**Профилактическое занятие «Скажем нет агрессии и конфликтам»**

Цели: профилактика агрессивного поведения учащихся

сплотить детский коллектив; воспитывать чуткость, доброту, отзывчивость, милосердие по отношению друг к другу, умение находить общий язык с окружающими; развивать познавательную активность учащихся.

Задачи:

- создание условий для понимания учащимися того, что в обществе существуют определенные нравственные нормы, которые помогают людям жить вместе, общаться.
- вовлечение всех учащихся в игровое взаимодействие и формирование сплоченного коллектива.
- развитие коммуникативных навыков, умений слушать других и высказывать свое мнение.
- воспитание уважительного отношения друг к другу

Ход занятия

I Организационный момент.

Давайте покажем условным сигналом свою готовность к работе: две ладони смотрят на меня – “я готов сегодня работать активно”; ладони повернуты тыльной стороной ко мне – “я не готов сегодня работать активно”; одна ладошка “лицом”, а другая тыльной стороной – “я готов работать, но у меня сегодня нет настроения”.

“Тема нашего занятия “Скажем нет агрессии и конфликтам”

Давайте ответим на вопрос “Что нового, хорошего произошло у вас за последние дни? Что красивого, весёлого вы видели*?”*

*Иногда кто-то из участников говорит, что у него ничего хорошего не было. В этом случае важно напомнить, что радости в жизни бывают не только большие. Приятные эмоции может вызвать любая мелочь, просто важно помнить об этом и обращать на такие мелочи своё внимание.*

Невозможно жить

Как вы думаете, без чего невозможно жить?

Посмотрите на продолжение фразы: Невозможно жить без драк.

- Вы согласны с этим?
- Поднимите руки те, кто хоть раз ударил кого-нибудь. Значит, нельзя без драк?

А как избежать конфликтов?

Я думаю, что все догадались, что речь сегодня пойдет о конфликтах, а, вернее, о том, как их избежать. Сначала выясним, что такое драка.

Достаточно часто можно увидеть, как некоторые ребята дерутся или ругаются. Как вы думаете, что является причиной?”…Это называется агрессия.

“Вы правы. Любая драка является следствием агрессии человека”

“В словаре даётся такое определение агрессии: агрессия – это физическое или вербальное (словесное) поведение, направленное на причинение вреда другим”.

“Я хочу рассказать вам одну притчу о змее. Послушайте внимательно. Жила на свете очень ядовитая змея, которую все боялись и не приближались к ней из-за ее яда. Она кусала каждого, к кому приближалась. Никто не общался со змеей, поэтому была она очень одинока. Решила змея избавиться от яда и сбросила его в ущелье. Увидел это орел и рассказал всем зверям. Осмелели звери и закидали змею насмерть камнями”.

“Какой вывод можно сделать из этой притчи? Агрессия вызывает ответную агрессию:

- рукоприкладства;
- «невинные дерганья косичек»;
- «дразнилки» и «обзывалки»;

Может ли быть нужна человеку агрессия? В каких случаях? Не спешите с ответом. На слайде написано, когда человек применяет агрессию. Вам нужно выбрать те варианты, когда человеку агрессия необходима”.

Конструктивная агрессия направлена на защиту себя и других. Деструктивная агрессия направлена оскорбление или причинение вреда другому живому существу. Это попытка самоутверждения за счет унижения других.

Упражнение “Мне так не нравится, когда...”

Цель его осознание собственного опыта проблемных ситуаций

*Ведущий предлагает детям найти как можно больше вариантов продолжения предложения:*

- Мне так не нравится, когда…
- Я сержусь, если…
- Я просто вне себя, когда…
- Я не могу стерпеть…

Вот видите, оказывается есть довольно многих ситуаций, вызывающих нас на агрессию. То же с этим делать? Для этого мы разделимся на группы

Игра «Зоопарк».

Сейчас я вам раздам карточки, на которых написаны различные животные. Вы должны будете делать одновременно две вещи: во – первых, подавать звуковой сигнал, характерный для этого животного, а во – вторых – услышать, кто еще кричит так же, и сбиться с ним в стаю.

Давайте поиграем в писателей. Сейчас мы попробуем выяснить как может развиваться конфликтная ситуация. Первая команда - писатели-реалисты, которые придумывают то, что может быть на самом деле. А вторые- фантасты.

Я читаю начало рассказа, а вы придумайте его продолжение.

1 Коля пришел в класс в начале второй четверти. В первый же день успел подраться с Мишей из- за стула. Ребята решили…

2.Во время перемены Коля нечаянно толкнул Мишу. Миша в ответ…

3.Коля отобрал у Миши его ручку. Никита видел все это и …

А давайте посмотрим как происходит у нас с вами? Проведем такую игру. Перед вами на столе кружки разных цветов. Я называю ситуацию, а вы поднимите красный кружок, если вам подходит первое выражение, черный – второе.

Младший брат сломал твою игрушку.

1. Ты его прощаешь.
2. Ты ударяешь его.

Ты поссорился со своей сестрой.

1. Ты попытаешься объясниться с ней.
2. Ты обижаешься и мстишь.

С тобой поступают жестоко.

1. Ты отвечаешь тем же.
2. Ты говоришь "нет" и стремишься заручиться помощью.

Ты недоволен собой.

1. Ты говоришь, что людей без недостатков не бывает.
2. Ты все сваливаешь на других.

Тебе не хочется идти на прогулку со своими близкими.

1 Ты устраиваешь истерику.

2. Ты идешь с ними гулять.

Шарики “Давайте подумаем, чем отличаются друг от друга агрессивное состояние и агрессивное действие. Агрессивное состояние сопровождается эмоциональным состоянием гнева, враждебности, ненависти и т. п. Агрессивное действие выражается в непосредственном агрессивном акте причинения вреда другому человеку: оскорблениях, издевательствах, драках, дразнилках”.

“Ребята, а сейчас мы посмотрим, что бывает с нами, когда мы выходим из себя и не можем что-то стерпеть.(Вызывается помощник-доброволец из группы.)

*Ведущий просит помощника надуть красный шарик и завязать его*

“Ребята, представьте, будто надутый шарик – это тело человека, а находящийся в нем воздух – чувства раздражения и гнева. Скажите, может ли сейчас воздух входить и выходить из него? Что случится, когда чувство гнева и раздражения переполнят человека? А может ли человек, который переживает раздражение и гнев, оставаться спокойным? Давайте посмотрим, что произойдёт, если человека переполненного раздражением, обидой или гневом задеть?”

“Что случилось с шариком? Может ли такой способ выражения гнева быть безопасным? Почему? Что вы почувствовали, когда взорвался шарик? Ребята, если шарик – это человек, то взрывающийся шарик означает какой-нибудь агрессивный поступок, например нападение на другого

человека. Можно ли считать такой способ выражения гнева безопасным? Давайте теперь надуем зелёный шарик, но завязывать его не будем" *Ведущий просит помощника держать шарик крепко в руке и не давайте воздуху выходить наружу.*

"Вы помните, шарик – это человек, а воздух внутри него – чувства раздражения и гнева. А теперь выпустите из шарика немного воздуха и снова крепко его зажмите. Вы заметили, что шарик уменьшился? Взорвался ли шарик, когда вы выпустили из него воздух? Можно ли такой способ выражения гнева считать более безопасным? Остался ли шарик целым? Напугал ли кого-нибудь?

Гнев – малоприятная эмоция, поэтому часто его проявление оказывается под запретом. Но если запретить себе его проявление, гнев никуда не денется. Очень важно научиться проявлять свой гнев. Ребята, когда мы выражаем гнев и раздражение, контролируя их, то они могут "выйти" из человека, как воздух из нашего шарика и никому не причинят вреда".

Если тебя рассердили действия одноклассника и тебе захотелось его ударить, то специалисты предлагают делать следующее:

Снять напряжение с помощью счёта до 10;

Умывания или обмывания рук;

Направления агрессии на неодушевлённый предмет (эспандер, шарики, подушку, боксёрскую грушу и т. д.);

Агрессию направить в другую сторону: проявить заботу, милосердие к ближним.

Осознать последствия и постараться не допустить, чтобы они стали реальными.

Если тебя втягивают в драку, мы хотим порекомендовать:

Отойти от этого человека в сторону, зайти в класс;

Сказать обидчику о том, что ты чувствуешь в данный момент:

- Я зол, но отказываюсь драться с тобой.
- Я возмущён твоим поведением.
- Отойди от меня, я не хочу с тобой разговаривать.
- Я вижу, что ты хочешь втянуть меня в драку, я прав?

Не нападать первым;

Перевести конфликт в шутку.

Умению дружить, общаться с людьми, тоже надо учиться с детства. Нельзя быть равнодушным к чужому горю, нужно всегда помнить, что человек живёт один раз на Земле, поэтому нужно каждый день творить добро и быть терпимым к окружающей действительности.

Милосердие - активная доброта, выраженная в действии. Если у вас появилось желание очередной раз ударить кого-нибудь, остановитесь и вспомните, что вашу энергию и активность можно направить на помощь слабым и беззащитным.

Рефлексия.

В конце мне бы хотелось сказать, что наш класс – это маленькая семья. И хотелось бы,

чтобы в нашей семье всегда царили доброта, уважение, взаимопонимание, не было бы ни ссор, ни ругани. Каждый человек в своей жизни обязательно должен задать себе такие вопросы: «Для чего я пришел в этот мир? Что я могу сделать для того, чтобы изменить его в лучшую сторону? Хорошо ли, комфортно ли со мной тем, кто рядом?». Часто ли вы бываете агрессивными?

Попробуйте сейчас ответить на вопрос «Готов ли я отказаться от агрессивного поведения уже сейчас?».

Наши ответы мы поместим на «Дерево добра». Если готовы отказаться от агрессивного поведения - прикрепите на крону дерева яблоки, если понимаете, что агрессивное поведение несостоятельно, но еще не совсем готовы от него отказаться – прикрепите цветы (из них обязательно вырастут яблоки), если считаете, что агрессия необходима, и от нее не надо избавляться – прикрепите листья.

Что вы узнали сегодня нового?

Чему научились?

Что запомнилось, понравилось?

Какие можете сделать выводы?

На прощание я хочу рассказать вам еще одну притчу.

«Когда-то давно старый индеец открыл своему внуку одну жизненную истину.

- В каждом человеке идет борьба, очень похожая на борьбу двух волков.

Один волк представляет зло – зависть, ревность, грубость, агрессию. Другой волк представляет добро – мир, любовь, верность, отзывчивость.

Маленький индеец, тронутый до глубины души словами деда, на несколько мгновений задумался, а потом спросил:

- А какой волк в конце побеждает?

Старый индеец улыбнулся и ответил:

- Всегда побеждает тот волк, которого ты кормишь».

Я очень хочу, чтобы после нашего занятия, у вас не было сомнения в том, какого волка в себе вам нужно кормить!

Спасибо вам всем за сотрудничество! Удачи и успехов в преодолении агрессии!