

## Психологическая игра с элементами тренинга «Эффективные способы разрешения конфликтов»

Адаптация Мамановой А.И.

Цель: содействие в осознании обучающимися своего поведения в конфликте, формирование умения позитивно разрешать конфликты.

Форма проведения: классный час с сюжетно-ролевыми задачами, проблемными вопросами.

### Процедура проведения

#### *Упражнение для знакомства «Паутина»*

*Инструкция:* Педагог-психолог, держа в руках клубок шерсти, находит конец, зажимает его в руке и бросает клубок обучающемуся и называет его имя и комплимент («Артему улыбчивому»). Обучающийся говорит свое имя и комплимент, что ему сейчас сказали, а после передает клубок другому ученику уже называя его имя и комплимент для него («Я Артем улыбчивый, Максиму умному»). Когда нить оказывается в руках у каждого, получается паутина, связывающая обучающихся друг с другом.

Потом клубок отправляется в обратный путь. После чего происходит обсуждение: легко ли было распутать клубок; как мы действовали (кричали/был кто-то один кто всеми руководил/спокойно вспомнили, кто за кем получал клубок); часто ли мы в ситуациях, когда требуется достичь какой-то цели можем спокойно принимать решения или бывает такое, что наши мнения не сходятся с окружающими, как мы это называем (конфликт)?

#### *Упражнение «Что такое конфликт?»*

*Педагог-психолог:* «Что вы понимаете под словом «конфликт».

*Возможный вариант ответа:* «Конфликт – это ситуация, в которой двое или несколько человек не могут добиться согласия между собой. Например, двое изъявляют два разных желания, ни одно из которых не может быть реализовано.

Конфликт может привести к ссоре, однако это происходит не всегда».

#### *Мозговой штурм «В какие конфликты мы попадаем?»*

Педагог-психолог спрашивает у обучающихся и фиксирует на доске, с кем у них бывают конфликты? Какие они могут привести примеры? Можно ли вступить в конфликт с самим собой?

*Возможные ответы обучающихся:* с родителями (из-за плохих оценок; по поводу распределения обязанностей по дому; из-за компьютера; из-за игрушек); с учителями (из-за того, что «жуем» на уроке; если мы что-то натворили; если мы не работаем на уроке или занимаемся посторонними делами); с сестрами или братьями (из-за компьютера; из-за игрушек); с друзьями/подружками (из-за ябедничества; если наши мнения не совпадают; из зависти или ревности).

### *Упражнение «Горный дождь»*

Педагог-психолог предлагает всем обучающимся встать и повторять за ним движения.

в горах поднялся ветер (ведущий потирает ладони); начинает капать дождь (хлопки ладонями по груди); начинается настоящий ливень (хлопки по бедрам) а вот и град, настоящая буря (топот ногами); капли падают на землю (щелчок пальцами); тихий шелест ветра (потирание ладоней); солнце (руки вверх).

### *Упражнение ««Живые» буквы»*

Педагог-психолог делит обучающихся на 3 группы (примерно по 10 человек) и выдает каждой группе карточки с короткими словами, состоящими из букв, которые можно изобразить совместными усилиями. Обучающиеся внутри группы тренируются изображать буквы, а затем «пишут живыми буквами» свои слова для остальных команд.

**Мир рот нос урок нога рука спина**

Обсуждение:

### *Упражнение «Волк и семеро козлят»*

Описание упражнения. Игра основана на сюжете одноименной народной сказки. Семеро участников-добровольцев берут на себя роли «козлят» (если общее количество участников меньше 12, то «козлят» тоже будет не 7, а меньше). Их задача — не пускать к себе в домик (который сооружается, например, с помощью загородки из нескольких стульев) «серых волков», но пустить «маму-козу», «тетю-козу» и прочих представителей козьего племени. Между всеми остальными участниками роли распределяются так, чтобы примерно половина из них оказались «серыми волками», а половина — различными родственниками «козлят» (которые не знают, кому досталась какая из этих ролей). Потом все эти участники поочередно подходят к «домику козлят» и в течение минуты пытаются убедить их, что они их родственники, а не волки, и их нужно пустить в дом. «Козлята» совещаются и принимают решение — пустить очередного персонажа или нет. Когда все находившиеся за пределами «домика» попробовали свои силы, игра завершается и каждый персонаж говорит, кем же он был на самом деле — «козочкой» или «волком». Соответственно, появляется возможность подсчитать, сколько раз «козлята» были бы съедены, пустив в дом волка, а скольких родственников они сами оставили на улице на съедение волкам.

Психологический смысл упражнения. Тренировка уверенного поведения при необходимости убеждать других людей, а также наблюдательности. Хороший материал для обсуждения признаков, на основе которых мы делаем выводы, кому можно доверять, а кому нет.

Обсуждение. Чем руководствовались «козлята», принимая решения о том, кому можно поверить, а кто пытается ввести их в заблуждение? Что важнее всего для тех, кто пытался убедить «козлят» в чистоте своих намерений, чтобы им поверили? А на основании чего мы выносим суждения об искренности/неискренности окружающих людей в реальных жизненных ситуациях?

*Вопросы для обсуждения:*

- трудно ли было добиться единства мнений? Почему?
- всегда ли было необходимо прийти к единому мнению?
- все ли остались довольны результатом?

*Заключительное упражнение «Надувной шар»*

Педагог-психолог и обучающиеся молча стоят в кругу и передают шар или мяч друг другу, показывая, как он легкий. Когда шар, побывав в руках у каждого, вдруг становится очень тяжелым, обучающиеся должны показать, как им тяжело и как им приходится напрягать мускулы и сгибаться под тяжестью шара. Так шар приобретает все новые качества: становится горячим, холодным, драгоценным или скользким.

*Рефлексия*

**Мир**

**рот**

**нос**

**урок**

**нога**

**рука**

**спина**