Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области

средняя общеобразовательная школа № 2 «Образовательный центр» с. Кинель-Черкассы муниципального района Кинель-Черкасский Самарской области

**План-конспект открытого занятия**

**для подростков на тему**

**«Давление: как ему противостоять?»**

Разработала: педагог-психолог

Постникова Людмила Владимировна

с. Кинель-Черкассы, 2015 г.

**План-конспект открытого занятия**

**по теме: «Давление: как ему противостоять?»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | ***ФИО (полностью)*** | ***Постникова Людмила Владимировна*** |
|  | ***Место работы*** | ***ГБОУ СОШ №2 «ОЦ» с. Кинель - Черкассы Самарской области*** |
|  | ***Должность*** | ***Педагог-психолог*** |
|  | ***Категория обучающихся*** | ***Учащиеся 7 класса*** |
|  | ***Тема занятия*** | ***Давление: как ему противостоять?*** |
|  | ***Дата проведения*** | ***16 марта 2015*** |

**Цель занятия**: сформировать представление учащихся о силе группового давления на личность.

**Задачи:**

1. Сформировать умение противостоять чужому давлению, выражая отказ оптимальными способами.

2. Развить способность делать самостоятельно свой выбор и умения поступать в соответствии с собственным решением.

3. Освоить навыки уверенного поведения.

**Необходимые материалы и оборудование:** ноутбук, мультимедиа-проектор, экран, компьютерная презентация,карточки с различными способами отказа, фольга, ватные диски, ножницы, скотч, «корзина результатов», разноцветные карточки для проведения рефлексии, карточки с пожеланиями от психолога.

**Ход занятия:**

**1. Организационный момент.**

Учащиеся вместе с психологом садятся на стулья, образуя круг.

**2. Знакомство.**

***Психолог:*** «Здравствуйте, уважаемые семиклассники! Меня зовут Людмила Владимировна, я педагог-психолог. Я рада тому, что мы сегодня с вами встретились и имеем такую возможность пообщаться.»

**3. Приветствие.**

**Упражнение «Приветствие на сегодняшний день»** *(Слайд 1. Приветствие).*

**Цель –** установление контакта, введение в групповой процесс, создание соответствующего настроения у участников группы.

***Психолог:***«Хотелось бы начать сегодняшнюю встречу со знакомства и высказывания друг другу пожелания на сегодняшний день. Оно должно быть коротким, желательно в одно слово. Сначала вы называете свое имя, а затем справа от себя сидящему вы говорите то, что хотели бы пожелать этому человеку и т. д., пока не завершится круг».

«Молодцы!»

**4. Основная часть.**

**Игровая технология.**

**Упражнение «Активатор».**

**Цель –** формирование умения противостоять групповому давлению, сохраняя свою позицию.

***Психолог:*** «Сейчас мы будем с вами уговаривать одного участника разжать кулак, используя только слова. Прикасаться к участнику нельзя».

(Выбирается один участник).

***Психолог:*** «Как вы думаете, что сейчас испытал наш участник? Как вы считаете, о чем мы с вами сегодня будем говорить?»

Обсуждение по данному упражнению.

- Что чувствовал при таком общении?

- Трудно ли было сопротивляться групповому давлению?

**Беседа** *(Слайд 2. Групповое давление).*

***Психолог:*** «У каждого из нас есть свой круг общения. Это наши приятели в классе. Друзья, живущие в одном дворе, товарищи по интересам и т. д. И почти у каждого человека существует потребность в принадлежности к какой-либо группе.

Общие увлечения, одинаковые интересы объединяют группы, однако совпадения не могут быть полными – каждый из нас – индивидуальность и чем-то отличается от остальных. И вот именно это может отразиться на отношениях в группе: порой группа требует от человека отказаться от своего мнения. Часто это происходит незаметно от нас».

«Психологи называют такое явление «групповым давлением».

- Ребята, очень часто возникают такие ситуации, в которых единственный возможный вариант поведения при групповом давлении – отказ!

- К таким ситуациям следует заранее быть готовым. Как же это сделать?

**Игровая технология.**

**Упражнение «Откажись по-разному»** *(Слайд 3. Способы отказа).*

**Цель –** совершенствование навыков работы в паре, развитие коммуникативных навыков и навыков уверенного поведения, формирование творческого подхода к выполнению задания.

***Психолог:*** «Сейчас мы с вами разобьемся на микрогруппы по 2 человека. Каждая микрогруппа получит карточку, на которой будет написан один из способов отказа и его характеристика. На озвученную мной фразу (одна для всех) вам необходимо придумать ответ в зависимости от того способа отказа, который у вас написан. На обсуждение вам дается 5 минут».

* Отказ – соглашение: человек в принципе согласен с предложением, но по каким-то причинам не решается дать согласие. Например: ребята, – спасибо, но мне так неудобно вас затруднять.
* Отказ – обещание. Человек в принципе согласен с предложением, но в данный момент он не может его принять. Даётся понять, что при других обстоятельствах предложение было бы принято. «Пойдём завтра в кино» - «С удовольствием, но завтра у меня занятия по математике.
* Отказ – альтернатива. Отказ направлен на альтернативное предложение. Трудность такого отказа в том, чтобы придумать ценное альтернативное предложение: Пойдём завтра в спортзал» - «Давай лучше погуляем по посёлку».
* Отказ – отрицание. Человек даёт понять, что не согласится ни при каких обстоятельствах на предложение. «Нет, я не поеду на лодке, потому что боюсь воды. Нет, я ни за что не поеду в лес».
* Отказ – конфликт. Крайний вариант отказа – отрицание. Агрессивен по форме. Может содержать оскорбления или угрозы. «Давай сходим на дискотеку» - «Ещё чего! Сам топай!» Этот вид отказа эффективен в случае выраженного внешнего давления».

**Здоровьесберегающие технологии – арт-терапия.**

**Упражнение «Изготовление фигуры человека из фольги»** *(Слайд 4. Арт-терапия).*

**Цель –** развитие творческого воображения, диагностика личностных особенностей детей и поведения каждого ребенка в процессе группового давления.

Каждому участнику группы раздается по два небольших куска фольги и два ватных диска. Также для этого упражнения потребуются ножницы и скотч. Четкую инструкцию по изготовлению фигурок дает психолог, демонстрируя на собственном примере. У каждого ребенка должно получиться по две фигурки, из которых он делает небольшую композицию или скульптуру. Далее каждый участник группы устанавливает свою композицию на общий стол с помощью скотча.

Обсуждение по данному упражнению.

- Нравится ли вам то, что вы сделали?

- Хотелось бы вам что-либо изменить в своей композиции? Почему?

(Предоставить возможность изменить скульптуру).

**Рефлексия занятия** *(Слайд 5. Рефлексия).*

**-** Что узнали нового?

- Что понравилось?

- Чему научились?

***Психолог:*** «Высказать своё мнение о занятии вам поможет «Корзина результатов». На столе разложены карточки разного цвета с надписями: жёлтая – занятие понравилось; оранжевая – кое-чему научился; зелёная – хотелось бы продолжить подобные занятия; синяя – меня огорчило, что мне еще нужно научиться отказывать; белая – занятие прошло впустую» *(Слайд 6. Корзина результатов).*

В завершении занятия психолог раздает всем участникам группы карточки, на которых написаны пожелания и комплименты.

***Психолог:*** «Дорогие ребята! Спасибо вам за интересную и плодотворную работу. И помните, что давление на нас оказывают почти каждый день, главное, как мы отнесемся к той или иной ситуации и выйдем из нее достойно».

(Аплодисменты).