**Развитие толерантной коммуникации и основ межнациональной культуры как личностного ресурса в системе профилактики среди детей и подростков.**

**Выступление на мастермайнде**

**в рамках методического совета педагогов-психологов**

**образовательных организаций г. Тамбова**

**29.02.2024**

Иванова Е.С.

педагог-психолог МБУ «ЦППМСП»

г. Тамбов

Воспитание в духе толерантности способствует формированию у человека навыков независимого мышления, критического осмысления и выработки суждений, основанных на моральных ценностях.

Основа толерантности и возможное пространство ее динамики лежат и действуют, прежде всего, в опыте личности.

Теоретический анализ понятия личностной зрелости позволяет выделить 7 критериев:

* ответственность,
* просоциальная направленность,
* целостность,
* активность в решении жизненных задач и независимость,
* способность делать свободный выбор,
* твердая личная позиция негативного отношения к асоциальным деструктивным явлениям,
* гармоничные отношения с собой и окружающими [8].

Программа «КАК ПРЕКРАСЕН ЭТОТ МИР, ПОСМОТРИ…» направлена на снижение рисков десоциализации, виктимности, явлений насилия, агрессии, включая проявления буллинга в образовательных организациях, противоправного поведения детей и подростков.

Подростковый возраст с его глубокой биологической перестройкой организма, мощным психоэндокринным сдвигом является тем «критическим периодом» онтогенетического развития, когда вследствие изменений общей и нервной реактивности значительно повышается риск возникновения различных психотравмирующих ситуаций.

Именно выработка психологической устойчивости личности подростка обеспечит ее устойчивость к фрустирующему и стрессогенному воздействию трудных ситуаций.

Программа включает в себя наличие количественных и качественных индикаторов по замеру результатов деятельности:методика диагностики социально-психологической адаптации (К. Роджерс, Р. Даймонд), исследование конфликтности подростков методом незаконченных предложений (вариант метода Сакса-Сиднея), тест «Самооценка психических состояний» (Г. Айзенк) Источник: Дмитриев М.Г. Практикум по психодиагностике девиантного поведения у трудных подростков. СПб.: ЗАО ПОНИ, 2008.

Также наличие методических материалов: в приложении к Программе собраны теоретические материалы, необходимые для проведения занятий.

Наличие кадровой системы, способной обеспечить качественный уровень профилактической программы, ее непрерывность и преемственность: проводить занятия может педагог-психолог как системы здравоохранения, так и системы образования.

Экономическая эффективность: не требует больших материальных затрат.

В последнее время проблема десоциализации, виктимности, явлений насилия, агрессии, включая проявления буллинга в образовательных организациях, противоправного поведения детей и подростков стала очень актуальной. Большое количество современных подростков хотя бы раз в жизни сталкивалось с этой проблемой.

Для того, чтобы справиться с растущей волной десоциализации необходимо проводить больше просветительской и профилактической работы среди подростков. На наш взгляд, только твердая личная позиция негативного отношения подростка к данной проблеме позволит эффективно ее решить.

**Целью программы** является снижение рисков десоциализации, виктимности, явлений насилия, агрессии, включая проявления буллинга в образовательных организациях, противоправного поведения детей и подростков.

**Задачи:**

* развивать у подростков навыки общения друг с другом, умение жить в обществе;
* создавать условия для развития устремлений;
* развивать у подростков навыки саморегуляции, обучать их навыкам трансформации негативных переживаний в личностно развивающие;
* развивать адекватную Я-концепцию.

**Целевая группа:** программа предназначена для работы с подростками 12-15 лет.

**Методы, применяемые в ходе реализации программы:** метод групповой тематической дискуссии, игры, упражнения, моделирование ситуации, дебрифинг, мозговой штурм и др.

**Структура занятий:**

1. Вводная часть.

2. Практическая часть.

3. Заключительная часть.

Занятия планируются 2 раза в месяц по 1 часу. Группа 10-15 человек.

В основе программы лежит принцип поэтапности развития группы и постепенности в понимании каждым участником проблемы десоциализации. Каждая встреча логически вытекает из предыдущей и является в содержательном плане основой для следующей. В процессе работы развиваются техники самопознания и понимания проблемы: анализ, обратная связь, рефлексия.

**Предполагаемые результаты:** повышение самооценки, стрессоустойчивости, и как следствие, формирование здорового образа жизни, жизненных ресурсов, препятствующих десоциализации личности подростков.

**Новизна программы**: заключается в том, что она представляет собой практический опыт обобщения разных методов работы с подростками.

**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Месяц** | **Тема занятия** |
| 1 | Июнь | Занятие № 1 «Кто я? какой я?»Занятие № 2 «Я, ты, он, она … вместе дружная семья в слове «мы» - сто тысяч «я» или что такое быть толерантным» |
| 2 | Июль | Занятие № 3 «Мой мир чувств и эмоций»Занятие № 4 «Хороший стресс как способ стать сильнее и лучше» |
| 3 | Август | Занятие № 5 «Здравствуй, одиночество ... ты опять ко мне? или проблема одиночества среди подростков»Занятие № 6 «Эрзац. Образцы современности» |
| 4 | Сентябрь | Занятие № 7 «Раз, два, три, четыре, пять я иду тебя искать или поиграем в буллинг»Занятие № 8 «Лес стоит никому не нужен…холм стоит никому не нужен… я стою никому не нужен… что же делать?стоять на своем! Или что значат личная ответственность, выбор, умение говорить «нет»» |
| 5 | Октябрь | Занятие № 9 «Тайм-менеджмент – психология успеха или как стать успешным»Занятие № 10 «Саботаж или ловушки мышления» |
| 6 | Ноябрь | Занятие № 11 «Мир взрослых или как взрослым детям общаться со взрослыми родителями»Занятие № 12 «Личный дневник как путь к себе» |
| 7 | Декабрь | Занятие № 13 «Быть здоровым – модно»»Занятие № 14 «**Я** рисую белым мелом облака или ресурсные возможности творчества» |

**Пример практического занятия.**

**ЗАНЯТИЕ 2 «Я, ТЫ, ОН, ОНА … ВМЕСТЕ ДРУЖНАЯ СЕМЬЯ**

**В СЛОВЕ «МЫ» - СТО ТЫСЯЧ «Я»**

**ИЛИ ЧТО ТАКОЕ БЫТЬ ТОЛЕРАНТНЫМ»**

**ВВОДНАЯ ЧАСТЬ**

**Цель –** установление контакта с участниками, создание доверительной атмосферы, достижение взаимопонимания в целях работы программы.

**Задачи:**

* оценить эмоциональное состояние каждого из участников группы;
* эмоционально «разогреть» группу, создать положительный настрой на совместную продуктивную работу.
* создать условия для самопознания и самовыражение с помощью метафорических средств.

**ДЕБРИФИНГ**

* «Как прошли дни после предыдущего занятия?»
* «Что запомнилось?»
* «Какие ожидания есть от сегодняшнего занятия?»

**ИГРА «ПРЕВРАЩЕНИЯ»**

Участники сидят в кругу. Ведущий предлагает участникам завершить следующие предложения: Если бы я был книгой, то я был бы… (словарем, художественной книгой); «Если бы я был едой, то я был бы... (кашей, картошкой)»; «Если бы я был взрослым, то я был (другие варианты – песней или музыкой, явлением природы, видом транспорта...). Участники предлагаю свои варианты «Если бы я был…». Так все отвечают по кругу.

**ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ**

**Цель –** формирование установок толерантного сознания, профилактика экстремистских тенденций в подростковой среде.

**Задачи:**

* дать возможность участникам сформулировать «научное понятие» толерантности и показать многоаспектность этого понятия;
* ознакомить участников с основными чертами толерантной личности; дать возможность подросткам оценить степень своей толерантности.
* развивать умение преодолевать стереотипные формы поведения в восприятии окружающих.

**УПРАЖНЕНИЕ «СТЕРЕОТИПЫ»**

Ведущий предлагает разделиться на три команды: «Каждой команде я дам по карточке. То, что написано на карточке, не произносите вслух. Ваша задача - написать ассоциации к этому слову, ответить на вопрос «какой?», написать характеристики этому человеку.

Пример: карточки с надписями: мама, инвалид, преступник, учитель, эмигрант, чужой, переселенец, темнокожий. Дайте время на написание.

Готовы? Теперь каждая команда по очереди прочтет нам характеристики. А другие команды попробуют догадаться, о ком идет речь, что было написано на карточке».

По окончанию работы ведущий предлагает обсудить насколько легко было писать признаки, угадывать и т.д.

Далее ведущий делает вывод о том, что стереотипы чаще всего бывают необоснованными и не имеющими никакого отношения к конкретному человеку. Иногда мы судим вообще по представлениям, очень далеким от реальности. Почему мы заранее приписываем людям качества, которых у них может не быть? Непринятие людьми друг друга приводит к возникновению таких явлений как национальные конфликты, войны, терроризм, экстремизм.

Далее ведущий подходит к вопросу толерантного отношения людей к друг другу и ее ведущей роли в решении глобальных проблем современности. Ведущий задает вопрос знают ли участники что такое толерантность.

**МОЗГОВОЙ ШТУРМ НА ТЕМУ «ТОЛЕРАНТНОСТЬ»**

В ходе работы ведущий попросит участников написать собственное понятие толерантности и включить в это определение то, что, по их мнению, является его сущностью. Определение должно быть кратким и емким. После обсуждения представитель от каждой группы знакомит с выработанным определением всех участников.

После окончания обсуждения в группах каждое определение выписывается на флипчарт. Задаются следующие вопросы: «Что отличает каждое определение?», «Есть ли что-то, что объединяет какие-то из предложенных определений?», «Можно ли дать одно определение понятию «толерантность»?».

Далее ведущий делает вывод. Понятие «толерантность» имеет множество сторон. Каждое из определений выявило какую-то грань толерантности.

После представления групповых формулировок, ведущий поворачивает заранее заготовленные определения «лицом» к аудитории. Участники имеют возможность ознакомиться с существующими в научной практике определениями.

**КРАТКОЕ ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ВВЕДЕНИЕ НА ТЕМУ «ПСИХОЛОГИЯ ТОЛЕРАНТНОСТИ»**

*Вопросы для рассмотрения:*

1. Что такое толерантность.
2. **Толерантность/интолерантность.**
3. **Последствия непринятия людьми друг друга. Экстремизм, терроризм.**

В конце ведущий акцентирует внимание участников, что проявление толерантности также не означает терпимости к социальной несправедливости, отказа от своих убеждений или уступки чужим убеждениям, а также навязывания своих убеждений другим людям. Толерантность означает уважение, принятие и правильное понимание других культур, способов самовыражения и проявления человеческой индивидуальности.

Далее ведущий говорит о том, что умение «видеть» свою индивидуальность, умение адекватно «принимать» (оценивать) свою личность является регулятором собственного поведения и критерием оценки других людей. Знания о самом себе способствуют формирование и развитию толерантных установок и предлагает участникам выполнить упражнение «Черты толерантной личности».

**УПРАЖНЕНИЕ «ЧЕРТЫ ТОЛЕРАНТНОЙ ЛИЧНОСТИ»**

*Материалы:* бланки вопросника для каждого участника.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Колонка «А» | Колонка «В» |
| 1. Расположенность к другим 2. Снисходительность 3. Терпение 4. Чувство юмора 5. Чуткость 6. Доверие 7. Альтруизм 8. Терпимость к различиям 9. Умение владеть собой 10. Доброжелательность 11. Умение не осуждать других 12. Гуманизм 13. Умение слушать 14. Любознательность 15. Способность к сопереживанию |  |  |

*Подготовка:*бланк вопросника с колонкой «В» на большом листе крепится на доске или стене.

Участники получают бланки вопросника. Ведущий объясняет, что 15 характеристик, перечисленных в вопроснике, свойственны толерантной личности. Участники заполняют бланки вопросника.  *(Время выполнения*: *3-5 минут).*

*Инструкция:* Сначала в колонке «А» поставьте «+» напротив тех трех черт, которые, по Вашему мнению, у Вас наиболее выражены; «О» напротив тех трех черт, которые у Вас наименее выражены. Затем в колонке «В» поставьте «+» напротив тех трех черт, которые, на Ваш взгляд, наиболее характерны для толерантной личности. Этот бланк останется у Вас и о результатах никто не узнает, поэтому Вы можете отвечать честно, ни на кого не оглядываясь.

Затем ведущий заполняет заранее подготовленный бланк вопросника, прикрепленный на доску. Для этого он просит поднять руки тех, кто отметил в колонке «В» первое качество. Число ответивших подсчитывается и заносится в колонку бланка. Таким же образом подсчитывается число ответов по каждому качеству. Те три качества, которые набрали наибольшее количество баллов, и являются ядром толерантной личности (с точки зрения данной группы).

Ведущий подводит итоги: (участники получили возможность сравнить представление о толерантной личности каждого из членов группы с общегрупповым представлением, а также сравнить представление о себе («+» в колонке «А») с портретом толерантной личности, созданным группой.)

Далее ведущий просит участников группы представить, что существует «Волшебная лавка», в которой есть весьма необычные «вещи»: это терпение, снисходительность, расположенность к другим, чувство юмора, и т.д. (напомним, что с этими качествами группа работала в предыдущем упражнении и бланк с их перечнем все еще висит на доске.). Ведущий выступает в роли продавца, который обменивает одни качества на какие-нибудь другие. Вызывается один из участников. Он может приобрести одну или несколько «вещей», которых у него нет. (Это те качества, которые, по мнению группы, важны для толерантной личности, но отмечены «О» в колонке «А» вопросника этого участника, т.е. слабо выражены у него.) Например, покупатель просит у продавца «терпения». Продавец выясняет, сколько ему нужно «терпения», зачем оно ему, в каких случаях он хочет быть «терпеливым». В качестве платы продавец просит у покупателя что-то взамен, например, тот может расплатиться «чувством юмора», которого у него с избытком.

**ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ**

**Цель –** актуализация способности воспринимать и принимать себя и других, освоение навыков толерантного взаимодействия с окружающими людьми.

**Задачи:**

* способствовать формированию позитивного толерантного мышления;
* обучать приемам отреагирования и вербализация чувств и переживаний, актуализируемых в процессе занятия.
* развитие эмоционального интеллекта.

**ПРОСМОТР КИНОФИЛЬМА**

*Материал:*кинофильм «Милосердие, или Бумеранг», компьютер (ноутбук), проектор, колонки звуковые.

В предварительном вступлении ведущий рассказывает, что показ данного фильма состоялся 17 ноября (Международный день толерантности). Он акцентирует, внимание, что мы часто слышим такие слова, как «толерантность» и «милосердие». Но насколько мы вдумываемся в значение этих слов? Как часто произносим их применительно к себе? Бываем ли мы толерантными и позволяем ли это другим? В фильме, предлагаемом для просмотра, жизнь – бумеранг, и все, что мы делаем, нам возвращается. Улыбаясь миру, мы получаем улыбку в ответ, а хмурясь и обижаясь, мы видим только причины для печали и обид. Фильм показывает, что попытки изменить мир должны начинаться с каждого из нас.

*Вопросы для обсуждения после просмотра:* что вы увидели в этом фильме? О чем хотел рассказать автор фильма? Что удивило вас в сюжете? Как этот фильм учит относиться к людям? Чему учит фильм? Какие ценности утверждает этот фильм? Кому бы вы рекомендовали этот фильм для просмотра?

В конце ведущий подводит участников к мысли, что жизнь – бумеранг, и все, что мы делаем, нам возвращается. Улыбаясь миру, мы получаем улыбку в ответ, а хмурясь и обижаясь, мы видим только причины для печали и обид. Фильм, который мы сейчас посмотрели, утверждает, что попытки изменить мир человек должен начинать с самого себя. Ответьте, пожалуйста, на вопрос: «Что вы готовы сделать прямо сейчас, чтобы добра в мире стало больше?»

**РЕФЛЕКСИЯ ЗАНЯТИЯ**

**Цель –** получение обратной связи, обращение внимания каждого из участков на самого себя и на свое сознание, в частности, на продукты собственной активности, а также их переосмысление.

**Задачи:**

* развивать способность к самоанализу;
* отследить включенность каждого участника в процесс занятий и их отношение к происходящему;
* оценить эффективность самого занятия.

**ТЕХНИКА «ХРОНОГРАММА»**

Хронограмма предполагает использование заранее подготовленного бланка, включающего изображение большого круга, нарисованного в центре (это пространство группы).

Ведущий предлагает участникам группы нарисовать на листе круги и обозначить их своими именами. Участники должны ответить на вопросы: «Что дало сегодняшнее занятие», «На сколько полученный опыт был положительным», «Где на рисунке вы себя ощущает» и обозначить свое положение на листе бумаги (в круге, за кругом).

**Список использованных источников**

1. Авидон И., Гончукова О. 100 разминок, которые украсят ваш тренинг. Электронный ресурс: http://figym.kz.
2. Дмитриев М.Г. Практикум по психодиагностике девиантного поведения у трудных подростков. СПб.: ЗАО ПОНИ. 2008.
3. Елькин И.О. Профилактика зависимого поведения подростков (на примере наркомании и алкоголизма). Екатеринбург. 2007.
4. Ждакаева Е. Тропинка к счастливой семье. Коррекция детско-родительских отношений через сказку, игру, рисунок. Электронный ресурс: https://www.labirint.ru.
5. Как договориться с Гремлином? Коучинг. Психология Электронный ресурс: https://samopoznanie.ru.
6. Катков А. Свод житейской мудрости. Поэзия. Электронный ресурс: http://www.wisdomcode.info/ru.
7. Копытин А.И. Арт-терапия детей и подростков. Электронный ресурс: https://psy.wikireading.ru.
8. Новожилова О.А. Толерант. Программа тренинговых занятий, направленная на профилактику экстремизма и развитие толерантности. М.: 2016.
9. Патрик Кинг. Ассертивность. Высказаться. Сказать «нет». Установить границы. Получить контроль. Электронный ресурс: https://www.litres.ru.
10. Пенг Ху Хирамеки. Рисуй то, что видишь. Электронный ресурс: https://img-gorod.ru.
11. Пропаганда здорового образа жизни в рекламе: шокировать или идеализировать. Электронный ресурс: http://www.eff -com.ru.
12. Тарарина Е. Научно-методическое пособие: Αρτ-кухня: волшебные рецепты. Луганск. 2014.
13. Тарарина Е. Самосаботаж. Книга с характером. Электронный ресурс: https://www.litres.ru.
14. Упражнения для тренинга Тайм-менеджмент. Электронный ресурс https://trainingtechnology.ru .
15. Федосенко Е.В.Коррекционно-развивающая программа Подростковая агрессия. Электронный ресурс https://nsportal.ru.
16. ХаринГ. Незнайка. Тайм-менеджмент для школьника. Электронный ресурс https://neznaika.info.