**Психологическое занятие «Я в этом мире не одинок»**

*Цель:*

* Помочь подросткам осознать качества настоящего друга, проанализировать собственные качества, помогающие дружить;
* Формировать представление о необходимости поддерживать дружеские отношения, прилагать усилия для их развития.

*Необходимые материалы:*

* Разноцветные заготовки в форме ладошек разного цвета по количеству участников;
* Фломастеры разноцветные;
* Плакаты с текстом неоконченных предложений для проведения заключительного обсуждения: «сегодня на занятии я была удивлена, когда…»; «самым важным на мой взгляд было…»; «ярче всего мне запомнилось…»; «мне не понравилось, когда…».
* Лист ватмана с нарисованным контуром дерева для создания «дерева дружбы»

*1.Приветствие.*

 Сегодня мы подумаем с вами о том, что такое дружба, кто такой настоящий друг и какие законы помогают нам дружить.

 Давайте каждый по очереди назовет любые ассоциации со словом дружба, просьба не повторяться! (все высказывания фиксируем на доске). Посмотрите, сколько у нас разных ассоциаций получилось. Как вы думаете, почему?

*Упражнение «Кто больше?»*

Сейчас я, буду показывать вам примеры того, как здороваются разные люди и персонажи, затем вам нужно будет за 1 минуту поздороваться также с каждым вашим сверстником. Задание понятно? Давайте поздороваемся, используя традиционное рукопожатие (пожимаем руку); как Микки-Маусы (беремся за руки в танце, затем меняем руки и снова соприкасаемся бедрами); по-французски (нежно гладим по коленке); как королевские особы (замираем в реверансе с поклоном напротив друг друга); по-русски (рукопожатие правыми, затем левыми руками, объятья, когда правая рука идет сверху, затем левая); как жители племени Юмба-Мамба (нежно пожимаем мочку уха друг друга).

*Упражнение «Ладошка»*

Прежде чем начать разговор про дружбу, подумаем о себе (раздаются разноцветные за­готовки в форме ладошек разного цвета, фломастеры). Напишите в центре ладошки крупно свое имя, а на пальчиках — те ваши личные характеристики (качества), которые помогают вам быть хорошими дру­зьями!

Создаем из ладошек *наше «Дерево дружбы».* Каждый по очереди называет качества и при­крепляет свою ладошку на крону «Дерева дружбы».

*Обсуждение.* Что-то вас удиви­ло, когда ваши сверстники говорили? Какие качества чаще встречались, почему? Для чего было дано это за­дание, как вы думаете? Было ли ко­му-то трудно, легко его выполнять, почему?

*Мозговой штурм «Портрет друга»*

Ребята, как вы ду­маете, каким должен быть насто­ящий друг? Кого мы называем на­стоящим другом? Подумайте и на­зовите качества, которыми должен обладать друг. Записываем их на доску рядом с изображением подростка, обозначенный словом «ДРУГ», посмотрите, какой заме­чательный портрет друга у нас по­лучился! (Показываем надпись на доске и зачитываем все, что гово­рили дети!)

*Упражнение «Монолог о дружбе»*

Деление на группы и актуализа­ция задания. Стихотворение распе­чатывается на листе А4 на строчки и разрезается по количеству участ­ников. Строчки перемешиваются и каждому предлагается вытянуть од­ну. На обратной стороне текста ста­вим порядковый номер строчки. Все участники по порядковым номерам строятся в линию и каждый зачи­тывает свою строчку.

*Монолог о дружбе*

*Что такое дружба? Каждый знает? Может быть, и спрашивать смешно.*

*Слово «дружба» что обозначает? Может быть, поход вдвоем в кино, Может быть, хороший пас в футболе, Может быть, подсказку у доски, Может быть, защиту в драке школьной или просто средство от тоски? Ну, а может быть, молчанье в классе, Если друг плохое совершит? Скажем, Коля стены разукрасил, Михаил все видел, но молчит. Разве это дружба, если кто-то Дроби дома не хотел решать: Заниматься не было охоты, А дружок дает ему списать. Разве это дружба, если двое Вздумали уроки прогулять, А спросила мама: «Вы не в школе?» — Оба дружно начинают врать. Ну, а может, дружба — это если Друг приятно говорит всегда, Речь свою пересыпая лестью, И не скажет резкость никогда? Что такое дружба, каждый знает? Может быть, и спрашивать смешно. Ну и все же, что обозначает Это слово? Значит что оно? Дружба — это если друг твой болен И не может в школу приходить, Навещать его по доброй воле, Школьные уроки приносить, Терпеливо объяснять заданья, На себя взять часть его забот, Отдавать ему свое вниманье Дни, недели, месяц или год... Если друг твой что-то, к сожаленью, Плохо сделал или же сказал, Надо честно, прямо, без сомненья Правду высказать ему в глаза. Может быть, понять он все не сможет, Может быть, обидится он вдруг, Все равно сказать ты правду должен, Ведь на то и нужен лучший друг. Дружба в радости и дружба в горе. Друг последнее всегда отдаст. Друг не тот, кто льстит, А тот, кто спорит, Тот, кто не обманет, не продаст. Дружба никогда границ не знает, Нет преград для дружбы никаких. Дружба на земле объединяет Всех детей — и белых, и цветных. Дружба — это если пишут дети Письма детям из другой страны. Дружба — это мир на всей планете Без сирот, без ужасов войны.*

 (Л. Измайлов)

*Упражнение «Круг друзей»*

 Ребята, а давайте сей­час покажем, какие мы все друж­ные! Сначала все встанем в боль­шой круг. Встаньте ближе друг к другу. Возьмитесь сначала за руки, за плечи, а теперь за талию. Попробуем ощутить нашу спло­ченность. Давайте вместе немного подвигаемся, покачаемся из сторо­ны в сторону. Мягко, осторожно, бе­режно. Чувствуете дружескую под­держку? У нас с вами получился тесный круг друзей! А кто может сказать, что друзья, когда собира­ются, могут делать вместе? («...рисовать, гулять, кататься на лы­жах, играть в игры...».

А теперь я предлагаем вам сыграть в игру которая называется «путаница»

*Игра «Путаница»*

Давайте встанем по­ближе друг к другу, образуем более тесный круг и все протянем руки к его центру. А теперь закройте глаза и по моей команде все одновременно возьмемся за руки и сделаем это так, чтобы в каждой руке каждого из нас оказалась чья-то одна рука. При этом постараемся не браться за руки с те­ми, кто стоит рядом с вами. Итак, да­вайте начнем. Раз, два, три.

(После того как ведущий убедит­ся, что все руки соединены попарно, он предлагает участникам группы «распутаться», не разнимая рук. Ведущий тоже принимает учас­тие в упражнении, но при этом активного влияния на «распуты­вание» не оказывает. Вовремя вы­полнения упражнения достаточно часто возникает идея невозможнос­ти решения поставленной задачи. В этом случае ведущий должен спо­койно сказать, что эта задача ре­шаемая и распутаться можно всег­да. Упражнение может завершить­ся одним из трех вариантов:

1.Все участники группы окажутся в одном кругу (при этом кто-то может стоять лицом в круг, кто-то спиной, это неважно, главное, чтобы все последовательно образовали круг).

2.Участники группы образуют два или больше независимых круга.

3.Участники группы образуют круги, которые соединены друг с другом, как звенья в цепочке.)

*Обсуждение*

Что нам помога­ло справиться с поставленной за­дачей? Что можно было бы делать иначе для того, чтобы быстрее рас­путаться?

*(В ходе обсуждения участники группы обычно приходят к мнению, что успешно решать такую зада­чу в ходе совместной деятельности помогает доброжелательное, береж­ное отношение друг к другу, забота о том, чтобы каждый чувствовал себя комфортно, постоянная ори­ентация в ситуации, учет мнения каждого, появление оригинальных идей).*

*Резюме «Что мы сегодня делали на занятии?»*

 Наше занятие под­ходит к концу, и настало время вспомнить, что мы вместе сегодня делали, что узнали нового. Кто пер­вый начнет? *(Далее ведущий делает паузу и ждет ответы участников, после их высказываний при необ­ходимости дополняет.)* Итак, се­годня мы вместе с вами подумали над тем, что такое дружба, нашли у себя качества, важные для умения дружить, составили вместе портрет настоящего друга, поиграли в игры для друзей и придумали перечень инте­ресных занятий для друзей.

*Заключительное обсуждение «Обратная связь по занятию»*

 А сейчас — заклю­чительное слово о том, что больше всего понравилось, было значимым на занятии. Мы будем говорить, по­очередно протягивая руки в центр круга. Когда все руки собрались в центре круга, говорим: «Вместе мы сила!» *(Ведущий благодарят участ­ников за активную работу и тоже говорит что-то о взаимодействии на занятии.)*