

Занятие №7

ФЕНОМЕН ЛЮБВИ И ЕЕ ТИПЫ:

1. Приветствие;
2. Понятие "любовь";
3. Презентация;
4. Видеоролик (притча о ветре и цветке);
5. Занятие с элементами флештренинга «Разговор о любви»;
6. Подведение итогов. Заполнение листа обратной связи.

Цели:

- формирование позитивного образа будущей семьи;
- знакомство с понятием "любовь" и ее типами;
- расширение представлений о источниках и стилях любви;
- формирование семейных ценностей.

Оборудование: мультимедиа, письменные принадлежности.

Ход занятия:

1. Приветствие

Добрый день я рада Вас видеть на этом занятии. Давайте начнём совместную работу с приветствия друг друга. Сделаем это следующим образом.

Упражнение «Рифмуем имена»

Участникам необходимо сочинить двустишье на свое имя, которое начинается словами: «Добрый день! Меня зовут...».

Пример:

- Добрый день! Меня зовут Никита, меня любят москиты!
- Добрый день! Меня зовут Нина, я пришла из магазина!
- Добрый день! Меня зовут Саша, у меня сгорела каша!
- Добрый день! Меня зовут Настя, от меня всем здрасьте!
- Добрый день! Меня зовут Рита, в огороде все полито!

2. Понятие "любовь"

Понятие "любовь" - одно из немногих слов, выражающих почти абсолютную абстракцию (наряду с "истиной", "Богом" и др.). То, что в понятие "любовь" люди вкладывают разное значение, не вызывает сомнений. Однако "индивидуальная" любовь имеет право на существование, как право на жизнь имеют и различные психофизические субстанции под названием "человек". Вряд ли найдется человек в

летах, утверждающий, что никогда не любил и даже не влюблялся. Любить хотят многие, а чтобы любили их самих — все.

В продолжение всей жизни среднестатистический человек имеет несколько вех, разграничивающих себя самое на "до" и "после встречи" с этим человеком, с любовью, с судьбой, с жизнью и смертью. Любовь, что бы за ней не скрывалось, является значимым событием, состоянием, процессом для включенных в ее поле людей. По описаниям очевидцев и участников, заинтересованных и отвергающих, любовь для человека несет невозможную в другом месте и времени возможность как бесконечного блаженства и счастья, так и не иссыхающей тоски, неумолимой боли и неутомимой муки. Человек стремится к любви и бежит от нее одновременно. В реальной жизни любовь является лакмусовой бумажкой сущностных качеств человека.

Несомненно, каждый человек как рождается, так и умирает по-своему. Физические рождение и смерть есть "начало" и "конец", важнейшие в нашей жизни. Грубо обобщая, можно сказать, что жизнь есть преломление пространственно-временных "начал" и "концов" в своем динамическом взаимопроникновении и, наконец, преобразованных из энергетически дивергентных (противоположных, расходящихся) в единство животворящих и смертоносущих единиц мироустройства. Само же течение жизни в отдельные моменты отражает свою дуальную, противоречивую сущность. Черета мелких выборов, являющихся также энергетически заряженными полюсами "начала" и "конца", сменяются выборами важными, которые больше напоминают уже борьбу "жизни" и "смерти". Одним из таких ключевых самовыражений жизни является и "любовь". Какой человек, таковы его выборы, его большие и малые "начала" и "концы". Так, по-видимому, любовь открывает человеку его сущность, которая отличает его от других. Каждый человек любит по-своему, и, возможно, именно способность к любви делает человека человеком и человеком, отличным от других людей. Пьер де Шарден в работе "Феномен человека" спрашивает: "В какой еще момент любящие друг друга настолько полно овладевают собой, если не тогда, когда они потерялись друг в друге?" Любовью человек открывается и закрывается, побеждает и терпит поражение от жизни, возносится и падает, становится свободным и рабом (освобождается и порабощается), оживляет и убивает. Психология издавна интересовалась "любовью", не сосчитать страниц, посвященных любви, но от этого она не перестала быть загадкой. Любовь одна, но подделок под нее — тысячи. Любовь остается откровением для каждого человека сегодня, как и тысячелетия назад.

3. Презентация

(см. видеоприложение «Феномен любви и ее типы»)

4. Видеоролик

(см. видеоприложение «Феномен любви и ее типы»)

5. Занятие с элементами флештренинга «Разговор о любви»

Пояснительная записка

В современном обществе сложилась отрицательная тенденция, о подростках вспоминают, только если речь идет о правонарушениях, суициде, преступности и наркомании. Как правило, средства массовой информации, да и общество в целом, предпочитают рассуждать о проблемах в отношениях с подростками, часто игнорируя такую важную деталь как становление личности подростка и помощь, в которой он особенно нуждается в этот период. Разговоры с подростками – это один из способов профилактики негативных последствий особенностей подросткового возраста. Конечно, общаться с подростками непросто. Но отступить и просто стараться общаться поменьше, опасаясь грубости и недоверия, гораздо хуже. Разговоры - это один из методов, когда ненавязчиво, но эффективно может происходить процесс воспитания. Сейчас идут бурные дискуссии о необходимости своевременного просвещения подростков в области интимных отношений. Нередко вовремя поданная информация может предохранить подростка, молодого и не очень молодого человека от ошибок и неприятностей. Но границы этой информированности, а также что именно может (или должен) знать подросток, так и остаются не до конца определенными. С чего начать? О чем говорить? О самом главном – о любви. О любви чистой, искренней, настоящей, которая на всю жизнь.

Цель: Ознакомление учащихся с уникальным чувством – любовью; формирование представлений о любви как о высшей ценности, основе человеческих отношений.

Задачи:

- дать представление о любви, как о истинно ценном человеческом чувстве;
- развивать у учащихся ответственное отношение к чувствам других людей;
- формировать способность различать проявления деструктивных тенденций в близких отношениях.

Оборудование и оформление: компьютер, проектор, экран; флештренинги «О ветре и цветке», «Устами детей»; карточки с фрагментами пословиц; набор табличек «Правила работы в группе»; бейджики, бумага и цветные карандаши или фломастеры, большое сердце на ватмане, заготовки сердечек; просторное помещение для удобства стулья расставлены кругом в центре стол.

Участники: обучающиеся 14-19 лет.

Продолжительность занятия: 1,5 часа.

Структура занятия:

1. Начало работы – ритуал приветствия, знакомство, формулирование темы, основных целей, разминка.
2. Работа по теме – мини-лекция, разминка, флештренинг.
3. Обобщение – дискуссия, флештренинг.

4. Завершение работы – обратная связь, рефлексия, заключительное слово ведущего.

Ход занятия

Начало работы. Ритуал приветствия. Знакомство. Разминка.

Упражнение «Хи! – Ха! – Хо!»

Цель: создание положительного эмоционального фона, сплочение группы.

Необходимые материалы: нет

Описание: подростки стоят в кругу, держась за руки. По команде ведущего они высоко прыгают вверх три раза. В первом прыжке громко кричат: «Хи!», во втором прыжке: «Ха!», в третьем «Хо!». Получается забавное приветствие друг друга: «Хи! - Ха! - Хо!». После чего все хлопают в ладоши.

Упражнение «Меня зовут.., дома меня называют..»

Цель: представление членов группы, снятие напряжения и барьеров в общении.

Необходимые материалы: не требуется.

Описание: участники по очереди называют свое имя и имя, которым их называют близкие, родственники, знакомые (можно назвать уменьшительно ласкательную форму, ник и т.д.) Рекомендуется оформить бейдж.

Формулирование темы занятия, основных целей.

Вводное слово ведущего: Сегодня на занятии мы поговорим об одном из человеческих чувств. Все, что происходит в нашей жизни, так или иначе зависит от того, присутствует это чувство или нет. Оно волнует каждого человека. Думаю, вы догадались, о каком чувстве пойдет речь. Да, это любовь. **Есть несколько видов любви: любовь к родине, любовь к друзьям, любовь к Богу, любовь к матери, отцу, брату, сестре, к родственникам. Но мы с вами остановимся на любви к представителю противоположного пола, любви мужчины и женщины, а точнее юноши и девушки. Мы начали наше занятие с упражнения «Меня зовут.., дома меня называют..» не случайно. Ведь дома наши близкие и родные называют ласково, нежно. Любить – значит заботиться, проявлять привязанность, нежность, ласку и испытывать потребность в этом. Любовь – это высшая степень эмоционально–положительного отношения, направленного на определённый объект для реализации духовных и физиологических потребностей и интересов человека. На тему любви существует много пословиц, поговорок и крылатых выражений. Но прежде чем мы приступим к следующему упражнению, давайте вспомним правила работы в группе (участники называют правила работы в группе, ведущий вывешивает таблички с данными правилами).**

Упражнение «Мудрость народа»

Цель: введение в тему, организация совместной деятельности, снятие барьеров в общении.

Необходимые материалы: набор фрагментов пословиц.

Описание: участники делятся на группы, каждая группа получает набор фрагментов пословиц. Задание – составить пословицу из фрагментов.

- * Любовь – кольцо, а у кольца нет конца.
- * Красива не красавица, красива любимая.
- * Любовь не картошка, не бросишь в окошко.
- * Любовь хоть и мука, а без нее скука.
- * Голова без любви, что бесплодная тыква.
- * Любовь понять - тщетно время терять.
- * Старая любовь долго помнится.

Резюме ведущего: Теме любви посвящено много шедевров мировой музыки, живописи, литературы. Любовь занимает большое место и в устном народном творчестве. Как красиво язык поговорок, пословиц, крылатых фраз через время доносит до нас значение этого понятия.

Работа по теме занятия

Мини-лекция «Две модели любви»

Что же такое любовь? Этот вопрос – один из тех, что не имеют ясного и чёткого ответа, но волнует каждого. В психологической науке описывается две модели любви:

«Оптимистическая» – модель характеризуется независимостью влюблённого от объекта любви, отношения в этом случае развиваются на фоне психологического комфорта и благоприятны для личностного развития.

«Пессимистическая», определяется полной зависимостью человека от объекта привязанности с целью любви с отрицательными эмоциями. Это может быть страх, что его разлюбят, страх измены. Человек, строящий отношения по такой модели, лишает себя самостоятельности, у него поддерживается постоянный уровень тревоги. Эта модель отношений может вызвать невротизацию человека, потерю жизненного тонуса и депрессию.

Почему одним людям «достаётся» первая модель, а другим – вторая? Это зависит от многих причин: личностные особенности человека (например, низкая самооценка), негативный прошлый опыт, т.е. неудачи, характер отношений между любящими людьми и т.д. Существует масса способов наладить отношения и еще больше способов их разрушить.

В любви есть много такого, что трудно выразить словами. И всё же мы постараемся это сделать.

Упражнение «Любовь – Нелюбовь»

Цель: формирование положительно-нравственного понятия «любовь».

Необходимые материалы: карточки слов, ватман с определениями «любовь – это...» и «любовь – это не...».

Описание: перед участниками два списка слов. Каждый берет по одному слову из

списков и размещает их по определению «любовь – это...» и «любовь – это не ..»

Любовь – это...

Любовь – это не...

Ответственность

Ревность

Трудная работа

Чувство собственности

Удовольствие

Боль

Преданность

Жестокость

Забота

Наваждение

Честность

Проявление эгоизма

Доверие

Грубость

Общение

Отказ от своих интересов

Компромиссы

Самоутверждение

Признание различий

Страх

Открытость

Запугивание

Уважение

Перебранки

Дружба

Зависимость

Сильные чувства

Манипулирование

Радость

Обида

Резюме ведущего: Прочитайте внимательно слова, которые помогут вам определить, что входит в понятие «любовь», а что нет. Эти списки помогут вам решить, каких отношений в любви вы действительно хотите.

Разминка

Упражнение «Кувшин»

Цель: физическая разминка для настроя на дальнейшую плодотворную работу.

Необходимые материалы: не требуются.

Описание: ведущий просит участников тренинга встать, образовав круг. Между участниками должно быть такое расстояние, чтобы они не соприкасались вытянутыми в стороны руками.

Ведущий предлагает размяться. Сначала он показывает на себе: с глубоким вдохом поднимает руки вверх, становится на цыпочки, секунд 5-10 так стоит, потом с выдохом опускает руки. После этого ведущий даёт объяснения: встав на цыпочки, он представил, что руки его образуют большой кувшин, и в этот кувшин со всех сторон слетаются "капли радости и удачи"; скоро они наполняют весь кувшин, после этого он переворачивается, и вся "радость и удача" выливается на голову и тело. После этого ведущий проделывает это упражнение опять, вместе с участниками.

Для закрепления рекомендуется это упражнение по ходу тренинга повторить ещё несколько раз.

Флештренинг **«Притча о ветре и цветке»** (видеоприложение)

Цель: самоактуализация личности во взаимоотношениях мужчины и женщины.

Необходимое оборудование: компьютер, проектор, экран.

Описание: участникам предлагается просмотр видеоролика притчи «О ветре и цветке».

«Ветер встретил прекрасный цветок и влюбился в него. Пока он нежно ласкал цветок, тот отвечал ему еще большей любовью. Но ветру показалось этого мало, и он решил: «Если я дам цветку всю свою мощь и силу, то он одарит меня еще чем-то большим». И он дохнул на цветок мощным дыханием своей любви. Но цветок не выдержал бурной страсти и сломался. Ветер попытался поднять его и оживить, но не смог. Тогда он утих и задышал на цветок нежным дыханием любви, но тот увядал на глазах. Закричал тогда ветер: «Я отдал тебе всю мощь своей любви, а ты сломался! Видно не было в тебе любви, значит, ты не любил! Но цветок ничего не ответил, он умер. Тот, кто любит должен помнить, что не силой и страстью измеряют любовь, а нежностью и трепетным отношением».

Обсуждение притчи: О чем эта притча? Какие чувства вы испытываете после просмотра видеоролика?

Резюме ведущего: Любовь бывает очень разной, она обнаруживает себя в различных проявлениях. Но главное, что позволяет назвать возникающее чувство любовью – это стремление отдавать всего себя на благо других людей, а не получать собственные удовольствия и блага. Думать об объекте своей любви, а не о себе самом.

Обобщение

Упражнение «Синквейн»

Цель: развитие умений синтезировать материал в краткую форму.

Необходимые материалы: ручка и бумага.

Описание: участникам предлагается составить синквейн по следующей схеме:

1 строка – ключевое слово – любовь

2 строка – два прилагательных

3 строка – три глагола

4 строка – предложение из четырех слов, в котором автор высказывает свое отношение к ключевому слову

5 строка – ассоциация к ключевому слову.

Резюме ведущего: Среди поэтов бытует мнение, что стихи о любви могут писать только те, кто испытал настоящую любовь. Оценивая ваше творчество, я с уверенностью могу сказать, что вам знакомо это чувство.

Упражнение «Сердечки»

Цель: констатация имеющихся представлений о сути любви.

Необходимые материалы: большой лист ватмана в форме сердца и маленькие сердечки для каждого участника.

Описание: каждому участнику необходимо написать на своем сердечке определение понятия «любовь». По окончании работы участники зачитывают свои определения и прикрепляют их на лист ватмана.

Резюме ведущего: Практически каждый имеет свое представление о любви, но человечество никак не может дать исчерпывающее, пригодное для всех определение этого понятия. Давайте обратимся к толковому словарю С.И.Ожегова: «любовь – чувство самой вершинной сердечной привязанности». Что значит любить? Это значит, любить искренне, один раз и на всю оставшуюся жизнь. А вот что по этому поводу говорит В.И.Даль: «любить – чувствовать любовь, сильную к кому-либо привязанность, начиная от склонности до страсти».

Флештренинг «Устами детей» (приложение 2)

Цель: ознакомление участников занятия с рассуждениями о любви маленьких детей, снятие эмоционального напряжения, рефлексия.

Описание: участникам предлагается высказывания детей «Устами детей».

«Группа исследователей задавала вопрос детям от 4 до 8 лет один и тот же вопрос «Что значит любовь? Ответы оказались намного более глубокими и обширными, чем кто-либо вообще мог себе представить.

*** Когда моя бабушка заболела артритом, она больше не могла нагибаться и красить ногти на ногах. И мой дедушка постоянно делал это для нее, даже тогда, когда у него самого руки заболели артритом. Это любовь.

*** Любовь – это то, что заставляет тебя смеяться, когда ты устал.

*** Любовь – это когда мама делает папе кофе и отхлебывает глоток, перед тем, как отдать ему чашку, чтобы убедиться, что он вкусный.

*** Любовь – это когда ты говоришь мальчику, что тебе нравится его рубашка, и он носит ее потом каждый день.

*** Любовь – это когда твой щенок лижет тебе лицо, даже после того как ты оставила его в одиночестве на весь день.

*** Если ты не любишь, ты ни в коем случае не должен говорить «я люблю тебя». Но если любишь, то должен говорить это постоянно. Люди забывают.

Обсуждение: Понравились ли вам высказывания детей? Какие ощущения вы испытали?

Резюме ведущего: У любви нет возраста. Приятно, когда встречаешь мимо проходящую пожилую пару. Мужчина бережно держит женщину под руку. В их взгляде столько теплоты и заботы. Приятно было слушать, что говорят маленькие дети о любви. Я думаю, что их ответы поразили своей глубиной не только меня. Ведь недаром говорят: «устаи младенца глаголет истина».

Завершение работы

Упражнение «Я запомнил(а) тебя потому...»

Цель: способствовать развитию самопонимания, принимающего обратную связь.

Необходимые материалы: не требуются.

Описание: участникам предлагается поделиться самым запомнившимся моментом занятия одним предложением. Начать предложение нужно со слов, например: «Я запомнила Сергея, потому что он дал оригинальное определение понятия «любовь» и т.д.».

Упражнение «С чем я ухожу»

Цель: формулирование личностных итогов занятия.

Необходимые материалы: не требуются.

Описание: участникам предлагается рассказать о своем впечатлении от занятия в целом.

Упражнение «Я говорю всем большое спасибо»

Цель: поблагодарить участников за работу в группе.

Необходимые материалы: не требуются.

Описание: ведущий предлагает участникам встать и используя руки как при сурдопереводе поблагодарить всех следующей фразой: « Я говорю всем большое спасибо!».

Заключительное слово ведущего:

Я благодарю всех участников в группе за активную работу, за позитивную энергию, которую вы излучаете. Я получила большое удовольствие работать вместе с вами. Наше занятие я хочу закончить словами Бориса Заходера.

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.
Любите и будьте любимы!!!

6. Подведение итогов

Давайте подведём небольшой итог, и каждый ответит на следующие вопросы:

- Что нового я узнал(а) о понятии «Любовь»?
- Чем была полезна для вас данная встреча?
- Ваши пожелания?

Заполнение листа обратной связи



**Государственное автономное учреждение Иркутской области
«ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ, МЕДИЦИНСКОЙ И
СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ»**

664022, г. Иркутск, ул. Пискунова-42; тел.70-00-37, т/факс 70-09-40
E-mail: ogoucpmss@mail.ru

Организация: _____

ФИО должность ответственного: _____

Дата проведения: _____

Тема мероприятия: _____

Количество участников: _____

К листу обратной связи просим приложить 1-2 фотографии проводимого мероприятия в формате jpeg.

Ваши предложения и пожелания:

Спасибо!

Лист обратной связи заполнить и вернуть до 28 апреля 2024 г.