

ГБПОУ «Пермский машиностроительный колледж»

**Сценарий
воспитательного мероприятия**

Тема: Психологическое здоровье человека

Пермь, 2021

Автор и ведущий: Васёва Н.Н.

Целевая аудитория: студенты группы ССА-21-1(3)

Количество участников: 25

Продолжительность мероприятия: 45 минут.

Материально-техническое обеспечение: интерактивная доска или проектор, флипчарт, маркеры, методический материал, учебный фильм «Знакомый»

Вводная часть

Ведущий: Здравствуйте!

Сегодня мы будем обсуждать такое понятие, как «Мое психологическое здоровье».

В рамках этого занятия мы разберем с вами что такое психологическое здоровье, как оно формируется и как нам быть экологичным по отношению к себе и окружающим.

Основная часть

Ведущий: Давайте для начала разберем с вами что же такое психологическое здоровье

Психологическое здоровье – состояние душевного благополучия (комфорта), адекватное отношение к окружающему миру, отсутствие болезненных психических явлений (фобий, неврозов).

Как вы думаете, а что можно еще отнести к психологическому здоровью?

ответы участников

Чем отличается психическое здоровье от психологического?

Когда мы говорим о психическом здоровье мы подразумеваем, что у человека нет психических заболеваний.

Когда же речь идет о психологическом здоровье человека, мы говорим о его умение принять свои недостатки и достоинства, уважительно относиться к другим людям, адаптироваться в социуме, уметь контролировать свои эмоции.

Ведущий: Хорошо! Все верно.

Правда иногда психологическое здоровье путают с психическим здоровьем.

Поэтому я бы хотел(а) разделить и объяснить, что же такое психическое здоровье, а что такое психологическое здоровье.

Когда мы говорим *о психическом здоровье* мы подразумеваем, что у человека нет психических заболеваний. Когда же речь идет *о психологическом здоровье* человека, мы говорим о его умение принять свои недостатки и достоинства, уважительно относиться к другим людям, адаптироваться в социуме, уметь контролировать свои эмоции.

Как вы думаете, какие существуют факторы, которые влияют на психологическое здоровье человека? Давайте попробуем поразмышлять на эту тему.

(Примеры факторов: общество, общение с людьми, семья, класс, воспитание, полученные знания, виртуальная жизнь, работа и т.д.)

Ведущий: Здорово! А давайте сейчас постараемся показать это все на человеке. Безусловно все эти факторы влияют на человека.

Но давайте обратим ваше внимание на фактор «ОБЩЕНИЕ С ЛЮДЬМИ».

Ведущий:

Я предлагаю посмотреть вместе короткометражный фильм «Знакомый» и ответить после просмотра на следующие вопросы:

– Скажите, всегда ли ваше общение с другими людьми бывает успешным и вызывает положительные эмоции?

– Что нужно для того, чтобы общение было позитивным?

– Какие черты характера помогают нам в общении, а какие нет?

– Нужно ли учиться общению?

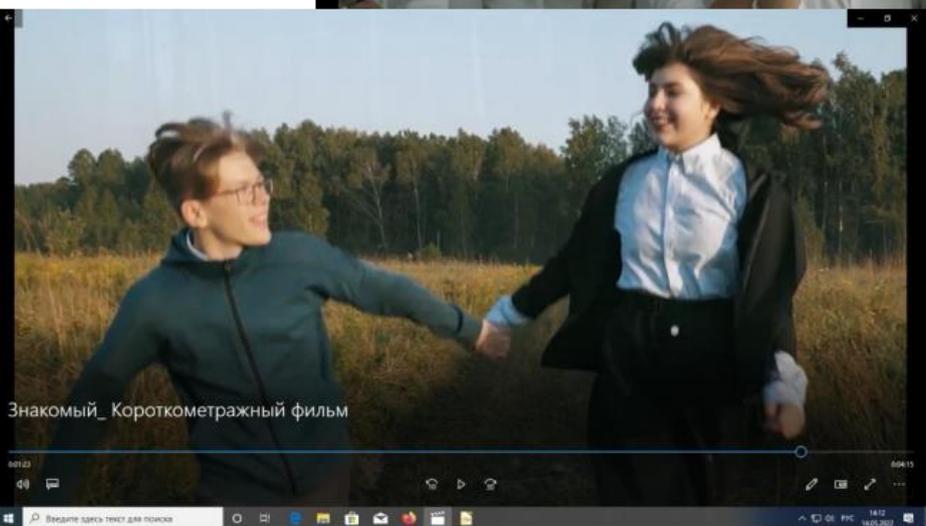
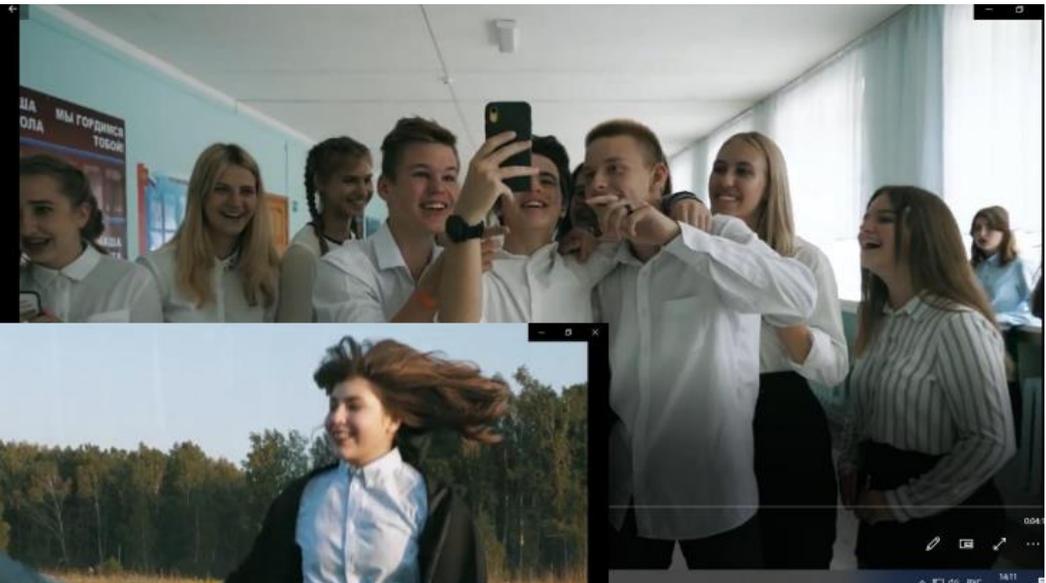
– Как вы считаете, для чего это нужно?

– Зачем нужно знать себя и свои сильные и слабые стороны?

Одиночество - момент жизни знакомый каждому



Активация Wind
Чтобы активировать W
раздел "Параметры".



Знакомый_ Короткометражный фильм

Активация Wind
Чтобы активировать
раздел "Параметры".

ответы участников

В ходе дискуссии необходимо подвести обучающихся к выводу о том, что общение играет в жизни человека важную роль и общению нужно учиться, чтобы оно приносило не только радость, но и пользу. И в этом нам помогают положительные черты характера, позитивное отношение друг к другу, умение выслушать, уважение.

Заключительная часть

Ведущий: Ребята, очень здорово что мы смогли с вами поговорить на такую важную тему как «психологическое здоровье». Безусловно, каждый человек на планете индивидуален, и у каждого есть свои черты характера. Каждый имеет свои плюсы и минусы. Но самое главное что мы с вами сегодня должны понять – это то, что не стоит бояться свои отрицательные черты характера и с ними можно и нужно работать.

Рефлексия

- Что узнали нового?
- Чему научились?
- Что было главным в нашем занятии?





Фото с мероприятия 6.10.21