

# 1. Что важнее: слушать сердце или идти за разумом?

## Этап 1. Начать беседу с определения понятий:

Что такое разум?

Что значит выражение «слушать сердце»?

**Обозначить основные этапы беседы:**

Сегодня мы с вами попробуем разобраться, чем же человеку следует руководствоваться в ситуации выбора. Обсудим ситуации выбора, которые случались в жизни некоторых великих людей: писателей, математиков, биологов. Свои наблюдения будем фиксировать в бланках.

**Раздать листочки, попросить расчертить их на две части, одну подписать «разум», другую «чувства». Пока пишут, перейти к следующей части – импровизация.**

**Этап 2. Импровизация.** Послушайте, а так ли вам на самом деле интересна эта тема? Мне в голову сейчас пришла мысль: давайте соберемся и все вместе отправимся в лес? Погода пока хорошая. И Елену Валерьевну с собой возьмем. *Далее беседа пойдет в свободной форме – это рискованно.*

Ну да, меня за это своеволие исключат из списка участников, вам, наверное, объявят выговор за срыв мероприятия, но ведь прогулка-то гораздо лучше, чем сидеть в четырех стенах? Одна я не решаюсь, кто меня поддержит?

*Обсудить аргументы «за» и «против» прогулки. Голосование.*

*Если они все согласятся уходить, то внести «ложку дегтя»:* а разумно ли нам будет пойти сейчас на поводу своих желаний и готовы ли мы нести **ответственность за свой выбор**?

Следующий вопрос: бывали ли у них в жизни подобные ситуации? Например, сбегали они когда-нибудь с уроков и что им за это было? Если не сбегали, то спросить, хотелось ли? Почему не сбежали, что остановило?

Часто ли они слышат выражение «Вы что, с ума сошли?». **Что значит «сойти с ума»?** – то есть пойти на поводу своих желаний и совершить поступок, который с точки зрения рациональности будет совершенно необъясним.

## Выводы:

Итак, часто ли в жизни человека возникает ситуация выбора? – да, постоянно.

Большинство ситуаций довольно просты: что съесть на завтрак, какую одежду надеть и т.д.

Но бывают и сложные ситуации, когда разум говорит: «Нужно идти на урок и грызть математические граниты», а сердце стонет: «Ну как? Ну почему? Я хочу отдохнуть, я хочу домой... Да и знаю я уже всю эту вашу математику!»

Чем же руководствоваться? – должны сделать вывод, что нужно попробовать проанализировать последствия своего выбора. **Нужно уметь «договариваться» со своим сердцем:** «Я пойду на математику / биологию / русский язык, зато потом я стану свободным человеком и на моих плечах не будет висеть тяжесть прогула, и я ... с чистой совестью выплыву, посмотрю фильм, прочитаю книгу...!»

## Этап 3 – выбор и обстоятельства.

Я хочу вам «накинуть» еще одну тему для размышления:

Знакомьтесь, это Анатолий Николаевич Букреев (*см. презентацию*), наш с вами земляк, уроженец г. Коркино Челябинской области. Кто из вас смотрел фильм «Эверест» 2015 г? В нем показана трагедия, случившаяся с группой плохо подготовленных туристов при восхождении на Эверест под руководством Роба Холла. Так вот Анатолий Букреев, несмотря на сильнейший буран, один отправился на поиски туристов, которые были даже не из его группы, и спас троих человек.

Так что же про ситуацию выбора?

Во время службы в армии Анатолий заболел менингитом, из-за чего был исключен из состава сборной по альпинизму, а врачи запретили ему заниматься спортом вообще. В то время перед Анатолием **встал выбор**: бросить свое самое большое увлечение и жить, или рискнуть жизнью ради мечты. Он выбрал мечту, он **послушал голос сердца**, и в итоге мы видим ...

Разум человека получает информацию и обрабатывает ее по типу решения уравнения. Главная задача разума, как вы думаете, что? - **обезопасить тело человека**. Вы хотите отправиться на сплав по горной реке, разум говорит: «Эээ, погоди-ка! А ну как утонешь?» Хотите взойти на Эверест, разум скажет: «А ну как замерзнешь?»

Но если человека будет постоянно слушать разум, оберегая свое тело, что случится с психикой человека? Если все мечты и желания будут «разумно» пресекаться, какой станет жизнь человека? – (*отвечают дети*) человек будет лишен впечатлений, лишен удовольствий, он будет лежать на диване с кружечкой малинового чая, в тепле и комфорте ... и думать: «Эх, а ведь я мог бы сейчас...»

А теперь представьте, что вы сказали разуму «да замолчи ты уже!», собрались и отправились в кругосветное путешествие! Как будет вести себя разум? Обидится и скажет «Знаешь, человек, давай-ка без меня, раз такой самостоятельный»? – нет. Разум начнет подстраиваться под новые обстоятельства и искать рациональные пути решения проблем. И тогда уже не вы будете работать на свой разум, а разум будет работать на вас. А вам останется только наслаждаться жизнью, **быть счастливым**.

## Этап 4: выводы.

Ну так что же? Можете вы мне ответить на вопрос: разум или чувства?

Предлагаю закрепить результат нашей беседы на плакате: голубые / зеленые / желтые листочки.

*Потом дети должны сказать что-то вроде «нужно придерживаться золотой середины» и объяснить:*

- прежде всего нужно думать о последствиях выбора, то есть пользоваться разумом;
- необходимо осуществлять мечты (слушать сердце) и заставлять разум работать на себя.

**Этап 5: Благодарю** вас за интересную беседу, за вашу активность и равнодушие. Я очень надеюсь, что вы сегодня сделали правильные выводы, и призываю вас не бояться выбора, не бояться принимать решения. Слушайте сердце, пользуйтесь разумом – и всё в вашей жизни будет к лучшему!

**Включить аудиозапись «Слушай сердце» Миланы Жарёхиной.**

## Оборудование:

Букреев: распечатка или слайд на проекторе.

Плакат с тремя видами листочков: разум – голубые, сердце – желтые, сердце + разум – зеленые. Магниты.