

Беседа: «Агрессивный человек. Слабый человек»

Цель: Формирование адекватного поведения подростка в сложных жизненных ситуациях.

Задачи:

- получить информацию об агрессии и агрессивном поведении;
- освоить «безвредные» способы разрядки гнева и агрессивности.

Ход занятия:

Общаясь, людьми сознательно или бессознательно проявляют агрессивность по отношению к другим людям.

Давайте разберем понятие Агрессия и агрессивность

Слово «Агрессия» произошло от латинского «agressio», что означает «нападение». В психологическом словаре: это поведение, которое противоречит нормам и правилам существования людей в обществе, приносит физический и моральный ущерб людям, вызывает у них психологический дискомфорт (отрицательные переживания, состояние напряженности, страх, подавленность и т.п.).

Агрессивность - это склонность к причинению другим морального или физического ущерба.

Давайте познакомимся с видами агрессии:

- физическая агрессия;
- раздражительность;
- вербальная агрессия;
- косвенная агрессия;

Важно знать, что агрессия само по себе не возникает, для этого есть свои причины.

Рассмотрим причины:

- Усталость.
- Влияние компьютерных игр.
- Низкая самооценка.
- Защитная агрессия.
- Реакция на запрет взрослых.
- Требование внимания.
- Так называемое «требование границ».
- Социальное научение.
- Проявление жадности власти.
- Агрессивное поведение самих родителей как обычная модель поведения.
- Нарушение межличностных отношений.
- Неудовлетворение базовых потребностей ребенка (в любви, понимании, общении, безопасности, уважении, физическом и психологическом комфорте и т.д.).

Скажите, почему «Агрессивный человек = слабый человек»?

А может человек прожить без агрессивности?

Прочитать притчу «Безвредная змея»

Жила-была невероятно свирепая, ядовитая и злобная змея. Однажды она повстречала мудреца и, поразившись его доброте, утратила свою злобность. Мудрец посоветовал ей прекратить обижать людей, и Змея решила жить простодушно, не нанося ущерба кому-либо. Но как только люди узнали про то, что Змея не опасна, они стали бросать в неё камнями, таскать её за хвост и издеваться. Это были тяжелые времена для Змеи. Мудрец увидел, что происходит, и, выслушав жалобы Змеи, сказал: «Дорогая, я просил, чтобы ты перестала причинять людям страдания и боль, но я не говорил, чтобы ты никогда не шипела и не отпугивала их».

Вопрос для обсуждения

В чем мораль этой притчи?

Комментарий

Нет ничего страшного в том, чтобы пошипеть иногда на нехорошего человека или врага, показывая, что вы можете постоять за себя и знаете, как противостоять злу. Только вы

должны быть осторожны и не пускать яд в кровь обидчика. Можно научиться противостоять злу, не причиняя зла в ответ. А это очень важно, потому что зло никогда не приводит за собой добро. Другими словами, притча говорит о том, что каждая личность должна обладать определенной нормой агрессивности. В этом случае агрессивность выполняет защитную функцию. Отсутствие агрессивности приводит к пассивности, ведомости.

Давайте выработаем правила «Как себя вести с агрессивными людьми»

- Постарайся сохранять спокойствие, говори медленно, четко и твердо;
- Не бойся агрессора, держись уверенно;
- Не груби в ответ и не дерись;
- Твердо и уверенно скажи, что тебе не нравится такое обращение («Я возмущен твоим поведением»; «Отойди от меня, я не хочу с тобой разговаривать»)
- Пошути в ответ;
- Спокойно уйди (не убегай);
- Обратись за помощью к друзьям или старшим;

Если вы рассержены действиями одноклассника и хотите его ударить, то предлагаю следующее:

- Счет до 10 (2-3р) каждый раз медленнее;
- Умывания или растирания рук;
- Эспандер, шарики, мячики;
- Попить воды;
- Пойти к психологу;
- Подумать о возможных последствиях и постараться не допустить, чтобы они стали реальными.

Вывод: Чем сильнее человек, тем реже он будет нуждаться в применении силы.

[#ГКОУ ГорловскаяСШИ24](#)

[#ГодСемьи](#)

[#РаботаСоциальногопедагога](#)

С уважением, социальный педагог Семенюк Н.А.!



