

**Методические рекомендации для педагогических работников  
общеобразовательных организаций  
по проведению профилактических мероприятий с обучающимися,  
направленных на формирование толерантного отношения и терпимости к  
сверстникам с ограниченными возможностями здоровья**

*Авторы-составители:*

Соболева Мария Евгеньевна, директор БУ  
ВО «Областной центр ППМСП»,  
Загоскина Татьяна Викторовна, главный  
внештатный педагог-психолог в системе  
образования Вологодской области,  
заместитель директора по организационно-  
педагогической работе БУ ВО «Областной  
центр ППМСП»,  
Силинская Юлия Павловна, заместитель  
директора по информационно-  
методической работе БУ ВО «Областной  
центр ППМСП».

В настоящее время в сфере образования реализуется комплекс мероприятий по обеспечению доступности качественного образования и успешной социализации для лиц с ограниченными возможностями здоровья (далее – ОВЗ) путем внедрения инклюзивного образования, разработки адаптированных образовательных программ, создания условий для профессионального образования инвалидов и лиц с ОВЗ и содействия их дальнейшему трудоустройству; продолжается работа по внедрению здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс, формированию навыков здорового образа жизни обучающихся; формируется современная, отвечающая тенденциям развития образования, система повышения квалификации педагогических работников всех уровней образования.

Нормами Федерального закона № 273-ФЗ от 29 декабря 2012 года «Об образовании в Российской Федерации» обучающимся предоставляются академические права на предоставление условий для обучения с учетом особенностей их психофизического развития и состояния здоровья, в том числе получение социально-педагогической и психологической помощи, бесплатной психолого-медико-педагогической коррекции.

По данным Центральной психолого-медико-педагогической комиссии Вологодской области в регионе с 2020 года отмечается ежегодный рост количества детей с ОВЗ от 10% до 17%. С 2020 года по 2024 год количество детей с ОВЗ дошкольного возраста в регионе увеличилось на 19% и по состоянию на 1 марта 2024 года составляет 9123 ребенка. Максимальные темпы роста численности детей дошкольного возраста с ОВЗ отмечаются по следующим нозологическим группам:

- дети с расстройствами аутистического спектра (РАС) – до 23% в год;
- дети с задержкой психического развития (ЗПР) – до 13% в год;
- дети с тяжелыми нарушениями речи (ТНР) – до 9% в год.

Инклюзивное образование позволяет детям с особенностями здоровья и без них социализироваться в одной среде. Это способствует гармоничному развитию человека, который с самого детства учится контактировать с разными людьми. Для ребенка с проблемами со здоровьем – это шанс расти и развиваться наравне с другими, не сталкиваясь с психологическими проблемами из-за своих отличий от большинства.

Обучение в условиях инклюзии будет наиболее эффективным для обучающихся с ОВЗ и их нормативно развивающихся сверстников в том случае, если в образовательной организации реализуются мероприятия, направленные на формирование толерантного отношения и терпимости к сверстникам с ОВЗ.

В настоящих методических рекомендациях представлены методические материалы для проведения профилактических занятий с обучающимися младшего школьного и подросткового возраста.

## Методические материалы для проведения профилактических занятий с обучающимися младшего школьного возраста

### Упражнение «Аплодисменты»

Цель: повысить самооценку и принять увлечения других.

Ведущий просит встать всех тех, кто обладает определенными качествами и умениями. Встаньте все те, кто:

- умеет вышивать;
- умеет кататься на коньках;
- любит смотреть мультфильмы;
- умеет танцевать и т.д.

Участники некоторое время аплодируют тем, кто встал.

### Упражнение «Чем мы похожи»

Участники сидят в кругу. Ведущий приглашает в круг одного из них на основе какого-либо реального или воображаемого сходства с собой. Например: «Света, выйди, пожалуйста, ко мне, потому что у нас с тобой одинаковый цвет волос (или мы похожи тем, что мы жители Земли, или мы одного роста и т. д.)». Света выходит в круг и приглашает выйти кого-нибудь из участников таким же образом. Игра продолжается до тех пор, пока все члены, группы не окажутся в кругу. После выполнения упражнения формулируется вывод о том, что несмотря на то, что мы все очень разные, у нас есть много общего.

### Упражнение «Кто похвалит себя лучше всех, или Памятка на грустный день»

Цель: развить самоуважение, способность к самопознанию.

Ведущий обращается к участникам игры со словами: «У каждого человека иногда бывает грустное настроение, и, кажется, что у тебя ничего не получается. В такие моменты мы забываем все собственные достижения, свои уникальные и неповторимые способности. А ведь каждому из нас есть, чем гордиться. Я предлагаю вам заполнить таблицу (памятку) «Мои лучшие черты», в которую вы запишите свои лучшие качества, черты, способности и таланты.

Дети получают бланки с таблицей

№	Мои лучшие черты	Мои достижения
1		
2		
3		
4		
5		

*Комментарии для педагога.* Заполненная таблица не подвергается никакой критике. Обсуждение таблицы может происходить только по желанию самого

ученика. В случае затруднения заполнения таблицы можно тактично подключить других ребят для помощи в определении положительных качеств, способностей и достижений. Можно предложить продолжить работу над таблицей дома.

### **Мини-лекция «Что такое толерантность?»**

У слова «сочувствие» есть очень близкое по значению слово – «толерантность». Понятие «толерантность» более широкое. Оно означает способность, умение терпеть, мириться с чужим мнением, быть снисходительным к поступкам других людей. Итак, «сочувствие» = «толерантность».

Как вы понимаете выражение: «уметь терпеть, мириться с чужим мнением»? Выслушивать мнение других людей. Другими словами, это значит: уметь слушать других людей, понимать и признавать, что у каждого человека есть право на собственное мнение.

Представьте себе такую ситуацию: два друга, Саша и Коля, разговаривая о своих домашних животных, начинают спорить и ругаться, потому что Саше нравятся собаки, и он считает их лучшими, а Коле нравятся кошки, он считает их лучшими животными в мире. Мальчики поссорились и больше не разговаривают. Как вы думаете, из-за чего возник спор? Из-за непонимания.

Кто, по вашему мнению, из мальчиков прав? (Никто) Как бы вы поступили на их месте? Приняли бы мнение друг друга.

Все мы разные люди, у всех разные вкусы, привычки, разные таланты. Кто-то любит животных, кому-то нравятся машины, кто-то любит читать, а кто-то умеет хорошо танцевать, отлично играет в футбол, кому-то нравится рисовать, а кому-то вышивать и т.д. И это не значит, что кто-то из нас хуже или лучше, умнее или глупее. Каждый из нас уникален и неповторим. Поэтому мы должны ценить и любить друг друга, то есть быть толерантными по отношению друг к другу.

Итак, толерантность предполагает, что мы должны принимать людей такими, какие они есть, дружить и общаться с ними на основе взаимопонимания, сочувствия и согласия. Как вы думаете, какими качествами и чертами характера должен обладать толерантный человек? Пониманием, сочувствием, уважать других людей.

Другими словами, толерантный человек способен понять и простить других людей, он с уважением относится к привычкам, чувствам, культуре, обычаям, традициям других людей. Посмотрите на определения толерантности.

Мы должны быть толерантными по отношению друг к другу.

Толерантного человека характеризуют:

- готовность мириться с чужим мнением;
- уважение человеческого достоинства;
- принятие другого таким, какой он есть;
- способность поставить себя на место другого;
- уважение права быть иным;
- терпимость к чужим мнениям, поведению;
- отказ от причинения вреда и насилия.

### **Упражнение «Цветок толерантности»**

Цель - показать многоаспектность понятия «толерантность». Участникам предлагается разделить на группы и сделать «Цветок толерантности» в виде ромашки, в центре которой написано «толерантность». Участникам предлагается на лепестках ромашки написать составляющие понятия «толерантность» (например, любовь, терпение, сочувствие, понимание и т.д.).

Затем происходит сравнение работ разных групп обсуждение результата.

### **Беседа « Окружающие меня люди»**

Наступила весна. В это время года все с нетерпением ждут прилета птиц, появления первых цветов, первых листочков на деревьях. При наблюдении мы понимаем, что... Не бывает одинаковых листочков даже на одном дереве – они все разные, все отличаются друг от друга, каждый красив по – своему.

Посмотрите друг на друга. Есть ли среди вас хотя бы двое, похожих друг на друга? Поднимите руку те, кто сам для себя выбирал хоть одну часть своего тела: ухо или ресничку, глаз или рот...

**Вывод:** все дети (все люди) разные. В чем – то они похожи, но различия есть обязательно. В каждом есть что – то своё интересное, симпатичное. Люди отличаются друг от друга не только внешне, но и обладают они разными качествами.

- Что означает, когда мы говорим, что все люди заслуживают уважения? (ответы детей).

### **Мультфильм «Голубой щенок»**

*Просмотр мультфильма «Голубой щенок» и работа с фрагментами.*

*Примерные вопросы к обсуждению:*

- Почему все не хотели дружить со щенком? Чем он не похож на всех? Правильно ли они поступали?

- Почему щенка захотел похитить пират?

- Почему моряк дружит со щенком? Похожи ли они?

- Чему учит нас этот мультфильм?

### **Игра «Человек с планеты Земля» (работа в парах)**

У вас на столах лежат листы с изображением контура человека. Не важно, где живёт этот человек, сколько ему лет, какой он национальности. Он просто человек. Подумайте и выберите, какие качества характера желательно иметь толерантному человеку, живущему на планете Земля. Из предложенного списка качеств дети выбирают только положительные, и соединяют линиями с фигуркой человека.

*Добрый, преданный, весёлый, улыбчивый, чуткий, внимательный, агрессивный, нечестный, равнодушный, лживый.*

Поочередно дети называют выбранные качества.



Добрый  
Веселый  
Агрессивный  
Преданный  
Чуткий  
Нечестный  
Внимательный  
Улыбчивый  
Равнодушный  
Лживый

### Упражнение «Необычный человек»

- Ребята, давайте закроем глазки ладошками. Вы что-нибудь видите?
- Нет.
- А если закроем ушки, что-нибудь слышно?
- Нет.
- А если мы представим, что у нас болит нога, сможем мы ходить, играть?
- Нет.
- А если рука болит, мы сможем красивые рисунки рисовать?
- Нет...

- Ребята, есть такие люди, у которых зрение плохое, уши не слышат, ноги болят - у них слабое здоровье. У нас с вами много возможностей - и видеть, и слышать, и ходить, играть, что-то делать своими руками. А эти люди не имеют таких возможностей, они у них ограниченные. Это люди с ограниченными возможностями. Как мы можем им помочь? Мы к этим людям должны относиться с уважением.

Вы слышали, наверное, такую пословицу: «Если ты хочешь, чтобы с тобой обращались хорошо, обращайся с другими также». Как вы понимаете эту пословицу? В чем секрет этих отношений? «Я не буду делать в отношении других то, что не позволил бы в отношении себя».

### Обсуждение сказки «Гадкий утенок»

Детям заранее необходимо прочитать или просмотреть сказку Г.Х. Андерсена. Чтение (просмотр) сказки можно дать как домашнее задание за 1-2 дня до урока. На занятие дети приносят рисунок к сказке «Гадкий утенок», где они изобразили ситуацию, в которой они больше всего переживали за утенка.

С помощью рисунков к тексту сказки, которые дети принесли на урок, и комментариям к ним дать возможность детям выразить свое отношение к переживаниям главного героя, свое сочувствие.

Наиболее выразительные рисунки дети комментируют (5-6 детей).

Возможные выводы: сочувствие, сопереживание, симпатия – составляющие черты толерантного поведения; позитивное понимание толерантности через проявление ее противоположности.

Вопросы для обсуждения с детьми:

– Объясните причины того, что никто не любил гадкого утенка, и он оказался предметом нападок со стороны других. Причины – внешняя непохожесть, нежелание окружения заглянуть во внутренний мир.

– Кажутся ли вам эти причины справедливыми и обоснованными?

– Что чувствовал бедный утенок, когда все его прогоняли?

– А бывает, что и люди также относятся друг к другу?

– Считаете ли вы, что люди иногда относятся друг к другу несправедливо без всяких причин? Необоснованно и недоброжелательно. Вспомните известные вам случаи такого отношения и расскажите о них.

– Какие чувства возникают у того человека, который чем-то сильно отличается от других (внешность, национальность, увлечения) из-за несправедливого отношения?

– Считаете ли вы, что разные во всех отношениях люди могут уживаться вместе?

– Если да, то чем это интересно, чему можно научиться?

Возможные выводы. Люди, разные во всех отношениях, могут дополнять друг друга, делать жизнь разнообразной, вносить что-то новое. Если у друзей будут различные взгляды, различные увлечения, то этим самым они сделают дружбу интереснее, могут научить другого человека тому, что умеют сами.

У людей, которых обижают и отвергают, часто возникает недостаток самоуважения.

– Найдите в сказке примеры того, что утенок теряет самоуважение.

– Как мы можем помочь другому хорошо относиться к самому себе?

Инициировать желание говорить друг другу приятные вещи, слова поддержки.

– Можем ли мы испытывать хорошие чувства к другим людям, если не испытываем их к себе?

Возможные выводы. Человек, который сам себя уважает, к другим людям относится с уважением, обязательно находит в них что-то хорошее. Если человек теряет самоуважение, ему необходима помощь друзей, окружающих. Обсудить способы, которыми это можно сделать.

### **Обсуждение сказки «Цветик-семицветик»**

Я предлагаю вам вспомнить произведение В. Катаева, откуда взяты эти строки:

Лети, лети, лепесток,  
Через запад на восток,  
Через север, через юг,  
Возвращайся, сделав круг.

Лишь коснёшься ты земли-

Быть по моему вели.

Вели, чтобы...

Правильно, это произведение называется «Цветик-семицветик».

- Кто был главным героем этого произведения? (девочка Женя)
- Что необычного удалось приобрести девочке? (Цветик-семицветик, который ей подарила старушка).
- Чем был необычен этот цветок? (Мог исполнить любое желание).
- Какое первое желание Жени было исполнено? (Жёлтый лепесток – она оказалась дома со связкой баранок).
- Какое второе желание загадала Женя? (Красный лепесток – мамина вазочка склеилась).
- Где удалось очутиться Жене после третьего желания? (Синий лепесток – на Северном полюсе).
- Каким было четвёртое желание девочки? (Зелёный лепесток - очутиться дома).
- Куда был потрачен пятый оранжевый лепесток? (Женя получила все игрушки, которые есть на свете).
- Как отреагировала Женя на сюрприз с игрушками? (Фиолетовый лепесток-возвращение игрушек в магазины).
- И так остался последний голубой лепесток. Кто из вас помнит, на что хотела потратить его девочка? (Конфеты, велосипед, билет в кино, сандалеты).
- Какое же решение приняла Женя с последним лепестком? (Помогла выздороветь Вите, который не мог двигаться самостоятельно).
- Как вы думаете, какое из всех семи желаний было обдуманно?
- Правильно самое обдуманное и правильное желание было седьмое.
- С какой стороны предстала перед нами Женя, загадывая 7-е желание?

Она увидела, поняла и приняла незнакомого ей человека таким, какой он есть. Жене захотелось помочь Вите почувствовать себя здоровым, таким, как все. Не всякая болезнь излечима, а следовательно много среди нас людей, которые нуждаются в чьей то поддержке со стороны.

– Доводилось ли вам встречать на своём пути людей, которым нужна чья-то помощь или поддержка, как в данной сказке?

– О каких людях я спрашиваю?

Встречаются люди с физическими недостатками или обиженные судьбой, люди с нарушением здоровья, с тяжелыми заболеваниями, с последствиями травм.

Человек с ограниченными возможностями такой же человек, как и все. Он нуждается в счастье, радости, общении, любви, страдает от одиночества, равнодушия, непонимания и нуждается в поддержке. Он приспосабливается к обществу обыкновенных людей, а мы должны ему помочь.

Представьте, что вы идёте по улице, где много людей.

– Каких людей с ограниченными возможностями вы можете встретить на своём пути? (Слабовидящие, слабослышащие, те, кто передвигается на инвалидной коляске).

– Какие чувства возникают у вас, когда вы встречаете на своём пути такого человека? (Выслушиваются ответы детей, их дополнения).

### **Игра «Слепой и поводырь»**

Сейчас мы с вами поиграем. Это всего лишь игра, но в ней вы поймете, что может чувствовать человек, лишенный способности видеть. Формируются пары участников, один из которых «Слепой», ему завязывают глаза, другой — «Поводырь». Он водит «слепого», стараясь избегать препятствий.

### **Игра «Связанные руки»**

Детям связываются руки, а затем их просят застегнуть-расстегнуть пуговицы на куртке, написать мелом на доске и т. д.

### **Игра «Что слышно?»**

Ведущий предлагает детям в течение 1 минуты обратить внимание на окружающие их звуки, а затем рассказать, что они услышали.

После проигрывания ситуаций дети делятся своими впечатлениями.

### **Просмотр мультфильма «Ежик должен быть колючим?»**

<https://yandex.ru/video/preview/12646834775872579289>

Вопросы для обсуждения:

- Понравилось ли вам, как относится к ежику его семья?
- Надо ли «переделывать ежика»?
- Как вы считаете, кудрявый ежик и белая ворона интересны? Если да, то чем?
- Чему учит нас этот мультфильм?

Сочини конец истории. Детям предлагается придумать новый вариант сказки с другим, толерантным, отношением окружения к главному герою.

### **Просмотр и обсуждение мультфильма «Про Диму»**

<https://www.youtube.com/watch?v=WmSR53X4CEA>

Вопросы для обсуждения:

- Как находить язык с теми, кто от тебя отличается?
- Чему учит мультфильм? (учит быть добрее, не верить слухам и не поддаваться предубеждениям)
- Что общего у Димы и у Миры?

### **Игра «Найди друга»**

Дети делятся на две группы. Одной группе завязывают глаза, дают возможность походить по помещению, затем предлагают найти и узнать друг друга. Узнать можно с помощью рук, ощупывая волосы, одежду, руки.

Когда друг найден, игроки меняются ролями.

### **Обсуждение сказки «Урок дружбы» (М. Пляцковский)**

Жили два воробья Чик и Чирик.

Однажды Чику пришла посылка от бабушки. Целый ящик пшена. Но Чик об этом ни словечка не сказал своему приятелю.

"Если я пшено раздавать буду, то себе ничего не останется", - подумал он. Так и склевал все зернышки один. А когда ящик выбрасывал, то несколько зернышек все же просыпалось на землю.

Нашел эти зернышки Чирик, собрал в пакетик аккуратно и полетел к своему приятелю Чику.

Здравствуй, Чик! Я сегодня нашел десять зернышек пшена.

Давай их поровну разделим и склюем.

Не надо... Зачем? - стал отмахиваться крылышками Чик.

- Ты нашел - ты и ешь!

- Но мы же с тобой друзья, — сказал Чирик. - А друзья все должны делить пополам. Разве не так?

- Ты, наверно, прав, - ответил Чик.

Ему стало очень стыдно. Ведь он сам склевал целый ящик пшена и не поделился с другом, не дал ему ни одного зернышка. А сейчас отказаться от подарка приятеля - это значит обидеть его.

Взял Чик пять зернышек и сказал:

- Спасибо тебе, Чирик! И за зернышки, и за урок... Дружбы!

*Вопросы для обсуждения:*

- От кого пришла посылка Чику?
- Что в ней было?
- Почему Чик не сказал об этом своему приятелю?
- А как к Чирику попали 10 зернышек?
- Почему Чик отказывался от угощения Чирика?
- Так в чем заключается «Урок дружбы» (ответы детей)
- Кого можно считать настоящим другом и почему? Чирика. Он поделился с другом.
- Чему учит эта сказка?
- Понял ли Чик свою ошибку?
- Найдите в сказке слова, доказывающие это. (Взял Чик пять зернышек и сказал:
- Спасибо тебе, Чирик! И за зернышки, и за урок ... дружбы!)

### **Обсуждение стихотворения «Разные дети»**

На огромной на планете очень разные есть дети:

Тихие и шумные, глупые и умные,

Есть худые, есть толстушки, молчуны и хохотушки.

Кто-то ростом невелик, кто-то слабый ученик.

У одних – большие ушки, у других – кругом веснушки.

Кто-то рыж, а кто-то бел, кто-то в играх неумел.  
Ни над кем нельзя смеяться, никого нельзя дразнить,  
Нужно очень постараться, словно братьев всех любить.  
И тогда на белом свете так чудесно будет жить!

Ребята, посмотрите друг на друга. Что у вас общего? (Голова, руки, ноги.) Чем вы отличаетесь? (Одеждой, прической, цветом волос, цветом глаз). Совершенно верно, все мы разные, у каждого есть свои особенности. Не говоря о внутреннем мире. Мы должны уважать индивидуальность каждого человека, потому что все мы ЛЮДИ. У нас есть различия, но каждый из нас неповторим и нужен остальным.

## Методические материалы для проведения профилактических занятий с обучающимися подросткового возраста

### Упражнение «Копилка приятностей»

Цель: настроить на выполнение заданий, осознание своих положительных качеств.

Необходимо написать на бумажках и положить в копилку качества и пожелания, которые помогут справиться с заданиями на занятии.

Вывод: посмотрите, у каждого из нас есть НЕЧТО, что помогает преодолевать трудные жизненные ситуации. И это все - наши РЕСУРСЫ, благодаря которым мы существуем, развиваемся, строим отношения с другими людьми. Толерантность – это тоже очень ценный ресурс, помогающий предупреждать множество конфликтных ситуаций. Стать терпимее способен каждый из нас, поэтому очень важно развивать в себе это качество.

Вообще, отношения - это важная составляющая мира людей. Именно отношения определяют то, что происходит в мире людей.

### Беседа «Окружающие меня люди»

Давайте немного пофантазируем и представим, что сейчас наступила весна. В это время года все с нетерпением ждут прилета птиц, появления первых цветов, первых листочков на деревьях. При наблюдении мы понимаем, что...

Не бывает одинаковых листочков даже на одном дереве – они все разные, все отличаются друг от друга, каждый красив по – своему.

Посмотрите друг на друга. Есть ли среди вас хотя бы двое, похожих друг на друга?

Скажите, кто сам для себя выбирал хоть одну часть своего тела: ухо или ресничку, глаз или рот...

Вывод: все дети (все люди) разные. В чем-то они похожи, но различия есть обязательно. В каждом есть что-то своё интересное, симпатичное.

### Упражнение «Цветик-семицветик»

(модификация упражнения «Цветок толерантности»)

Цель: ознакомление с качествами, присущими толерантному человеку.

Обсуждение сказки «Цветик-семицветик».

- Почему девочка Женя загадала последнее желание именно таким?

- Как бы вы поступили в этой ситуации?

После обсуждения ребятам предлагается сделать «Цветик-семицветик толерантности» в виде ромашки. В центре написано "толерантность", нужно выбрать из списка то, что включает в себя это понятие (например, любовь, терпение, сочувствие, понимание и т.д.) и на разноцветные лепестки написать выбранные качества.

- Какие качества вы оставили? Почему?

### **Игра «Человек с планеты Земля»**

Цель: осознание того, что все люди на планете разные, со своими особенностями и потребностями.

Сейчас я вам раздам листочки с изображением контура человека. Посмотрите на них – они у всех одинаковые. Возьмите цветные карандаши и разрисуйте его как вам нравится. (Дети рисуют, по окончании просим поднять человечков и показать группе).

Вывод: посмотрите на всех человечков. Какие они красивые, цветные, все-все разные!

### **Игра «Маски жизни»**

Цель: осмысление и обсуждение своих чувств в роли ребенка с ОВЗ, выражение сопереживания, сочувствия тому, кто отвергнут.

В каждой паре выбирается «слепой» и «поводырь», слепому завязывают глаза платком. Инструкция «повыдырям»: «Вы ведете своего партнера за собой. Глаза у него закрыты. Познакомьте его с окружающим миром». Участники в парах расходятся по комнате. «Поводырь» ведет «слепого» за собой (или поддерживает его сзади), знакомит его с предметами окружающего мира, людьми, интерьером. Через десять минут участники меняются ролями.

После завершения упражнения проводится обсуждение. Участники рассказывают, как они себя чувствовали в роли «поводыря» и «слепого», было ли им удобно в этой роли, доверяли ли они своему партнеру.

### **Просмотр мультфильма «Ежик должен быть колючим?»**

Цель: развитие навыков толерантного поведения.

*Вопросы для обсуждения.*

1. Понравилось ли вам, как относится к ежику его семья?
2. Надо ли «переделывать ежика»?
3. Как вы считаете, кудрявый ежик и белая ворона интересны? Если да, то чем?

Предложить написать новый вариант сказки с другим, толерантным, отношением окружения к главному герою.

### **Упражнение «Испытание пустыней»**

Цель: развитие навыков толерантного поведения.

Перед Вами - огромная, опасная пустыня. И каждому из Вас сейчас предстоит пройти через нее. НО эта пустыня необычна тем, что ОНА НЕ ПРОЩАЕТ ПОВТОРОВ. Пройти через нее может любой человек, но лишь своим особым способом, так, как до него через нее не проходил никто другой. Ваша задача - перейти пустыню каждому своим особым способом.

Вывод: вы отлично справились с заданием. Сейчас каждый из вас убедился: несмотря на то, что все мы привыкли передвигаться обычным способом (ходьба), есть множество других вариантов того, как это можно

сделать. А если провести аналогию с жизнью. Каждый из нас привык общаться с другими людьми определенным образом. И в то же время, если мы захотим, то можем подойти к общению с детками и взрослыми творчески и найти подход к каждому человеку, с которым сталкивает нас жизнь. А ведь это и есть не что иное, как толерантность.

### **Упражнение «Букет толерантности»**

Возьмите каждый по цветочку и напишите на них, что, по-вашему, надо сделать, чтобы школа стала пространством толерантности, то есть, чтобы отношения в нем стали как можно более толерантными. (Участники на листочках бумаги в форме цветка пишут, что надо сделать, чтобы школа стала «Пространством толерантности», листочки наклеиваются на символический рисунок букета в вазе без цветов). Примерные надписи: надо всех любить и уважать, понимать друг друга, научиться прощать, защищать друг друга, быть терпимыми, уважать пожилых людей, уметь слышать и слушать, уметь дать совет, выслушать совет другого, прислушиваться к мнению старших, не повышать голос друг на друга, быть милосердными, сострадать всем, принимать людей такими, какими они есть, быть толерантным, проявлять терпимость к чужим мнениям, верованиям, поведению, уважать права другого человека.

### **Мини-лекция «Поговорим о толерантности»**

Тема нашей беседы необычная, она посвящена обсуждению нашего отношения к окружающим.

Все мы не похожи друг на друга, и среди нас есть разные люди:

- мужчины и женщины
- молодые и пожилые
- люди разной национальности
- люди разного вероисповедания
- с нарушением развития (зрения, слуха, опорно-двигательного аппарата, речи)
- с нарушением общения.

Наверняка, у каждого из нас есть знакомые, которые чем-то отличаются от остальных людей. Немало и знаменитых людей, имеющих различные особенности. Каких известных людей с особенностями вы знаете? *Ответы участников.*

*(Заранее можно продумать и привести примеры людей, отличных от всех остальных, например, рассказать о том, что не так давно наша страна принимала участие в Олимпийских играх. В соревновании паралимпийцев можно было наблюдать за невероятными способностями людей с ОВЗ, инвалидов добиваться невероятных спортивных успехов, несмотря на их недуги. Ведь далеко не каждый здоровый человек смог бы достичь таких результатов!).*

Однако разные люди по-разному воспринимаются в обществе. Если мы понимаем таких людей, общаемся с ними, оказываем им помощь и поддержку, значит, мы относимся к ним толерантно или терпимо.

Толерантность означает уважение, принятие и правильное понимание других культур, способов самовыражения и проявления человеческой индивидуальности. Под толерантностью не подразумевается уступка, снисхождение.

Проявление толерантности также не означает терпимости к социальной несправедливости, отказа от своих убеждений или уступки чужим убеждениям, а также навязывания своих убеждений другим людям.

Как вы думаете, какими чертами обладает толерантная личность? *Ответы участников.*

К чертам толерантной личности относятся:

- терпение;
- умение владеть собой;
- доверие;
- чуткость;
- способность к сопереживанию;
- снисходительность;
- расположение к другим;
- чувство юмора;
- терпимость к различиям;
- доброжелательность;
- гуманизм;
- любознательность;
- умение слушать;
- несклонность осуждать других;
- альтруизм.

*Толерантный путь* – это путь человека, хорошо знающего себя, комфортно чувствующего себя в окружающей среде, понимающего других людей и готового всегда прийти на помощь, человека с доброжелательным отношением к иным культурам, взглядам, традициям.

*Интолерантный путь* характеризуется представлением человека о собственной исключительности, низким уровнем воспитанности, желанием власти, неприятием противоположных взглядов, традиций и обычаев.

Проявления нетерпимости:

- оскорбления, насмешки, выражение пренебрежения;
- игнорирование (отказ в беседе, в признании);
- негативные стереотипы, предубеждения, предрассудки

*(Предрассудок – это негативное отношение к человеку или какой-нибудь группе людей, о которых вы на самом деле ничего не знаете, на основании не личного знакомства с человеком, а мнения (стереотипа) по поводу группы, к которой он принадлежит. Он обычно появляется у нас благодаря тому, что уже принят в обществе или в группе, где мы находимся. Они могут быть связаны с полом, возрастом, национальной принадлежностью, приверженностью к*

*определенной религии, происхождением, уровнем дохода, сексуальной ориентацией или инвалидностью человека.)*

Чтобы лучше понять смысл слова толерантность, давайте познакомимся с принципами толерантности.

*1. Сотрудничество, дух партнерства.*

Отношения должны быть честными, позитивными, направленными на достижение общей цели. Отношения сотрудничества – самые эффективные, как между двумя людьми, так и в командной работе.

*2. Готовность мириться с чужим мнением.*

Могут ли все иметь одинаковое мнение? Кто сказал, что именно твое мнение правильное? Иногда друзья теряют друг друга из-за пустяковых разногласий. Русская пословица гласит: «Худой мир лучше любой ссоры».

*3. Уважение человеческого достоинства.*

Это основа взаимопонимания. Не все люди нравятся друг другу. Это не дает оснований грубо обращаться с ними или оскорблять их достоинство. Другой человек, как бы мы его не оценивали, – личность со своим опытом, переживаниями, знаниями, способностями, возможностями – своим миром.

*4. Уважение прав других.*

Бывает, что мы «качаем» свои права и забываем о том, что мы все равны в правах и это закреплено правовыми документами.

***Упражнение «2 портрета»***

Участники делятся на две группы, которым даются 2 одинаковых портрета какого-то человека. Участники каждой группы не должны знать о том, что обе группы получили одинаковый портрет. Одной группе сообщается, что данный человек – преступник, а другой – известный ученый. Задача участников – найти у человека черты лица, которые доказывают, что перед ними именно такой тип человека.

*Вывод:* Человеку присуще стереотипное мышление. Если нам сказали, что этот человек преступник, то мы только и видим черты преступника, ничего другого не замечая.

***Упражнение «В купе поезда»***

С кем из этих людей вы бы меньше всего хотели оказаться в одном купе поезда?

*Цыганка*

*Скинхед*

*Молодой человек с ВИЧ*

*Неаккуратно одетая женщина с маленьким ребенком*

*Кавказец-мусульманин*

*Человек из деревни с большим мешком*

*Африканский студент*

*Подросток, похожий на наркомана*

*Бывший заключенный*

*Таджик в национальной одежде*

*Полицейский*

*Инвалид со складной коляской*

*Кришнаит*

*Китаец, который ест странно пахнущую еду*

*Человек, говорящий на непонятном языке*

*Обсуждение:*

– Каковы причины нежелания ехать с человеком в одном купе? Когда нами руководит страх, когда – брезгливость, когда – неприязнь? Насколько они в каждом случае обоснованны?

– Можем ли мы что-то сделать с нашими чувствами в таких ситуациях? А нужно ли с ними что-то делать?

– Может ли кто-нибудь не захотеть ехать в одном купе с вами? А если дело происходит в другой стране?

– Как мы поступаем, когда оказываемся в одном купе с нежелательным человеком? Случались ли ситуации, когда вы (или кто-то при вас) вели себя плохо с людьми, которые вам не нравятся?

– Виноваты ли те, с кем мы не хотим ехать?

– Что они почувствуют, если увидят наше недовольство?

– Как лучше всего поступать в таких ситуациях?

Итак, толерантность - терпимое отношение к иным национальностям, расам, цвету кожи, полу, возрасту, языку, религии, политическим или иным мнениям, национальному или социальному происхождению и прочему.

– Как мы должны вести себя с людьми, которые от нас отличаются?

– Какую помощь мы с вами можем и должны оказывать?

### ***Упражнение «Чем мы похожи»***

Участники сидят в кругу. Ведущий приглашает в круг одного из них на основе какого-либо реального или воображаемого сходства с собой. Например: «Света, выйди, пожалуйста, ко мне, потому что у нас с тобой одинаковый цвет волос (или мы похожи тем, что мы жители Земли, или мы одного роста и т. д.)». Света выходит в круг и приглашает выйти кого-нибудь из участников таким же образом. Игра продолжается до тех пор, пока все члены группы не окажутся в кругу.

Ведущий подводит итог упражнения: несмотря на то, что мы все очень разные, у нас есть много общего.

Представим ситуацию, что в вашем классе появился человек, имеющий определенные особенности в развитии. Ему трудно привыкнуть к школе. Ему необходима помощь и поддержка. Давайте обсудим возможные положительные и

отрицательные моменты в совместном обучении с таким человеком как для него самого, так и для окружающих его людей.

*Участникам предлагается самостоятельно определить и назвать плюсы и минусы совместного обучения.*

	<i>Плюсы совместного обучения</i>	<i>Минусы совместного обучения</i>
<i>Ученики</i>		
<i>Учащийся с особенностями привыкания к школе/ особенностями в развитии</i>		

Заранее необходимо продумать содержание задания, чтобы в случае необходимости направить диалог.

### **Упражнение «Карусель»**

Цель: обучение навыкам толерантного отношения к ситуациям.

Участники высказывают свое понимание толерантного поведения к заданным ситуациям друг за другом, словно на карусели, которая набирает темп. Если кто-то затрудняется с ответом, его быстро заменит следующий за ним. Ведущий, создавая благоприятную атмосферу, побуждает каждого участника к толерантному общению.

1. Вы помогли соседям в поиске убежавшей собаки (сочувствие).
2. Родители больны, в доме не хватает денег, вы нашли работу на почте, после занятий в школе разносите письма (самостоятельность, стойкость).
3. Ваш одноклассник приехал в Россию из Средней Азии, у него слабые знания по некоторым предметам. Вы согласны с ним позаниматься (взаимопонимание, сотрудничество).
4. Вы отказались от участия в групповой драке (отказ от насилия).
5. Ваша подруга предлагает вам посетить заседание секты, проповедующей полное подчинение адепту. Вы отказываетесь (свобода мысли, независимость).
6. Ваша бабушка не смогла вам сделать обещанный подарок - спортивный костюм - на день рождения. Вы не в обиде, т. к. у нее маленькая пенсия (чуткость).
7. На новом месте работы люди долго приглядываются к тебе, осторожны с тобой в разговорах. Чтобы не отягчать атмосферу, нужно проявить... (открытость, готовность к диалогу).
8. Вы видите, как взрослые унижают ребенка, поэтому должны быть... (нетерпимы к несправедливости).
9. Вы отказываетесь принять участия в вечеринке, где будет спиртное и прочее... (нравственность).
10. В вашем присутствии девочки из вашего класса сквернословят, сплетничают. Вы знаете о том, что свои взгляды не надо никому навязывать. Поэтому... (стараетесь не находиться в их обществе вне уроков).

11. В магазине один человек из очереди нагрубил человеку с темной кожей, обозвал его и унизил. Вы... (выразите свой протест публично, подбодрите униженного человека).

12. В вашем классе есть очень полный мальчик. Ребята сделали его объектом насмешек. Они дразнят его, не приглашают на дни рождения, в кино и т. д. Вы проявите к нему... (дружелюбие).

Продолжайте приводить свои примеры толерантного поведения, пока каждый в классе не «вступит» в общую работу.

### **Игра «Возьму с собой»**

Цель: обучение навыкам толерантного общения и вежливости, профилактика конфликтов и эмоциональная разрядка.

Некоторые элементарные нормы толерантного поведения хорошо знают даже маленькие дети. В этом им помогают родители, учителя, соседи... Давайте проверим, выработано ли понимание элементарных норм толерантности у вас.

Все участники рассаживаются на составленные по кругу стулья. Ведущий садится на один из стульев вместе с ними. Инструкция: «Приглашаю вас всех в путешествие на Северный полюс. Мы полетим на аэростате. Но нас ждут испытания, трудности, холод, голод... Нужны надежные люди, элементарно воспитанные. Поднимите руку, кто считает себя воспитанным человеком. Ну что ж, если готовы, то начали... Я буду передавать эту волшебную палочку сидящему рядом, а он дальше - по кругу. Но всякий раз, взявший палочку, должен назвать то, что он возьмет с собой на полюс. А я буду добавлять при этом «Возьму с собой» или «Не возьму с собой». Не забудьте, что палочка «волшебная», она сразу раскроет, воспитаны вы или нет. Итак, я беру с собой на Северный полюс термос с горячим шоколадом. А что возьмешь с собой ты? (Передача «волшебной палочки».) Пожалуйста, возьми палочку.

Игра продолжается до тех пор, пока все участники не поймут, почему их не берут на Северный полюс. Психолог может еще раз повторить условие: «Беру только надежных, вежливых людей!»

Наконец, кто-то из ребят скажет «спасибо» за то, что ему передают «волшебную палочку» и «возьми, пожалуйста» при передаче этой палочки следующему по кругу. Обычно эта игра вызывает эмоциональный «шок» у участников, т.к. уровень обыденного сознания не может допустить такого большого значения вежливости.

Обсуждение: что дается нам очень легко, а ценится очень дорого? (Вежливость.) Какие еще толерантные качества личности вы можете назвать? (Терпение, уважение – по отношению к окружающим, понимание, умение слушать и слышать, гуманность, признание прав других и т. д.). Такими качествами может обладать только сильный человек, личность.

### **Упражнение «Личность - неличность»**

Цель: определение причин нетолерантного поведения, которое может привести человека к проблемному деструктивному поведению.

Инструкция: На доску прикрепляется схема из двух треугольников - характеристик «личности» - «неличности». Психолог раздает в малые группы (по 3-4 человека) карточки с терминами, которые ребята должны изучить в своих группах, потом один из группы докладывает всей группе. Термины для карточек:

1. **ЛИЧНОСТЬ** (термин разрабатывается в философии, социологии, психологии, педагогике) - это человек, осознающий свое место в жизни, умеющий реализовать свои способности, стремящийся постоянно к нравственному самосовершенствованию, интеллектуальному, эстетическому и физическому развитию.

2. **УМ** (мышление) - способность отражать окружающую действительность, устанавливать связи и отношения между предметами и явлениями, творчески мыслить в различных областях знания и практики. Качества ума: широта, конкретность, глубина, самостоятельность, критичность, гибкость, последовательность, быстрота.

3. **ВОЛЯ** - способность человека сознательно управлять своим поведением и деятельностью, мобилизовать все силы на достижение поставленной цели и преодоление препятствий. Связана с целеустремленностью, выдержкой, самостоятельностью, решительностью, настойчивостью.

4. **ХАРАКТЕР** - это совокупность устойчивых индивидуальных особенностей личности, складывающаяся и проявляющаяся в деятельности и общении, определяет типичные индивидуальные способы поведения.

5. **НЕЛИЧНОСТЬ** - это человеческий индивид, в развитие которого преобладают биологические характеристики, почти или полностью отсутствует социальный (общественный) опыт.

6. **ИНСТИНКТЫ** - сильное, стойкое, всеохватывающее чувство. Если оно захватывает нравственные чувства, то может побудить к аморальным поступкам.

7. **БЕЗУМИЕ** - социально-психологическая катастрофа личности, потеря нравственных ориентиров, проявление звериных черт: ярость, свирепость, жестокость, безрассудство, садизм и др. Какие качества, из рассмотренных вами, проявляли в своих поступках участники следующих случаев?

Ситуации:

1. В г. Воронеже группа подростков 14-18 лет организовала «Белый патруль» для расправы над латино- и афроамериканскими молодыми людьми, обучающимися в вузах города. Этот «патруль» совершил ряд преступлений на почве расизма. (Безумие.)

2. Дочь видного политического деятеля Галина Б. с малых лет была избалована вниманием и вседозволенностью. После смерти отца она продолжала вести беспечный образ жизни, злоупотребляла алкоголем. А потом она опустила так, что ее стали презирать родные, близкие, соседи... Умерла она всеми презираемая... (Страсть.)

3. Преступник Сергей М. был пойман и возвращен в тюрьму, после побега, который организовала ему влюбленная в него женщина-следователь. Оказавшись на свободе он продолжал грабить и убивать стариков, женщин, детей с целью обогащения. Этот чрезвычайно коварный и жестокий человек был рожден в тюрьме. Он ненавидел свою мать, презирал всех людей. Но хотел сытно есть, красиво жить, развлекаться, жить чужим трудом. (Инстинкты.)

4. У Андрея В. в результате автокатастрофы повреждена спина, бездействуют ноги. От него ушла жена. Но дочь и мама не оставили его наедине с бедой... Андрей готовит еду, наводит порядок в доме, возится с внуком, освоил компьютер. При этом он находится в инвалидной коляске, но никогда не жалуется, не проявляет слабости. (Воля.)

5. Валерий Д. осиротел в раннем детстве. Шла война. Вечно голодный, он стал мелким воришкой, попал в детский дом. Там старшие воспитанники часто избивали младших, заставляли их воровать, учили курить и пить алкоголь. Валерий поступил в училище, с 14 лет работал в кузнице, потом в шахте. В 18 лет его призвали в армию. Служба на границе требовала дисциплины, отказа от курения, организованности... Валерий стал офицером, не раз награждался за заслуги перед Отечеством, с почетом вышел на пенсию. (Характер.)

6. Будучи человеком незнатным, заурядной внешности, Наполеон Луи Бонапарт обладал прекрасными способностями, которые позволили ему стать высокообразованным человеком, талантливым военачальником, императором Франции. (Ум.)

Обсуждение:

- Какие качества могут привести человека к проблемам?
- Назовите качества толерантной личности. Почему личность - это ценность общества?
- В чем проявляется толерантность?

Выводы: Общение в духе толерантности способствует улучшению взаимопонимания как между отдельными людьми, так и нациями. Воспитание в духе терпимости должно способствовать формированию у молодежи навыков независимого мышления, критического осмысления и выработки суждений, основанных на моральных ценностях.

### **Упражнение «Взгляд»**

Цель: развитие эмпатии и навыков невербального общения, отработка навыка уверенного поведения.

Инструкция: предлагаю вам игру «Взгляд». Глаза – это зеркало души. Эта игра учит понимать выражение глаз человека, развивает способность общаться друг с другом при помощи взгляда. Предлагаю сесть так, чтобы вы попарно были повернуты лицами друг к другу. Вы должны смотреть друг другу попарно в глаза. По моему сигналу ребята, находящиеся во внешнем ряду круга, встают и передвигаются на один стул и вновь смотрят друг другу в глаза. И так до тех пор, пока все игроки не окажутся на своих первоначальных местах.

Обсуждение: Что вы почувствовали, когда смотрели в глаза друг другу? Чьи взгляды вам особенно запомнились и почему?

### **Упражнение «Ковер мира»**

Цель: развитие толерантности и коммуникативных навыков, профилактика конфликтов, развитие навыка творческого подхода при решении проблемы.

Процедура: подросткам предлагается подумать о том, как себя необходимо вести, если конфликт все же возник между людьми. Делается акцент на символический «ковер мира», который может быть у каждого человека внутри, помогая ему снимать напряжение и позитивно разрешать конфликты и ссоры.

Инструкция: «Этот ковер сегодня мы смастерим совместно. Когда вам будет сложно, вы можете приходить, садиться на него и мирно разрешать все свои проблемы. Если нет возможности привести на «ковер мира» своего соперника, мысленно вспомните о нашем «ковре мира», попробуйте успокоиться, проявить мудрость и терпение и правильное решение обязательно придет в вашу голову. Подросткам предлагается нарисовать на листочке свой «ковер мира» и соединить все части ковра в один большой совместный ковер».

Обсуждение: Трудно ли было создавать свой «ковер мира»? Довольны ли вы общим «ковром мира»? Можно ли реально пользоваться «ковром мира» в конфликтных ситуациях? Готовы ли вы к решению проблем бесконфликтным путем? Меняются ли ваши отношения с другими людьми после нашей групповой работы?

### **Упражнение «Мусорное ведро»**

Цель: отработка негативных чувств, психофизическая разрядка.

Процедура: ведущий ставит на середину класса небольшое ведерко и предлагает детям порассуждать, зачем человеку нужно мусорное ведро и почему необходимо постоянно освобождать его от мусора. Потом детям предлагается представить себе жизнь без мусорного ведра, когда мусор постепенно наполняет комнаты, становится тяжело дышать, невозможно передвигаться, люди начинают болеть. Но ведь так же и с чувствами – у каждого из нас скапливаются чувства, часто ненужные и бесполезные. И некоторые любят копить свои чувства, например, обиды или же страхи. Далее детям предлагается выбросить старые ненужные обиду, гнев, страх в мусорное ведро. Для этого дети на листочках записывают чувства, от которых они хотят избавиться, например: «Я обижаюсь на...», «Я злюсь на...», «Я боюсь...», затем сворачивают их комочками, выбрасывают в мусорное ведро, а дежурный выносит это ведро в мусорный ящик. Это упражнение необходимо повторить несколько раз с небольшим интервалом.

### **Упражнение «Что такое толерантность?»**

Работа в группах «Прочитайте приведённые высказывания выдающихся людей о толерантности и обсудите их: ☐

– с помощью примеров этого утверждения; ☐

– что для автора значит понятие «толерантность» (определите одним или несколькими словами); ☒

– согласны ли вы с автором этого высказывания.

Карточка 1. Достоинство человека заключается в том, чтобы любить того, кто его обижает (Марк Аврелий, древнеримский император и философ).

Карточка 2. Нам нужны реформы, а не революции. Нам нужно толерантное, усовершенствованное, более человеческое общество. А. Сахаров, советский ученый в отрасли ядерной физики.

Карточка 3. Ваше мнение для меня глубоко враждебно, но за Ваше право его высказать я готов отдать свою жизнь. Вольтер, французский философ эпохи Просвещения.

### **Упражнение «Странный человек»**

Цели:

– актуализировать и проработать чувства, которые возникают у участников при встрече с непохожими на них людьми;

– дать участникам возможность увидеть положительные стороны такой встречи;

– дать участникам возможность «общения» с непохожими на них людьми в безопасной обстановке.

Сидя в кругу, попросите участников вспомнить случай, когда на улице или в общественном месте они увидели человека, не похожего на всех остальных. Постарайтесь навести их на мысль о представителях различных меньшинств (цыганах, таджиках, гомосексуалистах и т. д.). Пусть участники поделятся своими историями с группой и расскажут не только про необычных людей, но и про то, как на них реагировали окружающие. Попросите участников также описать их собственные чувства.

Попросите каждого из участников придумать человека, который будет ему полной противоположностью. Какой этот человек? Как он выглядит? Какой он национальности? Сколько ему лет? Какая у него религия? Чем он занимается? Как он проводит свободное время? Что он любит? Чего он не любит? Где он живет? Какой у него характер? Какая у него семья? Пусть участники нарисуют придуманных людей или опишут их на бумаге (решите сами, что больше подойдет вашей группе). Позвольте нескольким или всем участникам (в зависимости от размеров группы) представить своего «странного человека».

Задайте им дополнительные вопросы: Почему ваш «странный человек» стал непохожим на вас? Как вы к нему относитесь? Какие чувства вы бы испытали, если бы встретились с ним? Теперь попросите всех участников найти три вещи, которые могут быть общими у них со «странным человеком».

Обсуждение: Как люди обычно реагируют на тех, кто на них непохож? Почему? Что бы было, если бы все люди были похожи друг на друга? Непохожие на нас люди кажутся нам странными. А мы им? Что может принести нам общение с непохожими на нас людьми?

### **Упражнение «За и против»**

**Цель:** Выявить пользу и вред стереотипов.

**Этапы игры:** Упражнение состоит в том, что по кругу высказываются участники о пользе и вреде стереотипов в жизни личности и общества, продолжая одну из следующих фраз: «Стереотипы необходимы, потому что...» «Стереотипы мешают, потому что...»

### **Упражнение «Картофель»**

Часто бывает так, что мы воспринимаем какую-нибудь группу, например этническую, как целое и не задумываемся над тем, что каждый её представитель – уникальный и неповторимый. Например, нам может казаться, что у всех китайцев одинаковое лицо, что все немцы – занудные педанты, а финны – молчуны. Но если мы познакомимся ближе с конкретным человеком из этой группы, больше узнаем о нём, то его индивидуальность и неповторимость станут очевидными. Давайте попробуем проиллюстрировать уникальность всего существующего на практике. Вряд ли кто-нибудь считает, что килограмм картофеля обладает уникальностью. Возьмите каждый себе по картофелине. Рассмотрите её очень внимательно, выясните её «особые приметы». На выполнение задания дается 1 минута. Потом картошка перемешивается. Каждый должен найти «свою» картофелину и описать ее.

### **Упражнение «Все яблоки красные»**

**Цель:** познакомить участников с понятием «стереотип». **Ход работы:** прочтите участникам историю про Элли в стране фруктов и овощей. История про Элли Вы все знаете Элли из книжки про Волшебника Изумрудного Города. Вы только не знаете, что Элли никогда в жизни не видела никаких овощей и фруктов, так как в Канзасе они не росли, а в Волшебной Стране они ей просто не попадались. Как-то в Канзасе опять начался ураган. Только на этот раз он привез Элли не в Волшебную Страну, а в страну овощей и фруктов. Сначала Элли увидела большой красный шар. «Кто ты?» – спросила Элли. «Помидор» – ответил шар. И Элли пошла дальше. Тут ей попался большой желтый шар. Он представился – «Лимон» и предложил ей попробовать кусочек себя. Элли откусила кусочек лимона, и он был таким кислым, что она чуть не заплакала. Она обиделась на лимон и пошла дальше. Тут она увидела длинный фрукт, который тоже предложил ей отведать кусочек себя. Она попробовала, и ей очень понравился вкус. «Дай я запомню, как тебя зовут» – сказала Элли. «Банан» – ответил фрукт. И Элли пошла дальше. Она присела на полянку. С дерева свисал другой красный шар. «Эй, помидор, давай поболтаем» – сказала Элли. «Я не помидор, я – яблоко» – прозвучал обиженный голос. «Да ладно, я тебя знаю, ты круглый и красный. Ты – помидор, и нечего меня обманывать». Яблоко очень расстроилось и упало с дерева. О «поболтать» уже не могло быть и речи. Элли пошла дальше, и вдруг ей захотелось есть. Она находилась на поле, где кругом были одни желтые шары. «Попробуй нас, мы такие сладкие» – шептали они. «Нашли

дурочку. Вы желтые – значит вы кислые» – сказала Элли. Она осталась голодной, а сладкие дыни только пожали плечами. Но вот на тропинке она увидела длинный плод. «Дай откушу» – сказала она. Горький перец никогда не пользовался популярностью. Он был рад угостить Элли. От горечи и удивления Элли опять заплакала.

Для большей наглядности можно раздать роли и попросить участников исполнить историю по ролям.

– Спросите, кто из участников понял проблему Элли.

– В чем была ее ошибка.

– Если группа не сможет сразу ответить на вопрос, помогите вопросами типа: «Все ли яблоки красные?», «Все ли желтые фрукты – кислые?»

– Попросите участников помочь Элли. Поставьте небольшую сценку. Пусть кто-нибудь играет Элли, а остальные подходят по очереди и объясняют Элли, в чем она ошибается, и пытаются помочь почувствовать себя лучше в стране фруктов и овощей.

Обсуждение:

– почему Элли неправильно думала о разных фруктах?

– от этого она выиграла или проиграла? а фрукты?

Объясните детям, что то, что мы наблюдали в случае Элли, называется словом «стереотип». Расскажите на примере Элли, как стереотипы образуются в жизни. Попросите детей самих привести примеры стереотипов. Обсудите:

– какую положительную роль стереотипы играют в жизни?

– в чем отрицательная роль стереотипов?

### **Упражнение «Все коровы летают»**

Цель: проработать стереотипы, существующие в группе.

Ход работы: раздайте участникам незаконченные утверждения:

– Все старшеклассники....

– Все кавказцы....

– Все негры....

– Все старики...

– Все девочки...

– Все богатые люди...

– Все мусульмане...

Подберите те утверждения, которые будут более подходящими для вашей области, группы, школы, и т.д. Всего – около десяти утверждений. Попросите участников закончить утверждения самостоятельно.

Попросите участников объединиться в пары и сравнить свои утверждения. Соберитесь в круг. Обсудите одно утверждение за другим. Сравните разные варианты. Развейте дискуссию. Попросите участников объяснить, почему они думают так или иначе. Привести примеры из жизни. Приведите контр-примеры. Вдруг подойдите к доске и напишите на ней «Все ученики 5-го а (или другое название класса, в котором проходит занятие) плохо учатся». Спросите, что

участники думают об этом утверждении. Где в нем доля правды. Что в нем неправильно. (Вы можете написать и другое утверждение, например «Все девочки носят юбки, а все мальчики играют в футбол».

После обсуждения вернитесь к старым утверждениям. Обсудите их еще раз. Напомните понятие «стереотип».

### **Упражнение «Как проявлять толерантность?»**

Проанализируйте ситуацию, выберите свой вариант ответа и объясните его. Дайте определение понятию «граница терпимости».

*Ситуация 1.* У Дмитрия нетипичная для мальчика причёска – слишком длинные волосы. Как должны относиться к этому те, кому такой стиль не нравится?

Варианты ответа: ☒

В резкой форме советовать изменить причёску. ☒

Исходить из того, что человек имеет право на самовыражение и может делать что угодно со своими волосами. ☒

*Ситуация 2.* Оксана часто пропускает уроки без уважительных причин. Как к этому относиться?

Варианты ответа: ☒

Осуждать эти поступки ученицы.

Считать, что это – личное дело Оксаны и не вмешиваться. ☒ С пониманием относиться к проблеме Оксаны, постепенно побуждая её к учёбе.

*Ситуация 3.* Вадим постоянно проявляет неуважение к другим, плохо относится к своим товарищам. Как быть?

Варианты ответа: ☒

Пытаться избегать общения с Вадимом.

Отвечать грубостью на грубость. ☒

«Глотать» обиды.

### **Упражнение «Белая ворона»**

Цель: развитие способности видеть (отмечать) и ценить индивидуальность других людей.

Ведущий предлагает одному из участников на некоторое время стать не таким, как все. Для этого ему необходимо делать всё противоположное тому, что делает группа. Группа повторяет все движения ведущего, например, поднимает руки, а «белая ворона» – опускает; если все смеются – «белая ворона» хмурится и т. д. Через некоторое время ведущий говорит: «Это очень сложно – быть не таким, как все. Кто будет ему помогать?» Так появляются две «белые вороны». Потом их становится больше. Когда к «белой вороне» присоединится большинство, упражнение заканчивается.

### **Упражнение «Цветок толерантности»**

Дети, у меня есть цветок. Помогите мне сделать его красивым. Ему нужны не простые лепестки, а лепестки с признаками толерантности, поскольку это – *цветок толерантности*.

### **Упражнение «Продолжи фразу»**

Цель: Осознание собственного отношения к этническому разнообразию.

Предлагается несколько фраз для продолжения.

– «Это хорошо, что в мире существует этническое разнообразие, потому что появляется множество возможностей для знакомства с людьми, принадлежащими к разным культурам .....»

– «Это плохо, что появляется множество возможностей для знакомства с людьми, принадлежащими к разным культурам, потому что осознаешь, что твоя культура отличается от других.....»

– «Это хорошо, что осознаешь, что твоя культура отличается от других, потому что начинаешь с большим интересом относиться к своей культуре....»

– «Это плохо, что начинаешь с большим интересом относиться к своей культуре, потому что это может привести к оценке всего мира через призму своей культуры...»

– «Это хорошо, когда оценка всего мира происходит через призму своей культуры, потому что...»

### **Упражнение «Я – это ты. Ты – это я»**

Цель: Осознание собственной идентичности.

Участники тренинга делятся на пары и рассказывают друг другу обо всем, что считают необходимым за определенный промежуток времени. Партнеры могут задавать друг другу любые вопросы. После общения в парах участники представляют друг друга взаимно обмениваясь ролями.

Обсуждение игры:

1. Что легче сделать: рассказать о себе или о других?
2. Как Вы себя чувствовали, когда Вы представляли партнера?
3. Как Вы себя чувствовали, когда Вас представлял партнер?
4. В каких случаях мы чувствуем стеснение, а в каких – уверенность.

### **Упражнение «Учимся ценить индивидуальность»**

Цель: научиться ценить индивидуальность другого человека.

Если бы мы умели ценить собственную индивидуальность, нам было бы легче принимать уникальность 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 соберете записи и зачитаете 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 удастся «вычислить», он должен назваться сам.

### **Упражнение «Я и мой мир вокруг меня»**

Цель: самовыражение, самоосознание. Создание атмосферы принятия и понимания, развитие навыков общения, активного слушания, эмпатии, умения безоценочно относиться друг к другу.

Участники выполняют рисунок. Рисовать, оставляя середину листа пустой. Нарисовать все, что вас окружает в жизни, с кем и с чем вам приходится общаться, взаимодействовать. Теперь в центре нарисуйте себя. Рассказать о своем рисунке. Нравится ли твой рисунок. Что из нарисованного наиболее важно, а что наименее. Отметить знаком плюс то, что нравится, с чем приятно взаимодействовать, а знаком минус – то, с чем неприятно взаимодействовать.

### **Упражнение «Мы похожи, мы отличаемся»**

В кругу проводится разговор о том, чем похожи члены семьи, а затем - чем они отличаются друг от друга. После игры проводится обсуждение: что было легко и что было трудно делать, какие были открытия. В итоге делается вывод о том, что все мы, в сущности, похожи и в то же время разные, но мы имеем право на эти отличия, и никто не может нас заставить быть другими.

### **Упражнение «Я тебя понимаю!»**

Каждый участник выбирает себе партнёра и затем в течение 2-3 минут устно описывает его состояние, настроение, чувства, желания в данный момент. Тот, чьё состояние описывает партнёр, должен подтвердить правильность и достоверность предположений или опровергнуть их. Оба партнёра вправе комментировать высказывания друг друга.

### **Упражнение «Хвастуны»**

Участники садятся в круг и по очереди хвалят своего соседа справа. Хвалить нужно за то, что в человеке есть хорошего, какие добрые поступки он совершил, чем может понравиться. Выиграет тот, кто найдет в своем соседе больше достоинств. Ведь это так приятно и так почетно – иметь самого лучшего соседа!

### **Упражнение «Закорючка»**

Участники садятся в круг. Первый игрок берет фломастер и рисует на листе небольшую закорючку. Затем предлагает этот лист следующему игроку, который дополняет закорючку так, чтобы получился какой-либо предмет, животное или растение. Потом второй игрок рисует для следующего участника новую закорючку. В конце игры можно определить победителя.

### **Упражнение «Подарок на всех»**

Участники игры по очереди отвечают на вопрос «Если бы ты был волшебником и мог творить чудеса, то что бы ты подарил сейчас всем нам вместе?» По желанию, участники могут объяснить свой выбор.