Занятие ко Дню психологического здоровья в школе

 Тренинг

 (6 класс)

Межличностные отношения.

Конфликты.

 Подготовили:

 Педагог-психолог п. Рамоново - Гагкаева Ф.

 Педагог-психолог МКОУ СОШ№5 - Каргинова Ф.

Г. Алагир 2014г.

 **Цели занятия**: создание благоприятного психологического климата, осознание ценности каждого члена команды; познакомить учащихся с понятием «конфликт», причинами его возникновения и стратегиями поведения человека в различных конфликтных ситуациях; обучение детей альтернативным способам разрешения конфликтных ситуаций.

Когда в товарищах согласья нет,На лад их дело не пойдет,И выйдет из него не дело, только мука.Однажды Лебедь, Рак да ЩукаВезти с поклажей воз взялись,И вместе трое все в него впряглись;Из кожи лезут вон, а возу все нет ходу!Поклажа бы для них казалась и легка:Да Лебедь рвется в облака,Рак пятится назад, а Щука тянет в воду.Кто виноват из них, кто прав, — судить не нам;Да только воз и ныне там.

Ритуал приветствия.

1. Участникам предлагается образовать круг и разделиться на три равные части: «европейцев», «японцев», «африканцев». Каждый из участников идет по кругу и здоровается со всеми «своим» способом: «европейцы» пожимают руку, «японцы» кланяются, «африканцы» трутся носами. в Новой Зеландии – плечами, в Колумбии – спинами, в Зимбабве – коленками, в Китае – носами и др.

Упражнение проходит весело и эмоционально, заряжает группу энергией.

 2. Упражнение “Правила группы”.

 Как и на других уроках, на психологических занятиях существуют свои правила (правила на ватмане). Как проявляется уважение к другому человеку? (уважение – это умение слушать, понимать и принимать). Что значит правило “здесь и теперь”? (все, о чем говорится на занятии, обсуждается только здесь, в этом кабинете, не выносится за пределы. Разговор ведется в настоящем времени – теперь.) Что значит правило “я – высказывание”? Что значит правило “активности”? (готовность действовать, выполнять предложенные упражнения). Помимо этого, можно обратиться к правилу СТОП (т.е. в этой игре я не участвую).

3. Упражнение «Думаем вместе*»*

Все мы разные: у каждого свои взгляды, привычки, мечты. А это значит, что наши интересы и интересы окружающих людей могут не совпадать. Иногда это становится причиной, приводящей к возникновению конфликтов (барьеров в общении). Классическим образцом неразрешимого конфликта могут служить два барана, не желающие уступить друг другу дорогу на узком мосту.

Игра «Мостик». Предлагается участникам группы разбиться на пары и представить себе следующую ситуацию. У нас есть «мостик» (полоска бумаги или коврик длиной около 2 м и шириной в 20 см) через пропасть. Двое встречаются посередине него и пытаются разминуться. Задача каждого состоит в том, чтобы перейти на другую сторону пропасти. В ходе выполнения упражнения ведущий наблюдает за поведением каждого члена группы. После того как все перешли через «мостик», обсуждают, анализируют способы или стратегию разрешения ситуации. Могут выработать общую стратегию – сотрудничества, направленную на достижение успеха без ущерба другому, на текста диалога, который использовался для разрешения ситуации. Делается вывод о том, как важно сказать другому, что ты хочешь сделать сам и чего ожидаешь от другого. Конфликт — это столкновение противоположных интересов, взглядов, серьезное разногласие, острый спор.

4. Работа в группах. Два человека из каждой группы подходит и берет по одной карточки с общей картотеки. На каждой карточке написана ситуация в школе, которая может привести к конфликту. За 10 мин группа должна нарисовать или написать выход из ситуации без конфликта. Затем идет презентация своего ответа.

*5. Ритуал прощания* Игра « Спасибо за приятное занятие»

Все стоят в общем кругу. Я хочу предложить вам поучаствовать в небольшой церемонии, которая поможет нам выразить дружеские чувства и благодарность друг другу. Один из вас становится в центр, другой подходит к нему, пожимает руку и произносит: «Спасибо, за приятное занятие!» Оба остаются в центре, по-прежнему держась за руки. Затем подходит третий участник, берет за свободную руку одного из участников, пожимает ее и говорит: «Спасибо за занятие!» Таким образом, группа в центре постоянно увеличивается. Когда в круг станет последний участник, замкните круг и завершите церемонию безмолвным крепким троекратным рукопожатием. Всем спасибо за работу. До встречи!

**Приложение**

Ученица шестого класса, Оксана, плохо успевает в учебе, раздражительна и груба в общении с учителем. На одном из уроков девочка мешала другим ребятам выполнять задания, бросала в ребят бумажки, не реагировала на учителя даже после нескольких замечаний в свой адрес. На просьбу учителя выйти из класса, Оксана так же не отреагировала, оставаясь сидеть на месте. Раздражение учителя привело его к решению прекратить вести занятие, а после звонка оставить весь класс после уроков. Это, естественно, привело к недовольству ребят.

Ученик, явно демонстрируя свое плохое отношение к кому-либо из одноклассников, говорит: «Я не хочу выполнять задание вместе с ним».

 У твоего друга серьезные проблемы с физикой, поэтому он постоянно просит у тебя списать домашнее задание, и ты даешь. Но однажды учительница заметила, что у тебя и твоего друга совершенно одинаковые записи в тетради. Она сказала, что если еще раз ты дашь своему другу списать домашнее задание, у тебя будут большие неприятности.

Один ученик говорит другому: «Я никогда не буду сидеть с тобой за одной партой: разляжешься, как слон, а мне неудобно писать! ». Другой отвечает ... (допишите). Прокомментируйте ситуацию.

Идет урок, учащиеся выполняют задания. Вдруг один ученик начинает стучать ручкой по парте. Учитель делает замечание: «Сергей, не стучи, пожалуйста, по парте, выполняй задания». Сергей отвечает: «Почему опять я? Опять крайний! Вы что, видели? ».

- Какая реакция учителя на слова Сергея?

- Как бы вы сделали в этой ситуации?

Мама пришла с работы и говорит дочери: «Сколько можно говорить? Убери за собой, разбросал все, словно смерч пронесся в квартире! Не девушка, а несчастье какое-то! Говоришь, а ей, как об стену горохом!».

- Какова реакция девушки?

- Как бы вы сделали на месте мамы?

Учитель проверяет домашнее задание. Дошла очередь и до Олега. Андрей Иванович, проверяя работу ученика, сказал: «Да что же это такое? Этот бездарь опять не сделал, как следует, написал в тетради так, что ничего не разберешь! ».

Родители отправляют тебя в магазин за хлебом, а ты хочешь играть в компьютерные игры.

Переполненный пассажирами автобус. Мужчина нечаянно толкнул девушку и не извинился. Девушка больно ударилась и в ответ нагрубила мужчине.

 Вы решили задачу, но не уверены в правильности решения. Результаты можно будет узнать только через неделю.

Вы с другом нашли щенка, и каждый хочет взять его себе.

На рынке вы купили бракованный товар. Брак вы заметили только дома. Когда вы пришли менять, вам отказали..