Пантюшкина Марина Борисовна,

педагог-психолог

МБОУ «Очёрская СОШ №1»

«Метапредметный подход на учебном и внеучебном занятиях в современной школе»

01.12.2016

Мастер-класс «ЖИЗНЕННЫЕ ЦЕННОСТИ»

**Цель:**

* Формирование ценностного отношения учащихся к жизни
* Профилактика подросткового суицида
* Формирование жизнеустойчивых позиций у подростков

**Задачи**:

- познакомить с понятием «Жизненные ценности»

- сформировать ответственное отношение к собственной жизни

- активизировать подростков к продуктивному мышлению, анализу

- развивать коммуникативные умения учащихся

**Форма классного часа:**беседа-размышление с элементами тренинга

**Ход занятия**

**Ценность** – что это такое? Как вы понимаете?

- примерные ответы (ценные вещи, деньги, драгоценности, золото, серебро, квартира, дорогие вещи, машина, здоровье, родители, дети)

(Но самое важное, самое ценное для человека что это?)

-Да. Это Жизнь

Чего желают люди друг другу всегда? (счастья, долгой и счастливой жизни, счастья в жизни и т.д.). Именно эти пожелания мы пишем на поздравительных открытках, сколько лет бы не исполнилось – 10 или 50, всем желают счастья и долгой – долгой жизни.

Жизнь! Какая она может быть? Давайте попробуем «увидеть» ее.

1. Для этого мы сейчас проведем тренинг.

Попробуем описать ее.

- Она какая может быть? Как она выглядит? (счастливая, долгая, красивая, длинная, интересная, многогранная, бесценная)

- Какая форма у нее может быть?

- А какого она цвета может быть?

- Что вы можете ощущать, прикасаясь к ней?

- А какой аромат она излучает?

- Какой она может быть на вкус?

Отсюда, какой можно сделать вывод? Вот, для тебя жизнь, какая должна быть? Какую жизнь для себя ты хочешь? (спросить у детей)

**Вывод**: у каждого человека свое понимание жизни, потому что все мы разные. Каждый со своими взглядами, интересами, представлениями и правилами жизни.

2. А в чем состоит ценность жизни, из чего оно складывается?

Здоровье, родители, хорошая учеба………..и т.д.

Вывод: Каждый человек «лепит жизнь по - своему».(Каждый человек – кузнец своего счастья).

Каждый человек вырабатывает свою жизненную программу. Я предлагаю создать и озвучить проект «Мое жизненное кредо» (от латинского credo -верю).

Учащиеся создают коллажи, предлагают свои варианты.

Мое жизненное кредо:

\*Жить увлеченно

\*Идти вперед

\*Стараться быть цельной натурой

\*Стремиться к новым знаниям

\*Признавать и уважать ценность каждого другого человека

\*Всегда идти в нужном направлении

\*Знать себя и слушать свой внутренний голос

\*Научиться любить и принимать себя

\*Ценить каждое мгновение жизни

**Притча «Все в твоих руках»**

**Творческое задание.** Я предлагаю вам представить свою жизнь в виде лестницы, по которой вы пойдете вверх во взрослую жизнь, на каждой ступеньке напишите свои жизненные цели. (Экзамен, ГИА, ОГЭ - основной, ЕГЭ, институт, университет, карьера, машина, квартира, круиз, турне, заграница).

Дети зачитывают свои цели по желанию, затем все помещается в сосуд и остается на хранении в школе.

Хорошо. А теперь давайте представим разные случаи, когда у Вас было на душе плохо, а может было обидно, горько.

*Пути решения проблем при трудных жизненных ситуациях.*

*Рассматриваемые ситуации:*

1. *Алкоголизм родителей*
2. *Финансовые трудности*
3. *Необоснованные обвинения*
4. *Неразделенная любовь*
5. *Насилие со стороны взрослых*
6. *Отношение со сверстниками*

*Ребята предлагают свои варианты действий в трудных ситуациях.*

*Затем вместе обобщают и вырабатывают универсальные алгоритмы действий в трудных жизненных ситуациях.*

*Возможные пути решения:*

1. *Позвонить на «Телефон доверия»*
2. *Обратиться за помощью к профессиональным психологам, социальному педагогу*
3. *Обратиться за поддержкой к другу*
4. *Попросить помощи у близких родственников*
5. *Попросить помощи у классного руководителя*

***Знакомство ребят с телефонными номерами «Телефона доверия»***  

***Учитель:*** На нелегком пути взросления каждого могут подстерегать трудности и опасности. Каждый человек на протяжении своей жизни преодолевает множество преград. От ошибок никто не застрахован. Мы постоянно сталкиваемся со всевозможными проблемами, иной раз трудными, даже, казалось бы, неразрешимыми. И ошибиться тут не мудрено. Но почти любая ошибка – поправима. Потому что решение есть у любой проблемы, хотя его поиски порой отнимают много времени и сил, приносят массу огорчений. **Единственная непоправимая ошибка – попытка «выйти из игры», отказаться от поиска решений, то есть, по сути дела, отказаться от самой жизни**. Иногда человек, сломленный грузом невзгод, именно так и поступает. Это и есть то единственное НЕПРАВИЛЬНОЕ решение, потому что оно непоправимо.

*Ведь МИР ОКРАШЕН НЕ ТОЛЬКО В ЧЕРНО-БЕЛЫЕ ТОНА! НЕ СУЩЕСТВУЕТ НИ ОДНОЙ ПРИЧИНЫ, ПО КОТОРОЙ МОЖНО БЫЛО БЫ ОТКАЗАТЬСЯ ОТ СВОЕГО БУДУЩЕГО! ЗАТО ЕСТЬ МНОГО ПРИЧИН ЭТОГО НЕ ДЕЛАТЬ.*

***Учитель:***Не столь страшен конфликт, как его последствия. Человек в таких ситуациях видит картинку как бы в перевернутом виде. Он полностью сосредоточен на своем обидчике, часто мысленно прокручивает одну и ту же ситуацию по нескольку раз.

***Учитель:*** Ребята, как вы думаете, что нужно делать для снятия нервно - психологического напряжения *(желательно, чтобы учащиеся вспомнили сами)*

- спортивные занятия

- контрастный душ (баня)

- стирка белья

- скомкать газету и выбросить

- мытье посуды

- погулять на свежем воздухе

- послушать музыку

|  |
| --- |
| – интересная работа |
| – переживание прекрасного в природе и в искусстве |
| – любовь (духовная и физическая близость с любимым человеком) |
| – материально обеспеченная жизнь (отсутствие материальных затруднений) |
| – наличие хороших и верных друзей |
| – общественное призвание (уважение окружающих, коллектива, товарищей по работе) |
| – познание (возможность расширения своего образования, общей культуры) |
| – продуктивная жизнь (максимально полное использование своих возможностей) |
| –развитие (работа над собой, постоянное физическое и духовное совершенствование) |
| – развлечения (приятное, необременительное времяпрепровождение, отсутствие обязанностей) |
| – свобода (самостоятельность, независимость в суждениях и поступках) |
| – счастливая семейная жизнь |
| – счастье других (благосостояние, развитие и совершенствование других людей, всего народа, человечества в целом) |
| – творчество (возможность творческой деятельности) |
| – уверенность в себе (внутренняя гармония, свобода от внутренних противоречий, сомнений) |

А теперь давайте вместе выберем из предложенных ценностей наиболее важные для вас и в виде солнечных лучиков прикрепим на классную доску.

Ребятам предлагается список терминальных ценностей, из которых они выбирают наиболее важные для них ценности и составляют из них на классной доске солнце.