**О.В. Куркина (Идентификатор: 218-166-356)**

**Приложение 2**

**Сценарии тренингового занятия № 2.**

**Тема: Виды поведения в обществе**

**Цель:** осознание специфики агрессивного поведения и его воздействия на личности, осознание стратегии собственного поведения.

**Задачи:**

- выявить уровень коммуникативного контроля личности;

- ознакомить с типами поведения личности в обществе;

- выявить негативные черты характера и определить стратегию саморазвития позитивных качеств характера.

**Ход занятия**

**Упражнение «Мое приветствие».**

Цель: положительный настрой, повышение групповой сплоченности, развитие чувства эмпатии; введение в групповой процесс; приветствие участников занятия.

Ход упражнения: ребятам предлагается написать свои приветствия на листах бумаги и положить их в коробку. Далее ведущий перемешивает листы, каждый вытягивает, читает группе и оставляет себе на память о встрече.

**Упражнение «Повторение»**

Цель: актуализация полученной информации на первом занятии, актуализация правил работы в группе.

Ход упражнения: ведущий задаёт ряд вопросов по предыдущей теме занятия. Как люди выражают свои негативные эмоции и действия? На что они могут быть направлены? Какие виды насилия вы знаете? и т.д.

**Дискуссия по теме «Поведение»**

Цель: ознакомление с видами поведения в обществе - агрессивным*,* уверенным, неуверенным поведением.

Ход упражнения: ведущий обсуждает с подростками агрессивное*,* уверенное, неуверенное поведение. Способы проявления данных видов поведения и свойства личности, которая проявляет определённый тип поведения.

Рефлексия.

Какие преимущества вы видите в каждом виде поведения?

**Упражнение – модерация «Модели поведения»**

Цель: дифференцировать проявления неуверенности, агрессивности в поведении людей.

Ход: участников делят на три группы (ряды в классе, три листа проходят через каждого участника группы). Каждой группе предлагается записать все слова, ассоциирующиеся со словами: «уверенное поведение», «неуверенное поведение», «агрессивное поведение». Листы вывешиваются на доске и происходит обсуждение.

- Что находится в душе, в сердце у агрессивных подростков?

- Может ли агрессивный человек бы лидером? Если «да», то чем характеризуется его группировка?

- Чем вызвана неуверенность? Может ли человек в состояния неуверенности добиться чего-либо?

- Друзей с каким типом поведения вы бы предпочли иметь рядом собой?

- Какое поведение самое успешное?

**Информация для ведущего.** Ведущий снимает листы «Неуверенность» «Агрессивность» и оставляет только лист «Увёренность». Предлагает учащимся подумать, насколько они близки к уверенному типу поведения. Затем ребятам предлагается оценить соё поведение по 5-балльной система. (Психолог вывешивает на доске таблицу: на верхней строке баллы от 1 до 5, а на нижней кол-во человек выбравших данную оценку своему поведению. Далее этот лист прилагается к мониторингу эффективности проведенного тренинга).

Рефлексия

- Трудно ли было оценить собственное поведение?

**Ведущий.** Не всегда удается проявлять уверенное поведение. Однако …

**Упражнение «Клон»**

**Цель.** Стимуляция осознания собственной уникальности. Саморефлексия поведенческих проявлений.

**Инструкция.** «… Представьте, что однажды вы узнаете, что кто-то ради какого-то странного эксперимента создал ваш клон. Он в точности похож на вас. Настолько, что никто, даже близки люди, не в состоянии отличить его от вас. Вам срочно нужно что-то делать, потому что день за днем клон вытесняет вас из вашей собственной жизни.

Подумайте, что в вас есть такого, что невозможно продублировать?

Как вы поможете понять вашим друзьям, кто из вас клон, а кто настоящий?

Как вы поможете вашим родным помочь понять, кто из вас клон, а кто настоящий?

Учтите, что по внешнему поведению, по манере говорить и по тому, что именно вы обычно говорите и делаете, вас различить невозможно.

Найдите в себе что-то такое, что невозможно повторить».

**Обсуждение.** «Поделитесь, что поможет отличить вас от вашего клона?» (участники высказываются по желанию)

**Резюме.** «Каждый человек уникален. Каждый имеет в душе нечто, что невозможно повторить. Каждый обладает какими-то качествами, которые присущи только ему. Это так же, как почерк. Каждый умеет писать, и вроде бы принцип построения букв всегда один, но все равно каждый пишет по-разному. Даже если очень хорошо подделать почерк, все равно экспертам удается отличить подделку от настоящего. И уж если почерк не повторить в точности, то и каждый человек неповторим. Никто и никогда не может стать в точности таким, как другой человек, или как мы. Мы, каждый из нас, уникален. Каждый из нас - это ценнейшее произведение... кого? Жизни? Судьбы? Природы? Бога? Наших родителей?».

**Ведущий.** А сейчас возьмите лист бумаги …

**Упражнение - ассоциация «Вселенная моего „Я”»**

**Цель:** помощь в осознании системы личностных ценностей.

**Материалы.** Листы формата А4 каждому участнику, цветные карандаши или фломастеры; название «орбит» на листе формата А4 (вывешивается на доске).

**Инструкция.** «В центре листа нарисуйте небольшой круг и обозначьте его большой буквой «Я». Вокруг него нарисуйте 8 окружностей - одна вокруг другой, как орбиты планет вокруг солнца. Каждая орбита - это сфера вашей жизни: семья, хобби – увлечение, друзья, развлечения, путешествия, карьера, здоровье, обучение. Для каждой окружности выберите свой цвет.

Назовите каждую орбиту в соответствии со списком, но порядок определите сами: ближе всего находится орбита, которая сейчас для вас важнее всего, затем вторая по важности, самая дальняя - наименее важная из этого списка. Вы можете использовать разные цвета для каждой сферы.

Затем на каждой орбите нарисуйте «планеты» (небольшие кружочки) и подпишите их – это те качества характера, которые бы помогали именно в этой области.

**Обсуждение.** «Что вы смогли понять для себя при выполнении этого упражнения?»

**Резюме ведущего.** Оно или не требуется, или может содержать нечто важное, вытекающее из высказываний участников. (Продукты деятельности учащихся вывешиваются на плакат, оформленный под Акцию «Жизнь без насилия»).

**Ведущий.** А сейчас попрошу вас подумать ещё о своих личностных качествах и провести генеральную уборку…

**Упражнение «Генеральная уборка»**

**Цель:** «инвентаризация» негативного и позитивного жизненного опыта.

**Вид.** Метафора.

**Материалы:** корзина для мусора, листы формата А 4, ручки.

**Инструкция.** «… Время от времени в каждом доме проводят генеральную уборку. Это значит, что в ней перебирают все вещи. Определяют их ценность, что-то чинят, что-то выбрасывают, а что-то отправляют в сарай или на чердак - как-то выкинуть жалко, но и в доме уже не нужно. Обычно после такой уборки в доме становится свободнее, красивее, радостнее.

Сейчас вы тоже наведете генеральную уборку, только не в доме, а в собственной душе. В ней накопилось много всего - это и что-то очень-очень ценное, это и не нужное, и оно каждый раз царапая вас, когда нечаянно заденете. Это и что-то совсем уже не нужное, но все нет времени задуматься, и так и валяется оно прямо в центре вашей души.

Так вот, время настало. Сейчас возьмите лист и напишите на нем крупными буквами: «Мусор». «Мусор» - это то, что вам совсем не нужно, и вы готовы избавиться от этого. Это те качества характера, который вам мешают.

Теперь вспомните самые разные моменты и события своей жизни, людей, предметы, места, которые вспоминать вам почему-то неприятно, стыдно, обидно - чем больше вспомните, тем лучше. Впишите их в лист. На это задание вам 5 минут. А теперь …Скажите что Вы выбрасываете из своей души? (высказывания участников) После чего предлагается разорвать листы и выбросить в мусорную корзину.

**Обсуждение.** Поделитесь впечатлениями от выполнения упражнения.

**Резюме.** Ведущий делает резюме в соответствии с отзывами участников. В конце он может добавить обобщающие слова: «Каждый из нас носит в своей душе много ценного и много лишнего. И очень важно иногда решиться и выбросить все не нужное, мешающее, и заново почувствовать ценность важного. Только предварительно нужно хорошенечко подумать, чтобы отличить одно от другого».

**Упражнение «Итоги»**

**Цель:** получение обратной связи от участников группы о прошедшем дне тренинга.

**Инструкция:** Сядьте удобнее. Сейчас мы с вами будем передавать друг другу мяч, делиться впечатлениями от сегодняшнего занятия и высказывать пожелания всем участникам группы. Когда кто-то будет говорить, прошу вас внимательно слушать, уважая своих одноклассников.

Рефлексия.

Каковы ваши впечатления от сегодняшнего занятия?

Какие открытия вы сделали для себя?

Участникам предлагается поделиться эмоциями, мнением о занятии.

Что узнали нового?

**Заполнение анкет обратной связи (Приложение 5).**

**Прощание.**