

ТРЕНИНГ ТОЛЕРАНТНОСТИ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ

Терпением мы можем добиться больше, чем силой.

Э.Берн

Каждая нетерпимость есть знак слабости.

Сотрудничество есть подтверждение равновесия.

Н.Рерих

Мы можем изменить только одного человека – себя
(народная мудрость)

Актуальность темы толерантности сегодня трудно переоценить. К изучению проблемы, связанной с формированием толерантного сознания, толерантного поведения и толерантной личности в настоящее время обращается всё больше исследователей.

В переводе с латинского языка ТОЛЕРАНТНОСТЬ (*tolerantia*) означает ТЕРПЕНИЕ.

Если обратиться к словарю С.И.Ожегова, то можно обнаружить три слова, близких по значению: «терпение», «терпеть», «терпимость». «Терпение» определяется, с одной стороны, как способность терпеть, с другой, как настойчивость, упорство и выдержка. «Терпеть»: 1) спокойно и безропотно переносить что – нибудь, 2) мириться с наличием чего – нибудь, 3) испытывать что-то неприятное, тяжёлое, 4) откладывать какие-либо дела. «Терпимость» используется в значении терпимого отношения к кому-либо, чему-либо, чужим мнениям, верованиям, поведению.

С точки зрения исследователей толерантности педагогов Г.В. Безюлевой и Г.М. Шеламовой, толерантность – это морально–нравственное качество личности, характеризующееся способностью человека принимать другого человека во всём его многообразии, признавать индивидуальность, уважать свои и чужие мнения и взгляды. Толерантность выражается в стремлении достичь взаимопонимания и согласия в процессе общения методами разъяснения и убеждения.

На психологическом уровне толерантность представляется в виде внутренней установки, добровольного выбора отношения к человеку вообще, к другим людям, к коллективам, которое не навязывается, а приобретает каждый человеком в детстве через систему воспитания и обогащается через собственный жизненный опыт.

Более глубокое понимание толерантности может быть достигнуто через проявление её противоположности – интолерантности (или нетерпения).

Интолерантность основывается на убеждении, что моя система взглядов, мой образ жизни, группа, к которой я принадлежу, стоят выше остальных. Как видно, это неприятие другого только за то, что он выглядит, думает, поступает иначе, что он иначе существует. Нетерпимость достаточно консервативна, она стремится подавлять всё, что не вписывается в установленные рамки. Диапазон её результатов достаточно широкий. Это и обычная невежественность, и пренебрежительное отношение к окружающим, и умышленное унижение людей.

Проявление терпимости включает:

- равноправие,
- взаимоуважение,
- доброжелательность и терпимое отношение к представителям различных групп и группам в целом,
- равные возможности для участия во всех сферах жизни для всех членов общества,
- сохранение и развитие культурной самобытности и языков национальных меньшинств,

- возможность следовать своим традициям,
- свобода вероисповедания,
- сотрудничество и солидарность в решении общих проблем,
- позитивная лексика в наиболее уязвимых межэтнических отношениях и отношений между полами.

Проявление нетерпимости включает:

- оскорбления, насмешки,
- игнорирование (отказ в признании, беседе),
- негативные стереотипы, предубеждения (составление мнения о человеке на основе отрицательных характеристик),
- этноцентризм (оценка жизненных явлений только через ценности и традиции своей группы как лучшей, эталонной по сравнению с другими),
- поиск врага (перенос вины за свои проблемы на других людей),
- преследование, запугивание, угрозы,
- дискриминация, расизм,
- национализм,
- эксплуатация (использование чужого времени и труда без справедливого вознаграждения),
- изгнание, репрессии, фашизм, геноцид.

Таким образом, толерантность является важной составляющей психологической культуры любого человека. Особенно важна толерантная культура в профессиональной деятельности учителя.

Школьный психолог может внести свой вклад в развитие психологической культуры педагога в целом и в создание условий для развития толерантности педагогов. Решение этой задачи возможно при взаимодействии психолога с педагогическим коллективом в целом и с конкретными педагогами.

Психические перегрузки, которые испытывает учитель ежедневно в своей работе, способствуют разрушению его личности.

От учителя требуется творческое отношение к работе, владение педагогической техникой (речью, выразительными средствами общения, педагогическим тактом), проективными умениями и т.д. Приходя в класс, переутомлённый учитель утрачивает состояние стабильности, необходимое для успешной педагогической деятельности. Он становится перевозбуждённым, раздражается, переходит к давлению на ученика, проявляет нетерпение и гнев. По причине хронического переутомления учитель становится не готовым к позитивному принятию нововведений в школе, повышению собственной профессиональной компетентности. Эффективную помощь школьному учителю может оказать психолог.

Принципы построения работы школьного психолога с педагогами:

- принцип личностно-ориентированного стиля общения с педагогами;
- принцип сотрудничества: формирование новых знаний, нового опыта в ходе совместной работы психолога педагога у каждого из участников взаимодействия;
- принцип дифференцированного подхода: учёт индивидуальных особенностей педагогов;
- принцип безопасности: создание атмосферы доброжелательности, гарантии конфиденциальности данных;

- принцип эмоционального комфорта: создание при взаимодействии с педагогами атмосферы, помогающей им раскрывать свои ресурсы и возможности и адекватно воспринимать обратную связь;
- принцип вариативности, гибкости: готовность психолога учитывать при взаимодействии с педагогами нестабильность их эмоционального состояния и непредсказуемость самой ситуации общения.

Залогом успешной работы школьного психолога с педагогами (и в создании условий для формирования толерантной культуры) является многообразие используемых форм и методов.

Одной из интересных и эффективных форм работы школьного психолога с педагогами, с точки зрения самих педагогов, являются тренинговые занятия («Давайте поиграем!») Предлагаю сценарий одного из таких занятий.

ТРЕНИНГ ТОЛЕРАНТНОСТИ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ

Цели:

- осознание педагогами своей индивидуальности;
- познакомить с понятием “толерантность”;
- показать, что толерантность к себе и толерантность к другим тесно связаны;
- помочь педагогам внимательно относиться к себе, уважать и принимать себя.

Задачи:

- создание комфортного психологического климата в группе;
- создание условий для самопознания и приобретения опыта позитивного общения.

Оборудование: мяч, фломастеры, бумага, шкатулка, зеркало, визитные карточки, булавки

ХОД ЗАНЯТИЯ

*Никто не может любить другого,
если до этого не полюбил себя...*

Эразм Роттердамский

1. Упражнение “Смысл имени”.

Всем участникам группы необходимо сделать визитные карточки со своим именем на занятиях. Каждый вправе взять себе любое имя, которым он захочет, чтобы его называли в группе: свое настоящее, игровое, имя литературного героя, имя-образ.

Одновременно с оформлением визиток участникам нужно подумать над заданием: назвать качество, характерное для вас, которое начинается с первой буквы вашего имени. (Например, Лариса – ласковая). Затем, когда визитки готовы, всем по очереди предлагается назвать свое имя.

Главная идея этого упражнения — дать возможность подчеркнуть свою индивидуальность.

2. Упражнение “Аплодисменты”.

«Предлагаю Вам принять участие в практическом занятии на тему: “Развитие толерантности педагогов”.

Знакомство с человеком начинается с приветствия, которое содержит в себе заряд положительной энергии, поэтому предлагаю начать занятие с упражнения “Аплодисменты”. Для этого необходимо поднять руки перед собой. Начинаем приветствие друг друга с тихих аплодисментов. Одним пальцем правой руки постучите по ладони левой руки. При-

слушайте к этим тихим звукам. Теперь двумя пальцами, тремя – аплодисменты стали ярче, четырьмя, а теперь поприветствуйте друг друга целой ладонью. Спасибо за аплодисменты, я почувствовала вашу энергию, поддержку, а это порой так необходимо в нашей жизни»

3. “Мои положительные черты”.

- Напишите свои положительные черты.

Вопросы после выполнения упражнения.

- Трудно ли было Вам написать эти черты? Почему?

- Теперь ещё раз прочтите то, что написано на Вашем листке. Все ли эти положительные качества видят в Вас другие? Главная задача каждого – подтвердить своим поведением и делами всё то положительное, что Вы у себя отметили.

- Что Вы чувствовали когда выполняли это упражнение?

4. “Отражение в воде”.

Работа в парах.

«Один человек будет тот, кто стоит на берегу, а другой - тот, кто живёт в речке. Станьте друг против друга и внимательно выполняйте мои команды:

- человек скорчил страшную рожицу;
- человек замахнулся палкой;
- человек приветливо улыбнулся тому, кто живёт в речке»

Вопросы после выполнения упражнения.

1. Что Вы чувствовали, когда Ваш партнёр скорчил Вам рожу (замахнулся на Вас, улыбнулся Вам);

2. Что Вам было приятнее делать: корчить рожу, замахиваться палкой, улыбаться?

3. Как Вы думаете, все ли из Вас правильно выполняли мои задания, ведь в реке всё отражается так же, как в зеркале?

Злая рожица может испугать не только другого человека, но и нас самих;

Замахиваясь на другого человека палкой, мы замахиваемся на себя, улыбаясь другому, мы улыбаемся сами себе.

5. “Волшебное озеро”.

Для упражнения понадобится шкатулка, в которую заранее кладётся небольшое зеркало. Все участники садятся в круг и закрывают глаза.

Инструкция: «Сейчас Вы будете передавать друг другу шкатулку. Тот, кто получает эту шкатулку, должен открыть глаза и заглянуть внутрь. Там, в маленьком “волшебном” озере, Вы увидите самого уникального и неповторимого человека на свете. Улыбнитесь ему».

- Как вы понимаете значение слова “уникальный”?

Вопросы после выполнения упражнения.

1. Изменилась ли Ваша точка зрения о том, кто же самый уникальный и неповторимый человек на свете?

2. Как в ходе выполнения этого упражнения ответил Вам этот человек на Вашу улыбку?

3. Какого отношения Вы ждёте к себе как уникальной и неповторимой личности?

6. Знакомство с понятием “толерантность”.

«Мы выяснили, что каждый человек – это уникальная и неповторимая личность, одна-единственная в своём роде. Поэтому очень полезно бережно, с любовью и уважением относиться к себе и окружающим, дорожить своей жизнью и жизнью каждого человека, принимать себя и других такими, какие мы есть, то есть относиться к себе и другим с терпимостью. Сходным по значению со словом “терпимость” является слово “толерантность”.

А что с вашей точки зрения означает слово “толерантность”?

Толерантность – терпимость к чужим мнениям, верованиям, поведению.

Понимание толерантности неоднозначно в разных культурах. Для англоговорящих, толерантность – “готовность и способность без протеста воспринимать личность или вещь”. Французский язык толкует толерантность как “уважение свободы другого человека. С точки зрения китайцев, быть толерантным - значит “позволять, допускать, проявлять великодушие в отношении других”. Для арабов - “прощение, снисхождение”. Персы считают толерантностью “терпение, выносливость, готовность к примирению”»

7. “Я люблю тебя...”

«Толерантность к другим возможна только при наличии толерантного отношения к себе. Сейчас каждый из Вас попробует признаться в любви... самому себе. Это нелёгкая задача.

Вы должны сказать: “Я люблю тебя...”, назвать своё имя и объяснить, почему Вы себя любите.

(Например, Я люблю тебя, Лариса, за то, что ты много внимания уделяешь своим детям). Эти слова нужно произнести так, чтобы Вашему признанию в любви к самому себе все поверили.

Помните, что задание это достаточно сложное и требует большого уважения к себе и другим».

Вопросы после выполнения упражнения.

1. Легко ли Вам было признаться в любви к самому себе?

2. Что Вы при этом чувствовали?

8. “Похвали себя и других”

Участники делятся на пары.

Если мы не научимся находить в себе положительные качества характера, говорить о них окружающим нас людям, мы ничего положительного не увидим и в другом человеке.

Поэтому сейчас каждый должен сказать своему партнёру, что вам в нём нравится. Партнёр, выслушав вас, должен сказать: “А кроме того, я...” - и продолжить говорить комплименты в свой адрес.

Например “Вера, ты очень добрый человек, мне нравится, что ты всегда помогаешь другим в беде”. Вера продолжает: “А кроме того, я настойчивая”. Затем Вера должна похвалить меня.

- Что вы чувствовали, когда говорили комплименты другим участникам?

Легко ли было хвалить себя?

9. “Я заслуживаю...”

Завершая наше занятие, хочу предложить Вам последнее упражнение, вернее, игру : “Я заслуживаю...”.

«Счастье редко дается человеку “большим куском”. В течение дня бывает много таких кусочков, но мы их не замечаем. А вот научиться замечать их просто необходимо. Это помогает видеть хорошее не только в себе, но и в окружающих, в том числе и в учениках, которые Вас часто огорчают. Сейчас подумайте и продолжите фразу “Я заслуживаю...”, вспомните всё то хорошее, что у Вас произошло сегодня, и проговорите это про себя. Например: “Я заслуживаю вовремя пришедшего автобуса”, “Я заслуживаю того, чтобы Алексей выполнил домашнее задание” и т.п.

Дома каждый вечер перед сном вспоминайте не менее двадцати хороших событий дня, начиная фразой: “Я заслуживаю...” Поверьте – это изменит Ваше отношение к себе и окружающим»

10. “Я желаю себе и другим...”

Мяч передаётся по кругу. Участник, который держит в руке мяч, говорит добрые пожелания себе и другим, затем передаёт мяч соседу.

Список литературы

1. Байбаков А.М. Введение в педагогику толерантности: Для педагогов и старшеклассников, М., 2002.
2. Безюлева Г.В., Шеламова Г.М. Толерантность. Взгляд – поиск - решение., М., 2002.
3. Кукушкин В.С. Воспитание толерантной личности в поликультурном социуме, Ростов–на–Дону, 2002.
4. Толерантное сознание и формирование толерантных отношений (теория и практика). Сборник научно–методических статей, М., 2002.
5. Фопель К. Как научить детей сотрудничать, часть I, М., 2000.
6. Фопель К. Сплоченность и толерантность в группе, М., 2002.
7. Фопель К. Энергия паузы, М., 2002.ний (теория и практика). Сборник научно–методических статей, М., 2002.