



4. МАЙСТЕР-КЛАС



Оксана Віталіївна Дацко,
соціальний педагог вищої категорії,
НВК «Загальноосвітня школа I–III ступенів – гімназія»
медіатор, тренер, фасилітатор – кращий
соціальний педагог області (2012),
Вінницька обл.,
м. Жмеринка, Україна

ПРОГРАМА ТРЕНІНГУ «НАВИЧКИ БЕЗКОНФЛІКТНОГО СПІЛКУВАННЯ УЧНІВ»

Кожна людина інтуїтивно розуміє, що таке конфлікт, оскільки він є невід’ємною частиною нашого життя. Конфлікт впливає на формування нашого характеру й світогляду, є ресурсом для нашого розвитку, а за умови його конструктивного розв’язання, взаємин між людьми. У повсякденному житті поняття «конфлікт» застосовується щодо різних явищ: від збройних сутичок та протистояння різних соціальних груп до побутових непорозумінь.

Ми називаємо конфліктом сімейну сварку, дискусії в парламенті, зіткнення внутрішніх мотивацій людини, боротьбу власних бажань, почуття обов’язку тощо. Переважна більшість людей вважає конфлікт негативним явищем, але насправді він може зробити нас сильнішими та мудрішими, виховати волю, допомогти зрозуміти власні нові якості, зблизити з оточуючими. З іншого боку, в результаті конфліктів на емоційному рівні у людини виникає почуття гніву та роздратування, під впливом яких може виникнути депресія. У процесі конфлікту людина покладається на власний егоїзм, незважаючи на почуття та думки опонента, але згодом виснажується і прагне швидше завершити суперечку.

Тренінг «Навички безконфліктного спілкування учнів» має на меті надати учням інформацію про причини конфліктів, що виникають між однолітками, їхні наслідки та способи розв’язання і базується на відновному підході. Упродовж тренінгового заняття учасники мають можливість ділитися досвідом розв’язання конфліктних ситуацій, обдумувати певні ситуації та на практиці застосувати пропоновані нові методики реагування на них.

Загальна інформація про тренінг

Мета: надати учням інформацію про причини конфліктів, що виникають між однолітками, їхні наслідки та способи вирішення.

Завдання:

- надати інформацію про конфлікти, їхні види, форми та причини виникнення;

- ознайомити учасників із сучасними підходами до профілактики у контексті підтримки та покращення якості життя;

- відпрацювати навички проведення просвітницьких занять з попередження конфліктів, що виникають у навчальному закладі між дітьми.

Категорія учасників: учні 7–8 класів.

Кількість учасників тренінгу: 10–15 осіб.

Час, необхідний для проведення тренінгу: 3 дні.

Кількість ведучих: 1 особа (соціальний педагог).

Тренінгове приміщення: простора кімната зі стільцями, розташованими по колу та необхідним обладнанням.

Форма проведення: соціально-просвітницький тренінг.

Очікуваний результат:

- учасники тренінгу опанують навички (комунікативні, активного слухання);

- сформують позитивні висновки про альтернативи поведінки у конфліктній ситуації та нові підходи до розв’язання конфліктних ситуацій (медіацію та Коло), що базуються на врахуванні інтересів учасників конфлікту.

Домашнє завдання. Особливості поведінки у конфліктних ситуаціях. Тест. Визначення стилю поведінки кожного учасника у конфліктних ситуаціях.

День перший (зміст тренінгу)

Час: 10 хвилин.

Мета: визначити спільну мету та завдання тренінгу, що було поставлено соціальним педагогом. Розв’язання організаційних питань.

Матеріали: фліп-чарт, маркери.

Інструкція

Мета та завдання тренінгу можуть бути представлені в Power Point або записані на фліп-чарті у вигляді презентації. До визначення мети та завдань можливо залучити учасників групи (надати їм можливість додати до списку та обґрунтувати власну пропозицію).



День перший

Час	Діяльність	Мета	Матеріали
10:00–10:10	Організаційні питання. Мета тренінгу	Визначення спільної мети та завдань тренінгу. Вирішення організаційних питань	
10:10–10:30	Знайомство. Вправа «Клубок»/«Важливі уроки життя»	Надання учасникам можливості познайомитися один з одним, створення дружньої атмосфери, покращення навичок уважного слухання	Клубок ниток, вислови «Важливі уроки життя»
10:30–10:40	Очікування учасників. Вправа «Зоряне небо», «Береги надії» або «Пісочний годинник»	З'ясування очікувань учасників, того, наскільки очікування співпадають із загальною метою тренінгу	Фліп-чарт, маркери, стікери, ручки для кожного учасника
10:40–10:50	Вправа «Таємний друг»	Налагодження товариських стосунків у команді учасників	Стікери, маркери, капелюх
10:50–11:10	Вправа «Дружня пошта»	Розвиток комунікації в групі	Конверти, скотч, маркери, клей, кольоровий папір
11:10–11:20	Перерва		
11:20–11:25	Руханка «Австралійський дощ»	Емоційне розвантаження, активізація учасників	
11:25–11:40	Правила спільної роботи. Техніка «Паркування»	Налагодження роботи з ефективним використанням часу і спільне вироблення правил поведінки учасників у групі	Фліп-чарт, маркери, скотч
11:40–12:00	Визначення поняття «конфлікт». Вправа «Намалюй конфлікт». Презентація малюнків учасниками групи	З'ясування поняття «конфлікт»	Фліп-чарт, маркери, А4 для кожного учасника
12:00–12:30	Обідня перерва		
12:30–12:50	Робота з упередженнями. Вправа «Пограбування магазину»	Надання учасникам інформації про процес формування упереджень та способи запобігання формуванню упереджень	«Пограбування магазину», фліп-чарт, ручки, маркери
12:50–13:10	Розуміння причин виникнення конфлікту. «Історія, яку розповів Вовк»	Розуміння впливу упереджень та відсутності інформації на виникнення конфлікту	Фліп-чарт, маркери, інформаційне повідомлення «Історія, яку розповів Вовк»
13:10–13:25	Формування упереджень. Вправа «Всі ми різні»	Формування розуміння наявності різних «правильних» точок зору в конфлікті	Аркуш паперу А4 для кожного учасника
13:25–13:35	Перерва		
13:35–14:00	Вправа «Мавпенята»	Налагодження зв'язків між учасниками, емоційне розвантаження	
14:00–14:20	Підходи до розв'язання конфліктів. Робота в групах з ситуаціями	Визначення підходів до розв'язання конфліктів, розуміння переваг та недоліків кожного із підходів	Фліп-чарт, маркери, ситуації з шкільного життя
14:20–14:35	Позиції та інтереси. Ситуація «Дві сестри». Схеми «Айсберг»	Розуміння інтересів сторін та їх відмінності від позицій	«Дві сестри», схема «Айсберг», фліп-чарт, маркери
14:35–14:40	Руханка «Чу-кул-кум-бек»	Емоційне розвантаження	
14:20–14:35	Розв'язання конфліктів. Стратегія «Виграш – виграш». Робота в групах	Ознайомлення зі стратегією «Виграш – виграш», що сприяє задоволенню інтересів обох сторін конфлікту	«Виграш – виграш», ручки
14:35–15:00	Підсумки дня. Вправа «Я сьогодні дізнався про...»	Підбиття підсумків, пригадування важливих подій першого дня роботи групи	

Інформація для соціального педагога. Мета та завдання тренінгу

Мета сьогоднішнього тренінгу:

1) підготувати учнів до співробітницького підходу у розв'язанні конфліктних ситуацій, що базується на інтересах учасників конфлікту;

2) розвинути комунікативні навички учнів.

У цій програмі використовується *відновний* підхід. Упродовж програми учасники матимуть можливість ділитися досвідом розв'язання конфліктних ситуацій, обдумувати їх та застосувати на практиці пропонувані нові навички та методики реагування.

Знайомство. Вправа «Клубок» або «Важливі уроки життя» (за вибором соціального педагога).



Час: 20 хвилин.

Мета: надати учасникам можливості познайомитися один з одним, створити дружню атмосферу, покращити навички уважного слухання.

Матеріали: клубок ниток.

Запросіть учасників стати в коло. Поясніть, що кожен матиме можливість перекинути клубок ниток незнайомому (або добре знайомому) учаснику, не випускаючи з рук свій кінець нитки. Продемонструйте: киньте комусь клубок, уявіть та розкажіть коротко про себе, чим цікавитесь, чим полюбляєте займатися. Не забувайте при цьому тримати кінець нитки в руках. Продовжуйте гру допоки всі учасники не будуть долучені до «комунікативної павутинки».

Запитання для обговорення

1) Що ви можете розповісти про комунікаційну павутину? (тягнеться від одного до іншого; інколи може призвести до плутанини)

2) Що станеться, якщо я потягну свій кінець пряжі? (інші відчують певний тиск)

3) Що відчують інші, коли один з учасників роздратований або засмучений?

Після цього гра продовжується, але в зворотному напрямі – починає водити той, хто спіймав клубок останнім. Коли він передає клубок іншому учаснику, то намагається згадати його ім'я та хобі.

Запитання для обговорення

Що ви відчували, коли приєдналися до кола?

1) Що відчуваєте зараз?

Вправа «Важливі уроки життя»

Матеріали: аркуш паперу А4 з твердженнями «Важливих уроків життя».

Попросіть учасників ознайомитися з висловами, запропонованими у вправі «Важливі уроки життя». Дайте час для того, щоб усі прочитали та обрали один вислів, який їм здається на цей момент найбільш актуальним. Після цього кожен з учасників коротко відрекомендується та говорить про те, який з уроків він обрав і чому.

Запитання для обговорення

1) Чи сподобалась така форма знайомства?

2) Які висновки можна зробити після того, як ми вислухали усіх учасників?

3) Чому, на ваш погляд, ми обрали таку форму знайомства?

4) Чому, на вашу думку, деякі діти обрали однакові вислови? (різні люди мають схожі цінності).

5) Яку значущість мають цінності під час розв'язання конфліктів?

Інформація для соціального педагога «Важливі уроки життя».

Твердження:

• *Важливо не те, що з нами трапилось, а те, як ми вийшли з ситуації, що склалася.*

• *Зреагувати набагато легше, ніж подумати.*

• *Ми відповідальні за власні вчинки, незалежно від того, які почуття ми переживаємо стосовно них.*

• *Ніколи непотрібно говорити дитині, що її мрії безглузді та нереальні. Складно знайти щось більш трагічне та образливе, якщо вона вам повірить.*

• *Довіра вибудовується роками, а руйнується упродовж декількох секунд.*

• *Важливо не те, що ти маєш у цьому житті, а те, хто поруч з тобою.*

• *Простіше запалити одну маленьку свічку, ніж проклинати темряву.*

• *Двоє можуть одночасно дивитись на одну і ту саму річ, але бачити протилежне.*

• *Багато говорити і багато сказати – це не одне і те саме.*

• *Чим чесніша людина, тим менше вона підозрює інших в нечесності.*

• *Краще розумно мовчати, ніж нерозумно говорити.*

• *Дружба закінчується там, де починається недовіра.*

• *Перемагає лише той, хто вірить.*

• *Ми не стільки потребуємо допомоги від друзів, скільки впевненості, що ми її отримаємо.*

• *Чудеса відбуваються там, де в них вірять, і чим більше вірять, тим частіше вони стаються.*

• *Найкращий спосіб зробити дітей хорошими – це зробити їх щасливими.*

• *Щоб повірити в добро, необхідно почати його робити.*

Очікування учасників. Вправа «Зоряне небо», «Береги надій» або «Пісочний годинник» (за вибором соціального педагога).

Час: 10 хвилин.

Мета: з'ясувати очікування та побоювання учасників, того, наскільки очікування співпадають із загальною метою тренінгу.

Вправа «Зоряне небо»

Матеріали: фліп-чарт, маркери, стікери (у вигляді «зірочок»), ручки для кожного учасника.

Для цієї вправи необхідно підготувати фліп-чарт, де зображено небо, на якому учасники прикріплюють стікери («зірочки»), де написані їх очікування від тренінгу.

Вправа «Береги надій»

Матеріали: фліп-чарт, маркери, стікери (у вигляді «квіточок», «камінців» тощо), ручки для кожного учасника.

Для цієї вправи необхідно підготувати фліп-чарт, де зображено річку з двома берегами та підводними рифами у воді. На одному з берегів учасники прикріплюють стікери («квіточки»), де написані їхні очікування від тренінгу. На місці рифів діти записують переживання або ті ситуації, з якими вони бояться стикнутися під час тренінгу (стікери «камінці»).

Вправа «Пісочний годинник»

Матеріали: фліп-чарт, маркери, стікери, ручки для кожного учасника.

На фліп-чарті намальовано пісочний годинник. Учасники пишуть на стікерах свої очікування від тренінгу, потім підходять до фліп-чарту, читають вголос та прикріплюють до верхньої частини пісочного годинника.

Вправа «Тасмний друг»

Час: 10 хвилин.

Мета: налагодити товариські стосунки у команді учасників.



Матеріали: стікери (клаптики паперу), маркери, капелюх.

Соціальний педагог пише імена учасників на папірцях і складає їх у капелюх. Кожен з учасників вибирає один папірець з іменем свого «таємного друга», якому він повинен робити приємні сюрпризи упродовж усього тренінгу. Вправа спрямована на зближення учасників тренінгу та встановлення дружньої атмосфери. Наприкінці тренінгу учасники розказують, кому вони були «таємним другом» і дякують один одному за підтримку.

Вправа «Дружня пошта»

Час: 20 хвилин.

Мета: розвивати комунікації в групі.

Матеріали: конверти, скотч, маркери, клей, кольоровий папір.

Кожен учасник отримує конверт, на якому пише власне ім'я та прикрашає конверт на свій смак. Потім усі конверти за допомогою скотчу прикріплюють на стіну, що будуть виконувати роль особистих поштових скриньок. Кожен з учасників має можливість обмінюватися з іншими невеликими повідомленнями за допомогою такої скриньки. В останній день тренінгу учасники не мають права перевіряти свої скриньки, натомість вони мають написати кожному листа «на пам'ять». Наприкінці тренінгу соціальний педагог заклеює конверти і роздає їх учасникам – вони можуть відкрити їх вдома.

Вправа «Австралійський дощ»

Час: 5 хвилин.

Мета: емоційно розвантажити активізацію учнів.

Учасники стають у коло. Ведучий промовляє фразу, показує дію, учасники повторюють.

Ведучий: Чи знаєте ви, що таке австралійський дощ? Ні? Тоді давайте разом послухаємо, який він. Зараз по колу ланцюжком ви будете передавати мої дії. Але повторюватимете ви ці дії будете лише після того, як їх виконає ваш сусіда справа. Як тільки дія повернеться до мене, я передам наступну дію. Почали? Слухайте уважно!

«В Австралії піднявся вітер (*ведучий тре долоні*).

Вітер підсилюється (*тре долоні і дує*).

Починає накрапати дощик (*клацає пальцями*).

Дощ посилюється (*хлопає долонями по грудях*).

Починається справжня злива (*плеще себе по стегнам*).

А ось справжня буря з градом (*тупоче ногами*).

Аж ось буря стихає (*плеще себе по стегнам*).

І дощ вщухає (*плеще себе по стегнам*).

Рідкі краплі падають на землю (*клацає пальцями*).

Виходить сонечко! (*піднімає руки догори*).

А ми чекали на тебе, сонечко!»

Правила спільної діяльності. Техніка «Паркування» (додаток 1)

Час: 15 хвилин.

Мета: налагодити роботу з ефективним використанням часу і спільним виробленням правил поведінки учнів в групі.

Матеріали: фліп-чарт, маркери, скотч.

Соціальний педагог бере ініціативу на себе і пише на фліп-чарті 2–3 правила, які вважає доречними для

поліпшення умов роботи тренінгу. Потім він пропонує учасникам доповнити список правилами, важливими на їхню думку.

Після складання списку важливо запитати учасників, чи згодні вони дотримуватися цих правил. Також можна запропонувати учасникам поставити свої підписи на фліп-чарті з правилами. Список с правилами закріплюють на стіну так, щоб всі його бачили і могли слідувати за дотриманням дисципліни.

Соціальний педагог презентує техніку «Паркування» для роботи з питаннями групи. На стіну прикріплюється листок фліп-чарту, на якому написано «Паркування». Якщо у процесі обговорення в учасників виникає питання, відповіді на яке не вистачає часу, або що стосується теми, яка ще не розглядалася, воно записується «на паркування» (можна, перед кожним питанням малювати машинку – питання, як машинка – «на паркуванні»), і наприкінці дня або в інший зручний час до нього можна повернутися і розглянути детально.

Визначення поняття «конфлікт». Вправа «Намалюй конфлікт»

Час: 20 хвилин.

Мета: з'ясувати поняття «конфлікт».

Матеріали: фліп-чарт, маркери, папір А4 для кожного учасника.

Учасники отримують аркуші паперу, на яких їм пропонують намалювати картину або будь-який малюнок, який асоціюється з поняттям «конфлікт». Після завершення роботи кожен презентує її, обгрунтовуючи, що саме означає цей малюнок і чим він асоціюється з конфліктом. Соціальний педагог записує ключові асоціації на фліп-чарті.

Після дискусії можна підбити підсумки про суть конфлікту, його позитивні та негативні сторони. Конфлікт постійно існує в житті, але наша реакція на нього зумовлена нашим попереднім досвідом. Не сам конфлікт є проблемою, а те, як ми на нього реагуємо. Якщо ми вважаємо, що конфлікт є загрозою, то ми реагуємо відповідно. Якщо ж знаємо, що конфлікт може призвести до вирішення протиріч, то ставимося конструктивно і спокійно. Окрім того, наша реакція на конфлікт залежить від того, наскільки ми вміємо його вирішувати і цьому треба вчитися.

Запитання для обговорення

1) Що спільного мають ваші асоціації з поняттям «конфлікт»?

2) Чому слово «конфлікт» набуває переважно негативного значення?

3) Чому Ви асоціюєте конфлікт з позитивним поняттям?

Робота з упередженнями. Вправа «Пограбування магазину»

Час: 20 хвилин.

Мета: надати учням інформацію про процес формування упереджень та способи запобігання формуванню упереджень.

Матеріали: сюжет «Пограбування магазину», фліп-чарт, ручки, маркери.



Учні отримують завдання ознайомитися з сюжетом, прочитавши історію уважно один раз. Після цього вони повинні розглянути твердження, пов'язані з сюжетом, а також визначити, які твердження є правдою (П), а які – неправдою (Н), або обрати «?», що означає невизначеність.

Насправді майже усі твердження можна піддати сумніву. Вправа спрямована на виявлення упереджень, що частіше формуються за такою формулою: доступні дані → вибіркоче сприйняття → умовивід → висновки → дії.

Запитання для обговорення

- 1) Чому формуються упередження?
- 2) Як їх запобігти формуванню упереджень?

Інформація для соціального педагога «Пограбування магазину»

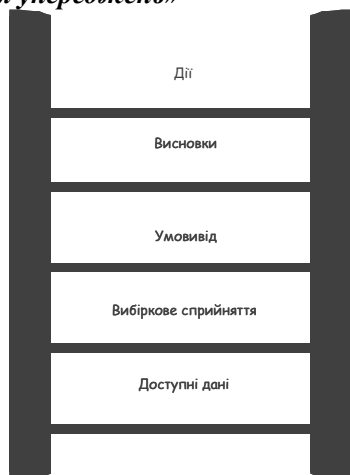
Сюжет

Після того, як підприємець вимкнув світло в магазині, з'явилася людина і почала вимагати гроші. Власник магазину відкрив касу, її вміст було вилучено, і невідомий швидко залишив магазин. Про цей факт терміново було повідомлено офіцера поліції.

Твердження

1	Людина з'явилася після того, як підприємець вимкнув світло у своєму магазині.	П	Н	?
2	Грабіжник був чоловіком.	П	Н	?
3	Як тільки людина з'явилась у магазині, вона не вимагала гроші.	П	Н	?
4	Власник вигріб вміст каси і швидко пішов.	П	Н	?
5	Хтось відкрив касу.	П	Н	?
6	Після того, як незнайома людина почала вимагати гроші та вилучила вміст каси, вона швидко залишила магазин.	П	Н	?
7	Незважаючи на те, що в касі були гроші, у сюжеті не вказано їхню кількість.	П	Н	?
8	Грабіжник вимагав гроші у власника магазину.	П	Н	?
9	У сюжеті викладено послідовність подій, у якій беруть участь три людини: власник магазину, людина, яка вимагала гроші та офіцер поліції.	П	Н	?
10	Сюжет описує три наступні події: хтось вимагав гроші, касу було відкрито, людина швидко залишила магазин.	П	Н	?

Інформація для соціального педагога. «Драбина формування упереджень»



Розуміння причин виникнення конфлікту. Вправа «Історія, яку розповів Вовк»

Час: 15 хвилин.

Мета: розуміння впливу упереджень та відсутності інформації на виникнення конфлікту.

Матеріали: фліп-чарт, маркери, інформаційне повідомлення «Історія, яку розповів Вовк».

Соціальний педагог пропонує учасникам згадати казку «Червона Шапочка» і описати головну героїню (характерні властивості записує на підготовленому фліп-чарті, де зображена Червона Шапочка). Те саме педагог робить з портретом (характеристиками) Вовка. Після цього соціальний педагог читає вголос інформаційне повідомлення «Історія, яку розповів Вовк» і просить учасників висловити власні думки про головних героїв, почувши інший варіант казки.

Наприкінці доречно зробити висновок про те, що задача медіатора полягає в тому, щоб детально з'ясувати подробиці конфлікту від обох сторін і залишатися неупередженими.

Запитання для обговорення

1) Які висновки можна зробити після виконання цієї вправи?

2) Наскільки влучно можна судити стосовно конфлікту, почувши опис ситуації з однієї сторони? Які проблеми можуть виникати у такому разі?

3) Чи відомі вам побідні казки, у яких один з персонажів був несправедливо обвинувачений?

4) Якою може бути роль медіатора у подібних ситуаціях?

Інформація для соціального педагога «Історія, яку розповів Вовк»

Ліс був моєю домівкою. Я тут мешкав, тому дбав про нього. Намагався тримати його в чистоті.

І ось одного сонячного дня, коли я прибирав сміття після туристів, то почув за спиною чийсь кроки. Я сховався за деревом і побачив маленьку дівчину, яка самовпевнено спускалася стежкою, тримаючи у руці кошик. Я одразу ж запідозрив щось недобре, тому що вона була одягнута по чудернацькому – вся в червоному, на голові щось незрозуміле. Вона була одягнута так, наче вона не хотіла, щоб її впізнали. Звісно я зупинив її, щоб поставити декілька запитань. Я запитав, хто вона така, звідки і куди прямує. Вона почала щось говорити про те, що йде до своєї бабусі та несе їй сніданок у кошику. Власне кажучи, вона здалася мені щирою дівчинкою, але була в моєму лісі, і виглядала досить підозріло з тим дивним червоним клубком на голові. Ось я й вирішив дати їй науку, наскільки це серйозна справа вешатись по моєму лісі без попереднього запрошення та ще й в такому कुмедному вбранні.

Я дозволив їй продовжувати свій шлях, а сам випередив її і дістався хатинки її бабці раніше. Мені відкрила порядна стара жіночка. Я розповів їй про свою проблему, і вона погодилася, що її онука заслуговує на добру прочуханку. Ми домовилися, що бабця сховається і не буде показуватися, доки я її не покличу. Як ви вже, мабуть, здогадуєтеся, вона сховалася під ліжком.



Коли дівчина дісталася хатинки, я запросив її до спальні, де лежав у ліжку, одягнутий як її бабуся. Дівчина швидко зайшла до спальні, така собі розрум'янена, і почала плести щось зовсім нечемне про мої великі вуха. Мені це дуже не сподобалося, але я стримався і сказав, що маю такі великі вуха, щоб краще її чути. Я просто мав на увазі, що хотів більш уважно почути, що вона верзе. Але вона знову почала нести образливу нісенітницю – на цей раз про мої банькуваті очі. Тепер ви маєте зрозуміти, як я ставився до цієї дівчинки, яка попри свою пришепелкувату зовнішність, виявилася такою уїдливою. Але ж я свого часу поклявся завше підставляти щоку, тому нагадав їй, що маю такі великі очі, щоб краще її бачити.

Те, що вона сказала після цього, мене дійсно дістало. Розумієте, я маю дуже проблемні великі зуби. І коли це дівчина знову-таки нечемно про них відізналася, я втратив контроль над собою. Я скочив з того ліжка і гримнув на неї, що, мовляв, маю такі великі зуби, щоб краще її було їсти.

Тепер, давайте подивимося правді в очі: чи чули ви колись, щоб який-небудь вовк, що поважає себе, з'їв хоч одну маленьку дівчинку. Відповідь буде «ні» – це всім відомо! Але те дівчина немов з глузду з'їхала: вона почала бігати по хатині і репетувати немов її ріжуть! А я був змушений ганятися за нею, щоб якось її угамувати. Мені довелося скинути бабусин одяг, але це все лише ускладнило. Раптом двері з тріском відчинилися – на порозі стояв дроворуб з великою сокирою в руці. Я подивився на нього і негайно зрозумів, що маю ВЕЛИКІ проблеми. Вікно за моєю спиною було відчинено, і я прожогом вискочив у нього.

Так все і закінчилося. Але, на жаль, бабуся ніколи нікому не розповідала мою версію того, що сталося. Через це пішов поголос, що я злий і страшний звір. Усі почали мене оминати десятою дорогою. Не знаю, що сталося з тим дівчиськом у пришепелкувату червоному клобуку, але мені відтоді живеться не солодко.

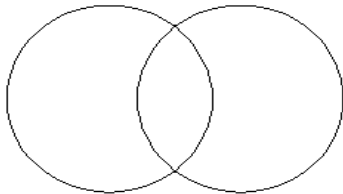
Формування упереджень. Вправа «Всі ми різні»

Час: 15 хвилин.

Мета: можливість підняти питання, що тісно пов'язані з проблемою виховання толерантності та поваги один до одного.

Матеріали: 1 аркуш з намальованими кільцями для кожної пари учасників, авторучки для кожного.

Об'єднати учасників парами і роздати аркуші з двома колами, що перетинаються і мають спільний сектор.



Запропонувати кожному заповнити своє коло, давши відповіді на запитання «Хто я?» (7–8 записів. Наприклад: жмеринчанин, учень, рудоволосий, люблю музику...). Далі діти мають прочитати у парах власні характеристики та знайти спільні ознаки,

вписати їх у спільний сектор. Попросити 2–3 пари прочитати зроблені записи – спочатку відмінні, а потім спільні. Чого в записах більше: співпадінь чи відмінностей? Чому? Запитати у групи: у кого ще є співпадіння? Продемонструвати, що у більшості пар є спільні записи (людина, громадянин).

Запитання для обговорення

- 1) Про що говорять результати вправи?
- 2) Чи можлива ситуація, коли співпадінь зовсім немає ні в кого?
- 3) Чи цікаво було б жити у світі, де усі мали лише спільні риси і не мали відмінностей? Чому?

Вправа «Мавпенята»

Час: 25 хвилин.

Мета: налагодити зв'язки між учасниками, емоційно розвантажити учнів.

Учитель: Зараз я розповім вам історію про мавпочку. Уявіть собі, що ви потрапили до магазину, де стоїть багато великих дзеркал. Туди увійшов чоловік, на плечі в нього була мавпочка. Вона побачила себе в дзеркалах і подумала, що це інші мавпочки, і почала корчити їм гримаси. Мавпочки у відповідь скорчили їй точнісінько такі самі гримаси. Мавпочка показала їм кулака, а їй із дзеркал також показали кулаки. Вона тупнула лапою, і решта мавпочок зробили так само. Що не робила мавпочка, інші точно повторювали її рухи. Тож і ми почнемо гру.

Соціальний педагог пропонує учням стати у коло. Завдання кожного учасника – привітатися, назвати власне ім'я та виконати певний рух (бажано не повторюватися). Вправу починає соціальний педагог, а за ним по колу до гри приєднується кожен учасник, однак, перш ніж назвати себе та показати рух необхідно повторити імена та рухи попередніх учасників, які презентували себе. Таким чином, останній в колі має назвати всі імена і повторити всі рухи.

Підходи до розв'язання конфліктів. Мозковий штурм, робота в групах

Час: 20 хвилин.

Мета: визначення підходів до розв'язання конфліктів, розуміння переваг та недоліків кожного підходу.

Матеріали: фліп-чарт, маркери.

Соціальний педагог пропонує згадати можливі способи поведінки людей під час конфлікту. Можна опиратися на список асоціацій до слова конфлікт, що було створено під час вправи «Намалюй конфлікт». Важливо обговорити можливі варіанти, у т. ч. й ті, які застосовують дорослі. Названі способи соціальний педагог записує на фліп-чарті та ділить на три групи, відповідно до підходів – сила, закон, інтереси та коротко презентує кожен з них (мультимедійний слайд).



**Мультимедійний слайд**

Потім учасникам пропонується об'єднатися у три підгрупи, обговорити та записати на ватмані (або фліп-чарті) переваги та недоліки одного з підходів до розв'язання конфліктів (кожна група обговорює один із підходів). Потім групи презентують власні напрацювання та відбувається спільне обговорення.

Запитання для обговорення

- 1) Які переваги і недоліки, на вашу думку, мають ці підходи?
- 2) Який з підходів, на вашу думку, найкращий? Чому?
- 3) Який з підходів доречно застосовувати, якщо учасники продовжуватимуть спілкуватися, наприклад, навчаються в одному класі? Чому?

Вправа «Шкільна форма»

Матеріали: зошит учасника, матеріали «Шкільна форма».

Соціальний педагог пропонує учасникам об'єднатися у три групи та ознайомитися з ситуацією вправу «Шкільна форма». Учасники кожної групи мають обговорити та запропонувати можливі дії сторін конфлікту (мама Насті та директора ЗНЗ) з точки зору одного з підходів до розв'язання конфліктів: сили, права чи інтересів (кожна група обговорює дії з точки зору одного з підходів). На завершення обговорення, кожна група презентує власні напрацювання. Ця вправа допомагає учасникам краще зрозуміти суть кожного з підходів, а також їхні переваги та недоліки.

Запитання для обговорення

- 1) Який варіант, на вашу думку, є кращим? Чому?
- 2) Який зі запропонованих варіантів, на вашу думку, більш сприятливий для Насті?
- 3) Які переваги і недоліки ви вбачаєте у діях, що запропоновано?

Інформація для соціального педагога. Вправа «Шкільна форма»**Ситуація.**

Усе почалося у день, коли Настю, ученицю 5–Б класу, не пустили вранці до школи. Учні обов'язково мали одягати форму на заняття: піджак зеленого кольору. Того ранку Настя не одягнула піджак, оскільки за день до того дівчинка забруднила його і мама віднесла річ до хімчистки, а іншого піджака у дівчинки не було. Настя була прикро вражена, коли черговий при вході не впустив її до класу, посилаючись на наказ директора «Без шкільної форми нікого в школу не впускати!». Засмучена дівчинка налаштувалась вертатися додому, як раптом побачила заступника директора з виховної роботи, Марію Іванівну, яка піднімалася сходами шкільного танку.

– Добрий день, Маріє Іванівно, чому мене не пускають до школи? Я вчора забруднила піджак і мама віднесла його до хімчистки, а черговий каже, що без піджака не можна!

– Настю, не вигадуй дурниць і передай мамі, щоб вона частіше ходила на батьківські збори. Тоді б вона знала, що існує наказ, відповідно до якого всі учні повинні ходити у шкільній формі! Повернувшись додому,

Настя ледве встигла застати маму до того, як вона пішла на роботу. Мати вислухала доньку і була вкрай обурена вчинком адміністрації...

Використовуючи цей сценарій, опишіть, як мама Насті та директор можуть вчинити далі.

Позиції та інтереси. Ситуація «Дві сестри». Схема «Айсберг»

Час: 15 хвилин.

Мета: розуміння інтересів сторін у конфлікті, їх відмінність від позицій.

Матеріали: ситуація «Дві сестри», схема «Айсберг», фліп-чарт, маркери.

На основі ситуації «Дай мобільний телефон» соціальний педагог пояснює різницю між «позицією» – те, на чому людина наполягає у конфліктній ситуації та «інтересом» – реальна потреба людини.

Далі соціальний педагог розказує учасникам ситуацію «Дві сестри» та просить проаналізувати у чому полягає різниця між «позицією» та «інтересом».

Інформація для соціального педагога. Ситуація «Дві сестри»

Дві сестри лежать у своїх ліжках у кімнаті, де проживають і сваряться через те, закрити чи підняти фіранки. Одна встає і закриває їх, а інша – встає та відкриває. Їхній конфлікт здається неможливо розв'язати. Заходить їх молодший брат і запитує, що відбувається. Одна сестра говорить, що яскраве сонячне світло заважає їй, тому що намагається заснути. Інша сестра говорить, що вона намагається читати книгу з домашнього завдання, і їй потрібне світло. Почувши це, молодший брат підходить, вмикає лампу біля ліжка і закриває штору. Обидві сестри задоволені.

	Позиція	Інтерес
Сестра 1	Відкрити штори	Потрібне світло для читання
Сестра 2	Закрити штори	Хоче заснути, світло заважає

Інформація для соціального педагога. Схема «Айсберг»

Позиції (вимоги, ЩО люди кажуть, що вони хочуть...)

Інтереси, потреби, відчуття (ЧОМУ люди хочуть, що вони кажуть...)

Руханка «Чу-кул-кум-бек»

Час: 5 хвилин.

Мета: емоційно розвантажити учнів.

Соціальний педагог пропонує учасникам гру «Чу-кул-кум-бек». Усі стають в коло і повторюють рухи, які пропонує соціальний педагог, вигукуючи при цьому фразу «Чу-кул-кум-бек».

Визначення позицій та інтересів. Стратегія «Виграш – виграш»

Час: 15 хвилин.



Мета: ознайомити зі стратегією «Виграш – виграш», яка сприяє задоволенню інтересів обох сторін конфлікту.

Матеріали: зошит учасника – матеріали: стратегія «Виграш – виграш», ручки.

Учасники об'єднуються у три невеликі групи, де вони обговорюють одну із запропонованих ситуацій, визначають позиції та інтереси сторін, а також можливе розв'язання «виграш – виграш». Після обговорення учасники презентують власну роботу.

Запитання для обговорення

1) Чи важко вам було знайти інтереси, кожної зі сторін? Чому?

2) Чи важко вам було знайти розв'язання «виграш – виграш»? Чому?

3) Що, на вашу думку, заважає у реальному житті розв'язувати конфлікти, на основі стратегії «Виграш – виграш»?

Інформація для соціального педагога. Стратегія «Виграш – виграш»

Ситуація 1.

Подруга Олі запрошує друзів до себе, щоб подивитися фільм у ніч, коли святкується Хеловін. Фільм починається опівночі. Оля сильно хоче бути разом з друзями, але її батьки не дозволяють, щоб донька так пізно виходила з дому. Вони бояться, що з нею може щось трапитися.

	Позиція	Інтерес/потреба
Оля		
Батьки Олі		

Можливе розв'язання «Виграш – виграш».

Ситуація 2.

Олександр і Денис – хороші друзі, які проживають поряд. Їхні будинки знаходяться у декількох кварталах від школи. Олександр їздить до школи на велосипеді. Таким чином, він може довше спати і встигати на навчання. Декілька місяців тому він зламав ногу, і його батьку довелося відвезити його на навчання на машині. На цей час він позичив свій велосипед Денису для того, щоб той міг їздити до навчального закладу. Коли нога Олександра загоїлася, він захотів повернути велосипед, але Денис не віддає його. Він говорить, що, коли він йде пішки, інші дразнять його. Якщо ж він їде на велосипеді, вони не роблять цього.

	Позиція	Інтерес/потреба
Олександр		
Денис		

Можливе розв'язання «Виграш – виграш».

Ситуація 3.

Аня хоче отримати роботу, щоб мати більше грошей на витрати. Її мати не хоче, щоб вона йшла працювати, оскільки думає, що Аня повинна зосередитися на навчанні.

	Позиція	Інтерес/потреба
Аня		
Мама Ані		

Можливі розв'язання «Виграш – виграш»:

Підсумки дня. Вправа «Я сьогодні дізнався...»

Час: 10 хвилин.

Мета: підведення підсумків, пригадування важливих подій минулого дня.

Матеріали: матеріали «Смайлики», фліп-чарт, маркери, ножиці, скотч або клей.

Соціальний педагог просить кожного учасника по колу висловитися з приводу того, що цінного вони дізналися сьогодні, які нові знання та навички набули. Після цього учасникам пропонується обрати «смайлик», що відповідає їхньому стану наприкінці дня та закріпити його на фліп-чарті навпроти власного імені. Ця вправа дає учасникам можливість оцінити успішність навчальної діяльності, а соціальному педагогу – загальну атмосферу на тренінгу. Вправу бажано проводити після закінчення кожного робочого дня.

Педагог: Будь ласка, обери «смайлик», що відповідає твоєму настрою після завершення сьогоднішнього дня та прикріпи на фліп-чарті біля свого імені.

Домашнє завдання. Тест «Визначення стилю поведінки в конфліктній ситуації»

Особливості поведінки у конфліктних ситуаціях.

Мета: визначити стиль поведінки кожного учасника у конфліктних ситуаціях.

Матеріали: тест «Визначення стилю поведінки в конфліктній ситуації», ручки.

Учні отримують матеріали з тестами, де необхідно уважно прочитати твердження і визначити наскільки вони відповідають їхнім діям під час конфліктів. Чим більшою є загальна сума балів певної стратегії розв'язання конфліктів, тим частіше вона використовується і, навпаки.

Інструкція. Уважно прочитайте вислови та прислів'я. Визначте, наскільки кожне прислів'я відповідає вашим діям під час конфліктів: 5 – відповідає; 4 – відповідає у більшості випадків; 3 – деколи відповідає; 2 – відповідає, але дуже рідко; 1 – ніколи не відповідає.

Чим більшою є загальна сума балів за певною стратегією розв'язання конфліктів, тим частіше ви схильні застосовувати цю стратегію. Чим менша загальна сума, тим рідше ви користуєтесь нею.

Підрахунок кількості набраних балів

Ухиляння	Суперництво	Пристосування	Компроміс	Співробітництво
1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20
21	22	23	24	25
26	27	28	29	30
31	32	33	34	35



Ключ до тесту

1. Черепаха (ухиляння). Черепахи втікають і ховаються у панцир, щоб оминати конфлікти. Вони відмовляються від власних цілей та стосунків. Вони тримаються далі від спірних питань, через які виникає конфлікт, а також від людей, до яких він причетний. Вони почуваються безпомічними. Вони вважають, що намагатися розв'язувати конфлікт – справа безнадійна. Вони переконані, що легше втекти (фізично та психологічно) від конфлікту, ніж зіткнутися з ним.

2. Акула (суперництво). Акули намагаються перемагати опонентів тим, що силоміць примушують їх приймати потрібне їм рішення конфлікту. Для них важливими є власні цілі, а стосунки з людиною мають малу значущість. Вони будь-якою ціною готові добиватися власних цілей. Потреби інших людей їх не турбують, а також мало хвилює те, чи подобаються вони комусь, чи проявляє хтось до них прихильність. Акули переконані, що конфлікти розв'язуються тоді, коли один перемагає іншого. Вони хочуть бути переможцями. Перемога, на їхню думку, дає людям почуття гордості та успіху. Поразка викликає почуття безсилля, неадекватності та невдачі. Вони намагаються здобути перемогу, приголомшуючи суперників, нападаючи раптово, а також залякуючи або загрожуючи їм з позиції сили.

3. Плюшевий ведмедик (приспосовання). Для ведмедиків – стосунки важливіші за власні цілі. Ведмедики бажають подобатися іншим, щоб їх любили та цінували. Вони вважають, що краще уникнути конфлікту заради гармонії та впевнені, що конфлікти не можна обговорювати без шкоди для стосунків. Вони бояться завдати болю, образити, зіпсувати стосунки під час конфлікту. Щоб зберегти стосунки, вони готові пожертвувати особистими цілями. Плюшеві ведмедики кажуть: «Я пожертвую власними цілями, роби все, що ти хочеш, аби лише я тобі подобався». Плюшеві ведмедики намагаються загладити конфлікт, боячись зіпсувати стосунки.

4. Лисиця (компроміс). Лисиці невибагливі як у власних цілях, так і стосунках з іншими. Лисиці шукають компроміс. Вони жертвують частиною власних домагань під час конфлікту та переконують інших поступитися певною часткою власних цілей. Вони шукають таке розв'язання конфлікту, коли обидві сторони отримають певну вигоду – «золоту середину», між двома крайніми позиціями. Вони готові жертвувати заради досягнення згоди для спільного добра частиною домагань і стосунків.

5. Сова (співробітництво). Сови високо цінують власні цілі та стосунки. Вони розглядають конфлікти як проблему, яку необхідно розв'язувати та шукають рішення, що задовольнило б як власні цілі, так і цілі супротивної сторони. Сови сприймають конфлікти як засіб покращення відносин за допомогою послаблення напруги між двома людьми. Під час виникнення конфлікту сови не заспокоються доки не буде знайдено рішення, що задовольнило б власні і чужі цілі. Вони також не заспокоються доки напруга не спаде, а негативні емоції не будуть повністю подолані.

Запитання для обговорення

1. Які стратегії, на вашу думку, більш ефективні?
2. Яким чином можливо навчитися ефективній стратегії поведінки у конфліктних ситуаціях?

Додаток 1

Техніка «Паркування»



Продовження у наступному номері.

Використані літературні джерела

1. Коваль Р., Горова А., Нікітчук А. Шкільна служба розв'язання конфліктів: досвід упровадження [Текст]: посібник / Р. Коваль, А. Горова, А. Нікітчук, О. Микитюк, Ю. Ліхоліт та ін. – К.: Видавець Захаренко В. О., 2009. – 168 с.
2. Пірен М. Основи конфліктології [Текст] / М. Пірен. – К., 1997.
3. Воронін Г. Л. Конфлікти в школі [Текст] / Г. Л. Воронін // Соціологічні дослідження. – 1994. – № 3. – С. 94–98.