

**Внеклассное занятие с элементами тренинга для старшеклассников:**

**« На пути к гармонии»**

Цель: формирование у детей способности быть удовлетворенными в жизни, ценить жизнь; профилактика агрессии и тревожности.

Задачи: сформировать у ребенка чувство защищенности, комфортности, осознания бесценности жизни; вселить уверенность, чувство доверия к окружающим, представление, что каждый человек достоин счастья; привить психологические навыки общения.

-Здравствуйте! Я рада встрече с вами уважаемые гости, ребята! Давайте все дружно замкнем круг. Всех нас по-разному зовут, и все мы разные, но тем не менее каждый из нас хочет быть счастливым. И я сейчас предлагаю познакомиться и передать стоящему рядом частичку своего счастья /бақыт/

II.Приветствие предлагаю начать с круга радости с добрых слов:

Счастье - наш чудесный круг!

Счастье - твой надёжный друг!

Счастье – поздороваться с утра,

С кем расстался ты вчера!

Дружба наша так крепка!

Вот тебе моя рука!

Снова в круг мы вместе встанем,

Руку дружбы все протянем!

- Если вы были внимательны, то услышали, поняли тему сегодняшнего занятия. Мы будем говорить о счастье и умеем ли быть счастливыми?

**Правила работы группы:**

- искренность в общении (давайте говорить здесь не то, что «требуется», а то, что мы на самом деле думаем).

- активное участие в происходящем (Вы и Ваше мнение нужны нам и важны для нас).

- право на своё мнение и уважение мнения другого (участник говорит «от себя», от своего имени и не критикует мнение другого.)

- неразглашение происходящего за пределы группы (действуем по принципу «здесь и сейчас»).

III.Цитата урока: «Научить человека быть счастливым нельзя,

но воспитать его так, чтобы он был

счастливым, можно»

IV.Погружение в тему урока:

Для каждого человека, в сущности, это главный по-настоящему важный вопрос. Хотя мы его редко задаем напрямую, предпочитая интересоваться более частными проблемами карьеры, заработков, развлечений, верной дружбы, пылкой любви. Но все это лишь средства для достижения главной цели человеческой жизни – счастья.

Хочу Вам поведать старую восточную легенду:

***После того, как боги сотворили Вселенную, Землю, звезды, Солнце; после того как они сотворили Природу – горы, моря, океаны, леса; после того как они сотворили Человека – они создали Счастье. Боги не хотели, чтобы Счастье досталось Человеку даром, без труда. Он должен был сам достичь, открыть его. Боги задумались, где же спрятать Счастье. Сначала они хотели спрятать его на вершине самой высокой горы, потом – в самом глубоком месте океана, затем – на самой далекой звезде. Но все эти места казались им слишком доступными для человека. И тогда они решили: «Спрячем Счастье в сердце человека, он станет искать его на земле и на небе, в лесах и в воде, даже не подозревая, что все время носит его с собой».***

**«Я** могу быть счастливым».  
Не гоняйся за счастьем –   
оно всегда находится в тебе самом.  
  
Пифагор.

***Побеседуем:***

*-Почему Боги решили спрятать Счастье от Человека?*

*-Какое решение приняли они в конце концов? Почему?*

*-На какой вывод наталкивают последние слова легенды?*

*- Чему учит нас легенда?* ***/какой притчей можно ответить на этот вопрос/***

V. **Задание к размышлению*: в жизни и в общении- « Две столбовые дороги».***

Предлагается рассмотреть две картины, с следующим описанием:

(Музыкальное сопровождение Мелодия №1 Рисунок 1)

- Одна – широкая, но неосвещённая. На ней то и дело встречаются булыжники страха и отчаяния, а иногда дорогу преграждают завалы зависти, озлобленности. Пешеходов на ней уйма, но ты все время спотыкаешься о камни отчужденности и одиночества, потому что рядом шагают только глухонемые. Прорываясь через заросли обид, вины, ты устало сталкиваешь с дороги того, кто послабее. Но, в конце концов, тебя эта дорога вымотает и разрушит.

(Музыкальное сопровождение Мелодия №2 Рисунок 2)

- Вторая дорога – длинная, но светлая, на ней горят фонари веры и уверенности. У прохожих слух острый, так как они слышат не только то, что ты говоришь, но и то, что чувствуешь. По бокам красиво подстрижены газоны взаимоподдержки и выручки, а на клумбах ярко пламенеют цветы любви, доверия и прощения, уютную тень усталому путнику дают деревья взаимопонимания и душевного спокойствия. Возможно, дорога эта тоже утомит, но не разрушит.

Дорога первая – это путь неконструктивного, разрушающего общения. Дорога вторая – это путь конструктивного, созидающего общения. Все кем овладел страх перед жизнью, стремятся к мучительной первой дороге. У таких людей проблемы с общением. Избавить людей от страха и увлечь их на другую дорогу есть единственный способ: дать им возможность почувствовать себя умными, хорошими, добрыми, любимыми и интересными.

Задание: Какая картина вам ближе? Бывает, человек метается, а не бывает ли середины? (черно-белая полоса). Вы свои жетоны поместите под картиной, которая вам ближе на данный момент.

VI. Интервью.

- **Уважаемые ребята, а как вы думаете, что такое счастье?**  
**( Ответ)**  
- С этим вопросом обращаюсь к:

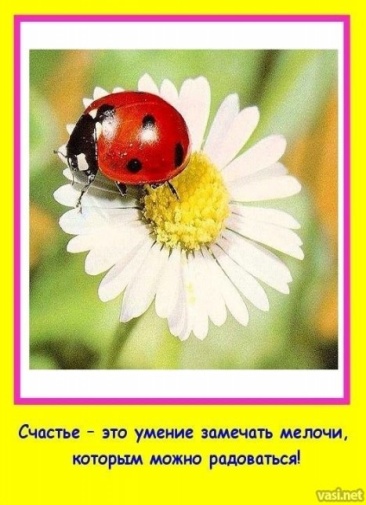
* Взрослая женщина (будучи бабушка)
* Мужчина, отец,
* Мама
* Молодая девушка
* Подружка
* Любой человек вопрос о счастье цыганки…

Никто не мог ей дать однозначного ответа, все говорили о разном. И только старая, мудрая бабушка сумела дать ответ.

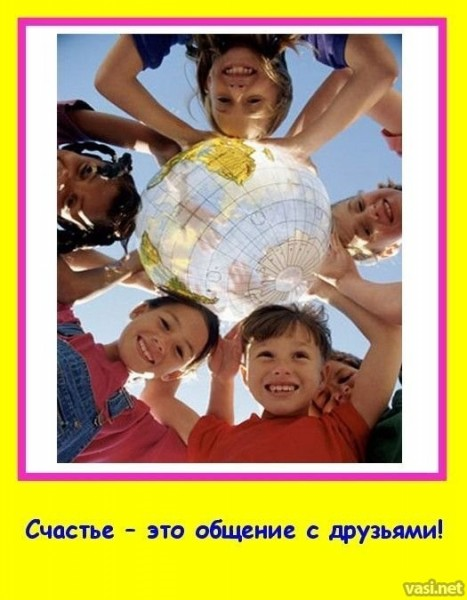
Вот что она сказала ведущая.   
  
Счастье у каждого разное. Ты подходила к отцу, его счастье -  
обеспечить семью, у матери - накормить семью, бабушки дети и внуки  
у подружки твоей счастье заключается в красивых да модных нарядах,  
у цыганки - в свободе. На самом деле ты будешь счастлива, когда  
научишься делать других чуточку счастливее, отдавая при этом лю­дям кусочек своей души.  
  
Девочка задумалась и поняла, что она счастлива.

VII. Составление кластера «Слагаемые счастья»

**Счастье**

1)Семья.

Предлагаю просмотреть видео ролик «Отец и сын».

Когда-то, когда каждый из вас появился на свет, ваши мамы, склоняясь, над вашими кроватками, радовались этому чуду и очень хотели, чтобы маленький человечек вырос крепким и здоровым, умным и талантливым, и чтобы обязательно был – счастливым…  
Вы повзрослели, и сегодня нам предстоит задуматься над маминой мечтой, и попытаться ответить на вопрос: Так что же такое быть счастливым?  
  
Порой мы не можем сдерживать свои эмоции, проявить должное уважение. Когда в последний раз вы сказали маме, как вы её сильно любите?

2)Любовь. (Правила слайд №1)

К кому или к чему мы испытываем любовь? /родители, к Родине, к делу (увлечение), учителям, друзьям, к школе, к природе, к животным/

Счастье – это, действительно, очень многогранное понятие, которое можно сравнить с драгоценным камнем. Счастье – это сияющий гранями алмаз. Каждая из этих граней имеет свой неповторимый рисунок, свой отблеск, свою составляющую. И сегодня мы с вами постараемся прикоснуться к некоторым из этих граней.  
  
Кто-то из великих людей сказал: «Счастье – это когда тебя понимают», а я думаю, что ещё и когда ты можешь понять другого. Значит, счастливый человек понимает других людей и люди понимают его.

3)Друзья / настоящий друг в беде поможет, в радости искренне поддержит/

Исполнение песни «Детство», Кундышева Александра.

4)Здоровье.

Пожалуйста, прокомментируйте следующий ролик «Слепой».

5) Мир, дружба.

6) Образование, работа.

7) Самоуважение, достоинство.

Для размышления и анализа просмотрим видео-ролик «Любовь к планете Земля начинается с Любви к себе».

VIII. **Творческая работа «Портрет счастливого человека».**

Мы хотим показать портрет счастливого человека. У него открытое лицо с улыбкой, с блеском в глазах, поза свободная, осанка уверенная. Она заботится о своей внешности. Спокойствие, восторг, надежда исходят от нее.

Д/З подготовить мультфильмы.

IX. **Обобщаем.**

- Чего люди только не делают ради счастья: добиваются богатства, славы и признания, власти. Приносит ли это счастье?

Возможно, завтра вы совсем по-другому ответите на вопрос «Что такое счастье?». Главное, мы поняли, что человек счастлив и тогда, когда сам дарит счастье. **/ вернуться к жетонам????/**

X. Рефлексия.

Перед вами карточки, вам надо закончить предложение: картинкой

* Я желаю себе и родным….
* Я желаю друзьям….
* Я желаю гостям….
* Сегодня занятие….

В заключении споем песню «Лети, лепесток». Вручаем буклеты, открытки на память.

