

Запорізький навчально-виховний комплекс №63
Запорізької міської ради Запорізької області

Методичний бюлетень на тему:

Шляхи попередження та розв'язання конфліктних ситуацій в школі

*(для використання у роботі вчителями, класними керівниками,
практичними психологами та соціальними педагогами)*



м.Запоріжжя

-2014-

Вступ

Конфлікти і конфліктні ситуації - безпосередня реальність у підлітковому середовищі. Емоційне життя кожного підлітка часто наповнюється труднощами, невдачами, кризами, неприємними ситуаціями. Дуже небезпечно, якщо проблемні ситуації затягуються, набувають нездорового забарвлення або взагалі не можуть вирішитись. У шкільному соціумі часто конфлікт переростає у насилля (моральне чи фізичне).

Конфліктні процеси мало хто схвалює, але майже всі в них беруть участь.

Конфлікти між дітьми і підлітками в межах школи, класу найчастіше засновані на емоціях і особистій неприязні. Конфлікт загострюється і охоплює все більше людей.

Міжособистісні і міжгрупові конфлікти негативно позначаються на всіх процесах життєдіяльності школи. Конфлікти між учнями негативно впливають як на тих, що конфліктують, так і на весь клас; в класі, де склався несприятливий соціально-психологічний клімат, діти погано засвоюють програмний матеріал, проста образа може, в кінці кінців, призвести до прояву жорстокості відносно своїх опонентів і так далі.

Займатися своєчасною діагностикою і профілактикою конфліктів в шкільних колективах у край необхідно.

По-перше, профілактика конфліктів, поза сумнівом, сприятиме підвищенню якості учбового процесу. Учні і вчителі стануть витрачати інтелектуальні і етичні сили не на боротьбу з опонентами, а на свою основну діяльність.

По-друге, конфлікти роблять помітний негативний вплив на психічний стан і настрої тих, що конфліктують. Стрес, що виникає в ході конфліктів, може бути причиною десятків серйозних захворювань. Тому своєчасні профілактичні заходи повинні позитивно впливати на психологічне і фізичне здоров'я учнів і вчителів.

По-третє, саме в школі у дитини, підлітка формуються навички вирішення протиріч в міжособистісній взаємодії, які трапляються в житті кожної людини.

Поняття конфлікту і його соціальна роль

Конфлікт (від лат. Conflictus – зіткнення) – це відсутність згоди між двома або більше сторонами, які можуть бути конкретними особами або групами. Кожна сторона робить все, аби прийнята була її точка зору і мета, і заважає іншій стороні робити те ж саме.

Коли люди думають про конфлікт, вони найчастіше асоціюють його з агресією, погрозами, спорами, ворожістю і тому подібне. В результаті існує думка, що конфлікт – явище завжди небажане, що його слід негайно вирішувати, як тільки він виникає. Але в багатьох ситуаціях конфлікт допомагає виявити різноманітність точок зору, дає додаткову інформацію, допомагає виявити більше число альтернатив або проблем. Англійський соціолог Е. Гідденс дав таке визначення конфлікту: «Під конфліктом я маю на увазі реальну боротьбу між діючими людьми, або групами, незалежно від того, які витoki цієї боротьби, її способи і засоби, мобілізовані кожній зі сторін». Найяскравіше ця позиція представлена в роботах німецьких соціологів Р. Зіммеля, Р. Дарендорфа і американського соціолога Л. Козера. Основне положення теорії конфлікту Г. Зіммеля полягає в тому, що конфлікт, хоча і є однією з форм розбіжності, в той же час є соціалізуючою силою, що об'єднує протиборчі сторони і сприяє стабілізації суспільства. Л. Козер в своїй класичній роботі «Функції соціальних конфліктів» підкреслював, що конфлікт несе в собі не лише деструктивну (руйнівну) функцію, в ньому закладений великий позитивний потенціал.

Але один з творців сучасної конфліктології, західнонімецький соціолог Р. Дарендорф, в основу соціальних конфліктів поклав саме політичні чинники: боротьбу за владу, престиж, авторитет. Конфлікт, по Дарендорфу, може виникнути в будь-якому співтоваристві, в будь-якій соціальній групі, де є пануючі і підпорядковані. Причиною конфлікту, на думку Р. Дарендорфа і його послідовників, є прагнення до домінування. П.А. Сорокін вказував на зв'язок конфлікту із задоволенням потреб людей. На його думку, джерело конфліктів лежить в придушенні базових потреб людини, без задоволення яких він не може існувати, перш за все, потреб в їжі, одязі, житлі, самозбереженні, самовираженні, творчості,

свободі. В той же час, він підкреслював, що важливі не самі по собі потреби, але і засоби їх задоволення, доступ до відповідних видів діяльності, який обумовлений соціальною організацією суспільства.

Якщо конфлікти сприяють ухваленню обґрунтованих рішень і розвитку взаємин, то їх називають **конструктивними**.

Конфлікти, що перешкоджають ефективній взаємодії і ухваленню рішень, називають **деструктивними**.

80% конфліктів виникає без бажання їх учасників. Відбувається це через особливості нашої психіки і те, що більшість людей або не знають про них, або не надають цьому значення.

Головну роль у виникненні конфліктів грають так звані конфліктогени.

Конфліктогени – це слова, дії (або бездіяльність), що можуть призвести до конфлікту.

Велика небезпека виникає з ігнорування дуже важливої закономірності – ескалації конфліктогенів. Полягає вона в наступному: на конфліктоген в нашу адресу ми прагнемо відповісти сильнішим конфліктогеном, часто максимально сильним серед всіх можливих.

Дуже важливо знати формулу конфлікту і ефективно нею володіти. Вона виглядає таким чином:

КОНФЛІКТ = КОНФЛІКТНА СИТУАЦІЯ + ІНЦИДЕНТ

Конфлікт – це відкрите протистояння як наслідок взаємовиключаючих інтересів і позицій.

Конфліктна ситуація – це протиріччя, що накопичилися, містять дійсну причину конфлікту.

Інцидент – це збіг обставин, що є приводом для конфлікту.

З формули видно, що конфліктна ситуація і інцидент незалежні один від одного, тобто жодне з них не є слідством або проявом іншого.

Вирішити конфлікт – значить, усунути конфліктну ситуацію і вичерпати інцидент. Зрозуміло, що перше зробити складніше, але і важливіше. На жаль, на практиці в більшості випадків справа обмежується лише вичерпанням інциденту. Але часто також ми використовуємо прийом - придушення - відхід від реалізації

цілей під впливом зовнішнього примусу, коли проблема заганяється вглиб і може у будь-який момент вийти назовні у формі агресії.

Агресія може бути направлена на іншу людину або групу людей, якщо вони є причиною проблеми. Агресія при цьому носить соціальний характер і супроводжується станами гніву, ворожості, ненависті. Агресивні соціальні дії викликають у відповідь агресивну реакцію, і з цієї миті починається соціальний конфлікт.

У всіх конфліктів є декілька причин. Кожен з нас пригадає щось своє, ситуації, в яких він сам був або свідком, або потерпілим. Боляче і образливо буває, коли:

- дістається за те, за що ти не несеш відповідальності;

- тебе не запитують при вирішенні питань, в яких ти компетентний;

- винагородили за те, що зробив ти, дістаються іншим. Що відбувається? Як відстояти себе?

- тебе вважають нездібними щось зробити самостійно. Завдання дістається іншому. І він, інший, стає свідком того, як низько тебе цінують. Як реагувати на приниження власної гідності?

- ти висуваєш ідеї і пропозиції, хтось видає їх за свої власні. Як вийти з цієї ролі?

- перед тобою малюють принагідні перспективи, аби залучити до цієї роботи, а у результаті, коли ти погоджуєшся, з'ясовується, робота виглядає зовсім інакше. З'являється відчуття досади, яке є ґрунтом для незадоволеності і опору.

- за свою готовність виконати невласливу або додаткову роботу тобі теж доводиться розплачуватися.

Подібні приклади можна продовжувати до безкінечності. Але саме так виникають інтриги, і рушиться взаємна довіра, до цього схильний практично кожен.

Таким чином, для виникнення соціального конфлікту необхідно:

по-перше, щоб причиною фрустрації була поведінка інших людей;

по-друге, щоб на агресивну соціальну дію виникла у відповідь реакція.

Особливості конфліктів в класних колективах

Саме у загальноосвітній школі закладаються основи поведінки людини в майбутньому в передконфліктних і конфліктних ситуаціях.

Аби займатися профілактикою конфліктів, необхідно мати уявлення про те, як вони виникають, розвиваються і завершуються в шкільних колективах, які їх особливості і причини.

Як для будь-якого соціального інституту, для загальноосвітньої школи характерні різні конфлікти. Педагогічна діяльність направлена на формування особи, її мета – передача школярам певного соціального досвіду, повніше освоєння ними цього досвіду. Тому саме в школі необхідно створити сприятливі соціально-психологічні умови, що забезпечують душевний комфорт педагогові, учневі і батькам.

У загальноосвітній установі можна виділити чотири основних суб'єкти діяльності: учень, вчитель, батьки, адміністратор. Залежно від того, які суб'єкти вступають у взаємодію, конфлікти підрозділяються на такі види: учень - учень; учень - вчитель; учень - батьки; учень – адміністратор; вчитель – вчитель; вчитель – батьки; вчитель – адміністратор; батьки - батьки; батьки – адміністратор; адміністратор – адміністратор.

Розглянемо один з найбільш поширених в навчальній діяльності – конфлікт між учнями.

Конфлікти в підлітковому середовищі характерні для всіх часів і народів, будь то бурса в творах Н. Помяловського або описана Р.Кіплінгом аристократична школа XIX століття, або група хлопчиків, що виявилася без дорослих на незаселеному острові, з книги «Повелитель мух» англійського письменника В. Голдінга.

Найбільш поширені серед учнів конфлікти лідерства, в яких відбивається боротьба двох – трьох лідерів і їх угруповань за першість в класі. У середніх класах часто конфліктує група хлопчиків і група дівчаток. Може позначитися конфлікт трьох – чотирьох підлітків з цілим класом або протистояння одного школяра і класу. За спостереженнями психологів, дорога до лідерства, особливо в підлітковому середовищі, пов'язана з демонстрацією переваги, цинізму, жорстокості,

безжалісності. Дитяча жорстокість – явище загальновідоме. Один з парадоксів світової педагогіки полягає в тому, що дитя більшою мірою, ніж дорослий, схильний до відчуття стадності, схильний до невмотивованої жорстокості та цькуванню собі подібних.

Генезис агресивної поведінки школярів пов'язаний з дефектами соціалізації особи. Так, виявлений позитивний зв'язок між кількістю агресивних дій у дошкільників і частотою їх покарання, вживаного батьками. Крім того, було підтверджено, що конфліктні хлопчики виховувалися, як правило, батьками, що застосовували по відношенню до них фізичне насильство. Тому ряд дослідників рахує покарання моделлю конфліктної поведінки особи.

На ранніх етапах соціалізації агресивність може виникати і випадково, але при успішному досягненні мети агресивним способом може з'явитися прагнення знов використовувати агресію для виходу з різних важких ситуацій. Агресія - як спосіб досягнення, агресія - як самоціль, вона стає самостійним мотивом поведінки, обумовлюючи ворожість по відношенню до інших на нижчому рівні самоконтролю.

Крім того, конфлікти підлітка в стосунках з однокласниками обумовлені особливістю віку – формуванням морально – етичних критеріїв оцінки однолітка і пов'язаних з цим вимог до його поведінки.

У педагогічній конфліктології, фахівцями виявлені основні чинники, що визначають особливості конфліктів між учнями.

По-перше, специфіка конфліктів між школярами визначається віковою психологією. Вік учня робить значний вплив, як на причини виникнення конфліктів, так і на особливості їх розвитку і способи завершення. Ми знаємо, що на час навчання в школі доводиться етап найбільш інтенсивного розвитку людини. Школа охоплює значну частину дитинства. І тут основним чинником, що визначає особливості конфліктів між учнями, є процес соціалізації учнів. Соціалізація є процесом і результатом засвоєння активного відтворення індивідумом соціального досвіду, що проявляється в спілкуванні і діяльності. Соціалізація школярів відбувається природним чином в звичайному житті і діяльності, а також цілеспрямовано – в результаті педагогічної дії на учнях в школі. Одним із способів і проявів соціалізації у школярів виступає міжособистісний конфлікт. В ході

конфліктів з тими, що оточують дитя, підліток усвідомлює, як можна і як не можна чинити по відношенню до однолітків, вчителів, батьків.

По-друге, особливості конфліктів між школярами визначаються характером їх діяльності в школі, основним вмістом якої є навчання.

По-третє, специфіка конфліктів між учнями в сучасних умовах визначається нинішнім устроєм життя, змінами в соціально-економічній обстановці, і як наслідок нерівність в матеріальному забезпеченні сім'ї.

Саме у підлітковому віці спілкування з однолітками набуває величезного значення. Стосунки з товаришами знаходяться в самому центрі особистого життя підлітка, багато в чому визначаючи всі інші сторони його поведінки і діяльності, у тому числі і навчальної.

Для підлітків важливо не лише спілкуватися з однолітками в школі, а зайняти положення, що задовольняє їх, серед однокласників. Це положення, здатне задовольнити прагнення підлітка до самоповаги, є різним для кожного школяра. Одні прагнуть зайняти в групі положення лідера, інші – отримати визнання і пошану від товаришів, треті – стати незаперечним авторитетом в якій-небудь справі і тому подібне. В будь-якому разі потреба в певному положенні серед однолітків стає домінуючим мотивом в поведінці і навчанні, який позначається на результативності і ефективності процесу навчання.

Зайняти лідерське положення в класі підліткові допомагають його психологічні особливості: висока потреба в освоєнні довколишньої дійсності, прагнення до розумової напруги і фізичної праці, різних форм діяльності.

Лідери оцінюють себе як активніших, товариських, сміливих і рішучих, вище відзиваються про свої організаторські здібності і уміння ладнати з людьми, вважають себе впливовими, з високим рівнем розвитку сили волі і відчуттям гумору. Самооцінка підлітків-нелідерів не настільки висока. Вони не так упевнені в своїх силах і практично не мотивовані на суперництво. Проте відсутність напористості і активності у взаєминах з однокласниками, абсолютно не означає, що хтось з підлітків-нелідерів не хоче зайняти вище положення в класі.

Невміння або неможливість підлітка добитися, в силу яких-небудь обставин, положення приводить до різних порушень в навчальній діяльності, зниженню

успішності, прояву недисциплінованості, аж до здійснення правопорушень. Такий вплив соціометричного статусу підлітка в класі на його шкільне життя визначається, перш за все, особливостями особистого розвитку в цей віковий період, який супроводжується підвищеною конформністю дитини по відношенню до однолітків.

Дослідження основних труднощів спілкування у школярів середніх класів виявило, що найчастіше порушення в міжособистісних стосунках серед однокласників викликані відсутністю у них комунікативних умінь. Підлітки використовують неадекватні способи переконання (тиск, протест, зіставлення і тому подібне), прагнуть до безпосереднього «натурального» спілкування, недооцінюючи його технічний аспект, пов'язаний з умінням слухати, орієнтуватися в ситуаціях, використовувати різні вербальні і невербальні способи спілкування.

Причинами виникнення конфліктів, на думку фахівців, є: по-перше – агресивність дітей. Наявність в класі агресивних учнів підвищує вірогідність конфліктів не лише з їх участю, але і без них – між іншими членами класного колективу. По-друге - через провини, порушення загальноприйнятих норм в поведінці школярів. Норми поведінки що вчать в школі вироблені на користь всіх школярів і вчителів. При їх дотриманні маєтсь на увазі зниження до мінімуму протиріч в шкільних колективах. Порушення цих норм, як правило, наводить до утиску чийось інтересів. Зіткнення ж інтересів є основою для конфлікту. Таким чином, особливості конфліктів між учнями школи визначаються, перш за все, специфікою вікової психології дітей, підлітків. На виникнення, розвиток і завершення конфліктів помітно впливає характер навчально-виховного процесу, його організація в конкретній загальноосвітній установі. Третім чинником, що впливає на конфлікти у взаєминах учнів, є життєвий устрій і існуюча соціально-економічна ситуація.

Можливі психопрофілактичні заходи попередження і усунення міжособистісних конфліктів в класі

Профілактика конфліктів – це їх попередження.

Мета профілактики конфліктів – створення таких умов діяльності і взаємодії, які наводять до деструктивного розвитку виникаючих протиріч.

Попередити конфлікт набагато легше, ніж конструктивно вирішити його. Профілактика конфліктів, поза сумнівом, важлива, вона вимагає менших витрат сил, засобів і часу і попереджає навіть ті мінімальні деструктивні наслідки, які має будь-який конструктивно дозволений конфлікт.

Діяльність по попередженню конфліктів можуть здійснювати самі учні і вчителі, керівники шкіл і органи управління ними, шкільні психологи. Робота може проводитися по чотирьох основних напрямках:

- створення об'єктивних умов, що перешкоджають виникненню і деструктивному розвитку передконфліктних ситуацій (доброзичливе, тепле, дбайливе, уважне відношення до своїх підопічних з боку вчителів, шефська підтримка старшокласників, особистий приклад педагогів і батьків). Дана модель працюватиме, якщо робота буде збудована як з педагогами, так і з батьками, наприклад – тренінг «Толерантності» - його можна проводити і з вчителями і з батьками і з учнями.

- оптимізація організаційно-управлінських умов роботи школи. Справедливий і явний розподіл матеріальних і духовних благ серед вчителів і учнів. Не скупитися на похвали, схвалення, винагороди, заохочення у вигляді грамот і премій. Створення «ситуації успіху».

- усунення соціальне – психологічних причин виникнення конфліктів. На даному етапі можна розробити правила, процедури вирішення яких-небудь **спірних** питань, створити орган, що діє, при школі, куди за підтримкою і порадою можуть звертатися діти, їх батьки і вчителі, наприклад Шкільну службу розв'язання конфліктів за профілактичною програмою «Медіація однолітків».

- блокування особових причин виникнення конфліктів. Зразкова тематика тренінгів, циклів класних годин, методичних об'єднань вчителів: «Тренінг спілкування», «Всі кольори, окрім чорного», «Я очима інших», «Я і ми», «Чужий серед своїх» і так далі

Профілактика більшості видів конфліктів в загальноосвітній школі повинна вестися одночасно по всіх напрямках.

Декілька правил, які можна використовувати в роботі як з дітьми, так і з дорослими:

⇒ Приділяйте увагу немовним свідощтам того, що слова часто розходяться з думками і відчуттями. Виносьте це протириччя на відкрите обговорення.

⇒ Стежте за тим, аби у вас або у іншої людини не було прихованих помилкових припущень або установок. Обговорюйте їх відкрито, так, щоб помилки можна було виправити.

⇒ Прагніть робити спілкування відкритим. Дипломатично говоріть про те, що думаєте або відчуваєте.

⇒ Запитайте самого себе, відповідає сказане вашим дійсним бажанням, потребам або відчуттям? Якщо не відповідає, то ваші інтереси можуть залишитися незадоволеними.

⇒ Не залишайте неясностей. Втлумачуйте те, що ви маєте на увазі. Якщо ви не упевнені, що ваше повідомлення зрозуміле, попросіть конфліктуючу сторону повторити те, що ви сказали, аби переконатися в точності сприйняття. Якщо ж ви не можете щось зрозуміти з першого разу, не заперечуйте цього. Визнаючи, що ви чогось не зрозуміли, ви зберігаєте гідність і доводите самому собі свою чесність і бажання все робити правильно із самого початку

⇒ Навчіться слухати іншого. Для цього дотримуйтеся наступного: слухати із співчуттям; зосередитися на предметі розмови; відноситися до того, хто говорить шанобливо; слухати уважно, не роблячи оцінок; висловлювати думку про почуте. Аби показати людині, що його дійсно слухають; відзначте те, що ви не зрозуміли або в чому не упевнені; використовуйте для підтримки розмови немовні засоби (посміхайтесь, кивайте головою, дивіться в очі).

Таким чином, попередження конфліктів є одним з найважливіших завдань педагогічного колективу школи, попередити конфлікт набагато легше, ніж конструктивно вирішити його.

Підводячи підсумки щодо обґрунтування необхідності роботи по профілактиці конфліктів в школі, можна зробити наступні висновки:

- специфіка конфліктів між школярами визначається віковою психологією, тому необхідно проводити діагностичні обстеження підлітків для виявлення тих або інших особових особливостей і будувати психопрофілактичну роботу, спираючись на результати діагностики.

- міжособистісні і міжгрупові конфлікти негативно позначаються на всіх процесах життєдіяльності школи – труднощі в навчанні, замкнутість, втрата мотивації, фрустрація і так далі.

- профілактика більшості видів конфліктів в загальноосвітній школі повинна вестися одночасно по всіх напрямках.

- створення таких умов діяльності і взаємодії, які наводять до деструктивного розвитку виникаючих протиріч.

Тренінгові вправи, що допомагають здолати конфліктні ситуації в умовах класного колективу

Для того, щоб допомогти здолати труднощі у взаєминах, робота практичного психолога (соціального педагога) повинна бути направлена в першу чергу на те, щоб:

- розширити уявлення підлітків про власне «Я»;
- формувати адекватну позитивну самооцінку і самоповагу;
- розвивати гнучкість в міжособистісних стосунках;
- формувати адекватні поведінкові стратегії.

Можуть використовуватися наступні методи: рольові ігри, психогімнастичні вправи, міні-лекції, групові дискусії, арт-терапевтичні вправи (груповий малюнок, малюнок відчуттів), ігри-випробування, релаксаційні вправи, прийоми казкотерапії.

Організаційні умови: тренінгові заняття проводяться в окремому приміщенні. Тривалість заняття – 1–1,5 години один або двічі в тиждень. Загальна кількість годин – 10–12 (8 занять).

1етап. Початкова стадія. На цьому етапі акцент ставиться на формуванні довіри учасників один до одного і до психолога (соціального педагога), згуртованості груп. На даному етапі включаються вправи, що пропонують групову роботу над загальним завданням (промальовування своїх відчуттів, для того, щоб підвищити рівень розуміння і вербалізації своїх відчуттів; ігри-випробування, які дають можливість випробувати себе, допомагають виявитися сильним сторонам

свого характеру і особи в цілому, продемонструвати свої можливості однокласникам, в процесі подолання перешкод групою в учасників формуються такі цінності як чуйність, терпимість, вміння прощати, слухати іншого, брати відповідальність).

Вправи досить складні і розвивають навик планування, як власної діяльності, так і роботи команди. Різноманітність ігор-випробувань дозволяє кожному учаснику знайти своє місце в групі і проявити себе.

2 етап. Конфлікт, домінування, опір. На даному етапі характерні протиріччя між членами групи і лідером, починається боротьба за можливість контролювати процес, який відбувається в групі. На цьому етапі важливо зробити свої відчуття предметом аналізу. Учасники говорять про свою злість, свої страхи. Складність полягає в тому, що, не дивлячись на активну демонстрацію в товаристві однокласників демонстративної поведінки, підлітки надзвичайно заклопотані думкою, яка про них складається в оточуючих. На цьому етапі йде активна робота учасників зі своїми відчуттями. Використовуються методи арт-терапії (проектний малюнок). Промовляння своїх відчуттів в різних ситуаціях представляє складність для підлітків. Проектування ж своїх емоційних станів на папір допомагає учасникам відкритіше говорити про відчуття.

3 етап. Розвиток згуртованості. Тут група перетворюється в єдине ціле. Учасники діляться своїми секретами, з'являється більше свободи для саморозкриття. Саме на цьому етапі стає можливим формування нових установок. Існує ряд ознак, по яким психолог може відмітити про перехід групи на іншу стадію. З'являється менше демонстративності і більше щирості в поведінці дітей. На завершальному колі група часто затримується і не хоче розходитися. Стають помітні періоди мовчання, не як опору групи, а як спільного переживання. Часто учасники залишаються і продовжують обговорювати якусь тему. На цьому етапі більшою мірою використовується когнітивний підхід.

Вправи на згуртування класного колективу на допомогу практичному психологу, соціальному педагогу

Вправа 1. «Малюнок мого настрою»

Учасникам групи пропонується намалювати свій настрій на аркуші паперу. Підкреслюється, що малюнок може бути як конкретним, так і абстрактним. Пропонуються різні образотворчі матеріали (гуаш, акварельні фарби, пастель, воскова крейда, олівці, фломастери)

Після того, як всі учасники виразили себе на аркуші паперу, пропонується показати малюнки один одному, розповісти про те, що саме змальоване на малюнку і який настрій відображає даний малюнок.

Вправа 2. «Руки»

(Клас об'єднується у 2-3 групи, при виконанні іншої вправи учасники міняють склад груп).

Ведучий просить учасників стати в круг, піднявши праву руку. Він сполучає між собою руки учасників і просить не розтискати їх. Після цього, ведучий просить кожного з учасників підняти ліву руку і сполучає їх один з одним поверх вже сполучених правих, стежачи за тим, аби руки не тримали сусіди, і аби не виявилось, що два учасники тримають один одного за обидві руки. Після цього ведучий просить учасників розплутатися в один великий круг, не розчіпляючи рук.

Вправа вважається виконаною, якщо це вдалося або якщо замість круга учасники розплуталися у вісімку.

Вправа 3. «Лави»

Необхідний матеріал: круглі килимки діаметром 24-27 см, стільці.

Інструкція: «Я пропоную вам відправитися в подорож, в гори. Перед вами котлован з киплячою лавою. Потрібно перебратися через нього, обігнувши гірську грядку (перешкода із стільців) на іншу сторону. Для того, щоб ви могли виконати завдання вам пропонуються вогнетривкі килимки. Ви можете вставати на них і йти по лаві. Але, увага, килимки без зіткнення з людським тілом залишати не можна, і

передавати їх можна лише вперед. Обережніше з горами. Торкатися до них також не можна. В разі порушення правил, вся команда повертається назад і починає виконання вправи знову. Чи все зрозуміло?»

Якщо учасники не зрозуміли інструкцію, ведучий пояснює все це ще раз, показуючи яку саме дорогу потрібно пройти і як можна вставати на килимки.

У вправі поважно стежити за ретельним дотриманням правил. Вправа має бути виконана правильно від початку до кінця. Лише тоді воно допоможе групі об'єднатися, використовуючи свої групові ресурси.

Після вправи обов'язкове обговорення.

Питання для обговорення:

1. Що вам більш всього сподобалося в ході виконання цієї вправи?
2. Що більш всього не сподобалося?
3. Як ви думаєте, чому ваша група змогла виконати цю вправу?
4. Що їй заважало його виконувати?
5. Як ви відчуваєте себе зараз, після того, як вправа виконана?

Вправа 4. «Імпульс»

Необхідний матеріал: секундомір.

Група стає в круг, взявшись за руки. Вибирається ведучий, який почне гру. На початку гри ведучий посилає «імпульс»: він знизує руку своєму правому, або лівому сусідові, який передає імпульс далі по кругу, поки сигнал не повертається до ведучого.

Після декількох спроб група приступає до виконання завдання. Дослідною дорогою група повинна визначити найменший час, за який вона зможе передавати імпульс по кругу. Психолог може допомогти гравцям, замірюючи секундоміром час передачі імпульсу.

Тепер імпульс передається в іншому напрямі. Психолог надає гравцям можливість поекспериментувати і вибрати відповідний темп, замірюючи час по секундоміру.

Нарешті група переходить до наступного етапу, на якому імпульс передається із закритими очима. Ведучі на кожному етапі повинні мінятися. На останньому етапі

завдання ще більш ускладнюється: тепер імпульс передається відразу по двох напрямках: вліво і управо. Теоретично обоє імпульсів повинні зустрітися на рівній відстані від ведучого і повернутися назад. Групі потрібно дати час повправлятися, якщо один або обоє імпульсів було «втрачено». Хай гравці обговорять, який з імпульсів передається швидше, і відмітять час, за який вони можуть швидко і правильно передавати імпульси в обидві сторони одночасно.

КОНФЛІКТИ І ПРИЧИНИ ЇХ ВИНИКНЕННЯ

(тренінг для учнів)

Мета заняття: проаналізувати сутність конфліктів, причини їх виникнення і шляхи розв'язання.

Вправа 1. «Зустріч на вузькому містку»

Зміст вправи: Двоє учасників стають на лінії, яку проведено на підлозі, обличчям один до одного так, щоб між ними була відстань біля 3м. Ведучий пояснює ситуацію: «Ви йдете назустріч один одному по дуже вузькому містку, перекинутому над водою. В центрі містка ви зустрілися, і вам потрібно розійтись. Місток – це лінія. Хто поставить ногу за нею – впаде в воду. Намагайтесь розійтись на містку так, щоб не впасти». Пари учасників підбираються випадково. Якщо велика кількість учасників, може одночасно функціонувати 2-3 містка.

Вправа проходить більш емоційно, якщо використовується не просто полоса ні рівній підлозі, а невелике підвищення (наприклад для цієї мети добре підходить перевернута гімнастична лавочка). Якщо ж такої можливості немає, потрібно провести на підлозі пряму полосу (це може бути полоса на лінолеумі, довга рейка на паркеті і т.д.) довжиною не менше 3 м, яка знаходиться на відстані не менше 1 м від найближчої стіни і меблів. Краще, якщо вона буде мати ширину 5-10 см, але можна обійтись і простою лінією.

Психологічний зміст вправи. В контексті даного заняття вправа виступає моделлю конфліктної ситуації, і до нього можна повертатися при обговоренні стратегій поведінки в конфлікті.

Обговорення. Які почуття учасники відчували при виконанні даної вправи? Що допомагало, а що заважало успішно виконати його? Чим пари, які впали «в воду» відрізнялись від тих, хто успішно подолав важку ситуацію?

Мета вправи: підвести учасників до розуміння того, що в виграші залишаються не ті, хто намагався пройти сам, а ті, хто насамперед прагнув допомогти партнеру.

Інформаційний блок: психологія конфлікту

1. Конфлікт як стан протистояння, який виникає на основі протилежно направлених мотивів, суджень або потреб з обмеженими можливостями для їх задоволення.
2. Основні структурні елементи конфлікту.
 - *Сторони конфлікту* – люди або групи людей, які знаходяться в конфліктних відносинах або ж дійсно або не дійсно підтримують конфлікуючих.
 - *Предмет конфлікту* – те, із-за чого він виникає.
 - *Образ конфліктної ситуації* – відображення предмету конфлікту в свідомості, втягнутих в нього людей – може істотно розрізнятися у різних сторін конфлікту.
 - *Мотиви конфлікту* – внутрішні чи зовнішні сили, які підштовхують до нього людей.
 - *Позиції конфлікуючих сторін* – те, що люди заявляють один одному, які вимоги висувають.
3. Причини виникнення конфліктів.
 - *Загальні:* відмінності в поглядах людей і їх індивідуально-психологічних відмінностей.
 - *Приватні:* пов'язані з конкретними видами конфліктів.
4. Можливість виникнення конфлікту без реально існуючих протиріч, в ситуаціях «слово за слово».
5. Конфліктогени – слова і вислови, які провокують відповідну агресію і ведучі до загострення конфлікту.

ПРАКТИЧНА РОБОТА «КОНФЛІКТОГЕНИ»

Ведучий розповідає про різновиди конфліктогенів, учасники придумують приклади и згадують відомі їм ситуації, які призвели до конфлікту.

- Незаслужені і принизливі докори.

- Негативні узагальнення, «навішування ярликів».
- Набридливі поради, приписи з приводу того, як іншій людині потрібно себе вести.
- Вказівки на факти, які не мають відношення до теми розмови або замінити які співрозмовник не в змозі.
- Рішуче встановлення меж розмов, «закриття» окремих тем для обговорення.
- Недоцільна іронія, сарказм.
- Нецензурні вислови, прокльони, образливі вислови, які мають мету «випустити пару».

ТЕСТ «САМООЦІНКА КОНФЛІКТНОСТІ»

Тест дозволяє досліджуваним визначити степінь особистісної конфліктності.

Інструкція. Оцініть по 7-бальній шкалі, наскільки у вас наявна кожна якість, яка наведена в таблиці. Сім балів означає, що у вашій поведінці завжди проявляється якість, яка описана в лівій частині таблиці, 1 бал – що вона не проявляється ніколи, для вас характерна її протилежність, яка описана в правій частині таблиці.

1.	Прагнете сперечатись	7 6 5 4 3 2 1	Ухиляєтесь від суперечок
2.	Свої висновки супроводжуєте тоном, який не терпить протиріч	7 6 5 4 3 2 1	Свої висновки супроводжуєте тоном вибачення
3.	Вважаєте, що досягнете свого, якщо будете сильно сперечатися	7 6 5 4 3 2 1	Вважаєте, що якщо будете сперечатися, то не доб'єтесь свого
4.	Не звертаєте уваги на те, що інші не приймають доказів	7 6 5 4 3 2 1	Жалкуєте, якщо бачите, що інші не приймають доказів
5.	Спірні питання обговорюєте в присутності опонента	7 6 5 4 3 2 1	Обговорюєте спірні питання за відсутності опонента
6.	Не хвилюєтесь, якщо попадаєте в напружену	7 6 5 4 3 2 1	В напруженій ситуації почуваетесь незручно

	обстановку		
7.	Вважаєте, що в конфліктній ситуації потрібно проявляти свій характер	7 6 5 4 3 2 1	Вважаєте, що в конфліктній ситуації не потрібно проявляти свої емоції
8.	Не поступаєтесь у конфліктних ситуаціях	7 6 5 4 3 2 1	Поступаєтесь у конфліктних ситуаціях
9.	Вважаєте, що люди легко виходять з конфліктної ситуації	7 6 5 4 3 2 1	Вважаєте, що люди із труднощами виходять із конфліктної ситуації
10.	Якщо вибухаєте, то вважаєте, що без цього не можна	7 6 5 4 3 2 1	Якщо вибухаєте, то відчуваєте вину

Обробка та інтерпретація результатів: підрахуйте загальну суму балів і оцініть свою ступінь конфліктності.

60 і більше балів – висока ступінь конфліктності. Найчастіше ви самі шукаєте приводи для спорів. Не ображаєтесь, якщо вас будуть вважати любителем посперечатись. Краще подумайте чи не ховається за такою поведінкою глибинне відчуття особистої неповноцінності?

50 - 60 балів – виражена конфліктність. Ви наполегливо відстоюєте свою думку, навіть якщо це може негативно вплинути на ваші взаємовідносини з оточуючими. За це вас не завжди люблять, проте поважають.

30 – 50 балів – конфліктність слабовиражена. Ви вмієте згладжувати конфлікти і уникати критичних ситуацій, але при необхідності готові рішуче відстоювати свої інтереси.

15 – 30 балів – конфліктність не виражена. Ви тактовні, не любите конфліктів. Якщо ж вам приходится вступати в суперечки, ви завжди враховуєте, як це може відбитися на ваших взаємовідносинах з оточуючими.

Менше 15 балів – вам притаманно ухилятися від конфліктних ситуацій. Ви переважно відмовляєтесь від своєї мети, щоб уникнути якої-небудь напруги у відносинах. Чи не думаєте ви, що тим самим втрачаєте повагу оточуючих?

Тест «Тактика поведінки в конфліктах»

Досліджуваному пропонується відповісти «так» чи «ні», оцінюючи яким чином підходить до себе кожне, з наведених нижче тверджень. За кожну відповідь «так» присвоюється 1 бал, «ні» - 0 балів.

«Уникаючий конфлікт»:

- 1) завжди програє в конфлікті;
- 2) вважає, що конфлікту потрібно уникати;
- 3) виражає своє мнение извиняющимся тоном;
- 4) вважає, що програє, якщо покаже незгоду;
- 5) дивується, чому інші його не розуміють;
- 6) говорить про конфлікт на стороні опонента;
- 7) сприймає конфлікт дуже емоційно;
- 8) вважає, що в конфлікті не потрібно демонструвати своїх емоцій;
- 9) відчуває, що потрібно поступитись, якщо хочеш розв'язати конфлікт;
- 10) вважає, що люди завжди складно виходять із конфліктної ситуації.

Інтерпретація результатів.

8 – 10 балів: в поведінці виражена тенденція до конфліктності.

4 – 7 балів: середньо виражена тенденція до конфліктної поведінки.

1 – 3 бали: виражена схильність до уникнення конфліктної поведінки.

«Діючий напролом»:

- 1) Часто підлаштовує факти;
- 2) Діє напролом;
- 3) Шукає слабе місце в позиції опонента;
- 4) Вважає, що відсутність призводить до «втрати обличчя»;
- 5) Використовує тактику «закривання рота» опонента;
- 6) Вважає себе знавцем;
- 7) Нападає на людину, а не на проблему;
- 8) Використовує тактику маскування (голосом, манерами и т.д.);
- 9) Вважає, що вигреш в аргументах в аргументах дуже важливий;
- 10) Відмовляється від диспуту, якщо він йде не у відповідності з його задумом.

Інтерпретація результатів.

8 – 10 балів: явно виражена тенденція діяти напролом.

4 – 7 балів: середньо виражена тенденція діяти напролом.

1 – 3 бали: тенденція діяти напролом не виражена.

Запитання для обговорення:

- Наскільки співпали результати, отримані в першому і другому тестах? Якщо спів падання неповне, то в чому причина цього?
- Конфліктність – чи завжди це погано? В чому конфліктність може допомогти, а в чому заважати самій людині і оточуючим?
- Від чого залежить, коли краще уникати напруги у відносинах, а коли можна піти напролом?

Рольова гра «Цивілізація»

Мета: сформувати навички для успішної взаємодії між людьми з розбіжностями в думках і поглядах. Відпрацювання навиків відстоювання особистої точки зору, впевненої поведінки.

Хід гри:

Ведучий об'єднує учасників у дві підгрупи, які розходяться у різні сторони кімнати.

Завдання: уявіть собі, що кожна з підгруп – це окрема прогресивна Цивілізація. Ви – її представники, що подорожують у космосі. Зараз ви летите на планету Земля на міжгалактичний фестиваль і вам потрібно:

1. Презентувати свою Цивілізацію: подати її назву, дані про географічне положення, природні ресурси, населення (бажано намалювати портрет), систему управління, оборони, закони, за якими живе Цивілізація, її культуру (обов'язково записати або намалювати все, що у вас є! Незаписаного не існує!).
2. Обрати в кожній підгрупі парламентарів Цивілізації (2-3 особи) для презентації.

На виконання завдання відводиться 20 хвилин. Після презентації педагог-тренер пропонує кожній команді протягом 3-5 хвилин визначити найсильніші й найслабші сторони протилежної Цивілізації і подати цю інформацію через парламентарів.

На наступному етапі гри ведучий оголошує кризову ситуацію: Увага! На нашу Галактику здійснено напад вірусами. Якщо не вжити термінових заходів, використовуючи сильні і слабкі сторони і захищаючи слабкі, то життя на планетах буде в небезпеці.

За 10-15 хвилин обом групам потрібно спільно створити систему захисту від вірусів і представити її через парламентарів (знову записати, намалювати).

По закінченні вправи ведучий пропонує поаплодувати і подякувати один одному за плідну співпрацю і вийти з свої ролей.

Запитання для обговорення:

- Що відбувалося в команді (у групі в цілому) під час підготовки, презентації та аналізу слабких і сильних сторін Цивілізацій? Як аргументував свою точку зору кожен учасник гри?
- Чи змінювався настрій під час створення системи захисту Галактики? Що і як вплинуло на зміну настрою?
- Якого стилю спілкування притримувався кожен учасник? Чи виходили аргументи за межі ігрової ситуації?
- Які ваші враження від гри «Цивілізація»? Чому вона вчить?

ШЛЯХИ РОЗВ'ЯЗАННЯ КОНФЛІКТІВ

(тренінг для учнів)

Мета заняття: вивчити і закріпити на конкретних прикладах стилі конструктивної поведінки в конфліктних ситуаціях.

Вправа – розминка «Крик»

Зміст вправи. Варіант 1. Учасники об'єднуються по двоє. Члени кожної пари розміщені в кімнаті на максимально великій відстані один від одного (краще – в різних кутках кімнати), після чого всі одночасно починають розмовляти. Завдання – на фоні загального шуму вести бесіду саме зі своїм партнером, виділяючи його голос на фоні інших.

Варіант 2. Учасники шикуються в дві колони, які розташовані обличчям одне до одного на відстані 1,5 – 2 м. По черзі кожен з учасників проходить між цими шеренгами туди і назад. Із одної шеренги йому кричать тільки хороше (емоційно-позитивно), з іншої – тільки погане. Завдання учасника – по дорозі в одну сторону слухати тільки погане, а в другу – тільки хороше.

Психологічний зміст вправи: Демонстрація ефекту вибраності сприйняття в процесі спілкування, що завжди має місце і в конфліктах. Розвиток вміння виділяти необхідну інформацію на фоні загального шуму.

Обговорення: «Наведіть приклади із життя, які показують, що людина схильна чути тільки те, що вона хоче почути».

Далі проводиться психодіагностична методика «Визначення типових способів реагування на конфліктну ситуацію» (методика К.Н. Томаса). За допомогою цієї методики можна виявити, наскільки піддослідні схильні до суперництва та співробітництва в різних групах, прагне до компромісів, уникає конфліктів, чи навпаки намагається загострити їх, а також оцінити міру його адаптації до спільної діяльності.

Інструкція: В таблиці наведені приклади можливих варіантів поведінки в конфліктних ситуаціях, які згруповані в 30 пар. Виберіть із кожної пари те судження, яке найбільш типово для характеру вашої поведінки (одне судження із кожної пари). Деякі формулювання, на вашу думку, будуть повторюватися кілька разів, але всі вони знаходяться в різних співвідношеннях один з одним, так що вибір все одно потрібно робити знову в кожній парі.

	Варіант А	Варіант Б
1	Інколи я даю можливість іншим взяти на себе відповідальність за рішення спірного питання	Замість того, щоб обговорювати те, у чому ми не згодні, я намагаюсь звернути увагу на те, з чим ми обидва згодні
2	Я намагаюсь знайти компромісне рішення	Я прагну уладнати справу, враховуючи інтереси іншої людини і свої власні.

3	Звичайно я наполегливо добиваюся свого	Інколи я жертвую власними інтересами заради інтересів іншої людини
4	Я прагну знайти компромісне рішення	Я намагаюся не вразити почуттів іншої людини
5	Розв'язуючи конфліктну ситуацію, я завжди прагну знайти підтримку іншої людини	Я намагаюся робити все, аби уникнути непотрібної напруги
6	Я прагну уникнути неприємностей для себе	Я завжди прагну добитися свого
7	Я намагаюся відкласти розв'язання спірного питання з тим, щоб згодом розв'язати його остаточно	Я вважаю можливим у чомусь поступитися, аби досягти чогось іншого
8	Як правило, я наполегливо прагну добитися свого	Перш за все я прагну визначити зміст спірних питань
9	Я думаю, що не завжди треба хвилюватися з приводу якихось суперечностей, що виникли	Я докладаю зусилля для того, щоб досягти свого
10	Я твердо прагну досягти свого	Я намагаюся знайти компромісне рішення
11	Перш за все я намагаюся чітко визначити зміст спірних питань	Я прагну заспокоїти іншого і, головне, зберегти наші стосунки
12	Я визнаю за краще не обирати позицію, яка може викликати суперечку	Я даю можливість іншому в чомусь залишатися із своєю думкою, якщо він також іде назустріч
13	Я пропоную середню позицію	Я наполягаю, щоб все було зроблено по-моєму
14	Я повідомляю іншому свою точку зору і цікавлюсь його думкою	Я прагну показати іншому логіку і перевагу моїх поглядів
15	Я намагаюся заспокоїти іншого і	Я прагну зробити все необхідне для

	зберегти наші взаємини	того, щоб уникнути напруги
16	Я намагаюсь не зачіпати почуттів іншого	Як правило, я прагну переконати іншого у перевагах моєї позиції
17	Як правило, я наполегливо намагаюсь досягти свого	Я прагну зробити все, щоб запобігти непотрібної напруги
18	Якщо це зробить іншого щасливим, я дам йому можливість наполягти на своєму	Я дам іншому можливість залишитися зі своєю думкою, якщо він іде мені назустріч
19	Перш за все я намагаюсь визначити зміст спірних питань	Я намагаюсь відкласти спірні питання для того, щоб із часом розв'язати їх остаточно
20	Я намагаюсь негайно подолати наші суперечності	Я прагну знайти найкраще поєднання переваг і втрат для нас обох
21	Під час переговорів я прагну бути уважним до іншого	Я завжди прагну до прямого обговорення проблеми
22	Я намагаюсь знайти «середину» між моєю позицією та позицією іншої людини	Я відстоюю власну позицію
23	Як правило, я дбаю про те, щоб задовольнити бажання кожного з нас	Інколи я даю можливість іншим взяти на себе відповідальність за розв'язання спірного питання
24	Якщо позиція іншого здається йому важливою, я прагну йти йому назустріч	Я намагаюсь переконати іншого піти на компроміс
25	Я прагну переконати іншого у тому, що я маю рацію	Під час переговорів я намагаюсь бути уважним до аргументів іншого
26	Як правило, я пропоную середню позицію	Я майже завжди прагну задовольнити інтереси кожного з нас
27	Дуже часто я прагну уникнути суперечок	Якщо це зробить іншого щасливим, я дам йому можливість наполягти на

		своєму
28	Як правило, я наполегливо прагну досягти свого	Розв'язуючи конфліктну ситуацію, я намагаюсь знайти підтримку в іншого
29	Я пропоную середню ситуацію	Вважаю, що не завжди потрібно хвилюватися через те, що виникають розходження
30	Я намагаюсь не зачіпати почуттів іншого	Я завжди обираю таку позицію у суперечці, щоб спільними зусиллями досягти успіху

По кожному з п'яти розділів опитувальника (суперництво, співробітництво, компроміс, уникнення, поступливість) підраховують кількість відповідей, які збіглися з «ключем». Отримані результати порівнюють між собою для виявлення тих форм соціальної поведінки в ситуації конфлікту, до яких найбільш схильний піддослідний, а також тенденцій організації взаємин у складних умовах.

Ключ до тесту

№ п/п	Суперництво	Співробітництво	Компроміс	Уникнення	Поступливість
1				А	Б
2		Б	А		
3	А				Б
4			А		Б
5		А		Б	
6	Б			А	
7			Б	А	
8	А	Б			
9	Б			А	
10	А		Б		
11		А			Б

12			Б	А	
13	Б		А		
14	Б	А			
15				Б	А
16	Б				А
17	А			Б	
18			Б		А
19		А		Б	
20	А	Б			
21		Б		А	
22	Б		А		
23		А		Б	
24			Б		А
25	А				Б
26		Б	А		
27				А	Б
28	А	Б			
29			А	Б	
30		Б			А

Максимально можливе значення по кожному з показників тесту – 12 балів, середнє – 6. Якщо по якомусь параметру набрано більше 8 балів – це твоя переважаюча стратегія поведінки в конфліктних ситуаціях, менше 4 – не твоя стратегія поведінки.

Інтерпретація результатів:

Стратегії поведінки в конфліктних ситуаціях, схильність до яких дозволяє визначити ця методика.

1. Суперництво – прагнення досягнути задоволення своїх інтересів за рахунок іншого.
2. Співробітництво – вибір альтернативи, яка максимально відповідає інтересам обох сторін.

3. Компроміс – вибір, коли кожна сторона щось виграє, але й щось втрачає.
4. Уникнення – уникнення конфліктних ситуацій, відсутнє як прагнення до співробітництва, так і спроб досягнення особистих цілей.
5. Поступливість – жертвність щодо особистих інтересів заради іншого.

Інформаційний блок.

Відносно різних стратегій розв'язання конфліктів наявні «плюси» та «мінуси», тому що одна і та ж стратегія поведінки може бути и поганою і хорошою: дивлячись для кого, дивлячись для чого, відповідно до певної ситуації.

Деякі рекомендації відносно того коли і яку стратегію краще вибирати. Співробітництво може відбутися тоді, коли в тих, хто конфліктує, є можливість знайти деякі спільні інтереси, які дозволяють задовольнити потреби одного та іншого. Наприклад, як в притчі про двох людей, які посварились із-за того, що не могли розділити лимон. А насправді одному з них потрібна була серединка, щоб спекти пиріг, а іншому – шкірка, щоб зробити цедру. Якби вони визначились відразу кому що потрібно, ніякого конфлікту би й не виникло. Співробітництво – найкращий спосіб розв'язання конфліктів, але він, на жаль, можливий не завжди. В житті дуже багато ситуацій, коли досягнення мети для одних означає поразка іншого (класичні приклади – два хлопця «ділять» дівчину або дві спортивні команди грають матч на вибування).

Суперництво – це стратегія, яку потрібно використовувати, якщо співпали дві умови:

- Привід для конфлікту для вас важливіший, ніж дружні відносини з тим, з ким ви конфліктуєте;
- Ви впевнені в перевазі своїх сил. Адже якщо ви почали суперечку, тоді вам, скоріше всього, будуть відповідати так само.

Поступливість більш оправдана тоді, коли, для вас збереження гарних відносин важливіше, ніж привід для конфлікту. Але коли ви зіткнулись з сильним тиском, що має перевагу над вами, наприклад, з трьома грабіжниками, в яких є ножі, чи вогнепальна зброя, самотньому перехожому краще не сперечатись, самі розумієте чому...

Компроміс доцільний в тому випадку, коли те, що стало приводом для конфлікту, можна розділити таким способом, щоб хоча б частково задовольнити потребу всіх втягнутих в суперечку.

Уникнення найбільш доцільне, якщо особистий спокій тобі дорожчий, ніж привід для конфлікту, а ще тоді, коли конфлікт тобі нав'язують, задовольняючи таким чином свої потреби. Не потрібно конфліктувати з торговим агентом, який намагається «встромити» тобі якийсь непотріб. Простіше закрити перед його носом двері квартири (а ще краще – зовсім не відкривати!) або мовчки відійти від нього на вулиці.

Розберемо такий приклад: в темній вуличці не вас напав грабіжник, який вимагає віддати йому всі гроші. Можливі наступні сценарії дій:

1. Суперництво – фізично протистояти йому.
2. Співробітництво – намагатись «навести» цього грабіжника на більш багатшого знайомого, за умови, що отриманими таким чином грошми він має поділитись.
3. Компроміс – домовитися з грабіжником, що він бере тільки частину грошей в обмін на те, що жертва не буде звертатись з заявою в міліцію.
4. Уникнення – намагатися втекти.
5. Поступливість – без будь-яких слів віддати всі гроші, які маєте.

Коли буде доцільнішим перший спосіб? Коли є гарантія, що грабіжник беззбройний, слабший і боягузливіший за суперника. А якщо грабіжник має зброю, а суперник боїться? Розв'язання такого конфлікту може мати трагічні наслідки. Другий спосіб для даної ситуації доцільний тільки в тому випадку, коли і жертва виявиться грабіжником (є всі підстави надіятись, що вони обидва колись погано закінчать). Третій спосіб (дипломатичний) у спілкуванні з грабіжником, можливо, не завжди доцільний, хоча диваки бувають різні. Спроба втекти в даній ситуації – стратегія дуже хороша для тих, хто вміє швидко бігати і знає куди бігти. А ось просто віддати всі гроші дуже не хочеться, хоча інколи це абсолютно оправдано. В даному прикладі найвигідніша стратегія все ж таки четверта – уникнення, але не в тому смислі «тікати», а по максимуму уникати можливості в таку ситуацію попасти, як і в інші подібні ситуації.

Рольова гра «Конфлікти»

Зміст гри: Учасникам пропонується кілька конфліктних ситуацій, розвиток яких вони розігрують в парах. Ще кілька ситуацій можуть придумати самі підлітки. Готові сценки обговорюються в колі.

Приклади конфліктних ситуацій:

1. Ти домовилась (вся) з друзями йти на дискотеку з нагоди дня народження. А мама говорить: «Нікуди ти не підеш, пізно вже, ти ще мала (ий)!»
2. Друг взяв в тебе книжку і обіцяв повернути через тиждень. З тих пір пройшов місяць, а книгу він так і не повернув. А вона дуже потрібна тобі для підготовки домашнього завдання. Вчора ти подзвонив йому додому і нагадав про книгу, він обіцяв, що принесе. А сьогодні говорить: «Вибач, я забув, куди я її поклав, і тепер не можу її знайти».
3. Ти купив в магазині півкілограма ковбаси, приніс її додому і тут побачив, що вона несвіжа. Ти повертаєшся до магазину, віддаєш ковбасу і чек і просиш повернути тобі гроші за неякісний продукт. А він відповідає: «Нічого не знаю, у нас всі продукти свіжі. Ти купив це в другому місці».

Психологічний зміст гри: Актуалізація знань про різні стилі поведінки в ситуаціях міжособистісного конфлікту, їх демонстрація на життєвих прикладах.

Обговорення: Під час обговорення цієї рольової гри потрібно звернути увагу на те, що доцільність використання різних стилів поведінки в залежності від типу конфліктної ситуації може сильно змінюватися. Вибір стилів поведінки залежить від ступені близькості учасників конфлікту (в нашому прикладі: мама, друг, стороння людина), обґрунтованості їхніх вимог (переживання мами за сина чи доньку зрозуміло, продавець просто грубить), взаємної залежності конфлікуючих сторін (з батьками потрібно ще довго разом жити, з другом навряд чи потрібно рвати дружні стосунки через книгу, а з невихованим продавцем можна просто більше не зустрічатися).

Вправа «Чужоземець»

Зміст вправи: Уявіть себе в ролі чужоземця, який не дуже добре знає українську мову і тому не може зрозуміти деякий зміст висловлювань. Всі слова він розуміє

буквально: наприклад, коли чує «Не вішай носа», уявляє собі повішану за ніс людину і думає, що це середньовічний спосіб покарання. Запропонуйте якомога більше варіантів, що він може подумати, якщо почує наступні фрази:

- Комар носа не підточить
- Пройшов вогонь, воду і мідні труби
- На злодієві шапка горить
- Взимку торішнього снігу не випросиш
- У сімох няньок дитя без нагляду
- Яйці курку не вчать
- Не підмастиш – не поїдеш
- Сам чорт не товариш

Вправа виконується в підгрупах по 3-4 учасники, кожна підгрупа вибирає собі по три вирази і придумує якнайбільше можливих варіантів їхньої буквального трактування.

Психологічний зміст вправи:

Вправа навчає розглядати в нових, незвичних ракурсах те, що здається зрозумілим, звичним, банальним, переходячи на позицію наївного слухача, який не має сформованого уявлення про те, що він сприймає. Вміння приймати таку позицію – одне з важливих передумов розвитку здібностей конструктивно розв'язувати конфлікти.

Обговорення: Ви бачите, як незвично можна сприймати зрозумілі і звичні висловлювання, всього лише, ставлячи себе на позицію людини, яка не знає наперед їх змісту! Поділіться, будь ласка, прикладами ситуацій з вашого життя, коли відмова від раніше відомого розуміння якоїсь ситуації допомогла вам побачити її в новому ракурсі, розв'язати пов'язані з нею конфлікти.

ПАМ'ЯТКА ВЧИТЕЛЄВІ

по профілактиці конфліктів в класних колективах

- Пам'ятайте, що конфлікти набагато легше попередити, ніж завершити. Чим гостріше і довше конфлікт, тим важче його закінчити. Вчіть школярів захищати свої законні інтереси без конфліктів.

- Ніколи не перетворюйте учнів на інструмент боротьби з адміністрацією школи, іншими вчителями, батьками школярів. Таким чином, ви і своїх цілей не доб'єтесь, і думку про себе колег і учнів зіпсуєте.

- Постійно вчіться контролювати свої негативні емоції, вчіть цьому школярів. В процесі спілкування такі емоції виконують негативні функції. Донесіть до дітей, що негативні емоції:

- роблять руйнівний вплив на здоров'ї того, хто злиться;
- погіршують якість мислення;
- знижують об'єктивність оцінки тих, що оточують;
- за законом емоційного зараження викликають у відповідь неприязнь у партнера по спілкуванню.

- Ніколи не з'ясовуйте відношення з дітьми, батьками школярів, колегами в присутності учнів.

- Не прагніть радикально, швидко, лобовими методами переробляти учнів. Перевиховання і виховання школярів – процес тривалий, що вимагає від вчителя терпіння, розуму, такту і обережності.

- Оцінюючи результати навчання і поведінку школяра, завжди спочатку звертайте увагу на те, що йому вдалося зробити і чого досягти. Лише після цього доречно і менш конфліктно сказати про недоліки учня. Опора на позитивне в навчанні і вихованні учнів, по-перше, дозволяє підвищити ефективність роботи вчителя, по-друге, сприяє профілактиці конфліктів між педагогами і школярами.

- Ніколи на своїх уроках не давайте негативних оцінок діяльності і особи інших вчителів, адміністрації школи, батьків.

Конфлікт: загроза чи можливість?

(Педагогам до батьківських зборів)

Усі труднощі виховання випливають з того, що батьки, не тільки не позбавляючись своїх вад, а навіть не визнаючи їх у собі, хочуть, щоб цих вад не було в дітей. Від цього всі труднощі й усі конфлікти з дітьми.

Л. Толстой

Життя потребує особистості, здатної зорієнтуватися і не розгубитися в сучасному світі. Підготувати дитину до життя – головна мета педагогічної системи. У цьому процесі вкрай важливе спілкування з батьками, вчителями, однолітками.

Сучасна сім'я несе найбільшу відповідальність за виховання дитини. Саме вона має виконувати головне завдання – забезпечувати матеріальні та педагогічні умови для духовного, морального, інтелектуального й фізичного розвитку юного покоління.

Конституційним обов'язком батьків є утримання своїх дітей до повноліття.

Законом України «Про освіту» відповідальність з фізичне здоров'я та психічний стан дітей, створення належних умов для розвитку їхніх природних здібностей покладена на батьків.

З сім'ї починається шлях дитини до пізнання світу, свого становлення як особистості, шлях до шкільного навчання.

Життєвою дорогою дитину ведуть два розуми, два досвіди: сім'я і навчальний заклад.

Відкриті, дружні стосунки – джерело натхнення, стимул до подолання труднощів, те, що дає почуття задоволення й розуміння того, що зусилля не були марними.

Порозуміння і відкритість – основа рівноправних, безконфліктних стосунків. Утім, процес становлення порозуміння досить складний і тривалий. Щоб навчитися розуміти інших, потрібно багато чого знати про дитину: те, як вона живе, що її хвилює, які радощі та проблеми є в її житті.

Але батькам часто бракує часу, сил, а інколи й бажання придивитися до дитини, прислухатися до неї і намагатися зрозуміти. І водночас вони вимагають розуміння та співчуття від дитини, адже власні проблеми здаються найсерйознішими.

Дуже важливо не перетворити процес спілкування на взаємне невдоволення, недомовки і конфлікти. Останні, хочемо ми того чи ні, супроводжують нас усе життя. Вони вносять напруженість у стосунки, позбавляють нас спокою і радості, не дають змоги повноцінно працювати. А особливо прикро те, що конфлікти виникають найчастіше через дрібниці, через наше невміння спілкуватися, небажання зважати на потреби інших людей.

Конфлікти супроводжуються нерозумінням, образами, зруйнованими взаєминами, стресами, почуттям невдоволеності. То чи потрібно витратити частину свого життя на з'ясування стосунків? Чи, може, краще навчитися спілкуватися, не створюючи конфліктних ситуацій? Що менше виникає конфліктів, то краще розуміють одне одного діти і батьки, то більше тепла і довіри між ними.

Які ж порушення процесу виховання в сім'ї можуть призвести до непорозумінь і конфліктних ситуацій?

I. Залежно від того, скільки сил, уваги, часу приділяють батьки вихованню дитини, можна виділити два негативні методи виховання:

1.1. Гіперпротекція, коли батьки приділяють дитині забагато часу, сил і уваги, коли виховання стає основною справою їхнього життя.

1.2. Гіпопротекція – коли дитина опиняється на периферії уваги батьків, до неї «не доходять руки», батькам не «до неї», так вона випадає з поля зору, за неї беруться лише час від часу, коли трапляється щось серйозне.

II. Ступінь задоволення потреб дитини. Тут можливі два відхилення:

2.1. Потурання, коли батьки прагнуть до максимального і некритичного задоволення будь-яких потреб дитини чи підлітка. Кожне бажання дитини для них – закон. Пояснюючи необхідність такого виховання, батьки наводять аргументи, які є типовою раціоналізацією – «слабкість дитини», її винятковість, бажання дати їй те, чого самі були свого часу позбавлені, що дитина росте без батька тощо. При потуранні батьки несвідомо проектують на дітей власні раніше не задоволені потреби.

2.2. Ігнорування потреб дитини. Цей стиль виховання протилежний потуранню і характеризується недостатнім прагненням батьків до задоволення потреб дитини. Частіше страждають при цьому духовні потреби, особливо потреба в емоційному контакті, спілкуванні з батьками.

III. Вимоги до дитини – невід’ємна частина виховного процесу. Це, по-перше, обов’язки дитини, тобто ті завдання, які вона виконує, - навчання, догляд за собою, участь в організації побуту, допомога іншим членам сім’ї. По-друге, це вимоги – заборони, які вона виконує, - навчання, догляд за собою, участь в організації побуту, допомога іншим членам сім’ї. По – друге, це вимоги-заборони, які встановлюють, чого дитина не повинна робити.

Невиконання вимог може призвести до санкцій – від м’якого осуду батьків до суворих покарань.

Форми порушень системи вимог до дитини різноманітні. Назвемо лише деякі з них:

1. Перебільшеність вимог-обов’язків. Саме ці риси лежать в основі типу негармонійного виховання «підвищена моральна відповідальність». Вимоги до дитини у цьому випадку дуже високі, надмірні, не відповідають її силам і не лише не сприяють повноцінному розвитку особистості, а навпаки, травматизують.

2. Недостатність вимог-обов’язків. У цьому випадку дитина має мінімальну кількість обов’язків у сім’ї. Така особливість виховання проявляється у висловлюваннях батьків про те, як важко залучити дитину до якоїсь домашньої справи.

Вимоги-заборони, тобто вказівки на те, що дитині не можна робити, насамперед визначають ступінь її самостійності, можливість самій обирати спосіб поведінки. І тут можливі два ступеня відхилення:

1. Перебільшення вимог-заборон. Такий підхід може призвести до негармонійного виховання «домінантна гіперпротекція». У цій ситуації дитині «нічого не можна». До неї висувають надзвичайно багато вимог, які обмежують її свободу і самостійність. У стенічних дітей і підлітків таке виховання форсує виникнення реакцій опозиції та емансипації, у менш стенічних – розвиток рис сенситивної та тривожно-підозріливих (психостенічної) акцентуацій. Типові

висловлювання батьків відображають їхній страх перед будь-якими проявами самостійності дитини. Цей страх проявляється у перебільшенні наслідків, до яких може призвести хоча б незначне порушення заборон, а також у прагненні придушити самостійність думки дитини.

2. Недостатність вимог-заборон. У цьому випадку дитині «все дозволено». Навіть якщо й існують якісь заборони, дитина чи підліток легко їх порушує, знаючи, що від нього ніхто нічого не вимагатиме. Він сам визначає коло своїх друзів, час харчування, прогулянок, свої заняття, час вечері, питання про куріння і вживання алкогольних напоїв. Така дитина ні при цьому не хочуть або не можуть встановити хоча б якісь межі в її поведінці. Ліберальне виховання стимулює розвиток гіпертимного типу особистості у підлітка, особливо нестійкого типу.

3. Суворість санкцій (покарань) за порушення вимог дитиною. Перебільшення санкцій – «жорстоке ставлення». Для таких батьків характерним є використання суворих покарань, перебільшене реагування навіть на незначні порушення поведінки. Типові висловлювання батьків відображають переконаність у корисності для дітей підлітків максимальної суворості.

4. Мінімум санкцій. Такі батьки або зовсім обходяться без покарань, або використовують їх дуже рідко. Вони сумніваються в результативності будь-яких покарань і надають перевагу заохоченням.

Нестійкість стилю виховання сприяє формуванню таких рис характеру, як впертість, схильність протистояти будь-якому авторитету та є частою ситуацією в сім'ях дітей і підлітків із девіантною поведінкою. Результатом неправильного підходу до виховання дітей у сім'ї є конфлікти.

Причинами поганих взаємин батьків і дітей є:

- негативні риси особистості батьків;
- несприйняття батьківських методів виховання;
- обмеження самостійності дитини, зокрема, підлітка;
- низький рівень навчальних досягнень;
- риси особистості самих дітей;
- погана поведінка у школі;
- конфлікти у сім'ї, її розпад унаслідок розлучення батьків;

- побутові дрібниці;
- погана поведінка вдома;
- незадоволені потреби дитини.

Неприйнятними з точки зору дітей є такі методи сімейного виховання:

- непослідовність у ставленні батьків до дитини;
- надмірний контроль за поведінкою і діяльністю підлітків;
- зловживання нотаціями (читання моралі);
- крик, лайка, сварка;
- невмотивовані заборони і накази;
- позбавлення чогось приємного без пояснення причин;
- фізичні покарання;
- висміювання.

Щоб запобігти виникненню конфліктів у сім'ях, необхідно постійно вести просвітницьку і профілактичну роботу. Цьому можуть допомогти: проведення батьківського лекторію, тематичні консультації, батьківські вечори, анкетування батьків щодо їхньої батьківської майстерності, вивчення правил сімейного виховання. Також слід працювати й з учнями, коригуючи їхнє ставлення до сім'ї.

Рекомендації з проведення батьківських зборів

1. Батьківські збори мають навчати батьків, а не констатувати помилки і невдачі дітей.
2. Тема зборів повинна враховувати вікові особливості дітей.
3. Збори повинні мати як теоретичний, так і практичний характер: аналіз ситуацій, тренінги, дискусії.
4. Збори – не місце для обговорення та осуду учнів.

Поради педагогам і батькам

Якщо

- дитину постійно критикують, вона вчиться ненавидіти;
- дитину висміюють, вона стає замкненою;
- дитину хвалять, вона вчиться бути шляхетною;
- дитину підтримують, вона вчиться цінувати себе;
- дитина росте в докорах, вона вчиться жити з почуттям провини;

- дитина росте в терпимості, вона вчиться розуміти інших;
- дитина росте в чесності, вона вчиться бути справедливою;
- дитина росте в безпеці, вона вчиться вірити в людей;
- дитина живе у ворожнечі, вона вчиться бути агресивною;
- дитина живе в розумінні, вона вчиться знаходити любов у цьому світі.

