



Классный час



Обида

автор: Т.В. Алексеева
педагог - психолог
МБОУ «Октябрьская средняя
общеобразовательная школа №2»





Упражнение «Горячий стул»



«Мне в тебе не нравится...»

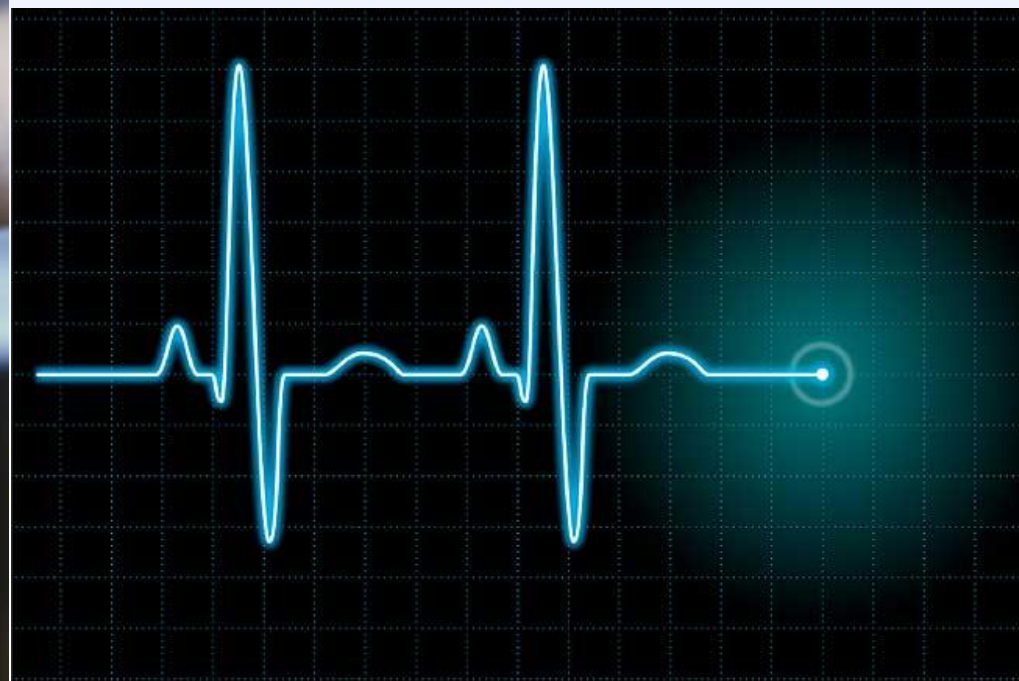




**Обида – это смесь агрессии,
обращенной внутрь и вовне.**



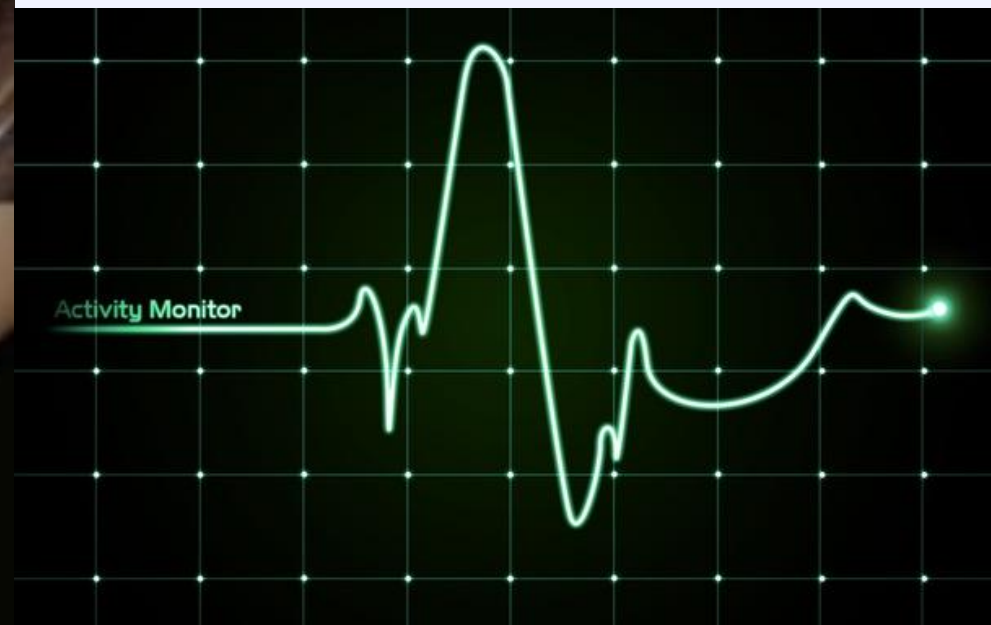
Практикум



1 минута



Практикум



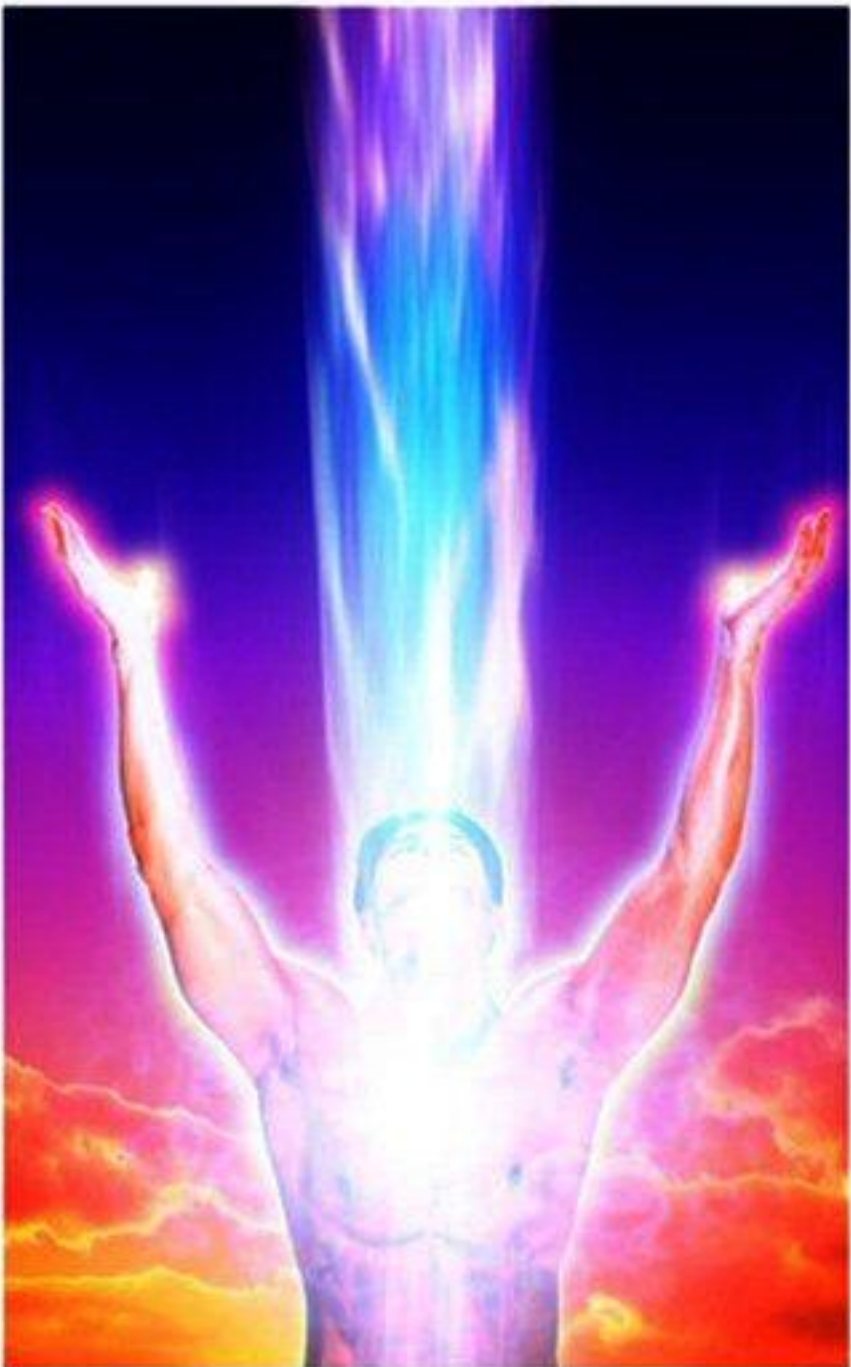
30 секунд



Что делать? С чего начать?



**Чтобы
очистить
свое биополе,
нужно
отпустить
обиду**



Упражнение «Мусорное ведро»



Просто идите своим путем



Используемые ресурсы

1 [640×480](#)[640×480](#)[похожие](#)[640×480](#)[похожие](#) valysha.wordpress.com картинка

смайлики

2. [416×500...512×616](#).[416×500...512×616](#)[похожие](#).[416×500...512×616](#)[похожие](#)

plushealth.ru картинка пульс

3. [93×70...650×433](#)[93×70...650×433](#)[похожие](#)[93×70...650×433](#)[похожие](#) kolatelegraf.ru

картинка пульс

4. [200×267...455×600](#)[200×267...455×600](#)[похожие](#)[200×267...455×600](#)[похожие](#)

hope.foxibiz.com картинка биополе человека

5 [500×500](#)[500×500](#)[похожие](#)[500×500](#)[похожие](#) agro-sk.ru картинка ведро

6. [599×428](#). [599×428](#)[похожие](#). [599×428](#)[похожие](#) simoron.ru картинка дорога

7. Федоренко Л.Г. Позитивная (проектирующая) психология в школе: Курс практических занятий для педагогов, учащихся и родителей. СПб.:КАРО, 2009. – 160 с. – (Серия

«Психологический взгляд»).

