

КОРРЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ ДЛЯ 5-7 КЛАССОВ ПО ПРЕДОТВРАЩЕНИЮ ТРАВЛИ В ШКОЛЬНОМ КОЛЛЕКТИВЕ.

Рыбакова Юлия Александровна,
педагог-психолог Областное государственное бюджетное
общеобразовательное учреждение
"Смоленский фельдмаршала Кутузова кадетский корпус"

Пояснительная записка. Как показывает практика, не все техники на сплочение классного коллектива работают. Современные подростки слишком индивидуальны и понятие дружба, взаимовыручка для них, если не пустой звук, то что-то непонятное. Очень многие подростки, на переменах сидят в телефонах и никак не взаимодействуют с окружающим миром. Отсюда большинство просто не знают элементарных правил общения, не дорожат дружбой. По устному опросу родителей, около 50% подростков не выходят из дома во время каникул или выходных. Попросту не имеют друзей, с кем бы могли общаться. Общение в интернете носит очень поверхностный и пустой характер. Поэтому данное занятие на сплочение классного коллектива будет направлено на развитие таких чувств как умение анализировать ситуации, поставить себя на место другого, сопереживание, рефлексии и др.

Цель занятия: научить анализу ситуаций, умению становится на место другого, взаимодействовать между собой, рефлексии и эмпатии. Наглядный показ подросткам, что чувствует человек под воздействие агрессии. Обучение безопасного выхода из конфликтных ситуаций. Преодоление барьеров в межличностных отношениях, развитие коммуникативных навыков.

Задачи:

- формирование личностных качеств, способствующих положительному общению
- формирование благоприятного психологического климата внутри класса;
- осознание своей роли в классе;
- развитие умения работать в команде;
- сплочение класса.

Возраст: подростки 11-14 лет.

Состав участников: 15-20 человек (парты стоят кругом, за каждой партой 3-4 кадета). Участники сидят на стульях за партами, расставленных по кругу или крестообразно 4 человека на парту.

Оборудование: пустые визитки, карточки 10х10, Пол листа А4 на котором нарисован круг с лучиками (распечатывается заранее), листы формата А4, маркеры, карандаши и ручки, мяч, корзинка и коробочка

Режим работы: 60 минут

Актуальность: В условиях кадетского корпуса, где дети живут в интернате, очень важно сохранять дружелюбные отношения между кадетами. Травля, унижение и прочие негативные проявления опасны и недопустимы в условиях интерната.

Структура занятия:

- Приветствие -5 мин.
- Цель, задачи – 2 мин.
- Разминка -3 мин.
- Основная часть – 45мин.
- Рефлексия – 5мин.
- Ритуал прощания

Ход занятия:

- Приветствие и разминка
- Упражнение «Три слова о себе»
- Упражнение «Что такое ссора»
- Упражнение «Как стать злым и агрессивным»
- Упражнение «Спина к спине»
- Упражнение «Моя проблема в общении»
- Упражнение «Если бы я был»
- Упражнение «Мой портрет в лучах солнца»
- Заключительное рукопожатие

Подготовительный этап:

Запись правил на доске Правила.

1. Здесь и сейчас (во время занятия мы говорим только о том, что волнует каждого именно сейчас и обсуждаем только то, что с нами происходит именно здесь).
2. Говорю только за себя. Все высказывания должны идти только от своего имени: я думаю, я считаю.
3. Право говорить и обязанность слушать. Не перебивать говорящего.
4. Активность.
5. Правило «стоп».

6. **Конфиденциальность.** Всё, что говорится в группе относительно конкретных участников, остаётся внутри группы.

Первый этап

1. Приветствие:

Нам предстоит большая совместная работа, и сейчас вам предоставляется возможность, обычно не доступная в реальной жизни, выбрать себе любое имя, которое как вы считаете, вас представляет. У вас есть 30 сек., чтобы придумать себе новое имя и записать его на визитной карточке. И пока вы придумываете, я озвучу правила. Эти правила будут с нами до конца занятия.

А теперь давайте выполним упражнение на знакомство.

Упражнение «3 слова о себе».

Психолог достает корзинку и передает ее по кругу, отвечает и положите свою визитку в корзину. А теперь представимся друг другу. Сделаем это следующим образом: по очереди, каждый называет свое новое имя, свое увлечение и мечту. Имя за слово не считается. Не забудьте положить визитку.

Основная часть.

Упражнение «Что такое ссора?».

А теперь я буду передавать мяч по кругу и каждый скажет ответ на вопросы, которые я буду задавать.

1. Итак первый вопрос «Что такое ссора?».
 2. Потом каждый кадет высказался на тему: «Как возникает ссора, с чего она начинается?»
 3. «Был ли в вашей жизни хотя бы один раз, когда ссору начали вы сами? И что вы при этом сделали?»
 4. Затем я спросила детей: «А что вам нравится в ссоре, вы же ссоритесь несколько раз в день, значит, в ссоре есть что-то привлекательное для вас».
 5. Потом мы обсудили: «Что не нравится в ссорах?»
 6. «Если бы ссора имела цвет, то какого бы цвета она была?» В основном присутствовало два цвета - черный и красный (но красный реже).
 7. «А какая ссора на вкус?»
 8. «А если ссору потрогать, то какая она?»
 9. «А какая ссора на слух?»
 10. Затем я предложила детям нарисовать ситуацию, в которой у них произошла ссора (когда они злились или злятся на кого-то).
 11. Можете нарисовать на ваших листочках ваши драки и конфликты.
- 8 минут.

Сейчас пушу по кругу мяч и расскажите вкратце, что у вас изображено и можно ли было этого избежать.

Упражнение «Как стать злым и агрессивным».

Первая часть:

Прямо сейчас у вас есть возможность стать самым агрессивным человеком на земле. Возьмите чистый листок бумаги и напишите на нём небольшой рецепт, следуя которому, можно создать агрессивного подростка (что делает, как выглядит, что говорит агрессивный человек), а также нарисуйте его портрет; 5 минут.

Передавая мяч, участники зачитывают свои рецепты и изображают агрессивного человека (как он ходит, как смотрит, какой у него голос, что он делает);

Следующий круг:

- что вам нравится в агрессивном человеке;
- что не нравится;
- что бы вы хотели изменить в нём.

Вторая часть:

Сейчас я ещё раз пушу мяч по кругу и прошу вас подумать о том, когда и как вот этот ваш герой начал проявлять агрессию? Каким образом он может вызвать агрессию по отношению к себе? (Обзывал, бил, поставил подножку, толкал в стену, плюнул в лицо и т.п.).

Третья часть:

Теперь возьмите лист, разделенный на две вертикальные колонки. В левой колонке в столбик напишите, как к вам проявляют агрессию, а в правой колонке как вы сами проявляли агрессию в отношении других кадет.

Передавая мяч, кадеты отвечают на вопросы:

- всегда ли стоит прибегать к агрессии в сложной ситуации или можно иногда решать проблему другим способом (например, каким?);
- как ведет себя жертва агрессии;
- что можно сделать, чтобы не быть жертвой (по сути предлагая бесконфликтные решения).

Примечание. Собственная агрессия воспринимается детьми незначительной по сравнению с той агрессией, которая направлена на них извне (с их точки зрения).

Упражнение «Спина к спине».

Прямо сейчас встаньте и соприкоснитесь спиной с соседом, ваша задача пройти круг вокруг всех парт и сесть на своё место не отрывая спины держаться за руки нельзя. А теперь поделитесь, что было самое сложное?

Упражнение «Моя проблема в общении».

Сейчас пишите на листочке «В чем заключается моя основная проблема в общении?» Листки не подписываются. Листки сворачиваются и складываются в коробочку. Затем каждый ученик произвольно берет любой листок, читает его и пытается найти прием, с помощью которого он смог бы выйти из данной проблемы. Группа слушает его предложения и оценивает, правильно ли понята соответствующая проблема и действительно ли предлагаемый прием способствует ее разрешению.

Упражнение «Если бы я был....».

Сейчас будем делать с вами очень интересный эксперимент, каждый из вас возьмёт одну визитку из корзины и продолжит предложение «Если бы я был..... я бы думал..... чувствовал.....делал..... вёл бы себя....»

Что было самое сложное в этом упражнении?

Упражнение « Мой портрет в лучах солнца».

Прямо сейчас возьмите листик, на котором нарисовано солнце и напишите в центре своё Имя и «Я МОГУ», и нарисуйте на лучах солнца, то что, можете сделать для другого в своем классе. Затем все записи зачитываются участниками занятия.

Процедура «Спасибо за приятное занятие»

Пожалуйста, встаньте в общий круг. Я хочу предложить вам поучаствовать в небольшой церемонии, которая поможет нам выразить дружеские чувства и благодарность друг другу. Игра проходит следующим образом: все становимся в цепочку, второй участник пожимает руку первому, говорит «Спасибо за занятие» и становится за ним, третий пожимает руку первому и второму, становится за вторым. И так, пока все не пройдут и не построятся в линию.

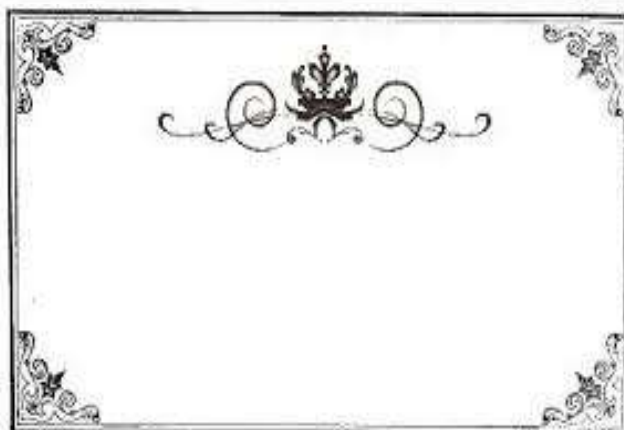
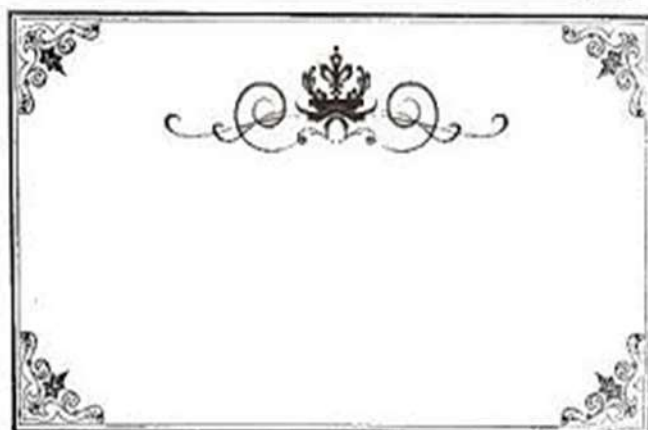
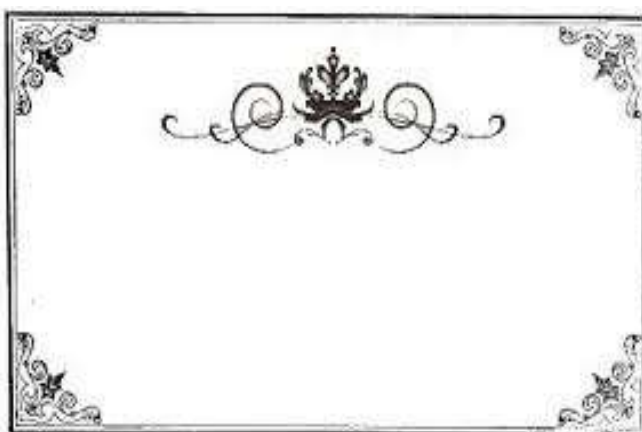
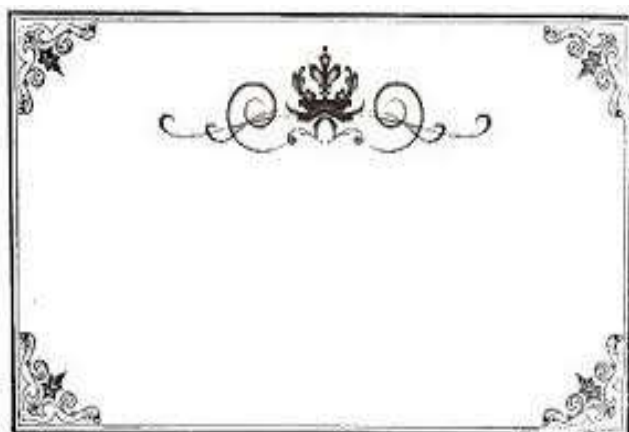
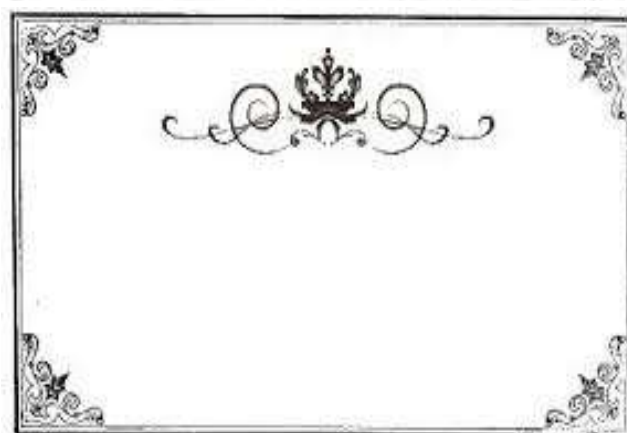
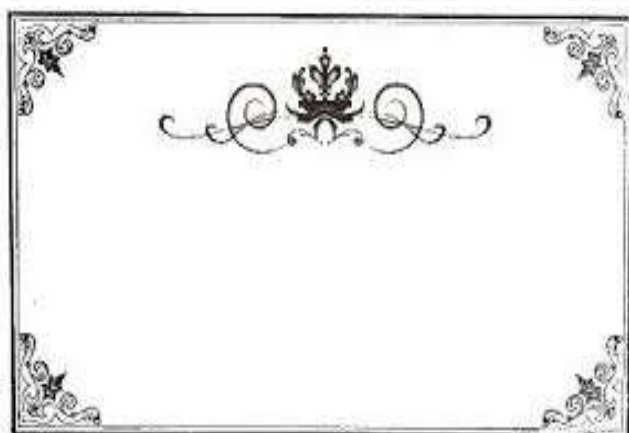
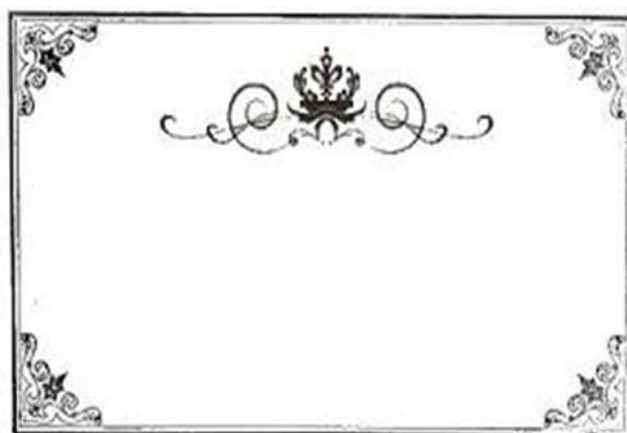
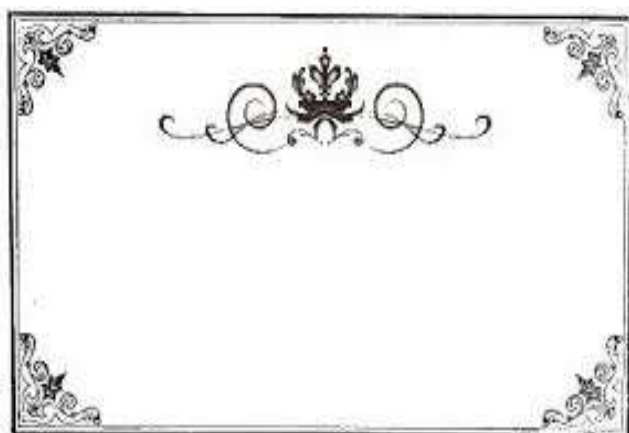
И заключительный этап

- Что понравилось?
- Что не понравилось?
- Что было самое сложное?
- Что нового узнали о себе и группе?
- Чему научились?
- Как это пригодится в будущем?
- Что было важным?
- Над чем вы задумались?

Литература

1. Тренинг-игра на развитие эмпатии, улучшения отношений, снятия скрытого стресса. // <https://cvr.68edu.ru> URL: <https://cvr.68edu.ru/wp-content/uploads/2020/04/%D0%98%D0%B3%D1%80%D1%8B-%D0%B8-%D1%83%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%B6%D0%BD%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F-%D0%B4%D0%BB%D1%8F%D0%B2%D1%81%D0%B5%D0%B9-%D1%81%D0%B5%D0%BC%D1%8C%D0%B8.pdf> (дата обращения: 9.12.2025)
2. Смирнова Т.П. Психологическая коррекция агрессивного поведения детей. Серия «Психологический практикум»/ Т.П. Смирнова— Ростов н/Д: «Феникс», 2004. — 160 с.

Приложение (визитные карточки)



Для упражнение «Как стать злым и агрессивным».

