Павлодар қаласы №7 ЖОББМ

***Психологиялық тренинг:***

***«Мен зорлық-зомбылыққа қарсымын!»***

***Мектеп психологі: Ж.А. Касимова***

**Тақырыбы:** «Мен зорлық-зомбылыққа қарсымын» тренинг   
**Мақсаты:**¬ Білім алушыларға зорлық -зомбылық туралы қысқаша ақпарат беру, адамның ең жаман қасиеттерінің бірі екенін айту.   
¬ Білім алушыларға адамның құқықтарымен бас бостандықтарын қорғауы туралы қысқаша мағлұмат беру, пікір алмасу.  
¬ Жаман әдеттерден бойларын аулақ ұстап, ондай әрекеттерге бармауға тәрбиелеу, адамгершілігі мол саналы азамат болып өсуіне ықпал жасау. 

**Кіріспе** Қазақстанда салауатты өмір салтына қол жеткізуде, денсаулықты сақтау мен нығайтудағы басты міндеттің бірі – бала құқығын қорғау, зорлық-зомбылыққа қарсы күрес жүргізу. Бала құқығы туралы айтатын болсақ, 1989 жылы «Бала құқығы» туралы конвенция қабылданды. Ал, 2004 жылы «Бала құқығы» туралы заң қабылданды. Егер жалпы айтқанда зомбылықты физикалық қасірет көрсету әрекеті деп анықтауы болса, онда тұрмыстық зомбылықта осы әрекеттің бастауы мен айқындау нүктесі анық белгіленеді. Ол – жанұя, яғни зұлымдықшы мен оның жемтігі ең жақын адамдар болады. Олар – жұбайлар мен балалар. Отбасындағы зорлық-зомбылық мәселесі әлемнің әр елінде ертеден орын алған. Зорлық балалардың денелік және психологиялық денсаулықтары және жан-жақты дамулары үшін ауыр машақат болып табылады.   
 Әйелдер мен балаларға қатысты зомбылықтың алдын алу және бағытталған профилактикалық сипаттағы шараларды жүргізуде ақпараттық үгіттеушілік жұмыстарды өткізу қажет болып табылады.

Қоғам үшін ең бастысы – Тәуелсіздік, адам үшін бас бостандығы және уайым қайғысыз өмір. Оның кепілі – заңдылық. Бүгінгі күнде Тәуелсіздігімізге 25 жыл толып отыр. Сол мерейтоймен баршаңызды шын жүректен құттықтаймын. Тәуелсіздік төрімізден орын алған қоғамымыздағы ең басты құндылық – адам бостандығы. Адамның және адамзаттың құқықтары мен бас бостандықтарын қамтамасыз ету және қорғау – конституциялық заңдылықтың басты талабы.   
  **Негізгі бөлім.   
І. Амандасу – «таныстыру» жаттығуы.**Нұсқау: әр қатысушы өз есімінің бірінші әрпіне қарай бойындағы жеке қасиетін қосып айту керек. Мысалы: мен Жансая жігерлі қызбын....

Оқушылар түгел амандасып болғаннан кейін топқа бөлінеді. 

**Топта жұмыс істеу ережесі:**   
1. Біреуі сөйлейді, басқалары тыңдайды.   
2. Болып жатқан іс әрекетке белсенді қатысу.   
3. Әркім өз пікірін білдіруге құқылы.   
4. Пайда болған ой, сезімдеріңді осы жерде және қазір айт.   
5. "Басынан" "Аяғына" дейін жұмыс істеу.

**ІІ. Топқа бөліну**   
Оқушылар топқа бөліну үшін әр бір оқушы үстелде қойылған смайликтерге байланысты бөліну. Тренинг басындағы білім алушылардың көңіл күйлері қандай?, соған байланысты «орташа көңіл күй» және «көтеріңкі көңіл күй» болып 2 топқа бөлінеді.  
**ІІІ. «Зорлық-зомбылықсыз және қатігездіксіз балалық шақ» тақырыбында постер жасау.** Әр топқа берілген қағаздарға тақырыпқа байланысты постер жасайды. І топ: «Зорлық-зомбылықты қалай түсінесіңдер?», ІІ топ: «Зорлық-зомбылықты болдырмас үшін не істеу керек?» тақырыптары бойынша жұмыс жасап, оны топпен қорғау.  **IV. Жаттығу. «Арқаға арқа» Мақсаты**: күнделікті өмірде болмайтын қарым-қатынастың тәжірибесін алу.Екі қатысушы бір-біріне арқаларымен тұрады және осы жағдайда 3-5 минут әңгіме құру барысында «рақмет» сөзін қосып айту керек, ал қалған отырған оқушылар өз топтарынан шыққан оқушылардың қанша «рақмет» айтқандарын санап отырады. Аяқталысымен олар өз сезімдерімен бөліседі.Талқылау кезінде қойылатын сұрақтар:

1. осы әңгіме күнделікті әңгімеге ұқсады ма, мысалы, телефондық әңгіме, қандай айырмашылықтар бар:
2. әңгіме құру оғай болды ма;
3. әңгіме қалай болды - ашық па әлде жоқ па.

Қалғандары да дәл осылай істей алады.

**V. «Аяқталмаған тезистер» атты анкета**  Бұл анкетада зорлық зомбылықтың бірнеше түріне екі беттік ақ параққа анықтама жазады.   
1. Зорлық –зомбылық –ол....   
2.Физикалық зорлық –зомбылық -ол   
3.Психологиялық -   
4.Экономикалық зорлық деген-   
5.Қорқыту –ол...   
**VІ.** **«Қайта байланыс» жаттығуы**Оқушылар шеңбер құра отырады да, допты әр қайсысы кезекпен кезек ала отырып тренингтің өткізілуіне байланысты өз ойларын білдіреді:   
- Тренингте ең бірінші не ұнады?   
- Не ұнаған жоқ?   
- Өзің жаңадан не білдің?   
б) "Алған әсеріңіз қандай?"- смайликтер арқылы анықтау.   
в) тренингке қатысушыларға рахмет айта отырып, тренингті аяқтау.   
**VІІ.** **Қорытынды.**   
«Мен зорлық-зомбылыққа қарсымын» тақырыбындағы тренингті былай қорытындылағым келеді.   
Немістің ұлы ақыны В. Гете серуенге шығарда қалтасына түрлі гүлдердің тұқымын салып шығып, шалғындардан, орманнан өткенде, тауға шыққанда гүл тұқымдарын сеуіп жүруді жаны сүйген. Оның жүрген жерлері мезгілі келгенде керемет гүлдер өсіп шығатын.   
Гете сепкен гүл ме, әлде табиғи жолмен өздері көктеді ме, оны білу міндетті емес. Дегенмен сұлулық әлемі, әсемдік әлемі байыды. Сол сияқты дүниеде зорлық-зомбылық болмаса адам өмірі, адамзат дүниесі сұлу да әсем болар еді.