

*ШКОЛА
ГАРМОНИЗАЦИИ
МЕЖНАЦИОНАЛЬНЫХ
ОТНОШЕНИЙ*

АВТОР: Шарапов А. В.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В основе **актуальности** данной работы лежат современные социологические исследования межнациональных отношений. Например, Левада-центр на вопрос «Как бы вы оценили нынешние отношения между Россией и Украиной?» в графе «враждебные» получил следующие результаты: в январе 2014 года 2% дали положительный ответ, а в январе 2015 года – уже 48%!¹ А ведь совсем недавно подобное отношение было к представителям другой национальности. Например, на вопрос, «В какой мере вы готовы иметь дело с Чеченцами?» респонденты Левада-центра в 2010 году дали отрицательный ответ в 38 %².

И хотя показатели «народного единства» имеют положительную динамику³, очень актуальным является гармонизация межнациональных отношений среди молодёжи. Связано это с очевидной тенденцией повторения одних и тех деструктивных социальных симптомов. Соответственно, профилактическая работа с молодёжью по данной тематике вполне логична и обоснована.

В основу данной программы положен тезис, сформулированный известным психиатром Виктором Франклом. Он утверждает, что между событием и последующей ответной реакцией на него, всегда есть свобода выбора. С точки зрения автора программы, важно показать участникам возможность рационального выбора, сформировать навык противодействия экстремистским и манипулятивным воздействиям в контексте межнациональных отношений.

Данная программа состоит из 5 модулей, с использованием: тренинговых упражнений, элементов деловой игры, анкет, опросников. В программе затронуты элементы культурных и самобытных и исторических особенностей народов России: пословицы и поговорки, опросники, видеоматериалы.

Каждое занятие длится 2 часа, рекомендуется проводить 1 раз в неделю.

Перед началом прохождения и по окончании её можно провести тесты (Басса-Дарки, Лири, а также тест на выявление межнациональной терпимости) с целью получения количественно-качественных показателей.

¹ (<http://www.levada.ru/09-02-2015/mezhdunarodnye-otnosheniya>).¹

² <http://www.levada.ru/archive/mezhetnicheskie-otnosheniya/v-kakoi-mere-vy-gotovy-imet-delo-so-sleduyushchimi-natsionalno-8>

³ <http://wciom.ru/index.php?id=459&uid=115040>

ПРОГРАММА ГАРМОНИЗАЦИИ

МЕЖНАЦИОНАЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ

«МЫ ВМЕСТЕ»

Цель: Профилактика экстремизма, развитие межкультурного и межэтнического принятия и взаимодействия в молодёжной среде.

Задачи:

- Познакомить участников с основными понятиями, целями и задачами программы;
- Провести диагностику коммуникативных навыков, а также обучить способам разрешения конфликтных ситуаций;
- Развить социальную восприимчивость, доверие, умение слушать другого человека;
- Обеспечить условия для формирования национального самосознания;
- Распространить идеи духовного единства народов России.

ЗАНЯТИЕ 1

Тема: «Где тесно, там и место. Где потеснее, там и дружнее» (Русская пословица).

Цель: Знакомство участников. Первичная диагностика и формирование мотивации к деятельности в рамках программы.

Задачи:

- Познакомить участников и проинформировать об условиях работы в группе;
- Выяснить ожидания участников относительно дальнейшей работы;
- Провести первичную диагностику и обсуждение по теме тренинга;
- Оптимизировать взаимодействие участников группы для следующих встреч.

План занятия:

I. Начало.

1.1 Упражнения для знакомства "Имя +"

1.2 Упражнение «В шеренгу стройся!»

II. Основная часть

2.1. Сбор ожиданий участников

2.2. Вопросы Джеффа.

2.3 Упражнение «Различия, которые нас объединяют»

III. Завершение

3.1 Рефлексия занятия

3.2 Упражнение «Да»

Длительность: 2 часа.

Ход занятия

I. Начало.

Длительность: 20 минут

Вводное слово ведущего: «В последнее время, как никогда, стала важна проблема межнациональных отношений. Откуда истоки ненависти, неприязни и непонимания в нашей стране? В России на протяжении веков мирно уживались представители разных народов и верований и тем ярче и актуальней наша тема. Давайте сообща исследуем этот вопрос!

Но сначала необходимо проговорить правила, по которым мы будем работать. Эти правила нужны, чтобы каждый мог свободно высказывать своё мнение и чувствовать себя в безопасности. Вот эти правила:

1. Общение по принципу “здесь и теперь”.

Во время тренинга все говорят только о том, что волнует их именно сейчас, и обсуждают то, что происходит с ними в группе.

2. Конфиденциальность всего происходящего.

Все, что происходит во время тренинга, ни под каким предлогом не разглашается и не обсуждается вне тренинга. Это поможет участникам тренинга быть искренними и чувствовать себя свободно. Благодаря этому правилу, участники смогут доверять друг другу и группе в целом.

3. Персонификация высказываний.

Безличные слова и выражения типа “Большинство людей считают, что...”, “Некоторые из нас думают...” заменяем на “Я считаю, что...”, “Я думаю...”.
Говорим только от своего имени и только лично кому-то.

4. Искренность в общении.

Во время тренинга говорить только то, что думаешь и чувствуешь, то есть искренность должна заменить тактичное поведение.

5. Уважение к говорящему. Говорим только по одному.

Когда кто-то говорит, то мы его внимательно слушаем и не перебиваем, давая возможность высказаться. И лишь после того, как он закончит говорить, задаем свои вопросы или высказываем свою точку зрения.

6. “Не опаздывать!” Во время занятий создается психологическое пространство, которое надо беречь.
7. Правило “Стоп!”- тот член группы, который не хочет отвечать на какой-либо вопрос, участвовать в какой-либо игре, процедуре из-за нежелания быть искренним или из-за неготовности быть откровенным, имеет право сказать "Стоп!", и тем самым исключить себя из участия в процедуре.
8. «Активность!»- ответственность каждого за результаты работы группы. Это правило подразумевает зависимость эффективности групповой работы от вклада каждого ее члена и необходимость работы не только для себя, на решение собственных проблем, но и на других, ибо работа на другого есть способ познания себя.
9. “Не оценивать!” – мы не используем такие выражение, как, например, "ты ненормальный", "это глупая мысль", "ты такой грубый". У нас в группе мы должны учиться не оценивать других людей.

Ну что договорились? Отлично, давайте приступим!

1.1 Упражнения для знакомства «Имя +»

Цель: знакомство участников группы и тренера.

Процедура проведения: Все участники поочередно называют свое имя с эпитетом перед ним. Эпитет-прилагательное должно начинаться на ту же букву, что и имя. Например, активная Анна, серьезный Сергей. Прилагательные должны быть только позитивные.

Анализ: Это упражнение позволило нам не только познакомиться друг с другом, но и узнать некоторые особенности характера каждого из вас.

1.2 Упражнение «В шеренгу стройся!»

Цель: снятие психоэмоционального напряжения, улучшение взаимодействия в группе.

Процедура проведения: Предложить участникам занятия как можно быстрее построиться в шеренгу по следующим признакам:

По росту;

По цвету волос (у кого светлее волосы, те в начале шеренги);

По цвету глаз (у кого светлей – те в начале шеренги).

II. Основная часть

2.1. Сбор ожиданий

Длительность: 1 час 30 минут.

Цель: Выяснение ожиданий участников, уточнение задач программы.

Время проведения: 10-15 минут.

Процедура проведения: Каждый участник делит лист на 4 части и пишет в каждом квадрате ожидания. Соответственно ожидания делятся на 4 блока: ожидания от себя, от группы, от тренинга, от тренеров.

2.2 Вопросы Джеффа.

Цель: Первичная диагностика и обсуждение по ключевым вопросам программы.

Процедура проведения: Задаётся вопрос и каждый участник должен выбрать свою позицию и соответственно подойти к табличке «Да», «Нет», «Не знаю». После голосования идёт обсуждение выбора участников. Потом участникам предлагается поменять свою позицию, если их мнение изменилось.

Вопросы Джеффа:

- Хотели бы вы изменить свой возраст?
- Интересует ли вас политические события в стране?
- Согласны ли вы с пословицей «Один в поле не воин»?
- Смогли бы вы помочь другим в ущерб себе?
- Может ли представитель другой национальности стать вашим настоящим другом?
- Может ли разумный человек придерживаться принципа «Моя хата с краю, я ничего не знаю»?
- Считаете ли вы, что в большинстве случаев вы правы?
- Может ли общественность России приветствовать браки между представителями разных этнических групп?
- Согласны ли вы с изречением: «Добро должно быть с кулаками»?
- Смогли ли вы усыновить ребёнка иной национальности?
- Согласны ли вы со словами Льва Толстого: «Чтобы поверить в добро, надо начать его делать»?

Вопросы для анализа:

- Понравилось или нет, если да – то почему? Было ли интересно?
- Были ли вопросы, над которыми вы раньше не задумывались?
- Были ли вопросы, на которые хотелось бы ответить искренне (неискренне)?
- Как себя чувствовали участники, оставшиеся в большинстве? В меньшинстве?

- Трудно ли было отстаивать своё мнение?
- Были ли вопросы, на которые отвечали задумавшись?
- Смущали ли вас некоторые вопросы?
- Что влияет на ваши убеждения?
- Что вы чувствовали к тем, у кого было противоположное мнение?

Время: 45 минут.

Ведущий: «Друзья, вы отлично поработали! А сейчас я хотел бы предложить командами ответить на вопросы полушутливой анкеты и обсудить их.

Попав в новый коллектив, мы стремимся найти людей, похожих на нас, но радуемся и отличиям, ибо они будят в нас интерес к другому человеку, итак...»

2.3 Упражнение «Различия, которые объединяют».

Цель: Упражнение позволит расслабиться участникам. В неформальной и свободной обстановке выявит «объединяющие различия».

Процедура проведения:

- Группа делится на команды по три-пять человек в каждой.
- Каждая подгруппа получает анкету (смотри приложение 1), вычисляет число баллов по всем ее пунктам и заносит результаты в соответствующие графы.
- В заключение участники игры собираются, сравнивают результаты и обсуждают игру.
- По окончании заполнения анкеты участники записывают суммарное количество баллов для своей подгруппы по каждой категории, а затем складывают эти числа.

Время: 30 минут

III. Завершение

Длительность: 10-15 минут.

Ведущий: «Сегодня мы с вами здорово поработали. Теперь я хочу попросить вас поделиться своим мнением по следующим вопросам:

- Что нового вы сегодня узнали?
- Что вас больше всего удивило?
- Что понравилось и что не понравилось?
- Чему вы сегодня научились?

Спасибо! А в заключении предлагаю вам сделать короткое упражнение, которое поможет лучше запомнить сегодняшний день. Итак...»

3.1 Упражнение «Да».

Цель: Помогает снять накопившееся напряжение, а также интегрирует полученные знания.

Процедура проведения: Участники стоят в кругу. Затем все поднимают руки вверх.

Ведущий: «Представьте, что мысленно вы берёте в левую руку всё то, что вы сегодня получили от занятия. Теперь в правую руку возьмёте свой собственный вклад в работу. Когда я скажу «Готово!» мы все одновременно соединим ладони в хлопке и дружно и громко скажем «Да!».

Прощание.

ЗАНЯТИЕ 2

Тема: «Что край, то и обычай; что народ, то и вера.» (*Русская пословица*).

Цель: Проведение игры для выявления межкультурных отличий, с целью коррекции поведения. Тренировка навыков рефлексии.

Задачи:

- Обратить внимание на межкультурные обычаи;
- Проанализировать альтернативные возможности общения;
- Научить изменять стратегии поведения;
- Исследовать образ «Я»;
- Обсудить сходства и различия многообразия представлений образа «Я».

План занятия:

I. Начало.

1.1 Упражнения для развития навыка коммуникации "Говорю соседу"

II. Основная часть

2.1. Ролевая игра «Межкультурные контакты»

2.2. Вопросы «Кто я? Какой/какая я?»

III. Завершение

3.1 Рефлексия занятия

Длительность: 2 часа.

Ход занятия

I. Начало.

Ведущий: «Я рад вас видеть снова. Сегодня мы с вами обсудим межкультурные различия на примере ролевой игры, а потом будем исследовать представления о себе с помощью опросника. А сейчас для разминки давайте проведём упражнение «Говорю соседу».

1.1 Упражнение «Говорю соседу».

Цель: Снять эмоциональное напряжение. Показать на примере упражнения о невозможности говорить и слушать одновременно.

Процедура проведения: Участники встают в круг. Поворачивают голову направо (каждый будет говорить своему соседу в левое ухо).

По сигналу все начинают быстро и непрерывно говорить своим соседям. При этом необходимо стремиться внимательно слушать своего соседа слева. Упражнение длится 1 минуту.

Вопросы для анализа:

- a. Понравилось ли упражнение?
- b. Удалось ли внимательно слушать говорящего соседа слева?
(Если да, то перескажите повествование подробно);
- c. Можно ли одновременно слушать и говорить?

Длительность: 10 минут.

II. Основная часть

Ведущий: «Хорошо! Теперь предлагаю вашему вниманию очень интересное упражнение. Оно называется...

2.1. Ролевая игра «Межкультурные контакты»

Сценарий и правила в ПРИЛОЖЕНИИ 2.

Длительность: 1 час.

Ведущий: «Согласитесь, что эта игра о понимании и может, отчасти, о прощении. Кстати, знаете ли вы значение слова «прощение»? Вот как об этом пишет Александр Семёнович Шишков, составитель «Славянорусского корнеслова»: «Отсюда простить, прощаю, прощение, происшедшее от такой мысли: содеянная пред кем-либо вина делается некоторой умственной связью между сими двумя человеками; обиженный как бы не отпускает, держит на некоей цепи или привязи, того, кем он обижен. Это как бы соединяет их, так что нет между ними никакой пустоты, или простоты, или пространства. Итак, освободить от сей связи, опростать его, сделать между ним и собою прежний простор, пространство значит простить, прощаю.

Конечно, нужно отметить важность взаимоуважительного общения. Вот, например, как звучат пословицы о дружбе разных народов:

Старый друг лучше новых двух (русская пословица)

Друг в лицо смотрит, а враг – вослед (узбекская пословица)

Чужому половину, а другу – всё (армянская пословица)

И другие...

Ну что ж, теперь я предлагаю вам хорошенько исследовать себя. Для вас подготовлены познавательные анкеты...»

2.2. Тест Куна – Макпартленда «Кто я? Какой/какая я?»

Цель: исследовать представления о себе. Обсудить различные образы «Я» в группе.

Процедура проведения: В течение 15 минут нужно дать 20 вариантов ответов на вопросы «Кто я?» и «Какой/какая я?». Далее ответы делятся по критериям «Я-социальное», «Я-личное», «Я-общечеловеческое».

Интерпретация оценок:

- Самооценка считается **адекватной**, если соотношение положительно оцениваемых качеств к отрицательно оцениваемым («+» к «-») составляет 65-80% на 35-20%.
- Самооценка считается **неадекватно завышенной**, если количество положительно оцениваемых качеств по отношению к отрицательно оцениваемым («+» к «-») составляет 85-100%, то есть человек отмечает, что у него или нет недостатков, или их число достигает 15% (от общего числа «+» и «-»).
- Самооценка считается **неадекватно заниженной**, если количество отрицательно оцениваемых качеств по отношению к положительно оцениваемым («-» к «+») составляет 50-100%, то есть человек отмечает, что у него или нет достоинств, или их число достигает 50% (от общего числа «+» и «-»).
- Самооценка является **неустойчивой**, если число положительно оцениваемых качеств по отношению к отрицательно оцениваемым («+» к «-») составляет 50-55%. Такое соотношение, как правило, не может длиться долго, является неустойчивым, дискомфортным.

Вопросы для анализа:

- Тяжело ли вам было отвечать на вопросы?
- По какому критерию дано больше всего ответов?
- Удивили ли вас свои результаты?
- Удивили ли вас результаты ваших одноклассников?
- Согласны ли вы с результатами самооценки?

Длительность: 40 минут.

III. Завершение

Длительность: 10 минут.

Ведущий: «Я благодарен вам за работу. Теперь, как обычно, хочу попросить вас поделиться своим мнением по следующим вопросам:

- Что нового вы сегодня узнали?
- Что вас больше всего удивило?
- Что понравилось и что не понравилось?
- Чему вы сегодня научились?

ПРОЩАНИЕ

ЗАНЯТИЕ 3

Тема: «Сядем рядком да поговорим ладком.» (Русская пословица).

Цель: Основы конфликтологии. Диагностика поведения в конфликте. Способы разрешения спорных ситуаций.

Задачи:

- Познакомить участников с понятием конфликтологии;
- Диагностировать основные стратегии поведения в конфликтных ситуациях;
- Обучить способам выхода из острых ситуаций;
- Обсудить приёмы манипуляций в контексте межнациональных отношений.

План занятия:

I. Начало.

1.1 Экспресс-диагностика с использованием теста Розенцвейга

1.2 Упражнения "Путаница"

II. Основная часть

2.1. Анкета по конфликтологии

2.2. Упражнение «Кулак».

2.3 Упражнение «Толкающая ладонь»

2.4 Мини-лекция об основных приёмах урегулирования споров

2.5 Упражнение «Поведение в конфликте».

III. Завершение

3.1 Упражнение «Скажи комплимент по кругу»

3.2 Повторная экспресс-диагностика с использованием теста Розенцвейга

3.3 Рефлексия занятия.

Длительность: 2 часа.

Ход занятия

I. Начало.

Вводное слово ведущего: «Я рад вас видеть снова! Сегодня наша встреча будет посвящена конфликтам и способам разрешения их. Сейчас я попрошу вас буквально в течение двух-трёх минут решить несложную задачку.

1.1 Экспресс-диагностика с использованием теста Розенцвейга

Цель: Получить первичное представление о манере поведения в острых ситуациях участников тренинга.

Процедура проведения: Каждому участнику даётся одна карточка из теста Розенцвейга.

Предлагается написать ответ характерный для каждого участника. В конце упражнения проводится простой обзор ответов без глубокого анализа.

Ведущий: "Давайте теперь мы проведём с вами упражнение, которое называется «Путаница». Итак...

1.2 Упражнения "Путаница"

Цель: Повысить тонус группы и сплотить участников.

Ход упражнения: Участники встают в круг и протягивают правую руку к центру. По сигналу ведущего каждый игрок находит себе «партнера по рукопожатию» (число игроков должно быть четным). Затем все вытягивают левую руку и также находят себе «партнера по рукопожатию» (очень важно, чтобы это не был тот же самый человек). И теперь задача участников состоит в том, чтобы распутаться, то есть снова выстроиться по кругу, не разъединяя рук.

Длительность: 15 минут

II. Основная часть

Длительность: 1 час 30 минут.

Ведущий: «Отлично размялись? Идём дальше.

Для начала, ребята, хочу задать несколько вопросов:

- Как вы думаете, что такое конфликт?
- Часто ли конфликты случаются в вашей жизни?
- Удаётся ли вам безболезненно решать спорные ситуации?

Спасибо! Вы знаете, есть такая наука «Конфликтология» - наука о конфликтах. И вот, что там говорится о конфликтах:

Конфликт (от лат. *conflictus* - столкновение):

- ✓ столкновение противоположных интересов, взглядов, стремлений;
- ✓ противостояние, связанное с острыми отрицательными эмоциональными переживаниями.

Конфликты бывают внутриличностные и межличностные. Кроме того, есть определённый сценарий протекания конфликтов:

Всякий конфликт может быть представлен тремя этапами (ведущий рисует на доске):

I этап — предконфликтная стадия (не сам конфликт, а возможность его возникновения);

Важно помнить, что разрешение конфликта на этой стадии составляет 92%.

Инцидент — это случай, который инициирует открытое противоборство сторон.

II этап — стадия открытого конфликта;

Важно помнить, что разрешение конфликта на этой стадии составляет 46%.

Эскалация – самая напряженная стадия.

Важно помнить, что на пике конфликта возможно урегулирование конфликтов только в 5%.

III этап — послеконфликтная стадия. Возможно разрешение – 20% конфликтов.

А теперь давайте ответим на вопросы анкеты, а результаты обсудим позже...»

2.1. Анкета по конфликтологии

Цель: Выяснение основных стратегий поведения в конфликтных ситуациях.

(СМОТРИ ПРИЛОЖЕНИЕЗ)

Время проведения: 15 минут.

Процедура проведения: Каждому участнику даётся бланк анкеты. Затем результаты подсчитываются и обсуждаются.

Длительность: 20 минут.

2.2 Упражнение «Кулак»

Цель: Упражнение отлично показывает особенности общения участников. Кроме того, может выявлять скрытые манипуляции.

Процедура проведения: Выбирается пара участников. Один сжимает руку в кулак. Задача второго – сделать всё возможное, чтобы первый разжал кулак. Допускается контакт участников, кроме действий способных привести к боли и травме.

Вопросы для анализа:

- Какую стратегию в общении использовали участники?
- Что чувствовали оба?
- Если получилось достигнуть результата, то, что помогло, поспособствовало этому?
- Если не получилось – что помешало?

Длительность: 15 минут.

Ведущий: «Замечательно! Давайте, сделаем ещё одно познавательное упражнение. Итак...»

2.3 Упражнение «Толкающая ладонь».

Цель: Упражнение отлично показывает возможности манипулятивного управления.

Процедура проведения:

Группа делится на пары.

Ведущий: «Упритесь правыми ладонями. Теперь один говорит «Да» и толкает, а после второй участник говорит «Нет» и тоже толкает. Напоминает ли вам это упражнение спор, когда участники его не хотят уступить друг другу?»

Далее ведущий по углам раскладывает круги из бумаги – «конечные результаты спора».

Ведущий продолжает: «Но есть ещё и манипуляции в споре. Теперь первые номера давят ладонью и повторяют слово «Да». Вторые поддаются давлению, повторяя «Конечно-конечно». Задача вторых номеров, не сопротивляясь давлению первых номеров и отступая, довести их до листков («конечных станций»).

Вопросы для анализа:

- Что вы испытывали, когда спорили и упирались?
- Что испытывали первые и вторые номера, когда правила поменялись?

Ведущий: «Говорят, что у любой группы есть лидер. Объединения могут быть разные, например, это могут быть футбольные фанаты или ярые представители какой-либо национальной идеи. Скажите, какие тактики может использовать лидер-подстрекатель, чтобы использовать людей? Всегда ли ему нужно открыто провозглашать свои намерения? Ну, например, для того, чтобы разжечь вражду между различными группами людей?»

Далее следует обсуждение.

Длительность: 15 минут.

2.4 Мини-лекция об основных приёмах урегулирования споров

Ведущий: «Хорошо, давайте теперь обсудим некоторые способы урегулирования конфликтных ситуаций. Как уже было сказано, наиболее лучше сглаживать острые ситуации на предконфликтной стадии (до острого эмоционального противостояния).

Какие можно предложить для этого приёмы? Вот они:

- Позвольте оппоненту «выпустить пар». Когда собеседник будет вас критиковать, мысленно хвалите: «Ничего себе, какой я терпеливый! Просто красавец!»;
- Используйте технику бесконечного уточнения: «Что конкретно ты имеешь в виду? Мог бы более подробно рассказать? Какие ещё есть детали?» Кроме того, это отличный способ от эмоций перейти к рациональному обсуждению предмета;
- Старайтесь не использовать слова-конфликтогены: «Ты должен/обязан и так далее»
- Хорошо зарекомендовала себя техника «заезженной пластинки». На острый выпад, спокойно повторяется один и тот же ответ:
 - Оппонент: Ты ничего не понимаешь в мандаринах!
 - Вы: Ты знаешь, я люблю яблоки...

- Оппонент: Глупец ты – мандарины такие вкусные!
- Вы: Возможно, но я люблю яблоки...;
- Признание своей вины. Если уж вы действительно не правы, то просто извинитесь. Ведь, по сути, это слово означает «Из вины».

Длительность: 10 минут

2.5 Упражнение «Поведение в конфликте».

Цель: Закрепить навыки урегулирования конфликтных ситуаций.

Процедура проведения: Группа сидит в группе. Поочередно участники в парах разыгрывают спорные ситуации. После каждой сценки участники получают от группы обратную связь.

Примеры конфликтных ситуаций – в ПРИЛОЖЕНИИ 4.

Длительность: 20 минут.

III. Завершение

Ведущий: «Друзья, сегодня была сложная тема, возможно, осталось некоторое напряжение. Для того чтобы избавиться от него, давайте выполним упражнение...

3.1 Упражнение «Скажи комплимент по кругу»

Цель: Сформировать положительное мнение о каждом участнике.

Процедура проведения: Участники встают в круг. Теперь каждый поочередно говорит своему соседу слева комплимент. Важно, чтобы вступление было одинаковым: «Больше всего в тебе мне нравится...»

Ведущий: «Спасибо всем! А теперь давайте вспомним о тесте, который мы делали вначале тренинга. Представьте, что вы его не делали ещё. Я раздам вам незаполненные рисунки, давайте их заполним заново...»

Длительность: 5-7 минут.

3.2 Повторная экспресс-диагностика с использованием теста Розенцвейга

Вопросы для анализа:

Легко ли было выполнить упражнение?

Отличаются ли ответные фразы начальных фраз от конечных?

Если не отличаются, то почему?

Если отличаются, то чем это вызвано?

Длительность: 15 минут

3.3 Рефлексия занятия.

ПРОЩАНИЕ

ЗАНЯТИЕ 4

Тема: «Не сошлись обычаем, не бывает дружбе.» (Русская пословица).

Цель: Формирования представлений о культурном и самобытном многообразии народов России. Круглый стол с целью выработки решений возможных проблем межнационального экстремизма.

Задачи:

- Провести анкетирование о культурном и самобытном многообразии народов России;
- Обсудить острые проблемы межнационального характера;
- Выработать групповые решения по конфликтным противоречиям в области межнационального характера;
- Провести профилактику экстремизма.

План занятия:

I. Начало.

1.1 Упражнения "Нужное число"

II. Основная часть

2.1. Опрос по знаниям в области исторических, культурных и самобытных особенностей народов России.

2.2 Упражнение «Поздоровайся локтями»

2.3 Деловая игра «Как мне быть?»

III. Завершение

3.1 Упражнение «Доброе животное»

3.2 Рефлексия занятия

Длительность: 2 часа.

Ход занятия

I. Начало.

Вводное слово ведущего: *«Добрый день, друзья! Сегодня мы с вами будем обсуждать острые проблемы межнационального характера. Конечная цель нашего занятия – выработать решения по бесконфликтному и разумному выходу из таких ситуаций.»*

Сначала обратите внимание на поговорку: **«Не сошлись обычаем, не бывают дружбе»**. То есть, если изменить её, то получится: **«Сошлись обычаем – дружбе бывают»**. Вот он простой народный рецепт решения сложного вопроса!

Отношения строятся на принятии отличий. Ясно и понятно. Тогда почему в реальности бывает это сложно сделать? Давайте разбираться.

А для разминки выполним упражнение...

1.1 Упражнения «Нужное число»

Цель: Улучшение взаимодействия без использования вербальных средств.

Процедура проведения: Участники делятся на группы по три человека. Каждый из них кладёт левую руку своему товарищу на плечо, замыкая, таким образом, свою группу.

Ведущий загадывает любое число, например, «семь».

По сигналу ведущего участники показывают какое-то количество пальцев. Главное, чтобы сумма показанных пальцев соответствовала заданному числу. Какая команда первой в сумме угадает число – та одерживает победу. Упражнение выполняется без слов.

Вопросы для анализа:

- В чём конкретно понравилось или не понравилось упражнение?
- Что помогло выигравшим?
- Почему не удавалось упражнение?

Длительность: 10 минут.

II. Основная часть

2.1. Анкетирование по знаниям в области исторических, культурных и самобытных особенностей народов России.

Цель: Расширить представления участников о самобытных, исторических и культурных особенностях народов России.

Процедура проведения: Вся группа делится на четыре подгруппы. Каждой подгруппе выдаётся опросник с тремя вопросами. Время для обсуждения – 5 минут.

Каждой вопрос анкеты подробно обсуждается.

На вопросы:

«Герб России» и «Мне кажется порою, что солдаты...» Продемонстрировать видеоматериалы.

Рассказать о фашизме.

ФАШИЗМ, -а, м. Идеология воинствующего расизма, антисемитизма и шовинизма, опирающиеся на нее политические течения, а также открытая террористическая диктатура одной господствующей партии, созданный ею репрессивный режим, направленный на подавление прогрессивных общественных движений, на уничтожение демократии и развязывание войны.

<http://www.slovariki.org/word/37770>

Шовинизм — идеология, суть которой заключается в проповеди национального превосходства с целью обоснования права на дискриминацию и угнетение других народов.

Расизм — совокупность воззрений, в основе которых лежат положения о физической и умственной неравноценности человеческих рас, нации и о решающем влиянии расовых различий на историю и культуру.

Антисемитизм — одна из форм национальной нетерпимости, выражающаяся во враждебном отношении к евреям как этнической или религиозной группе.

В заключении рекомендуется посмотреть мультфильм «Сильные духом – крепче стены».

Время: 40 -45 минут.

Ведущий: «Друзья согласны ли вы с тем, что представления о доблести, чести и уважении применимы к любым народностям? Конечно, зачастую нас различает вероисповедание, но, например, уважение к старшим везде в почёте. Или, например, мы живём в разных районах нашей родины, но принципы гостеприимства всеми почитаемы».

2.2 Упражнение «Поздоровайся локтями»

Цель: снятие психоэмоционального напряжения, улучшение взаимодействия в группе.

Процедура проведения: Попросить участников встать в круг. Предложить всем рассчитаться на «один-четыре» и сделать следующее:

- каждый «номер первый» складывает руки за головой, так чтобы локти были направлены в разные стороны;
- каждый «номер второй» упирается руками в бедра так, чтобы локти также были направлены вправо и влево;
- каждый «номер третий» кладет левую руку на левое бедро, правую руку — на правое колено, при этом руки согнуты, локти отведены в стороны;
- каждый «номер четвертый» держит сложенные крест-накрест руки на груди (локти смотрят в стороны).

Далее все должны «поздороваться локтями» в течении 2-3 минут.

2.3 Деловая игра «Как мне быть?»

Цель: Выработать совместные решения по урегулированию возможных конфликтов на национальной почве. Провести профилактику экстремизма.

Процедура проведения: Работа продолжается в подгруппах. Раздаются задания (кейсы). Обсуждение длится 15 минут. ВАЖНО, чтобы были учтены все мнения и обсуждены все возможные варианты.

После совместного обсуждения варианты зачитываются и обсуждаются уже всей группой.

Время: 45 минут.

Ведущий: *«Друзья, спасибо за работу. В заключении хотел бы с вами поделиться одним соображением.*

Был один известный психиатр Виктор Франкл. Во время второй мировой войны он сидел три года в концлагере. Много раз он был на волосок от смерти. И именно в заточении он понял для себя важную вещь. Франкл утверждает, что между каким-либо событием и затем ответной реакцией на него ВСЕГДА есть возможность выбора.

Наша тема посвящена гармонизации межнациональных отношений. И, конечно, мы тоже имеем право выбора, чтобы не поддаваться на агрессивные призывы и лозунги. Чтобы самим делать выводы, чтобы самим делать разумный выбор».

III. Завершение

3.1 Упражнение «Доброе животное»

Цель: способствовать сплочению коллектива, научить понимать чувства других, оказывать поддержку и сопереживать.

Процедура проведения: Ведущий тихим, таинственным голосом говорит: «Встаньте, пожалуйста, в круг и возьмитесь за руки. Мы – одно большое, доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит! А теперь подышим вместе! На вдох – делаем шаг вперед, на выдох – шаг назад. А теперь на вдох делаем 2 шага вперед, на выдох – 2 шага назад. Вдох – 2 шага вперед. Выдох – 2 шага назад.

Так не только дышит животное, так же четко и ровно бьется его большое доброе сердце. Стук – шаг вперед, стук – шаг назад и т.д. Мы все берем дыхание и стук сердца этого животного себе».

3.2 Рефлексия занятия

Прощание.

ЗАНЯТИЕ 5 (одно занятие состоит из II блоков)

Тема: «Конец – всему делу венец » (Русская пословица).

Цель: Интеграция новых знаний и навыков по теме гармонизации межнациональных отношений.

Задачи:

- Сформировать общий характер рекомендаций на примере игры;
- Указать на особенности группового обсуждения, на основе различий (на примере игры);
- Выработать основные тезисы по всей программе;
- Обсудить возможности и условия применения новых знаний и навыков.

План занятия:

БЛОК I

I. Начало.

II. Основная часть

2.1. Психологическая игра-конференция «Пришельцы»

III. Завершение

3.1 Групповая рефлексия

БЛОК II.

I. Начало

II. Основная часть

2.1 Студенческий проект гармонизации межнациональных отношений «Мы вместе».

III. III. Завершение

IV. 3.1 Групповая рефлексия

Подведение итогов всей программы.

Ход занятия

I. Начало.

Вводное слово ведущего: *«Добрый день, друзья! Сегодня у нас с вами заключительное занятие. Самое главное – обобщить опыт предшествующих занятий и выработать рекомендации. С этой целью для начала предлагаю вашему вниманию игру-конференцию «Пришельцы».*

II. Основная часть

2.1. Психологическая игра-конференция «Пришельцы»

Цель: Развитие межкультурной эмпатии и способности принятия окружающих такими, какие они есть..

Процедура проведения: Заранее выбираются и подготавливаются 2 гостя – пришельцы с далёкой планеты Мириус (как правило, это психологи).

Ведущий объявляет, что из-за технических проблем время пребывания на Земле пришельцами ограничено 1 часом.

На срочно созданной пресс-конференции необходимо за это время как можно лучше познакомиться с неизвестной цивилизацией, в живом контакте постараться понять друг друга, рассказать о Земле и проблемах межкультурного взаимодействия.

Гостям будет предоставлено слово, в котором они кратко сообщат главные сведения о своей планете, уровне развития культуры и производства, а также об основных занятиях её жителей (мирное сосуществование, высокий интеллект, эффективное ведение общепланетарных дел, здоровый образ жизни, бережное отношение к природе и т. д.) Однако они должны сообщить о проблемах вражды с другими инопланетянами.

После этого журналисты – все участники группы – постараются задать наиболее важные вопросы.

Всё записывает пресс-секретарь (выбирается заранее)

Порядок проведения пресс-конференции:

- Ведущий объясняет журналистам, как вести себя на пресс-конференции (правила этики общения и культуры поведения);
- Каждый журналист должен придумать название своего издания, например – Иван Сидоров, журнал «Дружба» (также это может быть радио, ТВ, онлайн-издание);
- Вопросы должны быть краткими и понятными. Можно спрашивать о разных сторонах жизни, но обязательно нужно это делать в вежливой форме.

Далее в зал приглашаются инопланетяне и сразу начинается сама игра: гости кратко делают своё сообщение о планете Мириус, особенностях взаимоотношений. Время: 10 минут.

Затем пришельцы могут расспрашивать журналистов о жизни на Земле об отношениях между различными людьми, между народностями и т. д. Ведущий стимулирует журналистов говорить правду о взаимоотношениях, уровне экстремизма. Время: 10 минут.

Дискуссия инопланетян с землянами.

- ✓ Во время следующего этапа игры ведущий предупреждает Землян о тактичном и позитивном отношении к земным проблемам;
- ✓ Пришельцы поднимают «Вселенские проблемы» - агрессия Землян, вражда народов, войны, экстремизм;

- ✓ Далее предлагается обсудить предложения по исправлению недостатков на Земле и Мириусе;
- ✓ Пресс-секретарь записывает все предложения, затем, по окончании игры, зачитывает вслух;
- ✓ Из всех предложений оставляют несколько лучших (отметить авторов)
- ✓ Совместно составляется резолюция по межкультурному взаимодействию, утверждается всеми присутствующими. Время: 25 минут.

Прощание пришельцев.

После дискуссии пришельцы покидают конференцию.

Ведущий предлагает всем срочно написать корреспонденцию в своё агентство о первых впечатлениях от встречи. В течении 5 минут каждый журналист на отдельном листке бумаги должен изложить:

- ✓ Какой общий уровень развития новой для них цивилизации – на основании того, что их интересовало и как они задавали свои вопросы;
- ✓ Стоит ли иметь дело с новой цивилизацией, стоит развивать с ней сотрудничество (по каким конкретно можно и по каким не стоит).

После ведущий собирает листочки и зачитывает их.

Групповая рефлексия.

Время: 60 минут.

III. Завершение

3.1 Групповая рефлексия

Вопросы для анализа:

- 1) Чем понравилось или не понравилось упражнение?
- 2) Тяжело ли было формировать рекомендации для «пришельцев»?
- 3) Какие рекомендации вам показались самыми необычными?
- 4) Какие рекомендации вам показались наиболее эффективными?

БЛОК II.

I Начало

Ведущий: *«Друзья, девизом заключительной части предлагаю выбрать русскую поговорку – «Что от сердца идет, то до сердца дойдет». Я хочу попросить вас сейчас в течение 15-20 минут создать групповой мини-проект посвящённый гармонизации межнациональных отношений. Просто представьте, что вам предстоит выступить перед группой сверстников. А вот и основные положения:*

II. Основная часть

2.1 Студенческий мини-проект гармонизации межнациональных отношений «Мы вместе».

Цель: Групповая работа, направленная на интеграцию новых знаний. Выработка структурных решений по теме гармонизации межнациональных отношений.

Процедура проведения: Участники сидят в кругу. В течение 15-20 минут обсуждаются и заносятся основные тезисы выступления в единый бланк. Затем проводится групповое обсуждение в течение 15-20 минут.

I. III. Завершение

II. 3.1 Групповая рефлексия

Подведение итогов всей программы.

Вопросы для анализа:

1. Что вам понравилось/не понравилось в программе (указать конкретно)?
2. Что вам наиболее запомнилось?
3. Что больше всего удивило?
4. Как вы оцениваете свой вклад в групповую работу?
5. Насколько ваши новые знания и навыки могут быть востребованы в жизни?
6. Как можно было бы улучшить программу (ваши пожелания)?

ПРОЩАНИЕ