

З а н я т и е **1** **Начинаем говорить о друзьях.**
Знакомство

Цели: способствовать созданию атмосферы психологической безопасности в группе; актуализировать и обогатить опыт, связанный с дружескими отношениями, ситуацией знакомства.

Навыки, над которыми работаем:

- *умение знакомиться*
- *умение распознавать собственные чувства*
- *умение работать в микрогруппе*

Материалы: свечка и спички (для процедуры принятия правил), листы бумаги, ручки.

Работа группы

Вступительная беседа

Расскажите ребятам, в какой форме вы будете работать в течение года, какие темы будете рассматривать. Напомните, чем отличается психологическая группа от урока. Предложите вспомнить, что происходило на ваших занятиях в прошлом году, какие упражнения и события им особенно запомнились.

В *Если все участники посещали занятия в прошлом году, обратите внимание на то, что изменилось за лето (например, вы продолжаете работу уже в другом помещении, изменились имена участников на бейджиках).*

Если есть новые участники, предложите «старым» рассказать, зачем, по их мнению, нужны эти занятия. Также рекомендуем посвятить больше времени обсуждению и принятию правил.

Разминка

Скажите, что сейчас вы узнаете о том, кто как провел лето. По очереди каждый участник, не разговаривая, показывает, что он делал (например, плавал, читал, собирал грибы) — не более трех действий. Остальные угадывают.

НВ Обязательно уточните в инструкции, что задача каждого — не запутать группу, а, наоборот, показать все очень понятно. Тогда игра пройдет динамично и весело.

Мы предлагаем и второй вариант этой игры. Его можно использовать, если в группе мало энергии. Каждый участник по очереди показывает, что он делал летом. Задача остальных — не только угадать, но и прокричать «Я тоже!», если и они летом выполняли те же действия (например, тоже плавали). Если никто из группы таких действий не выполнял, то вся группа аплодирует.

Работа по теме занятия

1 Скажите, что тема ближайших встреч — «Мои друзья». Мы будем говорить о дружбе, о том, что может происходить в дружеских отношениях, кто такие «лучшие друзья» и чем они отличаются от приятелей и знакомых, мы также поговорим об одиночестве, о доверии и о многом другом. Но для начала нам нужно вспомнить правила нашей работы.

НВ Если в вашей группе много новеньких, обсудите правила и проведите процедуру принятия. В этом случае вы не успеете пройти все запланированное, придется перестроить занятие. Если участники группы помнят правила и нет необходимости их принимать, приступайте к работе с темой.

2 Предложите вспомнить лето и желающим рассказать, с кем они дружили летом, появились ли у них новые друзья.

НВ Возможно, некоторые дети ни с кем не познакомились из-за проблем в общении. Чтобы им на группе было комфортнее, ведущий может сказать, что он и сам не каждое лето с кем-то знакомился, когда был школьником.

Скажите, что те ребята, кто не встретил друзей в это лето, вполне могут встретить их уже сегодня, в этой группе. И сейчас у каждого есть возможность загадать желание встретить друга. Остальные могут загадать другие желания про дружбу или про что-то другое.

★ *Сценарии занятий*

З Предложите каждому участнику сделать самолетик, думая о своем желании. Загаданное желание на самолетике писать не нужно. Выйдите с ребятами во двор школы и запустите самолетики все вместе по команде.

В Если правила в вашем учебном заведении не позволяют запускать самолетики во дворе школы, придумайте, где это можно было бы сделать (в коридоре, в спортивном зале, в комнате, где проходят ваши занятия, и т.п.).

4 Вспомните, как можно познакомиться с другим человеком. Если в группе есть участники, которые занимались по программе в начальной школе, напомните им (и расскажите остальным) о трех шагах знакомства. Будет хорошо, если участники вспомнят (или придумают) их сами.

Шаги знакомства:

1. Поздороваться.
2. Представиться.
3. Спросить, как зовут.

Спросите у ребят, как можно было бы дополнить эту схему? (Например, перед первым шагом оценить ситуацию: насколько человек готов знакомиться, может быть, он торопится или чем-то занят?) Скажите, что знакомиться можно не только по этой схеме.

Прочитайте отрывки из повести В.П. Крапивина «Журавленок и молнии» о двух знакомствах.

Иринка: «Я тогда пошла в парк на аттракционы. В автомобильчики надо по двое садиться, все парами, а я одна. И он один... Тетка там такая сердитая, покрикивает: «Ну, скоро вы? Занимайте места!» Он на меня посмотрел и говорит: «Пошли?» Я говорю: «Пошли!» Ну и поехали. А это долгое такое катанье. Минут пять мотает вверх и вниз. Мы сидим и молчим. Потом он спрашивает: «Хочешь жвачку?»... Сидим, жуем. Не молчать же все время, я и спросила: «Из какой ты школы?» Он говорит: «Не из какой еще, мы только что приехали. А ты из какой?» Я сказала, что из четвертой. Он спросил: «Тебя как зовут?» Я говорю: «Ира. А

тебя?» — «Юра». Вот и все. Все-таки быстро мы тогда познакомились. Раз — и все! Я так быстро ни с кем не знакомилась. А ты?

— Я? Я один раз... Еще быстрее.

«Тогда он шел по гранитному бордюру у школьного забора. Это было 1 сентября. Юрка очень рано прибежал к школе, знакомых ребят не увидел и стал развлекаться, изображая канатоходца. Потом он заметил, как на узкий гранитный барьерчик шагах в пятнадцати от него встал незнакомый мальчик. И пошел на встречу.

Они сошлись. Теперь все зависело от характера и настроения каждого. Разные ведь бывают люди. Кто-нибудь мог сказать: «Не твоя дорога» — и пойти напролом. Или честно вытянуть руку — кто кого столкнет — как на спортивном бревне. Или просто шагнуть в сторону, обойти встречного и снова встать на бордюр — будто и не было ничего.

Мальчик наклонил голову и глянул из-под светлых прядей немного застенчиво, но весело и как-то выжидающе. Юрка, сам не зная почему, тоже нагнул голову и заулыбался. Не сговариваясь, не сказавши ни словечка, они сделали еще полшага и легонько стукнулись лбами. Уперлись ими, как бычки. Юрка близко-близко увидел золотистые мальчишкины глаза. Мальчик тоже улыбнулся и тихонько сказал: «Му-у». Они засмеялись, взяли друг друга за руки и прыгнули с бордюра. Не выпуская ладошек мальчика, Юрка спросил: «Ты кто?» — «Ромка». Так, ухватившись за руки, они вошли в класс и сели за одну парту».

Спросите подростков, какие чувства возникли у них во время чтения отрывков. Каков их опыт знакомства? Похож ли на те, о которых они сейчас слышали? Действовали ли они по схеме?

В В зависимости от оставшегося времени вы можете предложить ребятам поделиться воспоминаниями о разных знакомствах (начав с себя) или попросить поднять руки тех, у кого был подобный опыт, или же только спросить о чувствах участников.

★ *Сценарии занятий*

5 Соберитесь в круг. Пусть участники группы письменно ответят на вопрос «Что мне интересно в рамках этой темы? Что меня волнует, затрагивает?» Попросите ребят объединиться в группы по 4–5 человек с теми участниками, которые, как им кажется, написали то же самое, что и они. В группах они смогут еще раз обсудить, что именно им интересно, а затем надо будет рассказать о работе своей микрогруппы в кругу.

NB *Если времени немного, можно не выполнять это упражнение письменно, а просто обсудить в кругу, какие аспекты темы волнуют ребят. Эта процедура будет хорошим введением в тему для подростков и даст полезную информацию ведущему.*

Заключительное обсуждение

Проведите обсуждение занятия в общем кругу. Что было самым интересным и важным сегодня? С каким чувством уходят участники?