

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Лабинский медицинский колледж»
Министерства здравоохранения Краснодарского края

Рассмотрена на заседании

на цикловой комиссии

Протокол № 2 от 14.09 2023 г.

Председатель Федорова М.Д.

Согласовано

Заместитель директора по
учебной работе



Т.А. Жукова

РАЗРАБОТКА КЛАССНОГО ЧАСА ПО ТЕМЕ:

«Скажем нет агрессии и конфликтам»

Преподаватель:
Дружина Татьяна Владимировна

Г. Лабинск
2023г.

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.

ХРОНОКАРТА

№	Этапы	Время, мин
1	Организационный момент вступительное слово преподавателя	3
2	Основной этап	45-40
3	Заключительное слово преподавателя	2
	Итого	45 мин

Ход классного часа

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”.

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

- рукоприкладства;
- прямых оскорблений, в т. ч. и "невинных" дерганий девочек за косички;

- ущемляющих достоинство "дразнилок" и "обзывалок".

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

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.

Самодиагностика. Тест «Агрессивны ли вы?»

ТЕСТ «АГРЕССИВНЫ ЛИ ВЫ?»

Агрессивность, которая, по сути, есть не что иное, как сознательное стремление нанести вред ближнему, — это черта характера, которая, к сожалению, в той или иной степени присуща многим из нас, и мы проявляем ее в различных ситуациях. Агрессивность можно считать дочерью гнева. Если вы хотите знать, насколько серьезным элементом вашей натуры она является, примите участие в нашем тесте. Может быть, вы узнаете о себе нечто новое. И, может быть, это поможет вам лучше владеть собой.

Для этого ответьте "да" или "нет" на предложенные вопросы.

1. Легко ли вы выходите из терпения? Да. Нет.
2. Уверены ли вы в приоритете силы над логикой? Да. Нет.
3. Трудно ли вам удержаться от ссоры, если вы с кем-то категорически не согласны? Да. Нет.
4. Считаете ли вы, что окружающие завидуют вам по тому или иному поводу? Да. Нет.
5. Любите ли вы иногда делать что-то назло другим? Да. Нет.
6. Бываете ли вы грубы в тех или иных ситуациях? Да. Нет.
7. Любите ли вы читать детективы и смотреть боевики и фильмы ужасов? Да. Нет.
8. Нравится ли вам высмеивать других, быть критичным и саркастичным? Да. Нет.
9. Есть ли в вашей жизни кто-либо, кого вы по-настоящему ненавидите? Да. Нет.
10. Бываете ли вы неприятны для окружающих? Да. Нет.
11. Часто ли вы наказываете детей, если они этого заслуживают? Да. Нет.
12. Считаете ли вы, что применение смертной казни в определенных случаях оправданно? Да. Нет.
13. Впадали ли вы когда-нибудь в такую ярость, что разбивали какой-нибудь предмет? Да. Нет.

Теперь подсчитаем баллы. Каждый ответ "да" — 5 баллов, "нет" — 0 баллов.

От 65 до 25 баллов. Вы явно склонны к агрессивным импульсам в отношении окружающих и потере контроля над собой. Содержание ваших высказываний, а также их форма и элементы, им сопутствующие, нередко свидетельствуют о намерении навредить другим, душевно ранить их. Вы можете даже сами не подозревать, что высказывание правды в глаза часто означает лишь проявление вашей агрессивности. Так же, как и то, что вы подчас не скупитесь на негативные оценки знакомых и близких, повышаете голос и используете чрезмерно острые аргументы, оспаривая отличную от вашей точку зрения. Подумайте, так ли уж конструктивно ваше поведение и так ли обязательна резко наступательная позиция? Может быть, вам удастся заменить сарказм юмором?

От 24 до 20 баллов. Вы не склонны к агрессивным импульсам по отношению к окружающим, хотя мягким или нерешительным человеком вас не назовешь. Вы контролируете свое поведение, в высказываниях о других сдержанны и стараетесь быть объективным, избегаете ситуаций, в которых есть риск быть неправильно понятым. Такое поведение вызывает уважение окружающих и предостерегает других от проявления к вам агрессивности.

19 баллов и менее. Вы относитесь к людям, которые добродушны к окружающим, полагая, что это наилучший способ взаимоотношений. Вы склонны верить в душевное богатство человека, доброту, справедливость и любовь как факторы, которые определяют нашу цивилизацию. Правда, вам не дано легко привлекать других к реализации собственных целей. А ваше умение владеть собственными чувствами нередко соединяется с недостатком уверенности в себе и достаточно легким подчинением мнению окружающих. Поэтому вы часто становитесь объектом агрессивности других. Не позволяйте садиться вам на шею!

Есть разные способы преодоления агрессии и конфликтов, я вас с ними познакомлю.

Когда вам плохо, когда гнев пытается вырваться наружу, как необузданное чудовище, когда вы хотите избавиться от пугающих воздействий обиды, подозрительности, раздражения, представьте свечу, в пламени которой сгорает все плохое. Прислушайтесь к шуму воды, открыв кран, представьте, как вода смывает всю злость и агрессию, очищая вашу душу.

Включите приятную музыку, посмотрите любимые фотографии или насладитесь картинами природы.

Упражнения на снятие негатива, агрессивности:

- дыхание на счет 5 – 5 – 5 (вдох – пауза – выдох)
- свеча
- клубочек с пожеланиями, добрыми словами – скажите что-то хорошее своему соседу, передайте клубочек, держа нить в руке.

В конце мне бы хотелось сказать, что наша группа – 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?».

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!

Удачи и успехов в преодолении агрессии!