

Упражнения и задания с подростками.

Занятие с подростками "Путь к успеху"

УПРАЖНЕНИЕ «СОГЛАСНЫ ЛИ ВЫ С ВЕЛИКИМИ?»

Что такое успех? Вы хотите добиться успеха? В чем? Как? Продолжите фразу: «Путь к успеху, по-моему, состоит из ...».

А теперь познакомьтесь с тем, что думали об этом известные ученые и философы:

«Человек должен желать хорошего и великого» (А. Гумбольдт).

«В желании выражается сущность человека» (Б. Спиноза).

«Искренность, уравновешенность, понимание себя и других — вот залог счастья и успеха в любой области деятельности» (Г. Селье).

«Для достижения поставленной цели деловитость нужна не менее, чем знание» (П. Бомарше).

УПРАЖНЕНИЕ «ПРОВЕРЬТЕ СЕБЯ»

Деловой ли вы человек? Каковы качества делового человека?

1. Дан список деловых качеств:

трудолюбие;

принципиальность;

организованность;

увлеченность;

ответственность;

компетентность;

уверенность;

целеустремленность;

решительность;

человеколюбие;

самостоятельность;

оптимизм;

требовательность;

настойчивость.

По своему усмотрению дополните его.

2. Пронумеруйте в порядке важности и значимости, с вашей точки зрения.

3. Поставьте себе оценки от 0 до 5 за эти качества. Есть ли над чем работать?

УПРАЖНЕНИЕ «МОИ ЦЕЛИ»

1. Подумайте, ответьте и запишите ответы на вопросы:

- Каковы мои жизненные цели?
- Чего я хочу достичь?
- Что для меня самое важное в жизни?

2. А теперь упорядочите свою запись, выделив главные, первостепенные цели на сегодня, завтра, послезавтра и т. д.

УПРАЖНЕНИЕ «ШАГИ К ДОСТИЖЕНИЮ ЦЕЛЕЙ»

Запишите цели и наметьте, что необходимо сделать для достижения каждой из них.

План действий готов? Не теряйте времени, приступайте к его осуществлению.

Помните:

«Крупный успех составляется из множества предусмотренных и обдуманых мелочей» (В. О. Ключевский).

«Предварительное знание того, что хочешь сделать, дает смелость и легкость» (Д. Дидро).

Есть три типа людей: те, которые наблюдают за событиями; те, которые вершат события; те, которые удивляются тому, что произошло.

К какому типу относитесь вы? Почему? Постарайтесь объединить эти типы в себе одном!

УПРАЖНЕНИЕ «МОИ ДОСТИЖЕНИЯ»

Проанализируйте за день, неделю, месяц, год. Чего вы достигли? Отметьте все, даже самые маленькие успехи и достижения. Помните, что успех подпитывает успех! Радуйтесь даже самым скромным прогрессам в своей жизни.

УПРАЖНЕНИЕ «ПРАВИЛА ДОСТИЖЕНИЯ УСПЕХА»

Подумайте и назовите правила, способствующие достижению успеха. Например:

1. Имейте реальные жизненные цели.
2. Откажитесь от всего, что мешает достижению цели.
3. Не растрачивайте способности и учитывайте возможности.
4. Будьте разумны, нравственны, честны и активны.
5. Всегда позитивно мыслите. Держите мысли под контролем.
6. Будьте сильными, сохраняйте внутреннее равновесие.
7. Откажитесь от сомнений, тревог и беспокойств.
8. Любите свое дело.
9. О деле судите по его исходу.
10. Цените и берегите время. Не теряйте его зря!

Помните: «Все человеческое умение — не что иное, как смесь терпения и времени» (О. Бальзак).

Времени всегда не хватает,

Да и терпения недостает.

На это еще царь Соломон указал,

Чтобы не забыли, своим сыновьям завещал,

На перстне эти важные слова он уверенно начертал:

«Время и Терпение» — их надо иметь, беречь и ценить;

К счастью стремление и движение — этот путь они могут сократить,

«Горсть терпения дороже целого мешка ума» —

В этой мудрости заложена жизни великая истина.

«Все победы начинаются с побед над самим собой» (Л. М. Леонов).

«Для человека с талантом и любовью к труду не существует преград» (Л. Бетховен).

«Человек с верою и присутствием духа побеждает в самых трудных предприятиях» (И. Гете).