

Всем добрый день!

Для практического применения формулы решения педагогических конфликтов приглашаю фокус-группу.

Сейчас мы с вами проделаем одно упражнение, в котором очень важна рефлексия.

Возьмите, пожалуйста, этот стаканчик, рассмотрите его. Теперь я попрошу сжать его как можно сильнее. Что теперь стало со стаканчиком? Можно ли вернуть его прежний вид?

Так происходит в большинстве конфликтах- невозможность больше иметь те отношения, которые были до этого.

Для того, чтобы предотвратить конфликт или безболезненно и с достоинством выйти из него, необходимо овладеть навыками асертивного поведения или методом «Я-сообщений».

«Я- сообщения» строятся по четырём правилам:

1. ГОВОРИМ О ЧУВСТВАХ

В первую очередь необходимо обозначить собеседнику, какие эмоции мы испытываем в данный момент, что нарушает наш внутренний покой. Это могут быть такие словосочетания, как «я расстраиваюсь», «я огорчаюсь», «я переживаю», «я нервничаю» и т.д..

2. СООБЩАЕМ О ФАКТАХ

Затем мы сообщаем о том факте, который повлиял на наше состояние. Важно быть максимально объективным и не давать оценок действиям человека. Просто описываем, что именно повлекло за собой последствия в виде упавшего настроения. Тут важно не переходить на «Ты сообщения»: «Я раздражаюсь, когда ТЫ.....».

3. ДАЕМ ОБЪЯСНЕНИЕ

Потом нужно объяснить, почему именно нас задевает тот или иной поступок. Таким образом, наша претензия не будет выглядеть необоснованной.

Пример: «...потому, что мне приходится переделывать\ я трачу много времени на это ...»

4. ВЫРАЖАЕМ ЖЕЛАНИЕ

В завершение надо рассказать, какое поведение оппонента мы считаем предпочтительнее.

Пример: «Ты снова не передала мне информацию от родителей...» → « Мне важно, что получать всю информацию от родителей...»

Упражнение «Я -сообщения»

Изменить претензию на метод «Я-сообщения»

1.Претензия: «Мне опять одной приходится заниматься репетицией к детскому утреннику. От тебя нет никакой помощи»

«Я сообщение»:

2.Претензия: «Опять ты украсила групповое помещения без согласования со мной»

«Я сообщение»:

3.Претензия: «Мне надоели твои постоянные упреки и критика»

«Я сообщение»:

4. Претензия: «Ты постоянно все забываешь, не можешь запомнить то, что я говорю тебе»

«Я сообщение»:

5. Претензия: «Ты постоянно ведешь себя по отношению к детям агрессивно и строго»

«Я сообщение»: