

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ

им. В.П. Астафьева»
(КГПУ им. В.П. Астафьева)
Институт социально-гуманитарных технологий
Кафедра специальной психологии

Гаврилова Олеся Владимировна
МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ

**Психолого-педагогическая программа формирования
толерантного отношения младших школьников к детям с
ограниченными возможностями здоровья в условиях
инклюзивного образования**

Направление подготовки: 44.04.02 Психолого-педагогическое образование
направленность (профиль) образовательной программы
Психолого-педагогическая коррекция нарушений развития детей

Допускаю к защите:

и.о. заведующего кафедрой
к.п.н., доцент Е.А. Черенева

(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

10.12.21

(дата, подпись)

Руководитель магистерской программы

к.психол.н., доцент Н.Ю. Верхотурова

(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)



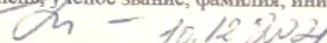
10.12.2021

(дата, подпись)

Научный руководитель

к.психол.н., доцент Н.Г. Иванова

(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)



(дата, подпись)

Обучающийся Гаврилова О.В.

(фамилия, инициалы)

10.12.2021

(дата, подпись)

Красноярск, 2021

Оглавление

Введение.....	4
Глава I. Теоретический обзор по проблеме толерантного отношения младших школьников к детям с ограниченными возможностями здоровья в условиях инклюзивной среды.....	10
1.1 Проблема изучения толерантности в психолого-педагогической литературе.....	10
1.2 Особенности толерантного отношения к детям с ограниченными возможностями здоровья в инклюзивной среде.....	18
1.3 Современное состояние изучения проблемы толерантности у детей	23
Выводы по первой главе.....	25
Глава II. Исследование особенностей толерантности у младших школьников.....	27
2.1 Организация, методы и методики исследования.....	27
2.2 Результаты констатирующего этапа эксперимента.....	33
Выводы по второй главе.....	43
Глава III Реализация психолого-педагогической программы формирования толерантного отношения младших школьников к детям с ограниченными возможностями здоровья в условиях инклюзивной среды.....	46
3.1 Теоретико-методологические основы формирующего этапа эксперимента.....	46
3.2 Содержание психолого-педагогической программы формирования толерантного отношения к детям с ограниченными возможностями здоровья.....	50
3.3 Результаты контрольного этапа эксперимента.....	62
Выводы по третьей главе.....	77
Заключение.....	79
Список литературы.....	81

Приложение 1.....	90
Приложение 2.....	108

Введение

Актуальность исследования. Проблемой современного общества стал быстрый рост числа детей с ограничениями здоровья. И Россия не является исключением. На сегодняшний день в нашей стране насчитывается более двух миллионов детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и их число постоянно растет. В связи с этим особую актуальность приобретает проблема функционирования этой категории детей, а в перспективе и взрослых в обществе. Для детей с ОВЗ необходимо создать равные условия жизнедеятельности, содействовать их независимой жизни. Для реализации этой идеи на законодательном уровне закрепляются нормативы, содействующие повышению качества жизни детей с ОВЗ. В частности, в современной системе общего образования в теории и на практике закрепляется идея инклюзивного образования. Т.е. образования, доступного для всех, в том числе и для детей с особенностями. Если еще пару десятков лет назад дети с ДЦП, аутизмом, и др. нарушениями обучались в специализированных школах или находились на домашнем обучении, то сегодня общеобразовательная школа готова принять и создать комфортные условия обучения для таких детей.

Появление ребенка с ОВЗ в общеобразовательной школе создает потребность в целенаправленном формировании толерантных качеств у школьников, учителей и родителей.

Формирования толерантности у всех участников образовательного процесса требует особого внимания специалистов: психологов, логопедов, дефектологов, социальных работников. Обучение детей с особыми образовательными потребностями создает необходимость в пересмотре методов и средств обучения и оценки результатов данной категории детей. Современная система образования еще находится в процессе адаптации к инклюзии.

Тем не менее, возможность обучаться в общеобразовательной школе

ребенка с особенностями имеет ряд преимуществ как для «особенка», так и для «нормотипичных» детей. Если для первых школа становится адаптивной средой, позволяющей ребенку со временем выйти в общество и полноценно функционировать в нем. Дети научаются взаимодействовать, общаться с другими людьми, вырабатывают адаптивные реакции на те или иные социальные ситуации. То обычные дети, взаимодействуя с «особьятами» приобретают ценнейшие качества личности, такие как доброжелательность, терпимость, сопереживание, эмпатию, способность помогать. Научаюсь принимать других с их особенностями, недостатками дети трансформируют и отношение к собственным нюансам личности. Они и себе со временем дают право быть такими какие они есть, со всем спектром особенностей, тем самым разрешая многие внутриличностные конфликты.

Важным условием успешной инклюзии детей с ограниченными возможностями здоровья является атмосфера толерантности в образовательной и социальной среде. Тот факт, что дети с особенностями входят в общество уже в дошкольные учреждения, позволяет обычным детям с раннего возраста учиться взаимодействовать с такими детьми. Этот процесс для них становится естественным, в отличии от их родителей, которые в силу того, что в своем детстве не существовали рядом с «особьятами», не имеют опыта общения с такими детьми. И это недостаток знания и опыта социуму необходимо восполнять и менять свое восприятие особенных детей

Проведя анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования мы установили, что вопросами формирования толерантности занимались такие психологи и педагоги, как В.В. Бойко, М.Р. Битянова, Л.В. Байбородова, М.А Ковальчук, Шеламова Г.М. и др. Как в отечественной, так и в зарубежной литературе имеется уже достаточно теоретических знаний и практических рекомендаций по формированию толерантности, но как правило она рассматривается через отношение к представителям другой национальности, вероисповедания. Нас же интересует толерантность как проявление принятия детей с особенностями, и этот аспект на сегодня менее

изучен.

Вышесказанное позволяет сформулировать проблему исследования, заключающуюся в изучении особенностей формирования толерантного отношения младших школьников к детям с ОВЗ и обосновании психологического сопровождения данного процесса, требующего серьезного теоретического осмысления и практических разработок в этой области.

Цель исследования – выявить особенности формирования толерантного отношения младших школьников к детям с ограниченными возможностями здоровья в условиях инклюзивной среды и разработать психолого-педагогическую программу формирования толерантности у данной группы испытуемых.

Объект исследования: толерантное отношение младших школьников к детям с ограниченными возможностями здоровья.

Предметом исследования психолого-педагогическая программа формирования толерантного отношения младших школьников к детям с ограниченными возможностями здоровья в условиях инклюзивного образования.

В соответствии с поставленной целью и выдвинутой гипотезой были поставлены и решены следующие **задачи исследования:**

1. Проанализировать психологическую литературу по проблеме исследования и определить её современное состояние.
2. Выявить особенности толерантности младших школьников.
3. Разработать и апробировать программу развития толерантного отношения младших школьников к детям с ограниченными возможностями здоровья в условиях инклюзивной среды, проверить ее эффективность.

Гипотезой исследования: полагаем, что формирование толерантности младших школьников в отношении детей с ограниченными возможностями здоровья будет наиболее продуктивно при реализации разработанной нами психолого-педагогической программы.

Методы исследования: определились в соответствии с целью, гипотезой и задачами работы. В ходе исследования применялись как теоретические, так и эмпирические методы. К первым относится анализ психологической литературы по проблеме исследования, ко вторым – экспериментальные методы – констатирующий, формирующий, контрольный эксперимент. В исследование также включены методы количественной и качественной обработки данных, интерпретационные методы.

Теоретической и методологической основой исследования являются положения отечественной психологии:

– изучение и исследование проблемы толерантности (В.В Бойко, О.А. Спицына, Е.Ю. Жмырова, У.А. Кухарева Г.У. Солдатова, А.Г. Асмолов, Е.Г.Кривцова и др.);

– концепции личностно-ориентированного подхода при обучении детей (Б. Г. Ананьев, Л. С. Выготский, С.Л. Рубинштейн, И. Л. Зимняя и др.)

– принципы воспитания толерантности (С.К Бондырева, Д.В. Колесов и др.);

– исследованием и разработкой методов, форм и средств воспитания толерантности у детей (П.В. Степанов, М.И. Рожкова, Г.В. Безюлева, Г.М.Шеламова, Л.В. Байбородова М.А. Ковальчук и др.);

– работы, раскрывающие специфику и принципы психолого-педагогического сопровождения (М.Р. Битянова, Н С Глуханюк и др.).

Организация исследования: экспериментальное исследование проведено на базе МАОУ Лицей №1 г. Красноярск. В эксперименте приняли участие ученики двух вторых классов в количестве 40 человек. Возраст испытуемых 9–11 лет. В каждом классе по 20 детей, из них 17 нормотипичных, 1 аутист и 2 ребенка с ЗПР или ДЦП.

Этапы проведения исследования. Исследование проводилось в четыре этапа с сентября 2019 года по октябрь 2021 года.

Первый этап – подготовительный (сентябрь 2019 г. – май 2020 г.). На данном этапе проходило изучение и анализ психологической литературы по проблеме исследования, изучение современного состояния проблемы. Осуществлялся подбор диагностического инструментария.

Второй этап (сентябрь 2020 г. – декабрь 2020 г.). Проведение констатирующего эксперимента с количественным и качественным анализом полученных результатов исследования по выявлению особенностей толерантности младших школьников.

Третий этап (январь 2021 г. – май 2021 г.). Теоретическое обоснование, разработка и реализация программы формирования толерантного отношения младших школьников к детям с ограниченными возможностями здоровья. Проведение контрольного эксперимента в контрольной и экспериментальной группах.

Четвёртый этап (июнь 2021 г. – октябрь 2021 г.). Сравнительный количественный и качественный анализ полученных результатов исследования. Определение эффективности реализации программы формирования толерантного отношения младших школьников к детям с ограниченными возможностями развития. Формулирование выводов, оформление текста работы.

Теоретическая значимость исследования: определяется тем, что его результаты позволяют расширить и углубить научные представления об особенностях процесса формирования толерантности у младших школьников. Разработана и научно обоснована программа формирования толерантного отношения младших школьников к детям с ограниченными возможностями здоровья в условиях инклюзивной среды. Расширено, углублено и уточнено понятийно-терминологическое поле по проблеме формирования толерантности у младших школьников.

Практическая значимость исследования: разработана и реализована в исследовании программа формирования толерантного отношения младших школьников к детям с ограниченными возможностями здоровья в условиях

инклюзивной среды. Представленные в эмпирической части исследования количественные данные, раскрывающие особенности толерантности младших школьников, могут быть использованы учителями школ, психологами и другими специалистами, работающими с данной категорией обучающихся в целях построения системы психологического сопровождения процесса формирования толерантности у младших школьников.

Структура и объём выпускной квалификационной работы: работа состоит из введения, трёх глав, заключения, списка литературы в количестве 102 источника. Включает 2 приложения. Проиллюстрирована работа 15 таблицами, 12 рисунками. Объём работы 152 стр.

Глава I. Теоретический обзор по проблеме толерантного отношения младших школьников к детям с ОВЗ в условиях инклюзивной среды

1.1 Проблема изучения толерантности в психолого-педагогической литературе

В последние годы возрос интерес ученых к проблеме толерантного отношения к тем или иным категориям людей. В психологической литературе имеется достаточно исследований, указывающих на необходимость изучения толерантности не только как терпимого отношения к ближнему, его принятия со всеми особенностями, но и наличия его структурных психологических компонентов (Н.А. Асташова, М.В. Степанов, Г. Оллпорт, Г.А. Асмолова, В.В.Бойко, К.А. Абдульханов и др.).

Анализ литературы по проблеме исследования позволил нам сделать вывод о том, что в настоящее время в психологической литературе нет единого, целостного понимания термина толерантность. В этой связи актуализируется проведение научно-практических исследований толерантных свойств личности, а также способов формирования и развития толерантности с дошкольного возраста до личностной зрелости.

Теоретический обзор литературы по проблеме исследования позволил сделать вывод, что в психологии уже накоплено достаточное количество теоретических концепций, рассматривающих проблему исследования толерантных свойств личности. Так, в этом направлении особую ценность для нас представляют труды В.В. Бойко, С.К Бондыревой, Д.В. Колесова, Л.В. Байбородовой, М.И. Рожковой, Г.В. Безюлевой, П.В. Степанова и др.

Если обратиться к этимологии термина «толерантность», то обнаружим, что оно происходит от латинского слова *tolerantia*, означающее «терпение». В основе этого слова лежит латинский глагол *tolero*, который означает «нести, держать, терпеть». Английское слово *tolerance*, наряду с терпимостью означает «допускать».

В философии, этике, политологии, педагогике, психологии, биологии, медицине и других науках активно используется понятие толерантность и каждая область наук придает ему свой оттенок, что рождает многозначность и многовариантность толкования этого термина.

Уже мыслители XVII–XVIII веков — Гоббс, Дж. Локк, Вольтер, Ж.-Ж. Руссо в своих трудах касались проблемы толерантности, как терпимости к вере. Их работы заложили фундамент идеи толерантности в общественном сознании как всеобщей ценности, фактора согласия между религиями и народами [34].

К веротерпимости призывали и отечественные философы Н. Лосский, С.С. Соловьев, А. Хомяков, Н. Бердяев, и другие [19].

В своих трудах И. Канта затрагивает понятие толерантность как общегражданскую терпимость, которая, в отличие от веротерпимости, актуализирует другие аспекты социального бытия индивида [23].

Толковый словарь русского языка определяет толерантность, как терпимость. Т.е. говорит о тождественности этих понятий. Словарь иностранных слов трактует «Толерантность как способность к признанию или практическое признание и уважение убеждений и действий других людей» [41].

«Политическая энциклопедия» раскрывает «толерантность как вовсе не слабость, а сильное, объективно положительное и выгодное для проявляющей ее стороны качество». Т.е. толерантность является той активной стороной личности, которая позволяет взаимодействовать с другими культурами, приобретать их знания, социальный опыт, достижения.

В «Философском энциклопедическом словаре» толерантность определяется как «терпимое отношение к другим людям, независимо от их этнической, национальной либо культурной принадлежности, терпимость к иному рода взглядам, нравам, привычкам; необходима по отношению к особенностям различных культурных групп и их представителям» [18].

Философ В.А. Лекторский, рассматривая толерантность предлагает 4 ее трактовки:

1) Толерантность как безразличие. Т.е. равнодушие к существованию различных мнений, взглядов, убеждений, специфических ценностей разных культур, этнических традиций и т.п. Мы не можем доказать истинность или ложность этих идей, мнений, убеждений, поэтому принимаем их, спокойно реагируем, без эмоционального отклика на них.

2) Толерантность как невозможность взаимопонимания. В силу невозможности понять индивида, взаимодействовать с ним по ряду причин и обстоятельств, толерантность ограничивается лишь уважением к данному индивиду.

3) Толерантность как снисхождение. Относя себя к привилегированной культуре, мы оцениваем других как более слабых: их можно терпеть, но при этом одновременно презирать.

4) Расширение собственного опыта и критический диалог предполагает в процессе взаимодействия не только конфронтацию, но и обмен опытом, знаниями, в сочетании с установкой на взаимное изменение позиций [33].

В психологической литературе термин толерантность имеет несколько иной смысловой оттенок. Большой психологический словарь определяет толерантность двузначно:

– как «установку либерального принятия моделей поведения, убеждений, ценностей другого»;

– как «способность выносить стресс без серьезного вреда» [18].

Т.е. толерантность рассматривается как способность к сопротивлению, будь то сопротивление стрессам, воздействию окружающей среды или собственному недовольству поведением других людей.

Исследуя толерантность И.Б. Гришпун также указывает на двойственность понимания этого термина. С одной стороны, толерантность рассматривается как индивидуальное свойство, дающее возможность сохранять саморегуляцию в сложных, критических ситуациях. И здесь акцент

делается на способность к самосохранению. С другой стороны, толерантность понимается как способности к неагрессивному, доброжелательному поведению по отношению к другому человеку вне зависимости от его действий, особенностей. И это готовность к взаимодействию [28].

О.А. Грива определяет толерантность «как психоэмоциональную устойчивость личности и ее терпимое отношение к другим в различных планах: личностном, гендерном, культурном, этническом, конфессиональном» [33].

Г.У. Олпорт рассматривает толерантность не только как проявление слабости, как способность стойко переносить, терпеть неприятное, но в более строгой интерпретации толерантным называет того человека, который одинаково дружелюбно настроен ко всем людям без исключения. В своей работе «Становление личности» ученый выделяет два противоположных пути развития личности, это интолерантный и толерантный. Толерантный человек в его трактовке способен принимать себя и окружающих, относясь хорошо к себе он также относится и к другим. Интолерантный же человек по мнению Г.У. Олпорта отличается стремлением переносить ответственность на других, гипертрофированной потребностью в порядке, постоянным беспокойством о безопасности, его главный приоритет и смысл его жизни это он сам.

Г. Олпорт одним из первых затронул вопрос о показателях и критериях толерантности. Он выделил следующие параметры толерантности: ориентация на себя; потребность в определенности; меньшая приверженность к порядку; способность к эмпатии; предпочтение свободы, демократии; осознание себя и критичность к себе; ответственность; защищенность; чувство юмора [66].

Е.Ю. Жмырова классифицирует толерантность по объекту, к которому может проявляться терпимость/нетерпимость: 1) интеллектуальная – толерантность к другим взглядам, идеям, мнениям; 2) этническая – к другому этносу; 3) конфессиональная – к другой вере; 4) межкультурная – к другой культуре; 5) гендерная – к другому полу; 6) сексуальная – к другой

сексуальной ориентации; 7) медицинская – к другому состоянию здоровья; 8) возрастная – к другому возрасту; 9) классовая – к другой социальной группе /страте [31].

Н.А. Астахова определяет толерантность как психосоциальную характеристику личности, как «уважительное отношение к чужому мнению, лояльность в оценке поступков и поведении других людей, готовность к пониманию и сотрудничеству в решении вопросов межличностного, группового и межнационального взаимодействия».

Рассматривая толерантную личность Н.А. Астахова выделяет ряд характеристик: гуманность, рефлексивность, свободу, ответственность, защищенность, гибкость, уверенность в себе, самообладание, вариативность, перцепция, эмпатию и чувство юмора. Наше понимание толерантной личности близко к представлению о ней Н.А. Астаховой [34].

Для нас интересно представление о толерантных позициях Т.П. Скрипкина. Он выделяет пять толерантных позиций в зависимости от уровня глубины принятия. Так он выделяет толерантность как внутреннюю установку, т.е. это внутреннее принятие мнений убеждений особенностей другого человека или группы людей. Мы предполагаем, что воспитательная, психокоррекционная деятельность должна быть направлена на развитие именно такого, внутреннего принятия, поскольку оно формирует настоящие искренние отношения между людьми, способствует внутриличностному развитию каждого участника взаимодействия.

Вторая толерантная позиция как культурологическая норма – это внешняя толерантность, т.е. демонстрируемое, одобряемое обществом отношение. Эта позиция крайне нестабильно и определяется тем микросоциумом, в котором человек существует. Так, если учитель с раздражением отреагировал на поведение ребенка с дцп, или умственной отсталостью, т.е. продемонстрировал норму отношения, то и все ученики класс с большой долей вероятности покажут подобное отношение.

Третья толерантная позиция, как беспристрастность, т.е. равнодушие

безразличие к мнениям, убеждениям, вероисповеданию, национальности и т. пр. «Вы можете верить во что угодно, главное, чтобы на меня это не влияло» – типичное отношение человека с такой толерантной позицией.

Четвертая толерантная позиция – это толерантное отношение к тем, кто причиняет вред не нам. Т.е. пока люди, наносящие вред, нас не касаются, мы безразлично к ним относимся, готовы демонстрировать их внешнее приятие.

Пятая толерантная позиция – толерантное отношение к тому, кто наносит нам вред. Такое отношение можно наблюдать в семейных отношениях. Мать готова простить, оправдать и принять любой поступок своего дитя [23].

Большой вклад в понимание толерантности внес В.В. Бойко. Он предложил термин «коммуникативная толерантность» под которым понимал отношение личности к людям, это качество, которое проявляется во взаимодействии и показывает степень переносимости неприятных и неприемлемых для индивида мнений, особенностей, качеств, поступков объекта взаимодействия [17].

Изучая толерантность В.В. Бойко выделил 4 уровня:

1) уровень ситуативной коммуникативной толерантности – это проявление толерантности в конкретной ситуации к конкретному человеку. Например: человек уступает место в автобусе старушке.

2) уровень типологической коммуникативной толерантности – такая толерантность проявляется к определенной группе людей, обладающей набором свойств, качеств, особенностей. Например: представители определенной нации, профессии, инвалиды, возрастные группы.

3) уровень профессиональной толерантности – эта толерантность проявляется в отношении людей, с которыми приходится взаимодействовать в силу профессиональной деятельности. Например: врач, ежедневного взаимодействует с большим количеством людей и вырабатывает определенную систему типов пациентов и стереотипно к ним относится.

4) уровень общей коммуникативной толерантности – это толерантное отношение к людям в целом, основанное на жизненном опыте, установках, особенностях характера и т.п. В основе ситуативной, профессиональной, типологической толерантности лежит общая коммуникативная толерантность и обуславливает их [17].

При рассмотрении и изучении толерантности важно понимать структуру и ее основные показатели.

В структуре толерантности можно выделить три основных компонента:

1. Когнитивный компонент – это признание многообразия точек зрения.
2. Эмоциональный компонент – это эмпатия.
3. Поведенческий компонент – это взаимодействие разномыслящих, способность договариваться.

Когнитивный компонент предполагает понимание термина толерантность, осознание идеи толерантного отношения к представителям определенных социальных групп, наций и просто к отдельным личностям с особенностями.

Эмоциональный компонент проявляется через эмпатию, т.е. сопереживание, сочувствие, принятие объекта взаимодействия со всеми его особенностями.

Поведенческий (деятельностный) компонент предполагает взаимодействие и проявление определенного поведения в отношении субъекта в основе которого лежит понимание, сотрудничество, коммуникативные умения [66].

Исходя из структуры толерантности можно выделить критерии и показатели сформированности толерантности:

– Устойчивость личности. Показателями этого критерия являются: эмоциональная стабильность; доброжелательность, вежливость, терпение; социальная ответственность; самостоятельность; социальная релаксация.

– Эмпатия. Этот критерий проявляется в показателях: чувствительность партнера; высокий уровень сопереживания; учтивость; экстравертность; способность к рефлексии.

– Дивергентность мышления. Показатели: отсутствие стереотипов, предрассудков; гибкость мышления; критичность мышления.

– Мобильность поведения проявляется в показателях: отсутствие напряженности в поведении; общительность; отсутствие тревожности; умение найти выход из сложной ситуации; прогностицизм; автономность поведения; динамизм

– Социальная активность. Показателями этого критерия являются: социальная самоидентификация; креативность; социальный оптимизм; социальная адаптированность; инициативность.

В нашей работе по формированию толерантного отношения младших школьников к детям с ОВЗ мы опираемся на когнитивный, эмоциональный и деятельностный компоненты толерантности и исследуем толерантность через такие показатели как эмпатия, принятие других, общительность, социальная адаптивность, агрессивность.

Таким образом, исходя из вышесказанного, под толерантностью мы будем понимать свойство личности позволяющее понимать и принимать состояния, особенности других людей, стремление взаимодействовать с ними, находить компромиссы, получать искреннее удовольствие от такого взаимодействия. Толерантность не дана человеку с рождения и формируется в процессе приобретения им жизненного опыта в том микросоциуме, в котором индивид существует, живет, растет и развивается. Меры психологической коррекции и воспитания могут повлиять на процесс формирования толерантных свойств личности. Уже начиная со старшего дошкольного возраста это воздействие будет эффективным. Нужно помнить, что на формирование толерантности намного большее влияние оказывают не специально подготовленные психокоррекционные занятия, а пример, который показывают окружающие ребенка взрослые. Следовательно, ответственность

за формирование толерантности в первую очередь ложится на плечи родителей, воспитателей в детских садах, учителей в школах.

1.2 Особенности толерантного отношения к детям с ОВЗ в инклюзивной среде

Еще пару десятилетий назад дети с проблемами здоровья были изолированы от своих сверстников. Они обучались в специализированных учебных заведениях, интернатах или на дому. И хотя необходимые для обучения и воспитания условия создавались, дети были лишены важного компонента формирования личности, социального. Заканчивая учебное заведение, они испытывают затруднения в общении с обычными людьми, им сложно адаптироваться в обычных учебных заведениях при получении профессионального образования, поскольку они были лишены опыта общения с нормотипичными сверстниками. Все без исключения дети имеют право не только на обучение и воспитание, но и на социализацию, на успешную самореализацию в различных видах профессиональной и социальной деятельности.

На сегодняшний день в России эту проблему пытаются решить с помощью инклюзии. Основная идея инклюзивного образования заключается в том, чтобы устранить дискриминацию, и дать возможность всем детям вне зависимости от состояния здоровья получать качественное образование, подстраивая при этом образовательную среду под особые потребности детей.

Инклюзивное (включающее) образование – это образование детей, несмотря на физические, интеллектуальные и иные особенности, их включение в общую систему образования, обучение и воспитание в детских садах, общеобразовательных школах вместе со своими сверстниками.

Инклюзивное образование предполагает образование детей с ОВЗ в обычном образовательном учреждении, но с созданием специальных условий обучения [35].

Инклюзия имеет принципиальное отличие от интеграции. Казалось бы, и том и в другом случае дети с ОВЗ обучаются в общеобразовательной школе, но в условиях интеграции дети всё также остаются изолированы от сверстников в специальных коррекционных классах. Инклюзивное же образование вводит «особенка» в класс обычных детей подстраивая образовательную среду под особенности и потребности этого ребенка. Включение ребенка с ОВЗ в образовательную среду будет успешным лишь в том случае, когда эта среда будет преобразована.

Современная инклюзия находится на стадии формирования. Разрабатываются системы, методики и средства для обеспечения потребностей всех детей. Вырабатывается новая система оценки успеваемости детей с особенностями. Инклюзия детей с ОВЗ предполагает формирования нового типа общества, общества, принимающего всех независимо от национальных, культурных, религиозных особенностей, в том числе и от особенностей здоровья. Все дети должны иметь возможность учиться вместе независимо от каких-либо трудностей.

Основные принципы инклюзивного образования:

– Ценность человека. Каждый человек уникален, вне зависимости от его возможностей, каждый способен чувствовать и думать. Какие шедевры создают аутисты, а ведь их часто считают необучаемыми.

– Право на общение. Каждый человек имеет право на общение, взаимодействие с другими людьми. Имеет право сказать и быть услышанным.

– Потребность друг в друге. Казалось бы, инклюзия создается ради особенных детей, чтобы решить их проблемы, социализировать их. Но, у современных обычных детей есть уникальная возможность развить и проявлять ценнейшие качества личности, такие как доброжелательность, общительность, сострадание, сопереживание, эмпатию. Научившись принимать сверстников с их недостатками и особенностями, ребенок изменяет и отношение к собственным недостаткам, научается принимать и их.

Принимая других, каждый человек учится принимать и себя, решая многие внутриличностные конфликты и прорабатывая психологические травмы.

– Поддержка и дружба. Каждый человек испытывает потребность в теплых дружеских отношениях, в понимании и поддержке. Уже с младшей группы детского сада дети учатся дружить и этот процесс растягивается на всю жизнь, что говорит о важности и необходимости дружеских отношений.

– Актуальные способности. У каждого ребенка есть виды деятельности, в которых он более успешен, достигает более высоких результатов. Для «особых» такие способности имеют важное значение и в инклюзии упор делается именно на них. Бесполезно умственно отсталому ребенку объяснять логарифмы, но научить его, например резьбе по дереву или спортивному плаванию можно, можно получить выдающиеся результаты [21].

Таким образом, инклюзивное образование – предполагает развитие образовательной системы в сторону доступности образования для всех вне зависимости от особенностей детей.

Успешное обучение и воспитание детей с ОВЗ в условиях инклюзии возможно если:

– Создать адаптивную среду, в которой каждый ребенок будет включен в образовательный процесс, с максимальными возможностями личностной самореализации.

– Создать доступную среду. Обеспечение возможности беспрепятственного доступа детей в образовательное учреждение, их пребывание и обучение в этом учреждении (пандусы, лифты, специализированное, реабилитационное оборудование, специально оборудованные учебные места и т.п.).

– Разработать адаптированные образовательные программы обучения детей с ОВЗ. Такие программы разрабатываются на базе ООП, но с учетом особенностей и возможностей конкретного ребенка.

– Обеспечить медико-психолого-педагогическое сопровождение ребенка с ОВЗ в течении всего периода обучения.

– Подготовить педагогический коллектив. Каждый учитель должен не только понимать специфику нарушений у ребенка, но владеть методами и средствами обучения при таких нарушениях.

– Ввести в штатное расписание достаточное количество ставок педагогических и медицинских работников, обеспечивающих всестороннее сопровождение детей с ОВЗ. (психологи, дефектологи, логопеды, тьюторы, медицинские работники и др.)

– Проводить информационно-просветительскую, разъяснительную работу по вопросам, связанным с особенностями образовательного процесса для данной категории детей, с учениками, их родителями, педагогами [56].

Решающим условием реализации основной идеи инклюзивного образования является формирование толерантной среды. Можно оснастить школу необходимым оборудованием, выделить большое количество ставок педагогам, обеспечить учителей методами и средствами обучения особенных детей, но без толерантного отношения к этим детям со стороны всех субъектов образовательного процесса не будет успешного обучения, самореализации и социализации особенного ребенка.

Психолого-педагогическая работа по формированию толерантной среды должна быть направлена на:

1. Учителей;
2. Сверстников;
3. Родителей школьников;
4. Узких специалистов;
5. Администрацию школы.

Основные участники педагогического процесса — это учителя и школьники. Именно на них прежде всего должна быть ориентирована просветительская работа, психолого-педагогическая коррекция.

Инклюзивное образование очень нуждается в учителях, способных понимать и принимать любых детей, с самыми разнообразными особенностями, нарушениями, недостатками развития. Учитель является

авторитетом для ученика начальной школы. Он определяет систему норм и правил существования в социуме. В связи с этим на нем лежит большая ответственность по формированию, в том числе и толерантных свойств личности [20].

Важно восполнить у учителей недостаток знаний об особенностях развития и обучения детей с нарушениями здоровья. Администрация образовательного учреждения направляет учителей, работающих в инклюзивных классах на курсы повышения квалификации, чтобы решить эту задачу.

Немаловажное значение и имеет психологическая готовность учителя работать с особенным ребенком. Нужно понимать, что трудности обязательно будут, но их можно преодолеть. При отрицательных результатах нужно искать причину неудачи. Необучаемых детей не существует, есть разные темпы развития детей. В каждом ребенке заложены способности, которые нужно найти, раскрыть и поддерживать. Необходимо искать и пробовать новые методы и средства обучения, подходящие для конкретного ребенка. Важно верить в себя и в ученика, проявлять уважение к его индивидуальности, стремиться к сотрудничеству и быть готовым изменить что-то и в себе.

Каждый учитель инклюзивного класса знает, насколько важна психологическая атмосфера для успешности педагогического процесса. Дети сами по себе склонны положительно или нейтрально относиться к особенным одноклассникам. Учитель, проявляя терпение и уважительное отношение к «особенку» закрепит эту тенденцию. Подробное описание методов и средств формирования толерантных качеств у младших школьников описаны в третьей главе данной работы.

Работа с родителями по формированию толерантности основана на информационно-просветительской деятельности. И эта работа может быть проведена не только образовательным учреждением, но обществом в целом. Сми, интернет, социальная реклама, мероприятия с участием людей с нарушением здоровья, параолимпиады, и просто «особенок» ежедневно,

гуляющий во дворе постепенно меняют отношений к ребенку с ОВЗ. На смену агрессии, равнодушия, сочувствия приходит уважение, признание равных прав и возможностей.

Подводя итог вышесказанному можно прогнозировать успешное будущее инклюзивному образованию. Оно будет развиваться, совершенствоваться, раскрываться в новых аспектах. Формирование толерантности обеспечивает положительное взаимодействие между всеми участниками педагогического процесса, что создает комфортную образовательную среду. Совместное обучение нормотипичных детей с особенными благоприятно сказывается как на первых, так и на вторых формируя ценнейшие качества личности.

1.3 Современное состояние изучения проблемы толерантности у детей

Анализ периодических изданий и диссертационных работ за последние годы показал возросший интерес к проблеме толерантности у современных исследователей.

В теоретической в работе «Новые подходы в исследовании категории «толерантность» Е.И. Касьянова и Н.И. Виноградова указывают на то, что в современной науке процесс исследования термина толерантность находится на стадии становления. В отечественной научной литературе это понятие недостаточно изучено и определено в силу того, что оно попало в центр внимания ученых лишь в 1995 году. Это связано с «Декларации принципов толерантности» принятой в ООН. Авторы изучили этимологию понятия «толерантность» и определили, что в разных культурах перевод и трактовка этого термина неоднозначен. Подводя итог проведенного исследования, они пришли к выводу, что толерантность категория социальная, устойчивая, проявляющаяся в добровольном взаимодействии [39].

В диссертационном исследовании на соискание степени кандидата наук «Психологическое сопровождение развития коммуникативной толерантности

у подростков в общеобразовательных учреждениях» Русакова С. В. предлагает модель сопровождения развития коммуникативной толерантности у подростков (рис.1)

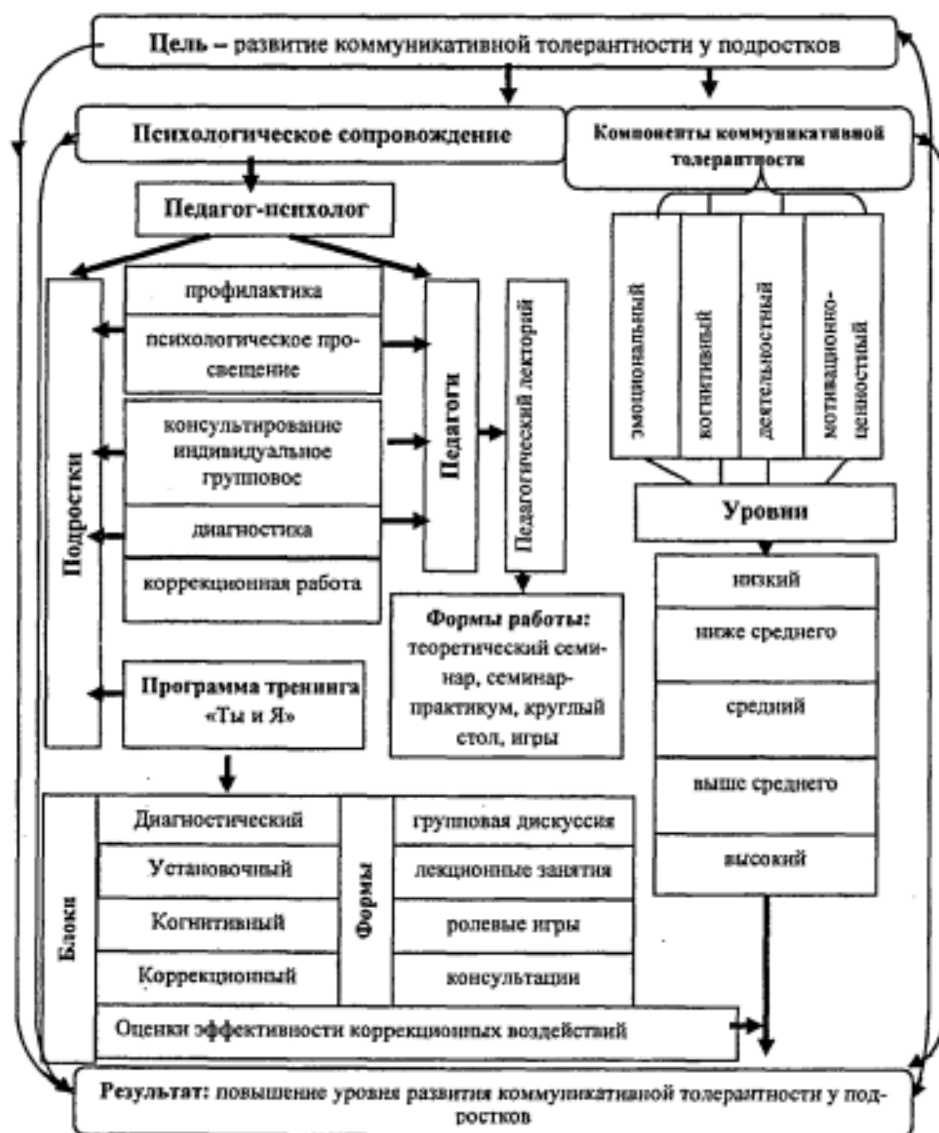


Рисунок 1. Структурно-функциональная модель психологического сопровождения развития коммуникативной толерантности у подростков в общеобразовательных учреждениях

Проведенное ею исследование коммуникативной толерантности у подростков доказало эффективность функционирования данной модели.

В работе «Толерантное отношение как показатель психологической безопасности инклюзивной образовательной среды» Слюсарева Е.С. описал

результаты исследования толерантности учащихся начальных классов в общеобразовательных школах, более 20 лет реализующих интегративное и инклюзивное образование. В исследовании приняли участие 765 учеников 1-4 классов. Проведя теоретический анализ и экспериментальное исследование он пришел к выводу, что взаимоотношения школьников носят позитивный (ненасильственный) характер и обеспечивают психологическую безопасность и комфортность инклюзивной образовательной среды.

Е.А. Ильинская, изучая особенности формирования толерантности в старшем дошкольном возрасте выделила критерии: знание самого себя; способность к критичности по отношению к себе; способность к эмпатии; мобильность поведения; ответственность; гибкость мышления; ориентация на себя; обладание чувством юмора; социальная активность или социальное поведение.

В нашей работе мы раскрыли лишь несколько современных исследований толерантности. Если раньше ученых как правило интересовало проявление толерантности в межнациональных, расовых отношениях, в вопросах религии, то сегодня взор исследователей обратился на самые разнообразные группы людей и толерантное отношение к ним. Предметом исследования стало толерантное отношение к больным людям, к пенсионерам, к представителям разных меньшинств, заключенным и т.д. Все эти группы объединяет одно важное свойство, все они обладают особенностями, требующими принятия.

Выводы по первой главе

Таким образом, толерантность – это сложное многозначное понятие, и предполагает не просто пассивное принятие, терпимость неприятного, но и активное взаимодействие, взаимовлияние и преобразование всех субъектов общения.

Исследование толерантности с каждым годом становится все более актуальным. Жестокость и агрессия, межнациональные противоречия, проблема беженцев и много другое становится предметом изучения ученых.

С приходом в школу детей с ОВЗ в рамках инклюзивного образования возникла потребность в разработке методов и средств формирования адаптивной, толерантной среды для всех участников образовательного процесса.

Появление в школе «особого ребенка» ставит перед педагогическим коллективом множество вопросов: Как помочь адаптироваться учащимся не только к социуму, но и к учебному процессу? Как воспитывать в одноклассниках толерантное отношение к ним?

Наиболее уязвимыми участниками образовательного процесса являются младшие школьники. Они сталкиваются с разными жизненными сложностями, затрагивающими все сферы личности: эмоциональную, поведенческую, коммуникативную, образовательную. В этом возрасте, с одной стороны, формируются навыки взаимодействия со сверстниками, с другой стороны, – сохраняется авторитет и значимость взрослого человека. В данный период важно сформировать адекватное отношение к миру, к окружающим людям, основанное на принятии их культурных, личностных, национальных особенностей. Именно младший школьный возраст наиболее восприимчив для формирования навыков толерантного поведения.

2. Исследование особенностей толерантности у младших школьников

2.1 Организация, методы и методики исследования

Целью экспериментального исследования является выявление особенностей толерантности младших школьников.

Эксперимент по исследованию особенностей формирования толерантного отношения младших школьников к детям с ОВЗ в условиях инклюзивной среды проводился на базе МАОУ Лицей №1 г. Красноярск.

В обследовании принимали участие 40 учеников 2-х классов. Для исследования были отобраны два класса из одной параллели со схожей структурой ученического коллектива. 20 учеников 2 «з» класса, из них два ребенка с ЗПР, один аутист. 20 учеников 2 «л» класса, из них один ребенок с ЗПР, один аутист и один с ДЦП.

Исследование особенностей толерантности младших школьников проходило в три этапа: подготовительный, экспериментальный, заключительный.

На подготовительном этапе была определена база исследования, отобраны и обоснованы методы исследования толерантности младших школьников. Выбранные диагностические методики отвечают требованиям надежности, валидности.

Второй этап – экспериментальный. На этом этапе проведено исследование особенностей толерантности младших школьников с помощью следующих психодиагностических тестов:

1. «Тест на определение уровня толерантности». Автор: М.А. Ковальчук [64].
2. «Тест оценки коммуникативных умений». Автор: Ф. Ряховский [42].
3. «Диагностика уровня поликоммуникативной эмпатии». Автор: И.М. Юсупов [4].
4. «Диагностика принятия других» (по шкале Фейя) [64].

5. «Тест агрессивности модификация опросника Басса-Дарки» (адаптация Л.Г. Почебут) [63].

1. «Тест на определение уровня толерантности»

Автор: М.А. Ковальчук [64].

Целью методики является определение уровня толерантности младших школьников. Методика представляет собой опросник, состоящий из 8 незаконченных утверждений, которые нужно продолжить, выбрав тот ответ, который респондент считает правильным. Для определения уровня толерантности необходимо посчитать количество выбранных вариантов «б». Чем выше их количество, тем выше уровень толерантности.

2. «Тест оценки коммуникативных умений»

Автор: Ф. Ряховский [42].

Тест Ряховского Ф. позволяет определить степень общительности, коммуникабельности человека, желания идти на контакт. Общительность является важным качеством личности, позволяющим полноценно взаимодействовать с людьми, адекватно реагировать на разнообразные ситуации и проявлять свое отношение к другим. Методика представляет собой опросник, состоящий из 16 вопросов, отвечать на которые следует используя три варианта ответов – «да», «иногда» и «нет».

Ответы оцениваются: «Да» – 2 балла, «иногда» – 1 балл, «нет» – 0 баллов. Полученные баллы суммируются, и по классификатору определяется, к какой категории относится испытуемый.

3. «Диагностика уровня поликоммуникативной эмпатии»

Автор: И.М. Юсупов [4].

Данная методика разработана и успешно используется казанским психологом И. М. Юсуповым для исследования эмпатии (сопереживания), т.е. умения поставить себя на место другого человека, способности к произвольной эмоциональной отзывчивости на переживания других людей. Под сопереживанием понимается принятие тех чувств, которые испытывает некто другой, так, как если бы они были нашими собственными.

Эмпатия (англ. empathy – вчувствование) является специфической формой психического отражения и играет важную роль в познании человеком окружающего мира. Как форма поведения эмпатия относится к пассивным типам, в отличие, например, от групповой эмоциональной идентификации, однако она оказывает существенное влияние на социальную регуляцию поведения личности. При оценке эмпатии как индивидуально-психологической характеристики следует учитывать факторы, в наибольшей мере влияющие на эмоциональную чувствительность и особенности эмоционального реагирования, такие, как пол, возраст, эмоциональный опыт, социальные установки и т.п. Для эмпатии характерно то, что она может возникать и проявляться с большой силой не только в отношении людей (животных) реально существующих, но и изображенных в художественных произведениях литературы, кино, театра, живописи, скульптуры. Эмпатия является профессионально значимым свойством для специалистов психолого-педагогического и медицинского профиля, а также для работников сферы массовой информации, сферы обслуживания, для деятелей литературы и искусства.

Целью методики является исследование эмпатии как индивидуально-психологического свойства личности.

Опросник содержит 6 диагностических шкал эмпатии, выражающих отношение к родителям, животным, пожилым людям, детям, героям художественных произведений, знакомым и незнакомым людям.

В опроснике 36 утверждений, по каждому из которых испытуемый должен оценить, в какой мере он с ним согласен или не согласен, используя 6 вариантов ответов:

- «не знаю» (0);
- «никогда или нет» (1);
- «иногда» (2);
- «часто» (3);
- «почти всегда» (4);

– «всегда или да» (5).

Каждому варианту ответа соответствует числовое значение (указано в скобках): 0, 1, 2, 3, 4, 5.

Оценивать результат следует начинать с определения достоверности данных. Для этого необходимо подсчитать, сколько ответов определенного типа дано на указанные в ключе номера утверждений опросника. Если общая сумма 5 или более, то результат исследования недостоверен; при сумме, равной 4, результат сомнителен; если же сумма не более 3, результат исследования может быть признан достоверным.

При недостоверных и сомнительных результатах целесообразно, если это возможно, выяснить причины отношения испытуемого к исследованию. Следует иметь в виду, что помимо нежелания обследоваться или стремления преднамеренно давать противоречивые, неискренние ответы, недостоверные результаты могут быть обусловлены, например, нарушением некоторых психических функций, их развития, а также социальным инфантилизмом.

При достоверных результатах исследования дальнейшая обработка данных направлена на получение количественных показателей эмпатии и ее уровня. Единая метрическая униполярная шкала интервалов позволяет, пользуясь ключом-дешифратором, получить характеристику эмпатии на основании данных, которые представляют все диагностические шкалы и дают характеристику отдельных составляющих эмпатии.

4. «Диагностика принятия других»

По шкале Фейя [64].

С помощью данной методики можно исследовать способность принимать других людей с их особенностями и определить уровень принятия.

Опросник состоит из 18 суждений. Если респондент считает, что суждение верно и соответствует его представлению о себе и других людях, то в бланке ответов напротив номера суждения отмечает степень своего согласия с ним, используя предложенную шкалу:

– практически всегда;

- часто;
- иногда;
- случайно;
- очень редко.

Для определения уровня принятия других необходимо посчитать количество баллов в соответствии с ключом. Чем выше балл, тем выше уровень принятия.

5. «Тест агрессивности модификация опросника Басса-Дарки» (адаптация Л.Г. Почебут) [63].

В этнопсихологических исследованиях особое место занимает проблема изучения агрессивного поведения. Определение уровня агрессивности может помочь в профилактике межэтнических конфликтов и стабилизации социальной и экономической ситуации в стране. Агрессивное поведение – это специфическая форма действий человека, характеризующаяся демонстрацией превосходства в силе или применением силы по отношению к другому либо группе лиц, которым субъект стремится причинить ущерб.

Агрессивное поведение целесообразно рассматривать как противоположное поведению адаптивному.

Адаптивное поведение предполагает взаимодействие человека с другими людьми, согласование интересов, требований и ожиданий его участников. Психологи Б. Басс и Р. Дарки разработали тест, оценивающий уровень агрессивного поведения человека.

Опросник выявляет обычный стиль поведения респондента в стрессовых ситуациях и особенности приспособления в социальной среде. Методика состоит из 40 утверждений на которые необходимо ответить однозначно («да» или «нет»).

Агрессивное поведение по форме проявления подразделяется на 5 шкал. Необходимо просуммировать баллы по каждой из пяти шкал в соответствии с ключом.

Шкалы:

Вербальная агрессия (ВА) – человек вербально выражает свое агрессивное отношение к другому человеку, использует словесные оскорбления.

Физическая агрессия (ФА) – человек склонен выражать свою агрессию по отношению к другому человеку с применением физической силы.

Предметная агрессия (ПА) – человек срывает свою агрессию на окружающих его предметах.

Эмоциональная агрессия (ЭА) – у человека часто возникает эмоциональное отчуждение при общении с другим человеком, сопровождаемое подозрительностью, враждебностью, неприязнью или недоброжелательностью по отношению к нему.

Самоагрессия (СА) – человек не находится в мире и согласии с собой; у него отсутствуют или ослаблены механизмы психологической защиты; он оказывается беззащитным в агрессивной среде.

По количеству баллов по каждой шкале можно судить о степени выраженности того или иного типа агрессивного поведения. Чем выше балл, тем более выражен данный тип агрессии.

На заключительном этапе, нами была проведена интерпретация, а затем количественный и качественный анализ полученных результатов исследования.

Таким образом, для достижения цели и решения поставленных практических задач данного исследования были выбраны исследовательские методы: беседа, эксперимент. В экспериментальном исследовании для диагностического обследования особенностей толерантности младших школьников нами использованы методики, представленные и обоснованные выше.

2.2 Анализ результатов констатирующего эксперимента

В результате эмпирического исследования особенностей толерантности младших школьников нами были получены результаты, представленные в данном параграфе.

Проведение психодиагностического теста на определение уровня толерантности (М.А. Ковальчук) в контрольной группе показало, что у 20% школьников низкий уровень толерантности, т.е. дети не принимают различия между людьми, не учитывают особенности личности, здоровья, национальности, нетерпимы к недостаткам других. У 60% испытуемых выявлен средний уровень толерантности, это указывает на ситуативный характер проявления принятия, понимания, терпимости по отношению к особенностям других людей. И наиболее высокий уровень наблюдается у 20% младших школьников. Высокий уровень проявляется в интересе к особенностям других людей, в принятии, терпимости при любых обстоятельствах.

В экспериментальной группе уровни толерантности представлены следующим образом. Установлено, что у 25% исследуемых младших школьников низкий уровень толерантности, что указывает на непринятие, нетерпимость к особенностям других людей. У 55% детей выявлен средний уровень толерантности, проявляющийся в различных ситуациях по-разному. Иногда такие дети могут проявлять участие, поддержку, понимание, принятие другого человека, а иногда демонстрируют противоположные реакции. У 20% исследуемых учеников выявлен высокий уровень толерантности, что говорит о готовности и способности к принятию, пониманию, участию, к проявлению терпимости к особенностям других людей.

Проведенное исследование толерантности по методике М.А. Ковальчук показало, что в контрольной и экспериментальной группах результаты однотипны. Высокий уровень толерантности у 20% младших школьников, 20% и 25% соответственно имеют низкий уровень толерантности, и большая

часть учеников классов проявляет средний уровень толерантности (60% и 55% соответственно). Полученные результаты представлены таблице 1 и на рисунке 2.

Таблица 1

Результаты констатирующего этапа эксперимента по методике М.А. Ковальчук «Тест на определение уровня толерантности»

Уровень	Контрольная группа		Экспериментальная группа	
	% / количество респондентов			
Высокий	20	4	20	4
Средний	60	12	55	11
Низкий	20	4	25	5

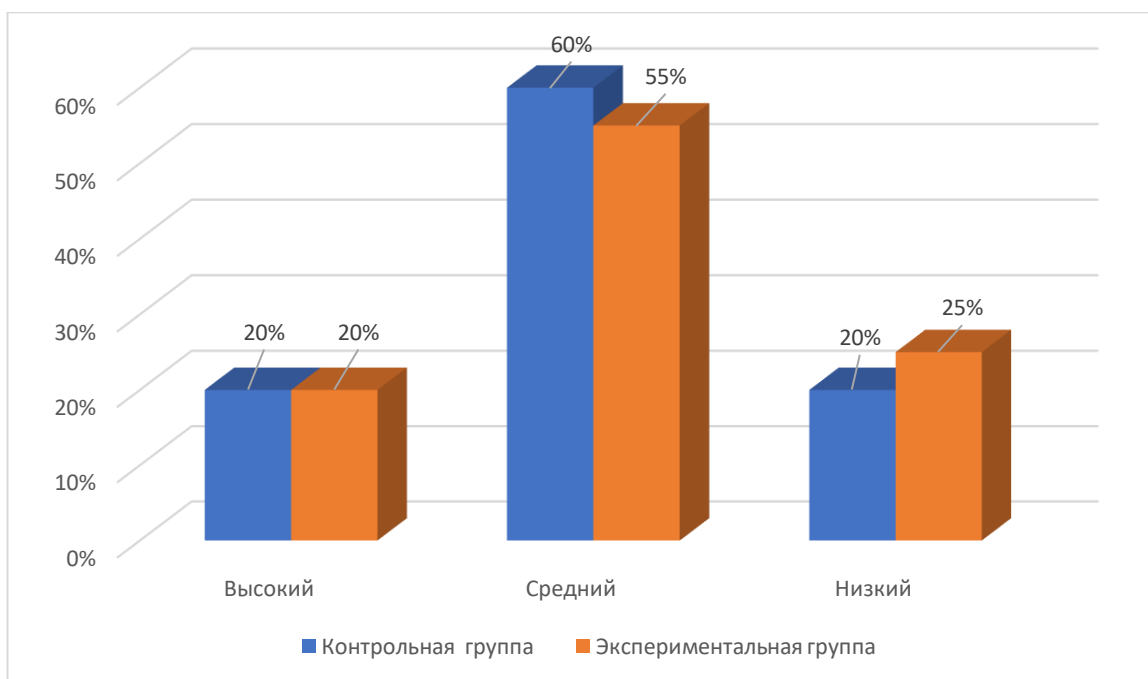


Рисунок 2. Гистограмма 1. Результаты констатирующего этапа эксперимента по методике М.А. Ковальчук «Тест на определение уровня толерантности»

При исследовании коммуникативных умений у учеников контрольной группы установлено, что у 5% испытуемых низкий уровень коммуникативных умений. Они не разговорчивы, замкнуты, предпочитают одиночество. У 20%

школьников уровень общительности ниже среднего. Они могут поддерживать контакты с другими людьми, но в спорах дискуссиях участвуют не охотно. 45% учащихся имеют средний уровень развития коммуникативных навыков. Они охотно вступают в контакты с новыми людьми, с интересом слушают собеседника, способны отстаивать свою точку зрения без сильных эмоций. 25% респондентов имеют уровень развития коммуникативных способностей выше среднего. Они любят быть в центре внимания, охотно знакомятся с новыми людьми, разговорчивы, любопытны. Им не доставляет усидчивости и терпения при столкновении с трудностями. И у 5% учеников высокий уровень коммуникабельности. Она носит болезненный характер. Такие дети говорливы, многословны, вмешиваются в дела, к которым не имеют никакого отношения.

В экспериментальной группе получены схожие результаты. В частности, у 5% ребят низкий уровень коммуникативных умений, у 25% детей уровень ниже среднего; 40% – средний; 20% – выше среднего и у 5% – высокий уровень.

Таблица 2

Результаты констатирующего этапа эксперимента по методике Ф. Ряховского «Тест оценки коммуникативных умений».

Уровень	Контрольная группа		Экспериментальная группа	
	% / количество респондентов			
Высокий	5	1	10	2
Выше среднего	25	5	20	4
Средний	45	9	40	8
Ниже среднего	20	4	25	5
Низкий	5	1	5	1

Исследование коммуникативных умений учеников 2-х классов показало, что у большинства учащихся средний или близкий к нему уровень (выше и ниже среднего) и менее 15% имеют высокий или низкий уровень

общительности. Именно эти ребята в большей степени нуждаются в коррекции и развитии коммуникативных навыков. Результаты исследования представлены в таблице 2 и на рисунке 3.

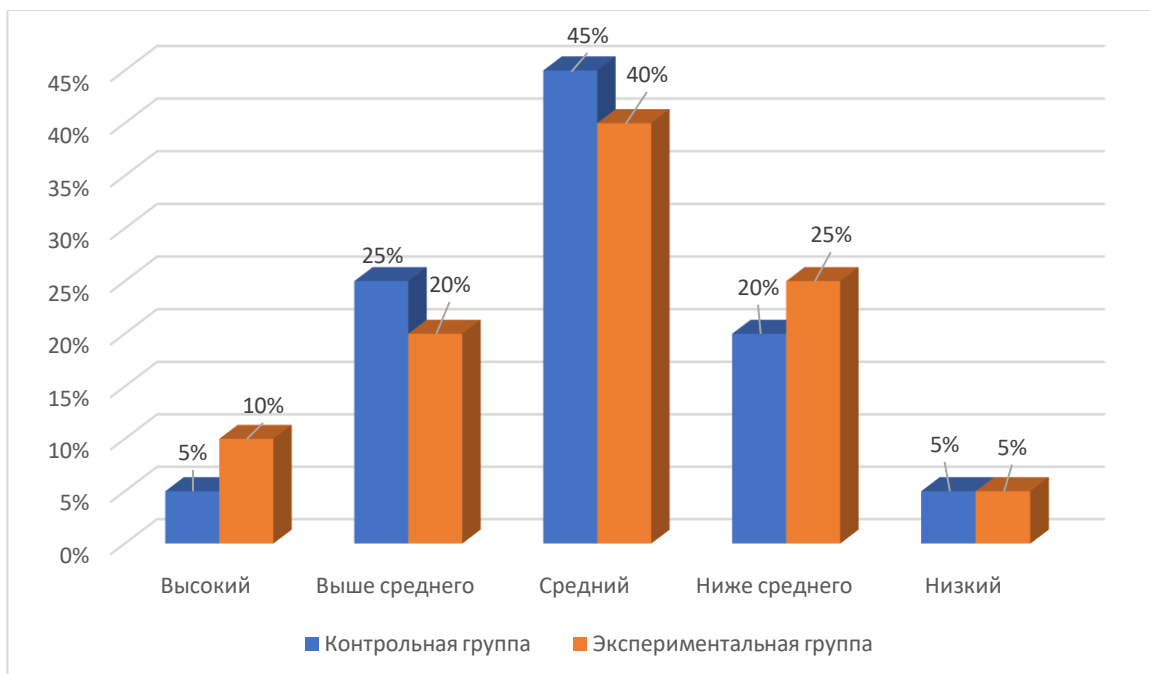


Рисунок 3. Гистограмма 2. Результаты констатирующего этапа эксперимента по методике Ф. Ряховского «Тест оценки коммуникативных умений»

В результате проведенного нами исследования контрольной группы при помощи методики И.М. Юсупова «Диагностика уровня поликоммуникативной эмпатии», были получены следующие результаты: очень низкий уровень эмпатийности у 5% учеников, они держатся особняком от сверстников, с трудом идут на контакт с людьми старше себя, не находят взаимопонимания с окружающими, очень чувствительны к критике, при этом не проявляют внешней реакции.

У 15% школьников низкий уровень эмпатийности. Они затрудняются устанавливать контакт с людьми, неуютно чувствуют себя в шумной компании, у них мало друзей и тех, которые есть они ценят скорее за деловые качества, чем за отзывчивость и чуткость.

55% учащихся имеют нормальную эмпатийность. Таких детей нельзя назвать «толстокожими», но и особой чувствительностью они не отличаются. При общении с другими людьми стараются понять больше, чем сказано словами, сильные эмоции собеседник могут вызвать раздражение. Дети с нормальной эмпатийностью не отличаются раскованностью чувств и это мешает в полноценном восприятии людей.

У 25% испытуемых выявлен высокий уровень эмпатийности. Эти дети великодушны, эмоционально отзывчивы, общительны, чувствительны к проблемам окружающих, они с неподдельным интересом относятся к людям. Такие дети предпочитают выполнять деятельность в коллективе, нежели в одиночестве, нуждаются в постоянной поддержке, одобрении окружающих.

Очень высокий уровень эмпатийности в контрольной группе не представлен (0%).

Исследование эмотивности в экспериментальной группе показало, что у 5% детей очень низкий уровень, у 20% низкий уровень, 50% имеют нормальный уровень эмотивности, 20% высокий и 5% очень высокий уровень. Последние отличаются болезненным сопереживанием всему и всем. Дети страдают при виде голодного или покалеченного животного, хорошо чувствуют состояние собеседника, при этом сами очень ранимы, нуждаются в эмоциональной поддержке окружающих.

Таким образом изучение эмотивности у учеников 2-х классов показало, что половина школьников имеет нормальный уровень. У 20-25% низкий уровень эмотивности. Им необходимо «раскрыться», раскрепоститься, научиться выражать свои эмоции и быть внимательнее к переживаниям других людей. И 20-25% детей имеют высокий уровень эмотивности. Таким детям тяжело, поскольку их болезненная чувствительность к переживаниям других, комплекс вины, беспокойство за близких может привести к невротическим срывам. Им необходимо овладеть методами эмоциональной разгрузки, релаксации. Результаты исследования представлены в таблице 3 и на рисунке 4.

Таблица 3

Результаты констатирующего этапа эксперимента по методике И.М. Юсупова «Диагностика уровня поликоммуникативной эмпатии».

Уровень	Контрольная группа		Экспериментальная группа	
	% / количество респондентов			
Очень высокий	0	0	5	1
Высокий	25	5	20	4
Нормальный	55	11	50	10
Низкий	15	3	20	4
Очень низкий	5	1	5	1

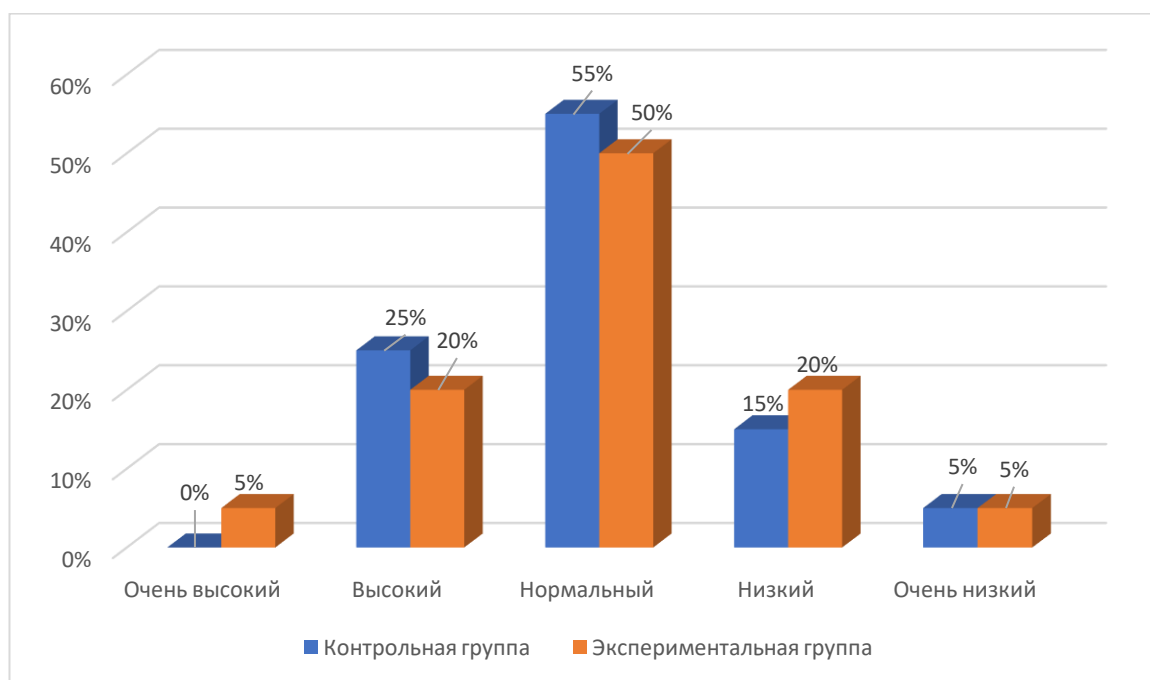


Рисунок 4. Гистограмма 3. Результаты констатирующего этапа эксперимента по методике И.М. Юсупова «Диагностика уровня поликоммуникативной эмпатии»

Исследование контрольной группы с помощью методики «Диагностика принятия других» (по шкале Фейя) показало, что у 20% школьников низкий уровень принятия других, у 40% учащихся средний уровень с тенденцией к низкому, 35% имеют средний уровень принятия с тенденцией к высокому.

В экспериментальной группе получены следующие результаты: 25% – низкий уровень принятия; 40% – средний уровень с тенденцией к низкому; 30% средний с тенденцией к высокому и 5% высокий уровень принятия других.

Диагностика способности к принятию других показала, что 60-65% детей имеют низкий или с тенденцией к низкому уровень принятия других. Это говорит о том, что большое количество детей испытывают трудности в принятии других. Они не способны понять, что кто-то может отличаться от них, иметь другие интересы, увлечения, желания. Что каждый имеет право быть самим собой. И не важно кто это – толстушка, худышка, эмо, ребенок с дцп, зпр или аутизмом. Развитие этого качества имеет значение в большей степени для самого человека, нежели для окружающих, поскольку, научившись принимать других со всеми их особенностями человек меняет и отношение к себе, и отношения к обстоятельствам собственной жизни. Приняв себя человек достигает внутренней гармонии, поэтому важно, развивая толерантность, уделить большое внимание работе над принятием других и себя. Результаты диагностики представлены в таблице 4 и на рисунке 5.

Таблица 4

Результаты констатирующего этапа эксперимента по методике «Диагностика принятия других» (по шкале Фейя).

Уровень	Контрольная группа		Экспериментальная группа	
	% / количество респондентов			
Высокий	5	1	5	1
Средний с тенденцией к высокому	35	7	30	6
Средний с тенденцией к низкому	40	8	40	8
Низкий	20	4	25	5

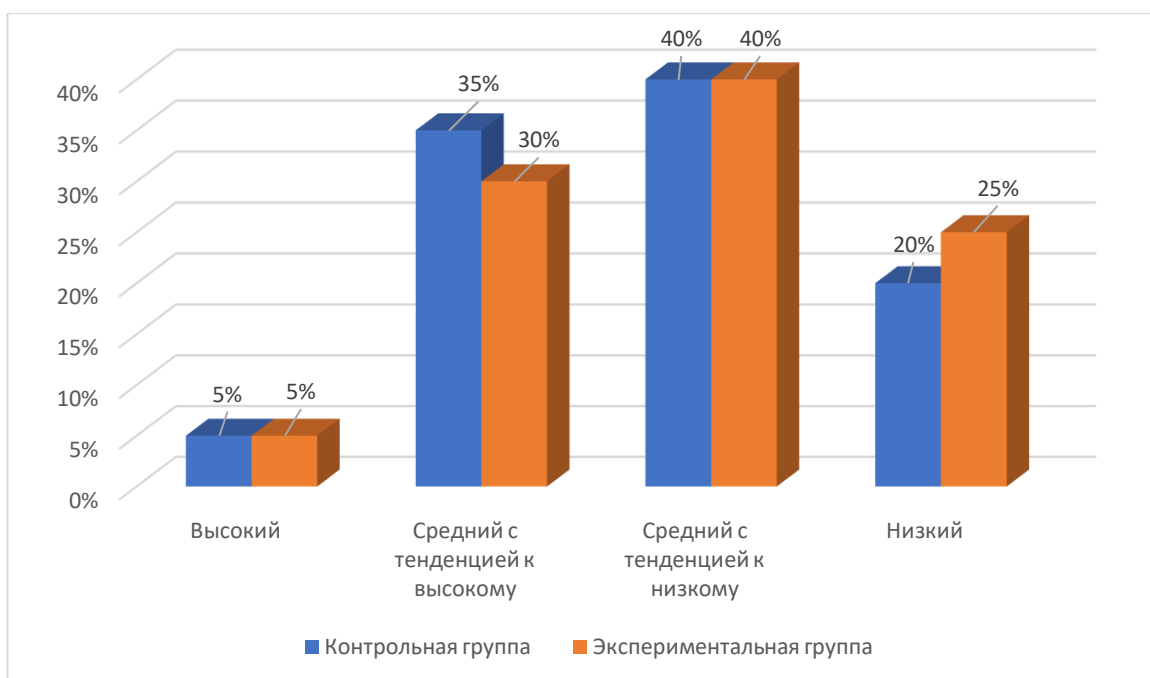


Рисунок 5. Гистограмма 4. Результаты констатирующего этапа эксперимента по методике «Диагностика принятия других» (по шкале Фейя)

Изучение агрессивности с помощью методики «Тест агрессивности модификация опросника Басса-Дарки» (адаптация Л.Г. Почебут) в контрольной группе показало, что у 25% детей высокий уровень агрессивности. Такие дети раздражительны, обидчивы, часто переживают гнев, ярость, злость. Они способны совершить действия, направленные на причинение вреда себе или окружающим, в ситуации конфликта кричат, произносят оскорбления. У 60% детей средний уровень агрессивности. Проявление агрессии носит, скорее ситуативный характер. Дети становятся более вспыльчивыми в некомфортных условиях: усталость, стресс, критика, воздействие физиологических раздражителей (шум, яркий свет, духота, боль и т.д.). Агрессивное поведение проявляется в ситуациях реальной угрозы для самозащиты. Продуктивная агрессивность данной категории детей позволяет им добиваться намеченных целей, отстаивать личностные границы, собственные убеждения. 15% учеников умеют низкий уровень агрессивности. Такой результат может говорить о неискренности ответов респондентов, о стремлении соответствовать социальной норме. Если же ученики отвечали

искренне, то они миролюбивы, несклонных к проявлению агрессии в поведении. Такие дети приветливы и полны понимания по отношению к другим. Им характерна неуверенность в себе, податливость, конформность.

Исследование, проведенное в экспериментальной группе, выявило, что у 25% младших школьников высокий уровень агрессивности, 55% имеют средний уровень и у 20% – низкий.

Диагностика агрессивности учащихся показала, что чуть больше половины детей имеют средний уровень агрессии. Это нормальная, необходимая агрессивность, которая подталкивает вперед для достижения успехов, своих потребностей и целей; это то, что помогает действовать, реализовывать задуманное. В проведенном исследовании нас интересуют, прежде всего, дети с высоким уровнем агрессивности и таких 25%. Причины такого поведения многообразны. Это и ошибки воспитания в семье, и эмоциональная неустойчивость, и негативный социальный опыт и др. Эти дети нуждаются в выработке конструктивного поведения в конфликтных, некомфортных ситуациях. Результаты исследования представлены в таблице 5 и на рисунке 6.

Таблица 5

Результаты констатирующего этапа эксперимента по методике «Тест агрессивности модификация опросника Басса-Дарки» (адаптация Л.Г. Почебут).

Уровень	Контрольная группа		Экспериментальная группа	
	% / количество респондентов			
Высокий	25	5	25	5
Средний	60	12	55	11
Низкий	15	3	20	4

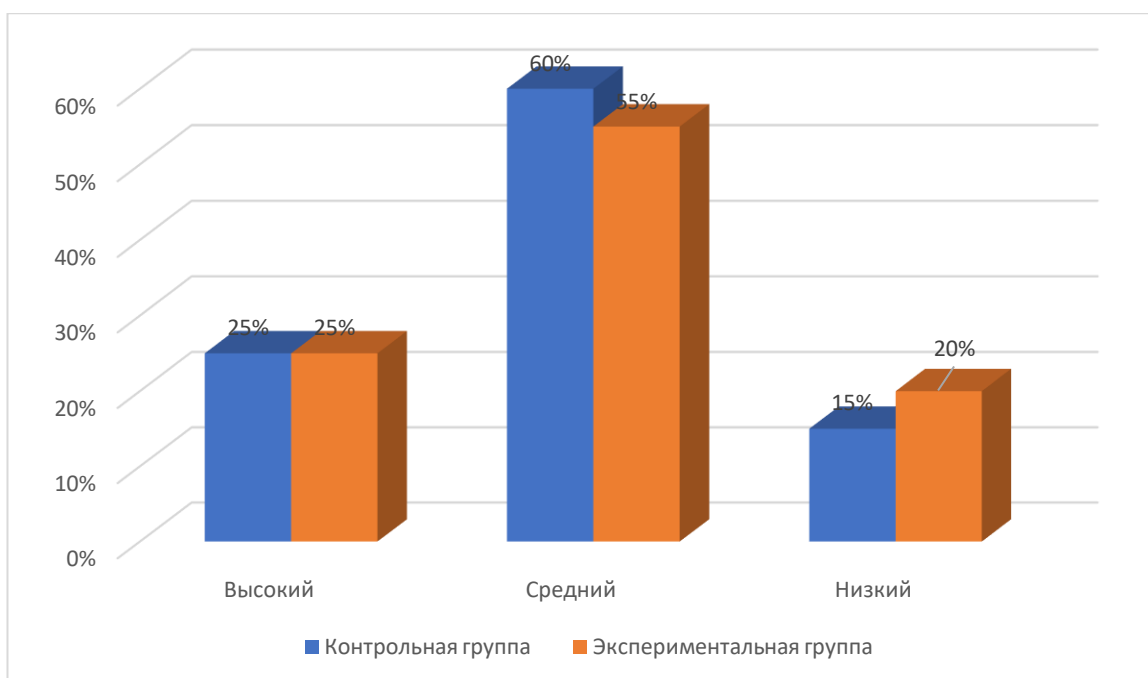


Рисунок 6. Гистограмма 5. Результаты констатирующего этапа эксперимента по методике «Тест агрессивности модификация опросника Басса-Дарки» (адаптация Л.Г. Почебут)

Подсчитывая результаты по методикам и проводя анализ данных мы обратили внимание, что дети с ОВЗ имеют некоторое своеобразие. Из шести детей с особенностями, принимавших участие в исследовании у пятерых высокий уровень толерантности и эмпатии. У двоих детей высокий и у троих – средний с тенденцией к высокому уровень принятия других. Пятеро имеют низкий уровень агрессивности и нормальный (средний) уровень общительности. Такие данные говорят о том, что дети, имеющие нарушения здоровья, постоянно испытывая те или иные ограничения, боль, страдания и специфическое отношение к ним окружающих научились, пропустив всё это через себя, чувствовать состояние другого человека, научились принимать других такими, какие они есть, со всем их многообразием и специфичностью. Эти дети всегда готовы прийти на помощь, поддержать в нужную минуту, ободрить и просто улыбнуться. Придя к этому выводу мы предположили, что и нормотипичные дети, погрузившись на время в состояние ограничения и помощи окружающих в большей степени прочувствуют состояние детей с

особенностями, лучше поймут все сложности и переживания таких одноклассников. При проведении формирующего эксперимента мы решили опробовать упражнение, которое назвали «Погружение». Его описание дано в параграфе 3.1.

Один ребенок с ОВЗ получил противоположные результаты. У него мы видим высокий уровень агрессивности на фоне низкого уровня толерантности, эмпатии и принятия других. Столкнувшись с непониманием и непринятием других он, видимо, ушел в защитную агрессию. Ему необходима психологическая помощь. Выполняя упражнения разработанной нами программы он поймет и примет то, что мир может быть доброжелателен к нему, что можно не прятаться, а открыться, показать себя миру.

Выводы по второй главе

Во второй главе нами представлено эмпирическое исследование особенностей толерантности младших школьников.

Для исследования толерантности мы использовали методики: «Тест на определение уровня толерантности» (Автор: М.А. Ковальчук), «Тест оценки коммуникативных умений» (Автор: Ф. Ряховский), Диагностика уровня поликоммуникативной эмпатии. Автор: (И.М. Юсупов), «Диагностика принятия других» (по шкале Фейя), «Тест агрессивности модификация опросника Басса-Дарки» (адаптация Л.Г. Почебут). Методики отвечали требованиям валидности и надежности.

Полученные результаты показали, что у четверти младших школьников как контрольной, так и экспериментальной групп низкий уровень толерантности. Они нетерпимы к недостаткам других людей, не готовы принять их особенности, их раздражают отклонения в развитии сверстников. Прежде всего на этих детей будет нацелена психологическая программа развития толерантности.

Исследование общительности показало, что около трети детей контрольной и экспериментальной групп имеют низкий уровень развития коммуникации. Т.е. эти дети затрудняются вступать в контакт с другими людьми, им сложно поддерживать диалог, выступать перед аудиторией, задавать вопросы. У них недостаточно развиты коммуникативные навыки, что мешает детям реализоваться как в учебной деятельности, так в социальной сфере. Они нуждаются в проработке навыков общения, в осознании и работе над барьерами общения. Необходимо обратить внимание и на детей с очень высокими показателями по данному тесту, это порядка 10% учеников. Их общительность носит «болезненный характер», они говорливы, многословны, склонны рассуждать по любому вопросу, даже не имея представления о нем. Эта группа детей также нуждается в работе над коммуникацией.

Данные по методике «Диагностика уровня поликоммуникативной эмпатии». Автор: (И.М. Юсупов) показали, что пятая часть детей как контрольной, так и экспериментальной группах имеют низкий уровень развития эмпатийных тенденций. Дети не склонны сопереживать, сочувствовать другим людям. У них не вызывают жалость боль и страдания. Они не склонны помогать и выступают скорее молчаливыми наблюдателями.

Интересные данные получены по методике «Диагностика принятия других» (по шкале Фейя). Порядка 20% детей имеют низкий и 40% средний, с тенденцией к низкому уровню принятия других в контрольной и экспериментальной группах. Т.е. больше половины детей испытывают трудности в принятии особенностей, недостатков, изъянов других людей. Учитывая результаты по методикам, исследующим толерантность, эмпатию, где лишь четверть детей имеет низкий уровень, можно сделать вывод, что проявление терпимости, сопереживания, у многих детей носит скорее внешний характер. Дети демонстрируют социально одобряемое поведение, не испытывая более глубоких переживаний, они внутренне не готовы принять человека с особенностями как равного себе. К другим мы относимся также, как и к самим себе, и принятие себя становится решающим в принятии других.

И наоборот, принимая других, мы учимся принимать себя, со всеми изъянами, недостатками и особенностями, что приносит гармонию в нашу личность. Поэтому работа над способностью принять, понять и поддержать важна, прежде всего, для самого ребенка.

Изучение агрессивности младших школьников как в контрольной, так и в экспериментальной группах показало, что четверть детей имеют высокий уровень агрессивности и 15-20% низкий. Обе категории детей нуждаются во внимании психолога, поскольку первым агрессивность мешает адекватно реагировать на обстоятельства, вторым не хватает уверенности, напористости, инициативности.

Полученные результаты свидетельствуют о необходимости разработки развивающих, психокоррекционных мероприятий, направленных на повышение толерантности, эмпатийности, улучшение навыков коммуникации, принятия, снижение уровня агрессивности младших школьников.

Глава III Реализация психолого-педагогической программы формирования толерантного отношения младших школьников к детям с ОВЗ в условиях инклюзивной среды

3.1 Теоретико-методологические основы формирующего этапа эксперимента

Формировать толерантное отношение младших школьников следует целенаправленно и поэтапно. Методами воспитания толерантности называют способы формирования готовности к принятию, взаимодействию, поддержке других людей.

Проведя исследования М.И. Рожкова, Л.В. Байбородова, М.А. Ковальчук выделили следующие методы формирования толерантности [65] (рис. 7):



Рисунок 7. Методы формирования толерантных установок.

Интеллектуальная сфера предполагает использование метода убеждения и самоубеждения. Это беседы, лекции, информационные блоки, направленные на формирование у детей представления о толерантных качествах личности, об особенностях жизни с различными ограничениями и т.п.

Работая с эмоциональной сферой, необходимо формировать такие качества личности, как эмпатия, отзывчивость, доброжелательность, доверие и др. и вырабатывать способы контроля собственного эмоционального состояния.

Формирование мотивационной сферы предполагает воздействие методом стимулирования. Это может быть, жест, взгляд, слов, которые побудят ребенка изменить свое поведение.

Волевая сфера формируется путем развития такие качества личности, как настойчивость в достижении цели, смелость, упорство, мужество, инициативность, требовательность к себе.

Сфера саморегуляции предполагает создание таких условий, в которых ребенок сам изменит свое поведение. Коррекция поведения ведет к развитию навыков психофизиологической саморегуляции, навыков осознания своего поведения, честного отношения к себе и др.

В предметно-практической сфере используется метод воспитывающих ситуаций, позволяющий ребенку на практике проиграть определенную ситуацию, научиться адекватно реагировать на нее, оценивать свои поступки и поведение других.

Экзистенциальная сфера формируется методом дилемм, заключающимся в обсуждении учениками моральных дилемм.

Степанов П.В. рассматривая деятельность педагога по формированию толерантных установок в отношении представителей других наций предлагает алгоритм этой деятельности [74].

По мнению Степанова П.В. начальным этапом формирования толерантности является организация встречи детей с субъектом толерантного

отношения будь то представители других наций или как в нашем случае, дети с ОВЗ.

Эта встреча может быть организована двумя способами:

Первый предполагает непосредственный контакт субъектов взаимодействия. Если мы говорим о толерантном отношении к другим нациям, то организовываем в специально подготовленных условиях встречу с представителем этой нации. Говоря о детях с ОВЗ, мы помещаем такого ребенка в класс нормотипичных детей, обеспечивая условия для их взаимодействия.

Второй вариант предполагает создание искусственной ситуации (моделирование) взаимодействия, проигрывание встречи с представителем другой нации, с «особенком» и т.п.

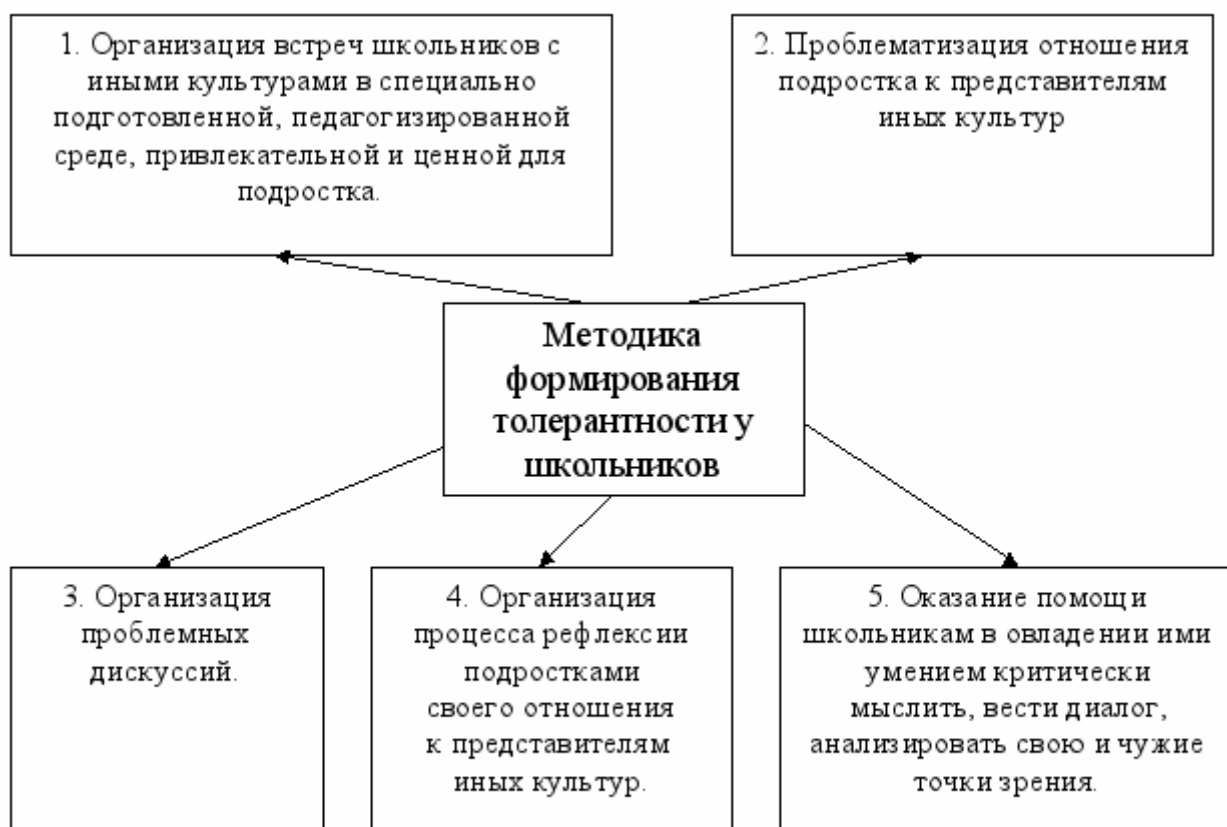


Рисунок 8. Методика формирования толерантности у школьников.

На втором этапе искусственно создается проблемная ситуация, позволяющая вскрыть возможные противоречия, выявить, быть может не осознаваемые ранее стереотипы, предрассудки.

Третий этап – это организация проблемных дискуссий. Задача педагога создать атмосферу взаимопринятия, чтобы каждый не боясь мог высказать собственную точку зрения.

Четвёртый этап предполагает рефлексии подростками своего отношения к представителям иных культур или другим социальным группам.

Дополнительным пятым этапом формирования толерантности у школьников является развитие навыков критически мыслить, вести диалог, анализировать и отстаивать свою точку зрения.

Нам близка позиция Безюлева Г.В. и Шеламова Г.М. на процесс формирования толерантности через активные методы [12] (рис. 9).



Рисунок 9. Методы активного обучения.

Активные методы обучения предполагают высокую степень вовлеченности детей в учебный процесс, где они выступают не сторонними наблюдателями или воспринимающими, а активно взаимодействуют, учатся выработать самостоятельные решения. На рисунке 3 представлена классификация методов активного обучения. Имитационные методы могут быть игровыми и неигровыми. Игровые методы условно классифицируют на организаторские, деловые и ролевые игры.

К неимитационным методам относят различные способы стимуляции познавательной активности на лекционных занятиях, например: создание проблемной ситуации.

Особым методом активного обучения является социально-психологический тренинг. С помощью тренинга корректируется поведение школьника, формируются навыки межличностного общения, развивается способность к рефлексии.

Таким образом, методы активного обучения и в большей степени социально-психологический тренинг, можно использовать при формировании толерантных качеств у школьников.

3.2 Содержание психолого-педагогической программы формирования толерантного отношения к детям с ОВЗ

Исходным параметром в разработке и реализации программы формирующего эксперимента явилось всестороннее изучение и учет индивидуально-психологических особенностей младших школьников, а также уровня их толерантности, эмпатии, принятия, объективных и субъективных причин, затрудняющих этот процесс.

В результате проведенного нами эмпирического исследования мы выявили, что у младших школьников толерантность, эмпатия и принятие других, не достаточно сформированы, а такие барьеры взаимодействия как

агрессивность и недостаточно развитая общительность нуждаются в коррекции. В связи с этим возникла необходимость своевременной системы психолого-педагогического сопровождения процесса формирования толерантности у младших школьников.

Таким образом, нами была разработана психолого-педагогическая программа формирования толерантного отношения младших школьников к детям с ограниченными возможностями здоровья. Программа была реализована на формирующем этапе эксперимента. В эксперименте участвовали ученики 2-го класса экспериментальной группы.

Цель программы: создание воспитательной среды, способствующей формированию и развитию толерантности младших школьников.

Всю психокоррекционную работу мы реализовывали по следующим **направлениям:**

- формирование у школьников представления о проблеме толерантности;
- развитие эмпатийных тенденций личности детей;
- развитие коммуникативных навыков у школьников;
- снижение уровня агрессивности и повышение адаптивности учеников;
- погружение в состояние ограниченности для более глубокого понимания и прочувствования состояния особенных детей.

В соответствии с целью были поставлены следующие **задачи программы:**

1. Создать комфортные, доверительные отношения между участниками эксперимента, с целью реализации процесса формирования толерантности у детей.

2. Создать атмосферу принятия и взаимопонимания в школьном коллективе.

3. Способствовать формированию положительного, толерантного отношения учеников к детям с ограниченными возможностями здоровья.

4. Научить учащихся: распознавать чувства и настроения других людей; успешно взаимодействовать с другими людьми; выстраивать отношения со

сверстниками; работать в группе на основе сотрудничества; относиться друг к другу с теплотой и пониманием.

5. Развивать коммуникативные способности; навыки эффективного общения; чувство благодарности; сочувствие; чувство собственного достоинства.

6. Способствовать формированию: общей психологической культуры; согласованных совместных действий; чувства уверенности в себе; умения оказывать и принимать знаки внимания; умения управлять агрессией и гневом.

Объём программы: составленная нами программа по формированию толерантного отношения младших школьников к детям с ограниченными возможностями здоровья в условиях инклюзивного образования рассчитана на 40 часов. Программа включала в себя 3 блока.

1. Диагностический блок – 10 часов. Цель – отбор диагностического инструментария и проведение диагностики. Математическая обработка полученных диагностических данных. Составление общей программы формирования толерантности.

Содержательный блок – 20 часа. Цель – осуществление формирования толерантности у младших школьников. Блок включает в себя проведение занятий, осуществляемых 2 раза в неделю в течение 2,5 месяцев. Продолжительность одного занятия – 1ч. Всего 20 занятий.

Структура занятий: каждое занятие психолого-педагогической программы состояло из 7 частей:

1. Упражнение «Погружение». Запускается в начале учебного дня в день занятия.

2. Информационная часть. Краткая информация о особенностях человека с определенными нарушениями, примеры выдающихся людей с такими нарушениями. Просмотр мультфильмов по соответствующей тематике.

3. Тренинговая часть начинается с ритуала приветствия позволяет спланировать участников, создавать атмосферу группового доверия и принятия и обозначает начало тренинговой работы.

4. Разминка – воздействие на эмоциональное состояние участников, уровень их активности. Разминка выполняет важную функцию настройки на продуктивную групповую деятельность.

5. Основное содержание занятия – совокупность функциональных упражнений и техник.

6. Рефлексия занятия предполагает участниками две оценки занятия: эмоциональную (понравилось - не понравилось) и смысловую (почему это важно для каждого конкретно, зачем и чему мы научились, что запомнилось больше всего). Подведение итога проведения упражнения «Погружения».

7. Ритуал прощания – смысловое завершение занятий.

3. *Блок оценки эффективности программы формирования толерантности – 10 часов.* Цель – организация и проведение повторной диагностики, обработка и описание полученных результатов диагностики. Оценка и описание эффективности программы формирования толерантного отношения младших школьников к детям с ОВЗ в условиях инклюзивного образования.

Психолого-педагогическая программа формирования толерантности построена с учетом основных видов деятельности практического психолога и включает в себя психологическое консультирование по вопросам личностного развития (по запросу), психологическое просвещение (беседы по вопросам формирования толерантности), психокоррекционную деятельность, представленную в виде серии тренинговых занятий, направленных на развитие толерантных качеств школьников.

Анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования позволил нам сделать вывод о том, что одним из эффективных средств формирования толерантности является тренинг.

Программа тренинга включает в себя следующие разделы:

1. Развитие представлений школьников о проблеме толерантности, эмпатии, принятия.
2. Развитие представлений о добре и дружбе. О многообразии особенностей окружающих нас людей.
3. Развитие коммуникативных навыков у младших школьников. Работа с «барьерами общения».
4. Расширение и углубление представления о себе и окружающих.
5. Работа с агрессивным поведением. Формирование адекватной агрессивной реакции [1].

В основе тренинга лежит идея о том, что к другим мы относимся также, как и к самим себе, и принятие себя становится решающим в принятии других. Получаемые в результате тренинга новые эмоционально насыщенные сведения о себе и других побуждают детей к переосмыслению их уже сложившейся «Я – концепции», что в результате способствует их адекватному представлению о самих себе и окружающих.

На протяжении всех тренинговых занятий осуществляется формирование положительных установок в общении со сверстниками через развитие способности к эмпатическому пониманию, принятию индивидуальности других, переоценку негативных эмоций по отношению к другим людям.

Данная программа опирается на ряд **принципов**:

1. Принцип добровольного участия в работе;
2. Принцип «я – высказываний»;
3. Принцип «не перебивать, когда говорит другой»;
4. Принцип толерантности по отношению к другим членам группы;
5. Принцип симпатии в участии – участник должен чувствовать себя в полной безопасности. Психолог оказывает поддержку и сам, не навязываясь и, организует её со стороны других участников;

Каждое тренинговое занятие планировалось как комплексное и включало в себя информационную часть, игры, упражнения и задания,

направленные на формирование толерантности школьников, на развитие коммуникативных навыков, снижение агрессии.

В начале каждого учебного дня, в который проводится тренинг, детям предлагают принять участие в упражнении «Погружение».

Суть упражнения заключается в том, что один или несколько учеников выбирают ограничение (слепота, глухота, нарушение движений, нарушение речи и т.п.), с которым они будут функционировать весь учебный день. На руку каждому участнику завязывается ленточка, показывающая, что учение в игре. В начале учебного дня всему классу объявляются участники и ограничение, с которым они будут жить этот день. Задача остальных учеников класса помочь и поддержать. Каждый участник может прервать на время и опять продолжить игру повязав или развязав ленту на руке. В конце учебного дня, подводя итоги, участники рассказывают о своих ощущениях, переживаниях, трудностях и победах.

Данное упражнение направлено на осознание школьниками всей сложности жизни с ограничениями, на то, чтобы каждый изнутри прочувствовал эту проблему, осознал и возможно изменил отношение к тем, кто с этими ограничениями всегда. Выполняя данное упражнение, дети на практике под руководством психолога учатся помогать и принимать помощь других.

Планирование занятий представлено в таблице 6. Подробное описание серии занятий представлено в Приложении 2.

Таблица 6.

**Планирование занятий по
формированию толерантности младших школьников**

№	Цель, задачи	Структура занятия
1-2	Формирование качества толерантности. Ознакомить с понятием	Упражнение «Погружение» Беседа «Мы разные» Мультфильм о гиперактивном

№	Цель, задачи	Структура занятия
	<p>«толерантность», его толкованием.</p> <p>Развивать коммуникативные умения детей.</p> <p>Развивать устную речь учащихся, обогащать их словарный запас.</p> <p>Формировать культуру воспитанного человека, положительные качества личности</p>	<p>ребенке</p> <p>Тренинг толерантности. «Если мы вместе – мы победим».</p> <p>Китайская притча «Ладная семья»</p> <p>Упражнение. «Возьму с собой»</p> <p>Упражнение «Толерантность в семье, школе»</p> <p>Упражнение «Разделяем радость».</p> <p>Упражнение «Мой портрет в лучах солнца»</p>
3-4	<p>Формирование нравственных качеств учащихся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - умение дружить, беречь дружбу; - воспитывать чувство товарищества, учить беречь и ценить друзей; - раскрыть ложное представление о дружбе. 	<p>Упражнение «Погружение»</p> <p>Беседа об аутизме</p> <p>Мультфильм «Аутизм может делать удивительные вещи!»</p> <p>Тренинг «Дружба крепкая у нас»</p> <p>Упражнение «Дружба»</p> <p>Упражнение «Встреча взглядами»</p> <p>Упражнение «Карандаши»</p> <p>Игра «Пойми меня»</p> <p>Упражнение «Лотерея вопросов»</p> <p>Упражнение «Выступ скалы»</p> <p>Упражнение «Пять добрых слов»</p>
5-6	<p>Формирование ценностного отношения к нравственной категории – добро, доброта.</p>	<p>Упражнение «Погружение»</p> <p>Беседа об олигофрении</p> <p>Мультфильм «Кастрюлька Анатоля»</p>

№	Цель, задачи	Структура занятия
	<p>Дать представление о добре, добрых поступках.</p> <p>Развивать навык сотрудничества, коммуникативные навыки.</p> <p>Воспитывать чувство доброты, чуткости, сострадания, доброжелательности, отзывчивости, понимания и уважения к окружающим людям.</p> <p>Совершенствовать и развивать творческие способности.</p>	<p>Тренинг «Спешите делать добро!»</p> <p>Разминка «Притча о доброте»</p> <p>Упражнение: «Вырастить Дерево Добра»</p> <p>Упражнение: «Свод законов доброты»</p> <p>Упражнение «Сделай день добрее»</p> <p>Упражнение «Магическая свеча»</p> <p>Упражнение «Начни с малого»</p> <p>Упражнение «Солнце доброты»</p> <p>Упражнение «Сплети паутинку добра»</p> <p>Релаксация «Волшебный цветок добра»</p>
7-8	<p>Помочь детям поделиться своими представлениями о себе, показать, что у каждого есть свои таланты и способности, которые делают нас особенными, не похожими на других</p> <p>Развитие интереса к себе, формирование первичных навыков самоанализа.</p> <p>Развитие форм и навыков личностного общения в</p>	<p>Упражнение «Погружение»</p> <p>Беседа о синдроме Дауна</p> <p>Мультфильм с глубоким смыслом</p> <p>Тренинг общения «Я - особенный!»</p> <p>Упражнение «Я такой же, как ты»</p> <p>Упражнение «Давайте говорить друг другу комплименты...»</p> <p>Упражнение «Магазин игрушек»</p> <p>Упражнение «Это не веревка»</p> <p>Упражнение «Включаем телевизор»</p> <p>Упражнение «Классная комната»</p> <p>Упражнение «Протянуть руку»</p>

№	Цель, задачи	Структура занятия
	<p>группе сверстников, способов взаимопонимания</p> <p>Формирование умения говорить и думать о себе.</p>	<p>Упражнение «Найди пару»</p> <p>Игра «Дождь в лесу» (релаксация, развитие чувства эмпатии)</p> <p>Упражнение «Трон»</p> <p>Карточки «Техника самоподдержки»</p> <p>Упражнение «Открытая свеча»</p>
9-10	<p>Оказание детям помощи в распознавании своих чувств и настроений других людей.</p> <p>Развитие умения чувствовать состояние других людей.</p> <p>Развитие чувства доверия друг к другу, эмоциональной близости.</p> <p>Развивать фантазию, воображение, дружелюбие.</p> <p>Способствовать установлению в группе уважительного климата.</p>	<p>Упражнение «Погружение»</p> <p>Беседа о слепоте</p> <p>Тренинг «Чувства мои и других»</p> <p>Упражнение «Приветствие»</p> <p>Игра «Передай эмоцию»</p> <p>Упражнение «Массаж в кругу»</p> <p>Упражнение «Посылай хорошие чувства»</p> <p>Игра «Накопительные комплименты»</p> <p>Игра «Я и мой сосед»</p>
11-12	<p>Развитие чувства эмпатии, доброжелательного отношения друг к другу.</p> <p>Развивать фантазию, творческое начало, чувство</p>	<p>Упражнение «Погружение»</p> <p>Беседа о глухоте</p> <p>Мультфильм «Будь собой!»</p> <p>Тренинг развития эмпатии</p> <p>Творческое упражнение «Ритуал приветствия»</p>

№	Цель, задачи	Структура занятия
	<p>доброжелательного отношения друг к другу.</p> <p>Формировать умение оказывать друг другу знаки внимания.</p> <p>Развивать сплоченность группы, дружелюбие, слаженность в работе.</p> <p>Подвести итог занятия.</p>	<p>Игра: «Мне нравится, что ты...»</p> <p>Упражнение «Закончи предложение: «Друг - это...»</p> <p>Игра «Плохое настроение» Беседа о друге и дружбе</p> <p>Игра «Путешествие на плоту дружбы»</p>
13-14	<p>Развивать взаимное доверие.</p> <p>Формировать необходимость доброго отношения друг к другу.</p> <p>Развивать умение вступать в контакт с людьми и определять степень доверия к человеку.</p> <p>Формировать навык коммуникации и сотрудничества.</p> <p>Снять напряжение в теле после сложного предыдущего упражнения.</p> <p>Дать возможность детям оценить потенциал доверия между двумя людьми.</p>	<p>Упражнение «Погружение»</p> <p>Беседа о нарушениях речи</p> <p>Мультфильм «Про Диму»</p> <p>Тренинг «Взаимное доверие»</p> <p>Упражнение «Приветствие»</p> <p>Игра «Листок за спиной»</p> <p>Упражнение «Определение доверия»</p> <p>Упражнение на снятие мышечного напряжения.</p> <p>Игра «Иди ко мне»</p> <p>Медитация на доверие.</p> <p>Упражнение «Шкала настроения»</p>

№	Цель, задачи	Структура занятия
15-16	<p>Формирование представления об основных типах коммуникативных барьеров, совершенствование навыков преодоления барьеров коммуникации</p>	<p>Упражнение «Погружение» Беседа о ДЦП Мультфильм «Доступная среда» Тренинг «Барьеры в общении» Упражнение «Преодоление препятствий» Упражнение «Позиции в общении» Упражнение «Испорченный телефон» Упражнение «Скрепка»</p>
17-18	<p>Развитие внимания друг к другу. Учить конструктивному разрешению конфликтов. Учить решать проблемы путем переговоров. Обратить внимание на то, что по отношению к одним и тем же людям дети одновременно испытывают и позитивные, и негативные чувства. Игра с ее "коробкой переживаний" может помочь ребенку видеть разницу между бесполезными переживаниями и</p>	<p>Упражнение «Погружение» Беседа о гениальности Тренинг «Конфликт» Приветствие «Что в нем нового» Игра «Сладкая проблема» Визуализация «Любовь и злость» Упражнение «Коробка переживаний» Итоговый сбор «Прогноз погоды»</p>

№	Цель, задачи	Структура занятия
	действительно важными проблемами. Рефлексия настроения.	
19-20	Активизация деятельности, формирование позитивного эмоционального состояния учащихся. Создание в группе климата психологической безопасности. Снятие напряжения, сплочение группы. Создание возможности увидеть внешний образ агрессивности человека. Снятие психоэмоционального напряжения, регуляция психического и эмоционального состояния. Обучение учащихся эффективному способу решения трудных ситуаций. Обучение участников тренинга вербализации своих ощущений.	Упражнение «Погружение» Беседа о параолимпийском спорте Мультфильм «Подарок» Тренинг «Стоп-агрессия» Упражнение «Палитра настроения» Упражнение «Поздороваемся ...» Игра «Комплименты» Психологический настрой на уверенность в себе Упражнение «Поменяйтесь местами те, кто...» Упражнение «Ассоциации» Дискуссия «Согласен – не согласен» Игра «Изобрази агрессию» Игра-энергизатор «Пороссячи бега» Упражнение «Шесть шляп». Упражнение «Живая анкета»

Таким образом, на основе результатов проведённой диагностики на констатирующем этапе исследования нами были выявлены особенности толерантности младших школьников. С учетом выявленных особенностей нами была разработана и реализована программа психолого-педагогического формирования толерантного отношения младших школьников к детям с ОВЗ.

Ожидаемые результаты реализации программы:

- Увеличение количества школьников с высоким уровнем толерантности, эмпатии, принятия других.
- Увеличение количества учеников с адекватным уровнем агрессивности.
- Формирование навыков коммуникации.
- Улучшение психологического климата в коллективе.
- Формирование навыков и привычек нравственного поведения путем организации практической деятельности.
- Формирование ответственности за свое поведение, за отношение к одноклассникам и другим окружающим людям;
- Стабильно положительное отношение младших школьников к одноклассникам с особенностями здоровья. Стремление помочь, поддержать и просто общаться.

3.3 Контрольный эксперимент и его анализ

По результатам формирующего эксперимента, цель которого заключалась в повышении толерантности у младших школьников экспериментальной группы, нами был проведен контрольный эксперимент. Интервал между констатирующим и контрольным экспериментом составляет пять месяцев. Для исследования особенностей толерантности младших школьников на контрольном этапе эксперимента были использованы те же диагностические методики, что и на констатирующем этапе. Результаты

контрольного эксперимента в контрольной и экспериментальной группах представлены в данном параграфе.

Таблица 7

Результаты контрольного этапа эксперимента в контрольной группе по методике М.А. Ковальчук «Тест на определение уровня толерантности»

Уровень	Констатирующий эксперимент		Контрольный эксперимент	
	% / количество респондентов			
Высокий	20	4	20	4
Средний	60	12	65	13
Низкий	20	4	15	3

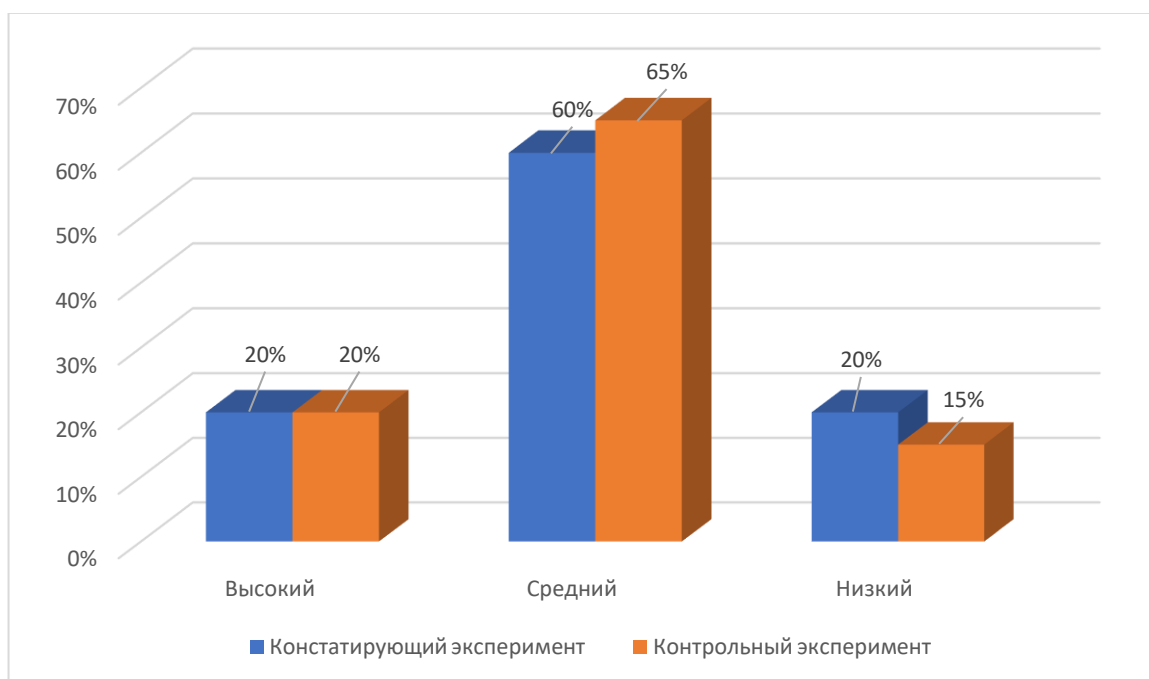


Рисунок 10. Гистограмма 6. Результаты констатирующего этапа эксперимента в контрольной группе по методике М.А. Ковальчук «Тест на определение уровня толерантности»

Повторное исследование контрольной группы при помощи методики М.А. Ковальчук «Тест на определение уровня толерантности» показало, что без целенаправленного воздействия на детей, с целью повышения толерантности, изменений в группе практически не произошло. В частности,

количество детей с высоким уровнем толерантности осталось на прежнем уровне и составил 20%. Один ребенок из категории с низким уровнем перешел в категорию со средним уровнем толерантности. Полученные результаты представлены в таблице 7 и в гистограмме 10.

Изучение коммуникативных умений в контрольной группе с помощью методики Ф. Ряховского «Тест оценки коммуникативных умений» показало, что за истекший период произошел незначительный сдвиг в сторону увеличения количества детей с нормальной общительностью (средний уровень). Эта категория увеличилась с 45% до 50% и уменьшилось количество детей с уровнем развития общительности «ниже среднего» с 20% до 15%. Количество учеников с «высоким», «выше среднего» и «низким» уровнем осталось прежним – 5%, 25% и 5% соответственно. Результаты исследования представлены в таблице 8 и в гистограмме 7 (Рис.11).

Таблица 8

Результаты контрольного этапа эксперимента в контрольной группе по методике Ф. Ряховского «Тест оценки коммуникативных умений».

Уровень	Констатирующий эксперимент		Контрольный эксперимент	
	% / количество респондентов			
Высокий	5	1	5	1
Выше среднего	25	5	25	5
Средний	45	9	45	9
Ниже среднего	20	4	20	4
Низкий	5	1	5	1

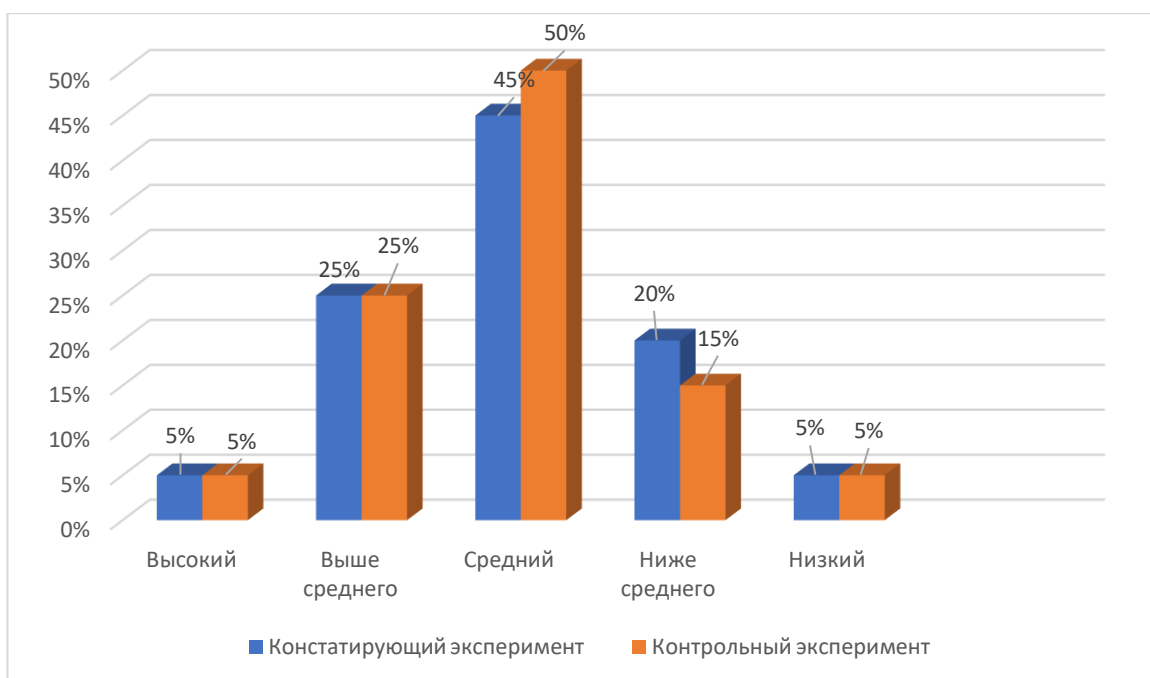


Рисунок 11. Гистограмма 7. Результаты контрольного этапа эксперимента в контрольной группе по методике Ф. Ряховского «Тест оценки коммуникативных умений»

Результаты повторного исследования эмпатийных тенденция с помощью методики И.М. Юсупова «Диагностика уровня поликоммуникативной эмпатии» отображены в таблице 9 и на рисунке 12.

Таблица 9

Результаты контрольного этапа эксперимента в контрольной группе по методике И.М. Юсупова «Диагностика уровня поликоммуникативной эмпатии»

Уровень	Констатирующий эксперимент		Контрольный эксперимент	
	% / количество респондентов			
Очень высокий	0	0	0	0
Высокий	25	5	25	5
Нормальный	55	11	60	12
Низкий	15	3	10	2
Очень низкий	5	1	5	1

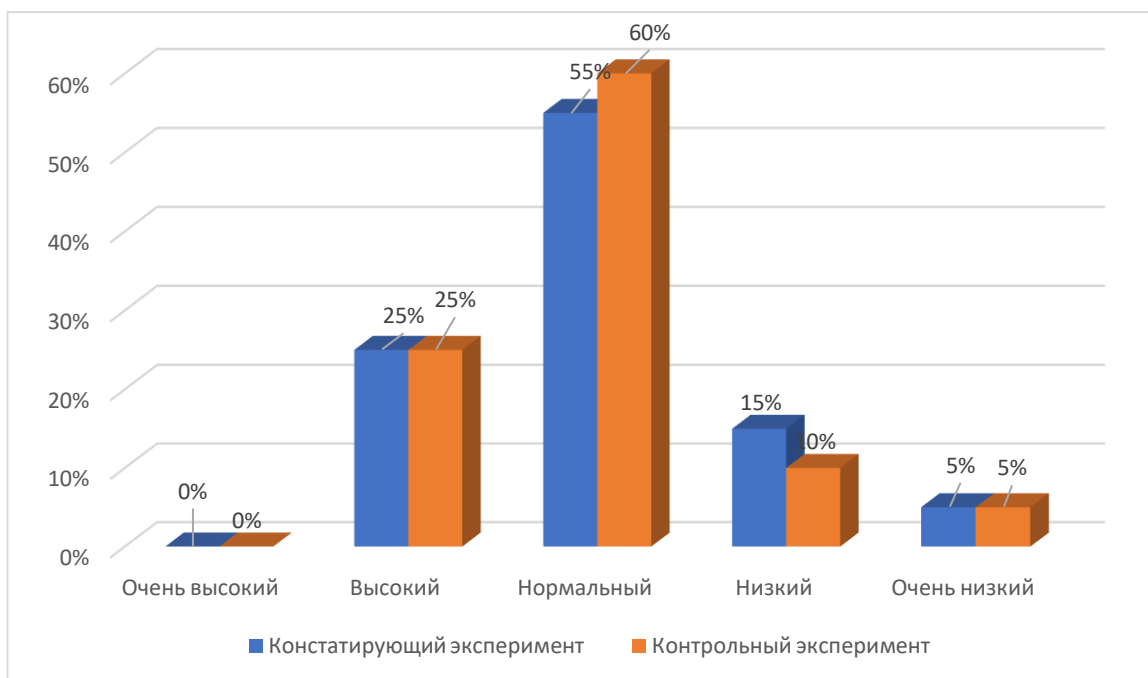


Рисунок 12. Гистограмма 8. Результаты контрольного этапа эксперимента в контрольной группе по методике И.М. Юсупова «Диагностика уровня поликоммуникативной эмпатии»

Из гистограммы 8 видим, что количество детей с «очень высоким», «высоким» и «очень низким» уровнем эмпатии не изменилось и составляет 0%, 25% и 5% соответственно. Увеличилось число учеников с нормальной эмпатией на 5% и уменьшилось количества школьников с низким уровнем эмпатии с 15% до 10%.

Исследование школьников контрольной группы с помощью методики «Диагностика принятия других» (по шкале Фейя) показало, что изменений результатов по параметрам данного теста не произошло. Это говорит о сложности формирования способности к принятию других и о минимальном влиянии случайных факторов на это процесс. Результаты диагностики представлены в таблице 10 и в гистограмме 9 (Рис. 13).

Результаты контрольного этапа эксперимента в контрольной группе по методике «Диагностика принятия других» (по шкале Фейя).

Уровень	Контрольная группа		Экспериментальная группа	
	% / количество респондентов			
Высокий	5	1	5	1
Средний с тенденцией к высокому	35	7	35	7
Средний с тенденцией к низкому	40	8	40	8
Низкий	20	4	20	4

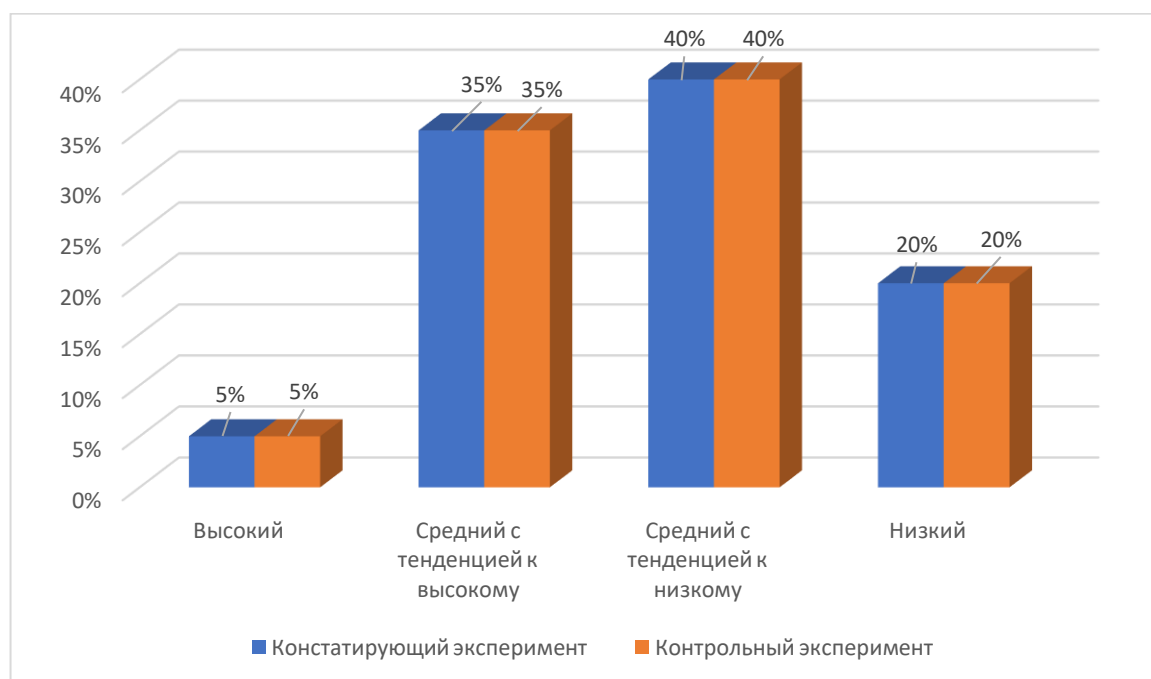


Рисунок 13. Гистограмма 9. Результаты контрольного этапа эксперимента в контрольной группе по методике «Диагностика принятия других» (по шкале Фейя)

Повторное изучение агрессивности учеников контрольной группы с помощью методики «Тест агрессивности модификация опросника Бассарки» (адаптация Л.Г. Почебут) показало, что на 5% увеличилось количество

детей со средним уровнем агрессивности и уменьшилось с 25% до 20% число учеников с высоким уровнем агрессивности. Несмотря на незначительную динамику, в классе остаются дети с высоким уровнем агрессивности. Полученные результаты представлены в таблице 11 и в гистограмме 10 (Рис. 14).

Таблица 11

Результаты контрольного этапа эксперимента в контрольной группе по методике «Тест агрессивности модификация опросника Басса-Дарки» (адаптация Л.Г. Почебут).

Уровень	Констатирующий эксперимент		Контрольный эксперимент	
	% / количество респондентов			
Высокий	25	5	20	4
Средний	60	12	65	13
Низкий	15	3	15	3

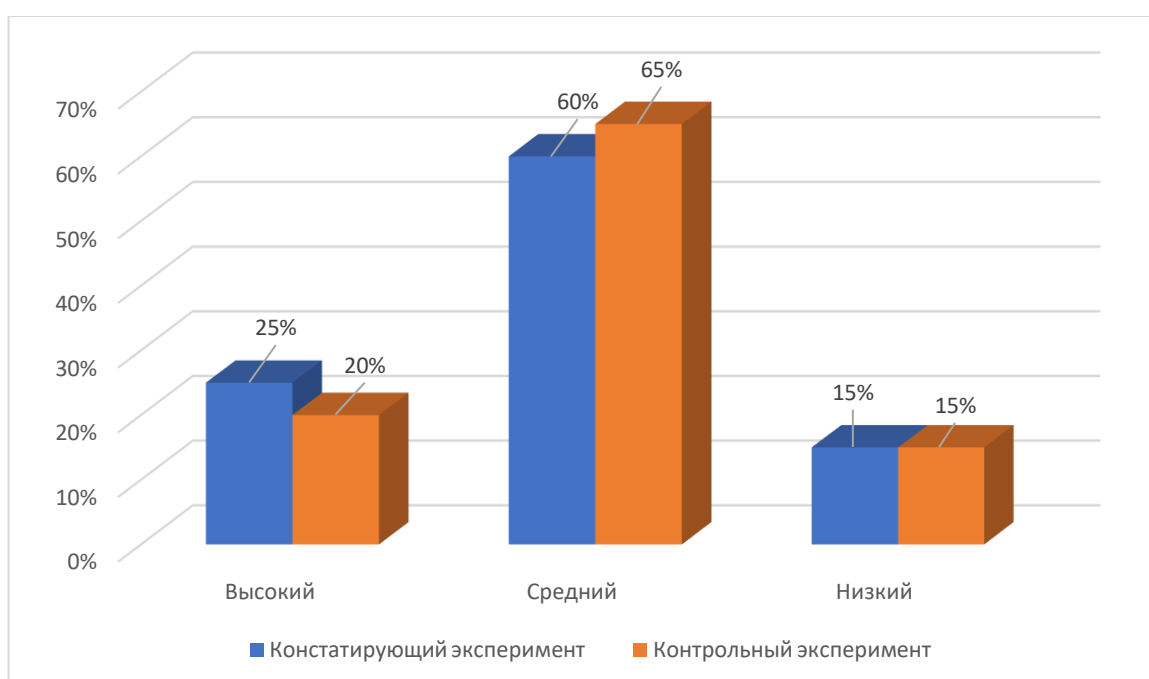


Рисунок 14. Гистограмма 10. Результаты констатирующего этапа эксперимента по методике «Тест агрессивности модификация опросника Басса-Дарки» (адаптация Л.Г. Почебут)

Таким образом, повторное исследование контрольной группы школьников по изучению особенностей толерантности выявило незначительные изменения показаний. Это объясняется тем, что школьный класс не является изолированной системой. На учеников постоянно оказывается внешнее влияние: семья, учителя, сверстники, СМИ, интернет. И сам класс является динамической системой, которая не стоит на месте, а постоянно изменяется, развивается, появляются новые связи, отношения, меняются позиции учеников и т.п.

И ещё, хочется обратить внимание на то, что программа школьного обучения предполагает формирование личности ребенка и закладку представлений о добре и зле, о правилах поведения, и в том числе, затрагивает аспекты толерантности. Поэтому, даже если мы не будем целенаправленно развивать толерантность детей, этот процесс будет происходить стихийно.

На уроках литературного чтения, окружающего мира, русского языка дети рассуждают о поступках персонажей произведения, оценивают их, тем самым закладывая основу собственного отношения к миру и людям. Особая роль в этом процессе принадлежит учителю. Учитывая, что главным непререкаемым авторитетом для младшего школьника является учитель, то во многом отношение учеников к однокласснику с особенностями будет определяться отношением к нему учителя.

Наблюдение за детьми показывает, что они, по сути своей, настроены положительно, с пониманием относятся к «особёнку». Они стремятся помочь и поддержать, даже в тех случаях, когда ребенок с особенностями проявляет защитную агрессию. И здесь важна реакция учителя. Если учитель не выказывает раздражения, пытается найти компромиссы, то и у детей закрепляется положительное, толерантное отношение.

Повторное исследование экспериментальной группы после проведения формирующего эксперимента по развитию толерантности младших школьников выявило ряд изменений.

Исследование с помощью методики М.А. Ковальчук «Тест на определение уровня толерантности» показало, что количество детей с низким уровнем толерантности уменьшилось до нуля, а с высоким увеличилось на 20%, с 20% до 40%. Это говорит о эффективности тренингов, направленных на формирование и развитие толерантных качеств детей.

Таблица 12

Результаты контрольного этапа эксперимента в экспериментальной группе по методике М.А. Ковальчук «Тест на определение уровня толерантности»

Уровень	Констатирующий эксперимент		Контрольный эксперимент	
	% / количество респондентов			
Высокий	20	4	40	8
Средний	65	13	60	12
Низкий	15	3	0	0

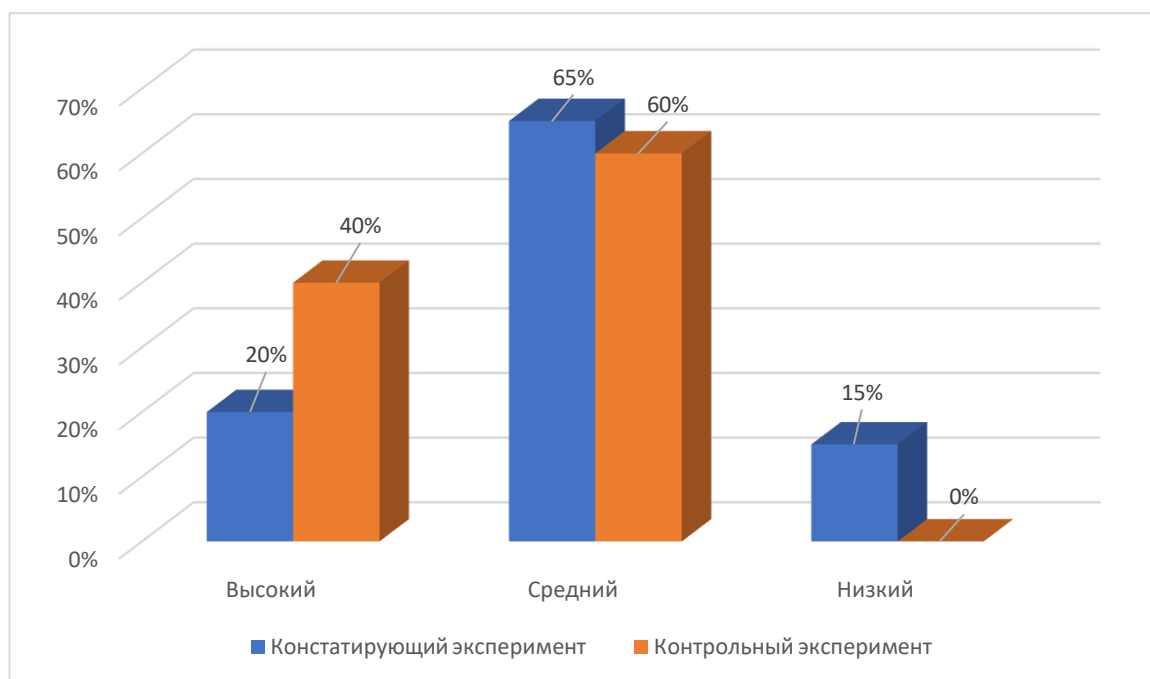


Рисунок 15. Гистограмма 11. Результаты контрольного этапа эксперимента в экспериментальной группе по методике М.А. Ковальчук «Тест на определение уровня толерантности»

Особенный интерес вызвало упражнение «Погружение», которое позволило детям на себе прочувствовать все сложности существования в ограничениях. Дети учились принимать помощь сверстников, тем самым и сами научились помогать. Полученные результаты представлены в таблице 12 и в гистограмме 11 (Рис. 15).

Изучение коммуникабельности младших школьников экспериментальной группы с помощью методики Ф. Ряховского «Тест оценки коммуникативных умений» на контрольном этапе эксперимента выявило положительные изменения. С 40% до 60% увеличилось количество детей с нормальной коммуникацией. Т.е. тех, кто любознателен, активен, легко идет на контакт и при этом умеет слушать и слышать. До 0 уменьшилось количество детей с низким и на 15% с уровнем «ниже среднего». Дети научились поддерживать беседу, перестали бояться высказать свое мнение, легче идут на контакт с незнакомыми людьми. На 5% уменьшилось количество детей с высоким уровнем, коммуникабельность которых носит болезненный характер. Дети научились контролировать собственные переживания, они стали слушать и слышать других.

Таблица 13

Результаты контрольного этапа эксперимента в экспериментальной группе по методике Ф. Ряховского «Тест оценки коммуникативных умений».

Уровень	Констатирующий эксперимент		Контрольный эксперимент	
	% / количество респондентов			
Высокий	10	2	5	1
Выше среднего	20	4	25	5
Средний	40	8	60	12
Ниже среднего	25	5	10	2
Низкий	5	1	0	0

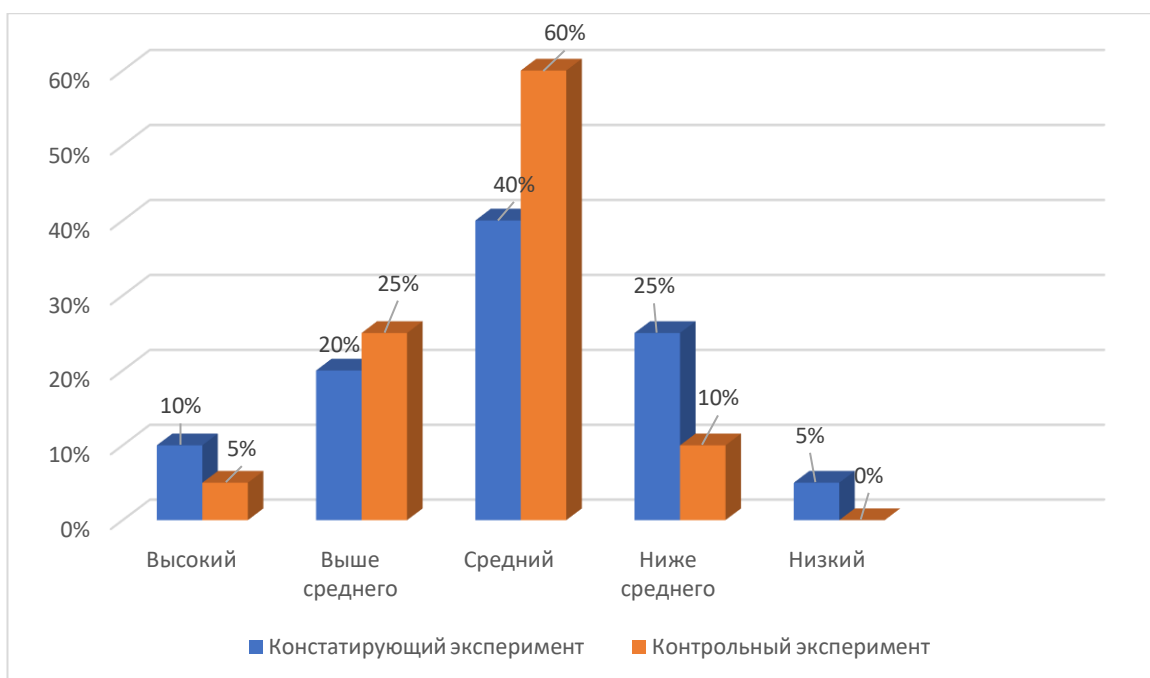


Рисунок 16. Гистограмма 12. Результаты контрольного этапа эксперимента в экспериментальной группе по методике Ф. Ряховского «Тест оценки коммуникативных умений»

В целом тренинги по работе над барьерами общения, над развитием навыков общения показали свою эффективность. Выполняя упражнения, дети не только себя, но и одноклассников увидели с новой, невидимой ранее стороны. Взаимоотношения в классе значительно улучшились, уменьшилось число конфликтов, дети активнее взаимодействуют не только в школе, но и в свободное от учебы время.

Результаты контрольного этапа эксперимента в экспериментальной группе представлены в таблице 13 и в гистограмме 12 (рис.16)

Исследование эмпатии с помощью методики И.М. Юсуповой «Диагностика уровня поликоммуникативной эмпатии» в экспериментальной группе на контрольном этапе эксперимента выявило сдвиг показателей в сторону более высокого уровня эмпатии. В частности, увеличилось с 20% до 35% количество детей с высоким и с 5% до 10% с очень высоким уровнем эмпатии, это говорит о том, что дети стали более чувствительны к нуждам окружающих, доброжелательные, душевные, они стараются не допускать

Результаты контрольного этапа эксперимента в экспериментальной группе по методике И.М. Юсупова «Диагностика уровня поликоммуникативной эмпатии»

Уровень	Констатирующий эксперимент		Контрольный эксперимент	
	% / количество респондентов			
Очень высокий	5	1	10	2
Высокий	20	4	35	5
Нормальный	50	10	50	12
Низкий	20	4	5	1
Очень низкий	5	1	0	0

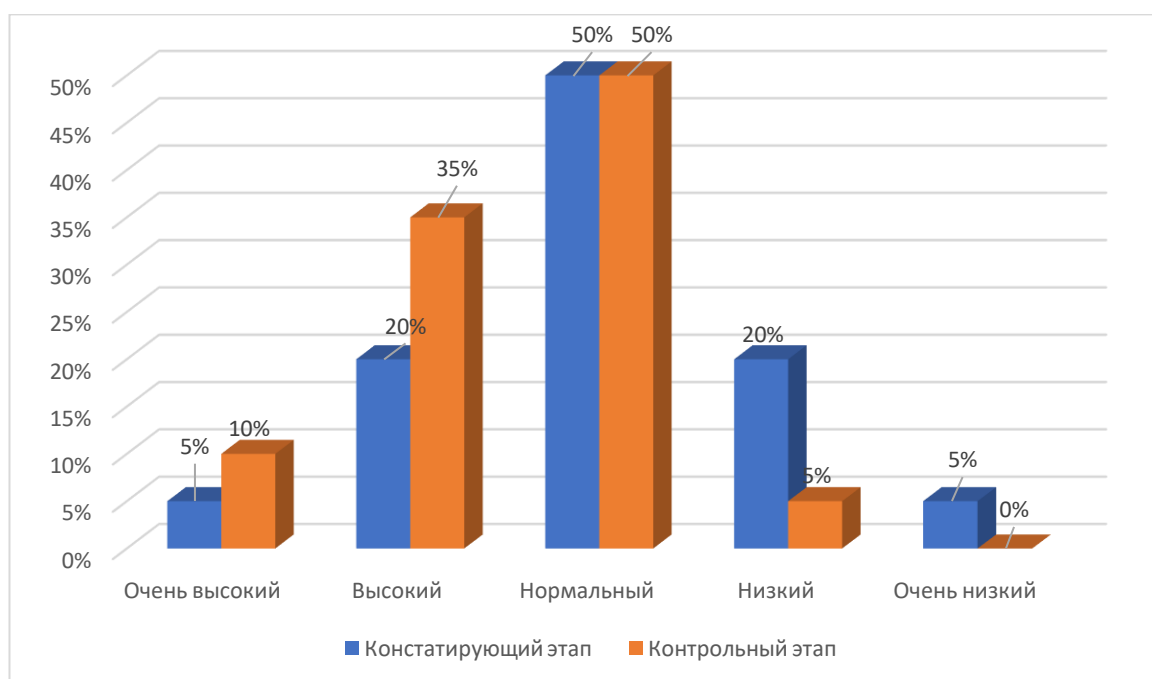


Рисунок 17. Гистограмма 13. Результаты контрольного этапа эксперимента в экспериментальной группе по методике И.М. Юсупова «Диагностика уровня поликоммуникативной эмпатии»

конфликтов и находить компромиссные решения. Соответственно уменьшилось количество детей с 20% до 5% с низким и с 5% до 0 с очень

низким уровнем эмпатии. Такие результаты говорят об успешности проведения тренингов направленных на развитие эмпатийных качеств школьников. Результаты исследования эмпатии представлены в таблице 14 и в гистограмме 13 (рис 17)

Исследование принятия с помощью методики «Диагностика принятия других» (по шкале Фейя) в экспериментальной группе на контрольном этапе эксперимента выявило тенденцию к переходу процесса принятия других во внутренний план. Если до проведения формирующего эксперимента 65% детей имели низкий или средний с тенденцией к низкому уровень принятия других, что говорило скорее о формальном, внешнем принятии других. Т.е. дети пытались демонстрировать социально одобряемое поведение. То после проведения тренингов у детей начало формироваться внутреннее, личностное принятие, причем не просто принятие других, но и принятия себя со всеми особенностями и недостатками. Дети стали принимать и понимать, что все мы

Таблица 15

Результаты контрольного этапа эксперимента в экспериментальной группе по методике «Диагностика принятия других» (по шкале Фейя).

Уровень	Констатирующий эксперимент		Контрольный эксперимент	
	% / количество респондентов			
Высокий	5	1	15	3
Средний с тенденцией к высокому	30	6	50	10
Средний с тенденцией к низкому	40	8	30	6
Низкий	25	5	5	1

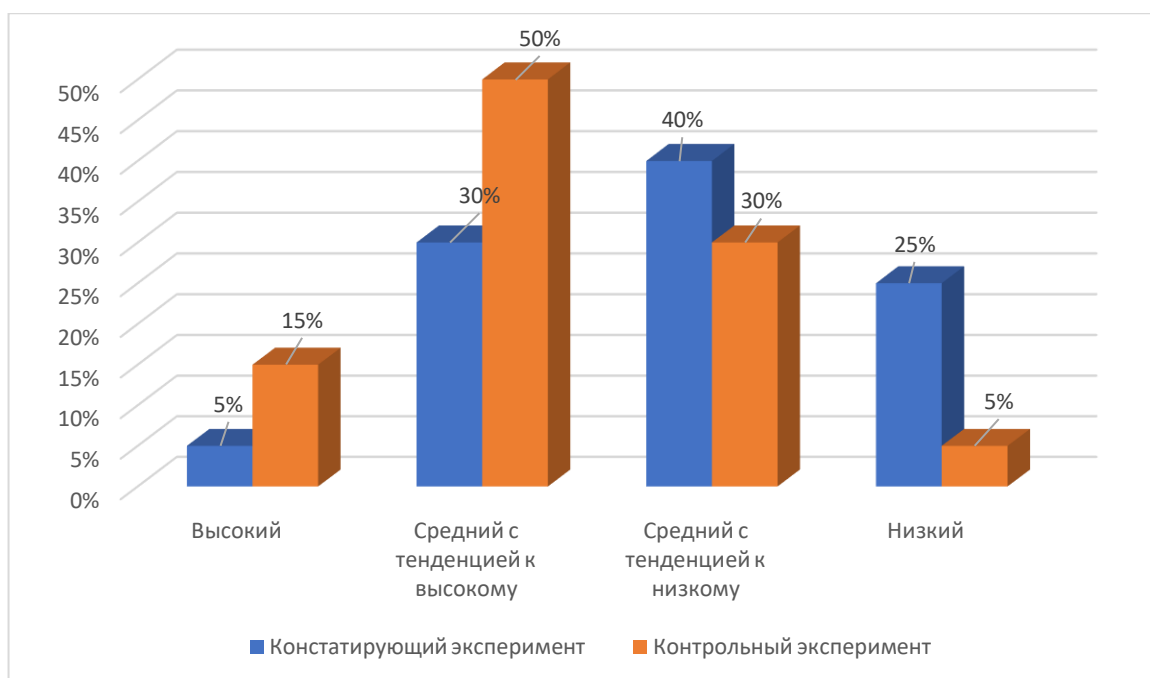


Рисунок 18. Гистограмма 14. Результаты контрольного этапа эксперимента в экспериментальной группе по методике «Диагностика принятия других» (по шкале Фейя)

не идеальны, что у каждого могут быть особенности и они не делают его изгоем, что с этими особенностями можно жить, общаться, взаимодействовать и быть счастливыми. Результаты исследования принятия других представлены в таблице 15 и в гистограмме 14 (рис. 18).

Исследование агрессивности с помощью методики «Тест агрессивности модификация опросника Басса-Дарки» (адаптация Л.Г. Почебут) в экспериментальной группе на контрольном этапе эксперимента показало, что проведение тренингов направленных на снижение агрессивности путём снятия психоэмоционального напряжения, регуляции психического и эмоционального состояния, обучению учащихся эффективному способу решения трудных ситуаций, конструктивному разрешению конфликтов дало положительный эффект.

Снизилось количество детей с 25% до 5% с высоким уровнем агрессивности. Дети стали лучше контролировать свое эмоциональное состояние, снизилось напряжение в трудных, конфликтных ситуациях,

повысились адаптивные способности школьников. На 5% (с 20% до 25%) увеличилось число детей с низким уровнем агрессивности и высоким уровнем адаптивности поведения. С 55% до 70% увеличилась группа детей со средним уровнем агрессивности и адаптивности. Это дети, которые способны

Таблица 16

Результаты контрольного этапа эксперимента в экспериментальной группе по методике «Тест агрессивности модификация опросника Басса-Дарки» (адаптация Л.Г. Почебут)

Уровень	Констатирующий эксперимент		Контрольный эксперимент	
	% / количество респондентов			
Высокий	25	5	5	1
Средний	55	11	70	14
Низкий	20	4	25	5

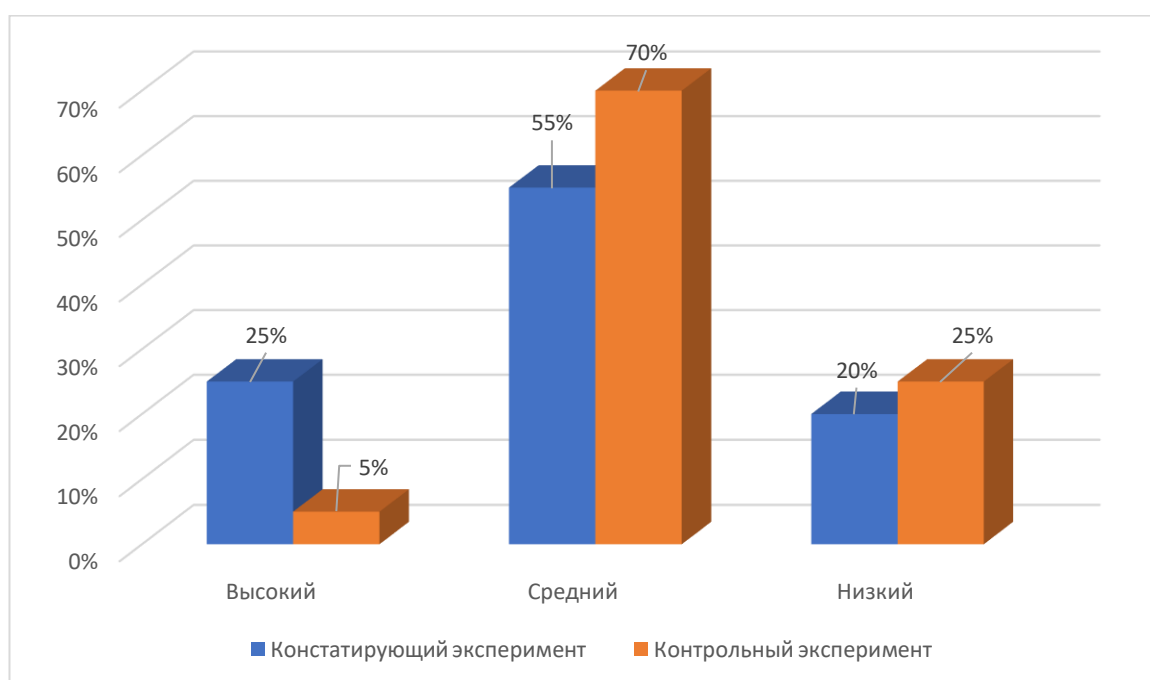


Рисунок 19. Гистограмма 14. Результаты контрольного этапа эксперимента в экспериментальной группе по методике «Тест агрессивности модификация опросника Басса-Дарки» (адаптация Л.Г. Почебут)

контролировать свои эмоциональные переживания и регулировать свое поведение, при этом они могут проявить здоровую агрессивную реакцию в критической ситуации. Результаты исследования агрессивного поведения младших школьников представлены в таблице 16 и в гистограмме 15 (рис. 19)

Таким образом проведение формирующего эксперимента, в основе которого лежал комплекс тренингов по формированию и развитию толерантных качеств личности школьников показал свою эффективность. По многим параметрам улучшились показатели в экспериментальной группе младших школьников. Нужно отметить, что и в контрольной группе мы наблюдаем незначительную положительную динамику. Это говорит о том, что в систему образования уже заложены методы и средства воспитания, направленные на формирование толерантного отношения школьников к другим людям.

Выводы по третьей главе

В третьей главе нами представлена программа формирующего эксперимента и дана оценка ее эффективности.

Программа направлена на формирование толерантного отношения младших школьников к детям с ОВЗ в условиях инклюзивной среды.

Толерантность мы рассматриваем через показатели эмпатии, коммуникабельности, адаптивности/агрессивности и принятия других. Так, в результате констатирующего эксперимента мы выявили, что у школьников данные показатели недостаточно сформированы и требуют своевременной коррекции. Таким образом, нами была разработана программа формирования толерантного отношения младших школьников к детям с ОВЗ.

Программа формирования толерантности была реализована с учетом основных видов деятельности практического психолога и включала в себя психологическое консультирование по вопросам личностного развития; психологическое просвещение, реализуемое в виде серии бесед

толерантности, о различных нарушениях здоровья и возникающих в связи с этим ограничений; психокоррекционную деятельность, представленную в виде серии тренинговых занятий, направленных на формирование толерантных свойств личности младших школьников.

Психокоррекционная работа была реализована в следующих направлениях:

- Развитие представлений школьников о проблеме толерантности, эмпатии, принятия.
- Развитие представлений о добре и дружбе. О многообразии особенностей окружающих нас людей.
- Развитие коммуникативных навыков у младших школьников. Работа с «барьерами общения».
- Расширение и углубление представления о себе и окружающих.
- Работа с агрессивным поведением. Формирование адекватной агрессивной реакции.

В результате повторной диагностики мы установили, что после формирующего эксперимента, в показателях эмпатия, общительность, адаптивность/агрессивность младших школьников появились значительные изменения. Увеличилось число школьников с высоким уровнем развития показателя «принятие других». Значительно уменьшилось число школьников с высоким уровнем агрессивности и увеличилось с высоким уровнем по показателю «эмпатия». Таким образом, разработанная нами программа формирования толерантного отношения младших школьников к детям с ОВЗ показала свою эффективность.

Заключение

В результате анализа психолого-педагогической литературы мы установили, что проблема формирования толерантности является одной из актуальных проблем, рассматриваемых в психологии и педагогике. В настоящее время как в отечественной, так и в зарубежной литературе имеется достаточно исследований, посвященных вопросам формирования толерантных свойств личности, однако формирование толерантного отношения младших школьников к детям с ОВЗ еще недостаточно изучено. Имеются лишь отдельные исследования, посвященные проблемам формирования толерантности у младших школьников.

Теоретический обзор литературы по проблеме исследования позволил нам сделать вывод о том, что вопрос о формулировке понятия толерантность до сих пор среди ученых остается спорным. Каждый из ученых вносит в трактование данного понятия свое понимание. Однако, при этом, психологи сходятся во мнении и понимают толерантность как уважительное отношение к чужому мнению, лояльность в оценке поступков и поведении других людей, готовность к пониманию и сотрудничеству в решении вопросов межличностного, группового и межнационального взаимодействия.

Толерантные свойства школьников мы рассматривали через показатели эмпатии, коммуникативности, адаптивности/агрессивности и принятия других.

Для исследования особенностей толерантности младших школьников нами был проведен констатирующий эксперимент. В результате констатирующего эксперимента мы выявили, что у школьников эмотивные, адаптивные, коммуникативные свойства личности недостаточно сформированы. В целях развития толерантных свойств школьников нами была разработана психолого-педагогическая программа формирования толерантного отношения младших школьников к детям с ОВЗ в условиях инклюзивной среды.

Программа психологического сопровождения включала в себя систему работы по основным видам деятельности практического психолога и была направлена на формирование у школьников коммуникативных навыков, эмпатии, конструктивному решению конфликтных ситуаций. Программа включала в себя серию тренинговых занятий, групповых бесед и индивидуальных консультаций, направленных на формирование представления о толерантности и развитие свойств толерантности младших школьников.

В результате повторной диагностики мы установили, что после формирующего эксперимента, в показателях эмпатия, общительность, адаптивность/агрессивность младших школьников появились значительные изменения. Увеличилось число школьников с высоким уровнем развития показателя «принятие других». Значительно уменьшилось число школьников с высоким уровнем агрессивности и увеличилось с высоким уровнем по показателю «эмпатия».

Таким образом, разработанная нами программа формирования толерантного отношения младших школьников к детям с ОВЗ оказалась эффективной.

Список литературы

1. Агеева И.А. Успешный учитель: тренинговые и коррекционные программы. – СПб.: Речь, 2006. – 208 с.
2. Айдарбекова А.А. Организационные основы формирования позитивной культуры инклюзивной школы. /А. А. Айдарбекова. – Алматы, 2013.
3. Алехина С. В., Семаго Н. Я., Фаина А. К. Инклюзивное образование. Выпуск 1. - М.: Центр «Школьная книга», 2010.
4. Амельков А. А. Психологическая диагностика межличностного взаимодействия / А. А. Амельков. – Мозырь: Содействие, 2014 – 108 с.
5. Антонова Т. В. Как помочь ребенку войти в современный мир. М., 1981 г.
6. Асмолов А.Г. Содействие ребёнку – развитие личности // Новые ценности образования. – 2012 – Вып. 6 – С. 39 – 45.
7. Асмолов, А. Г. На пути к толерантному сознанию / А.Г. Асмолов – М.: Смысл, 2000. – 53 с.
8. Асмолов, А. Г. Толерантность: различные парадигмы анализа / А.Г. Асмолов // Толерантность в общественном сознании России. – М., 1998. – 223 с.
9. Бадмаева, С.В. Формирование толерантной личности в поликультурном образовательном пространстве /С.В. Бадмаева //Начальная школа. – 2006. - №6.
10. Байбородова, Л. В. Воспитание толерантности в процессе организации деятельности и общения школьников / Л. В. Байбородова // Ярославский педагогический вестник. – 2003. – № 1(34). – [Электр. ресурс]. – Режим доступа: URL: [http:// vestnik.yspu.org/releases/pedagoka_i_psichologiy/19_19/](http://vestnik.yspu.org/releases/pedagoka_i_psichologiy/19_19/).
11. Банч Г. 10 ключевых пунктов успешной инклюзии / Г. Банч // Аутизм и нарушения развития. – Москва: 2010. – № 3. – С. 50-56.
12. Безюлева, Г. И. Толерантность: взгляд, поиск, решение. / Г. И. Безюлева, Г. М. Шаламов. – М.: Вербум-М, 2003. –168 с.

13. Бетти Э. Риэрдон. Толерантность – дорога к миру./ Бетти Э. Риэрдон – М., 2001. 304 с.
14. Бобинова С.В. Воспитание культуры толерантности / Начальная школа. 2004 №8. –с.76-78.
15. Богданова, В.В. Толерантность младших школьников: понятие, модель формирования //В.В. Богданова //Известия Пензенского государственного педагогического университета им. В.Г. Белинского. – 2006. - №6. – С. 87-91.
16. Богданова, В.В. Формирование межэтнической толерантности: [программа воспитания культуры толерантности у детей мл. шк. возраста] /В. Богданова //Воспитание школьников. – 2007. - №8.
17. Бойко, В. В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других / В. В. Бойко. – М., Информационно-издательский дом «Филинь», 1996. – 472 с.
18. Большой энциклопедический словарь: В 2–х т. // Гл. ред. А. М. Прохоров. Сов. энциклопедия. 1991. Т. 2. С. 538.
19. Бондырева, С. К. Толерантность / С. К. Бондырева. М.: Московский психолого-социальный институт (МПСИ), 2011. 240 с.
20. Братченко, С. Л. Психологические основы толерантности учителя / С.Л. Братченко, Е.В. Алексеева // Монологи об учителе. – СПб.: СПб АППО, 2003. – С.165-172.
21. Брызгалова, С. О. Инклюзивный подход и интегрированное образование детей с особыми образовательными потребностями / С. О. Брызгалова // Специальное образование. – Москва: 2010. – № 3. – С. 14-20.
22. Бузи Р. С. Година Г. Н. Воспитание нравственных чувств у детей. М., 1989 г.
23. Виноградова, Е. Г. Субъектные предпосылки толерантности личности: дис....канд. психол. наук: 19.00.01 / Е.Г. Виноградова. – Сочи, 2002. –118с.
24. Воробьева, О. А. Педагогические технологии воспитания толерантности учащихся / О. А. Воробьева. – Волгоград: Издательство «Панорама», 2006. – 80с.

25. Вострухина, Т. Н. Воспитание толерантности у детей в условиях многонационального окружения / Т. Н. Вострухина. М.: Школьная пресса, 2012. 112 с.
26. Выготский, Л. С. Педагогическая психология / Л.С. Выготский. – М.: Педагогика, 1991. – 480 с.
27. Гречко, П. К. Различия. От терпимости к культуре толерантности / П. К. Гречко. М.: Издательство Российского Университета дружбы народов, 2011. 416 с.
28. Гришин Д, Терентьев А. Уроки нравственности. Тула, 2001 г.
29. Дударев, М. И., Демьянюк, И. Ю., Полторац, Д. Воспитание этнонациональной толерантности / М. И. Дударев, И. Ю. Демьянюк, Д. Полторац. 2-е изд., перераб. М.: Вентана-Граф, 2013. 192 с.
30. Загуменнов Ю. Л. Инклюзивное образование: создание равных возможностей для всех учащихся. // Минская школа сегодня. – №6, 2008.
31. Золотухин, В. М. Толерантность / В. М. Золотухин – Кемерово: ЮТУ, 2001. – 145 с.
32. Иванова, Е.М. Формирование новой культуры отношений /Е.М. Иванова //Начальная школа. – 2006.- №3.
33. Ильин Е.П. Психология общения и межличностных отношений / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2011 – 576 с.: ил. (серия «Мастера психологии»).
34. Ильинская, С. Г. Толерантность / С. Г. Ильинская. 3-е изд. М.: Праксис, 2013. 288 с.
35. Инклюзивное образование. Настольная книга педагога, работающего с детьми с ОВЗ: метод. пособие. – М.: ВЛАДОС, 2011. – 167 с.
36. Ионина, О.С. Формирование толерантности как средство устранения внутриличностных конфликтов подростков: дис....канд. психол. наук: 19.00.07 / О. С. Ионина; Казан. гос. ун-т. – Казань, 2005. – 185 с.
37. Каганович, С. Л. Пути формирования толерантного сознания в российской школе / С. Л. Каганович – [Электр. ресурс]. – Режим доступа: URL: <http://www.tolerance.ru/p-teacher-kabinet.shtml>

38. Карузина Н. А., Шивринская С. Е. Проблема воспитания толерантности в современных психолого-педагогических исследованиях // Современные наукоемкие технологии. – 2017. – № 4. – С. 80-84.
39. Касьянова Е.И., Виноградова Н.И. Новые подходы в исследовании категории «толерантность»// Гуманитарный вектор. - 2012.- № 3 (31)
40. Кленова Н. В. Как воспитать толерантность. // Дополнительное образование. - 2006. - № 3. - С. 17-22.
41. Клепцова, Е. Ю. Психология и педагогика толерантности: учебное пособие для высших учебных заведений / Е. Ю. Клепцова. 2-е изд., перераб. и дополн. М.: Мозаика-Синтез, 2013. 175 с.
42. Константинов, В. В. Экспериментальная психология: курс для практического психолога / В. В. Константинов. – СПб., 2006. – 391 с.
43. Культурные практики толерантности в речевой коммуникации: коллективная монография / отв. ред. Н. А. Купина, О. А. Михайлова. – Екатеринбург: Изд-во Урал. гос. ун-та, 2004. –595с.
44. Лапп, Е. А. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми / Е. А. Лапп // Воспитание и обучение детей с нарушениями развития. – 2008. – № 2. – С. 20-29.
45. Лобашов, В. Д. Толерантность учебного процесса / В. Д. Лобашов //Образование в современной школе. – 2005. - №6. - С.8-16.
46. Луценко, М.Е. Воспитание толерантности у младших школьников / М. Е. Луценко – [Электр. ресурс]. – Режим доступа: URL: <http://www.festival.1september.ru>
47. Матвеев О.Н. Беккер И.Р. Основные направления социализации младших школьников // Интеграция образования. – 2010 - №4. – С. 88-90.
48. Мещеряков, Б. Большой психологический словарь / Б. Мещеряков. Санкт-Петербург: Прайм-Еврознак, 2003. – 672 с.
49. Мириманова, М. Толерантность как проблема воспитания. Развитие личности / М. Мириманова. М.: Просвещение, 2010. 104 с.

50. Мудрик А. В. Социальная педагогика: Учеб. Для студ. пед. Вузов / Под ред. В.А. Слостенина. – 3-е изд., испр. И доп. – М.: Издательский центр «Академия», 2000 – 200 с.
51. Мюррей, П. Индивидуальный подход к устойчивому развитию / П. Мюррей. – Москва: Бином, 2015. – 298 с.
52. Образцов П. И. Методы и методология психолого-педагогического исследования. - СПб.: Питер, 2014 - 268 с.
53. Олифер, В. Н. Новые технологии в обучении / В. Н. Олифер. – Санкт-Петербург: БХВ, 2000. – 215 с.
54. Панферов, В. Н. Основы психологии человека / В.Н. Панферов, А. В. Микляева, П. В. Румянцев. – СПб.: Издательство «Ozon.ru», 2009. – 432 с.
55. Педагогика и психология инклюзивного образования: учеб. пособие / Д.З. Ахметова, З.Г. Нигматов, Т.А. Челнокова, Г.В. Юсупова и др. – Казань: Изд-во «Познание» Института экономики, управления и права, 2013. – 255 с.
56. Пенин, Г. Н. Инклюзивное образование как новая парадигма государственной политики / Г. Н. Пенин // Инклюзивное образование. – 2010. – № 9. – С. 41-47
57. Первый в учебном году – урок толерантности // Справочник классного руководителя. – 2008. – №5. – С.2-3.
58. Перфильева, Л. П. Формирование коммуникативно-толерантных умений младших школьников как актуальная проблема педагогической науки и практики / Л. П. Перфильева // Герценовские чтения. Начальное образование. Том 1. Начальное образование современной России. – СПб.: Издательство ВВМ, 2010. – С. 14-18.
59. Петрова, Е.А. Социально-экологический проект как средство интеграции детей с разными образовательными возможностями /Е.А. Петрова //Начальная школа. – 2007. - №7.
60. Пиаже, Ж. Избранные психологические труды. / Ж. Пиаже. – М.: Просвещение, 1994. –659с.

61. Полат, Е. С. Новые педагогические и информационные технологии в системе образования / Е. С. Полат. – Москва: Академия, 2002. – 272 с.
62. Полищук, О. Н. Формирование толерантного мышления и поведения / О. Н. Полищук // Начальная школа. – 2012. – №12. – С. 8-11.
63. Почебут Л. Г., Чикер В. А. Организационная социальная психология: Учебное пособие. - СПб.: Изд-во «Речь», 2002.- 298 с.
64. Практическая психология образования.: учебное пособие / под ред. И. В. Дубровиной. – 4-е изд., перераб. и доп. – СПб.: Питер, 2004. – 592 с.
65. Рожков, М.Н. Воспитание толерантности у школьников. / М. Н. Рожков, Л. В. Байбородова, М. А. Ковальчук – Ярославль: Академия развития: Академия Холдинг, 2003. – 191 с.
66. Русакова С.В. Психологическое сопровождение развития коммуникативной толерантности у подростков в общеобразовательных учреждениях: Автореферат дис...канд. псих. наук. 19.00.07/ С.В. Русакова. – Екатеринбург, 2014.
67. Русакова, С. В. Сущностные характеристики коммуникативной толерантности: происхождение понятия / С. В. Русакова // Научно-методический журнал. - 2013. - Т. 19-1. - С. 10-14.
68. Русакова, С. В. Формирование коммуникативной толерантности у учащихся общеобразовательной школы / С. В. Русакова // Гуманитарные, социально-экономические и общественные науки. - 2014. - №1 - С. 155-160.
69. Сапогова Е.Е. Психология развития человека: учебное пособие / Е. Е. Сапогова. – Москва: Аспект пресс. - 2014.С – 460 с.
70. Слюсарева Е. С. Толерантное отношение как показатель психологической безопасности инклюзивной образовательной среды / ФГАОУ ВО «Крымский федеральный университет имени В.И. Вернадского»/Проблемы современного образования – 2021.
71. Солдатова, Г. У. Жить в мире с собой и другими: тренинг толерантности для подростков / Г. У. Солдатова, Л. А. Шайгерова, О. Д. Шарова – М.: Генезис, 2001. – 105 с.

72. Спицина, О.А. Формирование толерантности у первоклассников в адаптационный период / О. А. Спицина // Начальная школа плюс До и После. – 2009. – № 6. – С. 11- 14.
73. Спицына, О.А. Толерантность младших школьников: условия формирования /О.А. Спицына //Известия Уральского федерального университета. Серия 1. Проблемы образования, науки и культуры. – 2009. – Т. 68, №4. – С. 134-140.
74. Степанов, П. В. Воспитание толерантности у школьников: теория, методика, диагностика / П. В. Степанов – М.: АПКиПРО, 2003. – 84 с.
75. Столганова Л.В. Классные часы, беседы для младших школьников и подростков (воспитание толерантности). – М.: Педагогическое общество России, 2006. – 128с
76. Таранова, Е.В. Как создавалась система воспитания толерантности у учащихся 3-го класса / Е. В. Таранова – [Электр. ресурс]. – Режим доступа: URL: <http://www.festival.1september.ru/articles/412915/>.
77. Тюкавкина, Н. В. Воспитание толерантности как фактор социализации младшего школьника / Н. В. Тюкавкина // Управление качеством образования. – 2009. – № 5. – С. 57- 61.
78. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
79. Федоренко, Л. Г. Толерантность в образовательном учреждении / Л. Г. Федоренко. 2-е изд. М.: КАРО, 2012. 128 с.
80. Феталиева Л.П. Опыт инклюзивного образования в России и за рубежом. // Материалы Международной научно-практической конференции «Актуальные проблемы педагогики и психологии начального образования», Махачкала, 2015.
81. Фетискин, Н.П. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп / Н. П. Фетискин, В. В. Козлов, Г. М. Мануйлов. – М.: Изд-во Института Психотерапии, 2002. – 490 с.

82. Филатова, М. Мы все разные: разговор о толерантности [кл. час для мл. школьников] /М. Филатова //Классное руководство и воспитание школьников. – 2010. – 16-30 сент. (№18)
83. Фопель, К. Как научить детей сотрудничать? В 4-х частях / К. Фопель; перевод с английского языка: Д. Дмитриев, О. Ковалевская, Е. Патяева. М.: Генезис, 2012. 544 с.
84. Харитонов, А.Н. Психологические исследования общения. / А. Н. Харитонов. – М.: Дрофа, 2004. – 344 с.
85. Цируль, О. В. Формирование толерантности учащихся как фактор социализации личности: дис...канд. пед. наук: 13.00.01/ О. В. Цируль. – М., 2005. – 185с.
86. Шалин В. В. Образование и формирование культуры толерантности / В. В. Шалин – [Электр. ресурс]. – Режим доступа: URL: <http://his.ISeptember./article.php?ID>.
87. Шрейдер, Ю. А. Вопросы толерантности / Ю. А. Шрейдер. – [Электр. ресурс]. – Режим доступа: URL:<http://www.ifap.ru/library/book326.pdf>.
88. Элиасберг, Н. И Формирование толерантности школьников в системе гражданско-правового образования. / Р. И. Элиасберг – [Электр. ресурс]. – Режим доступа: URL:<http://www.ifap.ru/library/book326.pdf>.
89. Эльконин, Д. Б. Психология игры. / Д. Б. Эльконин – М., 2001 – 226 с
90. Эрик Эриксон. Детство и общество. С-Пт.,2000г.
- 91.Fitzmaurice D. 1993: Autonomy as a Good: Liberalism, Autonomy and Toleration, Journal of Political Philosophy, 1 (1), pp. 1-16.
92. Kelly P. 2002: Introduction: Between Culture and Equality, Paul Kelly, ed., Multiculturalism Reconsidered. “Culture and Equality” and its Critics (Polity Press), pp. 1-17.
93. Kukathas Ch. 2003: The Liberal Archipelago. A Theory of Diversity and Freedom (Oxford: Oxford University Press).

94. Kymlicka W. 1996: Two Models of Pluralism and Tolerance, D. Heyd, ed., *Toleration. An Elusive Virtue* (Princeton: Princeton University Press), pp. 81-105.
95. Kymlicka W. 2001a: *Tolerance, Justice and Security: Comparing Minority Rights in the West and Eastern Europe*, Morrell Memorial Lecture, (The University of York, May 28)
96. Nicholson P. 1985: *Toleration as a moral ideal*, J. Horton and S. Mendus (eds.), *Aspects of Toleration* (London: Methuen).
97. Parekh B. 2000: *Rethinking Multiculturalism. Cultural Diversity and Political Theory* (London: MacMillan Press).
98. Parekh B. 2002: *Barry and the Dangers of Liberalism*, Paul Kelly, ed., *Multiculturalism Reconsidered* (Polity Press), pp. 133-150.
99. Raz J. 1994: *Ethics in the Public Domain: Essays in the Morality of Law and Politics* (Oxford: Clarendon Press).
100. Wagner P. 2005: *The political form of Europe, Europe as a political form*, Thesis Eleven, 80.
101. Walzer M. 1997: *On Toleration* (New Haven: Yale University press).
102. Williams B. 1996: "Toleration, a Political or Moral Question?", Paul Ricoeur, ed., *Tolerance Between Intolerance and Intolerable*, Diogenes, 176 (Oxford: Berghahn Books), pp. 35-48.

«Тест на определение уровня толерантности»

Автор: М.А. Ковальчук

Проявлять толерантность – это значит понимать друг друга, помогать друг другу, относиться друг к другу терпимо, чтобы строить мирное будущее.

Выбери тот ответ, который ты считаешь правильным, и сосчитай, сколько «б» получилось:

1. Для того чтобы не было войны...

- а) Нельзя ничего сделать, поскольку войны будут всегда!
- б) Нужно понимать, почему они происходят.

2. В школе говорят о героях, проявивших толерантность...

- а) Это тебя не интересует.
- б) Ты хочешь узнать об этих героях.

3. Ты противостояшь насилию...

- а) Насилием.
- б) Ты присоединяешься к другим людям, чтобы сказать НЕТ.

4. Один товарищ тебя предал...

- а) Ты мстишь ему.
- б) Ты пытаешься объяснить с ним.

5. Когда говорят о детях, пострадавших от войны...

- а) Ты об этом услышал и забыл.
- б) Ты ищешь возможность для того, чтобы проявить с ними солидарность.

6. Ты не согласен с кем-то...

- а) Ты не даешь ему говорить.
- б) Ты все-таки слушаешь его.

7. В классе ты уже ответил...

- а) Тебе хочется отвечать еще.
- б) Ты предоставляешь возможность другим ответить.

8. Тебе предлагают переписываться с каким-нибудь иностранцем...

а) Ты не испытываешь ни потребности переписываться, ни потребности делиться мечтами.

б) Ты хочешь переписываться, чтобы поделиться с ним своими мечтами.

Если у тебя одни «б»: «Прекрасно! Ты проявляешь большую толерантность. Ты являешься будущим гражданином мира, ответственным и солидарным, активным проводником мира. Объясни своим друзьям, как тебе это удастся» - данная формулировка соответствует **высокому уровню** сформированности межэтнической толерантности: ребенок всегда принимает различия между нациями, всегда испытывает интерес к культуре, быту и истории других народов, всегда терпим к обычаям и условиям жизни других народов, всегда понимает национальную многополярность.

Если у тебя от 3 до 7 «б»: «Да! Ты не очень толерантен. Ты слишком стремишься навязать свои идеи, но проявляешь любознательность и у тебя хорошее воображение. Используй эти свои качества для борьбы с нетолерантностью» - данная формулировка соответствует **среднему уровню** сформированности межэтнической толерантности: ребенок иногда принимает различия между нациями, иногда испытывает интерес к культуре, быту и истории других народов, иногда терпим к обычаям и условиям жизни других народов, иногда понимает национальную многополярность.

Если у тебя менее 3 «б»: «Ай-ай-ай! Ты совсем не толерантен! Однако если бы ты был настроен более оптимистично, и тебе нравилось дискутировать, ты мог бы стать более счастливым! Давай, приложи еще немного усилий» - данная формулировка соответствует **низкому уровню** сформированности межэтнической толерантности: ребенок не принимает различия между нациями, не испытывает интерес к культуре, быту и истории других народов, нетерпим к обычаям и условиям жизни других народов, не понимает национальную многополярность.

Тест оценки коммуникативных умений

Автор: Ф. Ряховский

Тест содержит возможность определить уровень коммуникабельности человека. Отвечать на вопросы следует используя три варианта ответов – «да», «иногда» и «нет».

Инструкция: «Вашему вниманию предлагается несколько простых вопросов. Отвечайте быстро, однозначно: «да», «нет», «иногда».

Текст опросника

1. Вам предстоит ординарная или деловая встреча. Выбивает ли Вас ее ожидание из колеи?
2. Вызывает ли у Вас смятение и неудовольствие поручение выступить с докладом, сообщением, информацией на каком-либо совещании, собрании или тому подобном мероприятии?
3. Не откладываете ли Вы визит к врачу до последнего момента?
4. Вам предлагают выехать в командировку в город, где Вы никогда не бывали. Приложите ли Вы максимум усилий, чтобы избежать этой командировки?
5. Любите ли Вы делиться своими переживаниями с кем бы то ни было?
6. Раздражаетесь ли Вы, если незнакомый человек на улице обратится к Вам с просьбой (показать дорогу, назвать время, ответить на какой-то вопрос)?
7. Верите ли Вы, что существует проблема «отцов и детей» и что людям разных поколений трудно понимать друг друга?
8. Постесняетесь ли Вы напомнить знакомому, что он забыл Вам вернуть деньги, которые занял несколько месяцев назад?
9. В ресторане либо в столовой Вам подали явно недоброкачественное блюдо. Промолчите ли Вы, лишь рассерженно отодвинув тарелку?
10. Оказавшись один на один с незнакомым человеком, Вы не вступите с ним в беседу и будете тяготиться, если первым заговорит он. Так ли это?

11. Вас приводит в ужас любая длинная очередь, где бы она ни была (в магазине, библиотеке, кассе кинотеатра). Предпочитаете ли Вы отказаться от своего намерения или встанете в хвост и будете томиться в ожидании?

12. Бойтесь ли Вы участвовать в какой-либо комиссии по рассмотрению конфликтных ситуаций?

13. У Вас есть собственные сугубо индивидуальные критерии оценки произведений литературы, искусства, культуры, и никаких чужих мнений на этот счет Вы не приемлете. Это так?

14. Услышав где-либо в кулуарах высказывание явно ошибочной точки зрения по хорошо известному Вам вопросу, предпочитаете ли Вы промолчать и не вступать в разговор?

15. Вызывает ли у Вас досаду чья-либо просьба помочь разобраться в том или ином служебном вопросе или учебной теме?

16. Охотнее ли Вы излагаете свою точку зрения (мнение, оценку) в письменной форме, чем в устной?

Оценка ответов: «Да» – 2 балла, «иногда» – 1 балл, «нет» – 0 баллов.

Полученные баллы суммируются, и по классификатору определяется, к какой категории относится испытуемый.

Интерпретация результатов

30–31 балл. Вы явно некоммуникабельны, и это Ваша беда, так как страдаете от этого больше Вы сами. Но и близким Вам людям нелегко. На Вас трудно положиться в деле, которое требует групповых усилий. Старайтесь быть общительнее, контролируйте себя.

25–29 баллов. Вы замкнуты, не разговорчивы, предпочитаете одиночество, поэтому у Вас мало друзей. Новая работа и необходимость новых контактов если и не ввергают Вас в панику, то надолго выводят из равновесия. Вы знаете эту особенность своего характера и бываете недовольны собой. Но не ограничивайтесь только таким недовольством – в Вашей власти переломить эти особенности характера. Разве не бывает, что при

какой-либо сильной увлеченности Вы приобретаете вдруг полную коммуникабельность? Стоит только встряхнуться.

19–24 балла. Вы, в известной степени, общительны и в незнакомой обстановке чувствует себя вполне уверенно. Новые проблемы Вас не пугают. И все же с новыми людьми сходитесь с оглядкой, в спорах и диспутах участвуете неохотно. В Ваших высказываниях порой слишком много сарказма, без всякого на то основания. Эти недостатки исправимы.

14–18 баллов. У вас нормальная коммуникабельность. Вы любознательны, охотно слушаете интересного собеседника, достаточно терпеливы в общении с другими, отстаиваете свою точку зрения без вспыльчивости. Без неприятных переживаний идете на встречу с новыми людьми. В то же время не любите шумных компаний; экстравагантные выходки и многословие вызывают у Вас раздражение.

9–13 баллов. Вы весьма общительны (порой, быть может, даже сверх меры), любопытны, разговорчивы, любите высказываться по разным вопросам, что, бывает, вызывает раздражение окружающих. Охотно знакомитесь с новыми людьми. Любите бывать в центре внимания, никому не отказываете в просьбах, хотя не всегда можете их выполнить. Бывает, вспылите, но быстро отходите. Чего Вам недостает, так это усидчивости, терпения и отваги при столкновении с серьезными проблемами. При желании, однако, Вы можете себя заставить не отступать.

4–8 баллов. Вы, должно быть, «рубаха-парень». Общительность бьет из Вас ключом. Вы всегда в курсе всех дел. Вы любите принимать участие во всех дискуссиях, хотя серьезные темы могут вызвать у Вас мигрень или даже хандру. Охотно берете слово по любому вопросу, даже если имеете о нем поверхностное представление. Всюду чувствуете себя в своей тарелке. Беретесь за любое дело, хотя не всегда можете успешно довести его до конца. По этой самой причине руководители и коллеги относятся к Вам с некоторой опаской и сомнениями. Задумайтесь над этими фактами.

3 балла и менее. Ваша коммуникабельность носит болезненный характер. Вы говорливы, многословны, вмешиваетесь в дела, которые не имеют к Вам никакого отношения. Беретесь судить о проблемах, в которых совершенно не компетентны. Вольно или невольно Вы часто бываете причиной разного рода конфликтов в Вашем окружении. Вспыльчивы, обидчивы, нередко бываете необъективны. Серьезная работа – не для Вас. Людям – и на работе, и дома, и вообще повсюду – трудно с Вами. Да, Вам надо поработать над собой и своим характером! Прежде всего воспитывайте в себе терпеливость и сдержанность, уважительно относитесь к людям, наконец, подумайте о своем здоровье – такой стиль жизни не проходит бесследно.

Диагностика уровня поликоммуникативной эмпатии

Автор: (И.М. Юсупов)

Шкалы: эмпатия к родителям, животным, пожилым людям, детям, героям художественных произведений, знакомым и незнакомым людям

Назначение теста

Опросник содержит 6 диагностических шкал эмпатии, выражающих отношение к родителям, животным, пожилым людям, детям, героям художественных произведений, знакомым и незнакомым людям.

В опроснике 36 утверждений, по каждому из которых испытуемый должен оценить, в какой мере он с ним согласен или не согласен, используя 6 вариантов ответов:

- «не знаю» (0);
- «никогда или нет» (1);
- «иногда» (2);
- «часто» (3);
- «почти всегда» (4);
- «всегда или да» (5).

Каждому варианту ответа соответствует числовое значение (указано в скобках): 0, 1, 2, 3, 4, 5.

Инструкция к тесту. Предлагаем оценить несколько утверждений. Ваши ответы не будут оцениваться как хорошие или плохие, поэтому просим проявить откровенность. Над утверждениями не следует долго раздумывать. Достоверные ответы те, которые первыми пришли в голову. Прочитав в опроснике утверждение, в соответствии с его номером отметьте в ответном листе ваше мнение под одной из шести градаций: «не знаю», «никогда или нет», «иногда», «часто», «почти всегда», «всегда или да». Ни одно из утверждений пропускать нельзя.

Если в процессе работы у испытуемого возникнут вопросы, то экспериментатор должен дать разъяснения так, чтобы испытуемый не оказался сориентированным на тот или иной ответ.

Тест

1. Мне больше нравятся книги о путешествиях, чем книги из серии «Жизнь замечательных людей».
2. Взрослых детей раздражает забота родителей.
3. Мне нравится размышлять о причинах успехов и неудач других людей.
4. Среди всех музыкальных телепередач предпочитаю «Современные ритмы».
5. Чрезмерную раздражительность и несправедливые упреки больного надо терпеть, даже если они продолжаются годами.
6. Больному человеку можно помочь даже словом.
7. Посторонним людям не следует вмешиваться в конфликт между двумя людьми.
8. Старые люди, как правило, обижаются без причин.
9. Когда в детстве я слушал грустную историю, на мои глаза сами по себе наворачивались слезы.
10. Раздраженное состояние моих родителей влияет на мое настроение.

11. Я равнодушен к критике в мой адрес.
12. Мне больше нравится рассматривать портреты, чем картины с пейзажами.
13. Я всегда прощал все родителям, даже если они были не правы.
14. Если лошадь плохо тянет, ее нужно хлестать.
15. Когда я читаю о драматических событиях в жизни людей, то чувствую, словно это происходит со мной.
16. Родители относятся к своим детям справедливо.
17. Видя ссорящихся подростков или взрослых, я вмешиваюсь.
18. Я не обращаю внимания на плохое настроение своих родителей.
19. Я подолгу наблюдаю за поведением животных, откладывая другие дела.
20. Фильмы и книги могут вызвать слезы только у несерьезных людей.
21. Мне нравится наблюдать за выражением лиц и поведением незнакомых людей.
22. В детстве я приводил домой бездомных кошек и собак.
23. Все люди необоснованно озлоблены.
24. Глядя на постороннего человека, мне хочется угадать, как сложится его жизнь.
25. В детстве младшие по возрасту ходили за мной по пятам.
26. При виде покалеченного животного я стараюсь ему чем-то помочь.
27. Человеку станет легче, если внимательно выслушать его жалобы.
28. Увидев уличное происшествие, я стараюсь не попадать в число свидетелей.
29. Младшим нравится, когда я предлагаю им свою идею, дело или развлечение.
30. Люди преувеличивают способность животных чувствовать настроение своего хозяина.
31. Из затруднительной конфликтной ситуации человек должен выходить самостоятельно.

32. Если ребенок плачет, на то есть свои причины.

33. Молодежь должна всегда удовлетворять любые просьбы и чудачества стариков.

34. Мне хотелось разобраться, почему некоторые мои одноклассники иногда были задумчивы.

35. Беспризорных домашних животных следует отлавливать и уничтожать.

36. Если мои друзья начинают обсуждать со мной свои личные проблемы, я стараюсь перевести разговор на другую тему.

Обработка и интерпретация результатов теста

Следует начинать с определения достоверности данных. Для этого необходимо подсчитать, сколько ответов определенного типа дано на указанные номера утверждения опросника:

- «не знаю»: 2, 4, 16, 18, 33;
- «всегда или да»: 2, 7, 11, 13, 16, 18, 23.

Кроме того, следует выявить:

- сколько раз ответ типа «всегда» или «да» получен на оба утверждения в следующих парах: 7 и 17, 10 и 18, 17 и 31, 22 и 35, 34 и 36;

- сколько раз ответ типа «всегда» или «да» получен для одного из утверждений, а ответ типа «никогда» или «нет» для другого в следующих парах: 3 и 36, 1 и 3, 17 и 28.

После этого суммируются результаты отдельных подсчетов. Если общая сумма 5 или более, то результат исследования недостоверен; при сумме, равной 4, результат сомнителен; если же сумма не более 3, результат исследования может быть признан достоверным.

При недостоверных и сомнительных результатах целесообразно, если это возможно, выяснить причины отношения испытуемого к исследованию. Следует иметь в виду, что помимо нежелания обследоваться или стремления преднамеренно давать противоречивые, неискренние ответы, недостоверные

результаты могут быть обусловлены, например, нарушением некоторых психических функций, их развития, а также социальным инфантилизмом.

При достоверных результатах исследования дальнейшая обработка данных направлена на получение количественных показателей эмпатии и ее уровня. Единая метрическая униполярная шкала интервалов позволяет, пользуясь ключом-дешифратором, получить характеристику эмпатии на основании данных, которые представляют все диагностические шкалы и дают характеристику отдельных составляющих эмпатии.

Ключ к тесту

I Родителям 10, 13, 16

II Животным 19, 22, 26

III Пожилым людям 2, 5, 8

IV Детям 25, 29, 32

V Героям художественных произведений 9, 12, 15

VI Незнакомым или малознакомым людям 21, 24, 27

С помощью таблицы на основании полученных балльных оценок диагностируется уровень эмпатии по каждой из составляющих и в целом.

Уровень	Количество баллов	
	<i>по шкалам</i>	<i>в целом</i>
Очень высокий	15	82-90
Высокий	13-14	63-81
Средний	5-12	37-62
Низкий	2-4	12-36
Очень низкий	0-1	5-11

Соотнесите результат со шкалой развитости эмпатийных тенденций.

Уровневые характеристики эмпатии

82 до 90 баллов – это очень высокий уровень эмпатийности. У вас болезненно развито сопереживание. В общении вы, как барометр, тонко реагируете на настроение собеседника, еще не успевшего сказать ни слова. Вам трудно от того, что окружающие используют вас в качестве громоотвода,

обрушивая на вас свое эмоциональное состояние. Вы плохо чувствуете себя в присутствии «тяжелых» людей. Взрослые и дети охотно доверяют вам свои тайны и идут за советом. Нередко испытываете комплекс вины, опасаясь причинить людям хлопоты; не только словом, но даже взглядом боитесь задеть их. Беспокойство за родных и близких не покидает вас. В то же время вы сами очень ранимы. Можете страдать при виде покалеченного животного или не находить себе места от случайного холодного приветствия вашего шефа. Ваша впечатлительность порой долго не дает заснуть. Будучи в расстроенных чувствах, вы нуждаетесь в эмоциональной поддержке со стороны. При таком отношении к жизни вы близки к невротическим срывам. Позаботьтесь о своем психическом здоровье.

63 до 81 балла – **высокая эмпатийность**. Вы чувствительны к нуждам и проблемам окружающих, великодушны, склонны многое им прощать. С неподдельным интересом относитесь к людям. Вам нравится «читать» их лица и «заглядывать» в их будущее. Вы эмоционально отзывчивы, общительны, быстро устанавливаете контакты и находите общий язык. Должно быть, и дети тянутся к вам. Окружающие ценят вас за душевность. Вы стараетесь не допускать конфликты и находить компромиссные решения. Хорошо переносите критику в свой адрес. В оценке событий больше доверяете своим чувствам и интуиции, чем аналитическим выводам. Предпочитаете работать с людьми, нежели в одиночку. Постоянно нуждаетесь в социальном одобрении своих действий. При всех перечисленных качествах вы не всегда аккуратны в точной и кропотливой работе. Не стоит особого труда вывести вас из равновесия.

37 до 62 баллов – **нормальный уровень эмпатийности**, присущий подавляющему большинству людей. Окружающие не могут назвать вас «толстокожим», но в то же время вы не относитесь к числу особо чувствительных лиц. В межличностных отношениях более склонны судить о других по их поступкам, чем доверять своим личным впечатлениям. Вам не чужды эмоциональные проявления, но чаще вы держите их под

самоконтролем. В общении внимательны, стараетесь понять больше, чем сказано словами, но при излишнем излиянии чувств собеседника теряете терпение. Предпочитаете деликатно не высказывать свою точку зрения, не будучи уверенным, что она будет принята. При чтении художественных произведений и просмотре фильмов чаще следите за действием, чем за переживаниями героев. Затрудняетесь прогнозировать развитие отношений между людьми, поэтому их поступки порой оказываются для вас неожиданными. Вы не отличаетесь раскованностью чувств, и это мешает вашему полноценному восприятию людей.

12 до 36 баллов – низкий уровень эмпатийности. Вы испытываете затруднения в установлении контактов с людьми, неуютно чувствуете себя в шумной компании. Эмоциональные проявления в поступках окружающих подчас кажутся вам непонятными и лишенными смысла. Отдаете предпочтение уединенным занятиям конкретным делом, а не работе с людьми. Вы сторонник точных формулировок и рациональных решений. Вероятно, у вас мало друзей, а тех, кто есть, вы цените больше за деловые качества и ясный ум, чем за чуткость и отзывчивость. Люди платят вам тем же: случаются моменты, когда вы чувствуете свою отчужденность; окружающие не слишком жалуют вас своим вниманием. Но это исправимо, если вы раскроете свой панцирь и станете пристальнее всматриваться в поведение своих близких и принимать их потребности как свои.

11 баллов и менее – очень низкий уровень эмпатийности. Эмпатийные тенденции личности не развиты. Затрудняетесь первым начать разговор, держитесь особняком среди сослуживцев. Особенно трудны для вас контакты с детьми и лицами, которые намного старше вас. В межличностных отношениях нередко оказываетесь в неуклюжем положении. Во многом не находите взаимопонимания с окружающими. Любите острые ощущения, спортивные состязания предпочитаете искусству. В деятельности слишком центрированы на себе. Вы можете быть очень продуктивны в индивидуальной работе, во взаимодействии же с другими не всегда выглядите в лучшем свете.

С иронией относитесь к сентиментальным проявлениям. Болезненно переносите критику в свой адрес, хотя можете на нее бурно не реагировать.

Диагностика принятия других (по шкале Фейя).

Шкалы: уровень принятия других

Инструкция к тесту: Внимательно прочитайте (прослушайте) суждения опросника. Варианты ответов по всем суждениям даны на специальном бланке. Если вы считаете, что суждение верно и соответствует вашему представлению о себе и других людях, то в бланке ответов напротив номера суждения отметьте степень вашего согласия с ним, используя предложенную шкалу:

- практически всегда;
- часто;
- иногда;
- случайно;
- очень редко.

Тест

1. Людей достаточно легко ввести в заблуждение.
2. Мне нравятся люди, с которыми я знаком(а)*.
3. В наше время люди имеют очень низкие моральные принципы.
4. Большинство людей думают о себе только положительно, редко обращаясь к своим отрицательным качествам.
5. Я чувствую себя комфортно практически с любым человеком*.
6. Все, о чем люди говорят в наше время, сводится к разговорам о фильмах, телевидении и других глупых вещах подобного рода.
7. Если кто-либо начал делать одолжение другим людям, то они сразу же перестают уважать его.
8. Люди думают только о себе.
9. Люди всегда чем-то недовольны и ищут что-нибудь новое.

10. Причуды большинства людей очень трудно вытерпеть.
11. Людям определенно необходим сильный и умный лидер.
12. Мне нравится быть в одиночестве, вдали от людей.
13. Люди не всегда честно ведут себя с другими людьми.
14. Мне нравится быть с другими людьми*.
15. Большинство людей глупы и непоследовательны.
16. Мне нравится быть с людьми, чьи взгляды отличаются от моих*.
17. Каждый хочет быть приятным для другого*.
18. Чаще всего люди недовольны собой.

Обработка и интерпретация результатов теста

За ответ:

- “практически всегда” – начисляется 0 баллов,
- “часто” – 1 балл,
- “иногда” – 2 балла,
- “случайно” – 3 балла,
- “очень редко” – 4 балла.

Подсчитывается сумма баллов, набранная испытуемым. При подсчете необходимо инвертировать баллы по обратным суждениям. Обратные суждения отмечены звездочкой(*) в тексте опросника.

Таблица инвертирования оценок респондентов

0 1 2 3 4

4 3 2 1 0

- 60 баллов и больше – высокий показатель принятия других;
- 45-60 баллов – средний показатель принятия других с тенденцией к высокому;
- 30-45 баллов – средний показатель принятия других с тенденцией к низкому;
- 30 баллов и меньше – низкий показатель принятия других.

**Тест агрессивности модификация опросника Басса-Дарки
(адаптация Л.Г. Почебут).**

Шкалы: вербальная агрессия, физическая агрессия, предметная агрессия, эмоциональная агрессия, самоагрессия.

Назначение теста

Диагностика агрессивного поведения.

Описание теста

В этнопсихологических исследованиях особое место занимает проблема изучения агрессивного поведения. Определение уровня агрессивности может помочь в профилактике межэтнических конфликтов и стабилизации социальной и экономической ситуации в стране. Агрессивное поведение – это специфическая форма действий человека, характеризующаяся демонстрацией превосходства в силе или применением силы по отношению к другому либо группе лиц, которым субъект стремится причинить ущерб.

Агрессивное поведение целесообразно рассматривать как противоположное поведению адаптивному.

Адаптивное поведение предполагает взаимодействие человека с другими людьми, согласование интересов, требований и ожиданий его участников. Психологи Б. Басс и Р. Дарки разработали тест, оценивающий уровень агрессивного поведения человека.

Инструкция. «Предполагаемый опросник выявляет ваш обычный стиль поведения в стрессовых ситуациях и особенности приспособления в социальной среде. Вам необходимо однозначно («да» или «нет») оценить 40 приведенных ниже утверждений».

Тест

1. Во время спора я часто повышаю голос.
2. Если меня кто-то раздражает, я могу сказать ему все, что о нем думаю.
3. Если мне необходимо будет прибегнуть к физической силе для защиты своих прав, я, не раздумывая, сделаю это.
4. Когда я встречаю неприятного мне человека, я могу позволить себе незаметно ущипнуть или толкнуть его.

5. Увлечшись спором с другим человеком, я могу стукнуть кулаком по столу, чтобы привлечь к себе внимание или доказать свою правоту.
6. Я постоянно чувствую, что другие не уважают мои права.
7. Вспоминая прошлое, порой мне бывает обидно за себя.
8. Хотя я и не подаю вида, иногда меня гложет зависть.
9. Если я не одобряю поведение своих знакомых, то я прямо говорю им об этом.
10. В сильном гневе я употребляю крепкие выражения, сквернословлю.
11. Если кто-нибудь поднимет на меня руку, я постараюсь ударить его первым.
12. Я бываю настолько взбешен, что швыряю разные предметы.
13. У меня часто возникает потребность переставить в квартире мебель или полностью сменить ее.
14. В общении с людьми я часто чувствую себя «пороховой бочкой», которая постоянно готова взорваться.
15. Порой у меня появляется желание зло пошутить над другим человеком.
16. Когда я сердит, то обычно мрачнею.
17. В разговоре с человеком я стараюсь его внимательно выслушать, не перебивая.
18. В молодости у меня часто «чесались кулаки» и я всегда был готов пустить их в ход.
19. Если я знаю, что человек намеренно меня толкнул, то дело может дойти до драки.
20. Творческий беспорядок на моем рабочем столе позволяет мне эффективно работать.
21. Я помню, что бывал настолько сердитым, что хватал все, что попадало под руку, и ломал.
22. Иногда люди раздражают меня только одним своим присутствием.

23. Я часто удивляюсь, какие скрытые причины заставляют другого человека делать мне что-нибудь хорошее.

24. Если мне нанесут обиду, у меня пропадет желание разговаривать с кем бы то ни было.

25. Иногда я намеренно говорю гадости о человеке, которого не люблю.

26. Когда я взбешен, я кричу самое злобное ругательство.

27. В детстве я избегал драться.

28. Я знаю, по какой причине и когда можно кого-нибудь ударить.

29. Когда я взбешен, то могу хлопнуть дверью.

30. Мне кажется, что окружающие люди меня не любят.

31. Я постоянно делюсь с другими своими чувствами и переживаниями.

32. Очень часто своими словами и действиями я сам себе приношу вред.

33. Когда люди орут на меня, я отвечаю тем же.

34. Если кто-нибудь ударит меня первым, я в ответ ударю его.

35. Меня раздражает, когда предметы лежат не на своем месте.

36. Если мне не удастся починить сломавшийся или порвавшийся предмет, то я в гневе ломаю или рву его окончательно.

37. Другие люди мне всегда кажутся преуспевающими.

38. Когда я думаю об очень неприятном мне человеке, я могу прийти в возбуждение от желания причинить ему зло.

39. Иногда мне кажется, что судьба сыграла со мной злую шутку.

40. Если кто-нибудь обращается со мной не так, как следует, я очень расстраиваюсь по этому поводу.

Обработка результатов. Агрессивное поведение по форме проявления подразделяется на 5 шкал. Необходимо просуммировать баллы по каждой из пяти шкал в соответствии с ключом.

Тип агрессии	номер утверждения	
ВА	Да: 1,2,9,10,25,26,33	Нет: 17
ФА	Да: 3,4,11,18,19,28,34	Нет: 27
ПА	Да: 5,12,13,21,29,35,36	Нет: 20

ЭА Да: 6,14,15,22,30,37,38 Нет: 23

СА Да: 7,8,16,24,32,39,40 Нет: 31

Интерпретация

Вербальная агрессия (ВА) – человек вербально выражает свое агрессивное отношение к другому человеку, использует словесные оскорбления.

Физическая агрессия (ФА) – человек склонен выражать свою агрессию по отношению к другому человеку с применением физической силы.

Предметная агрессия (ПА) – человек срывает свою агрессию на окружающих его предметах.

Эмоциональная агрессия (ЭА) – у человека часто возникает эмоциональное отчуждение при общении с другим человеком, сопровождаемое подозрительностью, враждебностью, неприязнью или недоброжелательностью по отношению к нему.

Самоагрессия (СА) – человек не находится в мире и согласии с собой; у него отсутствуют или ослаблены механизмы психологической защиты; он оказывается беззащитным в агрессивной среде.

Если сумма баллов выше 5, это означает высокую степень агрессивности и низкую степень адаптивности по шкале.

Сумма баллов от 3 до 4 соответствует средней степени агрессии и адаптированности.

Сумма баллов от 0 до 2 означает низкую степень агрессивности и высокую степень адаптированности по данному типу поведения.

Затем суммируются баллы по всем шкалам.

Если сумма превышает 25 баллов, это означает высокую степень агрессивности человека, его низкие адаптационные возможности.

Сумма баллов от 11 до 24 соответствует среднему уровню агрессивности и адаптированности.

Сумма баллов от 0 до 10 означает низкую степень агрессивности и высокую степень адаптированного поведения.

Тренинг толерантности. «Если мы вместе – мы победим».

Цель: формирование качества толерантности.

Задачи:

- ознакомить с понятием «толерантность», его толкованием
- развивать коммуникативные умения детей
- развивать устную речь учащихся, обогащать их словарный запас
- формировать культуру воспитанного человека, положительные

качества личности

Ход занятия

I. Организационный момент «Минутка радости»

Учитель.- Добрый день! А что это значит?

Значит, день был по-доброму начат,

Значит, день был по-доброму прожит,

Он умножит счастливые дни...

- Создадим хорошее настроение. Найдите молча глазами соседа и улыбнитесь ему так, чтобы стало приятно и ему, и тебе.

Спасибо за положительный настрой.

- Садитесь.

Сообщение темы и цели.

- Послушайте стихотворение и скажите, о чём пойдёт речь на нашем классном часе.

(Читает ученик)

Что такое толерантность?

Доброта, любовь и смех.

Что такое толерантность?

Счастье, дружба и успех.

Труд и вежливость – в почете!

Умный, честный, чистоплотный,
Ценит дружбу и друзей.
Смелый, ловкий и веселый,
Не обидит малышей.
Аккуратный, чуткий, скромный,
Бережет природу, честь.
Эти качества достойны
Толерантными их счесть.
Если каждый друг к другу будет терпим,
То вместе мы сделаем толерантным наш мир.
(Мы будем говорить о толерантности.)

Работа с определением.

Что такое толерантность?

Дорогие ребята! Это новое слово, которое в последнее время очень актуально из-за роста агрессивности, насилия, нетерпимости, конфликтности в обществе

Мы послушаем нашего ученика, которого я заранее попросила найти в толковом словаре значение этого слова.

Ученик: Слово толерантность возникло в 18 веке во Франции от имени князя, Министра иностранных дел этой страны Толейрана. Толерантность означает терпимость, уважение человеческого достоинства, принятие другого таким, какой он есть.

Учитель: 16 ноября – Международный день толерантности. Его цель заключается в том, чтобы снизить распространяющиеся в последнее время по всей планете случаи проявления насилия и экстремизма. Этот праздник был учрежден в 1996 году по решению Генеральной Ассамблеи ООН. Немецкий графический художник Хелмут Лангер создал эмблему (цветок толерантности).

Толерантность – это милосердие.

Толерантность – это сострадание.

Толерантность – это уважение.

Толерантность – это доброта души.

Толерантность – это терпение.

Толерантность – это дружба.

Толерантность – это гармония в многообразии.

Толерантности способствуют: знания, открытость, общение и свобода мыслей, совести, убеждений.

Толерантность – путь к миру и согласию.

А как вы понимаете, что значит быть толерантным? (Быть толерантным – уметь ладить с другими людьми, жить в обществе без конфликтов, проявлять терпимость к чужому мнению.)

Китайская притча «Ладная семья»

- Послушайте притчу и скажите, зачем нужно быть толерантными.

Жила-была на свете семья. Она была не простая. Более 100 человек насчитывалось в этой семье. И занимала она целое село. Так и жили всей семьей и всем селом. Вы скажете: ну и что, мало ли больших семейств на свете. Но дело в том, что семья была особая – мир и лад царили в той семье и, стало быть, на селе. Ни ссор, ни ругани, ни, Боже упаси, драк и раздоров. Дошел слух об этой семье до самого владыки страны. И он решил проверить, правду ли молвят люди. Прибыл он в село, и душа его возрадовалась: кругом чистота, красота, достаток и мир. Хорошо детям, спокойно старикам. Удивился владыка. Решил узнать, как жители села добились такого лада, пришел к главе семьи; расскажи, мол, как ты добиваешься такого согласия и мира в твоей семье. Тот взял лист бумаги и стал что-то писать писал долго – видно, не очень силен был в грамоте. Затем передал лист владыке. Тот взял бумагу и стал разбирать каракули старика. Разобрал с трудом и удивился. Три слова были начертаны на бумаге:

любовь;

прощение;

терпение.

И в конце листа: сто раз любовь, сто раз прощение, сто раз терпение.

Прочел владыка и спросил:

- И все?

- Да, - ответил старик, - это и есть основа жизни всякой хорошей семьи.

И, подумав, добавил:

- И мира тоже.

(Дети отвечают)

Какие качества необходимы толерантному человеку?

Я буду помогать вам в толковании этих положительных качества человека.

1 - проявление заботы, внимания, уход за кем-то (заботливость)

2 – легкое установление контактов (общительность)

3 - мироощущение, проникнутое бодростью, верой в успех (оптимизм)

4 - радость от жизни, её проявлений (жизнерадостность)

5 - устойчивое положительное отношение к жизни (позитивизм)

6 - стремление сделать другому добро (доброта)

7 - сострадание (милосердие)

8 - почтительное отношение (уважение)

9 - готовность понять другого, помочь ему (отзывчивость)

Игра “Возьму с собой”

– А сейчас я бы хотела провести с вами игру: Приглашаю всех вас в путешествие на Северный полюс. Мы полетим на аэростате. Но нас ждут испытания, трудности, холод, голод... Нужны надежные люди, элементарно воспитанные. Поднимите руку, кто считает себя воспитанным человеком.

Ну что ж, если готовы, то начали... Я буду передавать эту волшебную палочку сидящему рядом, а он дальше по кругу. Но всякий, взявший палочку, должен назвать то, что он возьмет с собой на Северный полюс.

А я буду добавлять при этом “Возьму вас с собой” или “Не возьму с собой”.

Не забудьте, что палочка “волшебная”, она сразу раскроет, воспитаны вы или нет.

Итак, я беру с собой на Северный полюс термос с горячим шоколадом. А что возьмешь с собой ты? (Передача “волшебной палочки”). Пожалуйста, возьми палочку.

Игра продолжается до тех пор, пока все участники не поймут, почему их не берут на Северный полюс. Учитель может еще раз повторить условие: “Беру только надежных, вежливых людей!” Наконец, кто-то из ребят скажет “спасибо” за то, что ему передают “волшебную палочку” и “возьми, пожалуйста” при передаче этой палочки следующему по кругу.

Обычно эта игра вызывает эмоциональный “шок” у участников, т.к. уровень обыденного сознания не может допустить такого большого значения вежливости.

Вопросы по итогам игры:

Какое качество дается нам очень легко, а ценится очень дорого? (Вежливость.)

Какие еще толерантные качества личности вы можете назвать? (Уважение по отношению к окружающим, понимание, умение слушать и слышать, гуманность, признание прав других, сострадание, прощение, милосердие, терпимость, чувство юмора и т.д.)

А какие качества личности выдают интолерантного человека? (Непонимание, игнорирование, эгоизм, нетерпимость, выражение пренебрежения, раздражительность, равнодушие, эгоизм, цинизм, немотивированная агрессивность.)

Вывод: Так какими же качествами может обладать сильный человек, личность? (Толерантными).

Толерантность в семье, школе.

В первую очередь толерантность проявляется дома, в школе. Все знают, что нужно жить дружно, но иногда трудно сдержаться, когда мы видим недостатки других. Иногда у нас возникает ощущение, что к нам придираются,

стремясь быть сильными, мы становимся нетолерантными и остаемся в одиночестве. Как нам стать толерантными? Прежде всего, надо остаться самим собой, видеть свои ошибки.

Давайте поиграем. Я называю ситуацию, а вы закрашиваете кружок зеленым, если согласны с 1 ответом, желтым – если со 2, и красным – если с 3-м.

1. Маленький брат сломал твою игрушку.

Ты его прощаешь.

Ты грозишься, что сломаешь его игрушку.

Ты ударяешь его.

2. Ты поссорился со своей сестрой.

Ты попытаешься объяснить с ней.

Ты обижаешься и не разговариваешь с ней

Ты злишься и мстишь ей.

3. Ты недоволен собой.

Анализируешь свое поведение и стараешься исправиться.

Ты говоришь, что людей без недостатков не бывает.

Ты все сваливаешь на других.

4. Тебе не хочется идти на прогулку со своими близкими.

Ты устраиваешь истерику.

Ты ищешь повод, чтобы отказаться от прогулки.

Ты идешь с ними гулять.

В школе, как и везде, все разные: есть маленькие, большие, худые, полные. Почему мы иногда смеемся над ними. Потому что мы их боимся, мы не хотим делиться или мы не уверены в себе. Быть толерантным – означает уважать других, невзирая на различия. Это означает быть внимательным к другим и обращать внимание на то, что нас сближает. Давайте попробуем проверить себя, проявляем ли мы толерантность. Продолжаем игру.

1. Саша живет в бедной семье, он плохо одет...

1. Это неважно.

2. Ты делаешь ему замечание.
3. Ты подсмеиваешься над ним.
2. Пожилая женщина медленно идет.
1. Ты отталкиваешь ее, чтобы обогнать.
2. Вежливо ждешь ее, но думаешь: «Ползет, как черепаха»
3. Ты помогаешь ей и придерживаешь дверь
3. Маша проболела, пропустила уроки и во время ответа сказала на твой

взгляд глупость...

1. Ты понимаешь, что Маше надо помочь изучить новый материал и предлагаешь свою помощь

2. Ты сочувствуешь
3. Ты смеешься над глупым ответом.

– Проявлять толерантность – это значит бережно относиться ко всему живому на нашей планете, вместе бороться с насилием, понимать друг друга, чтобы строить мирное будущее. Давайте продолжим игру.

Для того чтобы больше не было войны.

1. Нужно понимать, почему она происходит.
2. Ничего нельзя сделать.
3. Меня это не касается
2. Когда говорят о детях, пострадавших от войны.
1. Ты ищешь возможность проявить солидарность.
2. Ты об этом услышал и забыл.
3. Меня это не касается
3. Твой друг говорит что-то, а ты с ним не согласен.
1. Ты все-таки слушаешь его.
2. Ты вежливо пытаешься перебить его.
3. Ты не даешь ему говорить.
4. В классе ты уже ответил.
1. Ты предоставляешь возможность ответить другим.
2. Тебе хочется отвечать еще, ты настойчиво тянешь руку.

3. Учитель больше тебя не спрашивает, и ты выкрикиваешь правильный ответ

4. Подведение итогов игры.

Покажите свои «светофоры». Если у вас все кружки зеленые – вы – очень толерантны, если есть желтые – вы не всегда еще знаете, как правильно поступать, а если кружки – красные, то вы пока не очень толерантны, т.е. терпимы и добры к людям. Но не огорчайтесь, главное, чтобы вы поняли свои ошибки и старались быть более терпеливыми, снисходительными к людям, проявляли мягкость, милосердие, сострадание...

Игра «Разделяем радость».

Поучимся быть толерантными. Когда вы услышите имя вашего одноклассника, повернитесь к нему и улыбнитесь, а он в ответ должен помахать вам рукой.

Мы так рады за Викусю –
У неё «пятёрка» с плюсом!
Мы так радуемся с Любашей-
На тарелке много каши!
Мы так рады за Вадима –
Видел он во сне гориллу.
А Эмин – то та-ра-ра-
Песни нам поёт с утра.
Мы так рады за Алину –
Нам представила картину!
За Настенов тоже рады-
Будет чистота в тетрадях.
Мы так рады за Алёну –
Умная она с пелёнок!
Рады очень мы за Элю –
Она мечтает об Италии.
Мы так рады за Кристину –

Съела всю она малину!
Мы так рады за Роксану –
Съела всю она сметану!
Никита слевой молодцы –
Вырастили огурцы!
Мы так рады за Илью –
Он поедет летом к морю!
Мы так рады за Полину –
Полная грибов корзина!
Рады мы за весь наш класс–
Каждый - личность ведь у нас

Игра “Мой портрет в лучах солнца”

Музыка

Нарисовать в центре ватмана (листа) круг, в нем написать “Я могу”. Вокруг изобразить лучи, вдоль которых написать, что ты можешь сделать для других. При этом надо постараться, чтобы этих лучей было как можно больше. По завершении каждая игрок прочитает и прокомментирует написанное.

Итог. Составление правил толерантного человека.

Для того, чтобы воспитать себя толерантным, необходимо самим относиться к окружающим людям толерантно. Давайте подумаем и попробуем вместе составить свод правил толерантного человека.

1. Не обижать окружающих.
2. Выслушивать мнения других и считаться с ними.
3. Уметь прощать обиды и просить прощения.
4. Уметь договариваться без ссор и разрушительных конфликтов.
5. Нельзя унижать достоинство человека.
6. Не стоит заставлять человека с помощью силы делать то, что хочется

вам.

Как вы думаете, могут ли эти правила пригодиться в нашем классе? Давайте повесим их в классном уголке и постараемся их придерживаться, чтобы всегда оставаться толерантными.

Тренинг «Спешите делать добро!»

Цель: Формирование ценностного отношения к нравственной категории – добро, доброта.

Задачи:

- дать представление о добре, добрых поступках;
- развивать навык сотрудничества, коммуникативные навыки;
- воспитывать чувство доброты, чуткости, сострадания, доброжелательности, отзывчивости, понимания и уважения к окружающим людям;
- развивать навыки общения, работы в коллективе;
- совершенствовать и развивать творческие способности.

Ход занятия

1. Приветствие (*сидят в кругу и приветствуют друг друга любым возможным способом*)

1.1. Правила группы.

1.2. Эмоциональный настрой (*какое настроение в начале тренинга-выбрать смайлик*).

Правила

Здесь и сейчас

Конфиденциальность

Тактичное и доброжелательное отношения ко всем участникам группы

Правило «стоп»

Искренность и открытость

Доверительный стиль общения — называние друг друга на “ты”,

1. Общение по принципу «здесь и сейчас» (говорить только о том, что волнует участников в данный момент, и обсуждать то, что происходит в группе).
2. Конфиденциальность (происходящее на занятии не выносится за пределы класса)
3. Определение сильных сторон личности (в ходе обсуждения обязательно подчеркивать положительные качества выступившего).
4. Искренность в общении (говорить только то, что действительно чувствуем, или молчать).

2. Разминка

«ПРИТЧА О ДОБРОТЕ»

Холодное утро. Мальчик, который подрабатывал продажей газет, чтобы иметь возможность оплатить проезд до школы, совсем обессилен, замерз и очень проголодался. Набравшись смелости, он решил попросить еды в ближайшем доме. Но когда ему открыли дверь, он постеснялся и попросил только попить. Молодая женщина, взглянув на мальчика, догадалась, что он голоден и принесла ему большой стакан молока. Медленно мальчик выпил все молоко и спросил: - Сколько я вам должен? - Ничего, - улыбнувшись, ответила женщина, - мама учила нас не брать плату за добрые дела. - Тогда, я буду за Вас молиться, – тихонько сказал мальчик. Когда он отошел от этого дома, он не только почувствовал себя сильнее физически, но и укрепился в вере. Адам Закир (так его звали) понял, что в самый тяжелый момент Бог помогает страждущим. Шли годы. Их поселок очень изменился. Та женщина постарела и серьезно заболела. Местные доктора не в состоянии были помочь ей. Так она попала в главную городскую больницу. Но и там врачи сомневались в диагнозе. Специально для консультации вызвали доктора медицинских наук.

Как только доктор услышал название поселка, откуда приехала больная, глаза его засветились мягким светом. И он, ни секунды не мешкая, решил взглянуть на пациентку. Как вы, наверное, уже догадались, звали его

Адам Закир. Войдя в палату, он сразу узнал ту женщину. Он решил помочь ей, во что бы то ни стало!

Много сил и времени понадобилось на лечение редкой и непростой болезни. Но доктор не сдавался и, в конце концов, болезнь отступила. Доктор Закир распорядился, чтобы счет за ее лечение был предварительно показан ему.

Получив счет, он написал что-то внизу, и потом отдал, чтобы его передали женщине.

Бедняжка понимала, что учитывая время, которое она провела в больнице и все то, лечение которое она принимала, ей придется продать все имущество, чтобы заплатить.

Обратившись с мольбой к Всевышнему, она взглянула на счет. Цифры, цифры, цифры и вдруг, внимание ее привлекла строка дописанная вручную внизу: «Оплачено полностью одним стаканом молока» и подпись доктора Закира. Бедная растроганная женщина сразу вспомнила того худенького мальчика и стакан молока...

Она плакала и сквозь слезы благодарила Творца: «Спасибо Тебе, о, Милостивейший Всевышний, воистину Ты простираешь свою милость и доброту без границ через людские сердца и умы».

Мораль.

Носите в сердцах любовь и доброту и дарите ее окружающим Вас людям. Да, мир может показаться, на первый взгляд, жестоким и беспощадным. Но это только на первый взгляд. Если Вы несете в мир искренне добро и любовь, то Вы получаете от мира в десятки раз больше. Мир – это то, что у нас внутри, в сердце. Сегодня мы поговорим о доброте. Издавна народ ведет рассуждение на тему добра и зла. Эта тема остается актуальной и в наши дни.

3. Основная часть.

3.1 С какими словами ассоциируются у вас слова «ДОБРО» и «ЗЛО»?

Добро – нежность, забота, внимание, верность, радость, дружба, свет, любовь.

Зло – зависть, предательство, месть, жадность, ложь, эгоизм.

ПОСЛОВИЦЫ И ПОГОВОРКИ О ДОБРЕ

- Доброе дело и в воде не тонет.
- Доброта без разума пуста.
- Доброе братство дороже богатства.
- Добрый гость всегда в пору.
- Добро помни, а зло забывай.
- Добро не умрет, а зло пропадет.
- От добра, добра не ищут.
- Без добрых дел нет доброго имени.
- Доброе слово дом построит, злое слово дом разрушит.
- Доброе слово и железные ворота открывает.
- Ласковое слово, что солнышко в ненастье.
- Доброе слово человеку, что дождь в засуху.

Рефлексия

Психологи уверяют, что доброта продлевает жизнь, делает ее более комфортной и радостной. Добрые люди живут дольше, меньше болеют, испытывают больше положительных эмоций, совершая добрые дела. Они генерируют счастье не только для других, но и для самих себя. Помогая другим, помогаешь себе. Медики подтверждают позитивное влияние доброты на состояние здоровья человека. Медицинские исследования показали, что добрые люди живут в среднем на семь лет дольше, так как у них более здоровое сердце, крепче иммунитет. Добрые дела способствуют выработке “гормонов удовольствия”, которые способствует улучшению настроения.

3.2. Упражнение: «Вырастить Дерево Добра»

Детям предлагается украсить дерево листьями и плодами, на которых написано по одному качеству: доброта, нежность, верность, сочувствие, ласка, сострадание, радость, переживание, чудеса, взаимопомощь, счастье, мудрость, вера, надежда, любовь, чуткость, бескорыстие, совесть, мир, милосердие, прощение, добросердечие, улыбка, мечта, благодать, честность.

Рефлексия.

3.3. Упражнение: «СВОД ЗАКОНОВ ДОБРОТЫ»

Представьте, что доброта – это наука, у которой есть свои законы.

1. Хочешь иметь друзей, ищи в людях доброе;
2. Делай добро с умом;
3. Не делай добрые поступки напоказ и т.д.

Но вот беда - слова в законах перепутались. Восстановите законы доброты – соберите пословицу из словосочетаний и скажите, в чем заключается ее смысл.

(Дети по очереди собирают законы-пословицы.)

Начало пословиц	Окончание пословиц
Для хорошего друга	на добрые дела.
Свет не без	новых двух.
Злой плачет от зависти,	а добро во век не забудется
Жизнь дана	кто помнит зло.

На добрый привет –	не жаль ни хлеба, ни досуга.
Тому тяжело,	добрый совет.
Лихо – помнится	добрых людей.
Старый друг лучше	а добрый - от жалости.

Рефлексия

Обсуждаем каким законам легко следовать, а каким трудно, и почему.

3.4. Упражнение «Сделай день добрее»

А сейчас я хочу предложить вам сделать наш сегодняшний день чуть добрее и светлее для каждого из нас. Для этого на смайликах, лежащих у вас на партах, напишите доброе пожелание или комплимент. Подписывать их не надо. Мы сложим их в наш "Добрый" мешочек, а затем каждый из вас вытянет пожелания для себя. Надеюсь, они заставит нас улыбнуться.

Рефлексия и эмоциональное состояние (показывают свои эмоции с помощью смайликов)

3.5. Упражнение «Магическая свеча» («Золотая рыбка»)

В народе говорят: «Добро творит чудеса». Зажжем свечу и представим, что она магическая, и отныне все, кто возьмет ее в руки, превращаются в волшебника. Включите свою фантазию, представьте, что каждый из вас стал добрым волшебником. Чтобы вы сделали, став волшебником? Начните так:

« Если бы я стал волшебником, я бы сделал ...»

Рефлексия и эмоциональное состояние (показывают свои эмоции с помощью смайликов)

3.6. Упражнение «Начни с малого»

В пословице сказано: «Мир не без добрых людей». А какой он, добрый человек? *(идет обсуждение)*

Назовите качества доброго человека.

Поделитесь, какие добрые дела вы совершали в своей жизни.

Что бы вы еще хотели совершить доброго?

Как вы думаете, в каком возрасте люди больше всего нуждаются в доброте?

Зависит ли доброта от благосостояния человека?

Может ли больной, немощный, бедный человек быть добрым?

В каждом ли человеке можно найти что-то доброе?

Что вы чувствуете, если поступаете по-доброму?

Как воспитать в себе доброе отношение к людям?

Вывод: *Начните с малого:*

Идя по улице с мамой, помощи нести ей тяжелую сумку.

Уступи место в автобусе пожилым людям.

Защищайте девочек, маленьких детей.

Не допускайте грубости.

Будьте добрым человеком!

Поступать по законам доброты – это красиво, почетно, потому что добрые дела и поступки живут в веках.

Улыбнуться прохожему.

Помочь молодой маме вынести коляску.

Помочь донести тяжелую сумку бабушке.

Вежливо или ласково поговорить с братом или сестрой.

Друзьям отправить приятные СМС или сообщения в соц.сетях.

Сделать кормушку для птиц.

Покормить бездомных кошек или собак.

Будьте добрым человеком!

Рефлексия

3.7. Упражнение «СОЛНЦЕ ДОБРОТЫ»

(Все встают в круг каждый, кто хоть раз совершил добрый поступок протягивает в центр правую руку. Получается солнышко, руки - лучики.)
Ваши добрые поступки зажигают солнце доброты, и каждый лучик символизирует ваш добрый поступок. Чем больше их, тем ярче светит наше солнце!

Рефлексия и эмоциональное состояние (показывают свои эмоции с помощью смайликов)

3.8. Упражнение «СПЛЕТИ ПАУТИНКУ ДОБРА»

(Встают в круг). Как говорится в законе доброты «Лихо – помнится, а добро вовек не забудется». Давайте сейчас вспомните, кто из класса сделал вам добро, доброе дело. Вы будете передавать клубок с нитками тому, кто сделал вам добро, держа нитку в руках, тем самым мы сплетем паутинку доброты.

Рефлексия и эмоциональное состояние (показывают свои эмоции с помощью смайликов)

4. Релаксация «Волшебный цветок добра»

Я прошу вас встать в круг, слегка вытяните руки вперед ладонями вверх и закройте глаза. Представьте себе то, что я вам сейчас буду говорить *(звучит красивая, приятная мелодия)*.

Нарисуйте в своем воображении цветок добра и хорошего настроения. Положите его на обе ладони. Почувствуйте, как он согревает вас: ваши руки, ваше тело, вашу душу. От него исходит удивительный запах и приятная

музыка. И вам хочется ее послушать. Мысленно поместите все добро и хорошее настроение этого цветка внутрь, в свое сердце. Почувствуйте, как добро входит в вас, доставляет вам радость. У вас появляются новые силы: силы здоровья, счастья и радости. Вы чувствуете, как ваше тело наполняется удовольствием и радостью. Как приятно вашему лицу, как хорошо и радостно становится вашей душе... Вас обвевает теплый, ласковый ветерок. У вас доброе, согревающее душу настроение. А теперь откройте глаза. Посмотрите вокруг. Возьмитесь за руки. Глядя друг другу в глаза, скажите «Я желаю тебе добра!».

5. Рефлексия

1. Какое настроение в конце занятия (смайлики)?
2. Какое упражнение понравилось больше всего и почему?
3. Что нового узнали?
4. Какие чувства возникают, когда к вам относятся с добротой? И т.д.

Я хочу, чтобы вы запомнили то, что вы сейчас чувствуете, и взяли с собой, уходя из школы. Теплые чувства и хорошее настроение будут с вами. Не забывайте, что в этом огромном мире многие люди нуждаются в доброте ваших сердец.

6. Заключение.

В этот день, я хочу подарить вам кусочек своего сердца, своей доброты и пожелать вам добра и счастья! Благодарю вас за работу! До новых встреч!

Примечание: Для основной части можно выбрать любые из предложенных упражнений, в зависимости от подготовленности группы детей и времени проведения тренинга.

Тренинг «Чувства мои и других»

Цель: Оказание детям помощи в распознавании своих чувств и настроений других людей.

1. Упражнение «Приветствие»

Цель: Формировать умение устанавливать контакт со всеми членами группы, способствовать возникновению ощущения принадлежности к группе. Развивать фантазию.

Начните, пожалуйста, ходить по комнате — молча, ни с кем не разговаривая. Вы должны будете здороваться друг с другом за руку; но не просто так, а фантазируя при этом. Для начала представьте себе, что вы встречаете близкого друга или подругу, которых вы давно не видели. Как вы подадите ему (ей) руку? Как близко подойдете к ней (к нему)? Какое выражение лица будет у вас при этом? Поприветствуйте кого-нибудь таким образом и идите дальше, здороваясь и с другими членами группы так, будто они очень хорошие ваши друзья. (30 секунд)

Теперь представьте себе, что все вы приглашены на день рождения. Вы здороваетесь со всеми, кого вы не знаете. Как в этой ситуации вы будете себя вести? Какое выражение лица будет у вас при этом? Как близко вы подойдете к партнеру? (30 секунд)

Теперь представьте себе, что вы находитесь в совсем чужой стране. Может быть, вы в Индии, может быть — в Японии. Вы знакомитесь с хозяевами, пригласившими вас к себе. Как вы подадите им руку? (30 секунд)

Теперь представьте себе, что вы встретили своего друга или подругу, которые только что успешно сдали важный экзамен. Вы приветствуете их и поздравляете с таким радостным событием. Как вы можете без слов выразить свою радость и одобрение? (30 секунд)

Теперь сделайте последний круг по комнате и поприветствуйте тех участников нашей группы, с кем вы еще не поздоровались, и выразите своим рукопожатием радость встречи с ними. (30 секунд)

2. Игра «Перевоплощения»

Цель: Снятие мышечного напряжения.

Взрослый предлагает детям перевоплотиться в образы, которые он будет называть, и как можно более точно передать их состояние. (Например: «грустная рваная книга», «новая веселая кукла», «удивленная бабушка», «сердитый дворник», «ленивый медвежонок», «радостный зайчонок»).

3. Игра «Передай эмоцию»

Цель: Развитие умения чувствовать состояние других людей.

Детям предлагают по очереди передавать любую эмоцию, не повторяя друг друга с помощью жестов, мимики, пантомимы. Остальные должны догадаться, какую эмоцию им передали.

4. Упражнение «Массаж в кругу»

Цель: Развитие чувства доверия друг к другу, эмоциональной близости.

Во время этого упражнения вся группа садится в круг — в затылок друг другу. Если у Вас мало места, можно поделить группу на несколько подгрупп. Каждый кладет ладони на плечи впереди сидящего, после чего с закрытыми глазами начинает осторожно массировать его голову, спину, плечи. Через две минуты все поворачиваются, не открывая глаз, на 180°, так что весь круг теперь смотрит в противоположную сторону. Теперь каждый может отблагодарить партнера за все хорошее, что он получил от него в первом раунде. Теперь он делает массаж ему.

5. Упражнение «Посылай хорошие чувства»

Цель: Развивать фантазию, воображение, дружелюбие.

Инструкция: Приходилось ли вам когда-нибудь заходить в помещение, где ощущается «напряженная атмосфера», т.е. находятся раздраженные, недовольные или разочарованные люди? По каким признакам можно определить, что в той или иной группе людей царит «напряженная атмосфера»? Мы можем заметить это, даже если совершенно не знаем о том, что там произошло до нашего появления. И очень трудно самому сохранить хорошее настроение в такой ситуации. А по каким признакам мы замечаем, что в группе царит хорошее настроение? Передается ли и нам самим это хорошее настроение?

Сядьте поудобнее и закройте глаза. Сделайте три глубоких вдоха и выдоха...

Теперь представь себе, что над твоей головой висит чудесная золотая звезда. Это — твоя звезда, она принадлежит тебе и заботится о том, чтобы ты был счастлив. Представь себе, что ты с ног до головы озарен светом этой звезды, светом любви и радости... Представь себе еще, что этот свет насквозь пронизывает все твое тело... Теперь последовательно приложи свою руку сначала к сердцу, потом — к горлу и ко лбу. Почувствуй, как золотой свет особенно ясно сияет в этих местах. Представь себе, что ты, как и твоя звезда, тоже выпускаешь во все стороны лучи ясного теплого света, и что этот свет идет ко всем ребятам в этой комнате... Подумай обо всех, кто находится в этой комнате, и пошли всем немного своего света...

Теперь пошли немного своего света людям, которых нет в этой комнате: твоим домашним, друзьям, а также близким и знакомым, живущим в других городах...

Теперь прислушайся к самому себе. Ощущаешь ли ты как-нибудь сильные чувства, которые мы все сейчас посылаем друг другу? (10 секунд.)

Сохрани в памяти эти чувства и обращай к ним в тех случаях, когда ты устал, или у тебя грустное настроение, или тебе просто нужны свежие силы...

А сейчас попрощайся со своей звездой и мысленно возвращайся назад. Когда я досчитаю до трех, ты сможешь открыть глаза и снова оказаться в этой комнате. Раз... Два... Три..

Анализ упражнения:

— Какие ощущения ты испытывал, когда посылал свет другим людям?

— Кому ты посылал особенно много света?

— Было ли у тебя ощущение, что ты и сам получаешь свет от кого-нибудь из ребят?

— Что в этой игре было самым трудным для тебя?

Здесь возможны самые разнообразные реакции, в том числе, разумеется, и отсутствие вообще каких-либо ощущений у некоторых детей. Объясните им, что всякий опыт хорош и нормален.

6. Игра «Накопительные комплименты»

Цель: Способствовать установлению в группе уважительного климата.

Инструкция: Кто из вас знает игру «испорченный телефон». В этой игре определенная информация передается от одного к другому, и когда послание, проделает очень длинный путь, то к концу оно часто приходит сильно измененным. Я хочу сыграть с вами в одну очень необычную версию этой игры. Пожалуйста, подходите по пять человек и становитесь друг за другом на расстоянии вытянутой руки. Подумайте немного о том, какой комплимент вы могли бы сказать члену группы, стоящему за вами. Сосредоточьтесь на комплиментах, которые относятся к личности и к характеру, например: «предупредительный», «приветливый», «терпеливый». Если вы совсем не знаете или знаете мало человека, стоящего за вами, вы можете подарить ему выдуманный комплимент. Ведь было бы замечательно, если бы мы могли передать кому-нибудь хорошее качество, просто шепнув на ухо: «С тобой хорошо работать».

Каждый придумал комплимент? Игра начинается с тех, кто стоит в каждом ряду первым. Вы поворачиваетесь к стоящему за вами и шепчете ему

на ухо. Используйте простой оборот: «Я думаю, что ты... (приветливый)». А вот тут и начинается самое интересное. Второй человек передает назад комплимент, который сам получил, и добавляет к нему собственный комплимент. В нашем примере он бы сказал третьему человеку: «Я думаю, что ты приветливый и терпеливый». И так далее. Каждый повторяет комплименты, которые сам получил, и добавляет свой комплимент. Последний в ряду человек идет вперед к тому, с кого началась игра и который сам еще не получал комплимента, и дарит ему все уже названные комплименты плюс свой собственный. Когда все группы передали комплименты, мне, конечно, хотелось бы услышать, что именно вы сказали друг другу. Тогда первый человек должен еще раз сказать комплименты, которые он получил. Поняли, как играть?

7. Итоговый сбор. Игра «Я и мой сосед»

Цель: Подвести итоги занятия.

Дети распределяются в пары, лицом друг к другу. Взрослый произносит слова, дети их повторяют, сопровождая движениями: «Мои ручки хороши — у соседа лучше, мои плечи хороши — у соседа лучше, мои щечки хороши — у соседа лучше, мои, да и сам я весь хорош - но сосед мой лучше (обнимаются)».

Тренинг развития эмпатии

Цель: Развитие чувства эмпатии, доброжелательного отношения друг к другу.

1. Творческое упражнение «Ритуал приветствия»

Цель: Развивать фантазию, творческое начало, чувство доброжелательного отношения друг к другу.

Инструкция: Мне всегда интересно смотреть, как люди приветствуют друг друга. Сейчас мне нужны два добровольца, которые покажут, как

выглядит типичное русское рукопожатие... Кто видел другие формы приветствия? Может быть, мы можем продемонстрировать их друг другу?

Сейчас вы должны придумать новый забавный способ того, как мы могли бы приветствовать друг друга в этой группе. Тогда на следующей неделе мы будем здороваться именно таким способом.

Сначала каждый выбирает себе партнера. Это первый шаг к успеху. Теперь у вас есть три минуты, чтобы изобрести новую и необычную форму приветствия для всех нас. Она должна быть достаточно простой, чтобы мы могли ее запомнить и использовать в повседневном общении, но она должна и приносить удовольствие.

Конечно, вы можете использовать детали других приветствий, которые вы знаете; вы можете их изменять или добавлять что-нибудь совсем новое. Я напишу ваши имена на листочках, и мы будем тянуть жребий. Тот вариант, который вытянем, мы будем использовать для приветствия на следующей неделе. Вы готовы? Тогда вы можете приступать к творчеству. У вас три минуты.

(Пусть все пары покажут свои изобретения. Вытяните жребий и объявите имена победителей.)

2. Игра: «Мне нравится, что ты...»

Цель: Формировать умение оказывать друг другу знаки внимания.

Детям предлагают обратиться к любому участнику и закончить предложение, например, «Алена, мне нравится, что ты такая добрая».

3. Упражнение «Закончи предложение: «Друг - это...»

Цель: Выяснить представления детей о понятии «друг».

Взрослый начинает рассказ от имени кота, кого можно назвать настоящим другом. Дети вспоминают пословицы о друге и дружбе. Далее каждый ребенок заканчивает предложение самостоятельно, стараясь не повторять предыдущие ответы.

4. Игра «Плохое настроение»

Цель: Развивать чувство эмпатии.

Инструкция: У каждого человека может быть плохое настроение и окружающим нужно постараться понять его причину и научиться правильно реагировать на плохое настроение человека.

Послушайте одну историю:

- Один мальчик пришел в школу в плохом настроении и сердито сказал своему другу: «Я не буду с тобой играть».

Его друг подумал немного и спокойно спросил : «Ты имеешь в виду, что тебе хочется играть с другими детьми?»

У мальчика улучшилось настроение, потому что друг не стал с ним спорить, ругаться, не обиделся, а просто постарался понять.

Теперь выберем водящего, который будет изображать человека в плохом настроении. Остальные должны попытаться правильно реагировать, можно начинать высказывание со слов: «Ты имеешь в виду, что ...»

(Можно узнать, может в группе есть человек в плохом настроении, или у кого-то недавно было плохое настроение и попросить вспомнить свои чувства).

5. Беседа о друге и дружбе

6.

Цель: Выяснить представления детей о друге и дружбе, способствовать обдумыванию данных понятий.

Взрослый предлагает детям вопросы для обсуждения: Кого можно называть другом и почему? Что значит дружить? Что такое настоящая дружба? Педагог просит детей вспомнить пословицы о дружбе и объяснить их смысл: «Друг познается в беде», «Нет друга - ищи, а нашел - береги», «Старый друг лучше новых двух».

7. Творческая работа «Портрет друга»

Цель: Способствовать тому, чтобы дети обдумали, кто их настоящий друг и почему они так считают.

Детям предлагают нарисовать портреты друзей и объяснить, почему именно их они считают своими друзьями. Из портретов оформляется выставка.

8. Итоговый сбор. Игра «Путешествие на плоту дружбы»

Цель: Развивать сплоченность группы, дружелюбие, слаженность в работе. Подвести итог занятия.

Взрослый предлагает детям отправиться в путешествие на «плоту дружбы» (большой стул), разместившись на нем вместе. Педагог сопровождает путешествие описанием того, что происходит вокруг (начинается гроза, сильные волны...), при этом звучит соответствующая музыка. По окончании путешествия происходит обсуждение, что помогало всем и позволило вернуться.

Тренинг «Взаимное доверие»

Цель: развивать взаимное доверие.

1. Упражнение «Приветствие»

Цель: Формировать необходимость доброго отношения друг к другу.

Инструкция:

- у нас уже создалась традиция начинать занятие с чего-нибудь теплого, доброго и светлого. Но теплое и светлое само по себе не появляется, его делают люди. И если вы хотите привнести это в свою жизнь, то вам нужно хоть что-нибудь для этого сделать. На этот счет существует одна притча.

Жил-был один Монах. И в течение большей части своей жизни он пытался выяснить, чем отличается Ад от Рая. На эту тему он размышлял днями и ночами. И в одну ночь, когда он заснул во время своих мучительных раздумий, ему приснилось, что он попал в Ад. Осмотрелся он кругом и видит: сидят люди перед котлами с едой. Но какие-то изможденные и голодные. Присмотрелся он получше - у каждого в руках ложка с длинно-ю-ю-ющей

ручкой. Черпануть из котла они могут, а в рот никак не попадут. Вдруг к нему подбегает местный служащий (судя по всему, Черт) и кричит:

- Быстрее, а то ты опоздаешь на поезд, идущий в Рай.

Приехал Человек в Рай. И что же он видит?! Та же картина, что и в Аду. Котлы с едой, люди с ложками с длинню-ю-ю-ющими ручками. Но все веселые и сытые. Присмотрелся человек - а здесь люди этими же ложками кормят друг друга.

Всем нам хочется, что бы у нас в жизни было больше светлого, теплого, доброго. Но для того, что бы это появилось, нужно что-то сделать. То есть сейчас у вас есть замечательная возможность поделиться чем-то теплым, светлым и радостным. Это означает, что вы имеете полное право подойти к любому, и не только одному, человеку и сказать и сделать так, чтобы у него в душе появились эти тепло и свет. А он вам может на это ответить. И я надеюсь, что таких встреч будет как можно больше!

2. Игра «Листок за спиной»

Цель: Развивать умение вступать в контакт с людьми и определять степень доверия к человеку.

Инструкция: Сейчас вы пытались поприветствовать друг друга. К одним людям вы подошли сразу, к другим несколько позже. Получается, что одни вам как бы ближе, а другие немного в стороне. А давайте попробуем получить друг от друга обратную связь. Узнаем, а как мы выглядим в глазах других людей, как они нас воспринимают.

Сделаем так. У каждого за спиной будет приколот лист бумаги. Задача - собрать как можно больше оценок того, насколько тебе доверяют. По 10-ти балльной шкале. 0 - не доверяю, 10 - готов с тобой в разведку, открыть все душевные тайны здесь и немедленно.

Упражнение будет проходить так - все хаотично двигаются, образуя пары. В паре люди несколько секунд смотрят друг на друга, после чего ставят друг другу оценки. Вы можете разговаривать, можете молчать. Я не знаю,

что вы делаете, для того чтобы определить доверяете вы человеку, или нет. Это вы определяете, а не я!

При этом листики за спиной!

3. Определение доверия

Цель: Дать детям возможность объяснить, как они понимают понятие «доверие». Формировать навык коммуникации и сотрудничества.

Инструкция: А теперь разбейтесь на микрогруппы по 6-8 человек. И попробуйте дать определение доверия. Ну вы же сейчас ставили оценки, размышляли. Так что же вы оценивали? Определите пожалуйста. От вас не требуется строгого научного определения. Пусть оно будет не очень гладким, зато сказано так, чтобы было понятно всем, а особенно вам самим.

Обсуждение.

- В общий круг. Итак, сейчас каждая группа попробует рассказать, к каким выводам они пришли. Как вы определяете, что такое Доверие?

- Прекрасно. Многие из вас точно определили, что такое доверие. Сейчас я попробую обобщить. У меня есть знакомый, который измеряет доверие в долларах. Какую сумму он даст человеку в долг. Получалось - этому доверяю на 5\$, а этому на 1000\$. Очень удобно, можно даже четко сказать:

- Васе я доверяю в 175 раз больше, чем Пете.

Вы, в основном, описали Доверие, как возможность прогнозирования действий человека, и чтобы эти действия совпадали с теми, которые вы от него ждете. Насколько совпадают, настолько и доверяете.

4. Упражнение на снятие мышечного напряжения.

Цель: Снять напряжение в теле после сложного предыдущего упражнения.

Инструкция: Представьте себе, что вы прямо сейчас и прямо здесь будете ловить мышь. Что это будет за мышь? Хорошенькая белая мышка или серовато-коричневая домашняя мышь? Представьте себе маленького зверька с остренькой мордочкой и симпатичными серыми глазками, быстро перебирающего по полу четырьмя крошечными лапками. Вы должны

передвигаться совершенно бесшумно, чтобы не спугнуть этого маленького зверька. Крадитесь как можно медленнее за своей мышкой, пройдите через всю комнату, подойдите к своему месту, и пусть ваша мышка останется сидеть перед вами. Если хотите, то можете, сидя на своем месте, взять ее в руки и погладить, или же просто внимательно смотрите, как она сидит и с любопытством оглядывается по сторонам... (Дождитесь, пока все дети вернуться на свои места). Попрощайтесь теперь со своей мышкой и мысленно проследите за тем, как все мышки побегут к двери. Я немного приоткрою дверь, так что все они смогут выбежать наружу.

5. Игра «Иди ко мне»

Цель: Дать возможность детям оценить потенциал доверия между двумя людьми.

Инструкция: Участники образуют пары с теми, кого хотят узнать получше. Одному партнеру завязывают глаза. Другой встает напротив него на расстоянии 3-4- метра и начинает медленно подходить к нему, пока первый не поднимет руки ладонями наружу и не скажет «Стоп».

В заключении оба меняются ролями и повторяют эксперимент.

Затем в течение 5 минут партнеры обсуждают то, что они испытали:

- Что побудило «слепого» игрока сказать «Стоп»?
- Насколько близко я позволяю другим подойти ко мне?
- Насколько близко я хотел подпустить к себе своего партнера?

6. Медитация на доверие.

Медитация на доверие.

Мягкая тихая музыка.

Мне бы хотелось, что бы вы сели поудобнее и убрали из рук все лишнее. Прислушайтесь к своему телу, удобно ли ему сидеть? Разрешите себе сесть так, что бы вам было комфортно.

А теперь прислушайтесь к своему дыханию... Сосредоточьтесь на выдохе... Прочувствуйте как с каждым выдохом вы погружаетесь все глубже и глубже...

Подумайте о том, как это прекрасно - доверять людям.

И самому себе.

И миру.

И елке под окном.

И бабочке.

Разрешите себе увидеть, как доверие наполняет всех нас. Как оно живет в каждом. И поймите, что все люди стремятся к этому.

Так разрешите ему наполнить вашу жизнь. Пусть оно войдет в ваши поступки и суждения, в ваши действия и отношения. Почувствуйте его присутствие в каждый момент жизни.

И ваша жизнь изменится. Вы начнете обращать внимание на то, что раньше не замечали. Вы начнете делать такие вещи, о которых даже не задумывались. В один прекрасный момент вы обнаружите, что изменились.

Просто разрешите этому произойти.

Дайте себе возможность измениться именно так, как вам нужно.

Ведь это так просто!

Доверять самому и принимать доверие других.

И изменитесь не только вы - изменится весь мир. И вы увидите, услышите и почувствуете это... Как мир становится другим. И вы вместе с ним. И потом вы поймете, что это всегда здесь было. Вы просто не замечали.

Это как проснуться и увидеть, что все стало другим... И осталось таким же.

И вы стали другими. И остались такими же.

Ведь когда что-то меняется, всегда что-то остается прежним.

И это прекрасно.

Меняться и оставаться неизменными.

Просто разрешите этому произойти.

И это произойдет.

7. Итоговый сбор. Упражнение «Шкала настроения»

Дети выкладывают на стенде полоски из цветной бумаги, соответствующие их настроению.

Тренинг «Барьеры в общении»

Цель: формирование представления об основных типах коммуникативных барьеров, совершенствование навыков преодоления барьеров коммуникации

Задачи:

— показать участникам, что препятствует эффективной коммуникации и какие условия надо соблюдать, чтобы преодолеть барьеры общения;

— показать значимость полного понимания услышанного в процессе общения;

— совершенствовать навыки общения и преодоления барьеров коммуникации.

Оборудование:

- бумага для индивидуальных записей;
- маркеры, ручки, карандаши;
- метафорические ассоциативные карты «Дороги»;
- изображение для упражнения «Испорченный телефон».
- скрепки;
- ватман.

Ход

1. Приветствие, настрой на работу. Упражнение «Дороги» (выяснение ожиданий участников).

2. **Теоретическая часть.** Говоря о коммуникации, мы прежде всего имеем в виду обмен различными представлениями, идеями, чувствами,

настроениями и т.п. Если все это можно рассматривать как информацию, то процесс коммуникации может быть понят как процесс обмена информацией. **Коммуникация** - сообщение, передача информации посредством языка, речи или иных знаковых систем в процессе межличностного взаимодействия. В этом процессе информация не только передается, но и формируется, уточняется, развивается.

В условиях человеческой коммуникации могут возникать совершенно специфические коммуникативные барьеры. **Коммуникативный барьер** – это психологическое препятствие на пути адекватной передачи информации между партнерами по общению. Они в основном носят социальный или психологический характер. Выделяются следующие виды барьеров:

- **Барьер смысловой** (от фр.*barriere*- преграда) - взаимонепонимание между людьми, вызванное тем, что одно и то же явление имеет для них различный личностный смысл.

- **Барьер эмоциональный** - интенсивные эмоциональные переживания, чаще негативного плана (стыд, чувство вины, страха, тревоги, низкая самооценка и др.), мешающие реализации личностной потенции человека в ходе общения.

- **Барьер отношения** – взаимонепонимание вследствие негативных чувств собеседников друг к другу как к личности или как представителям определенных социальных групп.

- **Барьер речи** - возникает вследствие допущенных речевых ошибок (неправильный выбор слов, ошибки в построении сообщения, дефекты речи, неверная оценка способности партнера понять передаваемую ему информацию, слабая аргументация и т.п.).

Барьер когнитивный – возникает из-за разного уровня знаний (информированности) собеседников о предмете общения, различного уровня образованности и социального опыта.

В данных случаях причиной барьеров выступают в основном индивидуальные психологические особенности (свойства, состояния)

общающихся или сложившиеся между ними особого рода психологические отношения (неприязнь по отношению друг к другу, недоверие и т.п.). В этом случае особенно четко выступает та связь, которая существует между общением и отношением.

Барьеры в общении могут возникать из-за недостаточного уровня коммуникативной компетентности (ориентированность в различных ситуациях общения, основанная на знаниях, навыках, умениях, чувственном и социальном опыте индивида в сфере межличностного взаимодействия) и психологической культуры общения (система знаний, умений и навыков адекватного поведения в различных ситуациях общения).

3. Практическая часть.

3.1. Упражнение «Преодоление препятствий»

Участники делятся по парам. Первой половине дается задание: «твой друг сегодня грустный, не разговорчивый. Твоё задание поговорить с ним и выяснить почему он сегодня такой».

Второй половине: «Твой друг сошёл с ума и может нести всякую чушь. Твоё задание не разговаривать с ним и даже не слушать».

В конце занятия проводится рефлексия чувств.

3.2. Упражнение «Позиции в общении»

Для выполнения этого упражнения создаются пары. Тренер может предложить группе объединиться в пары по желанию или же сам составит пары. Если в группе нечетное количество участников, тренер может сам принять участие в упражнении. Пусть каждая пара займет удобное для нее место так, чтобы никому при этом не мешать. Вам дается 6 минут для беседы (тренер может предложить для обсуждения связанные с контекстом группы или нейтральные темы). По моему указанию в ходе беседы мы будем менять положение, не прекращая разговора. Сейчас давайте повернемся, друг к другу спиной и начнем беседу».

Участники 1,5 минуты беседуют, сидя спиной друг к другу, по 1,5 минуты — один сидя, другой стоя и наоборот (лицом друг к другу), 1,5 минуты — сидя лицом друг к другу.

При обсуждении упражнения тренер может задать вопросы о том, в каком положении ведение беседы было наиболее трудным, сложным, а в каком наиболее комфортным. Участники достаточно аргументировано проговаривают идеи о наибольшей комфортности равных положений (например, оба сидят). Это позволяет высказать мысль о важности для эффективного установления контакта равенства позиций участников, отсутствия между ними барьеров, о нахождении глаз на одном уровне.

3.3. Упражнение «Испорченный телефон»

Первому вошедшему показывается картина, рассмотрев которую, он словесно описывает её следующему вошедшему участнику. И так каждый вошедший предлагает (не видя картины) следующему услышанное описание. По завершении упражнения картина представляется всем участникам.

Выводы. Почему искажен смысл? Как это происходило? «Слушать и слышать – не совсем одно и то же», «Видеть и понимать – не совсем одно и то же».

3.4. Упражнение «Скрепка»

Каждому участнику выдается по одной скрепке. Задача выменять скрепку на любой другой предмет, после этот предмет выменивать на другой и так до бесконечности. Задача выменять на более дорогие предметы или совершить как можно больше обменов. Время выполнения задания должно быть ограничено. Упражнение развивает коммуникативные навыки, учит спокойно и достойно принимать отказ.

3.5. Упражнение «Слепой художник»

Умение слушать. Отработка умения задавать вопросы. Актуализация рефлексии переживаний, направленной на координацию компонентов системы «переживания – значения – смыслы».

«У великого художника есть замысел замечательной картины. Но он не может воплотить этот замысел в жизнь, так как неожиданно ослеп. Ученик решает помочь своему учителю и воплотить в жизнь его мечту. Задача ученика – стать «глазами» и «руками» художника и нарисовать картину по его описанию. Нужно попробовать почувствовать то же, что чувствует художник, понять его мысль, увидеть то, что он видит мысленным взором. Итак, «художник» закрывает глаза. «Ученик» начинает работать. Вам дается 10 минут. Через 10 минут происходит смена ролей. Один из «учеников» становится художником».

Участникам упражнения дается возможность высказаться о своем состоянии, чувствах, мыслях во время выполнения упражнения. Возможно обсуждение вопросов: «Удовлетворены ли вы тем, как поняли вас ваши партнеры?», «Насколько точно воплощен ваш замысел?», «Какие чувства вы сейчас испытываете по отношению к картине, к коллегам?» и т. п.

4. Рефлексия

Тренинг «Конфликт»

Цель: учить конструктивному разрешению конфликтов.

1. Приветствие «Что в нем нового»

Цель: Развитие внимания друг к другу.

Инструкция: - Внимательно посмотрите друг на друга. Постарайтесь увидеть каждого, обратив внимание на то, как выглядит сегодня этот человек, в каком он состоянии, как он себя проявляет. Для этого у нас будет 3 мин.

Пауза в 3 мин.

- А сейчас вы будете бросать мяч друг другу, сообщая при этом человеку, которому адресован мяч, что нового по сравнению со вчерашним днем вы в нем увидели. Будьте внимательны и старайтесь никого не пропустить.

2. Игра «Сладкая проблема»

Цель: Учить решать проблемы путем переговоров.

Инструкция: Сядьте в один общий круг. Я принесла вам несколько печений. Но чтобы получить печенье, вам нужно сначала выбрать себе партнера и решить с ним одну проблему. Сядьте друг напротив друга и посмотрите друг на друга. Между обоими партнерами я тут же положу салфетку с печеньем. Пожалуйста, пока его не трогайте...

А теперь перейдем к нашей проблеме. Вы можете получить печенье только в том случае, если ваш партнер по доброй воле отдаст его вам. Пожалуйста, помните об этом правиле. Сейчас вы можете начать говорить, но помните, что вы не имеете права просто так взять печенье без согласия своего партнера...

Подождите, пока все дети примут какое-нибудь решение. При этом они могут действовать разными способами. Одни могут сразу съесть печенье, получив его от партнера. Другие берут печенье, разламывают его пополам и одну половинку отдают своему партнеру. Некоторым потребуется сравнительно много времени, чтобы завершить свои переговоры.

А теперь я дам каждой паре еще по одному печенью. Обсудите, как вы поступите с печеньем на сей раз.

И в этом случае могут быть разные варианты. Дети, разделившие первое печенье пополам, обычно повторяют эту «стратегию справедливости». Большинство детей, в первой части игры отдавшие печенье партнеру и не получившие ни кусочка, ожидают теперь, что партнер отдаст печенье им. Есть дети, которые готовы отдать партнеру и второе печенье.

А теперь давайте обсудим, что у нас получилось. Это хороший вариант сотрудничества. Расскажите, что вы сделали с первым печеньем, что стало со вторым...

— Анализ упражнения:

— Отдал ли ты печенье своему партнеру? Как ты себя при этом чувствовал?

- Хотел ли ты, чтобы печенье осталось у тебя? Что ты делал для этого?
- Чего ты ожидаешь, когда вежливо обращаешься с кем-нибудь?
- В этой игре с тобой справедливо обошлись?
- Сколько времени понадобилось тебе и твоему партнеру, чтобы придти к совместному решению?
- Как ты себя при этом чувствовал?
- Как иначе ты мог бы придти к единому мнению со своим партнером?
- Какие доводы ты приводил, чтобы получить печенье?

1. Визуализация «Любовь и злость»

Цель: Обратить внимание на то, что по отношению к одним и тем же людям дети одновременно испытывают и позитивные, и негативные чувства. Кроме того, они могут научиться не поддаваться этим чувствам целиком, а ощущать и любовь, и злость, сохраняя при этом глубокий контакт с другим человеком.

Инструкция: Представь себе, что сейчас ты разговариваешь с кем-нибудь, на кого ты рассердился. Скажи этому человеку, за что ты на него рассердился. Может быть, он не выполнил своего обещания или не сделал того, что ты ожидал от него. Поговори с этим человеком про себя, так, чтобы никто не мог тебя услышать. Скажи очень четко и точно, на что именно ты рассердился. Если, к примеру, ты рассердился на своего младшего братишку Федьку, то можешь сказать ему: «Федя, меня выводит из себя, когда ты рисуешь всякие каракули в моей тетради». Если ты рассердился на свою сестру Соню, можешь сказать ей, например: «Я весь дрожу от злости, когда ты проходишь через мою комнату и по дороге разбрасываешь все мои вещи и игрушки». Если ты рассердился на своих родителей, скажи им тоже как можно точнее, чем они тебя прогневили: «Мама, меня очень обижает, что ты заставляешь меня опять выносить мусорное ведро, тогда как Маша и Ира могут вовсе не помогать тебе». (1-2 минуты.)

А теперь скажи человеку, с которым ты разговаривал, что тебе в нем нравится. Скажи об этом тоже как можно конкретнее. Например:

«Федя, мне очень нравится, что когда я прихожу из школы, ты бросаешься мне навстречу и радостно обнимаешь меня» или: «Мама, мне очень нравится, когда перед сном ты читаешь мне сказки». (1-2 минуты.)

А теперь подумай немного о том, кто в классе тебя иногда злит. Представь, что тыходишь к этому человеку и четко и конкретно говоришь ему, чем именно он тебя вывел из себя... (1 минута.)

Теперь мысленно подойди к этому ребенку вновь и скажи ему, что тебе нравится в нем. (1 минута.)

Теперь ты можешь снова открыть глаза и оглядеть круг. Внимательно посмотри на других детей. А сейчас мы можем обсудить, что каждый из вас пережил в своем воображении.

Если Вы заметите, что кто-то из детей допускает обидные замечания в адрес кого-то из присутствующих или отсутствующих в классе, тут же потребуйте, чтобы он сказал в адрес этого же человека что-то позитивное. Также внимательно отслеживайте, чтобы дети выражали свою злость или обиду без обобщений и оценок, то есть, чтобы никто не говорил ничего типа: «Ты дурак!». Допустимо только выражение своих чувств в отношении другого ребенка в виде описания фактов и чувств, например: «Я обижаюсь, когда ты рисуешь своим фломастером на моей парте». Таким способом дети могут ощутить свои негативные эмоции и скрывающуюся за ними энергетику. Благодаря содержательно точному называнию причин своей злости или обиды дети могут заметить, что отвергают не всего человека, а только определенный способ его поведения. Когда гнев точно сфокусирован, ребенок не подпадает столь сильно под его воздействие.

Анализ упражнения:

— Как ты себя чувствуешь, когда не говоришь другому о том, что ты рассердился на него?

— А как ты себя чувствуешь, когда сообщаем ему о том, что ты рассердился?

— А можешь ли ты выдержать, если кто-нибудь скажет тебе, что он рассердился на тебя?

— Есть ли такие люди, на которых ты никогда не сердишься?

— Есть ли такие люди, которые никогда не сердятся на тебя?

— Почему так важно точно говорить, на что именно ты рассердился?

— Когда твой гнев проходит быстрее, когда ты замалчиваешь его, или когда ты о нем рассказываешь?

2. Упражнение «Коробка переживаний»

Цель: Эта игра с ее «коробкой переживаний» может помочь ребенку видеть разницу между бесполезными переживаниями и действительно важными проблемами.

Инструкция: Скажите мне, пожалуйста, о чем вы обычно переживаете? Чем озабочены ваши родители? О чем переживают ваши братья или сестры? Чем озабочены ваши учителя? Чем озабочены авторы газетных статей?

Можете ли вы назвать мне какую-нибудь важную проблему, стоящую перед вами? Чем различаются забота и переживания от важных проблем?

Я принесла для каждого из вас коробку, в которой вы можете хранить свои переживания и заботы. Возьмите себе по коробке и украсьте их... А теперь запишите все свои переживания, которые придут вам в голову, на небольшие листочки бумаги и сложите их в коробку. Храните свою «коробку переживаний» у себя дома. Раз неделю в спокойной обстановке садитесь за стол, записывайте все заботы и переживания, которые придут вам в голову, и складывайте их в эту коробку. Каждые две недели (или раз в месяц) вы должны приносить свою «коробку переживаний» в школу. Тогда вы можете просмотреть свои заботы и посмотреть, что с ними стало за это время.

Для начала было бы хорошо помочь детям собрать их заботы. Определяющим критерием является различие между преодолимыми и непреодолимыми трудностями. Со многими трудностями мы не можем справиться, поэтому нам не остается ничего другого, как ждать, к чему приведет естественное развитие событий.

Анализ упражнения:

— Знаешь ли ты таких людей, которые создают себе слишком много переживаний и беспокойств?

— А знаешь ли ты таких людей, которые переживают слишком мало?

— Берешься ли ты время от времени за какую-нибудь проблему, которую ты на самом деле хочешь решить?

— Как ты себя почувствовал, когда записал все свои заботы и переживания и сложил их в одну коробку?

— Какие еще способы не растрчивать свои силы на лишние заботы и переживания ты знаешь?

3. Итоговый сбор «Прогноз погоды»

Цель: Рефлексия настроения.

Инструкция: На трех листах изображены разные состояния погоды (Шторм, плохая погода, ясно). Напишите свое имя на том листе, который соответствует вашему настроению.

Тренинг общения «Я - особенный!»

Цель: помочь детям поделиться своими представлениями о себе, показать, что у каждого есть свои таланты и способности, которые делают нас особенными, не похожими на других

Задачи:

- развитие интереса к себе, формирование первичных навыков самоанализа;

- развитие форм и навыков личностного общения в группе сверстников, способов взаимопонимания;

- формирование умения говорить и думать о себе.

Оборудование:

- мягкая игрушка, клубок ниток, веревка, шарф, трон с покрывалом, карточки «Техника самоподдержки», свеча.

Ход занятия:

– Мы часто встречаем разных людей, кто-то из них похож на нас, кто-то отличается, кто-то кажется нам необычным и даже странным. И все мы по-разному воспринимаем и относимся к тем, кто не такой как мы. Сегодня тема нашего занятия «Я – особенный». Каждый из вас не только неповторим, но и до конца непознаваем, потому что сложнее человека природа ничего не создала. И одно из самых увлекательных занятий – узнавать что-то новое о самом себе. Девиз нашего занятия: «Познай самого себя» (зачитывается запись на доске).

1. Упражнение «Объятие»

Упражнение может использоваться для разогрева группы в начале занятия.

«Сядьте, пожалуйста, в один большой круг. Кто из вас помнит, что он делал со своими мягкими игрушками, чтобы выразить свое хорошее отношение к ним? Правильно, вы брали их на руки. Я хочу, чтобы вы все хорошо относились друг к другу и дружили между собой. Я начну с легкого, совсем мягкого прикосновения и надеюсь, что вы мне поможете превратить это объятие в более крепкое и дружеское.

2. Упражнение «Я такой же, как ты»

У меня в руках мячик. Тот, кому этот мячик достанется, бросает его любому товарищу, и, обратившись по имени, объясняет, почему он такой же. «Я такой же, как ты, потому что.....» Тот, кому бросили мячик, выражает согласие или несогласие и бросает мячик следующему.

3. Упражнение «Давайте говорить друг другу комплименты...»

Ведущий рассказывает ребятам, о том, как важно уметь выражать свои чувства, но порой мы говорим много плохого, и боимся говорить комплименты друг другу. Ведущий предлагает ребятам сказать каждому по комплименту своему другу, подруге, передавая при этом клубок нити. Таким образом, по окончании упражнения, вся группа оказывается «сшита» воедино. Это упражнение показывает единение группы.

После упражнения проходит обсуждение, какие чувства испытывали ребята, когда говорили комплименты, и воспринимали их.

4. Упражнение «Магазин игрушек»

Игра делится на 2 части.

1) Выбираются «продавец» и «покупатель», остальные дети «игрушки». Каждый придумывает себе образ игрушки и замирает в характерной для этого персонажа позе. Начинается процедура приветствия. Покупатель стучит в дверь или звонит в колокольчик. Продавец распахивает дверь, здоровается и приглашает войти. Покупатель осматривает магазин и товары, восхищается ими. Продавец рассказывает о своих игрушках и предлагает купить. Эта часть направлена на развитие коммуникативных навыков.

2) Покупатель выбрал игрушку и хочет купить ее. Продавец включает выбранную игрушку и та начинает двигаться характерным для нее способом. Задача покупателя – отгадать, что за игрушка перед ним.

5. Практическая игра «Встаньте те, кто...».

Ребята сидят в кругу. В центре - Ведущий, количество стульев меньше на 1, чем участников. Ведущий говорит: «Встаньте, кто...» и называет какое-либо качество, например кто, считает себя добрым, умным справедливым, красивым, терпеливым, сильным и так далее.

Те, у кого присутствует названный признак, встают, и стараются занять свободное место, кроме рядом стоящего стула. Далее игра повторяется снова с новым ведущим по новым признаком.

Игра служит для разогревания группы

6. Упражнение «Это не веревка»

Цель: развитие творческого потенциала участников

Материалы: веревка, картон или мяч

Сообщите игрокам, что в этом упражнении речь идет об умении видеть вещи с новой точки зрения и превращать известные предметы в нечто совсем иное.

7. Упражнение «Включаем телевизор»

Дети молча стоят в кругу – они «телевизоры». Психолог подходит и включает какой-нибудь из них. «телевизор» начинает работать, при этом ребенок изображает все, что ему приходит в голову. Игра позволяет самовыражаться, привлечь к себе внимание.

8. Упражнение «Классная комната»

Суть игры состоит в том, что дети перевоплощаются в той или иной атрибут классной жизни (Школьную доску, классный журнал, оконную штору, выключатель и т.д.) и от его имени выстраивают некое сообщение. Например, школьная доска рассказывает о том, сколько разных ошибок ей пришлось изобразить и т.д.

9. Упражнение «Протянуть руку»

Эта разминка способствует установлению отношений в группе.

Вытянуть руку в направлении участника,

- в одежде которого есть что-то красное,
- кто носит очки,
- у кого карие глаза,
- чьи волосы длиннее ваших,
- кто выше тебя,
- у кого нет часов,
- кто одет в синие джинсы.

10. Упражнение «Найди пару»

Оборудование: шарф.

Выбирается водящий, которому завязывают глаза шарфом и предлагают изучить своими руками руку одного из участников игры. После этого с него снимают повязку и водящий пытается найти «изученную» руку среди рук, протянутых всеми участниками.

ОБСУЖДЕНИЕ: как вы нашли свою пару? Какими были руки на ощупь? Что чувствовали, когда знакомились с другими руками?

11. Игра «Дождь в лесу» (релаксация, развитие чувства эмпатии)

Дети становятся в круг, друг за другом – они «превращаются» в деревья в лесу. Взрослый читает текст, дети выполняют действия. «В лесу светило солнышко, и все деревья потянули к нему свои веточки. Высоко – высоко тянутся, чтобы каждый согрелся (дети поднимаются на носки, высоко поднимая руки, перебирая пальцами). Но подул сильный ветер и стал раскачивать деревья в разные стороны. Но крепко держатся корнями деревья, устойчиво стоят и только раскачиваются, (дети раскачиваются в стороны, напрягая мышцы ног). Ветер принес дождевые тучи, и деревья почувствовали первые нежные капли дождя (дети легкими движениями пальцев касаются спины стоящего впереди товарища). Дождик стучит все сильнее и сильнее (дети усиливают движения пальцами). Деревья стали жалеть друг друга, защищать от сильных ударов дождя своими ветвями (дети проводят ладошками по спинам товарищей). Но вот вновь появилось солнышко. Деревья обрадовались, стряхнули с листьев лишние капли дождя, оставили только необходимую влагу. Деревья почувствовали внутри себя свежесть, бодрость и радость жизни».

12. Упражнение «ТРОН»

Рассказывающий садится на особый трон (накрыт красивым покрывалом), сидя на нем можно услышать о себе хорошее и услышать приятные слова от других

13. Карточки «Техника самоподдержки»

Ребята, сегодня на уроке мы узнали, что у нас всех очень много общего, и это помогает находить нам общий язык. На каждый человек отличается друг от друга и это здорово, что мы все разные, не похожие друг на друга, каждый из нас уникален! И эту уникальность и неповторимость нужно ценить и уважать в людях!

14. Упражнение «Открытая свеча»

Оборудование: свеча.

Каждый ребенок берет зажженную свечу по очереди и желает чего-то доброго участнику, стоящему слева. Например, «Маша, я желаю тебе, чтобы у тебя сегодня все получалось»

Рефлексия.

- Что понравилось на занятии?

- В чем вам помогло сегодняшнее занятие?