

Занятие **5** Я в ответе за свое будущее

Цель: актуализировать образ желаемого будущего; проанализировать путь достижения желаемого будущего; познакомить участников с понятием «ответственность».

Навыки, над которыми работаем:

- умение принимать на себя ответственность
- умение осознавать свои предпочтения

Материалы: листы А4 чистые и с заранее нарисованным кругом для круговых диаграмм, фломастеры, карандаши, ручки, текст притчи.

Работа группы

Вступительная беседа

Озвучьте тему занятия. Вспомните, какие впечатления были у ребят на прошлом занятии, когда они «примеряли» взрослые роли. Скажите, что цель «примерки» разных ролей и разных моделей поведения заключается в том, чтобы найти свой образ будущего, свою дорогу, свой путь.

Работа по теме занятия

1 Прочитайте в группе притчу «Трудно угодить всем»*

В жаркий летний день по пыльным улицам Кешана шел человек со своим сыном и ослем. Отец сидел на осле, а мальчик вел его.

«Бедный ребенок, — сказал прохожий, — его короткие ножки пытаются не отстать от осла. Как может этот мужчина так лениво сидеть на осле, неужели он не видит, что мальчик бежит в изнеможении?»

* Пезешкиан Н. Торговец и попугай. Восточные истории в позитивной психотерапии. — СПб.: Единение, 1995.

Отец, приняв этот упрек близко к сердцу, на ближайшем же углу слез с осла и посадил на него мальчика. Но прошло немного времени, как уже другой прохожий громко сказал: «Какой позор! Маленький пострел восседает, как султан, в то время как его бедный старый отец идет пешком».

Это замечание очень задело мальчика, и он попросил отца сесть на осла позади него. «Вы когда-нибудь видели что-либо подобное? — заметила покрытая чадрой женщина. — Такая жестокость к животному. Спина бедного ослика прогибается, а этот старый бездельник и его сын развалились как на тахте. Бедное создание!»

Объекты критики посмотрели друг на друга и без слов слезли с осла. Но едва они прошли еще несколько шагов, как очередной прохожий стал насмехаться над ними, говоря: «Хвала небесам, что я не так глуп. Зачем вы двое ведете своего осла, когда он не приносит никакой пользы и даже не везет ни одного из вас?»

Отец сунул в рот ослу пригоршню соломы и положил руку на плечо сына: «Что бы мы ни делали, — сказал он, — всегда кто-то не согласен с этим. Я думаю, нам надо самим решить для себя, что мы считаем правильным».

Обсудите притчу с ребятами. Был ли у них подобный опыт? Как они думают, какое отношение к теме «Я взрослый» имеет эта притча?

2 Раздайте ребятам листы бумаги. Предложите им как можно более подробно описать, какими им хотелось бы быть через 10 лет. Пусть описание будет максимально подробным (где они живут, как они живут, какие люди их окружают, как выглядит их дом, какое у них хобби и т.д.). После этого предложите им переместиться из далекого будущего в более близкое — через 5 лет. Что именно должно происходить через 5 лет, чтобы через 10 все было так, как они только что описали? После того как все ответят на этот вопрос, предложите им написать, что нужно будет сделать через 1 год, чтобы через 5 лет случилось то, что они запланировали? И наконец, предложите участникам подумать, что они могли бы сделать уже завтра в качестве первого шага к своей мечте.

После завершения работы спросите, понравилась ли ребятам такая форма работы? Реально ли, по их мнению, таким образом осуществить задуманное?

3 Скажите, что до конца темы мы будем обсуждать качества, которые в первую очередь составляют личность взрослого человека. Начнем с ответственности.

Проведите небольшую разминку. Дайте инструкцию участникам группы, стоящим в кругу: «Сейчас я начну делать какое-то движение. Вы обязаны повторять за мной. В любой момент времени каждый из вас может сказать «Я!» и предложить свое движение, такое, чтобы мы все могли его повторить. И тогда мы обязаны повторять его до тех пор, пока кто-то другой не предложит новое движение». После завершения упражнения обсудите в кругу, кто и почему брал на себя ответственность за изменение движения. Есть ли ребята, которые не меняли движение группы, даже если оно было им неприятно?

4 Предложите участникам создать круговую диаграмму «Ответственность в моей семье», в которой секторами будут обозначены доли ответственности каждого из членов их семьи. Для примера нарисуйте диаграмму на доске.

После завершения работы обсудите с группой результаты. Примерные вопросы для обсуждения: «Сколько у меня ответственности в моей семье? Хотелось бы мне изменить это? Как? Что именно мне хотелось бы делать? А какие из моих обязанностей мне не хотелось бы выполнять?»

Если останется время, можно предложить каждому участнику создать круговую диаграмму «Моя ответственность», на которой секторами будут обозначены доли ответственности каждого в разных областях жизни — в школе, дома, ответственность за свое здоровье и пр.

Заключительное обсуждение

Что было самым интересным и важным сегодня? Что нового вы узнали о себе, об окружающих, о теме? С каким чувством вы уходите?

★ *Сценарии занятий*

На прощание можно прочесть ребятам древнюю историю:

Когда я был молодым, я планировал изменить весь мир. Когда я стал немного старше, я понял, что это самонадеянно, поэтому я решил изменить свое государство. Это также, как я понял, став старше, было самонадеянно, поэтому я решил изменить свой город. Когда я понял, что не смогу даже этого, я попытался изменить свою семью. Теперь я старый человек и знаю, что должен был начать с изменения себя.

Может быть, если бы я начал с самого себя, мне удалось бы изменить свою семью, город или государство, и, кто знает, может быть, даже и мир.