений, взглядов партнеров по общению, отсутствие согласия между ними.

Конфликт возникает только тогда, когда столкновение интересов осознается обеими сторонами конфликта. В случае если несовпадение интересов не воспринимаются и не ощущаются, конфликт не происходит или наоборот если имеется общность интересов, но участники испытывают друг к другу враждебность то отношения между ними развиваются в конфликт.

**СЛАЙД 8**

Межличностный конфликт - это всегда столкновение нескольких участников (от двух и более личностей), каждый из которых всегда отстаивает свою позицию, выступая против интересов и мнений остальных участников событий.

**СЛАЙД 9**

Конфликты бывают конструктивными и неконструктивными.

Основное различие между ними состоит в том, что при конструктивном конфликте стороны не выходят за рамки деловых аргументов. Их отношения не переходят границ приличия. Конфликтующие не опускаются до оскорблений или грубости. При неконструктивном конфликте спорящие стороны считают, что для победы все средства хороши.

Давайте подумаем о последствиях конфликтов.

**Практическое задание:** Первой команде под названием «Плюс» даётся задание назвать, как можно больше позитивных последствий конфликта; второй команде

«Минус» – описать негативные последствия конфликта (5 минут) (команды начинают отвечать, парируя друг другу: «Конфликт – это плохо, потому что ... (1 команда), но зато ... (2 команда)

### **СЛАЙД 10**

#### **Последствия конфликтов**

Последствия конструктивных конфликтов:

- Конфликт вскрывает «слабое звено» в организации, во взаимоотношениях (диагностическая функция конфликта).
- Конфликт дает возможность увидеть скрытые отношения.
- Конфликт дает возможность выплеснуть отрицательные эмоции, снять напряжение.
- Конфликт – это толчок к пересмотру, развитию своих взглядов на привычное.
- Необходимость разрешения конфликта обуславливает развитие организации.
- Конфликт способствует сплочению коллектива при противостоянии с внешним врагом.

Последствия неконструктивных конфликтов в межличностных отношениях могут быть самыми драматическими. Самым известным неконструктивным конфликтом можно назвать конфликт между семьями Ромео и Джульетты Монтекки, и Капулетти, который привел к смерти влюбленных.

### **СЛАЙД 11**

В чём же вред неконструктивных конфликтов?

Во-первых, от конфликта страдает достоинство человека. Во-вторых, на каждую минуту конфликта приходится 20 минут последующих переживаний, когда и работа не ладится, и вообще, всё валится из рук. В-третьих, страдает физическое здоровье – поражаются нервы, сердце, сосуды. Поэтому нужно обязательно научиться предотвращать такие конфликты.

### **СЛАЙД 12**

В своем развитии конфликт обычно проходит 5 последовательных стадий.

**1 стадия – ВОЗНИКНОВЕНИЕ** конфликтной ситуации. Конфликта пока нет. Есть только причина способная вызвать его. Например, какое-то высказывание приятель показалось тебе несправедливым. Ты постараешься высказать свое недовольство. Вряд ли приятель будет доволен. Каждый считает, что правда на его стороне. Вот уже зарождается повод для взаимного раздражения, разногласий, споров. Или

**На следующей стадии** происходит **ОСОЗНАНИЕ** конфликта. На этой ступеньки вы с приятелем каждый по отдельности начинаете осмысливать причины конфликта и выработать дальнейшую линию своего поведения

**Третья стадия – ПРОЯВЛЕНИЕ** конфликтной ситуации. На этой стадии участники конфликта переходят к активным действиям.

**Четвертая стадия – УГЛУБЛЕНИЕ** конфликтной ситуации. На этом этапе участники конфликта открыто заявляют о своих позициях выдвигают требования. Но любому даже серьезному конфликту всегда приходит конец, который наступает после его разрешения. Это и есть **пятая** стадия

**РАЗРЕШЕНИЕ** конфликтной ситуации. На этой стадии происходит практическая ликвидация противоречий.

В целом мы можем говорить о том, что завершение конфликта возможно по разным причинам.

### **СЛАЙД 13**

Это возможно благодаря пожеланию сторон, или в результате несущественности причины. Конфликтная ситуация может быть прервана и из-за разделения конфликтующих. Например, ваш конфликт с одноклассниками был прерван, если вы переехали в другой город и пошли в другую школу. Наилучшим исходом для конфликта считается так называемая **ИНТЕГРАЦИЯ**.

#### **СЛАЙД 14**

Под этим термином принято понимать – объединение всех элементов в единое целое. Такая интеграция возможна, что, если в процессе конфликта обе стороны сделали для себя важные выводы.

#### **СЛАЙД 15**

Если в результате сформировалось единое мнение. Согласитесь, такой исход можно считать наилучшим. Но, к сожалению, в жизни он встречается нечасто. Чаще всего конфликты не проходят бесследно. Чаще всего они оставляют неприятный остаток. Конечно, в острой стадии развития конфликта трудно отдавать отчет своим действиям. Да и действия других нельзя оценивать объективно.

Конфликты возникают по самым разным поводам, но причины у всех схожие. Как вы думаете, какие же бывают причины конфликтов? (Ответы детей)

**Примерные ответы:** несовпадение целей и желаний; зависть, высокомерие, неуважение к другим людям; неумение общаться; разница чувств и состояний; агрессивность, грубость.

#### **СЛАЙД 16**

**Причинами конфликтов** служат различные барьеры:

- Барьер чужого желания; (в основе конфликта лежат противоположные интересы и желания. Например, вы можете поспорить с другом, что кто-то из вас хочет идти пешком, а кто-то ехать на транспорте)
- Смысловой барьер в общении; Например, одно и то же слово, фраза, событие имеет разное значение для разных людей. Например, для одних болельщиков победа их команды – это настоящий праздник, а для болельщиков противоположной команды – это настоящая трагедия. И многим из них может не понравиться веселье команды победителей.
- Эмоциональный барьер. Заключается в разнице чувств и вызванных ими состояниях, которые приводят к непониманию. Например, играя на улице зимой, вы с друзьями закидали снежками проходящую мимо одноклассницу. Вам в этот момент весело, а девочка обиделась и начала кричать на вас.
- Моральный барьер. Наиболее острые конфликты возникают из-за моральных барьеров. Это случается из-за различных представлений о нормах и правилах поведения.

#### **СЛАЙД 17**

**В любой конфликтной ситуации у ее участников есть разные варианты поведения.**

Специалисты выделяют четыре основных варианта: сотрудничество, компромисс, приспособление и избегание. Рассмотрим, как они проявляются

**СОТРУДНИЧЕСТВО** чаще всего направлено на поиск такого решения, которое привело бы к примирению без ущерба для каждой стороны. В этом деле нужны усилия. Нужно постараться понять, чем вызван конфликт. Что нужно сделать, чтобы покончить с ним. К каким последствиям он может привести в своем развитии. Во всяком случае такой вариант требует переговоров, контактов, желания понять другого

**КОМПРОМИСС** схожен с первым вариантом, разница в том, что для урегулирования разногласий необходимы уступки обеих сторон. Скорее всего обе

стороны не получают желаемого в полной мере, зато сохраняют общение. Возможно укрепят взаимопонимание.

Если в конфликтной ситуации только одна из сторон стремится сгладить противоречие путем односторонних уступок говорят о **ПРИСПОСОБЛЕНИИ**. Это не значит, что надо стремиться во что бы то ни стало изменить свою позицию. В подобной ситуации нужно сохранять меру и достоинство.

На у **ИЗБЕГАНИЕ** заключается в стремлении выйти из конфликтной ситуации, не решая ее, не уступая, но и не настаивая на своем немедленно. Чаще всего такое развитие ситуации отодвигает конфликт. Но порождает более сложные противоречия, поскольку причина остается. Значит рано или поздно конфликт может возникнуть вновь с еще большей силой.

### ***СЛАЙД 18***

Что делать? Как разрешать конфликты?

1. Учитесь властвовать собой. Для этого надо проанализировать возникший конфликт, попытаться отличить главное от второстепенного. Часто такой анализ помогает увидеть, что повод к конфликту оказался ничтожнее последствий, к которым привело развитие ситуации.
2. Найти авторитетного третьего, кто поможет разобраться в конфликте
3. Очень полезно рассмотреть ситуацию с разных сторон, конечно, собственная позиция всегда кажется более правильной. Но, а если попытаться принять точку зрения другого участника.

### ***СЛАЙД 19,20***

Постараться, как гласит пословица: «Войти в ботинки другого человека и пройти в них хотя бы версту, может быть тогда конфликт покажется менее острым. А собственные действия совсем не идеальные.

Нужно учиться принимать человека таким, какой он есть. Уметь прощать. Обиды растворяются в тепле прощения. О прощении можно говорить только тогда, когда ты перестаешь оценивать другого человека и не судишь него.

А вообще конфликтных ситуаций лучше всего избегать.

### ***СЛАЙД 21(видео, притча о гвоздях)***

Конечно же, сегодняшняя беседа прошла не зря, и вы поняли, что избежать конфликтов может каждый.

### ***СЛАЙД 22***

Хочу закончить нашу встречу словами В. Берестова. «Гляжу свысока на обиду, теряю обиду из виду».

Проживая жизнь, мы вновь и вновь сталкиваемся с конфликтными ситуациями, но мы не должны пугаться этого объективного обстоятельства. Нам необходимо разрешать конфликты так, чтобы никто не видел, что конфликты были.

### ***СЛАЙД 23***

И использование конструктивных путей решения конфликта поможет вам сохранить друзей и не обрести врагов».

Спасибо за внимание. До новых встреч!