Сайдулин Владислав Вячеславович

педагог-психолог

**Жизненные ценности**

методическая разработка по профилактике зависимого поведения

**Целевая группа:** учащиеся 9-11 классы

**Цель:** повышение уровня самосознания учащихся.

**Задачи:**

**-** способствовать осознанию подростками собственных жизненных ценностей и их влияния на жизнь;

**-** обсудить с учащимся несостоятельность ряда мотивов, подталкивающих их сверстников к употреблению ПАВ;

**-** способствовать формированию положительного «образа Я»

**Форма проведения:** интерактивное занятие.

**Продолжительность:**1час 20 мин.

**Материально-техническое обеспечение:** набор цветных ручек; листы бумаги формата А4; по 10 жетонов для каждого участника; карточки с названиями ценностей; мультимедийный проектор; презентация «Жизненные ценности»; музыка из заставки игры «Что? Где? Когда?»

**Ход проведения.**

1. **Вводная часть.**

Ведущий:Сегодня мне бы хотелось узнать ваше мнение о том, как человек делает свой выбор в жизни и что ему в этом помогает, а что мешает. Для начала мы попробуем ответить на вопрос «Как дорого вы можете заплатить за то, что для вас представляет ценность?». *(Ответы участников мероприятия).*

Интересные ответы, спасибо за них.

1. **Основная часть.**

Ведущий:И теперь мы проведём аукцион «На что потратить жизнь?». За время игры вы должны постараться достойно прожить свою жизнь. Перед началом игры каждый из вас получит по десять жетонов, попрошу подписать их. Каждый жетон представляет собой частицу вас самих - одну десятую долю вашего времени, энергии, средств, интересов, индивидуальности. На время Игры эти 10 жетонов будут равноценны сумме тех качеств и возможностей, из которых складывается ваша личность. Не потеряйте их! *(Каждому игроку выдаются жетоны, которые они подписывают).*

Ведущий: Когда мы начнем игру, перед вами встанет выбор: «потратить» жетоны или «сэкономить». На продажу будут выявляться сразу по две вещи. Вы вправе выбрать любую из них или никакую, но только не обе сразу. Купить каждую вещь можно только в тот момент, когда она выставлена на продажу. Переход к следующей паре означает, что предыдущая пара окончательно снята с «торгов». Если жетоны закончатся, вы уже ничего не сможете купить. Готовы? (Звучит музыка, напоминающая музыкальную за­ставку к игре «Что? Где? Когда»).

Ведущий: Итак, предлагаю сделать выбор, первая пара ценностей (на экран проецируется слайд)

а) хорошая просторная квартира либо дом - 1 жетон;

б) новый спортивный автомобиль – 1 жетон.

- Кто желает приобрести один из двух предложенных «товаров»?

Ведущий обменивает жетоны у тех, кто захотел сделать покупку на соответствующую карточку с названием приобретенной ценности.

Ведущий: (бьет молоточком по подставке как на аукционе):

- Продано!

- Следующая пара:

а) полностью оплаченный отдых в течение месяца в любой точке земного шара для вас и вашего лучшего друга - 2 жетона;

б) полная гарантия того, что девушка (юноша), на которой вы мечтаете жениться (за которого мечтаете выйти замуж), действительно в недалеком будущем станет вашей женой (вашим мужем) - 2 жетона.

Повторяется процедура обмена жетонов на предложенные ценности. Следующие пары ценностей:

1. Самая большая популярность в кругу знакомых в течение двух лет (1 жетон) и один настоящий друг (2 жетона).
2. Хорошее образование (2 жетона) и предприятие, приносящее большую прибыль (2 жетона).
3. Здоровая семья (2 жетона) и всемирная слава (3 жетона).

Тем, кто выбрал здоровую семью, предназначена награда - два лишних жетона, которые вручаются после окончания этого этапа аукциона.

1. Изменить свою внешность или любую черту своего характера (1 жетон) и быть всю жизнь довольным собой (2 жетона).
2. Пять лет ничем не нарушаемого физического наслаждения (2 жетона) и постоянное уважение и любовь к вам тех, кого вы больше всего цените (2 жетона).

Те, кто выбрал 5 лет наслаждения, должны заплатить еще один жетон дополнительно, если у вас они еще остались. Ведь в жизни есть вещи, за которые нам порой приходится платить дороже, чем мы думали.

1. Чистая совесть (2 жетона) и умение добиваться успеха во всем, чего бы вы ни пожелали (2 жетона).
2. Чудо, совершенное ради человека, которого вы любите, (2 жетона) и возможность заново пережить (повторить) любое событие вашей жизни (только одно!) (2 жетона).
3. Семь дополнительных лет жизни (3 жетона) и безболезненная смерть, когда придет время (3 жетона).

На этом торги закрываются. Те жетоны, которые не были израсходованы, пропадают.

*Ведущий* организует обсуждение игры: Я предлагаю вам в течение следующих пяти минут, объединившись в группы по три-пять человек, обсудить свои покупки и ответить на следующие вопросы: Какой покупкой вы более всего довольны? Пришлось ли вам пожалеть о том, что вы чего-то не приобрели? Почему тем, кто выбрал здоровую семью, предназначалась дополнительная награда, а тем, кто выбрал 5 лет ничем не нарушаемого физического наслаждения, пришлось заплатить дополнительно? Хотели бы вы что-нибудь изменить в правилах игры?

Во время обсуждения Ведущему следует сделать акцент на двух важных элементах в игре: Почему тем, кто выбрал здоровую семью, предназначалась дополнительная награда - два лишних жетона, а тем, кто выбрал 5 лет ничем не нарушаемого физического наслаждения, пришлось заплатить еще один жетон дополнительно? Как следствие привести учащихся к мысли, что некоторые действия могут разрушать наше здоровье и плата за это может быть как совершенно неожиданной так и гораздо большей, чем ожидается изначально.

Относительно правил игры вероятнее всего, вы услышите от ребят следующие высказывания:

* Прежде, чем что-то покупать, надо узнать, что еще будет продаваться.
* Я хотел бы, чтобы можно было обменять ранее купленную вещь на любую другую, объявленную позже.
* Нужно, чтобы перед началом игры нам выдали побольше жетонов. Чтобы на все хватило.

Вы должны задать альтернативный вопрос: Разве игра от этого станет более интересной?

Необходимо помочь учащимся увидеть связь между выбором покупок и определенными личностными качествами. Например, ты отдал жетон за изменение внешности — значит, ты придаешь большое значение тому, что думают о тебе окружающие. Если предпочел быть довольным собой — значит, больше ценишь свое мнение о себе.

Во время обсуждения Ведущему следует сделать акцент на двух важных элементах в игре: Почему тем, кто выбрал здоровую семью, предназначалась дополнительная награда - два лишних жетона, а тем, кто выбрал 5 лет ничем не нарушаемого физического наслаждения, пришлось заплатить еще один жетон дополнительно?

Ведущий: Большинство ваших предложений действительно разумно и правильно. Но проблема заключается в том, что в жизни так не бывает. Нельзя дважды сделать один и тот же выбор, как невозможно «отменить» последствия ранее принятого решения. Нельзя добиться всего сразу или воспользоваться сразу всеми возможностями. Мы не знаем заранее, из чего придется выбирать в будущем. Всегда будут ограничены время, силы, выбор возможностей, деньги, интерес. За все, что вы для себя изберете, придется платить какую-то цену, и во многих случаях цена окажется выше, чем вы предполагали. Сегодня это была всего лишь игра. Но то, как мы расходуем свои время, силы и возможности в реальной жизни, позволяет достаточно верно судить о наших подлинных ценностях.

***Самостоятельная работа***

*В течение одной-двух минут учащиеся должны постараться ответить на вопрос:* «Если бы кто-нибудь проанализировал решения, которые вы принимали в течение игры, какие выводы смог бы сделать этот человек о ваших жизненных ценностях?».

*Затем обсуждение в группе:* Какие ценности преобладают у членов группы и почему?

*Примерный перечень общих ценностей, которые могли проявиться во время игры: мнение других людей обо мне; забота о благополучии близких; мои собственные потребности; материальные блага; общечеловеческие долгосрочные цели; надежность; осмысленная жизнь; мир и согласие.*

***Работа в парах***

Ведущий: Сейчас предлагаю вам объединиться в пары и провести интервью. Один из вас будет играть роль репортера, другой - интервьюируемого. При этом нужно представить, что вы берете интервью у очень пожилого мудрого человека (80-90 лет). Затем вы меняетесь ролями.

*Учащиеся садятся парами и по очереди берут интервью друг друга. Репортеры делают краткие записи, чтобы дать отчет.*

*Примерные вопросы:*

* Что было самым важным в жизни?
* Какое личное качество больше всего помогало вам в трудных ситуациях?
* Что помогало и что препятствовало созданию близких взаимоотношений с другими людьми? Что вы сделали для своей семьи?
* *Были ли Вы свидетелем роковых ошибок своих знакомых? Если да, то, что произошло с ними - в чём они ошиблись? Если нет, то, что им помогло этих ошибок избежать?* *(Необходимо добавить так же этот вопрос)*

Учащиеся по желанию самостоятельно могут добавить это интервью еще несколько вопросов.

Ведущий организует групповое обсуждение: Вы проверили интервью, а теперь давайте все вместе обсудим следующие вопросы:

* Каковы же те цели, к достижению которых стремится большинство людей, материальные или духовные они по своей природе?
* Находите ли вы какие-либо сходства в ответах на вопросы?
* Существует ли какая-либо общность взглядов на вещи, которые наиболее важны и значительны в жизни людей?
* *О каких ошибках говорят и сожалеют, что помогает их избежать?*

Возможные выводы, что, несмотря на то, что у разных людей разные взгляды на жизнь, главные ценности человеческой жизни имеют духовный смысл. Например, создание семьи, воспитание детей, благополучие родных.

Ведущий: Вспомните, какие «ценные вещи» вы выбрали сегодня из предложенных в ходе игры. Кто-то из вас, наверное, может поздравить себя и сказать: «Я отдал жизнь недаром, я сделал правильный выбор и приобрел то, что действительно ценно». Другой, возможно, с сожалением, осознал, что потратить жизнь совсем не на то. Некто пожалеет, что поспешил израсходо­вать себя либо, наоборот, слишком долго выжидал и что-то упустил. И многие наверняка подумали: «Вот бы повторить игру! Тогда я повел бы себя гораздо осмотрительнее, умнее». И если вы сейчас действительно о чем-либо сожалеете, могу вас обрадовать: у вас есть прекрасная возможность сделать правильный выбор - и не в нашей игре, а в реальной жизни!

1. **Заключительная часть.**

Ведущий: В ходе игры у вас возникали разные мысли, ассоциации и сравнения. Мне бы хотелось, чтобы сейчас вы составили для себя список из целей, которые бы поддерживали ваши ценности и вели к ним. Поставьте сегодняшнюю дату на листке, знак тире и эту же дату, только следующего года. Как вы поняли, здесь будут цели, к которым вы будете стремиться, в течение года. Их можно корректировать и со временем даже нужно. Ваша задача написать от 5 до 9 целей, которые важны для вас. Я не сомневаюсь, что туда будут входить как образование, так и здоровый образ жизни. В любом случае ваша задача - как можно более ясно увидеть, к чему вы стремитесь, и какие жизненные ценности для вас значимы.

Можно будет то, что у вас получилось, оформить и хранить в своём ежедневнике или дневнике. Вы можете поделиться своими целями со значимыми для вас людьми и просить поддержки для того, чтобы их осуществить, а можете оставить их только для себя. Вы можете написать как конкретно достичь того к чему вы стремитесь, а можете наметить только основные этапы. Не бойтесь творить во время этого процесса.

*Учащиеся в течение некоторого времени (желательно отвести на выполнение данного задания от 5 до 10 минут) составляют свои список.*

То, что у вас получилось, будет напоминать вам о том, каких целей вы хотите достичь, и каждый день по немного стремиться к ним, говоря «да» тому, что важно для вас и решительно отвечать «нет» тому, что не ведёт вас к вашим ценностям.

Я желаю вам успехов в достижении своих целей и прошу вас, когда придет время решать, чему себя посвятить, чтобы вы помнили об одном: не продавайте свою жизнь дешево. Она, скорее всего, стоит значительно дороже, чем вы думаете!

**Список источников:**

1. Информационно-методический журнал «Не будь зависим» 2017 №1 (56)
2. Грибанова, О.В. Информационные технологии профилактики наркомании: классные часы, занятия, диагностика наркотизации / О.В. Грибанова. – Волгоград : Учитель, 2015. – 265с.
3. Профилактика наркомании в общеобразовательном учреждении: система работы, методические рекомендации. Разработки мероприятий./ Сост. И ред. Ю.В. Науменко. – М.: Издательство «Глобус», 2009. – 250 с. –(Воспитательная работа)
4. Коробкина З.В. Профилактика наркотической зависимости у детей и молодёжи: учеб. Пособие для студ. высш. учеб. заведений / З.В. Коробкина, В.А. Попов. – 3-е изд., стер. – М. : Издательский центр «Академия», 2008. – 192 с.

*Приложение 1*

**Карточки с названиями ценностей**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1а | Хорошая просторная квартира  **(1 жетон)** | 1б | Новый спортивный автомобиль  **(1 жетон)** |
| 2а | Полностью оплаченный отдых в течение месяца в любой точке земного шара для вас и вашего лучшего друга **(2 жетона)** | 2б | Полная гарантия того, что девушка (юноша), на которой вы мечтаете жениться (за которого мечтаете выйти замуж), действительно в недалеком будущем станет вашей женой (вашим мужем) **(2 жетона)** |
| 3а | Самая большая популярность в кругу знакомых в течение двух лет **(1 жетон)** | 3б | Один настоящий друг **(2 жетона)** |
| 4а | Хорошее образование **(2 жетона)** | 4б | Предприятие, приносящее большую прибыль **(2 жетона)** |
| 5а | Здоровая семья **(2 жетона)** | 5б | Всемирная слава **(3 жетона)** |
| 6а | Изменить свою внешность или любую черту своего характера **(1 жетон)** | 6б | Быть всю жизнь довольным собой  **(2 жетона)** |
| 7а | Пять лет ничем не нарушаемого физического наслаждения **(2 жетона)** | 7б | Постоянное уважение и любовь к вам тех, кого вы больше всего цените  **(2 жетона)** |
| 8а | Чистая совесть **(2 жетона)** | 8б | Умение добиваться успеха во всем, чего бы вы ни пожелали **(2 жетона)** |
| 9а | Чудо, совершенное ради человека, которого вы любите **(2 жетона)** | 9б | Возможность заново пережить (повторить) любое событие вашей жизни (только одно!) **(2 жетона)** |
| 10а | Семь дополнительных лет жизни  **(3 жетона)** | 10б | Безболезненная смерть, когда придет время **(3 жетона)** |