

Тренинговое занятие: «Аддикции и манипуляции».

Вопрос о профилактике аддиктивного (зависимого) поведения сейчас особенно актуален. Общаясь со сверстниками, подростки часто втягиваются в зависимое поведение, а оно, в свою очередь, влечет за собой увеличение девиантного и делинквентного поведения, а следовательно - рост правонарушений и преступлений. Поэтому очень важно научить подростков справляться с ситуациями, когда ими манипулируют.

Цель: развивать у учащегося способности анализировать и адекватно оценивать свое состояние, осознавать вред аддиктивного (зависимого) поведения, распознавать уловки манипуляторов.

Задачи:

1. Проанализировать с учащимися информацию о зависимостях и манипуляциях.
2. Развивать у учащихся способность анализировать и адекватно оценивать свое эмоциональное состояние.
3. Сформировать у учащихся навыки сопротивления в ситуациях манипуляций.

Форма проведения: тренинговое занятие.

Подготовительная работа: презентация, ленточки.

Практическое применение и значимость: возможно использование данной разработки на тренинговых занятиях в 7-11 классах классными руководителями, педагогами-психологами и социальными педагогами.

Ход тренингового занятия:

Здравствуйте! Сегодня мы с Вами встретились, чтобы обсудить очень серьезную и актуальную тему.

Аддикция (зависимость) - это состояние, при котором человек испытывает зависимость от чего-то или кого-то. Это патологическая форма привязанности, которая значительно ограничивает

жизнедеятельность человека и влияет на его взаимодействие с окружающими людьми. (сл. 3)

1. Каким образом зависимость может ограничить жизнедеятельность человека?
2. К чему может в дальнейшем привести аддиктивное (зависимое) поведение?

Последствия: (разрушение семей, деградация личности, потеря работы человеком и т.д.) Каждое 4 преступление совершено в состоянии алкогольного опьянения.

Виды зависимости:

- химические (алкоголизм, токсикомания, наркомания);
- биохимические (анорексия, булимия);
- нехимические (клептомания, игровая зависимость) (Сл.4)

Манипуляция- тип социального воздействия, представляющий собой деятельность с целью изменить восприятие других людей при помощи скрытой, обманной, насильственной тактики в интересах манипулятора. (Слайд 5)

Воспользуюсь также очень точной и ёмкой формулировкой врача-психотерапевта, кандидата медицинских наук, Александра Гонопольского:

«Манипуляция представляет собой психологический приём, оказание скрытого воздействия на человека через его эмоции. Ее целью всегда является достижение того, чтобы человек действовал так, как выгодно или как считает нужным автор манипуляции. Причем у человека, ставшего объектом подобного воздействия, создается иллюзия самостоятельного выбора.

Инструментом манипуляции являются чувства, а ее целью — формирование у другого человека намерения, не совпадающего с его реальными желаниями и потребностями. Манипулятор намеренно стремится внушить некое чувство

(эмоцию, состояние), чтобы подвести другого человека к нужному для себя действию. Не имеет значения, будет ли эмоция положительной или отрицательной, она всегда — двигатель поступков. (Слайд 6)

Подскажите, пожалуйста, ребята, через какие эмоции манипулятор может подвести человека к нужному ему действию? (Ответы: Вина, стыд, когда хочется показаться взрослым и т.д.) Да, Вы правы манипуляторы очень часто действуют именно так. Поэтому, распознаем чувства и эмоции в данном случае: «Что я чувствую на данный момент?»

Сейчас выполним очень необычное упражнение. Мне нужны 3 участника.

Упражнение: «Марионетка».

Одному из участников привязывают ленточки на руки и ноги, а два участника должны играть роль кукловода- полностью управлять всеми движениями куклы- марионетки. Для учащихся ставят 2 стула на расстоянии 1,5 – 2 метра. Цель кукловодов – перевести куклу с одного стула на другой. При этом человек, который играет куклу, не должен сопротивляться тому, что с ним делают кукловоды.

Вопросы «кукле»:

1. Что ты чувствовал во время этого упражнения?
2. Что заставляло тебя двигаться?
3. Что понравилось или не понравилось?
4. Был ли у тебя выбор?

Обратите внимание на презентацию. Как это изображение можно назвать? (Слайд 7).

(Учащиеся отвечают: кукла, Буратино, марионетка.) А кто ими управляет? Как это управление можно назвать? (Учащиеся отвечают: манипулятор, манипуляции).

Ребята, встречались ли Вы с похожими ситуациями? (обсуждение ситуации). Реклама может быть манипуляцией? Приведите примеры.

Кто хозяин положения в данном случае?

Какую выгоду получает манипулятор?

Как связаны зависимости и манипуляции?

Почему зависимость - это патологическая (т.е. болезненное отклонение от норм) форма привязанности? Приведите примеры. От кого зависит принятие решений?

Какие выводы Вы сделали в ходе нашего занятия?

Аддиктивное поведение-.....

Манипуляции-... (учащиеся отвечают)

Упражнение «Картина»:

Закрыли глазки. Представили себя в комнате. Вы одни. Перед Вами чистый лист бумаги. Вы рисуете картину и выбираете те инструменты, которые Вам нравятся: акварель, гуашь, карандаши... Рисуете то, что хотите. Это Ваш выбор. Какие цвета на Вашей картине? Каков сюжет? Будет ли он развиваться дальше или остановится в данной точке?

Сейчас потихоньку открываем глазки.

Ребята, может кто-то хочет поделиться нарисованным? Вы нарисовали Вашу жизнь или часть жизни. Скажите, пожалуйста, от кого зависит, как она сложится? Кто решал, что рисовать? Да, конечно, очень много зависит от Вас. Это Ваш выбор.

Я желаю, чтобы именно Вы решали, как проживете свою жизнь...

Сейчас предлагаю провести рефлекссию и оформить на бланках свое впечатление о занятии, что Вам интересно, что Вы еще хотите узнать. (Приложение 1).

Приложение 1.

Рефлексия

На этом занятии я узнал.....

Мне было интересно

Я хотел бы узнать.....

Рефлексия

На этом занятии я узнал.....

Мне было интересно

Я хотел бы узнать.....

Рефлексия

На этом занятии я узнал.....

Мне было интересно

Я хотел бы узнать.....

Список использованных источников и литературы:

1. Айдакова Л. Уроки психологии в школе. М., 2008
2. Анн Л. Психологический тренинг с подростками. Питер, 2003
3. Бернс Р. Развитие Я- концепции и воспитание.-М., 1986
4. Зеленина Е.А. Индивидуальная коррекционно-развивающая программа работы с подростками «группы риска» «Путь к себе», Краснокамск, 2012.
5. Организация деятельности образовательных организаций, направленной на профилактику употребления психоактивных веществ, пропаганду здорового образа жизни среди обучающихся/Министерство Просвещения Российской Федерации, Москва, 2024.
6. Соловьева Д.Ю. Коррекционно-развивающая программа коррекции конфликтного и агрессивного поведения учащихся. Сыктывкар, 2021.