

Ефективна комунікація	Самоконтроль	Емпатія	Кооперація	Розв'язання проблем	Запобігання конфліктам та розв'язання їх	Асертивність	Самооцінка, самоповага	Повага до прав людини	Гендерна чутливість	Активне громадянство
-----------------------	--------------	---------	------------	---------------------	--	--------------	------------------------	-----------------------	---------------------	----------------------

Як владнати конфлікт



Мета

Ознайомити учнів із прийомами конструктивного розв'язання конфліктів, відпрацювати навички самоконтролю.



Очікувані результати

Наприкінці заняття учні:

- *пояснюють* значення терміна «конфліктоген»;
- *наводять* приклади конфліктогенів;
- *розрізняють* «Я-повідомлення» і «Ти-повідомлення»;
- *називають* п'ять кроків розв'язання конфліктів;
- *демонструють* здатність контролювати себе у конфліктних ситуаціях.



Обладнання і матеріали

- Класна дошка і кольорова крейда або фліпчарт і фломастери.
- Комп'ютер, доступ до інтернету, мультимедійний проектор (*бажано*).



Що підготувати заздалегідь

- Роздрукувати Роздавальні матеріали для учнів.
- Перевірити презентацію та відео до теми.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	5 хв
Інформаційне повідомлення «Як запобігти ескалації конфлікту»	5 хв
Робота в парах	10 хв
Обговорення метафори	5 хв
Міні-лекція «П'ять кроків розв'язання конфлікту»	5 хв
Робота у групах	7 хв
Підсумкові завдання	8 хв
<i>Усього тривалість</i>	<i>45 хв</i>

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Зворотний зв'язок. Запитайте учнів: «Про що ми говорили на минулому уроці»? Вислухайте відповіді охочих, підсумуйте їх: «На минулому уроці ми з вами говорили про конфлікти, їх види та способи розв'язання».
2. Оголосіть тему уроку: «Сьогодні з'ясуємо, як діяти у конфліктних ситуаціях, щоб запобігти розпалювання конфлікту та вчитимемося мирно розв'язувати конфлікти».
3. Вправа на знайомство.

Запропонуйте охочим по черзі розповісти про конфлікти, які вони бачили.

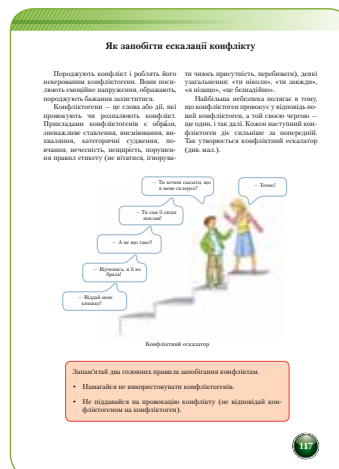
Запитання для обговорення:

- Як поводитися учасники конфлікту: пасивно, впевнено чи агресивно?

Підсумуйте: «Агресивна і пасивна поведінка провокує конфлікти. І навпаки, впевненість у собі, адекватна самооцінка, повага до себе та інших допомагають уникати конфліктів і конструктивно розв'язувати їх».

Інформаційне повідомлення «Як запобігти ескалації конфлікту» (ознайомлення з поняттям «конфліктоген»)

1. Слово вчителя: «Для успішного розв'язання конфліктів важливо не лише знати, як це робити, а й практикувати. Повірте, це варте зусиль: так вчаться будувати рівноправні стосунки, ладити з людьми, здобувають повагу і підвищують самооцінку».
2. Запропонуйте охочим зачитати інформацію вголос «Як запобігти ескалації конфлікту» з Роздавальних матеріалів для учнів.



3. Перегляньте мультфільм «Сон».



<http://autta.org.ua/ua/materials/material/Son/>

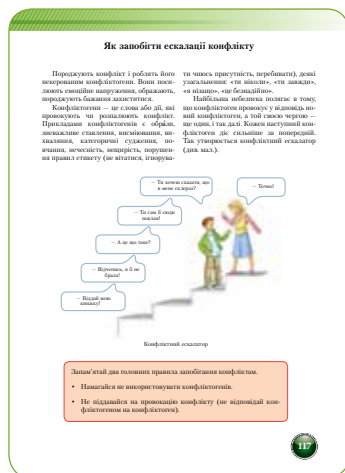
Запитання для обговорення:

- У чому полягав конфлікт між друзями? (Один хотів спати, а другий — грати на музичному інструменті.)
- Як вони розв'язали його?

Підсумуйте: «Запам'ятай два головні правила запобігання конфліктам: 1. Намагайся не використовувати конфліктогени. 2. Не піддавайся на провокації, не відповідай на конфліктоген».

Робота в парях (відпрацювати навички розв'язання конфлікту через запобігання його ескалації)

1. Об'єднайте учнів у пари за допомогою руханки «Струмочок» (див. «Збірка тренінгових активностей») і розіграйте ситуацію, зображену на малюнку «Конфліктний ескалатор» у Роздальних матеріалах для учнів, так, щоб запобігти ескалації конфлікту.



2. Обговоріть, які способи розв'язання цього конфлікту ліпше використати (*спокійний тон, допомогти знайти книжку, відмежуватися від конфлікту тощо*).

Слово вчителя: «Образи, крики лише погіршують ситуацію і розпалюють конфлікт. Тому треба намагатися володіти собою, а якщо емоції "зашкалюють", краще взяти 'тайм-аут', щоб опанувати себе і вгамувати гнів».

Обговорення метафори

1. Прочитайте «Історію про Чингісхана» Джеймса Болдуїна.

Чингісхан був великим царем і воїном. Він привів свою армію до Китаю і Персії, завоювавши багато країн. Одного ранку він з друзями вирушив верхи на полювання. За ними їхали слуги з мисливськими собаками.

На зап'ястку царя сидів його улюблений яструб: у ті часи яструбів навчали для полювання. За сигналом свого господаря яструб злітав у небо і вишукував здобич. Якщо йому вдавалося побачити оленя чи кролика, він кидався на нього швидше за стрілу. Полювання тривало цілий день. Надвечір мисливці рушили додому. Чингісхан добре знав ці місця і вирішив поїхати своєю дорогою, що пролягала долиною між двома горами.

День був спекотний, і цареві дуже хотілося пити. Його улюблений яструб злетів із руки, адже він і сам міг знайти дорогу додому. «От якби зараз знайти джерело», — подумалося Чингісханові. Нарешті він побачив, як згори тонким струмочком стікає вода. Цар зіскочив з коня, дістав з мисливської сумки срібну чашу і підставив її під струмочок. Чаша наповнювалася довго, а царя так мучила спрага, що він ледве терпів. Нарешті Чингісхан підніс чашу до вуст, але раптом щось зашуміло, і чаша випала з його рук.

Вода пролилася на землю. Цар підняв голову і побачив, що вибив чашу його улюблений яструб. Яструб кілька разів покружляв і сів на каміння поблизу струмка.

Цар підняв чашу і знову почав наповнювати її. Як тільки він підніс чашу до вуст, яструб знову налетів і вибив її з рук.

Цар почав гніватися. Він ще раз спробував напиться, але яструб утретє вибив у нього чашу.

Тепер цар страшенно розгнівався. Перш ніж знову наповнити чашу, вийняв меч і сказав: «Ану, пане яструбе, спробуй-но це зробити востаннє!»

Коли яструб підлетів, щоб вибити чашу, Чингісхан ударив його мечем. Скривавлений птах упав до його ніг, а чаша закотилася бозна-куди.

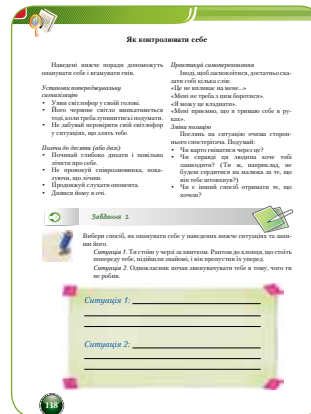
«Так тобі й треба», — подумав цар про яструба і вирішив не шукати чашу, а піднятися туди, де било джерело.

Він видерся на вершину і знайшов джерело. Але що він побачив у воді? Там лежала величезна мертва змія, найотруйніша у світі. Цар забув про свою спрагу. Він думав лише про вірного друга, який віддав своє життя за нього.

Цар спустився вниз, обережно підняв яструба і зі сльозами мовив: «Страшний урок я отримав сьогодні — нічого не роби у гніві».

Запитання для обговорення:

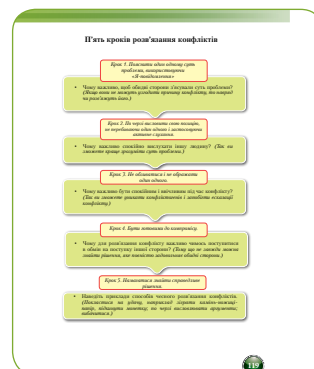
- Як ви гадаєте, що відчув Чингісхан, коли зрозумів, що накоїв?
 - Чи можете ви навести приклад ситуації, коли людина у гніві зробила щось таке, про що потім пошкодувала?
2. Запропонуйте учням прочитати інформацію «Як контролювати себе» та виконати Завдання 1 у Роздавальних матеріалах для учнів.
 3. Запропонуйте 1–2 охочим зачитати те, що вони написали.



Підсумуйте: «Уміння опановувати себе у конфліктній ситуації допоможе владнати її».

Міні-лекція «П'ять кроків розв'язання конфлікту» (вміння розв'язувати конфлікти)

1. Слово вчителя: «Уміння розв'язувати конфлікти — ознака зрілої особистості. Ви можете сказати, що й серед дорослих багато тих, хто розв'язує свої проблеми погрозами, сварками чи кулаками. Та це означає лише те, що не кожна доросла людина є зрілою особистістю. Ознайомтеся з алгоритмом конструктивного розв'язання конфліктів, що складається з п'яти кроків».
2. Запропонуйте учням по черзі зачитувати інформацію «5 кроків розв'язання конфліктів» у Роздавальних матеріалах для учнів.



3. Запропонуйте учням пояснити, що означають вислови:

- «Обговорювати проблему, а не людину».
- «Змінити позицію «Я – проти тебе» на позицію "Ми разом проти проблеми"».

Підсумуйте: «Уміння розв'язувати конфлікти – ознака зрілої особистості».

Робота у групах (відпрацювати навички розв'язання конфліктів)

1. Об'єднайте учнів у групи по троє.

2. Завдання для груп:

- розрахуватися на перший-другий-третій номери;
- перший і другий номери – учасники конфлікту, а третій – спостерігач;
- учасники обирають конфліктну ситуацію (з тих, про які вони розповідали на початку уроку) і за допомогою п'яти кроків (Роздавальний матеріал для учнів) розігрують сценку розв'язання цього конфлікту;
- спостерігачі розповідають, чи вдалося парі владнати конфлікт. Які поради вони використали?

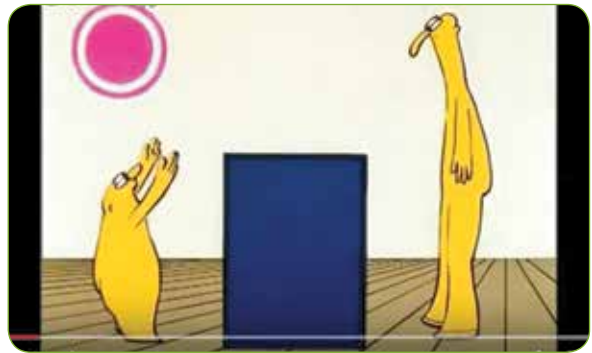
Підсумуйте: «Для успішного розв'язання конфліктів важливо не лише знати, як це робити, а й практикувати».

Підсумкові завдання (набуті отримані знання)

1. Запропонуйте дітям написати на аркуші паперу:

- що їх найбільше злить;
- що вони зазвичай роблять, коли сердяться;
- які вони знають способи вгамувати гнів і висловити свої почуття, не розпалюючи конфлікту.

2. Продемонструйте відео.



<http://autta.org.ua/ua/materials/material/Krug-ili-kvadrat/>

Запитання для обговорення:

- У чому полягала суть конфлікту?
 - Чому кожен із них бачив різне?
 - Що означає вислів: «Щоб зрозуміти людину, треба взути її чоботи»?
3. Запропонуйте дітям виконати Завдання 2 у Роздавальних матеріалах для учнів.



Запитання для обговорення:

- Чому хлопці не можуть дійти згоди?
- Які конфліктогени вони використовують?
- Як, на вашу думку, продовжиться конфлікт?
- Як можна запобігти його ескалації?

4. Зачитайте висновки:

- Конфліктогени розпалюють конфлікт і поглиблюють протистояння.
- Уміння опанувати себе в конфліктній ситуації допоможе владнати її.
- Уміння розв'язувати конфлікти є ознакою зрілої особистості.

5. Домашнє завдання (*діти виконують за бажанням*)

- Запропонуйте учням переглянути фільм режисера Ролана Бикова «Опудало».

6. Завершення тренінгу (вправа на релаксацію).

- *Слово вчителя:* «Сядьте і розслабтеся. Заплющте очі. Уявіть перед собою

чистий аркуш паперу, олівець, гумку. Уявіть і намалюйте конфліктну ситуацію, яку треба забути. Це може бути реальна картинка, символ. Подумки візьміть гумку і витирайте послідовно з аркуша паперу весь конфлікт доти, доки з аркуша не зникне картинка. Розплющте очі».

АБО

- Прочитайте японську притчу про самурая.

Самурай прийшов до монаха школи Дзен із проханням пояснити відмінність між раєм і пеклом. Монах погодився, але сказав самураєві, що йому доведеться зачекати.

Самурай чекав годину, дві, три... цілий день. Він відчув себе приниженим, адже його змусили так довго чекати, не беручи до уваги його гідність.

У гніві він вихопив меч, щоб помститися. І тоді монах сказав: «Ось це і є пекло». Самурай знітився й опустив меч. «А це — рай», — додав монах.