

Солдатова Г.У.
Шайгерова Л.А.
Шарова О.Д.

Жить в мире с собой и другими

Тренинг толерантности для подростков



Москва 2000

УДК 159.922.7
ББК88
С 60

Программа разработана в рамках проекта «Формирование установок толерантного сознания и профилактика экстремизма в Российском обществе» сотрудниками кафедры психологии личности факультета психологии МГУ и Научно-практического центра психологической помощи «Гратис» при поддержке Межведомственного центра социальных инноваций.

Руководитель проекта: профессор Асмолов А.Г.

Солдатова Г.У., Шайгерова Л.А., Шарова О.Д.

С 60 Жить в мире с собой и другими: Тренинг толерантности для подростков. М.: Генезис, 2000. — 112 с, илл.

15ВМ-5-85297-021-2

Книга посвящена актуальной проблеме — воспитанию у подростков терпимого отношения к себе и к окружающим, независимо от личностных особенностей, убеждений, этнической принадлежности. Она представляет собой методическое руководство по организации и проведению тренинга толерантности. В ней изложен тематический план и подробный сценарий занятий. Все упражнения и игры снабжены рекомендациями и приложениями, помогающими в их проведении.

Книга адресована практическим психологам, работающим с подростками, педагогам, медицинским и социальным работникам, владеющим технологией проведения тренингов, преподавателям, студентам и аспирантам психологических и педагогических вузов, а также всем тем, кто интересуется прикладными разработками в области образования и воспитания в духе культуры мира.

15В1Ч-5-85297-021-2

О Издательство ЦСПА «Генезис», 2000 © Научно-практический центр

психологической помощи «Гратис», 2000 О Солдатова Г.У., Шайгерова Л.А., Шарова О.Д., 2000 © Сафуанов Ф.
С, иллюстрации, 2000

Занятие 1

ТОЛЕРАНТНОСТЬ: ЧТО ЭТО? (ЧАСТЬ 1)

Цели:

- ознакомить подростков с понятием «толерантность»;
- стимулировать воображение участников в поисках собственного понимания толерантности тремя способами:
(1) на основе выработки «научного определения», (2) посредством экспрессивной формы, (3) с использованием ассоциативного ряда.

Вводная часть

Цель:

- введение в проблему.

Необходимое время: 25 минут.

Процедура проведения. Принимаются правила работы в группе (см. Приложение 1.1).

Затем ведущий рассказывает участникам группы о том, что такое «толерантность» и «интолерантность» (или нетерпимость), об их проявлениях и о последствиях нетерпимости. Лекция может быть подготовлена ведущим самостоятельно или составлена на основе введения к данному руководству. В заключение ведущий представляет написанные на доске цели тренинга и рассказывает о них.



Знакомство

Необходимое время: 15 минут.

Ведущий предлагает участникам представиться так, как бы им хотелось, чтобы их называли в группе (например, использовать псевдонимы).

Процедура проведения (возможные варианты).

Упражнение «Снежный ком»

Участники группы сидят в кругу.

Первым представляется ведущий. Затем сидящий слева от него называет имя ведущего и свое имя. Каждый следующий участник называет по очереди имена всех, представлявшихся до него. Таким образом, участнику, замыкающему круг, предстоит назвать имена всех членов группы.

Упражнение «Сосед справа, сосед слева»

Участник, в руках у которого находится мяч, называет имена соседей справа и слева от себя, а затем представляется сам. После этого он бросает мяч любому из членов группы. Получивший мяч вновь должен назвать имена своих соседей справа и слева и представиться сам и так далее.



Разминка

Цели:

- создание непринужденной, доброжелательной атмосферы в группе;
- повышение внутригруппового доверия и сплоченности членов группы.

Необходимое время: 10 минут.

Упражнение «Чем мы похожи»

Процедура проведения. Члены группы сидят в кругу. Ведущий приглашает в круг одного из участников 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.

Упражнение «Комплименты»

Процедура проведения. Ведущий предлагает участникам придумывать комплименты друг для друга. Он бросает мяч



одному из участников и говорит ему комплимент. Например: «Дима, ты очень справедливый человек» или «Катя, у тебя замечательная прическа». Получивший мяч бросает его тому, кому хочет сказать свой комплимент и так далее. Важно проследить, чтобы комплимент был сказан каждому участнику.



Основное содержание занятия

Упражнение «Что такое "толерантность"»

Цели:

- дать возможность участникам сформулировать «научное понятие» толерантности;
- показать многоаспектность понятия «толерантность».

Необходимое время: 20 минут.

Материалы: определения толерантности, написанные на больших листах ватмана (см. Приложение 1.2).

Подготовка: написать определения толерантности на больших листах и прикрепить их перед началом занятия к доске или к стенам оборотной стороной к аудитории.

- *Процедура проведения.* Ведущий делит участников на группы по 3—4 человека. Каждой группе предстоит выработать в результате «мозгового штурма» свое определение толерантности. Попросите участников включить в это определение то, что, по их мнению, является сущностью толерантности. 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 доске или на большом листе ватмана.

После того, как группы представят свои формулировки, ведущий поворачивает заранее заготовленные определения «лицом» к аудитории. Участники имеют возможность ознакомиться с существующими определениями и высказать свое отношение к ним.

Обсуждение. Ведущий задает следующие вопросы:

- Что отличает каждое определение?
- Есть ли что-то, что объединяет какие-то из предложенных определений?
- Какое определение наиболее удачно?
- Можно ли дать одно определение понятию «толерантность»?

В процессе обсуждения обратите внимание на следующие моменты:

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



Рефлексия занятия

- Некоторые из вас впервые познакомились с понятием «толерантность». Какое из определений толерантности вызвало у вас наибольший отклик?
- Представляется ли вам тема толерантности актуальной, и если да, то почему?

Занятие 2

ТОЛЕРАНТНОСТЬ: ЧТО ЭТО? (ЧАСТЬ 2)

Цели: см. занятие 1.



Разминка

Упражнение «Общий ритм»

Цели

— повышение сплоченности группы.

Необходимое время: 5 минут.

Процедура проведения. Участники стоят в кругу. Ведущий несколько раз хлопает в ладоши с определенной скоростью, задавая ритм, который группа должна поддержать следующим образом: стоящий справа от ведущего участник делает один хлопок, за ним — следующий и т.д. Должно создаваться ощущение, будто в заданном ритме хлопает один человек, а не все члены группы по очереди. Это упражнение редко удается с первого раза. После нескольких пробных кругов из игры постепенно выбывают участники, нарушающие общий ритм.

Модификация упражнения. Ведущий отбивает в ладоши какую-нибудь несложную музыкальную фразу. Затем каждый

по очереди ее повторяет (возможно одновременное отбивание ритма всей группой).

Упражнение «Эмблема толерантности»

Цели.

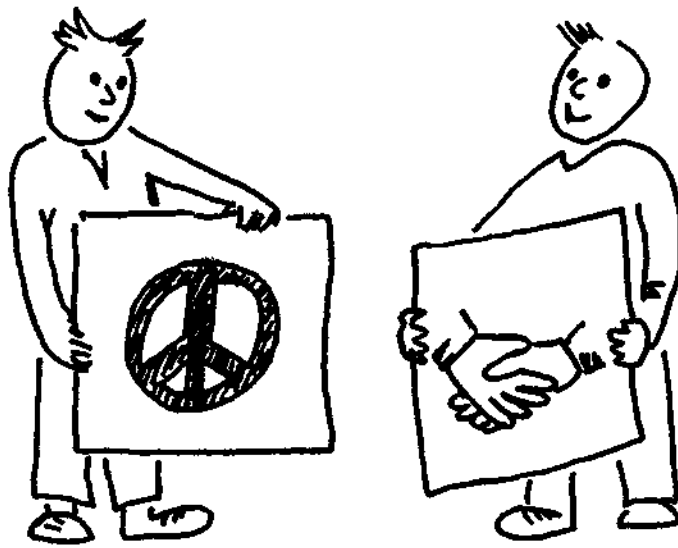
- продолжение работы с определениями толерантности;
- развитие фантазии, экспрессивных способов самовыражения.

Необходимое время: 20 минут.

Материалы: бумага, цветные карандаши или фломастеры, ножницы, скотч.

Процедура проведения. На предыдущем этапе участники выработали собственные определения толерантности и ознакомились с уже существующими. Ведущий отмечает, что обсуждение проходило на интеллектуальном, абстрактном уровне. Следующее упражнение позволит подойти к этому понятию с другой стороны — участникам предстоит создать эмблему толерантности.

Каждый попытается самостоятельно нарисовать такую эмблему, которая могла бы печататься на суперобложках, политических документах, национальных флагах. Процесс рисования занимает 5—7 мин. После завершения работы участники рассматривают рисунки друг друга (для этого можно ходить по комнате). После ознакомления с результатами творчества других участники должны разбиться на подгруппы на основе сходства между рисунками. Важно, чтобы каждый участник самостоятельно принял решение о присоеди-



нении к той или иной группе. Каждая из образовавшихся подгрупп должна объяснить, что общего в их рисунках, и выдвинуть лозунг, который отражал бы сущность их эмблем (обсуждение — 3—5 мин.). Заключительный этап упражнения — презентация эмблем каждой подгруппы.

Упражнение «Пантомима толерантности»

Цель: та же, что и в предыдущем упражнении. **Необходимое время:** 15 минут.

Материалы: написанные на отдельных листах бумаги несколько определений толерантности; все, что может пригодиться для пантомимы — моток веревки, лента, принадлежности для рисования.

Процедура проведения. Все участники разбиваются на 3-4 подгруппы (по 3-5 человек). Каждая подгруппа получает одно из определений толерантности, вывешенных на доске. Задача состоит в том, чтобы пантомимически изобразить это определение таким образом, чтобы остальные участники догадались, о каком именно определении идет речь. Время на подготовку пантомимы — 5 мин.

Обсуждение. Ведущий задает следующие вопросы:

- Какая пантомима была наиболее «однозначной» и не вызвала затруднений при угадывании?
- С какими затруднениями столкнулись группы в процессе придумывания пантомимы?

Упражнение «Лукошко»

Цели:

- работа с понятием «толерантность» при помощи ассоциативного ряда;
- развитие фантазии, творческого мышления.

Необходимое время: 10 минут.

Материалы: лукошко или пакет с мелкими предметами (например, игрушками из «киндер-сюрпризов», значками и т. п.). Количество предметов должно превышать количество участников группы

Процедура проведения. Ведущий проходит по кругу с лукошком, в котором находятся различные мелкие предметы. Участники, не заглядывая в лукошко, берут какой-то один предмет. Когда все готовы, ведущий предлагает каждому найти какую-нибудь связь между этим предметом и понятием толерантности. Рассказ начинает участник, первым получивший игрушку. Например: «Мне достался мячик. Он напоминает мне земной шар. Думаю, что толерантность должна быть распространена по всему миру».



Рефлексия занятия

- Что нового вы узнали о понятии «толерантность» по сравнению с предыдущим занятием?
- Какие стороны и аспекты толерантности в наибольшей степени характеризуют это понятие?

ГРАНИЦЫ ТОЛЕРАНТНОСТИ

Цели:

- помочь понять и почувствовать границы толерантного поведения;
- найти критерии, определяющие допустимость толерантного поведения в том или ином случае;
- развивать способность к критическому анализу, самостоятельность мышления (в противовес конформности);
- развивать социальное восприятие.



Разминка

Цель:

- развитие навыков межличностного взаимодействия.

Упражнение «Печатная машинка»

Необходимое время: 7 минут.

Участники стоят по кругу. Ведущий предлагает воспроизвести отрывок из хорошо известной песни или стихотворения, например: «Мой дядя самых честных правил...». Каждый по очереди произносит по одной букве слова («М-О-Й Д-Я-Д-Я...»). В конце слова — все встают, на знак препинания — топают ногой, в конце строки — хлопают в ладоши. Кто ошибается — выбывает из игры.

«Успей вставить слово»

Необходимое время: 7 минут.

Участники игры бросают друг другу мяч. Бросающий называет какое-нибудь существительное, а тот, кому адресован мяч, должен быстро назвать глагол, подходящий по смыслу. Кто говорит бессмыслицу — выбывает из игры. Тот, кто правильно подобрал глагол, называет свое существительное и бросает мяч другому участнику и т.д. Игра ведется в быстром темпе.



Основное содержание занятия

Обсуждение Декларации прав человека

Цели:

- ознакомление подростков с Всеобщей декларацией прав человека;
- обсуждение вопросов, касающихся нарушения прав человека и человеческого достоинства;
- осознание личной ответственности каждого человека за соблюдение прав всего человечества;
- понимание того факта, что нарушение прав человека является одной из форм нетерпимости.

Необходимое время: 20 минут.

Процедура проведения. Ведущий инициирует обсуждение Всеобщей декларации прав человека (см. Приложение 10.1) по следующим вопросам:

- Какие права человека чаще всего нарушаются?
- Какие интолерантные действия чаще всего приводят к нарушению прав человека?
- Какие последствия нарушения прав человека вы можете назвать?

Какие права человека нарушаются в случае этнических конфликтов?

- Какие действия, по-вашему, должны предприниматься в случае нарушения прав человека?
- Может ли конкретный человек повлиять на соблюдение прав человека? Какими способами?

Упражнение «Кодекс толерантности»

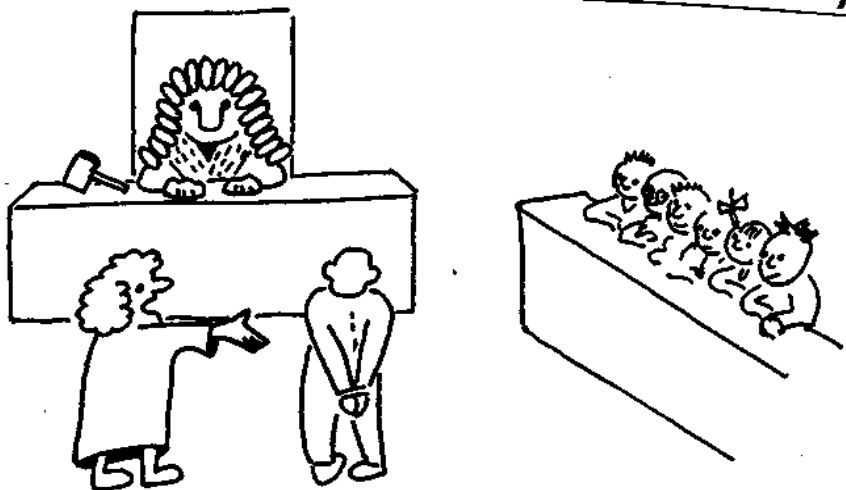
Цель:

— создание «Кодекса толерантности». **Необходимое время:** 15 минут.

Процедура проведения. Ведущий предлагает участникам группы на основе Всеобщей декларации прав человека создать «Кодекс толерантности». Каждый участник отмечает в Декларации 10 статей, которые, по его мнению, наиболее важны для «Кодекса толерантности». Затем ведущий называет номера статей и путем общего голосования выбирает 10 статей, которые набрали большинство голосов. Номера статей, набравших наибольшее число голосов, выписываются на доске, и ведущий зачитывает их содержание. **Упражнение «Суд присяжных»** **Цель:**

— принятие решений на основе «Кодекса толерантности». **Необходимое время:** 30 минут.

Процедура проведения. Ведущий предлагает участникам группы представить, что они — граждане некой страны, в которой все судебные решения по гражданским и уголовным делам принимаются на основе «Кодекса толерантности». Из числа участников выбирается судья, прокурор, адвокат и присяжные заседатели (3—5 человек). Адвокат выступает защитником подсудимого, прокурор — обвинителем, присяжные заседатели после обсуждения между со-



бой выносят свое решение, а судья зачитывает приговор. В суде рассматривается несколько дел (в Приложении 10.2 даны специально разработанные ситуации). Ведущий использует на свое усмотрение любые ситуации из предложенного списка. Для слушания каждого дела может выдвигаться новый состав суда. По каждому делу суд должен принять специальное решение. После завершения упражнения участники группы обсуждают важность соблюдения в жизни законов толерантности и критерии допустимости или недопустимости толерантного поведения в различных жизненных ситуациях.



Рефлексия занятия

- Может ли интолерантное поведение быть оправданным? Если да, то в каких случаях?
- В каких сферах жизни проблема толерантности — ин-толерантности стоит наиболее остро?