

Оказание психолого - педагогической помощи ребенку в конфликтной ситуации со сверстниками

Семинар – практикум для педагогов.

Цель: Познакомить со стратегиями поведения взрослых при конфликтах детей друг с другом, научить оказывать психологическую поддержку ребёнку в конфликтной ситуации; познакомить с различными упражнениями и приёмами снятия эмоционального напряжения.

Ход:

1. Разминка:

Упражнение «Это здорово!»

Участники стоят в кругу. Инструкция: Сейчас ктонибудь из вас встанет в круг и скажет о любом своем качестве, умении, таланте (например, «я обожаю танцевать», «я умею прыгать через лужи». В ответ на каждое такое высказывание все те, кто стоит в кругу, должны хором ответить: «Это здорово!» и одновременно поднять вверх большой палец вверх.

Тема сегодняшней встречи «Оказание помощи ребенку в конфликтной ситуации со сверстниками», но для начала давайте вспомним, что такое конфликт?

Конфликт – это состояние отношений между оппонентами, характеризующееся противоборством несовместимых тенденций и связанное с острыми негативными эмоциями.

2. Упражнение. «Снежинка»

Цель упражнения: Наглядная демонстрация того, что все люди – разные. *Оборудование и материалы:* Листы бумаги А4.

Описание упражнения: Участникам раздается лист бумаги А4. По просьбе ведущего все закрывают глаза и выполняют озвучиваемую инструкцию:

«Согните лист пополам. Теперь еще раз пополам. Оторвите верхний правый угол. Оторвите нижний правый угол...» (И т.д.)

Обсуждение: Что получилось? Узоры у всех разные, хотя инструкция звучала для всех одинаково. Мораль такова: в процессе общения, казалось бы, однозначная информация воспринимается по-разному, что ведет к непониманию друг друга, появлению в связи с этим напряжения, а значит, возникает опасность конфликта.

Нужны ли конфликты в жизни ребенка? Дискуссия.

Наши дети учатся взаимодействовать с окружающими и сверстниками с самых ранних лет жизни. Помимо игровых, учебных, дружеских отношений, дети сталкиваются с агрессивным поведением одного или двух участников общения, что зачастую приводит к возникновению конфликтов. Детям необходимо научиться правильно реагировать на агрессивное поведение сверстников. И в этом мы, взрослые, можем оказать детям важную помощь, необходимую поддержку.

По своей структуре конфликт имеет две стороны: внешнюю (видимую) и внутреннюю (скрытую). Видимая сторона конфликта проявляется в поведении конфликтующих сторон. Скрытая сторона связана с их эмоциональным состоянием, с теми чувствами, которые переживают конфликтующие, с их мотивами и интересами. Эта сторона конфликта, как правило, остается «за кадром», часто не проговаривается в ходе конфликтного взаимодействия, но непосредственно влияет на его протекание.

Динамика конфликта:

I – стадия нарастания конфликта (нарастание эмоционального возбуждения), но конфликт еще можно предупредить.

II – стадия реализации конфликта (крайняя эмоциональная возбужденность, демонстрация силовых приемов), нельзя разумно повлиять на конфликт – «стихия должна выплеснуться».

III – стадия затухания конфликта (исчерпание эмоциональных сил), анализ конфликта, поиск выхода.

3. Мини-диспут.

Педагоги делятся на 3 равные группы, они садятся кружком.

Каждая группа получает задание – утверждение: за 5 минут выработать единое мнение и представить его.

1. группе – “Если ребёнка не научить давать сдачу, он вырастет слизняком...” Какой стратегии поведения в конфликте учит взрослый ребёнка?
2. группе – “Надо предоставлять возможность ребёнку самостоятельно разрешать конфликты со сверстниками”. В чем положительные и отрицательные стороны данного поведения взрослого?
3. группе – “При конфликте ребёнка со сверстниками в школе, взрослому надо вступить за ребёнка и защитить его” В чем положительные и отрицательные стороны данного поведения взрослого?

4. Обсуждение: Какими стратегиями поведения по разрешению конфликта обычно пользуются педагоги в детском доме?

1. Прекращение конфликта силой своего авторитета.
2. Предоставление возможности воспитанникам самим решать свои проблемы.
3. Встать на одну из сторон в конфликте.
4. Помочь разобраться в конфликте, не вставая на чью либо сторону.

Приемы эффективного, конструктивного взаимодействия с детьми требуют от взрослого:

- 1) умения говорить с ребёнком о своих чувствах и переживаниях на языке внутреннего «Я», на языке «Я-сообщений»;
- 2) умения «активно слушать» внутренний мир ребёнка, мир его чувств;
- 3) умения оценивать не личность ребёнка, а его нежелательные действия;
- 4) умения видеть в словах и действиях ребёнка позитивный настрой и благие намерения;
- 5) саморегуляции своего эмоционального состояния.

4. Ролевая игра: участники: 2 человека получают инструкцию. Девочки Таня и Витя 12 лет. Таня была дежурная и помыла посуду, но сделала это не совсем хорошо. Витя, как негласный лидер в группе, стал указывать ей на это, он хотел, чтобы Таня перемыла посуду. Но в ответ на реплики она начала оскорблять Витю...

Остальные участники конфликта играют роль детей – свидетелей конфликта.

Каждая подгруппа педагогов предлагает вариант помощи детям в конфликтной ситуации, используя предложенные рекомендации.

При обсуждении анализируются чувства детей, взрослых. Выбирается приемлемый вариант разрешения конфликта детей.

Упражнения для снятия психоэмоционального напряжения у детей [Н. Л. Кряжева Развитие эмоционального мира детей Ярославль “Академия развития” 1996]

“Тренируем эмоции”.

Попросите ребенка:

Нахмуриться, как: осенняя туча; рассерженный человек; злая волшебница.

Улыбнуться, как: кот на солнце; само солнце; как Буратино; как хитрая лиса; как радостный ребенок; как будто ты увидел чудо.

Позлись, как: ребенок, у которого отняли мороженое; два барана на мосту; как человек, которого ударили.

Испугайся, как: ребенок, потерявшийся в лесу; заяц, увидевший волка; котенок, на которого лает собака;

Устань, как: папа после работы; человек, поднявший тяжелый груз; муравей, притащивший большую муху.

Отдохни, как: турист, снявший тяжелый рюкзак; ребенок, который много потрудился, но помог маме; как уставший воин после победы.

Рекомендации “Оказание помощи ребёнку в конфликтной ситуации”.

– Ребёнок пришёл домой расстроенный (заплаканный, обиженный, обзлённый). У него неприятности со школьными товарищами. Говорит, что его все обижают, его бьют, он в школу завтра не пойдёт.

Что делать, как успокоить ребенка?

Правило № 1.

Выслушайте внимательно все жалобы, обиды. Спросите,

“Что ты чувствовал тогда, там?”

“Что ты сделал?” (Также дрался, обзывался, бегал.)

“Как ты сейчас себя чувствуешь?”

“Расскажи мне ещё раз про то, что произошло”.

Посочувствуйте ребёнку.

Чего не следует делать.

– Ругать при ребёнке его обидчиков и их родителей;

– Обвинять школу, учителей;

– Кидаться к телефону, звонить и угрожать родителям обидчиков, разговаривать на повышенном тоне с учителем;

– Угрожать милицией, прокуратурой;

– Обещать придти завтра в школу и разобраться;

– Обвинять ребёнка: “Вечно ты куда-нибудь влезешь!”

Правило № 2.

Помогите снять обиду, не дайте застрять, закрепиться раздражению и озлоблению в душе ребёнка.

Предложите поиграть:

Упражнение “Стаканчик гнева” – в пластмассовый стакан говорить то, что хочется сказать обидчику. Можно “обзывать” его овощами и фруктами.

Упражнение “ Два барана”. Упереться в ладони и лоб ребёнка своими ладонями и лбом и “бодаться”.

Упражнение “Бокс” – боксирование груши, воздуха, подушки, куклы Гамби, имитация бокса.

Упражнение “Тарабарский язык” – поговорите с ребёнком на “тарабарском” языке.

Нарисуй своё настроение. Рисование красками на мокром листе бумаги (хорошо отвлекает и успокаивает).

“Щенок” – снятие зажимов мышц области шеи и лица. Чистое полотенце или платок взять в зубы, а другой край – в руки и трепать его.

Правило № 3.

Через некоторое время, когда ребёнок успокоился, **ОБЯЗАТЕЛЬНО**, поговорите о том поведении, которого, на следующий день, ребёнок будет в состоянии придерживаться:

спокойно разговаривать со своими вчерашними обидчиками, не обращать внимания на их дразнилки, приставалки, во время уйти от драчунов подальше, попросить помощи у взрослого.

Правило № 4.

На следующий день **ОБЯЗАТЕЛЬНО** узнайте у ребёнка как обстоят дела в школе, и если проблема продолжается – свяжитесь с учителем, выясните обстоятельства дела.

Информация ведущего: Беседа с воспитанниками о стилях поведения в конфликтных ситуациях.

Для начала нужно объяснить детям одно очень важное жизненное правило. К сожалению, даже многие взрослые воспринимают это правило с некоторым недоумением. Соответственно, прежде чем начать показывать способы разрешения конфликта, взрослый человек должен сам это правило понять и принять абсолютно. Иначе всё дальнейшее разъяснение будет выглядеть противоречиво и вам, как уже говорилось, никто не поверит. Правило записываем на доске: “Нет людей плохих и хороших!” Поясняем, что есть ситуации, в которых человек ведёт себя плохо или хорошо, говорит плохо или хорошо, мысли у человека также бывают разные. Соответственно, нам надо научиться защищаться не от человека, а от слов и поступков людей, которые в данный момент жизни делают нам больно. По сути, существует всего три способа такой защиты.

Первый способ: МИРОЛЮБИЕ (верхняя ступень). Этим способом защиты владеют только очень добрые, образованные, высоконравственные люди. Люди с большой и чистой душой. Использование этого способа защиты в психологии считается “высшим пилотажем”. Научиться ему достаточно сложно, но возможно. Способность по-доброму договариваться с людьми есть у каждого человека. Но у некоторых людей она находится в зачаточном состоянии. Следовательно, эту способность, как и любую другую можно развить. Чтобы было понятно, что это за способ я объясняю на примере героя романа “Идиот” Ф.М.Достоевского князя Мышкина. Советуем слушателям перечитать этот роман, как, впрочем, и другие произведения Фёдора Михайловича, который, на мой взгляд, является одним из самых мощных классиков-психологов в отечественной литературе. Пример заключается в следующем. Князь Мышкин в очередном разговоре пытается объяснить присутствующим, что любую сложную проблему можно решить мирным путём, без раздражения и агрессии, по-доброму. Один из присутствующих гостей грубо перебивает князя и даже оскорбляет его. На что князь отвечает ему следующим образом: “Помните, в прошлом году погорели крестьяне? Помните, как вы им помогали? Вы дали им денег, выделили лес для постройки новых домов и всё это безвозмездно! Вы же добрый человек! Почему же сейчас вы хотите показать нам обратное?” (с целью экономии времени я, естественно, сокращаю монолог князя, передавая саму суть его речи).

Показываем на схеме выбор: эмоция или разум, выход – конструктивный (человек сохранил добрые отношения). Конфликт, как противостояние двух сторон присутствовал (виноваты оба): князь вызвал раздражение своим высказыванием, а его оппонент перешёл на оскорбления. Но князь как человек более мудрый и добрый смог найти миролюбивый способ выхода из конфликта. Спросите у детей: “Чем отличается мудрый человек от умного и от глупого?” Ответ: “Мудрый учится на чужих ошибках, умный – на своих, глупый не учится никогда”. Именно поэтому нам с раннего детства говорят: “Думай, прежде чем что-то сказать или сделать”. То есть - делай выбор в сторону ума, а не глупости. Самое сложное заключается в том, чтобы помнить: в своей основе каждый человек существо доброе, т.к. у всех есть душа. Соответственно, как бы плохо и даже ужасно не вёл себя человек в данный момент жизни, это происходит именно в данный момент жизни. Возможно, час назад или день или год этот человек спас тонущего ребёнка, вынес из огня собаку или сдал кровь и спас жизнь умирающему больному.

Необходимо пояснить слушателям, что вначале такое общение с людьми даётся достаточно сложно. Но по мере того, как ты развиваешь в себе эту способность, тебе будет становиться всё легче и легче. Хотя бы потому, что люди перестанут воспринимать тебя как человека скандального и, соответственно, перестанут тебя бояться, а, значит, и не будут желать тебе зла. Естественно, что этот способ защиты можно использовать только при условии абсолютной искренности. Не надо говорить человеку о положительном качестве, которого у него нет. Это будет откровенная лесть. Человек вам не поверит и насторожится. А Вы приобретёте репутацию манипулятора человеческими душами, со всеми вытекающими последствиями.

Следующий способ защиты. ИЗБЕГАНИЕ (вторая ступень). Иногда в жизни бывают такие ситуации, когда с человеком не возможно сразу договориться. Это как раз тот случай, когда человек находится в состоянии истерики, паники, крика. Эмоции переполняют его: он ничего не слышит, кроме себя самого и настроен достаточно агрессивно. В этом случае используем второй способ защиты – избегание. Необходимо отойти в сторону, прекратить разговор, например, пойти погулять с собакой. Но! Для себя самого абсолютно точно решить, что вы вернётесь к этому разговору, когда страсти улягутся. Совершенно не важно, когда произойдёт этот разговор: через час, через день или год. Самое главное – ваше решение: объясниться с человеком в спокойной обстановке, используя способ миролюбия, т.е. на равных, без высокомерия. Поясняем, показывая на определение “конфликта”, в споре всегда виноваты двое и поэтому, тот, кто мудрее первым произнесёт это слово, даже если его вина минимальна – она всё равно присутствует. Задаём слушателям следующий вопрос: “А что же происходит с человеком, который постоянно находится на этой ступени? Постоянно отступает, не возвращаясь к разговору, боясь выяснения отношений”. Совершенно верно: человек терпит. Терпение рано или поздно перерастёт в обиду. Обида превращается в давящий комок в груди, а потом и в “камень за пазухой” т.е. - мечь. Когда тебе больно, очень хочется эту боль вернуть обидчику. Но мстят люди недалёкие. Мечь - это зло, а зло всегда возвращается, причём в самом неожиданном виде. Например, в виде болезни детей или внуков, точно никто не знает, но закон сохранения энергии никто не отменял. Про обидчивых людей очень хорошо сказала А.Кристи: “Обижаются дураки, умные люди - делают вывод!” Когда мы обижаемся, на глазах выступают слёзы – это защитная реакция, слёзы проникают в носовые ходы и мы начинаем “сопливить”. Следовательно, чем чаще мы обижаемся, тем быстрее

приобретаем хронический насморк. Разве это не глупо? По этой же причине (постоянного терпения) люди получают инфаркты, инсульты, гастриты, язвы, мигрени и т.д. Все болезни от нервов, т.е. от неспособности управлять своими эмоциями.

Следующий способ защиты – АГРЕССИЯ (третья ступень).

Это способ “животной” защиты. Спрашиваем у ребят: “Почему животные друг на друга рычат, лают, кусают, бодают и рвут друг друга на части в драке?” Конечно, таким образом, они защищают себя, своих детей, своё жилище. Но почему именно таким агрессивным способом? Желательно, чтобы дети подумали и сами нашли ответ на этот вопрос. Животные не умеют разговаривать! Соответственно, когда люди кричат друг на друга (говорят “лаются”), бьют, калеча друг друга, убивают – они ведут себя как животные, используя самый примитивный способ защиты. Способ, который не требует умственного напряжения, включения мозга. Именно поэтому агрессивно настроенный человек выглядит жалко. Ему плохо оттого, что он не может найти нужные слова для человеческого общения, для этого надо начать думать. А зачем думать головой, если есть кулаки? А что может произойти в результате драки, мы с вами уже знаем.

Главное, что нужно помнить при любом конфликте: “Человеческая жизнь превыше всего!” Верующий человек не забывает первую заповедь – “не убий”. Соответственно, чтобы не говорил мне человек, как бы не кричал и не унижал меня словесно, я не имею права даже пальцем до него дотронуться. Потому, что я могу только слегка его толкнуть, он упадёт и раскроит себе череп, я в этом случае становлюсь убийцей (нарушаю главную заповедь). А вот если человек поднимает на меня руку, палку или нож, то вновь возникает угроза человеческой жизни, но уже моей или моих близких и в данном случае я просто обязан защищаться физически! Для этого и существуют курсы самообороны и различные виды спорта (бокс, дзюдо, самбо, рукопашный бой и т.д.) Предлагаю ребятам вспомнить, как обычно начинают выяснять отношения мужчины. Они идут друг на друга, толкаясь грудью. И каждый ждёт, что противник первым замахнется (маленькая хитрость для своего оправдания).

Таким образом, каждый из нас сам выбирает себе способы выхода из конфликтов. В конце беседы можно написать на доске три основных правила, которые необходимо соблюдать в любом, даже очень сложном, разговоре:

1. Самое “сладкое” слово для человеческого уха – имя. Как бы не складывалась обстановка, каким бы трудным не был разговор, нужно обязательно обращаться к человеку по имени (членораздельно!) Если ты называешь человека по имени, значит ты уже, отчасти, справился со своей эмоцией, следовательно, ты не боишься его.
2. Визуальный контакт. Обязательно, произнеся имя, смотри человеку в глаза, это также является признаком миролюбия и смелости.
3. Голос. Никогда и ни при каких условиях нельзя повышать голос на другого человека, кем бы он не был. Что из этого получается, мы с вами уже знаем.

Информация от ведущего: «Я-высказывание» – это прием и способ, с помощью которых взрослый сообщает ребенку о своих чувствах и отрицательных переживаниях, а не о нем и не о его поведении, которое это переживание вызвало (в отличие от «Ты-высказывания»). «Я-высказывание» всегда начинается с личных местоимений: «я», «мне», «меня». Помимо того что «Я-сообщения» говорит о чувствах взрослого и его переживаниях, оно имеет еще некоторое назначение:

это послание вашего внутреннего «Я», и оно адресовано внутреннему «Я» ребенка и устанавливает с ним контакт; сигнализирует о границах дозволенного в необидной для ребенка форме; предоставляет ребенку свободу выбора. Ребенок сам решает, что ему делать «в свете новой информации»; предполагает уверенное поведение (раскрывает свое внутреннее «Я») вместо агрессивного поведения.

Активно слушать ребенка – это значит «возвращать» ему в беседе то, что он вам поведал, при этом обозначив его чувство.

«Активное слушание» – это способ сообщить ребенку, его внутреннему «Я», что вы слышите его чувства, они вам безразличны и вас волнуют. Это способ установить контакт с ребенком и сказать ему: «Я понимаю тебя, и я принимаю то, что ты переживаешь».

«Активное слушание» – это проявление заботы, а также бережного отношения к внутреннему миру ребенка.

Приемы эффективного, конструктивного взаимодействия с детьми требуют от взрослого:

- умения говорить с ребенком о своих чувствах и переживаниях на языке внутреннего «Я», на языке «Я-сообщений»;
- умения «активно слушать» внутренний мир ребенка, мир его чувств;
- умения оценивать не личность ребенка, а его нежелательные действия;
- умения видеть в словах и действиях ребенка позитивный настрой и благие намерения;
- 5) саморегуляции своего эмоционального состояния.

“Если ребёнка не научить давать сдачу, он вырастет слизняком...” Какой стратегии поведения в конфликте учит взрослый ребенка?

“Надо предоставлять возможность ребенку самостоятельно разрешать конфликты со сверстниками”. В чем положительные и отрицательные стороны данного поведения взрослого?

“При конфликте ребенка со сверстниками в школе, взрослому надо вступить за ребенка и защитить его” В чем положительные и отрицательные стороны данного поведения взрослого?