**№ 9 Занятие с элементами тренинга в 8 классе**

**«Я и мои ценности»**

***Тема:*** «Я и мои ценности»

***Цель:*** создание условий для осознания жизненных ценностей человека; способствование переосмыслению имеющегося социального опыта участников.

***Задачи:*** пополнение понятийного аппарата; закрепление тренингого стиля общения; развитие интереса к самопознанию.

***Материалы и оборудование:*** компьютер, проектор, видеоролик «О жизни за 2 минуты», бланки с высказываниями философов, учёных, бумага формата А4, ручки, фломастеры, цветные карандаши.

СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЯ

**Приветствие и эмоциональный настрой на занятие**

Мне приятно видеть сегодня всех вас и хотелось бы получить от вас ответ, но в невербальной форме, с помощью жестов и мимики, что вы чувствуете по отношению к нашей встрече. (Участники показывают своё отношение к встрече: руки вверх, большие пальцы рук вверх и улыбки – рады встрече, руки вперёд, большие пальцы рук к центру и отсутствие улыбки – не очень рады встрече, руки вниз, отсутствие улыбки - совсем не рады встрече.)

**Индуктор (введение в тему)**

*Цель:*стимулировать познавательный интерес, включить в деятельность, стимулировать переживание жизненных ценностей человека.

*Процедура:* просмотр видеоролика «О жизни за 2 минуты» и обсуждение.

*Вопросы для обсуждения:*

• О чём говорит герой ролика? (О себе, о дружбе, об удовольствиях, о любви, об учёбе, о мечте, о своей жизни.)

• Какие чувства вы испытывали во время просмотра?

• Что это такое – семья, здоровье, жизнь, любовь, знания? (Это ценности, ценности жизни)

• Как вы думаете, чему будет посвящено наше занятие? (Наше занятие будет посвящено ценностям, ценностям жизни.)

Задачи: Выяснить что такое «ценность»?

Какие классы ценностей существуют?

Задуматься о своих ценностях?

Создать идеальную шкалу ценностей?

Пересмотреть и возможно исправить свою систему ценностей?

**1 этап**

*Цель этапа:* знакомство с понятием «ценность» и классами ценностей

Ценность – важность, значимость, польза, полезность чего-либо. От того, какие ценности у человека, зависит то, как он относится к окружающему миру, к другим людям, к себе. Именно от них зависит то, как человек смотрит на мир. Какие же ценности есть у человека, чем он дорожит? (Ответы участников: здоровье, любовь, семья, дети, дом; близкие, друзья, общение; самореализация; материальное благополучие; духовные ценности; удовольствия, хобби, развлечения; самообразование; положение в обществе; свобода, слова, выбора.) И другие ценности: у разных людей различные ценностные приоритеты.

Перечисленные вами ценности относятся к классу терминальных (то, к чему стремится человек). Это ценности-цели.

И существует класс инструментальных ценностей – ценности, помогающие добиваться главных целей. Вы сами сможете привести примеры, выполнив ***упражнение «Мой портрет в лучах солнца»***.

Изобразите, пожалуйста, на листе бумаги два облака и солнце. На одном облаке напишите своё имя и фамилию, а на другом – имя, которое вам приятнее всего слышать из уст ваших близких. В центре солнца напишите «Я», на 3-х лучиках солнца напишите качества, которые помогают вам преодолевать сложные жизненные ситуации. Теперь каждый передаёт свой рисунок соседу слева. Каждый, получив чужой рисунок, пишет на одном луче название качества, на его взгляд подчёркивающее индивидуальность автора рисунка. (Получив назад свой рисунок, автор знакомится с результатами и, если есть желание, комментирует его вслух, называя инструментальные ценности).

**2 этап**

*Цель этапа:* создать условия для осознания подростком ценностного отношения к жизни, которое у него уже есть; осознание ценностных идеалов, уже принятых в его духовный мир.

***Задание «Ценности героя фильма»***

Вспомните, пожалуйста, список ценностей молодого человека – героя ролика, попробуйте его охарактеризовать. Ответьте на вопросы.

Вопросы для обсуждения:

- Насколько каждый из вас согласен с этим списком?

- Есть ли у вас расхождения с ним?

- В чём вы не согласны?

***Задание «Круг моих ценностей»***

Вам необходимо подумать о ценностях, которые важны для вас в данный момент, и написать их по дугам образовавшихся треугольников. Теперь закрасьте (можно штриховкой) получившиеся сектора следующим образом: каждый сектор разделён на 10 делений, каждое деление соответствует 1 баллу (Желающие озвучивают результат).

**Задание «Идеальная шкала ценностей»**

Работая в группе, сравните записанные ценности друг с другом. И попробуйте составить идеальную шкалу ценностей подростка 14 лет.

**Физкультминутка «Поменяйтесь местами те, кто…»**

Выполняют, сидя в кругу; стульев по количеству – на одного участника меньше. Если участники слышат то, что относится к ним, то они должны поменяться местами, занять другое место, а если кого-то это не касается – должны оставаться на месте. Предложения: поменяйтесь местами те, кто… хочет быть здоровым. Кто любит свою семью. У кого есть друзья. Кто любит общаться. Кому нравиться учиться. Кто хочет быть богатым. У кого есть хобби. Кто любит читать книги. Кто хочет, чтобы его уважали. Кто ценит свободу. Кто любит жизнь.

**3 этап**

**Упражнение «Образы ценностей»**

В группах подростки обсуждают высказывания из предложенных цитат, выбирают понравившуюся и пытаются её объяснить.

Работа с высказываниями философов, учёных.

*Нам всё равно, сколько что стоит, до тех пор, пока оно ничего нам не стоит (Андре Моруа).*

*Все говорят, что здоровье дороже всего, но никто этого не соблюдает (Козьма Прутков).*

*Не гнаться за многим, стремиться к глубине.*

*Суть величия – не количество, а качество (БальтасарГрисиан-и-Моралис).*

*Ценность и достоинство человека заключены в его сердце и в его воле; именно здесь – основа его подлинной чести (Мишель Монтень).*

*Не в годах – в полноте жизни, вот в чём ценность бытия! (Иоганн Фридрих Шиллер).*

**Упражнение «Мои ценности».**

Вспомните ценности героя фильма, посмотрите на идеальную шкалу ценностей и скажите, чего еще кому не хватает и что хотел бы развить в себе.

**Рефлексия**

*Вопросы для обсуждения:*

- что я узнал о ценностях?

- как изменилось для меня понимание жизненных ценностей?

- что нового я узнал о себе?

Ваше впечатление о занятии. С помощью мимики и жестов (см. начало занятия).

**Домашнее задание:** составить рассказ на тему «Моя жизнь за 2 минуты».