

Всероссийский конкурс профессионального мастерства специалистов службы психолого-педагогического сопровождения "Отдавая сердце"

Номинация «Педагог-психолог»

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение средняя школа № 9
г.Сургут, Ханты-Мансийский автономный округ – Югра

Карловская Наталья Павловна, педагог-психолог высшей категории

Практикум для родителей «Модели поведения в конфликтной ситуации. Чему стоит научить ребенка».

Добрый день, уважаемые родители! Сегодня в течение часа мы с вами поговорим о том, как и какими моделями поведения мы, как родители, делимся со своими детьми и что это им дает.

От вас я прошу быть не просто слушателями. А активно участвовать в разговоре.

Притча Птенец.

«В гнездышке на дереве спят птички: папа, мама и маленький птенок. Вдруг налетел сильный ветер, ветка сломалась, и гнездышко падает вниз: все оказались на земле. Папа летит и садится на одну ветку, мама садится на другую. Что делать птенчику?»

Типичные ответы

- он тоже полетит и сядет на ветку;
- полетит к маме, потому что испугался;
- полетит к папе, потому что папа сильный;
- останется на земле, потому что не умеет летать, но позовет на помощь, и папа с мамой заберут его.

Такие ответы свидетельствуют о том, что ребенок обладает определенной самостоятельностью и умеет принимать решения. Верит в собственные силы, может опираться на себя даже в сложных ситуациях. А как это происходит в вашей семье? Насколько ребенок готов самостоятельно решать проблемы? Готовы ли вы дать ему такую возможность?

Быстрый опрос:

Какие ситуации можно назвать конфликтными?

Можно ли определить градус напряжения в каждой ситуации? Что влияет на этот градус напряжения? (важность ситуации, настроение).

Таким образом, конфликтная ситуация может возникнуть где угодно. В каком угодно окружении. Но могут быть ситуации не стоящие наших сильных эмоций, или, наоборот, вызывающие сильный дискомфорт и

переживания. И во многом это зависит от того, кто является участником конфликта и какие последствия могут быть.

Как же ведет себя человек в конфликтной ситуации? Какие конкретные действия совершает?

Теория.

Знание доминирующего стиля реагирования на стрессовые факторы помогает распознавать свои типичные реакции и контролировать их.

Выделяют три основные реакции на стресс: бей, беги, замри.

Бей

Это атакующая реакция на угрозу. Она касается не только схватки с хищником, но и решительных активных действий в любой другой стрессовой ситуации, даже если это экзамен или ответ у доски. Например, ребенок заявляет учителю, что не будет выполнять его глупые задания.

Беги

Это избегающая реакция на угрозу. Если кажется, что шансов на победу нет или ее цена слишком высока, можно попробовать избежать схватки. Например, ребенок регулярно опаздывает или ищет предлоги, чтобы уйти с урока пораньше. Ребенок просит разрешения выйти в туалет через пять минут после начала урока и не возвращается, пока не закончится проверка домашнего задания.

Замри

Или «притворись мертвым», если отступить уже некуда. Остается только надежда, что хищник просто уйдет. Некоторые люди с детства привыкли так реагировать на крик родителей: я ничего не могу сделать, чтобы это прекратить или этого избежать, надо просто переждать бурю. Например, на разные расспросы ребенок отвечает одним и тем же словом и смотрит как бы «сквозь» нас, учитель задаёт вопрос, а ребенок молчит.

Групповая работа.

Я предлагаю вам поработать в группах (Приложение 1).

Попробуйте определить каким будет поведение главного героя при разных типах реагирования и к чему это приведет (Группы представляют свои наработки. Обсуждение).

Вывод ведущего. Переход к тому, что защищаться надо. Но как?

Притча «Безвредная змея»

Жила-была невероятно свирепая, ядовитая и злобная змея. Однажды она повстречала мудреца и, поразившись его доброте, утратила свою злобность. Мудрец посоветовал ей прекратить обижать людей, и Змея решила жить простодушно, не нанося ущерба кому-либо. Но как только люди узнали про то, что Змея не опасна, они стали бросать в неё камнями, таскать её за хвост и

издеваться. Это были тяжелые времена для Змеи. Мудрец увидел, что происходит, и, выслушав жалобы Змеи, сказал: «Дорогая, я просил, чтобы ты перестала причинять людям страдания и боль, но я не говорил, чтобы ты никогда не шипела и не отпугивала их».

В чем мораль этой притчи?

Комментарий

Нет ничего страшного в том, чтобы пошипеть иногда на нехорошего человека или врага, показывая, что вы можете постоять за себя и знаете, как противостоять злу. Только вы должны быть осторожны и не пускать яд в кровь обидчика. Можно научиться противостоять злу, не причиняя зла в ответ. А это очень важно, потому что зло никогда не приводит за собой добро. Другими словами, притча говорит о том, что каждая личность должна обладать определенной нормой агрессивности. В этом случае агрессивность выполняет защитную функцию. Отсутствие агрессивности приводит к пассивности, ведомости.

Умение постоять за себя – важный навык. Но как это сделать достойно и эффективно?

Упражнение «Мятый лист». Предлагается родителям написать на листе имя обидчика, смять. Расправить. Такими будут и последствия конфликта. Останется след, который может мешать дальнейшему общению.

Теория.

Существует много способов для конструктивного общения. Сегодня рассмотрим три основных (представлено в презентации):

- сохраняй личные границы,
- говори о своих чувствах,
- гаси манипуляции.

Групповая работа. Давайте обобщим полученную сегодня информацию. Какие же необходимые навыки нужны для успешного решения конфликта? Поработайте в группах и запишите необходимые навыки на ступеньках личностного роста. (Приложение 2).

Завершение. Подведение итогов. Пожелания родителям. Раздать листовки (Приложение 3).

Приложение 1.

Маше в столовой Ваня насыпал в чай соль. Маша расстроилась, а Ваня с друзьями смеялся.

Реакция	Действие Маши	К чему приведет
«Бей»		
«Беги»		
«Замри»		
«Подчинись»		

Семен каждый день старается придумать новое прозвище своему однокласснику Коле. Коле очень не нравятся эти прозвища.

Реакция	Действие Коли	К чему приведет
«Бей»		
«Беги»		
«Замри»		
«Подчинись»		

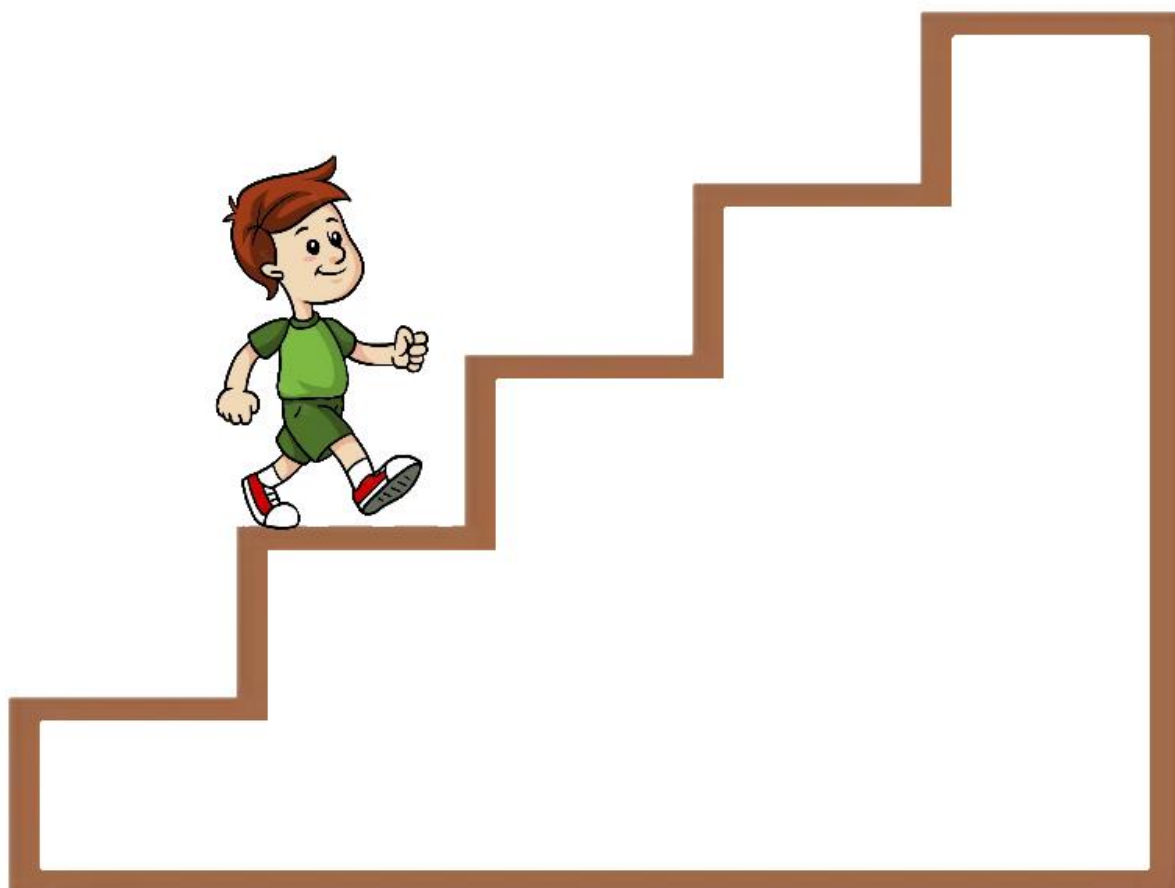
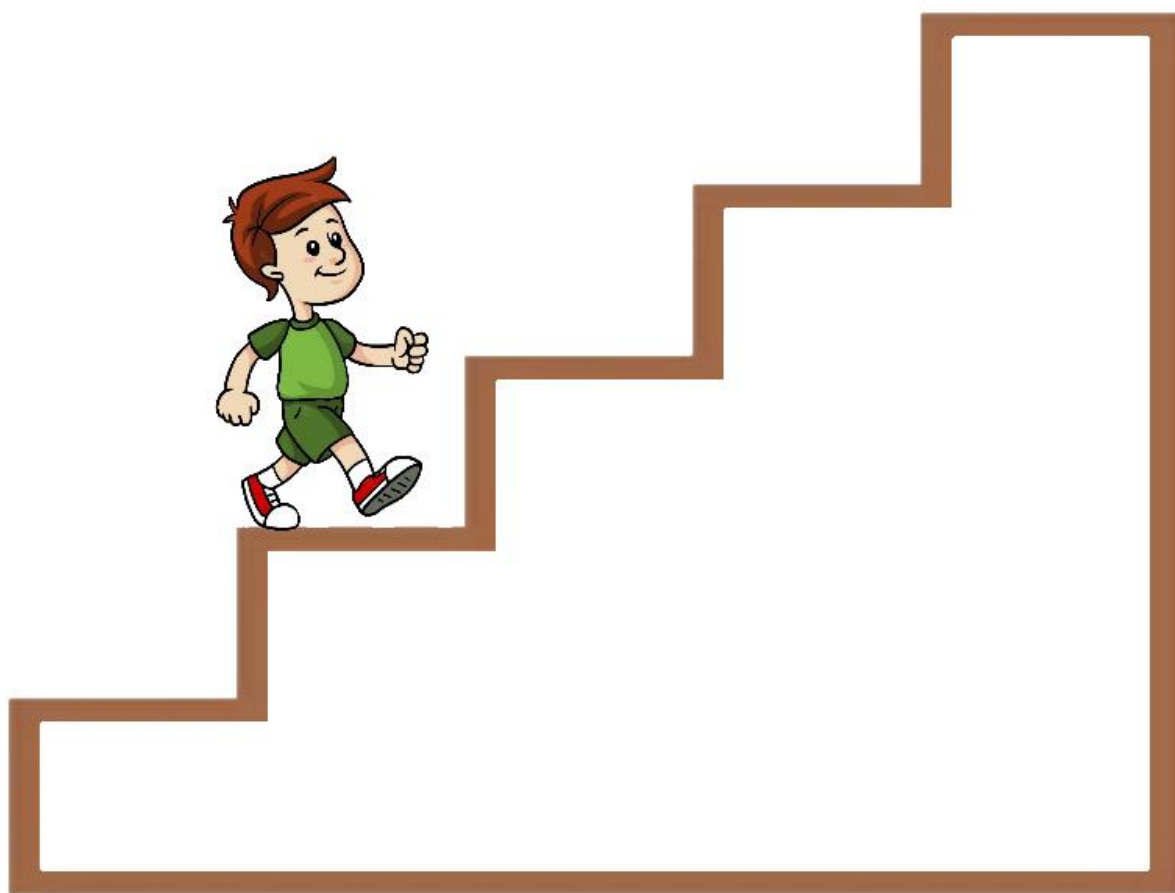
Саша постоянно берет с парты вещи Марины, может дернуть за одежду, на уроке заглядывает ей в тетрадь. Марину это раздражает.

Реакция	Действие Марины	К чему приведет
«Бей»		
«Беги»		
«Замри»		
«Подчинись»		

Дамир сидел на лавочке с друзьями. К нему подошел Егор, покривлялся, показал язык и отскочил в сторону, хитро поглядывая. Дамиру не понравилось, что это произошло перед друзьями.

Реакция	Действие Дамира	К чему приведет
«Бей»		
«Беги»		
«Замри»		
«Подчинись»		

Приложение 2.



Приложение 3.

<i>Книги для родителей</i> 	<i>Что делать, если тебя обижают</i> 	<i>Как реагировать на оскорбления</i> 
---	---	--