

КГБУ
«Троицкий Центр помощи детям,
оставшимся без попечения родителей»

Воспитательное мероприятие

Школа жизненных навыков

"Научись говорить "Нет!"

(8+)

Подготовила:

воспитатель высшей
квалификационной категории
Романова М. П.

2022 г

С.Троицкое

Цель и задачи: углубить представление детей о психическом и социальном здоровье; показать, как можно сопротивляться давлению сверстников путем неагрессивного настаивания на своем; формировать стойкое неприязненное отношение к любым проявлениям деструктивного поведения, к вредным привычкам; побуждать подростков к развитию своих способностей, к самореализации.

Подготовительная работа: назначить двух воспитанников на роли помощников. Они должны будут помочь воспитателю провести фрагмент воспитательного мероприятия. Их задача – прочитать диалоги, затем по команде воспитателя обратиться к товарищам по именам и прочитать типичные фразы из списка.

Диалоги

1. – хочешь выпить?

- Спасибо, нет!
- 2. – Хочешь выпить пива?
- Нет, я не пью пива.
- 3. – Давай покурим?
- Мне нужно срочно позвонить!
- 4. – Хочешь затянуться?
- Нет!
- Ну, ладно, затянись!
- Нет!
- Просто попробуй!
- Нет!

Оформление:

Написать на доске:

Три способа настоять на своем:

- 1) пассивность
- 2) агрессивность
- 3) неагрессивное настаивание на своем

Ход воспитательного часа

1. Интерактивная беседа «Когда ущемляют наши права?»

Воспитатель. Тема нашего воспитательного часа «Научись говорить «нет»». У каждого бывают ситуации, когда надо настоять на своем, защищать свои права. Случалось ли вам попадать в такие ситуации?

Примерные ответы детей:

- Попросить продавца обменять порванную купюру, которую он дал на сдачу.
- Сказать продавцу, что он вас обсчитал.
- Вернуть плохой товар.
- Сделать замечание тому, кто лезет без очереди.
- Сказать «нет» тому, кто пытается продать тебе что-то.

Воспитатель. Как видим, такие ситуации вам знакомы. Одни в таких случаях пассивно отступают, постепенно теряя самоуважение, другие, наоборот, агрессивно наступают, теряя уважение окружающих. Но для психического и социального здоровья человека плохо и то и другое. Как же поступить так,

чтобы не уронить себя и не потерять уважение окружающих? Сегодня мы будем этому учиться.

2. Мини-лекция «Три способа настоять на своем»

Воспитатель. Итак, каким образом обычно реагируют на такие ситуации, когда нарушаются их права? Ученые утверждают, что таких способов всего три:

- 1) пассивность
- 2) агрессивность
- 3) неагрессивное настаивание на своем

Вот вам ситуация для иллюстрации. Школьная столовая. Саша, Дима и Олег стоят в очереди, вдруг кто-то нахально становится впереди них.

Саша посторонился и промолчал.

Дима громко закричал: «Отвали, тебя здесь не было!»

Олег твердо сказал: «Извини, встань в очередь сзади!»

Какой способ сопротивления выбрал каждый из ребят?

(Дети отвечают: Саша – пассивность, Дима – агрессивность, Олег – неагрессивно настоять на своем.)

Вы увидели, что самый лучший способ – это неагрессивно настоять на своем. Этот способ позволяет выразить свое мнение, избегая конфликтов и не роняя себя.

3. Информационный блок «Способы сказать «нет»»

Мотивация «Зачем это нужно?»

Воспитатель. Но как настоять на своем? Самое лучшее – научиться говорить «нет».

Сейчас мы будем учиться говорить «нет» в ситуациях, когда предлагают алкоголь, сигареты, наркотики, клей. Конечно же, лучше всего избегать такие ситуации. Но если ты все-таки оказался в компании, где на тебя могут оказать давление, обязательно нужно научиться говорить «нет».

Демонстрация «Как это работает?»

Здесь помогают воспитателю заранее подготовленные дети со своими диалогами.

Оценка «Какой способ лучше?»

Воспитатель. Вы узнали о разных способах сказать «нет». Какой вам кажется самым удобным?

Примерные ответы детей:

- Лучше всего сказать «нет» и уйти.
- Лучше вообще не обращать внимания.
- Самое лучшее – сказать «спасибо, нет».
- все зависит от обстановки.

5. Проблемные ситуации «Сумей отказаться»

Воспитатель. Действительно, каким способом вы скажете «нет», зависит от обстоятельств. Я предлагаю вам несколько ситуаций. Подумайте, как бы вы вели себя?

(Воспитатель читает описание ситуаций, предлагает выбрать, каким способом сказать «нет». Дети по желанию поднимают руки, отвечают. По одной ситуации могут ответить несколько детей.)

1. Несколько твоих друзей в туалете. Один говорит: «Как насчет покурить?», другие говорят: «Да он новичок!», предполагая, что ты хочешь покурить. Ты никогда прежде не курил. Твои действия.
2. Ты на вечеринке или в кино, и все, с кем ты пришел, курят. Некоторые из них предлагают тебе покурить. Твои действия.
3. Ты вместе с ребятами вне здания школы. Ребята пьют пиво и курят. Ты выглядишь белой вороной. Кто то пустил по кругу пачку сигарет. Твои действия.
4. Ты стоишь в очереди за обедом в школьном буфете, кто-то лезет вперед без очереди. Твои действия.
5. Одноклассница пригласила тебя на день рождения. Ты знаешь, что в ее доме никто не курит. И вдруг твой приятель закуривает сигарету. Твои действия.

Примерные ответы детей:

- Извини, мне нужно уходить.
- Ребята, поймите меня, я не курю.
- Просто передать пачку дальше по кругу со словами «я не курю».
- Извини, но сейчас моя очередь.
- Извини, но тут никто не курит.

5. Заключительное слово

Воспитатель. В ситуациях, когда нарушаются наши права, когда на нас оказывается давление, очень важно научиться неагрессивно настаивать на своем. Иногда для этого нужно научиться просто говорить «НЕТ». Это поможет вам сохранить самоуважение, избежать конфликтов, сберечь свое психическое и социальное здоровье.

6.Подведение итогов

Воспитатель. Какой жизненный навык мы сегодня тренировали? Что даст он нам в жизни?

Примерные ответы детей:

- Неагрессивное настаивание на своем и умение говорить «нет».
- Спасет от вредной зависимости.
- Придаст уверенность в себе.
- Может отстоять свою точку зрения.