|  |
| --- |
| [Занятие с подростками "Путь к успеху"](http://www.vashpsixolog.ru/correctional-work-school-psychologist/84-correction-developing-exercises/2003-zanyatie-s-podrostkami-qput-k-uspexuq)  |

|  |
| --- |
| Коррекционная работа психолога в школе - Коррекционно-развивающие занятия  |
| *Каждый человек — творец собственного благополучия.*Р. СтилСилы гибнут от бездействия —Им нужно применение.Хорошо жить в спокойствии,Но в жизни важно Разума приложение.А чтобы получить удовлетворение,Необходимо старание —Своих способностей, сил, ума и воли сложение;К цели упорное стремление и постоянное движение;Без раскаяния и сожаления успехом наслаждение.Разве это не достижение?!УПРАЖНЕНИЕ«СОГЛАСНЫ ЛИ ВЫ С ВЕЛИКИМИ?»Что такое успех? Вы хотите добиться успеха? В чем? Как? Продолжите фразу: «Путь к успеху, по-моему, состоит из ...».А теперь познакомьтесь с тем, что думали об этом известные ученые и философы:«Человек должен желать хорошего и великого» (А. Гумбольдт).«В желании выражается сущность человека» (Б. Спиноза).«Искренность, уравновешенность, понимание себя и других — вот залог счастья и успеха в любой области деятельности» (Г. Селье).«Для достижения поставленной цели деловитость нужна не менее, чем знание» (П. Бомарше).УПРАЖНЕНИЕ «ПРОВЕРЬТЕ СЕБЯ»Деловой ли вы человек? Каковы качества делового человека? 1.Дан список деловых качеств:трудолюбие;принципиальность;организованность;увлеченность;ответственность;компетентность;уверенность;целеустремленность;решительность;человеколюбие;самостоятельность;оптимизм;требовательность;настойчивость.По своему усмотрению дополните его.2. Пронумеруйте в порядке важности и значимости, с вашей точки зрения.3. Поставьте себе оценки от 0 до 5 за эти качества. Есть ли над чем работать?УПРАЖНЕНИЕ «МОИ ЦЕЛИ»1. Подумайте, ответьте и запишите ответы на вопросы:• Каковы мои жизненные цели?• Чего я хочу достичь?• Что для меня самое важное в жизни?2. А теперь упорядочите свою запись, выделив главные, первостепенные цели на сегодня, завтра, послезавтра и т. д.УПРАЖНЕНИЕ «ШАГИ К ДОСТИЖЕНИЮ ЦЕЛЕЙ»Запишите цели и наметьте, что необходимо сделать для достижения каждой из них.План действий готов? Не теряйте времени, приступайте к его осуществлению.Помните:«Крупный успех составляется из множества предусмотренных и обдуманных мелочей» (В. О. Ключевский).«Предварительное знание того, что хочешь сделать, дает смелость и легкость» (Д. Дидро).Есть три типа людей: те, которые наблюдают за событиями; те, которые вершат события; те, которые удивляются тому, что произошло.К какому типу относитесь вы? Почему? Постарайтесь объединить эти типы в себе одном!УПРАЖНЕНИЕ «МОИ ДОСТИЖЕНИЯ»Проанализируйте за день, неделю, месяц, год. Чего вы достигли? Отметьте все, даже самые маленькие успехи и достижения. Помните, что успех подпитывает успех! Радуйтесь даже самым скромным прогрессам в своей жизни.УПРАЖНЕНИЕ«ПРАВИЛА ДОСТИЖЕНИЯ УСПЕХА»Подумайте и назовите правила, способствующие достижению успеха. Например:1. Имейте реальные жизненные цели.2. Откажитесь от всего, что мешает достижению цели.3. Не растрачивайте способности и учитывайте возможности.4. Будьте разумны, нравственны, честны и активны.5. Всегда позитивно мыслите. Держите мысли под контролем.6. Будьте сильными, сохраняйте внутреннее равновесие.7. Откажитесь от сомнений, тревог и беспокойств.8. Любите свое дело.9. О деле судите по его исходу.10. Цените и берегите время. Не теряйте его зря!Помните: «Все человеческое умение — не что иное, как смесь терпения и времени» (О. Бальзак).Времени всегда не хватает,Да и терпения недостает.На это еще царь Соломон указал,Чтобы не забыли, своим сыновьям завещал,На перстне эти важные слова он уверенно начертал:«Время и Терпение» — их надо иметь, беречь и ценить;К счастью стремление и движение — этот путь они могут сократить,«Горсть терпения дороже целого мешка ума» —В этой мудрости заложена жизни великая истина.«Все победы начинаются с побед над самим собой» (Л. М. Леонов).«Для человека с талантом и любовью к труду не существует преград» (Л. Бетховен).«Человек с верою и присутствием духа побеждает в самых трудных предприятиях» (И. Гете). |