Тема: « Профилактика агрессивного поведения у подростков»

Цель: Учиться адекватному поведению в сложных жизненных ситуациях.

Ребята в настоящее время нас окружает очень много грубости между друзьями, просто между людьми. Так же мы можем увидеть драки, крики – всё это агрессивное поведение. В связи с этим тема нашего урока «Профилактика агрессивного поведения у подростков».

Задачи: Сегодня на нашем занятии мы будем учиться адекватному поведению в сложных жизненных ситуациях. Я вам расскажу, что такое агрессия и агрессивное поведение. И познакомлю вас с новыми словами ассоциация, агрессия, жертва, зрители.

И так, буквально за последние год-два подростковая агрессия из часто – семейной превратилась едва ли не важнейшую общественную проблему. Сегодня от проблемы агрессивного поведения уже нельзя отмахнуться как от несуществующей или малозначимой. И начинать решать её надо в вашем возрасте.

Давайте разберём примеры реальных ситуаций из школьной жизни. В одной школе мальчишки из шестого класса обзывают и бьют одноклассника, который не умеет и не любит драться. Его фамилия им кажется смешной – они коверкают её, придумывая обидные прозвища. Мальчишкам нравится чувствовать себя «сильными». Они думают, что драки и насмешки – это просто игра; жестокими и агрессивными они себя не считают. А как вы думаете?

Ученицы пятого класса не общаются с одной из девочек их класса. Им не нравится, что она носит не модную одежду; её причёска кажется им смешной. Иногда они обзывают её. Но обычно просто не замечают, а если и обращаются к ней то только по фамилии. Когда, набравшись смелости, девочка всё же предпринимает попытки присоединиться к разговору или к игре, одноклассницы отворачиваются или уходят, после чего хихикают и сплетничают.

Как вы думаете ребята это правильно? Почему?

Нужно относиться к людям так, как бы ты хотел, что бы относились к тебе.

Сейчас я бы хотела поиграть с вами в игру «Ассоциации» Что такое ассоциация?

Ассоциация – это первое, что приходит в голову, когда вы слышите какое то слово или видите какой то предмет.

Игра: Во время игры вам нужно будет давать ассоциации на то слово, которое скажет предыдущий игрок. Например, если я начинаю и произношу слово «тумбочка» , то Коля говорит свою ассоциацию на это слово, например «телевизор» , а Слава даёт свою ассоциацию на слово Коли и т.д. Постарайтесь не задумываться по долгу, говорите первое что приходит в голову. Я говорю агрессия – ссора –драка-боль-слёзы-обида-синяки-злость.

Итог игры: ребята вот ваши ассоциации с агрессией. Как вы думаете это связанно с хорошими или плохими проявлениями. Нужно ли от агрессии избавляться? Да нужно. Почему? Агрессия приносит вред человеку. Молодцы ребята! И так подведём итог, что такое агрессия?

Агрессия – это форма поведения, направленная на оскорбление или причинение вреда другому человеку.

А сейчас, мы выяснили что такое агрессия и будем учиться способом разрядки гнева и агрессивности от неё избавляться.

Первым упражнением будет «критикуй, не обижая» Перед тем как начать это упражнение мы познакомимся с законами правильной критики. На каждой парте лежит один закон. Давайте поочерёдно их зачитаем:

- критикуй не человека в целом, а его конкретные действия

- говори о своих чувствах по поводу того что тебе не нравится

- предлагай пути решения проблемы, если возможно, то и свою помощь

- покажи уважение к человеку, свою веру в то, что он сможет измениться

- избегай слов и интонаций, которые могут обидеть человека

- не приказывай, а предлагай человеку выбор

А сейчас вашему вниманию я предложу обидные фразы из вашего общения , которые необходимо изменить так , что бы они не звучали обидно. На каждую парту я раздаю по фразе.

1. С тобой со скуки помрёшь ( может мы поговорим о чём то другом? Или займёмся чем- нибудь интересным?)
2. Смотри куда прёшься корова ?( Смотри куда идёшь девочка)
3. «Заткнись» ( может ты помолчишь?)
4. « Не тормози» ( делай быстрее)
5. « Завали свою варежку»( помолчи)
6. « Да пошёл ты….» ( я не хочу сейчас с тобой разговаривать)

Вывод: Ребята если мы заменили грубые фразы на вежливые , как вы думаете обида собеседника будет меньше или останется такой же ? ( уменьшится). Значит если мы с вами будем общаться культурно и вежливо , мы будем дружнее и общительней. Значит все стараемся исправить своё общение.

Второе упражнение « Я хочу сказать спасибо»

Мы часто , а может быть и не очень часто , говорим «спасибо». Так принято . Принято благодарить за подарки , за вкусный обед , за оказанную услугу и за многое другое . Слово « спасибо» приятно не только тому, кто его слышит , но и тому , кто произносит . Не верите? Давайте проверим. Часто мы забываем или просто не успеваем поблагодарить человека за что-то важное, что он для нас сделал или делает. Сейчас в течение одной минуты мы посидим молча . В это время постарайтесь вспомнить человека , которому вы хотели бы сказать «Спасибо», и за что именно вы благодарны ему. Когда вы будете готовы , я попрошу вас сказать , кого вы хотели бы поблагодарить и за что . Начните со слов « Я хочу сказать « Спасибо……»

Вывод: И так ребята, как вы думаете приятно слышать слова благодарности? Да . Почему?

Молодцы. Важно в жизни быть благодарным человеком. Если вы не отблагодарите человека за добро , как вы думаете будет он делать добро вам ещё раз? Нет . Человек может затаить к вам из- за этого неприязнь или обиду, что в дальнейшем может спровоцировать агрессию.

На протяжении этого месяца , вы все с помощью цветов рисовали своё настроение на специальном экране, таким образом сообщая о своём хорошем либо плохом настроении.

- плохое настроение – чёрный цвет

-хорошее настроение – жёлтый цвет

-удовлетворительное настроение – зелёный цвет.

Ребята если вы видели, что у кого то чёрный цвет, как вы общались с этим человеком? (Лучше его не трогать) А если жёлтый цвет? (Значит он расположен к общению, к шуткам)

Какой мы можем сделать вывод? Всегда нужно учитывать настроение человека и относится с пониманием и уважением.

Общий вывод: Что сегодня вы узнали на нашем занятии?

1. Что такое агрессия……? Что такое ассоциация….?
2. Учились разными способами уйти от грубости и агрессивного поведения.
3. Что нужно для этого делать? (относится к друг другу уважительно, с пониманием и терпением).