**Внеклассное мероприятие по психологии «Мои качества и нужна ли мне помощь психолога»**

**Педагог-психолог: Сапронова Е.А.**

**Участники:** учащиеся младшего школьного возраста.

**Цель:** содействие формированию у детей стремления к самопознанию и саморазвитию.

**Методы:** беседа, упражнение, создание проблемной ситуации (обсуждение и анализ притчи), глас-арт (роспись по стеклу).

**Оборудование:**мяч, стеклянные сосуды, бусины светлые и темные, витражные краски; наглядные средства: таблица с качествами человека; технические средства: магнитофон.

**Ход занятия**

**Вводная часть**

**Приветствие.**Цель: создание положительной эмоциональной атмосферы**.**

**Психолог.**Здравствуйте, ребята. Мне очень приятно видеть Вас сегодня на занятии. Давайте поприветствуем друг друга… Я буду передавать вам мяч, у кого он окажется в руках, поздоровается с группой, назовет свое имя свое имя, а затем свое отличительное качество, качество, которое ему больше всего нравится в себе (ответы детей).

**Игра «Психологические загадки о качествах человека».**Цель: актуализация знаний о качествах человека.

**Психолог.**Как мы назовем человека, который говорит всегда правду? Не обманывает других? **(честный);**

-человек, который по-дружески относится к окружающим**(дружелюбный);**

**-**человек, который не любит трудиться **(ленивый);**

-человек, которому интересно узнавать новое, приобретать новые знания?**(любознательный).**

Ребята, о чем были наши загадки? (ответы детей). Верно, о качествах человека.Тема нашего занятия - «Мои качества» (на доску крепится тема занятия).

**Основная часть**

1. **Чтение и обсуждение притчи «О добре и зле»**

Однажды к одному старому мудрому индейцу - вождю племени пришел его маленький любознательный внук.
- Дедушка, а почему бывают плохие люди? – спросил он его.

- Плохих людей не бывает, - ответил вождь. - В каждом человеке есть две половины - светлая и тёмная. Светлая сторона, олицетворяет светлые качества и призывает человека к любви, доброте, отзывчивости, искренности, бескорыстности. А тёмная сторона олицетворяет зло, эгоизм,, зависть, ложь, лень, грубость... Это как битва двух волков. Представь себе, что один волк светлый, а второй - тёмный. Понимаешь?

- Понятно, - сказал малыш, тронутый до глубины души словами деда. Мальчик на какое-то время задумался, а потом спросил: - Но какой же волк побеждает в конце?
Старый индеец едва заметно улыбнулся:
- Всегда побеждает тот волк, которого ты кормишь.

**Психолог.** В каждом из нас присутствуют определенные черты, обеспечивающие комфортную жизнь в обществе и на работе. Чтобы знать добродетели в лицо, в этой статье я приведу список, какие положительные, хорошие и душевные качества есть у человека.

**2. Упр. «Мои качества»**(цель: осознание того, что в каждом человеке есть темные и светлые качества).

**Психолог:**

**Список положительных характеристик и достоинств человека**

Он может быть таким же огромным, как и перечисление противоположных свойств. Ознакомление с основными пунктами поможет понять, что ценится среди окружающих или что указать о себе в резюме. Давайте разберемся.

**Аккуратность**

Это склонность к порядку. Она замечается в опрятности, в заботливости к вещам, тщательности в действиях. Такое качество более присуще женскому полу, поэтому мужчинам нужно приложить немного усилий, чтобы развить его в себе.

**Бережливость**

Это забота в отношении благ независимо от того, кому они принадлежат. Здесь речь идет не только об имуществе или других материальных предметах, но и душевном состоянии, человеческой энергии.

**Бескорыстие**

Хорошая сторона человека, обозначающая отсутствие стремлений получать выгоду от своих поступков. Искренней личности не так важна «нажива». Она помогает другим и не требует ничего взамен.

**Вежливость**

Уважение к окружающим, проявляемое даже в ситуациях, не предполагающих учтивости. К слову, такое качество сильно раздражает плохих индивидов. Ведь они хотят вывести на конфликт, а вежливый собеседник выстраивает барьер, отсекающий возможность ссоры.

**Верность**

Свойство, означающее преданность не только близким, но и своим взглядам и принципам. Это важный пункт в связи мужчины и женщины, ведь между ними нередко возникает такое отрицательного чувство, как ревность. Характеристика указывает на постоянство и надежность, а значит повышает доверие к избраннику.

**Воспитанность**

Правильное поведение в обществе, хорошие манеры. Такой человек вежлив со всеми, независимо от их социального положения. Он уважает природу, чужое имущество, социум. За него не будет стыдно.

**Дисциплинированность**

Такой индивид умеет соблюдать требования и придерживаться определенного распорядка. Он знает, как грамотно распорядиться собственным временем, чтобы успевать сделать все дела.

**Доброта**

Без этого свойства список положительных человеческих качеств был бы неполным. Оно проявляется в ласке и заботе к людям, отзывчивости, желании оказать помощь и прийти на выручку в трудных ситуациях, не думая о выгоде. Это очень ценная черта, зачастую вызывающая ответные действия.

**Дружелюбие**

Такая личность стремится к приятному общению, в ее поведении проявляется открытость и участливость. Благодаря доброжелательности можно легко завести огромное количество новых знакомств.

**Коммуникабельность**

Умение устанавливать контакт и входить в любую компанию и коллектив. Это полезная черта в жизненной области, будь то работа или различные мероприятия. Такой человек вряд ли останется один, ведь он может найти общий язык с любым.

**Ответственность**

Те, кто не боится брать на себя обязательства, проявляют самостоятельность и зрелость. Это отсутствие страха перед серьезными решениями и оценкой их последствий, а также умение отвечать за то, что поручено совершить. Так, муж ответственен за семью, мама – за ребенка, работники – за поставленные задачи.

-Ребята, я теперь я предлагаю поиграть в игру. Я буду называть вам качество, а вы жестами будете показывать, есть ли оно у вас.

-Помашите мне рукой те, у кого есть **искренность;**

-троньте себя за ухо те, в ком встречается **лень**…;

- встаньте и махните мне рукой те, в ком есть такое качество, как **отзывчивость;**

-сожмите руки в замок, у кого встречается **зависть**…;

-встаньте и промаршируйте те, в ком есть такое качество как **смелость.**

-Спасибо, ребята, за честные ответы.

-Оказывается в каждом из нас живут… Продолжите мое высказывание…**(Как светлые, так и темные качества).**

-Ребята, скажите, а нужны ли человеку темные качества? Обсуждение.

**3. Упр. «Сосуд с качествами»**

Ведущий приглашает ребят пройти к столу, на котором стоят две чаши с темными и светлыми бусинами и пустые сосуды (прозрачные стеклянные бокалы).

**Психолог:**

**Отрицательные черты характера: список негативных характеристик человека**

**Классификация характеристик личности**

Индивид познается и изучается по его врожденным свойствам. Под этим понятием понимаются устойчивые явления, характеризующие его не только в психологическом, но и эмоциональном отношении.

К этому перечню причисляются:

* Темперамент – индивидуальные признаки, связанные с разновидностями нервного функционирования. Именно он является «фундаментом» развития людей.
* Характер – приобретенные, постоянные качества, определяющие поведение человека с другими и действительностью.
* Способности – умения и навыки, являющиеся основным пунктом для достижения успеха в определенной деятельности.
* Направленность – совокупность мотиваций, побуждений и стремлений получить желаемое.

Все характеристики делятся на положительные и отрицательные. Знать их нужно, чтобы правильно анализировать свою сущность, а также окружающих, начать трудиться над своими недостатками. Однако следует помнить, что такое разделение условно и определяется сложившимися устоями в обществе, персональным чувством нравственности и морали.

**Список негативных качеств и плохих черт характера человека**

Дарья Милай с радостью поможет каждому узнать собственное «Я» и разработать дальнейшие действия для работы над собой, для этого следует записаться на [персональную консультацию](https://damienmilay.com/product-category/konsultatsii/). А пока приведем краткий перечень нежелательных свойств, встречающихся у людей.

**Авторитарность**

Лидерство, желание оставаться главным во всем, при этом игнорируя потребности остальных. Такой индивид скрыто или явно требует подчинения и дисциплины, не учитывая чужое мнение. Любой отказ воспринимается вспыльчиво, а компромиссы не ставятся во внимание.

**Агрессивность**

Конфликтность, стремление вызвать у собеседника эмоции с помощью повышенного тона, провокаций и оскорблений. В детстве такая черта считается обязательной, так как вырабатывает у ребенка умение защищать собственные интересы. Однако у взрослых она приписывается к отрицательным, мешает благотворному взаимодействию в обществе.

**Азартность**

В отличие от целеустремленного человека, азартный старается добиться цели, невзирая на уровень риска, игнорируя чужие взгляды и аргументы. На своем пути он тратит гораздо больше усилий и средств, нежели обретет, получив желаемое. Часто такая черта приводит к неприятным ситуациям, в том числе потере здоровья или финансов.

**Алчность**

Болезненное влечение к выгоде при различных ситуациях. Только лишь приобретение благ любой ценой дарит позитивные ощущения такой личности. При этом длительность радости довольно кратковременна.

**Апатичность**

Эмоциональное безразличие ко всем проявлениям жизни, раздражителям. Причина этого – особенности характера или защитная функция относительно стрессовых ситуаций. Однако это качество становится преградой к осуществлению даже простейших планов.

**Безалаберность**

Небрежность при выполнении обязанностей из-за нежелания соответствовать установленному алгоритму или непонимания, как сделать это с наименьшими затратами. В большей степени присуща девушкам, недавно вырвавшимся из-под крыла родителей.

**Безразличие**

Состояние незаинтересованности к происходящему, людям или событиям. Это может быть реакция на стрессовые ситуации или результат плохого воспитания.

**Безответственность**

Отказ от восприятия последствий, отсутствие желания делать серьезные шаги и принимать решения. Такой индивид не будет решать проблему, надеясь, что она исчезнет сама.

**Безликость**

Такая личность не имеет персональных качеств, поэтому не выделяется из толпы. Она не вызывает заинтересованности в компании, разговаривает на скучные темы и всячески сопротивляется любым изменениям.

**Безжалостность**

Еще одна негативная характеристика человека, означающая безразличие к неприятностям других. Такой собеседник не станет поддерживать близкого, сочувствовать или соболезновать. Это относится не только к другим людям, но и всему живому.

**Психолог**

-Ребята, можно ли человека сравнить с сосудом, который наполнен разными качествами? (Да).

-Давайте представим, что в этих чашах (наполненных бусинами) – разные качества светлые…, темные….

-У вас в руках пустые сосуды. Пусть каждый из вас задумается, заглянет внутрь себя и вспомнит, какие качества в нем есть; а затем возьмет те качества, о которых вспомнил, и наполнит сосуд своими качествами.

Дети выполняют упражнение, играет тихая музыка…

**Обсуждение**

- Давайте встанем в круг. Посмотрите. У каждого из вас в руках свой сосуд с качествами светлыми, есть и темные…. Кто-то хочет рассказать, поделиться…какие качества у него в сосуде … (ответы детей).

**Заключительная часть**

**Ведущий.** Эти сосуды вы возьмете с собой. Их можно наполнять новыми качествами…, теми, которые вы еще приобретете, или вынуть из сосуда то качество, которое вам мешало, и вы смогли с ним справиться. Ведь хозяева своих качеств вы сами, ребята! Подружитесь с ними, и управляйте ими.

Ребята, а давайте глазами и улыбкой поделимся друг с другом таким качеством, как дружелюбие.