

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Средняя школа №1

*Классный час в 7а классе
«Умеем ли мы прощать»*

г.Гуково Ростовская область 2017-2018учебный год

- Как вы понимаете слово «простить»?

Простить – значит перестать сердиться или обижаться на другого человека, перестать его в чем –нибудь винить.

- Как вы думаете, когда мы прощаем кого-то, в нас что-нибудь меняется?

- Вы когда-нибудь помирились с кем-нибудь после ссоры? Вот это и есть прощение!

- Как вы себя чувствовали в этот момент?

- Когда вы долго были с другом в ссоре, вы хорошо себя чувствовали?

- А тот, с кем вы в ссоре, ему хорошо или плохо?

Прощение очень полезно, потому что оно помогает победить злость и обиду. Тот, кто не умеет быстро прощать и подолгу обижается, вредит себе.

-Как вы думаете, всегда ли легко простить?

Иногда простить друг друга бывает легко, а иногда очень трудно, обида гложет человека, отравляет жизнь, не даёт свободно общаться людям. В душе гаснет солнце добра и теплоты, наплывают чёрные тучи одиночества, с вами остаются лишь злость и обида на себя, на обидчика, на весь мир. Человек, находясь в таком состоянии, не может хорошо работать, учиться, приносить пользу людям.

-Как вы думаете, какой жест может сопровождать прощение?

На Руси слово «прощай» всегда означало «прости». Пожав на прощание руку, человек забывал все нанесенные обиды.

Рукопожатие уходит своими корнями в глубокое прошлое. Когда первобытные люди встречались в мирной обстановке, они демонстрировали ладони друг другу, чтобы показать, что не прячут никакого оружия в знак примирения и приветствия. Принято считать, что рука отражает душу человека. Таким образом, рукопожатие означает, что ваши чувства исходят от чистого сердца.

Я прочитаю вам стихотворение, а вы подумаете: в каком состоянии находится героиня?

Обидели, обидели!

Разве вы не видели?

Разве вы не знаете,

Как меня обидели?

Так толкнули – я упала,

Меня мама поругала,

Конкурс снова проиграла,

Меня дети обозвали,

Меня в гости не позвали,

Мою тайну разболтали,

Не помогли и не спросили,

Два дня со мною не дружили.

Обсуждение (накопились обиды)

- Чтобы вы ей посоветовали?

- А сейчас, ребята, послушаем сказку.

Сказка «Цветочек и ручеек»

На берегу весело журчащего ручейка рос хорошенький цветок.

Однажды ручеек, играя, брызнул на него несколько капелек. Рассердился цветочек и закричал: «Гадкий ручьишка, как ты смеешь брызгаться! Все платье мне замочил! Убирайся, не хочу больше с тобой играть.»

– Не сердись, это я нечаянно сделал, – извинялся ручеек. – Потерпи немного, солнышко живо тебя обсушит.

Но цветок слушать ничего не хотел и не простил ручеек. Обиделся ручеек и повернул в другую сторону.

На смену весне пришло знойное лето...

Цветочек изнемогал от жажды; его хорошенькое зелененькое платьице запылилось и покрылось грязными пятнами. В завядших лепестках с трудом можно было узнать когда-то красивый цветочек. Вспомнил тут цветок о своем старом друге и, вздыхая, сказал:

«Будь со мной теперь ручеек, он напоил бы меня, и стал бы я опять таким же хорошеньким, как прежде, цветочком».

Решил он позвать ручеек и попросить у него прощение, но от слабости не мог громко крикнуть... В ту пору, как нарочно, не было ни дождя, ни росы – цветок наш день ото дня все больше увядал, и скоро стал совсем высохшим.

- Какая по настроению эта сказка?

- Вам жалко цветочек?

- как ему помочь?

- А может не будем помогать, ведь он такой обидчивый и гордый?

Тогда проведем с вами такую работу, которая научит цветок, как надо правильно себя вести.

Тренинг «Оживи цветок».

Перед вами написаны различные человеческие чувства.

Вам нужно выбрать те, которые нам помогают прощать. Будьте внимательны!

Досада	Обида
Порядочность	Зависть
Агрессия	Сердечность
Доброта	Ненависть
Любовь	Любовь
Раздражение	Взаимопонимание
Уважение	Равнодушие
Гнев	Радость
Вдохновение	Ревность
Интерес	Страх
Презрение	Счастье
Ненависть	Успех

Вот то же происходит и в душе человека, когда он прощает, отпускает обиду.

- Ребята, я вижу на ваших столах остались лепесточки (злость, обида, страх).

- Почему вы их не приклеили? (Эти качества мешают нам прощать.)

- Я надеюсь, что в ваших сердцах никогда не будет таких качеств.

- Что бы вы хотели сделать с этими качествами?

Дополнительное сообщение о прощенном воскресении у православных христиан перед великим праздником Воскресением Христовым.

Памятка.

Каждый может совершить ошибку.

Совершив ошибку, умей её признать.

Прости, и будешь прощён.

Прощение уничтожит злобу и агрессию, разъедает ненависть, спасает от одиночества.

Прости, и твоя душа будет светлее.

Притча. Умирает женщина, и к ней приходит Смерть. Женщина, увидев Смерть, улыбнулась и сказала, что готова.

— К чему ты готова? – спросила Смерть.

— Я готова, чтобы Бог забрал меня к себе в Рай! – ответила женщина.

— А почему ты решила, что Бог тебя к себе возьмёт? – спросила Смерть.

— Ну как же? Я столько страдала, что заслужила покой и любовь Бога – ответила женщина.

— От чего именно ты страдала? – спросила Смерть.

— Когда я была маленькой, меня всегда несправедливо наказывали родители. Они били меня, ставили в угол, кричали на меня, словно я совершила что-то ужасное. Когда я училась в школе мои одноклассники издевались надо мной и тоже били и унижали. Когда я вышла замуж, мой муж всё время пил и изменял мне. Мои дети всю душу измотали мне, а в итоге даже на мои похороны не пришли. Когда я работала, мой начальник всё время кричал на меня, задерживал зарплату оставлял меня по выходным, а потом вообще уволил, не заплатив мне. Соседи сплетничали обо мне за моей спиной, наговаривали, будто я гулящая женщина. А однажды на меня напал грабитель и украл мою сумку и избил меня.

— Ну а что ты сделала хорошего в своей жизни? – спросила Смерть.

— Я всегда была ко всем добра, ходила в церковь, молилась, обо всех заботилась, тянула всё на себе. Я испытала столько боли от этого мира, как и Христос, что заслужила Рай...

Ну хорошо... – ответила смерть – я тебя поняла. Осталась маленькая формальность.

Подписать один договор и прямиком в Рай.

Смерть протянула ей листок с одним предложением, под которым нужно подписаться.

Женщина посмотрела на Смерть и, сказала, что не может подписаться под этим предложением. На листке написано было: «Я прощаю всех моих обидчиков и прошу прощения у всех, кого обидела я».

— Почему ты не можешь простить их всех и попросить прощения? – спросила Смерть.

— Потому что они не заслужили моего прощения, потому что, если я их прощу, это значит, ничего и не было, это значит, они не ответят за свои деяния. А мне просить прощения не у кого... Я никому ничего плохого не сделала!

— Ты уверена в этом? – спросила Смерть.

— Абсолютно!

— Что ты чувствуешь к тем, кто тебе причинил столько боли? – спросила Смерть.

— Я чувствую гнев, злость, обиду! Это несправедливо, что я должна забыть и стереть из памяти то зло, что совершили по отношению ко мне люди!

— А что если ты их простишь и перестанешь испытывать эти чувства? – спросила Смерть.

Женщина на какое-то время задумалась и ответила, что внутри настанет пустота!

— Ты всегда испытывала эту пустоту в сердце, и эта пустота обесценивала тебя и твою жизнь, а те чувства, которые ты испытываешь, придают значимости твоей жизни. А теперь ответь, почему ты испытываешь пустоту?

— Потому что я всю жизнь думала, что те, кого я любила, и те, ради кого я жила, оценят меня, а в итоге они разочаровали меня. Я отдала свою жизнь мужу, детям, родителям, друзьям, а они это не оценили и оказались неблагодарными!

— Перед тем как Бог попрощался со своим сыном и отпустил его на землю, он произнёс ему напоследок одну фразу, которая должна была помочь ему осознать жизнь в себе и себя в этой жизни...

— Какую? – спросила женщина.

— МИР НАЧИНАЕТСЯ С ТЕБЯ..!

— Что это значит?

— за всё, что в твоей жизни происходит, ответственность несёшь только ты! Страдать тебе или быть счастливой ВЫБИРАЕШЬ ты! Так объясни мне, кто именно тебе причинил столько боли?

— Получается я сама себе... — дрожащим голосом ответила женщина.

— Так кого ты не можешь простить?

— Себя? – плачущим голосом ответила женщина.

— Простить себя — это значит признать свою ошибку! Простить себя — это значит принять своё несовершенство! Простить себя — это значит открыться для самой себя! Ты причинила сама себе боль и решила, что в этом виноват весь мир, и они не заслуживают твоего прощения... И ты хочешь, чтобы Бог принял тебя с распростёртыми объятьями?!

Ты решила, что Бог похож на глупого старика, который откроет двери для глупцов и злобных страдальцев?! Ты думаешь, что он сотворил совершенное место для таких, как ты? Вот когда сотворишь свой собственный рай, где в первую очередь тебе, а потом и остальным, будет хорошо, вот тогда и постучишь в двери небесной обители, а пока Бог дал мне указания отправить тебя снова на землю, чтобы ты научилась создавать мир, в котором царит любовь и забота. А тот, кто не может позаботиться о себе, живёт в глубоком заблуждении, что он может позаботиться о других. Знаешь, как Бог наказывает женщину, которая себя считает идеальной матерью?

— Как? – спросила женщина.

— Он посылает ей детей, чьи судьбы ломаются на её глазах...

— Я поняла... Я не смогла сделать своего мужа любящим и преданным. Не смогла детей вырастить счастливыми и успешными. Не смогла сохранить очаг, где были бы мир и гармония... В моём мире все страдали...

— Почему? – спросила Смерть.

— Я хотела, чтобы все меня жалели и сострадали.. Но никто так и не пожалел меня.. И я подумала, что Бог меня точно пожалеет и обнимет!

— Запомни, что самые опасные люди на земле это те, кто хочет вызвать к себе жалость и сострадание.. Их называют «жертвами».. Ваше самое величайшее невежество заключается в том, что вы думаете, что Богу нужна чья-то жертва! Он никогда не впустит в свою обитель того, кто кроме боли и страдания ничего не познал, ибо эта жертва будет сеять боль и страдание в его мире...! Отправляйся обратно и научись любить и заботиться о себе, а потом и о тех, кто живёт в твоём мире. А для начала попроси у себя прощения за невежество и прости себя за это!

Женщина закрыла глаза и начала путь заново, но только уже под другим именем и у других родителей

Желаю каждому из вас, кто находится в состоянии ссоры или обиды быстрее помириться и простить. И вы увидите, как мир вокруг вас станет теплее, светлее, добрее.

