

# Профилактика школьного травматизма

## Тренинг "Я и конфликты"

**Цели:** развить навыки конструктивного разрешения конфликтных ситуаций.

**Задачи:** дать представление о сущности конфликтов, их созидательном потенциале; сформировать убежденность в возможности разрешения большинства житейских конфликтов, необходимости находить для этого конструктивные способы; отработать стратегии решения повседневных конфликтов.

**Оборудование:** два плаката с определениями понятий "конфликт" и "компромисс"; плакат "Беспроеигрышный метод решения споров".

**Вводная часть.** После ритуала приветствия и обсуждения домашнего задания предлагается игра "Круг с закрытыми глазами". Участники собираются плотной группой в центре аудитории. По команде ведущего все закрывают глаза и, не произнося вслух ни одного слова, пытаются образовать круг. Через несколько минут по команде ведущего все открывают глаза и обсуждают, что получилось, какие были трудности, что помогало в работе.

Ведущий обращает внимание участников на то, что в повседневной жизни люди часто сталкиваются с ситуацией конфликта. Участники делятся на две группы, проводится "Аукцион идей" по теме "Конфликт". Обобщая высказывания

участников, ведущий дает определение понятия "Конфликт". Плакат с текстом определения помещается на доску или в центр круга.

**Конфликт – это столкновение противоположно направленных целей, интересов, позиций, мнений или взглядов**

Участники обсуждают вопросы:

- Можно ли в жизни полностью избежать конфликтов?
- Если между друзьями возникает конфликт, значит ли это, что дружбе пришел конец?

Необходимо, чтобы ребята поняли следующее: конфликты являются неотъемлемой частью повседневной жизни людей. При кажущейся, на первый взгляд, негативной окраске конфликты часто приводят к созиданию нового, более совершенного способа взаимодействия. Участникам предлагается найти доказательства или опровергнуть утверждение о том, что "в споре рождается истина".

**Основная часть.** Участники делятся на 5 групп. Каждая группа получает описание житейского конфликта и задание: найти такое его разрешение, чтобы оно максимально учитывало интересы сторон.

#### **Конфликтные ситуации**

- *В семье двое детей-школьников. Чтобы не опаздывать на первый урок, надо встать в 8 ч утра, в течение получаса умыться, позавтракать, собрать портфель и выйти из дому. У детей постоянно возникают конфликты: кому первым идти в ванную (никто не хочет встать на 10 мин раньше, чтобы успеть умыться до подъема второго ребенка).*
- *На одной из перемен все учащиеся школы бегут в столовую на завтрак, поэтому там часто возникают конфликты из-за того, что не все успевают поесть.*
- *Ты любишь слушать громкую музыку, а твой сосед предпочитает тишину в доме. По этому поводу у вас с ним часто возникают конфликты.*
- *Каждый день к концу уроков в классе становится довольно грязно. Никто не хочет убрать мусор, т. к. считает, что если он лично не сорил, то и убирать не обязан. По поводу чистоты в классе постоянно возникают конфликты.*
- *Перед сном ты просматриваешь любимые журналы. Это занятие настолько захватывает тебя, что ты не можешь оторваться и лечь, наконец, спать. Из-за этого у тебя происходят конфликты с родителями.*

Через 5–7 мин группы представляют свои варианты разрешения конфликтов. Подводя итоги, ведущий подчеркивает, что большинство житейских конфликтов можно разрешить на основе компромисса, т. е. принятия такого решения, при котором каждая из сторон идет на частичные уступки для общего удобства. Определение понятия "компромисс" на подготовленном заранее плакате также помещается на доску или в центр круга.

**Компромисс – это соглашение на основе взаимных уступок**

Необходимо особо отметить, что компромисс возможен лишь тогда, когда обе стороны конфликта проявляют стремление разрешить его мирным путем, в противном случае конфликт может привести к разрыву отношений, к ссоре.

Для того чтобы конструктивно разрешать конфликтные ситуации или не допускать их развития, в более серьезных сферах взаимодействия людей созданы различные правила. Ребятам предлагается подумать и назвать правила, предусмотренные на случай конфликтов между: пешеходами и водителями (*правила дорожного движения*), между покупателями и продавцами (*правила торговли*), между работодателями и работниками (*должностные инструкции*) и т. п. Еще раз следует обратить внимание на то, что существует множество правил и инструкций, регламентирующих решение спорных вопросов, касающихся производственных отношений, отношений собственности, других правовых вопросов.

Правила решения житейских конфликтов между близкими людьми (родственниками или друзьями) тоже существуют. Участникам предлагается ознакомиться с ними.

### **Беспрюирышный метод решения споров**

1. *Выясните как можно точнее, в чем именно дело, какова причина разногласий.*
2. *Постарайтесь найти максимальное количество вариантов разрешения конфликта.*
3. *Оцените все варианты и выберите тот, который в наибольшей степени соответствует интересам всех сторон конфликта, договоритесь действовать в соответствии с ним.*
4. *Обязательно следуйте достигнутым договоренностям.*
5. *Обсудите, что вы предпримете, если дела пойдут не так, как вы хотели бы.*

Эта информация помещается рядом с определениями конфликта и компромисса.

**Заключительная часть.** Участникам предлагается привести примеры типичных житейских конфликтов и попробовать разрешить их на основе предложенного метода. Примеры могут быть такими:

- Ты хочешь поехать к другу, а родители возражают.
- Друг зовет тебя пойти гулять, а ты хочешь посмотреть интересный фильм.
- Сегодня твоя очередь убирать в классе, а ты очень спешишь на занятия в спортивной секции.

По завершении этой работы следует обсудить, что было самым трудным и почему. Обобщая высказывания участников, еще раз стоит обратить внимание на то, что житейский конфликт не приведет к серьезной ссоре, если будет разрешаться на основе компромисса.

**Домашнее задание.** Обсудить с родителями "Беспрюирышный метод решения споров" и опробовать его на практике.