**Тренинг общения**

**Занятие 4**

**Цель**: приобретение и отработка навыков сотрудничества в конфликте, выхода из конфликтных ситуаций, создание различных моделей поведения в конфликте и выбор наиболее эффективных из них.

1. Рефлексия предыдущего занятия (обсуждение результатов групповой дискуссии «Индеец Джо»)

2. Игра «Гвалт»

*Цель*: развитие внимания, умения сосредоточиться, слышать собеседника

Один из участников выходит за дверь. Остальные договариваются между собой о том, строчку из какой песни они будут произносить. Затем каждому участнику предлагается запомнить по одному слову из этой строчки.  
Когда вышедший за дверь возвращается в аудиторию, остальные все вместе произносят задуманную строчку из песни. Участник пытается разгадать, о какой песне идет речь.

3. Упражнение «Конфликтная ситуация»

*Цель*: создание различных моделей поведения в конфликте, снятие тревожности, связанной с конфликтной ситуацией.

Работа в парах: А – вахтер в общежитии, В – посетитель. В пришел к другу, очень хочет пройти, А его не пускает.   
Задача А – быть непреклонным: «Ни за что не пропущу!»   
Задача В – пройти обязательно через вахту.  
Парам дается две минуты на диалог.

Обсуждение: какими способами пользовались те, кто прошел? (обман, подкуп, вошел в доверие, подружился с вахтером)  
Почему не удалось договориться тем, кто не прошел?

Резюме: Спор часто выходит из-под контроля (как на эскалаторе, став на который вы уже не можете сойти с него).

4. Упражнение «Конфликтный эскалатор»

Цель: Осознание собственного поведения в конфликте, отработка способов приостановления конфликта и выхода из него.

Рисуем конфликтный эскалатор в виде ступенек лестницы.  
– Назовите фразу, с которой может начаться спор. Пишем ее на первой ступени эскалатора.  
– Какой типичный ответ последует за этой фразой? Какой фразой ответят?  
– Как можно заставить эскалатор двигаться в обратную сторону?

5. Упражнение «Поведение в конфликте»

*Цель*: отработка различных моделей поведения в конфликтной ситуации, выработка уверенного стиля поведения

Разыгрывают ситуации:  
• Учитель и не готовый к ответу ученик  
• Грубый продавец и покупатель  
• Контролер в транспорте и «заяц»  
• Секретарь в учреждении и человек, пришедший за справкой»

Обсуждение:выйдите из ролей и дайте оценку поведения своего героя – каким он был: – решительным  
– уверенным  
– неуверенным, пассивным  
– агрессивным  
Резюме: не нужно избегать конфликтов, так как нерешенный конфликт – источник новых проблем, надо уметь вести себя достойно в конфликте, чтобы не обидеть другого, но и не чувствовать себя обиженным.

6. Заключительное упражнение

Собрать пословицы (каждому раздается по полоске с «кусочком» пословицы, ребята должны молча «собрать» пословицы и встать по парам, прочитав вслух свою пословицу).

Пословицы о конфликтах:

• Кто сильнее, тот и правее  
• Честная сделка не вызывает ссоры  
• Кто дарит, тот друзей наживает  
• Из двух спорщиков умнее тот, кто первый замолчит  
• Доброе слово не требует затрат, а ценится дорого  
• Кто не отступает, тот не обращается в бегство  
• Выноси заботы на свет и держи с ними совет  
• Кто спорит, тот ни гроша не стоит

7.Рефлексия занятия