

Государственное казенное общеобразовательное специальное учебно-воспитательное учреждение
города Октябрьска Самарской области

Тренинг-занятие
**«Толерантность.
Жить как люди»**

Подготовила:
Педагог-психолог Т.В.Манаева

Тренинг-занятие «Толерантность. Жить как люди»

Место проведения: кабинет психологической разгрузки.

Участники:

- Воспитанники ГКО СУВУ г.Октябрьска, 7-9 класс;

Цель: Коррекция эмоционально – волевой сферы, агрессии, развитие чувства эмпатии. Мотивация на саморазвитие.

Оборудование и техническое обеспечение:

стулья, круглый журнальный столик, ноутбук, видеопроектор, видео-презентация, мобильная доска, «Правила тренинга», планшеты, ручки, листы бумаги (по количеству участников), «Мешочек обид» - 3-4 шт., пазл «Терпение», наборы смайликов для рефлексии.

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. -Приветствие. «Снежный ком»;
2. - Правила группы;
3. - Планшет по кругу;
4. - Вступление в тему. Эпиграф. Вопрос о понимании эпиграфа;
5. - Тест на групповую сплоченность;
6. - Упражнение «Давай мириться»;
7. - упражнение «Пазл терпения»;
8. - Китайская притча «Ладная семья»;
9. - Задание «Свиток мудрости»;
- 10.- Мультфильм;
- 11.- Рефлексия. Подведение итогов;

СЦЕНАРИЙ

Слайд 1- Здравствуйте, ребята. Еще раз поздравляю вас с началом учебного года. За лето к нам присоединились ребята-новички, но я думаю, что они уже стали членами нашего дружного школьного коллектива. Как вы знаете любое тренинговое занятие начинается с разминки. Я предлагаю вам традиционный «Снежный ком». Первый говорит свое имя и добавляет цвет своего сегодняшнего настроения, второй повторяет это имя и цвет и добавляет свои имя и цвет. И т.д. Имена вам запоминать не придется, вы хорошо друг друга знаете, главное запомнить цвет. Итак, начинаем.

Слайд 2- «Снежный ком»

- А теперь давайте вспомним правила, которые надо соблюдать каждому члену тренинг-группы, включая ведущего (обратить внимание на стенд «Правила тренинга»). С этими правилами вы уже знакомы, но важно их повторить:

- *Работают все (правило активности)*
- *Говорящего не перебиваем (правило уважения)*
- *Говорим искренне (правило открытости)*
- *Не критикуем и не осуждаем (правило безоценочности)*
- *Оказываем поддержку (правило доброжелательности)*
- *Соблюдать конфиденциальность (правило доверия)*

- **Слайд 3** Сегодня мы начинаем цикл занятий под названием «Тренинг личностного роста». Прежде чем я назову тему сегодняшнего занятия, я предлагаю вам следующее задание. Возьмите планшет с листом бумаги и ручку и напишите на листе в одну строчку три слова: «Любовь», «Прощение» и «Терпение». А теперь передайте планшет соседу справа и снова напишите эти три слова. И так далее до тех пор, пока ваш планшет не вернется к вам...

Спасибо. Отложите их, к ним мы еще вернемся.

Тема сегодняшнего занятия: «Толерантность. Жить как люди.» Эпиграфом к занятию будут слова известного писателя Бернарда Шоу:

Слайд 4 *На слайде портрет Бернарда Шоу и его цитата.*

«Теперь, когда мы научились летать по воздуху, как птицы, плавать под водой, как рыбы, нам не хватает только одного: научиться жить на земле, как люди».

- Как вы понимаете слова Б.Шоу. Приведите примеры. *(ответы детей по желанию)*

- Действительно, современный культурный человек – это не только образованный знающий человек, но и человек, обладающий чувством самоуважения и уважающий окружающих, принимающих индивидуальность и неповторимость каждого из вас, умеющий любое разногласие не доводить до конфликта, а делать ступенькой к своему росту. Такого человека называют толерантным человеком.

Слайд 5- Сейчас я предлагаю вам небольшой тест, который поможет нам выявить уровень толерантности в нашей группе и ее сплоченность. Возьмите лист бумаги и ручку. Я буду называть слово или словосочетание, которое предполагает выбор. Предположите, что могут ответить большинство в этой группе и запишите это предположение на листок. Слова: «Буква алфавита», «Время года», «Страна», «Чувство». Теперь подведем итог. Каждое правильное совпадение с ответом другого участника – 1 балл. Считаем баллы поднятием руки. Учитывая, что вас здесь 9 человек, а вопросов было 4, следовательно, наибольшее количество баллов – 36.

Набравшего максимальное количество баллов обладает умением понимать окружающих, принимать их чувства. Именно с этого начинается толерантность и умение избегать ненужных конфликтов.

- Назовите чувства, которые люди испытывают в ходе конфликта. (*ответы детей: злость, гнев, разочарование, обиды и т.д.*)

Слайд 6 - Я предлагаю обойти свой стул и встать от него на расстоянии вытянутой руки. Вспомните какую-нибудь обиду... Возьмите стул, держите его на вытянутых руках. Стул – это ваша обида. Вам тяжело. Но вы себе дали установку - опускать стул нельзя... Я очень обижен, пусть я буду мучиться, но буду держать обиду... Кто опустит стул должен сказать: «Давай мириться!» А я добавлю вам еще по мешочку обид (*положить на стул «мешочек обид»*). Пора отпускать обиды, прощать обидчика и опускать стул со словами примирения. Спасибо. Присаживайтесь.

- Трудно было держать стул?

- А приятно чувствовать обиды?

- Легко прощать?

- Обиды разрушают нас, разъедают нас изнутри, делают нас слабее. Мы долго можем вспоминать обиды и они тяжким грузом тянут нас вниз, мешают нашему развитию. Каждый в своей жизни испытывал это гнетущее тяжелое чувство. И единственным спасением в этой ситуации является прощение. С прощением приходит не только облегчение, но великая мудрость и сила, способная вершить настоящие чудеса.

- **Слайд 7** - Чтобы не было конфликтов между людьми одним из самых важных качеств является еще одно качество. Обладаете ли вы этим качеством, мы сейчас узнаем. Сейчас я раздам вам по одной детали пазла. Наша задача сложить одновременно из кусочков это слово, придерживаясь следующих правил: возьмите кусочек за белый краешек и собирайте пазл не выпуская из рук своего кусочка и не трогая кусочки других. При этом говорить нельзя. Итак, приступайте.

- Какое же слово у вас получилось. Слово «Терпение». Верно. Даже мудрая пословица гласит: «Терпенье и труд все перетрут». Спасибо. Присаживайтесь.

- Я прочту вам одну мудрую притчу.

Слайд 8 - На слайде: Картинка «Китайская притча: «Ладная семья». Ведущий зачитывает.

- Жила – была на свете семья. Она была большая - более 100 человек насчитывалось в этой семье. И занимала она целое село. Так и жили всей семьей и всем селом. Мир и лад царили в той семье. Ни ссор, ни ругани, ни Боже упаси, драк и раздоров. Дошел слух об этой семье до самого владыки страны. И он решил проверить, правду ли молвят люди. Прибыл он в село, и видит: кругом чистота, красота, достаток и мир. Хорошо детям, спокойно старикам. Удивился владыка. Решил узнать, как жители села добились такого лада, пришел к главе семьи; расскажи, мол, как ты добиваешься такого согласия и мира в твоей семье. Тот взял лист бумаги и стал что-то писать, писал долго – видно, не очень силен был в грамоте. Затем передал лист владыке. Тот взял бумагу и стал разбирать каракули старика. Разобрал с трудом и удивился. Всего три слова были начертаны на бумаге: Любовь. Прощение. Терпение. И в конце листа: сто раз любовь, сто раз прощение, сто раз терпение. Прочел владыка, почесал, как водится, за ухом и спросил: - И все? – Да, - ответил старик, - это и есть основа жизни всякой хорошей семьи. И, подумав, добавил: - И мира тоже.

- В самом начале нашего занятия мы все по очереди писали на листочке эти три слова. Вы написали их 9 раз – ровно столько, сколько человек в нашей группе. В сумме вы написали эти слова 81 раз. Возьмите каждый по одному листочку с вашими записями и сцепите их в единый список с помощью клея. Это будет наш с вами свиток мудрости и толерантности. По мере того, как мы будем совершать жизненные ошибки – ссориться, злиться или обижаться - мы будем возвращаться к нему и дописывать эти важные слова. А храниться он будет здесь – в этом кабинете.

-Но я думаю, что сегодня мы тоже приблизились к решению важной задачи, как сохранять мир. Мы учились прощать обиды, быть терпеливыми и понимающими друг друга.

Я предлагаю вам посмотреть мультипликационный фильм о прощении, терпении и великой любви к людям. Внимание на экран.

Мультфильм о терпимости

Слайд 9 - На слайде портрет М.М.Рощина и его цитата

- В заключение хочу прочитать слова писателя М. М. Рощина «Попробуйте не наступить, а уступить. Не захватить, а отдать. Не кулак показать, а протянуть ладонь. Не спрятать, а поделиться. Не орать, а выслушать. Не разорвать, а склеить». Вот тогда вы будете толерантной личностью, а ваш коллектив будет сильным, дружным, сплоченным.

Слайд 10 - У вас в руках комплект смайликов. Сейчас я предлагаю вам ответить на следующие вопросы по итогам нашего занятия, выбрать соответствующий смайлик и прикрепить его на лист с вопросом.

1. Занятие было для меня интересным?

- Если занятие было интересным на все 100% - прикрепите радостный смайлик.
- Если, занятие особого интереса не вызвало – прикрепите равнодушный смайлик.
- Если занятие для вас было совсем не интересным – прикрепите недовольный смайлик

2. Занятие было для меня полезным?

- Если для вас занятие было очень полезным, вы узнали много нового и важного – выберете веселый смайлик.
- Если ничего особо интересного не было – ваш смайлик будет равнодушным.
- Если вообще все было неинтересным – смайлик недоволен.

3. Сейчас я был искренним?

- Если сейчас, отвечая на эти вопросы я был правдивым и искренним – смайлик улыбается.
- Если вы чуть лукавили – смайлик скучает.
- Если вы вообще не заморачивались отвечая на эти вопросы – недовольный смайлик.

- Мне остается поблагодарить вас, ребята, за активное участие и искренность на нашем занятии и попрощаться с вами до новой встречи на тренинг-занятии.

Самоанализ коррекционного занятия

педагога-психолога ГКО СУВУ г.Октябрьска Манаевой Т.В.

«Толерантность. Жить как люди»

Коррекционное занятие «Толерантность. Жить как люди» прошло 08.09.2020 г. в рамках психологического тренинга личностного роста, организованного для воспитанников ГКО СУВУ г.Октябрьска среднего звена. В тренинге приняли участие все учащиеся 7-9 классов в количестве 9 человек. Из них 4 воспитанника имеют статус ОВЗ /задержка психического развития. 70% детей оставались ранее на повторный год обучения. Возраст участников группы – 14-16 лет. Разница в интеллектуальных способностях воспитанников приводит к тому, что биологический возраст не всегда является показателем зрелости подростка. Кроме того, малокомплектность классов привела к тому, что была сформирована разновозрастная группа.

В ходе подготовки занятия была поставлена цель коррекции эмоционально-волевой сферы и агрессии воспитанников, развитие чувства эмпатии и формирование навыков социального поведения. Для реализации поставленной цели была выбрана «сюжетная линия» притчи «Ладная семья», позволившая почувствовать причастность членов тренинг-группы к событиям короткого назидательного рассказа. Три ключевых слова притчи – любовь, прощение, терпение, позволили разбить практический этап занятия на три части. Каждая часть предполагала наличие практического упражнения, его анализа и выводов.

Ориентировочный этап занятия, в ходе которого ребята по кругу многократно писали значимые слова, взятые из притчи, был связан с заключительным этапом группового объединения «рукописей» в единый «Свиток мудрости». Это позволило участникам группы не только продемонстрировать наработанные качества, в том числе умение сотрудничать, быть терпеливым, управлять эмоциями, но и самостоятельно подвести невербальный итог занятия.

Структура занятия была построена с учетом необходимых элементов тренинга: разминка (упражнения на активизацию), правила группы, диагностическая составляющая, основная содержательная часть и заключительная обратная связь.

В состав группы вошли учащиеся, имеющие диагноз ЗПР, связанный с глубокой социально-педагогической запущенностью, а также воспитанники, поступившие в образовательное учреждение в летний период и не имеющие опыта работы в тренинг-группе, в том числе аналитического опыта и опыта рефлексии, навыка конструктивных взаимоотношений со сверстниками и взрослыми. В связи с этим подход ведущего в данном тренинге отличался от ведения традиционных тренинг-занятий. Недостаточное умение подростков в ходе занятия формулировать свои мысли и отслеживать свои чувства, а также наличие камеры в аудитории, ведущий попытался компенсировать собственной активностью, проявляющейся в обобщении практического материала и самостоятельной формулировкой выводов.

Для усиления коррекционно-воспитательного эффекта педагог-психолог использовал различные приемы и методы тренинг-занятий, в том числе наглядно-иллюстративный, репродуктивный, исследовательский. Релаксационная китайская музыка способствовала лучшему восприятию притчи. Упражнение со стульями «Давай мириться», не только способствовало формированию навыка прощения обид, но и позволило организовать физкультминутку в середине занятия.

При разработке занятия были учтены интеллектуальные и возрастные особенности подростков, их потребности в общении со сверстниками и игре, стремление к самоутверждению и самопознанию, а также то, что молодые люди в этом возрасте особенно чувствительны к малейшим пренебрежениям или критике в их адрес, крайне нуждаются в любви, ободрении, похвале и внимании.

В целом, поставленные в ходе занятия цели, были достигнуты. Воспитанники замотивированы на дальнейшую работу на тренинг-занятиях, об этом свидетельствуют результаты обратной связи, в ходе которой подростки отметили интерес к занятию и его полезность для себя.