

Болотина Марина Геннадьевна

социальный педагог

Министерство образования и науки Амурской области

Государственное образовательное бюджетное учреждение

среднего профессионального образования

Благовещенский политехнический колледж

г.Благовещенск, Амурская область

ТЕМАТИЧЕСКИЙ КЛАССНЫЙ ЧАС

"ПРОЩЕНИЕ ИЛИ МЕСТЬ"

Слайд 1 **Цель:** подготовить студентов к ситуациям, когда нужно простить человека, проявив сочувствие, сострадание, поняв и приняв значимого другого.

Задачи: 1. Способствовать формированию установки на конструктивное поведение в общении с окружающими и разрешение жизненных проблем через принятие себя и другого.

2. Воспитывать толерантность, т.е. выдержку, терпимость в ситуациях межличностных конфликтов.

3. Помогать учащимся осознать необходимость прощения, почувствовать радость прощения.

Актуальность: В последнее время в нашей стране то тут, то там возникают конфликты. Есть более серьезные и опасные формы проявления нетерпимости в повседневной жизни – коммуникативная нетерпимость, которая чаще всего встречается в семье.

Предварительная подготовка

Листы ватмана. Слайды. Музыка. Подготовленное студенткой стихотворение.

Ход классного часа

Слайд 2 1. Орг. момент. приветствие

А начну я наш классный час с притчи.

Как-то собрались Души на совещание перед воплощением на Землю.

И вот Бог спрашивает одну из них:

- Зачем ты идёшь на Землю?

- Я хочу научиться прощать.

- Кого же ты собираешься прощать? Посмотри, какие Души все чистые, светлые, любящие. Они настолько любят тебя, что ничего не могут сделать такого, за что их нужно прощать.

Посмотрела Душа на своих сестричек, действительно, она их любит, безусловно, и они её так же любят!

Пригорюнилась Душа и говорит:

- А мне так хочется научиться прощать!

Тут подходит к ней другая Душа и говорит:

- Не горюй, я тебя так сильно люблю, что готова быть рядом с тобой на Земле и помочь тебе испытать прощение. Я стану твоим мужем и буду тебе изменять, пить, а ты будешь учиться меня прощать.

Другая Душа подходит и говорит:

- Я тебя тоже очень люблю и пойду с тобой: буду твоей мамой, наказывать тебя, всячески вмешиваться в твою жизнь и мешать жить счастливо, а ты будешь учиться меня прощать.

Третья Душа говорит:

- А я буду твоей лучшей подругой и в самый неподходящий момент предам тебя, а ты будешь учиться прощать.

Ещё одна Душа подходит и говорит:

- А я стану твоим начальником, и из-за любви к тебе буду относиться к тебе жёстко и несправедливо, чтобы ты могла испытать прощение.

Ещё одна Душа вызвалась быть злой и несправедливой свекровью.

Так и собралась группа любящих друг друга Душ, придумали сценарий своей жизни на Земле для проживания опыта прощения и воплотились. Но оказалось, что на Земле вспомнить Себя и о своём договоре очень сложно.

Большинство приняли всерьёз эту жизнь, стали обижаться и гневаться друг на друга, забыв о том, что они сами составили этот сценарий жизни, а главное — что все любят друг друга!

- Прослушав эту притчу, о чем вы думали, о чем она????

Рассуждения студентов.

2. Основная часть

Иногда простить друг друга бывает легко, а иногда очень трудно, обида гложет человека, отравляет жизнь, не даёт свободно общаться людям. В душе гаснет солнце добра и теплоты, наплывают чёрные тучи одиночества, с вами остаются лишь злость и обида на себя, на обидчика, на весь мир. Человек, находясь в таком состоянии, не может хорошо работать, учиться, приносить пользу людям. Как же выйти из этого состояния? Что поможет?

- **Слайд 3** Есть ли среди нас тот, кто был обижен кем-либо когда-нибудь? Поднимите руки, пожалуйста... Каждый из нас в обиде не одинок. Давайте назовем чувства, которые мы испытываем, когда обижаемся.

Слайд 4 - Ребята, а вы ведь тоже кого-то обижали? А какие чувства испытывает человек, обидевший другого, – сам обидчик?

Слайд 5 А как же быть в тех случаях, когда после конфликта, сопровождавшегося обидой, агрессией, желанием отомстить, тебе предстоит жить рядом с обидчиком, учиться с ним в одном классе? А если тебе этот человек – брат или сестра, отец или мать?

Вопрос для дискуссии. Каковы причины непорочения?

Из ответов студентов нужно вывести и записать на ватмане основные причины:

- 1) эгоизм (человек воспринимает обиду как оскорбление своей личности, это его возмущает, задевает, ущемляет чувство собственного достоинства, все мысли направлены на свою персону, занят своими чувствами, переживаниями, считает, что обидчик должен первым подойти и попросить порочения);
- 2) гордость (это чувство требует возмездия, расплаты, мести);
- 3) жажда справедливости (пока обидчик не понес наказания, человек считает себя вправе обижаться на него);
- 4) самолюбие (прежде чем простить, человек хочет, чтобы обидчик побегал за ним, вымаливая порочение, страдал, как пострадал он, испытал ту же боль и т. п.);
- 5) низкая самооценка (для таких людей простить означало бы понизить планку самооценки еще ниже, а также лишиться сочувствия со стороны других);
- 6) болезненность нанесенной обиды (сама мысль об обиде причиняет боль, человек не желает вспоминать об этой боли, особенно если рана слишком глубока и о ней хочется забыть, запрятав боль далеко внутрь себя);
- 7) мнение окружающих (в мире бытует неправильное представление о порочении, в окружающей жизни полно негативных примеров воздаяния, что еще больше культивируется в кинофильмах, друзья в качестве поддержки оправдывают непорочение, считают такое отношение справедливым);

8) отношение друзей (человек боится, что, если он простит, друзья или окружающие люди его не поймут и отвергнут);

9) неспособность простить самого себя (человек склонен переносить критику с себя на других людей — то, что не нравится в себе, трудно воспринимается и в других);

10) неумение прощать (человек не знает, что такое прощение, он может заблуждаться, считая, что уже простил, но на самом деле все еще таить в глубине души обиду).

Что же такое прощение? Для объяснения можно пойти от противного: выяснить, чем прощение не является:

1) понимание мотивов, объяснение и оправдание действий обидчика (этого недостаточно для прощения, необходимо принять решение, отпустить боль из сердца);

2) все забыть (некоторые думают, что со временем обида сама стирается с души, забывается, особенно если о ней не думать; но закапывание в себе боли не приносит душевного исцеления; время не может простить вместо человека, оно только помогает справиться с обидой, но само по себе ничего не дает);

3) непонимание того, что на кого-то обижен (возможно, обида уже давно забылась, но все еще сказывается на психическом состоянии, мешает в отношениях с людьми, создает внутренние комплексы, зажатость, беспокойство и т. п.; такими, например, бывают обиды, причиненные в детстве плохим отношением родителей и др.);

4) отрицание факта обиды (когда человек не признается даже сам себе, что обиделся на кого-то, как будто ничего не произошло, но на подсознательном уровне страдает из-за живущего в душе непросщения);

5) слова «Я простил тебя» (человек может сказать это, но продолжать обижаться; некоторые думают, что благодаря своему признанию обида и боль

автоматически уйдут, но этого чаще всего не происходит). Основные пункты записываются на листе ватмана.

А вы знаете от куда появилось слово ПРОСТИ?

Сказка «Прости» (читает за ранее подготовленный студент)

Слайд 6 В «Толковом словаре русского языка» С. Ожегова слово «простить» расшифровывается как «извинить, не ставить в вину, освободить от какого-либо обязательства» А в словаре В. Даля «простить -делать простым от греха, вины, долга; освобождать от обязательства, миловать».

Слайд 7 А всегда ли любой человеческий поступок можно простить? Если мы видим, что человек раскаивается, мучится угрызениями совести, считает себя виновным, ему можно отпустить вину, дать возможность почувствовать, что он прощён. Если ситуация не ущемляет чувства собственного достоинства, то всё-таки не стоит лелеять в себе обиду, возвращать злость и желание отомстить...

Вопрос для дискуссии. Как узнать, простил я обидчика или нет?

Вместе со студентами вывести признаки непощения:

- 1) огорчение (если это чувство возникает всякий раз, когда вспоминается случай нанесения обиды);
- 2) жалобы (человек часто вспоминает случай нанесения обиды с целью пожаловаться на обидчика);
- 3) уныние (недовольство жизненными обстоятельствами приводит к этому чувству, а причина может скрываться в непощенной обиде);
- 4) отчуждение (отсутствие желания общаться с обидчиком — человек начинает избегать встреч с ним; присутствие того, кто причинил когда-то боль, просто невыносимо; человек говорит: «Я тебе все простил, но больше ко мне не подходи», это свидетельствует о непощении);
- 5) требование возмещения ущерба (когда человек готов простить только при условии возмещения причиненного ему ущерба, например, обидчик должен

заплатить деньги или приобрести какую-нибудь вещь, встать на колени и т. д.; если этого не происходит, обида так и продолжает сидеть в сердце). Ответы записать на ватмане.

Слайд 8 К этой теме обращались и великие люди ушедшего тысячелетия. Один из них – голландский художник Рембрандт, для которого библейская «Притча о блудном сыне» послужила сюжетом для написания знаменитой картины. (Сын, ведя распутный образ жизни, промотал свою долю отцовского состояния. Однако он вернулся к отцу, и отец простил его)

Слайд 9 Притча о блудном сыне (читает студент)

Слайд 10 Итак, что же означает теперь для вас слово «простить»?

Сейчас предлагаю Вам прослушать еще одну историю (ранее подготовленный студент начинает читать стихотворение) !

Слайд 11 - 19

Как вы думаете, встретятся ли вновь парень с девушкой или нет? Почему?

Прокомментируйте следующие мнения (**Слайд 20**)

Слайд 21 Что же чувствует девушка после произошедшего инцидента?

Слайд 22 И всё-таки как же, по вашему мнению, будут развиваться отношения между юношей и девушкой?

Слайд 23 Что мы чувствуем, когда прощаем себя и другого?

Слайд 24 Удивление. Избавление от тяжких мук и обид. Счастье, облегчение.

Слайд 25 Прощение - сложный процесс. Требующий сил и энергии, дарующий исцеление от обид, вредно воздействующих на физическое и психическое здоровье человека. Прощение подобно спасательному кругу. Который в ситуации обиды не даст утонуть в потоке гнева и агрессии, избавит нас от тяжких мук, которые мы порой несём через всю жизнь.

Слайд 26 «Прощение – не отрицание собственной правоты в суждениях, а попытка взглянуть на обидчика с состраданием, милосердием, любовью в то время, когда он, казалось, должен быть лишён права на них».

Слайд 27 Притча о любви. (читает ранее подготовленный студент)

Слайд 28 «Умейте прощать» Грехи любимых, без сомненья Умейте сердцем отпустить, Чтобы самим не ждать прощенья За то, что не смогли простить. Не ставьте гордость во приоре, Блефуя чувствами на Вы. Ведь так случиться может вскоре, Что не осилите игры.

3. Заключение

Выводы студентов о теме классного часа.

Непрощение вредно прежде всего для самого человека, который обижен. В его душе возникает много неприятных чувств, которые отравляют жизнь. Поэтому, заметив за собой обиду, надо постараться как можно быстрее простить своего обидчика и примириться с ним.

Слайд 29 «Правило бумеранга»

Других не зли и сам не злись,

Мы гости в этом бренном мире.

А если что не так – смирись.

Будь поумнее, улыбнись.

Холодной думай головой,

Ведь в мире все закономерно.

Зло, излученное тобой,

К тебе вернется непременно.

Дополнительный материал:

Высказывания и афоризмы о прощении и мести.

(примерные ответы студентов)

Умей прощать, и мощь твоя умножится. (Публий)

Блаженны подавляющие свой гнев и прощающие людей. (Ас-Самарканди)

Нельзя бросаться сгоряча. И, осердясь, рубить сплеча. Мстя за ущерб кому попало. С умом нам действовать пристало. Вредом не умножая вред. Ганс Сакс такой дает совет. (Сакс Ганс)

...Кто мстит, иногда жалеет о совершенном; тот, кто прощает, никогда не жалеет об этом. (Дюма А. отец)

Настоящий способ мстить врагу — это походить на него. (Марк Аврелий)

Сильнее всех побед — прощение. (Шиллер Ф.)

Кто смеется, тот не злится, потому что смеяться — значит прощать. (Ключевский В.)

Тот, кто замышляет месть, растравляет свои раны, которые иначе уже давно бы исцелились и зажили. Поистине, совершая месть, человек становится вровень со своим врагом, а прощая врага, он превосходит его. (Бэкон Ф.)

Если бы наша эпоха была только трагична! Но она еще и гнусна. Вот отчего ей надо бросить обвинение — и даровать прощение. (Камю А.)

Сладка не та месть, которая убивает врага, а та, которая несет жизнь истинному другу. (Наваррская М.)

Лучшая месть — забвение, оно похоронит врага в прахе его ничтожества. (Грасиан-и-Моралес)

Для низких натур ничего нет приятнее, как мстить за свое ничтожество, бросая грязью своих воззрений и мнений в святое и великое. (Белинский В. Г.)

Прощение врагов — прекрасный подвиг; но есть подвиг еще более прекрасный, еще больше человеческий — это понимание врагов, потому что понимание — разом прощение, оправдание, примирение. (Герцен А. И.)

Издевательство над чужими страданиями не должно быть прощаемо. (Чехов А. П.)

Сердце матери — это бездна, в глубине которой всегда найдется прощение.
(Бальзак О.)

Да будет человек избавлен от мести: вот мост, ведущий к высшей надежде, и радужное небо после долгого ненастья. (Ницше Ф.)

Ничто не прощают так неохотно, как различие мнений. (Эмерсон У.)

Мечь - это блюдо, которое нужно есть холодным. (Английская пословица)

Самое жестокое мщение - это пренебрежение возможностью (О. Бальзак)

Так как ум нельзя унижить, ему мстят, поднимая на него гонения (П. Бомарше)

Осуществляя мечь, человек уподобляется своему врагу, пренебрегая же мечью, он возвышается над ним. (Ф. Бэкон)

Нет обиды, которой мы не простили бы, отомстив за нее. (Л. Вовенарг)

Лучшая мечь - забвение, она похоронит врага в прахе его ничтожества. (Б. Грасиан)

Вера в причину и следствие коренится в сильнейшем из инстинктов - в инстинкте мести.

Культивируя мечь, пришлось бы отказаться и от благодарности, но не от любви. (Ф. Ницше)

Мечь - бесчеловечное слово. (Сенека)

Невозможно страдать, не мстя за это кому - нибудь: самая жалоба уже заключает в себе мечь. (Э. Севрус)

Маленькое мщение более человечно, чем отсутствие всякой мести.

Моральный гнев - самый вероломный вид мести. (Ф. Ницше)