

Тренинговое занятие для подростков «Про куклу Веру»

Цель: развитие эмпатии, коммуникативных навыков, расширение представлений о психологических ресурсах личности, актуализация сильных сторон учащихся.

Методы: коммуникативные игры, беседа, куклотерапия, метафорическое повествование (притча «Тряпичная кукла»), музыкатерапия (песня «Я леплю из пластилина»).

Форма проведения: занятие с элементами тренинга

Материалы: клубок ниток, трафарет куклы, аудиозапись песни «Я леплю из пластилина», презентация.

Ход занятия

Вводная часть

Ведущий:

Добрый день! Сегодня у вас очень важное занятие. Знаете, почему? Потому что на занятии мы будем говорить о наших поступках, которые мы совершаем каждый день и которые формируют нашу личность.

Упражнение «Приветствие»

Цель упражнения: формирование эмоционального настроя на занятие.

Время: 5 минут.

Каждая встреча начинается с приветствия. Давайте поприветствуем друг друга: назовем своим имя и назовем свое какое-то выдающееся качество, мастерство, которое получается у вас лучше, чем у других.

Ведущий:

Важно! У каждого из нас есть то, что мы делаем лучше других, и это будет нашим ресурсом.

Основная часть

Упражнение «Кукла»

Цель: развитие эмпатии, коммуникативных навыков.

Время: 20 минут.

Необходимые материалы: трафарет куклы, вырезанный из бумаги (приложение 1).

План проведения упражнения:

1. Прослушивание части песни «Я леплю из пластилина».
2. Обсуждение прослушанного, обмен жизненным опытом.
3. Работа с трафаретом куклы: предложить детям называть обидные слова.
4. Прослушивание песни «Я леплю из пластилина».
5. Работа с трафаретом куклы: предложить детям пожалеть, сказать добрые слова.

Ведущий:

Предлагаю послушать песню «Я леплю из пластилина».

Участники слушают 1-ю часть песни «Я леплю из пластилина».

Ведущий:

Вопросы для обсуждения:

- О чем прослушанная вами часть песни?
- Вас когда-то наверняка кто-то обижал, а вы обижали кого-то?

Ведущий:

Сейчас я разрешу вам делать то, что не разрешают другие педагоги.

Познакомьтесь, это Вера.

Демонстрируется трафарет куклы.

Сейчас мы начнем ее обижать. Вспомните, как вы обижаете, друг друга на перемене, когда злитесь друг на друга. Обижая, даже словом, мы причиняем боль, поэтому, когда мы будем говорить Вере что-то обидное, мы будем причинять ей боль: загибать края бумаги.

Ученики выполняют работу, и кукла по кругу доходит до педагога.

Ведущий:

Посмотрите на Веру, изменилась ли она? Такая ли она, как была в начале занятия? Что в ней изменилось и почему?

Я думаю, что мы очень травмировали куклу. Можем ли мы что-то изменить? Как нам исправить положение?

Ответы детей.

Ведущий:

Предлагаю дослушать песню до конца и узнать совет.

Участники дослушают песню «Я леплю из пластилина».

Ведущий:

Какой совет дается в песне?

Давайте воспользуемся советом из песни и скажем нашей Вере что-нибудь хорошее, сами тем временем будем разглаживать те шрамы, которые мы оставили.

Участники выполняют работу, и кукла по кругу доходит до педагога.

Ведущий:

А сейчас посмотрите на Веру, ей уже лучше, но стала ли она такой, какой была в начале? Нет.

Почему?

Вывод: боль остается в душе очень долго, и никакие комплименты не могут ее разгладить.

Русский ученый Павлов сказал: «Словом можно убить, словом можно воскресить».

Как вы думаете, чего на земле больше: добра или зла?

Ответы детей.

Упражнение «Притча»

Цель: развитие эмпатии, создание мотивации к совершению социально значимых положительных поступков.

Время: 15 минут.

Ведущий:

Послушайте притчу Анны Кирьяновой «Тряпичная кукла» (приложение 2) и по окончании еще раз попробуйте ответить на вопрос: чего на земле больше: добра или зла?

Вопросы для обсуждения после чтения притчи:

- Чем наполнено сердце Леночки? А других персонажей?
- Что вы можете сказать о персонажах притчи, как о человеке, личности?
- Чему учит эта история? Какова основная мысль притчи?
- Чего на земле больше: добра или зла?

Ответы детей.

Упражнение «Я помог...»

Цель: развитие эмпатии, расширение представлений о психологических ресурсах личности.

Время: 15 минут.

Ведущий:

Давайте расскажем друг другу о том, какие добрые дела, поступки совершили, кому и в чем помогли за последние дни. Кто это был? Ваш самый близкий родственник или очень хороший друг, а может быть, это был совсем незнакомый вам человек?

Ответы детей.

Ведущий:

Итак, вы вспомнили этих людей. А теперь подумайте о том, при каких обстоятельствах это было? Этот человек вас сам попросил о помощи, или это была ваша инициатива? Кто готов рассказать о своем поступке?

Ответы детей.

Ведущий:

Бескорыстная помощь- ресурс психического состояния, позиция дающего делает нас более взрослыми и сильными.

Завершение

Ведущий:

Наше занятие подошло к концу. Какие выводы вы можете сделать из нашего занятия?

Поделитесь своими впечатлениями.

Ответы детей, обмен впечатлениями о занятии.

Хочется, чтобы вы помнили, что доброта, любовь и красота спасут мир. В заключении предлагаю

Упражнение «Подарки»

Цель: позитивное завершение работы и положительные эмоции участников друг к другу.

Время: 10 минут.

Ведущий:

Предлагаю всем придумать подарок, который хотелось бы подарить себе и другим. Главное условие – подарок должен быть не материальный, должен быть нужным и доставлять положительные эмоции.

Давайте представим, что в центре нашего круга находится большая коробка, в которую мы условно будем складывать подарки для себя и для всех нас. Начну с себя, и дальше будем складывать подарки по очереди по часовой стрелке.

Итак, я дарю себе и всем вам много счастливых дней!

После того, как все подарки будут сложены в коробку, участникам предлагается символично взять из коробки то, что ему необходимо.

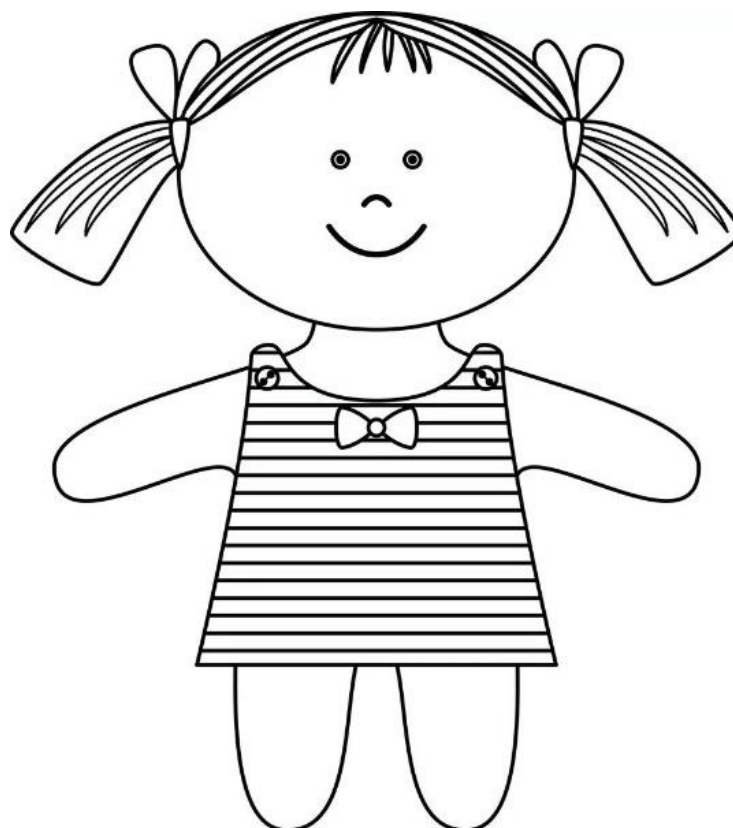
Ведущий:

Пусть умение совершать добрые дела станет вашей прекрасной привычкой. Мы способны менять мир к лучшему, начиная с себя.

Спасибо за работу. Всем доброго дня!

Использованные материалы:

1. Классный час. Нам жизнь дана на добрые дела, 2020, сайт: znanio.ru
2. Лагунова А.С., Макеева Н.Ю., Новгородцева И.В., Файзуллина К.А., программа формирования жизнестойкости у подростков из зон боевых действий и иных территорий повышенной опасности. ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет»- Москва. 2024
3. Тряпичная кукла. Притча от Анны Кирьяновой, сайт: pritchi.ru
4. Я леплю из пластилина, песня, сайт: hitmos.me
5. Яндекс- картинки, сайт: <https://www.vectorstock.com>



Анна Кирьянова «Тряпичная кукла»

Во время блокады эту маленькую девочку эвакуировали из Ленинграда. Леночка её звали. А фамилию свою она забыла, такая она была маленькая и измученная. Она потеряла всю семью: маму, бабушку, старшего братика...

А ее нашла специальная бригада истощенных девушек - тогда ходили по квартирам страшной блокадной зимой, искали детей, у которых погибли родители или при смерти были.

Вот Леночку нашли и смогли отправить в эвакуацию. Она не помнила, как детей везли в тряском грузовике по льду, не помнила, как попала в детский дом, она маленькая была, как истощённый гномик с большой головой на тонкой шейке.

И она уже не хотела кушать. Такое бывает при дистрофии. Она лежала в постельке или сидела на стульчике у печки. Грелась. И молчала. Думали, что Леночка умрет. Много детей умерло уже в эвакуации; сильное истощение, и нет сил жить и кушать. И играть. И дышать...

И одноногий истопник, фронтовик дядя Коля лет двадцати от роду, свернул из старого полотенца куклу. Как-то подрезал, свернул, пришил, - получилась уродливая кукла. Он химическим карандашом нарисовал кукле глазки и ротик. И носик - закорючку.

Дал куклу Леночке и сказал серьезно: "Ты, Леночка, баюкай куклу. И учи ее кушать хорошо! Ты теперь кукле мама. И уж позаботься о ней получше. А то она болеет и слабая такая. Даже не плачет!".

И эта Леночка вдруг вцепилась в куклу и прижала ее к себе. И стала баюкать и гладить тонкими ручками. А за обедом кормила куклу кашей, что-то шептала ей ласковое. И сама поела кашу и кусочек хлеба, - кормили не разносолами в эвакуации.

Ну вот, Леночка и спала с куклой, и у печки ее грела, обнимала ее и хлопотала о кукле. Об уродливой кукле из старого полотенца с нарисованными глазами.

Девочка выжила. Потому что ей нельзя было умереть, надо заботиться о кукле, понимаете?

Когда надо о ком-то заботиться- это огромная сила жизни для некоторых людей. Для таких, как эта девочка. Которая стала медсестрой потом и прожила долгую жизнь. И руки ее были всегда заняты. А сердце - наполнено...