



Игры с педагогами для профилактики конфликтов

Цель занятия: сплочение группы, развитие чувства общности, сопричастности; снятие барьеров в общении; профилактика деструктивного поведения.

Разминка. Участники, держась за руки, по команде создают круг, квадрат, треугольник, восьмерку.

Упражнение «Снежный ком». Все участники сидят в кругу. Ведущий называет свое имя и одно из качеств личности, но на ту букву, на которую начинается имя, например: Ольга - обаятельная. Следующий участник называет имя и качество ведущего, затем свое имя и качество. Таким образом, каждый последующий называет по очереди все предыдущие имена и качества, а в конце говорит свое. Когда круг сомкнется, ведущий называет имена и качества всех участников.

Упражнение «Карусель интересных тем». Участники образуют внешний и внутренний круг, поворачиваются лицом друг к другу и находят себе пару. Парам предлагается в течение 2 минут поговорить на заданную тему. Сначала один участник говорит в течение минуты, а второй слушает, затем, по сигналу ведущего, люди в паре меняются ролями, тот, кто говорил, становится слушателем. По окончании 2 минут внешний круг делает шаг по часовой стрелке, меняя таким образом, собеседника. Ведущий задает следующую тему для разговора. Упражнение длится до тех пор, пока участники не вернутся к первым собеседникам. Примерные темы для разговора: мой самый первый день на работе, самые приятные воспоминания, связанные с работой, самые неприятные воспоминания, связанные с работой, мой лучший в жизни коллега, мой трудный момент на работе, мой лучший момент на работе, часто ли я ссорюсь с друзьями, из-за чего у меня могут быть конфликты с родителями, детский сад моей мечты, мой самый трогательный случай на работе, что мне нравится в детях, что мне не нравится в детях, самые важные проблемы педагога.

Упражнение «Лабиринт». Проводится парами. Необходимо, используя доверие и эмпатию, молча провести «слепого» (с завязанными глазами) через лабиринт мебели и всевозможные препятствия.

Упражнение «Ошибки». Вся группа стоит в кругу. Ведущий просит всех повторять его движения, ошибаться нельзя. Если он поднимет руки вверх - то и все вверх, если вниз - то и все вниз. Ведущий может приседать, подпрыгивать, поворачивать согнутые руки в локтях направо, налево. Если кто-нибудь из участников ошибается, он должен быстро пересечь круг, встать на противоположной стороне и выполнять движения на новом месте. Через 2-3 минуты проводится рефлексия. Необходимо обратить внимание на моменты: о чем это упражнение, легко ли признавать, исправлять собственные ошибки,

какие чувства возникают при этом, бывают ли люди, которые никогда не ошибаются.

Упражнение «Согласен - не согласен».

Прояснение ценностей. Три таблички «согласен», «не согласен», «не уверен» развешиваются в три угла. Участникам предлагается выслушать одно из утверждений и выразить ту позицию, которой они придерживаются. Если они согласны с утверждением, то встают к табличке «согласен» и т.д. Здесь не надо долго думать, важно поступать по первому импульсу. Когда все участники выберут позицию, им предлагается обосновать свою точку зрения. Участники говорят по очереди. Важно не допускать споров, дискуссий, конфликтов. Здесь надо только выразить свое мнение и выслушать других. Когда все участники выскажутся по поводу первого утверждения, ведущий переходит к следующему. В конце рефлексия: всегда ли мнения участников совпадали и расходились, что чувствовали, когда слышали мнение, противоположное своему, как предупредить конфликты. Утверждения для упражнения: в этой жизни надо все попробовать, жить нужно так, как будто каждый день последний, личность начинается с рождения, в этой жизни все зависит от меня, в конфликте «отцов и детей» виноваты взрослые.

Упражнение «Думайте нежно».

Эта техника релаксации позволяет расслабить какую-то конкретную часть тела. С помощью воображения она снимает физическое напряжение. Направьте внимание на напряженную мышцу. Вообразите, что она превращается во что-то мягкое. Можете представить себе горящую свечу, которую вы держите в руке. Воск тает, и капля за каплей капает вам на руку. Вы ощущаете его тепло. Ваши мышцы начинают расслабляться (некоторые люди представляют, как их напряженные мышцы превращаются в глину, хлопок, поролон или вату).

Вы можете использовать любые образы и картины, ассоциирующиеся с миром и доверием. Например, представить себя в виде свернувшегося клубочком спящего котенка. А может, вам понравится мягкая сила урчащего от удовольствия льва или львицы. Чтобы расслабить лицо, вы можете представить его себе в виде роскошного цветка. Мысленно нарисуйте его прекрасные лепестки и зелень листы. Цветок нежен и свеж, и вы можете ощутить его аромат. Сделайте глубокий вдох и плавный выдох, представляя себе при этом, как уходит напряжение.

Если способ «Думайте нежно» ослабляет напряжение хотя бы на двадцать или более процентов, вам стоит его использовать. В конечном счете, вы научитесь достигать результатов в течение шестидесяти секунд.

Подготовила педагог-психолог ВКК Ходыкина О.А.