

Человек – кузнец своего счастья.

Цель: дать определение понятию «счастье», познакомить со ступенями счастья, учить детей видеть счастье в повседневной жизни.

Счастье — вольная птичка: где захотела, там и села.

(Русская пословица)

Что самое важное для человека? Крепкое здоровье и счастье. Именно этими пожеланиями пестрят наши поздравительные открытки. Этими пожеланиями напутствуют юбиляров, независимо от того, сколько лет им исполнилось - десять или пятьдесят. И это верно, ведь одно без другого невозможно. А в чем состоит человеческое счастье, из чего оно складывается?

1. Доводилось ли вам встречать счастливых людей? По каким признакам вы определили, что они счастливы? Считаете ли вы себя счастливыми? В чем это выражается? От чего зависит?

Поверь мне, счастье только там,
Где любят нас, где верят нам.

(М. Лермонтов)

2. Закройте глаза и представьте, что вы дотрагиваетесь до счастья. Что вы испытываете? опишите свои ощущения.

О счастье мы всегда лишь вспоминаем.
А счастье всюду. Может быть, оно
Вот этот сад осенний за сараем
И чистый воздух, льющийся в окно.
В бездонном небе легким белым краем
Встает, сияет облако. Давно
Слежу за ним... Мы мало видим, знаем,
А счастье только знающим дано.

(М. Скребцова)

3. Дайте определение понятию «счастье».

Понятие «счастье» определяется как состояние высокой удовлетворенности жизнью. Это удовлетворение мы испытываем, когда ощущаем себя связанными с людьми, природой, когда мы находимся в истинном согласии с самим собой.

По латыни счастье называли «фортуной», с французского языка оно переводится как «шанс», а с английского - «удача». В русском языке слово счастье имеет общеславянские корни - приставка с - в значении - «хороший» и часть - «доля», «удел». Первоначально слово счастье употреблялось в значении «хорошая доля».

4. Послушайте притчу. Как вы ее понимаете? Охарактеризуйте деятельность рабочих. Кому из них работа приносила счастье?

Притча о Шартрском соборе.

Давным-давно во французском городе Шартре строили большой собор.

Троим рабочим, подвозившим на тачках материал, задали один и тот же вопрос: «Что вы делаете?»

Первый ответил сквозь плотно стиснутые зубы:

- Таскаю тяжелые тачки с этим проклятым камнем. Вон какие мозоли набил на руках!

Второй сказал добродушно:

- Что делаю? Зарабатываю на кусок хлеба своей жене и двум дочуркам.

А третий распрямылся, отер с лица капли пота, широко улыбнулся и сказал:

- Я строю Шартрский собор!

«Счастье»- для одних это шанс, удача в жизни, для других - часть его жизни и участие в счастье другого человека. Каждый человек имеет свой идеал счастья, который с возрастом может меняться, как меняется само ощущение счастья.

5. Что же, по-вашему, может принести человеку счастье?

Спектр счастья широк. Это может быть везение и удача. Это могут быть переживания, особенно радостные. Это может быть даже мгновение жизни, если оно было очень ярким. И, наконец, это может быть удовлетворение жизнью в целом. Сила переживания удовлетворенности жизнью позволила психологам выделить 5 ступеней счастья.

Пять ступеней счастья

1. Состояние удовлетворенности самим фактом существования (я жив)
2. Удовлетворенность материальными благами.(я приобрел)
3. Удовлетворенность от общения с другими людьми.
4. Удовлетворенность в момент творчества (созидаю, создаю).
5. Удовлетворенность от деятельности по совершенствованию жизни (оставляю после себя).

Это восхождение можно условно изобразить как ступеньки к наибольшему счастью. Начинается это восхождение от умения дорожить радостью бытия, умения видеть счастье уже в том, что ты идешь по земле, до высшего счастья - умения созидать, счастья творчества.

6. Подумайте, на какой ступени к наивысшему счастью вы находитесь? Стоит ли стремиться выше? Для чего?

7.Что вы делаете для того, чтобы стать счастливыми? Зависит ли счастье от самого человека или от жизненных обстоятельств? Почему вы так считаете?

Человек обязан быть счастлив. Если он несчастлив, то он виноват и обязан до тех пор хлопотать над собой, пока не устранил этого неудобства или недоразумения. (Л.Н. Толстой)

Хочешь быть счастливым - будь! (К. Прутков)

8. Может ли человек поделиться счастьем? Каким образом передается счастье?

Выйди за дверь и озари мир улыбкой.

Этой улыбке предстоит потрудиться:
Улыбку - всем одиноким лицам,
Улыбку - всем робким лицам
Улыбку – всем скорбным лицам,
Улыбку – всем болезненным лицам.

Задание1.

Что вам нужно для счастья? Запишите 10 желаний, расставьте их в порядке возрастания или составьте свою «формулу счастья».

Знаменитый физик Лев Ландау вывел для себя «формулу счастья», по ней человеку необходимы работа, любовь и общение с людьми. Поэтесса Татьяна Сельвинская считает, что счастье...

Если ешь любимую пищу,
Надеваешь красивые вещи,
Общаешься, с кем интересно,
Думаешь о высоком -
Это и есть счастье.

Задание2.

«Человек - кузнец своего счастья» - гласит русская пословица. Как же выковать свое счастье? Как стать счастливым? Напишите сочинение о самом счастливом дне вашей жизни.