**КОУ ОО «Дмитровская общеобразовательная школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»**

Интерактивная беседа

«Эффективное общение и конфликты»

Подготовила и провела:

Козлитина Д. А., старший воспитатель

***Цель занятия:***

Развитие коммуникативных способностей обучающихся, умение общаться в группах, коллективе.

***Задачи:***

*1. Образовательные:*

- знакомить учащихся с основами бесконфликтного общения, с понятиями «конфликт».

- формировать представление о различных вариантах человеческого общения.

*2. Развивающие:*

- развивать познавательный интереса учащихся, личностные качества, как рефлексия, эмпатия, толерантность.

*3. Воспитательные:*

- воспитывать уважительное отношение к окружающим людям;

- формировать социально одобряемые формы поведения.

***Методики и технологии:***

- технология личностно-ориентированного подхода;

- игровые технологии;

- технология деятельностного подхода;

- информационно-коммуникативные технологии;

- технология педагогики сотрудничества;

***Предполагаемый результат***

-Занятие предполагает переход на более высокий уровень развития критического мышления.

-Дети научатся жить и работать с людьми, в коллективе, действовать в социуме с учетом позиций других людей.

**Ход занятия**

• Упражнение «Подари улыбку другу». Приветствие.

2. Основное содержание, работа по теме:

•Тест «Конфликтность»  
1**. Вводная часть**  
«Что такое конфликт?»

Ребята, как вы понимаете, что означает понятие «конфликт?» (Варианты ответов детей).

- «Конфликт - это противостояние сторон, точек зрения». В конфликтных ситуациях принято выделять оппонентов (противостоящие стороны) и собственно предмет конфликта (из-за чего стороны пришли к разногласию). Противостоящими сторонами могут выступать различные по составу и численности группы людей, целые народы, государства. Предметом конфликта может стать любая материальная вещь, точка зрения, приверженность к религии, национальность и т. д.

Ребята, вспомните конфликтные ситуации, в которых вы участвовали или которые вы наблюдали, чем заканчивались эти противостояния?

(Ответы детей).  
Упражнение «Воссоздание конфликтной ситуации в условиях группы»

По желанию выходят два добровольца. Ведущий дает им вводную ситуацию: два одноклассника повздорили из-за того, что один из них воспользовался мобильным телефоном другого с его разрешения, но «проговорил» много денег и не хочет оплачивать свои переговоры. Первый стоит на том, что он это сделал с разрешения другого, и они не устанавливали время разговоров. Второй требует оплаты. Ни одна сторона не идет на примирение, причем на свою сторону пытается перетянуть одноклассников. Двое оппонентов пытаются доказать свою правоту и просят помощи у других участников группы. Ребята, поддерживают ту или иную сторону. В конце концов, в «конфликт» вовлекается вся группа. Спустя некоторое время ведущий останавливает ребят и переходит к обсуждению.

**2. Основная часть.**  Беседа «Виды конфликтов и способы их разрешения»

«В ходе предшествовавшей игры вы наглядно продемонстрировали, каким образом разворачивается конфликт. В противоборство была вовлечена вся группа. Хорошо, что это была игра, и члены группы не рассорились. Но в жизни бывает совсем по-другому. Из-за того что два человека не смогли разрешить свой спор, весь класс мог разбиться на два враждующих лагеря. Этот конфликт был деструктивным. Действительно, конфликты могут быть конструктивными и деструктивными. В конструктивных конфликтах возникают новые связи, взаимодействия, в деструктивных - напротив, отношения разрушаются.

Конфликтные ситуации вызывают у людей определенные негативные чувства. Для того чтобы конфликты не приносили негативных последствий, их нужно уметь разрешать.  
Давайте поговорим о способах разрешения конфликта, а вы, по ходу обсуждения можете иллюстрировать их примерами из своей жизни:

- Уход: уклонение от конфликта, стремление выйти из конфликтной ситуации, не разрешая ее. Испытываемые при этом чувства: затаенный гнев, депрессия. Обидчика игнорируют, отпускают ехидные замечания за спиной, отказываются от дальнейших отношений.  
- Приспособление: изменение своей позиции, сглаживание противоречий, отказ от своих интересов. При этом человек подавляет свои негативные эмоции, делает вид, что все в порядке, что ничего не произошло, ругает себя за свою раздражительность, вынашивает план мести.  
- Конкуренция (силовое решение, борьба): соперничество, открытая борьба за свои ин-тересы, отстаивание своей позиции, стремление доказать, что другой не прав, попытки перекричать его, применить физическое насилие, требование беспрекословного подчинения, попытки перехитрить, призвать на помощь союзников, шантаж разрывом отношений.  
- Компромисс: урегулирование разногласий через взаимные уступки. Поддерживаются дружеские отношения, предмет спора делится поровну.  
- Сотрудничество (поиск нового решения): в выходе из конфликта все стороны удовлетворяются полностью через нахождение замен предмета спора на равнозначные или на более ценные.

Упражнение «Эффективное взаимодействие»

Вербальный вариант.

Группа работает парами. Один из участников каждой пары держит в руках какой-либо значимый для него предмет (книгу, часы, тетрадь с записями, телефон и т. д.). Задача второго участника состоит в том, чтобы уговорить партнера отдать ему этот предмет. Первый участник может отдать предмет только тогда, когда захочет. Затем участники меняются ролями.

- «Какие слова или действия партнера побудили вас отдать его?»...  
Важно заметить, что отказывать корректно надо тоже уметь. Некоторые люди осознают, что не умеют отказывать другим и при этом часто попадают в неприятные ситуации.  
В силовом решении, борьбе – конфликт может привести к разрыву отношений. У людей, являющихся непосредственными участниками конфликта, и тех, кто за ним наблюдает и вовлекается в него, возникает масса негативных чувств: злоба, ненависть, гнев, физическое насилие, унижение. В этой борьбе люди часто не рассчитывают свои силы, переходят дозволенные границы. Никогда не следует унижать соперника!

И так, в случаях урегулирования разногласий стороны должны приходить к общему решению через договор, нахождение общего решения, в этом способе разрешения конфликтов дружеские отношения сохраняются и переходят на более качественный уровень, люди уважают друг друга.

**Как избежать конфликтов: правила и рекомендации:**

1. Сдерживайте эмоции - научитесь не вовлекать в свое решение ЭГО и эмоции.

2. Не накручивайте себя. Часто люди сами в своей голове выстраивают цепочку несуществующих событий, сами их развивают, да так начинают верить в это, что потом возникает множество проблем.

3. Выбирайте правильное время. Часто конфликты возникают в те моменты, когда один из собеседников не готов к разговору. Если вы видите, что ваш собеседник не в духе, что у него сегодня не задался день, то не лезьте под горячую руку со своими вопросами, рекомендациями или советами.

4. Ищите причину, а не следствие. Мы все привыкли бороться со следствиями конфликта, но никак не хотим анализировать, что ж стало причиной такого поведения человека.

5. Живете в моменте сейчас. Еще одна ошибка, которая приводит в серьезным конфликтам – это прошлые воспоминания. Не надо упрекать человека в том, что уже прошло. Старайтесь жить в моменте сейчас. Прошлое уже было, и его не изменить, поэтому, сильно и расстраиваться не стоит по поводу него, а будущее мы не знаем, поэтому, волнение относительно него тоже откиньте. Есть только здесь и сейчас – запомните.

6. Не накапливайте проблемы. Есть отличная поговорка: «Проблемы нужно решать по мере их поступления». И это истинная правда. Не нужно копить обиды, переживания, какие-то спорные моменты. Старайтесь все сразу обговорить, решить, прийти к общему знаменателю.

7. Не затаивайте обиды. Данное правило тесно связано с предыдущим. Не нужно затаивать в себе обиды, вынашивать коварный план мести, тайно что-то себе надумывать и навязывать. Если хотите жить без конфликтов, то стоит научиться спокойно, без лишних эмоций обговаривать все спорные моменты.

8. Не оскорбляйте. Не опускайтесь до самого низкого – оскорбления. Ученые доказали, что если во время ссоры человек переходит на личное, начинает оскорблять собеседника, то это показатель его слабости, его неправоты, его неумения доказать свою точку зрения.

9. Следите за тоном. Иногда не столько слова, а тон с которым они сказаны могут сильно обидеть вашего собеседника. Поэтому, всегда следите за тем, как произносите ту или иную фразу.

10. Не устраивайте истерик. Уже не раз говорилось о том, что истерика является сильным способом манипуляции другим человеком. Да, она способна утихомирить конфликт на какое-то время, но проблема то останется, ситуация так и будет не решенная.

А знаете, кто реже всех попадает в конфликтные ситуации? Люди, которые:

* не сплетничают;
* придерживаются нейтральной позиции в суждениях;
* тщательно выбирают не только друзей, но и просто собеседников;
* выглядят уверенными в своих силах;
* не суют свой нос, куда не надо;
* имеют слишком мало свободного времени, чтобы искать приключений на свою голову.

Просмотр видеоролика «Встреча на мостике».  
**4. Релаксация**:

*Упражнение «Тихое озеро».*

- Займите удобное положение. Расслабьтесь. Закройте глаза.

«Представьте себе чудесное солнечное утро. Вы находитесь возле тихого прекрасного озера. Слышно лишь ваше дыхание и плеск воды. Солнце ярко светит, и это заставляет вас чувствовать себя все лучше и лучше. Вы чувствуете, как солнечные лучи согревают вас. Вы слышите щебет птиц и стрекотанье кузнечика. Вы абсолютно спокойны. Солнце светит, воздух чист и прозрачен. Вы ощущаете всем телом тепло солнца. Вы спокойны и неподвижны, как это тихое утро. Вы чувствуете себя спокойными и счастливыми, вам лень шевелиться. Каждая клеточка вашего тела наслаждается покоем и солнечным теплом. Вы отдыхаете…

А теперь, медленно откройте глаза».

**5. Рефлексия.**

Подведем итоги

Сформулируйте впечатления о прошедшем занятии:

Что понравилось на занятии?

Что было трудно делать?

С чем уходите, и что с собой берете?

Упражнение «Подари улыбку другу»:  
*Занятие окончено.*