



ПРОГРАММА ПРОФИЛАКТИКИ ЭКСТРЕМИЗМА, ТЕРРОРИЗМА И РАДИКАЛИЗМА СРЕДИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Номинация 1.

«Профилактические психолого-педагогические программы» - программы и технологии, обеспечивающие создание благоприятных условий образовательной среды, направленные на предупреждение психологических трудностей в развитии и социальной адаптации, психологического неблагополучия обучающихся и воспитанников, формирование и поддержание здорового образа жизни обучающихся, развитие личностных ресурсов, системы убеждений и ценностно-смысловых установок, повышение психологической защищенности, проработку психологической травмы»

Авторский коллектив:

Самойленко Ю.М.

Серебренникова Н.В.

РЕЦЕНЗИЯ
на психолого-педагогическую программу
«Профилактика экстремизма, терроризма и рационализма среди обучающихся ОГБПОУ
«Томский государственный педагогический колледж»

В настоящее время молодежная среда в силу своих социальных характеристик и остроты восприятия окружающей обстановки является наиболее подверженной деструктивному влиянию и формированию радикальных взглядов и убеждений. Проблема проявления среди молодежи нетерпимого отношения к людям других национальностей, верований или иных взглядов сейчас стоит очень остро. Зачастую это проявляется в жестокости, возникновении экстремистских и террористических организаций.

Проведение разноплановой работы с молодыми людьми образовательных организаций совместно с органами, вовлечение их в общественно-полезную деятельность позволяет уменьшить уровень экстремистской активности, снизить популярность экстремистских идей.

Цель рецензируемой программы - реализация государственной политики в области профилактики экстремизма, терроризма, радикализма в Российской Федерации, в частности, в Томской области среди обучающихся ОГБПОУ «ТГПК», совершенствование системы профилактических мер антиэкстремистской и антитеррористической направленности, предупреждение экстремистских, террористических, радикальных проявлений среди студентов и укрепление межнационального согласия, формирование у обучающихся позитивных ценностей и установок на уважение, принятие и понимание богатого многообразия культур народов, их традиций и этнических ценностей посредством воспитания культуры толерантности и межнационального согласия.

Логика построения программы позволяет проследить основное содержание деятельности по психолого-педагогическому сопровождению, реализацию программных мероприятий с целью профилактики экстремизма, терроризма, радикализма среди студентов ТГПК.

В программе подробно описаны актуальность проблемы, цели и задачи. Указана нормативно-методические и нормативно-правовые документы. Описаны сферы ответственности, основные права и обязанности участников реализации программы, а также ресурсы, которые необходимы для эффективной реализации. В программе подробно представлен перечень и описание программных мероприятий, описаны сроки, этапы и алгоритм реализации, система организации внутреннего контроля за реализацией программы.

Практическая значимость подтверждается сведениями о результатах апробации.

Стиль изложенного материала программы отличается ясностью, четкостью.

В целом, представленная на рецензирование психолого-педагогическая программа профилактики экстремизма, терроризма и рационализма среди обучающихся ОГБПОУ «Томский государственный педагогический колледж» разработана в соответствии с требованиями, предъявляемыми к психолого-педагогическим программам, и может быть использована в образовательном процессе.

Рецензент

Николина Надежда Валерьевна,
кандидат философских наук,
доцент кафедры философии и методологии науки
ФГАОУ ВО «Национальный исследовательский
Томский государственный университет»



Оглавление

1. Информация о разработчиках, участниках и месте реализации программы (технологии).....	4
2. Аннотация, в том числе обоснование практической актуальности.....	4
3. Сведения об уровне образования, для которого реализуется программа (технология).....	5
4. Сведения о виде /направленности программы (технологии).....	5
5. Указание на целевую аудиторию, описание ее социально-психологических особенностей и сфера применения.....	6
6. Указать тип трудностей и проблем, на которые направлена программа.....	7
7. Описание целей и задач программы.....	7
8. Сроки, этапы и алгоритм реализации программы (технологии).....	8
9. Научно - методические и нормативно - правовые обеспечение программы 12	
10. Измеряемые конструкты и критерии оценки достижения планируемых результатов.....	12
11. Ожидаемые результаты реализации программы.....	13
12. Описание и источники психодиагностического инструментария, используемого для достижения планируемых результатов.....	13
13. Перечень и описание программных мероприятий.....	14
14. Ресурсы, которые необходимы для эффективной реализации программы	18
15. Требования к материально-технической оснащенности организации для реализации программы.....	19
16. Требования к информационной обеспеченности организации для реализации программы.....	19
17. Описание сфер ответственности, основных прав и обязанностей участников реализации программы.....	19
18. Описание способов, которыми обеспечивается гарантия прав ее участников.....	20
19. Система организации внутреннего контроля за реализацией программы (технологии).....	21
20. Факторы, влияющие на достижение результатов программы.....	21
21. Подтверждение соблюдения правил заимствования.....	22
Список использованных источников:.....	23
Приложения	

1. Информация о разработчиках, участниках и месте реализации программы (технологии)

Полное название: Областное государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Томский государственный педагогический колледж»

Адрес сайта: www.pedcollege.tomsk.ru

Телефон: +7 (382) 253 26 80

Адрес электронной почты: aov@tgpc.tomsk.ru

Руководитель: Горюнов Николай Павлович

Контактное лицо: Самойленко Юлия Михайловна (8-903-954-97-62)

2. Аннотация, в том числе обоснование практической актуальности

Разработанная Программа обусловлена последовательным внедрением методик, технологий, реализаций программных мероприятий с целью профилактики экстремизма, терроризма, радикализма среди студентов ОГБПОУ «Томского государственного педагогического колледжа» (далее ТГПК). Система работы колледжа по противодействию идеологии экстремизма, терроризма и радикализма включает в себя взаимодействие между различными структурными подразделениями колледжа, а также взаимодействие с различными структурами и организациями города Томска.

Учитывая специфику педагогических специальностей, реализуемых в колледже, а также контингент обучающихся, сотрудники колледжа совместно осуществляют деятельность по совершенствованию системы работы со студентами в рамках разработанной Программы. Специфика педагогического труда заключается в том, что сам учитель в своей деятельности не может не обладать навыками толерантного взаимодействия. Поэтому Программа должна решать не только вопросы профилактики проявления студенческого экстремизма, терроризма и радикализма, но и формировать профессиональные качества будущих педагогов.

Как показывает исторический опыт, культурное самосознание, духовные, нравственные ценности – это сфера жёсткой конкуренции, порой – объект открытого информационного противоборства. Попытки влиять на мировоззрение целых народов, стремление подчинить их своей воле, навязать свою систему ценностей и понятий – это абсолютная реальность, так же как борьба за минеральные ресурсы, с которой сталкиваются многие страны, в том числе и наша страна. И мы знаем, как искажение

национального, исторического, нравственного сознания приводило к катастрофе целых государств, к их ослаблению, распаду в конечном итоге, лишению суверенитета и к братоубийственным войнам. Мы должны строить своё будущее на прочном фундаменте. И такой фундамент – это патриотизм. Программа по профилактике терроризма, экстремизма гармонизации межэтнических и межкультурных отношений, проявлений ксенофобии, толерантности в колледже призвана укрепить основы и систематизировать методы долгосрочного процесса формирования толерантного сознания и поведения обучаемых.

Укрепления толерантности в учебном заведении призвана укрепить основы и систематизировать методы долгосрочного процесса формирования толерантного сознания и поведения обучаемых.

Программа реализовывалась в течение 2022-2023 учебного года и имела положительные результаты.

Правильно организованная, грамотно и своевременно осуществлённая работа социально-профилактического содержания помогает избегать проявлений экстремизма и терроризма. Ниже описаны основные компоненты системы работы колледжа по противодействию формированию у студентов идеологии терроризма и экстремизма.

3. Сведения об уровне образования, для которого реализуется программа (технология)

Программа реализуется для профессионального образования, которое направлено на приобретение обучающимися в процессе освоения основных профессиональных образовательных программ знаний, умений, навыков и формирование компетенций, позволяющих вести профессиональную педагогическую деятельность в педагогической сфере и (или) выполнять работу по профессии или специальности.

4. Сведения о виде/направленности программы (технологии)

Согласно Стратегии противодействия экстремизму в Российской Федерации до 2025 г., а также Федеральному закону от 25 июля 2002 г. N 114-ФЗ «О противодействии экстремистской деятельности» и Указу Президента Российской Федерации от 31 декабря 2015 г. N 683 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации», одним из основных источников угроз национальной безопасности Российской

Федерации является экстремистская деятельность, осуществляемая националистическими, радикальными общественными, религиозными, этническими и иными организациями и объединениями, направленная на нарушение единства и территориальной целостности Российской Федерации, дестабилизацию внутриполитической и социальной обстановки в стране.

С различными экстремистскими проявлениями мир знаком достаточно давно. Современная Россия столкнулась с такой проблемой, начиная с 1991 года, под влиянием социальных, политических, экономических факторов. Данная проблема за несколько лет превратилась в реальную угрозу национальной безопасности страны. Кроме того, благодаря сети Интернет и в частности развитию социальных сетей и мессенджеров, идеология экстремизма получила новый «канал» для своего продвижения, а в качестве основной аудитории – молодежь.

Особенно актуальна данная проблема для молодежи, которая в силу возрастных особенностей является сензитивной к восприятию и передаче экстремистских идей. Мировоззренческая неустойчивость, недостаточная социально-психологическая зрелость, выраженный поиск себя, склонность к риску и проявлению различных форм социального протеста делают молодежь наиболее уязвимой в отношении экстремизма группой.

Согласно информационно-аналитической записке «О результатах оперативно-служебной деятельности Управления МВД России по Томской области и территориальных органов МВД России Томской области за 2022 год», в 2022 году на территории Томской области выявлено 14 преступлений экстремистской направленности, связанных с публичными призывами к осуществлению экстремистской деятельности в сети Интернет и организацией деятельности экстремистской организации и 9 преступлений террористического характера.

Анализируя состояние оперативной обстановки и результаты оперативно-служебной деятельности УМВД России по Томской области за предыдущие годы, можно сделать выводы об увеличении количества преступлений экстремистской направленности (в 2022 г. на 9 преступлений больше – на 61,5%, чем в 2021 г.). В ходе оперативно-розыскной деятельности сотрудниками УМВД России по Томской области в 2022г. был заблокирован общий доступ по 34 (в 2021 году – 16) материалам экстремистского контента.

Исходя из всего вышесказанного, можно сделать вывод, что особую актуальность приобретает деятельность по профилактике молодёжного экстремизма. Это послужило основанием для разработки и реализации

профилактической психолого-педагогической программы ОГБПОУ «Томский государственный педагогический колледж» - программы, направленной на профилактику экстремизма, терроризма и радикализма среди студентов колледжа.

5. Указание на целевую аудиторию, описание ее социально-психологических особенностей и сфера применения

1. Студенты ОГБПОУ «Томский государственный педагогический колледж»;
2. Родители студентов;
3. Социально-психологическая служба (начальник социально-психологической службы, педагог-психолог, социальный педагог);
4. Воспитательный отдел (начальник отдела, педагоги-организаторы, воспитатели);
5. Преподаватели колледжа;
6. Социальные партнеры и правоохранительные органы (КДН и ЗП Советского района г. Томска; ОГБУЗ «Центр общественного здоровья и медицинской профилактики»; УНК УВД России по Томской области; МАУ г. Томска «Центр профилактики и социальной адаптации «Семья»; Центр по противодействию экстремизма УМВД России по Томской области).

Психика подростков 15-18 лет характеризуется повышенной возбудимостью, бескомпромиссностью, максимализмом, эмоциональностью, повышенным критическим настроением. Кроме того, у молодежи отмечаются эгоизм, не критичность, повышенная внушаемость, замкнутость и т.д. Укрепление толерантности в учебном заведении призвано систематизировать методы долгосрочного толерантного сознания и поведения.

6. Указать тип трудностей и проблем, на которые направлена программа

В реализации программы имелись следующие трудности:

1. Возможность работы с родителями в дистанционном формате, т.к. многие проживают в отдаленных регионах;
2. Наличие обучающихся иностранных граждан;
3. Ежегодное увеличение количество обучающихся из числа детей сирот и детей, оставшихся без родителей.

7. Описание целей и задач программы

Реализация государственной политики в области профилактики экстремизма, терроризма, радикализма в Российской Федерации, в частности, в Томской области среди обучающихся ОГБПОУ «Томский государственный педагогический колледж», совершенствование системы профилактических мер антиэкстремистской и антитеррористической направленности, предупреждение экстремистских, террористических, радикальных проявлений среди студентов и укрепление межнационального согласия, формирование у обучающихся позитивных ценностей и установок на уважение, принятие и понимание богатого многообразия культур народов, их традиций и этнических ценностей посредством воспитания культуры толерантности и межнационального согласия.

Задачи программы:

1. Мониторинг психолого-педагогической службы, осуществление мониторинга по развитию и выявлению субкультур и межнациональных отношений в колледже.
2. Проведение воспитательной, пропагандистской работы с обучающимися колледжа, направленной на предотвращение экстремистской, террористической деятельности, воспитание толерантности, культуры мира и межнационального согласия в образовательной среде.
3. Проведение комплекса мероприятий с обучающимися по предотвращению экстремизма, терроризма, радикализма
4. Повышение уровня межведомственного взаимодействия по профилактике экстремизма, терроризма и радикализма;
5. Организация волонтерского движения по реализации мероприятий, противодействующих молодёжному экстремизму, терроризму и радикализму.

8. Сроки, этапы и алгоритм реализации программы (технологии)

Программа по профилактике экстремизма, терроризма и радикализма среди обучающихся в 2022-2023 учебном году была апробирована частично. Полностью были проведены все профилактические мероприятия с привлечением межведомственных организаций и социального партнера. В этих мероприятиях приняло участие 1256 человека, что составляет 84% от числа всех обучающихся. На следующий 2023-2024 учебный год также

запланировано проведение мероприятий на формирование у студентов будущих педагогов коммуникативной компетентности, способной противостоять манипуляторному общению, навыков критическому мышлению, негативное отношение к насилию.

Организационный этап реализации программы:

№	Мероприятие	Сроки	Исполнители
1.	Сбор индивидуальных данных о студентах, их семьях, условиях проживания	Сентябрь-октябрь	Педагог-психолог, социальный педагог
2.	Составление социальных паспортов групп и социального паспорта колледжа	Ноябрь-Декабрь	Педагог-психолог, социальный педагог
3.	Составление планов проведения диагностических, профилактических мероприятий	Сентябрь	Педагог-психолог
4.	Подбор диагностического материала, проведение диагностики, обработка и систематизация результатов	В течение года	Педагог-психолог
5.	Написание психологических портретов, обучающихся «групп риска»	Ноябрь-Декабрь	Педагог-психолог
6.	Организация межведомственного взаимодействия, составление совместных планов работы	В течение года	Педагог-психолог, социальный педагог

Диагностический этап реализации программы:

№	Мероприятие	Сроки	Исполнители
1.	Социально-психологическое тестирование обучающихся первого курса	Октябрь-ноябрь	Педагог-психолог, социальный педагог
2.	Мониторинг обучающихся по	Октябрь –	Педагог-психолог

	методике «Самооценка психических состояний по З.Г.Айзенку»	ноябрь	
3.	Мониторинг обучающихся по методике «Опросник склонности к агрессии Басса-Перри в модификации С.Н. Ениколопов, Н.П. Цибульский	Ноябрь -Март	Педагог-психолог
4.	Мониторинг обучающихся по методике «Опросник суицидального риска в модификации Т.Н. Разуваевой»	Январь	Педагог-психолог
5.	Мониторинг обучающихся по методике «Шкала депрессии Бека»	Январь	Педагог-психолог
6.	Мониторинг «Анкета об отношении обучающихся к проявлениям радикализма, экстремизма, терроризма»	Март	Педагог-психолог
7.	Мониторинг обучающихся с использованием методики диагностики вредоносной креативности (антисоциальной креативности, разработанная под руководством М. Ранко)	Март	Педагог-психолог

Профилактический этап реализации программы:

№	Мероприятия	Сроки	Количество участников
1.	Профилактическая лекция «Об ответственности за участие в несанкционированных митингах, курение в общественных местах, нарушение Устава колледжа, о правилах поведения в сети интернет»	03.10.2022 г. 25.10.2022 г.	118 человек
2.	Проведение мероприятий в рамках	Октябрь 2022 г.	50 человек

	декады инвалидов		
3.	Профилактическая лекция для педагогов «Профилактика суицидального поведения подростков» с приглашением врача-психиатра ОГБУЗ «Томская клиническая больница»	07.11.2022 г.	10 человек
4.	Участие студентов в муниципальной квест-игре «Здоровый образ жизни»	16.11.2022 г.	7 человек
5.	Внеплановые инструктажи для студентов, проживающих в общежитии о соблюдении правил Внутреннего распорядка, в том числе о запрете курения на территории колледжа, общежития, общественных местах, о негативном влиянии никотиносодержащей продукции	29.11.2022 г.	137 человек
6.	Беседа –практикум «Глухой мир-в мифах и фактах», посвященная «Дню инвалидов» с привлечением ТРОООИ "Всероссийское общество глухих"	05.12.2022 г.	32 человек
7.	Мероприятие для педагогов и администрации колледжа «Час с психологом: буллинг в подростковой среде»	10.01.2023 г.	15 человек
8.	Встреча с сотрудником Управления по контролю за оборотом наркотиков УМВД России по Томской области в рамках проведения Областной профилактической акции «Думай до, а не после»	16.02.2023 г.	120 человек
9.	В рамках кураторских часов, проведение видео лектория «Курение, взгляд изнутри», «Наркотики, секреты манипуляции», «Международный день отказа от курения» и т.д.	22.02.2023 г.	100 человек
10.	Просмотр видео фильма «Нюрнберг»	28.02.2023 г.	15 человек
11.	Информационная палатка по теме: «Депрессия. Узнай больше» с	24.03.2023 г.	50 человек

	привлечением медицинского психолога ОГБУЗ «Центр общественного здоровья и медицинской профилактики»		
12.	Встреча педагогов и обучающихся с сотрудником Центра по противодействию экстремизму УМВД по Томской области	04.04.2023 г.	150 человек
13.	Мероприятие для педагогов и администрации колледжа «Час с психологом: психология сиротства»	10.04.2023 г.	8 человек
14.	Профилактическое мероприятие в рамках комплексной профилактической операции «Дети России-2023» с приглашением сотрудников Управления по контролю за оборотом наркотиков УМВД России по Томской области, ОГБУЗ «Томский областной наркологический диспансер»	12.04.2023 г.	100 человек
15.	Встреча с обучающимися иностранными гражданами с сотрудниками Департамента труда и занятости населения Томской области, Управления по вопросам миграции УМВД России по Томской области	12.04.2023 г.	11 человек
16.	Проведение профилактического мероприятия в общежитии колледжа с привлечением сотрудников ОГБПОУ «Томского медицинского базового колледжа»	17.04.2023 г.	10 человек
17.	В рамках Недели психологии организация и проведение занятий с элементами тренинга «Профилактика аддиктивного поведения подростков»	17.04. - 23.04.2023 г.	130 человек
18.	В рамках Недели психологии организация и проведение коррекционно-развивающее мероприятие «Авторская интерактивная лекция с элементами тренинга «Как	19.04.2023 г.	31 человек

	позаботиться о себе и своём эмоциональном состоянии»		
19.	Участие обучающихся в интеллектуальной игре «Действуй!»	26.04.2023 г.	6 человек
20.	Проведение профилактических медицинских осмотров, обучающихся по результатам социально-психологического тестирования	25.05.2023 г. 26.05.2023 г. 29.05.2023 г.	58 человек
21.	Мероприятие «Мое безопасное лето» с привлечением инспектора КДН и ЗП Советского района, медицинского психолога ОГБУЗ «Центра общественного здоровья и медицинской профилактики»	01.06. 2023 г.	100 человек
22.	Организация заседаний Совета по профилактике правонарушений колледжа	Ежемесячно в течение года	12 заседаний

9. Научно - методические и нормативно - правовые обеспечение программы

1. Всеобщая декларация прав человека (принята Генеральной Ассамблеей ООН 10.12.1948);

2. Указ Президента РФ от 29 мая 2020 г. N 344 «Об утверждении Стратегии противодействия экстремизму в Российской Федерации до 2025 года».

3. Федеральный закон РФ от 06.03.2006 г. № 35–ФЗ «О противодействии терроризму» (ред. от 26.05.2021 N 155-ФЗ).

4. Федеральный закон от 25 июля 2002 г. N 114-ФЗ «О противодействии экстремистской деятельности» (с изменениями и дополнениями от 01.07.2021 г.)

5. Письмо Минобрнауки России от 16.06.2016 г. № 09-1467 «Методические рекомендации для педагогических работников по профилактике проявлений терроризма и экстремизма в образовательных организациях».

6. Информационные и методические материалы по развитию у детей и молодежи неприятия идеологии терроризма и по воспитанию традиционных

российских духовно-нравственных ценностей, утверждены приказом Федерального агентства по делам молодежи от «30» декабря 2019 г. № 463 (<http://nac.gov.ru/> сайт Национального антитеррористического комитета).

10. Измеряемые конструкты и критерии оценки достижения планируемых результатов

Для мониторинга используются те же методики, что и в первичной диагностике. Применяются следующие критерии и показатели позитивных изменений:

1. Личностные качества студента - будущего педагога (отрицательное отношение ко всем видам насилия, эмпатичность, ответственное отношение к своему здоровью, умение адаптироваться к новым условиям, креативность).

2. Профессиональные качества студента – будущего педагога.

Педагог обязан в совершенстве обладать следующими профессиональными качествами: культурой делового общения, коммуникативной компетентностью, способностью противостоять манипуляторному общению, быть аргументированным с хорошо развитыми навыками критического мышления, иметь толерантное отношение ко всем участникам образовательного процесса, уметь контролировать свое эмоциональное состояние, быть хорошо информированным в том числе по вопросам экстремизма, терроризма и радикализма.

11. Ожидаемые результаты реализации программы

1. Высокий уровень информированности подростков о деструктивном влиянии экстремистских, террористических организаций.

2. Неприятия насилия как такового.

3. Нежелание подростков участвовать в создании и деятельности националистических экстремистских молодежных группировках.

4. Атмосфера межэтнического согласия и толерантности в молодежной среде.

5. Критическое мышление подростков.

6. Позитивные ценностные установки, ведение здорового образа жизни.

7. Низкий уровень агрессивности, внушаемости, высокий уровень эмпатии.

8. Развитая коммуникативная компетентность подростков, способная противостоять манипуляторному общению.

12. Описание и источники психодиагностического инструментария, используемого для достижения планируемых результатов

Использованные методики, опросники, тесты предполагают выявление обучающихся «групп риска» по вовлечению в девиантное поведение, испытывающих затруднения адаптации к учебной группе и учебной деятельности, выявление уровня сформированности суицидальных намерений, выявление уровня информированности и личного отношения к проблемам экстремизма и национальной неприязни, изучение выраженности проявления антисоциальной креативности (вредоносной креативности) у будущих педагогов, диагностика агрессивных и враждебных реакций.

Используемый диагностический материал подбирался в соответствии с «Открытым реестром психодиагностических методик, вызывающих доверие профессионального сообщества педагогов-психологов»:

1. Мониторинг «Адаптация и мотивация к учебной группе и учебной деятельности студентов первого курса».
2. Мониторинг обучающихся по методике «Опросник суицидального риска в модификации Т.Н. Разуваевой».
3. Мониторинг обучающихся по методике «Шкала депрессии Бека».
4. Мониторинг «Анкета об отношении обучающихся к проявлениям радикализма, экстремизма, терроризма».
5. Мониторинг обучающихся с использованием методики диагностики вредоносной креативности (антисоциальной креативности, разработанная под руководством М. Ранко).
6. Мониторинг обучающихся по методике «Опросник склонности к агрессии Басса-Перри в модификации С.Н. Ениколопов, Н.П. Цибульской».

13. Перечень и описание программных мероприятий

Все программные мероприятия разделяются на: организационные, диагностические и профилактические мероприятия.

Организационные мероприятия направлены на разработку и осуществление комплекса мероприятий по профилактике экстремизма, терроризма среди обучающихся:

1. Сбор индивидуальных данных о студентах, их семьях, условиях проживания.
2. Составление социальных паспортов групп.
3. Составление планов проведения диагностических, профилактических мероприятий.
4. Подбор диагностического материала, проведение диагностики, обработка и систематизация результатов.
5. Написание психологических портретов, обучающихся «групп риска».
6. Организация межведомственного взаимодействия, составление совместных планов работы.

Диагностические мероприятия: использованные методики, опросники, тесты предполагают выявление обучающихся «групп риска» по вовлечению в девиантное поведение, испытывающих затруднения адаптации к учебной группе и учебной деятельности, выявление уровня сформированности суицидальных намерений, выявление уровня информированности и личного отношения к проблемам экстремизма и национальной неприязни, изучение выраженности проявления антисоциальной креативности (вредоносной креативности) у будущих педагогов, диагностика агрессивных и враждебных реакций.

Используемый диагностический материал подбирался в соответствии с «Открытым реестром психодиагностических методик, вызывающих доверие профессионального сообщества педагогов-психологов»:

7. Мониторинг «Адаптация и мотивация к учебной группе и учебной деятельности студентов первого курса».
8. Мониторинг обучающихся по методике «Опросник суицидального риска в модификации Т.Н. Разуваевой».
9. Мониторинг обучающихся по методике «Шкала депрессии Бека».
10. Мониторинг «Анкета об отношении обучающихся к проявлениям радикализма, экстремизма, терроризма».
11. Мониторинг обучающихся с использованием методики диагностики вредоносной креативности (антисоциальной креативности, разработанная под руководством М. Ранко).
12. Мониторинг обучающихся по методике «Опросник склонности к агрессии Басса-Перри в модификации С.Н. Ениколопов, Н.П. Цибульский».

Профилактические мероприятия: включают профилактическую деятельность со всеми обучающимися, индивидуальную работу с подростками, имеющими трудности во взаимодействии с учебной группой и

в учебной деятельности, с подростками девиантного поведения (суицидальные намерения, склонность к употреблению психоактивных веществ, агрессивное поведение). Особое внимание уделяется проблемам экстремизма, терроризма, радикализма, толерантного отношения обучающихся и педагогов к различным религиозным и национальным объединениям.

Профилактические мероприятия проводятся не только социально-психологической службой колледжа, но и через взаимодействие социального партнерства и межведомственного взаимодействия (КДН и ЗП Советского района г. Томска; ОГБУЗ «Центр общественного здоровья и медицинской профилактики»; УНК УВД России по Томской области; МАУ г. Томска «Центр профилактики и социальной адаптации «Семья»; Центр по противодействию экстремизма УМВД России по Томской области).

В ходе реализации Программы проводятся следующие мероприятия:

1. Тренинг адаптации первокурсников «Будем знакомы!». Тренинг направлен на осознание своих личностных ресурсов, понимание проблем профессионального самоопределения. В ходе выполнения упражнений ребята собрали «Банк личностных проблем», которые в настоящее время беспокоят, волнуют, мешают быть эффективными в учебе, мешают сократить свой адаптационный период в колледже.

2. Тренинговые занятия для студентов колледжа «В поисках толерантности». Занятия позволяют познакомить обучающихся с понятием «толерантности», «интолерантности», их значением и актуальностью формирования как нравственного качества личности. Участники занятия получили возможность оценить степень своей толерантности, понимать важнейшие принципы толерантности, применять их в повседневной жизни, предупреждать конфликты и разрешать их ненасильственными средствами. Воспитание чутких ответственных граждан, открытых к восприятию других культур, способных ценить свободу, уважать человеческое достоинство и индивидуальность является целью тренинговых занятий.

3. «День профилактики» с привлечением специалистов КДН и ЗП Советского района г. Томска, ОГБУЗ «Центр общественного здоровья и медицинской профилактики», УНК УВД России по Томской области. Единый День профилактики проводится ежегодно и направлен на профилактику преступлений и правонарушений среди несовершеннолетних, употребления психоактивных веществ, изучения повторение правил личной безопасности, разъяснение понятия уголовная и административная

ответственность, обеспечение социальной и правовой защиты несовершеннолетних.

4. Профилактическая лекция «Общая профилактика употребления психоактивных веществ» с привлечением врача психиатра-нарколога Томского центра медицинской профилактики, является одним из мероприятий по предотвращению употребления ПАВ среди подростков колледжа. Профилактика употребления психоактивных веществ - комплекс социальных, образовательных, психологических и медицинских воздействий, направленных на выявление и устранение причин и условий, способствующих распространению и употреблению ПАВ, на предупреждение развития и ликвидацию негативных личностных, социальных и медицинских последствий употребления ПАВ.

5. Занятие с психологом. В течение учебного года для студентов педагоги-психологи колледжа проводят по различным темам занятия, которые волнуют подростков: «Умей владеть собой, ловушки манипуляции», «Толерантность», «Я выбираю жизнь!» которые направлены на знакомство с понятием стресса, отработку техник саморегуляции своего эмоционального состояния, знакомство с понятием «манипуляторное общение», поиск личностных ресурсов и т.д.

6. Интерактивная выставка «Только так!» с привлечением сотрудников Центра медицинской профилактики. Целью выставки является профилактика употребления психоактивных веществ (табак, алкоголь, наркотики) в подростковой среде, популяризация здорового образа жизни (см. приложение)

7. Профилактическое мероприятие в формате тренингового занятия «Аддиктивное поведение подростков» с привлечением социального партнера МАУ г. Томска «Центр профилактики и социальной адаптации «Семья». Целью мероприятия является профилактика суицидального поведения, поиск личностных ресурсов, разрешение конфликтных ситуаций.

8. Профилактическое мероприятие для обучающихся «Безопасность в сети Интернет» с привлечением сотрудника Центра по противодействию экстремизма УМВД России по Томской области. В ходе беседы ребята узнали что такое «толерантность», что делает людей терпимыми, эмпатичными друг к другу, способными свободно придерживаться собственных взглядов и убеждений и признавать это право за другими. Далее в лекции был изложен материал о том, насколько опасны крайняя, бескомпромиссная приверженность каким - либо взглядам и идеям; кого можно считать приверженными крайним взглядам. Обучающиеся

познакомились с Законами о противодействии терроризму и экстремизму (№35 – ФЗ от 2006г и №114 –ФЗ от 2002г), узнали, что на сайте Минюста опубликован Список материалов, носящих экстремистский характер, которые запрещено распространять. За нарушение можно понести как административную, так и уголовную ответственность.

Важной частью лекции – беседы была информация о правилах безопасного пользования информацией с просторов Интернета. Был сделан акцент на то, что современный человек должен в режиме реального времени не только давать адекватную оценку полученной информации, но и принимать решение. Чтобы противостоять идеологии агрессивности, нужны полноценные знания, поэтому нужно постоянно учиться, изучать историю, обществоведение.

9. Профилактическое мероприятие для педагогов «Профилактика экстремизма. Руководство для педагогов» с привлечением сотрудника по противодействию экстремизма УМВД России по Томской области.» с привлечением сотрудника Центра по противодействию экстремизма УМВД России по Томской области. В лекции были даны определения «экстремистская деятельность», «идеология экстремизма», «экстремистская организация», «экстремистские материалы». Было обращено внимание педагогов на то, что особо опасным является распространение экстремистских призывов, размещение экстремистской символики в сети Интернет. И здесь важная роль отводится педагогам, чтобы они могли не только разъяснить студентам опасность такого рода действий, но также рекомендовать проверять и перепроверять размещаемую самостоятельно, а также получаемую информацию из других источников, используя Список экстремистских материалов, размещённый на сайте Минюста РФ. В организации бесед по профилактике экстремизма среди молодёжи педагогам необходимо сформировать у обучающихся знания: о сущности экстремистской и террористической деятельности; о последствиях и ответственности за совершение преступлений экстремистского и террористического характера. В качестве закрепления полученной информации педагогам был предоставлен видеоматериал <https://pedcollege.tomsk.ru/page/17/dokumenty>.

10. Профилактическая лекция с привлечением сотрудника КДН и ЗП Администрации Советского района на тему: «Публичные действия, направленные на дискредитацию использования Вооруженных Сил РФ в целях защиты интересов Российской Федерации и ее граждан, поддержание международного мира и безопасности». Сотрудник рассказал о последствиях

участия студентов в несанкционированных митингах, размере штрафов и т.д. (см. приложение).

11. Ежегодно на базе колледжа проводится «Неделя психологии» по психологическому просвещению и психопрофилактике участников образовательных отношений, а также мероприятий обеспечивающие формирование стрессоустойчивости у детей и подростков, способствующие благополучному психологическому настрою и позитивной мотивации обучающихся (см. приложение).

12. Осуществление мониторинга посещаемости и успеваемости обучающихся.

13. Заседания Совета по профилактике правонарушений. По графику заседание проводится 1 раз в месяц и при необходимости чаще. Членами Совета по профилактике являются: администрация колледжа, кураторы групп, педагог-психолог, педагоги, социальный педагог, воспитатель общежития, представители Студенческого совета. Ведется протокол мероприятия.

14. Индивидуальная работа педагога-психолога, социального педагога с обучающимися проводится ежедневно по предварительной записи в рамках работы социально-психологической службы.

15. Популяризация здорового образа жизни обучающихся в формате программе «Будь здоров!», организованной Администрацией города Томска, Управлением молодёжной политики города Томска, Департаментом профессионального образования Томской области, Департаментом образования города Томска. Программа «Будь здоров!» имеет огромное воспитывающее и обучающее значение для формирования чувства патриотизма, гордости и уважения своих соотечественников, за трудовую доблесть в годы ВОВ.

16. Работа с родителями. Систематически педагогами-психологами и социальным педагогом проводится работа с родителями и законными представителями обучающихся.

Работа проводится по следующим направлениям: индивидуальное консультирование по вопросам воспитания и обучения, начисления социальной стипендии, проживание в общежитии, льготам и т.д. предварительно записавшись по телефону (все телефоны размещены на сайте колледжа). В начале учебного года родители и законные представители информируются о проведении со студентами психологических диагностик и профилактических мероприятий.

14. Ресурсы, которые необходимы для эффективной реализации программы

Требования к специалистам: специалисты, реализующие программу, должны иметь высшее профессиональное образование, обладать профессиональными компетенциями, описанными в должностных инструкциях. Компетентность специалиста, реализующего программу, включает представление о планируемых результатах данной программы, умения проектировать зону ближайшего развития, психологически обеспечивать эмоционально-комфортную образовательную среду.

Перечень учебных и методических материалов, необходимых для реализации программы:

1. Письмо Минобрнауки России от 16.06.2016 г. № 09-1467 «Методические рекомендации для педагогических работников по профилактике проявлений терроризма и экстремизма в образовательных организациях».
2. Информационные и методические материалы по развитию у детей и молодежи неприятия идеологии терроризма и по воспитанию традиционных российских духовно-нравственных ценностей, утверждены приказом Федерального агентства по делам молодежи от «30» декабря 2019 г. № 463.
3. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Санкт-Петербург, 2005.
4. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. Москва, 2005.
5. Марасанов Г.И. Социально-психологический тренинг. Москва, 1998.
6. Петровская Л.А. Компетентность в общении. Москва 1989.
7. Григорьева Т.Г. Основы конструктивного общения - Хрестоматия. Новосибирск, 1999.
8. Григорьева Т.Г. Основы конструктивного общения - Практикум. Новосибирск, 1999.
9. Смышляева Л.Г. Психология межличностного конфликта: основы практической конфликтологии: Учебное пособие. – Томск. – ТГПУ. – 2001.

15. Требования к материально-технической оснащенности организации для реализации программы

Для реализации программы необходимы помещения социально-психологической службы: рабочий кабинет, (зона) индивидуального консультирования и тренинговый зал для 12-15 участников.

Для возможности организации компьютерного тестирования необходим компьютерный класс, либо учебная аудитория с мобильным классом (ноутбуками/планшетами).

Для организации массовых мероприятий необходим актовый или спортивный зал.

Учебные аудитории должны быть оборудованы техническими средствами: компьютер преподавателя, экран с проектором/интерактивная доска/интерактивная панель, аудиосистема.

16. Требования к информационной обеспеченности организации для реализации программы

Для реализации программы в учреждении необходим выход в Интернет, библиотека психолого-педагогической литературы.

17. Описание сфер ответственности, основных прав и обязанностей участников реализации программы

Студенты ОГБПОУ «Томский государственный педагогический колледж». В соответствии с Конституцией, несет ответственность за соблюдение норм, выполнение обязанностей гражданина РФ, имеет права в соответствии с ч.1 ст.34 ФЗ «Об образовании», право участвовать в обсуждении и принятии решений по важнейшим вопросам деятельности Колледжа, в том числе и через общественные организации и органы управления колледжем. Студент вправе участвовать во внеурочной жизни колледжа, участвовать в психолого-педагогических мероприятиях. Студент обязан сообщать Администрации колледжа о возникновении ситуации, представляющей угрозу жизни и здоровью людей, посещать все виды мероприятий профилактической программы, систематически и глубоко овладевать знаниями, не пропускать мероприятия без уважительной причины, соблюдать общепринятые нормы поведения, проявлять уважение к педагогу и другим участникам программы.

Родители студентов. Совет родителей содействует обеспечению оптимальных условий для организации образовательного процесса;

защищает права и законные интересы обучающихся; оказывает содействие в проведении мероприятий, реализуемым в колледже.

В соответствии с компетенцией Совет родителей имеет право вносить предложения о совершенствовании деятельности колледжа, получать информацию о результатах их рассмотрения; принимать участие в обсуждении локальных нормативных актов колледжа.

Социально-психологическая служба (начальник социально-психологической службы, педагог-психолог, социальный педагог) реализует следующие стратегические задачи развития Колледжа: создание условий в колледже для развития высоконравственной личности, разделяющей российские традиционные духовные ценности, обладающей актуальными знаниями и умениями, способной реализовать свой потенциал в условиях современного общества; психологическое сопровождение личностной и социальной адаптации студентов в процессе обучения в колледже, а также психологическое обеспечение индивидуализации и гуманизации педагогического процесса.

Основные направления деятельности социально-психологической службы: психологическая профилактика; психологическое просвещение; психологическая диагностика, психолого-педагогический консилиум; консультационная деятельность.

Социальные партнеры и межведомственные организации участвуют в организации и проведении внеаудиторных мероприятий колледжа. Содействуют формированию гражданской позиции, общекультурных компетенций.

18. Описание способов, которыми обеспечивается гарантия прав ее участников

Гарантии прав участников программы обеспечиваются следующими нормативно-правовыми документами:

1. Конвенция ООН о правах ребенка;
2. Федеральный закон РФ «Об образовании Российской Федерации»;
3. Должностные инструкции специалистов, задействованных в реализации программы;
4. Устав образовательной организации;
5. Правила внутреннего распорядка обучающихся ОГБПОУ «ТГПК»
6. Положение об организации и обеспечении защиты персональных данных субъектов ОГБПОУ «ТГПК»

7. Положение о нормах профессиональной этики педагогических работников ОГБПОУ «ТГПК»;
8. Положение о Совете по профилактике правонарушений;
9. Положение о Совете родителей;
10. Этический кодекс педагога- психолога;
11. Добровольное участие, учет психофизических особенностей подростков.

19. Система организации внутреннего контроля за реализацией программы (технологии)

Контроль за реализацией программы осуществляется социально-психологической службой колледжа. Психолого-педагогическая программа утверждается на педагогическом совете. По завершению программы педагогом-психологом и начальником социально-психологической службы проводится итоговая диагностика, составляется итоговый отчет, в котором отражаются качественные и количественные результаты реализации программы, с которым знакомятся педагоги на педагогическом совете, родители на Совете родителей и студенты в рамках Студенческого совета.

20. Факторы, влияющие на достижение результатов программы

Мероприятия программы по профилактики экстремизма, терроризма и радикализма обучающихся, реализованные в 2022-2023 учебном году, можно считать эффективными потому что:

1. Повысился уровень информированности о негативном влиянии экстремизма, терроризма и радикализма в обществе, о манипулятивном влиянии сетей Интернет на формирование экстремистских организаций, об ответственности за нарушение законодательства РФ. По результатам анкетирования среди студентов I-IV курсов на предмет информированности и личного отношения к проблемам экстремизма и национальной неприязни обучающиеся выделяют основную причину экстремизма – это целенаправленное «разжигание» представителями экстремистско-настроенных организаций националистической агрессии.

Студенты считают, что необходима дальнейшее правовое просвещение граждан в сфере противодействия экстремизма, так как в данный момент население имеет низкую правовую культуру и недостаточную терпимость.

Важно понимание студентами, что в наибольшей степени решение проблем экстремизма зависит от населения в целом.

2. Сформировались навыки конструктивных коммуникаций, навыки самостоятельного конструктивного разрешения конфликтных ситуаций, навыки преодоления стрессовых реакций, навыки критического мышления подростков с помощью мероприятий в формате тренинговых занятий («Аддитивное поведение подростков», «Поиск личностных ресурсов, разрешение конфликтных ситуаций»).

3. Повторное использование методики «Опросник суицидального риска в модификации Т.Н. Разуваевой» у студентов «группы риска» показал, что увеличилось количество человек с большим числом антисуицидальных, жизнеутверждающих факторов, повысилась их «психологическая защита» и внутренняя уверенность в себе.

4. Повысился уровень информированности о вреде употребления психоактивных веществ и их влияние на рациональность принятых решений.

5. Сформировалось понимание о своей ответственности за близких, чувство долга. По результатам 2022-2023 учебного года в Комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав администрации Советского района г. Томска не было зафиксировано ни одного случая противоправных действий несовершеннолетних экстремистского и террористического содержания.

21. Подтверждение соблюдения правил заимствования

Оригинальность представленной Программы – 83,31%



Отчет о проверке на заимствования №1



Автор: kyznetsovay_u_442@mail.ru / ID: 7345256

Проверяющий:

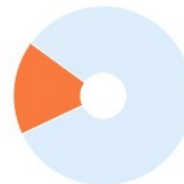
Отчет предоставлен сервисом «Антиплагиат» - <http://users.antiplagiat.ru>

ИНФОРМАЦИЯ О ДОКУМЕНТЕ

№ документа: 22
Начало загрузки: 02.06.2022 09:18:05
Длительность загрузки: 00:00:00
Имя исходного файла: Областное.txt
Название документа: Областное
Размер текста: 126 кБ
Символов в тексте: 129298
Слов в тексте: 15843
Число предложений: 1230

ИНФОРМАЦИЯ ОБ ОТЧЕТЕ

Начало проверки: 02.06.2022 09:18:06
Длительность проверки: 00:00:03
Комментарии: не указано
Модули поиска: Интернет Free



ЗАИМСТВОВАНИЯ

16,69%

САМОЦИТИРОВАНИЯ

0%

ЦИТИРОВАНИЯ

0%

ОРИГИНАЛЬНОСТЬ

83,31%

Заимствования — доля всех найденных текстовых пересечений, за исключением тех, которые система отнесла к цитированиям, по отношению к общему объему документа.

Самоцитирования — доля фрагментов текста проверяемого документа, совпадающий или почти совпадающий с фрагментом текста источника, автором или соавтором которого является автор проверяемого документа, по отношению к общему объему документа.

Цитирования — доля текстовых пересечений, которые не являются авторскими, но система посчитала их использование корректным, по отношению к общему объему документа. Сюда относятся оформленные по ГОСТу цитаты; общепотребительные выражения; фрагменты текста, найденные в источниках из коллекций нормативно-правовой документации.

Текстовое пересечение — фрагмент текста проверяемого документа, совпадающий или почти совпадающий с фрагментом текста источника.

Источник — документ, проиндексированный в системе и содержащийся в модуле поиска, по которому проводится проверка.

Оригинальность — доля фрагментов текста проверяемого документа, не обнаруженных ни в одном источнике, по которым шла проверка, по отношению к общему объему документа.

Заимствования, самцитирования, цитирования и оригинальность являются отдельными показателями и в сумме дают 100%, что соответствует всему тексту проверяемого документа.

Обращаем Ваше внимание, что система находит текстовые пересечения проверяемого документа с проиндексированными в системе текстовыми источниками. При этом система является вспомогательным инструментом, определение корректности и правомерности заимствований или цитирований, а также авторства текстовых фрагментов проверяемого документа остается в компетенции проверяющего.

№	Доля в отчете	Источник	Актуален на	Модуль поиска
[01]	8,34%	Модель психолого-педагогического сопровождения воспитанников, направленная на профилактику суицидального поведения http://chel-edu.ru	17 Дек 2017	Интернет Free
[02]	0,17%	Профилактика суицидального поведения в учебных заведениях http://ssmu.ru	06 Дек 2016	Интернет Free
[03]	0%	http://mednet.ru/images/stories/files/zosh/profilaktika_suizida.pdf http://mednet.ru	28 Сен 2019	Интернет Free

Еще источников: 7

Еще заимствований: 8,18%

Список использованных источников:

1. Совет безопасности РФ: <http://www.scrf.gov.ru/documents/17/30.html>
2. Федеральный закон «О противодействии терроризму» от 06.03.2006 N 35-ФЗ: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_58840/
3. Федеральный закон от 25 июля 2002 г. N 114-ФЗ «О противодействии экстремистской деятельности»: <http://base.garant.ru/12127578>
4. Официальные сетевые ресурсы Президента РФ: <http://www.kremlin.ru/acts/bank/15938>
5. Федеральный закон «О ратификации Международной конвенции о борьбе с бомбовым терроризмом» от 13.02.2001 N 19-ФЗ: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_30385/
6. Федеральный закон «О ратификации Международной конвенции о борьбе с финансированием терроризма» от 10.07.2002 N 88-ФЗ: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_37524/

7. Официальные сетевые ресурсы Президента РФ:
<http://www.kremlin.ru/acts/bank/19026>
8. Федеральный закон от 14 ноября 2002 г. N 161-ФЗ «О государственных и муниципальных унитарных предприятиях»:
http://base.garant.ru/10164186/1/#block_100
9. Конвенция о правах ребенка: <http://dokipedia.ru/document/530234>
10. Федеральный закон от 06.10.2003 N 131-ФЗ (ред. от 04.08.2023) «Об общих принципах организации местного самоуправления в Российской Федерации»: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_44571/
11. Федеральный закон об оружии: <http://base.garant.ru/10128024/>
12. Внутригородское муниципальное образование Санкт-Петербурга муниципальный округ Лиговка-Ямская
<http://лиговка-ямская.рф/protivodeystvie-terrorizmu-i-ekstremizmu/>
13. Указ Президента РФ от 15 февраля 2006 г. N 116 «О мерах по противодействию терроризму» <http://base.garant.ru/12145028/>
14. Официальные сетевые ресурсы Президента РФ:
<http://www.kremlin.ru/acts/bank/25327>
15. Официальные сетевые ресурсы Президента РФ:
<http://www.kremlin.ru/acts/bank/19651>
16. Официальные сетевые ресурсы Президента РФ:
<http://www.kremlin.ru/acts/bank/19618>
17. «Концепция противодействия терроризму в Российской Федерации»:
http://www.sbor.ru/Files/file/kontseptsiya_protivodeistviya_terrorizmu_v_rossiiskoi_federatsii/
18. Постановление Правительства РФ от 10 декабря 2002 г. N 880 «Об утверждении Положения о Федеральной антитеррористической комиссии»:
<http://base.garant.ru/185322/>
19. Постановление Правительства РФ от 06.02.2001 N 90 «О Порядке осуществления социальной реабилитации лиц, пострадавших в результате террористической акции»: <http://legalacts.ru/doc/postanovlenie-pravitelstva-rf-ot-06022001-n-90/>

Приложение



ОГБПОУ «ТГПК»

Томский государственный педагогический колледж

**Методика проведения тренинга на преодоление адаптационного периода
студентов 1 курса «Будем знакомы!»**

Тренинговая работа является одной из наиболее эффективных форм работы со студентами. Групповая форма тренинга позволяет достаточно легко моделировать процесс межличностного взаимодействия, отрабатывать различные ситуации с учетом индивидуального уровня развития коммуникативной деятельности и уровня социально-психологической адаптации.

Социально-психологический тренинг предполагает совмещение информационной подготовки и тренировочных («игровых») упражнений с последующим анализом ситуаций, возникающих в ходе их выполнения.

Основной или стержневой целью социально – психологического тренинга является развитие компетентности в общении. Однако, это не единственная цель, которая стоит перед практикой социально-психологического тренинга. Ей сопутствуют и являются не менее важными две другие цели – развитие активной социальной позиции личности и повышение психологической культуры.

Цели тренинга предполагают решение следующих задач:

- развитие процесса самопознания участников за счет снижения барьеров психологической защиты и перехода на личностный уровень общения;
- осознание условий, влияющих на функционирование группы;
- овладение приемами эффективного взаимодействия;
- расширение диапазона творческих способностей.

Возрастная группа участников: студенты 1 курса (возможно участие кураторов)

Продолжительность занятия: 1 час 30 мин.

Формы работы: тренинговые упражнения, рисование, ролевые ситуации

Цель занятия: оптимизация процесса адаптации первокурсников к условиям обучения в колледже.

Основные задачи:

- познакомиться с членами студенческого коллектива, группой;
- помочь осознанию личностных качеств и сценариев, проявляющихся в общении;
- отрабатывать навыки эффективного взаимодействия;
- дать возможность проявить себя в группе и получить обратную связь;
- развивать навыки совместной деятельности;
- определить статусно-ролевую позицию в группе;

– создать позитивный микроклимат с установкой на взаимодействие, взаимопомощь и поддержку;

Содержание:

1. Введение. Вводная информация
2. Цели и задачи занятия. Прояснение запросов участников группы
3. Правила группы
4. Разминка
5. Основная часть
6. Заключительная часть
7. Рефлексия

1. Введение

Общение людей друг с другом чрезвычайно сложный и тонкий процесс. Каждый из нас учится ему в ходе всей своей жизни, приобретая опыт, который часто строится на ошибках и разочарованиях. Можно ли научиться эффективному общению, не используя для этого только свой реальный опыт?

Да, и сделать это можно при помощи игровых упражнений. Игра – это модель жизненной ситуации, в частности – общения, в процессе которой человек приобретает определенный опыт. Кроме того, совершая ошибки в искусственной ситуации общения, человек не чувствует той ответственности, которая в реальной жизни неизбежна. Это дает возможность больше пробовать, экспериментировать, проявлять творчество, искать более эффективные способы взаимодействия друг с другом и не бояться «поражения».

Позитивным моментом игровых упражнений является возможность получить оценку своего поведения со стороны, сравнить себя с окружающими и скорректировать свое поведение в последующих ситуациях. Важно помнить, что намного легче заметить ошибки, неточности в общении других людей, чем свои собственные.

2. Цели и задачи. Прояснение запросов каждого участника. Далее следует рассказать о целях и задачах тренинга и прояснить запрос каждого участника группы.

3. Правила группы:

В каждой группе могут быть свои правила, но те, которые приведены ниже, можно считать основными. Они обсуждаются всеми членами группы и принимаются как основные правила взаимоотношений или отклоняются, при этом выдвигаются альтернативные правила.

✓ *Общение по принципу «здесь и теперь».* Многие люди стремятся не говорить о том, что они чувствуют, что думают, так как боятся показаться смешными. Для них характерно стремление уйти в область рассуждений. Но, основная задача нашей работы – превратить группу в своеобразное объемное зеркало, в котором каждый смог бы увидеть себя во время самых разнообразных проявлений характера, поведения. Поэтому во время занятия все говорят только о том, что волнует их именно сейчас, и обсуждают то, что происходит с ними в группе.

✓ *Персонификация высказываний.* Для более откровенного общения во время занятий мы отказываемся от безличной речи, помогающей скрывать собственную позицию и тем самым уходить от ответственности за свои слова. Поэтому мы заменяем высказывание типа: «Большинство людей считают, что...» - на такое: «Я считаю, что...». Отказываемся и от безадресных суждений о других. Заменяем фразу типа: «Многие меня не поняли...» - на конкретную реплику: «Оля и Соня не поняли меня».

✓ *Конфиденциальность всего происходящего в группе.* Все, что происходит во время занятий, ни под каким предлогом не разглашается. Мы уверены в том, что никто не расскажет о переживаниях человека, о том, чем он поделился. Мы доверяем друг другу и группе в целом.

✓ *Недопустимость непосредственных оценок человека.* При обсуждении происходящего мы оцениваем не участника, а только его действия и поведение. Мы не используем высказывания типа: «Ты мне не нравишься», а говорим: «Мне не нравится твоя манера общения».

✓ *Как можно больше контактов и общения с различными людьми.* У каждого из нас есть определенные симпатии, кто-то нам нравится больше, с кем-то более приятно общаться. Но во время занятия мы стремимся поддерживать отношения со всеми членами группы, и особенно с теми, кого меньше всего знаем.

✓ *Уважение говорящего.* Когда высказывается кто-то из товарищей, мы его внимательно слушаем, давая возможность сказать то, что он хочет. Помогаем ему, всем своим видом показывая, что мы слушаем его, рады за него, интересуемся его мнением, внутренним миром. Не перебиваем, пока он не закончит говорить.

✓ *Правило «Стоп».* Во время работы группы любой участник группы может остановить разговор, вопрос, обращенный к нему или какое-либо другое действие, если посчитает это психологически опасным для своего внутреннего мира. Человек чувствует в себе силы пробовать новые способы поведения только тогда, когда он свободен в выборе решений.

4. Разминка

Упражнение 1 «Аллитерация имени» (Время на выполнение задания- 5 мин.)

Цель: организация знакомства участников группы.

Ведущий: в начале нашей работы каждый из вас оформит импровизированный бейджик, где должно быть написано ваше имя крупно, разборчиво, а также необходимо подчеркнуть свою индивидуальность каким-либо прилагательным на первую букву вашего имени. Далее мы сядем в круг и по очереди будем называть своё имя с прилагательным. Можно прокомментировать свою индивидуальность. Следующий по кругу называет имена и качества предыдущих участников, затем себя. Давайте сделаем бейджики, и я начну первая, для демонстрации образца представления имени.

Пример: - Я Нина – надёжная...

- Нина –надёжная. Я-Елена – единственная...

- Елена-единственная. Нина –надёжная. Я-Сергей-солнечный...

Упражнение 2 «Хлопки». (Время проведения 5 минут)

Цель упражнения – развитие навыков группового взаимодействия.

Участники группы встают в круг (линию). По команде, начиная с первого, каждый участник последовательно делает один хлопок. Хлопки должны идти друг за другом. Один участник – один хлопок. Упражняемся, пока не получится.

5. Основная часть

Упражнение 3 «Часы». (Время проведения 30 – 35 минут)

Материал: Карточки с циферблатом часов. Приложение 1

Цель: снятие эмоционального напряжения; развитие эмоционально-межличностных связей в коллективе; осознание своих личных ресурсов.

Инструкция участникам:

1. Сейчас вы получите бланк, на котором изображён циферблат часов.
2. Теперь вам нужно будет встать со своих стульев и назначить на каждый час встречу с другими членами нашей группы. На один час вы можете назначить встречу не более чем с двумя участниками. Таким образом, на вашей встрече будет 3 человека (вы - и двое других).

3. Теперь встаём и начинаем назначать время для встреч.

4. После того как вы назначили двенадцать встреч, я расскажу вам, что мы будем делать дальше. Я буду в случайном порядке называть какое-то время, и вы будете быстро находить того человека, с кем у вас назначена

встреча на это время. Затем я буду называть определенную тему для разговора, и вам нужно будет поделиться друг с другом информацией по заданной теме. Времени у вас на каждый разговор будет не больше 1—2 минут. Если кто-то не успел назначить встречу на объявляемое время, то посмотрите вокруг — может, вы увидите рядом еще одного «свободного» участника группы. Или вы можете присоединиться третьим к любой паре. Итак, начали.

Процедура проведения и замечания тренеру

Это упражнение можно использовать в начале тренинга как один из возможных вариантов процедуры знакомства. Однако путем умелого подбора тем для взаимного обсуждения в парах, можно уже в самом начале тренинга «заставить» участников задуматься над рядом важных вопросов.

Вот примерный список возможных тем для обсуждения (темы могут меняться в зависимости от возраста и группы):

- 1 час - любимая еда;
- 2 часа - литературный герой, с которого я стараюсь брать пример (которому подражаю);
- 3 часа - ваш любимый эстрадный исполнитель;
- 4 часа - что вы сделаете, если вам «с неба упадут» 10 000 долларов;
- 5 часов - ваше самое раннее воспоминание детства;
- 6 часов - кем вы хотели стать, когда учились в первом классе;
- 7 часов - самый лучший день в вашей жизни;
- 8 часов - от чего в жизни вы получаете больше всего удовольствия;
- 9 часов - чем бы вам хотелось заниматься через 5 лет;
- 10 часов - за что я люблю свою профессию;
- 11 часов - назовите одно свое качество, которое больше всего нравится другим людям, и одно качество, которое меньше всего нравится другим людям;
- 12 часов – свободная тема

Сначала тренер произвольно называет время, ждет, пока участники «найдут» друг друга, а затем уже объявляет очередную тему.

Наблюдайте за участниками — как только вы видите, что интенсивность их беседы снижается, сразу назначайте новое время и новую тему для обсуждения. Но и не торопитесь, если видите, что какая-то тема вызывает их живой интерес — пусть поговорят об этом.

Обсуждение результатов.

Когда участники рассядутся по местам после «встреч», спросите всю группу: «Подумайте и скажите, что вам запомнилось из всех встреч? Что врезалось вам в память? Может, кто-то чем-то удивил вас? Кто начнет?»

Важно, чтобы обязательно высказались все участники. Такая процедура обсуждения позволит каждому почувствовать себя какое-то время в центре внимания.

Упражнение 4 «Банк проблем» (Время проведения 5 минут) Материал для упражнения: листы бумаги, ручки.

Цель: адаптация к новым условиям, новому коллективу; сплочение группы и построение эффективного взаимодействия.

Ведущий: Наверняка вы слышали такое выражение «Банк идей», «Создать Банк идей». А я предлагаю сейчас подумать о проблемах, которые в настоящее время беспокоят, волнуют вас, может быть мешают вам быть эффективными в учёбе, в каких-то других делах, и это будет наш «Банк проблем». Чтобы понять, как проблему можно разрешить, важно «докопаться» до её сути, затем чётко обозначить её словесно и записать на лист бумаги.

Упражнение 5 «Костёр» (Время проведения 15 минут). Материал: лист ватмана, цветные мелки. Видео/аудио запись Ванесса Мэй «STORM»

Цель: сближение участников и установление доверительной атмосферы.

Ведущий: Объединитесь в 3 группы: 1- у кого любимый цвет синий, 2- любимый цвет белый, 3- чёрный.

Пожалуйста, обсудите в своих группах проблемы, которые мешают вам быть эффективными в учёбе, мешают вам сократить свой адаптационный период в колледже и презентуйте от группы проблемы для «Банка проблем» (время 4 -5 минут) Далее группы получают лист ватмана, на котором каждый член группы по очереди записывает свою проблему, и все вместе начинают «сжигать» её в «костре» под музыку Ванессы Мэй, «подбрасывая энергично и много дров в огонь» (Росчерки мелками, карандашами, фломастерами)

Обмен впечатлениями от упражнения: Удалось ли точно назвать свою проблему. Нашлись ли похожие проблемы. Что чувствовали, когда сжигали их?

6. Заключительная часть

Упражнение 6 «Комплименты» или «Пожелания» (с мячом или без)
Время проведения -10 минут

Советы тренеру: рассказать, как правильно говорить комплименты, пожелания на день: глядя в глаза, быть искренним, не говорить дежурных

фраз, «не засмеивать», «не забалтывать», не говорить дежурных фраз. Следить за тем, чтобы мяч побывал у всех, т.е., чтобы комплимент или пожелание получил каждый член группы

7. Рефлексия. Эта процедура завершает занятие. Время проведения – 10 минут

Советы тренеру: Необходимо выслушать каждого члена группы, узнать о его эмоциональном состоянии, дать возможность выразить свое отношение к происходящему. Обсуждение может направляться следующими вопросами (можно предложить вопросы на карточках) Приложение 2.

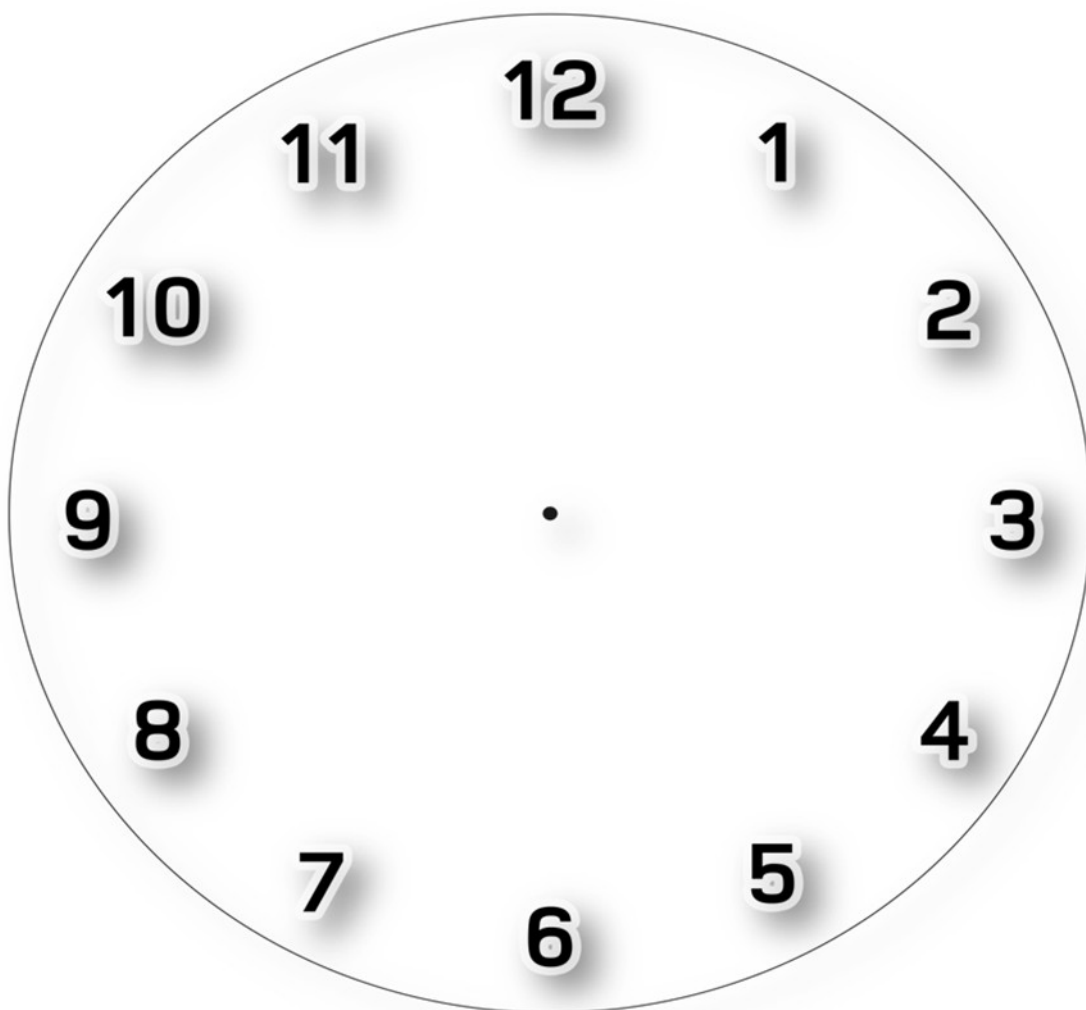
Данная процедура (рефлексия) может выполняться и в виде анкетирования. Инструкция: «Вам нужно закончить предложения, которые даны в анкете, и тем самым высказать свое отношение к происходящему. Будьте предельно откровенны, так как ваше мнение поможет ведущему продумать следующее занятие, сделать его более полезным для вас и для всей группы в целом».

Анкета «Откровенно говоря...» Приложение 2

Спасибо всем за соблюдение правил работы в группе, за участие в обсуждении каждого упражнения!

Составил: педагог-психолог Серебренникова Н.В.

Приложение 1



Приложение 2

Вопросы к упражнению №7 Рефлексия

С какими чувствами вы заканчиваете занятие?
Какое упражнение для вас было самым эффективным?
Что помогало и что мешало вам выполнять задания?
Что открыли нового для себя вы на этом занятии?
Довольны ли вы результатом нашей работы?
Что вы можете сказать о слаженности вашей группы?

Анкета «Откровенно говоря...»

Мое тренинговое имя

1. Если оценивать мое внутреннее состояние по 10-бальной шкале
то:

самочувствие - ...

активность - ...

настроение - ...

2. Во время занятия я понял, что...
3. Самым полезным для меня было...
4. Я не смог быть более откровенным, так как...
5. На занятии мне удалось...
6. На занятии у меня не получилось...



ОГБПОУ «ТГПК»

Томский государственный педагогический колледж

Методика проведения тренинговых занятий «В поисках толерантности»

Возрастная группа участников: студенты 2-3 курсов

Продолжительность одного занятия – 45 минут. (Всего 3 занятия)

Формы работы: игровые упражнения, дискуссии, рисование, ролевые ситуации и др.

Задачи:

- познакомить обучающихся учащихся с понятиями: “толерантность”, «интолерантность», их значением и актуальностью формирования как нравственного качества личности;
- дать возможность участникам занятия оценить степень своей толерантности – расширение информационного поля относительно данного понятия;
- развитие черт толерантной личности, способностей подростков понимать важнейшие принципы толерантности и применять их в повседневной жизни; способности адекватно и полно познавать себя и других людей; предупреждать конфликты и разрешать их ненасильственными средствами;
- воспитание чутких и ответственных граждан, открытых восприятию других культур, способных ценить свободу, уважать человеческое достоинство и индивидуальность.

Перед началом тренингового занятия принимаются следующие правила:

- уважительное отношение друг к другу и уважение к говорящему,
- обращение по именам,
- общение по принципу «здесь и теперь»,
- искренность в общении,
- конфиденциальность,
- правило «стоп»,

- недопустимость непосредственных оценок человека.

ЗАНЯТИЕ №1

Первый этап. Мотивационно-информационный.

Цель: - определить уровень знаний участников тренинга по проблеме толерантности. Ввести понятия «толерантность», «интолерантность», «экстремизм», «эмпатия», «расизм», «ксенофобия»;

- создать основу для более глубокого содержания работы и дискуссии.

У всех участников прикреплены бейджи с именами.

Упражнение 1 «Ассоциации» (время выполнения 15 минут).

Цель:

- определить исходное отношение группы к проблеме;
- дать определение понятий по теме;
- формировать умение ведения диалога по обсуждаемой проблеме.

Материал: ручки; листы бумаги на каждого участника.

Задание: «Напишите на листе 1-2 слова, приходящие вам на ум, в момент, когда вы слышите слова: «экстремизм», «толерантность», «эмигранты», «нетерпимость», «равноправие», «расизм», «дискриминация», «ксенофобия», «эмпатия».

Участники тренинга на листе бумаги записывают свои ассоциации к названным словам. После всего названные ассоциации обсуждаются, выясняются причины возникновения подобных ассоциаций.

Теоретическая часть. Знакомство с основными понятиями. Раздать Памятки с основными понятиями (Приложение 1):

«*толерантность*» - означает уважение, принятие и правильное понимание богатого многообразия культур нашего мира, форм самовыражения. Толерантность делает нас терпимее, эмпатичнее друг к другу, где каждый свободен придерживаться собственных взглядов и убеждений и признает также это право за другим. Признает, что люди на Земле различаются по внешнему виду, положению, речи, поведению, ценностями, религией и обладают правом сохранять свою индивидуальность. Не могут навязываться взгляды одних другим людям. На всех языках каждое из определений «толерантность» имеет схожее определение. Так, по-английски это снисходительность, по-китайски это великодушие, по-русски – умение терпеть, быть снисходительным, великодушным.

«*интолерантность*» - это непринятие другого человека, неготовность к сосуществованию с другими (иными) людьми. Проявляется это через конфликтное, агрессивное поведение.

«экстремизм» - экстремизм (франц. *extremisme*, от лат. *extremus* – крайний) – приверженность к крайним взглядам и мерам.

«расизм» - совокупность убеждений, в основе которой лежит «превосходство одной расовой группы над другими».

«эмпатия» - эмоциональная отзывчивость человека на переживания другого человека, отклик на чувства другого, а также как сопереживание – переживание человеком тех же эмоциональных состояний, которые испытывает другой.

«ксенофобия» - Ксенофобия (от греч. «чужой» и «страх») – навязчивый страх перед другими людьми, а также ненависть, нетерпимость к кому-либо или чему-либо чужому, незнакомому, непривычному. Восприятие чужого как непонятного, непостижимого, а поэтому опасного и враждебного.

Ведущий: Приходилось ли вам сталкиваться с проявлениями нетерпимости по отношению к себе, другим? (Далее проводится анализ ситуаций, о которых рассказывают студенты).

Ведущий рассказывает «Притча об аксакале»: в одном селении умирал старый, уважаемый аксакал. Пришли к нему люди попрощаться и говорят: «Скажи нам, мудрый старец, как удалось тебе создать такой порядок в семье, при котором все невестки, зятья, дочери, сыновья, дети жили в мире и согласии?». Старик не мог говорить уже и поэтому долго что-то писал на листе бумаги. И когда листок выпал из рук умирающего, все очень удивились - на нем 100 раз было написано одно слово!

– Может быть, вы, догадались какое? (Слушаются ответы детей). На листке 100 раз было написано слово «ТЕРПИМОСТЬ!»

Упражнение 2 «Чем мы похожи» (время выполнения 20 минут).

Цель: увидеть, насколько мы разные, индивидуальные личности, но нас можно объединить вместе, несмотря на многочисленные различия

Материал: разноцветные ленты по 40-50см. красного, синего, желтого, коричневого цветов по числу участников; коробка для лент.

Учащиеся вытаскивают из коробки по очереди по одной цветной ленте. Те, кому достались ленты одного цвета, объединяются в группы по 4-5 человек. Ведущий предлагает соединить узлами вместе «свой» цвет в группе, но при этом каждый должен найти причину, по которой он принадлежит именно этой группе (одинаковое хобби, цвет волос, увлечения, возраст, взгляды и т.д.). Мини-группа слушает и решает принять участника в группу или нет. Постепенно во всех мини-группах с разными цветами ленточек образуется общая нить, которая объединяет разных людей на основе общего

признака. Когда у всех нити в малых группах завязаны между собой, начинается следующий этап игры.

Один делегированный представитель из малой группы подходит в центр комнаты и называет любой общий признак этой группы, произнося:

«Мы похожи между собой потому, что...например – мы спортсмены или мы коммуникабельные, мы лояльно относимся к людям и т.д. Каждая последующая группа также после принятия своих членов группы выбирает одного участника для ее представления для всех в кругу.

Постепенно участники завязывают разноцветные длинные ленты в один большой общий круг. Ведущий предлагает сделать участникам вывод: «Все мы разные, индивидуальные личности, с различными взглядами и принципами, с различными увлечениями и характером, привычками, но нас можно объединить вместе, несмотря на многочисленные различия».

Упражнение 3 «Картофель» (время выполнения 5-7 минут).

Цель: проиллюстрировать уникальность всего существующего

Материал: блюдо с картофелем по числу участников.

Ведущий. Часто бывает так, что мы воспринимаем какую-нибудь группу, например, этническую, как целое и не задумываемся над тем, что каждый ее представитель - уникальный и неповторимый. Например, нам может казаться, что у всех китайцев одинаковое лицо, что все немцы-педанты, а все финны – молчуны. Но если мы познакомимся ближе с их культурой, ближе с конкретным человеком, узнаем больше о нем, то его индивидуальность станет очевидной для нас. Давайте попробуем проиллюстрировать уникальность всего существующего на практике. Вряд ли кто из вас считает, что картофель обладает индивидуальностью.

Задание: Возьмите каждый по одной картофелине, хорошо ее рассмотрите, «особые приметы» запомните. (Затем картофель снова перемешивается на блюде и каждый должен найти именно свой картофель по особым приметам, объясняя свой выбор).

Упражнение 4 «Сделай правильный выбор» (время выполнения 10 минут)

Цель: расширять понятие «толерантный» человек.

Материал: для учащихся написаны на отдельных листах основные черты и отличия толерантного человека от интолерантного.

Ведущий: Предлагаю каждому сделать свой выбор и собрать портрет «толерантного» - «интолерантного» человека. (Раздать памятки «Основные черты отличия толерантного человека от интолерантного») Приложение 2.

После окончания выполнения задания, участники зачитывают свои «портреты». Идет обсуждение правильности выборов и их краткое обоснование.

Далее ведущий делает вывод, что толерантный путь – это путь человека, который хорошо знает себя, комфортно чувствует себя в окружающей среде, понимает других людей, всегда готов прийти на помощь, с доброжелательным отношением к иным культурам, взглядам и традициям. А интолерантный путь – это путь человека, который думает о своей исключительности, с низким уровнем воспитанности, чувством дискомфорта существования в социальной среде, желанием власти, неприятия иных культур, взглядов и традиций.

ЗАНЯТИЕ №2

Второй этап. Формирующий.

Цель: дать возможность подросткам оценить степень своей толерантности; предложить учащимся модель конструктивного общения с людьми, которые объективно или субъективно воспринимаются как “чужие”;

создать условия для формирования терпимости к различиям между людьми (индивидуальным, различиям по полу, возрасту, социальному положению, национальности, расе, мировоззрению).

Упражнение 1 «Белая ворона» (время выполнения 7-10 минут).

Цель: осознание чувств, эмоций другого человека путем невербальной коммуникации.

Материал: музыка, карточки для игры по числу участников.

Правила: Участники сидят в кругу на стульях. Ведущий предлагает вытащить по 1 карточке каждому. На одной будет написано «Белая ворона». Участник, получивший «белую ворону», обязан сохранить это в секрете и не подавать вида, что он не такой как все. Все участники стараются быть внимательными. Смотрят друг на друга и пытаются определить «белую ворону». Каждый называет одного участника, считающего, что он «белая ворона».

Рефлексия упражнения.

Ведущий задает вопросы:

- Что чувствовал участник «белая ворона»?
- Каково быть не похожим на остальных?
- По каким признакам вы определяли «белую ворону»?
- Что значит выражение «белая ворона»?

Упражнение 2 «Мои качества» (время выполнения 5 минут)

Цель: идентифицировать в себе качества толерантного человека, быть честным перед собой, называя свои качества интолерантного человека.

Ведущий: Вы уже познакомились с качествами толерантного и интолерантного человека. Запишите на карточках несколько своих качеств толерантности и от каких качеств интолерантности вам хочется избавиться. Первые мы озвучим, вторые оставим для личной работы.

Обсуждение упражнения: Какой вы можете сделать вывод, слушая какие качества толерантного человека есть у вас и ваших одноклассников? (Все мы разные, но нас объединяют некоторые качества толерантного человека).

Упражнение 3 «Иные» (время выполнения 20-25 минут)

Цель: формировать уважение индивидуальности другого человека, учиться жить, не ущемляя как свои интересы, так и интересы других людей.

Материал: фотографии людей трех человеческих рас. (Приложение 3)

Ведущий: Наверное, из уроков биологии, географии вы знаете, что человечество разделяется на три основные расовые группы: монголоидную (узкие глаза, уплощенное и широкое лицо, сильно выступающие скулы, кожа с желтоватым оттенком, темные прямые волосы); негроидную (полные губы, курчавые темные, жесткие волосы, темная кожа); европеоидную (светлая кожа, мягкие волосы, широко открытые глаза, выступающий нос) и др. И это только внешние различия, а еще религия, географическое положение, традиции, одежда, питание, взгляды и многое другое.

Предлагаю поиграть в игру «иные», и для этого нужно каждому участнику вытянуть фотографию представителя одной из рас.

Фотографии никому не показываются. Участники, двигаясь свободно по помещению с фотографией, задают только один вопрос одному участнику для нахождения «своих». Например, «Ты любишь жару?», «Тебе нравится степь?» и др. Нужно постараться не остаться «изгоем», т.е. без «своих». Постепенно все распределяются на три «группы-расы». Участники, ошибочно определившие «свою расу» остаются в центре круга - они «изгой».

Далее идет обсуждение. Все участники открывают свои фотографии в группах, объединенных по расовым признакам.

Рефлексия упражнения. Ведущий задает вопросы.

- Как себя чувствовали в роли «изгоя»?
- По каким признакам вы определились и объединились в группы?
- Тяжело ли быть не похожим, «иным»?
- Как вы теперь при встрече отнесетесь к «иному», отличному от вас человеку?

Ведущий подводит итог:

– Да, мы все разные, но мы должны уважать индивидуальность другого человека, потому, что мы все ЛЮДИ, и каждый из нас не повторим. Нужно научиться жить, не ущемляя как свои интересы, так и интересы других людей.

Упражнение 4 «Планета толерантности» (время выполнения 20 минут)

Цель: формирование навыков коллективной работы: уметь договариваться, принимать мнение других, не навязывать своего мнения.

Материал: цветные карандаши, фломастеры, лист ватмана, столы для общей работы в центре помещения, музыка (подбирается ведущим на своё усмотрение).

Коллективная работа. Участникам необходимо подумать и всем вместе решить, как изобразить «планету толерантности». После окончания работы, идет ее обоснование.

- Почему ее можно считать такой планетой?
- Какие признаки, принципы ее отличают от «интолерантной планеты»?
- Легко ли было договориться и принять общее решение как ее нарисовать?

Заключительное слово ведущего о необходимости толерантного отношения к окружающим нас людям, напоминание о различных определениях толерантности и о присутствии этого слова во всех языках.

Упражнение-игра 5 «Разговор сквозь стекло»

Цель: развитие чувства взаимопонимания между людьми.

Дети разбиваются на пары.

Ведущий: *Представьте* себе, что перед вами стеклянная комната. Один из вас сидит внутри этой комнаты. Партнерам ничего не слышно. Вам необходимо жестами, мимикой объяснить своему партнеру по игре, донести смысл сказанного вами. Каждый из пары игроков получает карточку с заданием для передачи информации. После истечения отведенного времени, партнер объясняет, правильно ли он понял суть информации.

Рефлексия:

- Легко ли невербальными способами договориться, объясниться с человеком?
- Помогают ли такие способы нам при общении донести лучше информацию до оппонента?

Вывод: *При обоюдном желании людей договориться, даже если они не могут общаться на понятном, одном языке, можно проявить понимание, терпимость и договориться.*

ЗАНЯТИЕ №3

Этап заключительный (аналитический)

Цель: обучение межкультурному пониманию и толерантному поведению в межэтнических отношениях. Развитие социальной восприимчивости, доверия, умения выслушать другого человека, способности к эмпатии, сочувствию и сопереживанию. Воспитание любви к людям разных национальностей, терпимости, взаимопонимания.

Упражнение 1 «Пойми меня» (время выполнения 10-15 минут)

Цель: понять мысли и чувства собеседника, его точку зрения путем сопереживания, эмпатии.

Правила: Участники сидят в парах. Ведущий предлагает каждому по очереди кратко рассказать о ситуации, когда с ним поступили несправедливо. Партнер в паре, должен внимательно слушать и пересказать эту историю как можно точнее, а также попытаться понять и передать чувства и переживания рассказчика. Автор истории, в свою очередь, оценивает точность пересказа.

Рефлексия:

- Трудно ли понять человека, его позицию?
- Какими качествами нужно обладать человеку, для того чтобы понять другого?

Упражнение 2 «Новенький» (время выполнения 20 минут)

Цель: учиться быть эмпатичными, примерить на себя роль «новенького» в коллективе, понять его переживания, уметь оказать поддержку, сочувствие человеку, который нуждается в этом.

Правила: Все участники сидят в кругу. Посередине круга стоит один стул. Каждый сидящий в кругу может задать 1 вопрос сидящему в центре, для того, чтобы узнать о нем больше, познакомиться.

Ведущий: в нашей школе учатся дети различных национальностей (таджики, армяне, цыгане и т. д.). Все они приехали к нам жить. У всех различный менталитет, традиции, взгляды, привычки и т.д. Конечно, они хотят быть принятыми остальными, хотят подружиться. Порою это им дается нелегко. Как вы думаете почему? Что мешает их сразу понять и принять остальным? (Выслушиваются ответы участников)

Ведущий: Я предлагаю вам побыть на месте этих детей, почувствовать, то, что могут они испытывать, адаптируясь в коллективе. Для этого мы должны подумать, как построить диалог с ними? Какие вопросы можно

задавать, а от каких лучше воздержаться. По желанию один из участников садится в центр на «горячий стул», он должен отвечать на вопросы остальных участников рассказывая о себе и постараться запомнить ощущения, чувства, эмоции, которые он испытывал, когда сидел в центре круга. Задавая вопросы «новенькому», остальные постепенно устанавливают, откуда он приехал, его интересы, традиции, вкусы и др. Все то, что поможет его расположить к остальным и подружиться.

Рефлексия:

- Какие чувства вы испытывали в роли «новенького»?
- Нужно ли проявлять толерантность по отношению к новому члену коллектива, отличному в чем-то от вас?
- Трудно ли поставить себя на место другого человека и понять его переживания?
- Какие группы людей особенно нуждаются в сочувствии, поддержке и понимании?

Вывод: Относитесь к другим людям так, как бы вы хотели, чтобы относились к вам.

Упражнение 3 «А я считаю...». (Время выполнения 5-7 минут)

Цель: осознать возможность сосуществования различных мнений, учиться высказывать не только собственное мнение, но и принимать мнение другого.

Правила: Проведите посреди аудитории воображаемую черту. С одной стороны, повесьте нарисованный на бумаге плюс ("согласен"), с другой - минус ("не согласен"). Сама черта означает отсутствие мнения. Участники после зачитывания утверждений должны стать на сторону "плюса" или "минуса". Участники, которые не могут определиться, становятся посередине, но при этом они лишаются права высказаться. Основная идея в том, что утверждения не должны быть ложными или истинными, они предполагают возможность различных мнений. Примеры утверждений:

- Самый важный предмет - математика.
- Играть "в компьютер" лучше, чем смотреть телевизор.
- Самое прекрасное домашнее животное - кошка.
- Не иметь высшего образования - стыдно.
- Самая классная музыка - рэп.
- «Кока-кола» вкуснее «Фанты».
- Изучать иностранный язык легче, чем физику.

Обсуждение упражнения:

Был ли кто-нибудь прав в этих ситуациях? Были ли случаи, когда кто-то из участников оказывался в меньшинстве? Что они чувствовали? Не испытывали ли они соблазна поменять мнение под давлением большинства? На все ли вопросы, о которых люди спорят, можно ответить однозначно? Как вы относитесь к человеку, с мнением которого вы не согласны? Хорошо или плохо иметь собственное мнение?

Упражнение 4 «Разный старт». (Время выполнения 15 минут)

Цель: познакомить участников с чувствами, которые испытывает человек, попавший в чуждую ему культуру; обсудить возможные реакции человека на такую ситуацию.

Оборудование: журналы для коллажа, ножницы, клей, бумага.

Правила: Вам потребуется придумать составить коллаж фотографий из старых журналов. Разделите группу на четыре подгруппы. Раздайте материалы. Рассадите группы в разных частях класса. Подойдите к первой команде и тихо скажите задание – сделать коллаж о весне. Также тихо попросите вторую группу изобразить осень, третью - лето. Подойдите к четвертой группе и скажите: "Од авдарку мо парстахи кам". Не отвечайте ни на какие вопросы представителей последней группы. Охотно помогайте остальным участникам. В течение всего занятия члены групп не имеют права общаться друг с другом.

Через какое-то время подойдите к каждой подгруппе. Посмотрите на работу первых трех групп. Дайте несколько советов. Похвалите работу участников. Подойдите к 4-й группе. Искренне возмутитесь, что они еще ничего не сделали или сделали неправильно.

Когда первые три группы закончили работу, похвалите их.

Обсуждение.

Начните обсуждение с чувств участников четвертой группы, позвольте им выразить свои все чувства.

- Что они чувствовали, когда получили непонятное задание? Когда их ругали и игнорировали?
- Как развивались события, как менялись их ощущения в связи с этим?
- Как чувствовали себя члены остальных групп?
- Хотелось ли им возмутиться против несправедливости, или, наоборот, было приятно, когда их хвалили, а другую группу ругали?
- Почему никто не нарушил запрет на общение между группами и не помог членам четвертой группы (в этом вопросе присутствует элемент провокации)?

- Можно ли было нарушить запрет? Если кто-то все же решился помочь 4й группе, спросите, что его заставило так поступить?
- Как себя чувствуют люди, приехавшие к нам из другой страны и не понимающие правил нашей культуры и слов нашего языка?
- Как ведут себя члены общества по отношению к ним?
- Можно ли что-то изменить в нашем обществе, чтобы сделать жизнь этих людей легче?
- Кто является "четвертой группой" в реальном мире (напомните о людях, происходящих из деревни и приехавших в город, о беженцах, о людях из других республик, приехавших в наш город на работу (гастарбайтерах) и т.д.)?

Заключительное слово ведущего:

В триумфальном ритуале римских полководцев есть такие слова: «Помни, что ты - только человек». Их повторял триумфатору, специально приставленный для этой цели глашатай. Это было своеобразное предостережение против установления диктатуры и тирании. Сегодня так можно сформулировать жизненный принцип любого человека, независимо от его социального статуса, места проживания, пола, нации и возраста.

Мы не должны применять насилие, быть жестокими по отношению друг к другу. Никто не обладает абсолютной властью над другими, не имеет права поработать другого, вторгаться в его мир и насильственно его изменять. Будьте толерантными!

Спасибо за работу на тренинге, за активное участие, за то, что слышали мнения других, высказывали и не навязывали своё мнение, в общем, за то, что были толерантными.

Приложение 1

Основные понятия:

«*толерантность*» - означает уважение, принятие и правильное понимание богатого многообразия культур нашего мира, форм самовыражения. Толерантность делает нас терпимее, эмпатичнее друг к другу, где каждый свободен придерживаться собственных взглядов и убеждений и признает также это право за другим. Признает, что люди на Земле различаются по внешнему виду, положению, речи, поведению, ценностями, религией и обладают правом сохранять свою индивидуальность. Не могут навязываться взгляды одних другим людям.

На всех языках каждое из определений «толерантность» имеет схожее определение. Так, по-английски – это снисходительность, по-китайски – это

великодушные, по-русски – умение терпеть, быть снисходительным, великодушным.

«интолерантность» – это неприятие другого человека, неготовность к сосуществованию с другими (иными) людьми. Проявляется это через конфликтное, агрессивное поведение.

«экстремизм» - экстремизм (франц. *extremisme*, от лат. *extremus* — крайний) – приверженность к крайним взглядам и мерам.

«расизм» - совокупность убеждений, в основе которой лежит

«превосходство одной расовой группы над другими».

«эмпатия» - эмоциональная отзывчивость человека на переживания другого человека, отклик на чувства другого, а также как сопереживание – переживание человеком тех же эмоциональных состояний, которые испытывает другой.

«ксенофобия» - Ксенофобия (от греч. «чужой» и «страх») – навязчивый страх перед другими людьми, а также ненависть, нетерпимость к кому-либо или чему-либо чужому, незнакомому, непривычному. Восприятие чужого как непонятного, непостижимого, а поэтому опасного и враждебного.

Приложение 2

Основные черты и отличия толерантного человека от интолерантного

1. Знание самого себя	
Толерантные люди Относятся к себе критически, сами стараются разобраться в своих проблемах в своих достоинствах и недостатках.	Интолерантные люди Замечают у себя только достоинства, обвиняют других.
2. Защищенность	
Толерантный человек уверен в себе; убежден, что справится со всем. Это важное условие для формирования толерантной личности.	Опасается своего социального окружения и самого себя: во всем видит угрозу.
3. Ответственность	
Толерантный человек не	Интолерантный человек считает,

перекладывает ответственность на других, сам отвечает за свои за свои поступки.	что происходящие события от него не зависят, следовательно, снимает с себя ответственность за происходящее вокруг. Он считает, что не он причиняет зло, а ему вредят.
4. Потребность в определении	
Толерантные люди сами стремятся к работе, творчеству; сами стремятся решить свои проблемы.	Интолерантные люди отодвигают себя на второй план (только не я).
5. Способность к эмпатии (способность формировать верные суждения о других людях)	
Толерантный человек может правильно оценить и себя и интолерантного человека.	Интолерантный человек оценивает окружающих по своему образу и подобию.
6. Чувство юмора	
Толерантный человек способен посмеяться над собой.	Интолерантный человек не обладает чувством юмора, мрачен и апатичен.
Толерантный человек предпочитает жить в демократическом, свободном обществе.	Интолерантный человек предпочитает жить в авторитарном обществе с жесткой властью.

Приложение 3





Сценарий занятия «Час психолога: Умей владеть собой»

Цель занятия: Формирование навыков преодоления тревожности и адекватного поведения в ситуациях, вызывающих тревогу.

Задачи:

1. Раскрыть понятия тревожность и стресс;
2. Раскрыть понятие манипуляции, манипуляторного общения, «ловушек манипуляции» в общении, правила поведения в ситуациях манипуляции;
3. Обратить внимание обучающихся на «здоровые» способы преодоления тревожности.
4. Обучить навыкам саморегуляции.

Форма работы: Занятие с элементами тренинга.

Методы работы: беседа со студентами с использованием презентации, проведение упражнений на расслабление, обучение навыкам саморегуляции. Работа в индивидуальных бланках («Я тревожусь в ситуациях, когда...», «Если я тревожусь, я обычно...», «Определили ли вы для себя способы преодоления тревожности», Рекомендации по работе с тревожными состояниями от психолога).

Целевая группа: обучающиеся I-IV курсов.

Время проведения: 45–50 минут (1 академический час).

Ход занятия

I. Организационный момент (приветствие, знакомство)

II. Сообщение темы и целей занятия.

Занятие посвящено тому, что такое тревожность и как следует преодолевать тревожные состояния. Что такое манипуляция манипуляторное

общение и как не попасть в «ловушку манипуляции». Где и когда полезны навыки саморегуляции.

III. Принятие правил работы группы.

– Для того чтобы работа нашей группы достигла своих целей, нужно, чтобы мы не отвлекались, чтобы каждый из нас мог свободно высказывать свои мысли, не опасаясь насмешек, я – как ведущий предлагаю несколько правил:

Правило говорящего. Любой, кто высказывается, имеет право на то, чтобы его дослушали до конца.

Правило поднятой руки. Оно преследует 2 цели: первая – чтобы не перебивали говорящего, вторая – чтобы не пропали умные мысли, пришедшие в голову в процессе работы.

Право ведущего. Я, как ведущий, буду следить за соблюдением принятых группой правил. Если я поднимаю руку, это дает знак на то, что в группе шумно и просьба работать тише.

IV. Информационный блок

– Ребята, как вы думаете, что такое тревожность?

Тревожность – это беспокойство, напряжение в ожидании опасности или чего-нибудь неизвестного.

– Как выглядит тревожный человек? (демонстрация фото на слайде). Красное или бледное лицо, дрожащий голос, холодные потные руки, напряжение.

– Как вы думаете, какие физиологические изменения происходят в его организме? (Учащение сердцебиения, и дыхания, сухость во рту, дрожащие руки и ноги, неприятные ощущения в животе и т.п.)

1. Что такое тревожность. Стресс

– Люди испытывают тревожность в разных ситуациях. Накануне важных событий в большей или меньшей мере все люди испытывают растерянность, беспокойство, тревогу или даже страх. Вслед за ними, как правило, следует собранность, сосредоточенность, концентрация. Наши отрицательные эмоции считают «сторожами», которые не дают нам впасть в беспечность, что угрожало бы нашей жизни. Однако длительное пребывание в таком состоянии тоже опасно, так как приводит к состоянию ступора. Такое состояние можно называть тревожностью. Тревожность сопровождается неприятными ощущениями. Находясь постоянно в тревожном состоянии, человек, его организм, испытывает стресс.

Стресс – в переводе с английского языка обозначает давление, натяжение, усилие.

2. Физиологическая сторона тревожности.

– Вы, наверное, замечали, что достаточно просто подумать о предстоящем важном событии, о том, что вас ожидает и начинает сильно биться сердце. С физиологической точки зрения это объясняется просто. Когда мы сталкиваемся с любыми трудностями, наш мозг получает сигналы об этом. Вырабатываются гормоны, которые попадают в кровь и с ней переносятся ко всем внутренним органам, меняя их режим работы. Учащается работа сердца, повышается активность тех зон коры головного мозга, которые отвечают за внимание и слаженную работу сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

– Какие ситуации вызывают у людей тревожность? Вспомните ситуации, когда вы тревожились.

3. Работа в индивидуальных бланках «Я тревожусь в ситуациях, когда...»

Подростки указывают ситуации, когда испытывали напряжение.

Рефлексия.

– Итак, вы указали ситуации тревожности

Как вы думаете? к чему приводит такое состояние? (Растерянность, плач, боязнь, рассеянность и т.д.) (Демонстрация фото на слайде).

Вывод – Постоянное пребывание в таком режиме ведет к стрессу. Поэтому важно уметь преодолевать данное напряжение и помогать организму.

– А как помочь организму? Что можно сделать, чтобы не тревожиться? Уверена, что у каждого из вас есть способ, который помогает ему в ситуации тревоги.

4. Работа в бланках «Если я тревожусь, я обычно...»

– Укажите, пожалуйста, в бланках, как вы преодолеваете тревожность, что для этого делаете

Рефлексия.

5. «Здоровые и нездоровые способы преодоления напряженного состояния».

– Итак, я попутно буду записывать все, о чем вы сказали, и вносить на нашу доску.

– Какие еще способы преодоления тревожности вы можете подметить?

Учащиеся указывают способы, которыми пользуются они, а также могут указать и способы, которые используют их старшие братья, сестры, родители. Учитель вносит записи в две колонки. (Сон, музыка, глубокое дыхание, физкультура, вкусная еда, прогулки, теплая ванна, общение с

друзьями – здоровые способы; переедание, ругань, курение, вино, – в нездоровые...)

– Итак, у нас получилось 2 колонки.

– Все ли перечисленные способы преодоления тревожности здоровые?

– Как вы понимаете смысл выражения нездоровые способы?

Итак, в одну из колонок мы определили здоровые способы преодоления напряженного состояния (учитель подписывает колонку, а другую колонку предлагает назвать нездоровыми способами).

– Какие способы более эффективны здоровые или нездоровые? Почему?

Вывод – Необходимо использовать только здоровые способы, так как вторые возможно и снимают тревожность, но ценой в здоровье. Употребление ПАВ (психоактивных веществ – веществ, влияющих на головной мозг и вызывающих привыкание) создает иллюзию по снятию тревожности. Через небольшое количество времени человек понимает, что все осталось по-прежнему. (Психолог также объясняет, что переедание вредно для здоровья, а ругань и брань может разрушить отношения и человека изнутри)

V. Практический блок.

Работа в парах. Участникам раздаются заготовки цветков, на одном из которых написано: «Даже если...», а на втором: «В любом случае...»

Инструкция: Первый участник произносит название первого цветка «Даже если... и указывает проблему: «мне плохо, я невезучий, я получил двойку, от меня ушел парень/девушка». Второй называет свой цветок «в любом случае...» и заканчивает положительной фразой: «это только на сегодня, я не буду расстраиваться, и впадать в депрессию, а исправлю двойку и т.д.» Участники обмениваются цветками. Теперь первый говорит решение проблемы, а второй саму проблему.

(в самом начале данное упражнение можно выполнить у доски, так как у некоторых учащихся оно вызывает трудность в поиске решения проблемы. Также можно проиграть несколько ситуаций после проработки в парах).

3. Что делать в ситуации напряжения.

– Итак, если мы оказались в ситуации тревожности. Что делать? Стоять дрожать и потом выйти на экзамен и заикаться, повторяя, извините, я волнуюсь? Может быть просто начать плакать? Нет. Это конечно не выход. Эмоции должны иметь выход. Поэтому есть некоторые рекомендации, как необходимо вести себя в таких ситуациях (см. приложение 2).

А) Успокойтесь.

«Все будет хорошо» – это четкая установка не должна никогда вас покидать.

Не бывает безвыходных ситуаций.

Б) Попробуйте восстановить дыхание. Подумайте о вашем дыхании. Так как вы сейчас взволнованы, мозг дал установку внутренним органам работать в активном режиме. Поэтому попробуйте восстановить дыхание. Начните дышать глубоко и медленно, думая о том, как восстанавливается работа всех органов.

Медленно сделай глубокий вдох.

Задержи дыхание и сосчитай до четырех.

Медленно выдохни.

Повтори процедуру медленный вдох – задержка дыхания – медленный выдох 4-5 раз.

В) Мышечное расслабление.

Присядьте, если мышечное напряжение чувствуется в коленях.

Сожмите кулаки, затем стряхните, сбросив при этом все напряжение, которое сковывает.

4. Обучение навыкам саморегуляции

Упражнение 1 «Продумай заранее».

Сядьте спокойно в комфортной позе. Если хотите, закройте глаза.

Вообразите, себя в трудной ситуации. Например, ответ у доски в присутствии директора.

Постарайтесь почувствовать себя настолько спокойно, насколько можете.

Подумайте, что скажете и что сделаете.

Придумывайте возможные варианты поведения до тех пор, пока не почувствуете себя абсолютно спокойно.

Время от времени выполняй упражнение перед тем, как окажетесь в ситуации, вызывающей тревожность. Сделай своей привычкой продумывание сложных ситуаций заранее.

Рефлексия. Что вы чувствовали, когда выполняли упражнение? Получилось ли у вас найти варианты поведения и успокоиться?

Преодолеть тревожность также помогают упражнения на расслабление. Умение расслабляться, надо тренировать.

Упражнение 4 «Кнопка».

Это упражнение незаметно для окружающих (его можно делать непосредственно на экзамене и т.д.) Можно применять в тот, момент, когда

вам необходимо мгновенно расслабиться. Помните, что всевозможные зажимы являются барьерами для спокойной работы мозга.

Мысленно перенеситесь в то место, где вам хорошо и спокойно. Подключите все органы чувств.

Для того чтобы мгновенно расслабиться, снять напряжение и чувствовать себя уверенно, мысленно произнесите: «Каждый раз, когда я слегка нажму на ноготь указательного пальца, я сразу перейду к приятному, расслабленному состоянию тела и сознания».

В этот момент слегка нажмите на ноготь большого пальца указательным пальцем, представьте и почувствуйте себя еще более расслабленным... Почувствуйте, как вам хорошо и спокойно.

Вызвав это эталонное состояние хотя бы один раз, вы уже сможете в дальнейшем так натренироваться, что оно будет возникать автоматически.

VI. Заключение. Выводы.

Обратная связь. Определили ли вы для себя способы преодоления тревожности?

Работа в бланках. (Приложение 1)

Укажите в бланках, какие способы вы выбираете для себя.

Рефлексия.

Признанный специалист по стрессам Ганс Селье считает, что небольшая доза стресса прибавляет нам жизненных сил и оттачивает навык справляться с неприятными ситуациями. «Стресс – это не то, что с вами случилось, а то, как вы это воспринимаете» (высказывание вывешивается на доску) Поэтому воспринимать стресс надо позитивно и включить его в список наших помощников! Он нас делает сильнее и выносливее.

(Психолог раздает каждому лист с рекомендациями преодоления тревожного состояния (см. Приложение 2) и просит обращаться к нему, когда необходимо).