***Программа тренинга для старшеклассников «Сила толерантности».***

**Цель тренинга** – формирование и развитие толерантного поведения у подростков.

Задачи:

- развитие понимания важности понятия «толерантность» по отношению к окружающим людям;

- развитие коммуникативных навыков, эмпатии;

- раскрытие значимости толерантного  общения для решения различных проблем  в социуме;

- формирование способов толерантного общения и взаимодействия с окружающими людьми (сверстниками, учителями, взрослыми и т.д.).

**Ход тренинга.**

Слайд 1.

**Изучение эмоционального состояния учащихся с помощью цветового теста Люшера.**

Выберите наиболее приятный цвет.

Для определения эмоционального состояния ребенка можно использовать следующую схему:

При выборе синего цвета отмечается сниженное настроение. Средняя степень усталости.

При выборе зеленого цвета отмечается позитивное настроение, высокая работоспособность, настрой на работу.

При выборе красного цвета, высокая активность, жажда деятельности.

При выборе черного цвета отмечается негативное отношение, отсутствие эмоций, неприятие того, что происходит, преобладание плохого настроения.

При выборе серого цвета отмечается нейтральное отношение, отсутствие эмоций, равнодушие, отсутствие эмоций.

При выборе желтого цвета отмечается выкая работоспособность, жажда общения, хорошее настроение.

1. Упр. «Яблоко»Слайд 2.

**Цель:** Знакомство подростков с понятием «толерантность».

**Материал:** 3 шарфа для завязывания глаз, яблоко, разделенное на части.

**Психолог.** Очень часто людям трудно найти общий язык с другими людьми, потому что они очень отличаются друг от друга. Поэтому сегодня мы поговорим о том, как строить отношения с теми, кто не похож на вас.

Прежде чем мы начнем обсуждение, давайте проведем маленький эксперимент (приглашаются три участника). Сейчас, я завяжу вам глаза и дам  поочередно дотронуться до одного и того же  предмета, очень хорошо знакомого вам. А затем вы решите вместе, что это за предмет! Остальные ребята, пожалуйста, оставайтесь молчаливыми участниками данного эксперимента. Надеюсь, что по окончанию эксперимента мы вместе сможем сделать интересный вывод. Завязываются глаза детям, которые участвуют в эксперименте и ведущий дает им возможность дотронуться до одного предмета - яблока, но 1-му только до кожуры яблока одним пальцем, 2-му только до мякоти яблока одним пальцем, а 3-му только до стопочки  яблока одним пальцем. Дети трогают предмет, водят по нему пальцем в течение 30-ти секунд, затем предмет убирается в коробку и им развязывают глаза.

Психолог. Ваша задача – предположить, что это за предмет, а затем, в процессе общения вы должны прийти к единому решению (учащиеся доказывают друг другу свою точку зрения и приходят к общему ответу на поставленный вопрос – Что это?-  и озвучивают его)

Психолог показывает целое яблоко и анализирует ответ учащихся вместе со всеми детьми:

- Какие шаги приближали вас к принятию общего решения? (умение прислушиваться друг к другу, умение идти на компромисс, сотрудничество, взаимоуважение, доверие друг к другу, доброжелательность …)

- Какие шаги отдаляли вас друг от друга и от общего решения? (неумение слушать внимательно других, торопливость, эгоизм, недоверие, сомнения, самоуверенность …)

Психолог. Посмотрите, каждый из вас анализировал данную проблему по-своему, но вы смогли найти общее решение, хотя предмет был неоднозначный.

- Не все из вас смогли проявить толерантность в общении. (На слайде определения толерантности).Слайд 3

**Обсуждение:** Ведущий задает следующие вопросы:

* Что отличает каждое определение?
* Есть ли что-то, что объединяет какие-то из предложенных определений?
* Какое определение наиболее удачно?
* Можно ли дать одно определение понятию «толерантность»? (терпимость)

Слайд определение толерантностиСлайд 4

*О толерантности.*

Ведущий: Слайд 5Понимание толерантности достигается через уяснение проявлений ее противоположностит.е. нетерпимости. Нетерпимость основывается на убеждении, что твоя группа, твоя система взглядов, твой образ жизни стоят выше остальных. Это не просто отсутствие чувства солидарности, это неприятие другого за то, что он выглядит иначе, думает иначе, поступает иначе, просто за то, что он существует. Ее результаты могут проявляться в широком диапазоне: от обычной невежливости, пренебрежительного отношения к другим или раздражения - до этнических чисток и геноцида, умышленного уничтожения людей. Нетерпимость способствует совершению таких преступлений, которые являются позором человечества. Необходимо понимать последствия нетерпимости для общества и уметь оценить ее проявления как нарушения прав человека. Проявления нетерпимости(вопрос учащимся):

•  оскорбления, насмешки, выражение пренебрежения;

•  игнорирование (отказ в беседе, в признании);

•  негативные стереотипы, предубеждения, предрассудки (все русские пьют; все кавказцы террористы);

•  поиск врага (перенос вины за несчастья, неблагополучие и социальные проблемы на ту или иную группу);

•  преследования, запугивания, угрозы;

•  расизм (одни расы превосходят другие);

•  мигрантофобии (неприязнь к представителям других культур и групп, убеждение в том, что "чужаки" вредны для общества, преследование "чужаков");

•  национализм (убеждение в превосходстве своей нации над другими и в том, что своя нация обладает большим объемом прав);

•  фашизм (насилие и террор);

•  осквернение религиозных или культурных символов (могил, памятников).

Кризис в нашей стране показал, что самой уязвимой сферой является сфера отношений между различными этническими группами т.к. Россия была и остается многонациональным государством. Поэтому самым важным для каждого из вас на данном этапе является развитие основ толерантного поведения и общения.

На сегодняшний день известны многочисленные молодежные группировкивыдвигающие фашистские лозунги, использующие фашистскую символику обращенную против всех. Кроме самих себя. Слайд 6

.*Пример учащихся нашего времени.*Многие трагические события являются результатом такого отношения к другим (Великая Отечественная война (Гитлер убивал евреев, цыган); теракт в Беслане; Афганская война; война в Чечне; военные действия в Грузии в 2008 г; военные действия в Украине (истребление русскоязычного населения)).

Слайд 7.ЗАПОМНИТЕ! ОСНОВНОЙ ГАРАНТИЕЙ ПОДДЕРЖАНИЯ МИРА ЯВЛЯЕТСЯ ТОЛЕРАНТНОСТЬ. СИЛА ТОЛЕРАНТНОСТИ СОСТОИТ В ПОЗИТИВНОМ ОТНОШЕНИИ К ЛЮДЯМ ОТКРУЖАЮЩИМ ТЕБЯ И К САМОМУ СЕБЕ.

Формирование толерантности предполагает в первую очередь уважение к своему народу, гордости за его историю, традиции, ценности.

Слайд 8.Толерантность в поведенииразвиваетсячерез доброту, доверие, сочувствие, сопереживание. Также это развитие способности активно защищать права человека, выражать протест против любых форм насилия и дискриминации. Наша с вами задача - не просто научиться толерантному поведению и общению, но и выработать общую установку на принятие другого.

Давайте сейчас попробуем найти в каждом из вас что-нибудь хорошее

1. **Упр «Я – хороший, ты - хороший»**

Участники сидят на местах, у ведущего в руках игрушка.

Ведущий подбрасываетберет в руки игрушку называет свое положительное качество. Затем дает игрушку, другому тот называет положительное качество этого человека. Мяч должен побывать у всех.

Обсуждение: 1. Какие чувства вы испытывали, когда игрушкаоказалась у вас в руках и было необходимо назвать свое положительное качество? Какие чувства вы испытали, когда делали комплимент другому? Какие чувства испытывали, когда комплимент сделали вам? Было ли задание сложным и почему? Что нового вы узнали друг о друге?

Вывод: все мы разные, но у каждого из нас есть что-то хорошее и доброе.

1. **Упражнение «Черты толерантной личности»**  
   **Цели:**

* ознакомить участников с основными чертами толерантной личности;
* дать возможность подросткам оценить степень своей толерантности.

Необходимое время: 10 минут.  
**Материалы:** бланки опросника для каждого участника

**Черты толерантной личности**слайд 9.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Колонка А | Колонка В |
| 1. Снисходительность  2. Терпение  3. Чувство юмора  4. Чуткость  5. Доверие  6. Альтруизм (самопожертвование) 7. Терпимость к различиям  8. Умение владеть собой  9. Доброта 10. Умение не осуждать других  11. Умение слушать  12. Любознательность  13. Способность к сопереживанию |  |  |

**Подготовка:** бланк опросника с колонкой В на большом листе прикрепляется на доску или стену.  
**Процедура проведения.** Участники получают бланки опросника. Ведущий объясняет, что 13 характеристик, перечисленных в опроснике, свойственны толерантной личности.

**Инструкция:**Каждый из вас получил бланк, образец представлен на слайде. Сначала в колонке А поставьте: «+» напротив тех трех черт, которые, по Вашему мнению, у Вас наиболее выражены; «О» напротив тех трех черт, которые у Вас наименее выражены. Бланки заполняются анонимно.

Затем в колонке В поставьте: «+» напротив тех трех черт, которые, на Ваш взгляд, наиболее характерны для толерантной личности. Этот бланк останется у Вас и о результатах никто не узнает, поэтому Вы можете отвечать честно, ни на кого не оглядываясь.  
  
На заполнение опросника дается 2-3 минуты.   
  
Затем ведущий заполняет заранее подготовленный бланк опросника, прикрепленный на доску. Для этого он просит поднять руки тех, кто отметил в колонке В первое качество. Число ответивших подсчитывается и заносится в колонку бланка. Таким же образом подсчитывается число ответов по каждому качеству. Те три качества, которые набрали наибольшее количество баллов, и являются ядром толерантной личности (с точки зрения данной группы).  
  
**Участники получают возможность:**

1. Сравнить представление о толерантной личности каждого из членов группы общегрупповым представлением.
2. Сравнить представление о себе («+» в колонке «А») с портретом толерантной личности, созданным группой.

Слайд 10.Задумайтесь над этим

Почти все автомобили, на которых мы ездим – японские. Кофе, который мы пьем каждое утро – бразильский. Цифры нашего счета – арабские.буквы – латинские. Одежда – преимущественно сделана в Китае.

Россия всегда была и остается многонациональной страной. Посмотрите какое разнообразие тебя окружает. Все это разнообразие создано людьми разных национальностей. Поэтому необходимо научиться быть толерантным в общении.

* 1. **Упр. «Как быть толерантным в общении»**

Каждый из нас время от времени попадает в конфликтные ситуации: с кем-то ссорится, получает незаслуженные обвинения. Каждый по-своему выходит из подобных ситуаций: кто-то обижается, кто-то «дает сдачи», кто-то пытается найти конструктивное решение. Можно ли выйти из конфликтной ситуации с помощью толерантного поведения, сохранив собственное достоинство и не унизив другого?

Класс разделяется на группы с помощью картинок.

Ведущий предлагает кому-нибудь из учащихся поучаствовать в задании. Предлагаются ситуации, которые учащиеся должны разрешить, используя предложенную схему:

Используя предложенную ниже схему, «обиженный» попытается достойно выйти из ситуации.

Схема достойного выхода из ситуации:Слайд 11

- Начни разговор с конкретного и точного описания ситуации, которая тебя не устраивает.

- Вырази чувства, возникшие у тебя в связи с этой ситуацией и поведением человека.

- Скажи человеку, как бы тебе хотелось, чтобы он поступил. Предложи ему другой вариант поведения, устраивающий тебя.

- Скажи как ты себя поведешь в случае, если человек изменит свое поведение.

СИТУАЦИИ:

1. В ваш класс пришел новенький другой национальности, к которому неприязненно относятся большинство твоих одноклассников. Вот однажды ты увидел, что одноклассники обзывают его. Твои действия?
2. Ты спешишь на день рождения к другу и вдруг на улице, к тебе подходит пожилая женщина и просит помочь ей вызвать скорую помощь т.к. у нее внезапно заболело сердце. Твои действия?
3. Ребята из школы смеются над одной девочкой в школе т.к. она плохо одевается (из бедной семьи) и предлагают вам присоединиться к всеобщему «веселью». Твои действия?
4. В ваш класс пришел ребенок-инвалид, большинство одноклассников относится к нему с пренебрежением, не общаются, допускают в его адрес насмешки. Ты разделяешь их мнение?

Слайд 12.Запомните: Мы с вами строим наше будущее. МЫ больше получим, чем отдадим, если будем помнить о том, что человек становится Человеком только благодаря другому человеку.

Послушайте стихотворение «Что в человеке главное?» и сделайте вывод, что же является основой толерантности человека.

Что в человеке самое главное?  
В чем же глубокой души теплота?  
Главное, мудрое, тонкое, славное –  
Это, бесспорно, всегда доброта!

Это бальзам для души человека,  
Это дорога, что к счастью ведет,  
Помни, что с самого первого века  
Добрых удача и любит, и ждет.

Добрым живется, конечно же, легче,  
Камень за пазухой ты не держи,  
Просто добро – это камень покрепче  
Камешков зла и коварства, и лжи!

Слайд 13 Конечно же это доброта.

Просмотр видеоролика о доброте. Старайтесь поделиться добротой.

Вручение памяток по формированию толерантности

Слайд 14. Завершение. Итог: Мы разные – в этом наше богатство! Мы вместе – в этом наша сила.

**Рефлексия**.

– Вызвало ли это занятие у вас эмоциональный отклик?  
– Представляется ли тема толерантности актуальной, и если да, то почему?  
– В каких сферах жизни проблема толерантности стоит наиболее остро?  
– Удалось ли вам узнать о себе что-то новое, ранее неизвестное?

**Завершение тренинга.**

**Изучение эмоционального состояния учащихся с помощью цветового теста Люшера.**

Выберите наиболее приятный цвет. Сравнение выборов в начале и конце тренинга.