|  |
| --- |
| МОУ «Дмитриевская СОШ» |
| Тема доклада: «Формирование навыков конструктивного выхода из конфликтной ситуации |
| Докладчик : Педагог-психолог В.А. Шумейко |

|  |
| --- |
| Дмитриевка2024год  |

**Тема: «Формирование навыков конструктивного выхода из конфликтной ситуации»**

**Ежики в банке: как уживаются подростки в школьном коллективе**

**Подростковый возраст – для родителей моментально взрослеющих детей «не сахар». А уж для самих тинейджеров и подавно, особенно в коллективе. От того, как складываются их отношения с одноклассниками, зависит их общий настрой на жизнь и, разумеется, успешность в учебе.**

Чем могут помочь родители, педагоги когда и как стоит вмешиваться в отношения ребенка с коллективом и стоит ли это делать вообще? Ведь иногда семье сложно понять, капризничает ребенок или его жалобы на одноклассников и учителей обоснованы. Стоит ли в этом случае поменять школу или не следует решаться на столь резкие шаги ради «убегания» от проблем вместо того, чтобы их решать? Вопросов всегда возникает множество, если ребенок – подросток.

Концепция «ежиков в банке», которая помогает в групповой работе с подростками.

Представьте, что подростковый коллектив – это банка, полная ежиков. По своей природе они не могут не колоть друг друга. Однако существуют такие геометрические решения, которые позволяют им сосуществовать в относительном комфорте. Что может сделать один конкретный «ежик», чтобы его «кололи» как можно меньше? Ответом на этот вопрос имеет именно геометрические решения. Тот, кому удается забраться «наверх» и «высунуть нос» из общей кучи, вовсе не оказывается в комфортном положении, как можно предположить: его колют те, кто внизу, в незащищенный колючками «живот», да еще стараются стянуть его обратно в общую кучу. Однако есть позиции, которые позволят сделать пребывание в этой банке менее болезненным: например, лечь на дно, выставив иголки. Подростки обычно сами определяют таких одноклассников, отмечая, что те в подобной позиции находятся уже несколько лет. В ней есть свои минусы: такой ребенок практически не вовлечен в жизнь коллектива, «снизу» не видно, что происходит вокруг. То есть «не колют», но дышать тяжело.

**Второй вариант безопасной позиции** – найти того, кому доверяешь, и выстроить с ним «круглого ежа», соединившись «брюшками», выставив иголки против остальных. На такое большое круглое и колючее существо никто обычно не покушается. Однако и здесь есть свой риск – предательство. «Мы с Тамарой ходим парой, а она вдруг ушла и стала дружить со Светкой. А еще и рассказала ей все мои секреты». В этом случае риск предательства представляет серьезную психологическую травму. В любом классе, как правило, такие тесные парные взаимоотношения встречаются.

Есть еще относительно безопасное размещение в «банке» – **«брюшком»** прилепиться к стеклу. В этом случае все интересы подростка находятся вне коллектива, он все время смотрит туда – «за стекло». Такими учениками бывают те, кто серьезно увлекается спортом и в классе находится пару месяцев из учебных девяти. Когда такой ребенок появляется в коллективе после очередных соревнований, ему пытаются рассказать, что за это время произошло, стараются как-то ввести в «тусовку» – в атмосферу коллектива на данный момент. Однако увлеченного спортом это мало интересует, он с трудом адаптируется: все его мысли – в любимом занятии вне класса. Плюсы и минусы этой позиции очевидны: с одной стороны, такого «ежика» не колют, а с другой – он остается по большей части вне коллектива.

Все проблемы в классе можно решить, если перевернуть банку. И она со временем переворачивается – ребята взрослеют, их интересы все больше выходят за пределы коллектива. Родителям, учителям подрастающих детей в своем общении с ними стоит набраться терпения и помнить, что этот «колючий» возраст все же проходит. И дети из него выходят с багажом накопленного опыта.

**О самооценке ребенка**

Многие считают, что меньше проблем в школе бывает у тех детей, которые обладают более высокой самооценкой. Однако, не соглашусь. Нормальной является как высокая, так и низкая самооценка. И та и другая позволяют адекватно взаимодействовать с миром. Если у ребенка очень высокая самооценка и вдруг случается что-то неординарное, он «падает» – первое, что ему приходит в голову, это мысль о случайности произошедшего. Ребенок поднимается и идет дальше, при этом его самооценка не страдает, она не меняется. Если в такую ситуацию попадет ребенок с низкой самооценкой, он, как правило,  решает, что это обычно для него – «так и должно было случиться», все, как всегда, ничего нового. И в этом случае самооценка подростка также не изменится. В первом и втором примерах мир для него остается предсказуем. Так что любая самооценка нормальна – главное, чтобы она была стабильной. Плохо, если она становится скачущей: когда ребенку сегодня кажется, что выше него только звезды, а завтра – что ниже него только мусорная корзина. Плохо также, когда она явно не совпадает с реальными возможностями ребенка.

**О травле**

В самой некомфортной ситуации в классе оказываются дети, которых одноклассники определяют на роль «козла отпущения». Тогда начинается травля. И единственный правильный выход здесь – забрать ребенка из этого коллектива. В таком случае медлить нельзя: сначала его надо забрать из такого класса, и только затем анализировать ситуацию, особенности характера и помочь ему попробовать себя в разных ролях, которые обычно предлагает детский коллектив.

Чтобы принять такое важное решение, необходимо правильно определить, когда речь идет действительно о ситуации буллинга, а  когда просто – о некомфортном пребывании в коллективе – ребенок жалуется, что его дураком сегодня обозвали, а вчера пренебрегли его мнением например. Для этого есть довольно четкий критерий. Травля не означает, что все обязательно объединяются против одного. Далеко не всегда бывает именно так. Самый верный критерий – это отсутствие поддержки, когда ребенка никто не поддерживает в классе. Один или несколько одноклассников могут взять его портфель, вытряхнуть личные вещи или побить, и никто за него не заступится. Если на стороне такого ребенка нет никого, то в данном случае речь, скорее всего, идет именно о буллинге.

Бывают случаи, особенно в 3-4 классах, когда ребенок продолжительное время (например, почти весь учебный год) борется за себя – с обижающими его одноклассниками, иногда даже с учителем, который унижает его перед классом. Как только родитель заподозрит такую ситуацию, психолог советует «вооружиться» доказывающими это фактами и сообщить о них всем заинтересованным лицам – педагогу, администрации, классу. В этом случае нужно заявить о своих намерениях не мириться с существующим положением, а разбираться в нем. Если по итогам будет заметно, что родителя услышали, что отношения в коллективе стали меняться, и ребенок стал спокойнее, то можно дальше продолжать обучение. Если этого не будет, стоит, как в случае травли, забирать ребенка из данного коллектива: ведь роль «козла отпущения», которую в данном случае приходится ребенку выполнять, разрушает личность.

Остается закономерный вопрос: что делать дальше – после того, как такой ребенок переведен в другую школу? Непременно стоит проанализировать причины того, почему он не прижился в прежнем коллективе, понять, почему он не смог справиться ни с одной из существующих в детском социуме ролей и предложить – в некоторых случаях даже научить – его одной из них. В этом может помочь квалифицированный психолог. Также, можно предложить родителям ознакомиться со стандартным набором ролей детского коллектива, чтобы понять, какая именно может подойти их ребенку – в случае «подкованности» и осведомленности семьи в этом вопросе работа психолога с ребенком может оказаться более эффективной.

[Народный календарь](https://ug.ru/category/narodnyj-kalendar/)

**[Лаврентьев день: что нужно сделать 23 августа, чтобы не проморгать счастье и удачу](https://ug.ru/lavrentev-den-chto-nuzhno-sdelat-23-avgusta-chtoby-ne-promorgat-schaste-i-udachu/)**

[Здоровье UG.RU](https://ug.ru/category/zdorove-ug-ru/)

**[Врачи рассказали, как снизить холестерин, не отказываясь от жирной еды](https://ug.ru/vrachi-rasskazali-kak-snizit-uroven-holesterina-ne-otkazyvaya-sebe-v-zhirnoj-ede/)**