**«Утверждаю»**

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_ г.

**МЕТОДИЧЕСКИЙ ПЛАН**

проведения занятий по психологической подготовке с личным составом дежурных караулов \_\_\_\_ ПСЧ

**Тема № 3.1**: «Социальный конфликт. Способы разрешения конфликтных ситуаций»

**Вид занятия:** Практическое занятие (семинар).

**Отводимое время:** 1 час.

**Цель занятия:** повышение уровня подготовки л/с.

**Место проведения занятия:** учебный класс.

1. **Литература используемая при проведении занятия:**
2. -Психология экстремальных ситуаций для спасателей и пожарных./Под общей ред. к. психол. наук Ю.С. Шойгу.– М.:СМЫСЛ, 2007.
3. Психология. Словарь / Под ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. М.: Политиздат, 1990

**Развернутый план занятия**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Учебные вопросы (включая контроль занятий) | Время (мин) | Содержание учебного вопроса метод отработки и материальное обеспечение (в т. ч. технические средства обучения) учебного вопроса. |
| 1 | Подготовительная часть | 5 | Сбор л/с и ознакомление с темой занятия. |
| 2 | Основная часть | 30 | **Социальный конфликт. Способы разрешения конфликтных ситуаций****1. Психологическая дезадаптация проявляется:** в нарушении восприятия пространства и времени;нарушениях памяти, внимания, мышления;в проявлении необычных психических состояний;выраженными вегетативными реакциями.Подобные изменения оказывают значимое влияние на поведение и эффективность профессиональной деятельности**2. Психические состояния****Психическое состояние** – самостоятельное проявление человеческой психики, всегда сопровождающееся внешними признаками, имеющими преходящий, динамический характер, выражающееся чаще всего в эмоциях, окрашивающее всю психическую деятельность человека и связанное с познавательной деятельностью, с волевой сферой и личностью в целом. **3. Чувства;**настроение (эйфория, тревога, фрустрация и др.);внимание (сосредоточенность, рассеянность);воля (решительность, растерянность, собранность);мышление (сомнения);воображение (мечты) и т. д. 4. **Дезадаптивные психические состояния**Критерием, позволяющим выделить дезадаптивные психические состояния, является снижение или утрата контроля человека за своим состоянием, которое по силе переживания или продолжительности превосходит регуляторные возможности человека. 5. **Закон Йеркса-Додсона** **6. Профилактика неблагоприятных психических состояний** Основные механизмы:**Первый механизм** связан с включением волевой регуляции;**Второй механизм** включает когнитивную переоценку по принципу «Не очень-то и нужно»;**Третий механизм** включает косвенный когнитивный контроль (предполагает привлечение дополнительных организационных, групповых, личностных ресурсов). 8. **Социальный конфликт****Социальный конфликт** – наиболее деструктивный способ разрешения значимых противоречий, возникающих в процессе социального взаимодействия, заключающийся в противодействии субъектов конфликта и сопровождающийся выраженными негативными эмоциями и чувствами.9. **Конфликт влияет на:**психические состояния и как следствие на физическое здоровье участников;взаимоотношения оппонентов;качество индивидуальной деятельности;социально-психологический климат группы;качество совместной деятельности.10. **Последствия конфликта**КонструктивныеДеструктивные11. **Деструктивные последствия конфликта**затруднения или невозможность совместной деятельности участников конфликта;усиление личной враждебности участников конфликта, вплоть до формирования образа «врага»;противодействие участников конфликта по отношению друг к другу, которое наносит урон профессиональной деятельности;проявление непродуктивной конкуренции по отношению к другим лицам;уменьшение межличностных коммуникаций вплоть до их полного исчезновения;снижение общего фона настроения и эффективности индивидуальной деятельности у участников конфликта.12. **Конструктивные последствия конфликта**в поиске и выработке взаимоприемлемых решений;в снятии враждебности участников конфликта по отношению друг другу;в эмоциональной разрядке;в психологическом обновлении отношений;в возникновении более глубокого и адекватного взаимопонимания между людьми.13. **Структура конфликта:** Объективный уровеньСубъективный уровень14. **Объективный уровень**предмет конфликта, то есть, то из-за чего возникает конфликт;основные участники конфликта;второстепенные участники конфликта, то есть те, кто явно или неявно поддерживают основных участников конфликта;факторы физической и социальной среды, непосредственно влияющие на конфликт;факторы физической и макросоциальной среды, опосредованно влияющие на конфликт.15. **Субъективный уровень**образ конфликтной ситуации каждой из сторон;потребности сторон;опасения сторон;позиции сторон;актуальное психическое состояния участников конфликта;динамические составляющие индивидуально-психологических особенностей участников.16. **Карта конфликта**

|  |  |
| --- | --- |
| Потребности стороны А | Опасения стороны А |
| Индивидуально-психологические особенности стороны ААктуальное психическое состояние стороны АПозиция стороны А |
| Второстепенные участники АСторона Аконфликтогенные факторыПредмет конфликтаконфликтогенные факторыСторона БВторостепенные участники Б |
| Позиция стороны БАктуальное психическое состояние стороны БИндивидуально-психологические особенности стороны Б |
| Потребности стороны Б  | Опасения стороны Б |

17. **Причины конфликта:**Объективные причиныСоциально-психологические причиныЛичностные причины18. **Объективные причины**1. Естественное столкновение значимых материальных и духовных интересов людей в процессе их жизнедеятельности; 2. Слабая разработанность правовых и других нормативных процедур разрешения социальных противоречий, возникающих в процессе взаимодействия людей;3. Недостаток значимых для нормальной жизнедеятельности людей материальных и духовных благ;4. Усойчивые стереотипы межэтнических отношений, способствующие возникновению конфликтов.19. **Социально-психологические причины**1. Потери и искажения информации в процессе межличностной и межгрупповой коммуникации;2. Разбалансированное ролевое взаимодействие людей;3. Разные критерии оценки результатов деятельности и событий;4. Внутригрупповой фаворитизм;5. Атмосфера соревнования и конкуренции.20. **Личностные причины**1. Высокая конфликтность;2. Неспособность увидеть ситуацию со стороны другого оппонента или увидеть ситуацию, не включаясь в нее;3. Уровень притязаний неадекватный способностям и возможностям, чрезмерная амбициозность;4. Субъективная оценка поведения партнёра как недопустимого и др*.***21, 22. Формы разрешения конфликта и стратегии поведения оппонентов**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Сторона А*** | ***Сторона Б*** | ***Форма разрешения*** |
| Соперничество  | Соперничество  | перерастание в другой конфликт |
| Соперничество | Уступка | урегулирование  |
| Соперничество  | Компромисс | урегулирование  |
| Соперничество  | Сотрудничество  | урегулирование  |
| Соперничество  | Уход | затухание |
| Компромисс | Уступка | урегулирование  |
| Компромисс | Компромисс | урегулирование |
| Сторона А | Сторона Б | Форма разрешения |
| Компромисс | Сотрудничество  | урегулирование |
| Компромисс | Уход | затухание |
| Уход | Уступка | затухание |
| Уход | Сотрудничество | затухание |
| Уход | Уход | затухание |
| Уступка | Уступка | урегулирование |
| Уступка | Сотрудничество | урегулирование |
| Сотрудничество | Сотрудничество | разрешение противоречия, составляющего основу конфликта  |

23. **Стратегии поведения**Соперничество КомпромиссУходУступкаСотрудничество24. **Динамика конфликта**Этапы развития конфликта:Развитие доконфликтной ситуацииРазвитие собственно конфликтаРазвитие послеконфликтной ситуации25. **Развитие доконфликтной ситуации**возникновение объективной проблемной ситуации социального взаимодействия;ее осознание субъектами проблемного взаимодействия;попытки разрешить неконфликтными способами;начало предконфликтной ситуации.26**. Развитие собственно конфликта**инцидент;переход предконфликтной ситуации в открытый конфликт;конфликтное взаимодействие;попытки завершить конфликт;завершение конфликта.27. **Развитие послеконфликтной ситуации**частичная нормализация взаимодействия участников конфликта;полная нормализация взаимодействия.28. **Основные этапы и фазы конфликтов**29. **Соотношение деловой и личностной сфер в длительном конфликте** |
| 3 | Заключительная часть | 10 | Опрос по теме, отвечаю на вопросы личного состава, даю задание на самоподготовку, подвожу итоги |

3. Пособия и оборудование, используемые на занятии: методический план, учебные плакаты.

4. Задание для самостоятельной работы слушателей и подготовка к следующему занятию: повторить пройденный материал.

Руководитель занятия \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_