

# Інтерактивне заняття з педагогами з елементами тренінгу.

## Тема: «Вчимося спілкуватись»

### План.

1. «Волоський горіх»
2. «Три кольори особистості»
3. «Я вчуся у тебе»
4. Тест геометричних фігур
5. Інформаційні повідомлення «Теоретичне обґрунтування конфліктів у системі «педагог – батьки» та стратегії їх розв'язання »
6. Вправа «Яблуко і черв'ячок»
7. Антистресова вправа
8. Рефлексія.

**Мета:** Визначити продуктивні способи виходу з конфліктних ситуацій в роботі з батьками.

### **Завдання:**

1. Осмислення своїх особистісних особливостей, інтересів, цінностей.
2. прийти до подолання стереотипів мислення і звичних способів діяльності.
3. озвучити здатність до емпатії, рефлексії і самоконтролю.
4. стимулювати творчу активність.

**Обладнання:** мішечок з горіхами (за кількістю учасників), пелюстки квітки трьох кольорів (за кількістю учасників), м'ячик, набір геометричних фігур по п'ять геометричних фігур на кожного учасника (квадрат, трикутник, коло, прямокутник, зигзаг), роздруковані на окремих аркушах таблиці «Стратегії розв'язання конфліктів» за кількістю учасників, афоризми.

## Вступ

Майстерність психологічного спілкування є необхідним інструментом гуманізації освіти. Запорукою ефективності навчально-виховного процесу є психологічна компетентність педагога, що розширює можливості освітян самостійно розв'язувати проблеми й конфлікти, що виникають у професійній діяльності та особистому житті.

Зберегти своє психологічне здоров'я, не доводити себе до агресивного стану, стресу може той педагог, який уміє налагодити стосунки з колегами, вихованцями, батьками, якому притаманні вміння зрозуміти своїх партнерів, уникати конфліктів, суперечок, дотримуватись стандартів культурної поведінки.

Досконале спілкування педагога ґрунтується на доброму знанні людей, із якими він спілкується. Саме середовище вимагає від нього гнучкості, мобільності, адекватної до ситуації.

Знання своїх психологічних та фізіологічних особливостей допомагає педагогові долати бар'єри у спілкуванні, зберігати своє здоров'я, підтримувати свій робочий настрій, а отже, позитивний робочий стан дитячого колективу, з яким він працює. З тим, що ніякі новаторські технології не замінять живого слова педагога, що саме особистість педагога- головний інструмент виховання, погодяться всі. Але нескінченні міркування про гуманне виховання та роль педагога мало що додають до їх майстерності. Щоб особистість педагога стала «інструментом» професійної діяльності, необхідно осмислити свій особистісний ресурс і навчитися його застосовувати.

### 1.«Волоський горіх»

Я пропоную вам обрати один горішок з тих, що я висипала в центр кола. Уважно роздивіться свій горішок, вивчіть його особливості. Потім горіхи складемо назад в мішечок, перемішаємо і знову висипаємо в центр кола. Завдання кожного учасника – знайти свій горіх. Як правило, «свій» горішок впізнається з першого погляду. Після того, як всі горіхи знайшли своїх власників, приступаємо до обговорення. Цікаво дізнатися, хто як свій горіх запам'ятовував, якою стратегією користувався, щоб потім його знайти (запам'ятовував його

особливості, або просто чекав, поки всі розберуть свої горіхи, а в кінці залишиться потрібний). На перший погляд здається, що всі горіхи дуже схожі, але якщо витратити час, щоб придивитися уважніше, то можна помітити, що вони дуже різні і майже неможливо переплутати свій горіх з іншими. Так і люди: всі дуже різні, але запам'ятовуються, у кожного свої індивідуальні рисочки, «нерівності», своя краса, привабливість. Треба її тільки відчутти і зрозуміти.

## **2. «Три кольори особистості»**

Я запрошую кожного учасник взяти три пелюстки різного кольору. Синя – «як усі», жовта – «як деякі», червона – «як ніхто більше». Колеги, на пелюстках відповідного кольору зробіть запис про себе, про власні властивості і риси. При цьому на пелюстках «як усі» має бути записано якість, реально притаманна вам та іншими учасниками групи. На пелюстці «як деякі» – якість, властивість характеру або особливість поведінки, стилю життя, яка ріднить вас з деякими, але не з усіма учасниками. На пелюстках «як ніхто більше» вкажіть ваші унікальні риси, які або взагалі не властиві іншим, або виражені у вас значно сильніше.

Коли записи зроблено, повернемося до пелюстки, на якій записані риси «як усі» – з'ясуємо, чи дійсно ви володієте такою особливістю.

Таким же способом обговорюємо зміст пелюсток «як деякі».

Кожен повинен переконатися в тому, що в групі є люди, що володіють подібними особливостями, з одного боку і що ці властивості притаманні не всім – з іншого. Пелюстки «як ніхто більше» обговорюємо безпосередньо в колі: кожен учасник озвучує якість, яку він вважає своєю, неповторною в даній групі. Група або погоджується з ним, або допомагає знайти іншу, дійсно унікальну якість.

Ця вправа дозволяє нам побачити себе як «єдність несхожих», допомагає кожному знайти підтримку і в той же час підкреслити свою індивідуальність.

## **3. «Я вчуся у тебе»**

Колеги, зараз ми будемо кидати один одному, в довільному порядку м'ячик зі словами: «Я вчуся у тебе...» (треба назвати професійну чи особисту якість колеги, яка дійсно є цінністю, привабливістю). Завдання – прийняв м'яч, перш за все, підтверди висловлену думку: «Так, у мене можна навчитися...» або «Так, я можу навчити...». Потім кидаєте м'яч іншому учаснику.

В роботі педагога неможливо розмежувати приватне та професійне. У тому, що і як ми говоримо дітям, як реагуємо на різні ситуації, які вчинки здійснюємо – багато професіоналізму і не менше – особистісних особливостей, цінностей. Вивчення своєї особистості, прагнення до її самовдосконалення – потужний ресурс професійного розвитку. Це реальна допомога в побудові своєї діяльності – навчанні використанню своїх особистих достоїнств та нівелювання недоліків.

#### **4. Тест геометричних фігур.**

Колеги, я пропоную обрати одну з п'яти геометричних фігур: квадрат, трикутник, коло, прямокутник, зігзаг – і розбитися на групи відповідно до обраної фігури. Потім кожна група знайомиться з інтерпретацією результатів тесту. Кожна група робить міні-огляд особливостей своєї фігури – характеру і поведінки. На цьому етапі роботи у кожного учасника є можливість повідомити про те, що він помилився з вибором, обґрунтувати, чому він так вважає і перейти в більш відповідну для нього «фігуру».

#### **5. Інформаційне повідомлення: «Теоретичне обґрунтування конфліктів у системі «педагог – батьки та стратегії їх розв'язання»**

Останнім часом ми все більше уваги приділяємо організації взаємодії з батьками, адже досягти вагомих результатів у розвитку дитини можна тільки спільними зусиллями сім'ї і дошкільного закладу. Та, на жаль, нерідко педагоги і батьки мають різні погляди на те, що потрібно дитині, якою має бути її освіта тощо. Тож конфліктні ситуації з батьками можуть виникати навіть у роботі високо професійних, досвідчених вихователів, а в результаті страждає дитина.

Слово «конфлікт» у перекладі з латині означає «зіткнення». Визнаючи конфлікт нормою громадського життя, психологи наголошують на необхідності застосування механізмів психологічного регулювання й розв'язання конфліктних ситуацій. Оскільки під час професійного спілкування в системі «педагог — батьки» можливі такі ситуації, для вихователя є дуже важливим уміня грамотно обрати стратегію поведження в них.

Причини конфліктів різні: невідповідність цілей, недостатня інформованість сторін про подію, некомпетентність однієї зі сторін, низька культура поведження тощо.

Фахівці зазвичай виокремлюють чотири стадії перебігу конфлікту:

- виникнення конфлікту (поява протиріччя);
- усвідомлення певної ситуації як конфліктної хоча б однією зі сторін;
- конфліктне поведження;
- результат конфлікту.

Конфлікт «педагог — батьки» здебільшого розгортався за типом «керівник — підлеглий», а вихователь у цій ситуації поведився зазвичай як обвинувач. Якщо раніше таке становище влаштовувало обидві сторони, то тепер батьки, маючи певний досвід і знання з психології, прагнуть не допустити тиску на себе з боку працівників дошкільного закладу. Крім того, таке поведження вихователя може спричинити агресивну реакцію навіть у спокійних батьків. Тому, щоб уникнути поглиблення конфліктної ситуації, слід дотримуватися форми спілкування «на рівних», що передбачає партнерську взаємодію.

Описуючи стратегії розв'язання конфліктів, американський психолог Кеннет Томас застосовував показники уваги до інтересів партнера і своїх власних:

- конкуренція — зосередження уваги лише на своїх інтересах і повне ігнорування інтересів партнера;

- ухиляння — брак уваги як до своїх інтересів, так і до інтересів партнера;
- компроміс — досягнення часткової вигоди кожної сторони;
- пристосування — підвищена увага до інтересів іншої людини на шкоду власним;
- співпраця — стратегія, що дає змогу врахувати інтереси обох сторін.

Зараз я роздам вам роздруковані таблиці, де описано стратегії розв'язання конфліктів.

Ви ознайомитеся з основними стратегіями розв'язання конфліктів. У педагогічній практиці існує думка, що найефективнішими стратегіями виходу з конфліктної ситуації є компроміс і співпраця. Однак кожна зі стратегій може виявитися ефективною в певних умовах, оскільки у кожної є свої переваги і недоліки.

А тепер, коли вам відомі способи виходу з конфліктної ситуації, змоделюємо уявну ситуацію і спробуємо розв'язати конфлікт.

## 6. Вправа «Яблуко і черв'ячок»

Сядьте зручніше, заплющити очі й уявіть на хвилину, начебто ви — яблуко. Спіле, соковите, гарне, ароматне, наливне яблуко, яке мальовничо висить на гілочці. Усі милуються вами, захоплюються. Раптом, де й узявся, черв'як і каже: «Зараз я тебе їстиму!». Що ви відповісте черв'якові? Розплющити очі й запишіть свою відповідь. А тепер по черзі зачитайте її.

### Стратегії розв'язання конфліктів

Стратегія	Сутність стратегії	Умови застосування	Недоліки

Конкуренція	Прагнення домогтися свого на шкоду іншому	Зацікавленість у перемозі.  Одна зі сторін має певну владу над іншою.  Необхідність терміново розв'язати конфлікт	Переживання поразки Значна
Ухиляння	Уникнення відповідальності за прийняття рішень	Результат не дуже важливий. Жодна зі сторін не має влади над іншою. Бажання виграти час	Значна прихована
Пристосування	Згладжування гострих кутів за рахунок обмеження власних інтересів	Предмет суперечки важливіший для іншого учасника конфлікту.  Бажання зберегти мир.  Усвідомлення власної неправоти. Жодна зі сторін не має влади над іншою	Нерозв'язаний
Компроміс	Пошук рішень за рахунок взаємних поступок	Жодна зі сторін не має влади над іншою Наявність несумісних інтересів.  Необхідність терміново розв'язати конфлікт.  Неефективність інших стилів	Одержаний  Лише частинний конфлікт
Співпраця	Пошук рішення, що задовольняє всіх учасників	Наявність часу для розв'язання конфлікту.  Зацікавленість обох сторін.  Чітке розуміння точки зору опонента. Бажання	Часові Негарантований

		обох сторін зберегти відносини	
--	--	--------------------------------	--

### Приклади відповідей

Конкуренція: Зараз як упаду на тебе й розчавлю!

Ухиляння: Геть! Подивися, яка там симпатична груша!

Компроміс: Ну, добре, відкуси трохи, а решту залиш моїм улюбленим господарям!

Прийняття: Така, здається, в мене доля тяжка!

Співпраця: Подивися, на землю вже впали стиглі яблука. Ти їх їж. Вони дуже смачні!

Для підтримки стабільного психологічного стану, а також для профілактики різних професійних психосоматичних розладів важливо вміти забувати, ніби «стирати» з пам'яті конфліктні ситуації. Зараз ми з вами спробуємо «стерти» з нашої пам'яті стресову ситуацію, яка нас турбує.

## **7. Антистресова вправа**

Сядьте й розслабтеся. Заплющити очі. Уявіть чистий альбомний аркуш, олівці, ластик. Подумки намалюйте на аркуші негативну ситуацію, яку вам хотілося б забути. Це може бути реальна картинка, асоціація, символ тощо. А тепер візьміть ластик і починайте ретельно стирати з аркуша паперу уявлену ситуацію. Стирайте доти, доки картинка не зникне з аркуша. Розплющити очі.

А тепер перевірте себе. Для цього знов заплющити очі й уявіть той самий аркуш паперу. Якщо картинка не зникла, візьміть ластик і стирайте, доки її зовсім не буде видно.



Через деякий час вправу можна повторити.

Коментар:

Під час виконання антистресових вправ відновлюється порушена взаємодія між півкулями головного мозку й активізується нейроендокринний механізм, що забезпечує адаптацію до стресової ситуації та поступовий психофізіологічний вихід з неї.

## **8. Рефлексія**

- Що нового ви дізналися про стратегії розв'язання конфліктів?
- Як ви почувалися під час виконання вправ?
- Чи вдалося вам «стерти» з пам'яті неприємні враження?
- Чи виправдалися ваші очікування?

### **Поради щодо розв'язання конфлікту.**

- 1.Щоб зменшити напруження, не зосереджуйтесь на власних станах і думках, а спробуйте налаштуватись на партнера, стати на його місце.
- 2.Дайте висловитись співрозмовникові та уважно його вислухайте.
- 3.Якщо партнер у чомусь має рацію, визнайте свою помилку і запропонуйте вихід із ситуації.
- 4.Дайте відчутти партнерові поважне ставлення до його особистості, значущість і цінність його думок і суджень.

5. Підкресліть свою близькість зі співрозмовником, знайдіть щось спільне між вами.

6. Покажіть, що ви розумієте стан співрозмовника.

### **Психологічні правила спілкування**

1. Бути ввічливим з іншими людьми,

2. Дотримуватися психологічно-просторової дистанції у контакті.

3. Дивитися у вічі співрозмовникові.

4. За необхідності хвалити партнера по спілкуванню.

5. Не характеризувати погано самого себе.

6. Уникати критичного оцінювання особистості партнера.

7. Відстоювати свою точку зору силою аргументації.

8. Не ображатися.

9. Бути толерантним.

10. Не піддаватись емоціям і не провокувати конфлікти.