

## «Становление личности»

### ЗАДАНИЕ. «ЧТО Я ЗНАЮ О СЕБЕ»

Сегодня мы с вами попробуем разобраться в очень важных для нас вещах, а именно, как понять себя, как понять, чего я хочу, что умею и чему хочу научиться, и для чего мне всё это нужно. Начнём с простого:

начертите, пожалуйста в тетради таблицу из четырех пронумерованных столбцов.

1	2	3	4

*В процессе выполнения упражнения ведущий четыре раза инструктирует участников (после каждой инструкции дается время на ее выполнение):*

1. В столбике №1 вы перечисляете все, что вы умеете, постарайтесь вспомнить все самое важное.

2. В столбике №3 вы перечисляете все, что не умеете.

3. В столбике №1 вы уже написали все, что умеете. Но что-то вы умеете лучше, а что-то хуже. Выберите то, что вы умеете так хорошо, что можете научить других, и запишите в столбик №2.

4. Напишите в столбике №4, чему бы вы хотели научиться.

*После заполнения столбика №2 выясняется, что у большинства участников в нем получилось пунктов меньше, чем в столбике №1. почему:*

*В результате короткой дискуссии участники приходят к выводу, что не все о себе знают: ведь если я думаю, что я что-то умею, я могу ошибаться. Самый лучший способ проверить свое умение – попробовать научить другого.*

В столбике №4 тоже получается больше пунктов, чем в столбике №3, потому что и то, чего мы делать не умеем, мы тоже не всегда четко осознаем.

*Естественно, у детей этот феномен проявляется очень сильно.*

Перед тем как начать окончательную дискуссию по содержанию выполненной работы, попросить учащихся (по желанию) прочитать содержание 4-го столбца, чтобы сразу выяснить, нет ли в аудитории кого-нибудь, кто мог бы поделиться своими умениями с теми, кто осознает их недостаток.

*Общий вывод после выполнения упражнения формулируется в результате короткой дискуссии: «Для того чтобы быстрее чему-нибудь научиться, следует, во-первых, чаще заниматься самоанализом, а во-вторых, смелее просить помощи у других».*

### ЗАДАНИЕ. «ЗАКОНЧИ ПРЕДЛОЖЕНИЕ».

*Упражнение проводится в три этапа.*

1. На первом, тренировочном, этапе каждый участник встает и произносит фразу: «Я красивый, потому что...», - и подбирает аргументы в подтверждение того, что он, красивый.

2. На втором этапе фраза другая: «Меня любят, потому что...».

После того как все участники выполнили задание, проводится маленькое обсуждение услышанного. Необходимо, чтобы участники поняли, что их любят в

основном за то, что они есть, т.е. любят те, кто от них ничего не требует.

3. Третий этап выполнения упражнения начинается с фразы: «*Меня уважают, потому что...*».

*Продолжение этой фразы вызывает затруднение. Детям трудно отделить «уважают» от «любят». Либо приводятся аргументы инфантильного содержания: потому, что я быстро бегаю, потому, что шевелю ушами, и т.д. обобщая сказанное, ведущий подводит учащихся к мысли о том, уважение заслуживают те, кто умеет делать что-то реальное и полезное.*

Вернитесь к таблице умений, заполненной на листке. Посмотрите и вспомните, научились ли вы за это время тому, чего делать не умели. *Как правило, у каждого остается какое-либо нереализованное намерение.*

Если вы что-то не исполнили, значит, у вас есть возможность, в ближайшее время поставить цель и научиться этому:

Конечно, лучше, когда человек, что-то наметив, выполняет задуманное, но ведь жизнь сложна – если ты не успел что-то сделать сегодня, то всегда можешь сделать завтра. Если, конечно, четко себе представляешь, что делать. А вот для того чтобы знать это, надо отчетливо представлять, чего тебе не хватает. Это называется осознать неиспользованный ресурс. А если вы поняли, что ваше неумение – это ресурс, вы можете многому научиться.

Вопрос: «Что вы сделали, чтобы овладеть тем умением, которого вам не хватало?»

*В процессе рассказа выясняется, что у большинства неудача связана не с недостатком жизненных умений, а с несформированностью черт характера, в основном зависящих от волевого компонента (не могу заставить себя, забываю, нет времени).*

Вот теперь давайте вместе с вами и займёмся тем, что будем учиться ставить перед собой цель. Напишите в тетради: «*Я хочу...*(научиться, стать, приобрести)». После чего, пропустив в тетради несколько строчек, напишите, почему вам до сих пор не удается это сделать. Причины запишите, пожалуйста, не в строчку, а в столбик. Желательно, чтобы этих причин было не больше пяти. После того как задание выполнено, пронумеруйте написанное по степени важности. В конце предлагаю вам надписать у предложения «*Я хочу...*» слово **цель**, а столбик с причинами, по которым не удалось ранее достичь цели, озаглавить словом **проблемы**.

Предлагаю вернуться к этой теме через месяц и обсудить, что получилось, что не смогли сделать и почему. Согласны?

Релаксация:

1. Что сегодня для вас было самым сложным?
2. Что нового вы приобрели?
3. Опишите ваши чувства и настроение в начале занятия и в конце.

Внеклассное занятие для учащихся 9-х классов подготовила и провела социальный педагог Л.Н. Зибарева