**Цель:** Совершенствовать у подростков навыки распознавания приемов манипулирования и углубить представление о способах противостояния манипулятору,

**Задачи:**

1. Учиться сопротивляться давлению группы и принимать на себя ответственность за собственные решения, за собственную жизнь.

2.Создание условий для развития навыков общения в группах, парах.

3.Создать условия для воспитания творчески грамотного человека, учить формулировать свой ответ, анализировать свои поступки.

Ход занятия.

**Воспитатель**. – Ребята, тема нашего классного часа "Учимся говорить "нет!" Ребята для того, чтобы наш разговор состоялся надо запомнить несколько правил, которые будут действовать на классном часе:

* С места не выкрикивать, если этого не требует задание
* Внимательно слушать и при желании высказаться - поднять руку.

**Воспитатель**. Находясь в обществе, мы постоянно сталкиваемся с ситуациями, когда кто-то пытается нами манипулировать, убеждать в чем-либо, чего мы не хотим и мы не можем отказать этому человеку.

Подумайте и вспомните, попадали ли вы в такую ситуацию? (ответы детей)

- Почему ты согласилась?

- Трудно ли было отказать?

Какие мысли приходили к вам в этот момент? (ответы детей)

***Грязные мысли:***

* Если я скажу: “Нет!”, со мной не будут дружить.
* А если я откажусь, то они могут дразнить меня.
* А вдруг я останусь один, если скажу им “нет”?

***Честные мысли:***

* Это мой выбор!
* Я смогу победить свой страх!
* Это нужно сказать, и я сделаю это!
* Вася смог, и я смогу! Я не испугаюсь!

**Воспитатель**. - Ребята, как вы думаете, когда труднее отказать, когда вас убеждает один или несколько человек?

**Воспитатель.**Особенно трудно бывает сопротивляться давлению со стороны группы людей. Почему? (ответы детей) Мы довольно часто не можем противостоять и уступаем, хотя вовсе не желаем этого. Учёные определили причины, влияющие на подростков при принятии важного решения, когда их вынуждают говорить: "Да". Список этих критериев перед вами (на мультимедиа). Выберете из них наиболее значимые для вас и определите те, которые бы вы поставили на первое место. Поднимите руки только те ребята, которые для себя главной причиной согласия назовут

Критерии: *Говорю "да", потому, что:*

* Не хочется быть белой вороной
* Не хватает смелости
* За компанию с другом
* Соглашаюсь из-за симпатии к убеждающему человеку
* Соглашаюсь назло кому-то
* Хочу доказать, что я взрослый
* Для получения адреналина

**Воспитатель**:Одной из главных причин при принятии решения является нежелание противопоставить себя группе сверстников, выделиться из их среды. Но всегда ли оправданно говорить: "Да"? Может быть, есть ситуации, в которых стоит сказать: "НЕТ"?

Давайте проиграем с вами ситуацию, мы будем работать в группах. Пожалуйста, выберете из группы человека на которого будет оказывать давление другая группа (ребята предлагают своему товарищу уйти с последнего урока, а он должен отказаться от этого.

**Воспитатель:**

- правильно ли он отказывался или нет?

- в чем он допустил ошибку?

- поднимите руку кто не смог бы отказать в данной ситуации? Почему?

- что было труднее убеждать или отказывать?

- почему?

**Воспитатель***:*Чтобы противостоять давлению необходимо научиться правильно отказывать. Существует много способов выйти из ситуации принуждения, не теряя своего достоинства и своего лица. Как вы считаете, каким образом можно противостоять давлению? Психологи рекомендуют использовать следующие приемы отказа:

Приемы отказа:

* Привести веские контраргументы (назови причину, почему не можешь этого сделать)
* Быть уверенным в себе (спасибо, нет!)
* Уйти из ситуации (уйти)
* Смените тему: придумайте что-нибудь, что тоже интересно (пойти в спортзал, на танцы и т.д.)
* Упереться: отвечать "НЕТ" несмотря ни на что.

**Воспитатель**. - Давайте проиграем следующую ситуацию, в которой каждому необходимо отказаться, используя перечисленные приемы. Группа одноклассников замечает, что у впереди идущего их мальчика, выпал из кармана сотовый телефон. Несколько человек из этой компании решили присвоить его себе.

Правильно ребята применяли приёмы отказа?

Действительно, каким способом вы скажете «нет» зависит от обстоятельств.

Дети приводят свои варианты поведения в предложенных ситуациях.

**Воспитатель***. -*Ребята, сейчас каждый из вас попробовал отказаться. Трудно было? Как?

Когда было труднее отказаться в ситуации, когда вы не знали приемов отказа или используя один из них?

**Воспитатель***:* Ребята, а вам помогли эти приемы отказаться от предложения? Как? (ответы)

**Воспитатель***:* Ребята, ответьте на вопрос: "Надо ли уметь говорить "нет", когда вами пытаются манипулировать?" (ответы). Какие могут быть последствия, если человек не может отказаться, не может сказать "нет"? (ответы детей)

**Воспитатель:** Ребята, я надеюсь, что после сегодняшнего разговора каждый из вас попадая в ситуацию, когда вами будут пытаться манипулировать, убеждать в чём - либо, сможет найти нужные и убедительные слова и ответить отказом. А теперь я попрошу вас закончить следующее предложение " Сегодня я узнал о:"

**Воспитатель***:* итак, надеюсь, что на сегодняшнем занятии вы убедились, что коротенькое слово "нет" может решить важные для вас проблемы, поэтому эпиграфом к классному часу мы взяли слова Плутарха " Начало победы - смелость"

* Не бойся выглядеть недостаточно умным!
* Не бойся выглядеть недостаточно смелым!
* Не бойся выглядеть недостаточно взрослым!
* Не бойся выглядеть недостаточно самостоятельным!
* Бойся стать жертвой манипуляторов и превратиться в марионетку)

**Воспитатель*: -*** Ребята, я благодарю вас всех за активную работу и вашу откровенность при ответах. До свидания!

Государственное учреждение Республики Коми

«Детский дом №4 для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей»

г. Усинска

****

Подготовила:

Гизатуллина Л.А.

г. Усинск

2015 год