

**Тема:** О дружбе и добре. Их истинное значение.

**Контингент слушателей:** учащиеся 8 – 11 классов.

**Продолжительность:** 45 минут.

**Место и время проведения:** учебное помещение, класс, актовый зал.

**Цель проведения:** Помочь слушателям разобраться в глубинном смысловом значении чувств «дружба» и «добро». Их симбиотическая взаимосвязь в человеческих отношениях.

**Задачи:**

1. Сформировать доверительную атмосферу общения в классе путем представления ведущего, темы и причин, по которым избрана эта тема.
2. Актуализировать тему путем раскрытия основополагающих смысловых нагрузок слов «дружба» и «добро».
3. Раскрыть понятия антиподов «дружба – рыночные отношения» и «добро – зло». А так же, что такое «чувство значимости» и «чувство собственной значительности».
4. В заключение предложить ответить на вопросы по вышеозначенной теме лекции.

**Тезисы:**

 - Пути развития дружеских отношений между людьми; гендерные отношения. Примеры и общая характеристика. Общность и различия.

 - Понятия дружбы и добра в разных слоях социума.

 - Взаимосвязь вышеозначенных процессов в жизненных ситуациях. Восприятие через чувства: значимости и значительности. В чем их различие.

 - Практические примеры жизненных эпизодов, включающих в себя рассматриваемые аспекты.

 - Практические рекомендации слушающим по заданной теме.

**Использованная литература:**

1. Б.Д.Парыгин «Анатомия общения» (учеб. пособие)С.-П.-б.,1999г.;
2. Кэрролл Э.Изард «Психология эмоций», изд.ПИТЕР, 2000г.;
3. Пол Экман «Психология лжи», изд.ПИТЕР,2000г.;
4. Александр Лоуэн «Психология тела», ИОИ Москва, 2010г.
5. СьюзанКвиллиам «Тайный язык жеста и взгляда», Москва, «Ниола-Пресс», 1998г.

Сегодня мы поговорим о дружбе. Говорят, что дружба – это любовь без крыльев, что как бы ни была редка истинная любовь, истинная дружба встречается еще реже. А что для вас значит это слово? Какое значение вы придаете дружбе? Дружба – это дар, данный человеку. Поэтому каждый из нас не только должен ценить истинных друзей, но и самому нужно стать хорошим другом.

 С чего начинается дружба? Конечно, с улыбки, но не только. Многое зависит и от того, насколько человек общителен, чтобы без застенчивости, смело завести разговор первым.

 Некоторые люди это проделывают свободно без участия и помощи других лиц. Достаточно нескольких фраз: «Привет, как тебя зовут? Я – Лиза». Вот и все, знакомство состоялось и люди, минуту назад незнакомые друг другу, начинают общаться. А некоторые люди очень застенчивые, и ни за что не сделают первый шаг самостоятельно. В основном такое поведение определено особенностями психики человека.

 Люди, которые не могут подолгу находиться в одиночестве, не знают проблем с общением и заведением новых знакомств. Им постоянно нужен коллектив. Другие же, наоборот, комфортней себя чувствуют, когда находятся одни в комнате или прогуливаются по улицам, наблюдая за остальными. Таких людей называют «человек дождя». У них ярко выражена тяга к аутентичности. Им комфортно с самим собой и сложно сделать шаг к общению, они с опаской относятся к незнакомым.

Есть такая притча о дружбе:

Как-то два друга много дней шли в пустыне. Однажды они поспорили, и один из них сгоряча дал пощёчину другому. Его друг, почувствовал боль, но ничего не сказал. Молча, он написал на песке: «Сегодня мой самый лучший друг дал мне пощёчину».
Друзья продолжали идти, и через много дней нашли оазис с озером, в котором они решили искупаться. Тот, который получил пощёчину, едва не утонул и его друг его спас. Когда он пришёл в себя, то высек на камне: «Сегодня мой самый лучший друг спас мне жизнь».

Первый спросил его: – Когда я тебя обидел, ты написал на песке, а теперь ты пишешь на камне. Почему? И друг ответил:
– Когда кто-либо нас обижает, мы должны написать это на песке, чтобы ветры могли стереть это. Но когда кто-либо делает что-либо хорошее, мы должны высечь это на камне, чтобы никакой ветер не мог бы стереть это.
Научись писать обиды на песке и высекать радости на камне. Оставь немного времени для жизни! И пусть тебе будет легко и светло...

Есть ли у вас настоящие друзья? А вы можете назвать себя хорошим другом? Чтобы ответить на этот вопрос, выполним небольшой тест.

**Выполнение теста и анализ его результатов.**

Тест «Хороший ли ты друг»

1. **Вы собрались в кино, но вдруг выясняется, что у твоей подруги (друга) нет денег на билет. Как ты поступишь?**

А)Пойдешь в кино одна (один).
Б)Одолжишь подруге (другу) денег.
B) Найдешь богатенького приятеля, который мог бы сводить вас в кино.

2. **Ты хочешь пригласить подругу (друга) вместе провести вечер, но она (он) уже обещал (а) своей маме сделать уборку. Как ты поступишь?**

А) Проведешь вечер одна (один).
Б) Поможешь ей (ему). Чем быстрее вы закончите работу, тем больше времени останется на веселье.
В) Позвонишь другой (-ому) подружке (другу).

3.**Ты идешь по улице и вдруг видишь, что шайка хулиганов пристает к твоей подруге (другу). Как ты поступишь?**

А) Сделаешь вид, что ты их не замечаешь, и поспешишь скрыться.
Б) Бросишься на помощь подруге (другу).
В) Расскажешь об этом ее (его) отцу, когда увидишь его.

4. **Вы с классом поехали на экскурсию. Вдруг одна из твоих подруг (один из твоих друзей) обнаруживает, что не взял (а) с собой еды. Как ты поступишь?**

А) Скажешь ей (ему), чтобы в следующий раз он(а) лучше собиралась в поездку.
Б) Поделишься с ней (с ним) своим обедом.
В) Скажешь об этом учителю, чтобы он что-нибудь придумал.

– Итак, подведем итог.

**Больше ответов А:**

Возможно, настало время сесть и подумать, почему никто не помогает тебе в трудных ситуациях. Настоящая дружба предполагает взаимную помощь и поддержку. Покажи своим друзьям, что ты в любую секунду готов(а) прийти им на помощь.

**Больше ответов Б:**

Ты замечательный друг! На тебя можно положиться в трудную минуту. Таких как ты интересные события и приключения с друзьями ждут на каждом шагу. Самое главное – твои друзья знают, что всегда могут положиться на тебя!

**Больше ответов В:**

Ты беспокоишься о своих друзьях, особенно когда они оказываются в сложной ситуации, но дружба – это не только приятное времяпрепровождение. Твои друзья должны быть уверены, что всегда могут рассчитывать на твою помощь. У тебя большие задатки. Чтобы стать настоящим другом, подумай о том, как их реализовать.

 Какие качества и навыки потребуются для того, чтобы постоянно поддерживать теплые отношения? Этот вопрос поставили перед собой английские психологи. Они составили опросник и опросили англичан, итальянцев, жителей Гонгонга и японцев в возрасте от 18 до 60 на тему: «Что вы считаете самым важным для дружбы?». Всего получилось 43 общих правила. Выяснилось, что при всех межкультурных различиях все опрошенные имеют сходный неформальный кодекс дружбы (авторы исследования утверждают, что эти законы универсальны для любой культуры).

**Кодекс дружбы**

Если хочешь быть хорошим и верным другом:

Делись своими успехами, неудачами и новостями.

Умей слушать.

Оказывай другу эмоциональную помощь и поддержку.

Доверяй другу и будь уверенным в нем.

Сохраняй тайны своего друга.

Перестань критиковать друга публично.

7. Перестань вмешиваться в его личную жизнь и поучать.

Говори хорошо о друге в его отсутствие.

Прекрати ревновать друга к другим его друзьям.

Уважай внутренний мир и чувства своего друга.

Возвращай долги.

Радуйся успехам своего друга.



А напоследок я расскажу вам еще одну притчу:

Жил-был юноша с плохим характером. Отец дал ему полный мешок гвоздей и сказал: «Забивай один гвоздь в ворота сада каждый раз, когда потеряешь терпение или поругаешься с кем-либо».
В первый день он забил 37 гвоздей в ворота сада.
В последующие недели научился контролировать количество забитых гвоздей, уменьшая его изо дня в день.Понял, что проще контролировать себя, чем забивать гвозди. Наконец, наступил тот день, когда юноша не забил ни одного гвоздя в ворота сада.
 Он пришел к отцу и сказал ему эту новость. Тогда отец сказал юноше: «Вынимай один гвоздь из ворот каждый раз, когда не потеряешьтерпения».
Наконец, наступил тот день, когда юноша смог сказать отцу, что вытащил все гвозди. Отец подвел сына к садовым воротам:
«Сын, ты прекрасно себя вел, но посмотри, сколько дырок осталось на воротах! Никогда они уже не будут такими как раньше.
Когда ты с кем-то ругаешься и говоришь ему неприятные вещи,
ты оставляешь ему раны как те, что на воротах.
Можешь вонзить в человека нож и потом вытащить его,
Но всегда останется рана. И будет не важно, сколько раз ты попросишь прощения. Рана останется. Рана, принесенная словами, причиняет ту же боль, что и физическая. Друзья– это редкоебогатство!
Они заставляют тебя улыбнуться и подбадривают.
Они готовы всегда выслушать тебя. Они поддерживают и открывают тебе свое сердце. Покажи своим друзьям, как они тебе дороги.»

 А теперь поговорим о доброте.

 Зачем человеку нужна доброта? «Пусть никто и никогда не придёт к вам, не уходя лучше и счастливее. Живите выражением божественной доброты: доброты в вашем лице, доброты в ваших глазах, доброты в вашей улыбке». Так говорила мудрая женщина – мать Тереза. Когда-то в детстве мы воспитывались на сказках, в которых добро всегда побеждало зло. Мы были уверены в том, что в жизни всё точно так же. Но подрастая, начинали понимать, что бывает и наоборот. И не всегда только добро приносит благо. Обманув родителей (потеряли деньги на питание), мы получали возможность купить себе что-нибудь вкусное. Большие ребята с помощью силы отбирали велосипеды у маленьких и катались весь вечер в своё удовольствие. Даже взрослые втихаря приносили что-то с работы, и мы знали, что таким образом семья экономит деньги, которые потратит потом на какие-то покупки... Все прекрасно понимали, каким словом называются такие поступки, понимали, что они далеко не добрые, но не обращали на это внимания, ведь всем было выгодно.

 Когда же люди начинают задумываться над вопросом: что в моей жизни главное – добро или зло? По каким принципам я должен прожить свою жизнь? На какие убеждения опираться, чтобы чувствовать себя счастливым и довольным жизнью? В основном, в нас всё закладывается в детстве. И дело даже не в том, что мы слышим от родителей и учителей – дети учатся на личном примере взрослых. Когда, уже став взрослыми, мы попадаем в беду и получаем совершенно бескорыстную помощь, тогда и задумываемся. Тогда и понимаем, насколько ценна доброта по сравнению с другими человеческими качествами.

 Делая добро, человек получает какую-то внутреннюю радость, удовольствие от этого. Существует высказывание, что «Доброта имеет физиологическое основание:

 – физиологическая потребность организма в гормоне радости, который вырабатывается только при виде радости человека, которому ты дал часть себя;

 – физиологическая потребность отдать эту часть... часть своей молодой силы, часть своей добытой кровью мудрости, даже часть своих трудных денег;

 – физиологическая зависимость от этого вещества в крови; – отдать часть, отпочковаться, размножиться, инстинктивно продлить свою жизнь в других». Отсюда можно сделать вывод, что у некоторых людей, склонных ко злу, отсутствует потребность в гормоне доброты. Но не только физиологически можно объяснить стремление делать добро. Скорее всего – это состояние души. Многие люди верят в связь между ситуацией в настоящем и ситуацией в будущем. И действительно, все наши действия возвращаются к нам бумерангом. «Кто помогает людям, у того и свои желания сбываются» (английская пословица).

 Доброта неразрывно связана с любовью. Навряд ли человек завистливый поспешит сделать доброе для того, кому завидует. Там, где есть зависть, любви нет. Это эгоизм. Настоящая любовь к людям, которая «не ищет своего», не поселится в сердце равнодушного и недоброго человека. А вот умением прощать славится как раз добрый человек. Люди, делая добро, в первую очередь стремятся изменить себя в лучшую сторону. Они воспитывают в себе такие качества, как безкорыстие, терпение, сострадание, самопожертвование, прощение, сопереживание. Это и становится основой человека. Делая добро, человек приносит другим огромную пользу, начинает видеть больше хорошего, его взгляды на жизнь становятся позитивнее, настроение улучшается, да и в целом жить становится легче. Стремитесь делать добро!



***Приложение:***

**Как научить детей знакомится. Уроки дружбы, беседа с детьми о дружбе**

Умение знакомиться – это первый шаг в формировании дружбы. А так как любой воспитательный процесс – это, прежде всего общение малыша и взрослого, то только родители помогут ему овладеть этим умением. Нравоучительные беседы в этом случае не помогут. Когда ребенок играет с какой-нибудь куклой или зверушкой, ненавязчиво влейтесь в игровой процесс и с легким удивлением спросите: «А почему зайка сидит там один и не играет с твоим медведем? Пойдем мы его позовем». И играя роль мохнатого медведя, соответствующим голосом разыграйте сцену знакомства так, как должен повести себя медведь, знакомясь с зайкой и приглашая его поиграть. Малыш с восторгом и изумлением будет наблюдать за происходящим. А потом он скопирует модель поведения вежливого и дружелюбного медведя на другой игрушке и велика вероятность, что спустя некоторое время так же поступит сам. Подобные ролевые игры научат малыша вести себя в коллективе, быть дружелюбным и миролюбивым.

Очень важно уметь справляться с собственным эгоизмом, быть добрым, щедрым, прийти на помощь, проявлять чувство заботы. Ведь от того, как у ребенка складываются отношения в коллективе, зависит его психическое, эмоциональное, социальное и физическое развитие. Хорошо, если у ребенка сложился какой-то постоянный круг друзей во дворе или в группе детского сада. Но бывает, что малыш попадает в новое место и в силу обстоятельств необходимо снова знакомиться, заводить дружеские отношения. К примеру, вся семья поехала на море или родители решили отвезти ребенка в деревню к бабушке. Малыш не может все время находиться около мамы и бабушки, ему нужен детский коллектив. И вот тут, вдали от любимого уголка, дружелюбных игрушек ребенок получает первый опыт взаимоотношений и межличностного общения.

Родителям следует знать, что дети до трех лет самостоятельно не умеют играть друг с другом. Да, им нравятся находящиеся рядом дети, они с интересом их рассматривают, трогают, играют рядом. Но только рядом друг с другом, а не вместе. И лишь с помощью взрослого, и то, приложив некие усилия, можно ненадолго организовать совместную игру в мячик или догонялки.

А вот карапузы с 4-х лет тянутся друг к другу именно для того, чтобы вместе поиграть. Правда процесс игры обычно длится недолго. Две девчушки мирно играли в куклу, катали ее в колясочке, расчесывали. И вдруг, пронзительно пища, каждая из них тянет куклу к себе. И что можно услышать от мам? – «А ну, успокойтесь! Настя отдай куклу девочке! Не умеете играть нормально – пойдете по домам!» И все, дружба может на этом закончиться, и кто виноват? Взрослые. Реакция должна быть совершенно другой, не нужно нотаций и разбирательств, кто из девочек виноват. Правильней будет оторваться от скамейки и подойти к девчушкам: «Ну что, драчуньи? Посмотрите, какая у вас доченька хорошая, как ее зовут? Ой, она же у вас плачет. Надо ее отвести к доктору. Настенька, ты сейчас будешь доктором, а Лиза будет мамой…». Останьтесь с детьми еще ненадолго, чтобы направить игру в позитивном направлении.

Силовые методы, крики и нравоучения для разрешения межличностных детских конфликтов просто недопустимы. Какой результат может быть, если после каждой детской ссоры родители будут изолировать малыша от коллектива? Снова – одиночество, недружелюбность и разочарование в детской дружбе.