

Урок психологии на тему: «Какой я? Мои качества».

Курылева Светлана Васильевна,
педагог-психолог МОУ "Средняя школа №8",
г. Саранск, Республика Мордовия

Цель: содействие формированию у учащихся стремления к самопознанию и саморазвитию.

Задачи:

- Содействие познанию самого себя, формирование навыков самопознания.
- Развитие критического мышления.
- Воспитание толерантного отношения к окружающим.

Возраст: 10-13 лет.

Оборудование: листы бумаги, ручки, доска, мел (маркеры).

Ход урока

1. Организационный момент. Упражнение: «Меня зовут... Я...»

Дети называют по очереди свое имя и на первую букву своего имени прилагательное, которое характеризует его.

2. «Постройтесь по...»

Класс делится на группы, и каждая группа должна построиться а) по росту (от самого высокого к низкому); б) по цвету волос (от темного к светлому); в) по дате рождения (от января до декабря).

3. Внутренние и внешние качества.

Обсуждение того, что в предыдущем задании были использованы внешние признаки человека, но у каждого из нас есть и внутренние качества.

Примерные вопросы для обсуждения:

- зависят ли от нас наши внешние признаки?
- можно ли изменить внешность? Насколько это возможно и необходимо? (возможно подвести учащихся к мысли, что мы должны принимать себя, ценить; принимать других людей, не обращая внимания на внешние особенности)
- какие еще качества у нас есть, кроме внешних?

Затем ученикам предлагается записать на листочках своих качества, которые они знают.

4. Упражнение «Две стороны медали».

На доску выписываются все качества («внутренние»), которые записали у себя на листочках дети. Они записываются в 2 колонки: «+» и «-». (Можно их парами и выписывать).

Обсуждение:

- есть ли это качество у нас? А другое? (подвести детей к тому, что у нас присутствуют все эти качества, но в разной степени)

Мы говорим про человека, что он добрый, потому что он часто проявляет доброту, вежливым называет того, кто часто показывает

вежливость и т.д. Но это не значит, что добрый человек не может злиться, а вежливый не может нагрубить. Мы можем проявить любое качество.

- как мы определили, что это положительное качество, а это отрицательное?

Можно разобрать пример, что жадность – отрицательное качество, но это умение человека экономить, правильно распоряжаться своим и т.д. и это уже положительное качество. А щедрость может вылиться в расточительство.

Притча

Когда-то давно старик поведал своему внуку одну жизненную истину:

— Внутри каждого человека идёт борьба, очень похожая на борьбу двух волков — белого и чёрного. Один волк — это зависть, ревность, сожаление, эгоизм, амбиции, ложь. Второй волк — любовь, доброта, надежда, любезность, истина, верность.

Внук, задетый до глубины души словами деда, на несколько мгновений задумался, а потом спросил:

— А какой из этих волков победит?

Лицо старика тронула едва заметная улыбка, и он ответил:

— Смотря, как и чем ты их будешь кормить. Если будешь кормить только белого волка, чёрный будет поджидать тебя в каждом углу, он будет зол и станет всегда нападать на своего собрата. Поэтому чёрного волка нельзя оставлять голодным, подкармливая такие его качества, как упорство, бесстрашие, стратегическое мышление.

5. Подведение итогов, прощание.

Каждый из учеников желает остальным что-то на первую букву своего имени.