Классный час на тему « Что такое мое «Я»? Знаю ли я себя?»

Цель: помочь учащимся познать свой внутренний мир.

Форма проведения: час самопознания.

Информация к размышлению: ***Чаще заглядывай в самого себя.***

Цицерон

<u>Ход классного часа.</u>

<u>Мои слова:</u> (Слайд 1, слайд 2)

Кто я? Какой я? Почему я такой?

На первый взгляд очень простые вопросы, но для большинства из нас ответить на них труднее всего.

Между тем ответы на эти вопросы определяют наше отношение к себе, к другим людям и к жизни в целом.

(Слайд 3, слайд 4)

- **Целью нашего класса будет Формирование знаний о себе, своем внутреннем мире.**
- **Эти знания помогут вам обрести уверенность, реализовать свои способности, достичь своих целей в жизни.**

Стремление познать свой внутренний мир уходит глубокими корнями в далекое прошлое.

Вот некоторые **высказывания древних мыслителей**: (Слайд 5)

- **Чаще заглядывай в самого себя.**

  Цицерон
- **Нет более плодотворного занятия, чем познание самого себя.**

  Р. Декарт
- **Всем людям свойственно познавать самого себя и мыслить.**

  Гераклий

Для установления доверительных отношений садимся на стулья по кругу.

Упражнение «Телефон» начинаю я, объясняя суть игры- упражнения**.**

Я: «Представьте себе, что находитесь дома. Вдруг раздается телефонный звонок. Вы берете трубку, а на другом конце провода раздается голос: «Здравствуйте, с вами разговаривает редактор детской телевизионной программы «Почемучка». Я приглашаю вас к сотрудничеству. Мне бы хотелось узнать немного о вас»

Вам необходимо рассказать редактору о себе. Чтобы вам легче было это сделать, предлагаю воспользоваться своеобразным «путеводителем» (вопросы на слайде№6)

Путеводитель»:

1. **Имя, отчество, фамилия.....**
2. **Мои друзья….**
3. **Мои увлечения…**
4. **Меня радует…**
5. **Меня огорчает….**
6. **Больше всего мне нравится в людях….**
7. **Мне больше всего нравится в себе….**
8. **Я мечтаю…..**

(Учащиеся по кругу начинают рассказ о себе согласно вопросам).

<u>Я подвожу первоначальный итог</u>: (слайд№7)

- **Каждый из нас имеет определенные знания о себе, и вы сейчас это продемонстрировали**

(Слайд№8)(продолжаю я)
Система представлений о себе называется образом «Я».
Такое представление о себе имеет только человек.
«**Я» сравнивают еще с источником света, лапой прожектора, луч от которого может освещать пространство нашего внутреннего мира, помогая анализировать любую мысль, ощущение, эмоцию.**
Образ «Я» многогранен.
Психологи говорят: (слайд№9)

- В каждом из нас множество «Я»
- Внутреннее «Я» – это то, что человек о себе думает
- Внешнее «Я» – то, что видят люди

Виктор Лунин написал стихотворение «Семь Я» (мои помощники читают стихотворение)
1 ученица:
Живет во мне семь Я-
Целая семья.
Когда один говорит: «Да»,
Второй говорит: «Нет»,
Третий - дает совет,
Четвертый – спит,
Пятый - мух считает,
шестой седьмого ожидает,
А седьмой - рассказывает сказку.
Кого мне слушать?
2 ученица:
Живет во мне семь Я-
Целая семья.
Когда один говорит:
«Пойдем пешком»,
Второй говорит:
«Поскачем верхом»,
Третий говорит:
«На машине поедем»,
Четвертый: «На велосипеде»,
Пятый: «На санях»,
Шестой: «Не сегодня, а на днях»,
А седьмой - рассказывает сказку.
Кого мне слушать?
3 ученик:
Живет во мне семь Я-
Целая семья.

Когда один плачет,
Второй – хохочет,
Третий – знать ни о чем не хочет,
Четвертый задает за вопросом вопрос,
Пятый – во все сует нос,
Шестой – снова
Ждет ответа седьмого,
А седьмой - рассказывает сказку.
Кого мне слушать?

Мои слова:
Человек по-разному представляет себя в различных ситуациях и обстоятельствах. Возникает впечатление, что внутри нас спорят разные «Я».
Подобно героине Л. Керролла Алисе: «Видите ли, сэр, конечно, примерно я знаю, кто я сейчас такая. Нет, конечно, я примерно знаю, кто я такая была утром, когда встала, но с тех пор я все время то такая, то сякая, словом какая-то не такая….Эта выдумщица ужасно любила понарошку быть двумя разными людьми сразу.
Случалось ли с вами такое? (слайд№10)

- ✖ Дома, в кругу семьи, вы можете быть одними?
- ✖ В школе другими?
- ✖ В компании друзей – совсем иными?

И родители, и учителя, да и вы сами недоумеваете, почему же вы так поступаете?
Ответить на эти вопросы порой бывает очень сложно, но надо стремиться узнать истину о себе.
Я предлагаю учащимся выполнить упражнение «Волшебная шкатулка». (слайд№11)

<u>Мы делаем:</u>

- ✖ **<u>О себе всего пять слов – существительных и прилагательных!!!</u>**

Я вынимаю листочки и зачитываю то, что на них написано.
Учащиеся должны узнать, о ком идет речь.
Таким образом можно сравнить свое представление о себе с мнением одноклассников.
<u>Делаю акцент на достоинствах каждого ребенка!!!</u>

(Слайд№12) Затем **предлагаю за определенное время _____**

- ✖ Нарисовать рисунок – письмо инопланетянину, который бы передал информацию о вас наиболее полно. Конверт - !!!!

(слайд№13) **<u>Подводя итог классного часа, можно сказать:</u>**

- ✖ Самопознание – необходимость.
- ✖ Мы должны уметь разбираться в себе.
- ✖ Это прежде всего необходимо нам самим.

<u>Если мы</u> (слайд№14)

- Станем более внимательны к себе, это отразится на людях вокруг.
- Взаимопонимание, общение, сотрудничество с друзьями, остальными людьми в обществе будут для вас не в тягость, а в радость.

И как вывод предлагаю:(слайд№15)

- Попросить родителей ответить на вопрос

  «Какой Я?»