**Тренинговое занятие «Что значит быть современной?».**

*Цель:*формирование жизненных целей и ценностей, помощь в личностном самоопределении.

***Психолог:*** поговорим откровенно об очень важном: какое понятие мы вкладываем в слова: «Современная девчонка». Но сначала давайте решим задачку попроще. Как вы думаете: что такое хорошее семечко, например, яблони? То, что покрупнее и почернее? Д, но не всегда так бывает. Хорошее семечко то, из которого вырастает хорошая яблоня. А хорошая яблоня - это не обязательно высокая да кудрявая. О семечке судят по плодам. Так что, современная девчонка та, из которой вырастет современная женщина.

Главное для любого из нас – здоровье, как физиологическое, так и в поступках, привычках, характере (примеры) и самое главное для каждой девочки – быть женственной.

Перед вами лежит «*Дерево жизни*».

***Задание.***Напишите *в основании дерева* (по степени важности), что служит для вас опорой в жизни (родители, здоровье и т.д.).

***Психолог. Мини – лекция «Увлечения современной девочки».***

Современная девчонка должна хорошо учиться, быть разносторонней и любознательной. Пусть интересуется книгами, музыкой, танцами, архитектурой, цветоводством, кулинарией… А то ведь как бывает иногда: вроде бы девочка как девочка: и одета хорошо, и в танцах не последняя, а дойдёт до разговоров - и поговорить не о чем…Итак, современная девчонка – это умная девчонка. Знания не деньги, их нельзя найти на улице, получить в наследство, одолжить. Знания собираются годами, и с этим делом лучше не откладывать: раньше начнёшь - больше успеешь.

***Задание.***Многие не могут определить свои цели. А давайте сначала разберемся с такими понятиями как:

- жизненные цели – что это такое?

- зачем нужно ставить перед собой цели?

- какие бывают цели в жизни?

Запишите свою жизненную цель на *стволе*«*Дерева жизни*».

***Психолог. Мини – лекция «Современная девушка – скромная девушка».***

Издавна принято считать, что присутствие хорошо воспитанной девушки облагораживает поведение окружающих. Конечно, если эта девушка действительно воспитанная и стремится уберечь себя от неподобающих для нее разговоров и впечатлений. Другое дело, если в компании оказалась особа, про которую кто-то скажет: «Нет мозгов – одна косметика». Вообще, если девушка все свободное время стремится проводить на дискотеках, особенно не разбираясь, кто ее пригласит, то это свидетельствует обизвестного рода неразборчивости, нравственной неопрятности и отсутствии серьезных интересов.

Как вы думаете, важны ли для современной девушки элементы так называемого традиционного воспитания: такт, стремление к чистоте и целомудрию, умение вести себя скромно и со вкусом одеваться? Или главное – длинные ноги, дорогая помада и кавалерийский наскок? (ответы школьников).

Не зря говорят:

Коль не украсило твоей души

Учтивости понятье,

Что толку в том, что всех людей

Затмила ты красотою платья?

***Задание.***Жизненные принципы – это убеждения, взгляд на вещи, правила жизни. Можете ли вы привести примеры своих жизненных принципов?

Составьте «*корни деревьев*».

***Психолог. Мини – лекция «О вкусах не спорят».***

«Никакая внешняя прелесть не может быть полной, если она неоживленна внутренней красотой». В. Гюго.

ВКУС – чувство, понимание изящного, критерии красоты, умение одеваться со вкусом.   
МАНЕРА – а) внешние формы поведения; б) способ что-нибудь делать, та или иная особенность поведения, образ действия.

Большую роль в нашей внешности играет одежда. Опрятная, красивая, модная, со вкусом подобранная, она украшает. «Модно одета» – это вовсе не означает, что девушка привлекательна в этой одежде. А вот «одета со вкусом» – значит, одета так, как ей идёт, она привлекательна в этой одежде. Надо ли следовать моде? Как вы понимаете значение слова МОДА? В какой одежде бы девушка не была, она всегда должна быть Милой, Очаровательной, Доброй, активной (сл.МОДА – расшифровка букв).

***Задание.***Посмотрите, сколько людей вокруг вас: родные, друзья, учителя, соседи и все окружающие! Все они чем–то похожи, но отличаются друг от друга. В первую очередь мы обращаем внимание на внешние признаки (пол, одежда, рост, внешность). Но ведь среди них есть ещё добрые и злые, храбрые и трусы. Эти качества снаружи не видны. Они проявляются в поведении человека, в отношении к окружающим.

*Ветви дерева* – это «Частицы вашего Я».Запишите их.

***Задание.****Листья на дереве* –это поступки. Желательные поступки напишите на цветном стикере.

Вот и получилось у каждого свое неповторимое «***Дерево жизни***».

***Заключительное слово.***Наша современница – та, из которой вырастет современная

женщина, умная, независимая, самостоятельная, тактичная, чуткая. Чтобы стать

современной, нужна непрерывная работа над собой сегодняшней и, конечно, сильная

воля…