

Департамент образования, науки и молодежной политики  
Воронежской области  
ГБПОУ ВО «Павловский техникум»

УТВЕРЖДАЮ  
директор ГБПОУ ВО  
«Павловский техникум»  
Ю.Ю. Русинов

«3» сентября 2020г.

## ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГО- ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА

### «Основы бесконфликтного общения»

Составитель:

Лобанова О.А., воспитатель общежития, медиатор

Руководитель:

Лубянова М.В., заместитель директора  
по ВР и социальным вопросам

Павловск  
2020

## Раздел 1. «ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ»

### 1.1. Пояснительная записка

Подростковый период характеризуется возрастанием потребности в общении. Дети сталкиваются с большими сложностями в этой области, в том числе с конфликтными ситуациями.

Конфликты неизбежны, даже если взаимоотношения с другими людьми строятся на мире и гармонии. Для того чтобы общественная жизнь не рушилась из-за конфликтов, а, наоборот, крепла вследствие роста умения находить и развивать общие интересы, каждому человеку необходимо обладать умением определять момент зарождения конфликта, эффективно улаживать споры и разногласия.

Для разрешения конфликта важно уметь гибко пользоваться различными подходами, выходить за пределы привычных схем и чутко реагировать на возможность поступать и мыслить по-новому.

Конфликтные ситуации можно использовать как источник жизненного опыта, самовоспитания и самообучения. Конфликты могут быть использованы в качестве учебного материала, если в последующем найдется время на анализ конфликтной ситуации, что позволит узнать больше о самом себе, о вовлеченных в конфликт людях или обстоятельствах, вызвавших конфликт. Такие знания помогут принять правильное решение в будущем и избежать конфликта.

Курс «Основы без конфликтного общения» нацелен на приобретение подростками новых знаний и опыта, а также на углубление и осознание уже имеющихся знаний

в области межличностного общения. Программа ориентирована на развитие практических навыков анализа социальных конфликтов и продуктивного разрешения конфликтных ситуаций. Данный курс также рассчитан на поддержку и развитие навыков анализа собственного поведения в ситуациях выбора, в том числе и на разрешение внутри личностных противоречий. Самостоятельная исследовательская работа среди участников образует пространство для практического применения обучающимся знаний о конфликтах и способах их разрешения и предоставляют общий для группы материал для анализа случаев. Реализация данной программы предполагает повышение компетентности в области межличностного общения у подростков.

### 1.2. Цель реализации программы:

Формирование конфликтологической компетентности учащихся.

### 1.3. Задачи реализации программы:

№ п/п	Задачи
1	Создать условия, способствующие максимальной заинтересованности подростков в обучении и выработке навыков для эффективного решения конфликтных ситуаций, в том числе при помощи службы медиации.

2	Создать условия для формирования у обучающихся знаний о видах конфликтов их функциях, причинах возникновения, этапах, возможной динамике и исходе различных конфликтных ситуаций.
3	Сформировать отношение к конфликтам, как к новым возможностям творчества и самосовершенствования, неотъемлемому нормативному элементу взаимоотношений между людьми.
4	Создать условия для формирования ответственного выбора эффективных стратегий разрешения межличностных конфликтов, позволяющих не только конструктивно решать возникающие проблемы, но и сохранять отношения людей.
5	Создать условия для закрепления полученных знаний и навыков эффективного общения.
6	Способствовать осознанию подростками необходимости постоянно совершенствовать коммуникативные навыки и навыки эффективного урегулирования конфликтных ситуаций.
7	Познакомить обучающихся со способом урегулирования конфликтных ситуаций с использованием помощи посредника.

#### 1.4. Планируемые результаты обучения

№ п/п	<i>Знать</i>
1	Причины, обуславливающие возникновение конфликтов в подростковой среде
2	Формы и методы разрешения конфликтных ситуаций
3	Технологии управления конфликтами
4	Психологические типы конфликтных личностей
№ п/п	<i>Уметь</i>
1	Применять в практической деятельности знания и умения по урегулированию конфликтов
2	Эффективно урегулировать конфликты в подростковой среде

#### 1.5. Категория участников:

Обучающиеся 1-2 курсов профессиональных образовательных организаций.

#### 1.6. Форма реализации программы:

Очная, предполагает групповые занятия с элементами тренинга (группы подростков по 15-20 человек).

#### 1.7. Срок освоения программы - 8 часов

8 занятий по 1 академическому часу каждое (1 занятие 1 раз в неделю).

## Раздел 2. «СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ»

### 2.1. Учебный (тематический) план

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов
1	Вводное занятие. Первичная диагностика.	1
2	Что такое конфликт. Причины возникновения. Стратегии поведения в конфликтной ситуации.	1
3	Навыки эффективного общения с людьми. Личностное отношение к конфликту.	1
4	Этапы урегулирования конфликта. Помощь посредника при урегулировании конфликта.	1
5	Управление конфликтом. Разница между «знать» и «уметь».	1
6	Где взять силы для урегулирования конфликтов и помощи другим.	1
7	Интерактивное занятие «Я – могу!»	1
8	Чему мы научились? Итоговое тестирование	1
ИТОГО:		8

### 2.2 Учебная программа

№ п/п	Тема занятия	Содержание
1	Вводное занятие. Первичная диагностика.	Знакомство с участниками курса. Первичное тестирование (методика К. Томаса).
2	Что такое конфликт. Причины возникновения. Стратегии поведения в конфликтной ситуации.	Понятие «конфликт», причины возникновения. Типичные стратегии поведения при конфликте, их целесообразность и эффективность. Моделирование и анализ типичных для подростковой среды конфликтных ситуаций.
3	Навыки эффективного общения с людьми. Личностное отношение к конфликту.	Понятие «личность», «эффективное общение». Влияние личностного отношения на исход конфликтной ситуации. Просмотр видеоролика.
4	Этапы урегулирования конфликта. Помощь посредника при урегулировании конфликта.	Возможные этапы урегулирования конфликтов. Для чего необходимо урегулировать конфликтные ситуации. Кто такой посредник и чем он может помочь. Анализ конфликтных ситуаций.
5	Управление конфликтом. Разница	Возможности управления конфликтом.

	между «знать» и «уметь».	Почему необходимо управлять конфликтом. Применение знаний на практике.
6	Где взять силы для урегулирования конфликтов и помощи другим.	Понятие «саморегуляции». Способы и методы саморегуляции. Почему стоит помогать другим. Просмотр видеоролика.
7	Интерактивное занятие «Я – могу!»	Применение полученных знаний на практике. Сюжетно-ролевая игра.
8	Чему мы научились? Итоговое тестирование.	Обобщение полученных знаний и навыков. Итоговое тестирование.

### 3. Материально-технические условия реализации программы

Мультимедийная аудитория с возможностью свободного перемещения столов и стульев, доска флип-чат с набором маркеров для доски, возможность просмотра видеофильмов.

#### 4. Список литературы.

Задания и упражнения, используемые в программе, модифицированы на основе методик, представленных в следующей литературе:

1. Лидерс А.Г. Психологический тренинг с подростками : учебное пособие для студентов, обучающихся по психологическим специальностям / – 2-е издание, стереотипное. – Москва : Академия, 2004. – 256 с.
2. Литвинов А.В. Основной курс медиации. М.: МАРТИТ, 2011. – 243с.
3. Практикум по психологическим играм с детьми и подростками / под ред. М.Р. Битяновой. – СПб., 2011.
4. Психологический тренинг в группе. Игры и упражнения. – М., 2012.
5. Светлов В. А. Современный словарь по конфликтологии /В.А. Светлов.-М.: ФЛИНТА:НОУ ВПО «МПСУ», 2014.
6. Фопель К. Групповая сплоченность. –
7. <http://www.8-926-145-87-01.ru/>
8. <http://www.rg.ru/2011/03/23/mediacia-dok.html>