МБОУ гимназия №1

**Психологическое занятие**

**«Я и другие»**

Подготовила: воспитатель ГПД

Кузнецова Ю.В.

Липецк – 2013

**«Я и другие»**

«Живи с другими так, чтобы твои друзья не стали недругами,

а недруги стали друзьями»

Пифагор

**Цель**: Ознакомить участников с поведенческими стратегиями поиска и оказания поддержки, с понятиями: толерантность, терпимость, уважение прав другого.

**1.Введение**.

**Притча «Ложки».**

«Жил-был один Монах. И в течение большей части своей жизни он пытался выяснить, чем отличается Ад от Рая. На эту тему он размышлял днями и ночами. И в одну ночь, когда заснул во время своих мучительных раздумий, ему приснилось, что он попал в Ад. Осмотрелся он кругом и видит: сидят люди перед котлами с едой. Но какие-то изможденные и голодные. Присмотрелся он получше – у каждого ложка в руках с длиню-ю-ю-щей ручкой. Зачерпнуть из котла они не могут, а в рот никак не попадут. Вдруг к нему подбегает местный служащий и кричит: - Быстрее, а то ты опоздаешь на поезд, идущий в Рай. Приехал человек в Рай. И что же он видит?! Та же картина, что и в аду. Котлы с едой, люди с ложками с длинню-ю-ю-щими ручками . Но все веселые и сытые. Присмотрелся человек – а здесь люди… (педагог делает паузу).

- Как вы думаете, что делали люди этими ложками? - Правильно «этими же ложками кормили друг друга».

Обсуждение:

- Какая проблема людей обсуждается в притче?

- Были ли в вашей жизни ситуации, когда вы нуждались в помощи окружающих?

**2.Разминка.**

Упражнение «Марионетки». Упражнение дает участникам возможность на собственном опыте испытать как состояние полной зависимости, так и состояние, когда другой полностью зависит от тебя. Участники разбиваются на пары. В каждой паре выбирают «марионетку» и «кукловода». Упражнение заключается в том, что каждой паре предлагается разыграть маленькое кукольное представление, где «кукловоды» управляют движениями «марионеток». Сценарий сценку участник разрабатывает самостоятельно, ничем не ограничивая свое воображение. После обдумывания и репетиций пары представляют свою сценку остальным участникам, которые выступают в роли зрителей. Затем участники меняются ролями.

**Обсуждение:**

- Какие чувства вы испытывали, когда были «марионеткой»? – А когда были «кукловодом»?

Педагогу важно показать, что и состояние зависимости, и гиперопека делают отношения между людьми искаженными и неполноценными.

**3. Информационный блок.** Человек не может существовать один. Он всегда находится в системе взаимоотношений с другими людьми, поддержка которых очень важна для него. **Поддержка** – один из самых важных процессов в нашей жизни. Она помогает жить, решать проблемы, сохранять здоровье, достигать поставленные цели. От нашей **терпимости** зависит взаимозависимость всех от каждого, уважения прав другого, а также воздержание от причинения вреда, т.к. вред, причиняемый другому, означает вред для всех и для самого себя. Нетерпимость способствует совершению преступлений. Она имеет широкий диапазон: оскорбления, насмешка, игнорирование, предубеждение, расизм , репрессии, войны, терроризм.

- Можно ли мирно сосуществовать нам, ведь мы такие разные? (Ответы участников встречи).

- А как, одним словом можно обозначить эти термины? (Ответы участников встречи).

- Правильно, это слово – **толерантность.***Толерантность* – терпимость к чужому мнению, вероисповеданию, поведению, культуре, политическим взглядам, национальности, то есть это проявление терпимости, понимания и уважения к личности другого человека независимо от каких-либо отличий.  
Культура межчеловеческих взаимоотношений предполагает доброжелательность в отношении к окружающим, умение считаться с интересами и вкусами других людей.

Сегодня идет много споров о том, как развивать толерантные отношения между людьми разных национальностей и вероисповеданий. Межкультурная толерантность может возникнуть только тогда, когда каждый человек начнет смотреть на людей и общаться с ними, исходя из следующий принципов:

* Принцип отказа от насилия (агрессии) как средства общения и убеждения
* Принцип не принуждения: быть требовательным к себе, а не к другим
* Принцип принятия – человек имеет право быть другим

Этих же принципов должны придерживать лидеры в классе, в компаниях, президент страны. Кто-то из ваших одноклассников становится лидером благодаря своей справедливости, честности, уважению, терпимости к различиям людей. Обычно этих людей любят за их чувство справедливости, уважение к другим людям, за способность иметь много друзей. Точно так же мы ценим тех учителей, кто в отношениях с учащимися уважает личность человека, не запугивает и не ставит знания или оценки выше достоинства учащихся.

**Вывод: не подавление и агрессия, а уважение к мнению других людей и ненасилие одного человека способны преобразовать культуру класса, школы, страны и мира**

В школе, как и везде, все разные: есть маленькие, большие, худые, полные. Почему мы иногда смеемся над ними. Потому что мы их боимся, мы не хотим делиться или мы не уверены в себе. Быть толерантным – означает уважать других, невзирая на различия. Это означает быть внимательным к другим и обращать внимание на то, что нас сближает.

– Проявлять толерантность – это значит бережно относиться ко всему живому на нашей планете, вместе бороться с насилием, понимать друг друга, чтобы строить мирное будущее. А учиться пониманию друг друга начнем прямо сейчас.

4.Упражнение «Угадай, что я чувствую».

Один участник выходит за дверь, оставшиеся в кругу участники договариваются изображать какую-либо одну эмоцию. После этого водящий возвращается, и участники изображают загаданную эмоцию, используя выражение лица, позу. Задача водящего –отгадать, какая эмоция была задумана. (Далее делим группу по полам. Половина группы изображает одну эмоцию, половина другую. Группы пытаются угадать как можно больше эмоций).

**Обсуждение:**

- Всегда ли можно догадаться, какие эмоции испытывает человек?

- Легко ли было изображать эмоции?

- Всегда ли нужно выражать свои эмоции так, чтобы окружающие о них знали?

**-** В мире много цветов –

*(****слайд “Радуга”****)* есть цвета жизни, окрашивающие наши дни в яркие краски радости, чистоты, дружбы, родства. Есть краски скорби, ненависти и пустоты. Каким цветом раскрасить свою жизнь выбирает сам человек. Наши души тоже раскрашены разными красками , и какими зависит от того, как мы воспринимаем мир, как относимся к другим людям. Мы все разные, но если мы будем уважать друг друга, будем терпимыми, то наша жизнь станет ярче, а небо безоблачней.

Ребята, встаньте, пожалуйста, возьмитесь за руки. Посмотрите на соседа слева, взгляните друг другу в глаза и скажите “Я уважаю, стараюсь понять и принимаю тебя”, теперь соседу справа “Я уважаю, стараюсь понять и принимаю тебя”, не торопитесь разжимать руки, ведь пока вы все вместе, вы сильнее и можете окрасить мир в те цвета, которые должны быть…

**.  Рефлексия.** Что мы вынесли из сегодняшнего занятия?

Списки литературы:

1. Фетискин И.П.; Миронова Т.И., Социально-психологическая диагностика личности и группы: ГГУ им. Н.А. Некрасова, 2001 г; Психология. /под редакцией А.А. Крылова - М: "проспект" 1999 г;
2. Годфруа Ж. Что такое психология; В2х томах Издательство 2е , перевод с французского - М: Мир 1996г.
3. Федеральная целевая программа, "Формирование установок толерантного сознания и профилактика экстремизма в Российском обществе": М 2000г.
4. Декларация принципов толерантности принята ЮНЕСКО в 1995г. всемирный призыв к толерантности. "Вестник" УрМИОН 08.08.02г
5. Никольсон П., Толерантность как моральный идеал "Вестник" УрМИОН 2002г;
6. Общая психология. Учебник для студентов пед. Институтов. Под редакцией проф. А.В. Петровского М "Просвещение"1977г.
7. Психологический словарь под редакцией пр. А.В. Петровского М "Просвещение"19..г.
8. Психологический словарь под редакцией В.В. Давыдова.

Источники:

1. БИОСФЕРА И ЧЕЛОВЕЧЕСТВО ЗА 100 ЛЕТ. Н. Н. Марфенuн / М. – альманах «Лазурь» №12, 2004.
2. Самарин А.Н. «Культура мира» в конфликтологической перспективе. М.2004//www.mgimo.ru\kf\myweb8\docs\samarin culture of peace.htm
3. The Seville Statement on Violence/ UNESCO, 25th General Conference. Culture of Peace Programme.- 16 November 1989, p. 2.
4. Рац М.В., Кравченко Л.П., Рокитянский В.Р., Щедровицкий Л.П. Концепция и основные направления Программы развития культуры мира в России. «Власть», №6, 2000.
5. Adams D. UNESCO and Culture of Peace. UN, 2004.
6. Энциклопедический словарь «Конституция Российской Федерации». Под ред. В. А. Туманова / М. – Рубрикон, 1997 г.