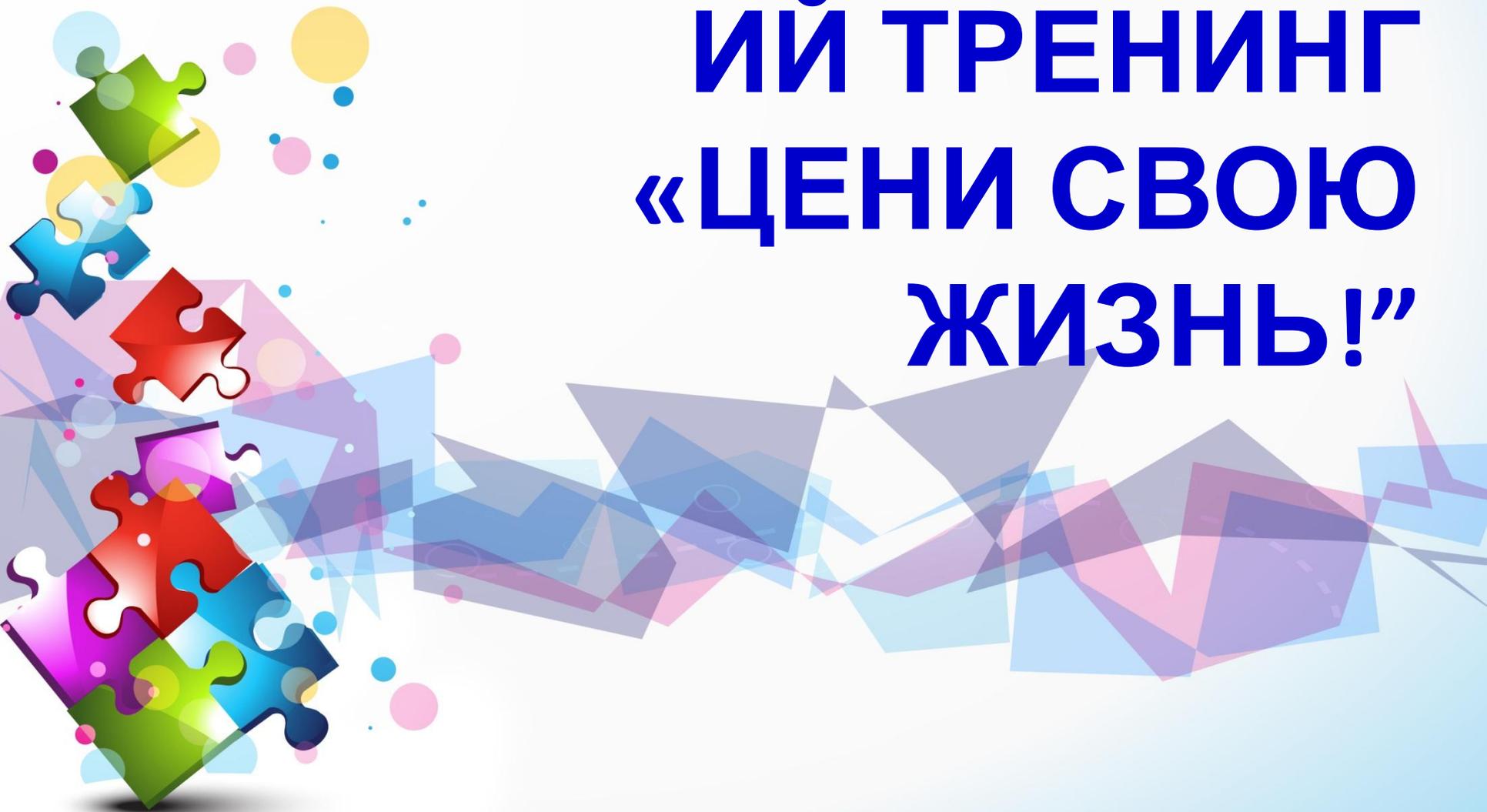


ПРОФИЛАКТИЧЕСК ИЙ ТРЕНИНГ «ЦЕНИ СВОЮ ЖИЗНЬ!»



Упражнения « В чем смысл жизни?... »

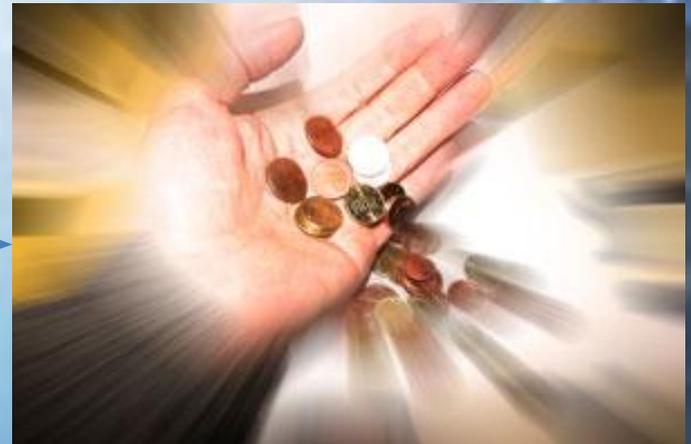




**Жизнь
– это...**



Что такое ЖИЗНЬ???



**«Жизнь – это грязная дорога, на которой иногда
попадают золотые монеты».
О чём говорит это высказывание?**

Дерево жизни: нарисуй свое дерево жизни и **найди свою уникальность!**



- Корни – то, что вас вырастило... чем больше корней, тем увереннее растут деревья и растете вы.

- Ствол – то, на чем держится ваша жизнь, ее смысл...

- Большие ветви - это вы... Изобразите себя в виде большой ветви подпишите. Найдите свое положение на стволе дерева и при дальнейшей работе постарайтесь друг другу не мешать.

- Маленькие ветки, веточки – это ваши цели, чего вы хотите добиться в жизни.

- Листья – это ваши хорошие качества, то, что помогает вам в жизни...

- Цветы на дереве – ваша уникальность, ваши мечты..

**Лестница вашей мечты (выбери
необходимые ступеньки), что может
помешать в достижении цели (почему)?**

семья

карьера

дети

богатство

алкоголь

?

здоровье

?

?

курение

?

образование

?

друзья

наркотики

?

?

работа

квартира



Задумайтесь по каждому пункту, как они могут навредить вам лично? Вашим близким, друзьям? Обществу? Как могут помешать вашим планам? Почему это добровольное сумасшествие?

На что потратить жизнь? Задумайся, на что ты потратишь жизнь?



Работа со словарём:

Ценности представляют собой цель, к которой стремятся люди, поскольку они связаны с удовлетворением потребностей людей. Ценности биологически не наследуются. Для достижения ценности необходимо приложить самостоятельные усилия.

Ценности делятся на материальные (золото, деньги, недвижимость и т. д.) и нематериальные (любовь, честь, достоинство, свобода и т. д.)

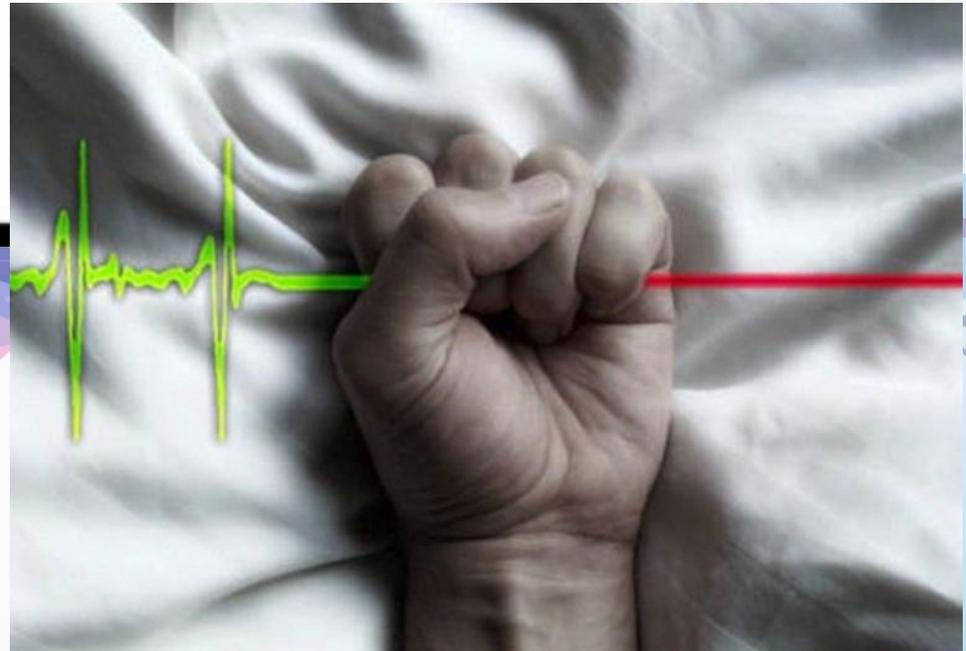
Цена - стоимость чего-нибудь (товара), выраженная в денежных единицах. Цена товара не всегда совпадает с его стоимостью.

Цена - Плата, вознаграждение за что-нибудь.

Цена - Победа досталась дорогой ценой.



На что потратишь жизнь?



Упражнение

«Выбор жизненных ценностей»

(распредели в круговой диаграмме свои жизненные ценности)



**Упражнение: «Что я ценю в людях?»
Какие есть у тебя вечные ценности?»**

Вечные ценности:

Совесть

Милосердие

Любовь

Дружба

Справедливость

Доброта

Смелость

Честность

Порядочность

Жизнь – наслаждение,



Жизнь – созидание,



Жизнь- поиск.





Притча о кубшине



Один мудрец взял пустой кувшин и наполнил его доверху небольшими камнями. Собрал своих учеников и задал им первый вопрос: «Скажите, уважаемые, полон ли мой кувшин?» На что те ответили: «Да, полон».

Тогда мудрец взял банку с горохом и высыпал её содержимое в кувшин с камнями. Горох заполнил все промежутки между ними. Задал мудрец второй вопрос: «Полон ли теперь мой кувшин?» Ученики вновь подтвердили, что да, полон.

Тут мудрец взял коробку с песком и его тоже высыпал в кувшин. Песок просочился сквозь горох и камни и занял всё свободное место. Еще раз спросил мудрец своих учеников, полон ли кувшин, и снова услышал утвердительный ответ. Тогда достал мудрый человек кружку, полную воды, и вылил ее в банку до последней капли. Засмеялись ученики, видя все это.



Сказал мудрец: «Я хотел, чтобы Вы осознали, что кувшин — это наша жизнь. Камни — самая главная составляющая жизни каждого: дети, семья, здоровье, друзья. Горох — это те вещи, которые иметь приятно, но всё же это не самое важное: дом, работа, машина, драгоценности и пр. Песок же символизирует мелочи, которых полно в жизни любого человека. Если сначала кувшин наполнить песком, не останется места для гороха и тем более для камней.

Так же и в жизни: если тратить время на пустяки, его совсем не остается на самое главное. Уделяйте внимание своим родным и близким, себе и друзьям, а заняться уборкой, ремонтом, шопингом всегда найдется возможность.

Мудрец уже собирался уходить, когда один из учеников задал вопрос: «А для чего же была нужна вода?»

Учитель с улыбкой ответил: «Я добавил в кувшин воды, чтобы показать Вам, что как бы ни занята была ваша жизнь, всегда найдется место для отдыха».

**Самые важные вещи(семья,
дети, здоровье) –**



**менее значимые (работа,
квартира, машина) –**



**мелочи жизни
(повседневная жизнь) -**





**А чем наполнен
ваш кувшин?**



Трещина в кувшине



Трещина в кувшине (притча)

Жила-была пожилая китайская женщина, у которой было два больших кувшина. У одного из них была трещина, в то время как другой был безупречным и всегда вмещал в себя полную порцию воды. Они свешивались по концам коромысла, лежащего у женщины на плече. В конце длинного пути от реки к дому кувшин с трещиной всегда оставался заполненным лишь наполовину. Это происходило каждый день на протяжении многих месяцев: старая женщина приносила домой всегда только полтора кувшина воды.

Целый кувшин был очень горд своей работой, а кувшин с трещиной стыдился своего недостатка и был расстроен, что способен делать только половину того, для чего предназначен.

Он все больше убеждался в собственной непригодности и, наконец, обратился к своей хозяйке:

“Мне стыдно, что я такой. Из-за моей трещины, из кувшина постоянно вытекает вода. Ты приносишь его домой полупустым».

Женщина улыбнулась: «Я знала о твоём недостатке. Ты заметил, что на твоей стороне дорожки целое лето растут цветы, а на стороне другого кувшина - нет ? Ты поливаешь их каждый день, когда мы идём домой. Я могу срезать эти чудесные цветы и украшать ими свой дом. Если бы ты не был таким, какой ты есть, то и красоты этой не было бы“

***Мораль.** У каждого из нас есть свои особенности, странности и недостатки. Но эти «трещинки» делают нашу жизнь разнообразной, достойной принятия и понимания. Поэтому нужно каждого воспринимать таким, какой он есть, и видеть в нём, в первую очередь, хорошее. Уважая других, вы будете достойны уважения окружающих.*

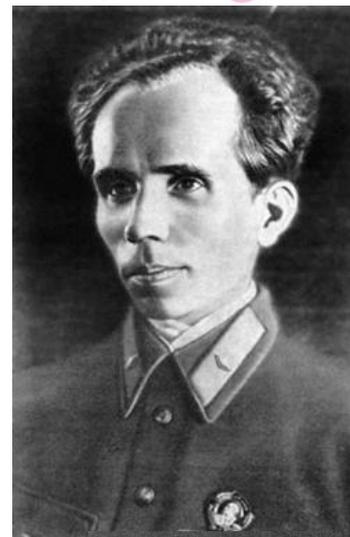
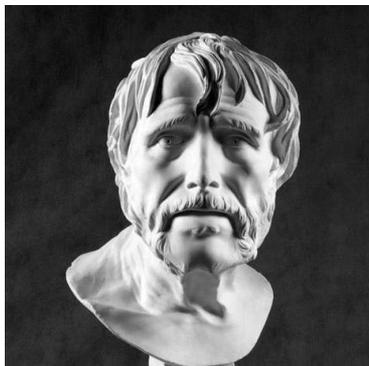
A painting of a woman in a red sari with a white polka-dot pattern, standing in a room filled with large, brown clay pots. She is looking towards the viewer with a slight smile. The background is a soft, light-colored wall with some bare branches visible on the left. The overall style is soft and painterly.

***ОСОБЕННЫМИ - НАС ДЕЛАЮТ
НАШИ ОСОБЕННОСТИ***



Самое дорогое у человека - это жизнь. Она дается ему один раз, и прожить ее надо так, чтобы не было мучительно больно за бесцельно прожитые годы...

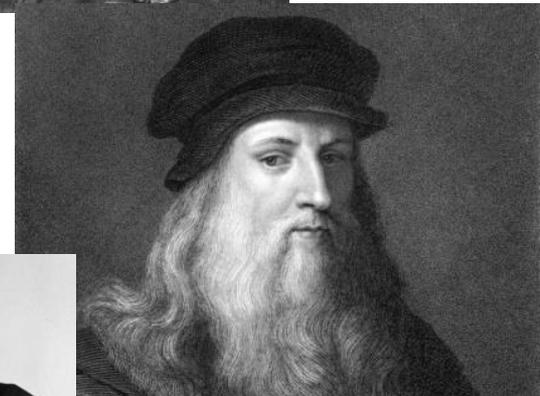
Н. Островский



Как басня, так и жизнь ценится не за длину, но за содержание. Сенека Благо - не всякая жизнь, а жизнь хорошая.

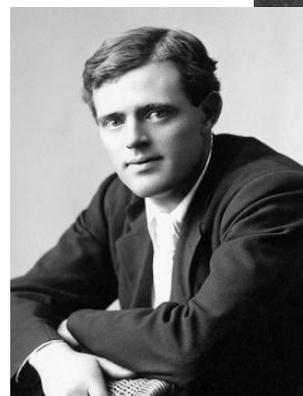
Сенека

**Кто не ценит жизнь, тот недостоин её.
Леонардо да Винчи.**



В конце концов, человеку дана всего одна жизнь – от чего же не прожить ее как следует?

Д. Лондон



Если вы хотите, чтобы жизнь улыбалась вам, подарите ей сначала своё хорошее настроение.



В.А.Сухомлинский: *«Вы живете среди людей. Каждый ваш поступок, каждое ваше желание отражаются на людях. Знайте, что существует граница между тем, что вам хочется, и тем, что можно. Ваши желания – это радости или слезы ваших близких. Проверяйте свои поступки сознанием: не причиняете ли вы зла, неприятностей, неудобств людям своими поступками. Делайте так, чтобы людям, которые окружают вас, было хорошо ...»*

**В.А. Сухомлинский
о воспитании**

«Особая сфера
исследовательской
работы – середина
детей, подростки
и юношество от одной
из самых больших бед –
преступны дураки,
бездуховность...
Пасторальный человек
кончается там, где
есть светлая
душа...»



Цените жизнь!!!





**ВЫБЕРИ
ЖИЗНЬ БЕЗ ВРЕДНЫХ
ПРИВЫЧЕК!**



**Желаю вам шагать по жизни смело,
Желаю счастья каждому найти,
Пусть сбудется, что каждому
хотелось.**

В дорогу, друг! Счастливого пути!