

Переконання замість конфлікту

Година психолога в 6–7-х класах

Мета: провести мотиваційний аналіз і альтернативне розв'язання конфліктних ситуацій; відпрацьовування навичок переконання й уміння знайти аргументи на користь своєї позиції.

Форма проведення заходу: заняття з елементами тренінгу.

Матеріали: мультимедійна дошка.

Хід заняття

I. Організаційний момент

► Обговорення правил роботи групи

• Правило «Активність»

Тільки той, хто активно працює в групі, може навчитися чогось нового й набути корисних для себе навичок.

• Правило «Я-висловлювання»

Кожен висловлює свою точку зору від першої особи:

«Я думаю...», «Я вважаю...», «Я відчуваю...»

• Правило «Тактовне й доброзичливе ставлення до всіх учасників групи»

У всіх є чесноти й недоліки. Під час занять необхідно поблажливо ставитися до особливостей інших. Якщо учасника щось не влаштовує, слід у коректній формі повідомити про це психологу, щоб не скривдити інших учасників.

• Правило пропонування в учасники лише себе

Часто учасник, побоюючись особисто взяти участь у справі, починає посилено пропонувати кого-небудь іншого. Це неприпустимо.

• Правило «Конфіденційність»

Усе, що відбувається, не обговорюють з людьми, які не беруть участі в занятті. Усе залишається тут, у цьому кабінеті. Це дозволить почуватися безпечно й бути відкритим.

II. Мотивація й створення емоційного настрою

► Повідомлення теми заняття

Психолог. Тема нашого заняття — «Переконання замість конфлікту». На цьому занятті ми розберемося в способах мирного виходу з конфліктів і потренуємося переконувати й домовлятися.

III. Основна частина

► Розминка «Передай рух»

Психолог. Придумайте простий повторюваний рух. Наприклад, таке... (Психолог демонструє рухи з ранкової гімнастики.) Усі придумали? Тепер подивіться на свого сусіда ліворуч. За рухами свого сусіда ліворуч ви уважно стежитиме й запам'ятовуватимете їх, а потім повторюватимете. Я теж беру участь і веду лік: «Раз... два... три...» На рахунок «Раз» кожен робить свій повторюваний рух доти, поки не почує: «Два». На рахунок «Два» кожен з вас виконує той рух, який до цього робив ваш сусід ліворуч. Увесь час дивіться на свого сусіда ліворуч, тому що на рахунок «Три» кожен з вас виконуватиме той рух, який до цього виконував сусід. Отже, після зміни рахунку відбувається зміна руху.

Нас тут п'ятнадцятеро (наприклад). Тому я буду рахуватиму до 16. Тоді на рахунок 16 до кожного з нас має повернутися його власний рух. Розминку робимо мовчки! Почали!

Учасники заняття стають у коло разом із психологом. Психолог оголошує інструкцію й відразу демонструє приклад руху (наприклад, руки вгору — униз, угору — униз). Потім психолог починає розминку.

Якщо учасники почали розмовляти, психолог припиняє розминку. (У цей час, швидше за все, дехто заплутається в рухах через неувважність до рухів свого сусіда ліворуч.) Психолог ставить запитання групі: «Хто заплутався? Що заважає виконувати вправу? Хто не заплутався? Що допомагає виконувати все точно?»

Потім психолог продовжує розминку, ще раз повторивши, що розминку слід виконувати мовчки.

Обговорення

- Підніміть руки ті, до кого рух повернувся без змін.
- Підніміть руки ті, до кого повернувся рух, але зі змінами.
- Підніміть руки ті, до кого рух не повернувся.
- Хто заплутався?
- Що заважає виконувати вправу?
- Хто не заплутався?
- Що допомагає виконувати все точно?

► Казкотерапія конфліктної поведінки

Мета: провести мотиваційний аналіз й альтернативне розв'язання конфліктних ситуацій за допомогою російської народної казки «За щучим велінням».

Психолог. Зараз ми слухатимемо казку «За щучим велінням» й аналізуватимемо описані в ній конфлікти за такою схемою:

1. Чому? (*Причини конфлікту*)
2. Як? (*Стратегія й тактика конфліктної поведінки сторін*)
3. Навіщо? (*Цілі, інтереси, вигода сторін*)
4. Як могли уникнути конфлікту його учасники?

Для того щоб вам було зрозуміліше, я наведу приклад розбирання конфлікту між Вовком і Бабусею з казки «Червона шапочка».

Причини: Вовк з'їв Бабусю, тому що був голодний.

Стратегія й тактика: Вовк агресивний, Бабуся пасивна.

Цілі: мета Вовка — поїсти, мета бабусі — залишитися живою.

Як уникнути: розв'язок — знайти компроміс. Вовк міг поцікавитися, чи є щось смачне в Бабусі, можливо, у льосі був річний запас м'яса, яке мисливці залишали на зберігання.

Бабуся, у свою чергу, перш ніж відчиняти двері, могла б бути більш уважною і, перш ніж Вовк з'їсть її, запропонувала б гостеві поїсти.

Слухаємо казку.

За щучим велінням

Курсивом позначені ситуації конфлікту інтересів.

Жив собі старий. У нього було три сини: двоє розумні, а третій — Омелько-дурник.

Старші брати працюють, а Омелько цілісінький день лежить на печі, знати нічого не хоче.

Одного разу брати поїхали на базар, а баби, невістки, нумо задавати йому роботи:

— *Сходи, Омельку, по воду.*

А він їм із печі:

— *Не хочу...*

— *Сходь, Омельку, бо як брати з базару повернуться, гостинців тобі не привезуть.*

— *Ну добре.*

Зліз Омелько з печі, взувся, одягся, взяв відра та сокиру та й побрів на річку.

Прорубав кригу, зачерпнув відра й поставив їх, а сам дивиться в ополонку. І побачив Омелько в ополонці щуку. Приловчився й схопив щуку рукою:

— *От юшка буде добра!*

Коли це щука проказує людським голосом:

— *Омельку, відпусти мене у воду, я тобі в пригоді стану.*

А Омелько сміється:

— *Та як же ти мені в пригоді станеш? Ні, понесу тебе додому, звелю невісткам юшки*

наварити. Буде юшка добра.

Щука знову почала благати:

— *Омельку, Омельку, відпусти мене у воду, я зроблю все, що тільки схочеш.*

— *Гаразд, тільки покажи спочатку, що не дуриш мене, тоді відпушу.*

Щука його питає:

— *Омельку, Омельку, скажи, чого ти зараз хочеш.*

— *Хочу, щоб відра самі пішли додому й вода не розхлюпалася б...*

Щука йому й каже:

— *Запам'ятай мої слова: коли тобі щось схочеться, промов тільки: «За щучим велінням, за моїм хотінням».*

Омелько й каже:

— *За щучим велінням, за моїм хотінням — ходіть, відра, самі додому...*

Тільки проказав — відра самі й пішли на гору. Омелько пустив щуку в ополонку, а сам пішов за відрами.

Ідуть відра селом, народ дивується, а Омелько позаду плентає, сміється... Зайшли відра до хати й самі сталі на лаву, а Омелько поліз на піч.

По якійсь годині невістки знову до нього:

— *Омельку, чого ти лежиш? Пішов би дров нарубав.*

— *Не хочу...*

— *Не нарубаєш дров — брати з базару гостинців тобі не привезуть.*

Омелькові не хочеться злазити з печі. Згадав він про щуку й потихеньку промовив:

— *За щучим велінням, за моїм хотінням, мабуть, сокиро, наколи дров, а дрова, самі в хату йдіть і у піч кладіться...*

Сокира вискочила з-під лави — і на двір, і нумо дрова рубати, а дрова самі до хати йдуть і просто в піч лізуть.

По якійсь годині невістки знову кажуть:

— *Омельку, дров у нас більше немає. Поїдь до лісу, нарубай.*

А він їм із печі:

— *Хіба ви самі не можете?*

— *Як це так — не можете?.. Хіба то наша справа — до лісу по дрова їздити?*

— *Мені не хочеться...*

— *Ну, то не буде тобі подарунків.*

Нічого не вдієш. Зліз Омелько з печі, взувся, зодягся. Узав мотузку й сокиру, вийшов на двір і сів у сани:

— *Молодиці, відчиняйте ворота!*

Невістки йому кажуть:

— Що ж ти, дурню, сів у сани, а коні не запряг?

— Не треба мені коня.

Невістки відчинили ворота, а Омелько говорить потихеньку:

— За щучим велінням, за моїм хотінням — їдьте, сани, до лісу...

Сани самі поїхали у ворота, та так швидко — кіньми не наздогнати.

А до лісу довелося їхати через місто, і тут він багато народу позачіпляв, позабивав.

Народ кричить: «Тримай його! Лови його!» А він одно — сани поганяє. Приїхав до лісу:

— За щучим велінням, за моїм хотінням — сокиро, нарубай дровець сухих, а ви, дрова, самі валіться в сани, самі в'яжіться...

Сокира почала рубати, колоти сухі дерева, а дрова самі в сани валяться й мотузкою в'яжуться. Потім Омелько велів сокирі вирубати собі ломаку — таку, щоб насилу підняти. Сів на воза:

— За щучим велінням, за моїм хотінням — їдьте, сани, додому...

Сани помчали додому. Знову проїжджає Омелько містом, де нещодавно позабивав, позачіпляв чимало народу, а там на нього вже чекають. Схопили Омельку й тягнуть з воза, лають і б'ють.

Бачить він, що кепська справа, і потихеньку собі:

— За щучим велінням, за моїм хотінням — ану, ломако, обламай їм боки...

Ломака вискочила — та й пішла дубасити. Народ геть-чисто розбігся, а Омелько приїхав додому й знову заліз на піч.

Почув згодом цар про Омелькові витівки та й посилає до нього офіцера — знайти Омелька й привезти до палацу.

Приїздить офіцер у те село, заходить до тієї хати, де Омелько живе, та й запитує:

— Ти Омелько-дурник?

А він з печі:

— А тобі нащо?

— Одягайся хутко, повезу тебе до царя.

— А мені не хочеться...

Розсердився офіцер і вдарив його по щоці.

А Омелько й каже потихеньку:

— За щучим велінням, за моїм хотінням — ломако, обламай йому боки...

Ломака вискочила та як почне офіцера чухрати, насилу той утік.

Цар здивувався, що його офіцер не зміг упоратися з Омельком, і послав свого найбільшого вельможу:

— Привези до мене дурника Омелька, а як не привезеш — голову з плечей зітну.
Накупив найбільший вельможа родзинок, чорносливу, пряників, приїхав у те село, увійшов у хату й почав запитувати в невісток, що саме Омелько любить.

— Наш Омелько любить, щоб з ним ласкаво говорили та червоний каптан подарували, тоді він усе зробить, що не схочеш.

Найбільший вельможа дав Ємелі ізюму, чорносливу, пряників та й каже:

— Омельку, Омельку, чого ти лежиш на печі? Їдьмо до царя.

— Мені й тут тепло...

— Омельку, Омельку, у царя будуть добре годувати-напувати, будь ласка, їдьмо.

— А мені не хочеться...

— Омельку, Омельку, цар тобі червоний каптан подарує, шапку й чоботи.

Омелько подумав трохи:

— Ну добре, тоді ти наперед їдь, а я за тобою слідом буду.

Вийхав вельможа, а Омелько полежав трошки та й говорить:

— За щучим велінням, за моїм хотінням — нумо, піч, їдь до царя...

Тут у хаті кути затріщали, дах захитався, стіна вилетіла, і піч сама пішла по вулиці, по дорозі, прямісінько до царя.

Цар дивиться у вікно, дивується:

— Що це за чудасія?

Найбільший вельможа йому відповідає:

— А це Омелько на печі до тебе їде.

Вийшов цар на ганок:

— Дуже, Омельку, на тебе багато скарг! Ти чимало народу придушив.

— А навіщо вони під сани лізли?

Тієї миті глянула у вікно царська дочка — Марія-арівна. Омелько побачив її у віконці й говорить потихеньку:

— За щучим велінням, за моїм хотінням — нехай царська дочка покохає мене... — І додав: — Ходи, пічко, додому...

Піч повернулася й пішла додому, зайшла до хати й стала на колишнє місце. Омелько знову лежить собі, вилежується.

А в царському палаці лемент і сльози. Марія-царівна за Омельком нудьгує, не може жити без нього, благає батька, щоб видав її за Омельку заміж. Забідкався цар, затужив та й знову говорить найбільшому вельможі:

— Іди, приведи до мене Омельку живого чи мертвого, а як не приведеш — голову з плечей зітну.

Накупив найбільший вельможа він солодких та різних наїдків, поїхав у те село, увійшов у ту хату й почав Омельку пригощати.

Омелько напився, наївся, захмелів і ліг спати. А вельможа поклав його у візок і повіз до царя.

Цар спересердя велів прикотити велику діжку із залізними обручами. Посадили в неї Омельку й Марію-царівну, діжку засмолили й у море кинули.

Скільки часу минуло — ніхто не знає, але прокинувся Омелько, бачить — темно, тісно...

— Де ж це я?

А йому відповідають:

— Ой лишенько, Омелечку! Нас у діжку засмолили, кинули в синє море.

— А ти хто?

— Я — Марія-царівна.

Омелько каже:

— За щучим велінням, за моїм хотінням — вітри буйні, викотіть діжку на сухий берег, на жовтий пісок...

Вітри буйні подули. Море схвилювалося, діжку викинуло на сухий берег, на жовтий пісок. Омелько й Марія-царівна вийшли з неї.

— Омелечку, де ж ми будемо жити? Збудуй хоч якусь хатинку.

— А мені не хочеться...

Тут царівна ще дужче його просити почала. От він і каже:

— За щучим велінням, за моїм хотінням — вибудуйся кам'яний палац із золотою покрівлею...

Тільки він це проказав — з'явився кам'яний палац із золотим дахом. Навколо — зелений сад: квіти цвітуть, птахи співають.

Марія-царівна з Омельком увійшли до палацу, посідали біля віконечка.

— Омелечку, а чи не можна тобі красенем стати?

Тут Омелько недовго думав:

— За щучим велінням, за моїм хотінням — стати мені добрим молодцем, писаним красенем...

І став Омелько таким, що ні в казці сказати, ні пером описати.

А на ту пору цар їхав на полювання й бачить — стоїть палац, де раніше нічого не було.

— *Це який такий нечема без мого дозволу на моїй землі палац поставив?*

І послав спитати, хто такі.

Посланці побігли, стали під віконцем, запитують.

Омелько їм відповідає:

— *Кличте царя до мене на гостину, я сам йому скажу.*

Цар приїхав до нього в гості. Омелько його зустрічає, веде в палац, саджає за стіл.

Починають вони бенкетувати. Цар їсть, п'є й усе дивується:

— *Хто ж ти такий, добрий молодцю?*

— *А пам'ятаєш дурника Омелька, який приїжджав до тебе на печі, а ти велів його зі своєю дочкою в діжці засмолити, у море кинути? Я — той самий Омелько. Схочу — усе твоє царство попалю й розорю.*

Цар дуже злякався, став перепрошувати:

— *Одружися із моєю дочкою, Омелечку, бери моє царство, тільки не губи мене!*

Тут учинили бучний бенкет. Омелько одружився із Марією-царівною та й почав правити царством

Учасники за запропонованою раніше схемою розбирають конфліктні ситуації.

Обговорення

— Скільки конфліктів інтересів ми з вами нарахували в цій казці?

— Чий розв'язок конфлікту вам найбільше сподобався?

— Чому саме цей розв'язок ви вибрали?

► Вправа «Сніданок з героєм»

Мета: *відпрацювати навички переконання й уміння знаходити аргументи на користь своєї позиції.*

Учням пропонують уявити, що в кожного з присутніх є можливість поснідати з улюбленим героєм. Це може бути сучасна знаменитість або історична постать з минулого, персонаж з мультику або звичайна людина, яка справила на враження в певний момент життя. Кожен повинен вирішити для себе, з ким він хотів би зустрітися й чому. Потрібно записати ім'я свого героя на аркуші паперу й поділитися на пари. Потім потрібно вирішити, з ким із героїв ви зустрічатиметеся. Після цього пари об'єднуються в четвірки й роблять те саме. На завершення об'єднується вся група й обирає одного героя.

Обговорення

— Чому залишився саме цей герой?

— Чи легко було поступатися й чому ви поступалися?

— Які почуття вас охоплювали, коли з вами не погоджувалися?

— Що ви відчували, коли з вами погоджувалися?

— Чи часто в житті ви потрапляєте в ситуацію вибору?

IV. ПІДБИТТЯ ПІДСУМКІВ

► *Обговорення заняття*

- Що нового для себе ви дізналися на сьогоднішньому занятті?
- Що викликало утруднення?
- Що сподобалося?