**Тренинг конструктивного общения классных руководителей с детьми**

**Цель:**Совершенствование навыков бесконфликтного общения педагогов детского дома с подростками, освоение техники "Я-высказывания".

**1.Сообщение цели встречи**. Ваши ожидания?

**2. Разминка.**Упражнение "Ассоциации": продолжите фразы "Общение это…", «Конструктивное общение – это…»

**3. Упражнение "Как мы ведём себя в конфликте".** Как мы ведём себя в конфликте? Обычным способом поведения в конфликтной ситуации, является соскальзывание в одну из не партнёрских позиций и соответственно, либо высказывание прямых негативных оценок (позиция обвинитель"), либо жалобы и самообвинения (позиция "жертва"), либо попытки отстранено – рационально проинтерпретировать поведение собеседника (позиция "компьютер"). Все эти реакции – распространенные, но, увы, совершенно неконструктивные.

Способы реагирования, соответствующие не партнёрской позиции обычно начинаются со слов "ТЫ" или "ВЫ": "Вы думаете только о себе", "Ты не прав", "Ты всегда так поступаешь", "Тебя на самом деле не волнуют мои проблемы" и т.д.

Предлагаю вам выполнить следующее упражнение: "Сядьте поудобнее, закройте глаза. Вспомните какой-нибудь из конфликтов, который вы недавно пережили. Желательно вспомнить ситуацию, как можно более полно: увидьте всех участников конфликта, их позы, расположение друг относительно друга. Услышьте то, что они говорят – слова, интонации, громкость и тембр их голосов. Теперь увидьте себя в этой ситуации: где вы стояли, что делали, услышьте свои слова, почувствуйте своё тело и вспомните те ощущения, которые были у вас в тот момент. Говорили ли вы о своих чувствах? Если нет, то, что вы говорили и делали? Можете ли вы сейчас осознать и сформулировать их коротко, одним словом? Если можете, сделайте это сейчас, скажите самому себе о своих чувствах".

Рефлексия упражнения.

**4. Техника "Я – высказывания".**Конструктивным способом реагирования может быть применение **техники "Я – высказывания".**

**"Я – высказывание"** конструктивно изменяет не только ваше собственное отношение к конфликтной ситуации, но и отношение собеседника к ней. Человек всегда, не осознавая этого, протестует против приписывания ему ответственности за ваши переживания.В тоже время искреннее свободное называние своих чувств с позиции осознания собственной ответственности за то, что происходит с вами, не может ни кого обидеть и вызвать агрессию, поэтому напряжение ситуации спадает, а ваш партнёр как минимум просто теряется от неожиданности. **"Я – высказывание"** может и не дать мгновенного эффекта, но став вашей привычкой, многое изменит в вашем общении с воспитанниками детского дома.

**"Я – высказывание"**это:

* - способ вербального выражения чувств, возникающих в напряжённых ситуациях;
* - конструктивная альтернатива "ты – высказыванию", которое традиционно применяется для решения конфликта;
* - способ обозначения проблемы для себя и при этом осознание своей собственной ответственности за её решение.

Для освоения данной техники важно научиться хорошо осознавать происходящее с Вами прямо сейчас, в данный момент.

Рассмотрим схему**"Я – высказывания".**

**"Я – высказывание"**включает в себя не только название чувств, но и указания на условия и причины, которые их вызвали.

|  |
| --- |
| Схема **"Я – высказывания":****1.** **описание ситуации, вызвавшей напряжение:**"Когда это происходит…"**2.** **точное название своего чувства в этой ситуации:*** "Я чувствую…(недоумение, раздражение, беспомощность и т.д.)"
* "Я не знаю как реагировать…"

**3.** **название причин этого чувства:*** "Потому что…"
* "Ведь я…"

По этой схеме попробуйте сформулировать **"Я – высказывание"** вместо **"Ты – высказывания"** в следующих ситуациях.  |

Классным руководителям индивидуально предлагается несколько ситуаций из профессиональной деятельности. Переформулируйте **"Ты – высказывания" в "Я – высказывания":**

**"Ты – высказывания":**

1. Ты опять опоздал на урок.

2. Ты постоянно уходишь с последних уроков. Ты бездельник и прогульщик.

3. Ты опять не принес сменку. Тебя совершенно не волнуют правила.

4. Ты всегда грубишь педагогам, когда от тебя требуют соблюдения правил.

Рефлексия упражнения.

**5. Упражнение "Модальность".**Попробуйте на минуту почувствовать себя ребенком. Чаще всего они слышат от взрослых, педагогов:

* "Ты должен хорошо учиться!"
* "Ты должен соблюдать правила!"
* "Ты должен делать то, что говорят взрослые!"
* "Ты должен думать о будущем!"
* "Ты должен уважать старших!"

Очень редко подростки слышат обращения, построенные в модальности "возможного": "Ты можешь…, ты имеешь право…, тебе интересно…"

Теперь перейдите в позицию учителя или взрослого. Что они говорят о себе, обращаясь к ребенку? А говорят они следующее: "Я могу тебя наказать…", "Я знаю, что делать…", "Я старше и умнее…". Что же получается в результате? Происходит отчётливо выраженное противоречие в модальности обращения к подростку. Те речевые средства, которые направлены на него, формируются в модальности "долженствования", а то, что касается самих взрослых, - в модальности "возможного". Т.е. для ребят – одни запреты, а взрослые "могут всё" - у них полная свобода действий.

Эта очевидная несправедливость обостряет их взаимодействие со взрослыми и в ряде случаев становится причиной конфликтов. Модальность "долженствования" вообще тяжело переносится человеком, её ощущение вызывает у него тревожные, стрессовые состояния, страх оказаться несостоятельным. Модальность "долженствования" в обращении педагога к ребёнку необходимо свести к минимуму.

**Давайте потренируемся!**

**Типичная фраза: Лучше сказать:**

1. "Ты должен хорошо учиться**!" "Я уверена, что ты можешь хорошо учиться".**

2."Ты должен думать о будущем!" **"Интересно, каким человеком ты хотел бы стать?**

**Какую профессию думаешь** **выбрать?"**

3. "Ты должен слушать старших!" **"Конечно, ты можешь иметь собственное мнение, но к мнению старших полезно прислушиваться".**

Теперь потренируйтесь самостоятельно. Педагоги разбиваются на несколько групп. Каждой группе предлагается сформулировать следующие высказывания, используя модальность "возможного".

* "Ты должен соблюдать устав школы!"
* "Ты должен ценить заботу о тебе старших!"
* "Ты должен участвовать в классных мероприятиях "
* "Сколько можно бездельничать! Ты должен, наконец, заняться учёбой, делом!"

**6. Работа рекомендациями классным руководителям для организации эффективного, бесконфликтного, конструктивного взаимодействия с ребятами.**

**Оцените список рекомендаций по пятибальной шкале. Оценка пять ставиться в том случае, если вы так поступаете. 4 если Вам легко будет выполнять эту рекомендацию, 3 - вам с трудом будет удаваться исполнять рекомендацию, 2 – Вы не хотите исполнять эту рекомендацию, хотя понимаете, что это необходимо, 1 – это не в ваших правил так общаться с ребенком.**

* - Если вы задаёте вопрос, подождите, пока ваш подросток не ответит на него.
* - Высказав своё мнение, поинтересуйтесь мнением ребят.
* - Если вы не согласны, аргументируйте. Поощряйте поиск аргументов подростка.
* - Делайте паузы во время беседы. Не разрешайте себе захватывать всё "коммуникативное пространство".
* - Чаще повторяйте фразы: "Как ты сам думаешь?", "Мне интересно твоё мнение. Почему ты молчишь?", "Ты согласен со мной? Почему? Докажи, что я не права".
* проявляйте терпимость: не прерывайте ребёнка, не мешайте; прежде чем что-то сказать, хорошо подумайте, убедитесь, что вы хотите сказать именно это; помните, что ваша задача как слушающего – помочь ребёнку в выражении, высказывании своих проблем;
* не давайте советов: помните, что лучшие решения в конфликте – это те, к которым участники приходят сами, а не те, которые им кто-то подсказал.
* не обвиняйте – не говорите, что всё произошло из-за недостатков ребёнка, и не обвиняйте кого-то ещё в том, что случилось;
* не придумывайте – не говорите ребёнку, что вы думаете о том, каковы его мотивы и желания, раньше, чем он сам о них что-то скажет;
* не защищайтесь – сначала расскажите о своих действиях, мыслях и чувствах; сделайте это открыто и достаточно полно, и только после этого можете ждать, что то же самое сделает и ребёнок;
* не характеризуйте – не описывайте личность ребёнка, тем более говоря "ты невнимателен, эгоистичен, неопытен, молод и т.п., старайтесь говорить о том, что вас беспокоит по существу;
* не обобщайте – избегайте использования слов "всегда", "никогда" в описании поведения ребёнка, приводите в пример конкретные факты и ситуации, которые вы оба с ребёнком хорошо помните.
* Покажите ребёнку, что вы его поняли. Перескажите своими словами его мысли, начиная со слов "Как я тебя поняла…", "По-твоему мнению…", "Ты считаешь…", "Ты, наверное, расстроен тем, что…".
* Попытайтесь вместе с ним определить, что следует делать. Лучше, если это будут "пошаговые" действия (во-первых, во-вторых и т.д.)

Рефлексия.

**7. Заключительный этап.**

Оправдались ли Ваши ожидания? Что Вам понравилось? Чего Вам не хватило на данном занятие?