

Соціально- психологічний тренінг з розвитку мотивації до навчання та моральних цінностей

Мета : формувати в учнів різні види мотивів (пізнавальні, саморозвитку, досягнення); навчити вільно володіти собою, бути впевненими у собі; виховувати моральні цінності.

Хід заняття

Вправа«Приємні спогади»

Мета: використання позитивних емоцій, які пов'язані з успіхами в минулому та майбутньому для формування нових взаємин.

Кожен учасник має пригадати ситуацію, бажано шкільну, в якій він був задоволений собою, пишався своїми діями та досягненнями. Слід з'ясувати, що саме викликало задоволення, які позитивні відчуття учень пам'ятає. Для початку вчитель наводить приклад. Учні можуть виконати вправу спершу письмово, потім зачитати.

Інформаційне повідомлення

Моральні цінності — це різні форми вираження моральних вимог: норми і принципи моралі, моральні ідеали, поняття добра, справедливості, честі, гідності, обов'язку, життя людини, її моральні якості, моральні характеристики вчинків, діяльності та стосунків тощо. Моральні цінності виступають основою і критерієм для формування моральної оцінки та шкалою для співставлення оцінки явищ життя, вчинків людини. Моральні цінності є добром і для людини, яка здійснює їх вибір, і для її оточення, на яке цей вибір впливає. У процесі між особистих стосунків цінностями виступають добро і справедливість, що орієнтують на створення умов, за якими забезпечується мир і злагода між людьми, захист людського життя.

Вищим, абсолютним критерієм та основою моральних цінностей є необхідність розвитку й самоствердження цінності людського життя, визнання та забезпечення прав і свобод особи. **Саме у практичній діяльності, у навчанні, у конкретних вчинках, людина реалізує моральні цінності.** У суспільстві формуються й відтворюються різні системи цінностей, що вимагає від особи визначитись, зорієнтуватись на певні з них, ставить її у становище постійного вибору, віддання переваг тим чи іншим цінностям, що відповідають її уподобанням, інтересам, тобто орієнтація на певні цінності є ставленням людини до звичаїв, традицій, норм, принципів, ідеалів тощо. Ціннісні орієнтації — це соціально-психічні утворення свідомості, самосвідомість особистості, що стають базою мотивів соціально-психологічних настанов, відповідних дій, вчинків, основа спрямованості діяльності людини, її соціальної, моральної активності.

А чи є навчання для кожного з вас морально- духовною цінністю?

Вправа «Сходинки уроків»

Мета: Створення позитивного настрою на роботу, мотивація необхідності самопідтримки, розвиток вміння схвалювати свої дії, усвідомлення необхідності розвитку цілеспрямованості, впевненості у собі та мотивації до навчання.

«Зараз ви отримаєте картки із сходинками, розмістіть предмети в порядку зростання, значущості для себе.»

Після виконання вправи пропонуємо розповісти, чому саме і що подобається у вибраних предметах.

Техніка «Живої і мертвої води». Вправа «Що допомагає, а що заважає»

Мета: звільнення на глибинному рівні психіки.

На аркуші, поділеному навпіл, у першій колонці записують те, що учням допомагає навчатися, а в другій – те, що заважає. Потім у групах все обговорюється.

Вправа для розвитку моральної рефлексії

Мета: Формування вміння зосереджуватися на вагомих для себе життєвих цілях, усвідомити життєві закономірності, розкриття своїх нових цілей, розвиток взаємопідтримки учасників.

Підліткам пропонується обміркувати різні життєві ситуації.

Питання, які обговорюються в процесі дискусії:

1. У вас з'явилися гроші. Могли б ви витратити їх усі на подарунки своїм друзям?
2. Друг розповідає вам про свої негаразди. Чи дасте ви йому зрозуміти, що вас це мало цікавить?
3. Чи часто ви говорите приємне людям, щоб підняти їх настрій?
4. Чи любите ви злі жарти?
5. Чи довго ви пам'ятаєте неприємності, що вам зробили ваші друзі?
6. Чи можете ви терпляче вислухати навіть те, що вас зовсім не цікавить?
7. Чи охоче ви виконуєте прохання оточуючих?
8. Чи можете ви жартувати над кимось, щоб розвеселити оточуючих?
9. Чи часто ви телефонуєте своїм друзям, щоб підтримати їх?
10. Ви випадково скривдили свого друга і він перестав з вами спілкуватися. Чи можете ви підійти після сварки до друга першим?

Поміркуйте та обговоріть ваші думки щодо цієї ситуації.

- У вашому класі є учень, до якого багато хто ставиться зневажливо. Над ним знушаються (б'ють, сміються). Це пов'язано з тим, що в молодших класах він був ябедником, кривдив слабших. Але це було раніше, і зараз його поведінка інша. Особисто вам він не зробив нічого поганого. Як ви будете ставитися до цього однокласника? Що ви відчуваєте, коли бачите, як його

кривдять? Наскільки справедливі до нього інші однокласники? А тепер уявіть себе на місці скривдженого. Що ви зробили б для зміни ситуації? Перейшли б в інший клас (школу), чи спробували б відстоювати свої права?

- Я знаю, що мій друг робить непорядні вчинки (обманює батьків, конфліктує з однокласниками, байдуже ставиться до проблем інших, курить „травичку”, краде чужі речі, спілкується з компанією неформалів-делінквентів). Я намагався (намагалася) розмовляти з ним на цю тему, але він своїх звичок не залишає. Я не знаю, що робити, як допомогти своєму товаришу.

Вправа «Три вчинки»

На аркуші паперу учні повинні записати 3 гарні вчинки, які вони зробили протягом останнього тижня. Згодом завдання ускладнюємо, пропонуючи обмежитись тільки шкільним життям, згодом – успіхами в навчанні. Потім по черзі прочитати написане. Інші учасники повинні похвалити однокласника за добрі вчинки.

Нейропсихологічна вправа «Поміняй»

Мета: забезпечити психологічне розвантаження учнів.

Дітям пропонують покласти обидві руки на парту. Права – стиснута в кулак, ліва – лежить вільно. За сигналом (оплеск, стук тощо) положення рук змінюється навпаки. Поступово темп прискорюється. Можна виконувати під музику.

Вправа «Мої позитивні риси»

Мета: встановлення сприятливого психологічного клімату, нейтралізація емоційної напруги, створення позитивної мотивації та зацікавленості в роботі тренінгу.

Психолог пропонує підліткам протягом 5 хвилин скласти перелік своїх сильних сторін, які вони цінують у собі і які додають їм впевненості у своїх силах.

Питання:

- 1) Чи важко було вам написати ці риси? Чому?
- 2) Тепер ще раз прочитайте те, що написано у вас на листку. Чи всі ці позитивні риси бачать в вас інші?

Головне завдання кожного – підтверджувати своєю поведінкою і справами, все те позитивне, що ви у себе відзначили.

Вправа «Хочу бути»

Мета: виявлення можливих перешкод на шляху самовдосконалення, усвідомлення зв'язку між баченням свого майбутнього та сьогоденням.

На дошці прикріплені картки з рисами характеру, якостями, властивими (не властивими) школярам. Учні по черзі вибирають картки, з рисою, якої б він хотів набути, пояснюючи, чому саме хотіли б бути такими.

Риси: розумний, слухняний, чесний, балуваний, нечемний, спокійний, наполегливий, крикливий, неслухняний, веселий, допомагати іншим, неуважний, старанний, неохайний, доброзичливий, вихований, галасливий, сумний тощо.