**Конспект практического занятия с педагогами:**

 **«Конструктивное поведение в конфликте».**

**Цель:** обучать навыкам решения конфликтных ситуаций.

**Задачи:**

1. Формировать навыки поведения в конфликтных ситуациях

2. Развивать навыки выхода из конфликтных ситуаций.

3. Обучать приемам, которые помогают избежать конфликта.

4. Способствовать снятию эмоционального и физического напряжения, объединению группы.

**Материал:** листы бумаги, простые карандаши, ручка, цветные карандаши, краски, стаканчики с водой, CD диск с музыкой для релаксации.

**Ход занятия:**

I часть. Вводная.

Психолог: Здравствуйте, уважаемы коллеги, тема нашей сегодняшней встречи «Конструктивное поведение в конфликте».

**Тест «Самооценка эмоционального состояния».**

В начале нашей встречи я предлагаю вам заполнить бланк теста «Самооценка эмоционального состояния». (Приложение 1) .

Педагоги заполняют бланки, оценивая свое эмоциональное состояние в данный момент

**Приветствие. «Пойми другого».**

Психолог: Давайте поприветствуем друг друга. Предлагаю каждому участнику, в течение 2-х-3-х минут описать настроение кого- либо в группе (вытянуть карточки с именами участников). Таким образом, представить себе человека, почувствовать его состояние, эмоции, переживания и все это изложить на бумаге.

Педагоги выполняют задание.

Психолог: Теперь я предлагаю зачитать вслух своё описание, а тот чьё состояние описывают, соотносит услышанное со своим действительным состоянием и подтверждает достоверность проникновения или отвергает его.

IIчасть. Основная.

После нашего приветствия предлагаю вам выполнить упражнение на снятие эмоционального и физического напряжения.

**Упражнение «Расслабление всего тела».**

Психолог: Сядьте на стул, спокойно подышите. Обратите внимание на лицо: поднимите брови вверх, насколько это возможно (при этом возникает ощущение напряжения на лбу и вокруг глаз). Медленно возвращаясь в обычное состояние, вы почувствуете приятное расслабление. Надавите на глаза, чтобы почувствовать напряжение в висках и на переносице. Снимите пальцы с глаз и наслаждайтесь расслаблением. Продолжайте упражняться, поочередно напрягая разные части тела, придайте рту широкий оскал, крепко стиснув зубы. Постарайтесь выдвинуть вперед нижнюю челюсть. Медленно поднимите плечи так высоко, как это возможно. Так же медленно поворачивайте голову вправо, влево, пока не почувствуете напряжение шейных мускулов. Поднимите руки на высоту плеч, широко разведите пальцы, сожмите их в кулаки. Напрягите мышцы спины, прогнитесь. Втяните живот. Напрягите ягодичные мышцы, ноги. После каждой фразы упражнения расслабляйте мускулы на несколько секунд. Все движения совершайте плавно и медленно.

**Упражнение «Идеальный пейзаж**».

Психолог: Каждый человек в мечтах хотел бы оказаться в каком-нибудь месте, где он раньше никогда не был.

Закройте глаза. Представьте мысленно прохладу тихого озера, или сень деревьев, или аллею, уходящую вдаль. … Совершите путешествие в пространство «Идеального пейзажа».

Мини – лекция «Понятие «Конфликт». Типы поведения в конфликтных ситуациях». (Приложение №2)

Психолог: предлагаю закрепить теоретическую часть практическими упражнениями по теме нашего профилактического мероприятия.

**Упражнение - Дискуссия «Нужны ли конфликты с родителями".**

Психолог: Предлагаю разделиться, на две подгруппы. Одна подгруппа собирает аргументы, доказывающие, что конфликты с родителями недопустимы, другая - отстаивает позицию: «Конфликты — это двигатель прогресса, они необходимы в общении с родителями». На выполнение задания дается пять минут, свои аргументы нужно записать, чтобы потом зачитать их вслух.

Педагоги выполняют задание.

Психолог: Попрошу участников команд поменяться ролями. Подгруппа, которая была против конфликтов, высказывает один аргумент в пользу конфликтов и передает слово второй подгруппе. Участники второй подгруппы, в свою очередь, приводят аргумент против конфликтов, затем снова выступает первая подгруппа и т. д.

По истечении времени психолог останавливает дискуссию. Во время обсуждения психолог предлагает участникам не продолжать спор, а сконцентрировать свое внимание на тех трудностях, которые возникли в процессе выполнения упражнения, и на тех позитивных моментах, которые имели место.

Психолог: Предлагаю ответить на вопрос: Что такое конфликты и нужны ли они в детском саду?

**Упражнения «Письмо губернатору».**

Психолог: Предлагаю разделиться на 5 подгрупп. Каждая подгруппа получает карточку, на которой написано название стиля выхода из конфликта.

Представьте, что губернатор города собирается издать указ о том, что в новогоднюю ночь все участники тренинга должны будут дежурить на улицах и следить за порядком, но он еще не успел издать этот указ, а только думает над его проектом и хотел бы знать наше мнение.

В связи с этим необходимо написать губернатору письмо в соответствии с указанным на карточке стилем. Время на выполнение задания 10 минут.

Педагоги выполняют задание.

Психолог: А теперь, представители подгрупп по очереди зачитают свои письма, а остальные участники попытаются отгадать, какой способ выхода из конфликтной ситуации был использован (карточки представлены в Приложении №3).

Участники обсуждают возможности и недостатки использования каждого стиля выхода из конфликтной ситуации в рамках данного игрового контекста. Что звучало особенно убедительно в их письмах? Как бы отреагировал губернатор на данные ответы и почему

**Упражнение «Старинная английская игра».**

Психолог: Для этой игры понадобится небольшого размера приз победителю (это может быть конфета, маленькая игрушка, сувенир и т. д.) . Требование к призу одно: он не должен быть хрупким, так как в процессе игры существует вероятность того, что он упадет на пол. Педагог- психолог заранее упаковывает приз (заворачивает в бумагу, кладет в коробку, перевязывает ленточками, заклеивает скотчем и т. д.) . Перед началом игры группа садится в круг, стулья придвинуты максимально близко друг к другу. Педагог- психолог включает веселую музыку и передает большой сверток с призом одному из сидящих рядом с ним участников. Тот, получив сверток, тут же передает его по кругу следующему игроку, тот — следующему и т. д.

Внезапно музыка прекращается, и участник со свертком в руках быстро начинает разворачивать приз. Он может это делать до тех пор, пока вновь не зазвучит музыка. С момента звучания музыки приз снова «путешествует» по кругу до следующей музыкальной паузы. Как только музыка замолкает, участник с призом в руках продолжает распаковывать его и при появлении звуков музыки передает по кругу дальше. Приз достается тому, кто сумеет окончательно развернуть его и взять в руки. После того как участники поделились своими впечатлениями об игре, педагог- психолог задает следующие вопросы: «Если бы нас с вами попросили снять фильм о конфликтных людях на примере данной игры, то где и в какие моменты мы могли бы разыграть конфликты?

Из-за чего могли бы возникнуть конфликты? Кто мог бы стать их потенциальными участниками и почему?

Например, конфликт мог бы возникнуть в момент остановки музыки между участником, который разворачивает приз, и участниками, сидящими рядом.

Можно было бы обвинить педагога- психолога в том, что он имеет предвзятое отношение к некоторым участникам и использовал это в моменты включения и выключения музыки. Далее педагог- психолог предлагает участникам ответить на вопросы: «Как можно было бы изменить инструкцию к игре, чтобы снизить вероятность появления конфликтов? » (Сделать инструкцию более четкой, ввести некоторые ограничения и т. д.) В каком случае было бы интереснее играть: в первом (как мы играли) или во втором (смоделированном варианте?

**Упражнение «Разговор по телефону».**

Психолог: Для проведения следующего упражнения нужно разделиться на 6 подгрупп. Каждой подгруппе я раздаю карточки, на которых написано обозначение одного из конфликтных типов личности (на одной карточке представлено одно название: «паровой каток», «разгневанный ребенок», «молчун», «сверх покладистый» «жалобщик», «скрытый агрессор») .

Сейчас я зачитаю ситуацию: В одном детском саду воспитатель, собирая детей на прогулку, обнаружила, что Дашины родители, которые обычно привозят девочку на машине, забыли надеть ей рукавички. При этом папа положил ей в шкаф запасные шерстяные носки. Чтобы руки ребенка не замерзли, воспитатель надела Даше на руки носочки. Во время прогулки неожиданно пришла Дашина мама, увидела, что ее ребенку вместо рукавиц надели носки, и устроила скандал.

Задание: Каждой подгруппе надо придумать, что делала и что говорила мама в зависимости от типа конфликтной личности, указанного в карточке, а затем представить, что мама, разговаривая по телефону, пересказала свои слова и свои действия подруге. Этот разговор и следует передать группе. На выполнение задания упражнения вам дается от 7 до 15 минут.

Педагоги выполняют задание.

Психолог: Попрошу каждую подгруппу проинсценировать или зачитать текст телефонного разговора, а остальные участники постараются определить тип конфликтной личности.

Участники делятся своими впечатлениями и пытаются ответить на вопрос, в каком случае воспитателю было бы труднее разрешить конфликт, а в каком легче.

III часть. Заключительная.

**Релаксация «Звуки природы».**

**Завершающее упражнение. «Круг света»**

Психолог: Проходя через «круг света», мы осуществляем ритуал очищения, мобилизуем свою внутреннюю энергию, активизируем свои ресурсы и тем самым укрепляем свое здоровье. И сейчас мы с вами будем передавать по кругу сосуд с зажженными плавающими свечами, мысленно делая пожелания миру.

**Рефлексия.**

Психолог: В конце нашей сегодняшней встречи вам нужно заполнить бланк

Теста «Самооценка эмоционального состояния», так как вы это делали в начале нашей встречи, и оценить ваше эмоциональное состояние в данный момент.

Педагоги заполняют бланки оценивая свое эмоциональное состояние в данный момент Психолог: Теперь я попрошу вас поставить отметки на мишени «Обратная связь»

(Приложение № 4) .

Практический инструментарий.

Памятка «Способы регулирования конфликтов» (Приложение № 5) .

**Приложение №1**

Самооценка эмоционального состояния (Я Уэссман, Д. Рикс) .

Задание.

Выберите в каждом из предложенных наборов суждений то, которое наиболее точно отражает Ваше состояние сейчас.

Шкала «Спокойствие – тревожность»

10. Совершенное и полное спокойствие. Непоколебимо уверена в себе.

9. Исключительно хладнокровна, на редкость уверена и не волнуюсь.

8. Ощущение полного благополучия. Уверена, чувствую себя непринужденно.

7. В целом уверена и свободна от беспокойства.

6. Ничто особенно не беспокоит меня. Я чувствую себя более или менее непринужденно.

5. Несколько озабочена, чувствую себя скованно, немного встревожено.

4. Переживаю некоторую озабоченность, страх, беспокойство или неопределенность. Нервозна, волнуюсь, раздражена.

3. Значительно не уверена. Весьма травмирована неопределенностью. Страшно.

2. Огромная тревожность, озабоченность. Изведена страхом.

1. Совершенно обезумела от страха. Потеряла рассудок. Напугана неразрешимыми трудностями.

Шкала «Энергичность- усталость»

10. Порыв не знающий преград. Жизненная сила выплескивается через край.

9. Бьющая через край жизнеспособность, огромная энергия, сильное стремление к деятельности.

8. Много энергии, сильная потребность в действии.

7. Чувствую себя очень свежей. В запасе значительная энергия.

6. Чувствую себя довольно свежей, в меру бодра.

5. Слегка устала. Леность. Энергии не хватает.

4. Довольно усталая. Апатична (сонная). В запасе не очень много энергии.

3. Большая усталость. Вялая. Скудные ресурсы энергии.

2. Ужасно утомлена. Почти изнурена и практически неспособна к действию. Почти не осталось запасов энергии.

1. Абсолютно выдохлась. Не способна даже к самому незначительному усилию.

Шкала «Приподнятость - подавленность»

10. Сильный подъем, восторженное веселье.

9. Очень возбуждена и в очень приподнятом состоянии. Восторженность.

8. Возбуждена, в хорошем расположении духа.

7. Чувствую себя очень хорошо. Жизнерадостна.

6. Чувствую себя довольно хорошо - «в порядке».

5. Чувствую себя чуть- чуть подавленно – «так себе».

4. Настроение подавленное и несколько унылое.

3. Угнетена и чувствую себя очень подавленное. Настроение определенно унылое.

2. Очень угнетена. Чувствую себя просто ужасно.

1. Крайняя депрессия и уныние. Подавлена. Всё черно и серо.

Шкала «Чувство уверенности в себе – чувство беспомощности»

10. Для меня нет ничего невозможного. Смогу сделать все, что захочу.

9. Чувствую большую уверенность в себе. Уверена в своих свершениях.

8. Очень уверена в своих способностях.

7. Чувствую что моих способностей достаточно и мои перспективы хороши.

6. Чувствую себя довольно компетентной.

5. Чувствую, что мои умения и способности несколько ограничены.

4. Чувствую себя довольно неспособной.

3. Подавлена свой слабостью и недостатком способностей.

2. Чувствую себя жалкой и несчастной.

1. Давящее чувство слабости и тщетности усилий. У меня ничего не получается.

**Приложение №2**

**Мини – лекция: «Понятие «Конфликт». Типы поведения в конфликтных ситуациях**.

Слово «конфликт» в переводе с латинского означает «столкновение».

В настоящее время, в связи с возрастающим интересом к теме «конфликты», появляется все больше и больше книг, статей, посвященных проблеме причин возникновения, особенностей протекания и способов выхода из конфликтных ситуаций. Однако, к сожалению, общепринятой теории конфликтов, которая бы однозначно разъяснила природу их возникновения и влияния на развитие общества, не существует.

Выделяет следующие типы конфликтов: личностные, межличностные, межгрупповые, внутригрупповые конфликты.

Признавая конфликт нормой общественной жизни, специалисты говорят о необходимости создания механизмов психологического регулирования и разрешения конфликтных ситуаций. Поскольку профессиональное общение, особенно в системе «педагог- родитель» таит в себе целый ряд таких ситуаций, назрела необходимость обучения педагогов навыкам конструктивного решения возникающих проблем.

Выделяют негативные последствия и позитивные функции конфликтов:

Негативные последствия:

ухудшение состояния здоровья субъектов, снижение работоспособности, большие эмоциональные затраты и др.

Позитивные функции конфликтов:

он служит разрядке напряженности, получению новой информации, стимулирует развитие и позитивные изменения, преодолевает застой жизнедеятельности, вскрывает «хроническую болезнь», противоречие, помогает прояснить отношения и т. д.

Таким образом, конфликт - это противодействие субъектов по поводу возникшего противоречия, действительного или воображаемого.

Причиной конфликта может стать различие в целях (родители ждут только положительной оценки в табеле, а педагог - усвоения знаний и умений ребенком) ; недостаточная информированность сторон о событии (родитель получил информацию от ребенка, педагог сам был свидетелем происшествия) ; некомпетентность одной из сторон, низкая культура поведения и др.

Специалисты выделяют 4 стадии прохождения конфликта:

1. Возникновение конфликта (появление противоречия) .

2. Осознание данной ситуации как конфликтной хотя бы одной из сторон.

3. Конфликтное поведение.

4. Исход конфликта (конструктивный, деструктивный, замораживание конфликта) .

Разные люди склонны называть конфликтом совершенно разные ситуации.

Так, для одних это выяснение отношений, для других - «косой взгляд» партнера, а для третьего - драка и т. д.

Поэтому и понятие «конфликтная ситуация» носит неустойчивый характер, зависящий от многих факторов.

Конфликт «педагог - родитель», как правило, предполагает (достаточно субъективно) протекание его по типу «начальник- подчиненный», что и обусловливает поведение воспитателя как обвинительной стороны.

И если раньше такое положение устраивало обе стороны взаимодействия, то в настоящее время родители, обладая определенными знаниями и опытом в области психологии, стремятся не допустить давления на себя со стороны работников детского сада. Кроме того, подобное поведение педагога может вызвать агрессивную вспышку даже у миролюбивого родителя. Поэтому во избежание углубления и расширения конфликтной ситуации желательно осознать и осуществлять на практике линию партнерского взаимодействия «на равных».

Способы разрешения конфликтов:

Компромисс.

Компромисс представляет собой достижения «половинчатой» выгоды каждой стороной.

Приспособление.

Приспособление предполагает повышенное внимание к интересам другого человека, при этом собственные интересы отходят на задний план.

Сотрудничество.

Сотрудничество является стратегией, позволяющей учесть интересы обеих сторон.

В педагогической практике существует мнение, что наиболее эффективными являются такие способы выхода из конфликта, как сотрудничество и компромисс.

Однако любая из представленных стратегий может оказаться в разных ситуациях эффективной, поскольку, имеет как положительные, так и отрицательные стороны.

Как бы нам ни хотелось этого, едва ли возможно представить и тем более осуществить совершенно бесконфликтное взаимодействие между людьми. Иногда даже важнее не избежать конфликта, а грамотно выбрать стратегию поведения в конфликтной ситуации и привести стороны к конструктивному соглашению. Однако зачастую педагоги, общаясь с родителями, сталкиваются со сложными ситуациями. (Пример: бабушка 4- х летнего мальчика каждую неделю звонила в Управление Образованием города и жаловалась на воспитателей, администрацию, музыкального работника дошкольного учреждения, которое посещает её внук.) Стремясь сохранить спокойствие в ДОУ и избежать открытого столкновения, сотрудники долгое время никак не реагировали на подобное поведение. Однако, избегание конфликтной ситуации не решило проблемы, и только переговоры с мамой ребенка, которые помогли выяснить истинные причины ее поведения, способствовали урегулированию взаимоотношений и установлению сотрудничества обеих сторон) .

**Приложение № 3**

КАРТОЧКИ ДЛЯ УПРАЖНЕНИЯ «ПИСЬМО ГУБЕРНАТОРУ ГОРОДА»

"---Приспособление

"---Уклонение

"---Соперничество

"---Сотрудничество

"---Компромисс

**Приложение № 4**

Мишень «Обратная мишень».

* Деятельность ведущего
* Содержание занятия
* Деятельность участника
* Психологический климат в группе самооценка

**Приложение №5**

**Памятка «Способы регулирования конфликтов».**

Л. Б. Невзлин (1997) советует придерживаться следующих рекомендаций, если вы вынуждены участвовать в споре:

• не быть предвзятыми, даже при разных взглядах выявить хоть одну общую точку зрения;

• не давать втянуть себя в пустую словесную перепалку;

• не терять самообладания; бестактность, брань — признак слабости и отсутствия аргументов;

• опираться на факты и логику;

• быть лаконичным;

• прогнозировать последствия своих слов;

• не бояться критики в свой адрес, так как она помогает увидеть слабые места;

• уметь признать свою ошибку;

• избегать нечестных приемов в споре;

• не попадаться на удочку комплиментов.