

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ -  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 25 ГОРОДА АРМАВИРА

УТВЕРЖДЕНО

Решением педагогического совета

от 31 августа 2020 года, протокол №1



Председатель

О.И. Колодезнова

# «ПСИХОЛОГИЯ КОНФЛИКТА»

Рабочая программа для работы с обучающимися

6 -10-х классов

Количество часов – 10.

Составитель: педагог – психолог А.Г. Шахмирян на основе литературы Е.М. Аджиевой «50 сценариев классных часов». М., РГПУ им. С.А. Есенина, Педагогический поиск, 1999.

В.Г. Каменская. Психологическая защита и мотивация в структуре конфликта. СПб: «Детство-пресс», 1999.

Л.Д. Столяренко. С.И. самыгин. 100 экзаменационных ответов по психологии. Ростов-на-Дону, издательский центр «МарТ», 2002.

## Пояснительная записка.

Конфликт как социально – психологический феномен является закономерной и естественной характеристикой социальных отношений. Однако в настоящее время наблюдается рост конфликтности во всех сферах социального взаимодействия. В связи с этим актуально обучение подрастающего поколения способам разрешения конфликтов, особенно в подростковом возрасте, который является переломным в становлении способов межличностного взаимодействия.

Одной из сложных проблем этого возраста является проблема межличностных конфликтов, при разрешении которых, как правило, преобладают деструктивные тенденции, ведущие к обострению ситуации конфликта.

Конфликтность подростка выступает в качестве существенной особенности данного возраста, накладывающей отпечаток на широкий спектр его отношений к окружающему миру и самому себе. Конфликты этого периода оказывают значительное влияние на формирование личности и её социальной компетентности. Социальная компетентность, являясь одним из условий социального самоопределения, характеризуется развитием целого спектра стратегий поведения в различных жизненных ситуациях, а также способностью реализовать адекватную стратегию в ситуации конфликтного взаимодействия.

Данная программа, адресованная работникам воспитательной сферы общеобразовательного учреждения (школьным психологам, педагогам, классным руководителям), предлагает практико – ориентированные материалы для обучения школьников в возрасте 13 – 16 лет конструктивному решению конфликтов и повышения их коммуникативной и социально – психологической компетентности.

Программа “Психология конфликта” рассчитана на 10 занятий.  
Содержание программы

Занятие 1. “Конфликты в нашей жизни”

Самотестирование “Оценка собственного поведения в конфликтной ситуации”.

Введение теоретических понятий: СПОР, ПРОТИВОРЕЧИЯ, КОНФЛИКТ, КОНФЛИКТНАЯ СИТУАЦИЯ, ИНЦИДЕНТ.

Самостоятельный анализ тестирования.

Коллективный анализ результатов.

Рефлексивная деятельность.

Ребятам предлагается соотнести результаты тестирования с самооценкой своего уровня конфликтности, подумать, какие причины чаще всего порождают конфликты между людьми.

Занятие 2. Уровень конфликтности личности

1. Беседа.

Вопросы:

- В чем сходство и различие понятий СПОР и КОНФЛИКТ?
- Что такое КОНФЛИКТНАЯ СИТУАЦИЯ?
- Приходилось ли вам попадать в конфликтную ситуацию?
- С какими людьми вы чаще всего конфликтуете? Почему?
- Что чаще всего для вас является причиной конфликта?
- Можно ли разрешить конфликт, не ущемляя права и чувство достоинства всех людей, задействованных в конфликте?
- Были ли вы свидетелями такого успешного разрешения конфликта?
- Что мешает вам или другим людям разрешать конфликты с пользой для обеих сторон?

2. Самотестирование “Уровень конфликтности личности”.

Знакомство с правилами поведения для конфликтных людей, выполнение которых помогает не провоцировать конфликты.

Не стремитесь доминировать во что бы то ни стало.

Будьте принципиальны, но не боритесь ради принципа.

Помните, что прямолинейность хороша, но не всегда.

Критикуйте, но не критиканствуйте.

Чаще улыбайтесь.

Традиции хороши, но до определенного предела.

Во всем надо знать меру.

Сказать правду тоже надо уметь!

Будьте независимы, но не самонадеянны.

Не превращайте настойчивость в назойливость.

Будьте справедливы и терпимы к людям. Не переоценивайте свои способности и возможности и не умаляйте способности и возможности других.

Не проявляйте инициативу там, где в ней не нуждаются.

Реализуйте себя в творчестве, а не в конфликтах.

Проявляйте выдержку, овладевайте умениями саморегуляции.

Уважение к людям, знание правил ведения спора, дискуссии, правил общения помогают предотвращать ненужные конфликты. Но есть еще и специальные правила предупреждения конфликтов:

не говорите сразу со взвинченным, возбужденным человеком;

прежде чем сказать о неприятном, постарайтесь создать доброжелательную атмосферу, отметьте заслуги человека, его хорошие дела;

постарайтесь посмотреть на проблему глазами оппонента, постарайтесь “встать на его место”;

не скрывайте доброго отношения к людям, чаще высказывайте одобрение своим товарищам, не скупитесь на похвалу;

умейте заставить себя молчать, когда вас задевают в мелкой ссоре, будьте выше мелочных разборок!

### 3. Рефлексивная деятельность.

Поможет ребятам вспомнить, когда выполнение этих правил им действительно помогло избежать конфликта.

### Занятие 3. “Учимся разрешать конфликты”

1. Задание: ребятам предлагается описать на отдельных листочках конфликты, которые произошли с ними. Подписывать листочки не следует. Эти ситуации будут рассмотрены коллективно, чтобы найти совместно оптимальное решение каждого проанализированного конфликта.

2. Беседа. Ребятам предлагается вспомнить правила поведения для конфликтных людей и правила предупреждения конфликта.

3. Способы и правила разрешения конфликта.

Разрешение конфликта – это процесс нахождения взаимоприемлемого решения проблемы, имеющего общую значимость для участников конфликта, и на этой основе гармонизация их отношений.

Способы разрешения конфликта (юмор, “психологическое поглаживание”, компромисс, анализ ситуации, “третьейский” суд, ультиматум, подавление партнера и разрыв связи).

Правила разрешения конфликта.

а) анализ конфликтной ситуации;

б) разрешение конфликта.

4. Рефлексивная деятельность.

Занятие 4. “Стили разрешения конфликтов”

1. Постановка и анализ проблемных вопросов (ситуаций):

Вам нравится девушка, и вдруг в ваши отношения вмешивается другой парень. Как вы будете реагировать, если это ваш друг; просто посторонний парень?

Вам предстоит сдавать экзамен, и вдруг учитель предлагает пяти ученикам защищать реферат, а не учить билеты. Четыре темы выбрали сразу же. Осталась только одна тема, и вы хотите ее взять. Как вы поступите, если ею заинтересовался ваш друг; просто одноклассник и т. п.?

2. Стили разрешения конфликта.

Существует пять основных стилей разрешения конфликта. Для наиболее удачного исхода в проблемной ситуации необходимо не только знать стили разрешения конфликтов, но и владеть ими: стиль конкуренции, стиль уклонения, стиль приспособления, стиль сотрудничества, стиль компромисса.

3. Тест К. Томаса “Стили разрешения конфликтов”.

#### 4. Рефлексивная деятельность.

##### Занятие 5. “Самоконтроль в общении”

1. Тест М. Снайдера “Оценка самоконтроля в общении”.
2. Обсуждение результатов тестирования.

##### Занятие 6. “Управление конфликтом”

1. Динамика конфликта.

В динамике конфликта, т.е. в его протекании как процесса, выделяют следующие четыре основные стадии:

Возникновение объективной конфликтной ситуации.

Осознание участниками существования конфликтной ситуации.

Переход к конфликтному поведению.

Разрешение конфликта.

2. Конструктивное разрешение конфликта.

Конструктивное разрешение конфликтов является источником развития личности человека; оно способствует обогащению внутреннего мира человека и его социального опыта.

Рекомендации для конструктивного разрешения конфликта.

3. Принципы управления конфликтом.

4. Контроль эмоций.

5. Практическая работа.

Упражнение “Разногласие”.

В качестве основы для упражнения может послужить ситуация конфликта из художественной литературы или фильма, телепередачи, реальная жизненная ситуация. Два добровольца в присутствии группы играют роли выбранных персонажей, демонстрируя разногласия, а затем стараются достичь взаимопонимания, применяя принципы управления конфликтом, изложенные выше.

##### Занятие 7. “Самооценка и внутриличностный конфликт”

1. Степень конфликтности личности определяет специфика ее самооценки. Неадекватные самооценки гораздо более способствуют развитию внутриличностного конфликта.

Неадекватная завышенная самооценка порождает противоречия между знаниями о реальных достижениях и ожиданиями человека. В связи с этим противоречием может сложиться подозрительный и тревожный характер, который будет наделен разной степенью агрессивности человека. Агрессивная личность всегда готова конфликтовать.

Неадекватная заниженная самооценка формирует постоянное чувство неполноценности, такой человек сильно подвержен стрессам и даже нервным и психическим расстройствам. В поведении это выражается в нерешительности и колебаниях перед какими-либо конкретными действиями.

Внутренние конфликты – это отражение в жизни взрослого человека неудачно решенных внешних конфликтов ребенка.

Методика полярных профилей (тест).

2. Обсуждение результатов тестирования.

Со школьниками достигается понимание того, что самооценку нужно вырабатывать специально на основе сравнительного анализа оценок учителей, родителей, друзей, поскольку собственное мнение о самом себе может быть неправильным, субъективным. Во время обсуждения надо вести содержательный анализ, не переводя дискуссию “на личности”.

Занятие 8. “Система психологической защиты”

1. Психологическая защита и ее формы (вытеснение (подавление), регрессия, замещение (сублимация), отрицание, проекция, рационализация (интеллектуализация)).

2. Тест–опросник Плутчика – Келлермана – Конте.

3. Обсуждение результатов тестирования.

Занятие 9. “Ролевые и внутриличностные конфликты”

1. Рассматриваются варианты внутриличностных конфликтов.

2. Психологическое айкидо (борьба: техника амортизации). Разбор примеров ситуаций.

### 3. Тест “Три Я”.

### 4. Обсуждение результатов тестирования.

## Занятие 10 . Деловая игра “Умеем ли мы общаться?”

Ведущая. Мы с вами уже кое-что знаем о конфликтах и путях их разрешения. Но наш жизненный опыт еще мал, и порой некоторые ситуации ставят нас в тупик. Как же поступить, чтобы не произошло конфликта? Для этого давайте проверим, конфликтная ли вы личность, ответив на вопросы анкеты.

### 1. АНКЕТА “Конфликтная ли вы личность?” (обсуждение результатов).

### 2. “Культурная беседа”.

Ведущая. Следующий конкурс называется “Культурная беседа”. Два человека (из разных групп) садятся друг против друга. Письменно на бумаге в течение двух минут каждый должен изложить тему и цель разговора. Например, я хочу знать, какой фильм посмотрел мой собеседник в последний раз, и какое мнение у него сложилось об этом фильме.

(Ведущая просит построить свою беседу таким образом, чтобы можно было внимательно выслушать своего партнера, помочь ему раскрыть тему, а заодно и решить свои задачи, которые поставлены ими перед собой. Время диалога – 4 минуты.)

### 3. “Речевой этикет”.

В речи культурного человека, умеющего общаться, обязательно должны быть слова вежливости. Вежливость – неотъемлемое качество общения. Давайте же поиграем в “Речевой этикет”. Играют три человека из разных групп (назвать слова приветствия, высказать просьбу, как начать знакомство, как извиниться в культурном обществе, слова утешения и ободрения, слова благодарности, как попрощаться, чтобы людям было приятно вновь встретить тебя).

### 4. Создание коллективного портрета приятного собеседника (партнера).

Какими же качествами характера должен обладать человек, который достоин подражания, которому всегда и во всем можно довериться? Создадим коллективный портрет человека, с которым приятно общаться ..., с которым неприятно общаться.

### 5. Составление правил общения и поведения во время общения.

Ведущая. Думаю, что после наших с вами занятий и после сегодняшней игры мы еще раз задумаемся о нашем отношении к ближним, как не раз задумывались великие и мудрые люди, например, такие, как Б.Ш.Окуджава. Давайте исполним его песню “Пожелание друзьям”.

Список литературы:

Е.М. Аджиева и др. 50 сценариев классных часов. М., РГПУ им. С.А. Есенина, Педагогический поиск, 1999, 160 с.

В.Г. Каменская. Психологическая защита и мотивация в структуре конфликта. СПб.: “Детство – пресс”, 1999, 143 с.

Ред. А. Карелина. Энциклопедия психологических тестов, М., Издательство АСТ, 1997, 299 с.

Н.В. Самоукина. Игры, в которые играют..., Дубна, “ФЕНИКС+”, 2000, 127 с.

Л.Д. Столяренко, С.И. Самыгин. 100 экзаменационных ответов по психологии. Ростов-на-Дону, Издательский центр “МарТ”, 2002, 253 с.

Л.П. Пономаренко, Р.В. Белоусова. Психология для старшеклассников, в 2 частях. М., ВЛАДОС, 2001.

Журнал “Воспитание школьников”.