ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №8
городского округа Чапаевск Самарской области



«Утверждаю»
Директор ГБОУ СОШ № 8 г.о. Чапаевск
_____/И.Л.Погосян /

C=RU, OU=Юго-западное,
O=ГБОУ СОШ №8, CN=Погосян
Ирина Леонидовна,
E=school8_chp@63edu.ru
2026-08-31 14:57:53

Программа по социализации и психологической адаптации несовершеннолетних иностранных граждан

2026 г.

г.о.Чапаевск

Пояснительная записка

Россия, как и многие мировые державы, переживает крупномасштабные миграции населения. При этом все чаще мигрируют не отдельные граждане, а целые семьи. И особое внимание в проблеме миграции следует уделять детям. Дети школьного возраста из семей мигрантов – особая группа, учителям и психологам важно понимать их психологическое состояние.

В российском контексте детей из «других» этнических групп называют инофонами. Таким образом, в качестве измеряемых параметров могут выступать гражданский статус, принадлежность к меньшинствам, первый (родной) язык и т. д. Однако многие авторы рекомендуют делать акцент не на этнической принадлежности ребенка или времени его приезда и поступления в новую школу, заинтересованную в адаптации, а на показателях успешной интеграции в классе. В частности, речь идет об адаптации в культурной среде сверстников.

Многие из этих детей уже имеют культурный опыт (акцент, манеры, взгляды, привычки) социальной среды, частью которой они является в прошлом. Но резкое изменение привычных условий жизни, вызванное переездом семьи в другую страну или регион с иными культурными традициями, языком, приводит к размыванию типичных форм культурной самоидентификации людей, серьезному дискомфорту, который переживают даже взрослые, не говоря уже о дезориентации детей всех возрастов.

Поэтому все более актуальной для педагогики становятся проблема социальной адаптации таких детей к новым условиям жизни, к изменившемуся социуму.

Процесс адаптации детей мигрантов в современных российских условиях носит сложный многоуровневый характер. Он требует учета значительного количества факторов, на него влияющих: регионального компонента, социального статуса, миграционных траекторий семьи, межшкольной мобильности, возраста учащегося, адаптационных амбиций, кумулятивного эффекта конфликтов разного уровня, характера школьной культуры, внутришкольных и сетевых практик взаимодействия, в т. ч. и Интернет, этнической, гендерной и субкультурной специфики.

Центральная роль школы в этом процессе объясняется следующими обстоятельствами:

- система образования способна отслеживать судьбу ребенка от 6-7 лет до совершеннолетия;
- в системе образования есть специалисты, которые могут квалифицированно выполнять эту работу;
- в системе образования существует отработанная система повышения квалификации педагогов и специалистов, охватывающая практически все компетенции, связанные с осуществлением комплексной помощи детям разных возрастов;
- школа имеет технологии работы с родителями и при некоторой оптимизации этой деятельности может опосредованно (в некоторых случаях напрямую) влиять на тех родителей, которые неэффективно осуществляют свои родительские функции.

При этом актуальное положение дел таково, что российские школы часто не готовы к систематической работе с детьми из семей, имеющих миграционную историю. Предлагаемые программы носят локальный характер и не учитывают всего многообразия вариантов адаптации в отдельных регионах России и конкретных школах. Отчасти это связано с тем, что до недавних пор эту категорию населения предпочитали не замечать. Но главная проблема заключается в неготовности признать необходимость целенаправленной работы с детьми мигрантов и в отсутствии представлений о том, какие подходы и инструменты работы с ними будут наиболее эффективны.

Характерной чертой психологического состояния мигрантов является так называемая категория «утрата». Дети лишаются своего привычного жилья, личных вещей, друзей, и близких родственников. Все это вызывает стрессовые ситуации и расстройства, которые могут проявляться в течение их дальнейшей жизни.

Возникают и другие психологические моменты, связанные с пребыванием ребенка в образовательных учреждениях. Так, положение детей из семей мигрантов в школе, как правило, наносит ущерб их самоутверждению. Незнание языка и культуры региона нового поселения приводит к отставанию от других учащихся в

изучении школьных предметов, к чувству дискомфорта. Стремление сохранить приверженность к прежним ценностям создает дополнительные проблемы в школе.

Дети из семей мигрантов испытывают трудности разнообразного характера: бытовые, материальные, психолого-педагогические, что приводит к разным формам психосоциальной и педагогической дезадаптации. У многих детей из семей мигрантов удовлетворительное или положительное отношение к учебе, но слабая инициативность, отклонения личностного развития (заниженная самооценка, повышенная тревожность, сниженное самочувствие, активность, настроение; имеют место проявления агрессивности, нарушения поведения, изменения мотивационно-потребностной сферы, негативное отношение к социокультурным нормам других народов). Важно понимать, что весь набор проблем, с которыми приходиться сталкиваться семьям мигрантов в связи с переменой места жительства, а также психолого-педагогические особенности детей и подростков из семей мигрантов могут затруднить полноценное развитие личности.

Адаптация, трудности социального характера (плохое материальное положение семьи, отсутствие комфортного жилья, перемена места жительства и др.) требуют разработки полного комплекса мер педагогической, психологической и социальной поддержки. Необходимо обеспечить оптимальное социальное развитие детей из семей мигрантов, их адаптацию к новой социальной среде, создание условий, способствующих предотвращению, устранению и смягчению личных и общественных конфликтов. Важно также развивать у детей способности к коммуникативности, самостоятельности и терпимости в условиях диалога и взаимопонимания.

Наиболее оптимальной является трехуровневая модель адаптации детей-инофонов к новым для них социокультурным условиям:

- социально-психологическая адаптация;

- учебная адаптация;

- культурная адаптация.

Социально-психологическая адаптация отражает процессы межличностного взаимодействия с одноклассниками, широту и глубину складывающихся внутри

класса связей, а также их гармоничность, удовлетворѐнность ими. Учебная адаптация понимается как усвоение предписываемых норм и ценностей школьного поведения, поддерживающих сложившийся в учебном заведении порядок. Она также подразумевает особенности включения подростков в учебную и воспитательную деятельность, их участие во внеклассной работе. Культурная адаптация предполагает развитие творческих способностей учащихся, знание ими истории и современной жизни принимающего общества, готовность следовать предписываемым подросткам и молодѐжи культурным образцам. Другая сторона этого процесса – включение в местную подростковую и молодѐжную культуру. Оно происходит на фоне трансформации этнической и языковой среды мигрантов.

У прибывающих учеников отсутствуют достаточные для социализации знания об основах российского законодательства, культуры и истории, традиций и норм поведения в быту, то есть они не интегрированы в российское общество.

Все это обуславливает *актуальность и необходимость* нашей работы.

Описание программы

Программа направлена на социально-психологическую адаптацию детей (подростков) из семей мигрантов, обучающихся в ГБОУ СОШ №8 г.о. Чапаевск. Она предусматривает помощь в социальной и психологической адаптации детей-мигрантов:

- развитие навыков межличностного общения учащихся, так как оно является важнейшим фактором социального развития человека;
- воспитание языковой личности, владеющей не только родным языком, но и языками мира, способной к диалогу, любящей и берегущей как государственный, так и родной язык;
- воспитание гражданина, заботящегося о сохранении целостности Российского государства;
- формирование позитивных жизненных целей, что позволит способствовать решению проблемы социализации и интеграции в общество.

Программа реализуется через систему тренинговых занятий, каждое из кото-

рых посвящено определенной теме.

Новизна разработки заключается в том, что программа позволяет сохранять этническую идентичность детей-мигрантов. Программа помогает наладить гармоничные межличностные отношения, повысить коммуникативные способности, скорректировать свое поведение.

Практическая направленность заключается в том, что работа по программе направлена на формирование у обучающихся навыков самопознания, коммуникативной культуры, осознание нравственно-ценностных жизненных смыслов, наработку позитивного поведения, повышение активности и самостоятельности.

Нормативно-правовое основание программы

Программа разработана на основе следующих *документов*:

1. Конвенция ООН о правах ребѐнка.
2. Конституция Российской Федерации (12 декабря) 1993 г.) с учетом поправок, внесенных законами Российской Федерации о поправках к Конституции Российской Федерации от 30 декабря 2008 г. №6- ФКЗ и от 30 декабря 2008 г. №7 – ФКЗ.
3. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации».
4. Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» №124-ФЗ от 24 июля 1998 г.
5. Федеральный Закон Российской Федерации от 24.06.1999 № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних».
6. Федеральный закон Российской Федерации 29.12.2010 №436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию».
7. Федеральный закон Российской Федерации от 18.06.2006 №109-ФЗ «О миграционном учете иностранных граждан и лиц без гражданства».
8. Указ Президента РФ от 01.06.2012 №761 «О Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012 - 2017 годы».
9. Устав образовательного учреждения.
10. Этический кодекс психолога.

Методологическая и методическая основа программы:

1. Принцип учета возрастных особенностей и личностного роста (Л.С.Выготский, А.В.Петровский, А.В. Божович, И.Ю. Кулагина и др.).

2. Принцип деятельностного подхода (А.Н.Леонтьев, С.Л. Рубинштейн и др.).

3. Принцип системного подхода в психологии (Б.Ф.Ломов, К.К.Платонов).

4. Организация активного социально-психологического обучения на основе законов продуктивного межличностного общения (Н.В.Казаринова, В.М. Бодалев и др.).

Цели и задачи программы

Цель программы **-** повышение эффективности процесса социально-психологической адаптации вынужденных мигрантов в новой социокультурной среде.

Задачи программы**:**

- сформировать условия для осознания ребенком (подростком) ответственности за свою судьбу и жизненные выборы, повышения осмысленности жизни;
- повысить уровень коммуникативной компетентности детей;
- развить навыки оценки проблемной ситуации и принятия решения;
- сформировать условия для овладения навыками саморегуляции и преодоления стрессовых ситуаций;
- повысить уровень уверенности в себе;
- развить позитивное самосознание, сформировать толерантное отношение к своей и чужой этнической идентичности;
- разработка программы логопедических занятий с детьми мигрантами по развитию устной русской речи «Учимся говорить по - русски».

Принципы реализации программы:

В основе реализации лежат следующие принципы:

1. Соблюдение интересов ребѐнка.

2. Конфиденциальность.

3. Уважение к национальности, идентичности, родной среде, личности участников.

4. Признание и уважение общечеловеческих ценностей.

5. Взаимное уважение участниками друг друга.

Принципы обеспечиваются взаимной договоренностью участников. Контроль за их соблюдением лежит на ведущем.

Методы оказания психологической помощи, используемые в программе:

- активная эмоциональная поддержка детей;
- поощрение положительных устремлений, активизация внутренних ресурсов
- обучение навыкам регуляции эмоционального состояния;
- обращение к личному опыту учащихся в процессе работы над собой;
- формирование жизненной перспективы.

Программа вариативна, рассчитана на обучающихся 7-17 лет. Это связано с тем, что дети-мигранты, даже учась в школах совместно с «принимающим» населением, зачастую не соответствуют традиционному возрастному делению на классы.

Общая продолжительность программы составляет **34 часа**. Периодичность проведения - 1 раз в неделю, продолжительность занятия – 40 мин в зависимости от количества участников. Состав группы – от 6 до 12 человек. Противопоказанием для участия может являться категорическое нежелание стать участником программы.

Срок реализации программы: 1 учебный год (сентябрь-май).

Программа представляет практическую разработку занятий в виде тренинговых практических заданий, информации по заданной теме и нацелена на оказание специальной помощи обучающимся, направленной на раскрытие внутреннего потенциала личности, активизацию его собственных ресурсов по решению проблем.

При этом могут быть успешно решены следующие группы проблем в развитии ребенка:

· выбор образовательного маршрута (образовательное и личностное самоопределение);

· преодоление затруднений в учебе;

· адаптация детей - анафонов к жизни в школьном социуме;

· личностные проблемы развития;

· сохранение жизни и здоровья;

· расширение пространства досуга.

В процессе развития программы предусматривается ее доработка и корректировка с учетом пожеланий родителей и педагогов.

Ожидаемые результаты

Знания, которые учащимся необходимо приобрести по окончании программы:

- знания о ценности здоровья, жизни человека;
- знания об эффективных способах поведения, общения, решения проблем;
- знания о позитивном восприятии и мышлении.

Умения и навыки, которыми учащимся необходимо овладеть по окончании программы:

- умение принять себя;
- навыки рефлексии, осознания себя;
- навык решения собственных проблем;
- навык эмпатии;
- навык адекватного поведения в мультикультурном обществе;
- умение осознавать и контролировать собственное эмоциональное состояние.

Показателем результата работы является то, что обучающиеся по данной программе демонстрируют меньше отклонений в поведении и обучении. Педагоги и родители в большей степени удовлетворены отношениями с детьми и их сверстниками, а приобретенные навыки позволяют эффективно общаться и справляться с возникающими проблемами.

Степень эффективности программы оценивается через 1-2 месяца после окончания занятий.

Формы контроля эффективности: диагностические тесты, используемые как в начале работы по программе, так и по еѐ окончании; устный опрос педагогов и родителей; наблюдение за детьми в ходе учебного процесса.

Условия реализации программы

Целью системы работы педагогического коллектива с учащимися многонационального коллектива в рамках общеобразовательной школы является конкретная помощь им в адаптации к новым условиям, но в целом – формирование толерантности к обществу, в котором проходит социализация ребенка.

Работа педагогов с учащимися многонационального коллектива в общеобразовательной школе как система взаимодействия развития личности в культурно-исторических условиях общества предполагает определенный характер таких контактов. В связи с вышесказанным актуальным является разработка следующих систем занятий с участниками образовательного процесса:

1) по межличностному общению младших подростков – формирование сплоченности коллектива;

2) по адаптации к новой социокультурной среде для младших подростков-мигрантов (недавно прибывших);

3) по русскому языку как иностранному с элементами психологического тренинга (развитие психических процессов).

Важно отметить, что в начальных классах освоению русского языка как иностранного уделяется большое внимание, поэтому уже в средней школе дети в достаточной мере владеют русским языком. Однако особенность подросткового периода заключается в активной коммуникации между подростками, что напрямую связано с уровнем владения языком и способностью использовать его во взаимодействии с окружающими. Поэтому работа педагога-психолога в средней школе включает в себя помощь учащимся в углублении и расширении знаний русского языка как иностранного. В основном работа проводится факультативно или в процессе тренинговых занятий в образовательном учреждении.

Итоги отслеживаются в ходе индивидуальных бесед с детьми –инофонами, консультациями с педагогами и родителями.

Для детей -инофонов важнейшей является проблема социально-психологической адаптации к новой ситуации, обучения в новой языковой и культурной среде, так как, попадая в школьный мир, ребенок оказывается перед множеством разнообразных выборов, касающихся всех сторон жизни в нем: как учиться и строить свои отношения с учителями, общаться со сверстниками, относиться к тем или иным требованиям и нормам.

В свете обозначенных выше проблем в программе психолого-педагогического сопровождения обучающихся и педагогов (которая является неотъемлемой частью образовательного процесса ОУ), необходимо предусматривать психологическую подготовку учителей, работающих в классах с детьми-инофонами. А так же консультации классных руководителей по проведению занятий по данной программе.

Этапы реализации программы

Программа состоит из трех основных направлений: «Учебная мотивация», «Социально-психологическая адаптация» и «Культурная адаптация».

1 направление: Учебная адаптация.

Главная проблема адаптации в том, что у ребят недостаточное или отсутствие знания языка, хотя именно оно является важнейшим фактором инкультурации и адаптации. Понимание данного факта является решающим в процессе вхождения учеников в социокультурное пространство. Ребѐнку – инофону трудно воспринимать чужой язык, а тем более каждого нового преподавателя с его дикцией и темпом речи. Проблему помогают решать упражнения по овладению ритмом и мелодикой речи на уроках музыки. Когда обучающемуся станет понятна мелодика речи, тогда и науки он сможет воспринимать уже на уроке, а не при помощи зубрѐжки дома. Далее, закономерно встают вопросы владения русским языком, без его знания и понимания ребѐнок-инофон не сможет говорить уже о более сложных предметах, которые ему предстоит осваивать. В учебном плане на русский язык отводится столько же часов, сколько предусмотрено базисном учебным

плане, но на уровне внеурочной деятельности.

Кроме этого школа стремится сформировать гражданскую позицию у обучающихся. На уроках истории учащиеся погружаются в изучение процессов всемирной истории и культуры, учат происхождение религий, государств. Глядя на историческую карту они довольно быстро находят территорию своей малой родины, детям это интересно, а значит, знания лучше обрабатываются из краткосрочной в оперативную, а потом и долговременную. На уроках обществознания ребята рассказывают о значении и истории своего имени, что помогает обучающимся не только заявить о себе как о личности, но и больше узнать о культурах окружающих детей, перенять у них какой-то практический опыт.

Предмет «ОРКСЭ» в рамках преподавания в начальной школе.

Направлен на формирование представлений обучающихся о влиянии мировых религий на разные стороны жизни людей; раскрытие роли религии в жизни общества, мотиваций к осознанному нравственному поведению, основанному на знании культурных и религиозных традиций народов стран СНГ и уважении к ним, а также к диалогу с представителями различных культур и мировоззрений.

В рамках этого предмета планируется: беседы с иеромонахом православной церкви, внеклассные уроки по религиозным праздникам разных религий, работа по обучению детей жизни в многоконфессиональном и многонациональном обществе.

2 направление: Социально-психологическая адаптация.

Индивидуальные и групповые занятия с педагогом-психологом, учителем-дефектологом и учителем – логопедом.

Направлены на формирование личности, способной к активной и эффективной жизнедеятельности в многонациональной и поликультурной среде, обладающей развитым чувством понимания и уважения различных национальных культур.

Работа над грамматическим строем речи и расширением словарного запаса (активного и пассивного).

<u>Беседы с советником по воспитательной работе и классным руководителем.</u>

Направлены на правовое просвещение школьников, профилактику правонарушений и преступлений; формирование установок толерантного сознания и предупреждение проявлений ксенофобии, национализма, антисемитизма, неофашизма в молодѐжной среде; формирование толерантной среды на основе ценностей многонационального российского общества, общероссийской гражданской идентичности и культурного самосознания, принципов соблюдения прав и свобод человека.

3 направление: Культурная адаптация.

<u>Внеурочная деятельность.</u>

Направлена на культурную адаптацию через включение ребенка в творческую деятельность (вовлечение обучающихся в школьные и внешкольные мероприятия (концерты, соревнования, акции, выступления и т.д.)), что обеспечивает формирование базовых навыков устной речи, как ведущего средства общения и познания, повышение темпа развития речи в целом; развитие творческих и коммуникативных способностей обучающихся.

СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ ПРОГРАММЫ:

Организационная работа:

• Диагностика, планирование и коррекция работы по адаптации семей и детей из числа мигрантов;

• организация работы школьных кружков и секций;

• проведение тематических педагогических советов;

• родительский университет;

• социально-педагогическая работа с детьми-мигрантами;

• ведение банка данных обучающихся из семей-мигрантов;

• вовлечение детей-мигрантов во внеурочную деятельность.

Адаптационная работа с семьями и обучающимися из числа мигрантов:

• реализация системы воспитательной работы школы;

• проведение мероприятий (классных, общешкольных) с приглашением специалистов различных служб;

• классные часы;

• профориентационная работа;

• вовлечение детей-мигрантов в кружки, секции;

• выявление причин, способствующих дезадаптации в классном коллективе и в обществе в целом;

• посещение по месту жительства семей мигрантов;

• индивидуальные беседы с детьми-мигрантами и их родителями (законными представителями);

• проведение тренинговых занятий с педагогом-психологом.

• проведение коррекционно-развивающих занятий с учителем – логопедом.

• проведение коррекционно-развивающих занятий с учителем – дефектологом.

• организация консультаций специалистов: педагога-психолога, педагогов.

• вовлечение детей – инофонов во внеурочную деятельность и спортивную жизнь школы, для участия в школьных и внешкольных мероприятиях.

Направления деятельности

Работа с педагогическим коллективом

Межкультурная компетентность - важнейшая профессиональная характеристика, обеспечивающая успешную профессиональную деятельность педагога по языковой и социокультурной адаптации детей -инофонов.

Первая составляющая межкультурной компетентности является универсальной и относится ко всем сферам профессиональной деятельности. Она состоит из четырех компонентов.

1. Межкультурная стабильность. Характеристика педагога, обеспечивающая устойчивость к стрессовым ситуациям межкультурного общения. Это сочетание умения управлять своим эмоциональным состоянием и конструктивного отношения к успехам и неудачам, в том числе в работе с детьми.

2. Межкультурный интерес. Желание общаться с людьми из других культур, интерес к культуре и культурным различиям. Стремление активно включаться в межкультурное взаимодействие.
3. Отсутствие этноцентризма. Установка на уважение и принятие культурного разнообразия. Отношение к культурным различиям как к множеству вариантов при отсутствии превосходства той или иной культуры.
4. Управление межкультурным взаимодействием. Владение широким спектром коммуникативных навыков, важных при межкультурном общении, обеспечивающих подстройку под собеседника из другой культуры и позволяющих договориться с ним.

Обеспечение информационно – методического сопровождения педагогов:

- создание условий профессионального развития педагогов по проблемам формирования и развития языковой, речевой и коммуникативной компетенций на занятиях, в совместной деятельности через семинары – практикумы, консультации, участие в конкурсах, участие в вебинарах, публикации;
- осуществление консультирования педагогов по вопросу сопровождения и обучения детей иностранных граждан, применения диагностического инструментария для определения уровня владения русским языком детей указанной категории, реализации программ дополнительных занятий по обучению русскому языку через индивидуальные и групповые консультации, мастер-классы;
- повышение квалификации педагогов.

Основной стратегической задачей педагога в процессе социокультурной адаптации детей в ГБОУ СОШ №8 г.о. Чапаевск является развитие личности ребенка на основе общечеловеческих и национальных ценностей. Так, в ОО особенно важно:

- выявлять психолого-педагогические особенности обучающихся, для которых русский язык является неродным;
- определять специфику социокультурной и языковой адаптации детей - инофонов в условиях полилингвальной поликультурной среды;
- определять особенности сопровождения в поликультурной среде ОО.

Педагогический работник ОО должен знать:

- что такое социокультурная адаптация, культурные коды, особенности адаптации, ассимиляции, идентичности;
- проблемы социолингвистической адаптации ребенка-инофона в поликультурных коллективах; − в чем состоит языковая адаптация ребенка, проблематику и международный опыт языковой адаптации школьников;
- методы педагогической диагностики для выявления индивидуальных особенностей, интересов, способностей, проблем детей;
- способы педагогической поддержки детей в определении их потребностей, интересов;
- теоретические и методические основы деятельности по сопровождению детей -инофонов, для которых русский язык является неродным;
- способы создания благоприятной психологической обстановки в образовательной организации, способствующей социокультурной адаптации детей, для которых русский язык является неродным;
- методологические основы языковой и социокультурной адаптации детей -инофонов, для которых русский язык является неродным;
- особенности языковой и социокультурной адаптации детей -инофонов в условиях полилингвальной поликультурной среды;
- способы мотивации к языковому развитию и воспитанию в школьном возрасте.

Педагоги ОО должны:

- использовать методические приемы для формирования благоприятного психологического климата, позитивного общения в полилингвальной среде образовательной организации;
- учитывать возрастные особенности детей в процессе сопровождения детей -инофонов в ОО;
- использовать методы педагогической диагностики для выявления индивидуальных особенностей и потребностей детей;
- владеть практико-ориентированными подходами языковой и социокультурной адаптации детей -инофонов, для которых русский язык является неродным;

- владеть методологией поликультурного образования;
- изучать механизмы освоения русского языка как неродного;
- использовать психолого-педагогическую диагностику уровня социокультурной и языковой адаптации;
- способствовать гармоничному развитию личности ребенка в социуме;
- владеть психологической терминологией (психологический стресс, языковой шок, сложная адаптация и др.);
- владеть активными методиками обучения (метод сказки, метод игры, рефлексия как метод развития анализа и синтеза и др.).

Индивидуальное сопровождение несовершеннолетних детей-инофонов

Первоочередной задачей в рамках данного направления является оценка необходимости индивидуального сопровождения таких обучающихся и его формата. Как уже было отмечено выше, дети иностранных граждан и дети с миграционной историей представляют собой крайне разнородную группу, поэтому унифицированный подход в работе с ними нецелесообразен.

Основным механизмом выработки и реализации индивидуальной стратегии сопровождения детей -инофонов является школьный психолого-педагогический консилиум (далее - консилиум), одна из задач которого состоит в выявлении трудностей в освоении образовательных программ, особенностей в развитии, социальной адаптации и поведении обучающихся для последующего принятия решений по организации психолого-педагогического сопровождения.

При первичном обследовании принимается коллегиальное решение консилиума. Данный этап предполагает общий анализ особых образовательных потребностей детей - инофонов, выявление детей, нуждающихся в адресной поддержке, и выработку общей стратегии индивидуального сопровождения каждого такого обучающегося.

В ходе консилиума проводится обсуждение образовательных потребностей каждого ребенка. По итогам консилиума составляется список детей иностранных граждан, нуждающихся в индивидуальном сопровождении, и разрабатывается индивидуальный план для каждого обучающегося.

На последующих этапах проведения консилиума педагоги собирают общую информацию о семейной ситуации и истории развития, анализируют общение ребенка со сверстниками и педагогами, выделяют коммуникативные ситуации, в которых возникали сложности. Педагог-психолог проводит психологическую диагностику эмоционального состояния личности ребенка, определяет уровень его адаптации и общую оценку социальных навыков ребенка.

Второе заседание консилиума предназначено для анализа текущей работы и внесения необходимых корректировок в индивидуальный план. ШППк проводится не позднее трех месяцев после первого.

Итоговый консилиум проводится в конце учебного года и предполагает анализ проделанной работы и оценку ее эффективности.

Подготовка ко второму и третьему консилиумам предполагает мониторинг языковой и социокультурной адаптации детей -инофонов, включающий оценку удовлетворенности особых образовательных потребностей.

Психолого-педагогическое сопровождение детей -инофонов

Психолого-педагогическая поддержка языковой адаптации

Возрастные особенности детей диктуют особые подходы к реализации программы.

На начальном этапе обучения ребенка в ОО следует создать оптимальные условия для формирования фонетико-фонематических навыков. Кроме того, для формирования начальной готовности ребенка к освоению русского языка важно использовать комплекс взаимосвязанных мер мотивационного и интеллектуально-деятельностного направления. Для этого необходимо следующее:

- выстроить педагогическую деятельность в соответствии с выбранной моделью работы с детьми, не владеющими русским языком;
- сформировать у детей позитивную мотивацию на овладение русской речью;
- последовательно реализовывать дифференцированный индивидуальный подход в соответствии с уровнем речевого развития детей на родном языке и особенностями систем контактирующих языков;

- осуществлять консультационную работу и информирование родителей при обучении и воспитании детей, для которых русский язык неродной;
- организовывать текущий контроль и коррекцию процесса развития, воспитания и обучения детей.

Анализ механизма усвоения русского языка при внедрении современных моделей для успешной адаптации детей, для которых русский язык является неродным, позволяет выявить наиболее оптимальные подходы к решению проблемы. При этом учитываются наиболее благоприятные условия предметно-развивающей среды, созданные в ОО, которые предусматривают:

- социокультурное пространство окружающего социума;
- разнообразные виды деятельности (дополнительное образование, общение и др.);
- саморазвитие ребенка, практическая самореализация его способностей;
- особенности семьи ребенка, ее традиции и культуру.

Рекомендуемые методики для успешной адаптации детей, для которых русский язык является неродным:

- стимулирование и мотивация деятельности и поведения: игра, ситуации успеха, поощрение, коррекция речевой деятельности; − организация деятельности детей (организованное обучение), совместная и самостоятельная деятельность: игра, упражнения, проблемная ситуация, эксперимент, моделирование;
- контроль эффективности образовательного процесса: целенаправленное и систематическое наблюдение, анализ и оценка результатов деятельности.

Средства, в том числе экстралингвистические для успешной адаптации детей, для которых русский язык является неродным:

- установление первичного доброжелательного контакта с ребенком, при котором важную роль играют жесты, мимика, действия педагогического работника ОО;
- изменение темпа речи, использование педагогическим работником ОО упрощенных речевых конструкций для лучшего понимания ребенком обращенного к нему высказывания;

- повторы слов и фраз, их четкое произнесение, а иногда и утрированная правильная артикуляция;
- учет уровня владения русским языком каждого конкретного ребенка;
- постепенное усложнение речи педагога.

Формы занятий для успешной адаптации детей, для которых русский язык является неродным:

- групповые и индивидуальные;
- самостоятельная речевая активность детей;
- консультативная работа с родителями.

Психолого-педагогическая поддержка эмоционального благополучия

Данная работа строится вокруг преодоления последствий культурного шока, проявляющегося в следующих психологических симптомах:

- напряжение, сопровождающее усилия, необходимые для психологической адаптации;
- чувство потери или лишения (статуса, друзей, родины);
- чувство отверженности и отвержения со стороны принимающего общества;
- сбой в ролевой структуре (ролях и ожиданиях), путаница в самоидентификации, ценностях, чувствах;
- чувство тревоги, основанное на различных эмоциях (удивление, отвращение, возмущение, негодование), возникающих в результате осознания культурных различий;
- чувство бессилия, неполноценности в результате осознания неспособности справиться с новой ситуацией.

Психолого-педагогическая поддержка и социально-педагогическое сопровождение освоения социальных навыков

Основные направления данной деятельности:

- ознакомление ребенка с повседневной организацией жизни в классе, его расписанием, организация мониторинга понимания ребенком заданий и поручений педагогов;
- создание в классе такой обстановки, чтобы дети -инофоны могли ошибаться, не испытывая страха показаться смешными;

- обучение несовершеннолетних, недостаточно владеющих русским языком, способам, которыми они могут помочь педагогам и одноклассникам понять, что было ими сказано, используя картинки, жесты и письменную речь;
- обучение вопросам, которые обучающиеся могут задавать для уточнения и для подтверждения правильности их понимания;
- использование ролевого тренинга, направленного на отработку социальных навыков, являющихся наиболее важными для общения в конкретной социокультурной среде.

Психолого-педагогическая поддержка и социально-педагогическое сопровождение освоения культурных правил и норм, необходимых для успешного включения в образовательное пространство ОО

Освоение культурных правил и норм реализуется через правильную организацию повседневного межкультурного взаимодействия. Это построение образовательной деятельности, обеспечивающей реальное позитивное взаимодействие между детьми из разных культур, между детьми -инофонами и представителями принимающего общества.

С точки зрения оптимизации социализации и психологической адаптации несовершеннолетних также целесообразно расширить возможности их общения с ровесниками. Важно вовлекать ребенка в систему дополнительного образования (посещение кружков, секций) и внеурочную деятельность.

Освоение культурных правил и норм более успешно, если дети - инофоны включены в активную проектную деятельность, а также в любые виды творческой деятельности, позволяющие выявить их таланты и раскрыть их возможности: общешкольный день проектов, день самоуправления, театр, ансамбль, кружки, выставки, школа волонтеров, подготовка праздников, экскурсии, поездки и т.д. Такая деятельность способствует повышению их статуса в среде сверстников.

Важно учитывать сложность точного вербального оформления правил и норм поведения, принятых в российском обществе; отсутствие эталона и ориентиров в данной области (своеобразного кодекса поведения).

Взаимодействие с семьями воспитанников

Важной составляющей индивидуальной поддержки ребенка-инофона является работа с его родителями. Педагоги устанавливают контакт с родителями, чтобы узнать их потребности и интересы, связанные с обучением.

Большое значение имеет сотрудничество с родителями в плане освоения ребенком русского языка. Категорически не следует требовать от родителей говорить с ребенком дома только по-русски, это противоречит принципу бикультурности и билингвизма. Целесообразно проанализировать языковую ситуацию в семье (на каком языке говорят все члены семьи) и совместно с родителями выработать меры поддержки русского языка: читать ребенку вслух книги на русском, смотреть вместе и обсуждать фильмы, выделить час в день, когда дома будут говорить только по-русски и т.п.

Интеграция родителей из числа иностранных граждан осуществляется через разнообразные формы, в том числе и совместной работы с родителями и детьми: родительские собрания, родительские клубы, выездные лагеря, экскурсии, иные неформальные мероприятия. Следует привлекать родителей детей -инофонов к участию в жизни класса и родительского сообщества, причем по максимально широкому кругу вопросов, не ограничиваясь этнокультурной тематикой.

Таким образом, происходит транслирование детям и взрослым образцов поведения, ценностей и норм принимающего общества.

Эффективность сотрудничества ОО и семьи в организации адаптации и обучения детей, русский язык для которых не является родным, может быть обеспечена при условии единства в понимании взрослыми сущности образовательной деятельности, ее роли в развитии ребенка. В связи с этим важное место в ОО занимает обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

Цели и задачи:

- установление контакта с родителями вновь прибывшего ребенка, объяснение задач, составление плана совместной работы, осуществление индивидуальных консультативных бесед;

- формирование у родителей установки на сотрудничество и умения принять ответственность в процессе анализа языковых проблем ребенка;
- формирование у родителей интереса к получению знаний и практических умений по воспитанию и социализации ребенка, для которого русский язык является неродным;
- проведение совместного с родителями анализа промежуточных результатов, разработка дальнейших этапов работы;
- оценка результатов деятельности, отслеживание положительной динамики в деятельности ребенка, для которого русский язык является неродным.

Задачи педагога:

- определение содержания и форм работы с родителями;
- использование различных форм сотрудничества и совместного творчества с родителями детей, исходя из индивидуально-дифференцированного подхода к семьям;
- установление с родителями доброжелательных отношений, делового сотрудничества в целях быстрой социализации и адаптации ребенка в процессе освоения русского языка;
- оказание практической и теоретической помощи родителям детей, для которых русский язык не является родным, через трансляцию основ теоретических знаний и формирование умений и навыков практической работы с детьми в области социолингвистической адаптации.

Эффективное взаимодействие педагогического и родительского коллектива базируется на создании общей установки на решение задачи социальной адаптации ребенка к школе с учетом особенностей семейного воспитания, связанных с национальной традицией. В связи с этим необходимо для родителей (законных представителей) детей, не владеющих русским языком, организовать в ОО консультационную помощь. Для налаживания контакта при первом знакомстве с семьей воспитанника родителям (законным представителям) вручается Памятка, которая содержит необходимую первичную информацию.

По результатам анкетирования в дальнейшем организуется взаимодействие педагогов с родителями по обмену информацией. На данном этапе важно показать

значимость семейного воспитания и сделать комфортным общение родителей с педагогическим коллективом ОО.

Создание атмосферы взаимопонимания и взаимосотрудничества с семьей ребенка определяется несколькими этапами взаимодействия.

Первый этап — формирование у родителей установки на совместное решение задачи социальной адаптации ребенка к ОО. Педагогу необходимо дать родителям полезную информацию о содержании работы с детьми в ОО, сформировать в сознании родителей положительное впечатление об организации, где будет находится их ребенок, продемонстрировать виды воспитательной работы коллектива ОО с детьми, установить партнерские отношения с семьями воспитанников.

Второй этап — знакомство педагогов и родителей с национальными особенностями воспитания детей в России и в родных странах/регионах семей. Необходимость данного этапа обусловлена тем, что у разных народов свои национальные особенности социальной жизни и культуры, свои обычаи, традиции, социальные установки и ценностные ориентации. Без глубокого осознания народной (этнической) природы воспитания не может быть взаимной толерантности взрослых участников образовательного процесса; нахождения подхода к ребенку со стороны педагогов, тактичного его педагогического сопровождения; компетентного ознакомления детей с национальной культурой. Именно семья и педагоги ОО имеют решающее значение, как в трансляции этнокультурной информации, так и в становлении этнотолерантных установок у школьников.

Третий этап — реализация единого согласованного индивидуально - ориентированного сопровождения ребенка, русский язык для которого не является родным. Этот этап необходим для преодоления, прежде всего языковых трудностей в освоении нового социального опыта, а также ценностных ориентаций и культурных традиций, для вхождения в группу сверстников и гармонизации отношений, преодоления межличностного и межгруппового отчуждения. Данный этап рассматривался как основной, ориентированный на достижение социальной адаптации детей к школе. Для достижения взаимопонимания и взаимоподдержки педагогов и родителей (законных представителей) детей, не владеющих русских язы-

ком, рекомендуется проводить различные мероприятия, к организации которых привлекаются родители ребенка: праздники, досуги, развлечения

Взаимодействие педагогов и родителей в организации адаптационного периода понимается как совместная, взаимодополняющая деятельность, в которой каждый из субъектов взаимодействия в полной мере использует потенциал ОО и семьи для решения общей задачи – помощи ребенку в социальной адаптации, гармонизации отношений с окружающими. Для эффективного взаимодействия педагогов и родителей в процессе адаптации ребенка необходимо использовать педагогические технологии:

- создание общей установки на совместное решение задачи социальной адаптации ребенка в ОО;
- взаимное ознакомление с национальными особенностями воспитания детей в России и в родных странах/регионах их семей;
- реализация единого согласованного индивидуально-ориентированного сопровождения ребенка, для которого русский язык является неродным, с целью преодоления трудностей в освоении нового социального опыта, ценностных ориентаций и культурных традиций, для вхождения в группу сверстников и гармонизации отношений, преодоления межличностного и межгруппового отчуждения.

Таким образом, психолого-педагогическое сопровождение ребенка, в семье которого русский язык является неродным, в организации его социальной адаптации в ОО предполагает работу с детьми и их родителями всех специалистов образовательного учреждения.

Кадровое обеспечение.

Для организации продуктивной коррекционной работы необходимо создание следующих условий:

- комплексная работа и взаимодействие педагогов, специалистов, родителей;
- своевременное и поэтапное включение детей - инофонов в новую социокультурную среду;
- коммуникативный принцип обучения;

- учет специфики двух языков, особенностей двух культур, своеобразия речевой среды ребенка;
- создание психологически комфортного для ребенка климата в социуме;
- систематичность и последовательность обучения;
- формирование социальных качеств ребенка и его гражданское воспитание через ознакомление детей с литературой, историей, культурой.

Классный руководитель:

- выявление семей иностранных граждан;
- выявление лиц с девиантным поведением из числа мигрантов;
- комплексное анкетирование родителей по выявлению потребностей в образовательных и оздоровительных услугах для обучающихся - инофонов;
- выявление уровня родительских требований к общему образованию детей;
- дни открытых дверей;
- консультирование; педагогов по вопросу сопровождения и обучения детей – инофонов;
- выявление степени удовлетворенности родителей образовательными услугами ОО.

Педагог-психолог:

- психологическая диагностика;
- определение социального статуса и микроклимата семьи: анкеты для классных руководителей, учителей и родителей, беседы с детьми, изучение рисунков по теме «Моя семья» (метод социометрии в рамках семьи);
- определение «проблемных зон» развития ребенка и пути их решения;
- повышение психологической культуры взаимодействия всех участников образовательных отношений;
- совершенствование стиля общения с родителями;
- психологическое консультирование;
- проведение индивидуальных и групповых занятий;
- разработка и оформление рекомендаций другим специалистам и родителям по организации работы с ребенком с учетом данных психологической диагностики.

Учитель-логопед:

- диагностика;
- коррекция и развитие речи;
- проведение индивидуальных и подгрупповых занятий;
- проведение развивающих игр, направленных на понимание русских слов;
- разработка рекомендаций другим специалистам по использованию рациональных логопедических приемов в работе с ребенком.

Учитель-дефектолог:

- диагностика;
- проведение индивидуальных и подгрупповых занятий;

Учитель физической культуры*:*

- создание условия для занятий спортом и участия в спортивной жизни школы
- консультационная помощь по заявленным проблемам, беседы.

Календарно-тематическое планирование коррекционного курса

№ п/п	№ темы	Тема	Кол-во часов		Всего
			теор.	практ.	
1	1	Знакомство, установление правил, создание рабочей атмосферы	0,2	0,8	1
2	2	Сплочѐнность групп, закрепление правил	0,5	1,5	2
3-4	3	«Кто я?» Формирование позитивного отношения к себе	0,5	1,5	2
5-6	4	Эмоции. Виды эмоций	0,5	1,5	2
7-8-9	5	Учимся управлять своими эмоциями	1	2	3
10	6	Умение слушать		1	1
11-13	7	Виды и формы общения	1	2	3
14-15	8	Мир через общение «Я здесь»	0,5	1,5	2
16-17	9	Упражнения на развитие коммуникабельности	1	1	2
18-19	10	Упражнения на развитие толерантности	0,5	1,5	2
20-21	11	Упражнения на развитие толерантности	0,5	1,5	2

22-23	12	Упражнения на развитие коммуникабельности		1	1
24-25	13	Упражнения на развитие толерантности		2	2
26	14	Упражнения на развитие толерантности		1	1
27	15	Упражнения на развитие толерантности		1	1
28	16	Упражнения на развитие толерантности		1	1
29-30	17	Упражнения на развитие толерантности		2	2
31-32	18	«Жизненные цели». Постановка и согласование целей		2	2
33	19	Итоговое занятие. «Чего я достиг?»		1	1
34	20	Диагностика		1	1
ИТОГО:			6,2	27,8	34

Содержание программы коррекционного курса

Предлагаемая программа направлена на адаптацию детей-инофонов в ОУ развитие коммуникативной культуры подростков. Темы занятий отражают личные проблемы детей данного возраста, поэтому они могут использоваться для всех школьников в качестве профилактики неблагоприятных процессов. На занятиях подростки получают знания о том, как общаться с представителями другой национальности, упражняются в применении приемлемых способов поведения, овладевают навыками эффективного общения.

Данный курс помогает приобрести знания об образе жизни обычаях нравах в системе этнокультурных свойств того или иного народа, наладить адекватные межличностные взаимоотношения, повысить коммуникабельность, укрепить уважение к окружающим и чувство собственного достоинства, скорректировать свое поведение.

В процессе проведения занятий ведущий следит за отношениями участников, старается предупреждать ситуации, ведущие к возникновению конфликтов, формирует дружеские взаимоотношения среди детей.

Структура занятий

Каждое занятие включает в себя следующие этапы:

• Приветствие. Ритуал, как правило, придумывается группой на первом занятии. Целью проведения ритуала является сплочение группы, настрой на работу, создание группового доверия.

• Вводная часть, актуализирующая жизненные знания и имеющийся у детей опыт (в этой части используются разминочные психологические упражнения). Цель вводной части: включение участников в работу, эмоциональный разогрев, создание условий для обращения подростков к своему внутреннему миру. Вводная часть не должна быть затянута по времени и продолжается - в зависимости от сложности вопроса, который обсуждается - не более 10-15 минут.

• Основная часть, направленная на формирование новых представлений (теоретическая часть, ролевые игры, творческие этюды, ответы на вопросы или совместное обсуждение возникающих проблем и др.).

• Заключительная часть включает отработку личных стратегий поведения (способы решения проблемных ситуаций) и осмысление полученного опыта; проведение рефлексии.

Основная задача ведущего - создать условия, необходимые для активной, самостоятельной работы каждого участника.

Перед началом программы проводится диагностика.

Занятие 1. Знакомство, установление правил, создание рабочей атмосферы

Необходимые материалы: бумага, цветные карандаши, фломастеры, ножницы и скотч, игрушка - «талисман группы», ватман, маркер; записи музыки для разминки.

Ход занятия

1. *Приветствие.* Выработка ритуала приветствия, включающего элементы рефлексии.

Вводное слово (цель - информирование участников группы о целях и форме занятий). Краткое выступление ведущего.

Упражнение 1 «Паутина»

Цель: раскрепощение с целью создания благоприятного климата в группе.

Материал: клубок ниток.

Инструкция: У каждого из вас сейчас есть возможность назвать свое имя, сказать, как бы вам хотелось, чтобы вас называли в этой группе и рассказать что-нибудь о себе. Например, чем любите заниматься, есть ли хобби, любимая музыка и т.д.

Игру начинает ведущий. Рассказав о себе, он перебрасывает клубок другому участнику, при этом зажав конец нити рукой. Таким образом, все участники оказываются в паутине, связанные между собой.

Рефлексия: какие чувства испытывали, когда рассказывали о себе? Трудно ли было рассказывать о себе? Если да – то почему?

Упражнение 2 «Бинго!»

Цель: получение информации о членах группы, развитие коммуникативных навыков**.**

Каждому участнику выдается «бинго» – формуляр. (см. приложение 1)

Каждый игрок находит участника, соответствующего одной из характеристик и просит поставить свою подпись в нужной клетке. Первый, кто соберет 10 подписей (кроме своей), должен крикнуть «Бинго!»

Рефлексия: трудно ли было выполнять задания? Если да, то почему?

Упражнение 3 «Чем ты мне нравишься!»

Цель: повышение внутригруппового доверия и сплоченности.

Процедура проведения: Участники группы стоят в кругу. Ведущий приглашает в круг одного из участников, на основе какой-либо симпатии. Например: «Света, выйди, пожалуйста, ко мне, потому что мне нравится твой оптимизм, или ты хорошо сегодня выглядишь…». 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.

Рефлексия:

– Как вы себя чувствовали, когда делали друг другу комплементы?

– Было ли у вас несколько вариантов ответа, так что приходилось выбирать?

Упражнение 4 «Подарок»

Цель: закрепление положительного эмоционального настроя

Инструкция группе: «Пусть каждый из вас по очереди сделает подарок своему соседу слева (по часовой стрелке). Подарок надо сделать (вручить) молча (невербально), но так, чтобы, ваш сосед понял, что вы ему дарите. Тот, кто получает подарок, должен постараться понять, что ему дарят. Пока все не получат подарки, говорить ничего не надо. Все делаем молча»

Когда все получат подарки (круг замкнется), тренер обращается к тому участнику группы, который получил подарок последним, и спрашивает его о том, какой подарок он получил. После того как тот ответит, тренер обращается к участнику, который вручал подарок, и спрашивает о том, какой подарок он сделал. Если в ответах есть расхождения, нужно выяснить, с чем конкретно связано непонимание. Если участник группы не может сказать, что ему подарили, можно спросить об этом у группы.

Рефлексия.

1. Какие трудности у вас возникли при выборе подарка?
2. Какие чувства вы испытывали при передаче подарка вашему партнеру?
3. Легко ли вам было понять, какой подарок подарил вам ваш партнер?
4. Совпадали ваши ожидания с подарком или нет?

Выходная рефлексия:

- с каким настроением, сегодня пришли и с каким уходите?
- было ли вам интересно и что понравилось лучше всего?
- что вы узнали нового? Какие будут пожелания участникам группы

Упражнение 5. «Постройтесь по...» *(цель - развитие сплоченности группы через минимальный физический контакт)*. Необходимо построиться в шеренгу по какому-то признаку: по цвету волос (от самого светлого до самого темного), цвету глаз, дате рождения и т. д. В первых построениях можно разговаривать, потом накладывается запрет на произнесение слов. При этом важно соблюдать условие: психолог идет «проверять» правильность выполнения задания тогда, когда в шеренге все взяли соседей под руки.

2. *Установление правил (цель - регламентирование работы на основе добровольно принятых правил)*. Обсуждаются трудности, возникшие в предыдущих

заданиях. На их основе вырабатываются правила работы группы, которые помогут в дальнейшем избегать таких ситуаций, например:

- соблюдать конфиденциальность – без разрешения других участников не рассказывать о происходящем. Говорить можно только о себе и своих действиях;
- говорить по одному (может быть, как правило «талисмана» - говорит только тот, у кого в руках в этот момент находится игрушка);
- не перебивать того, кто говорит;
- не применять физическую силу в адрес других;
- никого не оскорблять, не дразнить и т. д., относиться с уважением друг к другу, к национальности, традициям, обычаям друг друга и пр.

Кроме того, оговаривается, что в некоторых упражнениях будет использоваться правило «Стоп!» («В этой игре я не участвую»).

Правила записываются на листе ватмана, который постоянно висит на стене во время всех последующих занятий группы. Все расписываются на нем: «Согласен соблюдать!».

3. *Рефлексия (цель - ассимиляция опыта).* Обсуждение итогов занятия: круг «Новое и важное для меня». Выработка ритуала завершения занятий, включающего элементы рефлексии («новое и важное для меня»), его проведение.

Занятие 2. Сплоченность группы, закрепление правил

Необходимые материалы: игрушка-талисман, мел, доска; записи разминочной музыки.

Ход занятия

1. *Ритуал приветствия (цель - включение в работу).*

Упражнение 1. «Зачем нужны правила» *(закрепление правил и принятие ответственности за их соблюдение).* Группа делится на пары (подгруппы) по числу правил, выработанных на прошлом занятии. Каждая подгруппа получает задание обыграть доставшееся ей правило по принципу «Что будет, если его не соблюдать». Готовые сценки представляются остальным. Можно устроить просмотр с угадыванием изображаемого правила. Просмотр заканчивается обсуж-

дением. По окончанию задания правила, по желанию ребят, могут быть дополнены.

Игра 2. «Стулья» *для развития сплоченности группы, формирования мотивации групповой работы, развития эмпатии.* Все участники закрывают глаза. Каждый берет в руки стул. Необходимо в абсолютной тишине построить посреди помещения заданную фигуру (круг, треугольник, букву «А» и т. д.) из стульев, и так же, с закрытыми глазами, отойти к стене. По сигналу ведущего глаза можно открыть и посмотреть на содеянное. По ходу упражнения проводятся мини-обсуждения, в которых выясняется, что «виноватых» в том, что «ничего не получается», нет - «не получается» у группы, ничей стул не стоит в идеально правильной фигуре.

Игра заканчивается тогда, когда подросткам удается достигнуть сколько-нибудь положительного эффекта (для удобства отслеживания динамики получившиеся фигуры зарисовываются на доске). В итоговом обсуждении акцент делается на необходимости правил и важности их соблюдения.

Проявления раздражения и агрессии со стороны отдельных ребят в адрес других регулируются на основе правил.

Упражнение 3. «Скала» *(развивает сплоченность группы через физический контакт, содействует закреплению правил групповой работы).* Выбирается водящий. Его задача - пройти через непролазные скалы, изображенные другими участниками группы. Они встают вдоль нарисованной на полу мелом черты в различных позах. Черта символизирует обрыв. Задача водящего - пройти вдоль шеренги ребят («скалы») и не свалиться при этом в «пропасть». «Скала» не должна двигаться, толкаться или помогать. В случае неудачи подросток начинает путь сначала. Ведущий может его подстраховывать, помогать. Прошедший маршрут становится «скалой» в конце шеренги, после чего выбирается новый водящий. В роли водящего должен побывать каждый. Обсуждается самочувствие во время выполнения упражнения (в обеих ролях), акцентируется роль группы в успешности прохождения дистанции каждым конкретным человеком.

Агрессивные проявления пресекаются согласно правилам, обсуждаются на итоговом кругу; такие участники требуют особого внимания со стороны психолога. Работает правило «Стоп!»

2. *Ритуал завершения занятия (цель - ассимиляция опыта, выход из занятия).* Во время рефлексии напоминается цель групповой работы для того, чтобы связать опыт, полученный на занятии, со «стратегическими» целями работы.

Занятие 3. «Кто я?» Формирование позитивного отношения к себе

Необходимые материалы: бумага, цветные карандаши или фломастеры, стулья, ножницы и скотч, игрушка - «талисман группы», ватман, картинки – изображения животных или птиц, предметов, зданий, продуктов, погодных явлений и пр, фотографии детей; записи музыки для разминки.

Ход занятия

1. *Ритуал приветствия (цель - включение в работу).*

Упражнение 1. «Какой Я?»

Цель: осознание своего актуального «Я», выявление сильных и слабых сторон своей личности, осознание перспективы личностного развития.

Инструкция:

Этап 1. На листке бумаги напишите вопрос: «Какой Я?» Ответы запишите в столбик, делая акцент на морально-нравственные качества. Пишите то, что приходит в голову, это могут быть слова, фразы, предложения. Таких характеристик-ответов должно быть не менее 10-15.

Этап 2. Прочитайте то, что вы написали о себе. Теперь из 15 определений выберите 5-6 наиболее важных, тех, которые характерны для вас. Подумайте, может быть некоторые характеристики вы сможете объединить в одну общую. Запишите их.

Этап 3. Теперь сядьте поудобнее, расслабьтесь, закройте глаза и представьте, что наступила волшебная ночь. За эту ночь исчезли все препятствия на вашем пути. Все стало возможным, достижимым. Какими вы видите себя? Откройте глаза и запишите 5-6 своих характеристик из воображаемого будущего. Итак, какими бы вы стали, если бы все было возможно?

После выполнения всех этапов задания предлагается рассказать, как выполнялись все 3 этапа упражнения, какие возникли чувства, мысли.

Упражнение 2. «Я хороший» *(цель: актуализация и позитивизация образа Я).* Каждый участник, обращаясь к соседу, говорит: «Я хороший, потому что…. Чего и тебе желаю». Сосед благодарит его за пожелание и в свою очередь произносит то же, обращаясь к следующему. Необходимо сделать хотя бы два круга. В случае затруднений подростку помогают остальные участники.

Упражнение 3. «Самоценность» *(цель: позитивизация Я-концепции подростка).*

Ведущий: «Каждый из нас представляет собой ценность. Мы отличаемся друг от друга своей индивидуальностью, личными достижениями, целями и многим другим. О своей ценности мы узнаем от других людей. Сейчас необходимо будет взять лист бумаги и в центре нарисовать круг, в котором написать букву «Я».

Участники выполняют задание.

Ведущий: «Теперь вокруг этой буквы ты можешь нарисовать столько кружочков, сколько захочешь, а в них ты напишешь имена тех людей, которые говорили тебе о твоей индивидуальности и ценности. От каждого кружочка к своему «Я» проведи стрелки. Используй для этого разные цвета, чтобы передать свои чувства.

А теперь вспомни, пожалуйста, что тебе говорили все эти люди и кратко напиши рядом со стрелками, направленными от них.

У тебя получилась карта самоценности. Давай оживим ее. Я помогу тебе. Ты сядешь на стул, который будет стоять в центре класса. Вокруг мы поставим стулья, как нарисованы кружочки на твоей карте. Я по очереди буду садиться на эти стулья, обозначать написанное тобой имя и говорить фразу, идущую к тебе от этого человека. Слушай внимательно. Твоя задача ощутить свою ценность».

Обсуждение:

- Что такое самоценность?

- Какими цветами ты обозначил стрелки идущие от других к тебе и почему?

- Опиши свои чувства, когда ты сидел на стуле и слушал, что говорили о твоей ценности разные люди?

2. Разминка. **Упражнение 4. «Паровозик».** *(цель: снятие напряжения, эмоциональная разрядка, формирование позитивного отношения друг к другу).*

Учащиеся выстраиваются в цепочку и держатся друг за друга, изображая вагоны. Стоящий впереди – «паровоз»-ведущий. Под музыку вся цепочка движется в разных направлениях. Задача «паровоза» - «потерять» по пути часть вагонов. Задача «вагонов» - не допустить распадания цепочки. Затем ведущие меняются.

Упражнение 5. «Метафорический автотопортрет» *(цель: актуализация и выражение чувств (в том числе связанных с самоотношением), исследование и укрепление Я-концепции).*

Детям предлагается выбрать ряд картинок по принципу игры в ассоциации. Если бы я был растением (животным, книгой, вещью, зданием, продуктом и др.) то я был бы… Ассоциативные картинки могут отражать различные состояния: злости, обиды, гнева, радости, счастья. Например: Я-агрессивный – нападающее животное, отражающее мое состояние; Я-счастливый – яркое солнышко и т.п. Затем на листе ватмана, в центре подросток располагает свою реальную фотографию. Вокруг нее он располагает ассоциативные картинки.

Обсуждение. При использовании данного упражнения в группе целесообразно обсуждение проводить в парах. Дети делятся на пары, обмениваются метафорическими автопортретами и проговаривают свои чувства и мысли.

6. *Рефлексия (цель - ассимиляция опыта).* Обсуждение итогов занятия: круг «Новое и важное для меня».

Занятие 4. Эмоции. Виды эмоций.

Необходимые материалы: бумага, карандаши или ручки для записи; стулья; игрушка - «талисман группы»; ватман, картинки – изображения людей, испытывающих различные эмоции – радость, грусть, страх и пр; записи музыки для разминки.

Ход занятия

1. Ритуал приветствия (цель - включение в работу).

2. Разминка. Упражнение «Путаница» (цель: создание рабочего настроения, эмоциональная разрядка, формирование позитивного отношения друг к другу). Участники закрывают глаза и хаотично перемещаются в пространстве. По сигналу ведущего, не открывая глаз, нужно взяться за руки с соседями. Ведущий следит, чтобы каждый участник взял за руки двух разных людей, а не одного и того же. Ведущий предлагает всем открыть глаза и, не отпуская рук, распутаться, чтобы оказаться в кругу. Разрешается «прокручивать шарниры» - поворачивать кисти друг относительно друга. В результате может получиться один большой круг или несколько маленьких, некоторые участники могут быть обращены внутрь круга, а другие – наружу.

Обсуждение:

- что помогло выполнить упражнение?
- что создавало препятствия?
- какие эмоции возникли при этом?

Упражнение 1. «Мои эмоции» *(осознание и актуализация чувств)*. Ведущий предлагает участникам вспомнить ситуации, в которых они испытывали различные чувства. Ведущий делает вывод о том, что человеку свойственно испытывать разные эмоции, это не должно никого удивлять или пугать. Многие считают, что есть эмоции престижные (радость, удовольствие, восхищение и т.п.) и непрестижные (страх, горе, гнев). Люди охотно демонстрируют «престижные» и скрывают «непрестижные» эмоции.

3. Информационный блок (цель: информирование участников о понятии, видах и роли эмоций в нашей жизни).

Определение понятий. Эмоции и чувства отражают переживание человеком своего отношения к окружающему миру, другим людям, к самому себе. Эмоции - непосредственные реакции человека на предметы и явления. Чувства отличаются большей степенью устойчивости и обобщенности, включают несколько эмоций.

Функции эмоций и чувств: регуляция поведения, стимулирование развития, облегчение взаимопонимания (здесь уместно ввести понятие «эмпатия»).

Основные эмоции человека: интерес, радость, удовольствие, удивление, печаль, гнев, отвращение, презрение, страх, тревога, смущение, стыд.

Участникам демонстрируется разнообразный иллюстративный материал, изображающий людей, выражающих определенные эмоции. Ведущий демонстрирует материал сразу и/или пускает по кругу. Участники выдвигают гипотезы о том, какие эмоции отражены на этих картинках и в каких деталях мимики они выражаются.

Упражнение 2. «Угадай эмоцию» *(цель: развитие навыков восприятия невербальной информации, отражающей эмоциональные состояния человека).* Ведущий просит участников написать на небольших листочках бумаги название каких-либо эмоций и сложить их несколько раз. Все листочки опускают в шапку и перемешивают. Каждый участник вытаскивает по одному листочку. После того как листочки разобраны, группа придумывает «дежурную фразу» (или выбирает еѐ из художественного произведения или стихотворения. Ведущий предлагает сидящему слева от себя выразить мимикой и позой доставшуюся эмоцию и произнести с соответствующей интонацией «дежурную фразу». Остальные участники предполагают по очереди, какая эмоция демонстрировалась. Когда все выскажутся, тот, кто демонстрировал эмоцию, называет еѐ. Когда демонстрация закончится, ведущий подводит итог: насколько успешно участникам удалось угадывать демонстрировавшиеся эмоции и насколько успешно они обычно понимают чувства других людей.

Упражнение 3. «Аплодисменты» *(цель: формирование позитивного отношения к себе, положительное подкрепление участников).* Аплодисменты - это атрибут успешности, передающий положительный эмоциональный заряд участникам тренинга. Всем предлагается встать в круг, один из желающих выходит в центр круга, остальные бурно ему аплодируют. Он благодарит группу (говорит спасибо, кланяется и т.п.) и возвращается в круг. После этого выходит следующий участник.

7. *Рефлексия (цель - ассимиляция опыта).* Обсуждение итогов занятия: круг «Новое и важное для меня».

Занятие 5. Учимся управлять своими эмоциями.

Необходимые материалы: бумага, ручки или карандаши для записей, стулья, записи музыки для разминки.

Ход занятия

1. Ритуал приветствия (цель - включение в работу).

2. Разминка. **Упражнение 1. «Шурум-бурум»** *(цель: развитие умения выражать свои чувства и понимать чувства других).* Дети передают по кругу мячик, а вместе с ним - заданное ведущим момент чувство. Выражать это чувство можно мимикой, жестами, интонациями и специальным словосочетанием. Например: «о-го-го» (удивление), «шурум-бурум» (злость), «мур-мур» (нежность), «э-э-эх» (разочарование), «ну-ну» (недовольство) и т.д.».

3. Информационный блок «Польза и вред эмоций» (цель: знакомство участников с ролью и значением эмоций в жизни человека). Ведущий обращает внимание участников на то, что каждая эмоция может быть полезна человеку, либо вредить ему. Пример: страх. Вред страха – удерживает человека от того, что иногда необходимо сделать. Польза страха – позволяет человеку уберечься от лишнего риска. Так же можно рассмотреть и остальные эмоции. Можно предложить участникам группы, разделиться на микрогруппы по 2-3 человека и сделать тоже, но самостоятельно со следующими эмоциями: гнев, стыд, скука, радость.

4. Групповая дискуссия (цель: осознание возможности и необходимости управления своими чувствами). Ведущий предлагает участникам обсудить следующие вопросы: «Можно ли управлять своими эмоциями? Что необходимо, чтобы владеть своими эмоциями? Надо ли их подавлять?». Ведущий делает вывод, что эмоции гнева, раздражения, злости – нормальные человеческие чувства, которые испытывают все люди.

Упражнение 2. «Заготовка дров» *(тренировка навыка выражения чувств, актуализация способов совладания с негативными эмоциями).* Ведущий предлагает участникам стать на некотором расстоянии друг от друга и представить, что они рубят дрова: сложив руки в «замок», как будто удерживая топор, замахнуться и с возгласом «Эх!» «разрубить» очередное полено (важно узнать заранее, всем ли можно выполнять физические упражнения). Через некоторое время (2-3 минуты)

ведущий останавливает это упражнение и обсуждает с участниками, можно ли его применять, чтобы справиться с негативными чувствами (гневом, страхом, обидой и т.п.). Можно использовать другие физические упражнения: прыжки, приседания, наклоны вперед, ритмичные танцы и т.п. Вывод ведущего - о возможности использования физических упражнений для управления эмоциями.

Упражнение 3. «Я-высказывания» *(цель: обучение способам неконфликтного общения).*

Схема «Я-высказывания»:

1. Безоценочное описание ситуации, вызвавшей напряжение: «Когда я вижу, что ты…; Когда это происходит…; Когда я сталкиваюсь с тем, что…».

2. Точное называние своего чувства: «Я чувствую… (раздражение, беспомощность, горечь, боль, недоумение и т.д.); Я не знаю, как реагировать…; У меня возникает проблема…».

3. Значение ситуации для человека: «Для меня это означает, что…».

4. Выражения пожеланий и просьб: как хотели бы, чтобы ситуация развивалась в будущем. «Я хотел бы….».

Ведущий просит каждого участника придумать «Я-высказывания», которые можно применить в разных жизненных ситуациях (как для выражения отрицательных чувств, так и для выражения положительных) по схеме: «ситуация» - «чувство» - «Я-высказывание».

5. Обобщение всех способов управления эмоциями (цель: обобщение полученного опыта). Ведущий просит участников перечислить и вспомнить все способы управления эмоциями:

- физическая активность;
- «Я-высказывания»;
- метод расслабления (релаксация);
- метод мысленного изменения ситуации: как можно ярче и яснее вспомнить тревожащую, пугающую или конфликтную ситуацию, затем мысленно произвести в этой картинке изменения – изменить точку, с которой воспринималось событие, количество участвовавших лиц, ситуацию перенести в другое место, изме-

нить звук, фон и т.д.; затем в новом виде, вызывающем менее негативные чувства, картинку вернуть в память; переключение на другую (отвлекающую) деятельность;

6. *Рефлексия (цель - ассимиляция опыта).* Обсуждение итогов занятия: круг «Новое и важное для меня».

Занятие 6. Умение слушать.

Необходимые материалы: бумага, ручки или карандаши для записей, стулья, записи музыки для разминки.

Ход занятия

1. Ритуал приветствия (цель - включение в работу).

2. Разминка. **Упражнение 1. «Испорченный телефон»** *(цель: создание рабочего настроения).* Все сидят по кругу. Ведущий произносит шепотом крайнему на ухо какое-то слово, тот передает услышанное следующему и так далее. Последний произносит услышанное вслух. После упражнения делаются краткие выводы о необходимости слушать и слышать друг друга. Проводится короткое обсуждение на тему «Что такое умение слушать?».

Упражнение «Марафон» *(цель: исследование приемов эффективного и неэффективного слушания).* Ведущий предлагает участникам разбиться на пары, сесть лицом друг к другу на удобном расстоянии друг от друга и начать беседу на какую-либо тему. Возможные варианты тем: «Как я провел лето»; «Мое домашнее животное»; «Мой любимый фильм»; «Мое хобби» и т.д.

По ходу беседы, примерно через каждые 3-4 минуты, ведущий дает новые задания:

- сесть близко друг к другу, соприкасаясь коленями;
- сесть друг от друга на расстоянии 1,5 метра;
- сесть плечом к плечу;
- сесть спиной к спине;
- сесть друг за другом;
- сесть на удобное расстояние лицом друг к другу, но одному из собеседников постоянно кивать головой (затем то же, но поменявшись ролями);

- то же, что и предыдущее, но кивать по своему усмотрению;

- один из собеседников молчит, глядя в глаза тому, кто продолжает рассказывать (затем они меняются);

- один из собеседников молчит, глядя в сторону, на часы, зевая (затем участники меняются);

- собеседники сидят друг напротив друга на удобном расстоянии, скрестив руки на груди, положив ногу на ногу и слегка отклонившись друг от друга;

- то же, но собеседники сидят в открытой позе, слегка наклонившись друг к другу.

По окончании упражнения обсуждаются действия, способствующие и мешающие процессу слушания.

Действия, помогающие процессу слушания:

- тело и лицо повернуты к собеседнику;

- свободная, почти расслабленная, открытая поза собеседников;

- небольшой наклон к собеседнику;

- время от времени кивки головой, уточняющие вопросы;

- перефразирование;

- использование соответствующего для обсуждаемой ситуации выражения лица и т.п.

Действия, мешающие процессу слушания:

- отвлечение внимания на посторонние раздражители (внешние и внутренние);

- перебивание, прерывание собеседника;

- неадекватные сообщаемой информации жесты, мимика;

- слишком близкое или слишком далекое расстояние между собеседниками;

- закрытая поза, наклон от собеседника;

- переход к занятию своими делами или к рассказу о своих делах;

- возражения без дослушивания до конца и т.п.

Групповая дискуссия (цель: повышение психологической информированности участников). Группа обсуждает следующие вопросы: с каким человеком хочется разговаривать? Каковы личностные качества эффективного слушателя?

Человек, с которым хочется говорить, отличается доброжелательностью, радушием, душевной теплотой, способностью к непредвзятому отношению, сопереживанием, искренностью, открытостью, чувством юмора, оптимизмом, стремлением понять собеседника, избегать нравоучений, он не склонен командовать, навязывать свою точку зрения.

Упражнение 3. «Молча» *(цель: отработка навыков взаимодействия, умения понимать друг друга***.** Ведущий просит участников разбиться на группы по 4-5 человек и образовать соответственно 2-3 небольших круга. После небольшой тренировки каждая группа по очереди должна продемонстрировать всем остальным умение не советуясь, не подмигивая и вообще никак не общаясь друг с другом (в полной тишине), одновременно встать и хлопнуть в ладоши. После успешного выполнения упражнения всеми группами задание усложняется: теперь (после тренировки) нужно не только синхронно встать, но и так же синхронно переместиться на некоторое расстояние, снова сесть и, наконец, хлопнуть в ладоши. Когда и это задание будет выполнено всеми группами, задачу еще раз усложняют. Теперь все группы должны по команде ведущего, так же молча и не сговариваясь, выстроиться в букву, названную ведущим (ведущий несколько раз называет разные буквы). Для усиления соревновательности после выполнения каждого задания всеми группами ведущий оценивает, насколько успешно с ним справилась каждая из групп.

В заключение подводятся итоги выполнения упражнения, участникам дается возможность поделиться своими мыслями и чувствами, возникавшими по ходу выполнения упражнения.

8. *Рефлексия (цель - ассимиляция опыта).* Обсуждение итогов занятия: круг «Новое и важное для меня».

Занятие 7. Виды и формы общения.

Необходимые материалы: бумага, ручки или карандаши для записей, стулья, записи музыки для разминки.

Ход занятия

1. Ритуал приветствия (цель - включение в работу).

2. Разминка. **Упражнение 1. «Замороженные»** *(цель: создание рабочего настроения, исследование разных видов общения)*. Группа разбивается на два круга – внутренний и внешний. Участники во внутреннем круге становятся лицом к участникам во внешнем круге. Участники внутреннего круга – «замороженные», они сохраняют «каменное» выражение лица, молчат и не двигаются. Задача участников из внешнего круга – за 1-2 минуты «разморозить» своего оппонента: не прикасаясь к нему, заставить его рассмеяться, пошевелиться и т.п. Через каждые одну-две минуты ведущий подает сигнал, и внешний круг смещается по часовой стрелке на одного игрока. Теперь каждому игроку из внешнего круга предстоит попытаться «разморозить» следующего игрока из внутреннего. Выигрывает тот, кому удалось «разморозить» больше «замороженных».

В заключение детям дается возможность поделиться своими мыслями и чувствами, возникавшими по ходу выполнения упражнения. Вывод: общение возможно и без слов.

3. *Групповая дискуссия (цель:* выделение вербальных и невербальных элементов общения*)*. Группа обсуждает следующие вопросы: какими способами мы общаемся? При помощи чего?

Ведущий рассказывает о вербальном и невербальном общении. Невербальное - общение с помощью жестов, поз, мимики, взгляда, интонаций и т.д. Вербальное - общение с помощью слов.

Большую часть информации люди передают и получают с помощью невербальных, несловесных способов общения. Часто люди больше доверяют невербальным элементам общения. Если сказать: «Очень вкусно» и при этом изобразить на лице отвращение, скорее всего, поверят выражению лица. Чтобы лучше понять человека, надо обращать внимание на невербальные элементы.

Умение слушать часто на самом деле означает уметь наблюдать, уметь видеть. Хочет ли человек что-то сказать, хочет ли он побыть один, настроен ли он общаться, хочет ли отвечать - все это обычно видно без помощи слов. Настроение, отношение к чему-либо ярко проявляются в мимике, жестах, позах, интонации. Иногда даже можно договориться о чем-либо без помощи слов. Желательно привести примеры культурных различий в языке жестов, поз.

Упражнение 2. «Контакт» *(цель: исследование невербальных средств общения).* Участники разбиваются на пары и выполняют следующие инструкции:

1) в полной тишине поддерживают полноценный зрительный контакт;

2) продолжают молчать при отсутствии зрительного контакта;

3) пытаются общаться молча, только при помощи мимики;

4) один из участников пары рассказывает что-либо второму, который постоянно молча кивает головой;

5) то же, но второй перестает кивать и просто молчит;

6) то же, но лицо второго ничего не выражает, становится как бы застывшим;

7) то же, но оба участника регулируют свою мимику и жесты по своему усмотрению.

Выполнение каждого пункта упражнения продолжается 2-3 минуты. Дети по очереди меняются ролями через 3-5 минут.

По окончании выполнения упражнения проводится обсуждение чувств, возникавших у участников на каждом этаже. В заключение делается вывод о значении в общении невербальных средств.

Упражнение 3. «Разговор через стекло» *(цель: отработка навыков использования невербальных элементов общения).* Группа разбивается на пары. Первым номерам дается задание попытаться без помощи слов позвать в кино вторых, вторым – выяснить у первых, что задали по математике. Причем первые номера не знают, что было предложено вторым, и наоборот. Потом участники пытаются договориться между собой так, словно между ними находится толстое стекло, из-за которого они не могут слышать друг друга.

Вывод: необходимо быть внимательным к невербальным элементам общения.

Упражнение 4. «Я здесь!» *(цель: исследование способов невербального общения).* Каждый участник получает задание постараться привлечь к себе внимание как можно большего числа окружающих (разумеется, не прибегая к физическим воздействиям на других и местным катастрофам). Сложность задания в том, что все пытаются сделать это одновременно.

Обсуждение: кому удалось привлечь внимание большинства участников, каким способом это сделано.

7. *Рефлексия (цель - ассимиляция опыта).* Обсуждение итогов занятия: круг «Новое и важное для меня».

Занятие 8. Поведение и культура

Необходимые материалы: бумага, ручки или карандаши для записей; карточки с указанием ситуации; карточки красного, зеленого и желтого цвета; стулья; записи музыки для разминки.

Ход занятия

1. Приветствие. Все участники встают в два круга (внутренний и внешний) лицом друг к другу. Нужно поприветствовать друг друга глазами, головой, руками, словами. *(цель - включение в работу).*

2. Разминка. **Упражнение 1. «Массаж по кругу»** *(цель: снятие напряжения, включение в работу).* Дети стоят друг за другом, ладони лежат на плечах стоящего впереди. Каждый участник начинает осторожно массировать плечи и спину впереди стоящего. Через две минуты все поворачиваются на 180 градусов и массируют плечи и спину партнеру, стоящему с другой стороны.

3. Информационный блок (цель: повышение психологической культуры, информирование участников). Обсуждение: может ли человек, обладающий массой достоинств, быть некультурным? Есть ли взаимная связь в понятиях «поведение» и «культура»?

Культурное поведение - это:

- поведение человека в соответствии с теми нормами, которые выработало и которых придерживается данное общество;

- определенные способы общения, которые подсказывают правила поведения в той или иной ситуации.

Эти способы общения учат нас правильно вести себя:

- за столом;

- в отношениях со старшими;

- в малознакомом и хорошо знакомом обществе;

- в школе;

- с друзьями.

Культура поведения воспитывается с детства. Хорошие манеры необходимы каждому. Если они станут внутренней потребностью человека, то помогут в значительной степени устранить поводы для плохого настроения, которое еще подчас порождает грубость и невоспитанность людей. Культурный человек - это человек, убежденный в правоте своего поведения. В моделях своего поведения в различных ситуациях он опирается не на необходимость соблюдать внешние приличия, а на свою совесть - мерило культурности человека. Ведущий просит детей привести примеры культурных традиций своего народа.

Упражнение 2. «Ворвись в круг» (цель: стимулирование поведенческих изменений). Ведущий просит детей встать в один большой круг, взяться за руки за руки. Один участник должен остаться за кругом и попытаться прорваться в него. Как только ему это удастся, следующий должен выйти за круг и попытаться ворваться в него. Необходимо соблюдать осторожность, чтобы никому не причинить боли.

Необходимо дать возможность как можно большему числу детей проникнуть в круг. Если ребенок оказывается не в состоянии сделать это, следует проследить, чтобы он находился вне круга не более одной минуты. Дети должны впустить товарища в круг, а кто-то другой должен выйти из него и продолжает игру.

Обсуждение:

- что вы делали для того, чтобы проникнуть в круг?

- что вы чувствовали, когда были частью круга?

- что вы почувствовали, когда проникли в круг?

Упражнение 3. «Оцени ситуацию» *(цель: самоанализ, активизация гибкости поведения, обучение различным приемам межличностного общения).*

Участники работают в парах. Они получают карточки с указанием ситуации, которую нужно разыграть. Остальные дети оценивают реплики и поведение ребят. Для оценки сыгранных ролей используются флажки: красный флажок - человек поступает опасно; зеленый флажок - человек поступает верно; желтый флажок - человек поступает справедливо.

Ситуация 1. Купе поезда. В нем едут три человека. На очередной станции заходит новый попутчик. Показать, как будут общаться люди в купе.

Ситуация 2. В магазине стоит очередь. Вы попросили последнего в очереди предупредить тех, кто подойдет позже, что вы отошли в другой отдел. Когда вы пришли и заняли свое место, люди начали возмущаться. Ваши действия?

Ситуация 3. Ваш лучший друг ведет себя неправильно. Вы это знаете. Ваши действия?

Группа высказывает мнение по разыгрываемой ситуации и выдвигает версии правильного поведения.

Обсуждение:

- что помогло выполнить упражнение?

- что создавало препятствия?

- какие эмоции возникли при этом?

- какие новые способы действия в ситуациях вы узнали?

Упражнение 4. «Подарок» *(цель: снятие напряжения, эмоциональная разрядка, формирование положительного отношения друг к другу).*

Ведущий. Сейчас мы будем дарить друг другу подарки. Средствами пантомимы каждый изображает какой-либо предмет и дарит его соседу справа (это может быть цветок, мороженое, мяч и др.). За подарок необходимо поблагодарить.

Обсуждение:

- чем нужно подумать и что сделать, чтобы подарить подарок?

- что проще: подумать, как действовать, или выполнить действие?

7. *Рефлексия (цель - ассимиляция опыта).* Обсуждение итогов занятия: круг «Новое и важное для меня».

Занятие 9. Развитие коммуникабельности.

Цель: развить наблюдательность, смоделировать ситуации взаимодействия меньшинства и большинства, развить навыки рефлексии.

Упражнение 1 «Круг». У участников есть одна минута, чтобы внимательно посмотреть друг на друга. Далее все разворачиваются спиной в круг. После этого одному из участников задается вопрос, например: «Кто сидит пятым слева от тебя?» А затем целый ряд вопросов, например: «Есть ли часы?», «Накрашены ли

ногти?» и т. Д. Если участник дает неправильный ответ, необходимо повторить вопрос до правильного ответа. В конце упражнения все поворачиваются и ведущий просит еще раз всех посмотреть друг на друга.

Это упражнение позволяет участникам сосредоточиться друг на друге и наладить то взаимодействие, которое необходимо для эффективного проведения занятия. Материалом для анализа являются ответы на следующие вопросы:

– какие ощущения вы испытываете после выполнения этого упражнения?

– насколько вам удалось справиться с заданием?

▪ на что вы ориентировались, когда выполняли задание?

Упражнение 2 «Козы и волки»

Цель:

▪ исследовать причины, по которым люди вызывают или не вызывают доверие;

▪ изучить ощущения группы и чужака;

▪ поработать с чувствами страха и безопасности.

Вам понадобятся бумажки с надписями «коза» и «волк»

Ход занятия:

Вам потребуются кусочки бумаги по количеству участников группы На части из них написано слово «козленок» На2х- 3х- «коза» На2х-3х- «волк»

Попросите участников вытащить бумажки и не показывать их друг другу. Напомните участникам сказку про семерых козлят. Опишите правила игры:

В одном углу комнаты в тесный круг садятся «козлята» – это «домик». Остальные участники отходят в другой конец комнаты. Каждый из них по очереди подходит к домику, и старается убедить козлят, что он – коза. Цель козлят – решить, пускать или не пускать претендента в домик. Если они впустят волка, он съедает одного козленка (участник выбывает из игры), если прогонят настоящую козу – один козленок умирает от голода (мама не принесла молока). Цель козлят – остаться в живых. Цель коз и волков –попасть в домик.

Обсуждение.

▪ что чувствовали козлята?

▪ на чем они основывались, когда принимали решение?

▪ почему иногда они ошибались?

▪ часто ли наши впечатления о людях бывают ошибочными?

▪ что чувствовали козы, когда их принимали за волков?

▪ как они пытались убедить козлят?

▪ бывает ли, что не пустив кого-то в группу, группа что-то теряет?

▪ приятно ли было волкам быть волками?

Случается ли в жизни, что кто-то оказывается «волком» против своей воли?

Упражнение 3. «Узник»

Цель: развитие способностей к пониманию мимики, языка телодвижений, развитие навыков невербального общения

Участники группы становятся в две шеренги лицом друг к другу. Ведущий предлагает задание: «Первая шеренга будет играть преступников, вторая – их сообщников, которые пришли в тюрьму, для того чтобы устроить побег. Между вами звуконепроницаемая стеклянная перегородка. За короткое время свидания сообщники с помощью жестов и мимики должны «рассказать» преступникам, как они будут спасать их из тюрьмы (каждый «сообщник» спасает одного «преступника»)». После окончания игры «преступники» рассказывают о том, правильно ли они поняли план побега.

Упражнение 4 «Пожелание»

Цель: создание доброжелательной атмосферы в группе

Всем участникам выдается листочек и ручка. Каждый участник должен на листочке написать любое пожелание. Затем сворачивает этот листок и кладет в коробку. Когда все участник напишут пожелания, каждый из них внимает листочек с пожеланием, читает его вслух и говорит, кому это пожелание он адресует.

Итоговая рефлексия

Занятие 10. Развитие толерантности.

Цель: развить умение уважать достоинство других людей, так же доверие к другим, развить способность к самопознанию и самоанализу.

Упражнение 1. «Поделись со мной»

Цель: расширение репертуара способов взаимопонимания

Участникам тренинга предлагается записать на карточке 10 качеств:

▪ нежность,

▪ умение сочувствовать,

▪ умение создавать хорошее настроение,

▪ эмоциональность,

▪ доброжелательность,

▪ интеллект,

▪ организаторские способности,

▪ твердость характера,

▪ решительность,

▪ креативность.

Список может быть изменен в зависимости от состава группы и целей занятия. При необходимости ведущий дает пояснение значений этих качеств.

Затем каждый участник должен решить, какое качество присутствует у кого-либо из группы в большей степени, чем у него и подходит к этому человеку с фразой: «Пожалуйста, поделись со мной, например, твоим умением сочувствовать». Тот участник, к которому обратились с просьбой, отмечает у себя на карточке это качество. Таким образом, нужно обойти всю группу, попросив у каждого какое-либо качество (или несколько). На карточке каждого участника будут отметки о том, какие качества были у него востребованы другими, и какие качества он запрашивал сам.

Упражнение 2 «Мусульмане – христиане»

Цель: исследовать стереотипы по отношению к различным этническим и религиозным группам, их содержание, виды их проявления в жизни.

Понадобятся рабочие бланки:

Русские

Русские любят …

Мы все знаем, что русские…

Русских можно отличить по…

Русские всегда поступают …

Все остальные считают, что русские…

Татары

Татары любят …

Мы все знаем, что татары…

Татар всегда можно отличить по …

Татары всегда поступают …

Все остальные считают, что татары…

Украинцы

Украинцы любят …

Мы все знаем, что украинцы…

Украинцев всегда можно отличить по …

Украинцы всегда поступают …

Все остальные считают, что украинцы…

Разделите участников на несколько групп.

Каждая группа будет работать с одним из рабочих листов. Раздайте рабочий лист каждому участнику группы. Попросите участников самостоятельно заполнить рабочие листы. Снова соберитесь в единую группу. Обсудите ответы.

. Обсуждение.

▪ было ли трудно заполнять рабочие листы?

▪ если каким-то группам это было легче, а каким-то – труднее, то почему это произошло?

▪ совпадают ли мнения всей группы?

▪ действительно ли все мусульмане/ русские / евреи такие, как написано в рабочих листах?

▪ каким образом у вас сформировалось именно такое мнение?

▪ влияют ли на ваше мнение стереотипы?

Упражнение 3 «Ладони»

Цель: повышение доверия к другим людям

Один из участников садится на стул, который стоит в центре круга. Этот участник становится водящим. Каждый из участников подходит к водящему и кладет руки ему на ладони.

Задача водящего – с закрытыми глазами отгадать, чья рука у него на ладонях. Затем по желанию выбирается следующий водящий.

Обсуждение: трудно ли было угадывать? Какие чувства испытывал участник, который угадывал? Что помогало?

Упражнение 4 «За что мы любим»

Цель: формирование умения высказывать свои симпатии по отношению к окружающим.

Вступая во взаимодействие с окружающими, мы обычно обнаруживаем, что они нравятся нам или не нравятся. Как правило, эту оценку мы связываем с внутренними качествами людей. Давайте попробуем определить, какие качества в людях мы ценим, принимаем.

Задание будем выполнять письменно. Возьмите лист бумаги, выберите в группе человека, который по многим своим проявлениям импонирует вам. Укажите пять качеств, которые особенно нравятся вам в этом человеке. Итак, не указывая самого человека, укажите пять качеств, которые вам особенно в нем нравятся. Начали! Ваше время вышло. Теперь, пожалуйста, по очереди прочитайте вашу характеристику, а мы все попробуем определить человека, к которому она относится. Пожалуйста, кто начинает? Можем начать слева направо. Пожалуйста, начали! Ну, сейчас можно подвести итог. Ведущий, пожалуйста, определите, кого из присутствующих мы узнали быстрее всего, следовательно, кто оказался в числе самых популярных личностей.

Обсуждение: Что помогало высказывать симпатии? Какие чувства испытывали участники?

Занятие 11. Развитие толерантности.

Цели: обучить межэтническому и межкультурному пониманию, формировать позитивное отношение к своему народу и к другим этносам, развитие способности понимания жизненных ситуаций с точки зрения представителей чужого этноса, формировать готовность реализовать полученные знания и умения в реальной жизни.

Упражнение 1 «Мы похожи!?»

Цель: повышение доверия друг к другу.

Вначале участники беспорядочно ходят по комнате и говорят каждому встречающемуся по 2 фразы, начинающиеся со слов:

– Ты похож на меня тем, что…

– Я отличаюсь от тебя тем, что…

Другой вариант: в парах 4 минуты вести разговор на тему «Чем мы похожи»; затем 4 минуты – на тему «Чем мы отличаемся».

По окончании проводится обсуждение, обращается внимание на то, 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 2 «Волшебная рука»

Цель: создание условий для самопознания и раскрытия себя в группе.

Оборудование: листы бумаги (по количеству участников), пишущие принадлежности.

Процедура проведения: Каждый участник группы на листе бумаги сверху пишет свое имя, затем обводит свою руку карандашом. На каждом пальце предлагается написать какое-либо свое качество, можно раскрасить пальцы в разные цвета. Затем «ладошки» пускаются по кругу и другие участники между пальцев могут написать другие качества, которые присущи тому, чья ладошка.

Рефлексия**:**

– трудно ли было открываться группе?

– что нового узнали о себе?

Итоговая рефлексия.

Занятие 12. Развитие коммуникабельности.

Цель: развитие навыков невербального общения, формировать желание и готовность участников тренинга реализовать полученные знания и умения в реальной жизни.

Упражнение 1 «Зеркало»

Цель: развитие навыков невербального общения

Сейчас мы предлагаем выполнить несколько несложных заданий, точнее — сымитировать их выполнение. Внимательно прослушайте задания. Их всего четыре. Задания следующие:

1) пришиваем пуговицу;

2) собираемся в дорогу;

3) печем пирог;

4) выступаем в цирке.

Особенность этих заданий в том, что каждое из них вы будете выполнять попарно, причем напарники встанут друг против друга, и один из них станет на время зеркалом, т.е. будет копировать все движения своего партнера. Затем партнеры меняются ролями. Но сначала давайте разобьемся на пары.

Осуждение: какие трудности испытывали при выполнении упражнения? Какие чувства?

Упражнение 2 «Как поступить?»

Цель: поможет участникам исследовать ситуации, в которых нетерпимость может проявляться в их повседневной жизни и возможные способы реакции в таких случаях.

Вам понадобятся:

карточки по числу подгрупп, возможно – разные предметы для костюмов.

Ход работы:

1. Разделите участников на пары. Каждая пара получает одну карточку. Участники должны рассмотреть ситуации, выбрать самый подходящий и самый неподходящий вариант поведения.

2. Каждая пара делает презентацию своей ситуации. Рассказывает о возможных вариантах и о тех, которые были выбраны. Группа комментирует. После этого вся группа должна ответить на вопросы:

▪ что выиграют в каждом из выбранных вариантов те, кто вовлечен в ситуацию?

▪ что проиграют в каждом варианте те, кто вовлечен в ситуацию?

▪ могут ли быть какие-то еще пути решения, кроме предложенных?

Кто может помочь разрешить ситуацию?

▪ **Обсуждение:**

▪ попросите участников вспомнить подобные ситуации, случавшиеся с ними в жизни;

▪ как они вели себя в таких случаях?

▪ что мешает нам иногда поступать так, как мы считаем правильным?

▪ что (или кто) может помочь нам вести себя так, как мы считаем правильным?

▪ что можно сделать, чтобы такие ситуации вообще не возникали вокруг нас?

Занятие 13. Развитие толерантности.

Цель: осознание многообразия проявлений личности каждого участника в групповом и межэтническом взаимодействии, помочь осознать участникам, что «другой» не значит «плохой».

Упражнение 1 «Рукопожатие или поклон»

Цель: Познакомиться с приветствиями разных народов.

Этапы:

1. Участники здороваются друг с другом, используя ритуалы приветствия, принятые в разных культурах

Расскажите группе о жестах приветствия, принятых у разных народов. Заранее предупредите участников о том, что они должны будут использовать эти ритуалы, представляясь друг другу. Вот несколько вариантов приветствия:

– объятие и троекратное лобызание поочередно в обе щеки (Россия);

– легкий поклон со скрещенными на груди руками (Китай);

– рукопожатие и поцелуй в обе щеки (Франция);

– легкий поклон, ладони сложены перед лбом (Индия);

– легкий поклон, руки и ладони вытянуты по бокам (Япония);

– поцелуй в щеки, ладони лежат на предплечьях партнера (Испания);

– простое рукопожатие и взгляд в глаза (Германия);

– мягкое рукопожатие обеими руками, касание только кончиками пальцев (Малайзия);

– потереться друг о друга носами (эскимосская традиция).

2. Предложите группе образовать круг. Один из участников начинает «круга знакомств»: выступает на середину и приветствует партнера, стоящего справа.

Потом идет по часовой стрелке и поочередно приветствует всех членов группы.

Каждый раз участник должен приветствовать своего визави новым жестом. При этом он представляется, называя свое имя.

3. Во втором раунде в круг вступает другой участник, стоящий справа от первого, и т.д.

В конце упражнения можно провести краткий обмен впечатлениями.

Упражнение 2 «Четыре угла – четыре выбора»

Цель: Повышение уровня сплоченности участников.

Этапы:

1. Информирование . Отставьте в сторону стулья и столы, чтобы участники могли свободно ходить по помещению. На время игры для каждого раунда Вам понадобятся по четыре больших листа бумаги (формат А3) и скотч. Прикрепите в четырех углах комнаты листы бумаги и напишите на них названия цветов (красный, синий, зеленый, желтый). Листы крепятся на видных местах.

2. Члены группы становятся на середину комнаты.

3. Объявите участникам, что в ходе игры они смогут лучше узнать друг друга. Сначала все ходят по комнате, затем каждый останавливается у того листа бумаги, который кажется ему самым подходящим.

4. Все участники, собравшиеся в одном углу, рассказывают друг другу, почему они выбрали именно этот цвет. Каждый должен запомнить всех, кто находится в том же углу (3 минуты).

5. Во втором раунде можно написать на новых листах четыре времен года.

6. В третьем раунде Вы можете использовать названия четырех музыкальных инструментов, например: скрипка, саксофон, арфа, барабан.

7. В четвертом нарисуйте на бумаге геометрические фигуры (по одной на каждом листе), например, треугольник, квадрат, круг и фигуру неправильной формы.

8. После каждого раунда игроки собираются в середине комнаты. Порядок игры соблюдается четко: участники должны останавливаться возле того листа бумаги, надпись на котором нравится им больше всего. При этом они запоминают всех остановившихся рядом.

Обсуждение игры:

▪ Какие участники чаще всего оказывались в одной и той же группе?

▪ Какие игроки оказались в одной группе редко или вообще ни разу?

▪ Что интересного каждый из вас узнал о других членах группы?

Замечания:

▪ Возможные варианты записей:

▪ инструменты: молоток, пила, клещи, игла;

▪ города: Париж, Рим, Москва, Шанхай;

▪ напитки: кофе, чай, кока-кола, молоко;

▪ животные: лев, антилопа, змея, орел;

▪ здания: вилла, бунгало, замок, храм;

▪ знаменитые люди: А. Эйнштейн, Дж. Пуччини, В. Шекспир, Билл Гейтс.

Упражнение 3 «Большие и маленькие»

Цели:

▪ помочь участникам осознать, что любое описание человека является относительным,

▪ развить навыки невербальной коммуникации,

▪ создать доброжелательную атмосферу.

Ход занятия:

Проведите воображаемую черту посреди комнаты. Встаньте на этой черте. Теперь скажите «пусть все высокие перейдут в правую половину комнаты, а все низкие – в левую».

Игнорируйте сомнения тех детей, которые не знают, куда им встать. Запретите детям разговаривать во время выполнения задания.

Повторите ту же процедуру, разделив, например, тех, кто учится хорошо и тех, кто учится плохо.

Придумайте еще несколько критериев. После этого попросите детей выстроиться по росту без слов.

Затем попросите их выстроиться по успеваемости (если два человека учатся одинаково хорошо, они могут стать рядом).

Обсуждение должно концентрироваться на мысли, что обычно бывает невозможно разделить людей на две группы по какому-то признаку. Нет «высоких и низких». Все зависит от ситуации. Наклеивание «ярлыков» часто мешает общению и сотрудничеству.

Вопросы:

▪ было ли трудно выполнить первую часть упражнения?

▪ почему трудно однозначно решить, на какую половину встать?

▪ что выяснилось, когда стали выполнять вторую часть упражнения?

▪ бывают ли в жизни ситуации, когда людей неправомочно относят к той или иной группе?

▪ случалось ли вам самим навешивать на других такие ярлыки?

▪ что мешает нам оставаться уникальными?

Упражнение 4 «Аплодисменты по кругу»

Цель: закрепление позитивного эмоционального настроя.

Инструкция: Мы хорошо поработали сегодня, и мне хочется предложить вам упражнение, в ходе которого аплодисменты сначала звучат тихонько, а затем становятся все сильнее и сильнее. Ведущий начинает тихонько хлопать в ладоши, глядя и постепенно подходя к одному из участников. Затем этот участник выбирает из группы следующего, кому они аплодируют вдвоем. Третий выбирает четвертого и т.д. последнему участнику аплодирует уже вся группа.

Итоговая рефлексия: С какими чувствами и ощущениями вы уходите? Что понравилось или не понравилось? Что нового узнали? Чем полезно вам было это занятие?

Упражнение 5 «Интересные люди»

Материалы.

Вам потребуются вырезки из газет или журналов с фотографиями, изображающими необычные лица или фигуры людей. Постарайтесь, чтобы эти фотографии изображали людей различных национальностей, религий, людей из различных социальных групп.

Ход занятия:

Раздайте участникам по одной врезки из журнала, которая бы изображала разных людей, разной национальности, разного вероисповедания, разной профессии и т.д (интересно, если каждая фотография попадется двум участникам);

Пусть участники внимательно рассмотрят свою вырезку и ответят для себя на вопросы: что за человек изображен на фотографии, как его зовут, откуда он, сколько ему лет, где он работает, как живет, и т.д., о чем сейчас думает этот человек, какие у него в жизни проблемы, и т.д.

Пусть участники найдут тех, с кем у них попались одинаковые фотографии, и сравнят свои мысли. Потом каждая пара делится результатами с группой.

Обсуждение

▪ трудным или легким было задание?

▪ что помогало участникам составлять свои предположения?

▪ как они думают, соответствуют ли их предположения действительности?

▪ отличались ли предположения в парах? Почему да и почему- нет

▪ часто ли мы в жизни предполагаем многое о людях на основании их внешнего вида (расы, пола, одежды)?

Что может помочь опровергнуть такие предположения?

Упражнение 6 «Мне понравилось…»

Цель: закрепление положительного эмоционального настроя

Каждый участник по кругу высказывается о том, что ему сегодня на занятии понравилось, продолжая фразу «Мне понравилось…».

Итоговая рефлексия.

Занятие 14. Развитие толерантности.

Цели: познакомить участников тренинга с такими понятиями как стереотип, этнический стереотип, помочь осознать подросткам свои этнические стереотипы и их влияние на поведение.

Упражнение 1 «Информация»

«Этнические стереотипы и границы межкультурного понимания»

Цель: Осознание и выявление этнических стереотипов в себе и окружающих и их роли в конструировании межэтнического взаимодействия

Что такое стереотипы?

Этнический стереотип – представления о моральных, умственных и физических качествах, присущих представителям различных народов. Например, говорят, что все немцы аккуратны и пунктуальны, евреи – жадные, русские – злоупотребляют алкоголем и т.д.

Этнические стереотипы принято подразделять на автостереотипы и гетеростереотипы.

Автостереотипы – мнения, суждения, оценки, относящиеся к своему народу, его представителям. Гетеростереотипы – совокупность оценочных суждений о других народах. Они могут быть как положительными, так и отрицательными.

Обсуждение: у участников спрашивают как они понимают что такое стереотип, этнический стереотип?

Упражнение 2 «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**.**

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.

▪ какую положительную роль стереотипы играют в жизни?

▪ в чем отрицательная роль стереотипов?

Упражнение 3 «Я желаю…»

Цель: закрепление положительного эмоционального настроя

Каждый участник говорит пожелание любому из присутствующих: «Настя,

Я желаю тебе…». При этом участник, которому говорят пожелание отвечает: «Спасибо!».

Итоговая рефлексия.

Занятие 15. Развитие толерантности.

Цели: развития навыков взаимопонимания в условиях активизации этнических предубеждений и групповой дискриминации; расширение представлений о межкультурных различиях

Упражнение 1 «Фисташки»

Цели:

▪ подготовить участников к дальнейшей работе;

▪ поговорить о том, какие у нас различия и что у нас общего.

Ход занятия:

Раздайте детям по две фисташки в скорлупе и попросите пока их не есть и не снимать скорлупу. Важно, чтобы упражнение проходило в спокойной, слегка «магической» атмосфере. Многое здесь зависит от тона вашего голоса. Лучше, если обсуждение будет проходить в групповой форме.

Попросите участников ответить на следующие вопросы

Какие фисташки на ощупь?

▪ А какие люди на ощупь?

▪ Как бы вы описали скорлупу?

▪ Как бы вы описали человеческое тело?

▪ У фисташек одинаковые размер и форма?

▪ А у людей одинаковые размеры и форма?

▪ Фисташки одного цвета?

▪ А люди одного цвета?

▪ Есть ли на фисташках трещины или он чуть-чуть расколоты?

▪ А люди могут ломаться и трескаться?

▪ Потрясите фисташки. Вы чувствуете звук?

▪ А какие звуки издают люди?

▪ Откройте фисташки. Изнутри они другие, чем снаружи? В чем различия?

▪ А люди отличаются внутри и снаружи?

▪ Съешьте фисташки. Какие они на вкус?

▪ Можно ли сказать, что у человека есть вкус?

▪ Плохо ли делить фисташки на плохие и хорошие ?

▪ А можно ли так поступать с людьми?

Упражнение 2 «Карусель»

Цель:

– формирование навыков быстрого реагирования при вступлении в контакты с представителями разных национальностей

– развитие эмпатии и рефлексии в процессе обучения.

В упражнении осуществляется серия встреч, причем каждый раз с новым человеком. Задание: легко войти в контакт, поддержать разговор и проститься.

Члены группы встают по принципу «карусели», т. Е. лицом друг к другу и образуют два круга: внутренний неподвижный и внешний подвижный

Примеры ситуаций:

▪ Перед вами православная монахиня…

▪ Перед вами буддийский монах…

▪ Перед вами маленький цыганенок, он чего-то испугался. Подойдите к нему и успокойте его…

▪ Перед вами азербайджанец, который предлагает вам купить обувь…

Время на установление контакта и проведение беседы 3-4 минуты. Затем ведущий дает сигнал и участники тренинга сдвигаются к следующему участнику.

Обсуждение: трудно ли было устанавливать контакт? Если да – то с кем и почему? С каким человеком было легче устанавливать контакт? Почему?

Упражнение 3 «Желание»

Цель: закрепление позитивного настроя

Каждый участник пишет на листке желание…

Задача: заставить партнера его выполнить, не говоря о нем. Затем продемонстрировать листок.

Обсуждение: трудно ли было выполнять задание? Какие чувства испытывали, когда ваше желание исполняли?

Итоговая рефлексия.

Занятие 16. Развитие толерантности.

Цель: выработать навыки невербального общения и умения понимать других людей, развить социальную чувствительность и наблюдательность, помочь осознать участникам тренинга свои этнические стереотипы.

Упражнение 1 «Глухой – немой – слепой»

Цель: развитие навыков невербального общения и умения понимать других людей

Группа разбивается на «тройки». В каждой тройке распределяются обязанности. Один из участников играет роль «глухого – и – немого» : он ничего не слышит, не может говорить, но в его распоряжении – зрение, жесты, пантомимика; второй участник играет роль «глухого и паралитика»: он может говорить и видеть; третий «слепой – и – немой»: он способен только слышать и показывать. Всей тройке предлагается задание, например, договориться о месте, времени и цели встречи.

Обсуждение: с какими трудностями столкнулись при выполнении задания? Что помогало и что мешало выполнять упражнение?

Упражнение 2 «Стереотипы в нашей жизни»

Цель:

▪ научится распознавать стереотипы в себе и в обществе

Вам понадобится: мячик или другой легкий предмет. В идеале – диктофон. Примечание: это занятие проводится с группой, уже знакомой с понятием «Стереотип». Ход занятия:

Сядьте в круг. Вам потребуется небольшой мячик или другой предмет, который можно бросать друг другу. Назначьте участника, который будет записывать все, что происходит в группе Вот история Рашида, мальчика из Дагестана….», киньте мячик другому члену группы и попросите его сказать следующее предложение. Дальше он должен бросить мяч кому-нибудь еще. Таким образом группа развивает историю. Через какое-то время попросите мячик и скажите: «А вот история Ани, русской девочки из деревни». Пусть группа составит и эту историю. Вы можете выбрать тех героев, которые актуальны для вашей местности, школы и группы, то есть тех людей, по поводу которых в группе существуют самые сильные стереотипы. Игра будет интересной, если будет происходить быстро. Попросите наблюдателя зачитать обе истории.

Обсуждение:

- что мы узнаем о наших героях?
- какие черты мы приписали нашим героям?
- почему мы приписали им именно эти черты?
- что общего у наших историй, и что их отличает друг от друга?
- а что отличает их от нас?
- что из того, что мы внесли в наши истории, является стереотипом?
- есть ли в них доля правды?
- а что не правда в этих стереотипах?

Упражнение 3 «Герой»

Цель: развитие гибкости мышления, повышение активности группы, закрепление положительного эмоционального настроя

Инструкция: Каждому из нас, по очереди, надо будет, пользуясь только невербальными средствами, изобразить любого выбранного им литературного герои или реального жившего или живущего сейчас человека, Это должен быть известный всем человек. Все остальные будут внимательно смотреть и постараются понять, кого изображает выполняющий задание участник. Если группе сразу не уда-

ется понять, кто изображен, надо будет найти другие выразительные средства. Но при этом каждый участник, когда группа угадала его героя, должен от имени этого героя сказать пожелание группе.

Итоговая рефлексия.

Занятие 17. Развитие толерантности

Цели: развить навыки рефлексии в условиях межэтнического взаимодействия, смоделировать позитивное поведение в ситуации межэтнического взаимодействия.

Упражнение 1 «Стул хвастовства»

Цель: развить чувство собственного достоинства

Ведущий выставляет стул немного вперед.

Ведущий: «Этот стул не простой. Это – стул хвастовства. Каждый, кто сядет на него, получает право похвастаться…чем? Да чем угодно! Любым достижением на своем жизненном пути

После каждого хвастовства ведущий инициирует аплодисменты и восторженные отзывы.

Обсуждение: какие чувства испытывали участники, которые побывали на этом стуле? Трудно ли было хвастаться перед другими своими достижениями?

Упражнение 2 «Ярлыки»

Цель:

▪ дать участникам возможность почувствовать себя на месте «стигматизированных (отмеченных «ярлыком») людей;

▪ увидеть недостатки такого подхода к людям;

▪ изучить процессы, которые заставляют стигматизированных людей подтверждать мнение общества о них.

Вам понадобятся – наклейки с надписями, материалы для задания

Ход работы.

Вам потребуются наклейки. Напишите на них различные национальности, например «чеченец», «цыган (-ка)», «еврей», «негр», «русский» и т.д.

▪ Подойдите к каждому из участников и наклейте ему на спину одну из наклеек (выбор наклеек должен быть случайным). Попросите участников не говорить друг другу, какие наклейки на них наклеены. Запретите участникам смотреться в зеркало. Дайте всей группе какое-нибудь интересное задание, (например, нарисовать что-нибудь). Скажите, что участники должны вести себя друг с другом так, как будто бы написанное на наклейках – правда. Обсуждение. Что вы чувствовали, когда с вами вели себя неадекватно тому, как вы себя ощущаете?

▪ подтверждали ли участники свои наклейки?

▪ почему это происходило?

▪ всем ли досталась одинаковая работа?

▪ как это связано с наклейками?

▪ существуют ли «наклейки» в реальной жизни?

▪ откуда мы узнаем о качествах других людей?

▪ всегда ли наше мнение о других людях соответствует действительности?

▪ влияет ли наше мнение на поведение в отношении этих людей?

▪ если бы наклеек не было, группа бы работала лучше или хуже? А в реальной жизни? Приведите примеры.

Упражнение 3. Синквейн «Национальность»

Цель: научить подростков излагать собственные мысли и чувства в нескольких словах, развить рефлексию

Синквейн – стихотворение, которое требует синтеза информации и материала в кратких выражениях, состоит из 5 строк.

Первая строка – название, или тема.

Вторая строка – два прилагательных, которые, по мнению подростков, наиболее точно и полно отражают тему.

Третья строка – три глагола, подходящие к теме.

Четвертая – осмысленная фраза на заданную тему.

Пятая строка – резюме, или итог (в нескольких словах).

Каждый должен выбрать определенную национальность или народ. При этом в стихотворении участник должен отразить только положительные качества этого народа.

Затем, когда каждый участник создал свой синквейн, подростки объединяются в микрогруппы по 3 – 4 человека и сочиняют групповой синквейн. Далее каждая подгруппа по очереди зачитывают вслух свои творения.

Обсуждение: с какими трудностями столкнулись при выполнении задания? Что помогало, и что мешало выполнять упражнение?

Упражнение 4 «Предметы»

Цель: преодоление стереотипов поведения.

У тренера в руках мяч. Инструкция: «Сейчас мы будем, бросая друг другу мяч, называть любые предметы. Поймавший мяч без слов, молча совершает любые действия с тем предметом, который ему достался, а мы все постараемся понять, какие действия совершаются. Будем внимательны и постараемся сделать так, чтобы мяч побывал у каждого».

Это упражнение можно усложнить, дав задание проделать с предметом нестандартное действие. Наблюдающие за выполняемым действием должны понять его характер. Этот вариант работы побуждает участников группы преодолевать стереотипы поведения. Например, если в первом варианте упражнения участник, получивший «утюг», как правило, начинает совершать движения, имитирующие глажение, то во втором случае совершаются очень разнообразные действия: кто-то использует утюг как зеркало, кто-то колет им орехи, а кто-то греет о теплый утюг озябшие руки.

Обсуждение: с какими трудностями столкнулись при выполнении упражнения?

Итоговая рефлексия.

Занятие 18. «Жизненные цели». Постановка и согласование целей

Необходимые материалы: листы бумаги, карандаши или ручки, цветные карандаши или фломастеры (краски), магнитофон с записью спокойной, гармоничной музыки; игрушка - «талисман группы».

Ход занятия:

1. *Ритуал приветствия (цель - включение в работу).*

Упражнение 1. «Волшебная лавка» (*цель: снятие эмоционального напряжения, активизация внутренних ресурсов, настрой на работу)*

Ведущий: «Представьте себе, что вы идете по узенькой тропинке через лес. Вообразите окружающий вас ландшафт. Осмотритесь вокруг. Сумрачно или светло в окружающем вас лесу? Что вы слышите? Какие ароматы вы ощущаете? Что еще вы чувствуете?

Внезапно тропинка поворачивает и выводит вас к какому-то старому дому. Вам становится интересно, и вы заходите внутрь. Стены оборудованы стеллажами и выдвижными ящиками, как в мелочной лавке. Повсюду стоят стеклянные сосуды, банки, коробки. Это действительно старая лавка, причем волшебная.

Теперь представьте себе, что ведущий – продавец в этой лавке. Добро пожаловать! Здесь вы можете получить все, чего вы хотите от жизни. Но есть одно правило: за выполнение каждого желания вы должны отдать что-либо или от чего-то отказаться. Тот, кто пожелает воспользоваться волшебной лавкой, может подойти к продавцу и сказать, чего он хочет. Продавец задаст вам только один вопрос: «Что ты отдашь за это?» Вы должны решить, готовы ли вы отдать что-либо и что именно это будет.

Обсуждение:

Какие трудности возникли при выполнении этого упражнения?

Упражнение 2. «Понимание целей» *(цель – поиск и осознание неосознанных жизненных целей, связи между целями и повседневной жизнью).*

Подростки получают по 4 листа бумаги каждый. На первом листе пишут: «Каковы мои цели в жизни?». Можно включить сюда личные, семейные, карьерные, социальные, общественные или духовные цели. На втором листе: «Как бы я хотел провести следующие три года?». На третьем листе: «Если бы я знал, что мне осталось жить 6 месяцев, начиная с сегодняшнего дня, как бы я их прожил?». Затем откладывают листы в сторону, на четвертом листе выписывают 3 цели, которые считают наиболее важными из всех перечисленных. Сравнивают все четыре списка.

Обсуждение:

- Есть ли темы, проходящие красной нитью через все разнообразие ваших желаний?
- Не принадлежат ли все ваши цели к одной категории, например, социальной или личной?
- Появляются ли какие-то цели во всех трех первых списках?
- Не отличаются ли цели, которые вы выбрали как самые важные, от остальных перечисленных вами целей?

Разминка. **Упражнение 3. «Нос-нос-ухо»** *(цель - снятие напряжения, эмоциональная разрядка, формирование позитивного отношения друг к другу).*

Подростки встают в круг, по сигналу ведущего повторяют за ним хором: «Нос-нос-нос….» - и притрагиваются при этом к своему носу. Потом ведущий называет любую часть тела (например, ухо), но дотрагиваться при этом может до любой другой части (например, до пятки). Задача участников – дотронуться до той части, которую ведущий назвал, а не до той, на которую он показал. Ошибающиеся выбывают из круга.

Упражнение 4. «Карта будущего» *(цель – осознание своих жизненных целей, метафорическое их выражение, создание наглядной картины будущего).*

Ведущий: «Начертите карту своего будущего. Ваши глобальные цели обозначьте как пункты местности, в которых вы хотели бы оказаться. Обозначьте также промежуточные большие и маленькие цели на пути к ним. Придумайте и напишите названия для «пунктов-целей», к которым вы стремитесь в своей личной и профессиональной жизни. Нарисуйте также улицы и дороги, по которым вы будете идти. Как вы будете добираться до своих целей? Самым коротким или обходным путем? Какие препятствия вам предстоит преодолеть? На какую помощь вы можете рассчитывать? Какие местности вам придется пересечь на своем пути: цветущие и плодородные края, пустыни, глухие и заброшенные места? Будете ли вы прокладывать дороги и тропы в одиночестве или с кем-нибудь?»

Обсуждение:

- Где находятся важнейшие цели?
- Насколько они сочетаются друг с другом?

- Где вас подстерегают опасности?
- Откуда вы будете черпать силы для того, чтобы достичь желаемого?
- Какие чувства вызывает у вас эта картина?

6. *Рефлексия (цель - ассимиляция опыта).* Обсуждение итогов занятия: круг «Новое и важное для меня».

Упражнение 5. Коллаж «Красота различий»

Цель: закрепить полученные на занятиях знания и умения

Материалы: старые журналы, листы ватмана, краски, карандаши, фломастеры, клей.

Ход: Участникам предлагается составить коллаж на тему «Красота различий», используя необходимые материалы. Затем обсуждается полученное произведение.

Упражнение 4. «Чемодан»

Цель: Создать положительную обратную связь участникам тренинга по завершении работы.

Этапы: «Наша работа подходит к концу». Мы расстаемся. Однако перед тем как разъехаться, соберем чемодан. Мы работали вместе, поэтому и собирать чемодан для каждого будем вместе. Содержимое чемодана будет особым. Так как мы занимались проблемой общения, туда мы «положим» то, что каждому из нас помогает в общении, и то, что мешает. Чемодан мы будем собирать в отсутствие человека, а когда мы закончим, то мы пригласим его и вручим чемодан. Он должен его взять и унести с собой, не задавая вопросов.

Собирая чемодан, мы будем придерживаться некоторых правил:

1. В чемодан надо положить одинаковое количество помогающих и мешающих качеств.

2. Каждое качество будет укладываться в чемодан только с согласия всей группы. Если кто-нибудь из нас, хотя бы один, не согласен, то группа может попытаться его убедить в правильности своего решения, а если это не удастся сделать, качество в чемодан не кладется.

3. Положить в чемодан можно только те качества, которые проявились в ходе работы группы.

4. Положить в чемодан можно только те качества, которые поддаются коррекции.

5. Руководить сбором чемодана будет каждый из нас по очереди. Допустим, ты, Михаил, начнешь, а дальше продолжит Люба и так далее. Просьба не забывать те правила, о которых мы говорили».

Занятие 19. Итоговое

Необходимые материалы: бумага, цветные карандаши, фломастеры, ручки, бланки «Дипломов достижений», игрушка-талисман.

Ход занятия:

1. *Ритуал приветствия (цель - включение в работу).*

2. Разминка (цель - создание рабочего настроя). По выбору участников.

3. **Упражнение 1. «Чего я достиг»***, способствующее осознанию личных достижений.* Участники рисуют рисунок «Мои достижения», при обсуждении рассказывают о своих достижениях. Затем участники заполняют «Дипломы достижений» (см. приложение 4), в которых расписываются ведущий и все желающие.

4. *Ритуал завершения занятий (цель - ассимиляция опыта, выход из занятия)*.