**Заняття із психології у 5 класів

 Тема:** Толерантне спілкування
**Мета:** ознайомити учнів із поняттям «толерантність», «толерантна особистість», показати певні рівні толерантної людини; розвивати адекватну самооцінку, вміння аналізувати, приймати рішення, обирати правильну позицію; вчити встановлювати стосунки на доброзичливій основі; сприяти формуванню ціннісних установок на толерантне спілкування та навичок толерантної поведінки, звичок; виховувати чуйність, взаємоповагу, людяність, терпимість і небайдужість
**Обладнання:** бейджики, комп'ютер, аркуші паперу (за кількістю учасників), картки із ситуаціями (для роботи в групах), фломастери, кольорові олівці

 **Хід заняття
 I. Вступна частина** (організаційні і дисциплінарні питання)
 **1. Ритуал привітання**  (діти стають у коло, вітаються один із одним -- роблять легкий уклін зі схрещеними на грудях руками -- *(Китай)* , промовляють слова «Добрий день» або «Привіт»)
**2. Створення гарного настрою** (Вправа «Компліменти»)
 **3. Інформаційне повідомлення психолога про тему та мету заняття
 II. Основна частина
1. Інформаційне повідомлення «Толерантність. Толерантна людина»**Слово ***«толерантність»*** походить від латинського слова toleraпtіa, що перекладається як «терпіння». Це слово існує в багатьох мовах, і, незважаючи на деякі відмінності у значеннях, вимовляючи слово на будь-якій мові, ми маємо на увазі практично одне і те ж: іспанською - здатність визнавати відмінні від своїх власних ідеї або думки; французькою - відношення, при якому допускається, що інші можуть думати чи діяти інакше, ніж ти сам; англійською - готовність бути терпимим, поблажливим; китайською - дозволяти, приймати, бути по відношенню до інших великодушним; арабською - прощення, поблажливість, м'якість, милосердя, співчуття, терпіння, прихильність до інших; російською - здатність терпіти щось і від когось (бути витриманим, витривалим, стійким, вміти миритися з існуванням чогось і когось). Є така історія, пов'язана з цим словом. Близько двох століть назад у Франції жив князь ТалейранПеригор. Він відрізнявся тим, що при різних правителях залишався міністром закордонних справ. Це був чоловік, який враховував настрої людей, шанобливо до них ставився, при цьому зберігаючи свою точку зору. Багато хто стверджує, що як раз від імені цієї людини сталося поняття «толерантність».**Тобто, толерантність** – це терпимість до чужих думок, поведінки, повага до національних і культурних відмінностей, прагнення до взаєморозуміння між народами світу.
**Толерантність –** це визнання і повага до інших людей, вміння жити разом з іншими людьми. **Толерантність** передбачає, що у мене є свої погляди, у когось іншого вони інші, і хоч я ці погляди не поділяю, але терпимо до них ставлюся. Ми всі різні. Але потрібно бути терпимими (толерантними) одне до одного.
 Отже, толерантність -- це доброзичливість, визнання за кожною людиною права бути іншою і поважати цього права
 *(запис до зошитів)*

Якщо людина прагне до продуктивного спілкування, необхідно поводитися так, аби не образити партнера, поважати його точку зору та його особистість, незалежно від соціального стану, національності, індивідуальних особливостей,уподобань. Таке спілкування називають **толерантним.**
 Усі люди різняться між собою. Одні мають білий колір шкіри, інші – чорний
або жовтий. Одні люди високі, інші –невисокі. Одні стрункі, інші – повні. Люди звертають увагу на відмінності, але це не означає, що хтось є кращим за інших. Хоча в історії були випадки, коли лише через колір шкіри чи соціальне походження принижували інших людей, вважали їх гіршими за себе.

Ви не схожі один на одного і, щоб мирно співіснувати, нам треба миритися з цим розмаїттям. Зараз проведемо дослід, який показує, що ми дуже різні. Будь ласка, п’ять учнів підійдіть до мене. Візьміть однакові аркуші паперу. Потім усі одночасно виконайте наступні дії:
 1. Складіть аркуш навпіл.
 2. Відірвіть верхній правий кут.
 3. Знову складіть навпіл.
 4. Відірвіть правий верхній кут.
 5. Знову складіть.
 6. Знову відірвіть верхній правий кут.
 7. Складіть аркуш надвоє.
 8. Якщо можна, відірвіть правий верхній кут.
 9. Розгорніть аркуш і покажіть іншим.

 Чи можемо сказати, що хтось виконав роботу неправильно? Чому аркуші відірвані так по-різному? Чи можете ви сказати, що всі, хто відірвав аркуші інакше, ніж ви, є гіршими за вас? Чи буває так, що ми оцінюємо людину тільки з огляду на те, чи робить вона щось так само, як ми? Чого навчає ця вправа?

 Дуже важливо сприймати людей такими, якими вони є, навіть коли їх уподобання відмінні від твоїх. Але інколи ми стаємо сліпими і не хочемо прислухатися до чужої думки і вважаємо свою думку правильною.

Толерантність людей є найважливішою умовою миру і злагоди в сім’ї, колективі та суспільстві. «Людина може обійтись без багатьох речей, але не без іншої людини»,- сказав один учений. Навіть на самоті вона подумки звертається до інших людей. Наприклад, коли приміряєш новий одяг або робиш зачіску, думаєш, що скажуть твої друзі, чи не вважатимуть тебе відсталим або занадто «крутим», Попри все людські стосунки нерідко спричиняють проблеми: непорозуміння, суперечки, конфлікти. Щоб запобігти цьому, треба навчитися ладнати з різними людьми.  Толерантність – це мистецтво жити в світі несхожих людей та ідей. Толерантність – це терпимість до думок, поведінки та поглядів інших.
 Протилежне поняття до толерантності – інтолерантність. Поділ людей на толерантних та інтолерантних є досить умовним. Кожна людина в своєму здійснює як толерантні, так й інтолерантні вчинки. Але здатність вести себе толерантно може стати особистісною рисою і зможе забезпечити успіх у спілкуванні.
 Толерантні люди більше знають про свої недоліки та переваги. Вони критичні відносно до себе і не прагнуть у всіх бідах звинувачувати інших.
Толерантна людина не ділить світ на дві частини – чорне та біле; не робить акцент на розбіжностях між «своїм» та « чужим», тому готова вислухати та зрозуміти інші точки зору.
У 1995 році на ХХYІІІ Генеральній конференції ЮНЕСКО її учасники проголосили 16 листопада Міжнародним днем толерантності й прийняли «Декларацію принципів толерантності». Відтоді цей день щорічно відзначається в країнах-членах цієї організації.
**2. Вправа «Асоціативний ряд»
*Завдання:*** давайте спробуємо на кожну літеру слова «толерантність» назвати рису характеру, притаманну толерантній людині.
(На дошці записане у стовпчик слово толерантність, учні по черзі називають риси характеру і виходять записують їх)
**Т** – терплячий, товариський, тактовний
**О** – обережний, об'єктивний, оригінальний, особливий
**Л** – лояльний, лагідний, легкий у спілкуванні
**Е** – енергійний, елегантний, ефективний
**Р** – рівний, розсудливий, рівнозначний, рівноправний
**А** – активний, акуратний, авторитетний
**Н** – надійний, найдорожчий
**Т** – терплячий
**Н** – необхідний людям, ніжний, незалежний
**І** – інтелігентний, ідеальний, ідейний
**С** – співпереживаючий, співчуваючий, сприймаючий свободу думок і дій іншого, страждаючий
**Т** – тактовний, товариський
 **Ь**
**3**. **Тест«Наскільки ви толерантні?»**1. Ви вважаєте, що у Вас виникла цікава ідея, але її не підтримали. Це Вас засмутить?
 а) так;
 б) ні.
 2. Друзі пропонують розпочати гру. Чому Ви віддасте перевагу?
 а) щоб у ній брали участь ті, хто грає добре;
 б) щоб грали й ті, хто навіть не знає правила.
 3. Чи зможете Ви спокійно сприйняти погану для Вас новину?
 а) ні;
 б) так.
 4. Чи дратують Вас люди, які з’являються в громадських місцях в нетверезому вигляді?
 а) мені завжди були неприємними люди, які не вміють себе контролювати;
 б) якщо вони поводяться пристойно, це мене взагалі не цікавить.
 5. Чи легко Ви знайдете контакт з людьми іншої професії, матеріального стану, іншими звичками?
 а) ні, це мені важко було б зробити;
 б) так, бо я не звертаю на це увагу.
 6. Над Вами пожартували. Як Ви на це відреагуєте?
 а) мені не подобаються ані жарти, ані жартівники;
 б) хоча цей жарт може бути неприємним, відповім сміхом.
 7. Чи згодні Ви з тим, що багато людей «знаходяться не на своєму місці» і «роблять не свою справу»?
 а) так;
 б) ні.
 8. У компанії Ви з другом (подругою), який стає об’єктом загальної уваги, відвертаючи її від Вас. Як Ви на це відреагуєте?
 а) мені неприємно, що мене позбавляють уваги;
 б) я лише зрадію за нього (неї).
 9. У гостях ви зустрічаєте людину похилого віку, яка критикує сучасне покоління і розхвалює старі часи. Ваша реакція:
 а) почнете сперечатися;
 б) слухатимете спокійно або підете раніше, зіславшись на якийсь привід.
 10. На уроці ти вже відповідав:
 а) ти хочеш відповідати ще;

 б) ти даси змогу відповідати іншим.
 11. Тобі пропонують листуватися з іноземцями:
 а) тобі це нецікаво, ти не хочеш ділитися з ними своїми мріями, своїми думками;
 б) тобі цікаво з ними листуватися, пізнавати про їх життя, їх мрії, ділитися своїми мріями.
 ***Оцінювання результатів:***

***Підрахуйте бали.*** По **1 балу** дається за відповіді  **б)**за **а)**варіанти відповідей бали не нараховуються.

**Від 0 до 4 балів.** Ти безкомпромісний та упертий. Де б ти не перебував, створюється таке враження, що ти намагаєшся усім нав’язати свої думки. Ти можеш виявити агресію, навіть підвищити голос, аби досягти своєї мети, тому з тобою важко підтримувати стосунки тим, хто дотримується іншої точки зору, хто не погоджується з тим, що ти робиш.
**Від5до8балів.** Ти спроможний відстоювати свою точку зору і вести діалог, змінювати свою думку, якщо це необхідно. Хоча іноді можеш бути і занадто різким, нечемним до свого співрозмовника. В такі моменти ти справді можете виграти суперечку з людиною більш слабкого характеру. Але чи варто одержувати перемогу таким чином, якщо цього можна досягти, не принижуючи чиєїсь гідності?
**Від9до 11балів.**Твердість твоїх переконань поєднується з твоєю толерантністю. Ти можеш прийняти будь-яку ідею, з розумінням поставитися до неочікуваного вчинку, навіть якщо ти його не схвалюєш. Ти досить критично ставишся до своєї думки і здатен із повагою і тактом відмовитись від поглядів, які, як виявляється, були помилковими.

**4. Вправа « Як проявляти толерантність» ( робота в групах)**

*(Психолог поділяє учасників заняття на 2 групи. Кожна група отримує картку із запропонованою ситуацією.****Завдання:*** проаналізуйте ситуацію, оберіть свій варіант відповіді й поясніть його)
 **Ситуація1:** Дмитро має нетипову для хлопця зачіску – занадто довге волосся. Як поводитися тим, кому такий стиль  не подобається.
***Варіанти:***

 1. Постійно демонструвати своє негативне ставлення, в різкій формі рекомендувати змінити зачіску.

 2. Виходити з того, що людина має право на самовираження, і може робити будь-що зі своїм волоссям.

 3. Вимагати слідувати загальному стилю одягу та зачіски на заняттях у школі.

**Ситуація 2:** Юрко постійно виявляє неповагу, брутальність щодо своїх однокласників. Що робити?

 ***Варіанти:***
 1. Відповідати брутальністю на брутальність.
 2. Уникати спілкування з ним.
 3. З’ясувати мотиви такої поведінки, проводити з хлопцем роз’яснювальну роботу.
**5. Релаксаційна вправа «Внутрішня сила»** Сядьте зручно. Заплющте очі . Уявіть, що ви – маленький поплавок у великому океані… У вас немає компаса, карти, керма, весел… Ви рухаєтеся туди, куди несуть вас вітер та океанські хвилі… Велика хвиля може на якийсь час накрити вас, але ви знову виринаєте на поверхню… Спробуйте відчути ці поштовхи виринання… Відчуйте рух хвиль, тепло сонця, краплі дощу, глибінь моря під вами…Прислухайтеся до себе, які відчуття виникають у вас? Якщо ви відчуваєте страх, то переконайте себе, що ви сильніші за хвилі й вітри, ви не можете потонути, бо маєте на це певні причини, проговоріть їх про себе… Ви знову й знову виринаєте з таємничих глибин, куди вас намагається загнати стихія. Удалині стає видно скелястий острів… На вершині острова -- високий, міцно збудований маяк. Удень і вночі, у гарну й погану погоду він посилає потужний промінь світла, що слугує орієнтиром для тих, хто в морі. У вас з’являється багато енергії… Ця енергія зігріває вас… Вона проходить у ваше тіло й наповнює його. Ви повні внутрішніх сил -- це ваші внутрішні ресурси.. Ну а зараз давайте повернемось із нашої казки до реального життя, забравши із собою цей чудовий сон. На рахунок «три» розплющте очі…
 **6. Вправа (рольова гра) « Зустріч подружки після хвороби»
 (робота в 2 групах)** -- (інсценізація ситуації)
 Зустріли школярі свою однокласницю Надійку після хвороби (вона хворіла на вітрянку). На її обличчі ще не загоїлися ранки та залишилася зеленка.
 - Ой, яка ти смішна!- засміялася її подружка Ніна.
 - Ти ще довго ходитимеш такою негарною? Навіть на носі в тебе зеленка, підхопила Маруся.
 - А ми вже їздили на екскурсію. Було дуже цікаво, а ти все пропустила,-загомоніла  Світлана.
 - Ми вже багато нового вивчили з алгебри: певно, ти нічого не розумієш, адже ти й раніше не дуже добре зналася на математиці.
 Надійка скоро попрощалася та пішла зі сльозами на очах.
***Завдання:*** продовжіть розповідь і виправте помилки учнів.
**7. Вправа «Правила толерантного спілкування»
 Цікава інформація: «Дикі гуси»**
 Чи багато ми знаємо про диких гусей? Вони голосно кричать і боляче щипаються. А ще вони клином летять на південь.  А чи знаєте, що гусак вибирає собі пару на все життя? І якщо одна половинка гине, інша ніколи не створить собі нову пару і незабаром теж вмирає. Летівши клином, вони здатні долати відстань в 1,7 раз більше, ніж поодинці, оскільки зменшується опір повітря, і найскладніше тому, хто летить попереду. Якщо перший втомився, він вирушає в кінець зграї, і його негайно підміняють. І кожен з гусей буває  в цій ролі. Якщо один з гусей захворів або втомився і опускається нижче, ще двоє опускаються з ним і залишаються до тих пір, поки той не набереться досить сил. Ви чули, як кричать гуси, коли клин пливе по горизонту? Це вони підбадьорюють того, що летить попереду, і точно знають, що їх також підбадьорюватимуть, коли вони опиняться на його місці.
 *(Психолог підводить дітей до думки -узагальнення: життя гусей – це метафора стосунків в сім’ї, колективі).*
***Питання дітям:***

1. Чи часто нас, якщо ми «летимо попереду», підтримують?
2. Чи не забувають про нас, коли ми втомилися і «відстаємо»? Для того, щоб була можливість «летіти» вперед, важливо мати надійний «тил».
3. Як ми поводимося, коли хтось помиляється?
4. Чи «спускаємося з ним вниз», щоб підтримати? Або нам легко вигнати його із «зграї»?

 Дуже важливо в сім’ї і в будь-якому колективі дотримуватися ***правил толерантного спілкування:***

1. Бути завжди уважним.
2. Бути терпимим в спорі і аргументувати свою думку.
3. Бути гуманним і милосердним.
4. Не ображати співбесідника.

**8. Творча робота «Емблема»**

***Завдання:*** намалюйте за 5 хв малюнок-емблему, який, на вашу думку, символізує толерантність (квітку, сонечко, усмішку). Після виконання завдання кожен представляє свою емблему, пояснює символи, чому так намалювали та що для нього означає обраний символ
**9. Вправа «Місток»**  А зараз перевіримо на практиці вашу толерантність. На «місток» з обох боків стають два учні. Під «містком» тече «бурхлива гірська річка». Ви повинні домовитись між собою, як вам перейти «місток» і не зі­штовхнути одне одного в «річку». Дозволяється користуватися лише жестами і мімікою.

**10. Робота з пам’яткою –порадами**- Будьте готові до того, що всі люди різні – не кращі й не гірші, а просто різні.

- Навчіться сприймати людей такими, якими вони є, не намагайтесь змінити в них те, що вам не подобається.

- Цінуйте в кожній людині особистість і поважайте її думки, почуття, переконання, незалежно від того, чи збігаються вони з вашими.

 - Зберігайте «своє обличчя», знайдіть себе і за будь-яких обставин залишайтеся самі собою.

**11. Притча – блюз «Цвяхи»** Жив собі хлопець із жахливим характером. Якось батько дав йому мішок із цвяхами і сказав по одному забивати у паркан щоразу, коли хлопець втратить терпець і посвариться з кимось. Першого дня хлопець забив 37 цвяхів. Згодом він навчився себе опановувати, і кількість забитих цвяхів щодня зменшувалася. Хлопець зрозумів, що легше навчитися стримувати свої емоції, ніж забивати цвяхи.
 Нарешті настав день, коли він не забив жодного цвяха. Син підійшов до батька і сказав про це. Тоді батько наказав синові витягти з паркана по цвяху у ті дні, коли він не втратить самоконтролю і ні з ким не посвариться.
 Минали дні, і згодом син міг сказати батькові, що в паркані не залишилося жодного цвяха. Батько підвів  сина до огорожі та сказав: « Ти добре поводишся, синку, але подивися, скільки дірок залишилося… Огорожа вже ніколи не буде такою, як колись…»

***? – Який висновок ми можемо зробити на основі цієї притчі?***

*( Коли ми з кимось сваримося і кажемо йому щось неприємне, ми залишаємо в іншій людині такі рани, як ці діри. І рани зостаються, попри те, скільки разів потім ми просимо вибачення. Словесні рани заподіюють такий самий біль, як і фізичні. Тож давайте не будемо забивати цвяхів ворожості, нерозуміння і жорстокості в душі людей. Будьмо толерантними, а, отже, розуміймо одне одного. Ми живемо серед людей і повинні доброзичливіше ставитися одне до одного. Треба навчитися рахуватися з думками і вчинками інших, уміти зрозуміти людину і вибачити її, бути дружелюбними, не робити іншим такого, чого б ти не хотів для себе. А для цього необхідно викоренити зі своїх сердець зверхність, байдужість, упередженість. І тоді вас -- щирих, добрих, сердечних -- будуть усі любити і поважати, і світ стане кращим!)*

 **III. Заключна частина
1. Рефлексія**-- Чи сподобалося вам заняття?
 -- Яка вправа найбільше сподобалася на занятті?
 -- Що викликало труднощі?
**2. Ритуал прощання**