Слобідський дошкільний навчальний заклад

(ясла-садок) «Струмочок»

Слобідської сільської ради

Буринського району

Сумської області

**Тренінг для педагогів**

2017р.

У сучасному суспільстві відбувається чимало конфліктів — релігійних, міжнаціо­нальних, воєнних. У наш час чимало людей агресивних, недобрих одне до одно­го, телебачення розповідає про жахливі випадки насилля та жорстокості. Тому важливо відмовитись від насильства та агресії, навчатися розуміти людей, лю­бити їх і прощати, ставитися до них неупереджено, сприймати інших такими, які вони є. І на допомогу цьому має прийти «рятівне коло» — толерантність.

**Мета:**

• ознайомлювати учасників тренінгу з поняттям «толерантність» і «толерантна особистість», критеріями толерантності; показати багатоаспектність цього поняття;

• надати можливість учасникам оцінити міру своєї толерантності;

• формувати толерантне ставлення до інших людей;

• розвивати творче мислення, фантазію, уяву, здатність до емпатії, співпереживання і співчуття.

**Тривалість:** 1 год 30 хв.

**Хід тренінгу**

**Вступна частина**

***Психолог.*** Вітаю вас!

***Тема нашого заняття.* Толерантність як пси­хологічна категорія**

***Мета:*** ознайомлюватись із поняттями «толе­рантність», «толерантна особистість»; оцінювати міру своєї толерантності; формувати толерантне ставлення до інших людей.

***Вправа* «Знайомство»**

***Необхідний час:*** 5 хв.

***Процедура проведення***

Учасники групи сидять у колі. Першим пред­ставляється тренер, називає своє ім'я і три риси характеру *(«Мене звуть... Я...»).* Потім той, що сидить зліва від нього.

***Психолог.*** Давайте познайомимось одне з од­ним ближче. Пропоную презентувати себе таким чином: назвати своє ім'я та три риси характеру.

*(«Мене звуть Марина. Я добра, весела, відпові­дальна».)*

Ось ми познайомилися. Для того щоб нам було легше спілкуватися, візьміть, будь ласка, ось ці кві­точки, напишіть у серединці своє ім'я і прикріпіть на свій одяг так, що було всім видно.

Правила тренінгу вимагають, щоб всі учасники зверталися на ти і по імені.

Але для того щоб розпочати роботу, нам по­трібно прийняти й інші правила.

*Правила роботи*

***Необхідний час:*** 10 хв.

***Процедура проведення***

***Тренер.*** Для того щоб розпочати роботу, нам потрібно прийняти правила.

* Як ви думаєте, що означає слово «правила»?
* Для чого в нашому суспільстві існують пра­вила?

Правила — це певні норми поведін­ки, які потрібні у житті для того, щоб можна було порозумітися, спільно виконувати роботу і досягнути мети.

Я пропоную такі правила:

***Правила тренінгу*** *(орієнтовні)*

* Приходити вчасно.
* Мати позитивний настрій на роботу.
* Бути доброзичливим до себе і до інших.
* Говорити по черзі.
* Говорити від свого імені.
* Вкладатися у відведений проміжок часу.
* Добровільно брати участь в обговореннях.
* Бути активним.
* Дотримуватись принципу конфіденційності.

Якщо ви з ними погоджуєтесь, то поставте свої підписи. Можливо ви хочете запропонувати ще якесь правило?

**Вправа «Чим ми схожі»**

***Мета:*** створювати невимушену доброзичливу атмосферу в групі.

***Необхідний час:*** 5 хв.

***Процедура проведення***

Учасники сидять у колі. Тренер запрошує в коло одного з учасників на основі якоїсь реаль­ної схожості з собою. Наприклад: «Світлано, ви­йди, будь ласка, до мене. У нас з тобою однако­вий колір волосся (або «Ми схожі тим, що ми жи­телі землі»). Світлана виходить у коло і запрошує вийти когось з учасників у той самий спосіб. Гра триває до тих пір, доки всі члени групи не опи­няться в колі.

***Вправа* «Очікування»**

***Необхідний час:*** 5 хв.

***Процедура проведення***

Учасники записують на кольорових квіточках зі зворотної сторони свої очікування від тренінгу.

*Примітка:* тренер пояснює, що очікування мають стосуватися теми тренінгу.

**Основний зміст заняття**

***Психолог.*** Чому саме така тематика, а не інша?

Обираючи тему, ми думали, що бути толерант­ним нині актуально. Кожна людина зацікавлена в тому, щоб зберегти своє здоров'я. Залежати від соціуму, де особистість перебуває у безпосеред­ній взаємодії з оточенням, означає отримувати різні позитивні й негативні емоції. Щоб уберег­тися від негативних емоцій, потрібно бути толе­рантним і незалежно від ситуації, відповідно до норм етикету, відповідати вчинкам і словам ото­чення.

***Вправа-демонстрація* «Вплив слова на людину»**

***Необхідний час:*** 5 хв.

***Матеріали:*** склянка з чистою водою, сіль, пе­рець, грудка землі.

***Процедура проведення***

*(Ведучий демонструє вплив поганих, необдуманих слів на людину.)*

***Психолог.*** Візьмемо склянку води. Уявімо, що це людська душа — чиста, проста, наївна, здатна вби­рати в себе все і хороше, і погане.

***Сіль*** *— грубі, солоні слова;*

***Перець*** — *пекучі, образливі слова; .*

***Грудка землі*** *— неуважність, байдужість, ігнору­вання.*

Коли ми все добре змішаємо — отримаємо стан людини. Скільки мине часу, доки все осяде, забу­деться? А варто лише легенько збовтати — і все підніметься на поверхню. А це — стреси, неврози тощо.

***Обговорення***

— Які почуття ви переживали під час вправи-демонстрації?

***Висновок.*** Коли ми з кимось сваримося й ка­жемо щось Неприємне, ми залишаємо в душі людини ось такі сліди. І не має значення, скільки разів ми потім попросимо пробачення. Словесні рани заподіюють такий самий біль, як і фізич­ні. Тому свою терпимість, розуміння ми можемо виявляти по-різному: спокійно, без зайвої кри­тики, витримано, доброзичливо, тобто толе­рантно.

***Психолог.*** Не секрет, що мало хто знає про значен­ня цього поняття або розуміє його не до кінця. Тому основна мета нашої роботи — розкрити значення терміну *«толерантність»* й навчити толерантності.

***Вправа* «Що таке толерантність»**

***Мета:***

* ознайомити учасників тренінгу з поняттям «толерантність»;
* показати багатогранність цього поняття.

**Необхідний час:** 10 хв.

***Матеріали:*** визначення толерантності, написа­ні на аркушах паперу А3.

***Підготовка:*** написати визначення *толерант­ності* на великих аркушах і прикріпити їх перед початком заняття на дошці або на стіні зворотною стороною до аудиторії.

***Процедура проведення***

Психолог об'єднує учасників у групи по чотири чоловіки за кольором квіточок, які вони отрима­ли. Кожній групі належить розробити в результаті «мозкового штурму» своє визначення толерант­ності.

Після того як групи представлять свої фор­мулювання, тренер перевертає заздалегідь за­готовлені визначення «обличчям» до аудиторії. Учасники мають змогу ознайомитися з існую­чими визначеннями і висловити своє ставлення до них.

Толерантність — це те, що уможливлює досяг­нення миру, сприяє переходу від культури війни до культури миру.

***Ст. 1. «Декларація принципів толерантності»***

Толерантність — це повага, сприйняття та розуміння розмаїття культур нашого світу, фор­ми самовираження та самовиявлення людської особистості.

***Ст.* 1. *«Декларація принципів толерантності»***

Толерантність (з лат. *терпіння*) — терпимість до чужих думок і вірувань.

***Словник іншомовних***

Толерантність – це поблажливість, терпимість до чиїхось думок, поглядів, вірувань.

***Великий тлумачний словник сучасної української мови***

***Обговорення***

— Чи можна дати якесь одне визначення по­няттю *«толерантність»?*

***Висновок.*** Отже, поняття *«толерантність»* має багато сторін; кожне з визначень виявило якусь межу толерантності.

Толерантність у широкому значенні означає відсутність або послаблення негативних реакцій на будь-який неприємний чинник. У медицині це слово знають як здатність організму переноси­ти вплив тих чи інших чинників. А в психології термін *«толерантність»* пов'язаний насамперед із терпимістю до думок і дій різних людей.

**Інформаційне повідомлення «Толерантна лю­дина»**

***Мета:***

* збагачувати знання про поняття *«толерант­ність», «міжнародний день толерантності»;*
* ознайомлювати з думкою психологів про то­лерантну й інтолерантну особистість.

***Необхідний час:*** 5 хв.

***Процедура проведення***

Тренер читає лекцію про толерантність та основні відмінності толерантної особистості від інтолерантної.

Поняття *«толерантність»* уперше з'являється у XVIII ст. У своєму «Трактаті про віротерпи­мість» відомий французький філософ Вольтер писав, «що безумством є переконання, що всі люди мають однаково думати про певні пред­мети».

Розуміння толерантності є неоднаковим у різних культурах, тому що залежить від історич­ного досвіду народів. В *англійців* толерантність розуміється як готовність і здатність без про­тесту сприймати особистість, у *французів* — як певна свобода іншого, його думок, поведінки, політичних і релігійних поглядів. У *китайській мові* бути толерантним означає проявляти великодушність до інших. В *арабському світі* толерантність — прощення, терпимість, спів­чуття іншому, а в *персидському* — ще й готов­ність до примирення.

На підставі перелічених значень, ми розгляда­тимемо толерантність як повагу й визнання рівно­сті, відмову від домінування та насильства, визнан­ня розмаїття людських культур. Це дає можливість участі в реалізації державних (регіональних)програм.

Отже, толерантність передусім має на меті прийняття інших такими, якими вони є, і взаємо­дію з ними на основі згоди.

Поділ людей на толерантних та інтолерантних є досить умовним. Кожна людина у своєму житті може поводитись як толерантно, так і не толерант­но. Але здатність поводити себе толерантно може стати особистісною рисою, а відтак — забезпечити успіх у спілкуванні. ***Толерантні люди*** більше знають про свої недоліки та переваги. Вони критично став­ляться до себе і не прагнуть у всіх бідах звинувати­ти інших. Вони не перекладають відповідальність на інших. Толерантна людина не поділяє світ на два кольори — чорний та білий. Вона не акцентує на розбіжностях між «своїми» та «чужими», а тому го­това вислухати та зрозуміти інші думки.

Почуття гумору і здатність посміятися над своїми слабкими сторонами — особлива риса то­лерантної людини. У того, хто здатний до цього, менша потреба зверхньо ставитися до інших.

Отже, толерантна особистість знає і правильно оцінює себе. її добре ставлення до себе співіснує з позитивним і доброзичливим ставленням до ін­ших.

У 1995р. на XXVIII Генеральній конференції ЮНЕСКО її учасники проголосили 16 листопада Міжнародним днем толерантності й прийняли «Декларацію принципів толерантності». Відтоді цей день щорічно відзначають у країнах — членах цієї організації.

У словнику іншомовних слів сказано, що слово ***«толерантність»*** (з лат. *терпіння*) — терпимість до чужих думок і вірувань.

***Формуванню толерантності сприяють:***

* знання;
* відкритість;
* спілкування;
* свобода думки, совісті та переконань.

Нині принципи толерантності набувають дер­жавного значення. Про це говориться у ст. 2 «Де­кларації»: ***«На державному рівні реалізація принципів толерантності передбачає існування справедливо­го та неупередженого законодавства, дотримання правопорядку та адміністративних норм».***

Толерантність необхідна у взаєминах між окре­мими особами, у сім'ї та громаді.

Одним із найпростіших методів виявлення то­лерантності є вміння зробити приємне іншій лю­дині.

***Експрес-спілкування* «Приємна розмова»**

***Мета:*** отримувати зворотний зв'язок у групі; підвищувати самооцінку; надавати можливість зробити приємне іншій людині.

***Необхідний час:*** 5 хв.

***Процедура проведення***

Під час цієї вправи учасникам необхідно пе­редавати по колу одне одному м'яч і говорити вислів: ***«Мені в тобі подобається...»*** (особистісна якість). Через 3—4 хв вислів змінюється: ***«Нас із то­бою поєднує...».***

***Обговорення***

* Як ви сприймали позитивний вияв уваги ін­ших учасників? Чи сприймалося це як прийняття вас іншою людиною?

***Висновок.*** Пам'ятайте, що толерантна особис­тість не припускає позиції «вище» або «нижче» стосовно іншого, а передбачає наявність позиції «поряд». Учіться сприймати людей такими, якими вони є, не намагаючись змінити в них те, що нам не подобається.

***Вправа* «Емблема толерантності»**

***Мета:***

* продовжувати роботу з визначеннями толе­рантності;
* розвивати фантазії, експресивні способи са­мовиразу.

***Необхідний час:*** 15 хв.

***Матеріали:*** папір, кольорові олівці або фло­мастери, ножиці, скотч.

***Процедура проведення***

Тренер об'єднує учасників у групи по чоти­ри чоловіки за кольором серединки квіточок, які вони мають.

Учасники ознайомилися та обговорили визна­чення толерантності. Тренер відмічає, що обгово­рення відбувалось на інтелектуальному, абстракт­ному рівнях. Наступна вправа дасть змогу підійти до цього поняття з іншого боку — учасники мають створити емблему толерантності.

Кожна підгрупа спробує намалювати таку емблему, яку можна було б друкувати на обкладин­ках, політичних документах, національних прапо­рах.

Процес малювання — 5—7 хв.

Після завершення роботи підгрупи по черзі презентують свої емблеми і прикріплюють їх на великому аркуші паперу із зображенням земної кулі.

Кожна з підгруп має назвати найголо­вніші складові емблеми і висунути лозунг, який відображав би сутність їхньої емблеми (обговорення триває 3—5 хв).

Завершальний етап вправи — презентація емб­лем і лозунгів кожної підгрупи.

***Обговорення***

* Чи згодні ви з тим, що толерантність люди­ни — найважливіша умова миру і злагоди у сім'ї, колективі, суспільстві?

***Висновок.*** Отже, у безмежному морі різнома­нітних культур, думок ідей, що належать людям різних країн на планеті, на допомогу має прийти «рятівне коло» — толерантність. Тож будьмо толе­рантними, а отже, розуміймо одне одного!

***Вправа* «Риси толерантної особистості» *Мета:***

* ознайомлювати учасників з основними ри­сами толерантної особистості;
* надати можливість учасникам оцінити міру своєї толерантності.

***Необхідний час:*** і о хв.

***Матеріали:*** бланки опитувальника для кожно­го учасника.

***Підготовка:*** бланк опитувальника з колон­кою В на великому аркуші прикріплюється на дошку або на стіну.

***Процедура проведення***

***Психолог.*** Які риси має толерантна людина? Це питання спробуємо з'ясувати за допомогою опитувальника.

Учасники отримують бланки опитувальника. Тренер пояснює, що 15 рис, перелічених в опитувальнику, є характерними для толерантної осо­бистості.

***Інструкція.*** Спершу в колонці ***А*** поставте «+» напроти тих трьох рис, які, на вашу думку, у вас найбільше виражені; «о» — напроти тих трьох рис, які у вас найменше виражені.

Потім у колонці **В** поставте «+» навпроти тих трьох рис, які, на ваш погляд, є найхарактерніши­ми для толерантної особистості.

Цей бланк залишається у вас і про результати опитування ніхто не дізнається. Тому ви можете відповідати чесно, ні на кого не озираючись.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ з/п** | **Основні риси толерантної особистості** | **А** | **В** |
| 1.  2.  3.  4.  5.  6.  7.  8.  9.  10.  11.  12.  13.  14.  15. | Прихильність до інших людей  Терпимість  Милостивість  Почуття гумору  Чуйність  Довіра  Альтруїзм  Уміння володіти собою  Доброзичливість  Неупереджене ставлення  Гуманізм  Уміння слухати співрозмовника  Тактовність  Уміння співпереживати  Самокритика |  |  |

***Альтруїзм*** *([франц.](https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%A4%D1%80%D0%B0%D0%BD%D1%86%D1%83%D0%B7%D1%8C%D0%BA%D0%B0_%D0%BC%D0%BE%D0%B2%D0%B0" \o "Французька мова) altuisme,* [*лат.*](https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%9B%D0%B0%D1%82%D0%B8%D0%BD%D1%81%D1%8C%D0%BA%D0%B0_%D0%BC%D0%BE%D0%B2%D0%B0) *alter — інший) — безкорисливе прагнення до діяльності на благо інших;*

***Гуманізм*** *– людяність.*

Потім ведучий заповнює заздалегідь заго­товлений бланк опитувальника, що прикріпле­ний на дошці. Для цього він просить підняти руки тих, хто відмітив у колонці В першу якість. Кількість відповідей підраховується і записуєть­ся в колонку бланка. У такий же спосіб підрахо­вується кількість відповідей за кожною якістю. Ті три якості, які набрали найбільшу кількість балів, і є ядром толерантної особистості (з по­гляду цієї групи).

Учасники отримують можливість:

* порівняти уявлення про толерантну особис­тість кожного з членів групи із загальногруповим уявленням;
* порівняти уявлення про себе («+»у колонці ***А)*** із портретом толерантної особистості, що створе­ний групою.

***Психолог.*** А тепер самостійно порівняйте своє уявлення про толерантну особистість із загаль­ногруповим уявленням; порівняйте уявлення про себе («+» у колонці ***А)*** з портретом толерантної особистості, що створений групою.

***Обговорення***

— Що нового ви дізналися після цієї діагнос­тики?

***Висновок.*** Для того щоб досягти успіху в жит­ті, не витрачати слів на конфлікти, побутові війни, доцільно формувати в собі толерантність як рису характеру.

***Вправа* «Оплески»**

***Мета:*** підвищувати настрій та самооцінку; ак­тивізувати учасників групи.

***Необхідний час: з*** хв.

***Процедура проведення***

Учасники сидять у колі. Ведучий просить усіх підвестися, а потім обмінятися місцями з тими, хто має певну особистісну рису характеру (напри­клад, «Поміняйтеся місцями всі ті, хто терплячий, чуйний, вміє слухати співрозмовника, має почуття гумору, любить поспати, відвертий, принциповий, вміє володіти собою, самокритичний»).

***Вправа* «Підбиття підсумків»**

***Час виконання:*** 5 хв.

***Процедура проведення***

Учасники, залежно від того, чи реалізувалися їхні сподівання та очікування, прикріплюють або не прикріплюють квіточки на плакаті із зображен­ням земної кулі.

***Психолог. А*** зараз, будь ласка, візьміть в руки свої квіточки, погляньте на очікування, які ви за­писали на початку заняття, і по черзі скажіть, якою мірою вони здійснилися.

***(Учасники по черзі висловлюють свої думки.)***

***Психолог.*** Отже, ваші очікування певною мірою здійснилися. Давайте сплетемо вінок толерант­ності і увінчаємо ним нашу імпровізовану земну кулю. Напишіть на квіточках побажання усім лю­дям нашої планети, виходячи з теми нашого за няття і прикріпіть їх на плакаті із зображенням земної кулі.

***(Учасники по черзі прикріплюють квіточки на пла­каті таким чином, щоб утворився вінок.)***

***Психолог.*** Нехай нашу землю весь час квітчає вінок толерантності, оберігає її від конфліктів, воєн, насильства та жорстокості. Нехай на нашій планеті вічно панують мир і злагода.

**Рефлексія заняття**

***Вправа*** **«Коло зворотного зв'язку»**

***Мета:*** отримувати зворотний зв’язок від групи, обмін почуттями і враженнями.

***Необхідний час:*** 5 хв.

***Процедура проведення Обговорення***

Тренер пропонує учасникам по черзі (як вони розташовані в колі) висловити свої думки:

— На вашу думку, тема толерантності є актуа­льною? Якщо так, то чому?

***Висновок.*** Толерантність людини є найважливі­шою умовою злагоди і в педагогічному колективі. Адже соціальні взаємини постійно змінюються, породжуючи то гармонію, то однобічну перевагу, а іноді й зіткнення безпосередніх інтересів.

Останнім часом поняття «***толерантність»*** ста­ло міжнародним терміном, важливим поняттям у проблематиці миру.

— Що нового, цікавого взяли для себе з тренінгового заняття?

***Психолог.*** Мені було дуже приємно з вами спіл­куватися, відчувати вашу підтримку, активність, зацікавленість на сьогоднішньому занятті.

***Вправа* «Імпульс»**

***Необхідний час: 2*** хв.

***Процедура проведення***

Тренер пропонує учасникам стати в коло, взя­тися за руки і передать одне одному позитивний заряд енергії, тепла, терпіння, любові. Учасники висловлюють побажання бути толерантними!

***Психолог.*** Підведіться, будь ласка. Давайте пе­редамо по черзі одне одному позитивний заряд енергії, тепла, терпіння, любові.

Дякую за активну і ефективну роботу на сьо­годнішньому занятті. Прагніть бути толерантни­ми!