КЛассныи

час «Невозможн ожить без ...

«Невозможно жить без ... драк?»

Драка – это взаимные побои, вызванные ссорой, скандалом.

ДРАКА – ЭТО ВЗАИМНЫЕ ПОБОИ, ВЫЗВАННЫЕ ССОРОЙ, СКАНДАЛОМ.







Однажды на лужайке подрались два козла



Ирина Токмакова «Обижалки»



 Младший брат сломал твою игрушку.

- •1. Ты его прощаешь.
- •2. Ты ударяешь его.

•Ты поссорился со своей сестрой.

- 1. Ты попытаешься объясниться с ней.
- 2. Ты обижаешься и мстишь.

•С тобой поступают жестоко.

- •1. Ты отвечаешь тем же.
- •2. Ты говоришь "нет" и стремишься заручиться помощью.

•Ты недоволен собой.

- •1. Ты говоришь, что людей без недостатков не бывает.
- 2. Ты все сваливаешь на других.

 Тебе не хочется идти на прогулку со своими близкими.

- •1. Ты устраиваешь истерику.
- 🔾 2. Ты идешь с ними гулять.

Если тебя рассердили действия одноклассника и тебе захотелось его ударить, то япредлагаю делать следующее:

- 🔵 Снять напряжение с помощью счёта до 10;
- Умывания или обмывания рук;
- Направления агрессии на неодушевлённый предмет (эспандер, шарики, подушку, боксёрскую грушу и т. д.);
- Агрессию направить в другую сторону: проявить заботу, милосердие к ближним.
- Осознать последствия и постараться не допустить, чтобы они стали реальными.

Если тебя втягивают в драку

- Отойти от этого человека в сторону, зайти в класс;
- Сказать обидчику о том, что ты чувствуешь в данный момент:
- - Я зол, но отказываюсь драться с тобой.
- - Я возмущён твоим поведением.

• Драки являются следствием агрессии человека. Заглянем в словарь: агрессия – это физическое или вербальное (словесное) поведение, направленное на причинение вреда другим.

- Вопросы опросника: «Что вызывает во мне агрессию»
- 🕒 1. Я терпеть не могу, когда .
- 2. Я не могу слышать .
- 3. Я очень сильно раздражаюсь, когда.
- 4. Когда я злюсь, .
- 5. Для преодоления агрессии родители мне помогают таким советом или действием

Если вы стали свидетелем

драки между одноклассниками,

- 1. Выяснить причину ссоры, попытаться объяснить ребятам, что это не повод для драки.
- 2. Уговорить драчунов продолжить разбор отношений на следующей перемене (есть надежда, что ребята забудут обиду и помирятся, также за это время можно предложить учителю или психологу оказать им помощь в примирении).
- 3. Рассказать о возможных последствиях (моральные и физические травмы).
- 4. Если указанные выше способы не помогли, позвать учителя.

Если вы рассержены действиями одноклассника и хотите его ударить

- 1. Снять напряжение с помощью: счета до 10; умывания рук.
- 2. Направить агрессию на неодушевленный предмет: эспандер, шарики, подушку, если вы находитесь дома; боксерскую грушу, если вы находитесь в спортивном зале.
- 3. Подумать о возможных последствиях и постараться не допустить, чтобы они стали реальными.

Если вас втягивают в драку:

- 1. Переведите конфликт в шутку.
- 2. Отойдите в сторону.
- 3. Зайдите в класс.
- 4. Не нападайте первым.

- Передайте обидчику свои чувства следующими словами:
- "Я зол и рассержен, но отказываюсь драться с тобой".
- "Я возмущен твоим поведением".
- "Отойди от меня, я не хочу с тобой разговаривать".
- "Я вижу, что ты хочешь втянуть меня в драку, я прав?".

- УМЕТЬ ПРОЩАТЬ...
- Да. Это сложно.
- Порою, даже невозможно...
- Не месть приносит облегченье,
- не зло в ответ, а лишь ПРОЩЕНЬЕ...
- И пусть СУДЬБА сама решит, за что и как вознаградит...
- Ведь тот, кто сеет зло вокруг, сам попадает в этот круг...

