**Тренинг «Конформизм или индивидуальность» (8-11 класс)**

**Цель**: формирование у обучающихся представлений о понятии «конформность», как об одной из черт характера, способствующей появлению разного рода зависимостей.

*Данный тренинг проводится уже в сплоченной группе и не требует "ритуалов знакомства" и заданий, направленных на командообразование.*

**Задачи**:

1. Учить задавать разные типы вопросов собеседнику.

2. Способствовать развитию самосознания, пониманию своих сильных и слабых сторон характера, их укреплению.

2. Упражнять в снятии излишнего эмоционального напряжения участников.

3. Развивать доверие, уверенность в себе и коммуникативные навыки.

**Основные методы обучения:** наглядный; словесный; игровой; мозговой штурм; дискуссия; критического мышления.

**Возраст детей:** 13 – 17 лет (8-11 класс).

**Продолжительность занятия:** 40 минут.

**1). Приветствие.**

**2). Разминка.**

**- Упражнение на доверие «Письма на руке» (5 минут)**

Инструкция*:* Выберите себе партнера и встаньте друг около друга. Тот, кто выше, должен закрыть глаза. Если вы одинакового роста, то пусть закроет глаза тот, кто раньше родился. Он протягивает вперед правую руку ладонью вверх. Его "зрячий" партнер должен будет сейчас писать на этой руке отдельные печатные буквы. "Слепой" игрок должен попытаться расшифровать эти буквы и казать партнеру, что он прочитал. Прежде чем второй партнер напишет новую букву, он должен "стереть" с руки старую. Вы можете начать с распространенных букв, а потом перейти к более редким (30-60 секунд), (когда "слепой" научится читать с руки, задачу можно усложнить). Напишите на руке короткое слово. Решите, может ли ваш партнер читать письменный шрифт. И не забудьте – прежде чем написать новое слово, вы должны "стереть" старое (1 минута).

В заключение напишите вашему партнеру на руке маленький комплимент, потом поменяйтесь с ним ролями.

**- Упражнение – энергизатор «Пум-пум-пум» (10 минут)**

Цель: Отработать навык использования открытых и закрытых вопросов.

Инструкция. Для начала вам следует разделиться на 2 группы. Сейчас мы сыграем в игру «Пум-пум». Пум-пум — это какая-нибудь характеристика, которая у некоторых участников присутствует, а у некоторых — нет. Это обязательно будет «объективная» характеристика. Для того чтобы подтвердить наличие или отсутствие этой характеристики, вовсе необязательно хорошо знать друг друга. Например, я могу загадать простой пум-пум: шнурки на обуви. Одна группа будет задавать мне открытые вопросы, другая закрытые. Задавать вопросы будете по очереди. На следующем «пум-пуме» вы поменяетесь. Если кто-то почувствует, что пока не может сформулировать подходящего вопроса, он пропускает свою очередь.

Например, у вас есть ППП, а у меня нет (форма). У 2-х из вас есть ППП, а у остальных нет (цвет волос) и т.д.

Ведущий: почти у всех нас есть ППП, он м.б. сильным и слабым, твердым и мягким **(Характер).**

**3). Мозговой штурм. Составление психологического портрета** человека с сильным и слабым характером (на доске) **(10 минут).**

**В чем заключается риск человека со слабым характером?**

*- страх перед общественным мнением;*

*- попасть под дурное влияние; КОНФОРМИЗМ или*

*- лишиться своего мнения; УТРАТА ИНДИВИДУАЛЬНОСТИ*

*- быть как все.*

**Вывод**: таких людей (зависимых, внушаемых, безвольных) очень много.

**Примеры конформизма их жизни**: подражание стилю, поведению, хорошим и вредным привычкам, нарушениям (ПДД, если кто-то переходит в неположенном месте, то и мне можно…)

**4). Работа в парах (5 минут).**

**Каких качеств не хватает человеку, чтобы преодолеть конформизм? (**перед глазами держим психологический портрет человека с сильным характером).

**5). Самодиагностика** **(5 минут).**

Оценить по 10-балльной шкале наличие этих качеств у себя. Найти слабое место в характере.

Задуматься, как можно развить эти качества у себя.

**6). Прощание.**