

«Я расту, я изменяюсь»

*Программа развивающих занятий по формированию гендерно-паритетных
(равноправных) отношений дошкольников*

разработала
учитель-логопед Коваленко О.В.

Актуальность.

Проблема формирования гендерной культуры ставит перед современным образованием такие вопросы, как: отсутствие культуры взаимоотношений мальчиков и девочек; размытость представлений об идеале мужчины и женщины; пассивное участие мужчин в воспитании детей; недостаточное внимание к вопросам полового просвещения; негативное влияние средств массовой информации; маскулинизация девочек и феминизация мальчиков.

Функции образовательных учреждений сосредоточены в основном на передаче знаний. Вместе с тем, дошкольное учреждение представляет один из главных институтов социализации, главная задача которого состоит в комплексном формировании личности ребенка (одним из компонентов которого является гендерная культура).

Современная наука располагает данными о том, что наиболее глубокие слои психики личности, определяющие все последующее развитие личности человека, основываются на исторически сложившейся культуре самосознания человека и в нём половая принадлежность – самая первая категория, в которой ребенок осмысливает свое «Я» (Б.Г. Ананьев, 1968; В.С. Мухина, 2003; И.С. Кон, 1988).

В разработанной нами программе коррекционно-развивающих занятий «Я расту, я изменяюсь» акцентируется внимание преимущественно на формировании гендерно-паритетных (равноправных) отношений детей, построенных на подчеркивании сходства личности детей мужского и женского пола, на формировании навыков межконфликтного взаимодействия, предупреждении гендерной агрессии и насилия, выработки уважения к представителям противоположного пола и т.д.

Основными целями программы «Я расту, я меняюсь» стали:

- Формирование адекватного представления о гендерных стандартах; формирование представления о том, что пол не является основанием для дискриминации по какому-либо показателю, что он дает возможность мальчику и девочке пользоваться правами человека во всей полноте этого понятия, рождает силы для взламывания «стеклянных потолков», свободного выбора путей и форм самореализации на уровне своей неповторимой индивидуальности.

- Развитие умения сотрудничать, считаться с особенностями в позициях и взглядах людей, обусловленных половыми различиями; оптимизация внутригрупповых отношений, осмысление своего персонального «Я» как части общего «Мы», своей группы (класса).

- Профилактика нарушений гендерной идентичности.

Выбирая способы реализации целей, мы ставили перед собой *задачу* не только и не столько информировать участников программы о роли культуры в формировании гендерных стереотипов, сколько сформировать стойкие убеждения, ценности в приемлемости и неприемлемости традиционных способов поведения (доминантность мальчиков – подчиняемость девочек),

создание системы ценностей, основанных на равенстве, равноправном взаимодействии (признание индивидуальности, неповторимости каждого члена коллектива).

В связи с этим нами были выделены следующие **формы работы**:

- Индивидуальное консультирование детей и их родителей.
- Групповые занятия.
- Совместные тренинги детей и их родителей.
- Групповая работа учителей и родителей.
- Групповая работа учителей и учащихся.

По своей *структуре* занятия состоят из следующих частей:

1. Ритуал приветствия. Целью проведения ритуала приветствия является сплочение группы, создание доверительных отношений, необходимых для эффективной работы.

2. За ритуалом приветствия следует мотивирующее упражнение или обсуждение, благодаря которому ребенок получает возможность обратиться к личному опыту, связанному с заявленной проблемой.

3. Работа по теме занятия. Основное содержание занятия представляет собой совокупность психотехнических упражнений и приемов, которые подбираются в соответствии с задачами, сформулированными для работы над каждой темой. Приемы в большинстве являются авторскими.

4. Подведение итогов занятия. Оно предполагает формулирование основных результатов, достигнутых на уроке, подчеркивание вклада всех участников урока в общий результат.

Программа рассчитана на 15-18 развивающих занятий, каждое из которых длится 40-60 минут.

Особенностью работы по данной программе (в связи со спецификой гендерной проблематики) является то, что каждый ребенок получает возможность обратиться к ведущему за дальнейшей индивидуальной консультацией по поводу той личной проблемы, которая актуализируется в ходе тренинга нуждается в проработке и дальнейшем осмыслении.

Содержание программы развивающих психологических занятий «Я расту, я изменяюсь»

Содержание программы
1 блок
Что такое «настоящий» мальчик и «настоящая» девочка? Социальные роли. Что мы должны уметь и знать? Правила дружбы и сотрудничества.
Из чего только сделаны наши мальчики и наши девочки? (различия и сходство) Умей видеть хорошее. Внешность и характер. Что такое мода для девочек и мальчиков? Что важнее – ум или сердце, красота или сила? Что такое красота души?
Что такое «трудный» мальчик, «трудная» девочка? Почему бывает сложно общаться с родителями? Мои положительные и отрицательные черты характера.

2 блок
Как мы общаемся? Что такое дружба? Кто мой настоящий друг. Мой друг ... мальчик (девочка). Что такое равенство в общении?
Что такое вежливость? Умей слушать и слышать. Умей держать слово. Что такое забота о другом? Умение уступить другому.
Умей сказать «да» и «нет». Что означает отстаивать свою точку зрения? Искусство побеждать. Как защитить то, что мне дорого? Не причиняй зло словами. Что такое сплетни и как с ними бороться? Чистота тела, одежды, мыслей.
Мои права в семье. Кого люблю, кому доверяю. Что такое права ученика – девочки, мальчика?
3 блок
Я – это интересно. Мое имя, что оно значит, чем помогает? Мое уникальное «Я». Если бы моим другом был я сам
Каким я могу быть, каким я хочу быть? Как защитить свои идеалы? Что такое уверенность в себе? Барьеры, которые создаю я сам. Что мне в себе нравится, а что не нравится?
О пользе и критике. Не бойся оценки. Я и мои одноклассники и одноклассницы. Наши права и наши обязанности. Мы растем и меняемся.
Всего по классам

Примерные схемы разработанных развивающих занятий приводятся ниже.

Блок 1

Занятие 1

«Из чего только сделаны наши мальчики и наши девочки».

Цели: Формирование адекватных представлений о сущности гендерных ролей. Акцентирование внимания не столько на различиях, сколько на сходстве детей мужского и женского пола.

Ход занятия

1. Организационный момент.
2. Приветствие участниками друг друга.
3. Работа по теме.

Ведущий: Здравствуйте, ребята. Сегодня наше первое занятие, и начнем мы его с того, что познакомимся. Вы знакомы друг с другом, знаете, как кого зовут, но может быть, у каждого из вас есть заветная мечта называться как-то по-другому. Сегодня ваше желание исполнится. Пусть каждый подумает, как он хотел бы, чтобы его звали, и скажет нам.

Некоторое время (1-2 минуты) дети думают, потом по очереди произносят желанное имя, оно может остаться прежним или быть уменьшительно-ласкательной формой своего же имени. Также ребенок может называться по-другому. Новые имена произносятся медленно, чтобы остальные могли запомнить.

Ведущий: Давайте с вами договоримся, если кто-то забыл чье-то имя, то он должен взять за руку того, чье имя позабыл и посмотреть ему в глаза. А тот подскажет. Хорошо?

Теперь, когда мы познакомились, давайте поприветствуем друг друга. Коснитесь ладонью правой руки локтя своего соседа и пожелайте ему доброго дня.

Ведущий: Вы знаете, что мальчики отличаются от девочек. Не только потому, что девочки носят заколочки и платья, а мальчики нет, но и потому, что ведут себя по-разному. Сколько раз вы слышали от взрослых “нельзя так себя вести, ты же девочка” или “не плачь, ты же мальчик”. А давайте подумаем, почему так происходит? В наших занятиях мы попробуем понять, что, значит, быть мальчиком, что, значит, быть девочкой и что есть общего между вами. Как нам научиться общаться и понимать друг друга?

Ведущий: - А теперь давайте с вами разобьемся на две группы. В одной группе сегодня будут только мальчики, в другой девочки.

Группа разбивается на две – в одной мальчики, в другой – девочки. Садятся недалеко друг от друга каждый в свой полукруг, как раз отделяясь, друг от друга этим небольшим расстоянием. Если детей много, то этот полукруг можно еще более закруглить, чтобы детям было удобнее общаться, но не сильно, иначе возникнет чувство изолированности одной группы от другой.

Ведущий: Каждая группа является членами экипажа космического корабля. В результате поломки вы были вынуждены совершить посадку на близлежащую планету. Вам нужно починить корабль, иначе вы не сможете взлететь. А планета оказалась обитаема, там есть жители. Вы можете попробовать починить корабль сами или попросить о помощи жителей планеты. Также вы можете попросить о помощи членов команды соседнего корабля. Посоветуйтесь с членами своей команды, как вы хотите поступить.

В течение 5-10 минут команды обсуждают ситуацию и принимают решение.

Игра «Цветик-семицветик»

Ведущий: «Каждый из вас, сорвав лепесток, может задумать одно заветное желание. Рассказать о нем другим можно только тогда, когда лепесток облетит весь свет.

Лети, лети, лепесток,
Через запад на восток,
Через север, через юг.
Возвращайся, сделав круг.
Лишь коснешься ты земли,
Быть по-моему вели».

Желания мальчиков должны быть направлены на интересы девочек, а желания девочек, на интересы мальчиков.

Упражнение «Список черт характера».

Ведущий: Завершите фразу по очереди: «Я хочу, чтобы в моем характере были такие черты ... ». «Я хочу, чтобы в моем характере не было таких черт...».

С детьми обсуждаются положительные черты характера, которые являются общими у всех учащихся (мальчиков, девочек).

4. Завершение занятия.

Занятие 2

«Правила дружбы и сотрудничества».

Цели: Информирование о правильном гендерно-ролевом поведении. Формирование представлений о бесконфликтном межполовом общении как основы гендерной культуры.

Ход занятия

1. Организационный момент.
2. Приветствие участниками друг друга.
3. Работа по теме.

Ведущий: Сегодня мы снова разделимся на две группы: в одной группе будут мальчики, в другой – девочки.

Ведущий: Где-то посреди огромного океана есть загадочный остров, огороженный от всего мира зачарованной завесой. На острове живут волшебные феи разных цветов, это наши девочки. Они могут путешествовать по разным местам, оставаясь незамеченными столько, сколько хотят.

Девочкам предлагается выбрать себе разноцветные накидки, приготовленные заранее.

Ведущий: И феи долго жили одни, пока однажды одна из них, вернувшаяся из путешествия не рассказала им историю о том, что в одном городе живут мальчики, которых злой волшебник заколдовал, отобрав у них радость и смех. Мальчики теперь всегда ходят грустные и печальные. Феи, поможете ли вы мальчикам вернуть радость? Мальчики, а вы хотите снова смеяться и веселиться? Как вы думаете, девочки помогут вам?

Здесь инициатива изначально передается девочкам, мальчикам не предлагается просить о помощи, сама ситуация смоделирована так, что они в ней нуждаются. Девочкам предлагают не просто помочь мальчикам, но и объединиться, то есть выработать общую стратегию поведения для достижения цели. Поэтому сначала высказываются девочки, а потом мальчики.

Ситуация может развиваться по следующим моделям:

1. Если девочки соглашаются помочь, значит, они проделывают какие-то волшебные действия (встают в круг, отдают свои плащи, машут волшебными палочками – это выбирает ведущий или сами дети).

2. Девочки по каким-то причинам не хотят помочь. Они отказывают и объясняют причину отказа. Если эта причина связана с поведением

мальчиков, ведущий спрашивает, могут ли мальчики устранить эту причину, и согласятся ли тогда девочки помочь им.

После разрешения данной ситуации ведущий предлагает высказать свое отношение к ситуации.

Ведущий: Но, помогая мальчикам, девочки исчерпали всю силу, что была им дана. Мальчики, вы поможете феям вернуть былое могущество? Для этого вам надо поблагодарить фей за спасение, сказать им добрые и хорошие слова.

Ведущий: Ребята, я предлагаю вам составить правила дружбы для мальчиков и девочек. Давайте подумаем и напишем, какими бы вы хотели видеть друг друга.

4. Завершение занятия.

Занятие 3

«Социальные роли: что мы должны уметь и знать в общении».

Цели: Формирование представления о культурно обусловленных гендерных стереотипах поведения; работа по формированию убеждения в том, что в поведении людей разного пола больше сходства, нежели различий.

Ход занятия

1. Организационный момент.

2. Приветствие участниками друг друга.

Ведущий: Здравствуйте, ребята. Давайте поприветствуем друг друга.

Дети здороваются друг с другом, глядя друг на друга, улыбаясь и пожимая руки.

3. Работа по теме.

Ведущий: Вы все живете в красивом городе, где много хороших людей. Но мальчики и девочки там не всегда понимают друг друга. Мальчики обижают девочек, а девочки не хотят с мальчиками играть. Но вот однажды, в город прилетел волшебник и решил помочь мальчикам и девочкам. Он взял и превратил на час девочек в мальчиков, а мальчиков в девочек. И дал возможность побыть в роли представителя противоположного пола.

Детям предлагается ситуация, в которой они меняются ролями.

Ведущий: Час прошел, и вы снова стали сами собой. С возвращением! А кому-нибудь понравилось быть другим? А что можно узнать, став на час девочкой? Мальчиком?

Если есть желающие, они высказывают свое мнение. При необходимости, оно обсуждается. Если желающих нет, то ведущий просит высказаться наиболее активных участников дискуссии.

Игра «Кому что подходит»

Перед учащимися на столе раскладываются карточки с изображением действий («рубашкой» вверх), характерных для девочек (женщин) и мальчиков (мужчин). Например: стирка белья, забивание гвоздей, приготовление пищи, покупка продуктов, управление машиной, укачивание

ребенка и т.д. Дети по очереди выбирают карточку, изображают данное действие и описывают свои ощущения.

Игра «Ассоциация»

Ведущий: Назовите как можно больше ассоциаций, которые приходят вам на ум в связи со словом «девочка» («мальчик»). Напишите на листе бумаги в две разные колонки качества, которые с вашей точки зрения более характерны для девочек, для мальчиков.

Ведущий предлагает обсудить:

- Какие из перечисленных качеств принадлежат только девочкам, а какие – мальчикам.

- Встречаются ли в жизни девочки (мальчики) с противоположными качествами (добрая - злая, умный - глупый, сильный - слабый, заботливая - эгоистка).

- Может ли одним и тем же качеством обладать человек другого пола (мальчик может быть нежным и заботливым? Девочка может быть смелой, сильной?).

Игра «Вспомним сказки»

Ведущий: Назовите сказочных персонажей женского рода (Золушка, Метелица, Снежная Королева, Красная Шапочка, Баба Яга и т.д.) и сказочных персонажей мужского рода (Змей Горыныч, Морозко, Кощей Бессмертный, Илья Муромец). Сравните их, кто в большей степени обладает позитивными качествами, а кто отрицательными. Давайте придумаем сказку на новый лад и поменяем местами сказочных героев (мужского и женского пола) в нашем сюжете. Что из этого получилось? (дети обсуждают и делают выводы).

4. Завершение занятия.

Блок 2

Занятие 4

«Умение уступить другому, умей слушать и слышать».

Цели: Формирование позитивных стратегий взаимодействия. Формирование гендерно-паритетного самосознания.

Ход занятия

1. Организационный момент.
2. Приветствие участниками друг друга.
3. Работа по теме.

Ведущий: Сегодня мы разделимся на две группы: давайте рассчитаемся на первый – второй. Первые номера будут в одной группе, вторые – в другой.

Ведущий: Каждая группа летит в самолете над ледяной пустыней Антарктиды, и вдруг самолет падает. В самолете есть парашюты, вы можете спастись, но чтобы выжить в холодной пустыне вам надо взять с собой все необходимые вещи. У вас есть теплые одеяла, несколько пакетов с едой, теплая одежда и телефоны. Первой группе разрешается взять что-либо из личных вещей, а второй – необходимые вещи. Подумайте, кому бы вы

уступили право взять что-то ценное, а кто из вас принял бы решение взять необходимые для выживания вещи. Помните, чем быстрее вы определитесь, тем легче вам спастись.

Некоторое время (15-20 минут) дети думают и решают. Потом высказывают свое мнение, поясняя его.

Если список вещей детям непонятен, ведущий может заранее записать на листок все необходимое для спасения так, чтобы количество вещей в этом списке равнялось половине количества детей в группе.

Когда дети озвучивают свое решение, ведущий просит пояснить, почему группа поступила так, и как поступил или хотел поступить каждый отдельный член группы.

Ведущий: Как вы думаете, ребята, должны ли мальчики уступать девочкам? А девочки мальчикам? Должны ли девочки жертвовать своими интересами ради мальчиков и наоборот? (групповое обсуждение).

Упражнение «Карикатура»

В группе выбирается один ребенок. Дети обсуждают, какие качества личности они ценят в этом ребенке, а какие им не нравятся. Затем группе предлагается нарисовать этого ребенка в шутовском виде.

После рисования можно выбрать самый лучший рисунок. На следующем занятии «предметом» обсуждения может стать другой ребенок. Игра помогает осознать свои личностные качества, дает возможность «посмотреть на себя со стороны».

4. Завершение занятия.

Занятие 5

«Мой друг ... мальчик (девочка)»

Цель: Работа по переформированию индивидуальных предвзятых установок и дискриминирующего положения отношения к представителям противоположного пола, то есть преодоление гендерно-обусловленных предрассудков.

Ход занятия

1. Организационный момент.
2. Приветствие участниками друг друга.

Упражнение «Дружеский микрофон»:

Сегодня я хочу пожелать всем

3. Работа по теме.

Ведущий: Все вы читали различные объявления в газете. Сегодня вы сами напишете объявление... о себе. О том, какие вы. А потом мы повесим ваши объявления на доску. Подумайте, что бы вы хотели написать о себе, чтобы привлечь к себе новых друзей.

Делается вывод о тех чертах, которые предпочитаемы в дружбе. И каждому предлагается задуматься, а он обладает такими чертами? Какими хотел бы обладать? И что нужно сделать для осуществления своего желания.

Ведущий: Ребята, у вас есть друзья? Что мы ценим в друге, как в человеке? А что такое дружба? Как вы себе ее представляете? Напишите, какие черты вы хотели бы видеть в друге. Давайте внимательно посмотрим на фотографии и подумаем, кого бы вы выбрали в качестве друга и почему?

Упражнение «Окажи внимание другому»

Дети становятся в круг и по очереди говорят что-нибудь положительное одному из участников игры: «Мой друг добрый, заботливый, умный, ... ». Знаками внимания могут отмечаться личностные качества, внешность, умения, манера поведения и т.д.

4. Завершение занятия.

Занятие 6

«Искусство побеждать: как защищать свои идеалы»

Цель: Формирование системы гендерно-паритетных ценностей.

Ход занятия

1. Организационный момент.
2. Приветствие участниками друг друга.
3. Работа по теме.

Ведущий: Ребята, вспомните примеры своих успехов и неудач, везения и невезения. Для этого на листах, озаглавленных «Мои достижения и поражения», нарисуйте круг размером примерно 10 см, разделите его на четыре неравных части, каждая из которых будет показывать ваши успехи, неудачи, везение и невезение.

Пока участники выполняют это задание, на доске помещаются листы с утверждениями: «Человек — кузнец своего счастья», «Без труда не вытащишь рыбку из пруда», «Как потопаешь, так и полопаешь», «Упорство и труд все перетрут».

Ведущий: Глядя на свои рисунки, подумайте, что, в большей степени, лежит в основе ваших достижений и поражений: успехи или неудачи, везение или невезение. Подтвердите или опровергните помещенные на доске утверждения. (Желающие высказываются).

Упражнение «Путь к победе»

Участники складывают листы пополам рисунком внутрь, чертят пять вертикальных линий на одинаковом расстоянии друг от друга. Над первой линией пишут «Сильный», над второй — «Ловкий», третьей — «Умный», четвертой — «Смелый», пятой — «Успешный»; под этими линиями соответственно — «Слабый», «Неловкий», «Глупый», «Трусливый», «Неуспешный». Ведущий предлагает представить себе, что в верхней части листа располагаются самые сильные, ловкие, умные, смелые и успешные люди на Земле, а в нижней части листа все самые слабые, неловкие, глупые, трусливые, неуспешные. Участники должны определить, где находится их собственное место, и отметить его черточкой на каждой линии. После этого ведущий высказывает предположение, что каждый человек хочет стать лучше, успешнее, и предлагает участникам отметить крестиком то место,

которое они хотели бы занимать в будущем.

Акцентируем внимание на разнице, и главное, сходстве жизненных устремлений и целей мальчиков и девочек.

4. Завершение занятия.

Блок 3

Занятие 7

«Я – это интересно (мое уникальное Я)»

Цели: Работа с мифами, предрассудками, лежащими в основе максимально полотипизированного самосознания младшего школьника; формирование адекватного самоотношения через активизацию гендерной рефлексии.

Ход занятия

1. Организационный момент.

2. Приветствие участниками друг друга.

Ведущий: Здравствуйте, ребята. Давайте поприветствуем друг друга. Встаньте в круг и возьмите друг друга за руки. На глубокий вдох поднимите руки вверх, на выдох – опустите.

3. Работа по теме.

Ведущий: Ребята, а кто-нибудь из вас хотел бы быть актером и сниматься в кино? Сегодня у вас будет такая возможность. Представьте себе, что вы пришли к режиссеру на просмотр и вам надо показать себя. Подумайте, что бы вы хотели рассказать о себе. (Несколько минут дается на обдумывание. Потом дети по желанию начинают самопрезентацию).

Упражнение «Я»

Ведущий дает инструкцию: передавая по кругу мяч, каждый произносит свое имя. При этом он должен называть присущие ему качества, которые начинаются с букв, имеющих в имени (например, Мария — мягкая, Вадим — вежливый). По окончании упражнения сделайте выводы о том, что люди отличаются друг от друга внешними и внутренними свойствами и качествами.

Упражнение «Я — уникальный»:

Каждый участник получает лист бумаги и 10 раз отвечает на вопрос «Кто я?». Желающие зачитывают свои ответы. Как правило, первые 3—4 ответа у многих участников примерно одинаковы. Их следует обсудить и записать на листе «То, что у нас общего». Остальные ответы, чаще всего, отражают уникальные свойства участников. Их следует записать на другой лист, озаглавленный «То, чем мы отличаемся друг от друга». Проводится обсуждение: почему именно такие признаки оказались общими; какие из уникальных черт участников делают их интересными для других, а какие затрудняют взаимодействие людей и почему.

Упражнение «Психологический автопортрет»

Ведущий предлагает детям написать на одной половине листа ответ на вопрос: «За что меня можно любить?», на другой половине — «За что меня

можно ругать?». Обсуждение, что можно сделать для того, чтобы ругать его было не за что.

Упражнение «Составь рассказ»

Ведущий предлагает ребенку составить рассказ на какую-нибудь тему: "Я люблю, когда ...", «Меня беспокоит...», "Когда я злой. ..", "Когда мне плохо...", "Когда меня обижают...", "Что я не могу...", "Я боюсь...".

Затем эти рассказы можно проиграть, причем, в главной роли должен быть сам рассказчик (мальчик, девочка). Вместе с детьми можно продумать пути выхода из этих ситуаций и тоже проиграть их.

4. Завершение занятия.

Занятие 8

«Мы такие, какими хотим быть»

Цель: Формирование основ гендерного самосознания (акцент на динамическом временном аспекте Я-концепции).

Ход занятия

1. Организационный момент.
2. Приветствие участниками друг друга.
3. Работа по теме.

Игра-беседа «придумай идеальность»

Идеальное — это когда и мне, и другим это очень нравится. *Ведущий* предлагает ребенку назвать самые лучшие качества хорошо известных ему предметов. Например:

- Какими качествами должно обладать идеальное мороженое? Быть очень вкусным; бесплатным; по желанию, то малиновым, то сливочным, то в шоколаде, то на палочке; холодным, но никогда не таять; не пачкаться; и чтобы мама за него не ругала; и чтобы никогда не кончалось - сколько съел, столько бы иросло...

- Какими должны быть идеальные рукавички?

Теплыми в любой мороз, с подогревом, не мокнущими, не теряющимися, не рвущимися, безразмерными...

- Идеальная шариковая ручка; пишет красиво, умно и без ошибок, без помарок и не теряется, позволяет писать в темноте и при тряске, сама пишет то, что я подумаю и что подумаешь ты...

- Идеальные брюки; не мнутся, всегда модные, не снашиваются, зимой в них тепло, а летом не жарко...

- Какими должны быть идеальный мальчик, идеальная девочка?

Упражнение «Мы такие»

Ведущий раздает листки и фломастеры (карандаши) и предлагает выполнить два рисунка: «Я такой, каким могу быть» и «Я такой, каким хочу быть».

Из разложенных в центре комнаты выполненных рисунков произвольно выбирается один и обсуждается. Каждый рассказывает, что он видит на рисунке (что человек, нарисовавший себя, хотел бы изменить в себе). После

обсуждения можно попытаться определить авторство рисунков. Затем авторы могут назвать себя, прокомментировать обсуждения, отметив наиболее понравившиеся замечания.

После обсуждения рисунки «Я такой, каким хочу быть» собираются и совместными усилиями наклеиваются на ватманский лист. Таким образом создается групповой портрет будущего.

4. Завершение занятия.

Занятие 9

«Запретные» чувства»

Цели: Преодоление гендерных стереотипов в поведении, касающемся выражения чувств, формирование эмпатии, сочувствия, сопереживания другому.

Ход занятия

1. Организационный момент.
2. Приветствие участниками друг друга.
3. Работа по теме.

Ведущий: Все ли свои чувства человек показывает другим людям? Почему люди иногда скрывают свои чувства? Оказывается, что в культуре существует запрет на выражение некоторых эмоций: «настоящие мужчины не плачут», «хорошие девочки не дерутся», «сор из избы не выносят» и т. д. А ведь каждое чувство нам зачем-то нужно.

Упражнение «Эксперимент»

Что бывает, когда человек сдерживает свои чувства?

К доске приглашается желающий, которому символически (с помощью косянок) блокируют все каналы выхода эмоций наружу: рот — что бы не ругался и не кричал; глаза — чтобы не выражали злости, не плакали; уши — чтобы не слышали лишнего; руки — чтобы не дрались; ноги — чтобы не убегали. Что может такой человек? (Обсуждение позволяет понять, что зажатые внутри эмоции снижают наши возможности).

В качестве иллюстрации можно привести аналогию с кипящим чайником: если его плотно закрыть, да еще и носик закупорить, он в конце концов взорвется, причинив вред тем, кого ошпарил, и самому себе. Так и человек: копит, копит в себе эмоции, а потом «взрывается» и вредит тем самым и окружающим, и себе.

Упражнение «Подвиг искренности»

Ребята по очереди берут карточку с незаконченным высказыванием, предполагающим рассказ о переживании какой-либо «запретной» эмоции, и завершают его. Например: «Как-то раз я сильно испугался, когда...».

Упражнение «Айсберг»

Детям предлагается картинка с изображением айсберга. Нужно в его надводной части написать те эмоции, которые люди без проблем показывают окружающим, а в подводной «запретные» чувства, которые они предпочитают скрывать от окружающих людей.

4. Завершение занятия.