**Тема:** Поговорим о любви.

**Учитель:** Здравствуйте ребята! Надеюсь, что сегодня у нас состоится очень интересный разговор, потому что поговорим мы с вами о любви. Любовь бывает разной…Любовь к Родине, к родителям, к природе, к профессии, но мы поговорим о самой волнующей любви – любви между мужчиной и женщиной, между парнем и девушкой.

Основная часть классного часа.

Для работы нам нужно разделиться на группы. Каждая группа получит конкретный вопрос от конкретного человека по конкретной проблеме, возникшей в отношения между парнем и девушкой. Вместе с вами мы попробуем найти решение этих проблем. Давайте разделимся: перед вами фантики, на которых даны разные определения любви, сейчас каждый из вас выдернет один фантик, прочитает одно из определений любви, а затем члены разных команд объединятся по одинаковому значку на фантике.

Первый ученик читает определение, находит значок.

**Учитель:** Какой у тебя значок? Все кому попадется такой же значок – идут в его команду.

Дети распределяются по группам.

**Учитель:** Каждой группе я даю задание. Прочитайте, в какую трудную ситуацию попали парень или девушка. Выскажите и обсудите в группе свои мнения и напишите конкретные советы этому человеку. У вас есть 2 мин (в реальной ситуации детям можно дать больше времени).

Итак, время вышло. Давайте заслушаем первую группу. А остальные группы слушают, а затем высказываются, согласны они с этими ответами или нет. Можете дополнить ответ.

После высказывания каждой группы прочитать совет психолога.

**Учитель:** А теперь я предлагаю вам заслушать ответы настоящего психолога. Сравните их со своими советами и найдите, где вы оказались правы.

**1)Вопрос психологу:**

Мне 15 лет. Мы встречались с моим парнем полгода, а потом он бросил меня. Я знаю, что это была моя последняя любовь, другого такого не будет. Как мне жить теперь?

**Ответ психолога:**

Да, можно чувствовать именно это. Отчаяние, боль, безнадежность. Ничего не радует и впереди полная пустота. Близкие подруги и родители, стараясь утешить, могут говорить: «Возьми себя в руки», «Он не стоит твоих переживаний», «Не думай об этом», «Сходи в кино», «Сделай новую прическу», «Пойдем с нами на дискотеку», «У тебя будет еще миллион таких Сашек (Лешек, Андрюшек)» (а зачем мне миллион, если нужен один единственный, а он меня не любит).

Потом терпение близких может закончиться - еще бы, они честно старались помочь тебе, растормошить и развеселить, а ты все равно продолжаешь плакать и не выпускаешь из рук мобильный в ожидании sms-ки или звонка.

Один известный доктор сказал: «Даже самая глубокая депрессия когда-то обязательно заканчивается. Надо просто жить - день за днем. Даже если очень тяжело - проживи сегодняшний день. Только сегодняшний». На следующий день он сказал то же самое.

«Неделя - это целая вечность, если ты по-настоящему несчастен. Несчастны были мои волосы, мое тело, моя кровать, даже мои платья. Я была до того полна горя, что мир перестал для меня существовать. Я была настолько несчастна - вся, полностью, - что через неделю мое горе иссякло. Все проходит, и постепенно оживаешь». (Э.М. Ремарк).

И тогда снова можно жить и думать о будущем.

Я не знаю, какой способ ты выберешь: попробуешь ли вернуть его, забудешь ли со временем, будешь ли общаться с другим… Я не знаю, кто или что поможет тебе - мама или другой близкий человек, подруги, друзья или психолог. Или ты сама найдешь в себе силы пережить это - начав писать стихи, подобрав бездомного котенка, уйдя с головой в любимые книги, отдав все время своему хобби, начав помогать другим - тем, кому еще хуже…

Ты справишься - и будут новые дела, новые события, новые люди.

**2) Вопрос психологу:**

Я не могу смотреть на себя в зеркало. Никто никогда не полюбит меня - потому что я некрасивая.

**Ответ психолога:**

Возможно, в твоей внешности есть некоторые недостатки. Подростки вообще редко бывают довольны своей внешностью: в этом возрасте и лицо, и фигура претерпевают множество изменений, которые то радуют, то печалят. Многие подростки из-за своей чрезмерной чувствительности и уверенности в том, что все люди только и делают, что их разглядывают, основное внимание обращают именно на недостатки – реальные или мнимые.

Кто-то даже начинает ненавидеть себя, понимая, что никогда не станет красавицей с обложки журнала. Красавиц действительно очень мало, а вот симпатичных, приятных и необычных лиц - миллионы.

Если ты действительно недовольна своим лицом (фигурой, прической) - значит, пора что-то изменить. Возможно, тебе следует посоветоваться с косметологом, диетологом, тренером, парикмахером или стилистом.

Если же постоянное сильное недовольство собой возникает по любому поводу, - попробуй ответить на вопрос: а что тебе нравится в себе самой? Вполне возможно, что ты не можешь увидеть своих достоинств из-за низкой самооценки. И причина вовсе не во внешности, а в отношении к себе? Тогда специалист, который может тебе помочь – это не пластический хирург, а психолог.

Вспомни, сколько среди твоих знакомых далеко не красавиц, но веселых, уверенных, интересных девушек или юношей, привлекающих к себе людей отнюдь не своей внешностью. Присмотрись: ты можешь обнаружить шарм, стиль, обаяние, привлекательные черты характера…

Постарайся найти в себе привлекательные стороны и не стесняйся обращаться за помощью к специалистам – они помогут тебе не только изменить – но и полюбить себя.

**3)Вопрос психологу:**

Мне 16 лет. Я бы хотела, чтобы вы помогли мне в себе разобраться. У меня до сих пор не было парня. Я имею в виду не в физическом смысле (мне это не нужно). Вообще…  Мне хочется чистых отношений. Проводить вместе время, держаться за ручку, но самое главное, чтобы человек стал мне другом.

Как только я встречаюсь с парнем, узнаю его, вижу ближе я начинаю думать, зачем вообще мне это было нужно? Я жила до этого прекрасно, тихо, спокойно. Тем более он такой страшный: зубы кривые, маленького роста, худой - худой...Мне хочется от него убежать, но я же делаю человеку больно...Проходит время и я жалею, что порвала отношения так быстро, надо было узнать человека получше...

Но как я уже говорила, мне нужно, чтобы человек стал мне другом, а потом уже все остальное. Парни же с первой встречи намекают на другое, лезут целоваться... Как мне быть? Помогите, пожалуйста...

**Ответ психолога:**

Мне кажется, парням тоже хочется и дружбы, но они не знают, как это и что это. По крайней мере, тех, кто умеет дружить, меньшинство. У них существуют стереотипные представления об отношениях с девушками, а то, что Вы особая и Вам надо другое (по крайней мере, сначала) они не догадываются. А Вы им говорили о своих желаниях? Каких отношений Вы хотите?

Это даже у взрослых бывает - каждый себе придумает, какой он, другой человек, что он хочет (не спрашивая, сами ему все напридумывают) и с этой фантазией взаимодействуют. Потом разочаровываются.

Наверное, честнее было бы сразу сказать о своих ожиданиях, поиграть по очереди в такую игру: "Я хочу - (потом он одно желание)", "Я хочу, чтобы мы -". Как станет трудно придумывать, смените ее: "Я ожидаю, что ты-", потом другую: "Я думаю, что ты хочешь -", "Я люблю-", "Я не люблю, когда-".

А для себя ответь заранее не такие вопросы: - что мне трудно принять в парне, - каким он должен быть, - что я не могу позволить себе. Большой список? Каждый ответ - это рамки, наши барьеры и все, что выходит за них, мы не можем принять, но тем самым мы ограничиваем свою свободу. Много ли парней впишется в эти рамки? А самой тебе как хочется жить: соответствовать чьим-то ожиданиям или делать то, что хочется?

Освободившись от них ("какой я ДОЛЖНА быть!"), мы гораздо легче принимаем других людей и это совсем не означает, что мы им все позволяем. Но мы можем открыто сказать, что нам не нравится и самим выбирать свое поведение.

**Учитель:** Сколько у вас совпадений? Чем больше совпадений, тем правильнее вы поняли ситуацию и тем легче вам будет справиться, если вы или кто-то из ваших знакомых окажется в подобной ситуации.

Заключительная часть классного часа.

**Учитель:** Любовь это такое волшебное чувство, которое рождает много стихов и много песен. В завершении нашего разговора предлагаю вам прослушать, как по-разному поют о любви в разные исторические периоды. **(аудиозаписи)**

Спасибо за работу!

**1)Вопрос психологу:**

Мне 15 лет. Мы встречались с моим парнем полгода, а потом он бросил меня. Я знаю, что это была моя последняя любовь, другого такого не будет. Как мне жить теперь?

**2)Вопрос психологу:**

Я не могу смотреть на себя в зеркало. Никто никогда не полюбит меня - потому что я некрасивая.

**3)Вопрос психологу:**

Мне 16 лет. Я бы хотела, чтобы вы помогли мне в себе разобраться. У меня до сих пор не было парня. Я имею в виду не в физическом смысле (мне это не нужно). Вообще…  Мне хочется чистых отношений. Проводить вместе время, держаться за ручку, но самое главное, чтобы человек стал мне другом.

Как только я встречаюсь с парнем, узнаю его, вижу, ближе я начинаю думать, зачем вообще мне это было нужно? Я жила до этого прекрасно, тихо, спокойно. Тем более он такой страшный: зубы кривые, маленького роста, худой - худой... Мне хочется от него убежать, но я же делаю человеку больно...Проходит время и я жалею, что порвала отношения так быстро, надо было узнать человека получше...

Но как я уже говорила, мне нужно, чтобы человек стал мне другом, а потом уже все остальное. Парни же с первой встречи намекают на другое, лезут целоваться... Как мне быть? Помогите, пожалуйста...