

Занятие
«Учимся общаться правильно»

Разработала: Степанова Оксана Анатольевна.

Цель занятия: приобретение навыков улучшенных форм коммуникации; обучение методам нахождения решений в конфликтных ситуациях.

Целевая группа: учащиеся 10, 11 классов.

Количество часов: 1 академический час.

Программа занятия

Компонент программы	Методика	Время	Материал
Вступительное слово, представление занятия		2 мин.	
Погружение в тему	«Знаки внимания»	10 мин.	
	«Трудный разговор»	10 мин.	
	«Адские башни»	20 мин.	Конструктор «Лего», карточки с заданиями
Обратная связь	Заключительная рефлексия	3 мин.	

ХОД ЗАНЯТИЯ:

«Здравствуйте, ребята! Рада приветствовать вас на занятии. Наше сегодняшнее занятие будет посвящено такому понятию и феномену, как конфликт. Что вы знаете о нем? (учащиеся высказываются). Хорошо, все верно, конфликт – это столкновение двух противоборствующих позиций, мнений, взглядов и т.д. Конфликты разгораются зачастую из-за неумений людей конструктивно выразить свои чувства, понятно и правильно донести до оппонента свою точку зрения, потребности и желания, из-за незнаний или неумений пользоваться стратегиями разрешения конфликтных ситуаций. Вот об этом мы сегодня поговорим и наглядно посмотрим и попробуем»

Рефлексия актуального состояния участников: расскажите, с каким настроением вы сегодня пришли в круг, и чем ваше актуальное состояние может быть обусловлено.

Упражнение 1 «Знаки внимания»: прежде чем начать выполнять упражнение, необходимо обратить внимание участников на правила выражения чувств и на правила восприятия и понимания чувств партнера.

Правила выражения чувств:

1. Принимайте свои чувства такими, какие они есть;
2. Прямо и открыто выражайте свои чувства;
3. Выражайте свои чувства, используя местоимения «Я»;
4. Назовите конкретную причину, вызвавшую ваши чувства – конкретные ситуации или образы поведения;
5. Избегайте обобщений при выражении чувств;
6. Формулируйте свои чувства без оценок и обвинений.

Правила восприятия и понимания чувств других:

1. Помогите партнеру выразить свои чувства. слушайте его внимательно;
2. Повторите своими словами то, что вам сказал партнер. Этим вы показываете ему, что вы его понимаете;
3. Устраняйте любые неясности, переспрашивайте партнера;
4. Помогите партнеру прояснить его собственные чувства, назовите их;
5. Сообщите партнеру, как его слова действуют на вас, т.е. выражайте свои собственные чувства.

Для многих людей оказать внимание другому человеку не так просто. Для других еще сложнее принять знак внимания. Всем участниками следует образовать два круга: внешний и внутренний, стоя лицом к друг другу. Стоящие лицом друг к другу образуют пару. Первый член пары оказывает искренний знак внимания партнеру, стоящему напротив. Тот отвечает: «Да, конечно, но, кроме того, я еще и ...» (называет то, что он ценит и считает, что заслуживает за это знаков внимания). Знаками внимания отмечаются поступки, навыки, внешность и т.д. Затем партнеры меняются ролями. Поле чего делают шаг в лево, образуя новые пары. Все повторяется до тех пор, пока не будет сделан полный круг. По завершении упражнения, идет обсуждение.

Упражнение 2 «Трудный разговор»: участники разбиваются на тройки. В каждой трое двое будут исполнять роли конфликтующих сторон, а третий будет

исполнять роль миротворца, арбитра. И так, в каждой группе пара придумывает в течение двух минут сценарий, по которому они будут конфликтовать. Выступление производит каждая тройка, в это время все остальные участники следят за тем, какие стратегии сглаживания конфликта имели место, как участники выражали свои желания и потребности, как стоил вести себя тем участниками, кому не удалось сгладить конфликт.

Упражнение 3 «Адские башни»: группа разбивается на команды по 6 человек. Каждой команде дается побольше деталей из «Лего» или какого-нибудь другого конструктора. Командам необходимо построить башню. Всем участникам вручить карточки (каждому свою), на которой записаны задания. Необходимо подчеркнуть, что этой информацией нельзя ни с кем делиться. Игра будет проходить в полном молчании. Игроки приступают к делу. Задания на карточках:

- Башня должна состоять из 20 блоков;
- Башня должна иметь высоту в 10 блоков;
- Башня должна быть построена только из белых, красных и желтых «кирпичиков»;
- Башня должна быть построена только из синих и желтых «кирпичиков»;
- Шестой ряд башни должен отличаться по цвету от остальных;
- Башню должны строить именно вы. Если за «кирпичи» возьмутся остальные члены команды, остановите их и настаивайте, что постройте башню самостоятельно.

По окончании игры важно обсудить процесс, у кого получилось построить башню, у кого нет, по какой причине, кто какую стратегию использовал.

Рефлексия занятия:

- Что нового получили?
- Что показалось наиболее интересным?
- Чего не хватило и хотелось бы получить еще на занятиях?
 - Удалось ли вам, на ваш взгляд, узнать что-то новое о разрешениях конфликтных ситуаций, получить навыки поведения в конфликте?

Башня должна состоять из 20 блоков	Башня должна состоять из 20 блоков
Башня должна иметь высоту в 10 блоков	Башня должна иметь высоту в 10 блоков
Башня должна быть построена только из белых, красных и желтых «кирпичиков»	Башня должна быть построена только из белых, красных и желтых «кирпичиков»
Башня должна быть построена только из синих и желтых «кирпичиков»	Башня должна быть построена только из синих и желтых «кирпичиков»
Шестой ряд башни должен отличаться по цвету от остальных	Шестой ряд башни должен отличаться по цвету от остальных
Башню должны строить именно вы. Если за «кирпичи» возьмутся остальные члены команды, остановите их и настаивайте, что постройте башню самостоятельно	Башню должны строить именно вы. Если за «кирпичи» возьмутся остальные члены команды, остановите их и настаивайте, что постройте башню самостоятельно
Башня должна состоять из 20 блоков	Башня должна состоять из 20 блоков
Башня должна иметь высоту в 10 блоков	Башня должна иметь высоту в 10 блоков
Башня должна быть построена только из белых, красных и желтых «кирпичиков»	Башня должна быть построена только из белых, красных и желтых «кирпичиков»
Башня должна быть построена только из синих и желтых «кирпичиков»	Башня должна быть построена только из синих и желтых «кирпичиков»
Шестой ряд башни должен отличаться по цвету от остальных	Шестой ряд башни должен отличаться по цвету от остальных
Башню должны строить именно вы. Если за «кирпичи» возьмутся остальные члены команды, остановите их и настаивайте, что постройте башню самостоятельно	Башню должны строить именно вы. Если за «кирпичи» возьмутся остальные члены команды, остановите их и настаивайте, что постройте башню самостоятельно

