

## СЕМЬЯ И СЕМЕЙНЫЕ ЦЕННОСТИ

### Занятие в «Школе будущих молодожёнов»

**Задачи:** показать ценности семьи и семейные традиции (используя литературные примеры); формировать представление о психологических особенностях семьи, помочь в осознании семейных ценностей; создать информационное поле о благополучной семье.

*Что нужно для счастья?  
Тихая семейная жизнь...  
с возможностью делать добро людям.  
Л.Н. Толстой*

### Вступление

Как появилось слово «семья»?  
Когда-то о нем не слыхала земля...  
Но Еве сказал перед свадьбой Адам:  
— Сейчас я тебе семь вопросов задам.  
Кто деток родит мне, богиня моя?  
И Ева тихонько ответила:  
— Я.  
— Кто их воспитает, царица моя?  
И Ева покорно ответила:  
— Я.  
— Кто пищу сготовит, о, радость моя?  
И Ева все так же ответила:  
— Я.  
— Кто платье сошьет, постирает белье,  
Меня приласкает, украсит жилье?  
Ответь на вопросы, подруга моя!  
— Я... Я... — тихо молвила Ева,  
— Я... Я...  
Сказала она знаменитых семь Я.  
Вот так на земле появилась семья.

**Семья.** Довольно часто мы слышим или произносим это слово, но часто ли задумываемся о том, что оно обозначает? Какое определение вы бы дали понятию «семья»? (Ответы детей.)

### Упражнение «Ассоциация»

У каждого свое представление о семье. Какие ассоциации с этим словом возникают у вас?

- Если семья — это постройка, то какая...
- Если семья — это цвет, то какой...
- Если семья — это музыка, то какая ...
- Если семья — это геометрическая фигура, то какая...
- Если семья — это название фильма, то какого...
- Если семья — это настроение, то какое...

*Обсуждение возникших ассоциаций.*

Для каждого из вас слово «семья» имеет свое значение. А вот что мы можем прочитать в словаре С.И. Ожегова: «Семья — группа живущих вместе близких родственников». Но далее отмечено, что слово «семья» многозначное. Это и многодетная семья, семья животных и птиц, языковая семья.

С социальной точки зрения, семья — это малая социальная группа, члены которой связаны браком, родительством и родством, общностью быта, общим бюджетом и взаимной моральной ответственностью.

В произведении Юрия Куранова «Тепло родного очага» так раскрывается понятие «семья»: семь — я. То есть я повторен в детях моих семь раз. Потому что считалось: семь человек детей должно быть в каждой семье. А почему? Издавна цифра «семь» считается многозначительной и особо счастливой, потому что означает полноту земной жизни человека, успех во всех его добрых начинаниях.

Как видим, какое бы определение семье мы ни дали, во всех значениях есть одна общая черта — это единение. Как же важно это сейчас, в наши дни! А где можно найти примеры такого единения? Конечно, в литературе. Когда говорится об изображении семьи в литературе, то у каждого из вас, я думаю, перед глазами проходят герои произведений, которые вы читали в школе: в книгах Л.Н.Толстого, М.Горького, А.Алексина, А.Чехова и др.

Скоро вы начнете самостоятельную жизнь, у вас будут свои семьи, дети, и очень важно, как вы выстроите отношения в семье. Совершается извечный круговорот жизни, в котором семья занимает одно из главнейших мест.

## **Беседа**

Как вы думаете, какой смысл у эпитафии к нашему уроку? В этих словах заключена, по мнению Толстого, формула счастья семьи.

«Что нужно для счастья? Тихая семейная жизнь... с возможностью делать добро людям».

А теперь предлагаю вам обсудить в группах и составить семейные заповеди, которые основаны на тех семейных ценностях, которые для вас наиболее значимы.

(Обсуждаем и вывешиваем на доску заповеди каждой группы.)

Какие заповеди оказались общими для каждой группы?

Вот какие семейные заповеди рекомендуют психологи:

- Семья начинается с «мы», будь требовательнее к себе.
- Решай вместе с человеком, а не вместо человека.
- Не демонстрируй свое превосходство, уважай партнера.
- Будь другом друзей супруга.
- Не упрекай, критикуя, не обвиняй и не унижай.
- Спешి сделать доброе дело и не жди награды.
- Не верит тот, кто сам обманывает.
- Ревнует тот, кто сам допускает мысль об измене.
- Будь терпим, не спеши излить свой гнев, подумай, умей понять и простить супруга.

- Смейся вместе, а не над...
- Ищи в супруге хорошее, говори о его достоинствах.
- Если уверен, что виноват супруг, то ищи причину в себе.
- Не давай советов, если тебя не просят.
- Делай первым шаг навстречу, если возникает ссора или конфликт.
- Любовь и взаимопонимание — основа вашего счастья!

Как вы думаете: ситуация финансового кризиса скажется на семейных отношениях?

Ситуация на работе не может не сказаться на семейной жизни. Потеря работы может разрушить брак, но может, напротив, укрепить его, научить супругов поддержке и взаимопомощи.

Судя по результатам опроса, проведенного исследовательским центром среди россиян, состоящих в зарегистрированном браке, большинство наших сограждан дорожат своими «половинками» и в сложной ситуации постараются максимально их поддержать и не дать пасть духом. Треть (33%) опрошенных россиян готовы оказать своим супругам посильную помощь в поиске нового места работы. «Вместе посидим, подумаем, что нам нужно, и будем двигаться в выбранном направлении. Но право выбора, конечно же, останется за супругом»; «Я уважаю свою жену, следовательно, поддержу морально и помогу в поисках, если это потребуется», — комментируют респонденты. Однако среди женщин готовность помочь супругу в трудоустройстве демонстрируют 40%, тогда как среди мужчин — только 26%.

Как вы думаете, в чем психологические причины появления неблагополучных семей?

### **Психологические особенности неблагополучных семей (по Вирджинии Сатир)**

Как вы думаете, почему эти особенности могут привести к семейным проблемам?

- *Заниженная самооценка одного или обоих супругов.* (Неуверенность в себе приводит к подозрениям и ревности.)
- *Неумение общаться.* (Проблемы не обсуждаются, а замалчиваются, или копятся обиды.)
- *Надуманые неизменные правила, которые вынесли супруги из родительской семьи.* (Каждый приносит в семейную жизнь свои привычки, опыт родителей, стиль их жизни. Например, в одной принято говорить вполголоса, в другой по любому поводу возражать, в одной чистота и аккуратность возведены в культ, в другой на это не обращают внимания. В одной семье на счету была каждая копейка, в другой — пересчитывать сдачу в магазине считалось неудобным. И так до бесконечности.)

Решение избавиться от проблем с помощью развода абсурдно. Человек, который не сделал правильного вывода о реальных причинах развода, снова допустит подобные ошибки.

Что нужно делать, чтобы избежать семейных конфликтов? (предлагают ответы).

Необходимо:

- Вести конструктивные переговоры (обсуждается только данная ситуация, учитываются интересы обеих сторон).
- Выражать свои чувства в спокойной обстановке.
- Регулярно обсуждать накопившиеся проблемы.

### **Упражнение «Словарь здоровых партнерских отношений»**

Ведущий называет понятие, а учащиеся объясняют его применительно к семейной жизни.

- *Сопереживание.* (Способность чувствовать другого человека, ощущать себя на его месте.)
- *Равенство.* (Предполагает, что вы считаетесь с интересами друг друга.)
- *Поддержка.* (Вдвоем вы способны на многое.)
- *Толерантность.* (Умение принимать человека таким, какой он есть.)
- *Компромисс.* (Умение уступать друг другу.)
- *Признание.* (Уважение и благодарность.)
- *Приспособляемость.* (Умение адаптироваться, если того требуют обстоятельства.)
- *Любовь.* (Нежная забота друг о друге.)
- *Верность.* (Преданность друг другу.)
- *Умение слушать.* (Прислушиваться друг к другу.)
- *Юмор.* (Смех поддерживает физическое и психологическое здоровье.)
- *Желание.* (Отношения необходимо поддерживать неожиданными всплесками страстей.)
- *Доверие.* (Чувство безопасности и уверенности.)
- *Нежность.* (Чуткое отношение друг к другу.)
- *Совместное времяпрепровождение.* (Нужно всегда находить время для того, чтобы побыть наедине друг с другом.)

Таким образом, для хорошей семьи характерно: уважение друг к другу; честность; желание быть вместе, сходство интересов и жизненных ценностей. В здоровой семейной системе каждый человек связан со всеми членами семьи, есть общие цели и планы, члены семьи поддерживают друг друга, доверяют друг другу, совместно проводят досуг; распределение ответственности происходит гибко, есть семейные ритуалы и правила; они с удовольствием общаются друг с другом, заботятся о детях.

В неблагополучной семье все наоборот — психологически незрелые люди не умеют строить отношения в семье, часто появляется насилие, чрезмерные требования друг к

другу, возникают проблемы во взаимоотношениях, проявляется безответственность по отношению друг к другу, психологическая и другие виды зависимостей от членов семьи.

### **Какие семейные традиции и семейные реликвии есть в ваших семьях?**

Ответы детей.

### **Упражнение «Моя яблонька»**

Инструкция: «По различным легендам яблоня – это символ любви, жизни, бессмертия, помощница в трудных ситуациях, целительница и волшебница, способная наделять необходимыми качествами.

Я предлагаю вам «вырастить» свою яблоньку. Это будет волшебная яблоня, которая поможет вам выделить в себе главное, рассказать о себе, узнать о другом, а если вы ее сохраните, то она может стать вашим талисманом или вашей опорой в трудную минуту.

Итак, у вас у каждого есть бланк со схематичным изображением дерева. Как вы видите, оно состоит из 5 уровней веток. Ваша задача разместить на вашем дереве яблоки. Определите для себя, по сколько яблок будет у вас на каждом уровне. Так же определитесь с размером и цветом яблок. Яблоки вы можете либо рисовать фломастерами, либо вырезать их из цветной бумаги и наклеивать клеем. На все у вас есть 3 минуты.

Готово? Отлично! Теперь второй этап нашего упражнения. Так как наша яблоня волшебная и обязательно должна приносить пользу, то мы должны наделять каждое яблоко полезной силой. На каждом уровне веток яблоки отвечают за свое. Посмотрите, сколько яблок у вас на каждом уровне и постарайтесь сделать следующее. Итак, начиная снизу:

*1.уровень* – это ваше имя. Впишите в каждое яблочко производное от своего имени имя, то, как вас называют родные и знакомые, как вам хочется, чтобы вас называли.

*2.уровень* – это ваши черты характера. Впишите в каждое яблочко по одной черте характера. Каким вы себе видите. Какой вы?

*3.уровень* – это ваше социальное окружение. Впишите в каждое яблочко по одному человеку, который вам наиболее дорог.

*4.уровень* – это ваши умения и способности. Впишите в каждое яблочко то, чем любите больше всего заниматься, что вы умеете делать лучше всего.

*5.уровень* – это ваши достижения. Подумайте, вспомните и впишите в яблоки на этом уровне ваши самые важные достижения.

Давайте теперь расскажем про свои яблоньки. Кто хочет начать?...

Во время рассказов участники могут задавать друг другу вопросы, что-то уточнять.

После выступлений можно обсудить, чем понравилось или не понравилось упражнение, что чувствовали во время выполнения упражнения, какие выводы для себя сделали.

Вы можете сохранить для себя ваши деревца. Когда вам вдруг начнет казаться, что жизнь какая-то не такая, то вы можете посмотреть на свое деревце и увидеть, что вашу жизнь наполняет множество составляющих и в ней есть место для развития.

Если вам вдруг покажется, что имя у вас дурацкое, и вы однотипный, то взгляните на дерево и поназывайте себя по-всякому – вы разный, интересный с красивым многогранным именем.

Если вдруг вам начинает казаться, что у вас плохих качеств больше, чем хороших или слабость характера превосходит силу, то посмотрите на дерево и вы увидите, что сила духа у вас огромная, твердость есть и доброта с мягкостью в норме.

Если вам, вдруг, начнет казаться, что вы одиноки – посмотрите на дерево – разве вы один? Вспомните о тех людях, которые вас окружают.

Когда вам станет скучно, и вы решите, что ни на что не способны и вам нечем заняться, вспомните о ваших умениях и способностях, о том, что вы лучше всего делаете и займитесь этим. Или посмотрите на свободные яблочки на этом уровне и придумайте новое дело.

Стать более уверенным вам поможет воспоминание о своих достижениях – раз вы смогли это, то сможете и еще больше.

Можно попросить участников разместить свои деревца на ватмане - посмотреть, кто как себя позиционирует.

### **Подведение итогов урока**

Что вы сегодня ценного взяли с урока для себя лично?

Сегодня вы осознали собственные семейные ценности, познакомились с тем, как избежать семейных проблем.

А закончить наш урок хочется притчей. Нам бы хотелось, чтобы ее смысл каждый для себя определил сам.

### **Притча «Пятьдесят лет вежливости»**

*Одна пожилая супружеская пара после долгих лет совместной жизни праздновала золотую свадьбу. За общим завтраком жена подумала: «Вот уже пятьдесят лет я стараюсь угодить своему мужу. Я всегда отдавала ему верхнюю половину хлеба с хрустящей корочкой. А сегодня я хочу, чтобы этот деликатес достался мне».*

*Она намазала себе маслом верхнюю половинку хлеба, а другую отдала мужу. Против ее ожидания он очень обрадовался, поцеловал ей руку и сказал:*

*– Моя дорогая, ты доставила мне самую большую радость. Вот уже более пятидесяти лет я не ел нижнюю половину хлеба, ту, которую я больше всего люблю. Я всегда думал, что она должна доставаться тебе, потому что ты так ее любишь.*

Любви и счастья вам в семейной жизни!

Использованные источники:

1.infourok.ru

2.pedsovet.org