Групповое занятие

с приемными детьми с элементами тренинга

ТЕМА:

«А ЕСЛИ ЭТО ЛЮБОВЬ???»



Подготовила и провела: педагог – психолог

 отделения сопровождения семей Святаш Н.В.

г. Татарск, 2018

**Цель мероприятия:** научить распознавать чувство любви и управлять им.

**Задачи:**
— ознакомить с социальными проявлениями «истинной любви» и психологическими особенностями поведения мальчиков;
— показать значение и сущность нравственных норм в системе интимных межличностных отношений;
— формировать умения организации оптимального общения с мальчиками, предупреждения и конструктивного разрешения конфликтов, эмоциональной и поведенческой саморегуляции;
— осознать собственную позицию в общении в контексте отношений «я» и «мальчик»: понять и проанализировать свои установки при их восприятии.

**Используемые методы, приемы, технологии**: дискуссия, релаксация, создание коллективного рисунка, просмотр видеоролика, психологические упражнения, игры, тестирование.

**Ожидаемые результаты**: участники занятия должны научиться различать эмоции, которые сопровождают любовь, научиться определять характер взаимоотношений с противоположным полом.

**Содержание занятия:**

* **Разогрев. Упражнение «Чем мы похожи».**

**Цель:** повышение внутригруппового доверия и сплоченности.

Время: 3 - 5мин.

**Процедура проведения**. Участники группы стоят в кругу. Психолог приглашает в круг одного из участников, на основе какого-либо реального или воображаемого сходства с собой. Например: «Света, выйди, пожалуйста, ко мне, потому что у нас с тобой одинаковый цвет волос» (или наши имена начинаются на одну и ту же букву и т.д.). Света выходит в круг и приглашает выйти кого-нибудь из участников таким же образом. Игра продолжается до тех пор, пока все члены группы не окажутся в кругу.

**Анализ**:

— Как вы себя чувствовали, когда старались найти нечто, вас объединяющее?

— Было ли у вас несколько вариантов ответа, так что приходилось выбирать?

* **Упражнение «Ладошки»**

**Цели**: получение обратной связи; сплочение группы; повышение самооценки.

**Время**: 3-5 минут.

**Материал:** листы, ручки, карандаши.

**Инструкция:** «Каждый из вас должен обвести свою руку на листе бумаги и в центре ладошки написать свое имя. Потом вы передаете свой лист соседу справа, а сами получаете рисунок от соседа слева. В одном из «пальчиков» полученного чужого рисунка вы пишете какое-нибудь привлекательное, на ваш взгляд, качество его обладателя (например, «Ты очень добрый»). Другой человек делает запись на другом пальчике и т.д., пока лист не вернется к владельцу».

Когда все надписи будут сделаны, ведущий собирает рисунки и зачитывает «комплименты», а группа должна догадаться, кому они адресованы. В конце упражнения участники забирают листы со своими ладошками.

**Анализ:**

— Какие чувства ты испытывал, когда читал надписи на своей «руке»?

— Все ли твои достоинства, о которых написали другие, были тебе известны?

* **Слово психолога об условиях проведения занятия о теме.** Обсуждение

правил работы с детьми в группе. Сегодня мы поговорим об одном из человеческих чувств. Всё, что происходит в жизни, так или иначе зависит от того присутствует это чувство или нет. Оно волнует каждого человека. Думаю, вы догадались, о каком чувстве идет речь. Да, это любовь. И я хотела бы прочитать отрывок стихотворения Б. Заходера, которое, как мне кажется, очень метко выражает, насколько важна в жизни человека любовь:

Не бывает любви несчастной.

Может быть она горькой, трудной,

Безответной и безрассудной.

Может быть смертельно опасной,

Но несчастной любовь не бывает,

Даже если она убивает.

Тот, кто этого не усвоит,

 И счастливой любви не стоит.

* **Ведущий** «Давайте ответим с вами на вопрос: Что такое любовь? Какие

ассоциации приходят к вам в голову, когда мы произносим это слово?». **Упражнение** **«Ассоциации».**

* **Мини – лекция психолога** о том, какая бывает любовь. **Какая бывает**

**Любовь, девочки?** Любовь бывает разная: материнская, дочерняя, братская, сестринская, к другу, к юноше. Сегодня мы поговорим о любви к юноше. От любви наше сердце рвется наружу, а за спиной как бы вырастают крылья. Не нужно бояться влюбляться, даже если любовь окажется безответной. Для сердца гораздо полезнее любовные переживания, чем из отсутствие. Но как же все-таки мы влюбляемся?

**Как вы думаете, как мы выбираем объекта своей любви?** Оказывается, выбор объекта любви во многом зависит от нашего мировоззрения, интересов, симпатий и антипатий. С детства наше подсознание как бы составляет список поступков, которые кажутся нам привлекательными. Мы все время носим внутри себя некую «формулу любви». Встречая человека, мы просто накладываем образ, живущий в наших мечтах, на реальное лицо. Вот мы примерили наш идеальный образ на юношу, тем самым наделили его важными для нас качествами. Теперь начинаем сравнивать: подходит он под наш стандарт или не подходит? Если мечта совпадает с реальностью, мы влюбляемся в юношу, если же нет, понимаем, что это не то, и расстаемся с ним.
**У любви есть свои законы развития**. Какие вы знаете? В своем становлении она проходит через два этапа:
1-й этап — знакомство, сильные эмоции, влечение;
2-й этап — спокойствие, ровные отношения.
**Но как же узнают настоящую любовь**? **Ответы детей.** У истинной любви есть ряд существенных признаков:
1) любовь предполагает единственность избранника;
2) любящий хочет быть рядом с избранником и наслаждаться его присутствием;
3) истинная любовь предполагает совершенную искренность;
4) требует от человека всего, в том числе и душу, и внутреннее содержание ее;
5) истинная любовь думает о жертвах ради счастья любимого и не ставит свое благополучие выше благополучия любимого.
Вряд ли сразу встретится тот, кто создан для тебя. Настоящей любви порою приходится ждать годы, главное — верить в себя, свою удачу и любить себя.
Иногда, испытывая потребность в любви, мы находим человека и ведем себя так, как будто влюблены. И если вам кажется, что вы влюбились, не спешите советоваться с подругами, лучше прислушайтесь к внутреннему голосу, и очень скоро сами разберетесь в истинности своих чувств. Существует некий миф, который гласит, что если девушка ни с кем не встречается, значит, с ней не все в порядке. Поэтому многие девушки начинают бросаться в объятия к первому встречному, лишь бы не быть одной. Зачастую, выбирая парня по принципу «лишь бы не быть одной», девушка стремится найти юношу красивого, высокого или богатого, а может быть, и старше себя. Причем этот выбор мотивирован тем, что окружающие будут восхищаться таким избранником. Но любимый человек не вещь, которой хвастаются и которую всем демонстрируют. Он должен быть интересен и нужен вам. Часто в школе случается, что все мальчики класса влюбляются в одну девочку. И наоборот. Это скорее всего коллективное помешательство, любовь за компанию. Но если вы все-таки попали в такую ситуацию, вам необходимо разобраться в своих чувствах к объекту всеобщего внимания. Современное телевидение преподносит нам в качестве образца девушку смелую, слегка развязную, напористую, инициативную в завоевании своего мужчины. Такой образ является мифом и не соответствует реальности. Можно ли проявлять свои чувства к объекту любви? Конечно, можно, но делать это нужно правильно. В первую очередь нужно запомнить, что нельзя выяснять отношения в присутствии других. Этим вы обидите того, с кем пытаетесь построить отношения. Если ты все-таки решилась рассказать о своих чувствах, сделай это один на один. Если ты считаешь, что говорить об этом еще рано, можно проявить свои чувства по-другому. Нужно просто быть рядом, проявлять заботу, показать свою доброжелательность и нежность, быть искренней. Не обязательно сразу говорить о любви, твои поступки сами скажут все за тебя. Но даже если мальчик не проявляет к тебе интереса, это еще не значит, что ты ему не нравишься. Свой же интерес к нему следует проявлять постепенно, чтобы не обмануться и не стать обманутой.

* **Ведущий.** Любовь сопровождает различные эмоции.

**Упражнение «Изобрази эмоцию»** Учащимся раздаются карточки с названием одной из эмоций так, чтобы другие не видели, что там написано. Их задача изобразить данную эмоцию с помощью невербальных средств общения (мимикой, жестами, позой и т. д.), а остальным — угадать, что это за эмоция. (Перечень эмоций: гнев, радость, печаль, грусть, восторг, удивление, отвращение, интерес, презрение, безразличие, обида и др.). При обсуждении результатов внимание учащихся обращается на то, что каждый из нас обладает своим регистром эмоциональности и понять переживания другого человека не всегда легко.

* Ведущий. А сейчас я предлагаю вам посмотреть видеоролик "Первая

любовь" <http://www.youtube.com/>

* **Ведущий. Давайте поговорим о разновидностях парней.**

**Мозаика «Наиболее опасные разновидности парней»**

**Цели**: ознакомить участников с основными чертами и поведенческими стереотипами некоторых типов парней; показать возможную опасность межличностных взаимоотношений с такими парнями; дать возможность осознать причины и следствия взаимодействия этих типов парней с девушками;
повысить социальную компетентность.
**Время**: 5 – 10 мин.
**Материал**: 4 карточки.

**Подготовка**: участники делятся на команды и занимают места за рабочими командными столами, соответственно пронумерованными.
На каждом рабочем столе лежат ручки, чистые листы бумаги и жетончики с номерами. Обсуждение разновидностей парней.
**Наиболее опасные "разновидности" парней**

*Карточка 1. «Коллекционер»*

Как только на горизонте появляется особа женского пола, он из кожи вон лезет, особенно перед друзьями, чтобы произвести впечатление. Но как только ему удается покорить женское сердце, он непременно постарается раззвонить об этом всем и каждому. Девочка нужна ему только для того, чтобы он мог лишний раз убедиться в своей неотразимости и продемонстрировать сверстникам, как легко он добивается успеха. Если у тебя появится такой «друг», требований к тебе будет масса: ты должна быть хорошенькой (всегда), умной (но не умнее его, естественно), а рот раскрывать лишь тогда, когда он сам соизволит к тебе обратиться. Малейшее твое превосходство над ним будет восприниматься очень болезненно, и если ты позволишь себе в чем-то с ним не согласиться, наживешь кучу неприятностей. При этом он не пропустит ни одной из твоих подруг, видя в них потенциальную замену тебе.

*Карточка 2. «Шутник»*

Конечно, тот факт, что парни взрослеют значительно медленнее девочек, весьма печален. Девочке доставляет радость прикосновение руки друга, а он, оказывается, по-настоящему счастлив, когда мастерски скорченная гримаса пугает прохожих.
Возможно, твой парень считает, что самое смешное занятие на свете — исписывать столики в кафе. В действительности в нежелании отвечать за свои поступки нет ничего смешного. Конечно, мальчикам свойственно корчить из себя дурачков, чтобы скрыть истинные чувства, но если случится, что твой парень вообще не способен быть серьезным хотя бы на миг, то ты нажила себе немалую проблему.

*Карточка 3. «Тиран»*

Этот будет по сто раз на дню говорить о своей безумной любви, обнимать и ласкать свою избранницу и очень быстро потащит ее в постель. И если она вдруг скажет «нет», он мгновенно изменит тактику, и вот тут-то можно увидеть его истинное лицо.
На твой отказ от секса может быть несколько вариантов реакций:
— начнет угрожать, что бросит;
— станет твердить о том, что ты еще сущий ребенок, раз не хочешь физической любви;
— упрекнет в том, что ты его не любишь;
— прочтет лекцию о том, что воздержание опасно для здоровья.
Это, конечно, вовсе не любовь, ведь он совершенно не думает о тебе и твоих чувствах. Для него главное — секс! Но подумай сама: если он так настойчиво добивается этого, что будет, когда он своего добьется? Наверняка он оставит тебя ради другой!

*Карточка 4. «Что же я скажу друзьям»*

Некоторые из парней — настоящие стадные особи, которые и пальцем не в силах пошевелить без одобрения друзей. Такой парень до последнего будет скрывать от приятелей самый факт существования подруги (особенно если ни у кого из них пока еще подруги нет). Приводит это обычно к тому, что девушке придется уходить в тень всякий раз, когда его друзья соизволят с ним пообщаться. Пытаться спорить тут бесполезно: как бы девушка ни протестовала, ей с самого начала определена второстепенная роль.
Если ты встречаешься с таким парнем, то в присутствии друзей он будет относиться к тебе совсем по-другому. Друзья же непременно начнут подначивать его: «Не угоди в ловушку», «Держись», «Как сильно ты изменился» — и тому подобное.
Однажды ему взбредет в голову позвать их в гости как раз тогда, когда ты мечтала остаться с ним наедине. А когда они, ввалившись в квартиру, условно говоря, оттеснят тебя в самый угол, он вдруг возьмет да и выложит с дурацкой улыбкой все ваши интимные тайны.

**Анализ:**
— Какие качества присущи рассматриваемым типам парней?
— Приходилось ли вам в жизни встречаться с такими мальчиками?

* **Ведущий. Давайте подумаем и скажем, а где же можно найти свою любовь?**

**Мозаика «Девять вредных советов»**

**Цели:** ознакомление участников с неприемлемыми моделями поведения на этапе поиска «объекта любви»; анализ причин неадекватности такого поведения; повышение социальной компетентности.

**Время**: 5 - 10 мин.

**Материал**: 3 карточки.

***Сиди и жди прекрасного принца*.** Тебе очень хочется иметь друга, но твое желание не исполняется. А почему? Возможно, ответ очень прост. Наверняка ты сидишь дома и лишь мечтаешь о «прекрасном принце».
Нет, конечно, никто не говорит, что нужно сию минуту бежать на улицу и рыскать повсюду в поисках подходящей кандидатуры, но и тратить свое время попусту не стоит. Занимайся собой: своим здоровьем, внешностью, образованием. Больше общайся со сверстниками, посещай досуговые центры, и вообще — веди активный образ жизни.

***Обязательно дави на него*.** Очень часто влюбленные девочки путают инициативу с давлением на психику. Это совершенно разные вещи. Нет ничего плохого в том, чтобы дать юноше понять, что он тебе понравился, то есть проявить инициативу. Но плохо пропускать мимо ушей его однозначное «нет» и постоянно настаивать на своем. Никакое давление с твоей стороны не заставит юношу относиться к тебе лучше.

***Уведи у своей знакомой ее приятеля*.** Если ты так поступишь, ничего хорошего тебе это не принесет. Мало того, что ты наживешь себе врага в лице обманутой подруги (она-то уж точно постарается сделать так, чтобы о твоем коварстве узнали все), есть еще один момент, более важный для тебя: если парень оказался неверен своей прежней девушке, с какой стати ему сохранять верность тебе?
Ну а если уж с тобой случилось нечто подобное, и ты влюбилась в приятеля своей подруги, придется таить свое чувство, надеясь на то, что они когда-нибудь расстанутся.

***Поговори о будущей свадьбе*.** Среди представителей сильного пола существует устойчивый миф, будто у прекрасного пола на уме только одно — законный брак. Не давай своему избраннику ни малейшего повода заподозрить, чего ты ждешь от ваших отношений, и не спеши. Для развития и укрепления вашего романа у тебя впереди еще масса времени. Подобный итог отношений не должен стать самоцелью, он подводится как бы сам собой.

***Почаще разыгрывай сцены отчаяния*.** Нет ничего лучше, чем постоянные сцены, чтобы заработать себе славу девицы, которую нужно обходить за километр.
Все мужчины без исключения органически не переносят женских слез и воспринимают это как попытку привязать к себе.
Парень быстро поймет, что это попытки манипулирования, а не выражение истинных эмоций, переживаемых тобой. В лучшем случае это послужит поводом заподозрить тебя в обмане, а в худшем — в давлении на него.

***Встречайся с тем, к кому испытываешь сострадание.*** Очень трудно изображать расположение к парню, если он вызывает у тебя только жалость. Наступит день, когда ты поймешь, что больше не в силах притворяться. Конец у подобного рода отношений один — он ощущает себя бесконечно униженным, а ты противна сама себе.
Никогда не встречайся с юношей только потому, что тебе почему-то его жалко.

***Притворяйся*.** Иногда, чтобы завоевать сердце своего приятеля, девушки пускаются на разного рода ухищрения. Можно, например, сказать, что ты страстная поклонница футбола. Но как только обман раскроется, изменится отношение юноши к тебе. Лицедейство — вернейший способ внушить к себе недоверие.
Если ты не нравишься ему такая, какая ты есть на самом деле, — значит, это не герой твоего романа, вот и все.

***Пофлиртуй с его лучшим другом*.** Некоторые девушки полагают, что лучший способ привлечь к себе юношу — это вскружить голову одному-двум его близким друзьям. На самом деле это лучший способ обеспечить себе сомнительную репутацию.
Парни верны своим приятелям и вряд ли станут благодарить тебя за то, что ты водишь их за нос. Кстати, а что почувствовала бы ты, если бы предмет твоих воздыханий начал напропалую крутить с твоими подругами? Это бы тебя страшно взбесило.

***Потребуй от него признания в любви*.** Требовать от своего избранника с первых встреч признания в любви не стоит. Такое начало серьезно попахивает провалом, поскольку только что зародившееся чувство не терпит избыточного давления. Любовь с первого взгляда имеет право на существование, но вовсе не обязательно афишировать ее. Попробуй сначала хотя бы кое-что выяснить о нем, задумайся, имеет ли тут место любовь, или это совсем не тот случай.
Познакомиться с предметом своей страсти и сразу добиваться от него признаний в любви, не узнав его, губительно для дальнейших взаимоотношений.

**Анализ:**

— Какие из рассмотренных ситуаций вам приходилось наблюдать со стороны?

— С чем вам пришлось столкнуться в своей жизни? Какого уровня достигли ваши отношения?

* **Проведем тестирование. Тест «Какой парень тебе подходит?»**

**Цели**: дать возможность участникам оценить свои интересы и склонности; определить тип молодого человека, предпочитаемый каждой участницей.

**Время**: 5 - 7 мин.

**Материал**: текст вопросника.

**Тест «Какой парень тебе подходит?»**

1. Твоя комната — какая она?

А. Всегда в идеальном порядке. Книги на полках, одежда в гардеробе, никаких следов беспорядка.
Б. Ужасная. Одежда разбросана где попало, кругом грязь и мусор.
В. Чистая, но полный кавардак. Так все и будет, пока не станет совсем невмоготу.

2. Какая музыка тебе больше всего нравится?

А. Конечно же, рок! Побольше громких гитар и длинноволосых.
Б. Танцевальная попса.
В. Все что угодно, только не эта убогая дребедень.

3. Чем ты занимаешься в свободное время?

А. Обычно спортом. Мне нравится на свежем воздухе заниматься физическими упражнениями.
Б. Смотрю видео, хожу в кино и по магазинам со своими друзьями.
В. Сижу в своей комнате, слушаю музыку и мечтаю о будущем.

4. Какую роль в твоей жизни играет мода?

А. Незначительную. Совершенно не волнует, что люди носят. Для меня главное, чтобы было удобно.
Б. Небольшую. Нравится, когда люди выглядят элегантно, но сама я достаточно консервативна.
В. Довольно значительную. Обожаю щеголять в новинках сезона.

5. Ты выиграла турпоездку на школьные каникулы. Куда бы ты хотела отправиться?

А. В Австралию, потому что это на другом краю света и сногсшибательная экзотика.
Б. В Лос-Анджелес. Это шикарное место, где можно встретить разных знаменитостей.
В. Во Францию. Это недалеко, и там — Евродиснейленд, а я обожаю подобные развлечения.

6. Как ты представляешь себе самое восхитительное свидание?

А. Ужин при свечах со своим другом где-нибудь за городом в романтической обстановке.
Б. Концерт, а потом прогулка с друзьями по ночному городу.
В. Вечеринка, на которой можно побыть вдвоем и весело провести время с друзьями.

7. Как ты представляешь себе дом своей мечты?

А. Огромная квартира в центре города, оборудованная по последнему слову техники.
Б. Дом в деревне, вдали от цивилизации, где полно всякой живности.
В. Домик в пригороде с гаражом и ухоженным садом.

8. Какие черты характера могут внушить тебе отвращение к молодому человеку?

А. Грубость. Я этого просто не выношу.
Б. Дурные манеры.
В. Алчность и прижимистость.

9. Трое назначают тебе свидание в одно и то же время. Тебе эти парни нравятся, но у кого больше шансов покорить твое сердце?

А. У того, с кем веселее.
Б. У того, кто рассыпается в комплиментах.
В. У того, кто со мной особенно не церемонится.

10. Какую профессию, в твоем понимании, должен иметь идеальный мужчина?

А. Любую, какая ему по душе.
Б. Музыкант или актер.
В. Что-то связанное с людьми, например врач, учитель, юрист.

**Ключ к тесту**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|   | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
| **А** | 10 | 0 | 10 | 0 | 10 | 10 | 0 | 0 | 5 | 0 |
| **Б** | 0 | 10 | 5 | 10 | 0 | 10 | 10 | 10 | 10 | 5 |
| **В** | 5 | 5 | 0 | 5 | 0 | 5 | 5 | 5 | 0 | 10 |

**0–25** Тебя ничто особенно не беспокоит. Ты терпеть не можешь разговоры о модах, диетах, беге трусцой. Твой идеал — юноша сдержанный и спокойный. Его не должно волновать, как ты одета, какая у тебя прическа и есть ли деньги. По правде говоря, и тебя не беспокоит, на кого он будет похож и каким образом будет зарабатывать на жизнь. Лишь бы был счастлив и доволен. Если хочешь заполучить такого, лови его в музее или кафе.

**30–65** Ты такая современная, что дальше некуда. Одеваешься по последней моде, слушаешь модную музыку и общаешься с незаурядными людьми. Твой избранник должен быть уверен в себе и не слишком спортивен. Тебя мутит от потных тел и мускулов. Он, конечно же, принадлежит к избранному обществу. Вне всякого сомнения, у тебя вызывают интерес люди известные, поэтому знакомство с музыкантом, актером или журналистом — предел твоих желаний. Для этого тебе нужно чаще посещать самые модные клубы, дискотеки и презентации.

**70–100** Хорошая физическая форма и интеллект — это то, что привлекает тебя более всего. Твой идеал — надежный и заслуживающий уважения юноша. Своего избранника тебе следует искать на спортплощадке или в библиотеке. Но не торопись. Работай над собой, повышай культурный уровень, и тогда вам будет о чем поговорить.

* **Подведение итогов. Обратная связь.**
* **Упражнение «Карточки обратной связи»**

**Цель**: развитие способности к самоанализу и рефлексии.
**Время**: 5 мин.
**Материал**: бланки с табличками для каждого участника, ручки.
**Процедура проведения**. Участникам предлагается проанализировать занятие по трем направлениям, заполнив три колонки карточки. По окончании работы можно зачитать карточки по желанию.
**Анализ**:
— Легко ли было выполнить задание? Почему?
— На заполнение какой колонки ушло больше времени?
— Какие мысли вас удивили?

Бланки с табличками для участников

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  Что делал?  | Что думал? | Что почувствовал? |
|   |   |   |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  Что делал?  | Что думал? | Что почувствовал? |
|   |   |   |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  Что делал?  | Что думал? | Что почувствовал? |
|   |   |   |