

Занятие 2 для обучающихся 7 класса по программе «Укрепление психического здоровья обучающихся и профилактика зависимости от психоактивных веществ «ФормулаXXI» на тему «Я и мои близкие».

Цель: Способствовать осознанию и принятию своего семейного опыта для последующего построения своей будущей семьи; повысить самосознание; улучшить понимание динамики отношений со своими близкими.

1. - У каждого человека есть семья. Семья – это великий дар. Давайте послушаем, что значит слово семья? Семь Я. Семья – это много родных людей. Так что же такое семья? Давайте обратимся к определениям, Словарь Ожегова С. И.:

1 Это группа живущих вместе близких родственников.

2 Объединение людей, сплоченных общими интересами.

Ушаков Д.Н.:

Семья – группа людей, состоящая из родителей, детей, внуков и ближних родственников, живущих вместе.

Ведущий: - Какое из этих определений более точно подходит к слову семья?

Почему? Семья – это то, что мы делим на всех всем понемножку: и слёзы и смех. Взлёт и падение, радость, печаль, дружба и ссоры, молчанья печать.

Семья – это то, что с тобой навсегда.

2.Упражнение «Семейные истории»

Цель: обучение системному восприятию семейных процессов.

Материал: крупные листы бумаги и цветные карандаши или фломастеры.

Инструкция

Каждый участник делит лист на две половины и рисует два семейных воспоминания — счастливое и несчастливое. Два события на одном листе отражают тот факт, что и позитивные, и негативные явления происходят внутри одной и той же семьи. Когда все закончат рисовать, каждый участник по очереди демонстрирует группе свой рисунок и комментирует изображенные события.

3.Упражнение «Идеальная семья»

Цель: создание правильного представления об идеальной семье.

Материал: листы бумаги А4 и цветные карандаши или фломастеры.

Инструкция

Изобразите в виде рисунка ответы на следующие вопросы:

- Как вы представляете себе идеальную семью?
- Что в ней делают родители?
- Как вы представляете себе «правильное» воспитание детей, «хороших» детей, что ожидают от них родители?

(Подростки, особенно младшие, идеализируют благополучную семью, где

родители любят своих детей. Любовь, по их мнению, «это когда все покупают ребенку, что он хочет - много лимонада, конфет, тортов, жвачки, плееры, велосипеды, часы, - и ни в чем не отказывают. А ребенок во всем слушается родителей, делает по хозяйству, что ему скажут. Родители никогда не наказывают своих детей).

4. Упражнение «Представление о своей будущей семье»

Цель: оценить состояния участников группы.

Инструкция

«Закройте глаза, расслабьтесь и войдите каждый в свое внутреннее пространство. Представь, что ты - взрослый человек. Вот ты идешь по улице, подходишь к своему дому, поднимаешься по лестнице, открываешь дверь своим ключом. Что ты видишь, что слышишь, какие запахи чувствуешь? Твоя семья радостно встречает тебя или каждый занят своими делами? Ты проходишь в комнату. Оглянись внимательно, что ты видишь, кто в ней находится?»

Затем каждый участник рассказывает о том, что он видел.

5. «Пишу тебе».

Цель: развитие эмпатии, внимательного отношения друг к каждому члену семьи.

На полученных листках подросток пишет свои пожелания или мысли, относительно всех членов семьи. Также пишут и родители. Таким образом, в конечном итоге каждый получает «групповое письмо».

6. Рефлексия. Обмен мнениями.

Электронные ресурсы : infourok.ru