

Занятие для обучающихся 7 кл. по программе «Укрепление психического здоровья обучающихся и профилактика зависимости от психоактивных веществ «ФормулаХХI».

Цель: познакомить обучающихся с понятиями любви и дружбы, помочь понять важность этих прекрасных чувств.

Задачи: способствовать укреплению дружбы в коллективе, способствовать умению проявлять свои эмоции.

Оборудование и материалы: ноутбук, анкеты, ручки.

Ход занятия

Здравствуй, ребята. Сегодня мы будем говорить о дружбе, любви.

Как говорил Франсуа де Ларошфуко: «Самый прекрасный подарок, сделанный людям после мудрости – это дружба». Дружба помогает нам учиться, работать, жить. Она делает нас лучше, добрее, сильнее. Иметь друга – великое благо.

Так, что же такое дружба?

Но дружба – это не только великий дар, но и великий труд. Можно друга найти, но очень легко потерять. Почему? А какие песни о дружбе вы знаете?

Психологическое тестирование: " Хороший ли ты друг?".

Известная поговорка гласит: " Не имей сто рублей, а имей сто друзей". Важно не только, есть ли у тебя друзья, но и то, каким другом для них являешься ты. В этом тебе поможет разобраться тест.

Тест «Настоящий друг»

(Пономаренко Л. П., Белоусова Р.В.)

Инструкция: представь себе самого настоящего друга. Попробуй описать его, даже если рядом с тобой пока нет такого человека. Если ты будешь уверен, кого можно считать Другом с большой буквы, ты обязательно его найдёшь.

Кроме того, если ты задумывался над тем, каков ты для своих друзей, почему с тобой интересно и хорошо, почему люди хотят с тобой общаться, этот тест поможет тебе взглянуть на себя со стороны.

Тебе нужно выразить своё согласие или несогласие с 25 утверждениями.

В бланке ответов запиши:

«да» - если полностью согласен;

«нет» - если не согласен;

«не знаю» - если не имеешь чёткого ответа на это утверждение.

Я считаю, что настоящий друг:

1. Делится новостями о своих успехах.
2. Оказывает эмоциональную поддержку.
3. Добровольно помогает в случае нужды.
4. Стремится, чтобы другу было приятно в его обществе.
5. Вовремя возвращает долги.
6. Защищает друга в его отсутствие.
7. Терпим к остальным друзьям своего друга.
8. Хранит доверенные ему тайны.
9. Не критикует друга публично.
10. Не ревнует друга к остальным людям.
11. Стремится не быть назойливым, не надоедает.

12. Не поучает, как нужно жить.
13. Уважает внутренний мир друга.
14. Не использует доверенную тайну ради собственной выгоды.
15. Не стремится переделать друга по своему образцу.
16. Не предаст в трудную минуту.
17. Доверяет свои самые сокровенные мысли.
18. Понимает настроение и состояние друга.
19. Уверен в своём друге.
20. Искренен в общении.
21. Первым прощает ошибки друга.
22. Радуется успехам и достижениям друга.
23. Не забывает поздравить друга.
24. Помнит о друге, когда его нет рядом.
25. Ни в чём никогда не завидует другу.

Бланк ответов.

№ Ответ Балл

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.
- 11.
- 12.
- 13.
- 14.
- 15.
- 16.
- 17.
- 18.
- 19.
- 20.
- 21.
- 22.
- 23.
- 24.
- 25.

Обработка результатов.

За каждый ответ «да» поставь себе 2 балла.

За ответ «не знаю» - 1 балл.

За ответ «нет» - 0 баллов

Суммируй баллы и сравни с интерпретацией.

Интерпретация:

0 – 14. Ты ещё не оценил до конца всех прелестей и достоинств настоящей дружбы, скорее всего ты не доверишь людям и относишься к ним настороженно. Из-за этого с тобой трудно дружить.

15 – 34. У тебя уже есть опыт настоящей дружбы, но были и серьёзные ошибки, в результате которых ты разочаровался в друзьях. Хорошо, что ты по-прежнему веришь в настоящую дружбу и готов дружить.

35 – 50. Ты настоящий друг, хорошо понимающий, что значит верная и преданная

дружба, с тобой тепло и радостно, твои друзья чувствуют себя спокойно и надёжно, доверяют тебе и ты платишь им тем же.

Удивили вас ваши результаты или расстроили? Будете ли вы стремиться стать лучшими друзьями, чем сейчас?

А теперь перейдём к следующему вопросу.

*Любовь, горят её костры,
Мудреют люди в добром свете,
Любовь и правда – две сестры,
Идущие через столетья.
Две песни счастья и добра
Всегда звучащие призывно.
Одна – беспечна и наивна,
Другая – сдержанна, мудра.
Когда они придут к порогу,
Ты дверь души для двух открой,
В наградах первой мало проку
Без одобрения второй!*

Как вы думаете, почему автор так говорит?

Любовь – это глубокое чувство. Но любовь может быть не только между парнем и девушкой. Есть любовь к родителям, к Родине, к друзьям, к природе и вообще ко всему окружающему. Когда человек любит, он как цветок или деревце по весне расцветает, к нему, как к цветку насекомые, как к дереву птицы, тянутся те, кто рядом и дарят свою любовь.

Что для вас значит быть любимым? Согласны ли вы со следующим высказыванием: «Быть любимым – это больше, чем быть богатым, потому что быть любимым означает быть счастливым» К. Тилье?

А теперь послушайте сказку Амбросьевой Надежды Николаевны «Уроки бабушки Матрёны».

«Длинноногая девчонка с сияющими зелеными глазами крутилась, пританцовывая у зеркала, что-то мурлыча себе под нос. Она зачаровывала, она притягивала к себе удивительной энергией, бившей из нее фонтаном, каким-то чудесным сиянием, которое излучала каждая клеточка ее тела. Танцевало и пело не только тело, танцевала и пела ее душа.

Бабушка Матрена невольно залюбовалась своей внучкой. Кто бы мог подумать, что моя нескладная, угловатая Васька, моя Васюта, превратится вдруг в Василису прекрасную. Еще кто-то смеет утверждать, что чудес на свете не бывает. Да они на каждом шагу чудеса эти самые! Посмотрите на мою внучку! Какое чудо творит с женщиной любовь! Так размышляла про себя бабушка Матрена. А вслух произнесла:

- Да, только любовь может сделать женщину счастливой. А быть счастливой это единственное предназначение женщины.

- Бабуля, как ты догадалась? - смутилась девчонка.

- На лбу у тебя прочитала, там все крупными буквами написано, моя девочка, - отшучивалась Матрена. А избранник то твой знает о твоей любви?

- Что ты, бабушка, я скорее умру, чем скажу ему об этом.

- Ну, ну, - Матрена только покачала головой. Будь осторожна, моя девочка. С таким чувством как любовь шутить нельзя. Рано или поздно придется отвечать.

- Что, значит, будь осторожна? Разве такое прекрасное чувство может быть опасным?

- Да просто любовь то может быть разной: трепетной и нежной, вдохновляющей и всепоглощающей, страстной и ослепляющей. Всего и не перечислишь. Любовь многогранна.

- А что, значит, придется отвечать?

Матрена молча вытащила из кладовки швабру, лихо уселась на нее верхом.

- Летим, там узнаешь.

- Бабуля, ты шутишь? На шва-абре...?

- На шва-абре? - передразнила ее Матрена. Где я тебе метлу то возьму?! Метлы

натуральные нынче в большом дефиците. Приходится синтетикой пользоваться. Ничего и на швабре прокатишься, не велика барыня, садись скорее.

- Бабуля, а ты часом у меня не ведьмочка, не бабка-ежка?

- Все мы женщины чуточки бабки – ежки, ничего в этом зазорного нет. Тут главное меру знать, чтобы в Бабу-Ягу костяную ногу не превратиться.

Швабра хоть и синтетической была, а дело свое знала. Доставила точно в срок туда куда надо.

Густой, темный, почти непроходимый лес. И вдруг круглая поляна - лобное место.

- Тсс, смотри, Василиска, и запоминай, - прошептала бабушка

Матрена, прячься за мохнатой елью.

- Встать! Суд идет, - зычно провозгласила Справедливость.

- Любовь снова предъявила иск. Обвинялась женщина, изгнавшая любовь из своего сердца. Прокурором выступал Шанс. О! Он был суров в своей обвинительной речи.

Пусть ответит, почему она не использовала свой шанс быть счастливой, почему скрывала свое чувство. Я прошу, ваша честь, отметить тот факт, что обвиняемая прекрасно знала, что этот человек ее судьба. Именно он приснился ей с букетом цветов и признанием в любви в ту Крещенскую ночь, когда все девушки гадали. А она, а она подарила его подруге. Чудовищно! Немыслимо! Так обращаться с чувством! Я требую для этой женщины самого сурового наказания! Эта женщина загубила две судьбы. И свою, и его. Да, конечно, оба были в браке, и оба брака распались. Ничего удивительного. Судьбу нельзя подменить чем-то другим. В результате еще и дети пострадали.

- Но, ваша честь, - вступился за женщину адвокат Страх. Она была молода, неопытна, неуверенна в себе.

- Да, да. Неуверенность была такой огромной. А я такой малюсенькой, - подхватила одна из присяжных заседателей, Самооценка.

- Прежде чем влюбляться в мужчину, стоило бы научиться любить себя, - тонко подметила Справедливость. Пусть скажет женщина, чего же она боялась.

- Чего? Быть отвергнутой, нелюбимой, смешной, побежденной. А так до выяснения отношений я жила надеждой. Он молчал. Шаг навстречу не делал, а первым должен шагнуть мужчина, - пыталась оправдаться женщина.

- Что за вздор, где это написано? - удивлялась Справедливость. Разве молчали его глаза?

- Но почему вы так боялись, услышать от любимого нет? Разве ваше чувство к нему от этого изменилось бы?

- Стыдно быть нелюбимой, - прошептала женщина, пряча свои зеленые глаза.

- Стыдно бояться показать свое чувство. Надо не бояться, а гордиться, что вы способны любить. Ведь далеко не каждой женщине это умение дается при рождении. Все ясно. Суд удаляется на совещание.

Приговор был суров, но справедлив. Вернуть женщину в прошлое с помощью машины времени и строго настроено приказать делать всевозможные милые глупости, под неусыпным оком Любви.

Притихшая Василиска на обратном пути не проронила не слова.

А вечером зеленоглазая девчонка стояла на балконе в цветастом сарафанчике и орала во всю глотку:

- Лешка, я люблю тебя! И я счастлива!

Кто-то из прохожих понимающе улыбался. Кто-то осуждающе хмурился. Ей не было до этого никакого дела. На балконе противоположного дома стоял ошалевший от счастья Лешка».

Знакома ли вам эта ситуация? А как бы вы поступили? Не бойтесь показывать свою любовь и дружбу.

Какие песни о любви вы можете назвать? Почему, по вашему мнению, их так много?

Итог: Итак, ребята, из всего этого можно сделать вывод – любовь и дружба - это качества, которые помогают нам жить. И поэтому мы должны научиться не прятать их внутри себя, а открываться людям и дарить им эти замечательные чувства.

Домашнее задание: поразмышлять и записать ответы на вопросы :

1) По-вашему, чем дружба отличается от любви?

2) Любовь и влюбленность- это одно и то же? (обосновать свой ответ)

Электронные ресурсы : <http://shkola.lv> – Портал бесплатного образования