**M4 – VÉSZHELYZETEK**

**1. feladat**

Olvassátok el a megadott szöveget (1/a) és oldjátok meg az alábbi feladatokat!

* Mi a konfliktus?
* Miért van konfliktus?
* Melyek a konfliktuskezelés alapelvei?
* Mi jellemző a sakál- és mi a zsiráfmódszerre?
* Oldjátok meg az 1/b feladatlapot!
* Szituációs feladat

Karcsi és Zoli jó barátok voltak. Egy alkalommal együtt fociztak az iskola udvarán, és Zoli véletlenül betörte az egyik osztályterem ablakát. Karcsi javasolta, hogy menjenek be és szóljanak.

A fiúk kétféle képen reagálhatnak: sakálmódon vagy zsiráfmódon.

**Készüljetek fel a szituáció eljátszására úgy, hogy kétféleképpen, vagyis sakál és zsiráf módon is befejezitek! A csoportfeladatok bemutatásakor játsszátok el az osztálynak a szituációkat!**

**2. feladat**

Nyissátok meg az internetes forrásokat és válaszoljatok az alábbi kérdésekre!

* Hogyan veszélyezteti a barátságot a virtuális világ (gondoljatok az időre, a személyes kapcsolat hiányára stb.)? Mutassátok be a példákat!
* Milyen veszélyek fenyegetnek a neten?
* Mit tegyünk, ha interneten zaklatnak? Kihez fordulhatunk?
* Hogy használhatjuk jól a médiát?
* Hasznos tanácsok – Készítsetek az osztálynak a netes anyagból egy útmutatót!

**1/a feladat**

A konfliktus

*„És amint szeretnétek, hogy az emberek veletek bánjanak, ti is úgy bánjatok velük." (Lukács 6,31)*

*„Nincs olyan konfliktus, amelyet ne lehetne megoldani, hacsak a valódi felbujtója rejtve nem marad.”*

*(Lafayette Ron Hubbard)*

1. **Mi a konfliktus?**

* Latin jelentése (fegyveres) összecsapás
* Nézeteltérés vagy félreértés két vagy több ember között
* Eltérő igények, vágyak, vélemények, szükségletek

1. **Miért van konfliktus?**

* Érdekütközés az alapja – a saját vágyam, szükségletem kielégítése a fontos
* Valaki (a másik) akadályoz a szükségéletem kielégülésében
* Agresszió, harag
* Bibliai magyarázata: a bűneset a legnagyobb konfliktus, ebből ered a többi
* Isten és ember közötti konfliktus
* Ember és ember közötti

1. **A konfliktuskezelés alapelvei**

* A konfliktus az élet része, alaptermészetünkből adódik, a változás, a verseny természetes része.
* Nem azért van konfliktus, mert valaki hibás.
* A kapcsolat fontosabb a problémánál, rendezni akarom a konfliktust.
* A másik szemszögéből is tudom nézni az eseményeket.
* Tudok és akarok együttműködni.
* Tudok bocsánatot kérni és megbocsájtani.
* Tudok felejteni.
* Ismerem szükségleteimet, igényeimet, ezeket meg tudom fogalmazni

1. **Konfliktuskezelés első lépése**

**Erőszakmentes Kommunikáció és konfliktuskezelés – EMK**

Az **Erőszakmentes Kommunikáció (EMK)** dr. Marshall Rosenberg nevéhez fűződik.

Az erőszakmentes kommunikációban a végső cél, hogy a kommunikáló felek a szív szintjén kapcsolódjanak össze. A gyakorlatban ehhez egyrészt empátia, vagyis a másikra való együttérző odafigyelés, másrészt őszinte önkifejezés szükséges, oly módon, hogy az a másikat lehetőleg együttérző odafigyelésre indítsa.

**Sakálmódszer:** A sakál konfliktushelyzetben kétféle módon viselkedik: üvöltve támad vagy alázatosan behúzott farokkal elsomfordál. Marshall Rosenberg szerint sakálnyelven szocializálódunk, így viszonyulunk egymáshoz és önmagunkhoz, ezen a nyelven valamennyien perfektül beszélünk. A sakálnak is van szíve. Csak ő a szükségleteit tragikus módon fejezi ki, ezért éppen az ellenkezőjét éri el annak, mint amit szeretne. Az EMK segítségével tehát megtanulhatjuk lefordítani saját és mások ítéleteit a szív nyelvére (tolmács alkalmazása, a szív a tolmács, a szeretet).

**Az erőszakmentes kommunikáció szimbóluma a zsiráf**

**Zsiráfmódszer:** A zsiráfnak van a legnagyobb szíve, nagyon erős, nagyon szelíd: egyetlen rúgásával harcképtelenné tehetné a társát, nyálával képes feloldani a tövist, ami azt a készséget jelképezi, hogy mások „fullánkjait” együttérzéssel és empátiával dolgozhatjuk fel.

A zsiráftisztában van a saját érzéseivel és szükségleteivel, nem mond le róluk, de miközben saját szükségletei kielégítésére törekszik,figyelemmel igyekszik meghallani a másik érzéseit és a mögötte húzódó szükségleteket.

Cselekvéskor a zsiráf számára csak olyan megoldás fogadható el, amelyben ugyanakkora figyelmet kapnak a partnere szükségletei, mint a sajátjai. **Lényegkiemelés: A konfliktuskezelés alapja nem az igazság megkeresése, hanem a kapcsolat helyreállítása!**

**1/b feladat**

Az alábbiakban állításokat olvashattok a konfliktusról. Szerintetek igaz vagy hamis egy-egy állítás? Írjátok mellé!

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **ÁLLÍTÁS** | **IGAZ** | **HAMIS** |
|  | A konfliktus a latin *confligere* szóból ered, eredeti jelentése fegyveres összeütközés. |  |  |
|  | A konfliktus rossz, kerülni kell. |  |  |
|  | Érdekütközés az alapja – a saját vágyam kielégítését valaki (a másik) akadályozza. |  |  |
|  | Azért van konfliktus, mert valaki hibás. |  |  |
|  | A másik szemszögéből is tudom nézni az eseményeket. |  |  |
|  | A zsiráfnem mond le a saját érzéseiről, szükségleteiről, de igyekszik meghallani a másik érzéseit, szükségleteit. |  |  |
|  | A sakál konfliktushelyzetben kétféle módon viselkedik: üvöltve támad vagy behúzott farokkal elsomfordál. |  |  |
|  | A konfliktus a változás és verseny természetes velejárója. |  |  |
|  | Csak egyén és egyén között vannak igazán konfliktusok. |  |  |
|  | A megoldatlan konfliktus tönkretehet egy kapcsolatot. |  |  |