виховний захід

«ІНТЕГРАЦІЯ ГРУПИ. РОЗВИТОК САМООЦІНКИ ТА ВІДПОВІДАЛЬНОСТІ»

для учнів 7-а класу

КЗ «ХСШ№11»

З досвіду роботи

вчителя іноземної мови

класного керівника 7-А класу

КЗ «ХСШ№11»

Скляр О.О.

За участю шкільного психолога

Спиця-Орищенко Н.А

Дата проведення: 24.09.15

м. Харків

**КЛАС:** 7-А

**ТРИВАЛІСТЬ:** 2 год. 20 хв.

**КІЛЬКІСТЬ УЧНІВ:** 29 осіб.

**МЕТА:**

*інтегрувати групу, розвивати емпатію, вміння працювати в команді;*

*підвищувати рівень самооцінки, взаємоповаги та довіри один до одного та до себе самого;*

*активізувати творче мислення;*

*формувати впевненість у собі та віру в успіх.*

**МЕТОДИ РОБОТИ:**

індивідуальна робота;

робота в групах;

дискусія;

мозковий штурм;

бесіда.

**ОБЛАДНАННЯ:**стікери у вигляді насінин, плакат «Зелена галявина»; аркуші паперу формату А4, маркери, фломастери, кольорові олівці; стікери у вигляді різнокольорових квіточок.

**ХІД ЗАНЯТТЯ**

**ЧАСТИНА 1. «ЕМПАТІЯ»**

***1. Повідомлення теми, мети та завдань тренінгу***

***2. Знайомство. Вправа «Я – квітка»***

Тренер пропонує кожному учасникові назвати своє ім’я і квітку, з якою він асоціює себе у професійній діяльності. Наприклад: «Мене звати Аліса(ім’я змінено), у своїй професійній діяльності я асоціюю себе із квіткою-астрою, тому що …».

***3. Вправа «Виявляємо очікування»***

Учасникам групи на стікерах у вигляді насінин необхідно записати свої очікування щодо подальшої роботи в групі. Потім учасники почергово презентують очікування та приклеюють «насіннячко» на плакаті «Зелена галявина» на місці зображення «ґрунту», так ніби діти посіяли свої «зернята»-очікування» для їхнього проростання.

***4. Формулювання правил роботи в групі***

*Інструкція:*для того, щоб досягти гармонії в роботі, необхідно виробити правила, якими будуть керуватись учасники. Група встановлює правила ефективної взаємодії, відповідаючи на запитання: «Що потрібно зробити для того, щоб робота в групі була ефективною?». Тренер записує пропозиції на дошці, після цього учасники обговорюють кожне правило.

*Орієнтовними правилами роботи в групі можуть бути правила, представлені в Додатку 1.*

***5. Презентація «Я в променях сонця»*** (дляформування відчуття внутрішньої стійкості, гармонії та довіри до самого себе).

Кожен учасник протягом 2-3 хвилин на аркуші паперу малює сонце. В центрі кола учасник записує власне ім’я (можна записати займенник «Я»), а на променях – свої сильні сторони, або те, що любить, цінує і приймає в собі, або ті якості, які дають відчуття внутрішньої впевненості і довіри до себе в різних ситуаціях.

Кожен презентує своє «Сонечко».

*Обговорення:*

* *З якою метою проведено цю вправу?*
* *Які емоції виникали у вас під час презентації себе самого?*

***6. Вправа «Мій дракон, мої недоліки»***

Тренер розповідає учасникам про те, що в кожного є «свій дракон» – це наші недоліки, які заважають нам жити, але з якими ми часто примирюємося.

Учасникам треба намалювати «свого дракона» і назвати його в цілому і кожну голову окремо. Після виконання завдання учасники придумують історію про те, як вони переможуть своїх драконів. Охочі можуть об'єднуватися в групи і придумувати загальну історію, але і драконів, і героїв має бути стільки ж, скільки членів групи. Для написання «історії» відводимо до 20 хвилин. Потім охочі розповідають або показують свої історії.

*Обговорення:*

* *Чи складно було створювати власного «дракона» – визначати свої негативні сторони характеру?*
* *Що було складніше: просто назвати**негативні риси чи створити**історію?*
* *Опишіть свої відчуття, що виникали під час роботи.*

***7. Вправа «Зоряна карта» на розвиток позитивної «Я»- концепції***

1) Кожному учасникові потрібно в центрі аркуша намалювати сонце і в центрі сонячного кола написати велику букву «Я». Потім від цього «Я» – центру Всесвіту – намалювати лінії до зірок і планет:

* моє улюблене заняття;
* мій улюблений колір;
* моя улюблена тварина, гра, одяг, музика;
* мій улюблений звук, запах;
* моя улюблена пора року;
* що я найбільше люблю робити;
* місце, де я найбільше люблю бувати;
* мій улюблений співак чи група;
* мої улюблені герої;
* я відчуваю в себе здібності до ...;
* людина, від якої я в захопленні;
* найкраще я вмію;
* я знаю, що зможу;
* я впевнений в собі, тому що...

2) Учасники в хаотичному порядку шукають відповіді на запитання, що збігаються, на аркушах інших дітей, якщо такі знаходяться, обоє учасників їх підкреслюють.

Так визначаються пари, тріади, чи міні-групки учасників, у яких є спільні інтереси, погляди чи вподобання.

*Висновок:* тренер звертає увагу на те, що «зоряна карта» кожного – це унікальність їхньої особистості, можливостей, уподобань, це те, що робить кожного особливою індивідуальністю. Але слід зазначити, що чимало людей мають спільні інтереси – і це їх об’єднує.

**8. Гра-розминка «Поміняйтесь місцями ті, хто …»**

*Інструкція:*Учасники стоять/сидять у колі, одна особа – в центрі. Ведучий пропонує помінятися місцями тим, хто володіє спільною ознакою. Наприклад: «поміняйтеся місцями ті, хто народився весною…». При цьому той, хто стоїть у центрі кола, повинен встигнути зайняти звільнене місце, а той учасник, який не встиг, далі продовжує гру в центрі.

*Обговорення:*

* *Як ви себе почуваєте?*
* *Чи змінився ваш настрій?*
* *Чи правда, що у вас більше спільного, ніж різного?*
* *Чому ми різні? Це сильна чи слабка ланка нашого гурту?*

***ЧАСТИНА 2. «ВІДПОВІДАЛЬНІСТЬ»***

1. ***Мозковий штурм «Що таке відповідальність?»***

Тренер записує всі думки учасників, після закінчення пропозицій відбувається колективне обговорення та аналіз.

***2. Інформаційне повідомлення тренера «Види відповідальності»***

«Відповідальність – це визнання себе автором якогось учинку і прийняття на себе його наслідків.

На думку французького професора філософії Дідьє Жюліа, існує відповідальність людини за себе, за інших та за ухвалення іншими певних рішень. Відповідальність за себе можна проілюструвати притчею «Полководець та пироги»:

«Один полководець програв битву і переховувався в хатині лісника. Дружина лісника попросила полководця приглянути за пирогами, які вона поставила в піч. Полководець задумався про своє горе, поразку, забув про доручення жінки, і пироги згоріли. Тоді полководець подумав про те, що кожному треба займатися своєю справою, діяти й ухвалювати рішення. Діяти, а не плисти за течією подій».

Відповідальність за інших проілюстровано в «Маленькому принці» Антуана де Сент-Екзюпері, коли при зустрічі з Маленьким Принцом Лис сказав відому і таку актуальну на сьогодні фразу: «Ми відповідальні за тих, кого приручили».

Людина несе відповідальність за вчинок, здійснений свідомо і саме нею, здійснений свідомо, але не обов’язково саме нею, здійснений нею, хоча вона цього і не бажала, вчинок, здійснений не нею власноруч і поза її бажанням, але від неї залежала можливість уникнути здійснення цього вчинку.

Відповідальність може виявлятися на трьох рівнях:

* раціональному, коли людина вважає себе відповідальною,
* емоційному, коли людина відчуває себе відповідальною,
* вольовому, коли особа діє з позиції відповідальної людини.

Тренер пропонує учасникам виконати таку вправу.

***3. Самодіагностика «Ступінь відповідальності»***

*Інструкція:* учасникам запропоновано представити у вигляді діаграми та різними кольорами рівень відповідальності за 10-бальною шкалою, даючи відповіді на такі твердження:

Уважаю відповідальною/-им за свої позитивні оцінки в школі:

* себе;
* своїх близьких, друзів, батьків;
* учителів.

Уважаю відповідальною/-им за свої негативні оцінки в школі:

* себе;
* своїх близьких, друзів, батьків;
* учителів.

*Обговорення:*

* + *З яким кольором у вас асоціюється відповідальність?*
  + *Чому, на вашу думку, навіть згадка про відповідальність створює у людей відчуття чогось складного, важкого і небажаного?*
  + *Які висновки Ви зробили на основі цієї вправи?*

***4.* Ауторелаксація: «Ліс».**

*Інструкція:* Закрийте очі. Зручно сядьте, покладіть руки на коліна долонями догори. Уявіть собі ліс. Я люблю бувати у ньому. Свіже повітря, лісова прохолода завжди приваблювали мене. Дорога не стомлює мене, а, навпаки, надає впевненості та сили. Ось він, мій улюблений ліс! Усі стежинки в ньому знайомі. Ось ця веде до березового гаю. Я направляюся туди. Дихається легко, рівно, глибоко...Я заходжу до березового гаю й уявляю собі, що я не людина, а рослини у цьому гаю: Я – трава, Я – ромашка, Я – білий гриб, Я – шишка на гілці, Я – берізка, Я – кульбаба, Я – велика сосна. Свіже повітря пронизує все навкруги. Дихається легко, рівно, глибоко. Натішившись лісовою прохолодою і тишею, я повертаюся додому.

***5****.* ***Вправа «Незакінчені речення»***

Тренер пропонує записати в робочих зошитах продовження речень:

*1*. *Бути відповідальним для мене означає…*

*2. Безвідповідальні люди – це…*

*3. Свою відповідальність стосовно інших людей виявляю через…*

*4. Найважче для мене – це відповідати за…*

*6. Відповідальну людину я впізнаю за…*

*7. Чим сильніша моя відповідальність, тим більше я…*

*8. Я б побоялась /-вся нести відповідальність за…*

*9. Бути відповідальним стосовно себе – це…*

*10. Я несу відповідальність за…*

2) Учасники почергово зачитують продовжені ними речення та аргументують їх.

*Обговорення:*

* *Чи виявилося складним завдання? У чому виявлялися труднощі?*
* *Які емоції, думки виникали під час виконання вправи?*

***7. Міні-дискусія «Формула відповідальності» у малих групах***

1) Тренер пропонує учасникам взяти участь у дискусії з приводу таких тверджень:

* Відповідальність – це можливість зробити так, як хочеш сам.
* Відповідальність – це передумова життєвого успіху.

2) Після дискусії учасники одержують ***завдання***: представити власне розуміння відповідальності формулою. У ній можуть бути використані різні символи: вербальні, геометричні фігури, хімічні, фізичні, математичні тощо. Усі складові формули мають бути пояснені, як і загальне розуміння відповідальності, виходячи із зазначеної формули.

3) Представники всіх груп представляють формули відповідальності та інтерпретують їх.

*Обговорення:*

* *Який етап вправи для вас виявився найскладнішим?*
* *Ваші враження від проведеної вправи.*

***8. Вправа «Чи справдилися наші очікування»***

Учасникам групи запропоновано на стікерах у формі різнокольорових квіточок записати, наскільки реалізувалися їхні очікування, презентувати та приклеїти на плакаті «Зелена галявина».

Тренер аналізує ступінь реалізації очікувань на початку заняття і в кінці.

***9. Підсумок заняття. Церемонія «Вдячності»***

Тренер пропонує завершити заняття такою церемонією. Всі члени групи, вільно пересуваючись в аудиторії, підходять один до одного, промовляючи «Дякую тобі за те, що ти…» та називаючи найкращі якості партнера.

Потім всі разом голосно промовляють фразу «Дякуємо!» та аплодують.

**Додаток 1**

**Правила роботи в групі**

* **Спілкування на основі довіри.** Важливо, щоб учасники максимально довіряли один одному. Створення атмосфери довіри можна почати з пропозиції прийняти єдину форму звертання один до одного на «ти». Це психологічно ставить усіх в рівні позиції, зокрема й тренера, незалежно від віку, соціального статусу, життєвого досвіду т. д.
* **Спілкування за принципом «тут і тепер».** Під час заняття аналізуються ті процеси, думки, емоції, відчуття, які виявляються під час занять, тим самим забороняють обговорювати ситуації минулого та проектувати їх на майбутнє. Дане правило дозволить кожному учасникові сконцентруватись на власних емоціях, думках, розвинути навички самоаналізу. Важливо вміти говорити про свої актуальні відчуття і думки. Розвинена рефлексія допомагає людині бути самокритичною, краще пізнавати себе і власні особливості, а також розуміти стани інших членів тренінгової групи. Тому під час занять усі говорять лише про те, що турбує їх саме зараз, і обговорюють те, що відбувається з ними у групі.
* **«Я-висловлювання».** Для відвертого спілкування під час занять варто відмовитися від безособового мовлення, яке допомагає приховувати власну позицію і, тим самим, уникати її усвідомлення. Тому ми замінюємо висловлювання типу: «Більшість людей вважає, що... — на таке: «Я вважаю, що...» тощо. Це передбачає відмову від безадресних суджень про інших.
* **Бути щирим у спілкуванні.** Учасники групи намагаються говорити лише про те, що відбувається у групі. Якщо немає бажання висловитись щиро і відверто, краще промовчати. Це правило означає відверте висловлювання своїх почуттів стосовно дій інших учасників і самого себе. Той, хто дає оцінку, повинен виявити толерантність до іншого.
* **Конфіденційність.** Усе, що відбувається під час занять, в жодному разі не розголошується. Ми впевнені в тому, що ніхто не розповість про переживання людини, про те, чим вона поділилась. Це допомагає нам бути щирими, сприяє саморозкриттю. Ми довіряємо один одному і групі в цілому.
* **Бути активним та нести відповідальність за результати роботи у групі.** Це норма поведінки, відповідно до якої ми постійно залучені до роботи. Активно дивимось, слухаємо, відчуваємо партнера і колектив в цілому. Потрібно пам'ятати, що ефективність роботи тренінгової групи залежить від внеску кожного її члена та необхідності працювати не тільки для себе, на вирішення власних проблем, а й на інших, так як допомога іншому є спосіб пізнати себе.
* **Правило «СТОП!» Той член групи, який не бажає відповідати на будь-яке запитання, брати участь у будь-якій грі,** процедурі з причини небажання бути щирим або з причини неготовності до відвертості, має право сказати "Стоп!" і вийти з процедури. Проте це правило бажано використовувати рідко, оскільки воно обмежує людину в пізнанні себе.
* **Повага до того, хто говорить**. Коли висловлюється хтось із учасників, ми його уважно слухаємо, даючи можливість сказати те, що він бажає. Не критикуємо і визнаємо право на висловлення своєї думки. Правило передбачає неможливість переривати того, хто говорить, і регламент на виступ.
* **Недопустимість безпосередніх оцінок людини**. Під час обговорення того, що відбувається, ми оцінюємо не учасника, а лише його дії і поведінку. Ми не використовуємо висловлювання типу: «Ти мені не подобаєшся», а говоримо: «Мені не подобається твоя манера спілкування».