Государственное учреждение образования

«Озерщинская средняя школа №1»

Речицкого района

**Занятие с элементами тренинга**

«**Мир без насилия и жестокости**»

Подготовила

педагог-психолог

Яночкина Елизавета Петровна,

+375 (29) 163-27-20,

Озерщина,

2024

***Цели:*** Коррекция агрессивного состояния учащегося.

***Задачи:***

1. Развить навыки положительных взаимоотношений со сверстниками и взрослыми;
2. Активировать социальную направленность учащегося;
3. Провести работу по профилактике жестокости учащегося.

**Ход занятия.**

**1. Основная часть.**

*Педагог-психолог:* Детство – это период становления личности, накопления знаний и опыта, который необходим в будущем. Жизнь – сложная штука, где хитро перемешаны добро и зло, честь и предательство, гуманность и жестокость, насилие и любовь. Сегодня мы постараемся наметить ориентиры, которые помогут вам разграничивать данные понятия и выбрать правильную дорогу в жизни.

Послушай отрывок из стихотворения Н. Некрасова и ответь на вопросы.

*Под жестoкoй pyкой человека*

*Чуть жива, безобразно тоща,*

*Надрывается лошадь-калека,*

*Непосильную ношу влача.*

Почему автор называет человека жестоким?  В чем проявляется его жестокость?

*(ответ учащегося)*

**Игра «Ассоциации»**

*Цель:*создать особую комфортную, доверительную атмосферу.

*Инструкция:* «Ассоциации - это первое, что приходит в голову, когда вы слышите какое-то слово или видите какой-то предмет. *Во время разминки нужно будет давать ассоциации на такое слово, как «Агрессия» и «Жестокость».* Постарайся не задумываться подолгу, говори первое, что приходит в голову.

**2.  Теоретический блок.**

*ЖЕСТОКОСТЬ - безжалостность, беспощадность, бесчеловечность.*

*«Жестокость всегда npoucmeкaeт от бессердечности и слабости.»         (Сенека)*

*Слово «Агрессия» произошло от латинского «agressio», что означает «нападение», «приступ».* В психологическом словаре: *это поведение, которое противоречит нормам и правилам существования людей в обществе, приносит физический и моральный ущерб людям, вызывает у них психологический дискомфорт (отрицательные переживания, состояние напряженности, страх, подавленность и т.п.).*

Причины агрессии могут быть разные. Агрессивное поведение подростков может быть спровоцировано агрессивными убеждениями и установками, высокой степенью враждебности в той среде, в которой взрослеет подросток, импульсивностью, характерной для подросткового возраста, несформированной способностью к эмоциональной и социальной саморегуляции. Возникновению агрессивных качеств способствует:

* воспитание в семье с первых дней жизни ребенка
* некоторые соматические заболевания и заболевания головного мозга.

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

**Упражнение «Объект агрессии»**

*Цель:* освоении социально приемлемого способа разрядки гнева и отреагирования негативных эмоций.

*Инструкция:* «Сядь поудобнее. Расслабься, глубоко вдохни 3-4 раза и закрой глаза. Представь, что ты попал на небольшую выставку. На ней представлены фотографии людей, на которых ты разгневан, которые вызывают у тебя злость, которые тебя обидели или поступили с тобой несправедливо. Походи по этой выставке, постарайся рассмотреть эти портреты. Выбери любой из них и остановись у него. Постарайся вспомнить какую-нибудь конфликтную ситуацию, связанную с этим человеком. Постарайся мысленным взором увидеть самого себя в этой ситуации. Представь себя говорящим с этим человеком. Представь этого человека: он делает то, что вас злит. Послушай, что говорит вам этот человек, что вы отвечаете. Прислушайся к своим ощущениям. *Какие чувства испытываешь?* А теперь представь, что в ходе разговора он уменьшается в росте, голос его становится все слабее и слабее, все неувереннее. Уменьшай его в росте до тех пор, пока он не покажется тебе менее значительным и величественным. А теперь понаблюдай за вашим разговором как бы со стороны.

* *Каким ты видишь себя?*
* *Как тебе видится ситуация?*
* *Что ты теперь слышишь, чувствуешь?*

Если ты закончил упражнение, дай знак головой. Глубоко вдохните 3-4 раза и откройте глаз».

Вопросы для рефлексии:

* Что легко, что трудно было сделать в этом упражнении?
* Что понравилось, что не понравилось?
* На ком из галереи ты остановился?
* Какую ситуацию ты представил? Расскажи о ней.
* Как менялось твое состояние в процессе упражнения?
* Что ты чувствуешь теперь?

*Педагог-психолог:* Каждому нормальному человеку хочется, чтобы его окружали добрые, уважающие его люди, чтобы не надо было бояться выйти на улицу поздно вечером, чтобы не надо было запирать свою квартиру на крепкие замки, чтобы не надо было строить на окнах решетки, чтобы, встретив на улице незнакомого человека, не бояться, что он тебе может сделать что-то плохое, но жестокость все-таки существует в нашем мире.

Вопрос о том, почему совершаются преступления и проступки лю­дей, изучался издревле. Одни исследователи считают, что все зависит от индивидуальных особенностей человека (строения черепа, своеобразной внешности), другие полагают, что преступность напрямую связана с возрастом (молодые люди, подростки, не отдают себе отчет о своих действиях и поступках),третьи думают, что все зависит от воспитания человека, от безысходности трудной жизни и т.д.

***Какова же природа насилия и жестокости?***

Жестокость порождают разлад внутри человека, разлад и отчуж­денность, враждебность, подозрительность.

 Если обратиться к нашему времени, то оно особенно характеризуется отчужденностью людей, поте­рей сердечной связи, взаимного доверия и искренности, доброжелатель­ности. Даже среди членов одной семьи заметны желания отъединиться, отгородиться перегородками, чтобы иметь свой особый угол.

Это проис­ходит потому, что не создана гармония у каждого члена семьи внутри се­бя, чтобы на основе этого внутреннего мира искать и создавать мир и со всеми близкими, и со всеми другими людьми.  *Жестокость также порождает и желание властвовать. Когда никто не хочет никому подчиняться, уступать, слушаться.*

Везде мы показываем свою строптивость и гордыню. Постоянно пребывая в ссорах, раздорах, вражде с ближними, мы делаемся все более холодными, бес­чувственными, жестокими, дикими, свирепыми. Что, на твой взгляд, должен сделать каждый конкретный человек, должно предпринять, чтобы за­щитить людей от насилия, жестокости?

*(ответ учащегося)*

*Педагог-психолог: Каждый из нас должен погашать ненависть, прекращать вражду, уничтожать ссоры, изгонять лицемерие и вместо него вводить все противоположное: любовь, радость, мир, благость, великодушие, словом, все собрание благ...*

     Может ли человек совершать жестокие поступки  просто от невнимательности, от того, что не подумал, не предугадал, чем может обернуться его поступок? Прочитаем рассказ «Змейка» для ответа на вопрос:

*«Мальчик, ловил рыбу в небольшом пруду недалеко от дома. День был жаркий, и рыба не клевала. Поудив несколько часов, он увидел в траве маленькую змейку. Мальчик не  боялся змей, поэтому взял ее в руки и быстро за­сунул и стеклянную банку с завинчивающейся  крышкой. Перочинным ножиком он вырезал в крышке небольшую дырочку для воздуха. Вечером после рыбалки мальчик понес домой пойманную рыбу и змейку в банке. Около дома ему повстречались приятели, и вскоре, забыв о змейке, он убежал с ними играть. Банка осталась стоять во дворе. Через неделю мальчик наткнулся на нее: змейка была почти высохшей, задыхающейся и полуживой».*

Напиши новую версию рассказа, представив себя в группе персонажей и, покажи, как твое присутствие изменило бы ситуацию. Ответь на вопросы.

1. Можно ли поступок мальчика назвать жестоким? Почемv?
2. Случалось ли тебе проявлять в жизни жестокость? Что ты при этом

чувствовал?

1. Можно ли помочь человеку избавиться от жестокости? Как?

*(ответ учащегося)*

**Обсуждение крылатых выражений**.

«Попытайтесь быть хотя бы немного добрее, и вы увидите, что окажетесь не в состоянии совершить дурной поступок»

Конфуций

 «Жестокость всегда проистекает из бессердечия и слабости»

                                                                          Сенека

 «Люди с сердцем безжалостным рады чужим несчастьям»

    Важа Пшавела

 «Злой человек похож на уголь: если не жжет, то чернит тебя»

 Анахарсис Скифский

*Педагог-психолог:* Каждый человек не случаен, каждому из нас предначертано выполнить важную роль.

В жизни не бывает идеальных людей. В каждом из нас есть светлая сторона - добро и темная сторона – зло. «Чтобы поверить в добро, надо начать его делать» - это слова Льва Николаевича Толстого

**Вывод:** Сделав добро, человек сам становится лучше, чище, светлее. Если мы будем внимательны к любому человеку, с кем мы общаемся, это и будет проявление доброты.

Человек должен стремиться к тому, чтобы изменить себя в лучшую сторону, жить в мире с собой и миром.

Мы очень разные, но мы вместе. Мы живем в одном мире, в одной стране. Никогда не оценивайте людей, а цените их! Очень хотелось, чтобы ты никогда об этом не забывал. Например, такая ситуация: ты просишь классного руководителя о том, чтобы тебя пересадили от этого ученика, потому что он такой-то…  А ты сам достойный человек?

Вся наша жизнь протекает через сердце. Сердце бывает разным: добрым, жестоким, счастливым… Когда человек добрый – это можно узнать по его глазам. Если глаза у этого человека добрые, то и дела у него тоже добрые. А злое сердце – это зависть, недоброжелательность, желчь, которая съедает самого человека.

Пусть твое сердце наполняют дружба, доброта, нежность, милосердие, любовь, искренность, душевность и терпение. Вот такое сердце должен иметь каждый из нас и тогда мы все будем жить в мире и согласии.

    Расскажи, что обозначает для тебя слово «сострадание».

(Жалость, сочувствие к кому-нибудь, когда у него горе или несчастье, особенно к инвалидам).

*(ответ учащегося)*

*Педагог-психолог:* Правильно. А как ты понимаешь слово «сочувствие».

 (Отзывчивое отношение к тому, у кого несчастье).

*(ответ учащегося)*

*Педагог-психолог:* Ответ правильный.

Пусть тебе всегда сопутствуют:

со – страдание;

со – чувствие;

со – действие (участие в чьих-то делах, чтобы помочь, поддержать его);

со – знание (способность отдавать себе отчет в своих поступках, чувствах);

со – единение (соединиться)

А что такое толерантность?

(Терпимость, уважение, взаимопонимание…)

*(ответ учащегося)*

*Педагог-психолог:* В русском языке “толерантность” означает “способность, умение терпеть, мириться с чужим мнением, быть снисходительным к поступкам других людей, мягко относиться к их промахам, ошибкам”.

Как ты думаешь, что необходимо, чтобы каждый человек мог в полной мере себя проявить. Напиши, каких правил мы должны придерживаться, чтобы отношения у в классе были доброжелательными.

Правила толерантного общения:

1. Уважай собеседника.
2. Старайся понять то, о чем говорят другие.
3. Отстаивай свое мнение тактично.
4. Ищи лучшие аргументы.
5. Будь справедливым, готовым признать правоту другого.
6. Стремись учитывать интересы других.

***Рефлексия***

*Педагог-психолог:*Я надеюсь, что наш разговор не оставил вас равнодушными.

Вопросы:

* Есть ли вопросы, которые вам бы хотелось задать еще, которые мы не обсудили?
* Понравилось ли тебе?
* Чему ты научился в процессе этого занятия?