**Внеклассное мероприятие по психологии
Ток-шок «Ещё не взрослый, уже не ребёнок»**

**Цель:** оказание практической психологической помощи подросткам в разрешение межличностных конфликтов.  **Задачи:**

1. Расширить позитивный социальный опыт обучающихся;
2. Развить коммуникативные навыки обучающихся.

**Методы:** беседа, создание проблемной ситуации (обсуждение и анализ ситуаций).

Внеклассное мероприятие рассчитано на обучающихся 10-11 класса.
**Оборудование:** карточки с заданиями, проектор, компьютер.

**Основные этапы:** организационный момент,вводная часть, основная часть, заключительная часть.

**Ход мероприятия:**

1. **Организационный момент:**

Добрый день, ребята! Рада вас видеть на нашем занятии в форме психологического ток-шоу «Ещё не взрослый, уже не ребёнок». Все темы, которые мы с вами сегодня будем обсуждать, можно объединить под одним большим названием – подростковые проблемы.

1. **Вводная часть:**

Суть нашего ток-шоу в обмене мнениями на заданную ситуацию, в ходе которого эксперты дают свои рекомендации. В качестве экспертов у нас сегодня 6 человек. Эксперты команды такие же подростки, как и вы – ваши одноклассники. Те, кто сегодня в роли зрителей, тоже могут взыскать своё мнение. Вступая в дискуссию со мной или с аудиторией, главная задача – аргументировать свою точку зрения. В ходе ток-шоу вы не должны забывать о тактичности и уважении к другим людям.

На сегодняшнем психологическом ток-шоу я предлагаю вам ознакомиться с тремя ситуациями, в которых часто оказываются ваши сверстники и, возможно, даже вы. Ситуации поделены на 3 блока:

I блок: Я и сверстники;

II блок: Я и Она;

III блок: Я и родители.

Задача экспертов обсудить в команде ситуацию и предложить мне и аудитории рекомендации для подростков, оказавшихся в такой ситуации, возможно поделиться своим опытом.

Вы готовы вступить в дискуссию?

1. **Основная часть:**

**I блок: Я и сверстники**

**Проблемная ситуация:**

Недавно Дима перешёл в новую школу, отношения с одноклассниками сразу не заладились. Сначала одноклассники смеялись и шушукались у него за спиной, затем стали унижать. Мальчик замкнулся в себе, стал необщительным и хмурым, немного нервным и раздражительным.
 Что бы предложили вы подростку? Как поступить? Как вести себя?

Согласны ли вы с данными советами?

1. Поговорить с обидчиком. Попробуй выйти на контакт с теми, кто тебя обижает. Если травля началась из-за какого-то конфликта, то вполне вероятно, что могло произойти недопонимание. Иногда разговор помогает решить некоторые вопросы и прекратить конфликт.
2. Расскажи. Поговори с тем, кому ты доверяешь. Это могут быть родители, родственники, учителя, психолог. Взрослые могут помочь изменить ситуацию.
3. Психолог – твой друг. Не бойся сходить к школьному психологу. В этом нет ничего постыдного или смешного. Возможно, психолог поможет построить линию поведения, обсудить варианты решения проблемы, просто выслушать тебя.

**II блок: Я и Она**

 **Проблемная ситуация:**

Во время летних каникул Ваня ездил в соседний город к отцу. Там он познакомился с Вероникой, ребята стали дружить и постепенно между ними появились нежные чувства. Но, к сожалению, каникулы подошли к концу и настала пора возвращаться домой. Ваня по возвращению долмой заявил родителям, что в следующем году, после окончания школы, переезжает в другой город, отказываясь тем самым от своих планов на будущее (поступление в ВУЗ мечты). Родители и учителя стали замечать, что мальчик стал хуже учиться, все свободное время посвящает общению с девушкой по телефону или в социальных сетях. Мама бьёт тревогу, ведь, по её мнению, сын губит своё будущее.
 Ваше отношение к данной ситуации? Чтобы вы посоветовали родителям? Подростку?

Пожалуй, самая главная рекомендация для подростка, оказавшегося в такой ситуации – это правильная расстановка приоритетов. Постарайся сделать так, чтобы другие стороны твоей жизни не страдали. Не забывай о своих планах и увлечениях, выделяй время для учёбы и друзей, вы ведь можете делать это и вдвоём.

Чем больше у тебя получится преуспевать в различны сферах, тем меньше родители будут переживать. Ведь они боятся не столько неправильного выбора, сколько потерянных возможностей. Подумай о том, что сейчас ты закладываешь прочный фундамент для дальнейшей жизни и крепких отношений.

Вне сомнений подростковая любовь важна – она дарит необходимый опыт для развития.

А мощный гормональный всплеск объясняет почему в период первой влюбленности подросток чувствует на себе действие эмоциональных качелей. Мозг выделяет группу гормонов: гормон счастья – дофамин, гормон, управляющий настроением – серотонин, гормоны привязанности – окситоцин и вазопрессин. Действие этих гормонов объясняет, почему подросток стремится проводить каждую минут с объектом своей привязанности.

К счастью, наш организм устроен так, что каким бы сильным не было первое чувство, мозг не может долго поддерживать подобный «фейерверк чувств», средний период пребывания в таком состояние 3-6 месяцев. Далее чувства либо затихают, либо перерастают в более зрелые и осознанные.

**III блок: я и родители**

**Проблемная ситуация:**

Андрей перешёл в 11 класс. Его родители настаивают на том, чтобы он пошёл учиться по той специальности, которую выбрали для него они. У мальчика совершенно другие интересы, но и расстраивать родителей ему не хочется. С одной стороны мнение родителей, а с другой стороны заниматься всю жизнь тем, к чему не лежит душа не хочется. Что делать?

 Каждый родитель вне сомнений мечтает о том, чтобы его ребёнок было счастлив. Счастье довольно часто ассоциируется с успешностью в жизненных сферах. Вероятнее всего, выбор родителей основан на их представлении о будущем подростка. Попробуйте обсудить вместе, каким они видят тебя через 10-15 лет? Что тебе даст освоение выбранной специальности? Прояснение родительских ожиданий в пользу того или иного выбора может помочь прийти к компромиссу.

 Конечно, случается и конфликт интересов, когда родители настойчивы, а у молодого человека собственные интересы. Чтобы решить спор необходимо выяснить позиции двух сторон. Ты можешь объяснить родителям, насколько сильны и важны твои увлечения, доказать родителям серьёзность своих намерений, показать, что ты ответственно подошёл к выбору будущей профессии: знаешь о достоинствах и недостатках выбранного тобой направления. Начните диалог, совместный сбор информации, посещение дней открытых дверей.

1. **Заключительная часть:**

Наше с вами занятие подошло к концу. Поделитесь своими впечатлениями? Оказалась ли информация для вас полезной?

**Список литературы**

1. Кон И.С. Что такое буллинг и как с ним бороться? // Семья и школа. 2016. №11. С. 15–18.
2. Лэйн Д.А. Школьная травля (буллинг) // Детская и подростковая психотерапия. СПб.: Питер, 2015. С. 240–276.
3. Фишер Х. Почему мы любим. Природа и химия романтической любви. — М. : Альпина нон-фикшн, 2013. — 320 с.