**Тренинг межэтнической толерантности**

**Цель:** Обмен опытом организации работы по воспитанию нравственных качеств учащихся через проведение тренинговых занятий.

**Задачи:**

- знакомство участников с тренинговой формой работы;

- формирование толерантного отношения к представителям различных этнических групп;

- приобретение навыков проведения тренингов с учащимися.

**Актуальность данного тренинга.** Создание нормальных, толерантных отношений среди подростков, сплочение группы, образование команды является важным шагом на пути общего повышения эффективности образовательного и педагогического процесса. Особенно эта задача актуальна в настоящее время, когда в результате различных социальных изменений происходит расслоение общества, снижение материального благосостояния отдельных групп населения, миграция и связанные с ней трудности вхождения в другую культуру. При этом часто дети из семей, различающихся своим достатком, этнической принадлежностью, культурными ценностями учатся в одной школе, классе, общаются и взаимодействуют друг с другом. Нередко возникают проблемы, связанные с [взаимопониманием](https://pandia.ru/text/category/vzaimoponimanie/), принятием позиции другого, непохожего на тебя, с другими ценностями, возможностями или интеллектуальным уровнем. Слияние двух классов или нескольких классов, приход новых людей в уже сложившуюся группу также является фактором обострения межличностных отношений, сепарации, конкуренции и создания различных группировок в классе, противопоставление "хороших своих плохим чужим". Если групповые процессы носят исключительно спонтанный, неуправляемый характер - сплочение группы, создание команды иногда затягивается на неопределенно долгое время (если вообще когда-нибудь имеет место). Есть факторы, помогающие данному процессу, но есть и препятствующие. Помогает ему то, что в подростковом возрасте растет потребность в групповой поддержке, глубоких [эмоциональных](https://pandia.ru/text/category/yemotcii/) контактах, принадлежности к группе, а затрудняет то, что именно в этом возрасте ярко проявляется максимализм, [категоричность](https://pandia.ru/text/category/kategoriya_/) в суждениях, повышенная чувствительность к оценке своих внешних и внутренних качеств и требовательность к другим, чрезмерная эмоциональность, несдержанность и др. Разобщенность и неприязнь, "силовые" способы решения спорных ситуаций - все это мешает как воспитательному, так и образовательному процессам, поэтому проблема толерантного взаимодействия, общения подростков, их сплочения, образования команды становится крайне актуальной.

Ускорить, а при необходимости - скорректировать процессы групповой динамики, сплочения группы помогает социально-психологический тренинг, в основу которого положены [психодраматические](https://pandia.ru/text/category/psihodrama/) технологии, [ролевая игра](https://pandia.ru/text/category/rolevie_igri/), методы командообразования.

Результатом тренинга следует считать создание команды и изменение нетолерантных паттернов общения и взаимодействия на более толерантные, что выражается в готовности конструктивно и доброжелательно взаимодействовать друг с другом.

**План:**

1. Вступительное слово.

2. Знакомство с группой.

3. Выработка правил работы в группе.

4. Основная часть.

5. Заключение.

**Ход тренинга.**

**1. Вступительное слово.**

Для того, чтобы заинтересовать учащихся в проводимом тренинге и замотивировать их на работу, необходимо создать позитивный настрой в группе. Для достижения этого рекомендуется начать тренинг с рассказа притчи, сказки, либо просмотра мультфильма или отрывка из художественного фильма и .т. п., соответствующих теме тренинга.

Притча «Виноград»

Как-то шли вместе и в согласии четыре человека: турок, перс, араб и грек, и где-то они раздобыли динар. Этот динар и стал причиной ссоры между ними, потому что, получив его, они стали решать, как его потратить. Перс сказал:

— Давайте купим ангур!

— Зачем покупать ангур, лучше купить эйнаб, — возразил араб.

Но тут вмешался турок:

— К чему спорить? — сказал он. — Не нужен нам ни ангур, ни эйнаб, мы должны приобрести на этот динар узум!

Грек тоже выразил своё несогласие:

— Если уж что-нибудь покупать, то нужно взять стафил! — заявил он.

Каждый из них стал доказывать свою правоту, и дело дошло до кулаков. И всё потому, что им в тот момент не повстречался знаток, который смог бы им объяснить, что все они говорят об одном и том же и что слова «ангур», «эйнаб», «узум» и «стафил» означают «[виноград](https://pandia.ru/text/category/vinograd/)», который все они хотели купить, но каждый думал об этом на своём [языке](https://pandia.ru/text/category/yaziki/).

Притча «Мальчик и гвозди»

Жил-был один вспыльчивый и несдержанный мальчик. Родители очень переживали, что он ни с кем не ладит из-за своего нрава. Однажды отец дал ему мешочек с гвоздями и наказал каждый раз, когда он не сдержит своего гнева, вбивать один гвоздь в ворота.

В первый день в воротах было несколько десятков гвоздей. Это было малоприятное занятие, да еще и руки были все в ссадинах. Через неделю он научился сдерживать свой гнев, и с каждым днем число забиваемых в ворота гвоздей становилось все меньше. Мальчик понял, что легче контролировать свой гнев, чем вбивать гвозди.

Наконец настал день, когда он ни разу не потерял самообладания и не забил ни одного гвоздя. Он с радостью поведал своему отцу об этом. Отец выслушал его, похвалил, и дал новое задание: каждый день, когда сыну удастся сдержаться, он должен вытащить из ворот по одному гвоздю.

Прошли дни, и сын сообщил отцу, что в воротах не осталось ни одного гвоздя. Тогда отец взял сына за руку, подвел к воротам и сказал:

- Посмотри, сколько в воротах дыр – следов забитых тобой гвоздей. Ворота никогда не будут такими, как раньше. Когда говоришь человеку что-нибудь злое, обижаешь его, унижаешь, у него в душе остаются такие же шрамы, как следы от гвоздей. И неважно, сколько раз ты потом извинишься – шрамы останутся.

**2. Знакомство с группой.**

Упражнение «Никто не знает, что я…»

Цель: лучше узнать членов группы, подчеркнуть индивидуальность каждого.

Инструкция: Вы все уже достаточно хорошо знаете друг друга, так как общаетесь между собой. Но у каждого человека есть такие особенности, о которых мало к то знает, и которые отличают их от остальных. Поэтому вам предлагается упражнение, в котором каждый из вас должен по очереди продолжить предложение «Никто не знает, что я…». называть необходимо качества характера или факты биограифии, являющиеся достоверными и правдивыми.

**3. Выработка правил работы в группе.**

Участие в групповой работе оказывает сильное воздействие на формирование личности подростка. В связи с этим уже на первом занятии необходимо принять этические правила групповой работы, которые способствовали бы созданию комфортной и безопасной обстановки в группе, и придерживаться их на протяжении всего тренинга. Ниже приводятся базовые правила, однако группа может дополнить список своими правилами (например: не опаздывать, говорить по очереди и т. д.).

**«Правило доверия»** - для того, чтобы мы с вами работали с отдачей в группе, мы должны доверять друг другу.

**Правило второе**

**«Здесь и теперь»** - Многие люди стремятся не говорить о том, что они чувствуют, боясь показаться смешными. Наша основная задача – превратить группу в своеобразное зеркало, в котором каждый из нас смог бы увидеть себя со стороны. О том, что волнует каждого, то, что происходит с нами, мы обсуждаем здесь и теперь.

**Правило третье«Искренность и откровенность» -**во время работы в группе мы говорим только то, что чувствуем и думаем и только правду. Если нет желания говорить искренне, мы молчим. Естественно, никто не обижается на участников. Мы испытываем только чувства признательности и благодарности за искренность и откровенность.

[**Канал спокойной музыки**](https://pandia.ru/text/categ/music.php)

**Правило четвертое**

**«Тайна группы!» -**все, что происходит во время занятий, никогда, ни под каким предлогом не выносится за пределы группы.

**Правило пятое**

**«Никакой критики!» -** Во время занятий никакой критики! Каждый должен подчеркивать только положительные качества. Каждому члену группы как минимум одно хорошее и доброе слово!

**Правило шестое**

**«Оценка действий!» -** при обсуждении происходящего мы оцениваем не участника, а его действия. Не говорим: «ты мне не нравишься», а говорим: «ты не правильно поступил!»

**Правило седьмое**

**«Общаемся со всеми!» -**У каждого из нас есть определенные симпатии и антипатии. Кто – то нравится больше, кто – то меньше. Во время занятий мы стараемся общаться со всеми без исключения.

**Правило восьмое**

**«Добровольное участие в группе» -**Члены группы могут не принимать участие в тех или иных упражнениях (и ведущий будет стоять на страже их интересов и защищать от возможного давления со стороны группы). Любой участник имеет право выйти из группы, заранее объявив о своем решении ведущему и всем участникам.

**Правило девятое**

**«Уважение к говорящему!» -**Мы молчим и не перебиваем друг друга.

**4. Основная часть.**

**1. "Солнце светит для тех, кто..."**

Цель: Эта игра способствует развитию чувства сплоченности.

Этапы игры:

1. Группа усаживается в тесный кружок. Один из участников убирает свой стул, ставит его в стороне, а сам становится на середину круга.

2. Цель стоящего в центре - снова получить стул, на который можно сесть.

3. Человек в центре круга рассказывает что-нибудь о самом себе. Если сказанное справедливо по отношению к кому-либо из игроков, то он (или они) встает и меняется местами с говорившим.

4. Речь каждого выступающего начинается одной и той же фразой: "Солнце светит для каждого, кто..." Игра может начинаться с описания внешних атрибутов: "Солнце светит для каждого, кто носит голубые джинсы". Со временем игра может персонифицироваться, и тогда называются индивидуальные пристрастия и антипатии. ("Солнце светит для каждого, кто... любит проводить отпуск на море... терпеть не может курильщиков... питается по-вегетариански...") Хорошо, если члены группы вспомнят как о сильных, так и о слабых сторонах человеческого характера, пристрастиях, недостатках, успехах и неудачах, профессиональных интересах, счастье и разочарованиях в любви, даже политических убеждениях.

5. Играйте до тех пор, пока члены группы сохраняют активность. Эта игра дает возможность получить в сжатые сроки богатейшую информацию, которая потом может быть переработана Вами.

Обсуждение игры:

- Что стало для меня неожиданностью?

- Чувствую ли я, что нашел достаточно "родственных душ"?

- Радует ли меня, что между нами так много общего?

**2. "Кто родился в мае…"**

Цель: Участники получают богатую информацию друг о друге.

Этапы игры:

1. Группа рассаживается по кругу.

2. Объясните участникам, что сейчас будет проводиться игра, с помощью которой они смогут лучше узнать друг друга.

3. Ход игры. Вы называете личностное качество или описываете ситуацию и просите участников, по отношению к которым справедливо Ваше высказывание, выполнить определенное действие. Они встают со стула, выполняют это действие и снова садятся на место. Например: "Тот, у кого есть брат, должен щелкнуть пальцами!"

4. Темп игры должен возрастать. Подбирайте утверждения таким образом, чтобы они относились ко многим участникам. Предлагая вопросы и называя действия, учитывайте возраст и темперамент членов группы. Ниже представлены возможные варианты Ваших высказываний:

• у кого голубые глаза - трижды подмигните;

• чей рост превышает 1 м 80 см, пусть изо всех сил крикнет "Кинг Конг!";

• тот, кто сегодня утром съел вкусный завтрак, пусть погладит себя по животу;

• кто родился в мае, пусть возьмет за руку одного члена группы и станцует с ним;

• кто любит собак, должен трижды пролаять;

• любящие кошек скажут "Мяу!";

• те, у кого есть красные детали одежды, получают особое задание:

они должны сказать соседу справа, что никогда в жизни не пожелали бы себе такой прически, как у него;

• у кого есть замужняя сестра, пусть скажет соседу слева, что это никого не касается;

• кто пьет кофе с сахаром и молоком, заглянет под свой стул;

• кто хоть раз в жизни курил, должен громко крикнуть: "Я это оспариваю!";

• у кого есть [веснушки](https://pandia.ru/text/category/vesnushka/), пусть пробежит по кругу;

• замужние (женатые) опишут рукой в воздухе [большую восьмерку](https://pandia.ru/text/category/bolmzshaya_vosmzmerka/);

• пусть единственный ребенок своих родителей поднимется на стул;

• тот, кого принуждали пойти в эту группу, должен затопать по полу ногами и громко крикнуть: "Я не позволю себя заставлять!";

• у кого есть собственные дети, подпрыгните (один прыжок за каждого ребенка);

• кто рад, что попал в эту группу, громко скажет "А!";

• кто считает себя любознательным человеком, пусть поменяется местами с тем, кто думает так же;

• кто изредка мечтал стать невидимым, спрячется за одного из участников;

• тот, кто умеет играть на каком-нибудь музыкальном инструменте, пусть покажет, как это делается;

• регулярно занимающиеся йогой продемонстрируют свое мастерство прямо сейчас;

• кто не переносит табачного дыма, громко крикнет: "Курить - здоровью вредить! Курение опасно для вашего здоровья!";

• те, у кого с собой есть шоколадка, жвачка или конфета, трижды громко причмокнут;

• кто порой злоупотребляет алкоголем, должен обойти, пошатываясь, вокруг своего стула;

• кто находит, что игра длится достаточно долго, должен трижды хлопнуть.

**3.** **Игра «Кучерявые ежики и красные вороны»**

*Цель*: развить умение видеть положительные стороны в людях, развить умение договариваться.

*Инструкция:* Группа делится на 2 команды. Ведущий: «Представьте, что все вы – жители леса, в котором спустя много лет произошли кардинальные изменения. Одна группа стали кучерявыми ежиками, а вторая – воронами с красными перьями. И ежики, и вороны живут в одном лесу, и не могут ладить, потому что каждого из них что-то раздражает друг в друге.»

Задание 1 – каждой подгруппе придумать 5 качеств, которые их раздражают в противоположной подгруппе и которые им мешаю жить вместе в одном лесу.

Задание 2. – огласить на совместном собрании качества, обсудить наиболее обидные.

Задание 3 – каждая подгруппа в ответ на «мешающие» качества придумывает 5 качеств, которые приносят пользу всем жителям леса, далее – зачитывают их по очереди.

Задание 4 – в ходе совместного обсуждения по очереди члены подгрупп придумывают, какую пользу «лесу» могут принести качества, которые были названы противоположными подгруппами, как отрицательные.

После проведения проводится обсуждение, какие чувства испытывали члены подгрупп, когда им называли их отрицательные качества, насколько была удовлетворенность от принятых в итоге решений.

4. «**Упражнение «Волшебное озеро».**

*Цель***:**развитие чувства собственного достоинства.

Для упражнения понадобится шкатулка, В которую ведущий заранее кладет небольшое зеркало круглой формы.

Все участники садятся в круг и закрывают глаза.

*Инструкция:* Сейчас вы будете передавать друг другу шкатулку. Тот, кто получает шкатулку, должен будет открыть глаза и заглянуть внутрь. Там, в маленьком «волшебном озере», вы увидите самого уникального и неповторимого человека на свете. Улыбнитесь ему.

После того, как в шкатулку заглянет каждый, психолог задает вопросы участникам:

-  Как вы понимаете [значение слова](https://pandia.ru/text/category/znachenie_slov/) « уникальный»?

-  Кто же самый уникальный и неповторимый человек на свете?

-  Как же мы должны относиться к уникальной и неповторимой личности?

*Ведущий:* Мы выявили, что каждый человек - это уникальная и неповторимая личность, одна - единственная в своем роде. Поэтому мы должны бережно, с любовью и уважением относиться к себе и окружающим, дорожить своей жизнью и жизнью каждого человека, принимать себя и других, какие мы есть, то есть относиться к себе и к другим с терпимостью.

**5. Заключение.**

**Упражнение «Чемодан»**

*Цель:* создание положительной обратной связи участников тренинга по завершении работы.

*Инструкция:* «Наша работа подходит к концу. Мы расстаемся. Однако, перед тем, как разъехаться, мы соберем чемодан. Мы работали вместе, поэтому и собирать чемодан для каждого будем вместе. Содержимое чемодана будет особым. Так как мы занимались проблемой межэтнической толерантности, то туда мы «положим» те качества, которые каждому из нас помогают в общении с другими и те, что мешают.

Собирая чемодан, мы будем придерживаться некоторых правил:

1.  В чемодан надо положить одинаковое количество помогающих и мешающих качеств.

2.  Каждое качество будет укладываться в чемодан только с согласия группы.

3.  Положить можно только те качества, которые проявились в ходе работы.

4.  Положить в чемодан можно только те качества, которые поддаются коррекции.

5.  Руководить сбором чемодана будет каждый из нас по очереди.

После сбора чемодана можно перейти к обсуждению.

**Список используемой**[**литературы**](https://pandia.ru/text/category/god_literaturi/)**:**

1.  «Тренинг межэтнической толерантности» - Пятигорск, ПГЛУ, 2007 г.

2.  «Практикум для [внеклассной работы](https://pandia.ru/text/category/vneklassnaya_rabota/) с учащимися 5-8 класов» - Юнисеф, 2009 г.

3.  , , «Тренинг этнической толерантности для школьников» - М. «Привет», 2004 г.

4.  , , «Межкультурный диалог в школе. Книга 2» - РУДН, 2004 г.