

ТОГБОУ «Инжавинская школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»

**Психологическое занятие с подростками
«Позитивные жизненные установки»**

Провела педагог-психолог: Солодова В.Н.

2023 год

Цель: Формирование у воспитанника позитивных жизненных установок

1. Сказка о счастье.

На свете жил один король,

Богатый и могучий.

Всегда грустил он. И порой

Бывал мрачнее тучи.

Гулял он, спал, обедал,

А счастья он не ведал!

Но вечно хныкать и тужить

Бедняге надоело.

Вскричал король: «Нельзя так жить!»

И с трона спрыгнул смело.

Да вмиг порушить свой удел

Не в королевской власти!

И вот король в карету сел —

И покатил за счастьем.

Король в окошечко глядит,

Карета быстро катится.

Постой-ка, кто там на пути?

Девчонка в драном платье.

— О, всемогущий мой король,

Подать хоть грошик мне изволь.

— Эй, попрошайка, пропусти

Скорей мою карету.

Сойди немедленно с пути,

Ведь я за счастьем еду! —

Сказал король и укатил.

А в синем небе месяц стыл...

Карета мчится наугад

Бог весть в какую сторону.

Вдруг на пути стоит солдат,
Израненный, оборванный.
— О, мой король, — вскричал солдат, —
Тебя я видеть очень рад!
Прошу покорнейше: устрой
Меня ты в услуженье,
Я за тебя стоял горой,
Я, право, бился, как герой,
Я выиграл сражение.
— А ну, служивый, пропусти
Скорей мою карету.
Сойди немедленно с пути,
Ведь я за счастьем еду! —
Сказал король и укатил.
А в синем небе месяц стыл...
Карета мчит во весь опор,
Конь скачет, что есть духу.
Вдруг на дорогу вышла с гор
Сутулая старуха.
— Прости, любезный мой король,
Старуху одинокую.
Мой дом — вон, видишь, за горой,
С утра ушла далёко я.
Ношу из леса я дрова —
Тяжелая работа.
Гляжу вокруг, едва жива:
А вдруг поможет кто-то...
— А ну, старуха, пропусти
Скорей мою карету
Сойди немедленно с пути,

Ведь я за счастьем еду! —
Сказал король и укатил,
А в синем небе месяц стыл...
Вот лето кончилось. Жара
Сменяется ненастьем.
Король торопит:
— В путь пора,
Еще немного — и ура!
Свое настигну счастье!
И все бы кончилось бедой —
Сомненья в этом нету,
Да старец с белой бородой
Остановил карту.
Перекрестившись, не спеша,
Торжественно и строго
Сказал: — Заблудшая душа,
Король, побойся Бога!
Ты ищешь счастья для себя,
Ты странствуешь по свету.
Но, только ближнего любя,
Найдешь ты счастье это.
Скорей послушайся меня:
Обратно разверни коня,
Дитя согрей и накорми,
Солдата в сторожа найми,
Все это сделай, но сперва
Старушке ты поможешь:
Из дома довезешь дрова,
Распилишь и уложишь...
Тут вышла полная луна.

И осветила путь она.

Нелегкий путь, обратный путь.

Путь к счастью, не куда-нибудь.

Король поныне во дворце

Всем людям помогает.

И счастье на его лице,

Как ясный день, сияет!

Вопросы к подростку:

Как бы ты назвал поведение короля в начале истории? Как ты думаешь, почему изменился король? Всегда ли в жизни происходят такие изменения? Чему учит сказка?

Вывод. Человек должен стремиться к тому, чтобы изменить себя в лучшую сторону, жить в мире с собой. Единственная настоящая ошибка — не исправлять своих прошлых ошибок.

2. Упражнение «Комплимент»

Передать мячик психологу и сказать при этом комплимент, отметив какое-то положительное качество. Получивший комплимент должен поблагодарить.

3. Китайская притча «Ладная семья»

Жила-была на свете семья. Она была не простая. Более ста человек насчитывалось в этой семье. И занимала она целое село. Так и жили всей семьей и всем селом. Вы скажете: ну и что, мало ли больших семейств на свете. Но дело в том, что семья была особая — мир и лад царили в той семье и, стало быть, на селе. Ни ссор, ни ругани, ни, боже упаси, драк и раздоров. Дошел слух об этой семье до самого владыки страны. И он решил проверить, правду ли молвят люди. Прибыл он в село, и душа его возрадовалась: кругом чистота, красота, достаток и мир. Хорошо детям, спокойно старикам. Удивился владыка. Решил узнать, как жители села добились такого лада. Пришел к главе семьи: расскажи, мол, как ты добиваешься такого мира и согласия в твоей семье. Тот взял лист бумаги и стал что-то писать, писал долго, видно, не очень был силен в грамоте. Затем передал лист владыке. Тот взял бумагу и стал разбирать каракули старика. Разобрал с трудом и удивился. Три слова были начертаны на бумаге: «Любовь, прощение, терпение». И в конце листа: сто раз

любовь, сто раз прощение, сто раз терпение. Прочел владыка, почесал, как водится, за ухом и спросил:

— И все?

— Да, — ответил старик, — это и есть основа жизни всякой хорошей семьи.

И, подумав, добавил:

— И мира тоже.

Вывод. Группа— это маленькая семья. И хотелось бы, чтобы в нашей семье всегда царили доброта, уважение, взаимопонимание, не было ни ссор, ни ругани. А что же для этого нужно?

4. Упражнение «Поляна позитива»

Ребёнку выдаётся альбомный лист с нарисованным деревом посередине. В кроне дерева ярко написано имя подростка. Воспитаннику дается задание с помощью красок заселить поляну вокруг своего дерева любимыми вещами, предметами, людьми в виде цветов, грибков, ягод и прочих атрибутов леса.

Выставка рисунков. Мотивация на позитив.

5. Заключение

Психолог: Жизнь — яркая поляна, которая полна любви и радости. Но и над ней идут дожди, гремят грозы, на нее могут напасть вредители зеленых насаждений и цветов, могут полыхнуть лесные пожары. Но жизнь на поляне все равно продолжается: распрямляются прижатые ураганом к земле цветы, на месте сломанных деревьев поднимается молодая поросль, на пепелище быстро появляется зелень. И у вас есть своя поляна жизни. Пусть она будет наполнена позитивом! (Звучит песня «Мой мир» в исполнении Кристины Орбакайте.)