

*Есть у русского человека враг,
непримиримый, опасный враг, не будь
которого, он был бы исполином. Враг
этого - лень.*

Н.Гоголь

ЛЕНЬ – ЭТО ВРАГ ИЛИ ДРУГ?



Автор: Баранов Александр,

9 б класс



Проблемный вопрос

Лень – это благо или зло?





Цель исследования: определить, что такое лень и надо ли с ней бороться.

Задачи:

- ▣ познакомиться со значением слова «лень», охарактеризовать понятие «лень»;
- ▣ узнать, как рассматривается понятие «лень» в культуре;
- ▣ определить, является ли лень болезнью или слабостью;
- ▣ выявить виды лени и способы борьбы с ней;
- ▣ выяснить, насколько ленивы учащиеся нашей школы;
- ▣ проанализировать результаты теста и сделать выводы.



Гипотеза



**Лень – это порок,
с которым надо бороться.**



Лень – это такая штука, которая не жмёт, не давит и не мешает!



Ход исследования:

- **познакомился со значением слова «лень», охарактеризовал понятие «лень»;**
- **узнал, как рассматривается понятие «лень» в культуре;**
- **определил, чем является лень: болезнью или слабостью;**
- **выявил виды лени и способы борьбы с ней;**
- **выяснил, насколько ленивы учащиеся нашей школы с помощью тестов;**
- **проанализировал результаты тестов;**
- **сделал выводы.**





Результаты исследования

Что такое лень?

- В словаре Даля сказано: «Лень - отвращение от труда, от дела, занятий; склонность к праздности и тунеядству».
- Другое определение лени — «потребность в экономии энергии». Лень — стремление человека отказаться от преодоления трудностей, устойчивое нежелание совершать волевое усилие.
- Лень — это признак депрессии.
- В психологии лень — это отсутствие мотивации.



Лень в культуре



- В славянской мифологии Лень и Отеть — духи, развращающие человека и мешающие ему нормально жить и трудиться.
- Лень — первая степень падения. Более высокая, вторая, степень — Отеть. Человек становится толстым и неповоротливым, в критической ситуации не предпринимает ничего для спасения себя и своих близких. Дальнейшая степень разложения ведёт к невозможности двигаться и к смерти через обжорство.
- В «Божественной комедии» Данте Алигьери лентяи находятся в 5-м круге ада.

КУЛЬТУРА 

Сказка

про

ЛЕНЬ



Русская народная сказка

Жили-были Лень да Отеть.

Про Лень все знают: кто от других слышал, кто встречался, кто знается и дружбу ведет. Лень она прилипчива: в ногах путается, руки связывает, а если голову обхватит — спать повалит.

Отеть Лени ленивее была.

День был легкий, солнышко пригревало, ветерком обдувало.

Лежали под яблоней Лень да Отеть. Яблоки спелые, румянятся и над самыми головами висят.

Лень и говорит:

— Кабы яблоко упало да мне в рот, я бы съела.

Отеть говорит:

— Лень, как тебе говорить-то не лень?

Упали яблоки Лени и Отети в рот. Лень стала зубами двигать тихо, с передышкой, а съела-таки яблоко.

Отеть говорит:

— Лень, как тебе зубами-то двигать не лень?

Надвинулась темная туча, молния ударила в яблоню. Загорела яблоня большим огнем. Жарко стало.

Лень и говорит:

— Отеть, сшевелимся от огня; как жар не будет доставать, будет только тепло доходить, мы и остановимся.

Стала Лень чуть шевелить себя, далеконько сшевелилась.

Отеть говорит:

— Лень, как тебе себя шевелить-то не лень?

Так Отеть голодом да огнем себя извела.

Стали люди учиться, хоть и с леностью, а учиться. Стали работать уметь, хоть и с ленью, а работать. Меньше стали драку заводить из-за каждого куска, лоскутка.

А как лень изживем — счастливо заживем.





Лень в культуре

Пословицы и поговорки

- **Отчего кот гладок? – поел да и набок.**
- **Станешь лениться, будешь с сумой волочиться.**
- **Лень к добру не приставит.**
- **Лень себя бережет.**
- **Лень, отвори дверь, сгоришь! Хоть сгорю, да не отворю.**
- **Ленивому всегда праздник.**
- **Когда лень, всё идёт через пень.**
- **У лентяя Федорки всегда отговорки.**





Лень в культуре

Афоризмы о лени

- ▣ Апатия и лень - истинное замерзание души и тела.
В.Г. Белинский
- ▣ Ленивые всегда бывают людьми посредственными.
Вольтер
- ▣ Ленивость рождается от изобилия. Ближайший повод к лени – безначалие.
А. Суворов
- ▣ Мы все ленивы и нелюбопытны.
А. С.Пушкин
- ▣ Труд — лучший отдых от лени.
М.Генин
- ▣ Ленив — это мать. У нее сын — воровство и дочь — голод.
В. Гюго





Лень в культуре

Библейская притча

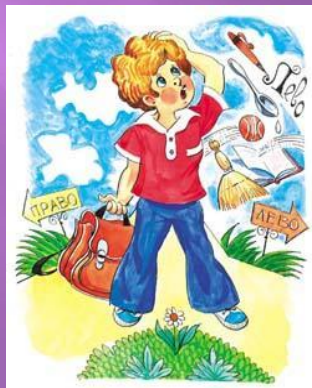
- «Проходил я мимо поля человека ленивого и мимо виноградника человека скудоумного: и вот, всё это заросло терном, поверхность его покрылась крапивою, и каменная ограда его обрушилась. И посмотрел я, и обратил сердце моё, и посмотрел и получил урок: “Немного поспишь, немного подремлешь, немного, сложив руки, полежишь, — и придёт, как прохожий, бедность твоя, и нужда твоя — как человек вооружённый”».



Два мифа, связанные с понятием «лень»

- Первый миф — лень считают чем-то независящим от человека, неустранимой чертой характера.

Это неверно. Лень — это всего лишь определенные шаблоны поведения, привычки. А привычки можно менять.



- Второй миф заключается во фразе: «Лень — это когда я ничего не делаю».

Это тоже неверно. Когда человек говорит: «Я ленюсь», он не ничего не делает, а ест, пьёт, смотрит телевизор, лежит на диване, слушает музыку и т.д. Все это — действия. Другое дело, когда эти действия начинают мешать жизни.

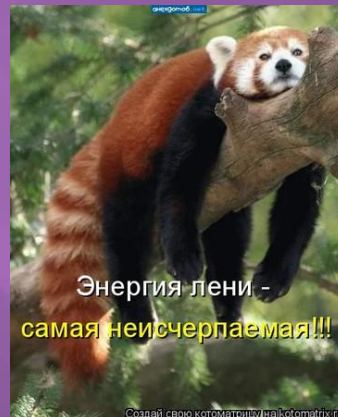




Что такое лень?

Более верными определениями будут следующие:

- ▣ «Лень — это бесполезные действия».
- ▣ «Лень — отсутствие или недостаток трудолюбия, предпочтение свободного времени трудовой деятельности».



Лень – это болезнь или слабость?

Существует две точки зрения

- Лень – это слабость.
- Это такое же состояние как ревность, любовь, смелость, обида.
- Лень, а также другие проявления слабости, - трусость, нерешительность, несдержанность и т.д. являются серьезными дефектами развития личности, их преодоление требует серьезной работы по самовоспитанию.
- Лень – это болезнь.
- Это доказали ученые из университета Ньюкасла в Австралии.
- Учёные считают, что лень – это болезненное состояние, которое они называют синдромом мотивационной недостаточности. Он поражает каждого пятого жителя нашей планеты и характеризуется непреодолимой и расслабляющей апатией.

82% опрошенных считает, что лень – это слабость.





Какие бывают лентяи?

Лентяй ослабленный или скучающий

Причины лени

Низкий физический тонус человека.

Способы борьбы с ленью

Полезны пробежки, гимнастика, занятия йогой, плавание и полноценный сон, который активизирует жизнедеятельность организма.

Лентяй неорганизованный

Причины лени

Человек не может войти в нужный ритм. Такая лень самая опасная.

Способы борьбы с ленью

Только силовое воздействие над собой, концентрирование на положительных моментах.

Лентяй изобретательный

Благодаря им, облегчена наша жизнь. Лень было копать землю лопатой, придумал лентяй экскаватор. Лень заниматься уборкой – придумал пылесос. Может быть, и вы из-за лени выполнять какую-то работу совершите изобретение века?



Результаты теста



- Психологи могут определить склонность к лени по вкусам и предпочтениям человека.
- Тест «Всякому овощу – свой фрукт» может в этом помочь.
- Было проведено исследование, в котором приняли участие 30 человек, 12 из них оказались склонны к лени.



Результаты теста «Ленивы ли вы?»



- Среди 30 учащихся нашей школы был проведён тест «Ленивы ли Вы?»

Результаты теста

Очень ленивы – **8** человек.

Склонны к лени – **18** человек.

Нет даже намёка на лень – **4** человека.





Выводы

- **Лень – это порок. Большинство людей склонно к лени и считает, что лень – это зло.**
- **С ленью сталкивался каждый человек. Лень - это когда что-то надо сделать, а очень не хочется.**
- **Лень - стремление человека отказаться от преодоления трудностей, устойчивое нежелание совершать волевое усилие.**
- **Лень - свидетельство бессилия и вялости человека, его неприспособленности к жизни, безразличия к общему делу. Ленивый человек обычно обладает внешней локализацией контроля и потому безответственен.**
- **Отсюда напрашивается вывод - с ленью надо бороться!**



Способы борьбы с ленью



- **Чтобы перестать лениться, надо ничего не делать.**
- **Заставьте себя поработать пять минут, это проще, чем приниматься за дела, осознавая, что придется трудиться целый день.**
- **Разбейте большие дела на части.**
- **Вознаграждайте себя.**
- **Не откладывайте дело на завтра.**



Способы борьбы с ленью



- Сознательно предайтесь лени со всем жаром своей души и тела.

Доведите свое состояние ничегонеделания до состояния полного абсурда. Долго ли вам удастся продержаться, особенно, если по натуре вы человек деятельный, энергичный, беспокойный? Очень скоро лень станет вам невыносима, вы начнете засыхать без дела, воздуха и движения, то есть потихоньку умирать. А смерть – это высшее проявление лени, ибо есть полная неподвижность и полное отсутствие жизни.

Разве вы к этому стремитесь?



Мой выбор:

- Когда мы будем воспринимать трудности как школу своего мастерства, то мы победим свою лень.
- Каждый из нас вправе выбирать, как прожить свою жизнь. На диване или с рюкзаком за плечами, покоряя Эверест. У каждого из нас есть только один шанс, который может превратить нас в толстого пингвина или в парящую в небе гордую птицу!
- А как думаете ВЫ?

Ресурсы

- **Лень в представлениях обыденного сознания / Михайлова Е. Л. // Психологические проблемы самореализации личности. Вып. 8 / Под ред. Л. А. Коростылёвой. СПб.: Изд-во С.-Петербур. ун-та, 2004.**
- **Интернет ресурсы**
- **<http://hyaenidae.narod.ru/story2/087.html>**
- **Мануковская Е. Вся правда о лени**
<http://www.planetapsy.ru/psihicheskie-sostoyaniya/vsya-pravda-o-leni>
- **www.slovopedia.com**
- **<http://www.redom.ru/pubs/283/>**
- **ru.wikipedia.org/wiki/**

