**МКОУ «СОШ №1 ст. Кардоникской»**

**«ЖИЗНЬ БЕЗ АГРЕССИИ»**

**Мероприятие по профилактике агрессивного поведения подростков**

**для учащихся и родителей**

***Возраст детей:****7 класс.*

Педагог – психолог Синеокая О.В.

*Цели* занятия: психологическое просвещение, профилактика агрессивного поведения, создание условий для развития у учащихся способности к рефлексии своих действий.

*Задачи*, решаемые в ходе занятия: научение способам самопознания, подходам к анализу учащимися мотивов своего и чужого поведения, развитие навыков саморегуляции, развитие коммуникативных навыков школьников.

Занятие проводится в *форме* дискуссии и активно стимулирует учащихся на выражение собственного мнения по данной теме.

*План занятия*: содержательно занятие строится на последовательно рассматриваемых тематических блоках:

1. Виды агрессивных проявлений в мире

2. Подведение к определению агрессии

3. Составляющие агрессии. Признаки агрессивного поведения.

4. Происхождение агрессии

5. Три типа поведения

6. Агрессивное поведение – как неуверенное поведение

7. Причины агрессии

8. Агрессивен ли ты?

9. Профилактика агрессии

10. Выводы по теме.

**Ход занятия**

Тема нашей сегодняшней встречи серьезна и трудна ***(слайд 1)*** Это тема проявления нашими детьми жестокости и агрессии. К сожалению, эти явления живут среди нас, взрослых, и среди наших детей. Для чего же нам говорить об агрессии? (обсуждение с ребятами целей занятия) ***(слайд 2)***

**Учитель**начинает работу с классом с вопроса:

- Как вы думаете, что такое **агрессия**? Ведь мы часто встречаемся с этим словом в разных ситуациях: «..агрессивно себя ведет..», «агрессор», «что за агрессия??..», «агрессивный человек».. и т.д. Что имеется в виду?

*Учащиеся отвечают на поставленный вопрос, учитель поощряет высказывания и стимулирует активность школьников*

*Определение понятия «Агрессия» зачитывается, но пока не обсуждается****(слайд 3)***

**У:** Я постараюсь по полочкам вам разложить, что такое агрессия с психологической точки зрения, откуда она берется, в чем ее суть.

Как вы думаете, существует ли агрессия в животном мире, среди зверей? Или это чисто человеческое проявление (потому что связано с мстительностью, злостью, вспышками гнева)?

*(Учащиеся высказываются; вывод – агрессия присуща и людям, и животным)*

**У:** Хорошо. Если мы будем говорить о человеческой агрессии, то кто ее может проявлять? Только всегда отдельный человек? Или когда это идет от группы, народа, государства, то - это тоже агрессия?

*(Учащиеся отвечают; вывод – агрессия бывает и на уровне одной личности, и на уровне группы и даже государства)*

**У:** Получается, что существуют разные виды агрессии! Например: **личностная** и **групповая**.

Давайте разберем их различия.

Групповая агрессия или агрессия государства: о ней написано в специальном документе.

Зачитывается ***определение агрессии***, которое утверждено *резолюцией 3314 (ХХIХ) Генеральной Ассамблеи ООН от 14 декабря 1974 года*:

«*Агрессией является применение вооруженной силы государством против суверенитета, территориальной неприкосновенности или политической независимости другого государства, или каким-либо другим образом, несовместимым с Уставом Организации Объединенных Наций, как это установлено в настоящем определении*»

Как вы думаете, для чего понадобилось зафиксировать в документе это определение?

*(Учащиеся высказывают свои мнения)*

**У:** А теперь перейдем к **личностной агрессии**. Для нас, как для общающихся людей, - этот вид агрессии разобрать важнее.

Рассмотрим следующие случаи (учитель дает краткое описание ситуации и рисует соответствующую ей пиктограмму на доске):

1. Ревнивый влюбленный, узнав, что его девушка встречается еще и с другим, - хватает нож и наносит увечье сопернику. (на доске рисует СЕРДЦЕ)

2. На вечеринке одна девушка выпускает в другую целую обойму язвительных реплик, и настолько выводит ее из себя, что та, в конце концов, уходит с вечеринки. (рисует БОКАЛ с трубочкой для коктейлей)

3. Нетрезвый водитель вылетает на встречную полосу и врезается в первый же автомобиль, в результате чего водитель того автомобиля и пассажир погибают. Впоследствии он испытывает сильные угрызения совести по поводу этой трагедии. (рисует: МАШИНА)

4. Во время боя солдат стреляет из орудия по приближающемуся противнику. Однако у него сбит прицел, и снаряды пролетают поверх голов, не причиняя людям никакого вреда. (рисует: БОМБА)

5. Чтобы питаться мясом, люди убивают домашних и диких животных (рисует: ПОРОСЕНОК)

6. Несмотря на то, что пациент кричит от боли, стоматолог крепко захватывает больной зуб щипцами и быстро вырывает его. (рисует: ЗУБ)

7. Мать кричит на раскапризничавшегося ребенка, шлепает его и ставит в угол (рисуем УГОЛ)

8. Кот стал душить цыплят, и хозяин его убил из ружья (рисуем КОТА)

9. Ученик на парте написал обидные слова, предназначенные определенному человеку (рисуем ПАРТУ)

10. Из-за того, что родители не пустили девочку на день рождения к подруге, она изрезала в своей комнате занавеску (рисуем ЗАНАВЕСКУ)

Итак, в каких из вышеперечисленных случаев представлена агрессия?

(*Учащиеся обсуждают эту тему и высказывают свои соображения)*

**У**(обобщает и подводит к выводу): Таким образом, мы выделяем в определении агрессии 4 самых важных признака: (слайд 3 по щелчку)

- **Нацеленное поведение.** То есть - имеется намерение.

- **Вред.** (Действием или словом. Агрессия может быть и вербальной (словесной)).

- **Живому существу.** Люди часто теряют контроль над собой, что-то разбивают или наносят удары по собственным различным неодушевленным предметам, например, по мебели, посуде, стенам. Но подобное поведение не может рассматриваться как агрессивное до тех пор, пока не будет причинен вред живому существу. Это поведение можно расценивать как эмоциональное или экспрессивное, но не агрессивное.

Например, разбить тяжелым молотком стекло автомобилю на аттракционе, заплатив за него - это не агрессивное поведение. Но если автомобиль принадлежал вашему врагу - то это поведение агрессивно.

**- Не желающему такого обращения.** Т.е. даже если вам кажется, что ваше поведение - невинное развлечение, но человеку оно не по душе, то ваши действия будут называться агрессивными.

Теперь выделим из приведенных примеров случаи агрессии (ученики предлагают, учитель поправляет) Это примеры № 1,2,3,8,9. В случае №5 человек не желает нанести вред, но домашних животных выращивают с целью получения пищи, поэтому их приходится убивать.

Давайте приведем еще примеры агрессивного и неагрессивного поведения.

(Учащиеся называют)

Агрессия бывает нескольких видов***(слайд 4)***

**Прямая агрессия**

***Вербальная (словесная) –***когда насмешничают, иронизируют, обзываются, ругаются матом и т.д.;

***Физическая –***когда дерутся, толкаются, колют друг друга острыми предметами, дергают за волосы и т.д.;

***Материальная*** – когда вымогают деньги или другие вещи, воруют, портят личное имущество и т.д.

**Косвенная агрессия**

***Частичное игнорирование*** – непринятие в некоторые виды деятельности (игры, разговоры и т.д.);

***Полное игнорирование*** – бойкот;

Другие виды психологического давления (когда заставляют делать за кого-то домашнее задание, давать списывать, принуждают к каким-то действиям и др.)

**У:** Но мы с вами не объяснили главного: а откуда берется агрессия?

(Желающие учащиеся высказывают свои версии)

**У:**Вспоминаем определение: агрессия - это действие. Поведение. Словом или делом.

Вопрос: сопровождается ли оно чувствами, эмоциями, или человек абсолютно спокоен в этот момент?

(Учащиеся отвечают)

**У:** Конечно, до спокойствия там далеко, но вот что именно за чувства испытывает человек, когда его поведение агрессивно? Для этого нам надо знать, что существуют 4 основные эмоции:

***(слайд 5)***

- Радость

- Страх

- Гнев

- Печаль

Их еще называют базовые, потому что их испытывают и животные; остальные чувства – это «миксы» из базовых. Обратите внимание на то, что каждое чувство на слайде обозначено своим цветом, с которым оно ассоциируется у большинства людей.

Из-за чего возникает каждое из этих чувств, и к чему оно приводит?

**(слайд 5 по щелчку)**

Когда радость 🡪тогда покой;

Когда страх 🡪 тогда ложь;

Когда гнев 🡪 тогда агрессия;

Когда печаль 🡪 тогда депрессия.

Это всё негативные эмоции. В основе них - неудовлетворенная потребность в любви, принятии, внимании. А это самая главная человеческая потребность в общении!

Итак, получается, что в основе агрессии - неудовлетворенная потребность во внимании. Агрессивный человек - это человек, который чего-то недополучил, и именно это и родило гнев - и следующую за ней агрессию.

Рассуждаем дальше: понятно, что человек не спокоен в такой ситуации. А уверен ли он в себе в такой ситуации?

(Учащиеся высказываются)

**У:** Нет, человек, проявляющий агрессию, НЕ уверен в себе. Чтобы это понять, надо определить, что такое - быть уверенным в себе?

(Учащиеся высказываются)

**У:** Уверенность в себе – это когда контролируешь себя и ситуацию, и уверен, что поступаешь правильно. Именно поэтому уверенность сопровождается спокойствием. Ведь зачем волноваться, если всё идет по плану.

Вообще, существует три типа поведения:

1. Уверенное. Это спокойствие. Понимание, что и для чего я делаю. Владение собой. Мысли ясные. Контроль. Невозмутимость.

2. Неуверенное. Тревожность, забитость, сомнения, несмелость, незаметность. Тихий, мямлит, уходит от ответственности.

3. Агрессивное. Про него мы уже всё выяснили.

Обратите внимание, что агрессивное поведение - выделяется в особую группу и НЕ относится к уверенному. Что происходит, когда человек теряет терпение, и, не получая того, что хочет, - раздражается, теряет и спокойствие? Он в гневе, злости (возвращаемся к схеме 1), он уже не уверен в себе, т.к. не держит ситуацию под контролем. Он чувствует негатив и проявляет агрессию.

Т.е. второй очень важный момент и наш вывод: агрессивное поведение - это НЕ уверенное поведение! Человек в этот момент не уверен в себе, не может справиться с ситуацией спокойным и достойным способом.

Соответственно, уверенное поведение - неагрессивно по своей сути. Даже если и преследует свои интересы.

Ребята, как по-вашему, каковы причины подростковой агрессии? (учащиеся высказывают свои мнения) ***(слайд 6, зачитывает)***

**Причины, порождающие детскую агрессию**

1. Несформированность у детей моральных норм, общественных ценностей
2. Недостаточность произвольности в поведении (в частности, чрезмерная учебная нагрузка, перегрузка домашними делами, неоправданно жесткий контроль со стороны родителей, плохие бытовые условия)
3. Вседозволенность, наличие большого количества свободного времени, несформированность круга интересов
4. Агрессия со стороны других людей
5. Психосоматические отклонения

*Учитель продолжает беседу и рассказывает о том, как узнать, кроется ли в человеке агрессия*

**Агрессивен ли ты?**

**Агрессор**

* вспыльчив, неуравновешен (дерется, обзывается, ябедничает, кусается);
* типичным агрессором, как правило, является подросток, более физически развитый, чем его сверстники, имеющий проблемы с успеваемостью, воспитывающийся в неблагополучной семье;
* подросток с завышенной самооценкой, постоянно вступает в споры, конфликты со сверстниками и взрослыми;
* в раннем возрасте начинает проявлять асоциальное поведение (курить, прогуливать уроки, пробовать алкоголь, наркотики, вымогать деньги у одноклассников и младших школьников);
* приносит домой дорогие безделушки, имеет собственные деньги, не объясняя причину их появления;
* группируется со старшими подростками;
* имеет садистские наклонности;
* в мгновение ока переходит от довольства к злобе;
* в игре навязывает друзьям свои правила;
* злопамятен на мелкие обиды, вместо того, чтобы забывать их;
* игнорирует указания и легко раздражается;
* введет себя так, будто ищет повод к ссоре;
* не уважает родителей или не считается с ними, особенно с мамами.

**Нами была проведена диагностика уровня агрессии, которая была обработана самими ребятами. Предлагаю родителям ознакомиться с анкетами своих детей**

В это время ребята делают «ёлочку» ***(слайд 7, выйти из полноэкранного показа)*** Выходим и раскрашиваем ветки в свой цвет, чтобы было видно, какое у нас настроение. Для раскрашивания щелкаем по ветке, которую хотим раскрасить, находим и нажимаем в верхней панели «Средства рисования», затем «Заливка фигуры», выбираем цвет согласно своему обычному настроению и щелкаем *(Примечание: у меня в классе 12 человек; если учеников больше, нужно добавить ветки или скопировать и вставить вторую елку)*

*Обсуждаем результаты раскрашивания: какие настроения преобладают в классе? С чем могут быть связаны негативные настроения у школьников вашего возраста? Не переходить на личности!!!*

Итак, как видите по результатам анкет, почти у всех ребят присутствует тот или иной вид агрессии или скрытой агрессии. Даже если она не проявляется в данный момент, она обязательно даст о себе знать, если не принять определенные меры.

**Что бы вы предложили для профилактики собственной агрессии?**

Обсуждаем предложения детей, затем открываем ***слайд 8***

1. **Устранение причин агрессии**
2. **Обращение за советом и помощью к родителям, учителям, друзьям**
3. **Самоанализ и самовоспитание**
4. **Направление негативной энергии в другое русло**

Итак, первое – это умение рассказать о своих чувствах и переживаниях другим людям. Давайте потренируемся это делать. Продолжите предложение: ***(слайд 9)***

**Упражнение *«Закончи предложения»***

1. **У меня накапливается злость в школе от  
   \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**
2. **Я терпеть не могу, когда  
   \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**
3. **Я не хочу слышать, когда  
   \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**
4. **Я просто психую, когда**