**Тренинг толерантности для педагогов**

Терпением мы можем добиться больше, чем силой.

Э.Берн

Мы можем изменить только одного человека – себя

(народная мудрость)

**Цели:**

-осознание педагогами своей индивидуальности;

-познакомить с понятием «толерантность»;

-показать, что толерантность к себе и толерантность к другим тесно связаны;

-помочь педагогам внимательно относиться к себе, уважать и принимать себя.

**Задачи:**

-создание комфортного психологического климата в группе;

-создание условий для самопознания и приобретения опыта позитивного общения.

**1. Упражнение «Аплодисменты».**

Знакомство с человеком начинается с приветствия, которое содержит в себе заряд положительной энергии, поэтому предлагаю начать занятие с упражнения «Аплодисменты». Для этого необходимо поднять руки перед собой. Начинаем приветствие друг друга с тихих аплодисментов. Одним пальцем правой руки постучите по ладони левой руки. Прислушайтесь к этим тихим звукам. Теперь двумя пальцами, тремя – аплодисменты стали ярче, четырьмя, а теперь поприветствуйте друг друга целой ладонью. Спасибо за аплодисменты, я почувствовала вашу энергию, поддержку, а это порой так необходимо в нашей жизни»

**2. «Мои положительные черты».**

- Напишите свои положительные черты.

Вопросы после выполнения упражнения.

- Трудно ли было Вам написать эти черты? Почему?

- Теперь ещё раз прочтите то, что написано на Вашем листке. Все ли эти положительные качества видят в Вас другие? Главная задача каждого – подтверждать своим поведением и делами всё то положительное, что Вы у себя отметили.

- Что Вы чувствовали когда выполняли это упражнение?

**3. Знакомство с понятием «толерантность».**

«Мы выяснили, что каждый человек – это уникальная и неповторимая личность, одна-единственная в своём роде. Поэтому очень полезно бережно, с любовью и уважением относиться к себе и окружающим, дорожить своей жизнью и жизнью каждого человека, принимать себя и других такими, какие мы есть, то есть относиться к себе и другим с терпимостью. Сходным по значению со словом «терпимость» является слово «толерантность».

А что с вашей точки зрения означает слово «толерантность»?

Толерантность – терпимость к чужим мнениям, верованиям, поведению.

Понимание толерантности неоднозначно в разных культурах. Для англоговорящих, толерантность – «готовность и способность без протеста воспринимать личность или вещь». Французский язык толкует толерантность как «уважение свободы другого человека». С точки зрения китайцев, быть толерантным - значит «позволять, допускать, проявлять великодушие в отношении других». Для арабов - «прощение, снисхождение». Персы считают толерантностью «терпение, выносливость, готовность к примирению»»

**4. Упражнение «Похвали себя и других»**

Участники делятся на пары.

Если мы не научимся находить в себе положительные качества характера, говорить о них окружающим нас людям, мы ничего положительного не увидим и в другом человеке.

Поэтому сейчас каждый должен сказать своему партнёру, что вам в нём нравится. Партнёр, выслушав вас, должен сказать: «А кроме того, я…» - и продолжить говорить комплименты в свой адрес.

Например «Вера, ты очень добрый человек, мне нравится, что ты всегда помогаешь другим в беде». Вера продолжает: «А кроме того, я настойчивая». Затем Вера должна похвалить меня.

- Что вы чувствовали, когда говорили комплименты другим участникам?

Легко ли было хвалить себя?

**5. Творческое задание «Дерево толерантности».**

Вырастим наше собственное дерево толерантности. Пусть наше дерево зазеленеет, и на нем распустятся листочки. Напишите на листочке свои пожелания, советы, что нужно сделать, чтобы наш класс, школа, город, страна стали пространством толерантности, то есть, чтобы отношения стали как можно более толерантными. А теперь приклеим их на дерево.

Возможные варианты:

Помогать друг другу, быть дружнее, защищать слабых

Не ссориться, стараться понять друг друга

Не обращать внимания на национальность, вероисповедание, внешность, привычки

Больше общаться, узнавать друг друга

Уважать друг друга, стараться самому стать лучше

**6.Подведение итогов, рефлексия.**