**Статья: Зобенко С.М. педагог-психолог ГБОУ Школа №1512**

 **Тренинги в школе**

Конфликты могут быть разделены на 3 большие группы.

**Первая группа** –это мотивационные конфликты. Они возникают между учителем и учащимся по причине слабой учебной мотивации учеников. Возникает взаимная неприязнь, противостояние и можно сказать борьба.

Например, о чем говорят учителя: об учениках, которые не хотят учиться.

А ученики говорят об учителях: они не хотят понять ученика, ставят несправедливые оценки, не уважении к ученикам.

Мотивационные конфликты возникают потому, что в школе учителя и ученики как бы противопоставлены, имеют разные цели и разную направленность.

**Вторая группа** – это конфликты связанные с организацией обучения в школе.

Начиная обучение в школе, ребенок переживает довольно сложный этап в своей жизни: происходит смена деятельности с игровой на учебную, меняется социальная позиция из ребенка он превращается в школьника. Возникают новые для него обязанности и требования. Адаптация может длиться до 1.5 лет. И только он привыкает к своей роли ученика и к учителю как наступает новый конфликтный период, и он переходит в 5 класс. И начинает учиться у новых учителей. После первого учителя, который опекал своих ребят учителя предметники более строго относятся и требовательно. И приспособиться сразу к нескольким учителям не легко, да предметы более сложные, чем в начальной школе.

Затем ребенок опять сталкивается с новой проблемой в 9 классе, куда идти дальше. Выборе профессии. Здесь бывают неудачи, срывы, проблемы.

**Третья группа-**конфликтов состоит из взаимодействий учащихся между собой, учителей, администрацией. Распространенные между учащимися конфликты — это борьба за лидерство, конфликты между девочками и мальчиками. Конфликты между детьми и учителями. Подростки имеют недоверие к учителю. Конфликты между учителями «началки» и предметниками. Учителя начальной школы с горечью говорят о том. Что сколько они потеряли усилий, чтобы научить детей считать и писать. А предметники считают детей недостаточно самостоятельными. Так же возникают конфликты с администрацией школы в связи с инновацией в образовании за последние время.

Таким образом мы убедились, что школа буквально насыщена педагогическими конфликтами.

 **Педагогический конфликт и его структура.**

**Сфера** конфликта может быть деловой и личностной. Взаимодействуя друг с другом учителя и, ученики часто сталкиваются в конфликтных ситуациях. И поэтому надо стремиться к тому чтобы конфликт происходил в деловой сфере и не перетекал на личностную. Если сказать проще конфликтуйте, культурно не переходя на личности! Беседа должна проходить в деловой сфере. В противном случае подросток обидится и ожесточиться и изменений в поведении не будет!

**Нельзя говорить Нужно говорить**

Ты грубый и невоспитанный, лентяй! Давай вместе подумаем почему

 У тебя одни двойки по русскому! у тебя проблемы с русским.

А еще болтаешь на уроке! Тебе не интересно? Или что то

 не понял? Тебе нужна помощь?

В случае если конфликт произошел, то помните, что он имеет свою динамику. После стадии вспыхивания идет стадия угасания — вот тут-то и уместна воспитательная коррекция. Когда произошла разрядка напряжения и участники выплеснули свои эмоции. На этом этапе можно проводить воспитательные беседы. Можно выявлять и устранять причины конфликтов.

 **Игровые методы решения конфликтов**

**Человек** существует в двух измерениях своем внутреннем «Я» и во взаимодействии с другими людьми. **Свое** «Я» нам близко и понятно. А вот «Я» другого человека закрыто. Для нас это загадка. Которую надо разгадать. Чувства, мысли, переживания и др. не представлены в каких-то видимых формах, о них можно только догадываться. По словам, жестам, поведению и др.Выйти за границы своего «Я» и приблизиться у внутреннему «Я» другого не так-то просто. Существует несколько способов и методов помогающие понять другого человека:

**Метод интроспекции-** человек ставит себя на место другого человека и своим воображением воспроизводит мысли и чувства другого человека. На основе данного анализа строит взаимоотношение с человеком. Упражнение «Поставь себя на место другого человека».

**Метод- эмпатии** основан на технике чувствования во внутренние переживания другого человека. Если вы эмоциональный человек склонный к внутреннему мышлению, то данный метод будет вам полезен. И дает высокие результаты если вы умеете доверять своему интуитивному ощущению и способны вовремя остановить возникновение интеллектуальных интерпретаций. Человек часто чувствует одно, но не верит своему чувству, начинает размышлять, что-то додумывает и принимает решение основываясь на мыслительных схемах. А практика потом показывает, что первое ощущение от сердца было правильным и точным. А последующие рассуждение от головы- ошибочным!

**Метод логического анализа-**подходит для тех, у кого преобладает элемент рационализации. Кто опирается на свое мышление .

**Метод –** отстраненности, т.е. Один из участников конфликта не включается в режим конфликта проявляет сдержанность и равновесие. В результате назревающий конфликт затухает. Есть такая сказка когда ссоры между мужем и женой прекратились когда она брала в рот «волшебную водицу»

И так давайте потренируемся:

**Типичные фразы: КАК НАДОГОВОРИТЬ:**

ТЫ ДОЛЖЕН ХОРОШО УЧИТЬСЯ! - Я УВЕРЕН, ЧТО ТЫ МОЖЕШЬ

 ХОРОШО УЧИТЬСЯ1

ТЫ ДОЛЖЕН ДУМАТЬ О БУДУЩЕМ! - ИНТЕРЕСНО КАКИМ

 ЧЕЛОВЕКОМ ТЫ ХОТЕЛ БЫ

 СТАТЬ! КАКУЮ

 ПРОФЕССИЮ ПЛАНИРУЕШЬ

 ВЫБРАТЬ?

ТЫ ДОЛЖЕН УВАЖАТЬ СТАРШИХ - ТЫ ЗНАЕШЬ УВАЖЕНИЕ К

 СТАРШИМ ЭТО ЭЛЕМЕНТ

 ОБЩЕЙ КУЛЬТУРЫ ЧЕЛОВЕКА!

ТЫ ДОЛЖЕН СЛУШАТЬСЯ -КОНЕЧНО ТЫ МОЖЕШЬ ИМЕТЬ

УЧИТЕЛЕЙ И РОДИТЕЛЕЙ! СВОЕ СОБСТВЕННОЕ МНЕНИЕ

 НО К МНЕНИЮ СТАРШИХ

 ПОЛЕЗНО ПРИСЛУШИВАТЬСЯ.

А теперь поупражняйтесь самостоятельно!

- Мы в твои годы жили гораздо хуже!

- Ты должен ценить нашу заботу о тебе!

- Сколько можно бездельничать!

- Давай дневник Я поставлю тебе двойку! Ты должен всегда иметь с собой дневник!

- Ты постоянно срываешь мой урок!

- Ты должен сидеть и внимательно слушать!

**1.Упражнение «Терапия общения»**

Упражнение помогает «погасить» возбужденного ученика, успокоить и сбалансировать его психику. Снять конфликт.

Необходимо регулярно разговаривать с трудным подростком. Темы должны быть интересные подростку.

Говорим спокойным мягким ровным умиротворяющим голосом. Не читайте морали, общайтесь на равных. Звук голоса ваше дружелюбие и открытое лицо выступят эффективным психотерапевтическим средством для подростка.

1. Если задали вопрос, то подождите, когда ответит собеседник на ваш вопрос.
2. Если высказываете свою точку зрения. То поощряйте ученика в то, чтобы он высказал к ней свое отношение.
3. Если вы не согласны, то формулируйте аргументы и поощряйте поиск таковых самим учеником.
4. Делайте паузы во время беседы. Не позволяйте себе захватывать все пространство.
5. Чаще смотрите в лицо своему собеседнику.
6. И наконец чаще повторяйте фразы: как ты сам думаешь? Мне интересно твое мнение. Почему ты молчишь? Ты не согласен со мной, почему? Докажи, что я не права!

**2.Упражнение «Мудрец»**

Помогает упражнение спросить совета у самого себя. Лучший советчик для себя вы сами., а точнее ваше подсознание. (3.Упражнение «Внутренний луч»)

Затем представьте поляну на ней большой развесистый дуб. Под дубом сидит старый мудрец. Который может ответить на любой вопрос. Сформулируйте свой вопрос в уме. Выслушайте в уме ответ мудреца. Можно ограничиться вопросом-ответом.

А можно организовать диалог с мудрецом.

За спиной мудреца висит календарь. Прочитайте и запомните дату вашей беседы. Поблагодарите за ответ.

**3. Упражнение «Внутренний луч»**

Сядьте в удобном кресле, (можно стоя) закройте глаза.

Представьте, что внутри вашей головы в верхней ее части возникает светлый луч. Который медленно и последовательно движется сверху вниз и по пути своего движения освещает изнутри все детали лица, шеи, плеч, рук т.д. теплым ровным расслабляющим светом.

По мере движения луча разглаживаются морщинки, исчезает напряжение в области затылка. Ослабляются складки на лбу, опадают брови, охлаждаются глаза, ослабляются зажимы в уголках губ, опускаются плечи, освобождаются шея и грудь. Внутренний луч как бы формирует новую внешность спокойного и освобожденного человека. Удовлетворенного собой свое спокойной и стабильной! й жизнью. Профессией и учениками.

Вы чувствуете внутреннее удовлетворение, удовольствие даже наслаждение.

Говорите слова. Я стала новым человеком! Я стала молодой и сильной, спокойной и стабильной! У меня все будет хорошо! У меня и сейчас все хорошо, а будет еще лучше!

Список литературы: Самоукина Н.В. «Практическая психология в школе»