Корекційно – просвітницьке заняття для учнів 10 – 11 класів

***Підготувала: практичний психолог***

***Любомльської ЗОШ І-ІІІ ст. №3, Шишка Оксана***

Тема: Життєві цінності

*Мета: сприяти розвитку самосвідомості та усвідомленню учнями особистих цінностей як основи життєвого самовизначення.*

**Вступне слово психолога:**

У відомому творі Люіса Керола “Аліса в Задзеркаллі” є багато повчального. Важко навіть сказати, для кого ця книжка написана – для дорослих чи дітей. Напевне, кожен відповідно до свого віку знайде там щось цікаве і повчальне. Зараз, з огляду на тему заняття пригадується діалог між Алісою і Чеширським котом:

* Як мені іти? – запитала Аліса.
* *Це залежить від того, куди ти хочеш прийти*, – відповів Кіт.
* Я не знаю, куди мені треба прийти, - розгублено мовила Аліса.
* *Тоді тобі все одно, куди іти, - сказав Кіт.*

У нашому житті ми часто стикаємося з дилемами вибору: поведінки, рішення, діяльності чи дії тощо. Цей вибір буває нелегким через різноманітність можливих наслідків. Він ще більш утруднюється, якщо ми не маємо хоча б якихось орієнтирів. Тому для кожної людини особливе значення мають життєві цінності, які слугують певним дороговказом для нас у житті.

*Цінності – предмети і явища, або їх властивості, які мають певне значення для людини та задоволення її потреб.*

Поняття “цінність” має декілька значень. Одне з них – реальна вартість предмета у грошовому вираженні. Інше значення – значимість предмета для задоволення потреб людини.

**Цінність** – властивість чого-небудь задовольняти прагнення людини, що таким чином робить цей предмет цінним.

У широкому значенні розрізнюють матеріальні та духовні цінності.

*Психолог пропонує учням навести приклади того, що має цінність, але що не можна побачити або до чого не можна доторкнутись як до цінності.*

*(Відповіді можуть бути такі: любов, чесність, дружба, талант і т.п.)*

Саме духовні цінності складають систему ціннісних орієнтацій особистості.

Система ціннісних орієнтацій визначає змістовний бік спрямованості особистості й складає основу її ставлення до навколишнього світу, до інших людей, до себе самої, основу світогляду і ядро мотивації життєвої активності, основу життєвої концепції та "філософії життя".

**Вправа «Цінності»**

Мета: визначити пріоритетні цінності учнів.

Психолог роздає учням по 3 маленьких аркуші паперу і пропонує написати на кожному з них по одній з найбільш пріоритетних для них цінностей.

Після цього психолог просить віддати йому листочки, де написано одну з 3-х найбільш пріоритетних цінностей, яку, порівняно з іншими можна досить легко віддати.

Потім психолог просить учнів віддати йому ще один листочок з написаною цінністю, залишивши, таким чином, листочок, де написано найбільш значиму для них цінність.

На наступному етапі психолог пропонує учням назвати ту «цінність», що залишилися в них (відповіді записуються на ватмані чи дошці), і пояснити, чому вони залишили саме цю цінність.

*Запитання для обговорення:*

* Що ви відчували, коли психолог запропонував віддати листочок із написаною цінністю, а потім ще один?
* Яку інформацію для роздумів ви отримали, виконуючи цю вправу?
* Чому важливо в житті мати особисті цінності?
* Як ви вважаєте, під впливом чого формуються цінності? (Відповідь: сім'я, релігія, культура, друзі, засоби масової інформації і тощо).

**Вправа «Цінності в житті»**

Мета: формувати в учнів систему цілісного сприйняття цінностей.

Обладнання: скляна банка, великі камінці, галька, пісок.

Психолог заповнює банку великими камінцями і запитує в учнів чи вона повна.

Уявіть, що банка – це ваше життя. Великі камені – важливі речі: сім’я, здоров’я, друзі і т. д. Якби все інше було втрачено, і тільки вони залишились, ваше життя було б усе ще повним.

Галька – речі, які також мають значення, подібно до дому, роботи, захоплення і т. д. Пісок – усе інше, дрібниці життя. Якщо ви спочатку насипете в банку пісок, то не буде місця для гальки і каменів.

Так само і в житті. Коли витрачаєте весь час та енергію на дрібниці, у вас ніколи не буде місця для важливих речей.

Зверніть увагу на речі, які є необхідними для вашого щастя. Піклуйтеся спочатку про «камені», це важливо. Решта – «пісок».

**Вправа «Мій герб»**

Мета: актуалізація знань про себе, вмінь самопрезентації та самоаналізу.

Обладнання: папір, кольорові олівці.

Кожен учасник має намалювати свій герб, враховуючи при цьому свої життєві позиції та цінності і презентувати іншим учасникам.

* Чи змінюються з часом цінності? (Деякі цінності є базовими, центральними; і вони практично не змінюються упродовж життя, інші ж цінності будуть трансформуватися).

*Зміни, які відбуваються в сучасному світі, висунули на перший план такі цінності:*

* *цінність повноти життя;*
* *розвиток особистості;*
* *незалежність;*
* *цінність саморозвитку, реалізації внутрішніх можливостей;*

*- відчуття радості, повноти життя.*

**Як ви вважаєте, цінності впливають на поведінку людей, їхнє життя?** (Цінності визначають ті мотиви, якими особистість керується в своїй поведінці стосовно себе та інших).

* Яке значення має усвідомлення особистих цінностей для життєвого самовизначення?

До уваги психолога: *Під час обговорення необхідно звернути увагу учнів на те, що цінності є важливою складовою поведінки. Вони розкривають сутнісні характеристики людини, є неповторними та унікальними, як і кожна особистість.*

*Не пізнавши своїх цінностей, людина не зможе визначити пріоритети, чітко сформулювати цілі своєї діяльності й усього свого життя. Усвідомлення власних цінностей дозволяє людині по-новому подивитися на себе й оточуючих і реалізувати власний творчий потенціал.*

Вправа “Цінності та поведінка”

Мета: пояснити учням, що цінності допомагають людям самовизначитись, сформувати свою поведінку.

Наприклад:

Людина, **яка цінує сім'ю**, піклується про дружину, дітей, дім.

Людина**, яка любить мистецтво**, намагається оточити себе творами мистецтва.

*Людина,* яка цінує здоров'я*,* дбатиме про своє здоров’я: буде дотримуватись здорової дієти, регулярно займатися фізкультурою, не дозволить собі палити, вживати наркотики*.*

*Запитання для обговорення:*

* Чи важливо аналізувати свою поведінку і співвідносити її з особистими цінностями ? Чому?
* Чи завжди ваша реальна поведінка відповідає вашим цінностям?

Нажаль «НІ».

**Далі психолог пропонує учням продовжити речення: „*Іноді люди (підлітки) поводяться в супереч цінностям, тому що ...”***

*Запитання для обговорення:*

* Що примушує людей поводитися врозріз з цінностями? (можлива відповідь: люди хочуть спробувати чогось нового; тиск із боку однолітків; привернути увагу інших і т. п.).
* Чи легко відстоювати свої цінності, якщо друзі з ними не згодні?
* Що відбувається, коли ваша поведінка йде врозріз із цінностями батьків? (можлива відповідь: конфлікти; підлітки починають обманювати батьків; уникають відкритого обговорення будь-яких речей і т. п.).
* Що примушує людей поводитися відповідно до їхніх цінностей? Наведіть приклад (можлива відповідь: приємно слідувати своїм переконанням; заохочення з боку батьків і дорослих і т. п.)

Якщо Ваші цінності і поведінка відрізняються, що необхідно переглянути: цінності чи поведінку?

***Підведіть підсумки з питання взаємодії цінностей і поведінки, відмітивши наступне:***

* ***Люди поводяться у відповідності зі своїми цінностями і не роблять речей, врозріз зі своїми цінностями.***
* ***Люди захищають свої цінності.***
* ***Люди відчувають себе винними, коли поводяться врозріз зі своїми цінностями.***
* ***Люди приймають рішення на основі своїх цінностей.***

**Підведення підсумків**

Учні дають відповіді на запитання :

**Які знання, навички вони отримали? Чи знадобляться вони їм у житті ? Яким чином?**

Учні продовжують фразу: « На сьогоднішньому занятті мені…., тому, що…»