13.11.20

5 а класс

**Психологический час**

**Тема «Правила общения»**

☼ Продолжаем разбираться в отношениях между людьми! Они могут быть разными! Мы можем быть добры к людям, делиться, помогать или нет, отбирать, обижать. Когда будете выбирать, как общаться с людьми, подумайте о последствиях выбора!

►А поможет вам в выборе мультфильм "Муха". Посмотрите его и ответьте на **вопросы:**1. На какую муху, по поведению, вы похожи, то есть вас чаще обожают или вы кого-то обижаете?

2. Чему нас учит мультик?

<https://vk.com/public193719167?z=video127384465_171482578%2F5c946700fac80ccf95%2Fpl_wall_-193719167>

**Тема «Обида».**

☼ Сегодня мы познакомимся с одной из эмоций – Обидой.

● Обида — это сильное чувство, обладающее разрушительным действием. Обида – яркая негативная реакция на неоправдавшиеся ожидания или на причиненную несправедливость.

**?** Чем можно кого-нибудь обидеть? (поступками, обидными словами).

**?** Как выглядит обиженный человек? (У него опушены плечи, руки и голова. Он может молчать или громко сопеть, или говорить очень тихо.)

●Обиды, могут накапливаться в нас, тяжелым грузом и могут мешать, нам жить.

 ● Обиженный человек чувствует себя несчастным, раздражённым.

● Обида опасна, потому что может вызвать гнев, ненависть и поссорить близких людей.

**!!** Добрый человек не будет обижать другого, причиняя ему боль. Но если уж так случилось, и мы кого-то обидели, что же нужно сделать? (Попросить прощения).

►**Задание**

1. Просмотрите мультик «Про Миру и Гошу – Обидно». Обратите, пожалуйста, внимание на поведение Гоши в обиженном состоянии, кто и что помогло ему справиться со своей обидой, как семья Гоши разговаривают друг с другом и строят фразы.

2. Ответьте на вопросы:

- Как вы думаете, какого цвета обида? (Черного, синего, серого, коричневого, красного…).

- Закончите фразу: «Я обижаюсь, когда...» (закончить фразу).

- Кто может нам помочь избавиться от обиды?

- Всегда ли стоит обижаться во время споров?

 - Удается ли вам самим справиться с обидой?

 - А что лучше самому себе помочь или ждать помощи?

 - Что же нам делать с обидами? Как нам быть с нашими обидами в жизни?

<https://www.youtube.com/watch?v=4cJ7YT6Zhis&feature=emb_logo>