**КЛАССНЫЙ ЧАС ПО ПРОБЛЕМЕ НАСИЛИЯ «МОЙ БЕЗОПАСНЫЙ МИР» В 7-9-Х КЛАССАХ**

**Цели:** создать условия для укрепления личностных ресурсов противостояния насилию и негативному влиянию.

**Задачи:** дать учащимся информацию:

* что такое психологическое насилие
* с помощью обсуждения показать, что у каждого есть свои способы, справляться со стрессом
* с помощью игры показать, что у каждого, есть качества, которые он может использовать для противостояния психологическому насилию
* с помощью ролевой игры показать, как можно противостоять влиянию

**Форма проведения:** презентация информационных блоков, игра «Рука защиты», обсуждение

**Время:** 45 минут

***СЦЕНАРИЙ КЛАССНОГО ЧАСА Часть 1.***

- Знакомство с темой.

Есть такие ситуации, когда нас обижают, оскорбляют, пугают, игнорируют. Это называется психологическое насилие. Надеюсь, что с такими ситуациями мы в жизни сталкиваемся нечасто. Но, к сожалению, застраховаться от них полностью невозможно. Они случаются в жизни любого человека. И нам важно научиться справляться с такими ситуациями.

Как вам кажется, какие эмоции испытывает человек, которого обижают, запугивают или игнорируют (участники перечисляют негативные эмоции).

У каждого из нас есть свои способы, чтобы справляться с такими эмоциями. Подумайте и запишите 2-3 ваших самый любимых способа снимать обиду, гнев, раздражение и т.д.

*Нужно быть готовым, что возникнут и негативные способы разрядки. В этом случае можно привлечь группу: кому нравится такой способ? Почему он вам нравится? А вы бы хотели, чтобы так поступили с вами (в случае: накричать на кого-то, обидеть в ответ и т.д.) чем он вам нравится (в случае что то сломать, выкинуть и т.д.) а чем можно заменить?*

Видите есть позитивные и негативные способы разрядки. Как вам кажется: какие лучше использовать? А почему?

*Возможные варианты ответов:*

*Они связаны с чем-то хорошим (природа, животные, любимые люди)*

*Они никому не делают плохо.*

*И т.д.*

В итоге получается длинный список самых разных способов. Ведущий может прокомментировать это так: у каждого из нас есть свои секреты сохранения спокойствия духа и хорошего настроения и важно, чтобы таких способов было как можно больше и еще важно применять их осознанно: ты чувствуешь, что тебе плохо и можешь осознано решить как ты повысишь себе настроение. Наши эмоции в наших руках.

*Игра «Рука защиты». Ребята обводят свою руку на листе и на каждом пальце (кроме большого) пишут те качества. Которые помогают им защищаться в сложной жизненной ситуации. Ведущий может сначала рассказать, что защищают нас не только такие качества как сила, активность, смелость и т.д. , но и доброта, мягкость, терпение, искренность, которые делают нас более понимающими и располагают к нам собеседника так. Что ему уже не хочется нас обижать, потому что мы ему нравимся. Затем все меняются рисунками с соседом и записывают на большом пальце «Подарок» - то качество, которое хотелось бы подарить соседу для защиты. Затем обсуждается, что каждый получил в подарок. При желании ведущего с этим списком подарков (выписывая его на доске) можно работать, обсуждая важность подаренных качеств. В случае, если кому –то сделали «неприятный» подарок или не подарили ничего, ведущий может вмешаться и не ругая дарителя, просто сказать, что это качество, конечно, не поможет, поэтому ребенок может сам выбрать из общего списка что ему хотелось бы получить в подарок и ведущий записывает ему около большого пальца. В случае, если общего списка на доске не выписывали – ребенок получает подарок от ведущего. Можно это торжественно обыграть, если вы чувствуете, что ребенок очень обижен.*

Итак, все мы обладаем качествами. Которые помогают нам вести себя достойно в сложных ситуациях. Важно эти качества развивать. Впереди продолжение- занятие 2.

***Домашнее задание ( варианты):***

* Написать сочинение: Чем я мог бы помочь однокласснику, если его обидели.
* Нарисовать рисунок «Мой безопасный мир» и сделать выставку. Устроить голосование за самую позитивную работу, объявить победителей.
* «Ангел хранитель» Путем жребия выбрать одного из одноклассников и в течении недели незаметно присматривать: какое у него настроение, все ли у него в порядке, помогать и т.д. В конце недели написать маленькую записку: чьим ангелом хранителем я был? Кто был, как мне кажется моим ангелом хранителем и что мне понравилось в его помощи? При случае учитель объявляет результаты Недели: количество рассекреченных ангелов хранителей, наиболее запомнившиеся добрые поступки и т.д.

**Необходимые материалы:** бумажные карточки, бумага А4, фломастеры

**Критерии оценки результатов:**

* % участия класса на классном часе
* Активность в высказывании мнений в процессе обсуждения
* Активность участия в игре
* Выполнение домашнего задания

***СЦЕНАРИЙ КЛАССНОГО ЧАСА Часть 2.***

* 1. Знакомство с темой.

Иногда мы сталкиваемся с ситуацией, когда какой –то человек начинает на нас давить и заставлять что-либо делать. Давайте попробуем перечислить такие ситуации.

*В обсуждении необходимо привести ребят (иногда с помощью подсказок учителя), что бывают ситуации обоснованные заботой о нас или объективными требованиями (родители заставляют делать уроки, тепло одеваться и т.д.), а иногда давление совершается только потому, что нас хотят заставить что то делать в угоду своим интересам. Если в процессе обсуждения ребята не набросали список ситуаций, которые можно разбить на две эти группы, то можно привести в пример две ситуации (Приложение 1 Дополнительных материалов) и обсудить различия между этими ситуациями. Далее классный руководитель оговаривает, что дальше речь пойдет только о второй группе ситуаций.*

И теперь главный секрет: для того, чтобы разделить эти ситуации Вам нужно понять является ли просьба и цель человека, который Вас о чем то просит одним и тем же. Например, мама просит одеваться теплее и ее цель добиться, чтобы вы одевались теплее. Цель и просьба равны. Поэтому разговор открытый. Мама ничего от вас не скрывает. Или приятель просит вас на спор кого-то толкнуть. Его цель посмотреть как вы выпутаетесь из этой ситуации или он хочет, чтобы вы ввязались в драку. Цель и просьба не равны. Это называется МАНИПУЛЯЦИЯ. Люди используют манипуляции, чтобы добиться от вас чего-либо, не показывая, зачем им это нужно на самом деле.

Сегодня мы с вами попробуем научиться вести разговор в таких ситуациях так, чтобы он не перерос в конфликт.

Вот основные правила такого разговора (приложение 2 Дополнительных материалов). *Учитель обсуждает то, что написано в памятке. У каждого участника на руках остается листок.*

Теперь давайте разобьемся на две группы и каждый из вас получит задание (Приложение 3 Дополнительных материалов). У некоторых цель и просьба будут совпадать. А у некоторых будет задача попросить обо одном, имея желания добиться чего то другого. После этого мы будем разыгрывать сценки в парах. Задача одного участника озвучить только просьбу. А у другого прояснить причину и принять решение – будет ли он помогать. Если вы видите, что желание человека открытое и вы готовы сделать то, что он просит – вы соглашаетесь. Если вы видите, что просьба и цель различаются, что человек что-то скрывает, то тогда отказываетесь выполнять его просьбу. Если вы угадываете правильно и самое главное – сохраняете вежливость и спокойствие в процессе разговора – получаете звездочку. Команда, которая получила больше звездочек – победила.

Далее ребята получают задания и из каждой группы по очереди выходят желающие попробовать свои силы. По очереди они обращаются с просьбой и ведут диалог (сначала один в роли просящего, потом другой). Классный руководитель каждый раз подчеркивает и хвалит моменты, когда ученик правильно построил вопрос, сохранил спокойствие. Вежливость и не перешел на обидный разговор.

***Домашнее задание ( варианты):***

Попробовать применить эти способы в жизни и написать небольшой рассказ, что из этого вышло.

**Необходимые материалы:** раздаточные материалы (Приложения 2 на каждого учащегося), звездочки из бумаги

**Критерии оценки результатов:**

* % участия класса на классном часе
* Активность в высказывании мнений в процессе обсуждения
* Активность участия в игре
* Выполнение домашнего задания

***ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ***

Приложение 1. Ситуации для обсуждения

***Ситуация 1.*** *Вася сидел и играл в компьютерную игру. Он давно хотел пройти новый уровень. За игрой он совсем забыл об уроках. Когда мама пришла с работы она спросила, подготовился ли он к завтрашнему учебному дню. Он сказал, что пока нет. Тогда мама потребовала, чтобы он выключил компьютер и начал делать уроки. Через час, когда мама вошла Вася все еще играл. Она его отругала, выключила компьютер и потребовала, чтобы он без всяких пререканий, возражений и вопросов немедленно садился за уроки.*

***Ситуация 2.*** *Никита сидел в компьютерном классе и допечатывал домашнее задание по истории. Урок должен был начаться через час. Его одноклассник Виталик зашел с ним поболтать. Виталик сказал, что можно и не готовить задание, если Никита согласится сделать одну простую вещь. Он сказал, что если ты меня уважаешь и доверяешь, то не будешь спрашивать как она сработает. Никита так и сказал:*

*- Тебе то всего – навсего о надо раздобыть ключи от исторического класса. Пойди попроси на вахте, скажи, что ты там забыл пакет. Потом пойдешь в класс и возьмешь пакет со стула учительницы.*

*Никита попытался отказаться, но Виталик потребовал, что если они друзья, то Никита должен его слушаться.*

*Никита выполнил просьбу Виталика. Когда учительница вернулась в класс выяснилось, что в пакете лежали важные документы, которые надо было срочно сдать. Урок отменили, так как учительница очень расстроилась.*

*К концу урока выяснилось, что ключи брал Никита и его вызвали к директору, где обвинили в воровстве. В школу вызвали родителей и дома его наказали, лишив телевизора на целый месяц. Родители были ужасно расстроены этим происшествием.*

Приложение 2. Как вести себя, когда на тебя оказывают давление.

**КАК ИЗБЕЖАТЬ МАНИПУЛЯЦИЙ**

* *Если тебе кажется, что тебя просят об одном, а нас самом деле хотят чего то другого….*
* *Если тебе непонятна причина просьба…..*
* *Если тебе непонятные последствия того, что тебя просят сделать…..*
* *Если тебе непонятно почему именно этот человек подходит именно к тебе с просьбой….*

**…то сделай следующее. Задай вопросы (те, которые подходят к разговору, это может быть один, два или три вопроса):**

* *Почему ты меня об это просишь?*
* *Зачем тебе это нужно?*
* *Зачем это нужно мне?*
* *Почему ты не можешь сделать это сам (сама)?*
* *Почему ты хочешь, чтобы именно я это сделал (сделала)?*

***Если у человека честные намерения, то он ответит просто и прямо. Его ответ покажет тебе всю картину причина-просьба-последствия и ты сможешь выбрать: делать то, что тебя просят или нет. Если у него есть скрытые намерения, то он может начать врать, злится, не сможет сразу найти ответ и т.д.***

***Когда просьба тебе станет понятной, то тебе надо решить вопрос станешь ли ты выполнять просьбу. Если просьба не кажется тебе странной или затруднительной, если тебе приятно сделать что-то для другого человека и эта помощь никому не навредит, то ты соглашаешься.***

***Если ты хочешь отказаться, то важно сохранить свою позицию, но избежать конфликта.***

* *Перескажи то что говорит твой собеседник («Ты просишь меня найти тебе в интернете информацию»)*
* *Покажи, что ты понимаешь, что твоему собеседнику важно, чтобы ты выполнил его просьбу («Я понимаю, что самому тебе некогда это сделать»)*
* *Покажи, что ты и сам имеешь право на собственные желания, точку зрения и т.д. («Но к сожалению, я не могу тебе помочь, у меня много своих дел»)*
* *Если есть какие-то варианты – предложи их («Но ты можешь придти ко мне в гости и поискать сам то, что тебе нужно»). Ты можешь спросить есть ли какие то еще варианты решения этой проблемы кроме твоей помощи («Как еще можно решить твою проблему?»)*
* *Если просьба другого человека может нанести кому то вред или повредить тебе самому – откажись твердо, скажи «Нет!». В таких случаях можно не объяснять причин («Мне это не интересно», «Я этого делать не буду» и т.д.)*

*Приложение 3. Задания для игры*

* 1. *Попроси принести тебе пирожок из столовой. Ты поспорил(а) с друзьями, что именно этот человек сбегает тебе за пирожком.*
	2. *Попроси принести тебе воды, так как ты не успеваешь поесть весь день и тебе нужна помощь.*
	3. *Попроси зайти в класс химии. Ты знаешь, что там стоят старшеклассники, которые обрызгают водой первого, кто войдет. Тебе хочется посмеяться над этой ситуацией.*
	4. *Попроси выйти из класса. Причина в том, что вы готовите сюрприз учителю в День рождения и хотите, чтобы кто-то предупредил когда учитель пойдет к ласу.*
	5. *Попроси подежурить за тебя. У тебя болит голова и хочется посидеть в классе, где не так шумно.*
	6. *Попроси убрать за тебя в классе. Тебе лень.*
	7. *Попроси взять со стола дневник у одноклассницы. Вы с друзьями решили над ней посмеяться, но так чтобы она не поняла. Что это ваши проделки..*
	8. *Попроси взаймы 10 рублей. У тебя не хватает на мороженное, но завтра ты вернешь.*
	9. *Попроси купить подарок однокласснице. Тебе лень идти за ним.*
	10. *Попроси купить подарок однокласснице – тебе не хочется тратить свои деньги.*
	11. *Попроси принести тебе учебник из библиотеки. Тебе лень идти.*
	12. *Попроси захватить тебе из дома учебник, он нужен для подготовки уроков.*
	13. *Попроси узнать у одноклассника где он проводит выходные. Вы с друзьями хотите поздравить его в выходной день с Днем рождения, но так чтобы это было сюрпризом.*
	14. *Попроси подложить записку однокласснику. Ты написал(а) там грубость и тебе не хочется, чтобы поняли, что это от тебя.*
	15. *Попроси закрыть глаза. Ты хочешь мазнуть фломастером по носу и посмеяться.*
	16. *Попроси дать воспользоваться компьютером..Твой сломался.*
	17. *Попроси дать телефон позвонить. У тебя кончились деньги, а нужно срочно позвонить родителям.*
	18. *Попроси дать на время телефон. Ты хочешь отослать смс с его телефона, чтобы подшутить над знакомым и поссорить их.*
	19. *Попроси положить свои учебники в его(ее0 портфель. Тебе лень тащить их домой.*
	20. *Попроси помочь донести твои вещи. У тебя кружится голова и тебе тяжело нести вещи.*
	21. *Попроси нарисовать за тебя рисунок. Тебе лень.*
	22. *Попроси полить за тебя цветы в классе. Тебе охота поиграть на перемене.*
	23. *Попроси толкнуть одноклассника. Тебе хочется посмотреть драку.*
	24. *Попроси сбегать за ватманом. Ты готовишь поздравление вашему учителю и не успеваешь вовремя.*
	25. *Попроси позвонить однокласснику и сказать, что урок завтра отменяется. Тебе хочется посмеяться, но так как будто ты здесь ни при чем.*
	26. *Попроси помочь напечатать текст на компьютере. Ты медленно печатаешь и тебе нужна помощь.*

*! Если ребят в классе больше, то нужно придумать недостающее количество ситуаций.*