

Трэнінгі на падставе Я-канцэпцыі



г. Гарадок
2009 г.

Трэнінгі на падставе Я-канцэпцыі

**(сістэма трэнінгаў па развіццю крытычнага
мыслення ў вучняў 7-9 кл. з выкарыстаннем
Я-канцэпцыі)**

**Аўтар: Гаравая Т.А., настаўніца
УА “Гарадоцкая ДАБШ”**

**Метадычны дапаможнік для выкарыстання
класнымі кіраўнікамі пры правядзенні выхаваўчай
работы па развіццю крытычнага мыслення
з вучнямі 8-9 класаў агульнаадукацыйных школ**

Прадмова

Вядучай мэтай выхавання маладога пакалення з'яўляецца фарміраванне разнабакова развітай, маральнай, творчай асобы. Для дасягнення гэтай мэты неабходна рашэнне наступных задач:

- Фарміраванне грамадзянскасці, патрыятызму і нацыянальнай самасвядомасці;
- Фарміраванне маральнай, эстэтычнай і экалагічнай культуры;
- Фарміраванне культуры сямейных адносін;
- Авалодванне каштоўнасцямі і навыкамі здаровага ладу жыцця;
- Стварэнне ўмоў для сацыялізацыі, самаразвіцця і самарэалізацыі асобы.

«Адной з асноўных патрэбнасцей чалавека з'яўляецца патрэбнасць ў самарэалізацыі і самавыяўленні» (У. Пятроўскі).

Галоўны матыў дзейнасці чалавека - персаналізацыя. Я-канцэпцыя разглядаецца як адзін з кампанентаў асобы, як стаўленне індывіда да самога сабе.

У азначэнні, якое належыць Стэйнсу (1954 г.), Я-канцэпцыя фармулюецца як існуючая ў свядомасці індывіда сістэма уяўленняў, вобразаў і адзнак, якія адносяцца да самога індывіду. Яна ўключае ацэнкавыя уяўленні, якія ўзнікаюць у выніку рэакцыі індывіда на самога сябе, таксама уяўленні аб тым, як ён выглядае ў вачах іншых людзей. На аснове апошніх фарміруюцца і уяўленні аб тым, якім ён жадаў бы быць і як ён павінен сябе весці.

Фарміраванне пазітыўнага стаўлення да самога сабе, ініцыятыўнасці, развіцця ўзаемадзеяння спрыяе правядзенню трэнінгаў.

Трэнінг - гэта адна з формаў навучання і перадачы інфармацыі, групавы занятак па заяўленай тэме. Гэта эфектыўны і хуткі спосаб павысіць узровень ведаў вучняў. Тэарэтычны матэрыял прапрацоўваецца на практыцы. Вядучы на працягу ўсяго трэнінга актыўна працуе з матывацыяй вучняў. Адным з асноўных метадаў з'яўляецца метада развіцця, які ўмацоўвае пазітыўныя паводзіны дзіцяці, развівае яго інтэлект і мысленне, фарміруе чалавечыя адносіны. Сутнасць гэтага метаду ў тым, каб забяспечыць пазітыўнае развіццё думак навучэнцаў адносна іх паводзін.

Да структуры метаду развіцця адносіцца кампанент "сацыяльнае ўзаемадзеянне", у адпаведнасці з якім кожнаму прадстаўляецца магчымасць выявіць свае веды, уменні ў практычнай дзейнасці і атрымаць за гэта адарэнне. Па меркаванні шматлікіх псіхологаў менавіта сацыяльнае ўзаемадзеянне ляжыць у аснове развіцця разумовых працэсаў дзіцяці: змяняючы структуру, змест думкі, яно ўплывае на глыбіню разумення і ўсведамлення. Сацыяльнае ўзаемадзеянне, якое ажыццяўляецца на нашых занятках, дапамагае дзецям актывізаваць працэс разумовай дзейнасці.

Уключаючы групу ў працэс самарэалізацыі і персаналізацыі трэнер заахвочвае кожнага да актыўнай разумовай дзейнасці. Падчас занятку складаюцца суб'ектна-суб'ектныя адносіны. Адбываецца змена роляў - пасіўная роля вучаніцы або вучня, накіраваная на ўспрыманне трансфармуецца ў актыўную ролю - удзел у перадачы і абмене ведамі, досведам адноснаў і паводзін.

Але перад кожным заняткам неабходна “уводзіць” вучняў у занятак. Гэтаму аказвае садзейнічанне сама форма занятку, якая адрозніваецца ад уроку.

Кожны занятак гэта сцэнарый або фрэйм, які характарызуецца вызначанымі структурнымі прыкметамі. Занятак утрымоўвае адно практыкаванне (асноўная тэма прапрацоўваецца ў малых групках), яго абрамляюць структурныя практыкаванні: “Прынцыпы”, “Знаёмства”, “Чаканні”, “Вынікі”, якія надаюць кампазіцыі завершанасць і ўстойлівасць.

“Прынцыпы”, “Знаёмства”, “Чаканні” – гэта сваеасаблівыя “ледаколы”, якія здымаюць унутраную сцэнанасць і няўпэўненасць. “Вынікі” – даюць магчымасць рэфлексіі на аснове самааналізу ўласнай разумовай дзейнасці і яе вынікаў. Усё гэта ў комплексе адпавядае набыццю навыкаў і стымулюе да іх набыцця.

Настаўнікам выкарыстанне дадзенай формы працы дае магчымасць лепш пазнаць і зразумець навучэнцаў, палепшыць узаемадзеянне паміж навучэнцамі, падвысіць іх самаацэнку, развіць камунікатыўныя навыкі, заахваціць іх да актыўнай і адказнай дзейнасці.

Трэнінг: «Я - грамадзянін»

Мэта:

- Фарміраванне свядомай асобы з грамадзянскай пазіцыяй.
- Дапамагчы дзецям пазнаёміцца з правамі чалавека і ўбачыць іх сувязь з паўсядзённым жыццём.
- Дапамагчы разабрацца, як і дзе могуць быць рэалізаваныя правы дзіцяці ў грамадстве.

Неабходнае абсталяванне:

- Спіс сцвярджэнняў;
- Маркеры, фламастэры для кожнай групы;
- Плакаты «я згодзен», «я не згодзен», «цяжка адказаць»;
- Канвенцыя аб правах дзіцяці (Дадатак 1);
- Папера;
- Сталы, крэслы для працы груп;
- Зорачкі чырвонага, сіняга, зялёнага, жоўтага колераў;
- Скотч (або магніты);
- Карткі, у якіх рэзюмуюцца розныя правы, уваходзячыя ў Канвенцыю аб правах дзіцяці (Дадатак 2);
- Чатыры плаката наступнага зместа (Дадатак 3):
 1. Што вам неабходна, каб выжыць (Правы на выжыванне).
 2. Што вам неабходна, каб расці і развівацца (Правы на развіццё).
 3. Ад чаго нам патрэбна абарона (Правы на абарону).
 4. Што нам неабходна для ўдзелу ў жыцці грамадства (Правы на ўдзел).

Лік удзельнікаў: ад 12 да 20 чалавек.

Працягласць трэнінгу: 45 - 50 хвілін.

План трэнінгу:

1. Практыкаванне «Асіміляцыя» - 7 хвілін.
2. Міні-сачынненне на тэму «Я - грамадзянін» - 10 хвілін.
3. Практыкаванне «Я - згодзен» - 5 хвілін.
4. Практыкаванне «Мініцюра» - 5 хвілін.
5. Гульня - практыкаванне «Горад права» - 15 хвілін.
6. Рэфлексія - 3 хвілін.

Ход трэнінгу

Трэнер: Сёння наша з вамі задача ўспомніць асноўныя правы дзяцей, запісаныя ў розных прававых дакументах. Кажуць, што калі нараджаецца чалавек, на небе загараецца зорка. Мы таксама запалім свае зоркі разам з вамі ў канцы нашага занятку. А вось якога колеру яны будуць - залежыць ад таго, як мы з вамі правядзем час.

1. Практыкаванне «Асіміляцыя»

– Як вы лічыце, якімі якасцямі валодае сапраўдны грамадзянін?

Удзельнікі трэнінгу пішуць адказ на індывідуальных лістках паперы, а затым агучваюць запісы і прымацоўваюць іх да дошкі.

2. Міні-сачынненні на тэму «Я - грамадзянін». Кожны зачытвае сваё сачынненне.

3. *Практыкаванне «Я згодзен»*

Загадзя развешаныя плакаты «я згодзен» з аднаго боку пакоя, «я не згодзен» з другога боку пакоя, «цяжка адказаць» пасярэдзіне пакоя. Зачытваюцца сцвярджэнні па парадку. Прапаноўваецца тым, хто згодзен з дадзеным сцвярджэннем, перайсці да плаката «я згодзен», тым, хто не згодзен – да плаката «я не згодзен», хто не мае вызначанага меркавання або сумняваецца – да плаката «цяжка адказаць». Мэта практыкавання складаецца ў разгортванні абмеркавання.

Сцвярджэнні:

1. Мужчыны і жанчыны дасягнулі роўнасці. Усё, хто кажа, што жанчыны знаходзяцца ў прыніжаным становішчы, не правы.
2. Усе маюць аднолькавыя магчымасці для атрымання прафесіі дыпламата.
3. Тыя, хто сёння бедны, дрэнна вучыліся ў школе.
4. Гвалт заўсёды няправільны.
5. Павінна быць поўная роўнасць паміж хлопчыкамі і дзяўчынкамі.
6. Калі хтосьці дзейнічае мне на нервы, я маю поўнае права даць яму лупцоўку.

4. *Практыкаванне «Мініяцюра»*

Загадзя вывешаныя плакаты:

- Што вам неабходна, каб выжыць. (Правы на выжыванне).
- Што вам неабходна, каб расці і развівацца. (Правы на развіццё).
- Ад чаго нам патрэбна абарона. (Правы на абарону).
- Што нам неабходна для ўдзелу ў жыцці грамадства. (Правы на ўдзел).

Трэнер: Кожнай групе даецца Канвенцыя аб правах дзіцяці і прапаноўваецца выканаць заданне.

7 вучням прапаноўваецца па жаданні (можна прыцягваць іншых) пры дапамозе мімікі, жэстаў (без слоў) адлюстраваць паказанае ў малюначку права. Астатнія павінны вырашыць, што паказваецца і які гэта тып права.

5. *Гульня-практыкаванне «Горад Права»*

У гульні можна гуляць па групах, або кожны будзе гуляць сам за сябе. Пасля таго як аб гэтым дамовіліся, удзельнікі або групы атрымліваюць заданне: намалюваць план уяўнай мясцовасці (напрыклад: горад, пасёлак, вёска, горад будучыні). На кожным плане абавязкова павінны быць адзначаныя грамадскія будынкі: школы, лякарні, пошта і г.д. На выкананне задання даецца 10 хвілін. Кожнай групе або ўдзельніку выдаюцца сігнальныя карткі. Кожны ўдзельнік або група распавядае аб плане свайго населенага пункта, тлумачыць, якое права дзеці могуць рэалізаваць, у тым або іншым грамадскім месцы. Каб не было паўтораў, група або ўдзельнік, калі пачуе меркаванне, падобнае з іх пунктам гледжання, свішча ў свісток. Вядучы прапаноўвае растлумачыць супадаючую пазіцыю і прывесці прыклады рэалізацыі правоў дзіцяці. Гульня заканчваецца, калі ўсе групы або ўдзельнікі распавялі аб сваіх планах.

6. *Рэфлексія*

Трэнер: Калі нараджаецца чалавек, то на небе запальваецца зорка. Калі зоркі запальваюцца, то гэта каму-небудзь трэба. Запалім і мы свае зоркі. Адлюструеце свой настрой у выглядзе зорак.

Чырвоная - мне спадабалася, я шмат для сябе ўзяў,
сіняя - я не ўсё зразумеў, але я задаволены,
зялёная - шмат чаго ў мяне не атрымалася, але сёе-тое я для сябе ўзяў,
жоўтая - мне было не цікава, я для сябе нічога не ўзяў.

ПРИЛОЖЕНИЕ №1.

Конвенция ООН о правах ребенка

(в сокращенном варианте).

1. Кто такой ребенок? Всякое человеческое существо, не достигшее 18-летнего возраста, если законами страны не оговорено иное.

2. Отсутствие дискриминации. Все дети наделены правами, предусматриваемые Конвенцией, и поэтому государство обязано защищать всех детей без исключения.

3. Наилучшее обеспечение интересов детей. Наилучшее обеспечение интересов детей должны быть главным фактором, определяющим все касающиеся действия.

4. Осуществление прав. Государство должно обеспечивать осуществление всех прав, предусматриваемых настоящей Конвенцией.

5. Права и обязанности родителей, семьи, общины. Государство должно уважать роль семьи и родителей в воспитании детей.

6. Жизнь, выживание и развитие. Все дети имеют право на жизнь, а государство обязано обеспечить выживание и развитие детей.

7. Имя и гражданство. Дети имеют право на имя, гражданство, знать своих родителей и право на их заботу.

8. Сохранение индивидуальности. Если ребенка незаконно лишают его индивидуальности, то государство должно помочь ребенку вернуть её.

9. Неразлучение с родителями. При разлучении семьи по какой-то причине государство должно сообщить ребенку о местонахождении отсутствующих членов семьи.

10. Воссоединение семьи. Ребенок имеет право на регулярные контакты с обоими родителями, если они живут в разных странах, и должен иметь возможность совершать поездки для обеспечения этого права.

11. Незаконное перемещение и невозвращение детей. Государство должно бороться с похищением детей.

12. Выражение взглядов. Вы, как ребенок, имеете право голоса и право на то, чтобы другие выслушивали ваше мнение.

13. Свобода выражения мнения и информации. Если вы нуждаетесь в какой-нибудь информации, вы имеете право на ее получение, у вас также есть право на самовыражение в письменной форме, в художественной форме.

14. Свобода мысли, совести и религии. Государства должны уважать право детей на свободу мысли, совести и религии под руководством их родителей.

15. Свобода ассоциации. Вы имеете право проводить мирные собрания и встречаться с кем вам угодно.

16. Личная жизнь, честь, репутация. Никто не имеет права вмешиваться в ваши права на личную жизнь, семейную жизнь, неприкосновенность жилища, тайну корреспонденции.

17. Доступ к информации и средствам массовой информации. Вы должны иметь доступ к информации из разных источников и быть защищены от вредных материалов. Ответственность родителей. Оба родителя или опекуна отвечают за ваше воспитание. А государство должно оказывать им необходимую помощь.

19. Грубое обращение и невнимание (в семье). Вы имеете право на защиту от всех форм дурного общения со стороны родителей или опекунов. При его наличии государство должно принять меры для вашей защиты.

20. Уход за детьми в отсутствие родителей. Это означает, что у вас есть право на особую защиту, если вы временно или постоянно лишены семьи. Если это случается, должны приниматься во внимание ваша культурная принадлежность как важный элемент вашего благополучия.

23. У вас есть право на дополнительную помощь и образование, если они необходимы вам для полноценного участия в жизни общества.

24. Охрана здоровья. У вас есть право на высший возможный уровень услуг системы здравоохранения и медицинской помощи.

25. Периодическое обследование. Любой ребенок, помещенный на попечение для защиты или лечения, имеет право на периодическое обследование условий его содержания.

27. Уровень жизни. Родители несут ответственность за обеспечение условий жизни, необходимых для развития ребенка, даже когда один из родителей живет не в той стране, где постоянно проживает ребенок.

28. Образование. Вы имеете право на бесплатное начальное образование.

29. Цели образования. Целью образования является помощь вам в развитии своей личности и способностей, подготовка вас к ответственной взрослой жизни, воспитание уважения к правам человека, а также культурным и национальным ценностям вашей страны и других стран.

31. Досуг и отдых. Вы имеете право на отдых и досуг, на игру и участие в развлекательных культурных мероприятиях и занятиях искусством.

32. Экономическая эксплуатация. Вы имеете право на защиту от опасных форм труда и эксплуатации.

33. Наркотические и психотропные средства. Вы должны быть защищены от употребления наркотических средств и от участия в их производстве или распространении.

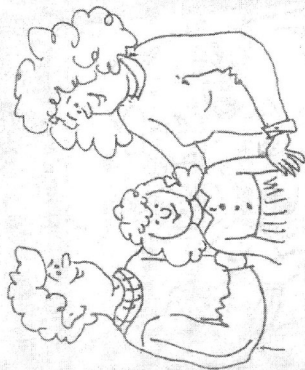
35. Похищение и торговля. Государство защищает детей от похищений и торговли ими.

38. Вооруженные конфликты. Если вы младше 15 лет, вас не могут призывать в вооруженные силы или заставить принять участие в вооруженном конфликте.

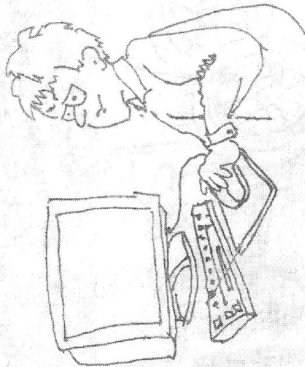
40. Правосудие по делам несовершеннолетних. Если вас когда-нибудь обвинят в нарушении закона или будет установлена ваша виновность в нарушении закона, с вами должны обращаться так, чтобы помочь вам сохранить чувство собственного достоинства и чтобы вы не страдали от отрицательных явлений при реинтеграции в общество.

ПРИЛОЖЕНИЕ № 2.

Право иметь семью. ст.5.



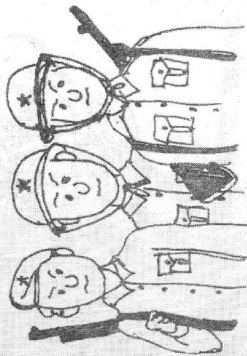
Право на получение информации. ст.13.



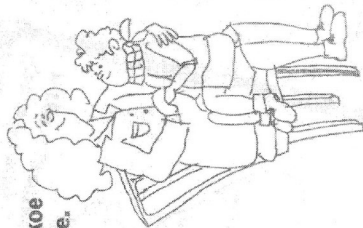
Право на свободу мнения. ст.14.



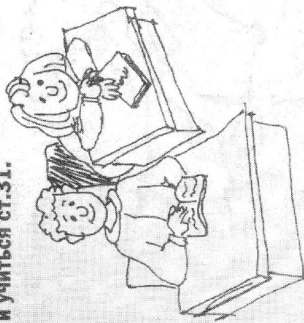
Право не принимать участие в военных конфликтах. ст.38.



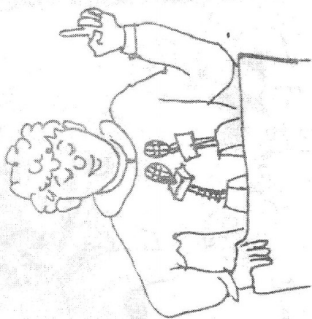
Право на медицинское обслуживание. ст.24.



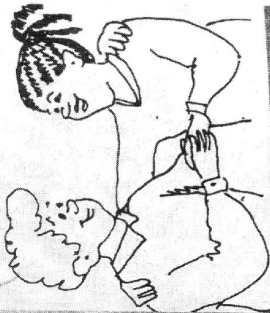
Право посещать школу и учиться ст.31.



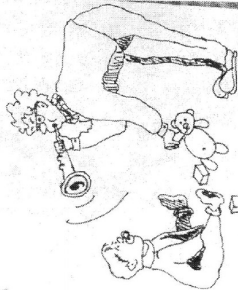
Свобода слова,
выражения мысли. ст.12.



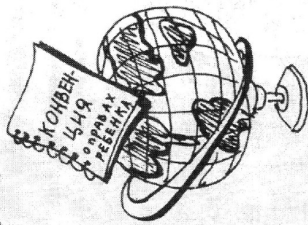
Право на равенство. ст.2.



Право на отдых, досуг
и развлечения. ст.31.



Право общ. гарантир... ст.8.



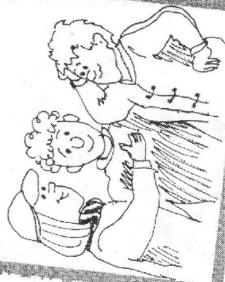
Право на имя
и гражданство. ст.4.



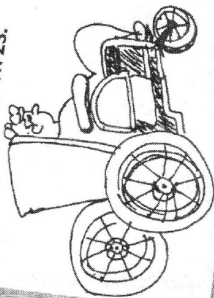
Право
на защиту
от насилия ст.19.



Право на организацию групп ст.15.



Право на дополнительную заботу,
если у вас имеются
особые потребности. ст. 23.



ПРИЛОЖЕНИЕ № 3

Права на выживание - предусматривают право ребенка на жизнь и реализацию основных потребностей, обеспечивающих его существование. К ним относятся должный уровень, жилье, питание и доступ к медицинскому обслуживанию.

Права на участие уделяют особое внимание той роли, которую могут и должны играть дети в жизни их сообществ и народов. Они состоят из свободы выражать свое мнение, иметь право голоса в вопросах, касающихся их жизни, вступать в ассоциации и проводить мирные собрания.

Права на защиту касаются вредных факторов, от которых должны быть защищены дети - это формы дурного обращения, пренебрежения, причинения мучений и т.д. Эти права охватывают такие вопросы, как особая забота о детях- беженцах, детский труд и защита от всех форм эксплуатации.

Права на развитие - это те права, которые нужны детям для полноценного роста и развития как человеческих существ. Примеры: право на образование развлечения и досуг, культурные мероприятия, доступ к информации и свобода мысли, совести и религии.

ПРИЛОЖЕНИЕ № 4

- Союз молодёжи
- Союзпечать
- Суд
- Фонд социальной защиты
- Центр внешкольной работы
- Центр занятости населения
- Церкви, костёлы
- Телеателье
- Редакция
- Ресторан
- Прокуратура
- Школа
- Магазины
- Музей
- Милиция
- Отдел по делам молодёжи
- Колледжи
- Клубы
- Кинотеатр
- Заводы
- Воинская часть
- Военкоматы
- Больницы
- Библиотеки
- Отделение связи
- Банк
- Ветлечебница
- База отдыха
- Исполнительный комитет и совет депутатов
- Комиссия по делам несовершеннолетних

Трэнінг «Я - сярод людзей»

Мэта:

- фарміраванне гендэрнай культуры навучэнцаў;
- фарміраванне станоўчай самаацэнкі;
- развіццё крытычнага мыслення сродкам інтэрактыўнага ўключэння навучэнцаў ва ўзаемадзеянне;
- развіццё камунікатыўных навыкаў.

Неабходнае абсталяванне:

- каляровая папера;
- скотч;
- папера;
- ручкі.

Лік удзельнікаў: ад 12 да 20 чалавек

Працягласць: 45-50 хвілін

План трэнінгу:

1. Уступная частка - 3 хвіліны;
2. Практыкаванне «Прынцыпы» - 5 хвілін;
3. Практыкаванне «Знаёмства» - 10 хвілін;
4. Практыкаванне «Хто такія Я» - 20 хвілін;
5. Выніковая рэфлексія «Дапішы фразу» -- 7 хвілін.

Ход трэнінгу

1. *Уступная частка*
 - Тэма, мэта, задачы трэнінгу.
 - Міні-лекцыя «Гендэрныя адрозненні»

Гендэр - паняцце, разглядаемае сучаснай сацыялогіяй як процілеглае паняццю біялагічнага пола чалавека. Адрозненне складаецца ў тым, што біялагічны пол «выдаецца» чалавеку яшчэ да нараджэння, і змяніць яго немагчыма, калі толькі з дапамогай хірурга. Гендэр жа - гэта ўвесь комплекс паводзін, уласцівы мужчынам і жанчынам. Гендэр можа змяняцца падчас гістарычнага развіцця грамадства. Само паняцце «гендэр» паўстала, калі навукоўцы выявілі, што біялагічны пол мала ўплывае на сацыяльныя ролі мужчын і жанчын. У выніку з'явілася азначэнне гендэра - гэта сукупнасць сацыяльных і культурных нормаў, якія грамадства загадвае выконваць людзям у залежнасці ад іх біялагічнага пола. І мужчыны, і жанчыны, якія жывуць у грамадстве, павінны выконваць свае гендэрныя ролі, якое ім прыпісала гэтае грамадства. Натуральна, у розных грамадствах і ролі будуць рознымі. Такім чынам, гендэр - гэта сацыяльная мадэль чалавека, якая вызначае яго становішча ў грамадстве.

2. *Практыкаванне «Прынцыпы»*

Мэта: азнаёміць удзельнікаў з асноўнымі правіламі працы. (Прынцып - перакананне, норма, правіла, якімі кіруецца хто-небудзь у жыцці, паводзінах)

- паважай чужое меркаванне;
- кажы толькі за сябе: «Чаму я так думаю?»;
- не перабівай;

- выключай азначэнні тыпу «правільна», «няправільна»;
- дыскусія ніколі не канчаецца;
- пазбягай дыскусій, якія могуць скончыцца адчуваннем таго, што хтосьці перамог, а хтосьці прайграў.

3. *Праптыкаванне «Знаёмства»*

Мэта:

- стварэнне атмасферы даверу;
- фарміраванне навыкаў самапрэзентацыі;
- вучыцца бачыць разнастайнасць.

А) «Маё імя ...». Прапаноўваецца кожнаму ўдзельніку назваць сваё імя і сваю любімую дзіцячую цацку.

Б) «Вясёлка»

На дошцы напісаныя словы: «Хлопчыкі», «Дзяўчынкі». Кожны ўдзельнік выбірае дзве палоскі каляровай паперы, колер якой найболей падабаецца і прымацоўвае яго дзяўчынкам поруч словы «дзяўчынкі», а хлопчыкам поруч слова «хлопчыкі».

Пытанні для абмеркавання:

- Якія колеры падабаюцца дзяўчынкам?
- Якія колеры падабаюцца хлопчыкам?
- Як выглядае карціна на дошцы?

4. *Праптыкаванне «Хто такія Я?»*

Мэта: умець вызначаць сябе як асобу, атаясамляючы з існуючымі групамі і адрозніваючы ад іх.

Выпрацоўваць комплексныя адчуванні дачынення і індывідуальнасці.

Апісанне практыкавання: 20 хвілін.

- Прапанаваць навучэнцам на чыстым лісце паперы паставіць усярэдзіне кропкі. Ад гэтай кропкі, як з цэнтра, праводзіць прамяні, падпісаць так, як кожны жадаў бы ідэнтыфікаваць сябе. (у сям'і - дачка..., у навучанні - вучаніца...)

- Варта падкрэсліць тое, што адказ трэба даваць на пытанне «хто?», а не «якія?».

- Пасля 3-7 хвілін індывідуальнай працы папрасіць усіх устаць і пачаць адвольна рухацца па пакоі (тэхніка броўнаўскага руху).

- Аб'яднаўшыся ў пары, навучэнцы знаёмяць сябар-сябра з вынікамі сваёй працы. Распавядаюць якія прамяні, як яны названыя. Калі ў пары сустракаюцца праменьчыкі з аднолькавымі назовамі, то іх адзначаюць імем вучня.

- Спытаць: «Якія ўражанні ад працы ў групе?», «Ці шмат было знойдзена аднолькавых назваў праменьчыкаў?», «Ці шмат засталася праменьчыкаў без імёнаў?», «Ці ёсць хтосьці ў каго ўсе праменьчыкі запоўненыя?», «Як адчувае ён сябе?», «З якім праменьчыкам вы пачуваецеся камфортна?», «З якім праменьчыкам вы пачуваецеся не камфортна?», «Чаго вам жадалася: каб усё праменьчыкі супалі або не?».

5. *Вынік. Рэфлексія. «Далішы фразу».*

«На занятку мне.....»

«Я пазнаў...»

«Я пазнала..»

Навучэнцы запісваюць на выбар фразу на лістках паперы, чытаюць і прымацоўваюць да дошкі.

Трэнінг «Я - маю права»

Мэта:

- спрыяць усведамленню дзіцем права на недатыкальнасць яго асобы;
- выхаванне эмацыяна-каштоўнаснага стаўлення да людзей і да сабе;
- фарміраваць умённе адстойваць свае правы ў рэальным жыцці;
- развіваць камунікатыўныя навыкі.

Неабходнае абсталяванне:

- Канвенцыя ААН аб правах дзіцяці;
- Закон Рэспублікі Беларусь « Аб правах дзіцяці»
- Дэкларацыя аб правах дзіцяці;
- Каляровая і белая папера;
- Ручкі;
- Скотч.

Лік удзельнікаў: ад 12 да 20 чалавек.

Працягласць: 70 хвілін.

План трэнінгу:

1. Уступная частка - 3 хвіліны;
2. Практыкаванне «Прынцыпы» - 5 хвілін;
3. Практыкаванне «Знаёмства» - 5 хвілін;
4. Практыкаванне «Што такое свабода меркавання» - 15 хвілін;
5. Практыкаванне «Рэпарцёр» - 30 хвілін;
6. Вынікі - 7 хвілін.

Ход трэнінгу

1. Уступ

Надзвычайнай падзеяй, што паспрыяла энтузіястам, у прыватнасці, жанчынам, на абарону правоў сваіх дзяцей, стала першая сусветная вайна. Перажыўшы ўзрушэнне ад усведамлення магчымых жахлівых наступстваў бойні ў маштабах планеты, звяз выратавання дзяцей разам з Лігай жанчын у 1923 г. распрацавалі і прапанавалі да разгляду на Асамблеі Лігі Нацый першую Дэкларацыю правоў дзіцяці з 5 пунктаў. Яна была падпісаная ў 1924 году ў Жэневе на 5-й Асамблеі Лігі Нацый.

Пасля другой сусветнай вайны прынятая ўсеагульная дэкларацыя правоў чалавека ААН (1948 г), а затым і Дэкларацыя аб правах дзіцяці (1959 г.)

У 1978 г. польская дэлегацыя выступіла з ідэяй стварэння Канвенцыі аб правах дзіцяці. Пазіцыя польскіх гуманістаў засноўвалася на ідэях іх найвядомага лекара, педагога, псіхолога і пісьменніка Януша Корчака, які разам са сваімі выхаванцамі добраахвотна ступіў з Варшаўскага гета ў печ крэматорыя канцлагера Трэблінка.

На паседжаннях ААН былі зробленыя даклады аб сур'ёзных парушэннях, ад якіх пакутавалі дзеці: недаступнасць дзіцячай аховы здароўя, абмежаваных магчымасцяў атрымання адукацыі, сталі вядомыя дадзеныя аб дзецях уцекачах, вязнях турмаў, ахвярах вайны.

У 1989 г. ААН прыняла Канвенцыю аб правах дзіцяці. У ёй 54 артыкулы, якія ўлічваюць практычна ўсе моманты, звязаныя з жыццём і становішчам дзіцяці ў грамадстве.

У Беларусі Канвенцыя ААН аб правах дзіцяці ўступіла ў сілу 31 кастрычніка 1990 г., а ў 1993 г. Вярхоўнай Радай прыняты закон «Аб правах дзіцяці», які складаецца з прэамбулы і 5 раздзелаў (37 артыкулаў).

2. *Практыкаванне «Прынцыпы»*

Мэта: азнаёміць навучэнцаў з асноўнымі правіламі працы. (Прынцып - перакананне, норма, правіла, якімі кіруецца хто-небудзь у жыцці, паводзінах).

- паважай чужое меркаванне;
- кажы толькі за сябе : «Чаму я так думаю?»
- не перабівай;
- выключай азначэнні тыпу «правільна», «няправільна»;
- дыскусія ніколі не канчаецца»;
- пазбягай дыскусій, якія могуць скончыцца адчуваннем таго, што

хтосьці перамог, а хтосьці прайграў.

3. *Практыкаванне «Знаёмства»*

Мэта:

- стварэнне атмасферы даверу;
- фарміраванне навыкаў самапрэзентацыі;
- вучыцца бачыць разнастайнасць.

Прапаноўваецца кожнаму ўдзельніку назваць сваё імя і адказаць на пытанне «Для мяне вельмі важна мець права на волю меркавання, таму што ...»

4. *Практыкаванне «Што такое свабода меркавання?»*

Уступ. Становячыся старэй, мы становімся больш вольныя ў выбары рашэнняў, якія ўплываюць на наша жыццё. У той жа час і ўзрастае наша адказнасць, таму што магчымасць самому будаваць сваё жыццё азначае самадысцыпліну, без якой нельга дасягнуць пастаўленай мэты. Таму шматлікія людзі баяцца волі і пазбягаюць адказнасці. Сапраўдная свабода мяркуе добраахвотнае захаванне нормаў і законаў. Ёсць свабода і ёсць - усёдазволенасць. Давайце ўдакладнім, што такое свабода меркавання? Трэнер піша на дошцы: «Што такое свабода меркавання?» Навучэнцы выказваюць свае меркаванні, якія запісваюцца трэнерам на дошцы. Атрыманы пералік зачытваецца, а затым судносіцца з тэкстам Закона РБ «Аб правах дзіцяці» (арт. 10), і Канвенцыі ААН аб правах дзіцяці (арт. 12-16).

5. *Практыкаванне: «Рэпарцёр»*

Навучэнцы дзеляцца на тры групы . Для гэтага трэнер прапаноўвае кожнаму ўзяць круг колеру, які спадабаецца (выкарыстоўваюцца кругі з каляровай паперы трох колераў, па колькасці ўдзельнікаў).

Заданне ўдзельнікам.

Напісаць найбольшы артыкул у насценгазету на тэму «Маё права на свабоду», у якой асвятліць найбольш вострыя праблемы права на недатыкальнасць асобы, з якімі сутыкаецца дзіця ў сваім жыцці.

Праз 15 хвілін прадстаўнікі ад рэпарцёрскіх груп па чарзе чытаюць свае нататкі. Удзельнікі іншых груп маюць права задаваць пытанні, удакладняць выкладзеныя палажэнні. На абмеркаванне кожнай нататкі адводзіцца 5-7 хвілін. У канцы практыкавання спытаць: «Якія ўражанні ад працы ў групе?»

Як вы лічыце, вашы нататкі, могуць дапамагчы абараніць ваша права на недатыкальнасць асобы?»

6. *Вынікі*

Мэта:

- навучыцца аналізаваць сваю працу падчас заняткаў;
- навучыцца фармуляваць высновы.

Выкарыстоўваецца тэхніка закончыць сказ: «Сёння на занятку я пазнаў/пазнала...».

Трэнінг «Я - маю абавязкі»

Мэта:

- даць паняцце аб непарыўнай сувязі правоў і абавязкаў;
- фармаваць пачуццё адказнасці за свае словы, дзеянні і ўчынкі праз усведамленне магчымых наступстваў правапарушэнняў.

Неабходнае абсталяванне:

- Канвенцыя ААН аб правах дзіцяці;
- Закон Рэспублікі Беларусь « Аб правах дзіцяці»;
- Дэкларацыя аб правах дзіцяці;
- Каляровая і белая папера;
- Ручкі;
- Скотч;
- Ватман;
- Папера для запісаў.

Лік удзельнікаў: ад 12 да 20 чалавек.

Працягласць: 80 хвілін.

План трэнінгу:

1. Уступная частка - 3 хвіліны;
2. Практыкаванне «Прынцыпы» - 5 хвілін;
3. Практыкаванне «Знаёмства» - 5 хвілін;
4. Практыкаванне «Мае абавязкі» - 15 хвілін;
5. Практыкаванне «Ролевая пазіцыя» - 45 хвілін;
6. Вынікі - 7 хвілін.

Ход трэнінгу

1. *Уступная частка*

Дзіцяці даюцца шматлікія правы, у заканадаўстве Рэспублікі Беларусь улічваецца яго адмысловае прававое становішча. Але не варта забываць аб павазе чужых правоў. Парушаючы нечыя правы можна перайсці не толькі маральныя, але і юрыдычныя нормы. У грамадстве ў чалавека ёсць не толькі правы, але і абавязкі. Аб гэтым выразна сказанае ва Ўсеагульнай дэкларацыі мае рацыю чалавека (арт. 29). Адказнасць за злачынства надыходзіць з 14 гадоў. Сёння тэма нашага занятку « Я - маю абавязкі».

2. *Практыкаванне «Прынцыпы»*

Мэта: азнаёміць навучэнцаў з асноўнымі правіламі працы. (Прынцып - перакананне, норма, правіла, якімі кіруецца хто-небудзь у жыцці, паводзінах)

Трэнер зачытвае асноўныя прынцыпы і прапановы падабраць да кожнага прынцыпу прыказку (прынцыпы і прыказкі запісаныя на ватмане).

Прынцыпы:

- паважай чужое меркаванне;
- кажы толькі за сябе: «Чаму я так думаю?»;
- не перабівай;
- выключай азначэнні тыпу «правільна», «няправільна»;
- дыскусія ніколі не канчаецца;
- пазбягай дыскусій, якія могуць скончыцца адчуваннем таго, што

хтосьці кагосьці перамог, а хтосьці прайграў.

Прыказкі:

- На ўвесь мір не дагодзіш;
- Не багі чыгуны абпальваюць;
- Пажывем - убачым
- Не памыляецца той, хто нічога не робіць;
- Паляванне пушчы няволі;
- Праўда заўсёды пераможа;
- Усё добра, што ў меру.

3. *Практыкаванне «Знаёмства»*

Мэта:

- стварэнне атмасферы даверу;
- фарміраванне навыкаў самапрэзентацыі.

Прапановы да кожнаму ўдзельніку назваць сваё імя і абавязак. «Мяне клічуць... , мой абавязак...».

4. *Практыкаванне «Мае абавязкі»*

Чальцы любога грамадства маюць не толькі правы, але і абавязкі. Па меры сталення чалавека ў яго пашыраюцца юрыдычныя магчымасці і адначасова растуць юрыдычныя абавязкі. У Законе Рэспублікі Беларусь «Аб правах дзіцяці» аб абавязках гаворыцца ў арт. 11. Давайце ўдакладнім якія абавязкі ёсць у нас.

«Мазгавы штурм».

Трэнер піша на дошцы: «Мае абавязкі». Навучэнцы завуць вядомыя ім абавязку, якія запісваюць на дошцы. Атрыманы пералік зачытваецца, а затым суадносіцца з тэкстам артыкула 11 Закона Рэспублікі Беларусь «Аб правах дзіцяці».

5. *Практыкаванне «Ролевая пазіцыя»*

Удзельнікі трэнінгу дзеляцца на пяць груп. Выкарыстоўваецца тэхніка броўнаўскага руху. Навучэнцы, адлюстроўваючы малекулы, бязладна рухаюцца па зале. Па камандзе трэнера яны аб'ядноўваюцца ў групы па тры або пяць чалавек у залежнасці ад колькасці ўдзельнікаў. Далей праводзіцца аналіз праблемна-ролевай сітуацыі з пазіцыі розных удзельнікаў падзей. Трэнер знаёміць з праблемнай сітуацыяй. Дзевяцікласнікам Коле і Сашы жадалася паліць, а грошай не было. Вышлі на вуліцу ў надзеі сустрэць каго-небудзь знаёмага. На прыпынку стаяў хлопец прыкладна іх узросту. Гэта быў Віталь.

- Дай запаліць! - крыкнуў Саша.
- Свае трэба мець, - адгукнуўся Віталь.
- Ах ты, жыла!

- Падрасці яшчэ, - пагардліва звярнуўся да яго Віталь.

Крыўда запаланіла Сашу, і ён стукнуў Віталю, той адказаў ударам. На дапамогу Сашы паспяшаўся Коля, і яны ўдваіх сталі збіваць упаўшага Віталю. За імі назіралі трое школьнікаў: другакласнік і двое семікласнікаў: Барыс і Міхась. Адчуваючы ўвагу падлеткі здэкаваліся над ахвярай. Неўзабаве маладзейшы ўцёк, а двое іншых назіралі за збіваннем да канца. Аднаму з іх, Барысу, злачынцы даручылі даць сігнал, калі з'явіцца міліцыя.

Трэнер прапаноўвае групе абгаварыць сітуацыю на працягу 10 хвілін у адпаведнасці з зададзенай ролевай пазіцыяй. Кожная група атрымлівае картку з пытаннямі.

1. Група «Сведкі»

- Чым растлумачыць і як ацаніць паводзіны Барыса і Міхася? (Мужчынская падлеткавая салідарнасць? Пакланенне перад моцнай асобай? Ім было цікава? Ці маюць яны права на такую цікаўнасць?)

2. Група «Злачынцаў»

- Чаму Саша стукнуў Віталю?
- Як магчыма растлумачыць дзеянні Коля?
- Як трэба было паступіць? (Пусціць у ход кулакі? Сказаць крыўдніку грубіянскае, зневажальнае, крыўднае слова? Пакінуць Віталю ў супакоі і адысці?)

- Ці з'явіўся ўдар Сашы абаронай свайго гонару і годнасці?

3. Група «пацярпелых»

- Чаму Віталь размаўляў такім тонам з Сашай і Колей?
- Можа быць Віталь абараняў сваё права на неўмяшанне ў асабістае жыццё?

- Якімі сродкамі абароны размяшчае чалавек, і ў прыватнасці падлетак? Як бы павёў сябе Саша, калі бы Віталь адказаў ветліва?

4. Група «блізкіх»

- Якія лісты сынам у гэтай сітуацыі маглі напісаць мамы Сашы, Віталю, Барыса.

5. Група «Суддзі»

- Якія межы мае права на абарону гонару і годнасці?
- Ці існуе юрыдычнае і маральнае права на цікаўнасць?
- Ці можна прыцягнуць Барыса і Міхася да :а) юрыдычнай, бы) маральнай адказнасці?

- Каго з іх можна прыцягнуць да адказнасці за саўдзел у злачынстве?

Кожная група пасля 10-хвіліннага абмеркавання прадстаўляе адказы на атрыманыя заданні. Удзельнікі іншых груп маюць права задаваць пытанні, выказваць сваё меркаванне.

Падчас дыскусій акцэнтуюцца ўвага навучэнцаў на пачуццях кожнага ўдзельніка канфліктнай сітуацыі, што спрыяе ўсведамленню асобаснай каштоўнасці правоў і абавязкаў.

На абмеркаванне кожнага задання адводзіцца 5 хвілін.

Вынік. Рэфлексія.

Мэта: Навучыцца аналізаваць сваю працу падчас заняткаў. Заданне выконваецца з выкарыстаннем тэхнікі «Скончыце прапанову»:

- Сёння я зразумела ..

- Сёння я зразумеў ...

Навучэнцы запісваюць прапанову на лістках паперы, агучваюць і прыляпляюць на дошцы.

Трэнінг «Я - часціца прыроды»

Мэта: Фарміраванне ў навучэнцаў усвядомленага уяўлення аб разнастайнасці, унікальнасці і каштоўнасці прыроды Рэспублікі Беларусь, выхаванне патрыятычных пачуццяў, устаноўка на актыўны ўдзел у прыродаахоўнай дзейнасці.

Фарміраванне каштоўнасных экалагічных арыентацый, развіццё экалагічнай «Я-канцэпцыі», развіццё суб'ектыўнасці ўдзельнікаў педагагічнага ўзаемадзеяння.

Неабходнае абсталяванне:

- Каляровая і белая папера;
- Ручкі;
- Скотч;
- Маркеры;
- Папера для запісаў;
- Матэрыялы раздаточныя для правядзення завочных экскурсій аб Белавежскай пушчы, Чырвонай кнізе РБ, Бярэзінскім біясферным запаведніку, ахоўваемых жывёлах Гарадоччыны;
- Карткі з заданнямі для груп;
- Малюнкi жывёл: зубр, буры мядзведзь, вавёрка-палятуха, белая чапля.

Лік удзельнікаў: ад 12 да 20 чалавек.

Працягласць: 80 хвілін.

План трэнінгу:

1. Практыкаванне «Прынцыпы» - 5 хвілін;
2. Практыкаванне «Знаёмства» - 7 хвілін;
3. Уступ - 3 хвіліны;
4. Мазгавы штурм - 10 хвілін;
5. Практыкаванне «Экскурсія» - 25 хвілін;
6. Практыкаванне «Я прапаную» - 15 хвілін;
7. Вынікі - 5 хвілін.

Ход трэнінгу

Афармленне дошкі:

«Любая форма жыцця з'яўляецца ўнікальнай, заслугоўвае павагі і павінна захоўвацца».

(Сусветная Хартыя прыроды, 1982 г.)

1. Практыкаванне «Прынцыпы»

Мэта: азнаёміць удзельнікаў з асноўнымі правіламі працы. (Прынцып - перакананне, норма, правіла, якімі кіруецца хто-небудзь у жыцці, паводзінах).

- паважай чужое меркаванне;
- кажы толькі за сябе: « Чаму я так думаю?»
- не перабівай;
- выключоўвай азначэнні тыпу «правільна», «няправільна»;
- дыскусія ніколі не канчаецца»;
- пазбягай дыскусій, якія могуць скончыцца адчуваннем таго, што хтосьці перамог, а хтосьці прайграў.

2. *Практыкаванне «Знаёмства»*

Выкарыстоўваецца метада «Каляровыя фігуры» (квадраты, кругі, кветкі з каляровай паперы).

Трэнер прапаноўвае кожнаму ўдзельніку ўзяць каляровую фігуру, якая па форме і колеру адпавядае эмацыйнаму стану. Далей прапаноўваецца кожнаму растлумачыць свой выбар, што сімвалізуе для яго форма і колер фігуры.

Метад «Завяршы фразу». «Маё імя Я абрала...»

Вынік: індывідуальнасць кожнага, мы розныя.

3. *Уступ*

Натуральны адбор за мільярды гадоў даў чалавецтву найболей каштоўны рэсурс планеты - біялагічная разнастайнасць, або біязнастайнасць. Захаванне яго ў апошнія гады стала адной з самых актуальных экалагічных праблем. Чаму паўстала гэтая праблема, і чаму так важна захоўваць існую біялагічную разнастайнасць? Ёсць мноства важных аргументаў.

Па-першае, немагчыма будзе выратаваць асобны від - Чалавека разумнага, калі не будуць існаваць зялёныя расліны, жывёлы, мікраарганізмы, якія эфектыўна падтрымліваюць жыццё на планеце, жывуць і працуюць на кожным кваталку зямной паверхні, ствараючы і забяспечваючы экалагічную раўнавагу.

Па-другое, краявідная разнастайнасць раслін і жывёл забяспечвае нас новымі крыніцамі сілкавання, энергіі, сыравіны, хімічных і лекавых прадуктаў.

Па-трэцяе, кожны від валодае непаўторным генафондам, які склаўся ў выніку натуральнага адбору і ўяўляе матэрыял для наступнага працэсу эвалюцыі. Ахове падлягае ўвесь генафонд біясферы, свайго роду гіганцкая генетычная бібліятэка.

Паколькі нельга прадказаць, якія віды могуць стаць з часам родапачынальнікамі груп жывых арганізмаў было бы найвялікшай памылкай не даць захаваць які-небудзь від.

Пятая частка відаў раслін і жывёл, што знаходзяцца сёння на нашай планеце, можа беззваротна знікнуць ужо да 2020 году.

У цяперашні час Беларусь насяляе 11500 відаў раслін, 30 000 відаў беспазваночных жывёл і 457 відаў пазваночных жывёл.

З пачатку XVII стагоддзі на тэрыторыі Беларусі ў выніку чалавечай дзейнасці знікла больш 20 відаў пазваночных жывёл: лясны бык - тур, дзікі конь - тарпан і г.д., 46 відаў раслін, 238 відаў глебавых беспазваночных жывёл.

Захаванне біялагічнай разнастайнасці - адна з самых актуальных экалагічных праблем.

4. *Мазгавы штурм*

Афармленне дошкі.

«Захаванне біязнастайнасці адна з самых актуальных экалагічных праблем».

1. Чаму паўстала гэтая праблема?

2. Чаму важна захоўваць біялагічную разнастайнасць?

1.
2.
3.
4.

1.
2.
3.
4.

Трэнер прапаноўвае навучэнцам выказаць свае меркаванні па дадзенай праблеме. Выказванні запісваюцца на дошцы. Атрыманы пералік зачытваецца, абмяркоўваецца, робіцца выснова аб неабходнасці змен у гаспадарчай і эканамічнай дзейнасці, памяншэнні антрапагеннага ўздзеяння на прыроду, захаванні законаў РБ у вобласці аховы прыроды.

Прыкладныя адказы навучэнцаў: 1. Высечка лясоў, асушванне балот, будаўніцтва дарог, торфараспрацоўкі, забруджванне вады, паветра, глебы, здабыча калійнай солі, чалавечы эгаізм ... і т.д. 2. Экалагічная раўнавага, арганізмы - аснова біясферы, крыніцы сілкавання, матэрыял эвалюцыі, генфонд і т.д.

5. *Практыкаванне «Экскурсія»*

Удзельнікі дзеляцца на 4 групы. Для падзелу на групы выкарыстоўваецца метады «4 вуглы». У даступным месцы замацаваныя малюнкi жывёл: зубр, вавёрка палятуха, буры мядзведзь, белая чапля. Навучэнцам прапаноўваецца падысці да ўпадабанага малюнка.

Кожнай групе даецца заданне правесці завочную троххвілінную экскурсію па тэмах:

- Па старонках Чырвонай Кнігі Рэспублікі Беларусь (белая чапля);
- Белавежскай пушчы - 600 гадоў (зубр);
- Рэдкія і ахоўваемыя жывёлы Гарадоччыны (вавёрка-палятуха);
- Бярэзінскі біясферны запаведнік (буры мядзведзь).

Заданне групам. На працягу 10 хвілін пазнаёміцца з прапанаваным матэрыялам. Кожны ўдзельнік групы ўдзельнічае ў правядзенні экскурсіі. Час для правядзення экскурсіі - 3 хвіліны (матэрыял па тэмах рыхтуецца на кожнага ўдзельніка групы).

Кожная група праводзіць завочную экскурсію ў адпаведнасці з зададзенай тэмай.

6. *Практыкаванне «Я прапаноўваю»*

Заданне групам.

Абмяркуйце: «Якія меры неабходна прыняць для захавання біяразнастайнасці?». Прапановы запішыце на ватмане пад агульнай назвай «Я прапаноўваю...». На заданне - 10 хвілін. Кожная група зачытвае свае прапановы.

7. **Вынікі.** Рэфлексія.

Удзельнікам прапаноўваецца завяршыць адну з фраз:

- Занятак прымусіў мяне задумацца аб ...
- Па стаўленні чалавека да прыроды можна судзіць аб ...
- Адказна ставіцца да прыроды - гэта значыць ...

Трэнінг «Эфектыўныя камунікацыі» для класных кіраўнікоў

Мэта: Навучанне эфектыўным камунікацыям з дапамогай інтэрактыўных метадаў, якія дазваляюць арганізаваць працэс навучання з улікам індывідуальных асаблівасцяў і накіраваныя на развіццё крытычнага мыслення.

Неабходныя прылады:

- Папера;
- Ручкі;
- Скотч;
- Сурвэткі;
- Ватман.

Лік удзельнікаў: ад 12 да 20 чалавек.

Працягласць: 65 хвілін.

План трэнінгу:

1. Уступная частка - 3 хвіліны;
2. Практыкаванне «Прынцыпы» – 5 хвілін;
3. Практыкаванне «Знаёмства» - 10 хвілін;
4. Практыкаванне «Сняжынкi» - 20 хвілін;
5. Практыкаванне «Хто такія я» - 20 хвілін;
6. Вынікі. Рэфлексія. - 7 хвілін.

Ход трэнінгу

1. Уступ

- Знаёмства з тэмай і задачамі трэнінгу.
- «Развіццё камунікатыўных навываў».

2. Практыкаванне «Прынцыпы»

Мэта: азнаёміць удзельнікаў з асноўнымі правіламі працы. (Прынцып - перакананне, норма, правіла, якімі кіруецца хто-небудзь у жыцці, паводзінах)

- паважай чужое меркаванне;
- кажы толькі за сябе: «Чаму я так думаю?»;
- не перабівай;
- выключай азначэнні тыпу «правільна», «няправільна»;
- дыскусія ніколі не канчаецца»;
- пазбягай дыскусій, якія могуць скончыцца адчуваннем таго, што хтосьці перамог, а хтосьці прайграў.

3. Практыкаванне «Знаёмства»

Удзельнікам прапановаецца назваць сваё імя і закончыць фразу «Ад занятку я чакаю...». Кожны ўдзельнік піша сваё імя і фразу на лістку паперы, агучвае і замацоўвае на ватмане.

4. Практыкаванне «Сняжынкi»

Мэта: вучыцца бачыць разнастайнасць.

Апісанне практыкавання.

- Раздаць прысутным сурвэткі або лісты паперы.

• Прапанавец устач і звярнуцца спіной да круга. Прапанавец выконваць тое, што прапануе трэнер, не перапытваючы, а робячы так, як лічыце патрэбным.

- Разгарніце сурвэтку.
- Складзеце сурвэтку ўдвая, адарвіце верхні левы вугал.
- Складзеце сурвэтку ўдвая, адарвіце ніжні правы вугал.
- Складзеце сурвэтку ўдвая, адарвіце ніжні левы вугал.
- Складзеце сурвэтку ўдвая, адарвіце верхні правы вугал.
- Складзеце сурвэтку ўдвая, адарвіце ніжні правы вугал.
- Звярніцеся ў круг тварам, разгарніце сурвэтку і пакажыце ў круг.

Абмеркаванне.

- Якія думкі ў вас узнікаюць? Якія пытанні?
- Якая з «сняжынак» больш правільная? Чаму?
- Ці можна наогул ставіць пытанне аб правільным або няправільным выкананні практыкавання? Чаму?

• Якія рызыкі можа мець аднастайнасць міру?

• Як іх можна пераадолець?

• Якія рызыкі можа мець разнастайнасць міру?

• Як іх можна пераадолець?

5. *Практыкаванне «Хто такі я»*

Мэта:

• умець вызначаць сябе як асоба, атаясамляючы з існуючымі групамі і адрозніваючы ад іх.

• выпрацоўваць комплексны адчуванні дачынення і індывідуальнасці.

Апісанне практыкавання.

• Прапанавец прысутным на чыстым лісце паперы паставіць усярэдзіне кропкі. Ад гэтай кропкі, як з цэнтра, праводзіць прамяні, падпісваючы кожны так, як чалавек жадаў бы апісаць, вызначыць сябе ў розных сферах грамадскага жыцця (у сям'і - сын, дачка...; у навучанні - студэнт, студэнтка; на працы - псіхолаг, кіраўнік і т.п.)

• Адказ трэба даваць на пытанне «хто», а не «якія».

• Пасля 5 хвілін індывідуальнай працы папрасіць усіх устаць і пачаць адвольна рухацца па пакоі (тэхніка «броўнаўскі рух»). Аб'ядноўваючыся ў пары ўдзельнікі знаёмяць адзін аднаго з вынікамі сваёй працы. Для гэтага, пры сустрэчы ў парах, распавядаюць, якія ў іх прамяні, як яны названыя. Калі ў пары «сустрэнуцца» праменьчыкі з аднолькавымі назвамі, то іх варта пазначыць імем чалавека, у якога ёсць такі ж праменьчык. Так трэба абысці па магчымасці большую колькасць прысутных.

Абмеркаванне.

• Якія ўражанні ад працы ў групе?

• Ці шмат было знойдзена аднолькавых назваў праменьчыкаў?

• Ці шмат засталася праменьчыкаў без імёнаў іншых удзельнікаў і ўдзельніц?

• Ці ёсць хтосьці, у каго ўсе праменьчыкі запоўненыя?

• Як пачуваецца гэты чалавек?

• Што мы пазналі аб сабе?

• Што мы пазналі аб іншых?

- Для чаго мы рабілі гэтую гульню?

5. **Вынікі.** Рэфлексія.

Удзельнікам трэнінгу прапаноўваецца скончыць фразу «Сёння на занятку я ...».

Кожны ўдзельнік агучвае сваё выказванне і прымацоўвае на ватман.

Пытанні для абмеркавання:

- Чаму важна падводзіць вынікі?
- Як вынікі звязаныя з чаканнямі?

Літаратура:

1. Матэрыялы трэнінгаў «Эфектыўныя камунікацыі», 2004 г.
2. «Дыялог разнастайнасці», 2004 г. (Інфармацыйна-кансультатыўны жаночы цэнтр).
3. С.С. Кашлеў. Інтэрактыўныя метады развіцця экалагічнай культуры навучэнцаў. - Мінск, 2007 г.
4. Л.І. Смагіна, А.С. Карнейчык, А.А. Петрыкевіч, А.І. Царык. Сто ўрокаў па правах дзіцяці. - Мінск, 1998 г.

Определение Я-концепции

Я-концепция — одно из базовых понятий гуманистической психологии, относительно устойчивая совокупность представлений индивида о себе, интегральная характеристика, на базе которой индивидом строится отношение к себе и взаимодействие с другими людьми.

Несмотря на устойчивость «я-концепция» — не статическое, а динамическое образование. На формирование «я-концепции» влияет целый комплекс факторов, из которых особенно важны контакты со «значимыми другими», в сущности определяющие представления о самом себе. В современной психологии Я-концепция рассматривается как один из компонентов личности, как отношение индивида к самому себе. Понятие «Я- концепция» выражает единство и целостность личности с ее субъективной внутренней стороной, то есть то, что известно индивиду о самом себе, каким он видит, чувствует и представляет себя сам. (Гримак Л. П., 1991, с. 197).

Я-концепция – это совокупность установок на самого себя. В большинстве определений установки подчёркиваются три главных её элемента, её три психологические составляющие:

1. Образ Я – представление индивида о самом себе.
2. Самооценка – аффективная оценка этого представления, которая может обладать различной интенсивностью, поскольку конкретные черты образа Я могут вызвать более или менее сильные эмоции, связанные с их принятием или осуждением.
3. Потенциальная поведенческая реакция, то есть те конкретные действия, которые могут быть вызваны образом Я и самооценкой.

Предметом самовосприятия и самооценки индивида могут, в частности, стать его тело, его способности, его социальные отношения и множество других личностных проявлений.

Составляющие Я-концепции:

КОГНИТИВНАЯ СОСТАВЛЯЮЩАЯ Я-КОНЦЕПЦИИ

Представления индивида о самом себе, как правило, кажутся ему убедительными независимо от того, основываются ли они на объективном знании или субъективном мнении, являются ли они истинными или ложными. Конкретные способы самовосприятия, ведущего к формированию образа Я, могут быть самыми разнообразными.

Абстрактные характеристики, которые мы употребляем описывая кого-то человека, никак не связаны с конкретным событием или ситуацией. Как элементы обобщенного образа индивида они отражают, с одной стороны, устойчивые тенденции в его поведении, а с другой – избирательность нашего восприятия. То же самое происходит, когда мы описываем самих себя: мы в словах пытаемся выразить основные характеристики нашего привычного самовосприятия, к ним относятся любые ролевые, статусные, психологические характеристики индивида, описание имущества, жизненных целей и т.п. Все они входят в образ Я с различным удельным весом – одни представляются индивиду более значимыми, другие – менее. Причем значимость элементов самоописания и, соответственно, их иерархия могут меняться в зависимости от контекста, жизненного опыта индивида или просто под влиянием момента.

Такого рода самоописания – это способ охарактеризовать неповторимость каждой личности через сочетания ее отдельных черт (Бернс Р., 1986, с.33).

ОЦЕНОЧНАЯ СОСТАВЛЯЮЩАЯ Я-КОНЦЕПЦИИ

Эмоциональная составляющая установки существует в силу того, что ее когнитивная составляющая не воспринимается человеком безразлично, а пробуждает в нем оценки и эмоции, интенсивность которых зависит от контекста и от самого когнитивного содержания (Бернс Р., 1986, с. 34).

Самооценка не является постоянной, она изменяется в зависимости от обстоятельств. Источником оценочных знаний различных представлений индивида о себе является его социокультурное окружение, в котором оценочные знания нормативно фиксируются в языковых значениях. Источником оценочных представлений индивида могут быть также социальные реакции на какие-то его проявления и самонаблюдения.

Самооценка отражает степень развития у индивида чувства самоуважения, ощущения собственной ценности и позитивного отношения ко всему тому, что входит в сферу его Я.

Самооценка проявляется в сознательных суждениях индивида, в которых он пытается сформулировать свою значимость. Однако, она скрыто или явно присутствует в любом самоописании. Есть три момента, существенных для понимания самооценки.

Во-первых, важную роль в ее формировании играет сопоставление образа реального Я с образом идеального Я, то есть с представлением о том, каким человек хотел бы быть. Те, кто достигает в реальности характеристик, определяющих для него идеальный образ Я, должны иметь высокую самооценку. Если же человек ощущает разрыв между этими характеристиками и реальностью своих достижений, его самооценка, по всей вероятности, будет низкой (Бернс Р., 1986, с. 36).

Второй фактор, важный для формирования самооценки, связан с интериоризацией социальных реакций на данного индивида. Иными словами, человек склонен оценивать себя так, как, по его мнению, его оценивают другие.

Наконец, еще один взгляд на природу и формирование самооценки заключается в том, что индивид оценивает успешность своих действий и проявлений через призму идентичности. Индивид испытывает удовлетворение не от того, что он просто что-то делает хорошо, а от того, что он избрал определенное дело и именно его делает хорошо.

Следует особо подчеркнуть, что самооценка, независимо от того, лежат ли в ее основе собственные суждения индивида о себе или интерпретации суждений других людей, индивидуальные идеалы или культурно заданные стандарты, всегда носит субъективный характер.

Позитивную Я-концепцию можно приравнять к позитивному отношению к себе, к самоуважению, принятию себя, ощущению собственной ценности; синонимами негативной Я-концепции становятся в этом случае негативное отношение к себе, неприятие себя, ощущение своей неполноценности (Бернс Р., 1986, с.37).

ПОВЕДЕНЧЕСКАЯ СОСТАВЛЯЮЩАЯ Я-КОНЦЕПЦИИ

Тот факт, что люди не всегда ведут себя в соответствии со своими убеждениями, хорошо известен. Нередко прямое, непосредственное выражение

установки в поведении модифицируется или вовсе сдерживается в силу его социальной неприемлемости, нравственных сомнений индивида или его страха перед возможными последствиями.

Всякая установка – это эмоционально окрашенное убеждение, связанное с определенным объектом. Особенность Я-концепции как комплекса установок заключается лишь в том, что объектом в данном случае является сам носитель установки. Благодаря этой самонаправленности все эмоции и оценки, связанные с образом Я, являются очень сильными и устойчивыми. Не придавать значение отношению к тебе другого человека достаточно просто; для этого существует богатый арсенал средств психологической защиты. Но если речь идет об отношении к самому себе, то простые вербальные манипуляции здесь могут оказаться бессильными. Никто не может просто так изменить свое отношение к самому себе (Бернс Р., 1986, с.39).

Факторы, влияющие на развитие Я-концепции

Все теории развития Я-концепции сосредоточены на особенностях, свойственных тому или иному возрастному периоду, однако две темы, несомненно, проходят через весь процесс развития Я-концепции независимо от возраста. Это – роль семейных отношений и роль значимых других.

Значимые другие

Под термином «значимые другие» понимаются люди, которые важны или значимы для ребенка вследствие того, что он чувствует их способность оказывать непосредственное влияние на его жизнь (Бернс Р., 1986, с.226).

Значимые другие – это те, кто играет в жизни личности большую роль. Они влиятельны, и их мнение имеет большой вес. Уровень воздействия значимых других на индивида зависит от степени их участия в его жизни, близости отношений, социальной поддержки, которую они оказывают, а также от власти и авторитета, которыми они пользуются у окружающих (Райс Ф., 2000, с.229).

В раннем детстве наиболее значимыми другими в окружении ребенка являются родители. Позже к ним присоединяются учителя и группа сверстников. В поисках образа «Я» человек выбирает значимого другого и высоко оценивает созданное им изображение своего «Я». Точность этого образа зависит от индивидуальных особенностей значимого другого. Одобрение значимого другого создает у ребенка позитивный образ «Я», в то время как постоянное порицание способствует возникновению у него негативной самооценки. В любом случае созданный образ становится главным источником психологического опыта, необходимого для формирования Я-концепции (Бернс Р., 1986, с.227).

Поведение родителей

Тип взаимоотношений, который складывается в семье между ребенком и родителями, является чрезвычайно важным фактором развития Я-концепции. Это объясняется следующими причинами: во-первых, основы Я-концепции закладываются в раннем детстве, когда главными значимыми другими для ребенка являются родители, взаимодействие с которыми обеспечивает обратную связь, необходимую для возникновения и развития представлений

о себе; во- вторых, родители имеют уникальную возможность влиять на развитие Я- концепции ребенка, поскольку он зависит от них физически, эмоционально и социально.

Источники развития и формирования «Я -концепции»

Из многочисленных источников формирования «Я-концепции» человека, по-видимому, наиболее важными являются следующие, хотя их значимость, как показывают исследования, меняется в различные периоды жизни человека: •представление о своем теле (телесное «Я»); •язык как развивающаяся способность выражать словами и формировать представления о себе и других людях; •субъективная интерпретация обратной связи от значимых других о себе; •идентификация с приемлемой моделью половой роли и усвоение связанных с этой ролью стереотипов (мужчина — женщина); •практика воспитания детей в семье. 1)Телесное «Я» и образ тела. Рост, вес, телосложение, цвет глаз, пропорции тела тесно связаны с установками индивида к себе, самочувствием и переживаниями своей адекватности и принятия себя. Образ своего тела, подобно другим компонентам «Я-концепции», субъективен, но ни один другой элемент так не открыт для внешнего обозрения и социальных оценок, как тело человека.(разное отношение к атлету и толстяку) Так же, как для каждого из нас существует идеальная «Я-концепция» себя, существует, по-видимому, и идеальный образ тела. Этот идеальный образ формируется на основе усвоения индивидом культурных норм и стереотипов. Чем ближе образ тела к идеалу, тем вероятнее наличие у индивида высокой «Я-концепции» в целом. Эти идеальные представления меняются со временем и между культурами. 2)Язык и развитие «Я-концепции». Значение языка для развития «Я-концепции» очевидно, поскольку развитие способности ребенка к символическому отражению мира помогает ему выделить себя из этого мира («Я», «мое», и т. д.) и дает первый толчок к развитию «Я-концепции». Обратная связь от значимых других. Приобретение опыта принятия себя другими (в любви, уважении, привязанности, защите и т. п.) — другой важный источник формирования «Я-концепции». Чтобы переживать и осознавать это, ребенок (человек) должен воспринимать лицо, жесты, вербальные высказывания и другие знаки от значимых других, особенно родителей, которые сигнализировали бы ему о его принятии этими другими. Большинство теоретиков и исследователей по проблемам личности согласны с тем, что стандарты, устанавливаемые значимыми другими (родителями, учителями, ближайшим социальным окружением) жизненно важны для развития «Я-концепции». С помощью этих стандартов индивид удостоверяется, в какой мере другие заинтересованы в нем, принимают его или отвергают. Существует много исследований, посвященных этому вопросу, результаты которых позволяют выделить общую закономерность. Если другие люди принимают, то у него, вероятнее всего, развивается положительная «Я-концепция». Если другие отвергают, у него будет развиваться отрицательная «Я-концепция». Не подлежит сомнению, что первичная группа сверстников (школьные группы и др.) имеет огромное значение для «оформления» центральных «Я-установок» в подростковом возрасте. 3)Полоролевая идентификация. Различают два процесса формирования половой принадлежности индивида: половая иденти-

фикация и половая типизация. Идентификация — это более ранний процесс (в основном бессознательный) отождествления себя с ролью другого человека (родителя или его заместителя) и подражание его поведению. Половая типизация, следующая за идентификацией, — более осознанный процесс овладения культурно одобряемыми нормами поведения, типичными для роли женщины или мужчины в данной культуре. Формирование представлений о половой роли и их освоение — важнейший и универсальный компонент «Я-концепции». 4) Воспитание детей в семье. Не подлежит сомнению, что практика воспитания детей в семье оказывает огромное и во многих семьях преобладающее влияние на развитие «Я-концепции» личности. Большинство психологов считают, что первые пять лет жизни являются периодом, когда закладывается базовая основа личности и «Я-концепции» человека. Первые человеческие отношения, которые ребенок познает в семье, выступают для него прототипом будущих отношений с другими людьми. Психологи предпринимали многочисленные попытки категоризации различных типов воспитания с формированием различных типов личности. Но в реальной жизни воспитание трудно подогнать под чистые категории, в чем каждый из нас может убедиться на собственном опыте. Вместе с тем, как показали исследования, определенные корреляции и тенденции в формировании типов личности вполне очевидны в отношении таких установок воспитания, как авторитарность, безразличие, отвержение, вседозволенность и теплота, забота, уважение детей, разумный контроль со стороны родителей за их воспитанием. В целом результаты исследований позволяют утверждать, что нет общей модели воспитания, позволяющей ребенку развить высокую самооценку. Но в целом, по-видимому, следующие условия воспитания в семье способствуют развитию здоровой высокой самооценки личности: •положительная расположенность к ребенку, сердечное, теплое, уважительное принятие родителями своих детей; •четкое установление социальных норм, границ и правил поведения детей; целенаправленное и согласованное поддержание этих норм родителями; •уважение со стороны родителей индивидуальной инициативы ребенка в установленных пределах; •минимум агрессивности, отрицания, неуважения и неопределенности в общении с детьми.

Тренинг: «Я – гражданин»

Цель:

- Формирование сознательной личности с гражданской позицией.
- Помочь детям познакомиться с правами человека и увидеть их связь с повседневной жизнью.
- Помочь разобраться, как и где могут быть реализованы права ребенка в обществе.

Необходимые принадлежности:

- Список утверждений;
- Маркеры, фломастеры для каждой группы;
- Плакаты “я согласен”, “я не согласен”, “затрудняюсь ответить”;
- Конвенция о правах ребенка; (Приложение 1)
- Бумага;
- Столы, стулья для работы групп;
- Звездочки красного, синего, зеленого, желтого цветов;
- Скотч (или магниты);
- Карточки, в которых резюмируются разные права, входящие в Конвенцию о правах ребенка (Приложение 2);
- Четыре плаката следующего содержания (Приложение 3):
 1. Что вам необходимо, чтобы выжить (Права на выживание).
 2. Что вам необходимо, чтобы расти и развиваться (Права на развитие).
 3. От чего нам нужна защита (Права на защиту).
 4. Что нам необходимо для участия в жизни общества (Права на участие).

Число участников: от 12 до 20 человек.

Продолжительность тренинга: 45 - 50 минут.

План тренинга:

1. Упражнение «Ассимиляция» – 7 минут.
2. Мини-сочинения на тему «Я – гражданин» – 10 минут.
3. Упражнение “Я-- согласен” – 5 минут.
4. Упражнение «Миниатюра» – 5 минуты.
5. Игра – упражнение «Город права» – 15 минут.
6. Рефлексия – 3 минут.

Ход тренинга

Тренер: Сегодня наша с вами задача вспомнить основные права детей, записанные в различных правовых документах. Говорят, что когда рождается человек, на небе загорается звезда. Мы тоже зажжем свои звезды вместе с вами в конце нашего занятия. А вот какого цвета они будут – зависит от того, как мы с вами проведем время.

1. *Упражнение «Ассимиляция».*

- Как вы считаете, какими качествами обладает настоящий гражданин?

Участники тренинга пишут ответ на индивидуальных листках бумаги, а затем озвучивают записи и прикрепляют их к доске.

2. *Мини-сочинения на тему «Я – гражданин».*

Каждый зачитывает своё сочинение.

3. Упражнение «Я согласен»

Заранее развешаны плакаты “я согласен” с одной стороны комнаты, “я не согласен” с другой стороны комнаты, “затрудняюсь ответить” посередине комнаты. Зачитываются утверждения по порядку. Предлагается тем, кто согласен с данным утверждением, перейти к плакату “я согласен”, тем, кто не согласен – к плакату “я не согласен”, кто не имеет определенного мнения или сомневается к плакату – “затрудняюсь ответить”. Цель упражнения заключается в развертывании обсуждения.

Утверждения:

1. Мужчины и женщины достигли равенства. Все, кто говорит, что женщины находятся в приниженном положении, не правы.
2. Все имеют одинаковые возможности для получения профессии дипломата.
3. Те, кто сегодня беден, плохо учились в школе.
4. Насилие всегда неправильно.
5. Должно быть, полное равенство между мальчишками и девчонками.
6. Если кто-то действует мне на нервы, я имею полное право устроить ему взбучку.

4. Упражнение «Миниатюра»

Заранее вывешены плакаты:

- Что вам необходимо, чтобы выжить. (Права на выживание).
- Что вам необходимо, чтобы расти и развиваться. (Права на развитие).
- От чего нам нужна защита. (Права на защиту).
- Что нам необходимо для участия в жизни общества. (Права на участие).

Тренер: Каждой группе дается Конвенция о правах ребенка. И предлагается выполнить задание.

7 ребятам предлагается по желанию (можно привлечь других) при помощи мимики, жестов (без слов) изобразить указанное в картинке право. Остальные должны решить, что разыгрывается и какой это тип права.

5. Игра упражнение «Город Права»

В игру можно играть по группам или же каждый будет играть сам за себя. После того как об этом договорились, участники или группы получают задание: нарисовать план воображаемой местности (например: город, поселок, деревня, город будущего). На каждом плане обязательно должны быть отмечены общественные здания: школы, больницы, почта и т.д. на выполнение задания дается 10 минут. Каждой группе или участнику выдаются сигнальные карточки. Каждый участник или группа рассказывает о плане своего населенного пункта, объясняет, какое право дети могут реализовать, в том или ином общественном месте. Чтобы не было повторов, группа или участник, если услышит мнение, схожее с их точкой зрения, свистит в свисток. Ведущий предлагает объяснить совпавшую позицию и привести примеры реализации прав ребенка. Игра заканчивается, когда все группы или участники рассказали о своих планах.

6. Рефлексия

Тренер: Когда рождается человек, то на небе зажигается звезда. Если звезды зажигаются, то это кому-нибудь нужно. Зажжем и мы свои звезды. Отобразите свое настроение в виде звезд.

Красная – мне понравилось, я многое для себя взял,
синяя – я не все понял, но я доволен,
зеленая – многое мне не удалось, но кое-что я для себя взял,
желтая – мне было не интересно, я для себя ничего не взял.

Тренинг «Я – среди людей»

Цель:

- формирование гендерной культуры учащихся;
- формирование положительной самооценки;
- развитие критического мышления посредством интерактивного включения учащихся во взаимодействие;
- развитие коммуникативных навыков.

Необходимые принадлежности:

- цветная бумага;
- скотч;
- бумага;
- ручки.

Число участников: от 12 до 20 человек

Продолжительность: 45-50 минут

План тренинга:

1. Вступительная часть – 3 мин.
2. Упражнение «Принципы» - 5 мин.
3. Упражнение «Знакомство» - 10 мин.
4. Упражнение «Кто такие Я» - 20 мин.
5. Итоговая рефлексия «Допиши фразу» - 7 мин.

Ход тренинга

1. *Вступительная часть*
 - Тема, цель, задачи тренинга.
 - Мини-лекция «Гендерные отличия»

Гендер - понятие, рассматриваемое современной социологией как противоположное понятию биологического пола человека. Отличие состоит в том, что биологический пол «выдается» человеку еще до рождения, и изменить его невозможно, если только с помощью хирурга. Гендер же – это весь поведенческий комплекс, присущий мужчинам и женщинам. Гендер может меняться в ходе исторического развития общества. Само понятие «гендер» возникло, когда ученые обнаружили, что биологический пол мало влияет на социальные роли мужчин и женщин. В итоге появилось определение гендера – это совокупность социальных и культурных норм, которые общество предписывает выполнять людям в зависимости от их биологического пола. И мужчины, и женщины, живущие в обществе, должны выполнять свои

гендерные роли, которое им приписало это общество. Естественно, в разных обществах и роли будут разными. Таким образом, гендер – это социальная модель человека, которая определяет его положение в обществе.

2. Упражнение «Принципы»

Цель: ознакомить учащихся с основными правилами работы. (Принцип – убеждение, норма, правило, которыми руководствуется кто-нибудь в жизни, поведении)

- уважай чужое мнение;
- говори только за себя : «Почему я так думаю?»
- не перебивай;
- исключай определения типа «правильно», «неправильно»
- дискуссия никогда не кончается»
- избегай дискуссий, которые могут закончиться ощущением того, что

кто-то победил, а кто-то проиграл.

3. Упражнение «Знакомство»

Цель:

- создание атмосферы доверия;
- формирование навыков самопрезентации;
- учиться видеть разнообразие.

А) «Моё имя ...». Предлагается каждому участнику назвать своё имя и свою любимую детскую игрушку.

Б) «Радуга»

На доске написаны слова: «Мальчики», «Девочки». Каждый участник выбирает две полоски цветной бумаги, цвет которой наиболее нравится и прикрепить его девочкам возле слова «девочки», а мальчикам возле слова «мальчики».

Вопросы для обсуждения:

- Какие цвета нравятся девочкам?
- Какие цвета нравятся мальчикам?
- Как выглядит картина на доске?

4. Упражнение «Кто такие Я?»

Цель: уметь определять себя как личность, отождествляя с существующими группами и отличая от них.

Вырабатывать комплексные ощущения причастности и индивидуальности.

Описание упражнения: 20 минут.

- Предложить учащимся на чистом листе бумаги поставить внутри точку. От этой точки, как из центра, проводить лучи, подписать так, как каждый хотел бы идентифицировать себя. (в семье – дочь..., в обучении – ученица...)

- Следует подчеркнуть то, что ответ надо давать на вопрос «кто?», а не «какие?».

- После 3-7 минут индивидуальной работы попросить всех встать и начать произвольно двигаться по комнате (техника броуновского движения)

- Объединившись в пары, учащиеся знакомят друг-друга с результатами своей работы. Рассказывают какие лучи, как они названы. Если в паре

встречаются лучики с одинаковыми названиями, то их помечают именем ученика.

- Спросить: «Какие впечатления от работы в группе?», «Много ли было найдено одинаковых названий лучиков?», «Много ли осталось лучиков без имен?», «Есть ли кто-то у кого все лучики заполнены?», «Как чувствует он себя?», «С каким лучиком вы чувствуете себя комфортно?», «С каким лучиком вы чувствуете себя не комфортно?», «Чего вам хотелось: чтобы все лучики совпали или нет?».

5. **Итог.** Рефлексия. «Допиши фразу».

«На занятии мне.....»

«Я узнал....»

«Я узнала..»

Учащиеся записывают на выбор фразу на листках бумаги, читают и прикрепляют к доске.

Тренинг «Я – имею право»

Цель:

- способствовать осознанию ребенком права на неприкосновенность его личности;
- воспитание эмоционально-ценностного отношения к людям и к себе;
- формировать умение отстаивать свои права в реальной жизни;
- развивать коммуникативные навыки.

Необходимые принадлежности:

- Конвенция ООН о правах ребёнка;
- Закон Республики Беларусь «О правах ребенка»;
- Декларация о правах ребенка;
- Цветная и белая бумага;
- Ручки;
- Скотч.

Число участников: от 12 до 20 человек

Продолжительность: 70 минут

План тренинга:

1. Вступительная часть – 3 мин.
2. Упражнение «Принципы» - 5 мин.
3. Упражнение «Знакомство» - 5 мин.
4. Упражнение «Что такое свобода мнения» - 15 мин.
5. Упражнение «Репортер» - 30 мин.
6. Итоги – 7 мин.

1. Вступление

Чрезвычайным событием, подвигшим энтузиастов, в частности, женщин, на защиту прав своих детей, стала первая мировая война. Пережив потрясение от сознания возможных чудовищных последствий бойни в масштабах планеты, союз спасения детей вместе с Лигой женщин в 1923 г. разработали и

предложили к рассмотрению на Ассамблеи Лиги Наций первую Декларацию прав ребенка из 5 пунктов. Она была подписана в 1924 году в Женеве на 5-й Ассамблее Лиги Наций.

После второй мировой войны принята Всеобщая декларация прав человека ООН (1948 г), а затем и Декларация о правах ребенка (1959 г.)

В 1978 г. польская делегация выступила с идеей создания конвенции о правах ребенка. Позиция польских гуманистов основывалась на идеях их известнейшего врача, педагога, психолога и писателя Януша Корчака, который вместе со своими питомцами добровольно шагнул из Варшавского гетто в печь крематория концлагеря Трешлинка.

На заседаниях ООН были сделаны доклады о серьезных нарушениях, от которых страдали дети: недоступность детского здравоохранения, ограниченных возможностях получения образования, стали известны данные о детях беженцах, узниках тюрем, жертвах войны.

В 1989 г. ООН приняла Конвенцию о правах ребенка. В ней 54 статьи, учитывающие практически все моменты, связанные с жизнью и положением ребенка в обществе.

В Беларуси Конвенция ООН о правах ребенка вступила в силу 31 октября 1990 г., а в 1993 г. Верховным Советом принят закон «О правах ребенка», который состоит из преамбулы и 5 разделов (37 статей)

2. Упражнение «Принципы»

Цель: ознакомить учащихся с основными правилами работы. (Принцип – убеждение, норма, правило, которыми руководствуется кто-нибудь в жизни, поведении)

- уважай чужое мнение;
- говори только за себя : » Почему я так думаю?»
- не перебивай;
- исключай определения типа «правильно», «неправильно»
- дискуссия никогда не кончается»
- избегай дискуссий, которые могут закончиться ощущением того, что

кто-то победил, а кто-то проиграл.

3. Упражнение «Знакомство»

Цель:

4. создание атмосферы доверия;
5. формирование навыков самопрезентации;
6. учиться видеть разнообразие.

Предлагается каждому участнику назвать своё имя и ответить на вопрос «Для меня очень важно иметь право на свободу мнения, потому что»

4. Упражнение «Что такое свобода мнения?»

Вступление. Становясь старше, мы становимся более свободны в выборе решений, которые влияют на нашу жизнь. В то же время и возрастает наша ответственность, потому что возможность самому строить свою жизнь означает самодисциплину, без которой нельзя достичь поставленной цели. Поэтому многие люди боятся свободы и избегают ответственности. Истинная свобода предполагает добровольное соблюдение норм и законов. Есть свобода и есть – вседозволенность. Давайте уточним, что такое свобода мнения? Тренер пишет на доске: «Что такое свобода мнения?» Учащиеся высказывают

свои суждения, которые записываются тренером на доске. Получившийся перечень зачитывается, а затем соотносится с текстом Закона РБ «О правах ребенка» (ст. 10), и Конвенции ООН о правах ребенка (ст. 12-16)

5. Упражнение: «Репортер»

Учащиеся делятся на три группы. Для этого тренер предлагает каждому взять круг понравившегося цвета (используется круги из цветной бумаги трёх цветов, по количеству участников)

Задание участникам.

Написать наибольшую статью в стенгазету на тему «Моё право на свободу», в которой осветить наиболее острые проблемы права на неприкосновенность личности, с которыми сталкивается ребенок в своей жизни.

Через 15 минут представители от репортерских групп по очереди читают свои заметки. Члены других групп имеют право задавать вопросы, уточнять изложенные положения. На обсуждение каждой заметки отводится 5-7 минут. В конце упражнения спросить: «Какие впечатления от работы в группе? Как вы считаете, ваши заметки, могут помочь защитить ваше право на неприкосновенность личности?»

6. Итоги

Цель:

- научиться анализировать свою работу в процессе занятия;
- научиться формулировать выводы;

Используется техника закончить предложение: «Сегодня на занятии я узнал/узнала..»

Тренинг “Я – имею обязанности”

Цель:

- дать понятие о неразрывной связи прав и обязанностей;
- формировать чувство ответственности за свои слова, действия и поступки через осознание возможных последствий правонарушений.

Необходимые принадлежности:

- Конвенция ООН о правах ребёнка;
- Закон Республики Беларусь «О правах ребенка»;
- Декларация о правах ребенка;
- Цветная и белая бумага;
- Ручки;
- Скотч;
- Ватман;
- Бумага для записей.

Число участников: от 12 до 20 человек.

Продолжительность: 80 минут.

План тренинга:

1. Вступительная часть – 3 мин.
2. Упражнение «Принципы» - 5 мин.
3. Упражнение «Знакомство» - 5 мин.

4. Упражнение «Мои обязанности» -- 15 мин.
5. Упражнение «Ролевая позиция» -- 45 мин.
6. Итоги – 7 мин.

1. *Вступительная часть*

Ребенку предоставляются многие права, в законодательстве Республики Беларусь учитывается его особое правовое положение. Но не следует забывать об уважении чужих прав. Нарушая чьи-то права можно преступить не только моральные, но и юридические нормы. В обществе у человека есть не только права, но и обязанности. Об этом четко сказано во Всеобщей декларации прав человека (ст. 29). Ответственность за преступления наступает с 14 лет. Сегодня тема нашего занятия “ Я – имею обязанности”

2. *Упражнение “Принципы”*

Цель: ознакомить учащихся с основными правилами работы. (Принцип – убеждение, норма, правило, которыми руководствуется кто-нибудь в жизни, поведении)

Тренер зачитывает основные принципы и предлагает подобрать к каждому принципу пословицу (принципы и пословицы записаны на ватмане)

Принципы:

- уважай чужое мнение;
- говори только за себя: «Почему я так думаю?»;
- не перебивай;
- исключай определения типа «правильно», «неправильно»;
- дискуссия никогда не кончается;
- избегай дискуссий, которые могут закончиться ощущением того, что

кто-то кого-то победил, а кто-то проиграл.

Пословицы:

- На весь мир не угодишь;
- Не боги горшки обжигают;
- Поживём – увидим
- Не ошибается тот, кто ничего не делает;
- Охота пуще неволи;
- Правда всегда перетянет;
- Всё хорошо, что в меру

3. *Упражнение «Знакомство»*

Цель:

- создание атмосферы доверия;
- формирование навыков самопрезентации;

Предлагается каждому участнику назвать своё имя и обязанность. “Меня зовут, моя обязанность...”

4. *Упражнение “Мои обязанности”*

Члены любого общества имеют не только права, но и обязанности. По мере взросления человека у него расширяются юридические возможности и одновременно растут юридические обязанности. В Законе Республики Беларусь “О правах ребенка” об обязанностях говорится в ст. 11. Давайте уточним какие обязанности есть у нас.

“Мозговой штурм”.

Тренер пишет на доске: “Мои обязанности”. Учащиеся называют известные им обязанности, которые записывают на доске. Получившийся перечень зачитывается, а затем соотносится с текстом статьи 11 Закона Республики Беларусь “О правах ребёнка”.

5. Упражнение “Ролевая позиция”

Участники тренинга делятся на пять групп. Используется техника броуновского движения. Учащиеся, изображая молекулы беспорядочно двигаются по залу. По команде тренера они объединяются в группы по три или пять человек в зависимости от количества участников. Далее проводится анализ проблемно-ролевой ситуации с позиции разных участников событий. Тренер знакомит с проблемной ситуацией. Девятиклассникам Коле и Саше хотелось курить, а денег не было. Вышли на улицу в надежде встретить кого-нибудь знакомого. На остановке стоял паренек примерно их возраста. Это был Виталий.

- Дай закурить! – крикнул Саша.

- Свои надо иметь, - огрызнулся Виталий.

- Ах ты, жила!

- Подрости ещё, - презрительно повернулся к нему Виталий.

Обида захлестнула Сашу, и он ударил Виталия, тот ответил ударом. На помощь Саше поспешил Коля, и они вдвоем стали избивать упавшего Виталия. За ними наблюдали трое школьников: второклассник и двое семиклассников: Борис и Миша. Чувствуя внимание подростки издевались над жертвой. Вскоре малыш убежал, а двое других наблюдали за избиванием до конца. Одному из них, Борису, преступники поручили дать знать, если покажется милиция.

Тренер предлагает группе обсудить ситуацию в течении 10 минут в соответствии с заданной ролевой позицией. Каждая группа получает карточку с вопросами.

1. Группа “Свидетели”

- Чем объяснить и как оценить поведение Бориса и Миши? (Мужская подростковая солидарность? Преклонение перед сильной личностью? Им было интересно? Имеют ли они право на такое любопытство?)

2. Группа “Преступников”

- Почему Саша ударил Виталия?
- Как можно объяснить действия Коли?
- Как надо было поступить? (Пустить в ход кулаки? Сказать обидчику грубое, унижающее, обидное слово? Оставить Виталия в покое и отойти?)

- Явился ли удар Саши защитой своей чести и достоинства?

3. Группа «пострадавших»

- Почему Виталий разговаривал таким тоном с Сашей и Колей?
- Может быть Виталий защищал свое право на невмешательство в личную жизнь?

- Какими средствами защиты располагает человек, и в частности подросток? Как бы повел себя Саша, если бы Виталий ответил вежливо?

4. Группа «близких»

- Какие письма сыновьям в этой ситуации могли написать мамы Саши, Виталия, Бориса.

5. Группа «Судьи»

- Какие границы имеет право на защиту чести и достоинства?
- Существует ли юридическое и моральное право на любопытство?
- Можно ли привлечь Бориса и Мишу к :а) юридической, б) моральной

ответственности?

- Кого из них можно привлечь к ответственности за соучастие в преступлении?

Каждая группа после 10 минутного обсуждения представляет ответы на полученные задания. Участники других групп имеют право задавать вопросы, высказывать своё мнение.

В процессе дискуссии акцентируется внимание учащихся на чувствах каждого участника конфликтной ситуации, что способствует осознанию личностной ценности прав и обязанностей.

На обсуждение каждого задания отводится 5 минут.

6. **Итог.** Рефлексия.

Цель: Научиться анализировать свою работу в процессе занятия. Задание выполняется с использованием техники «Закончите предложение»:

- Сегодня я поняла ..

- Сегодня я понял ...

Учащиеся записывают предложение на листках бумаги, озвучивают и приклеивают на доске.

Тренинг «Я – частица природы»

Цель: Формирование у учащихся осознанного представления о разнообразии, уникальности и ценности природы Республики Беларусь, воспитание патриотических чувств, установка на активное участие в природоохранной деятельности.

Формирование ценностных экологических ориентаций, развитие экологической «Я – концепции», развитие субъективности участников педагогического взаимодействия.

Необходимые принадлежности:

- Цветная и белая бумага;
- Ручки;
- Скотч.
- Маркеры
- Бумага для записей
- Материалы раздаточные для проведения заочных экскурсий о Бело-вежской пуще, Красной книге РБ, Березинском биосферном заповеднике, охраняемых животных Городочкины;
- Карточки с заданиями для групп;
- Изображения животных: зубр, бурый медведь, белка-лентяга, белая цапля.

Число участников: от 12 до 20 человек

Продолжительность: 80 минут

План тренинга:

- Упражнение «Принципы» - 5 мин.
- Упражнение «Знакомство» -- 7 мин.
- Вступление – 3 мин.
- Мозговой штурм -- 10 мин.
- Упражнение «Экскурсия» -- 25 мин.
- Упражнение «Я предлагаю» -- 15 мин.
- Итоги – 5 мин.

Оформление доски

«Любая форма жизни является уникальной, заслуживает уважения и должна сохраняться»

(Всемирная Хартия природы, 1982 г.)

1. Упражнение «Принципы»

Цель: ознакомить учащихся с основными правилами работы. (Принцип – убеждение, норма, правило, которыми руководствуется кто-нибудь в жизни, поведении)

- уважай чужое мнение;
- говори только за себя : » Почему я так думаю?»
- не перебивай;
- исключай определения типа «правильно»,»неправильно»
- дискуссия никогда не кончается»
- избегай дискуссий, которые могут закончиться ощущением того, что кто-то победил, а кто-то проиграл.

2. Упражнение «Знакомство»

Используется метод «Цветные фигуры» (квадраты, круги, цветки из цветной бумаги)

Тренер предлагает каждому участнику взять цветную фигуру, которая по форме и цвету соответствует эмоциональному состоянию. Далее предлагается каждому объяснить свой выбор, что символизирует для него форма и цвет фигуры.

Метод «Заверши фразу». «Мое имя Я выбрала...»

Итог: индивидуальность каждого, мы разные.

3. Вступление

Естественный отбор за миллиарды лет дал человечеству наиболее ценный ресурс планеты – биологическое разнообразие, или биоразнообразие. Сохранение его в последние годы стало одной из самых актуальных экологических проблем. Почему возникла эта проблема, и почему так важно сохранять существующее биологическое разнообразие? Есть множество весомых аргументов.

Во-первых, невозможно будет спасти отдельный вид – Человека разумного, если не будут существовать зеленые растения, животные, микроорганизмы, которые эффективно поддерживают жизнь на планете, живут и трудятся на каждом клочке земной поверхности, создавая и обеспечивая экологическое равновесие.

Во-вторых, видовое разнообразие растений и животных обеспечивает нас новыми источниками питания, энергии, сырья, химических и лекарственных продуктов.

В-третьих, каждый вид обладает неповторимым генофондом, который сложился в результате естественного отбора и представляет материал для дальнейшего процесса эволюции. Охране подлежит весь генофонд биосферы, своего рода гигантская генетическая библиотека.

Поскольку нельзя предсказать, какие виды могут стать со временем родоначальниками групп живых организмов было бы величайшей ошибкой не дать сохранить какой-либо вид.

Пятая часть видов растений и животных, обитающих сегодня на нашей планете, может безвозвратно исчезнуть уже к 2020 году.

В настоящее время в Беларуси обитает 11500 видов растений, 30 000 видов беспозвоночных животных и 457 видов позвоночных животных.

С начала XVII века на территории Беларуси в результате человеческой деятельности исчезло более 20 видов позвоночных животных: лесной бык – тур, дикая лошадь – тарпан и т.д., 46 видов растений, 238 видов почвенных беспозвоночных животных.

Сохранение биологического разнообразия одна из самых актуальных экологических проблем.

4. Мозговой штурм

Оформление доски.

«Сохранение биоразнообразия одна из самых актуальных экологических проблем»

1. Почему возникла эта проблема?

2. Почему важно сохранять биологическое разнообразие?

1.
2.
3.
4.

1.
2.
3.
4.

Тренер предлагает учащимся высказать свои суждения по данной проблеме. Высказывания записываются на доске. Получившийся перечень зачитывается, обсуждается, делается вывод о необходимости изменений в хозяйственной и экономической деятельности, уменьшении антропогенного воздействия на природу, соблюдении законов РБ в области охраны природы.

Примерные ответы учащихся: 1. Вырубка лесов, осушение болот, строительство дорог, торфоразработки, загрязнение воды, воздуха, почвы, добыча калийной соли, человеческий эгоизм ... и т.д. 2. Экологическое равновесие, организмы – основа биосферы, источники питания, материал эволюции, генофонд и т.д.

5. Упражнение «Экскурсия»

Учащиеся делятся на 4 группы. Для разделения на группы используется метод «4 угла». В доступном месте закреплены изображения животных: зубр, белка летяга, бурый медведь, белая цапля. Учащимся предлагается подойти к понравившемуся изображению.

Каждой группе даётся задание провести заочную трёхминутную экскурсию по темам:

- По страницам Красной Книги Республики Беларусь – белая цапля;
- Беловежской пуще – 600 лет (зубр);

- Редкие и охраняемые животные Городокчины (белка – летяга)
- Березинский биосферный заповедник (бурый медведь)

Задание группам. В течении 10 минут знакомиться с предложенным материалам. Каждый участник группы участвует в проведении экскурсии. Время для проведения экскурсии – 3 минуты.(материал по темам готовится на каждого участника группы)

Каждая группа проводит заочную экскурсию в соответствии с заданной темой.

6. Упражнение «Я предлагаю»

Задание группам.

Обсудите: «Какие меры необходимо принять для сохранения биоразнообразия?» предложения запишите на ватмане под общим названием: «Я предлагаю...». На задание – 10 минут. Каждая группа зачитывает свои предложения.

7. **Итоги.** Рефлексия.

Учащимся предлагается завершить одну из фраз:

- Занятие заставило меня задуматься о ..
- По отношению человека к природе можно судить о ...
- Ответственно относиться к природе – это значит....

Тренинг «Эффективные коммуникации» для классных руководителей

Цель: Обучение эффективным коммуникациям с помощью интерактивных методов, которые позволяют организовать процесс обучения с учётом индивидуальных особенностей и направлены на развитие критического мышления.

Необходимые принадлежности:

- Бумага
- Ручки
- Скотч
- Салфетки
- Ватман

Число участников: от 12 до 20 человек.

Продолжительность: 65 минут.

План тренинга:

1. Вступительная часть – 3 мин.
2. Упражнение «Принципы» – 5 мин.
3. Упражнение «Знакомство» – 10 мин.
4. Упражнение «Снежинки» – 20 мин.
5. Упражнение «Кто такие я» – 20 мин.
6. Итоги. Рефлексия. – 7 мин.

Ход тренинга

1. Вступление

- Знакомство с темой и задачами тренинга.

- «Развитие коммуникативных навыков»

2. Упражнение «Принципы»

Цель: ознакомить учащихся с основными правилами работы. (Принцип – убеждение, норма, правило, которыми руководствуется кто-нибудь в жизни, поведении)

- уважай чужое мнение;
- говори только за себя : » Почему я так думаю?»
- не перебивай;
- исключай определения типа «правильно»,»неправильно»
- дискуссия никогда не кончается»
- избегай дискуссий, которые могут закончиться ощущением того, что

кто-то победил, а кто-то проиграл.

3. Упражнение «Знакомство»

Участника предлагается назвать своё имя и закончить фразу «От занятия я жду ...». Каждый участник пишет своё имя и фразу на листке бумаги, озвучивает и закрепляет на ватмане.

4. Упражнение «Снежинки»

Цель: учиться видеть разнообразие.

Описание упражнения.

- Раздать присутствующим салфетки и листы бумаги.

- Предложить встать и повернуться спиной к кругу. Предложить выполнять то, что предложит тренер, не переспрашивая, а делая так, как считаете нужным.

- Разверните салфетку.

- Сложите салфетку вдвое, оторвите верхний левый угол.

- Сложите салфетку вдвое, оторвите нижний правый угол.

- Сложите салфетку вдвое, оторвите нижний левый угол.

- Сложите салфетку вдвое, оторвите верхний правый угол.

- Сложите салфетку вдвое, оторвите нижний правый угол.

- Повернитесь в круг лицом, разверните салфетки и покажите в круг.

Обсуждение.

- Какие мысли у вас возникают? Какие вопросы?

- Какая из «снежинок» более правильная? Почему?

- Можно ли вообще ставить вопрос о правильном или неправильном выполнении упражнения? Почему?

- Какие риски может иметь однообразие мира?

- Как из можно преодолеть?

- Какие риски может иметь разнообразие мира?

- Как их можно преодолеть?

5. Упражнение «Кто такие я»

Цель: - уметь определять себя как личность, отождествляя с существующими группами и отличая от них.

- вырабатывать комплексные ощущения причастности и индивидуальности.

Описание упражнения.

- Предложить присутствующим на чистом листе бумаги поставить внутри точку. От этой точки, как из центра, проводить лучи, подписывая каждый так, как человек хотел бы описать, определить себя в разных сферах общественной жизни (в семье – сын, дочь...; в обучении – студент, студентка; на работе – психолог, руководитель и т.п.)

- Ответ надо давать на вопрос «кто», а не «какие».

- После 5 минут индивидуальной работы попросить всех встать и начать произвольно двигаться по комнате (техника «броуновское движение»). Объединяясь в пары участники знакомят друг друга с результатами своей работы. Для этого, при встрече в парах, рассказывают, какие у них лучи, как они названы. Если в паре «встретятся» лучики с одинаковым названием, то их следует пометить именем человека, у которого есть такой же лучик. Так надо обойти по возможности большее количество присутствующих.

Обсуждение.

- Какие впечатления от работы в группе?

- Много ли было найдено одинаковых названий лучиков?

- Много ли осталось лучиков без имён других участников и участниц?

- Есть ли кто-то, у кого все лучики заполнены?

- Как чувствует себя этот человек?

- Что мы узнали о себе?

- Что мы узнали о других?

- Для чего мы делали эту игру?

5. Итоги. Рефлексия.

Участникам тренинга предлагается закончить фразу «Сегодня на занятии я ...».

Каждый участник озвучивает своё высказывание и прикрепляет на ватман.

Вопросы для обсуждения:

- Почему важно подводить итоги?

- Как итоги связаны с ожиданиями?

Литература:

1. Материалы тренингов «Эффективные коммуникации», 2004 г.
2. «Диалог разнообразия», 2004 г. (Информационно-консультативный женский центр).
3. С.С. Кашлев. Интерактивные методы развития экологической культуры учащихся. - Минск, 2007 г.
4. Л.И. Смагина, А.С. Карнейчик, А.А. Петрикевич, А.И. Царик. Сто уроков по правам ребёнка. - Минск, 1998 г.

Змест

Прадмова	2
Трэнінг: «Я - грамадзянін» (дадаткі 1-4)	4
Трэнінг «Я - сярод людзей»	11
Трэнінг «Я - маю права»	13
Трэнінг «Я - маю абавязкі»	15
Трэнінг «Я - часціца прыроды»	17
Трэнінг «Эфектыўныя камунікацыі» для класных кіраўнікоў	20
Определение “Я-концепции”	23
Тренинг: «Я – гражданин»	28
Тренинг «Я – среди людей»	30
Тренинг «Я – имею право»	32
Тренинг “Я – имею обязанности”	34
Тренинг «Я – частица природы»	37
Тренинг «Эффективные коммуникации» для классных руководителей	40

