**ВОСПИТАТЕЛЬНОЕ ЗАНЯТИЕ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

**ВРАГ ТВОЙ – ЭТО ОТРАЖЕНИЕ.**

Разработала: Маркова Елена Геннадьевна,

практический психолог Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Школа № 91 города Донецка»

**Пояснительная записка**

Предлагаемая разработка воспитательного мероприятия для старшеклассников раскрывает понятия «враг», «социальное отражение». Способствует пониманию своих эмоций, поступков и их проявлению в повседневной жизни, формированию конструктивных мыслей, повышению личной ответственности за свои поступки.

**Цель**: раскрыть взаимосвязь внутреннего и внешнего мира индивида

* *Образовательная:*
	+ сформировать внутренний позитивный настрой к себе и окружающим.
* *Развивающие:*
	+ развивать познавательный интерес к проявлению своих желаний, моделей поведения;
	+ активизировать саморазвитие;
	+ сформировать навыки уважительного поведения к себе и окружающим.
* *Воспитательная:*
	+ воспитывать ответственное отношение учащихся к своему психофизическому и социально духовному здоровью.

**Планируемые результаты:** повысится уровень личной ответственности учащихся при проявлении эмоций и выборе модели поведения в социуме.

**Оборудование:** ароматерапия (эфирное масло эвкалипта, лимона). Памятки с правилами. Буклет белые листы бумаги формата А-4. Цветные карандаши, фломастеры, маркеры.

**СЮЖЕТНАЯ ЛИНИЯ**

**Духовно - эстетический этап -**  5 мин.

(Налаживание добрых, доверительных отношений в группе).

Педагог. «Ребята! Сегодня у нас необычное воспитательное занятие. Чтобы оно прошло успешно, давайте устроимся поудобнее и подготовим себя, выполнив несколько упражнений.

Ароматерапия (эвкалипт, лимон) Я сейчас зажгу свечу, а вы вдыхайте ароматы эвкалипта, лимона. Ароматы действуют очищающе и восстанавливающе, укрепляя энергию и наполняя мысли спокойствием и умиротворением.

Упражнение «Настроение»

Инструктаж: участники стоят в кругу, передавая друг другу ароматический мяч, оценивают свое эмоциональное состояние по признакам: огонь - активность; дым – нечто среднее между активностью и пассивностью.

Упражнение «Предметы». Инструкция: Посмотрите на тест-картинку, на ней изображены разные предметы, находящиеся в подвале.

 Что вы увидели первым?



Педагог зачитывает значения выбранной картинки (приложение А).

 – *Какие чувства вызвало данное упражнение?* Обсуждение.

***Ус*тановочно-мотивационный этап** - 4 мин(осмысление поставленных задач, формирование установки на сотрудничество).

Тема занятия. На доске записаны буквы в разброс, соедините их по цветовой гамме (первый цвет красный, второй зеленый, третий синий, четвертый черный) и озвучьте тему занятия

**В Т Р В А О Г Й Э О Т Т О РАЖЕНИЕ**

**Тема занятия «ВРАГ ТВОЙ – ЭТО ОТРАЖЕНИЕ»**

Упражнение «Ассоциация». Инструктаж: какие ассоциации у вас вызывает слово «враг». - Может ли человек быть для себя врагом? Обсуждение.

*Педагог. Враг происходит от латинского слова "плохой друг", значит недобрый, злобный, мешать кому-то, быть помехой, вредить.*

***Индивидуальное задание****. Заполните таблицу. Вспомните человека, который вам очень не нравится и который нравится. Впишите в таблицу, что именно вам в нем не нравится. Проведите аналогию с собой. Что общего?*

|  |  |
| --- | --- |
| *Что не нравится в другом?* | *Что общего?* |
|  |  |
|  |  |
| *Что нравится в другом?* | *Что общего?* |
|  |  |
|  |  |

*Обсуждение по желанию*

Объединение в группы по словам:

1. Почемучка. 2 Отражение. 3. Целостность.

**Проблемно-поисковый этап** – 10 минЗадания для групп.

**Группа «Почемучка».** Инструкция: прочитайте предложенную притчу, нарисуйте связь внешнего и внутреннего мира в цветных геометрических фигурах, ответьте на вопросы.

Притча «Почемучка». Отец, оставшийся дома с маленьким сыном, решил поработать. А чтобы почемучка-сынишка не мешал своими бесконечными вопросами, отец придумал для него интересное занятие. Он взял журнал, где была напечатана карта мира, вырвал эту страницу, разрезал карту на маленькие кусочки и сказал: - Сынок, вот тебе интересное задание: собери карту в единую картинку. И как же он удивился, когда сынишка вскоре возник на пороге его кабинета и молвил: - Папочка, готово.

Отец не мог поверить, что сын так быстро справился с заданием, но факт был налицо – справился, карта была собрана, причём безошибочно.

- Но как тебе удалось собрать картинку так быстро?

Ведь ты даже ни разу не видел карты мира! – недоумевал отец.

На что мальчик сказал: - Папуля, ты, скорей всего, просто не заметил, что на обратной стороне журнальной страницы был портрет человека, и по размеру он был таким же, как и карта. Вот я и подумал: если человека соберу, то мир сам собой соберётся. Так и вышло, папочка, теперь человек в порядке - и мир в порядке.

Чтобы навести в порядок во внешнем мире, нужно привести в порядок мир внутренний. Что внутри, то и снаружи.

Вопросы: - Чему учит притча? - В чем связь внешнего и внутреннего мира человека? - Может ли человек быть для себя врагом? Аргументируйте свои ответы. Презентуйте работу.

**Группа «Отражение»** Инструкция: прочитайте притчу, нарисуйте притчу в цветных геометрических фигурах, ответьте на вопросы.

Притча "Зеркала" Однажды ученик спросил дервиша: - Учитель, враждебен ли мир для человека? Или он несет человеку благо? - Я расскажу тебе притчу о том, как относится мир к человеку, - сказал Учитель.

Давным-давно жил великий шах. Он приказал построить прекрасный дворец. Там было много чудесного. Среди прочих диковин во дворце была зала, где все стены, потолок, двери и даже пол были зеркальными. Зеркала были необыкновенно ясные, и посетитель не сразу понимал, что перед ним зеркало, - настолько точно они отражали предметы.

Кроме того, стены этой залы были устроены так, чтобы создавать эхо. Спросишь: «Кто ты?» - и услышишь в ответ с разных сторон: «Кто ты? Кто ты? Кто ты?»

Однажды в зал забежала собака и в изумлении застыла посередине – целая свора собак окружила ее со всех сторон, сверху и снизу.

Собака на всякий случай оскалила зубы – и все отражения ответили ей тем же самым. Перепугавшись не на шутку, собака отчаянно залаяла. Эхо повторило ее лай. Собака лаяла все громче. Эхо не отставало. Собака металась туда и сюда, кусая воздух, ее отражения тоже носились вокруг, щелкая зубами.

Утром слуги нашли несчастную собаку бездыханной в окружении миллионов отражений издохших собак. В зале не было никого, кто мог бы причинить ей хоть какой-то вред. Собака погибла, сражаясь со своими собственными изображениями.

- Теперь ты видишь, - закончил учитель, - мир не приносит ни добра, ни зла сам по себе. Он безразличен к человеку. Все происходящее вокруг нас есть всего лишь отражение наших собственных мыслей, чувств, желаний, поступков. Мы сами выбираем, в какой мир нам верить, в каком мире жить и созидать. Не нужно менять мир, нужно менять себя в этом мире. Измени себя и вокруг тебя изменятся тысячи людей

Вопросы: - Чему учит данная притча? - Как часто человек винит во всем внешний мир, окружающих людей или обстоятельства?- Может ли человек быть для себя врагом? – Нужно ли заниматься саморазвитием?

Аргументируйте свои ответы. Презентуйте работу. Обсуждение.

**Группа «Целостность»** Инструкция: прочитайте легенду (поучительный рассказ), изобразите легенду в цветных геометрических фигурах, ответьте на вопросы.

Легенда «Зеркало Мира». Когда-то Боги создали волшебное зеркало, чтобы весь мир в нем отражался. И каждый человек, посмотревшись в это зеркало, мог увидеть, что он подобен Богам, и познать все тайны мироздания, все взаимосвязи и механизмы. Боги завещали это зеркало людям, и долгое время оно хранилось на земле и помогало людям быть чище, лучше, добрее, и помнить, что все они - частички Единого Целого. Не было тогда ни войн, ни раздоров, ни противостояния - разве станут части Целого против друг друга выступать? Нет, как и левая рука против правой не станет бороться. Люди тогда желали друг другу только добра, потому что это сразу на всех отражалось, и на тебе тоже «здравствуйте», «благодарю», «будьте здоровы», «всего хорошего» - это же еще с тех пор традиция идет…

Но однажды зеркало разбилось. Никто не помнит, почему так произошло. Может, небрежно хранили, может, катастрофа приключилась. А только разлетелось Зеркало Мира на миллионы мелких осколков, и каждый из них теперь уже не мог отражать Единого Целого, а отражал только маленькую часть. И растерялись люди: перестали они целостность ощущать. Стали они мнить о себе разное - то, что одни лучше, а другие хуже, и то, что надо бы у других осколки отобрать - тогда свое зеркало больше получится. Так и додумались до ссор и распрей, до войн за место под солнцем. А потом одни объявили себя наследниками Богов, а других стали считать низшими, недостойными. И стали они желать друг другу зла. Не понимали они, что хоть зеркало и разбилось - а Закон Отражений по-прежнему действует. И если ты другому, что-то послал в виде слов или мыслей. То оно к тебе и вернется, на тебе и отразится. Отравленные стрелы летят во все стороны и разят всех, кто под них попадает.

Вопросы: - Чему учит данная легенда? - Как часто человек винит во всем внешний мир, окружающих людей или обстоятельства? - Может ли человек быть для себя врагом? - Нужно ли заниматься саморазвитием?

Аргументируйте свои ответы. Презентуйте работу. Обсуждение.

**Задание для всех групп. Упражнение «Высказывание»**

*Педагог зачитывает высказывание.*

**Закон отражения построен на факте того, что все, что мы видим вокруг себя, является зеркальным отражением нашего внутреннего мира. Это один из самых сложных законов для человеческого понимания и принятия, поскольку мы привыкли думать, что наши чувства счастья и злости вызваны исключительно другими людьми или обстоятельствами. Поскольку все вокруг это вибрации, то вы сами притягиваете к себе эти внешние ситуации. Соответственно, раздражающий вас человек появился в вашей жизни лишь потому, что сейчас это ваша активная внутренняя вибрация, а сам он является зеркальным отражением всех составляющих вашего внутреннего мира. Беверли Бланкард**

Вопросы:- Согласны ли вы с высказывание? – Приведите жизненные примеры, подтверждающие или опровергающие высказывание? Обсуждение.

**Оценочно – содержательный этап** - 10 мин.(Развитие нормативно – регулирующей деятельности).

Упражнение «Пословицы. Для всех групп. Инструктаж: какая из перечисленных пословиц вам больше всего понравилась и почему?

-Что посеешь, то и пожнешь. - Как аукнется, так и откликнется.

- Как ты - так и тебе. - Не делай другим того, чего не желаешь себе.

**Адаптационно – преобразующий этап – 5 мин.**

- Самая важная мысль занятия? – Что больше всего запомнилось?

- Какие открытия сегодня на занятии для себя вы сделали? Обсуждение.

 **Духовно – эстетический этап – 10 мин.**

**Упражнение «Настроение».** Участники стоят в кругу.

В начале занятия вы поставили оценку своему настроению, эмоциям, передавая друг другу ароматический мяч, оцените свое эмоциональное состояние по признакам: огонь - активность; дым – нечто среднее между активностью и пассивностью.

Изменилось ли оно у вас? Оцените свое настроение. Обсуждение.

*Педагог. Мы должны научиться видеть в других себя. Чего мы боимся больше всего, то и получаем. Что пытаемся избегать, то с тем и сталкиваемся. Как мы думаем о себе, так и мир думает о нас. Мир внешний - это зеркало нашего внутреннего мира. Помните, что вас раздражает, беспокоит, открывает перед вами возможности для роста и саморазвития.* *Это поможет вам стать более сознательными в том, что вы делаете каждый день и как это соотносится с вашими планами на жизнь.* Подарочный буклет всем участникам «ВРАГ ТВОЙ – ЭТО ОТРАЖЕНИЕ»

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Большой психологический словарь.- 4-е., изд..расширенное / Сост. И общ. Ред. Б.Г. Мещерякова, В.П. Зинченко.- М.: АСТ Москва; СПб.: Прайм- ЕВРОЗНАК, 2009.-811 с.

2. Ожегов С.И., Шведова Н.Ю. Толковый словарь русского языка.- М.,1949. - 2314с.

3. Афоризмы [Электронный ресурс]. Режим доступа: [https://kartaslov.ru/цитаты-со-словом/эстетика](https://kartaslov.ru/%D1%86%D0%B8%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%8B-%D1%81%D0%BE-%D1%81%D0%BB%D0%BE%D0%B2%D0%BE%D0%BC/%D1%8D%D1%81%D1%82%D0%B5%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B0) (дата обращения 07.03.2024г.).

4. Тест. {Электронный ресурс} Режим доступа: <https://test.temaretik.com/2598916391001393637/projdite-test-i-uznajte-svoe-prednaznachenie/> (дата обращения 07.03.2024г.).

5. Притчи. {Электронный ресурс} Режим доступа:

<https://dzen.ru/media/id/5b2940926ec17d00a98e2fe3/jestkaia-pritcha-pro-predatelei-suscnost-cheloveka-ne-meniaetsia-60c66fb6aa55f74254cc56e5>

6. Шанский Н.М. Происхождение слова враг в этимологическом онлайн-словаре Шанского Н.М.// [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://endic.ru/rusethy/Vrag-5874.html> (дата обращения 05.04.2024г.).

ПРИЛОЖЕНИЕ А

Упражнение «Предметы». Инструкция: Посмотрите на тест-картинку, на ней изображены разные предметы, находящиеся в подвале.

 Что вы увидели первым?



**Качели.** Качели символизируют вашу нестабильность в межличностных отношениях. На данный момент вы испытываете недостаток в истинных друзьях.

**Ящики.** Скрытность, уход в себя и свои внутренние переживания. Защита от окружающих, непринятие критики.

Разбитое зеркало. Зеркало символизирует нас самих. Если вы выбрали этот предмет, значит, вы испытываете себя разбито и неуверенно. Вполне возможно, что вы стоите на перепутье и не знаете, как поступить. Также этот знак может говорить о том, что в вас борется две личности, и вы не можете найти свое истинное “Я”.

**Колесо**. Колесо символизирует отношения между вами и внешним миром. Тупик, вы бежите по замкнутому кругу. Остановитесь, проведите анализ происходящих событий, сделайте вывод.

**Молоток.** Всеми силами пытаетесь добиться желаемого, причем вам неважно, что для этого нужно идти по головам.

Кукла. Кукла олицетворяет вашу связь с детством. Вы панически боитесь взросления и, как следствие, старения. Каждый наступающий год внушает вам страх, и вы пытаетесь всеми силами воспрепятствовать старению.

**Книги.** Книги – символ знаний и, как следствие, жизни. Однако, если они помещены в подвал, вероятно, вы потеряли смысл в познании.

**Картина.** Картина – явный признак того, что в вашей жизни царит полная гармония. Вы живете в полном согласии с собой и окружающими. К близким вы относитесь с пониманием.

**Решетка**. Признак закрытости, замкнутости и отрешенности. Вероятно, в данный момент вы испытываете подавленное настроение. Вам тревожно, и вы не знаете, как собраться, чтобы жить дальше.

**Сломанный стул**. Сломанная мебель символизирует период неопределенности, стресса и отсутствия отдыха.

**Корзина яблок.** Этот символ говорит о том, что вы находитесь на пути к получению знаний, мудрости и обретению личного счастья.

**Лестница**. Лестница символизирует переход к чему-то новому. В скором времени вы достигните своей цели. Вас поджидают трудности. Только ваше отношение к препятствиям может предопределить исход: испугаетесь – не получите ничего; гордо преодолеете все сложности – благополучный исход гарантирован.

**ПРИТЧА "ЗЕРКАЛА"**

**Однажды ученик спросил дервиша: - Учитель, враждебен ли мир для человека? Или он несет человеку благо? - Я расскажу тебе притчу о том, как относится мир к человеку, - сказал Учитель. Давным-давно жил великий шах. Он приказал построить прекрасный дворец. Там было много чудесного. Среди прочих диковин во дворце была зала, где все стены, потолок, двери и даже пол были зеркальными. Зеркала были необыкновенно ясные, и посетитель не сразу понимал, что перед ним зеркало, - настолько точно они отражали предметы. Кроме того, стены этой залы были устроены так, чтобы создавать эхо. Спросишь: «Кто ты?» - и услышишь в ответ с разных сторон: «Кто ты? Кто ты? Кто ты?»**

**Однажды в залу забежала собака и в изумлении застыла посередине – целая свора собак окружила ее со всех сторон, сверху и снизу. Собака на всякий случай оскалила зубы – и все отражения ответили ей тем же самым. Перепугавшись не на шутку, собака отчаянно залаяла. Эхо повторило ее лай. Собака лаяла все громче. Эхо не отставало. Собака металась туда и сюда, кусая воздух, ее отражения тоже носились вокруг, щелкая зубами.**

**Утром слуги нашли несчастную собаку бездыханной в окружении миллионов отражений издохших собак. В зале не было никого, кто мог бы причинить ей хоть какой-то вред. Собака погибла, сражаясь со своими собственными изображениями.**

**- Теперь ты видишь, - закончил учитель, - мир не приносит ни добра, ни зла сам по себе. Он безразличен к человеку. Все происходящее вокруг нас есть всего лишь отражение наших собственных мыслей, чувств, желаний, поступков. Мы сами выбираем, в какой мир нам верить, в каком мире жить и созидать. Не нужно менять мир, нужно менять себя в этом мире.**

**Измени себя и вокруг тебя изменятся тысячи людей.**

**Закон отражения построен на факте того, что все, что мы видим вокруг себя, является зеркальным отражением нашего внутреннего мира. Это один из самых сложных законов для человеческого понимания и принятия, поскольку мы привыкли думать, что наши чувства счастья и злости вызваны исключительно другими людьми или обстоятельствами. Поскольку все вокруг это вибрации, то вы сами притягиваете к себе эти внешние ситуации. Соответственно, раздражающий вас человек появился в вашей жизни лишь потому, что сейчас это ваша активная внутренняя вибрация, а сам он является зеркальным отражением всех составляющих вашего внутреннего мира**

 **Беверли Бланкард**

****

**Мир - это зеркало, и он возвращает каждому его собственное изображение. Брось в него угрюмый взгляд - и навстречу тебе выглянет из него мрачное лицо, но кто смеётся вместе с ним, тот находит в нём весёлого покладистого товарища.**

 **Уильям Теккерей**

**То, что нам нравится в других людях, это и есть то, что мы любим в себе. А то, что в них ненавидим, показывает все, чего мы не замечаем в себе.**

 **И. Ванзант**

**Мы видим мир не таким, какой он есть, а таким, какими являемся мы.**

 **Анаис Нин**

**ПРИТЧА «ПОЧЕМУЧКА».**

 **Отец, оставшийся дома с маленьким сыном, решил поработать. А чтобы почемучка-сынишка не мешал своими бесконечными вопросами, отец придумал для него интересное занятие. Он взял журнал, где была напечатана карта мира, вырвал эту страницу, разрезал карту на маленькие кусочки и сказал: - Сынок, вот тебе интересное задание: собери карту в единую картинку.**

 **И как же он удивился, когда сынишка вскоре возник на пороге его кабинета и молвил: - Папочка, готово.**

**Отец не мог поверить, что сын так быстро справился с заданием, но факт был налицо – справился, карта была собрана, причём безошибочно.**

**- Но как тебе удалось собрать картинку так быстро?**

**Ведь ты даже ни разу не видел карты мира! – недоумевал отец.**

**На что мальчик сказал:**

**- Папуля, ты, скорей всего, просто не заметил, что на обратной стороне журнальной страницы был портрет человека, и по размеру он был таким же, как и карта. Вот я и подумал: если человека соберу, то мир сам собой соберётся. Так и вышло, папочка, теперь человек в порядке - и мир в порядке.**

**Чтобы навести в порядок во внешнем мире, нужно привести в порядок мир внутренний.**

**Что внутри, то и снаружи.**

**ЛЕГЕНДА «ЗЕРКАЛО МИРА».**

**Когда-то Боги создали волшебное зеркало, чтобы весь мир в нем отражался. И каждый человек, посмотревшись в это зеркало, мог увидеть, что он подобен Богам, и познать все тайны мироздания, все взаимосвязи и механизмы. Боги завещали это зеркало людям, и долгое время оно хранилось на земле и помогало людям быть чище, лучше, добрее, и помнить, что все они - частички Единого Целого. Не было тогда ни войн, ни раздоров, ни противостояния - разве станут части Целого против друг друга выступать? Нет, как и левая рука против правой не станет бороться. Люди тогда желали друг другу только добра, потому что это сразу на всех отражалось, и на тебе тоже. «здравствуйте», «благодарю», «будьте здоровы», «всего хорошего» - это же еще с тех пор традиция идет…**

**Но однажды зеркало разбилось. Никто не помнит, почему так произошло. Может, небрежно хранили, может, катастрофа приключилась. А только разлетелось Зеркало Мира на миллионы мелких осколков, и каждый из них теперь уже не мог отражать Единого Целого, а отражал только маленькую часть. И растерялись люди: перестали они целостность ощущать. Стали они мнить о себе разное - то, что одни лучше, а другие хуже, и то, что надо бы у других осколки отобрать - тогда свое зеркало больше получится. Так и додумались до ссор и распрей, до войн за место под солнцем. А потом одни объявили себя наследниками Богов, а других стали считать низшими, недостойными. И стали они желать друг другу зла. Не понимали они, что хоть зеркало и разбилось - а Закон Отражений по-прежнему действует. И если ты другому, что-то послал в виде слов или мыслей. То оно к тебе и вернется, на тебе и отразится. Отравленные стрелы летят во все стороны и разят всех, кто под них попадает»**

**-Что посеешь, то и пожнешь.**

**- Как аукнется, так и откликнется.**

**- Как ты - так и тебе.**

**- Не делай другим того, чего не желаешь себе.**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

Буклет подготовили: Маркова Е. Г., практический психолог

МБОУ «Школа № 91 г. Донецка»