# Тема: «Як протидіяти тиску однолітків»



#### Завдання на урок:

- з'ясувати, коли вплив однолітків позитивний, а коли негативний;
- замислитися над тим, чому деякі підлітки підбивають своїх друзів спробувати алкоголь або почати курити;
- навчитися розпізнавати маніпуляції і відмовлятися від небажаних пропозицій;
- потренуватися в організації довкілля без тютюну та алкоголю.

### Вплив друзів







## Вплив однолітків щодо набуття шкідливих звичок



Способи маніпуляції

1. Лестощі: підлещуватися, домагаючись свого



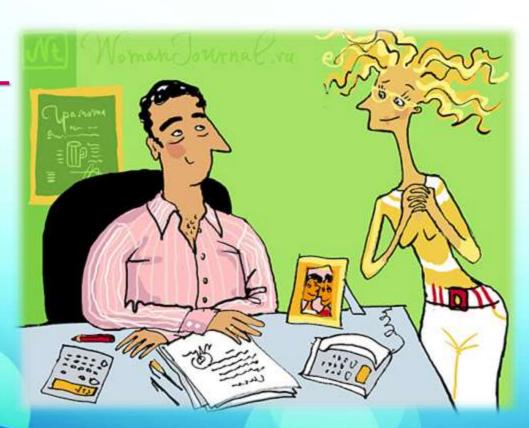
2. Наведення брехливих аргументів



3. Посилання на думку авторитетів



4. Спокушати обіцянкою популярності



<u>5. Погрожувати</u>

відлученням Мотан Зоштави



#### 6. Умовляти



7. Робити з тебе винного

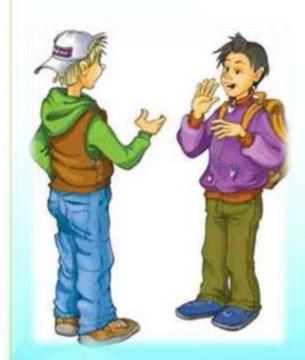


#### Як долати тиск однолітків

#### Що сказати

- · Просто відмовся: «Ні!»
- Метод «заїждженої платівки» відмовляйся знову і знову:
  - «Hi!»
  - «Дякую, ні!»
  - «Я сказав, що не хочу!»
- Відмовся і йди геть: «Я не хочу. Мені треба додому».
- Вибачся і відмовся: «Вибач, я цього не робитиму».
- · Відмовся і поясни причину: «Ні, я не курю».
- Відмовся і запропонуй альтернативу: «Не думаю, що це хороша ідея! Давай краще...»
- · Відмовся і подякуй: «Ні, дякую».
- Відмовся і переведи розмову на інше: «Ні! Краще послухай, що я тобі розкажу».
- · Переведи на жарт: «Не знав, що ти самогубець».
- Звернися за підтримкою до інших: «Краще цього не робити. Чи не так, хлопці (дівчата)?»

Уникай компанії тих, хто постійно пропонує щось небезпечне!



### Практичне завдання (робота в зошиті):

- Придумати 5 своїх відмовок від небезпечних пропозицій.

Зворотній зв'язок: Human; ел.адреса: zhannaandreeva95@ukr.net