**Тренінг «Толерантність»**

*Любов виникає з любові: коли хочу, щоб мене любили, я сам перший люблю*

***Григорій Сковорода***

Ці слова відомого українського мудреця-гуманіста Григорія Сковороди найбільш влучно відображають актуальну проблему сьогодення: проблему взаєморозуміння.

*Толерантність* передбачає всього лише нормальні цивілізовані стосунки між людьми, усвідомлення того, що світ і соціальне середовище багатомірні, а, отже, і погляди на цей світ різні, вони не можуть і не повинні зводитися до одноманітності або бути на чиюсь користь.

Старше покоління та й люди середнього віку добре пам’ятають, що ще років 15-20 тому ніде не чутно було слова «толерантність», його тоді майже не вживали. Хоча це слово досить старе і означало колись «терпіння». Сьогодні все інакше – це слово постійно на слуху, на вустах.

З кожним днем світ жорстокіша. Непоодинокими стають акти нетерпимості, насильства, тероризму, агресивного націоналізму, расизму, антисемітизму та дискримінації щодо національних, етнічних, релігійних і мовних меншин, біженців, робітників-мігрантів, іммігрантів та соціально найменш захищених груп у суспільстві. Почастішали також акти насильства та залякування щодо окремих осіб, які реалізують своє право на свободу думки і висловлювання переконань. Спостерігається зростання сепаратизму та екстремізму. Особливо це становить загрозу дитячому та молодіжному середовищу, оскільки в цьому віці психіка ще не зміцнилася, в дитини відсутній життєвий досвід. Не завжди діти можуть відрізнити, які моральні цінності їм нав’язують. Взаємна нетерпимість, злоба, агресивність все частіше притаманні дитячому та молодіжному середовищу. Значною мірою в цьому винні засоби масової інформації та соціальне оточення дітей та підлітків.

***Знайомство***

Тренер пропонує учасникам розповісти про себе так, як їм хотілося б, і намалювати якийсь символ (квітку, сонечко, усмішку тощо). Учасники презентують себе, називаючи своє ім’я, і пояснюючи, що для них означає обраний символ.

**Толерантність - потреба сьогодення ( робота в групах)**

Насамперед хочу розповісти чудову китайську притчу про добру сім'ю, в якій більше 100 осіб жили разом мирно і дружно, без сварок і суперечок. Правитель країни позаздрив такій злагоді і спеціально приїхав дізнатись, в чому ж тут секрет. Старійшина всього роду довго щось писав на папері, а потім віддав його правителю. На аркуші було лише три слова: любов, терпіння, прощення. «І це все?»,–здивувався правитель. «Так,–відповів старійшина,– але сто разів любов, сто разів терпіння, сто разів прощення».

Що ж означає слово "толерантність"?

Давайте разом спробуємо визначити основні риси толерантності і як хто з  розуміє це слово.

**Вправа «Риси толерантності»**

*—   Співробітництво,  дух партнерства.*

*—   Готовність миритися з чужою думкою.*

*—   Повага людської гідності.*

*—   Повага прав інших.*

*—   Прийняття іншого таким, яким він є.*

*—   Здатність поставити себе на місце іншого.*

*—   Повага права бути іншим.*

*—   Визнання рівності інших.*

—   *Терпимість до чужих думок, вірувань і поведінки.*

*—   Відмова від домінування шкоди й насильства.*

У перекладі на українську мову це - терпимість. Терпимість до чогось своєрідного, істотно інакшого - чиєїсь думки, позиції, переконань. Це досить містке та глибоке поняття. Воно торкається і міжнародних відносин, і діалогу культур, і міжетнічних та міжконфесійних взаємин, і культури світу.

*Головне що ми повинні з вами зрозуміти що -* Толерантність – не поступливість чи примха. Можна бути байдужим до всього, не реагувати на чужі проблеми, але толерантність вище цього, це активна позиція, викликана визнанням прав і свобод людства.

У II столітті в Римській імперії правив імператор *Марк Аврелій****.*** Він постійно вів війни і разом з тим був філософом. Вважав, що перед обличчям світового закону всі люди рівні – вільні і раби, греки і варвари, чоловіки і жінки.  Марку Аврелію належить ряд висловлювань.  Прошу подумати над деякими з них:

*«Гідність людини полягає в тому, щоб любити тих, хто її ображає»,*

*«Найкращий спосіб помсти –  не відповідати злом на зло».*

***Вправа***

***«Діагностика рис толерантної особистості»***

*Підготовка:*бланк опитувальника з колонкою В на великому листі прикріплюється    на дошку.

Учасники отримують бланки опитувальника. Ведучий пояснює, що 15 характеристик, перерахованих в опитувальнику, властиві толерантній особистості.

*Інструкція:* Спочатку в колонці А поставте: «+» напроти тих трьох рис, які, на Вашу думку, у Вас найбільше  виражені;

«О» – напроти тих трьох рис, які у Вас найменше виражені.

Потім в колонці В поставте:

 «+» напроти тих трьох рис, які, на Ваш погляд, найбільш характерні для толерантної особистості.

Цей бланк лишиться у Вас і про результати ніхто не дізнається, відповідайте чесно.

На заповнення опитувальника дається 3-5 хвилин.

Потім ведучий заповнює підготовлений бланк опитувальника, який прикріплений на дошці. Для цього він просить підняти руки тих, хто відмітив в колонці В першу якість. Число відповідаючих підраховується і записується в колонку бланка. Таким же чином підраховується число відповідей по кожній якості. Ті три якості, які набрали найбільшу кількість балів, і є основою толерантної особистості (з точки зору даної групи).

Учасники мають можливість: порівняти уявлення про толерантну особистість кожного з членів групи із загально груповим уявленням; порівняти уявлення про себе («+» в колонці А) з портретом толерантної особистості, який створила група.

**Міні- лекція «Основні визначення та історичні витоки толерантності»**

Ми вже побачили, що, на жаль, протиріччя, сутички, конфлікти та війни супроводжують людство з перших кроків його існування. За 50 віків, за підрахунками вчених, відбулося приблизно 14500 воєн (за останні 50 – 200 воєн). За всю свою історію людство мало лише  300 «мирних років».  Якщо весь час існування людства прийняти за добу (24 год.), то ці мирні роки складуть у ній лише 6,5 секунди. Людство витратило на конфлікти величезні кошти і заплатило мільйони життів.

Зараз нам потрібна ваша допомога, дорогі учасники. У нас є квітка *«толерантність»,* але вона без пелюсток. Завдання для вас: заповнити пелюстки синонімами та рисами толерантності. *(Мудрість, чуйність, доброзичливість, відповідальність, терпимість, взаємоповага, об’єктивність, небайдужість, людяність, взаєморозуміння).*

**Гра «Квітка «Толерантність»**

Толерантність включає в себе і глибокі правові засади. Без терпимості, врахування інтересів один одного, без рівноправності народів, їхніх культур неможливий розвиток, прогрес цивілізації.

**Міні –лекція «Законодавство України та Міжнародні документи з питань толерантності»**

Дослідники цієї проблеми одностайні в думці, що доросла (зріла) толерантність закладається в дитинстві. А що далі? Як виховати, виплекати в собі толерантність - поважання іншого, терпимість до того, хто інакше думає, мислить, діє? Як удосконалити толерантність в собі, в своєму оточенні?

Отже, чи *толерантні* Ви? Перевірте себе, чи вмієте Ви бути терплячим (терплячою), відповівши на такі запитання:

***Вправа : «Оцінка й самооцінка: чи толерантні ви до оточуючих?»  (тест)***

Ось яку «дієту» для тих, хто хоче стати толерантним, розробили психологи:

*понеділок:* розмовляючи з людьми, дивитись їм в очі, привітатися з усіма;

*вівторок:* намагатися не нав'язувати нікому свою волю;

*середа:* зробити для когось добру справу так, щоб він не здогадувався, що добро йде від вас;

*четвер:*не виявляти до іншого такого відношення, яке ви не хочете відчути до себе;

*п'ятниця:* намагатися добре виглядати, говорити з усіма тихим голосом;

*субота:*записати 5 позитивних якостей, що характеризують вас і вашого друга;

*неділя:* знайдіть 3 приводи, щоб сказати «спасибі» вашим близьким.

Завжди є привід комусь сказати «спасибі». Завжди є поруч хтось, хто потребує співчуття. «Співчуття править світом» вчить давньоіндійське прислів'я. «Чим достойніша людина, тим більшій кількості істот вона співчуває»,–стверджував великий філософ Ф.Бекон.

І насамкінець, щоб поставити емоційну крапку на завершальному етапі тренінгу, щоб Ви залишили наш тренінг в доброму настрої і з хорошим настроєм поїхали додому…

***Вправа «П’ять добрих слів»***

*Обладнання:* аркуші паперу, олівці.

*Інструкція:* «Кожен з вас має обвести свою руку на аркуші й на намальованій долоні написати своє ім’я». Потім ви передаєте свій аркуш сусідові праворуч, а самі одержуєте малюнок від сусіда ліворуч. В одному з «пальчиків», отриманого чужого малюнка, ви пишете якусь привабливу, на ваш погляд, рису її власника (наприклад: «Ти дуже добрий», «Мені подобаються твої вірші» тощо.) Інша дитина робить запис на іншому «пальчику», аж поки аркуш не повернеться до власника.

Коли всі написи будуть зроблені, ведучий збирає малюнки й зачитує «компліменти», а група повинна здогадатися, кому вони призначаються.

Наприкінці вправи учасники забирають аркуші зі своїми долоньками.

*Рефлексія*

* Які почуття в тебе виникли, коли ти читав написи на своїй «руці?»
* Чи всі твої достоїнства, про які написали інші, тобі відомі?

***Вправа «Коло компліментів»***

Учасники передають один одному м’яку іграшку, говорять один одному компліменти, побажання чи слова подяки.