

Памятка
«Как реагировать на сложные ситуации во время классного часа»

Типичные ситуации и способы реагирования

Ситуация	Как реагировать
Учащийся расстроился, заплакал	1. Остановите упражнение, если это возможно. 2. Скажите: «Я вижу, что тебе сейчас трудно. Хочешь воды (прогуляться с кем-то)?» или «Может быть, кому-то из ребят нужно сделать паузу?» 3. После занятия подойдите к учащемуся индивидуально. 4. Никогда не заставляйте продолжать упражнение «через силу».
Кто-то говорит откровенно трудные вещи (семейные проблемы, жестокость)	1. Внимательно выслушайте, не перебивайте. 2. Скажите: «Спасибо, что поделился. Это очень важно. Могу я поговорить с тобой после занятия?» 3. Не обсуждайте эту информацию с классом. 4. После занятия обязательно поговорите индивидуально и при необходимости направьте к психологу.
Учащиеся начинают смеяться или комментировать чужой ответ	1. Спокойно, но твёрдо напомните о правилах: «У нас есть правило: мы уважаем каждого, кто говорит». 2. Переключите внимание: «Давайте послушаем, что думают другие». 3. Если ситуация повторяется, поговорите с нарушителями индивидуально.
Упражнение «не идёт» (участники заскучали, отвлекаются)	1. Возможно, упражнение затянулось. Ускорьте темп или переходите к следующему. 2. Включите элемент соревнования или добавьте неожиданный поворот. 3. Спросите участников: «Как вы себя чувствуете? Может быть, нам немного изменить ход занятия?»

Кто-то отказывается участвовать	1. Уважайте право на отказ. 2. Скажите: «Хорошо, можешь просто посидеть и послушать. Когда захочешь — присоединяйся». 3. Если учащийся систематически отказывается, проанализируйте причины (стеснение, усталость, тревожность, конфликт). Поговорите с ним
Появляются «трудные вопросы» о психологическом здоровье, суициде, насилии	1. Если вопрос задан открыто — ответьте честно, но с опорой на ресурсы (доступные взрослые, психолог, доверительные линии). 2. Обратитесь к классу: «Это очень важный вопрос. Где можно получить помощь в такой ситуации?» 3. Обязательно зафиксируйте для себя, кто задал вопрос, и проинформируйте психолога.

Важно запомнить:

- Главный принцип — «не навреди». Если в чем-то не уверены, проконсультируйтесь со специалистом.
- Ваша спокойная реакция снижает тревогу. Учащиеся «считывают» ваше состояние. Если вы сохраняете спокойствие, они тоже успокаиваются.
- Все вопросы о помощи имеют приоритет. Если учащиеся явно сигнализируют о беде, вы имеете право и обязаны прервать занятие и оказать индивидуальную поддержку.