**«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**  Конструктивные  Деструктивные  11. **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 уровень  Субъективный уровень  14. **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 А  Актуальное психическое состояние стороны А  Позиция стороны А | | | | Второстепенные участники А  Сторона А  конфликтогенные факторы  Предмет конфликта  конфликтогенные факторы  Сторона Б  Второстепенные участники Б | | | | Позиция стороны Б  Актуальное психическое состояние стороны Б  Индивидуально-психологические особенности стороны Б | | | | Потребности стороны Б | | Опасения стороны Б |   17. **Причины конфликта:**  Объективные причины  Социально-психологические причины  Личностные причины  18. **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  Компромисс  Уход  Уступка  Сотрудничество  24. **Динамика конфликта**  Этапы развития конфликта:  Развитие доконфликтной ситуации  Развитие собственно конфликта  Развитие послеконфликтной ситуации  25. **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 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_