

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи
Центрального района Санкт-Петербурга «Развитие»

ПРИНЯТО

Педагогическим советом

ППМС-центра «Развитие»

Центрального района

Санкт-Петербурга

Протокол № 1

от 27 августа 2020 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ППМС-центра «Развитие»

Центрального района Санкт-Петербурга

Т.Б. Федорова

Приказ № 27-ОД от 27.08.2020 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

РАБОЧАЯ УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА

**ФОРМИРОВАНИЕ ТОЛЕРАНТНОГО
ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ**

Возраст учащихся: от 10 до 14 лет

Срок реализации: в течение учебного года

Разработчик:

Белова О.Б., педагог-психолог

Санкт-Петербург

2020 год

Оглавление

1.	Пояснительная записка: актуальность, перспективность, научное обоснование, практическая направленность, цели, задачи, практическая направленность программы.	3
2.	Структура и содержание программы.	5
3.	Сроки и этапы реализации; учебный и учебно–тематический план.	6
4.	Методы, используемые в реализации программы; использование технологий по стандартам ФГОС.	9
5.	Адресат. Показания и обоснованные критерии ограничения и противопоказания на освоение программы	10
6.	Гарантии прав участников программы, описание сфер ответственности, основных прав и обязанностей участников программы	10
7.	Требования к условиям реализации программы	11
8.	Ожидаемые результаты реализации программы	11
9.	Система организации контроля за реализацией программы	11
10.	Система оценки достижений планируемых результатов	12
11.	Критерии оценки достижения планируемых результатов	12
12.	Список литературы	13
13.	Приложения	14

1. Пояснительная записка.

Актуальность и перспективность.

Предлагаемая программа, предназначенная для подростков, является программой дополнительного образования и составлена на основе ранее существующих программ. Модификация уже существующих программ понадобилась для того, чтобы дополнить содержание новыми приемами работы.

Актуальность программы обусловлена психологическими особенностями подростков. Основу формирования новых психологических и личностных качеств в подростковом возрасте составляет общение в процессе различных видов осуществляющей ими деятельности (учебной, производственной деятельности, занятий различными видами спорта и др.). Определяющей особенностью общения подростков является его ярко выраженный личностный характер.

У подростков появляется активное стремление выйти за рамки школы, приобщиться к миру взрослых, найти и защитить свое место в социальной среде. Новые потребности обусловливают появление и нового вида деятельности, в процессе которой они могут быть удовлетворены. Очевидно, что в рамках учебной деятельности эти потребности не могут быть реализованы полностью. Таким образом, роль общения в жизни подростков возрастает.

По словам Г.У. Солдатовой, «...подростковый возраст – важнейший период в психосоциальном развитии человека. Подросток – уже не ребенок, но еще не взрослый. Он активно включается во взрослую жизнь, формирует свою идентичность, осваивает различные социальные роли. Его глобальная жизненная ориентация зависит от того, как он будет относиться к миру в целом, к себе и другим в этом мире. Позиция терпимости и доверия - это основа для осуществления выбора будущих поколений в пользу мира, а не войны, мирного сосуществования человечества, а не конфликтов»

Проблема воспитания толерантности становится особенно актуальной в наши дни, т.к. резко возросла напряженность в человеческих отношениях. Современное общество за последние годы стало более динамичным. Это обусловлено, прежде всего, большей его информативностью и вариативностью социальных взаимодействий, в том числе и социально-педагогических в условиях образовательного пространства. В связи с этим к подросткам предъявляются повышенные требования, связанные с адаптацией в различных социумах, а также требования, направленные на формирование толерантности.

Важнейшим источником информации по проблеме толерантности является «Декларация принципов толерантности» утвержденная резолюцией 5.61 конференции ЮНЕСКО от 16 ноября 1995: «Толерантность означает уважение, принятие и правильное понимание богатого многообразия культур нашего мира, наших форм самовыражения и способов проявлений человеческой индивидуальности. Ей способствуют знания, открытость, общение и свобода мысли, совести и убеждений. Толерантность — это гармония в многообразии. Это не только моральный долг, но и политическая и правовая потребность. Толерантность — это добродетель, которая делает возможным достижение мира и способствует замене культуры войны культурой мира».

Развитие самосознания – это центральный психический процесс переходного возраста. В подростковом возрасте происходят изменения, связанные с кардинальными преобразованиями в сфере сознания, деятельности и системы взаимоотношений индивида. Этот этап характеризуется бурным ростом человека, формированием организма в процессе полового созревания, что оказывает заметное влияние на психофизиологические особенности подростка. Основу формирования новых психологических и личностных качеств подростков составляет общение в процессе различных видов осуществляющей ими деятельности.

Путь к толерантности – это серьезный эмоциональный, интеллектуальный труд и психическое напряжение, оно возможно только на основе изменения самого себя, своих стереотипов, своего сознания

Научная обоснованность

Теоретико-методологической основой послужили положения о психологии межличностной толерантности (А.Г. Асмолов, В.В. Бойко); основные принципы деятельностного культурно-исторического подхода (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, А.Р. Лuria).

Желание добиться признания со стороны сверстников, порождая у подростка стремление соответствовать их требованиям, оказывает серьезное влияние на нравственное развитие школьника. Существенное влияние на поведение начинают оказывать нормы, стихийно складывающиеся в группе сверстников. Как известно, в основе этих норм лежит представление о товарищеской солидарности, взаимовыручке - «принцип товарищества» (Д. Б. Эльконин, Т. В. Драгунова). В ситуации конфликта требований взрослых и сверстников подростки сознательно предпочитают нормы, принятые среди ровесников.

Исследовательские данные свидетельствуют, что влияние группы на подростка тем больше, чем неблагополучнее (в самом широком смысле) его взаимоотношения с родителями, семейная ситуация, чем более узок и беден мир его увлечений, чем более он не уверен в себе (Божович Л. И., 1968; Развитие личности ребенка, 1987, и др.)

Формирования толерантности начинается с началом подросткового возраста и продолжается, по мнению многих ученых, в юности. В эти периоды становления личностной идентичности, ценностно-смысловой сферы и самосознания, в зависимости от протекания этих процессов, можно говорить о наличии и уровне развития толерантного сознания, в частности этнической толерантности.

А.А. Бодалева и др. отмечает, что старший подросток – это еще не взрослый гражданин страны, но уже не ребенок. Подросток активно включается во взрослую жизнь, принимает на себя различные социальные роли, формирует свою идентичность. Его основная жизненная ориентация зависит от того, как он будет относиться к себе и взаимодействовать в этом мире с другими, к миру в целом. Позиция доверия и терпимости - это основа для реализации выбора старших подростков в пользу мира.

Мышление подростка еще не сформировано, отличается детской непосредственностью, но уже способно к грамотному анализу ситуаций и вынесению соответствующих выводов. Формируется мировоззренческая картина подростка. И все, что он впитает в себя, будет в будущем определять его жизненную позицию и

способы поведения в обществе.

Толерантность, сформированная в школьные годы, является важнейшим условием снижения напряженности в социуме.

Нормативно-правовая основа данной программы.

- Декларация принципов толерантности, утвержденная резолюцией 5.61 Генеральной конференции ЮНЕСКО от 16.11.1995 года;
- Федеральный закон РФ «Об образовании» (в редакции Федерального закона от 13 января 1996 года, с изменениями на 24 апреля 2008 года);
- Федеральный закон о противодействии экстремистской деятельности (в редакции Федерального закона от 27 июля 2006 № 148 – ФЗ);

Практическая направленность программы.

Программа относится к виду психолого-педагогических программ.

Занятия программы построены с учетом перечисленной проблематики подростков. Данная программа помогает тренировке адекватных реакций сначала через игровую деятельность, ролевые игры, затем в реальной жизни и дает подростку возможность проверить на практике, развить и интегрировать различные убеждения, навыки и способности.

Основные направления работы:

- знакомство детей с принципом уважения человеческого достоинства всех без исключения людей.
- понимание того, что каждый - уникальная личность.
- понимание принципа взаимозависимости как основы совместных действий.
- как результат - приобщение к культуре мира. Дети, на практике познающие, что такое уважение и терпимость по отношению к другим получают основы, необходимые для созидания мира и развития сообщества.

Цель программы.

Профилактика ксенофобии и экстремизма в подростковой и молодежной среде. Формирование установок толерантного сознания: принятие и понимание богатого многообразия культур нашего мира, форм самовыражения и способов проявления человеческой индивидуальности.

Задачи программы.

- расширить знания по вопросу толерантности;
- способствовать осознанию ценности существующего разнообразия в мире;
- снизить уровень тревожности и агрессивности;
- повысить коммуникативную компетентность;
- способствовать сплочению группы с сохранением (с учетом) индивидуальных особенностей участников.

2. Структура и содержание программы

Данная программа включает в себя три взаимосвязанных между собой этапа, направленных на расширение знаний подростков по вопросу толерантности, что может способствовать пониманию богатого многообразия культур нашего мира, принятию человеческой индивидуальности, самопознанию.

Групповая работа с подростками направлена на:

- раскрытие характеристики толерантного и интолерантного человека;
- развитие способности к самопознанию;
- формирование навыков, связанных с принятием решения, с проблемой выбора, с вопросом занятия эффективной позиции в режиме группового взаимодействия;
- расширение вариативности предпочитаемых стилей поведения и действий.
- понимание сложных взаимосвязей, помогают социализации и развитию личности подростка;

Содержание занятий и список упражнения каждого блока содержится в приложении №1.

Программа дает подростку возможность проверить на практике, развить и интегрировать различные убеждения, навыки и способности.

Посредством бесед, упражнений, игр формируются навыки конструктивного взаимодействия, выявляются возможности и средства объединения, развиваются умения эффективной вербальной коммуникации и передачи переживаемых эмоций, обсуждаются идеи, относящиеся к закономерностям передачи информации в процессе конфликта.

Психологические упражнения способствуют созданию позитивного эмоционального единства группы, обеспечивают познавательный и физический «разогрев» ее участников.

Занятие состоит из трех частей:

- Разминка. Включает в себя упражнения, направленные на выявление эмоционального состояния участников группы, разминочные упражнения.
- Основная часть. Эта часть включает в себя лекции, игры, упражнения, задания, помогающие понять и усвоить главную тему занятия.
- Рефлексия занятия. Включает подведение итогов работы. Участники могли поделиться своими чувствами, впечатлениями, мнениями, поговорить о своем настроении.

3. Сроки и этапы реализации

Программа рассчитана на 30 часов. Продолжительность каждого занятия 2-3 часа.

«Временные границы каждого занятия определяются возрастными, индивидуальными, психофизиологическими особенностями участников, их социальным статусом, медицинскими характеристиками (учащиеся группы ОВЗ), спецификой учреждения, сложившимися в учреждениях традициями» (рекомендации Минобрнауки России от 10.02.2015., с.135).

Учебный план программы.

Цель программы: Создание оптимальных условий для формирования толерантной личности: принятие и понимание богатого многообразия культур нашего мира, форм самовыражения и способов проявления человеческой индивидуальности.

Категория обучающихся: подростки 10-14 лет

Срок обучения: 30 часов

Режим занятий: 1 раз в неделю

Форма итоговой аттестации: Рефлексия, совместный творческий продукт, диагностика.

№	Наименование блоков	Всего (часов)	Формы работы		Форма контроля
			теоретических	практических	
1	Знакомство.	5ч	1ч	4ч	Наблюдение, рефлексия, диагностика,
2	Основная часть.	20ч	4ч	16ч	Наблюдение, рефлексия
3	Завершение.	5ч	1ч	4ч	Наблюдение, рефлексия, диагностика.
	ИТОГО	30ч	6ч	24ч	

Учебно - тематический план занятий.

№	Наименование блоков	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			теоретических	практических	
1	Знакомство.	5ч	1ч	4ч	Наблюдение, рефлексия, диагностика.
1.1	Знакомство. Правила работы группе. Создание атмосферы принятия и уверенности.	2,0ч	0,5ч	1,5ч	Наблюдение, рефлексия.
1.2	Продолжаем знакомиться в игровой форме. Что такое толерантность? (мозговой штурм). Обсуждение проявлений толерантности и нетерпимости в обществе. Эмблема толерантности.	3,0ч	0,5ч	2,5ч	Наблюдение, рефлексия
2	Основная часть.	20ч	4ч	16ч	Наблюдение, рефлексия
2.1	Личностная ценность. Принятие себя. Формирование Я – образа. Осознание слабых и сильных сторон своей личности.	2,0ч	0,5ч	1,5ч	Наблюдение, рефлексия
2.2	Ценности. Осознание	3,0ч	0,5ч	2,5ч	Наблюдение,

	общечеловеческих ценностей и прав человека. Формирование позитивного отношения к сверстникам.				рефлексия
2.3	Свои-чужие. Способность понимать эмоциональное состояние другого человека. Правила поведения: зачем они нужны?	2,0ч	0,5ч	1,5ч	Наблюдение, рефлексия
2.4	Коммуникативная компетентность. Лидерство и толерантность. Узнавание своего эмоционального состояния и эмоционального состояния других участников. Тренировка умения владеть своими эмоциями.	3,0ч	0,5ч	2,5ч	Наблюдение, рефлексия
2.5	Коммуникативная компетентность. Развитие эмпатии, умения слушать. Учимся понимать друг друга. Границы толерантности.	2,0ч	0,5ч	1,5ч	Наблюдение, рефлексия
2.6	Конфликты. Основные виды проявления нетерпимости – стереотипы и предрассудки. Способы саморегуляции.	3,0ч	0,5ч	2,5ч	Наблюдение, рефлексия
2.7	Конфликты. Обучение конструктивным способам выхода из конфликтных ситуаций. Сотрудничество.	2,0ч	0,5ч	1,5ч	Наблюдение, рефлексия
2.8	Моя семья. Ценность семьи. Позитивные семейные взаимоотношения.	3,0ч	0,5ч	2,5ч	Наблюдение, рефлексия
3.	Завершение.	5ч	1ч	4ч	Наблюдение, рефлексия.
3.1	Мы вместе. Сплочение группы, принятие других.	3,0ч	0,5ч	2,5ч	Наблюдение, рефлексия
3.2	Подведение итогов. Оценка эффективности проведенной работы.	2,0ч	0,5ч	1,5ч	Наблюдение, рефлексия, диагностика.
	ИТОГО	30ч	6ч	24ч	

4. Методы, используемые при реализации программы

В программу занятий включены беседы, расширяющие знания подростков о толерантности и интолерантности, коммуникативной компетентности, упражнения, направленные на развитие уверенности в себе, осознание общечеловеческих ценностей, формирования адекватной Я – концепции, навыков эмоциональной саморегуляции, личностной рефлексии.

Также используются инновационные технологии и подходы в соответствии со стратегиями ФГОС второго поколения:

- развивающее обучение;
- проблемное обучение;
- коммуникативное обучение;
- личностно-ориентированный подход;
- игровые технологии;
- элементы арттерапии (рисование, рисование на песке, коллажи и т.п.);
- диалог культур;
- информационно-коммуникативные технологии (умение искать, анализировать, преобразовывать, применять информацию для решения проблем);
- групповые технологии;
- работа в системе погружения;
- включение содержания обучения в контекст решения значимых жизненных задач.

Использование возможностей современных развивающих технологий позволяет обеспечить формирование базовых компетентностей современного человека:

- коммуникативной (умение эффективно сотрудничать с другими людьми);
- самоорганизации (умение ставить цели, планировать, контролировать свои действия – как после их завершения, так и по ходу, ответственно относиться к здоровью, полноценно использовать личностные ресурсы);
- самообразования (готовность конструировать и осуществлять собственную образовательную траекторию на протяжении всей жизни, обеспечивая успешность и конкурентоспособность).

В программе «Формирование толерантного взаимодействия» базовые компетентности и универсальные учебные умения формируются через применение кейс-технологии (метод конкретных ситуаций, метод ситуационного анализа).

С помощью игровых техник в программе используются следующие кейс-технологии: коллективная мыслительная деятельность при решении проблемной ситуации, технология критического мышления.

Обучающиеся должны проанализировать ситуацию, разобраться в сути проблем, предложить возможные решения и выбрать лучшее из них.

Кейсы базируются на реальном фактическом материале или же приближены к реальной ситуации.

Проблема и уровень трудности задаются самим исполнителем – моделирование ситуации как проблемную, трудноразрешимую или неразрешимую вовсе.

5. Адресат. Показания и обоснованные критерии ограничения и противопоказания на освоение программы.

Программа подготовлена для группы подростков (10 – 14 лет). В состав группы входят 10-12 человек. В зависимости от возраста участников группы варьируются условия задачи игр, наглядные материалы, фильмы.

Группа формируется на добровольной основе, из учащихся, заинтересованных в личностном развитии, а также подростков, характеризующихся сниженной самооценкой, неуверенных в себе, имеющих проблемы в общении, у которых наблюдается агрессивное поведение.

Противопоказанием является сниженный интеллект, выраженная демонстративность поведения. Отказ родителей (законных представителей) от диагностики эмоционального состояния учащегося и от психологической работы с ним (перед обследованием подростков родители (законные представители) дают письменное согласие на психодиагностику и занятия с подростком, в том числе и коррекционные).

6. Гарантии прав участников программы, описание сфер ответственности, основных прав и обязанностей участников программы.

На первом занятии совместно с участниками вырабатываются принципы групповой работы. Участникам предлагается обсудить цели группы, способы работы и важнейшие правила конфиденциальности, возможности свободно выбрать, участвовать или не участвовать в предлагаемых действиях группы, подчиняться или не подчиняться давлению группы или желаниям других участников, уважать право участников быть уникальными, самостоятельно мыслить, не проявлять физическое и психическое насилие по отношению друг к другу.

Администрация ППМС-Центра соблюдает основные нормативные документы регламентации образовательного процесса УДО. Предоставляет условия для проведения занятий по программе «Формирование толерантного взаимодействия» и имеет право получать информацию по организации занятий, знакомиться с документацией открытого доступа, отчетностью и эффективностью реализации программы.

Педагог-психолог реализует субъект - субъектное взаимодействие в образовательном процессе, направленного на формирование благоприятного психологического климата среди учащихся, соблюдает реализацию благоприятного психологического сопровождения учащихся в УДО.

Педагог-психолог должен повышать квалификацию в сфере преподавания психологических знаний. Реализовывать психологически безопасные способы взаимодействия с учащимися УДО.

Родители подростков, посещающих занятия, несут ответственность бережное отношение к психическому здоровью своих детей; соблюдение полученных рекомендаций от педагога-психолога. Имеют право получать квалифицированное психологическое консультирование по проблемам их детей, связанных с компетенцией педагога-психолога. Информировать педагога-психолога об изменениях психического/психологического состояния учащегося.

Педагогический коллектив ОУ оперативно информировать педагога-психолога об изменениях психического/психологического состояния учащихся.

7. Требования к условиям реализации программы

Ведущий тренинга должен быть образован, т.е. должен обладать теоретической и практической грамотностью в области психологии и педагогики. Специалисту необходимо ориентироваться не только на конкретное содержание (предоставление информации, развитие определенный навыков), но и на процесс (динамику отношений между участниками группы). Использование в образовательном процессе форм и методов работы с детьми, соответствующих их психолого-возрастным и индивидуальным особенностям.

Условия реализации:

- помещение для свободной работы группы из 10-12 человек в тренинговой форме;
- стулья;
- столы и планшеты;
- мультимедийные установки, компьютер, и другие средства технического обеспечения;
- канцелярские товары (бумага, карандаши, краски, кисти, фломастеры, маркеры).

8. Ожидаемые результаты реализации программы.

При условии успешной реализации программы у подростка будет отмечаться положительная динамика развития. В ходе занятий у подростков будут сформированы основы толерантного сознания; будут расширены представления о себе как уникальной, самоценной, неповторимой личности; сформированы и закреплены адекватные формы поведения в конфликте и реагирования на основе полученных знаний и достижений; уменьшится проявление межличностных, этнических, религиозных и т.п. разногласий.

9. Система организации контроля за реализацией программы

Программа «Формирование толерантного взаимодействия» реализуется педагогом- психологом ППМС центра «Развитие».

Программа предусматривает вариативные формы контроля за ее реализацией:

1. Тестовые и контрольные задания (Приложение №2,3):

- тест школьной тревожности Филлипса;

- экспресс-опросник «Индекс толерантности» (Г.У. Солдатова, О.А. Кравцова, О.Е. Хухлаев, Л.А. Шайгерова).

2.Текущий контроль:

- обратная связь (рефлексия) участников (вербализированная обратная связь участников группы после выполнения упражнений и в конце занятия, совместный творческий продукт).

3.Итоговый контроль (Приложение №2,3):

- тест школьной тревожности Филлипса

- экспресс-опросник «Индекс толерантности» (Г.У. Солдатова, О.А. Кравцова, О.Е. Хухлаев, Л.А. Шайгерова).

10. Система оценки достижений планируемых результатов

В ходе занятий подросток учится регулировать свое эмоциональное состояние и эффективно общаться со сверстниками, учится разбираться в своих переживаниях, учится принимать себя и других. Таким образом, происходит развитие адекватной самооценки, личностной рефлексии.

Каждый участник имеет наработанные учебные продукты (индивидуальные рисунки по предложенной теме, коллажи, продукты совместного творчества и т.д.), которые обсуждаются в процессе групповой работы, безусловно принимаются и хранятся до конца занятий.

Эффективность работы группы определяется по следующим критериям: вербализированная обратная связь участников группы после выполнения упражнений и в конце занятия.

Диагностические методики, которые проводятся на первом и заключительном занятии:

- тест школьной тревожности Филлипса
- экспресс-опросник «Индекс толерантности» (Г.У. Солдатова, О.А. Кравцова, О.Е. Хухлаев, Л.А. Шайгерова).

На основании полученных сравнительных результатов анализа можно сделать выводы об эффективности проделанной работы и зафиксировать динамику показателей у каждого из участников.

11. Критерии оценки достижения планируемых результатов

В процессе реализации программы основными критериями оценки достижения планируемых результатов, будут являться отсутствие или снижение интолерантного поведения у подростков.

В целом, для отслеживания результативности профилактической программы используются следующие *формы и методы оценки*:

- в ходе работы используются рефлексия, наблюдение и т.д.;
- после прохождения курса групповых занятий проводится повторная диагностика, которая позволяет оценить динамику эффективности в коммуникативной и эмоциональной сфере.

По результатам наблюдения педагога-психолога в процессе всей групповой работы за подростками, контрольной диагностики эмоционального состояния, общего уровня толерантности, выявляется степень успешности профилактических мероприятий психолого-педагогической программы «Формирование толерантного взаимодействия».

Косвенным показателем эффективности проводимых занятий могут быть отзывы родителей, учителей ОУ о видимых изменениях учащихся.

12. Список литературы

1. Аверин В.А. «Психология детей и подростков». - СПб.: Питер, 1998.
2. Алиева М.А. и др. «Тренинг развития жизненных целей. Программа психологического содействия социальной адаптации». - СПб, Речь, 2001.
3. Александров А.А. Нарушение поведения у подростков как один из критериев степени психопатизации.//Патологические нарушения поведения подростков. - Л., 1973. с. 37-48.
4. Баева И.А. «Тренинги психологической безопасности в школе». - СПб.: Речь, 2002.
5. Вим Слот «Помощь подростку на пути к самостоятельности» // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы //. Редакционно-издательский центр Консорциума «Социальной здоровье России». - М. 2010.
6. Гилинский Я., Гурвич И. и др. Девиантность подростков: Теория, методология, эмпирическая реальность. - СПб.: Медицинская пресса, 2001. с. 200.
7. Дюркгейм Э. Общественное разделение труда. Метод социологии. - М.: Наука, 1991. с. 590.
8. Клепцова Е. Ю. Психология и педагогика толерантности : учеб. пособие. – М.: Академический проект. 2004.
9. Личко А.Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков. — 2-е изд. - Л.: Медицина, 1985.
10. Малкина – Пых И.Г. «Возрастные кризисы. Справочник практического психолога». - М., Эксмо, 2004.
11. Микляева А.В. «Школьная тревожность: диагностика, коррекция, развитие». - СПб, Речь, 2004.
12. Мягков А.Ю., Журавлева И.В., Журавлева С.Л. «Суицидальное поведение молодежи: масштабы, основные формы и факторы». // Социологический журнал. 2003. № 1. с. 48-70.
13. Прихожан А.М. «Психология неудачника. Тренинг уверенности в себе». - М.: Питер, 2000.
14. Райс Ф. Психология подросткового и юношеского возраста. - СПб.: Питер, 2000.
15. Реан А.А. «Психология подростка». - СПб.: Прайм-ЕвроЗнак, 2003.
16. Роджерс К., Консультирование и психотерапия. Новейшие подходы в области практической работы/Карл Роджерс, - М., Психотерапия, 2008.
17. Слободчиков В.И., Исаев Е.И., Психология человека: Введение в психологию субъективности/ В.И.Слободчиков, Е.И.Исаев, - М.: Школа-Пресс, 1995.
18. Солдатова Г. У., Шайгерова Л. А., Шарова О. Д. Жить в мире с собой и другими: Тренинг для подростков. -М.: Генезис: 2000.
19. Шеховцова Л.Ф. «Консультирование в школе». – Учебно-методическое пособие, - СПб, 2003.
20. Конвенция ООН о правах ребенка.
21. Декларация принципов толерантности
Утверждена резолюцией 5.61 генеральной конференции ЮНЕСКО от 16 ноября 1995 года.

Список упражнений.**1 блок. Знакомство.****Занятие №1.**

Цель: Знакомство участников группы. Обсуждение правил работы в группе.

Создание атмосферы принятия и уверенности.

1.Знакомство по кругу: Упражнение "Снежный ком"

Участники группы сидят в кругу.

Первым представляется ведущий. Затем, сидящий слева от него, называет имя ведущего и свое имя. Каждый следующий участник называет по очереди имена всех, представлявшихся до него. Таким образом, участнику, замыкающему круг, предстоит назвать имена всех членов группы.

2. Разминка «Пусть пересядет тот, кто...», Все игроки, кроме водящего, сидят в кругу на стульях. Водящий говорит: «Пусть пересядут те, кто...» и называет какое-то качество характера, присущее, по его мнению, многим игрокам. После этих слов те игроки, у которых, как они думают, есть это качество, должны быстро поменяться местами. Задача водящего — занять какое-либо освободившееся место. Тот, кто остается без места, становится в следующем раунде водящим.

3. Беседа «Правила поведения в группе».

Важно, чтобы все могли свободно выражать свое мнение, поэтому необходимо установить правила работы в группе:

1) конфиденциальность – личная информация, полученная на занятии о ком-то из учеников, за пределы группы не выносится.

2) «Я – высказывания» - каждый говорит от своего собственного имени, исходя из своего опыта, мыслей и чувств.

3) Уважение, безоценочность – один человек говорит - другие слушают; мнение каждого одинаково важно.

4) Собственный выбор – человек сам решает молчать или говорить, и сам решает, чем он хочет поделиться.

5) Эксперимент – открытость новому опыту.

6) Нельзя никого критиковать, осмеивать, обзывать и т.д.

Это примерный вариант списка правил. После его обсуждения с группой он может быть дополнен.

4. «Нарисуй своё имя».

Инструкция:

участникам предлагается с помощью всевозможных художественных приемов и принадлежностей изобразить свое имя на бумаге.

5. Проведение диагностики (Филлипс – школьная тревожность)

Анкета-Экспресс-опросник "Индекс толерантности"

6. Рефлексия занятия

Ведущий просит каждого подростка ответить на некоторые вопросы. Что вы сейчас чувствуете? "Какими мыслями вы хотели бы поделиться с группой? Какие чувства вы испытывали во время выполнения упражнений?

1.2. Занятие №2

Цель: продолжить знакомство. Определение понятия «толерантность».

Обсуждение проявлений толерантности и нетерпимости в обществе.

1. Здороваляемся, обращаясь друг к другу по имени.
2. Обсуждение «Что случилось хорошего, нового?»
3. Упражнение "Молекулы"

Цель упражнения: раскрепощение участников тренинга.

Ведущий говорит:

– Представим себе, что все мы атомы. Атомы выглядят так (показать). Атомы постоянно двигаются и объединяются в молекулы. Число атомов в молекуле может быть разное, оно определяется тем, какое число я назову. Мы все сейчас начнем быстро двигаться, и я буду говорить, например, три. И тогда атомы должны объединиться в молекулы по три атома в каждый. Молекулы выглядят так (показать).

В конце проводится обсуждение:

- Как вы себя чувствуете?
- Все ли соединились с теми, с кем хотели?

«Мозговой штурм» - что такое толерантность? Обсуждение. Мини-лекция на тему толерантности.

5. Просмотр мультфильма «Чуня» (тема общения и толерантности).

Обсуждение.

6. Упражнение «Эмблема толерантности»

Цель: развивать фантазию, экспрессивные способности самовыражения.

Учащимся предлагается самостоятельно нарисовать такую эмблему толерантности, которая могла бы печататься на суперблоках, политических документах, национальных флагах. Процесс рисования занимает 5-7 минут. После завершения работы, учащиеся рассматривают рисунки друг друга (для этого можно ходить по комнате). Затем учащиеся могут объединиться в подгруппы на основе сходства между рисунками. Важно, чтобы каждый из них самостоятельно решил присоединиться к той или иной группе. Каждая из подгрупп должна объяснить, что общего в их рисунках, и выдвинуть лозунг, отражающий суть их эмблемы (обсуждение - 3-5 мин.). Завершающий этап упражнения - презентация эмблемы каждой подгруппы.

5. Упражнение «Пантомима толерантности»

Материалы: написанные на отдельных листах бумаги несколько определений толерантности; все, что может пригодиться для пантомимы — моток веревки, лента, принадлежности для рисования. Процедура проведения. Все участники разбиваются на 3-4 (по 3-5 человек). Каждая подгруппа получает из определений толерантности, вывешенных на доске. Задача состоит в том, чтобы пантомимически изобразить это определение таким образом, чтобы остальные участники догадались, о каком именно определении идет речь. На подготовку пантомимы— 5 мин. Обсуждение. Ведущий задает следующие вопросы: Какая пантомима была наиболее «однозначной» и не вызвала затруднений при угадывании? С какими затруднениями столкнулись группы в процессе придумывания пантомимы?

6. Рефлексия занятия. Ведущий просит каждого подростка ответить на

некоторые вопросы. «Что вы сейчас чувствуете? Какими мыслями вы хотели бы поделиться с группой? Какие чувства вы испытывали во время выполнения упражнений?»

2 блок. Основная часть.

2.1. Занятие №3

Цель: способствовать осознанию слабых и сильных сторон личности.

1. Упражнение "Сосед справа, сосед слева"

Участник, в руках у которого находится мяч, называет имена соседей справа и слева от себя, а затем представляется сам. После этого он бросает мяч любому из членов группы. Получивший мяч вновь должен назвать имена своих соседей справа и слева и представиться сам и так далее.

Цели: создание непринужденной, доброжелательной атмосферы в группе; повышение внутригруппового доверия и сплоченности членов группы.

2. Обсуждение «Что случилось хорошего, нового?»

3. Упражнение «Фруктовый салат».

Группа сидит в кругу. Водящий находится в центре круга без стула. Рассчитайте группу по принципу: «яблоко», «груша», «банан», «виноград». Попросите запомнить каждого «своей» фрукт. Задача группы: когда водящий называет какой-то фрукт, например, «яблоко», то все «яблоки» должны встать и поменяться местами. В это время водящий должен занять освободившийся стул, водящим становится тот, кто не успел сесть. Водящие называют разные фрукты, а время от времени говорят: «Фруктовый салат». Это означает, что все участники должны поменяться местами.

4. Упражнение «Я люблю...»

«Я не люблю...»

5. Упражнение «А я считаю ...».

Задача: осознать возможность существования различных мнений.

Проведите посреди аудитории воображаемую черту. С одной стороны повесьте нарисованный на бумаге плюс ("согласен"), с другой - минус ("не согласен"). Сама черта означает отсутствие мнения. Участники после зачитывания утверждений должны стать на сторону "плюса" или "минуса". Участники, которые не могут определиться, становятся посередине, но при этом они лишаются права высказаться. Основная идея в том, что утверждения не должны быть ложными или истинными, они предполагают возможность различных мнений. Примеры утверждений:

Самый важный предмет - математика.

Играть "в компьютер" лучше, чем смотреть телевизор.

Самое прекрасное домашнее животное - кошка.

Не иметь высшего образования - стыдно.

Самая классная музыка - рэп.

«Кока-кола» вкуснее «Фанты».

Изучать иностранный язык легче, чем физику.

Обсуждение упражнения:

Был ли кто-нибудь прав в этих ситуациях? Были ли случаи, когда кто-то из

участников оказывался в меньшинстве? Что они чувствовали? Не испытывали ли они соблазна поменять мнение под давлением большинства? На все ли вопросы, о которых люди спорят, можно ответить однозначно? Как вы относитесь к человеку, с мнением которого вы не согласны? Хорошо или плохо иметь собственное мнение?

А теперь давайте попробуем создать своеобразный словарь слов, которые так или иначе связаны с понятием «толерантности».

6. Упражнение «Учимся ценить индивидуальность»

Цель: научиться ценить индивидуальность другого.

Этапы игры:

Если бы мы умели ценить собственную индивидуальность, нам было бы легче принимать инакость партнера.

Члены группы рассаживаются по кругу, у каждого заготовлены бумага и карандаш.

В начале игры скажите примерно следующее: «Мы часто хотим быть точно такими же, как остальные, и страдаем, чувствуя, что отличаемся от других. Иногда действительно хорошо, когда мы – как все, но не менее важна и наша индивидуальность. Ее можно и нужно ценить».

Предложите каждому игроку написать о каких-то трех признаках, которые отличают его от всех остальных членов группы. Это может быть признание своих очевидных достоинств или талантов, жизненных принципов и т. п. В любом случае информация должна носить позитивный характер.

Приведите три примера из собственной жизни, чтобы участникам стало полностью понятно, что от них требуется. Для создания игровой атмосферы используйте свою фантазию и чувство юмора.

Участники записывают свои имена и выполняют задание (3 минуты). Предупредите, что Вы собираете записи и зачитываете их, а члены группы будут отгадывать, кто является автором тех или иных утверждений.

Соберите листочки и еще раз отметьте положительные аспекты того, что люди не похожи друг на друга: мы становимся, интересны друг другу, можем найти нестандартное решение проблемы, дать друг другу импульсы к изменению и обучению и т.д. Потом прочтите каждый текст, и пусть игроки угадают, кем он написан. Если автора не удается «вычислить», он должен называться сам.

6. Рефлексия.

2.2. Занятие №4.

Цель: осознание общечеловеческих ценностей и прав человека

1. Упражнение «Комplимент» Сидя в кругу, все берутся за руки. Глядя в глаза соседу, надо сказать ему несколько добрых слов, за что-то похвалить. Принимающий кивает головой и говорит: «Спасибо, мне очень приятно!» Затем он дарит комплимент своему соседу, упражнение проводится по кругу.

2. Разминка «Звучащая сила»

Цели: Это две короткие разминки, которые приадут детям свежие силы, бодрое настроение и оптимизм. Особенно они полезны в тех ситуациях, когда у детей снижается энергия, когда они устают. Эти разминки мы сопровождаем словами, которые помогут детям в развитии позитивного образа "Я".

Используемые при этом протяжные звуки представляют собой возможность "промассировать" утомленный мозг. Ведь тонкая вибрация звука в голове на самом деле освежает мозг и способствует лучшему кровоснабжению.

Инструкция к разминке:

- Энергия из звука "Ааааа"

Я хочу помочь вам наполнить себя свежей силой. Встаньте и сделайте очень глубокий выдох. Затем наберите полные легкие воздуха и снова выдохните. Но в этот раз выдохните со звуком. Пропойте во все время выдоха долгое "Ааааа". Представьте себе, что при этом из вас вытекают ощущения усталости, утомления, скуки. А на вдохе представьте себе, что вдыхаете вместе с воздухом веселые и радостные мысли. На каждом выдохе пропевайте звук "Ааааа" все громче и громче, пока вся ваша усталость и неприятные ощущения не покинут вас полностью... (1 минута.)

- Энергия из звука "Ииии"

На минутку встаньте со своего места и превратитесь в сигнальную сирену машины "Скорой помощи". Положите руку себе на голову и произнесите громкий высокий протяжный звук "Ииии". Постарайтесь почувствовать, как ваша голова начинает дрожать от этого звука... А теперь на самом деле попробуйте прокричать этот звук подобно сигнальной сирене, произнося его то ниже, то выше. Через некоторое время вы заметите, что тем самым сохранили свои силы... (30 секунд.) В некоторых случаях вы можете поэкспериментировать с другими гласными звуками, чтобы ваши ученики сами почувствовали, какие звуки придают им больше бодрости и сил. Вы можете играть в сигнальную сирену со звуками "Ааааа", "Ииии", "Ооооо" или "Ууууу". Важно, чтобы все эти звуки в ходе упражнения пелись то ниже, то выше.

3. Мультфильм – «Состязание» (Белое и черное) - Карусель №17

4. Отображение того, что поняли дети, рисунок. Обсуждение.

5. Упражнение «Передача чувств»

Все встают в шеренгу, в затылок друг к другу, первый человек поворачивается ко второму и передает ему мимикой какое-либо чувство (радость, гнев, печаль, удивление и т. п.), второй человек должен передать следующему это же чувство, и т. д. У последнего спрашивают какое чувство он получил, и сравнивают с тем, какое чувство было послано вначале, и как каждый участник понимал полученное им чувство

6.«Круг силы»

Цели: в основе всякого успеха лежит уверенность в себе. -Когда мы чувствуем себя усталыми, утомленными или ослабленными, поверить в успех — задача не из легких. "Круг силы" — это совершенно простая форма визуализации ¹⁾, к которой дети могут легко прибегать, если захотят почувствовать себя сильными, сконцентрироваться и собраться для успешного выполнения задачи.

Инструкция: Что вы делаете, когда перед вами стоит сложная задача? Как вы готовитесь к выполнению учебного задания в классе? Что вы делаете перед выполнением сложного домашнего задания? Что вы делаете перед началом экзамена или зачета, который вы хотите успешно сдать?

Я хочу показать вам способ концентрации своих сил и внимания, чтобы вы могли обрести чувство покоя и уверенности в своих силах. Для этого сядьте

поудобнее и закройте глаза. Сделайте три глубоких вдоха...

* * *

Представь себе, что ты стоишь на сцене. Над тобой большой прожектор, который освещает тебя мягким теплым светом. Ты стоишь в кругу золотого света, и он окружает тебя с головы до пят. Ты можешь вдыхать этот теплый золотой свет в себя, и тогда сила и тепло этого света проникают во все части твоего тела, вплоть до самых кончиков пальцев рук и ног. Ты стоишь в кругу своей силы в том самом месте, где ты чувствуешь себя самым сильным и прилежным, самым внимательным и спокойным...

Ты можешь представлять свой круг силы в любой момент, когда захочешь почувствовать прилив новых сил и уверенность в себе. Ты сможешь увидеть эту картину с золотым светом вокруг тебя вновь, и этот свет охранит тебя, согреет и наполнит свежими силами.

Ну а теперь напрягись, потянишь и открай глаза.

7. Рефлексия.

2.3. Занятие №5

Цель: развитие умения понимать эмоциональное состояние другого человека.

1. Обсуждение «Что случилось хорошего, нового?»

2. Упражнение "Подарок"

Каждый участник без слов, жестами, мимикой должен показать, какой подарок он «дарит» имениннику(це), все пробуют угадать, что это за подарок.

Разминка «Коктейль движений»

Встаньте так, чтобы вокруг вас было достаточно свободного места. Предполагаемое упражнение покажет вам, каким образом можно взбодриться и активизироваться.

Мы часто делаем одновременно несколько дел. Например, когда человек ведет автомобиль, то его руки при этом держать руль, переключают скорость или включают фары; нажимают на газ, тормозят, выжимают сцепление; уши контролируют число оборотов или замечают сирену пожарной, шины; глаза наблюдают за движением, и при этом человек еще может беседовать с попутчиками или менять кассету в магнитофоне. А сейчас я хочу предложить вам попробовать выполнить одновременно несколько вещей, которые, вероятно, но, не так уж часто делаются одновременно.

Ты можешь так? Представь себе, что ты ногами нажимаешь на педали огромного органа и одновременно пальцами рук что-то кромсаешь? (10 сек.)

Ты можешь так? Делать большой круг руками и в то же время подмигивать одним глазом и еще кивать головой? (10 сек)

Ты можешь так? Дирижировать оркестром и шевелить при этом ушами? (10 сек)

Ты можешь так? Глазами следить за секундной стрелкой, при этом качаться из стороны в сторону? (10 сек)

Ты можешь так? Считать от 20 до 0, при этом пытаться представить себе образ белого медведя, который ест миску земляники. (10 сек)

Ты можешь так? Бежать на месте и при этом похлопывать себя левой рукой по голове, а правой рукой в то же самое время потирать живот? (10 сек)

А теперь придумай какие-нибудь действия, которые ты мог бы сделать одновременно.

Комментарии. Это упражнение активизирует работу мозга, в особенности деятельность коры больших полушарий, которые координирует движения. Для большинства участников выполнить одновременно столько различные движения чрезвычайно тяжело, может быть, тяжелее, чем жонглировать тремя мячами; но, поупражнявшись, каждый может сделать это более или менее успешно.

4. Чтение сказки. «Сказка про обыкновенного мальчика, с которым произошла необыкновенная история»

Жил-был на свете мальчик. Мальчик как мальчик, самый обыкновенный. Но очень уж любил этот мальчик смеяться над другими, а иногда при случае и стукнуть мог. Больше всех доставалось тому, кто был послабее и за себя постоять не мог.

Увидит мальчик полненьку девочку и орет на всю улицу:

- Жиромясокомбинат! Жиромясокомбинат!

И хохочет во все горло. А бывало, что еще и швырнет снежком или камешком. А девчонка бедная готова сквозь асфальт провалиться. Увидит мальчик кого-нибудь из ребят в очках, кричит:

- Очкарик! Очкарик! У кого четыре глаза, тот похож на водолаза! И заливается смехом.

Однажды его соседка по парте случайно получила двойку. Уж как мальчик радовался, как ликовал! Кривил в усмешке губы и шептал презрительно соседке:

- Двоечница!

А та взглянула на него строго своими огромными серыми глазами и спокойно ответила:

- На месте всех кого обидишь, однажды сам себя увидишь! Мальчик, конечно, не поверил, но смеяться ему почему-то расхотелось.

Однажды с ним произошла совершенно необыкновенная история. Как-то пришел он из школы домой, бросил в угол портфель, включил музыку и развалился в своем любимом кресле. Вдруг чувствует, что с телом его что-то неладное творится. Будто и не тело вовсе, а тесто сдобное дрожжевое вместо него поднимается, расплывается во все стороны до невероятных размеров, аж в кресле сидеть тесно стало. Подбежал мальчик к зеркалу, глянул, а оттуда на него толстяк смотрит; Таких толстых ему еще видеть не приходилось. А когда понял мальчик, что в зеркале его отражение, что это он сам так жиром заплыл, от обиды и страха слезы на глазах выступили. Взял он с полки книгу «Полезные советы», решил почитать, может там написано про такой случай, который с ним приключился. А прочитать-то не может, с глазами что-то неладное творится, буквы сливаются, слова не различить. Пришлось бабушкины очки надеть. Но ничего в книге о чудесах, которые с ним приключились, мальчик не нашел. Погоревал- погоревал - да делать нечего. Надо за уроки приниматься. Открыл дневник, а там... От такого количества двоек даже бабушкины очки на лоб полезли:

- Откуда столько двоек? Ведь меня сегодня не спрашивали. Ладно, уж толстым стал, очки носить приходиться, но столько двоек – это слишком!

И мальчик горько зарыдал. Теперь он вспомнил слова соседки по парте «На месте тех, кого обидишь, однажды сам себя увидишь!» Мальчик искренне раскаивался в своих неблаговидных поступках, мысленно просил прощения у тех, кого он когда-то обидел. А слезы все текли и текли.

Вдруг раздался звон колокольчиков, и сквозь балконную дверь выплыло розовое облако, которое затем превратилось в прекрасную фею. Мальчик так удивился, что перестал плакать. Странно, но фея почему-то напоминала соседку по парте. Может быть оттого, что у нее были тоже огромные серые глаза. Но еще больше мальчик удивился, когда фея заговорила маминым голосом:

Знаю, мой мальчик, от чего ты печален. Знаю обо всем, что с тобой приключилось. Чему же научила тебя эта история?

Я больше никогда не буду обижать других, смеяться над ними. Потому что это гадко и подло.

Неужели, мой мальчик, чтобы понять это, тебе обязательно, нужно было побывать на месте обиженных тобой ребят? Ну что ж, лучше поздно понять, чем никогда. Я подарю тебе на память волшебную ромашку. Если вдруг вздумаешь кого-нибудь еще обидеть, посмотри в середину цветка и увидишь, как в зеркале всю историю, которая сегодня с тобой приключилась.

Фея дотронулась до мальчика волшебной палочкой и розовым облачком выпорхнула через балконную дверь.

Очнулся мальчик. Подушка вся от слез мокрая, рядом книга «Полезные советы» и бабушкины очки лежат. Подбежал к зеркалу. Мальчик как мальчик, самый обыкновенный. Книгу раскрыл, все прекрасно без очков прочесть может, в дневнике двоек как не бывало. «Приснилось», - подумал он. Глядь, а на подоконнике стоит горшочек с волшебной ромашкой.

С тех пор мальчик никого не обижает, а другим, кто этим занимается, говорит:

- На месте всех кого обидишь, однажды сам себя увидишь!

Вопросы для обсуждения

Что произошло с мальчиком?

Почему это случилось именно с ним?

Про какие случаи из вашей жизни напомнила вам эта история?

Кого обижали хоть раз в жизни?

А кто сам обижал других?

Чему учит сказка?

5. Мини-лекция чувства и эмоции. Как соблюдение правил поведения влияет на наше эмоциональное состояние.

6. Выразить свои актуальные чувства на листе бумаги, используя художественные средства.

7. Рефлексия

2.4. Занятие №6

Цель: развитие коммуникативной компетентности.

1. Разминка «Угадай, кто я сегодня»

Пока Вы добирались сюда, с вами произошло что-то интересное, забавное или просто то, что Вам запомнилось. Ваша задача не вербально, т.е. без слов изобразить

явление, вещь, человека – то, что привлекло ваше внимание. А другие участники должны угадать, что это или кто это.

2. Обсуждение «Что нового, хорошего?»

3. Счет в группе

Сообщите группе, что им нужно будет досчитать до числа, соответствующего количеству членов группы (если в группе 15 человек, то следует досчитать до 15). Один участник говорит «один», второй говорит «два», и так далее, однако данный расчет производится в произвольном порядке, а не по кругу. Молодым людям нельзя обсуждать заранее, какую цифру будет называть каждый из них. В том случае, если два человека назовут цифру одновременно, то всей группе нужно будет начать счет заново.

4. Мультфильм – «Карандаш и ластик», «Эхо» - Карусель №12

5. Обсуждение.

6. Упражнение «Граффити»

Цели: Игра "Graffiti" дает детям возможность выразить свои чувства и взгляды в психологически безопасной атмосфере. В то же время дети могут познакомиться со всем многообразием мнений, точек зрения и отношений в классе. Кроме того, эта игра способствует развитию в детях терпимости к окружающим. Вы можете достаточно гибко менять структуру игры, используя ее для повторения учебных заданий или при подготовке к изучению новой темы.

Материалы: Цветные фломастеры нужны каждому ребенку. Кроме того, подготовьте, пожалуйста, шесть листов ватмана, надписав вверху каждого листа одну из фраз:

- Что я люблю?
- Что я хочу знать?
- Чему я хочу научиться?
- Прекрасные мгновения...
- Что меня пугает?
- Что для меня самое увлекательное?

Инструкция: Вы можете мне сказать, что обычно пишут на стенах? Какие настенные лозунги вы можете вспомнить? Как вы думаете, для чего пишут на стенах?

Тот, кто рисует или пишет на стене, стремится тем самым выразить свое мнение. Я хотела бы, чтобы и вы выразили свое мнение, поэтому я предлагаю вам сыграть в игру под названием "Graffiti".

Разберитесь на группы по шесть человек. Пусть каждая такая группа сберется вокруг одного стола. Приготовьте фломастеры. На каждый стол я положу один лист ватмана, на котором написана какая-то фраза. У каждой группы есть пять минут, чтобы записать на этом листе свои мысли по поводу этой фразы или свои ответы на вопрос. Записывайте свои мысли кратко и хлестко, как обычно и пишут на стенах. Пишите на своем листе все одновременно до тех пор, пока я не скажу: "Стоп!". Тогда передайте свой лист другой группе, а сами возьмите лист, у одной из соседних групп... (5 минут.)

Сначала вы можете прочитать, что написали представители другой группы, а

затем напишите, что вы сами думаете или считаете по этому поводу. Опять же пишите все одновременно... (6 минут.)

Продолжайте эту процедуру до тех пор, пока каждая группа не выскажетсся по всем шести темам. Когда каждая группа получит свой лист обратно, дети могут произвести краткий анализ написанного.

А теперь давайте прочитаем все надписи. Чем они похожи? В чем различия? Обсудите друг с другом, что вам бросается в глаза при чтении этих надписей.

Попросите затем каждую группу поделиться с классом своими выводами и замечаниями.

Анализ упражнения:

- Какая тема оказалась для тебя самой интересной?
- На какую тему ответы самые разнообразные?
- Как складывалось сотрудничество в твоей группе?
- Написал ли ты что-то такое, что имеет для тебя действительно большое значение?
- Какая надпись тебе понравилась больше всего?
- Какую надпись ты не понял?
- Что тебе больше понравилось — писать надписи или читать их?
- Может быть, теперь тебе легче понять, почему многие подростки и молодежь "разукрашивают" дома и стены своими "посланиями"?

7. Рефлексия

2.5. Занятие №7

Цель: продолжить развитие коммуникативной компетентности.

1. обсуждение «Что произошло хорошего, нового?»

2. «Жужжание»

Пусть участники группы сядут в круг, а затем попросите их изобразить звук быстroredвижущейся машины — «жжж»! Сначала скажите «жжж» и быстро поверните голову к человеку справа от вас, и так до тех пор, пока каждый не скажет «жжж».

Затем объясните, что слово «стоп» заставляет «жжж» двигаться в обратном направлении. Когда очередь доходит до вас, вы можете сказать «стоп», и участник, который только что произносил «жжж», должен развернуться и сказать «жжж» в другую сторону. (Каждый может сказать «стоп», когда «жжж» доходит до него, но если упражнение проводится в группе, то каждый может сказать «стоп» только один раз.) Попытайтесь сделать так, чтобы «жжж» двигалось как можно быстрее.

Продолжение обсуждения. Как мы можем узнать, какие чувства испытывает человек? Вывод: по его жестам, позе, мимике, интонации и т.д.

3. Упражнение «Угадай чувство»

Инструкция: «Разбейтесь, пожалуйста, на группы по три человека. Каждой группе я дам карточку с изображением какого-то чувства. Ваша задача определить, что это за чувство, а потом нарисовать его, как вам захочется, это может быть рисунок ситуации или просто линии и формы. Потом придумайте оценку, посвященную этому чувству. Так же, подумайте, какие ассоциации вызывает у вас это чувство, на какой цвет, животное, цветок оно похоже. Через несколько минут, когда вы закончите свое обсуждение, вам надо будет представить вашу работу — рисунок, сценку и ассоциации

– всей группе, чтобы остальные смогли отгадать, что это за чувство».

4. Упражнение «Что общего и что различного?».

Участники разбиваются на пары и составляют список из 5- 10 пунктов, что у них общего и 5-10 пунктов, что различного. Обсуждение.

5. Упражнение «Границы толерантности»

Материалы: листы бумаги формата А3, ножницы, клей, иллюстрированные журналы

Инструкция участникам

«Толерантность – понятие непростое. У каждого из нас есть какие-то личные особенности ее проявления, свои собственные границы. Какие-то явления нам легче принять, а какие-то – сложнее. Сейчас я приглашаю вас подумать о границах своей толерантности, о том, что вы принимаете, и о тех явлениях, ситуациях, характеристиках, принять которые вам не удается. Сейчас мы разделимся на группы, и каждая группа будет делать коллаж под названием «Границы толерантности». Вам нужно будет вырезать из журналов картинки, фотографии, фразы, которые будут символизировать то, что вы принимаете и не принимаете, составить из них композицию и наклеить ее на лист».

Ход упражнения

Участники делятся на 3-4 группы. Каждая группа получает свой набор материалов и приступает к работе. Затем каждая группа демонстрирует результат своей работы

Обсуждение

После того, как все группы выступили, участникам могут быть предложены следующие вопросы:

Какие мысли и чувства у вас возникали, когда вы слушали выступления других групп?

Какие сходства и различия в коллажах вы заметили?

6. Рефлексия.

2.6. Занятие №8

Цель: знакомство с основными видами проявления нетерпимости – стереотипы и предрассудки.

1. Обсуждение «Что произошло хорошего, нового?»

2. Упражнение «Я - хороший, ты - хороший»

Процедура проведения: Участники находятся в кругу, у ведущего в руке мяч. Ведущий подбрасывает мяч вверх и называет своё положительное качество, Начинающееся на первую букву имени. Затем кидает мяч другому и называет положительное качество этого человека, начинающееся на первую букву его имени. Мяч должен побывать у всех.

Обсуждение.

-Какие чувства вы испытывали, когда мяч оказался у вас в руках, и было необходимо назвать своё положительное качество?

Какие чувства испытали, когда вы делали комплимент другому?

Какие чувства испытывали, когда комплимент сделали вам?

3. Просмотр мультфильма «Ёжик должен быть колючим?». Обсуждение

4. Мини-лекция: интолерантность.

5. Путешествие на воздушном шаре

Цель игры: дать возможность наблюдать в группе процессы, происходящие при обсуждении и принятии коллективного решения.

- Предложите участникам игры выбрать себе профессию:(врач, инженер, учитель, художник, и т. д. Одного участника попросите быть наблюдателем).

- Всем участникам игры предлагается представить, что они оказались членами одного экипажа на воздушном шаре. Шар начинает падать и остается совсем немного времени до того момента, когда он упадет в море. Чтобы этого не произошло, кто – то должен выпрыгнуть из корзины.

- Группа должна принять общее решение о том, кто прыгнет из корзины, исходя из того, кто из них будет менее полезен, если воздушный шар приземлится на необитаемом острове.

- После завершения дискуссии происходит оценка работы группы. Эксперт докладывает свои наблюдения о ходе дискуссии: использование веских доводов, аргументов в защиту “своей” профессии, умение выслушивать друг друга, “авторитарные манеры” и т. д.

6. Упражнение «Поплавок в океане»

Вообразите, что вы маленький поплавок в огромном океане... У вас нет цели, компаса, карты, руля, весел... Вы движетесь туда, куда несет вас ветер и океанские волны... Большая волна может на некоторое время накрыть вас, но вы вновь выныриваете на поверхность... Попытайтесь ощутить эти толчки и выныривания... Ощутите движение волны... тепло солнца... капли дождя... подушку моря под вами, поддерживающую вас... Посмотрите, какие еще ощущения возникают у вас, когда вы представляете себя маленьким поплавком в большом океане.

7. Рефлексия. Упражнение «Общий рисунок». На общем листе (лист передается по кругу) каждый участник что-то изображает.

2.7. Занятие №9

Цель: обучение конструктивным способам выхода из конфликтных ситуаций.

1. Обсуждение «Что произошло хорошего, нового?»

2. Упражнение «Зигзаг»

Возьмите картинки из журналов и разрежьте их на четыре или пять частей. Перемешайте картинки. Пусть каждый участник выберет одну картинку. Затем попросите участников найти людей, у которых есть недостающие части картинки. Данное упражнение можно также использовать в небольших группах для проведения другого занятия.

3. Прочтение притчи «Два воробышка»

На дереве спокойно сидели два воробышка. Один-вверху, а второй-ниже. Через некоторое время один воробышок, который сидел на вершине, чтобы как-то начать разговор, сказал:

- Какие красивые зеленые листья!

Воробей, который сидел ниже, понял эти слова как вызов и сразу же ответил:

- Ты слепой? Разве не видишь, что они серо-зеленые?

- Так ты слепой! Листья - зеленые.

Воробышек снизу, уверенный, что правда на его стороне, пискнул:

- Держу пари перьями моего хвоста листьев серо-зеленые. Ты ничего не понимаешь, ты-дурак. Воробей, который сидел на вершине, рассердился и со всей силы бросился на врага, чтобы ответить. Но прежде чем начать поединок, оба посмотрели вверх. Грибочки, который слетел с вершины, удивленно воскликнул:

- Смотри, смотри! Листья действительно серо-зеленые!

А потом добавил:

- А полетели со мной на вершину, - и они вместе прыгнули туда.

- Смотри, смотри! Листья действительно зеленые!

Обсуждение. Так, послушав притчу, что мы можем сказать? Не осуждай никого, если ты не жил его жизнью. Дети, мы видим, как возник конфликт, что столкнулись противоположные взгляды, мнения о ситуации. Опасность конфликтов в том, что они сопровождаются различными негативными эмоциями. Если конфликт не решается своевременно, это может привести к неврозам, стойкому расстройству отношений между людьми. У конфликтов высокая психологическая цена-многообразие негативных эмоций, стрессов, переживаний. Чтобы управлять конфликтами, необходимо хорошо понимать стратегии выхода из конфликтной ситуации.

4. «Учимся разрешать конфликты»

Задание: ребятам предлагается описать на отдельных листочках конфликты, которые произошли с ними. Подписывать листочки не следует. Эти ситуации будут рассмотрены коллективно, чтобы найти совместно оптимальное решение каждого проанализированного конфликта.

5. Упражнение «Способы выхода из конфликтной ситуации»

- «Черепаха» (уклонение). «Черепахи» убегают и прячутся в свой панцирь, чтобы избежать конфликта. Они отказываются от собственных целей и держатся в стороне как от спорных вопросов, из-за которых возникает конфликт, так и от людей, причастных к спору. Они считают, что решать конфликт - дело безнадежное. Им легче убежать (физически или психологически) от конфликта, чем встретиться с ним.

- «Акула» (принуждение). «Акулы» пытаются убедить оппонентов, силой заставить их решать конфликт. Для «акул» главное-собственные цели, а отношения с человеком для них второстепенны. Они любой ценой готовы добиваться своего. Их мало волнует, что они кому-то нравятся. «Акулы» убеждены, что конфликты решаются тогда, когда кто-то побеждает. Они пытаются одержать победу, поражая соперников, нападая внезапно, а также запугивая или угрожая им с позиции силы.

- «Плюшевый мишканец» (сглаживание). Для «мишканцев» главное - хорошие отношения, а собственные цели не имеют для них большое значение. Они стремятся всем нравиться, чтобы все их любили и ценили.

- «Лиса» (компромисс). «Лисы» неприхотливы как в своих целях, так и в отношениях с людьми. «Лисы» ищут компромисс. Они жертвуют частью своих притязаний во время конфликта и убеждают другого уступить тоже какой-то частью своих целей. Они ищут такого решения, чтобы обе стороны получили «золотую середину». Они готовы пожертвовать ради достижения согласия для общего блага как часть своих притязаний, так и отношениями.

- «Сова» (переговоры). «Совы» очень высоко ценят собственные цели и

отношения. Они рассматривают конфликт как проблему, которую надо решить, и ищут такое решение, которое удовлетворило бы их собственные цели, и цели своей стороны. «Совы» воспринимают конфликты как средство улучшения отношений путем ослабления напряженности между двумя людьми. «Совы» не успокоятся, пока не будет найдено решение, которое бы удовлетворило бы их самих, и другого.

Обсуждение:

- Как вы думаете, какая стратегия самая лучшая?

Подведение итогов. Все зависит от ситуации, в которой мы оказались.

6. Упражнение «Маятник»

Цель: снятие напряжения после полученных знаний. Все участники становятся в круг, а один из них - в центр круга. Ему предлагаются расслабиться и довериться другим. Группа начинает медленно раскачивать того, кто стоит в центре круга, словно часовой маятник.

7. Рефлексия. Закончите предложение (предложение выбирается специалистом):

«Самым хорошим за сегодняшний день было...»

«Новой идеей сегодня для меня стало...»

«Я надеюсь на то, что...»

2.8. Занятие №10

Цель: актуализация ценности семьи, мотивация участников на социально значимые семейные ценности.

Моя семья. Ценность семьи. Позитивные семейные взаимоотношения.

1. Обсуждение «Что произошло хорошего, нового?»

2. Упражнение "Общий ритм"

Цель:

- повышение сплоченности группы.

Процедура проведения. Участники стоят в кругу. Ведущий несколько раз хлопает в ладоши с определенной скоростью, задавая ритм, который группа должна поддержать следующим образом: стоящий справа от ведущего участник делает один хлопок, за ним - следующий и т.д. Должно создаваться ощущение, будто в заданном ритме хлопает один человек, а не все члены группы по очереди. Это упражнение редко удается с первого раза. После нескольких пробных кругов из игры постепенно выбывают участники, нарушающие общий ритм.

Модификация упражнения. Ведущий отбивает в ладоши какую-нибудь несложную музыкальную фразу. Затем каждый по очереди ее повторяет (возможно одновременное отбивание ритма всей группой).

3. Упражнение «Мозговой штурм». Ведущий записывает ассоциации, которые возникают при слове «семья». Затем идет индивидуальная работа: учащиеся выбирают для себя пять самых важных слов, характеризующих «семью», записывают на листочках бумаги свои мысли, что они подразумевают под словом семья. Затем работа продолжается в группах.

4. Упражнение «Скульптура семьи».

Каждый участник по очереди превращается в скульптора. Он воссоздает свою семью в виде живой скульптуры, выбирая других участников группы на роли ее

членов и располагая их в комнате так, чтобы они символизировали обстановку в семье.

Можно привести примеры: силу и контроль можно выразить, поместив властных членов семьи выше слабых. Если мама обладает властью, ее можно попросить встать на стол. Члены семьи, лежащие на полу, изображают бессилие. Близкие или холодные отношения можно отразить при помощи расстояния между членами семьи. В идеале, скульптор выбирает кого-то, кто занимает в скульптуре его собственное место. Это не всегда возможно, когда число членов семьи превышает число членов группы.

Завершив скульптуру, ее создатель интерпретирует свою работу, объясняя, почему члены семьи расположены именно так. После этого ведущий предлагает скульптору перестроить скульптуру, придав ей такой вид, какой бы он хотел видеть свою семью.

5. Упражнение «Древо семейных ценностей»

Материалы: список ценностей для каждого, большие листы белой бумаги, карандаши, ластики, краски.

1-й этап

Ведущий раздает участникам материалы для упражнения и дает следующую инструкцию:

«Вам предлагается список ценностей, которые люди, как правило, считают важными для совместной жизни. Просмотрите, пожалуйста, список. Если необходимо – дополните его своими ценностями.

Список ценностей:

- наличие общих интересов
- взаимное уважение
- невмешательство в дела друг друга
- любовь
- преданность
- сохранение самостоятельности и автономии членов семьи
- материальное благополучие
- национальная монолитность
- благополучие в глазах окружающих
- дисциплина и четкость
- выполнение всеми членами семьи своих обязанностей
- совместное проведение свободного времени
- «открытый дом» – для друзей, родственников, коллег
- много детей
- хорошее здоровье
- сотрудничество
- непрекаемый авторитет родителей
- доверие
- взаимопомощь

2-й этап

Вы поработали над составлением списка семейных ценностей. Теперь вам предстоит составить шкалу приоритетов: определить, какие из ценностей для вас являются базовыми, какие – менее значимыми, а какие вообще находятся на периферии. На листе ватмана нарисуйте, пожалуйста, большое дерево. Это – Древо семейных ценностей. Изобразите его таким образом, чтобы корнями дерева стали ваши базовые, самые принципиальные ценности, ствол составили менее важные, а ветвями – те ценности, которые относительно важны для вас».

Обсуждение

- Какие выводы вы могли бы сделать по окончании своей работы над Древом семейных ценностей?
- Подумайте, как бы выглядело Древо, если бы его изобразили другие члены вашей семьи?

6. Упражнение «Копилка идей по укреплению семьи» (время: 5- 10 мин.) Все участники пишут на листке бумаги идею, которая, по их мнению, способствует укреплению семьи и налаживанию отношений с детьми и опускают ее в ящик или мешок (или приклеивают к доске). Затем ведущий по очереди вытаскивает идею, озвучивают ее и все вместе дают анализ (может ли такая идея оказаться успешной?). Идет обсуждение!

7. Рефлексия. Рисунок настроения.

3 блок. Подведение итогов.

Занятие №11.

Цель: сплочение группы, принятие других.

1. Обсуждение «Что произошло хорошего, нового?»
2. Упражнение на групповую сплоченность "Единство"

Участники рассаживаются в круг. Каждый сжимает руку в кулак, и по команде ведущего все "выбрасывают" пальцы. Группа должна стремиться к тому, чтобы все участники независимо друг от друга, выбрали одно и то же число. Участникам запрещается переговариваться. Игра продолжается до тех пор, пока группа не достигнет своей цели.

3. Упражнение «Бумажные мячики»

Цель: Веселая двигательная разминка, которая взбодрит участников тренинга
Количество участников 6-20 человек.

Ход упражнения

Разделите аудиторию на две равные половины, например, положив на пол веревку. Участников, также разделите на две равные команды. Каждой выдайте стопку газет или использованной бумаги формата А4. Команды должны скомкав бумагу, приготовить много бумажных мячиков. Команды выстраиваются в линию так, чтобы расстояние между командами составляло примерно четыре метра. По команде ведущего они начинают бросать мячи на сторону противника. Игроки каждой команды стремятся как можно быстрее забросить мячи, оказавшиеся на их стороне, на сторону противника. Ровно через две минуты, услышав команду <Стоп!>, надо будет прекратить бросаться мячами. Выигрывает та команда, на чьей стороне оказалось меньше мячей. Перебегать за разделительную линию нельзя.

Сама разминка проходит крайне весело и шумно, что позволяет разрядить обстановку и подзарядить участников энергией

4. Чтение сказки «Звёздная страна».

В одной сказочной стране жили-были звездочки, поэтому страна называлась Звездная. Звездочки были разные: голубые и белые, желтые и синие, зеленые и розовые, красные и даже черные. Они и по размеру были разные. Жили здесь совсем крохотные звездочки, жили и средних размеров, жили и вовсе огромные звезды. Не было среди них ни одной звездочки точь-в-точь похожей на другую. Но всех их объединяло одно общее свойство. Душа каждой звездочки была заполнена любовью ко всем жителям этой сказочной страны. Поэтому они видели друг в друге только хорошее и доброе и от этого светились удивительным волшебным светом. Звездная страна от этого чудесного сияния была необыкновенно красива и неповторима. Повсюду царили мир, согласие, взаимопонимание и любовь.

Но однажды пролетал над Звездной страной самый пакостный из всех пакостей на свете злой волшебник, которого так и звали Пакость Пакостьевич. Увидел Звездную страну Пакость Пакостьевич и закипела в нем зависть. Как же так, думает: любовь кругом, красота, мир. Никто не воюет, никто нессорится. И не стало Пакость Пакостьевичу покоя. К сожалению, встречаются еще такие экземпляры, которым очень плохо, если другим хорошо.

И задумал Пакость Пакостьевич свое злое дело. А чтобы звездочки его не узнали, обернулся ветром перемен и начал нашептывать, что, мол, в других странах веселее, интереснее и лучше живут. Заволновались звездочки, забеспокоились. Им тоже хотелось зажить еще интереснее, еще веселее, еще лучше.

“А что же нужно для этого сделать?” – поинтересовались звездочки. “Все очень просто, нужно находить в других недостатки, все время ругать, побольше критиковать, вспоминать все проступки, которые когда-то были совершены”, – учил со знанием дела Пакость Пакостьевич.

Но звездочки не умели этого делать. И злой волшебник принялся их обучать дальше.

– Эй, ты, – крикнул он черной звездочке по имени Аделаида. – Ты чего такая черная? Знаю, знаю, умываться ленишься. Фу, грязнуля, какая... Тонну мыла надо, чтобы такую чумазую отмыть. Хи-хи-хи... ха-ха-ха... Кто-то подхватил, кто-то промолчал... Но веселее не стало. А черная звездочка Аделаида от грубых насмешек стала прямо у всех на глазах тускнеть и не светилась уже удивительным волшебным светом как раньше. А Пакость Пакостьевич не унимался.

– Эй, громадина, – крикнул он большой зеленой звезде Иоланте. Вот разъелась... Смотри, скоро всю страну без продуктов оставишь с такими-то аппетитами. Ха-ха-ха...

Никто не заступался. И от грубых насмешек начала блекнуть яркая прежде зеленая звездочка Иоланта. А Пакость Пакостьевич все не унимался. Он подошел к маленькой розовой звездочке по имени Юта и стал смеяться над ней.

– Ой, не могу... Что это за крохотуля? Не звездочка, а микроб какой-то. Только в микроскоп такую разглядывать. Какой от нее прок, зря только небо коптит. И снова

весело расхохотался.

От таких грубых и злых слов, странного смеха крохотная розовая звездочка Юта почти совсем погасла. И тут многие звездочки подхватили идею Пакость Пакостьевича. Они принялись с большим усердием выискивать недостатки в каждой звездочке, критиковали друг друга, вспоминали все проступки, которые были совершены когда-то. И от грубых, обидных слов, дурных мыслей любовь стала уходить, а души начали заполняться ненавистью, злобой, завистью. И от этого звездочки поблекли, потускнели и уже не светились удивительным волшебным светом, который когда-то придавал неповторимое очарование Звездной стране. Прекрасная и светлая ранее, она превращалась в унылую, серую, безжизненную страну.

Первой опомнилась совсем юная белая звездочка по имени Люська. Она решила во чтобы то ни стало спасти свою любимую родину. “Что же делать?” – думала Люська. “Может быть подождать доброго волшебника? Но когда он прилетит? Ведь так можно прождать и год, и два, и три, и тридцать три, а то и вовсе не дождаться. А действовать надо прямо сейчас, немедленно, иначе может быть поздно. И она на свой страх и риск начала действовать...

Люська стала вместо недостатков находить в звездочках достоинства, искала то доброе и хорошее, что было в душе каждой из них. Сначала она обратилась к черной звездочке Аделаиде.

– Аделаида, ты очень добрая, ты всегда заботилась о больных звездочках. Благодаря твоему вниманию, чуткости, терпению они быстрее выздоравливали. И свершилось чудо. Поблекшая звездочка Аделаида засияла вдруг снова удивительным волшебным светом.

– Ура! Получилось. Добрые слова помогают, – ликовала обрадованная Люська. И начала действовать уже увереннее.

– Иоланта, я всегда восхищалась твоей ответственностью, твоей пунктуальностью. Ведь ты ни разу в жизни никуда не опоздала. И от этих добрых слов Иоланта вновь вспыхнула, засверкала, переливаясь всевозможными оттенками чудесного зеленого цвета.

Потом Люська заговорила с крошечной звездочкой Ютой.

– Хоть, ты, Юта, и очень маленькая, но душа твоя напоминает огромный неиссякаемый кладезь всевозможных интересных творческих идей. Именно благодаря тебе наши праздники проходили так весело и интересно.

И Юта засияла вновь удивительным волшебным светом. Люськину идею подхватили другие звездочки. Они принялись искать друг в друге что-то доброе и хорошее, что было в душе каждой из них. И свершилось чудо. Звездочки вспыхивали одна за одной как огоньки новогодней гирлянды. Снова Звездная страна засияла удивительным волшебным светом, вновь она стала прекрасной и неповторимой, пожалуй, она стала еще краше, чем прежде. А Пакость Пакостьевич понял, что ему здесь нечего больше делать и убрался восвояси. Он полетел искать такую страну, жители которой обожают находить в других недостатки, а достоинств не замечают, где любят критиковать друг друга, ссориться, вспоминать ошибки и промахи, где долго помнят обиды.

– А не пролетал ли Пакость Пакостьевич случайно над вашей страной?

Вопросы для обсуждения:

Итак, вы прослушали удивительную историю. О чём она?

Чему учит эта сказка? Пригодится ли она в жизни?

5. Разделяем участников группы на 2 команды и каждой выдаем ватман, на котором ребята должны будут нарисовать острова (каждый рисует свой остров), а потом соединить их дорожками.

6. Рефлексия.

3.2. Занятие №12.

Цель: подведение итогов и оценка эффективности проведенной работы.

1. Обсуждение «Что произошло хорошего, нового?»

2. Упражнение «Фруктовый салат».

Группа сидит в кругу. Водящий находится в центре круга без стула. Рассчитайте группу по принципу: «яблоко», «груша», «банан», «виноград». Попросите запомнить каждого «свой» фрукт. Задача группы: когда водящий называет какой-то фрукт, например, «яблоко», то все «яблоки» должны встать и поменяться местами. В это время водящий должен занять освободившийся стул, водящим становится тот, кто не успел сесть. Водящие называют разные фрукты, а время от времени говорят: «Фруктовый салат». Это означает, что все участники должны поменяться местами.

3. Игра «Мафия»

Цель: развить навыки убеждения, защиты своей позиции.

Материалы: карточки с надписями Гражданин, Доктор, Мафия, Маньяк

Суть игры:

Игра «Мафия» основывается на постоянном общении и на обсуждениях между участниками. В игре есть место обману и коварству, заключению и подлому нарушению договоров и альянсов.

Обсуждение игрового положения проходит путём столкновения мнений в беспрестанных спорах, при этом одни игроки предпочитают отмалчиваться, другие – наоборот, чересчур активно и шумно участвуют в обсуждении. Таким образом, игра максимально приближена к реальной жизни.

Задача мирных жителей понять, кто мафия, задача мафии играть так, чтобы никто из мирных жителей не догадался, что они мафия.

Главные правила игры в мафию:

Ведущий раздает участникам игры карты рубашкой вверх;

Участники, которым достались карты с надписью Гражданин, входят в состав команды «мирных жителей»;

Участник, получивший карту с надписью Доктор, является «доктором» и входит в команду «мирных жителей»;

Участникам, которым достались карты с надписью Мафия, входят в состав команды «мафии»;

Участник, получивший карту с надписью Маньяк, является «маньяком» и входит в команду «мирных жителей».

Игровой процесс делится на «день» и «ночь»:

Первый кон начинается с наступления ночи, во время которой все игроки засыпают, то есть закрывают глаза и одеваются маски.

Ночью ведущий позволяет игрокам-мафиози открыть глаза и познакомиться с соратниками. После знакомства игроки команды мафии засыпают.

Далее ведущий просит проснуться доктора. Доктор просыпается и засыпает, после чего ведущий будит маньяка. В результате этого ведущий понимает, кто есть кто.

На следующем этапе наступает день, все игроки просыпаются, и начинается обсуждение вопроса о том, кто из них может быть нечестен, то есть причастен к мафии.

По окончании обсуждения ведущим объявляется открытое голосование за посадку в тюрьму. Игрок, набравший наибольшее количество голосов, должен отправиться за решётку, то есть выйти из игры, предварительно открыв свою карту и показав её всем участникам.

Затем снова наступает ночь, и просыпается мафия. Команда мафии мимикой и жестами совещается и выбирает следующую жертву, о чём сообщает ведущему. Мафия засыпает.

Далее, согласно правилам игры Мафия, просыпается доктор и указывает на одного из жителей, которого желает вылечить, то есть спасти от убийства. Доктор засыпает. (Доктор не может лечить одного и того же игрока две ночи подряд, в том числе и себя).

Просыпается маньяк и указывает на одного из жителей, которого желает «подвергнуть изнасилованию», после чего он также засыпает.

Наступает новый день. Если мафия и доктор ночью указали на одного и того же человека, то жертва выживает. Ведущий объявляет, что ночью было совершено покушение на одного из мирных жителей, но мафия промахнулась, и весь город просыпается. Имя выжившего игрока не раскрывается.

Если доктор не смог «вылечить» жертву. Ведущий объявляет, что просыпаются все, кроме убитого мафией ночью жителя. Этот участник выходит из игры, а его карта демонстрируется всем жителям.

Также ведущий объявляет игрока, который ночью был «изнасилован» маньяком, весь последующий «день», этот игрок не может говорить.

Информация обо всех произошедших «ночью» событиях, а также о голосовании предыдущего «дня» используется оставшимися в живых игроками для обсуждения и очередного выбора на осуждение.

Далее все повторяется согласно правилам выше: обсуждение, голосование и т.д.

Игра продолжается до полной победы одной из команд, а именно, ареста всех участников мафии, либо убийства всех мирных жителей.

Вопросы для обсуждения:

Удобно ли вам было находиться в той или иной роли?

Какие чувства вы испытывали, когда приходилось обманывать других участников?

Часто ли вам в жизни приходится «играть»?

Легко ли вам было принимать решения в пользу других участников?

- Какие чувства вы испытывали, когда не убедительно сыграли свою роль?
4. Проведение диагностики (Филиппс – школьная тревожность)
 5. Анкета-Экспресс-опросник "Индекс толерантности"
 6. Рефлексия. Подведение итогов.

*Приложение 2**Методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса*

Уровень школьной тревожности можно определить по методике Филипса. Тест состоит из 58 вопросов, которые могут зачитываться школьникам, а могут и предлагаться в письменном виде. На каждый вопрос требуется однозначно ответить «Да» или «Нет».

Инструкция для учащихся:

«Ребята, сейчас вам будет предложен опросник, который состоит из вопросов о том, как вы себя чувствуете в школе. Страйтесь отвечать искренне и правдиво, здесь нет верных или неверных, хороших или плохих ответов. Над вопросами долго не задумывайтесь.

Отвечая на вопрос, записывайте его номер и ответ «+», если вы согласны с ним, или «—», если не согласны».

Обработка и интерпретация результатов. При обработке результатов выделяют вопросы; ответы на которые не совпадают с ключом теста. Например, на 58-й вопрос ребенок ответил «Да», в то время как в ключе этому вопросу соответствует «—», т. е. ответ «Нет». Ответы, не совпадающие с ключом, — это проявления тревожности. При обработке подсчитываются:

1. Общее число несовпадений по всему тексту. Если оно больше 50%, можно говорить о повышенной тревожности ребенка, больше 75% от общего числа вопросов теста — о высокой тревожности.

2. Число совпадений по каждому из 8 факторов тревожности, выделяемых в тексте. Уровень тревожности определяется так же, как в первом случае. Анализируется общее внутреннее эмоциональное состояние школьника, во многом определяющееся наличием тех или иных тревожных синдромов (факторов) и их количеством.

Факторы	Номера вопросов
1. Общая тревожность в школе	2,3,7, 12, 16,21,23,26,28,46,47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58; сумма = 22
2. Переживание социального стресса	5, 10, 15,20,24,30,33,36, 39,42, 44; сумма = 11
3. Фruстрация потребности в достижении успеха	1,3,6, 11, 17, 19,25,29,32,35,38, 41, 43; сумма = 13
4. Страх самовыражения	27,31,34, 37, 40, 45; сумма = 6
5. Страх ситуации проверки знаний	2,7, 12, 16, 21, 26; сумма = 6
6. Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	3, 8, 13, 17, 22; сумма = 5
7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	9, 14, 18, 23, 28; сумма = 5
8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями	2,6, 11,32,35,41,44,47; сумма = 8

Ключ к вопросам

1-	7-	13-	19-	25 +	31-	37-	43 +	49-	55-
2-	8-	14-	20 +	26-	32-	38 +	44 +	50-	56-
3-	9-	15-	21-	27-	33-	39 +	45-	51-	57-
4-	10-	16-	22 +	28-	34-	40-	46-	52-	58-
5-	11 +	17-	23-	29-	35 +	41 +	47-	53-	
6-	12-	18-	24 +	30 +	36 +	42-	48-	54-	

Результаты теста

1. Число несовпадений знаков («+» — да; «—» — нет) по каждому фактору (абсолютное число несовпадений: < 50, > 50 и 75%) для каждого респондента (обучающегося).

2. Представление этих данных в виде индивидуальных диаграмм.

3. Число несовпадений по каждому измерению для всего класса; абсолютное значение: < 50, > 50 и 75%.

4. Представление этих данных в виде диаграммы.

5. Количество учащихся, имеющих несовпадения по определенному фактору: 50 и 75% (для всех факторов).

6. Представление сравнительных результатов при повторных замерах.

7. Полная информация о каждом учащемся (по результатам теста).

Содержательная характеристика каждого синдрома (фактора)

1. Общая тревожность в школе — общее эмоциональное состояние ребенка, связанное с различными формами его включения в жизнь школы.

2. Переживание социального стресса — эмоциональное состояние ребенка, на фоне которого развиваются его социальные контакты (прежде всего — со сверстниками).

3. Фruстрация потребности в достижении успеха — неблагоприятный психический фон, не позволяющий ребенку развивать свои потребности в успехе, достижении высокого результата и т. д.

4. Страх самовыражения — негативные эмоциональные переживания ситуаций, сопряженных с необходимостью самораскрытия, предъявления себя другим, демонстрации своих возможностей.

5. Страх ситуации проверки знаний — негативное отношение и переживание тревоги в ситуациях проверки знаний, достижений, возможностей.

6. Страх не соответствовать ожиданиям окружающих — ориентация на значимость других в оценке своих результатов, поступков и мыслей, тревога по поводу оценок, даваемых окружающими, ожидание негативных оценок.

7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу — особенности психофизиологической организации, снижающие приспособляемость ребенка к ситуациям стрессогенного характера, повышающие вероятность неадекватного реагирования на тревожный фактор среды.

8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями — общий негативный эмоциональный фон отношений со взрослыми в школе, снижающий успешность обучения ребенка.

По итогам тестирования можно составить итоговый бланк ответов.

Бланк

Текст опросника Филипса

1. Трудно ли тебе держаться на одном уровне со всем классом?
2. Волнуешься ли ты, когда учитель говорит, что собирается проверить, насколько ты знаешь материал?
3. Трудно ли тебе работать в классе так, как этого хочет учитель?
4. Снится ли тебе временами, что учитель в ярости от того, что ты не знаешь урок?
5. Случалось ли, что кто-нибудь из твоего класса бил или ударили тебя?
6. Часто ли тебе хочется, чтобы учитель не торопился при объяснении нового материала, пока ты не поймешь, что он говорит?
7. Сильно ли ты волнуешься при ответе или выполнении задания?
8. Случается ли с тобой, что ты боишься высказываться на уроке, потому что боишься сделать глупую ошибку?
9. Дрожат ли у тебя колени, когда тебя вызывают отвечать?
10. Часто ли твои одноклассники смеются над тобой, когда вы играете в разные игры?
11. Случается ли, что тебе ставят более низкую оценку, чем ты ожидал?
12. Волнует ли тебя вопрос о том, не оставят ли тебя на второй год?
13. Стараешься ли ты избегать игр, в которых делается выбор, потому что тебя, как правило, не выбирают?
14. Бывает ли временами, что ты весь дрожишь, когда тебя вызывают отвечать?
15. Часто ли у тебя возникает ощущение, что никто из твоих одноклассников не хочет делать то, чего хочешь ты?
16. Сильно ли ты волнуешься перед тем, как начать выполнять задание?
17. Трудно ли тебе получать такие отметки, каких ждут от тебя родители?
18. Боишься ли ты временами, что тебе станет дурно в классе?
19. Будут ли твои одноклассники смеяться над тобой, если ты сделаешь ошибку при ответе?
20. Похож ли ты на своих одноклассников?
21. Выполнив задание, беспокоишься ли ты о том, хорошо ли с ним справился?
22. Когда ты работаешь в классе, уверен ли ты в том, что все хорошо запомнишь?
23. Снится ли тебе иногда, что ты в школе и не можешь ответить на вопрос учителя?
24. Верно ли, что большинство ребят относятся к тебе по-дружески?
25. Работаешь ли ты более усердно, если знаешь, что результаты твоей работы будут сравнивать с результатами твоих одноклассников?
26. Часто ли ты мечтаешь о том, чтобы поменьше волноваться, когда тебя спрашивают?
27. Боишься ли ты временами вступать в спор?
28. Чувствуешь ли ты, что твое сердце начинает сильно биться, когда учитель говорит, что собирается проверить твою готовность к уроку?
29. Когда ты получаешь хорошие отметки, думает ли кто-нибудь из твоих друзей, что ты хочешь выслужиться?

30. Хорошо ли ты себя чувствуешь с теми из твоих одноклассников, к которым ребята относятся с особым вниманием?

31. Бывает ли, что некоторые ребята в классе говорят что-то, что тебя задевает?

32. Как ты думаешь, теряют ли расположение те из учеников, которые не справляются с учебой?

33. Похоже ли на то, что большинство твоих одноклассников не обращают на тебя внимание?

34. Часто ли ты боишься выглядеть нелепо?

35. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся учителя?

36. Помогает ли твоя мама в организации вечеров, как другие мамы твоих одноклассников?

37. Волновало ли тебя когда-нибудь, что думают о тебе окружающие?

38. Надеешься ли ты в будущем учиться лучше, чем раньше?

39. Считаешь ли ты, что одеваешься в школу так же хорошо, как и твои одноклассники?

40. Часто ли ты задумываешься, отвечая на уроке, что думают о тебе в это время другие?

41. Обладают ли способные ученики какими-то особыми правами, которых нет у других ребят в классе?

42. Злятся ли некоторые из твоих одноклассников, когда тебе удается быть лучше их?

43. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся одноклассники?

44. Хорошо ли ты себя чувствуешь, когда остаешься один на один с учителем?

45. Высмеивают ли временами твои одноклассники твою внешность и поведение?

46. Думаешь ли ты, что беспокоишься о своих школьных делах больше, чем другие ребята?

47. Если ты не можешь ответить, когда тебя спрашивают, чувствуешь ли ты, что вот-вот расплачешься?

48. Когда вечером ты лежишь в постели, думаешь ли ты временами с беспокойством о том, что будет завтра в школе?

49. Работая над трудным заданием, чувствуешь ли ты порой, что совершенно забыл вещи, которые хорошо знал раньше?

50. Дрожит ли слегка твоя рука, когда ты работаешь над заданием?

51. Чувствуешь ли ты, что начинаешь нервничать, когда учитель говорит, что собирается дать классу задание?

52. Пугает ли тебя проверка твоих знаний в школе?

53. Когда учитель говорит, что собирается дать классу задание, чувствуешь ли ты страх, что не справишься с ним?

54. Снилось ли тебе временами, что твои одноклассники могут сделать то, чего не можешь ты?

55. Когда учитель объясняет материал, кажется ли тебе, что твои одноклассники понимают его лучше, чем ты?

56. Беспокоишься ли ты по дороге в школу, что учитель может дать классу

проверочную работу?

57. Когда ты выполняешь задание, чувствуешь ли ты обычно, что делаешь это плохо?

58. Дрожит ли слегка твоя рука, когда учитель просит выполнить задание на доске перед всем классом?

*Приложение 3**Анкета-Экспресс-опросник "Индекс толерантности"*

(Г. У.Солдатова, О. А.Кравцова, О. Е. Хухлаев, Л. А.Шайгерова)

Для диагностики общего уровня толерантности группой психологов центра "Гратис" был разработан экспресс-опросник "Индекс толерантности". В его основу лег отечественный и зарубежный опыт в данной области (Солдатова, Кравцова, Хухлаев, Шайгерова, 2002). Стимульный материал опросника составили утверждения, отражающие как общее отношение к окружающему миру и другим людям, так и социальные установки в различных сферах взаимодействия, где проявляются толерантность и интолерантность человека. В методику включены утверждения, выявляющие отношение к некоторым социальным группам (меньшинствам, психически больным людям, нищим), коммуникативные установки (уважение к мнению оппонентов, готовность к конструктивному решению конфликтов и продуктивному сотрудничеству). Специальное вниманиеделено этнической толерантности-интолерантности (отношение к людям иной расы и этнической группы, к собственной этнической группе, оценка культурной дистанции). Три субшкалы опросника направлены на диагностику таких аспектов толерантности, как этническая толерантность, социальная толерантность, толерантность как черта личности.

Бланк методики

Инструкция: Оцените, пожалуйста, насколько Вы согласны или не согласны с приведенными утверждениями, и в соответствии с этим поставьте галочку или любой другой значок напротив каждого утверждения:

№	Утверждение	Абсолютно не согласен	Не согласен	Скорее не согласен	Скорее согласен	Согласен	Полностью согласен
1.	В средствах массовой информации может быть представлено любое мнение						
2.	В смешанных брачах обычно больше проблем, чем в брачах между людьми одной национальност и						
3.	Если друг предал, надо отомстить ему						

	К кавказцам станут относиться лучше, если они изменят свое поведение						
4.	В споре может быть правильной только одна точка зрения						
5.	Нищие и бродяги сами виноваты в своих проблемах						
6.	Нормально считать, что твой народ лучше, чем все остальные						
7.	С неопрятными людьми неприятно общаться						
8.	Даже если у меня есть свое мнение, я готов выслушать и другие точки зрения						
9.	Всех психически больных людей необходимо изолировать от общества						
10.	Я готов принять в качестве члена своей семьи человека любой национальности						
11.	Беженцам надо помогать						
12.							

	не больше, чем всем остальным, так как у местных проблем не меньше						
13.	Если кто-то поступает со мной грубо, я отвечаю тем же						
14.	Я хочу, чтобы среди моих друзей были люди разных национальностей						
15.	Для наведения порядка в стране необходима "сильная рука"						
16.	Приезжие должны иметь те же права, что и местные жители						
17.	Человек, который думает не так, как я, вызывает у меня раздражение						
18.	К некоторым нациям и народам трудно хорошо относиться						
19.	Беспорядок меня очень раздражает						
20.	Любые религиозные течения имеют право на существование						
21.	Я могу представить чернокожего						

	человека своим близким другом						
22.	Я хотел бы стать более терпимым человеком по отношению к другим						

Обработка результатов

Для количественного анализа подсчитывается общий результат, без деления на субшкалы.

Каждому ответу на прямое утверждение присваивается балл от 1 до 6 ("абсолютно не согласен" - 1 балл, "полностью согласен" - 6 баллов). Ответам на обратные утверждения присваиваются реверсивные баллы ("абсолютно не согласен" - 6 баллов, "полностью согласен" - 1 балл). Затем полученные баллы суммируются.

Номера прямых утверждений: 1,9, 11, 14, 16, 20, 21, 22.

Номера обратных утверждений: 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 10, 12, 13, 15, 17, 18, 19.

Индивидуальная или групповая оценка выявленного уровня толерантности осуществляется по следующим ступеням:

22-60 - низкий уровень толерантности. Такие результаты свидетельствуют о высокой интолерантности человека и наличии у него выраженных интолерантных установок по отношению к окружающему миру и людям.

61-99 - средний уровень. Такие результаты показывают респонденты, для которых характерно сочетание как толерантных, так и интолерантных черт. В одних социальных ситуациях они ведут себя толерантно, в других могут проявлять интолерантность.

100-132 - высокий уровень толерантности. Представители этой группы обладают выраженными чертами толерантной личности. В то же время необходимо понимать, что результаты, приближающиеся к верхней границе (больше 115 баллов), могут свидетельствовать о размывании у человека "границ толерантности", связанном, к примеру, с психологическим инфантилизмом, тенденциями к попустительству, снисходительности или безразличию. Также важно учитывать, что респонденты, попавшие в этот диапазон, могут демонстрировать высокую степень социальной желательности (особенно если они имеют представление о взглядах исследователя и целях исследования).

Для качественного анализа аспектов толерантности можно использовать разделение на субшкалы:

1. Этническая толерантность: 2,4,7, 11, 14, 18,21.

2. Социальная толерантность: 1, 6, 8, 10, 12, 15, 16, 20.

3. Толерантность как черта личности: 3, 5, 9, 13, 17, 19, 22.

4. Субшкала "этническая толерантность" выявляет отношение человека к представителям других этнических групп и установки в сфере межкультурного взаимодействия. Субшкала "социальная толерантность"

позволяет исследовать толерантные и интолерантные проявления в отношении различных социальных групп (меньшинств, преступников, психически больных людей), а также изучать установки личности по отношению к некоторым социальным процессам. Субшкала "толерантность как черта личности" включает пункты, диагностирующие личностные черты, установки и убеждения, которые в значительной степени определяют отношение человека к окружающему миру.