

Zajęcia z psychologiem 20.04.2020r. – 24.04.2020r.

(zajęcia adresowane do uczniów klas VIIIaL, VIIIbAN Szkoły Podstawowej nr 17 oraz do uczniów klas Ia/z i IIc/z Szkoły Przystosowanej do Pracy)

Droży uczniowie, będę wdzięczna za nadesłanie zdjęć wykonywanych ćwiczeń lub krótkich informacji, jak radzicie sobie z zadaniami. Adres e-mail: psychologswpt@gmail.com.

Jestem również dostępna pod numerem telefonu 533153071. Możecie dzwonić, postaram się pomóc w rozwiązaniu wszelkiego rodzaju problemów.

Pozdrawiam Was serdecznie!

Temat: Konflikty – przyczyny, skutki, style zachowania.

Słowo konflikt pochodzi z języka łacińskiego i oznacza zderzenie. Możemy wytłumaczyć go jako sprzeczność interesów, poglądów, w wyniku których może dojść do sporów i zatargów. Konflikty są naszą codziennością, są nieuniknione, zdarzają się w rodzinie, w szkole, pomiędzy rówieśnikami, pomiędzy państwami. W konflikcie uczestniczą co najmniej dwie osoby. Konflikt zawsze ma swoją przyczynę i skutek. Konflikty trzeba rozwiązywać, o tym będziemy się uczyć za tydzień.

Ludzie w różny sposób zachowują się w sytuacjach konfliktowych. Można wyróżnić trzy takie style:

Styl A (styl twardy) – Do tej grupy można zaliczyć osoby, dla których nie liczy się to co czuje i czego oczekuje druga strona konfliktu. Jakiemkolwiek ustępstwo jest dla nich oznaką słabości. Starają się zwyciężyć, często poprzez atak.

Styl B (styl miękki) – To osoby, które zrobią wszystko, żeby wycofać się, uniknąć konfliktu. Bez wahania zgadzają się na warunki stawiane przez drugą stronę konfliktu. Na ogół nie wierzą, że konflikt można rozwiązać.

Styl C (styl negocjacyjny) – Do tej grupy można zaliczyć osoby, które szukają kompromisu, czyli rozwiązania, które pozwoli zrealizować interesy obu stron. Cenią swoje potrzeby, ale dostrzegają i rozumieją potrzeby drugiej strony konfliktu.

Ćwiczenie 1

Zastanów się i odpowiedz na pytania:

Jakie mogą być skutki nierozwiązanych konfliktów między rówieśnikami?

.....
.....

Jakie mogą być skutki konfliktów pomiędzy państwami?

.....
.....

Ćwiczenie 2

Bracia Janek i Piotrek mają wspólny pokój. Janek postanowił włączyć muzykę swojego ulubionego wykonawcy, Piotrek w tym czasie chciał odrabiać lekcje. Piotrek prosi brata, aby wyłączył muzykę. Janek odpowiada, że jest w swoim pokoju i może robić to, co mu się podoba. Piotrek urażony wychodzi z pokoju i rezygnuje z odrabiania lekcji.

1. Co było przyczyną konfliktu między braćmi?

.....

2. Zaznacz, który styl zachowania w sytuacji konfliktowej charakteryzuje Janka.

A B C

3. Zaznacz, który styl zachowania w sytuacji konfliktowej charakteryzuje Piotrka.

A B C

4. Zaznacz, co Twoim zdaniem czuł Janek?

radość	złość	dumą	satysfakcję	wstyd
litość	pogardę	niechęć	siłę	zdziwienie

5. Zaznacz, co Twoim zdaniem czuł Piotrek?

gniew	smutek	zmęczenie	bunt	szczęście
dumą	rozczarowanie	rezygnację	ulgę	osamotnienie

6. Czy Twoim zdaniem konflikt został rozwiązany?

TAK NIE

7. Jeśli konflikt nie zostanie rozwiązany, jakie mogą być jego skutki?

.....

Ćwiczenie 3

Przypomnij sobie sytuację, w której Ty byłeś jedną ze stron konfliktu. Nie opisuj jej, tylko odpowiedz na pytania:

1. Jaki styl zachowania charakteryzował Ciebie w tej sytuacji? A B C

2. Jaki styl zachowania prezentowała ta druga osoba? A B C

3. Co wtedy czułeś/czułaś?

.....

4. Czy udało się rozwiązać konflikt? TAK NIE

5. Jakie były skutki tego konfliktu?

.....

Już teraz zapraszam Was na następne zajęcia, podczas których skoncentrujemy się na sposobach rozwiązywania konfliktów.