



СОЦІАЛЬНОМУ ПЕДАГОГУ

Л. В. Туріщева

# КОРЕКЦІЙНА РОБОТА СОЦІАЛЬНОГО ПЕДАГОГА Ігри та вправи



ВИДАВНИЧА  
ГРУПА

ОСНОВА



СОЦІАЛЬНОМУ ПЕДАГОГУ

Л. В. Туріщева

**КОРЕКЦІЙНА  
РОБОТА  
СОЦІАЛЬНОГО  
ПЕДАГОГА  
Ігри та вправи**

Харків  
Видавнича група «Основа»  
2012

УДК 37.013.42

ББК 74.6

Т86

Серія «Соціальному педагогу»  
Заснована 2011 року

Т86 Корекційна робота соціального педагога. Ігри та вправи/уклад. Л. В. Турищева. — Х.: Вид. група «Основа», 2012. — 127 [1] с. — (Серія «Психологічна служба школи»).

ISBN 978-617-00-1238-8.

У посібнику розглянуто різноманітні напрямки корекційної діяльності соціального педагога в школі. Автор пропонує велику кількість анкет, тестів, ігор, вправ, які можна використати в практичній діяльності.

Для соціальних педагогів ЗНЗ.

УДК 37.013.42  
ББК 74.6

ISBN 978-617-00-1238-8

© Турищева Л. В., укладання, 2012  
© ТОВ «Видавнича група "Основа"», 2012



# ЗМІСТ

ВСТУП .....	7
МЕТОДИЧНІ АСПЕКТИ КОРЕКЦІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ .....	9
Загальнопедагогічні принципи .....	10
Специфічні принципи корекційно-педагогічної діяльності .....	11
КОРЕКЦІЙНА РОБОТА З МОЛОДШИМИ ШКОЛЯРАМИ З СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ ДО ШКІЛЬНОГО НАВЧАННЯ .....	15
Приклади вправ та ігор .....	17
«Тварина» .....	17
«Поборюємо поганий настрій» .....	17
«У гостях у троля» .....	18
Гра «Аеробус» .....	18
«Копіювання рухів» .....	18
«Кольоровий олівець» .....	19
«Смішний спів» .....	19
«Узгоджені дії» .....	19
«У лісі» .....	19
«Перерахуй всі причини» .....	20
«Детективи» .....	20
«Жива картинка» .....	20
«Наскельні малюнки» .....	21
«Ручний годинник» .....	21
«Іграшки» .....	21
«Групи тварин» .....	22
«Метелики і квіточки» .....	23
КОРЕКЦІЙНА РОБОТА З ФІЗИЧНОГО І ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ШКОЛЯРІВ .....	24
Приклади вправ та ігор .....	26
«Сімейний лікар» .....	26
«Мої шкідливі звички» .....	27
«Рецепт довголіття» .....	27
«Скажіть, лікарю...» .....	28
«Докази» .....	28
«Лист собі» .....	32
«Моє харчування» .....	33
«Фізична активність» .....	33
«Як навчитись володіти собою» (автор О. П. Козін) .....	35

<b>КОРЕКЦІЙНА РОБОТА ЗІ ШКОЛЯРАМИ</b>	
<b>З ВІДХИЛЕННЯМИ В РОЗВИТКУ І ПОВЕДІНЦІ</b> .....	39
Приклади вправ та ігор .....	46
«Тахістоскоп» .....	46
«Вибір» .....	46
«Я — хороший, я — поганий» .....	46
«Лист до самого себе» .....	47
<b>КОРЕКЦІЙНА РОБОТА З ДІТЬМИ З ПРОБЛЕМНИХ СІМЕЙ</b> .....	
Картка відвідування сім'ї .....	50
Приклади вправ та ігор .....	51
«Сімейна педагогіка» .....	51
«Заповіді сімейного життя» .....	51
«Сімейне благополуччя» .....	52
«Сімейне вогнище» .....	52
<b>КОРЕКЦІЙНА РОБОТА У ПРОФОРІЕНТАЦІЇ</b> .....	
Тест «Мотиви вибору професії» .....	54
Тест «Ваші інтереси» (розроблений фахівцями Центру тестування та розвитку «Гуманітарні технології») .....	55
Приклади вправ та ігор .....	59
«Знавці професій» .....	59
«Зобрази професію» .....	59
«Не збийся» .....	60
«Словник професійних термінів» .....	60
«Хто більше?» .....	60
«Прислів'я про працю» .....	60
«Відгадай професію» .....	60
«Постав запитання» .....	60
«Людина й професія» .....	60
«Хода професіонала» .....	61
«Самооцінка і професія» .....	61
«Світ професій» .....	61
«Домовся з батьками» .....	61
«Казкові персонажі і професії» .....	62
<b>КОРЕКЦІЙНА РОБОТА, СПРЯМОВАНА НА ФОРМУВАННЯ САМООЦІНКИ, ПРАГНЕННЯ ДО САМОРОЗВИТКУ, САМОПІЗНАННЯ, САМОТВЕРДЖЕННЯ І САМОРЕАЛІЗАЦІЇ</b> ...	
Приклади вправ та ігор .....	65
«Хто Я?» .....	65
«Я» .....	65
«Образ Я» .....	65
«Коло твого життя» .....	67
«Мої сильні якості» .....	67
«Напишу собі лист» .....	68
«Який колір?» .....	68
«Якщо б я був...» .....	68
«Яким я буду через п'ять років?» .....	68
«Заміна негативних думок про себе на позитивні» .....	69
«Погляд у майбутнє» (автор К. Фопель) .....	69



<b>КОРЕКЦІЙНА РОБОТА, СПРЯМОВАНА НА ВСТАНОВЛЕННЯ КОНТАКТІВ З ОТОЧЕННЯМ</b> .....	71
Приклади вправ та ігор .....	71
«Мое ім'я» .....	71
«Домовся з іншими» .....	72
«Списки» .....	72
«Приймаю рішення» .....	73
«Кішки-мишки» .....	73
«Календар» .....	74
«Моргунчики» .....	74
«Телепатія» .....	75
«Вибір» .....	75
«Шериф і вбивця» .....	76
«Митниця» .....	76
<b>КОРЕКЦІЙНА РОБОТА З ОБДАРОВАНИМИ ДІТЬМИ</b> .....	78
Приклади вправ та ігор .....	79
«Симпозіум» .....	79
«Скрина мудрості» .....	80
«Незвичайна доповідь» .....	80
«Мініатюра» .....	80
«Виявлення помилки» .....	80
«Настирливий гравець» .....	80
«Склади програму навчання» .....	81
«Цікаві історії» .....	81
<b>КОРЕКЦІЙНА РОБОТА З РОЗВИТКУ КОМУНІКАТИВНИХ УМІНЬ</b> .....	82
Тест комунікативних умінь (автор Л. Міхельсон) .....	82
Ключ .....	89
Приклади вправ та ігор .....	91
«Мій стиль спілкування» .....	91
«Екстрасенс» .....	92
«Моя улюблена іграшка» .....	92
«Комплімент» .....	92
«Незакінчені речення» .....	93
«Що я люблю і не люблю» .....	93
«Техніка спілкування» .....	94
«Спілкування з «незручними» в спілкуванні людьми» .....	95
«Спілкування в прислів'ях» .....	96
<b>КОРЕКЦІЙНА РОБОТА ПО ВСТАНОВЛЕННЮ МІЖСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ У КЛАСНОМУ КОЛЕКТИВІ</b> .....	97
Оцінка стосунків підлітка з класом .....	97
Соціометрична анкета .....	100
Вивчення соціально-психологічної самоатестації і групи як колективу .....	101
Приклади вправ та ігор .....	102
«Камінчики» .....	102
«Мій друг» .....	102
«Настрій» .....	103

» **Загальнопедагогічні принципи:**

1. Найбільш важливим з них є принцип цілеспрямованості педагогічного процесу. Виходячи із загальних цілей виховання і розвитку особистості дитини, у ході корекційно-педагогічної діяльності відбувається співвіднесення існуючого рівня розвитку підлітка з передбачуваним, проєктованим еталоном, що створює основу для формування корекційної програми діяльності, визначення етапів її реалізації, шляхів, способів і засобів досягнення ймовірного результату.
2. Наступний принцип — принцип цілісності та системності педагогічного процесу, за яким педагогічний процес слід розглядати як сукупність елементів, які перебувають у певних взаєминах і зв'язках між собою та утворюють відповідну цілісність, єдність, а корекційно-педагогічна діяльність є її елементом, підсистемою.
3. Принцип гуманістичної спрямованості педагогічного процесу визначає необхідність гармонійного поєднання цілей суспільства й особистості, орієнтацію навчально-виховного процесу на особистісні можливості дитини, його інтереси і потреби. У корекційно-педагогічній діяльності з дітьми та підлітками, що мають поведінку з відхиленнями, важливо розуміти те, що кожна нормальна дитина, залишившись «на вулиці» без допомоги, без друзів, без перспективи, стала б поводитися так само, як ті підлітки, поведінку яких можна розглядати як поведінку з відхиленням.
4. Тісно поєднаний з принципами гуманістичної спрямованості педагогічного процесу принцип поваги до особистості дитини разом з розумною вимогливістю до неї. Розумна вимогливість передбачає об'єктивну доцільність, зумовлену потребами педагогічного процесу, спрямовану на необхідність позитивного розвитку особистісних якостей дитини. Педагогічні вимоги — не самоціль, вихователь повинен висувати їх з надією на успіх, зі щирою зацікавленістю в долі дитини, з розумінням її ставлення до пропонованих вимог, з глибокою вірою в те, що вони допоможуть скорегувати поведінку вихованця, не завдаючи шкоди його самолюбству, почуттю власної гідності.
5. Принцип спирання на позитивне в людині, на сильні сторони її особистості є природним продовженням вище названих принципів. Тільки гуманне, шанобливе ставлення до дитини, педагогічна прозорливість, вміння побачити серед негативних рис характеру і поведінки незахищеність, прагнення бути краще дозволяють більш ефективно побудувати



корекційно-педагогічний процес. Спираючись на позитивні якості, підвищуючи і розвиваючи їх, компенсуючи з їх допомогою негативні риси, вихователь ніби передбачає процес позитивного формування особистості дитини. Досягаючи успіху, оволодіваючи новими формами поведінки, дитина переживає радість внутрішнього задоволення, віри у власні сили, у неї росте впевненість у перемозі при досягненні поставленої задачі.

6. Принцип свідомості та активності особистості в цілісному педагогічному процесі є важливою ланкою корекційного процесу. Тільки розуміючи і усвідомлюючи необхідність проведених змін у поведінці, активно допомагаючи їх здійсненню, бажаючи і прагнучи їх прискорити і реалізувати, можна говорити про успішність і результативність корекційно-педагогічного процесу, сподіватися на успіх. Перетворення вихованця з об'єкта в суб'єкт педагогічної діяльності — тривалий і складний процес, але без нього неможливо сподіватися на позитивний результат.
7. Можна назвати ще один принцип — поєднання прямих і паралельних періодичних дій. Цей принцип оптимізує педагогічний процес, мобілізує соціально значущі сили, створює поле додаткового педагогічного впливу, підключаючи вплив учнівського колективу, його силу громадської думки. А для підлітка, наприклад, думка однолітків — важливий чинник розвитку особистості, вибору спрямованості своєї поведінки.

► **Специфічні принципи корекційно-педагогічної діяльності:**

1. Провідним у системі цілеспрямованої корекційно-педагогічної діяльності є принцип єдності корекційних, профілактичних і розвивальних завдань, де системність і взаємозумовленість завдань відбиває взаємозв'язок розвитку різних сторін особистості дитини.
2. Реалізація принципу єдності діагностики та корекції забезпечує цілісність педагогічного процесу. Неможливо вести ефективну і повномасштабну корекційну роботу, не знаючи вихідних даних про об'єкт. Важко підібрати необхідні методи і прийоми корекції поведінки, що відхиляється, і розвитку, якщо у педагога немає об'єктивних даних про дитину, про причини і характер девіації, особливості її взаємин з однолітками та дорослими. Корекційно-педагогічний процес вимагає постійного систематичного контролю, фіксації змін, що відбулися, або їх відсутності, тобто контролю динаміки перебігу



- і ефективності корекції; проведення діагностичних процедур, що пронизують (*охоплюють*) всі етапи корекційно-педагогічної діяльності — від постановки цілей до їх досягнення, отримання кінцевого результату.
3. Принцип врахування індивідуальних і вікових особливостей дитини в корекційно-педагогічному процесі доцільніше розглядати як принцип «нормативності» розвитку особистості, як послідовність віку, який змінює один одного. Поняття «психологічний вік» ввів Л. С. Виготський, який бачив у цьому новий тип будови особистості та її діяльності, ті психічні і соціальні зміни, які в найголовнішому та основному визначають свідомість дитини, її ставлення до середовища, її внутрішнє і зовнішнє життя, весь хід її розвитку в даний період.
  4. Діяльнісний принцип корекції визначає тактику проведення корекційної роботи і способи реалізації поставлених цілей, підкреслюючи, що вихідним моментом у їх досягненні є організація активної діяльності дитини, створення необхідних умов для її орієнтування в складних конфліктних ситуаціях, розробка алгоритму соціально прийнятної поведінки.
  5. Принцип комплексного використання методів і прийомів корекційно-педагогічної діяльності. Не існує універсальних прийомів впливу, що сприяють переорієнтації, зміні спрямованості особистості, різкій зміні поведінки дітей та підлітків. Тому необхідна якась сукупність способів і засобів, методів і прийомів, що враховують індивідуально-психологічні особливості особистості, стан соціальної ситуації, рівень матеріально-технічного та навчально-методичного забезпечення навчально-виховного процесу.
  6. Принцип інтеграції зусиль найближчого соціального оточення. Дитина не може розвиватися поза соціальним оточенням, бо є активним його компонентом, складовою системи цілісних соціальних стосунків. Відхилення в розвитку і поведінці дитини є не тільки результатом психофізіологічного стану, але й активного впливу на неї батьків, найближчих друзів і однолітків, педагогічного та учнівського колективів школи. Складності в поведінці дитини — наслідок її стосунків з найближчим оточенням, форм і способів їх спільної діяльності і спілкування, характеру міжособистісних і соціальних контактів.

Корекційно-виховна діяльність охоплює всю сукупність заходів педагогічного впливу на особистість дитини з недоліками розвитку та відхиленнями в поведінці. Вона спрямована на зміну

пізнавальних можливостей дитини, її емоційно-вольової сфери, поліпшення індивідуальних особистісних якостей (відповідальності, дисциплінованості, зібраності, організованості), на розвиток її інтересів і нахилів, трудових, художньо-естетичних та інших здібностей.

**Корекційно-розвивальне навчання** — це система заходів диференційованої освіти, що дозволяє вирішувати завдання своєчасної допомоги дітям, які зазнають труднощів у навчанні та шкільній адаптації. Основне завдання цієї роботи — систематизація знань, спрямованих на підвищення загального рівня розвитку дитини, заповнення прогалин у її попередньому розвитку і навчанні, розвиток недостатньо сформованих умінь і навичок, корекцію відхилень у пізнавальній сфері дитини, підготовку її до адекватного сприйняття навчального матеріалу.

---

Таким чином, корекцію визначають як систему спеціальних і загальнопедагогічних заходів, спрямованих на ослаблення або подолання недоліків психофізичного розвитку і відхилень у поведінці дітей і підлітків. Корекція може виступати як самостійне педагогічне явище, як специфічні дії, спрямовані на часткове виправлення недоліків або подолання дефекту, одночасно корекція може бути складовою частиною навчально-виховного процесу і виступати як педагогічне явище, спрямоване на формування особистості дитини.

---

Також не буде зайвим нагадати заповіді педагогу, який працює з дітьми (запропоновані В. А. Кан-Калік):

1. Думайте про свої стосунки з дітьми, вибудовуйте їх.
2. Під час організації педагогічного спілкування виходьте не тільки з педагогічних цілей і завдань, не забувайте й про інтереси дитини.
3. Свою промову акцентуйте на конкретній дитині або групі дітей.
4. Не обмежуйтеся тільки власною інформацією, необхідно організувати стосунки, вивчати дитину, впливати на неї.
5. Не будуйте стосунки «зверху вниз». Пам'ятайте, що навіть дитина прагне до самостійності у взаєминах.
6. Постарайтеся зрозуміти психологічну атмосферу в дитячому колективі, що допоможе в спілкуванні з дитиною.
7. Вмійте слухати дітей.
8. Прагніть відчувати настрій дітей у процесі спілкування з вами.



9. Не забувайте, що у дітей можуть бути конфлікти і що ви можете спровокувати їх своєю педагогічною неспроможністю.
10. Переконаючи дитину в її помилках, намагайтеся бути тактовним.
11. Щоб уникнути «тупікових» односкладових відповідей, питання починайте з «чому?», «як?», «для чого?»
12. Будьте ініціативні у спілкуванні.
13. Звертайте увагу в спілкуванні на особливості дівчаток. Вони більш емоційні, вразливіші.
14. Уникайте штампів, стереотипів у поводженні з дітьми.
15. Долайте негативне ставлення до окремих особистостей.
16. Лише критика, без конструктивного начала, марна.
17. Щиро посміхайтесь дітям.
18. Намагайтеся, щоб частіше лунали схвалення, похвала, захоплення.
19. Діти повинні знати, як ви ставитеся до них. Ваша оцінка їхньої поведінки визначає ставлення до вас.
20. Запам'ятовуйте ваші стосунки з кожною дитиною. Ваша зміна у ставленні спричинить негативну поведінку дитини.
21. До кожної розмови слід підготуватися, розробити стратегію розмови.
22. Пам'ятайте, що діти ростуть і первинну поведінку змінює нова.
23. Можливі перешкоди, що виникають між учителем і класом, вихователем і групою. Тут варто враховувати соціально-психологічні умови в групі, стосунки в класі, між дітьми.

## КОРЕКЦІЙНА РОБОТА З МОЛОДШИМИ ШКОЛЯРАМИ З СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ ДО ШКІЛЬНОГО НАВЧАННЯ

Усі діти відчувають труднощі під час адаптації до нових умов навчання і виховання. Ефект невизначеності, пов'язаний з абсолютно новим життям у школі, викликає тривогу і відчуття дискомфорту. Вони напружені фізично — новий режим ламає старі стереотипи. Це призводить до того, що навіть у добре вихованої дитини, яка вміє дотримуватися правил і живе в умовах твердого режиму, змінюється поведінка, погіршується якість сну. Деякі діти надзвичайно гостро реагують на нову ситуацію свого життя. У них серйозно порушується сон, апетит, погіршується стан здоров'я, з'являється збудливість, дратівливість. У деяких випадках може розвинутися невроз.

У таблиці 1 показано рівні пристосування і причини шкільної дезадаптації.

Таблиця 1

Рівні пристосування	Причини шкільної дезадаптації
<i>Високий рівень адаптації</i> — високий рівень розвитку мотивації і продуктивності за відмінної, гарної, задовільної успішності й адекватної самооцінки	невідповідність шкільного режиму і санітарно-гігієнічних умов навчання психофізіологічним особливостям дітей
<i>Середній рівень адаптації</i> — високий рівень продуктивності, недостатня мотивація за відмінної, гарної і задовільної успішності й адекватної самооцінки	невідповідність темпу навчальної роботи можливостям окремих дітей;
<i>Низький рівень адаптації</i> — за зовнішньої сформованості навчальної діяльності, гарної і відмінної успішності відсутність інтересу	екстенсивний характер навчальних навантажень (слабкі учні у звичайних класах продуктивно працюють



## Закінчення табл. 1.

Рівні пристосування	Причини шкільної дезадаптації
до школи, недостатній рівень регулювання власної поведінки (довільності), високий рівень тривожності, пов'язаний з незадоволенням своїм внутрішнім «Я», неадекватна оцінка, труднощі у спілкуванні з оточенням	10–15 хвилин, решту часу вони зайняті формально. Педагогічна ефективність навчального часу проблематична: не встигаючи за темпом класу, ці діти списують, сподіваються на підказку, звикають займатися сторонніми справами)
Дезадаптація — низький рівень розвитку довільності, відсутність мотивації за наявності задовільних і незадовільних оцінок, неадекватна оцінка	переважання негативної оцінювальної стимуляції; конфліктні ситуації в родині, що виникають через навчальні неуспіхи школярів

Як відомо, перевантаження, які переживає дитина, призводять до стомлення. А стомлення — це стан, для якого характерне зниження працездатності.

Психологічне напруження проходить через півтора-два місяці. Якщо дорослий спокійно і планомірно дотримується режимних моментів, дитина засвоює обов'язкові правила режиму і її напруження спадає. Режим і зняття психічного напруження стабілізує і фізичне самопочуття дитини. Ослаблені фізично і психічно діти швидше втомлюються. Такі діти часто хворіють, вередують і нервують. Нездужання проявляється в постійній драгівливості, в сльозах з найменшого приводу.

Прагнення до позитивних взаємин з дорослими організує поведінку дитини: вона погоджується з думками і оцінками, намагається виконувати правила поведінки.

З дітьми молодшого шкільного віку доцільно проводити більше ігор.

Гра — не тільки задоволення і радість для дитини, що вже саме по собі важливо. За допомогою гри можна розвинути у дітей різні якості: від сили і спритності до креативності та комунікабельності. Граючи, дитина отримує нові навички, уміння, розкриває потенційні можливості.

У грі реалізують важливі життєві потреби в пізнанні, спілкуванні, перетворенні навколишнього середовища. Дитина вчиться діяти в реальній та уявній ситуації, спиратися як на дії, так і на внутрішні мотиви. У грі вона засвоює нові соціальні ролі, формує морально-етичні цінності, усвідомлює сенс своїх і чужих дій,

переживань, проблем. Загалом гра — це спосіб підготовки дітей до життя, психолого-педагогічний засіб їх розвитку і виховання.

Враховуючи багатофункціональність гри, її можна використовувати як:

- \* розминку;
- \* спосіб перемикання з одного виду діяльності на інший;
- \* спосіб розвитку пізнавальних процесів (сприйняття, пам'яті, мислення, уяви);
- \* спосіб розвитку кругозору, обізнаності, тямущості;
- \* можливість прояву рухової активності;
- \* спосіб розвитку навичок саморегуляції, управління своїми психічними станами і діями;
- \* спосіб емоційного реагування на важливі для дитини події, переживання, думки;
- \* спосіб зняття нервово-психічної напруги;
- \* спосіб формування соціальних навичок;
- \* спосіб моделювання життєвих ситуацій (як конкретних, пов'язаних з тією або іншою подією в житті дитини або класу, так і узагальнених, пов'язаних з увлеченнями про своє професійне, сімейне, творче майбутнє).

## ПРИКЛАДИ ВПРАВ ТА ІГОР

### » «Тварина»

Педагог заздалегідь готує набір карток, на яких написані назви тварин. Діти по черзі витягають картки і програють у позах і рухах роль цієї тварини. Можна виконувати цю вправу перед дзеркалом. Запропонуйте дитині розслабитися, бути вільною в міміці і пантомімі, можливо, навіть трохи смішною.

### » «Поборюємо поганий настрій»

У цій грі закладено парадокс. Хоча діти повинні вимовляти слово «Тух-тібі-дух» сердито, через деякий час вони просто не можуть не сміятися.

Дорослий говорить групі дітей: «Зараз я повідомлю вам заклинання. Воно допомагає проти мікробів, які викликають у людей поганий настрій і образи. Але щоб воно подіяло по-справжньому, необхідно зробити наступне. Зараз ви повинні ходити по кімнаті, ні з ким не розмовляючи. Як тільки вам захочеться поговорити, зупиніться навпроти одного з ваших друзів і сердито-пресердито промовте: «Тух-тібі-дух». Потім продовжуйте ходити по кімнаті і час від часу так само повторюйте



- ♦ ви (другому учню) — плюшевий ведмідь;
- ♦ ви — заводна мавпа, яка вміє лазити по деревах, якщо її завести;
- ♦ ви — тигрєня з байки;
- ♦ ви — надувний заєць (*стежте, щоб з вас не вискочила пробка, а то повітря вийде*);
- ♦ ви — металева заводна жаба;
- ♦ ви — дерев'яний Буратіно і т. ін.

— Ну, «залазьте у шкуру» іграшки. Не зображуйте іграшку, а уявіть себе — плюшевим ведмедем, наприклад. Як це робити? Вирішіть і відразу ж випробуйте:

1. Як би ви ходили по кімнаті, якщо б у вас були плюшеві ноги? Якщо б вони не згиналися в колінах? Якщо б крутилися в усі боки (трохи зазівався — і роз'їхалися)? Якби у вас були такі ноги, хіба не довелось б вам повільно ступати, перевалюючись з ноги на ногу? Ходіть, спробуйте! Не забувайте про підступну гуму, не робіть дуже широких, великих кроків, а то розтянетесь на підлозі!
2. Як би ви рухали своїми руками, якщо б вони не згиналися ні у кисті, ні в лікті? Якщо б плюшеві руки були прикріплені до вашого плюшевого тулубу такою ж підступною гумою, як ноги, якби у вас були такі руки, то як би ви ними віталися, відштовхували, притягали, брали речі? Спробуйте!
3. Які б звуки ви говорили, якщо б раптом дивним чином перетворилися на ведмедя, але зберегли людський розум? Якщо б ви були позбавлені можливості говорити по-людськи, то як би ви розумілися? Спробуйте ревіти по-ведмежи, але нехай оточуючі зрозуміють, чого ви хочете!
4. Як би ви дивилися і як би рухалися ваші обидва ока, якщо б вони були скляними бусинками?  
— Ставте перед собою ці та інші «магічні якщо б» і дійте.

### » «Групи тварин»

Вправа на орієнтування тіла і думки в незвичайних запропонованих обставин.

**Птахоферма.** Усі ви — качки. Гуляйте на сонечку. Зараз відкриються шторки механічних годівниць, і ви зможете смачно поїсти. Потім вирушайте на ставок (він у кутку кімнати), відпочиньте, поплавайте.

**Колгоспне стадо.** Вирішуйте самі, хто ви. У стаді є коні, корови, вівці, свині. Є дві сторожові собаки. Ви пасетесь на гарному пасовищі. Скоро вас поженуть додому.

**Сільський двір.** Невелика компанія — кілька курей, півень, курчата, два поросся, собака або кішка. Усі давно знайомі одне з одним.

**Зоосад.** Куточок саду з декількома клітками — тут живуть два тигри, лев, мавпи, ведмедиця з ведмежатами. Розподіліть між собою тварин, вирушайте у свої клітки, а троє з вас будуть відвідувачами зоосаду, натуралістами, що вивчають тварин.

» **«Метелики і квіточки»**

Школярі розбиваються на пари. У парах встають у коло по двоє, одне за одним, так, щоб кожен партнер був звернений обличчям у центр кола. Перші номери дивляться у потилицю другим.

Перші номери будуть квіточками, вони широко розставляють вперед руки — це у квіточок такі пелюстки. Другі номери будуть стеблинками, вони ставлять руки на пояс кожен своїй квіточці, міцно її обхоплюють і намагаються керувати напрямом розкриття квіточки, повертаючи її з боку в бік. Спробували. А тепер розділимо одну пару на метелика і ведучого. Ведучий ловить метелика, той відлітає і не дає себе зловити. Коли метелик втомлюється літати, то сідає на квіточку, яка охоплює його своїми пелюстками і рятує від ведучого. При цьому метелик перетворюється в квіточку, квіточка стає його стеблинкою, а колишня стеблинка виявляється метеликом і повинна рятуватися від ведучого. Якщо ведучий ловить метелика, то вони міняються ролями. Стеблинки повинні краще керувати своїми квіточками, щоб тим важче було заманити метелика. Для цього квіточок потрібно відвертати в сторону від метеликів, що пролітають.

## КОРЕКЦІЙНА РОБОТА З ФІЗИЧНОГО І ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ШКОЛЯРІВ

Робота соціального педагога по збереженню фізичного і психічного здоров'я школярів дуже різноманітна і специфічна, тому включає в себе різноманітні аспекти:

- 1) участь у створенні необхідних санітарно-гігієнічних вимог до стану внутрішньошкільного середовища і організації навчального процесу;
- 2) організацію роботи з формування психічної культури учнів, батьків і педагогів;
- 3) надання допомоги школярам у створенні раціонального режиму дня;
- 4) організацію кваліфікованої медичної та психологічної допомоги школярам;
- 5) моніторинг стану здоров'я учнів;
- 6) організацію роботи з формування цінності здоров'я і здорового способу життя серед учнів, педагогів і батьків.

Велике значення має робота над психічним і фізичним здоров'ям учнів. Індивідуальність людини настільки своєрідна і неповторна, а діапазон індивідуальних особливостей такої широким, що визначити, де закінчується норма і починається патологія, дуже важко. Між тим із визначенням людини психічно здоровою безпосередньо пов'язані її громадянські та юридичні права, свобода прийняття рішень і т. ін.

Як відомо, основними критеріями психічного здоров'я є:

- \* відповідність суб'єктивних образів, що виникають у людини, відображеним об'єктам дійсності;
- \* адекватність реакцій характеру до інтенсивності діючих подразників, значенню життєвих подій;
- \* відповідний віку рівень зрілості емоційно-вольової і пізнавальної сфери;
- \* здатність керувати власною поведінкою, намічати розумні життєві цілі, підтримувати необхідну для їх досягнення активність;



- \* готовність до взаємодії з іншими людьми, адаптивність у міжсоціальних відносинах.

У процесі корекційної роботи педагогу необхідно постійно пам'ятати, що здорова людина — це особистість, що самоактуалізується, відмінними рисами якої є:

- \* адекватне сприйняття дійсності, вільний від впливу актуальних потреб, стереотипів і забобонів інтерес до незвіданого;
- \* прийняття себе та інших такими, якими вони є насправді, відсутність неприродних, захисних форм поведінки і неприйняття такої поведінки з боку іншого;
- \* спонтанність проявів, простота і природність, ділова спрямованість,
- \* схильність до самотності, позиція відстороненості по відношенню до багатьох подій життя;
- \* автономія і незалежність від оточення, стійкість до фрустрацій;
- \* свіжість сприйняття; знаходження кожен раз нового у вже відомому;
- \* почуття спільності з іншими людьми, відсутність ворожості, заздрості;
- \* стійкі внутрішні моральні норми, гостре почуття добра і зла, орієнтованість на цілі;
- \* «філософське» почуття гумору: ставлення з гумором до життя і самого себе, але співчуття людям з обмеженими можливостями або тим, що потрапили в біду;
- \* креативність, що не залежить від того, чим людина займається;
- \* відсутність схильності до конформності, божевільного бунтарства;
- \* критичне ставлення до своєї культури.

Можна рекомендувати соціальному педагогу почати роботу у даному напрямі з невеликого анкетування.

## АНКЕТА

Необхідно дати відповіді «так» або «ні».

1. У мене поганий апетит.
2. Після декількох годин роботи у мене починає боліти голова.
3. Часто я виглядаю втомленим і пригніченим, іноді роздратованим і похмурим.
4. Періодично у мене бувають серйозні захворювання, коли я змушений кілька днів залишатися в ліжку.
5. Я майже не займаюся спортом і фізичними вправами.

6. Останнім часом дещо додав у вазі.
7. У мене часто паморочиться голова.
8. У даний час я курю.
9. У дитинстві я переніс кілька серйозних хвороб.
10. У мене поганий сон і неприємні відчуття після пробудження.

**Обробка отриманих результатів.** Підрахуйте кількість відповідей «так».

- \* 1-2 позитивні відповіді свідчать про те, що, незважаючи на деякі ознаки погіршення здоров'я, ви в гарній формі. У жодному разі не залишайте зусиль щодо збереження свого здоров'я.
- \* 3-6 позитивних відповідей змушують зробити висновки про те, що ваше ставлення до здоров'я важко назвати нормальним, що ви його розтратили досить ґрунтовно.
- \* 7-10 позитивних свідчать про те, що ваш стан здоров'я значно погіршився. Тому необхідно терміново змінювати свої звички інакше...

## ПРИКЛАДИ ВПРАВ ТА ІГОР

### ► «Сімейний лікар»

Соціальний педагог. Уявіть, що у вашій сім'ї з'явився добрий, тактовний доктор, який нікуди не квапиться, готовий вас слухати не тільки ваші скарги на здоров'я, але і ваші проблеми. Більше того, до нього не треба йти на прийом, він періодично заходить до вас на вогник, попити чаю.

Сьогодні якраз черговий візит вашого сімейного лікаря. Ви вже попили чаю і залишилися з ним (нею) удвох. Про що ви б хотіли розповісти лікарю? Він охоче вислухає вас і, звичайно, дасть кваліфіковану пораду. Не втрачайте такої можливості, адже проблеми краще вирішувати відразу, а не тоді, коли її розміри досягнуть великих масштабів.

**Коментар.** Це індивідуальна робота. Учасникам пропонують записати свої скарги, влаштувавшись у затишному місці, де ніхто не зможе перешкодити відвертій розмові. Далі можна організувати обговорення цих записів, але тільки за добровільною згоди учасника, який вирішить виступити перед всією групою. На останок учасникам пропонують оцінити себе за 10-бальною шкалою. У критерії оцінювання лежить ступінь відвертості, наскільки людина змогла довірити уявному лікареві свої фізичні й психічні проблеми.

**» «Мої шкідливі звички»**

Соціальний педагог. У кожного з нас є свої шкідливі звички, які, м'яко кажучи, не зовсім корисні для здоров'я. Ми про них знаємо, багато хто до них звик і вже перестав робити спроби щось змінити ситуацію, позбавитися цих звичок.

Сьогодні у вас буде можливість ще раз усвідомити свої шкідливі звички і з допомогою групи знайти способи їх позбутися. Для початку необхідно розповісти про свої шкідливі звички членам малої групи (по 3–4 особи), а ті спробують знайти найбільш ефективний спосіб позбавлення цих звичок.

Оцінювання цієї роботи здійснюють за принципом «Твоя порада була до речі», тобто учасник, який розповів про свою шкідливу звичку, вислуховує поради всіх інших членів малої групи і вирішує, чия порада для нього найбільш прийнятна.

**Коментар.** Можуть бути труднощі, пов'язані з прихованням інформації. Часто учасникам важко почати відверту розмову про свої шкідливі звички. Зняти ці проблеми можна, підкресливши, що кожен з них має право говорити тільки про те, що він вважає це потрібне.

**» «Рецепт довголіття»**

Соціальний педагог. Уявімо себе довгожителами і складемо власний перелік з 10 заповідей здоров'я. Кожен з вас буде протягом 3 хвилин складати власні заповіді. А потім всі разом вислухаємо одне одного і як рада старійшин виробимо узагальнений перелік з 10 заповідей, або рецепт довголіття. Причому, чим більше ваших заповідей увійде в узагальнений перелік з 10 заповідей, тим вище ступінь вашої «мудрості». Є сенс поборотися за стання довгожителя.

Під час обговорення ваших пропозицій може виникнути відкрита дискусія, в ході якої ви будете повинні доводити свої твердження. Тому при складанні свого індивідуального переліку готуйте і необхідні аргументи, щоб мати їх під рукою для дискусії.

**Коментар.** На першому етапі школярі повинні отримати можливість попрацювати індивідуально, а потім можна організувати інгальне обговорення.

Обов'язковим елементом даної вправи повинні бути слова: «Сумніваючись, утримайся...» В учасників не повинно скластися враження, що вони вивели дійсно 10 неспростовних заповідей, які допоможуть у всіх випадках життя. Це лише інформація до роздумів, привід замислитися над своїм способом життя, над тими звичками, які паралізують волю і сили людини.



## » «Скажіть, лікарю...»

Соціалний педагог. Зараз кожен з вас буде лікарем. Ви самі визначитеся, яким саме. Одночасно ви будете і пацієнтом який здійснює обхід лікарів. Ви підходите по черзі до кожного члена групи з одним і тим же питанням: «Що ви мені поради те, лікарю?» І той, до кого ви звернулися, повинен дати пораду з приводу вашого здоров'я з тієї області, яку він сам вибрав для себе. У свою чергу, ви також відповідаєте на подібне питання від інших учасників вправи.

Пораду записують в опитувальний лист кожного учасника.

Час виконання завдання обмежують. Залежно від кількості учасників — від 5 до 10 хвилин. Необхідно стежити, щоб вправу виконали за відведений час. Потрібно звернути увагу на те, що це поради друзів, а не кваліфікованих фахівців.

**Коментар.** Ця вправа дозволяє більш уважно подивитися на людину, налаштуватися на сприйняття її особливостей, і головне — перевірити свої можливості розуміти її внутрішній світ, її турботи, тривоги і печалі. Крім того, це можливість побачити, що ж роблять інші, коли з ними трапляються різні неприємності пов'язані зі станом здоров'я.

## » «Докази»

Соціалний педагог пропонує учасникам (можна анонімно) відповісти на питання анкети.

*Анкета*

1. Чи вважаєш ти, що сьогодні серед твоїх ровесників існує мода на (познач варіанти відповідей, які тобі підходять):
 

• «крутий» одяг;	• уміння працювати на комп'ютері; вживання алкоголю;
• відвідування дискотек, нічних клубів;	• зайняття спортом;
• роликки;	• вживання наркотиків;
• куріння;	• татуювання;
• читання художньої літератури;	• сексуальний досвід;
	• інше _____
2. Чи виникали в тебе в цьому році ситуації, коли тобі пропонували закурити сигарету? \_\_\_\_\_
3. Як зазвичай поведився(лась), коли тобі пропонували сигарети? \_\_\_\_\_
4. Скільки разів у житті ти курив(ла) сигарети? \_\_\_\_\_
5. Скільки тобі було років, коли ти вперше спробував(ла) курити? \_\_\_\_\_

6. Хто із членів твоєї родини курить? \_\_\_\_\_
7. Чи вживав(ла) коли-небудь алкогольні напої, такі як пиво, вино, горілка, коньяк тощо? \_\_\_\_\_
8. Згадай останні 30 днів. Скільки разів (якщо таке було) ти вживав(ла) будь-який з алкогольних напоїв? \_\_\_\_\_
9. Чи доводилось тобі чути про такі наркотики? \_\_\_\_\_
- Транквілізатори або седативні засоби;
  - маріхуана або гашиш;
  - ЛСД;
  - амфетаміни;
  - кокаїн;
  - героїн;
  - екстазі;
  - галюциногенні гриби;
10. Чи вживав(ла) ти коли-небудь якісь наркотики? \_\_\_\_\_
11. Як ти вважаєш, що таке шкідливі звички? \_\_\_\_\_
12. Назви, будь ласка, які у тебе є корисні звички \_\_\_\_\_
13. Назви, будь ласка, які у тебе є шкідливі звички \_\_\_\_\_
14. З якими з наведених тверджень ти згоден(на)? Познач один варіант відповіді у кожному рядку: згоден(на); не згоден(на); важко відповісти:
- 1) той, хто постійно палить, частіше хворіє \_\_\_\_\_
  - 2) паління допомагає краще переносити неприємності \_\_\_\_\_
  - 3) про шкоду паління говорять більше, ніж вона є насправді \_\_\_\_\_
  - 4) звички палити легко позбутися, було б бажання \_\_\_\_\_
  - 5) паління послаблює відчуття смаку і нюху \_\_\_\_\_
  - 6) паління погіршує пам'ять \_\_\_\_\_
  - 7) є шкідливі сигарети \_\_\_\_\_
  - 8) від паління завжди можна отримати задоволення \_\_\_\_\_
  - 9) паління стимулює утворення і розвиток злоякісних пухлин \_\_\_\_\_
- 10) паління спричиняє передчасне старіння організму \_\_\_\_\_
- 11) курці менше втомлюються під час спортивних тренувань; уроків фізкультури \_\_\_\_\_
- 12) чоловіки, які палять, зазвичай живуть стільки ж, скільки й ті, які не курять \_\_\_\_\_
15. З якими з наведених тверджень стосовно вживання алкоголю ти згоден(на)? Познач один варіант відповіді у кожному рядку: згоден(на); не згоден(на); важко відповісти:
- 1) алкоголь корисний, оскільки підвищує апетит \_\_\_\_\_
  - 2) алкоголь небезпечний для підлітків лише в великих дозах \_\_\_\_\_
  - 3) вживання алкоголю підвищує агресію, схильність до правопорушень, злочинів \_\_\_\_\_

Далі школярам пропонують відповісти на питання анкети.

#### Анкета

- ♦ Заняття у спортивній секції \_\_\_\_\_, наявність спортивних успіхів \_\_\_\_\_
- ♦ Участь у шкільних змаганнях (*підкреслити*): часто, іноді, ніколи.
- ♦ Уроки фізкультури в школі проводяться (*підкреслити кілька варіантів відповідей*): регулярно, періодично, не проводяться, цікаво, нудно, в спортзалі, на вулиці, на шкільному стадіоні.
- ♦ Уроки фізкультури (*підкреслити*): відвідую, не відвідую, люблю, не люблю.
- ♦ Умію (*підкреслити*): плавати, їздити верхи на коні, їздити на велосипеді, кататися на ковзанах (роликових або фігурних), їздити на лижах, лазити по канату інше.
- ♦ Граю у футбол, баскетбол, волейбол, настільний теніс, великий теніс, бадмінтон, інше.
- ♦ У мої домашні обов'язки входить (*підкреслити*): миття посуду, миття підлоги, робота на городі, в саду, догляд за молодшими братами, сестрами.

Визначити обсяг рухової активності (у хвилинах по днях тижня). Заповнити таблицю.

Види рухливої активності	Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Нд
Ранкова гімнастика (зарядка)							
Піша хода (дорога до школи, у справах, прогулянки)							
Спортивні заняття в басейні, секціях, клубах, на тренажерах							
Заняття у художній самодіяльності, танці							
Туристичні походи, походи в ліс, гребля тощо							
Прогулянки на велосипеді, роликах, лижах тощо							
Робота фізична по дому							
Сільськогосподарські роботи (на ділянці, на городі)							
Робота фізична на виробництві							



Соціальний педагог пропонує учням самостійно зробити висновки про їхній фізичний розвиток, витривалість і режим.

» *«Як навчитись володіти собою» (автор О. П. Козін)*

Станьте у зручну позу. Підтримання будь-якої пози не повинно потребувати зусиль. Унаслідок цього м'язи почнуть розслаблюватися самі по собі.

М'язи обличчя, які знаходяться найближче до мозку, найбільшою мірою залежать від ступеня психічного напруження, а значить, і самі впливають на нього. На обличчі людини «написано», як вона себе почуває (спокійна, знервована, задоволена, стурбована то ін.). Тож надавши йому спокійного виразу, можна й справді заспокоїтись. Треба закрити очі, а потім розслабити м'язи, що напружували їх, залишивши очі м'яко закритими лише вагою повік. Для того, щоб організм звикав виконувати словесні накази, потрібно закріпити цей процес формулою.

*Мої очі розслабились.*

Мають на увазі розслаблення м'язів, що закривають очі.

Після невеликого інтервалу, достатнього для чіткого усвідомлення стану, що виник, треба напружити м'язи лоба та насупити брови. Потім розслабити ці м'язи. Усвідомивши стан розслаблення, фікріпіти його відповідним виразом:

*М'язи лоба розслабились.*

Потім виконувати те ж саме, чергуючи стани напруження й розслаблення іншими групами м'язів, кожного разу закріплюючи стан розслаблення відповідними формулами:

*М'язи щік розслабились.*

*М'язи язика розслабились.*

*М'язи рук розслабились.*

*М'язи тулуба розслабились.*

*М'язи ніг розслабились.*

*М'язи шиї розслабились.*

Можна (навіть і краще) розслаблювати м'язи рук і ніг по чергове. Спочатку розслаблюють ведучі кінцівки (для правші — права рука, для лівші — ліва рука).

Переходячи до напруження та розслаблення кожної наступної групи м'язів, слід супроводжувати дії подумки, переключаючи увагу саме на ту групу, про яку йдеться. Кожну формулу розслаблення можна повторити кілька разів. Якщо розслаблення не було чіткого характеру, треба переходити до інших груп.

Розслабивши всі групи у вказаному (або зворотному) порядку спокійно, без напруження, треба оглянути подумки все своє тіло. Після того, як виявлено, що всі інші м'язи розслабились, треба зосередитися на тій групі, яка не досягла чіткого розслаблення й повторити формулу, що стосується саме її. Завершують розслаблення загальною формулою:

*Все моє тіло розслабилось.*

Послідовність розслаблення кожен може визначити сам, виходячи з того, що починати треба з найбільш «слухняних» м'язів враховуючи індивідуальні особливості людини.

Як правило, розслаблення м'язів сприймають як відчуття збільшення ваги тіла, а це ще більше сприяє розслабленню, тож наступна формула:

*Моє тіло важчає.*

Цю формулу роздрібнюють відносно окремих частин тіла:

*Стала важкою голова.*

*Стали важкими руки.*

*Став важким тулуб.*

*Стали важкими ноги.*

Так само, розслаблюючи м'язи рук і ніг, опрацьовуємо їх по черзі, але завершати процес треба загальною формулою:

*Все моє тіло стало важким.*

Розслаблення м'язів приводить до виникнення спокою, тож наступна формула:

*Я заспокоююсь.*

При цьому «Я» треба продумувати на вдиху, а «заспокоююсь» на видиху, звертаючи увагу на поступове збільшення тривалості видиху відносно вдиху.

Формулу «Я заспокоююсь» можна вважати найголовнішою складовою загальної частини психічної саморегуляції. У подальшому, коли інші формули будуть засвоєні, тренування можна починати саме з неї, а також використовувати її лише одну для зменшення загального напруження.

Далі йдуть такі формули:

*Я дихаю легко, вільно: мені дихається спокійно;  
я відпочиваю.*

Останню формулу можна роздрібнити:  
*Відпочиває моє тіло; відпочиває мозок;  
відпочиває нервова система.*

Далі можна додати формули тепла, яке виникає внаслідок розслаблення м'язів тіла й кровоносних судин, що приводить до їх розширення:

*Моя права (ліва) рука теплішає.*

*Моя права (ліва) нога теплішає.*

*Теплішає ділянка сонячного сплетіння.*

*Приємне тепло розповсюджується від сонячного сплетіння.*

*Приємне тепло охоплює все тіло.*

*Мені тепло й приємно.*

*Я відпочиваю.*

Якщо засвоїли основні прийоми розслаблення м'язів, можна поступово скорочувати кількість формул самонавіювання, об'єднуючи м'язи в одну більш укрупнену групу. Наприклад, розслабляти одночасно все обличчя. Можна також виконувати розслаблення вже без попереднього напруження м'язів.

Отже, формули самонавіювання можна побудувати таким чином:

*Я заспокоююсь.*

*Я дихаю спокійно, вільно.*

*Мої м'язи розслаблюються.*

*Розслабилися м'язи обличчя, рук, тулуба, ніг.*

Необхідно привчити себе до того, щоб у подальшому досягати повного розслаблення, використовуючи лише одну формулу:

*Все моє тіло розслабилось.*

Унаслідок індивідуальних особливостей центральної нервової системи деякі люди сприймають розслаблення як стан полегшення тіла. Тож кожному слід визначити, яке саме відчуття йому доступніше:

*Моє тіло стає легким, невагомим.*

*Стала легкою голова.*

*Стали легкими руки.*

*Став легким тулуб.*

*Все тіло стало легким, невагомим.*

При цьому треба уявити, що людина лежить у м'якому ліжку або навіть на легкій хмаринці.

Уявлення дії сприяє досягненню потрібного стану. Наприклад, викликаючи відчуття збільшення ваги тіла, можна уявити, що на голові у вас тепла зимова шапка, а на руках та на ногах тепла ковдра. Так, дехто уявляє себе на пляжі з насипаним на руки й ноги піском:

*Я відпочиваю.*



Формули зовсім не обов'язково заучувати напам'ять, їх можна використовувати в довільному порядку. Це навіть допомога деяким людям, у яких повторення одних і тих самих формул призводить до зниження ефекту від них. Іншим, у яких ефект від повторення збільшується, можна готувати формули заздалегідь, запам'ятовувати їх використовувати в точно визначеному порядку. У міру засвоєння методу треба все більше індивідуалізувати його та шукати найбільш ефективні формули.

На цьому загальну (заспокоюючу) частину психічної саморегуляції можна вважати закінченою. Вже одне перебування в стані розслаблення м'язів та спокою сприяє відновленню сил, працездатності, ліквідації нервового напруження, дратівливості тощо. Однак разом з цим у людини підвищується ступінь самонавіюваності. Користуючись цим станом, можна здійснити спеціальну мобілізуючу цілеспрямовану програму психічної саморегуляції. Формули для неї треба готувати заздалегідь, виходячи з завдань, що стоять перед людиною та можливостей методу. Після завершення спеціальної частини обов'язково проводять заключну частину з тим, щоб повністю відтворити бадьорість та ясність мислення:

*Я відпочив.*

*Моя нервова система заспокоїлась.*

*Я почуваю себе зовсім здоровим.*

*Мое тіло стає легким, вільним.*

*Думки прояснюються.*

*Голова стає свіжою, ясною.*

*Я зовсім отямився.*

## КОРЕКЦІЙНА РОБОТА ЗІ ШКОЛЯРАМИ З ВІДХИЛЕННЯМИ В РОЗВИТКУ І ПОВЕДІНЦІ

У корекційно-педагогічній роботі з дітьми та підлітками з відхиленнями в розвитку і поведінці виділяють наступні напрями корекційної діяльності:

- нормалізація і збагачення стосунків дитини з навколишнім світом, насамперед з педагогами і дитячим колективом;
- компенсація прогалин і недоліків у його загальному розвитку, посилення діяльності в тій області, яку він любить, до якої може досягти хороших результатів;
- відновлення у дитини позитивних якостей особистості, які отримали незначну деформацію (девіацію);
- постійне стимулювання позитивних якостей, що не втратили соціальної значущості;
- інтенсифікація позитивного розвитку особистості, формування провідних позитивних якостей;
- засвоєння і накопичення соціально-цінного досвіду, збагачення практичної діяльності в різних сферах життя;
- накопичення навичок моральної поведінки, здорових звичок і потреб під час діяльності учнів по задоволенню їх інтересів;
- виправлення як подолання негативного, тобто ліквідація прогалин у формуванні позитивних якостей, подолання негативних якостей і шкідливих звичок.

Л. М. Зюбін виділяє чотири варіанти поведінки з відхиленнями:

- *перший* — відхилення, які не є порушенням загальноприйнятих етичних норм. Це може бути поведінка, що не відповідає віку, за нормального психічного розвитку;
- *другий* — порушення загальноприйнятих норм, які не є правопорушеннями. Це, наприклад, прояви жадібності, егоїзму, замкнутості, недовірливості, жорстокості, які, якщо їх не подолати, приведуть до правопорушень;

- × *третій* — правопорушення, тобто поведінка, що порушує правові норми, статті адміністративного та кримінального законодавства;
- × *четвертий* — поведінка, що відхиляється, значною мірою обумовлена патологічними факторами, захворюваннями. Вона може бути у підлітків з психопатичними рисами особистості. У класифікації С. А. Беличевої поведінка, що відхиляється, пов'язана з несприятливими умовами соціального розвитку і характеризується як стійкий прояв відхилення від соціальних норм, що має соціально-пасивну, корисливу і агресивну спрямованість.
- × *відхилення соціально-пасивного типу*, що виражається в прагненні відходу від активного громадського життя, в ухиленні від своїх громадянських обов'язків, небажання вирішувати як особисті, так і соціальні проблеми (ухилення від навчання та роботи, бродяжництво, втечі з дому, занурення в світ штучних ілюзій з допомогою алкоголю, токсичних і наркотичних засобів, суїцид);
- × *відхилення корисливої спрямованості*, що виявляється у вчинках і правопорушеннях, пов'язаних з прагненням отримати матеріальну вигоду (крадіжки, шахрайства та ін.);
- × *відхилення агресивної орієнтації*, які проявляються в діях, спрямованих проти особистості (образи, хуліганства, побої, нанесення тілесних ушкоджень).

Що стосується девіантної поведінки, то вона може розглядатися в декількох площинах:

- 1) як особливості окремих психічних процесів (підвищена рухливість нервових процесів або їх загальмованість; їх стійкість або слабкість; підвищена активність або пасивність дитини; зосередженість або неуважність, балакучість або замкнутість; імпульсивність і непередбачуваність, підвищена збудливість і афективність);
- 2) як соціально обумовлені якості особистості та риси характеру (неорганізованість, незібраність, лінь, неуважність, недисциплінованість, облудність, забіякуватість, примхливість, упертість, грубість, озлобленість, агресивність, жорстокість);
- 3) як низька загальна культура, негативне ставлення до етичних норм і правил, до оточуючих людей (неохайність, безтактність, байдужість, необов'язковість, невиконання завдань, пропуски занять, прогули, втеча з дому і зі школи, бродяжництво, конфлікти з однолітками та дорослими, копіювання зразків асоціальної поведінки, орієнтація на вузькогрупові інтереси і цінності);

4) як шкідливі звички (куріння, вживання алкоголю, токсичних і наркотичних речовин, захоплення азартними іграми).

Усі ці якості та властивості особистості таких дітей, складнощі у відносинах з оточенням і поведінці ведуть до складнощів у їх навчанні і вихованні.

До проблем підліткового віку, неврахування яких призводить до девіантної поведінки, належать:

- \* кризові явища, що характеризують психофізіологічний розвиток у підлітковому віці;
- \* загострення взаємин з дорослими, батьками, вчителями, що виражені в «конфлікті» моралі старших і молодших; почуття дорослості і неприйняття вимог до себе;
- \* прагнення замінити відносини з позиції «моралі підпорядкування» на «мораль рівності»;
- \* підвищена критичність оцінних суджень і поведінки дорослих;
- \* зміни в характері стосунків з однолітками, потреба в спілкуванні, прагнення до самоствердження часом призводять до негативних форм тощо.

Недоліки у вихованні дитини, підлітка:

- \* помилки сімейного виховання;
- \* тепличні умови, відсторонення дитини від будь-яких життєвих проблем, будь-якої активної діяльності, що провокує формування черствості, інфантильності і нездатності співпереживати людським труднощам, трагедіям, долати життєві незгоди в критичній ситуації;
- \* помилки та упущення в процесі навчання і виховання в освітньому закладі;
- \* негативні етичні орієнтири виховання;
- \* навчання дитини, підлітка певним негативним моделям життя і діяльності (самореалізації в житті);
- \* середовищні негативні «очікування» від дитини, підлітка з неблагополучної родини, що має негативне товариське оточення, порушує дисципліну тощо. Такі очікування, часто в прямій або опосередкованій формі, провокують дитину до правопорушення;
- \* залучення дитини, підлітка до вживання спиртних напоїв, наркотиків, куріння, азартних ігор;
- \* відсутність єдності та узгодженості у виховній діяльності батьків у родині, у взаємодії родини й школи та ін.;
- \* недоліки системи перевиховання, виправлення правопорушників і подальшої адаптації в повсякденному житті (соціальному середовищі).



## ПРИКЛАДИ ВПРАВ ТА ІГОР

### » «Тахистоскоп»

Група сідає в коло. Один або двоє учасників стають у центр кола. Вмикають світло, учасники, що стоять всередині кола, приймають будь-які пози, нерухомо застигаючи в них. За сигналом готовності на короткий час вмикається світло і зразу ж вмикається. У момент спалаху світла учасники, що сидять у колі, намагаються якомога точніше запам'ятати прийняті пози. Після спалаху в темряві ті, хто позував у центрі, повертаються на свої місця. Потім вмикається світло, і члени групи, за винятком тих, які позували, спільними зусиллями намагаються відтворити те, що вони бачили. Натурників повертають у коло і «ліплять» з них ті ж пози, в яких, на думку групи, вони знаходилися під час спалаху світла. Після того як суперечки припиняться і група прийде до якогось спільного рішення або декількох альтернативних, учасники в центрі кола демонструють свої справжні пози.

### » «Вибір»

Учасники знаходяться в колі. За командою вчителя кожен з них повинен вказати пальцем на одного зі своїх товаришів по групі — припустімо, на того, з ким він хотів би скласти пару в якій-небудь іншій грі. Мета гравців — домогтися в кожній із спроб такого вибору, за якого група розпалася би на пари взаємообраних учасників.

Ця рефлексивна гра, незважаючи на свою простоту, вимагає від учасників врахування багатьох моментів і закінчується зазвичай лише після довгих і безуспішних спроб. Наполегливо виникають у кожному такті «фатальні» багатокутники, і лише поступово «намацують» одне одного і відокремлюються в пари деякі гравці. Взаємообрані пари, як правило, виключаються з подальшого спільного пошуку рішення тим, що в кожній наступній спробі продовжують вибирати одне одного. Це значно полегшує роботу іншим учасникам.

**Коментар.** Педагогу слід звернути особливу увагу на ситуації, коли одна з пар, що склалися, «розвалюється» на черговому такті гри.

### » «Я — хороший, я — поганий»

Педагог радить учню скласти список рис свого характеру. Потрібно взяти аркуш паперу, розділити його вздовж і навпіл: у лівій частині перерахувати свої позитивні якості (з них почати), а в правій — негативні.

У ході бесіди вчитель прагне, щоб кількість якостей, виділених учнем в обох стовпцях, були або рівним, або позитивні переважали над негативними.

Не рекомендовано зупиняти вправу у той момент, коли учень виділив у собі велику кількість негативних якостей і не зміг визначитися, що ж у ньому є позитивного.

#### » «Лист до самого себе»

Педагог радить учневі щодня писати листи самому собі. Писати довгі листи рекомендовано, коли з'являється необхідність вилити сильні почуття і переживання на папері.

У цих листах необхідно описувати свій стан, важливі події, враження від прожитого і відчутого.

Крім психотерапевтичного ефекту ця вправа може принести інший ефект. Порівнюючи свої записи, зроблені в різні дні, учень зможе побачити, наскільки по-різному він ставився до однієї і тієї ж людини, події, факту.

Корисно обговорити, від яких причин залежать суперечливі оцінки того, що відбувається.

## КОРЕКЦІЙНА РОБОТА З ДІТЬМИ З ПРОБЛЕМНИХ СІМЕЙ

Визначити тип виховного процесу з дітьми з проблемних сімей допомагають характерні особливості кожного з них:

- \* *рівень протекції* — міра зайнятості батьків вихованням, оцінка того, скільки сил, часу, уваги приділяють батьки дитині;
- \* *повнота задоволення потреб* (матеріально-побутових і духовних);
- \* *ступінь вимог* — кількість і якість обов'язків дитини;
- \* *ступінь заборон* — міра самостійності дитини, можливість самій вибирати спосіб поведінки;
- \* *суворість санкцій* — прихильність батьків до покарань як прийому виховання;
- \* *стійкість стилю виховання* — вираженість вагань, різкі зміни прийомів виховання.

У психолого-педагогічній літературі виділено декілька типів сімей за виховними помилками.

*Сім'ї з потурально-поблажливим стилем виховання*, коли батьки не надають значення провинам дітей, не вбачають у них нічого страшного, вважають, що «всі діти такі», що «ми самі такими ж були». Педагогу, психологу в подібних випадках буває важко змінити добросердечний, самозаспокійливий настрій таких батьків, змусити серйозно реагувати на проблемні моменти в поведінці дитини.

*Сім'ї з позицією кругової оборони виховання* будують свої стосунки з оточенням за принципом «наша дитина завжди права». Такі батьки досить агресивно налаштовані до всіх, хто вказує на неправильну поведінку їхніх дітей. Навіть вчинення підлітком тяжкого злочину в цьому випадку не приводить до тями батьків. Вони продовжують шукати винуватих на стороні. Діти з таких сімей страждають особливо важкими вадами моральної свідомості, вони брехливі і жорстокі, досить важко перевиховуються.

*Сім'ї з демонстративним стилем виховання*, коли батьки, не соромлячись, усім і кожному скаржаться на свою дитину, розповідають

на кожному кроці про її провини, явно перебільшуючи ступінь небезпеки, вголос заявляють, що він росте «бандитом» і т. ін. Це призводить до втрати у дитини сором'язливості, почуття каяття на свої вчинки, знімає внутрішній контроль за своєю поведінкою, викликає озлоблення по відношенню до дітей і дорослих.

*Сім'ї з педантично-підозрілим стилем виховання*, при якому батьки не вірять, не довіряють своїм дітям. Їх піддають образливому тотальному контролю, намагаються повністю ізолювати від однокласників, друзів, прагнуть абсолютно контролювати вільний час дитини, коло її інтересів, занять, спілкування.

*Сім'ї з жорстко-авторитарним стилем виховання*, у яких батькам притаманне зловживання фізичними покараннями. До такого стилю стосунків більше схильний батько, який прагне з будь-якого приводу побити дитину, бо вважає, що існує лише один ефективний виховний прийом — жорстока розправа. Діти завжди в подібних випадках ростуть агресивними, жорстокими, прагнуть ображати маленьких, слабких, незахисних. Соціальний педагог повинен стати на захист дітей від жорстокості батьків, застосовуючи при цьому всі доступні засоби впливу, що захищають дитину від жорстокості, — від переконання до адміністративно-кримінального покарання.

*Сім'ї з умовляльним стилем виховання*, де в протилежність жорстко-авторитарному стилю батьки виявляють по відношенню до своїх дітей повну безпорадність, воліють перестерігати, нескінченно умовляти, пояснювати, не застосовуючи ніяких вольових впливів і покарань. Діти в таких родинах, що називається, «сідають на голову». Соціальний педагог повинен проявити твердість, вимогливість як щодо неповнолітнього, так і до його батьків.

*Сім'ї з відсторонено-байдужим стилем виховання*. Даний стиль виникає, як правило, в сім'ях, де батьки, зокрема мати, поглинені влаштуванням свого особистого життя. Відійшовши від своїх дітей від першого шлюбу, мати байдужа як до самих дітей, так і до їх вчинків. Діти надані самі собі, відчувають себе зайвими, прагнуть менше бувати вдома, з боєм сприймають байдужо-відсторонене ставлення матері. Такі підлітки з вдячністю сприймають зацікавлене, доброзичливе ставлення з боку старших, здатні прив'язатися до вихователів, що ставляться до них з великою теплотою, довірою, і це допомагає у виховній роботі.

*Сім'ї з вихованням за типом «кумір сім'ї»*. Таке ставлення часто виникає по відношенню до пізніх дітей, коли довгоочікувана дитина нарешті народилася у немолодих батьків або самотньої жінки. У таких випадках на дитину готові молитися, всі її прохання



і примхи виконують, в результаті у неї формується крайній егоїзм, центризм, егоїзм, першими жертвами якого стають самі ж батьки.

Сім'ї з непослідовним стилем виховання, коли у батьків не вистачає витримки, самовладання для здійснення послідовної виховної роботи в родині. Виникають різкі емоційні зміни у стосунках з дітьми — від покарання, сліз, лайки до зворушливо-ласкавих проявів, що призводить до втрати батьківського авторитету. Підліток соціально некерованим, непередбачуваним, нехтує думкою старших, батьків. Потрібна терпляча послідовна лінія поведінки соціального педагога.

Працюючи з дітьми з неблагополучних сімей, соціальний педагог відвідує сім'ю і заповнює картку відвідування родини.

### КАРТКА ВІДВІДУВАННЯ СІМ'Ї

1. П.І.Б. учня \_\_\_\_\_
2. П.І.Б. батьків \_\_\_\_\_
3. Тип сім'ї (повна, неповна, «материнська», багатодітна) \_\_\_\_\_
4. Вік батьків: батька \_\_\_\_\_  
матері \_\_\_\_\_
5. Освіта та соціальне становище батьків:  
батька \_\_\_\_\_  
матері \_\_\_\_\_
6. Устрій сімейного життя (сприятливий, суперечливий, несприятливий) \_\_\_\_\_
7. Рівень психолого-педагогічної культури (високий, середній, низький):  
батька \_\_\_\_\_  
матері \_\_\_\_\_
8. Характеристика відносин між членами сім'ї \_\_\_\_\_
9. Ціннісні орієнтації сім'ї \_\_\_\_\_
10. Захоплення батьків \_\_\_\_\_
11. Конкретна допомога батьків школі \_\_\_\_\_
12. Індивідуальні особливості дитини \_\_\_\_\_
13. Рівень вихованості \_\_\_\_\_
14. Успішність \_\_\_\_\_
15. Недоліки в сімейному вихованні, помічені педагогом \_\_\_\_\_
16. Особливості сім'ї, які необхідно врахувати школі у вихованні дитини \_\_\_\_\_
17. Проблеми цієї сім'ї \_\_\_\_\_
18. Педагогічні завдання, що випливають із характеристики соціальної ситуації розвитку сім'ї \_\_\_\_\_
19. Індивідуальна соціально-педагогічна робота з сім'єю з урахуванням \_\_\_\_\_



## ПРИКЛАДИ ВПРАВ ТА ІГОР

### » «Сімейна педагогіка»

У батьків постають питання про те, як слід виховувати свою дитину, а дитина думає про те, як зробити так, щоб її розуміли батьки. Багато неприємностей, роздратування і навіть горя виникає в родині, якщо немає порозуміння між батьками і дітьми.

Учні об'єднуються в групи по 5–6 осіб. Педагог пропонує виробити звід основних правил сімейного виховання, сформулювати і записати чіткі і конкретні положення, якими повинні керуватися батьки, бабусі і дідусі, тітки і дядьки, які беруть участь у вихованні дитини в сім'ї.

Будь-хто з учасників має право вносити свої пропозиції, аргументуючи їх необхідність, наводячи приклади із «своєї практики» і т. ін. Час на обговорення і прийняття зводу основних правил виховання — 10 хвилин.

Після етапу роботи в мікрогрупах вислуховують представників кожної з них і складають загальний звід правил, в який входять положення, що були у зводах кожної мікрогрупи.

### » «Заповіді сімейного життя»

Учням пропонують проаналізувати основні положення «Заповіді сімейного життя», складені С. Ф. Спичак:

1. Родина починається з «ми», будь вимогливіше до себе.
2. Не демонструй свою перевагу, будь простіше.
3. Не дорікай; критикуючи, не звинувачуй і не безчесь.
4. Поспішай повторювати гарне; зробив добру справу, зроби ще одну й не чекай нагороди.
5. Будь терпимий, не поспішай вилити свій гнів, подумай, вмій зрозуміти і пробачити.
6. Якщо упевнений, що винен інший, то шукай причину в собі.
7. Не давай порад, якщо тебе про це не просять.
8. Роби перший крок назустріч, якщо виникає сварка або конфлікт, прости дратівливість.
9. Шукай у партнері гарне, говори про переваги.
10. Смійся разом з людиною, а не над людиною.
11. Не вірять той, хто сам обманює.
12. Будь другом друзям свого партнера.
13. Вирішуй разом з людиною, а не замість людини.
14. Не звинувачуй — ти не прокурор.

Кожен учасник аналізує 1–2 положення. Педагог повинен створити атмосферу діалогу учасників одне з одним.

### » «Сімейне благополуччя»

Л. М. Толстой стверджував, що всі щасливі сім'ї схожі одна на одну.

Учасникам пропонують сформулювати ознаки щасливої родини.

Спочатку необхідно дати час на обдумування питання (до 5 хвилин), а потім ще 5 хвилин для роботи в малих групах (по 3–4 особи). Після цього заслуховують представників груп і фіксують їхні пропозиції у формулу сімейного благополуччя на дошці. Наприклад, А (домашній затишок) + Б (наявність дітей) і т. ін.

Доцільно скласти узагальнену формулу, яка гарантує сімейне благополуччя, дозволяє радісно жити великим і дружним колективом, виховувати дітей.

**Коментар.** Це завдання допомагає замислитися над зовнішніми життєвими обставинами, поміркувати над причинами сімейних проблем.

Можливі труднощі пов'язані в роботі з тим, що багатьом учасникам важко усвідомити причини сімейного неблагополуччя, сварки і скандали, які, на жаль, трапляються в родині.

### » «Сімейне вогнище»

Є люди, які вважають, що сім'я зовсім не обов'язкова, можна прожити своє життя і без неї. У цьому завданні варто обговорити дану точку зору.

Учасники об'єднуються у пари. Перша людина в парі грає роль прихильника сімейного способу життя. Її завдання — переконати оточуючих у тому, що без сім'ї людина не може бути щасливою і здоровою. Вона не зможе нормально працювати, такі люди частіше хворіють і скоюють злочини і т. ін. При цьому потрібні не тільки слова, але й серйозні аргументи, у тому числі аргументи на прикладі своєї сім'ї.

Друга людина в парі — прихильник самотнього способу життя. Її завдання — відстояти свою точку зору, відповідаючи на всі доводи і аргументи прихильника сімейних зв'язків. Також необхідні певні й переконливі доводи.

Час на один діалог — 3 хвилини. Потім учасники обмінюються своїми ролями. Знову отримують 3 хвилини.

Підсумки підводять самі партнери за результатами бесід.

## КОРЕКЦІЙНА РОБОТА У ПРОФОРІЄНТАЦІЇ

Перша реальна, життєво важлива проблема, з якою стикаються учні середніх і особливо старших класів — проблема вибору майбутньої професії. Значення проблеми вибору майбутньої професії школярі починають усвідомлювати вже з 14–15 років. Саме в цей момент важливо показати молодій людині шлях духовного саморозвитку. Від того, як вона вирішить цю проблему, залежить її подальша життєва стратегія: чи буде вона орієнтуватися на соціальні норми або діяти відповідно до своїх бажань, чи будуть її приваблювати насамперед матеріальні чи духовні цінності, чи зможе вона врешті-решт дійсно вирішувати проблему або просто позбутися її.

Робота з профільної орієнтації учнів повинна йти трьома різними напрямками:

- \* проведення професійних консультацій (науково організоване інформування про професії, призначене головним чином для юнаків і дівчат, які закінчують загальноосвітню школу, з метою практичної допомоги у виборі професії з урахуванням інтересів і схильностей, сформованих здібностей, а також потреб суспільства, народного господарства);
- \* придбання додаткових знань, умінь і навичок, необхідних для певної, обраної учнями, професії;
- \* здійснення психодіагностики (область досліджень, пов'язаних з кількісною оцінкою і точним якісним аналізом психологічних властивостей і станів людини за допомогою науково перевірених методів, що дають достовірну інформацію про людину).

Завдання педагога полягає в тому, щоб допомогти учням дізнатися про свої особливості, які і забезпечать вибір професії школярем, а саме вивчити:

- 1) психічні прояви властивостей нервової системи;
- 2) схильності, інтереси, пов'язані з вибором професії;
- 3) риси характеру, які проявляються в діяльності, у ставленні до інших людей, себе;

скрипаль, листоноша, лікар, маляр, мільйонер-контролер тощо. Старшим школярам можна порекомендувати зобразити геолога, археолога, адвоката, еколога і т. ін.

» **«Не збийся»**

Школярам пропонують зробити 10 кроків і на кожному назвати професію. Якщо учень збився або повторився, він зупиняється.

Для старшокласників завдання можна ускладнити тим, що не допускати повторень професій різними учнями.

» **«Словник професійних термінів»**

Педагог диктує учням слова зі списку профорієнтаційних термінів. Учні (усно або письмово) пояснюють значення цих слів-термінів. Наприклад, професія, вибір професії, професійна непридатність, покликання, умови праці тощо.

» **«Хто більше?»**

Школярам пропонують назвати професії працівників залізничного транспорту, сфери обслуговування, хімічної промисловості і т. ін.

» **«Прислів'я про працю»**

Учні згадують і вимовляють прислів'я та приказки, пов'язані з трудовою діяльністю людини, про її працьовитість, ставлення до праці.

» **«Відгадай професію»**

Дітям пропонують придумати будь-яку професію і описати її так, щоб у ній не було нічого, що підказувало б іншим, що це за професія. Однак учень повинен розповісти про умови роботи та про результати праці.

» **«Постав запитання»**

Учень загадує хоч якусь професію. Але нічого не розповідає, а пропонує іншим учням ставити уточнювальні питання, але що можна було дати відповідь «так» або «ні».

» **«Людина й професія»**

Педагог називає професію, для якої школярі повинні «підібрати» учня з числа присутніх, що найбільше, на їхню думку, відповідає за своїми індивідуальними особливостями даній професії.

Запропонована педагогом професія повинна бути добре відома учням, у разі недостатніх уявлень про професію педагогу необхідно охарактеризувати її особливості. Гру можна ускладнити, запропонувавши школярам «підібрати» професію кожному учню. Для цього доцільно учнів розділити на групи.

#### » «Хода професіонала»

Усі учні стають у коло, залишаючи більше місця в центрі. Їм пропонують картки, на яких написані різні професії. Необхідно по черзі пройти по колу, ходом показати професійну приналежність.

**Питання до обговорення.** Що може виражати хода людини? Її професію? Її емоції? Як ми реагуємо на різні стилі ходи? Що відчувають люди, за якими спостерігають і яких оцінюють?

#### » «Самооцінка і професія»

З числа школярів вибирають учня, який повинен описати свої індивідуальні особливості, оцінити їх і підібрати відповідну професію. Під час вибору професії треба враховувати індивідуальні схильності й інтереси.

Решта учнів і сам учитель окремо від учня також дають йому оцінку і підбирають відповідну професію. На загальному обговоренні роблять порівняльний аналіз самооцінки учня, оцінки вчителя та інших учнів. Обговорюють моменти невідповідності самооцінки учня, педагога та інших школярів.

#### » «Світ професій»

Педагог у вступному слові розповідає учням про види професій та їх класифікацію. Далі школярі об'єднуються в групи по 2-3 людини і заповнюють таблицю:

№ п	Типи і підтипи професій	Назвіть професії даного типу	Перерахуйте вимоги, висунуті професією до людини
1.	...	....	...

#### » «Домовся з батьками»

Трьом учням пропонують розіграти сценку. Один з них грає роль дитини, який намагається пояснити батькам, чому він хоче



вибрати саме цю професію, другий грає роль матері, третій — роль батька.

Школярі повинні розіграти наступний сюжет: сімейну вечерю, син або дочка пояснює батькам про своє рішення вибрати ту або іншу професію. Текст ролі заздалегідь не готують, кожен учень грає самого себе. Кількість ролей можна розширити.

► *«Казкові персонажі і професії»*

Учням називають деякі казкові персонажі, яким потрібно підібрати професії, виходячи з тих особливостей, які описуються у відповідних творах.

Як казкових персонажів можна запропонувати Мальвіну, Омелька, Снігову Королеву, Чебурашку тощо.

## **КОРЕКЦІЙНА РОБОТА, СПРЯМОВАНА НА ФОРМУВАННЯ САМООЦІНКИ, ПРАГНЕННЯ ДО САМОРОЗВИТКУ, САМОПІЗНАННЯ, САМОСТВЕРДЖЕННЯ І САМОРЕАЛІЗАЦІЇ**

Потрібно охарактеризувати особливості розвитку самооцінки  
шкільному віці.

**Самооцінка молодшого школяра:**

- стає більш адекватною і диференційованою порівняно з дитиною дошкільного віку;
- учень, враховуючи оцінку вчителя, порівнює себе з іншими (свої здібності в знаннях, вміння, навички, риси характеру і т. ін.);
- може описати типову для себе поведінку.

**Особливості самооцінки підлітка:**

- з'являється самопізнання як результат зростаючого інтересу до свого внутрішнього світу;
- наявний упереджений самоаналіз: «Яким я є?», «Яким хочу стати?»;
- прояв підліткової рефлексії;
- формується реальне «Я».

У юнацькому віці образ «Я» формується шляхом постійного порівняння з закарбованим у свідомості уявленням про деякий ідеал, еталон представника своєї статі, зразка мужності або жіночності. Головне психологічне придбання ранньої юності — виявлення цінності свого внутрішнього світу. Зовнішній світ починає сприйматися через себе. Розвивається здатність до самоаналізу і потреба систематизувати, узагальнювати свої знання про себе. Юнаки та дівчата прагнуть глибше розібратися у своєму характері, своїх почуттях, діях, вчинках. Вони часто вирішують питання: як дослідити свій характер і свої здібності, яка я людина тощо.

Підліткові, що нормально розвивається, властиві тенденції розвитку і саморозвитку таких людських якостей, як:

- \* самостійність мислення, інтелектуальна активність, творчий підхід до вирішення пізнавальних завдань; це сензитивний період розвитку творчого мислення;
- \* виражені й стійкі інтереси, увага до себе і до іншої людини як особистості;
- \* адекватні форми утвердження своєї самостійності, особистої автономії, індивідуальності;
- \* адекватна самооцінка, високий рівень домагання, розвинене почуття власної гідності, внутрішні критерії самооцінки;
- \* здатність свідомо ставити перед собою цілі, перепідпорядковувати мотиви, приймати рішення і бути відповідальним за їх наслідки;
- \* моральні і вольові якості, особистісної рефлексії, тобто розуміння, співчуття і співчуття іншого;
- \* володіння способами регулювання поведінки, емоційних станів, адекватними способами реагування в різних життєвих ситуаціях;
- \* здатність контролювати ситуацію, стійкість до несприятливого впливу навколишнього середовища;
- \* позитивне ставлення до праці, орієнтація на культурні, моральні цінності і людські смисли;
- \* володіння навичками дружнього, виборчого спілкування з однолітками; орієнтація на соціально позитивного лідера в середовищі однолітків; адекватність поведінки в школі і за її межами.

Тільки за особистої зацікавленості підлітка в самовихованні, тільки за повного розуміння ним необхідності і можливості самовиховання доцільно застосовувати прийоми індивідуальної роботи з підлітком.

Ці прийоми наступні:

- 1) мобілізація внутрішніх сил підлітка на виконання завдання — перед учнем розкривають його можливості, вміння, необхідність майбутньої роботи особисто для нього;
- 2) активізація (створення) цільової настанови — з підлітком розробляють правила повсякденної діяльності (розпочату справ виконувати до кінця, не братися за безліч справ відразу, які не виконувати будь-яку роботу, оцінювати її результативність, аналізувати помилки);
- 3) контрастність — від регулярних невдач у діяльності підводять підлітка до перших значних успіхів у ній;

- 4) стимулювання особистої гідності підлітка, захисту його самолюбства — пропозиція посиленої діяльності, зміцнення віри в успіх, підтримка у важких ситуаціях;
- 5) вимоглива довіра — підкреслюють беззаперечність виконання завдання, але проявляють підтримку, зміцнюють віру в те, що підліток це доручення виконає;
- 6) заохочення — похвала-підтримка, похвала-спонукання до виконання прийнятих рішень, добра участь.

## ПРИКЛАДИ ВПРАВ ТА ІГОР

### » «Хто Я?»

Школярам пропонують відповісти на питання «Хто Я?» 20-ма словами.

Аналізуючи відповіді, звертають увагу:

- \* питання «Хто Я?» не повинне замінитися відповідями на питання «Який Я?»;
- \* соціальні ролі не треба перераховувати — вони безособистісні;
- \* у якому співвідношенні знаходяться позитивні і негативні прояви особистості.

### » «Я»

Потрібно запропонувати учням написати твір на тему «Особисті риси, що визначають мій успіх».

При цьому важливо, щоб учні з різноманіття своїх достоїнств назвали кілька найбільш значущих для них.

Учням треба пригадати, які достоїнства переважали в 10 років, а які в 5.

Звернути увагу на те, що важливо пам'ятати себе в різні періоди часу і фіксувати зміни.

### » «Образ Я»

Учитель пропонує учням наведені нижче риси характеру оцінити за 5-бальною системою:

- \* 1 — дуже слабо;
- \* 2 — слабо;
- \* 3 — помірно;
- \* 4 — сильно;
- \* 5 — дуже сильно.

Наведено 30 позитивних і 30 негативних якостей.

Поступливість	Впертість
Товариськість	Замкнутість
Гнучкість	Загальмованість
Врівноваженість	Імпульсивність
Лагідність	Сварливість
Рішучість	Боязкість
Покірність	Владність
Добросердя	Непривітливості
Відхідливість	Мстивість
Чуйність	Холодність
Відкритість	Підозрілість
Делікатність	Грубість
Дбайливість	Черствість
Привітність	Сухість
Щедрість	Жадібність
Доброта	Деспотичність
Стриманість	Метушливість
Природність	Скутість
Доступність	Зарозумілість
Поблажливість	Непохитність
Ініціативність	Неповороткість
Співчуття	Гордовитість
Дружелюбність	Агресивність
Теплота	Суворість
Невпевненість	Самовпевненість
Розкутість	Розв'язність
Терпимість	Непримиренність
Веселість	Похмурість
Безтурботність	Заклопотаність
М'якість	Різкість

Інтегральна сума балів від +18 до +150 і від -30 до -150. Важливо, щоб суми позитивних та негативних якостей були



врівноважені, переважування в ту або іншу сторону свідчить про неадекватність самооцінки.

Потім учням пропонують вибрати з перерахованих якостей 10–12 і скласти три портрета свого «Я»:

- × «уявне Я»;
- × «реальне Я»;
- × «ідеальне Я».

#### » «Соціальна зацікавленість»

На аркуші паперу зображені трикутники, вершинами яких є кола, що позначають інших людей (наприклад, батьки, брат, сестра, вчителі, друзі тощо). Учням пропонують розмістити коло, позначене «Я».

Якщо коло розміщене всередині трикутника, значить, учень сприймає себе як частину цілого, а якщо поза — окремо.

#### » «Коло твого життя»

Вправа змушує задуматися над своїм життям. Перед школярем лежить аркуш паперу, на якому намальоване коло. Учневі пропонують інструкцію: потрібно уявити, що коло — це зріз вашого життя, одного дня. Спочатку ділять коло на чотири умовні частини пунктирними лініями. У кожній чверті умовно — 6 годин. Учням пропонують показати схематично, відзначаючи на колі, скільки часу в них іде:

- × на сон;
- × на школу;
- × на друзів;
- × на виконання домашніх завдань;
- × на виконання домашніх доручень;
- × на все інше.

Дивлячись на коло, доцільно запропонувати школярам відповісти на питання: чи задоволені вони самі тим, як проходить їх день? Що вони хотіли б змінити у своєму житті?

#### » «Мої сильні якості»

Школярі сідають у коло. Після невеликої паузи кожен член групи повинен розповісти про свої сильні сторони — про те, що він любить, цінує і приймає в собі, про те, що йому дає відчуття впевненості. Важливо, щоб при цьому мовець не применшував своїх достоїнств, не іронізував над собою, щоб він говорив прямо, без натяків.

Наприклад, Марина:

М — мовчазна;

А — акуратна;

Р — ранима;

И — ...

Н — надійна;

А — активна.

Подумайте дві хвилини, а потім по черзі назвіть ознаки свого характеру, пов'язані з вашим ім'ям.

Якщо в імені є дві або навіть три однакові букви, то можете обмежитися розшифровкою цієї букви тільки один раз. Природно, що буква Й замінюють на І, а букви Ъ і И пропускають, бо за бажанням можуть бути замінені будь-якими іншими літерами.

Обговорюючи імена, група має право висловити сумнів з приводу будь-якої якості характеру, вираженої в літері імені. У такому випадку необхідно відстояти свою точку зору.

#### » «Домовся з іншими»

Учні розбиваються на групи по три особи. Кожен гравець привласнює собі позначку А, В або С. Потім ведучий повідомляє завдання: трійка повинна виробити спільне рішення з якого-небудь питання. Наприклад, яким кольором пофарбувати паркан, де призначити місце зустрічі, домовитися про спільний подарунок знайомому тощо. Ситуація ускладнена тим, що кожен гравець позбавлений одного з каналів сприйняття або передачі інформації:

- \* гравець А сліпий, зате він чує і говорить;
- \* гравець В глухий, але може бачити і рухатися;
- \* гравець С бачить і чує, але при цьому не може рухатися і говорити.

Для повноти відчуттів можна запропонувати учасникам зав'язати очі, затулити вуха, прив'язувати себе до стільця тощо. Готові? Можна приступати до переговорів.

Скільки часу знадобитися трійкам на вироблення спільного рішення? Яку стратегію оберуть учасники в досягненні мети?

#### » «Списки»

Школярів розділяють на невеликі групи з 3–5 осіб. Кожна група отримує олівець і аркуш паперу, обирає секретаря, який фіксує обговорення.

Групи отримують картки з категоріями: «Люди», «Знаменитості», «Освіта», «Домашнє обладнання», «Речі з металу», «Речі з пластику», «Мокрі речі», «Гарячі речі» та ін.

Завдання, що стоять перед гравцями:

- 1) придумати і записати якомога більше понять, відповідних даній категорії;
- 2) вибрати зі списку три предмети, що уподобала група;
- 3) вибрати в групі спікера (*секретар не може бути спікером*), який оголосить рішення групи всім: яку категорію наповнювали змістом; як проходив процес обговорення; який список під категорію вийшов у результаті.

**Обговорення.** Головне тут не стільки зміст, скільки форма. Учитель вислуховує спікера кожної групи, ставить питання, орієнтовані на взаємодію: як вибирали спікера, секретаря (за бажанням, з примусу або щось ще)? Який спосіб вибору найбільш оптимальний, який найменш? Що робити, якщо немає охочих? Як бути, якщо охочих занадто багато? Як можна розділити відповідальність, щоб вся група була задіяна?

**Коментар.** Вправа відкриває різні шляхи досягнення цілей, вчить відшукувати оптимальний вибір, пропонує відчувати себе в ролі відповідального за дії групи людей.

#### ► «Приймаю рішення»

Учасникам пропонують скласти перелік тих рішень, які їм довелося приймати за минулий тиждень. На це відводять три хвилини.

Потім пропонують проаналізувати запис і відверто відповісти на питання: «Хто допомагав вам приймати це рішення? Або, можливо, їх хтось приймав за вас? Якщо «так», то чому? Чому рішення, які стосуються тільки вас, приймає хтось інший? Може, ви досі не навчилися цього?»

Учасники об'єднуються в мікрогрупи по 3–4 особи і обговорюють записи.

Необхідно створити атмосферу, що допомагає налаштуватися на серйозне осмислення повсякденної практики прийняття рішень.

**Коментар.** Вправа допомагає учасникам зрозуміти необхідність самостійного вирішення своїх життєвих проблем, у тому числі й у сфері спілкування.

#### ► «Кішки-мишки»

Для гри беруть гумові іграшки: мишку і кішку, можна замінити їх іншими іграшками, м'ячиками різних кольорів тощо.

Усі діти сідають у коло. Педагог бере одну іграшку і передає її за годинниковою стрілкою зі словами: «Це кішка». «Кішку»

таким чином передають по колу з тими ж словами: «Це кішка». Потім педагог бере другу іграшку і передає її проти годинникової стрілки по колу зі словами: «Це мишка». І обидва предмети починають ходити по колу, тільки в різних напрямках. Згодом швидкість передачі збільшують, і гравці починають плутати «мишку» та «кішку». Кожен, хто назве «мишку» «кішкою» або навпаки, припиняє грати.

### » «Календар»

Усім учасникам гри приковують до одягу заготовку — дні календаря. Наприклад, «2 лютого, середа», «5 березня, субота», «24 березня, четвер» і т. д. Заготовки ретельно готують, виходячи із запропонованих завдань (див. нижче) і кількості учасників гри. Далі педагог пропонує учасникам виконати завдання, утворивши команду:

- 1) що складається з п'яти однакових днів тижня (вівторків, п'ятниць і т. ін.), числа не мають значення;
- 2) що складається з семи днів тижня (число, місяць значення не мають);
- 3) знайти свій вчорашній день (наприклад, учасник з карткою «5 березня» повинен знайти учасника з карткою «4 березня»);
- 4) зібратися так, щоб сума чисел на картках дорівнювала, наприклад, 25 і т. ін.

### » «Моргунчики»

У коло ставляють стільці. Учні займають свої місця: один сідає на стілець (перший номер), інший встає позаду стільця (другий номер). Один стілець залишається порожнім — місце за ним для ведучого.

Коли всі готові, педагог починає уважно розглядати сидячих на стільцях і підморгує кому-небудь з перших гравців. Той, кому педагог дав такий сигнал, повинен швидко пересісти зі свого місця на порожній стілець перед ним. А другим номерам, у свою чергу, треба помітити знак педагога й утримати перших на місці. Утримують так: зверху кладуть руки на плечі й притискають до спинки стільця. Тримати заздалегідь руки над плечима не можна.

Якщо утримати першого вдалося, то пара міняється місцями: тепер другий сидить, а перший стоїть за стільцем. Доведеться помінятися місцями і в тому випадку, якщо другий не помітив підморгування для першого (йому повідомляють про це). Коли не вдалося забрати у сторожа одного, то педагог дуже швидко вибирає

в кола іншого і посилає йому знак. Ну, а якщо перший все-таки пересів від сторожа на порожній стілець, то другий стає на місце замість педагога і тепер його черга підморгувати.

### » «Телепатія»

Група учасників розбивається у пари. Це можна зробити двома способами. Перший: кожен учасник сам вибирає собі партнера, з яким йому приємно грати. Не дивлячись на зручність цього способу, він має один недолік: хтось з гравців може отримати кілька виборів, а хтось — залишитися без пари. Тому іноді можна рекомендувати другий спосіб. Усі учасники розраховуються на «перший-другий». Перші номери вибирають собі пару з других номерів.

У кожній парі учасники сідають обличчям одне до одного і домовляються, хто з них буде ведучим, а хто веденим. Ведучий починає «передавати» якийсь образ або думку: він зосереджується і протягом 4-5 хвилин навіює їх своєму партнерові, що приймає. Завдання того — зрозуміти або відчути, що думає ведучий.

Гра має кілька обмежень. По-перше, навіювання образу ведучий повинен робити без допомоги слів, тільки виразом очей, обличчя. По-друге, не можна використовувати допоміжні засоби — малюнки, жести.

Після того, як передання образу відбулося, що приймальний розповідає ведучому, що він зрозумів або відчув.

Після обговорення в парах починається групове обговорення. За бажанням учнів кілька пар розповідають про свої враження.

Удавана простота гри не повинна бентежити: через деякий час учасники помітять, що правильно відгадують досить часто. Багато гравців відзначають, що розуміють думки і почуття своїх партнерів, варто лише уважно поглянути їм в очі, в обличчя. Слід зазначити, що практично завжди правильно визначають емоційний фон трансльованого образу: радісний або сумний; спокійний або напружений.

### » «Вибір»

Учні сідають колом. Один з них стає ведучим і керує ходом гри. По команді ведучого кожен член групи показує рукою на іншого гравця, який йому симпатичний і який, як йому здається, також хотів його б вибрати.

Мета полягає в тому, щоб було якомога більше взаємних виборів. Протягом 10-15 хвилин гри може бути здійснено до 10 ігрових виборів.

Захоплююча гра, але і певною мірою драматична. Хтось з учасників буде обиратися часто, а хтось весь час залишатиметься один. Переконайте учнів не ображатися, якщо їх не вибрали або вибір виявився не взаємним.

Може настати момент, коли деякі учасники будуть вибирати не стільки за бажанням, скільки для того, щоб не образити аутсайдерів. Вони помітять гравців, що залишаються весь час одні і обиратимуть саме їх. І хоча тут «відпрацьовується» не ситуація, а проявлено співчуття, педагог повинен заохочувати такі дії учнів.

### » «Шериф і вбивця»

Для гри готують квитки відповідно до кількості учасників. На двох квитках відзначені ролі «шерифа» і «вбивці». Інші квитки — порожні. Усі квитки згортають. Кожен учасник вибирає собі квиток, але не показує його іншим гравцям.

Учасник, що виконує роль «вбивці», повинен поглядом «вбивати» інших гравців. «Шериф» зобов'язаний знайти «вбивцю», при цьому він може орієнтуватися на два ігрових моменти. По-перше, він визначає «вбивцю» по очах. По-друге, інші гравці, відчувши погляд «вбивці», говорять: «Я битий», тим самим показуючи «шерифові», хто в групі грає роль вбивці.

«Вбивця» може бути знайдений відразу, але також може залишитися не виявленим до кінця гри. Значення має не результат, а процес гри. Ігрова вправа завжди проходить жваво: вона розвиває інтуїцію, покращує соціально-психологічний клімат у групі.

Найкраще повторювати гру 4-5 разів зі зміною гравців, що грають ролі «шерифа» і «вбивці». Після кожного етапу гри доцільно обговорити: за якими ознаками «шериф» визначив «вбивцю», і якщо він не зумів цього зробити, то чому. Нехай учасники обмінюються враженнями про відчуття, які у них з'явилися, коли вони відчули погляд «вбивці».

### » «Митниця»

З учасників вибирають двох «працівників митниці» і двох «іноземців». «Митники» залишаються в кімнаті, а «іноземці» виходять. Завдання перших полягає в тому, щоб так організувати бесіду з «іноземцями», щоб з'ясувати, хто з них провозить «заборонений товар». Таким товаром можуть виступити, наприклад, «наркотики». Зрозуміло, все це не реальні речі, а ігрові символи. Так, багажем можуть бути дві книги, з якими «іноземці» підходять до «митників» і ведуть розмову, а «наркотиками» — вкладений



в одну з книг аркуш чистого паперу. «Митники» не мають права брати ці книги в руки і перегортати. Вони повинні вирішити своє завдання, спираючись на свою спостережливість та інтуїцію.

Поки «митники» розсідаються і готуються приймати «іноземних гостей», ті за дверима кімнати придумують легенду: з якої вони країни, з якою метою приїхали, на який період запланований їх візит тощо. Головне завдання «іноземних гостей» полягає в тому, щоб у розмові не викликати підозр «митників» і розповісти легенду, яка допоможе відвернути увагу «митників» і перешкодити їм прийняти правильне рішення. Наприклад, гостросюжетна або сентиментальна історія може надовго відвернути увагу «митників».

Під час гри поступово з'ясовують, що вже перші дії «іноземців» часто видають їх «з головою»: той, хто везе «заборонений товар», часто або трохи метушиться, або надміру напружений і затиснутий. Лідером бесіди частіше виступає той з «гостей», хто вільний від контрабанди.

Бесіда триває до тих пір, поки «митники» не вирішать, у кого з «іноземців» сховано «заборонений товар». Після того, як дано відповідь, інші учасники, які перебували в кімнаті у ролі глядачів, також висувують свої припущення. І тільки потім «іноземці» зізнаються.

По закінченні гри всі разом обговорюють, які були правильні відповіді і чому. Виявляють, за якими ознаками «працівники митниці» і глядачі визначили, у кого з «іноземців» було заховано «заборонений товар».

## КОРЕКЦІЙНА РОБОТА З ОБДАРОВАНИМИ ДІТЬМИ

У психолого-педагогічній літературі проблеми обдарованих дітей сформульовано таким чином:

1. *Неприязнь до школи.* Це пов'язано, як правило, з тим, що навчальна програма занадто проста, нудна і нецікава для обдарованої дитини.
2. *Ігрові інтереси.* Виявлено, що обдарованим дітям подобаються складні ігри і нецікаві ті, якими захоплюються їх однолітки середніх здібностей. Унаслідок цього обдарована дитина виявляється в ізоляції.
3. *Конформність.* Обдаровані діти можуть відкидати стандартні вимоги, особливо якщо ці стандарти йдуть врозріз з їхніми інтересами або здаються безглуздими.
4. *Занурення в філософські проблеми.* Обдаровані діти замислюються над філософськими проблемами більше, ніж звичайні діти.
5. *Невідповідність між фізичним, інтелектуальним і соціальним розвитком.*
6. *Прагнення до досконалості (перфекціонізм).* Для обдарованих дітей характерна внутрішня потреба досконалості, яка проявляється досить рано.
7. *Відчуття незадоволеності.* Вони критично ставляться до власних досягнень, часто незадоволені, звідси — відчуття власної неадекватності й низька самооцінка.
8. *Нереалістичні цілі.* Обдаровані діти часто ставлять перед собою високі цілі і, не маючи можливості досягти їх, починають переживати. З іншого боку, прагнення до досконалості призводить до високих досягнень.
9. *Надчутливість.* Обдарована дитина більш вразлива, вона часто сприймає слова або невербальні сигнали як прояви неприйняття себе оточуючими. У результаті таку дитину вважають гіперактивною і неуважною, оскільки постійно реагує на різного роду подразники і стимули.

10. *Потреба в увазі дорослих*: У силу природної допитливості і прагнення до пізнання обдаровані діти часто монополізують увагу дорослих, що перебувають поруч.
11. *Нетерпимість*. Обдаровані діти нерідко з недостатнім терпінням ставляться до дітей, які стоять нижче їх в інтелектуальному розвитку. Вони можуть відштовхувати оточуючих своїми заваженнями.

Крім того, обдаровані діти часто вважають за краще спілкуватися і грати з дітьми старшого віку. Через це їм інколи важко стати лідерами, бо вони поступаються останнім у фізичному розвитку.

Виходячи з цього, робота соціального педагога, повинна проходити за наступними напрямками:

1. Контроль за нервово-фізичним навантаженням школяра, яке створюється діяльністю і вимогами педагогів і батьків. Обдаровані діти часто зовні дуже стійкі до перевантажень, і дорослим не просто подолати спокусу вкласти в дитину як можна більше інформації, навичок і т. д. Між тим перевантаження для неї так само небезпечно, як і для звичайного школяра.

2. Консультативна і просвітницька робота з дорослими, яка містить наступне:

- \* по-перше, дуже важливо стежити за тим, щоб дорослі не експлуатували здібності дитини в збиток іншим її інтересам і віковим потребам;
- \* по-друге, необхідно орієнтувати дорослих на цілісний розвиток дитини, в тому числі тих сторін її психіки, її «Я», в яких вона не проявляє себе яскраво;
- \* по-третє, консультативна допомога спрямована на вироблення педагогами і батьками стилю ефективного спілкування з обдарованою дитиною, адекватної оцінки її вчинків, розуміння її поведінкових проявів.

Пропоновані завдання допоможуть соціальному педагогу в роботі з обдарованими дітьми у виділених напрямках.

## ПРИКЛАДИ ВПРАВ ТА ІГОР

### » «Симпозіум»

Учням пропонують уважно прочитати навчальний текст протягом певного проміжку часу і розподілити між собою ролі: редактор, критик, автор, рецензент, незнайко, доцент, академік. Потім кожен у своєму амплуа повинен викласти навчальний текст. Інші учасники симпозіуму оцінюють виступ.

- б) знаходячись поряд з цією людиною, не заводите розмови про її стан;
  - в) говорите: «У вас якісь неприємності?»;
  - г) нічого не говорите і залишаєте цю людину наодинці з собою;
  - д) сміючись, говорите: «Ви просто як дитина!»
8. Ви відчуваєте себе пригніченим, а хтось каже: «Ви виглядаєте засмученим». Зазвичай у таких ситуаціях ви:
- а) качаєте головою і ніяк не реагуєте;
  - б) говорите: «Це не ваша справа»;
  - в) говорите: «Так, я трохи засмучений. Дякую за турботу»;
  - г) говорите: «Дрібниці»;
  - д) говорите: «Я засмучений, залиште мене наодинці».
9. Хтось засуджує вас за помилку, зроблену іншими. У таких випадках ви зазвичай говорите:
- а) «Ви з глузду з'їхали»;
  - б) «Це не моя провина. Цю помилку зробив хтось інший»;
  - в) «Я не думаю, що це моя провина»;
  - г) «Залиште мене в спокої, ви не знаєте, що говорите»;
  - д) приймаєте чужу провину і нічого не говорите.
10. Хто-небудь просить зробити щось, але ви не розумієте, навіщо це потрібно. Зазвичай у таких випадках:
- а) говорите: «Це не має ніякого сенсу, я не хочу це робити»;
  - б) виконуєте прохання і нічого не говорите;
  - в) говорите: «Це дурість; я не збираюся цього робити»;
  - г) перш ніж виконати прохання, говорите: «Поясніть, будь ласка, навіщо це треба зробити»;
  - д) говорите: «Якщо ви цього хочете...», після чого виконуєте прохання.
11. Хтось говорить вам, що, на його думку, те, що ви зробили, чудово. У таких випадках ви зазвичай говорите:
- а) «Так, я зазвичай роблю це краще, ніж більшість інших людей»;
  - б) «Ні, це не було настільки здорово»;
  - в) «Правильно, я дійсно це роблю краще за всіх»;
  - г) «Спасибі»;
  - д) ігноруєте почуте і нічого не відповідаєте.
12. Дехто був дуже уважний до вас. Зазвичай у таких випадках:
- а) говорите: «Ви дуже уважні до мене»;
  - б) дієте так, ніби ця людина не була така уважна до вас, а ви кажете: «Дякую»;

- в) говорите: «Ви поводитися щодо мене цілком нормально, я заслуговую більшого»;
- г) ігноруйте цей факт і нічого не говорите;
- д) говорите: «Ви були до мене недостатньо уважні».
13. Ви розмовляєте з приятелем дуже голосно, та хтось прохає: «Вибачте, але ви поведіться дуже шумно». У таких випадках ви зазвичай:
- а) негайно зупиняєте бесіду;
- б) говорите: «Якщо вам не подобається, забирайтеся звідси»;
- в) говорите: «Вибачте, я буду говорити тихіше», після чого розмовляєте приглушеним голосом;
- г) говорите: «Вибачте» і припиняєте бесіду з приятелем;
- д) говорите: «Усе в порядку» і продовжуєте голосно розмовляти.
14. Ви стоїте в черзі, і хтось стає попереду вас. Зазвичай ви в таких випадках:
- а) неголосно коментуєте це, ні до кого не звертаючись, наприклад: «Деякі люди поведуться дуже нервово»;
- б) говорите: «Станьте у хвіст черги»;
- в) нічого не говорите;
- г) говорите голосно: «Вийди з черги, ти, нахаба!»;
- д) говорите: «Я зайняв чергу раніше вас. Будь ласка, станьте в кінець черги».
15. Хтось робить що-небудь таке, що вам не подобається і викликає у вас сильне роздратування. Зазвичай у таких випадках:
- а) вигукнете: «Ви бовдур, я ненавиджу вас!»;
- б) говорите: «Послухайте, не зліть мене! Мені не подобається те, що ви робите»;
- в) дієте так, щоб перешкодити діям, які викликали роздратування, але нічого не говорите;
- г) говорите: «Я розсерджений. Ви мені не подобаєтесь»;
- д) ігноруйте цю подію і нічого не говорите цій особі.
16. У когось є щось таке, що хотілося б мати і вам. Зазвичай ви в таких випадках:
- а) говорите цій людині, щоб вона віддала вам цю річ;
- б) утримуєтеся від прохань;
- в) відбираєте цю річ;
- г) говорите цій людині, що ви хотіли б користуватися даним предметом, і потім просите у неї;
- д) розмірковуєте про цей предмет, але не просите покористуватися ним.

17. Хтось запитує, чи може він отримати у вас певний предмет для тимчасового користування, але оскільки це новий предмет, вам не хочеться його позичати. У таких випадках ви зазвичай говорите:
- а) «Ні, я щойно дістав його і не хочу з ним розлучатися, можливо, колись потім»;
  - б) «Взагалі я не хотів би його віддавати, але ви можете скористатися ним»;
  - в) «Ні, купуйте свій!»;
  - г) позичите цей предмет усупереч своєму небажання;
  - д) «Ви з глузду з'їхали».
18. Якись люди ведуть розмову про хобі, яке подобається і вам і ви хотіли б приєднатися до розмови. У таких випадках ви зазвичай:
- а) не говорите нічого;
  - б) втручаєтесь у бесіду і відразу ж починаєте розповідати про свої успіхи в цьому занятті;
  - в) підходите ближче до групи і при нагоді вступаєте в розмову;
  - г) підходите ближче і чекаєте, коли співрозмовники звернуть на вас увагу;
  - д) втручаєтесь у бесіду і зразу починаєте говорити про те, як сильно вам подобається це заняття.
19. Ви займаєтесь своїм хобі, а хтось запитує: «Що ви робите? Зазвичай ви:
- а) говорите: «О, це дрібниця» або «Так, нічого особливого»;
  - б) говорите: «Не заважайте, хіба ви не бачите, що я зайнятий(та)?»;
  - в) продовжуєте працювати мовчки;
  - г) говорите: «Це зовсім вас не стосується»;
  - д) припиняєте роботу і пояснюєте, що саме ви робите.
20. Ви бачите людину, що спіткнулась і падає. У таких випадках:
- а) розсміявшись, говорите: «Чому ви не дивитесь під ноги?»;
  - б) говорите: «У вас усе в порядку? Може, я зможу вам допомогти?»;
  - в) запитуєте: «Що трапилось?»;
  - г) говорите: «Це все вибоїни у тротуарі винні»;
  - д) ніяк не реагуєте на цю подію.
21. Ви вдарилися об полицю і набили гулю. Хтось запитує: «З вами все гаразд?» Зазвичай ви говорите:
- а) «У мене все добре. Залиште мене в спокої!»;
  - б) нічого не говорите, ігноруючи цю людину;



- в) «Займайтеся своєю справою!»;  
г) «Так, я забився, спасибі за увагу»;  
д) «Дрібниці».
22. Ви припустилися помилки, але вину за неї покладено на когось іншого. Зазвичай ви в таких випадках говорите:  
а) нічого не говорите;  
б) підтверджуєте: «Це їхня помилка!»;  
в) «Цю помилку допустив я!»;  
г) «Я не думаю, що це зробила ця людина»;  
д) «Така їхня гірка доля!»
23. Ви відчуваєте себе ображеним словами, сказаними будь-ким на вашу адресу. У таких випадках ви зазвичай:  
а) йдете геть від цієї людини, нічого не кажучи;  
б) заявляєте цій людині, щоб вона не сміла більше цього робити;  
в) нічого не говорите цій людині, хоча відчуваєте себе скривдженим;  
г) у свою чергу ображаєте цю людину;  
д) заявляєте цій людині, що вам не подобається те, що вона сказала, що вона не повинна цього робити знову.
24. Вас часто перебивають, коли ви говорите. Зазвичай у таких випадках:  
а) говорите: «Вибачте, але я хотів би закінчити свій вислів»;  
б) говорите: «Так не можна! Я можу продовжити?»;  
в) перебиваєте самі цю людину, продовжуючи свою розповідь;  
г) нічого не кажете, дозволяючи тому, хто перебив вас, продовжувати;  
д) говорите: «Замовкніть! Ви мені заважаєте!»
25. Хтось попросив вас зробити щось, що заважає здійсненню ваших планів. У цьому випадку ви зазвичай говорите:  
а) «У мене були інші плани, але я допоможу вам»;  
б) «У жодному разі! Пошукайте когось ще»;  
в) «Добре, я зроблю, що ви хочете»;  
г) «Залиште мене в спокої!»;  
д) «Зараз я зайнятий(а). Можливо, пізніше».
26. Ви бачите когось, з ким хотіли б зустрітися і познайомитися. У цій ситуації ви зазвичай:  
а) радісно вітаєте цю людину і йдете їй назустріч;  
б) підходите до цієї людини, навіть якщо є присутні, та починаєте з нею розмову;

- в) підходите до цієї людини і чекаєте, коли він заговорить з вами;
  - г) підходите до цієї людини і починаєте розповідати про свої успіхи;
  - д) нічого не говорите цій людині.
27. Дехто, кого ви раніше не зустрічали, зупиняється і вітає вас вигуком: «Привіт!» У таких випадках ви зазвичай:
- а) кажете: «Що вам треба?»;
  - б) не говорите нічого;
  - в) говорите: «Залиште мене в спокої»;
  - г) виголошуєте: «Привіт!», представляєтеся та просите цю людину представитися у свою чергу;
  - д) киваєте головою, вимовляєте «Привіт!» і проходите мимо.

### Обробка отриманих результатів

Усі питання розділені авторами на 5 типів комунікативних ситуацій:

- \* ситуації, в яких випробуваний повинен реагувати на позитивні висловлювання співрозмовника (запитання 1, 2, 11, 12);
- \* ситуації, в яких випробуваний повинен реагувати на негативні висловлювання (питання 3, 4, 5, 15, 23, 24);
- \* ситуації, в якій до учня звертаються з проханням (питання 6, 10, 14, 16, 17, 25);
- \* ситуації бесіди (питання 13, 18, 19, 26, 27);
- \* ситуації, в яких потрібно проявити емпатію (розуміння почуттів і станів іншої людини (питання) 7, 8, 9, 20, 21, 22).

Відмітьте, який спосіб спілкування обраний (залежний, компетентний, агресивний) у кожній запропонованій ситуації відповідно до ключа.

### Блоки умінь:

1. Уміння надавати і сприймати знаки уваги (компліменти) від однолітка (питання 1, 2, 11, 12).
2. Реагування на справедливу критику (питання 4, 13, 22).
3. Реагування на несправедливу критику (питання 3, 9).
4. Реагування на провокаційну поведінку з боку співрозмовника (питання 5, 14, 15, 23, 24).
5. Уміння звертатися до однолітка з проханням (питання 6, 16).
6. Уміння відповісти відмовою на чуже прохання, сказати «ні» (питання 10, 17, 25).
7. Уміння співчувати, підтримувати (питання 7, 20).
8. Уміння приймати співчуття і підтримку з боку однолітків (запитання 8, 21).

9. Уміння вступити в контакт з іншою людиною, контактність (запитання 18, 26).
10. Реагування на спробу вступити з тобою в контакт (питання 19, 27).

## » Ключ

№	Залежні	Компетентні	Агресивні
1	АГ	БВ	Д
2	АВ	Д	БГ
3	ВД	Б	АГ
4	БД	Г	АВ
5	Г	АБ	ВД
6	АГ	ВД	Б
7	БГ	АВ	Д
8	АГ	В	БД
9	Д	БВ	АГ
10	БД	Г	АВ
11	БД	Г	АВ
12	БГ	А	ВД
13	АГ	В	БД
14	АВ	Д	БГ
15	ВД	Б	АГ
16	БД	Г	АВ
17	Г	АБ	ВД
18	АГ	В	БД
19	АВ	Д	БГ
20	ГД	БВ	А
21	Б	ГД	АВ
22	А	ВГ	БД
23	АВ	Д	БГ
24	Г	АБ	ВД
25	В	АД	БГ
26	ВД	АБ	Г
27	БД	АГ	В

Існує чимало способів, які допоможуть розвинути комунікабельність школяра. Психологи сформулювали наступні рекомендації:

1. Дорослий повинен стати «наставником у спілкуванні», тобто рольовою моделлю поведінки. Краще, якщо це зроблять батьки, які продемонструють дитині, як потрібно спілкуватися в різних ситуаціях, наприклад, з родичами, з продавцями в магазині, в дружній компанії тощо. Взагалі, в колі сім'ї можна натренувати багато комунікативних навичок, які допоможуть дитині і за її межами. Обговорюйте вечорами не тільки побутові питання, але і шкільні, робочі справи, ділітьесь спостереженнями, розповідайте все, що побачили цікавого протягом дня.
2. Дитині можна порадити завести записну книжку з адресами та телефонами. Необхідно пояснити, наскільки важливо підтримувати стосунки з друзями.
3. Дорослий повинен позитивно ставитись до нових знайомих дитини в дитячому садку, школі, на виставці, в гуртку. Адже «споріднені душі» знайти не так вже складно. Коли є спільна справа, то завжди знайдеться, про що поговорити.
4. Складіть разом з дитиною її «соціальну схему». У центрі великого аркушу паперу напишіть її ім'я. Поруч з ім'ям напишіть імена родичів і близьких друзів. Трохи далі — імена не таких близьких людей. Чим менше дитина спілкується з тією чи іншою людиною, тим далі її ім'я від центру. Згадайте якомога більше знайомих. Обговоріть готову схему: що потрібно зробити, щоб більше імен знаходилося ближче до центру?
5. У супермаркеті або під час прогулянки парком пограйте в «скретних агентів». Сядьте на лавку і влаштуйте «пункт спостереження»: дивіться на пози і жести, вирази обличчя різних людей. Яке спілкування відбувається між ними: рукостискання, поплескування по плечу і т. д. Зверніть увагу, чи жестикулюють вони під час бесіди. Поцікавтеся у дитини, які люди викликають у неї симпатію, які неприязнь і чому.
6. Навчіть дитину ставити питання. Поясніть, що у всіх може чому-небудь повчитися, оскільки життєвий досвід будь-якої людини унікальний. Кожний знає щось, чого не знає інший. Коли дитина розповість вам про нового знайомого, запитайте: «Чого ти можеш навчитися у нього?»
7. Нагадайте дитині, основні правила успішного спілкування: посмішка сигналізує про те, що ти симпатизуєш співрозмовнику, якщо ти посміхаєшся, на тебе будуть позитивно реагувати

- \* вчися слухати і не перебивати співрозмовника. Навіть якщо те, що ти почув, схвилювало, почекай з відповіддю, поки твій друг не закінчить говорити;
- \* дай співрозмовнику зрозуміти, що тобі цікаво його слухати: кивай, посміхайся, вставляй схвальні репліки і став питання.

### ПРИКЛАДИ ВПРАВ ТА ІГОР

#### » «Мій стиль спілкування»

Вправу виконують у три етапи. На першому етапі кожен учасник індивідуально протягом 5 хвилин складає список якостей, важливих для спілкування. Чим більше включено якостей у цей список, тим цікавіше буде робота далі. Складаючи список, бажано уявляти себе товариською людиною. Як ця людина відрізняється від інших людей? Яка вона? Одним словом, потрібно намалювати свій образ товариської людини. Можна згадати таких літературних героїв або знайомих людей.

На другому етапі проводять дискусію, основна мета якої — виробити загальний список якостей, важливих для спілкування. При цьому кожен може висловити свою думку, зрозуміло, аргументуючи її, наводячи приклади, що ілюструють, як і коли ці якості допомагали подолати ту або іншу перешкоду, допомагали поліпшити стосунки з оточуючими. Названі якості включають у загальний список більшістю голосів, який оформляють на дошці.

На третьому етапі кожен учасник записує на аркуш щойно складений загальний список якостей, важливих для спілкувань. Потім у графі «Самооцінка» кожен повинен поставити собі оцінку за 10-бальною шкалою. Наприклад:

Якості, важливі для спілкування	Самооцінка
.....	.....

Під час обговорення не слід нав'язувати свою точку зору, необхідно лише стежити за ходом дискусії і дотриманням правил головування. Час на дискусію не обмежено — вона може тривати від 30 хв до 1,5 години. Ведучий оформляє дошку, на якій записує якості, важливі для спілкування.

**Коментар.** Вправа цікава тим, що дає можливість побачити як одне і те ж явище сприймають по-різному. Кожен учасник практикується у відстоюванні своєї позиції, при цьому дотримуючись правила культури дискусії. У підсумку виходить узагальнений

Психологи розробили рекомендації для спілкування з такими людьми. Проаналізуйте їх. Якщо в когось був досвід такого спілкування, пропонуємо поділитися своїми враженнями:

---

**Загальні правила спілкування з «незручними в спілкуванні людьми»:**

1. Усвідомте, що людина важка у спілкуванні, і визначте, до якого типу вона відноситься.
  2. Уникайте впливу цієї людини, її точки зору; зберігайте спокій і нейтралітет.
  3. Якщо ви не хочете ухилитися від спілкування з такою людиною, то спробуйте поговорити з нею і виявити причину її «труднощів».
  4. Постарайтеся знайти спосіб задоволення її прихованих інтересів і потреб.
  5. Намагайтеся вирішувати конфлікти спільно з «важкою» людиною, нейтралізувати їх або взяти під контроль.
- 

» **«Спілкування в прислів'ях»**

Педагог пропонує школярам проаналізувати, які особливості спілкування мають на увазі в пропонованих прислів'ях:

- \* Зустрічають по одежинці, проводжають по розуму.
- \* Скажи мені, хто твій друг, і я скажу, хто ти.
- \* Рибак рибака бачить здалеку.
- \* З вовками жити, по-вовчому вити.
- \* З ким поведешся, від того і наберешся.
- \* Слухай, що говорять люди, але розумій, що вони відчувують.



# КОРЕКЦІЙНА РОБОТА ПО ВСТАНОВЛЕННЮ МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ У КЛАСНОМУ КОЛЕКТИВІ

У процесі спільної діяльності члени шкільного колективу виробляють взаємні уявлення одне про одного як людину, товариша. За змістом ці уявлення є оцінними характеристиками різних властивостей особистості (характеру, здібностей, знань, умінь, волі та ін.).

Перед початком корекційної роботи у даному напрямі соціальному педагогу доцільно використати кілька методик. Наприклад, методики «Оцінка відносин підлітка з класом», «Соціометрію» та ін. Варто провести підготовчу роботу по дослідженню деяких сторін спілкування і структури мікрогруп.

Залежно від отриманих результатів планують й проводять подальшу роботу.

## ОЦІНКА СТОСУНКІВ ПІДЛІТКА З КЛАСОМ

Запропонована методика дозволяє виявити три типи сприйняття підлітком групи.

### Питання

1. Кращими партнерами в класі я вважаю тих, хто:
  - а) знає більше, ніж я;
  - б) усі питання прагне вирішувати спільно;
  - в) не відволікає увагу вчителя.
2. Кращими вчителями є ті, які:
  - а) використовують індивідуальний підхід;
  - б) створюють умови для допомоги одноліткowi одноліткowi;
  - в) створюють атмосферу в колективі, в якій ніхто не боїться висловлюватися.
3. Я радий, коли мої друзі:
  - а) знають більше, ніж я, і можуть мені допомогти;
  - б) вмюють самостійно, не заважаючи іншим, добиватися успіхів;
  - в) допомагають іншим, коли представиться випадок.

4. Найбільше мені подобається, коли в класі:
  - а) нікому допомагати;
  - б) не заважають під час виконання завдання;
  - в) інші підготовлені слабкіше, ніж я.
5. Мені здається, що я здатний(на) на максимум, коли:
  - а) я можу отримати допомогу та підтримку з боку інших;
  - б) мої зусилля достатньо винагороджені;
  - в) є можливість проявити ініціативу, корисну для всіх.
6. Мені подобаються класи, в яких:
  - а) кожен зацікавлений у поліпшенні результатів усіх;
  - б) кожен зайнятий своєю справою і не заважає іншим;
  - в) кожна людина може користуватися допомогою інших для вирішення своїх завдань.
7. Учні оцінюють як найгірших таких викладачів, які:
  - а) створюють дух суперництва між учнями;
  - б) не приділяють їм достатньої уваги;
  - в) не створюють умов, щоб учні допомагали одне одному.
8. Найбільше задоволення в житті дає:
  - а) можливість роботи, коли тобі ніхто не заважає;
  - б) можливість отримання нової інформації від інших людей;
  - в) можливість зробити щось корисне для інших людей.
9. Основна роль учителя повинна полягати:
  - а) у вихованні людей з розвиненим почуттям обов'язку перед іншими;
  - б) у підготовці пристосованих до самостійного життя людей;
  - в) у підготовці людей, які вміють отримувати користь, спілкуючись з іншими людьми.
10. Якщо перед групою стоїть якась проблема, то я:
  - а) віддаю перевагу тому, щоб інші вирішували цю проблему;
  - б) працюю самостійно, не покладаючись на інших;
  - в) заохочую ініціативу учнів, спрямованих на досягнення загального успіху.
11. Найкраще я б вчився(лась), якщо викладач:
  - а) мав до мене індивідуальний підхід;
  - б) створював на уроці умови для взаємодопомоги учнів;
  - в) заохочував ініціативу учнів, спрямовану на досягнення загального успіху.
12. Немає нічого гірше того випадку, коли:
  - а) ти не в змозі самостійно досягти успіху;
  - б) відчуваєш себе марним(ою) у класі;
  - в) тобі не допомагають оточуючі.

## 13. Найбільше я ціную:

- а) особистий успіх, в якому є частка заслуги моїх друзів;
- б) загальний успіх, в якому є і моя заслуга;
- в) успіх, досягнутий ціною власних зусиль.

## 14. Я хотів би:

- а) працювати в колективі, в якому застосовують прийоми і методи спільної роботи;
- б) працювати індивідуально з викладачем;
- в) працювати з досвідченими в даній області людьми.

**Обробка отриманих результатів.** На підставі відповідей з допомогою ключа проводять підрахунок балів по кожному типу сприйняття підлітком групи. Кожній вибраній відповіді приписують один бал. Бали, набрані випробуванням по всіх 14 пунктах анкети, підсумовують для кожного типу сприйняття окремо.

## Ключ

Індивідуалістичне	Прагматичне	Колективістське
1В 2А 3Б 4Б 5Б	1А 2Б 3А 4В 5А	1Б 2В 3В 4А 5В
6Б 7Б 8А 9Б 10Б	6В 7В 8Б 9В 10А	6А 7А 8В 9А 10В
11А 12А 13В 14В	11Б 12В 13А 14В	11В 12Б 13Б 14А

**Тип 1. («Індивідуалістичний»)**

Підліток сприймає групу як перешкоду своїй діяльності або ставиться до неї нейтрально. Група не являє собою самостійну цінність для підлітка, що проявляється в ухилянні від спільних форм діяльності, у перевазі індивідуальної роботи, в обмеженні контактів.

**Тип 2. («Прагматичний»)**

Підліток сприймає групу як засіб, що сприяє досягненню тих чи інших індивідуальних цілей. При цьому групу оцінюють з погляду її «корисності» для індивіда. Віддають перевагу більш компетентним членам групи, здатним надати допомогу, взяти на себе вирішення складної проблеми або послужити джерелом необхідної інформації.

**Тип 3. («Колективістський»)**

Підліток сприймає групу як самостійну цінність. На перший план для нього виступають проблеми групи і окремих її членів, можна спостерігати зацікавленість як в успіхах кожного члена групи, так і групи в цілому, прагнення зробити свій внесок у групову діяльність. Також виявлено потребу в колективних формах роботи.

**СОЦІОМЕТРИЧНА АНКЕТА**

1. Якщо б від вас залежав підбір нового складу групи для виконання складного і відповідального завдання протягом тривалого часу, то кого з членів групи ви вибрали в її склад, а кого ні?  
Оцініть за наступною шкалою:
  - + 2 — вибрав би обов'язково, в першу чергу;
  - + 1 — скоріше вибрав би, ніж не вибрав би;
  - 0 — все одно, включати в групу чи ні;
  - 1 — скоріше не вибрав би, ніж вибрав;
  - 2 — у жодному разі не вибрав би.
2. Як ви думаєте, хто б вас включив до складу групи для виконання складного і відповідального завдання?
  - + 2 — включив би обов'язково, в першу чергу;
  - + 1 — скоріше включив би, ніж не включив би;
  - 0 — все одно, включити чи ні;
  - 1 — скоріше не включив би, ніж включив;
  - 2 — у жодному разі не включив би.
3. Оцініть рівень і спрямованість вкладу кожного члена педагогічного колективу в його ділову атмосферу за наступною шкалою:
  - + 2 — вносить значний позитивний внесок;
  - + 1 — вносить певний позитивний внесок;
  - 0 — не робить ні позитивного, ні негативного внеску;
  - 1 — вносить певний негативний внесок;
  - 2 — вносить значний негативний внесок.
4. Оцініть внесок кожного члена педагогічного колективу в його психологічну атмосферу за шкалою:
  - + 2 — вносить значний позитивний внесок;
  - + 1 — вносить певний позитивний внесок;
  - 0 — не робить ні позитивного, ні негативного внеску;
  - 1 — вносить певний негативний внесок;
  - 2 — вносить значний негативний внесок.
5. Оцініть рівень і спрямованість особистого впливу кожного члена педагогічного колективу за наступною шкалою:
  - + 2 — значний позитивний вплив на групу;
  - + 1 — певний позитивний вплив на групу;
  - 0 — не надає ні позитивного, ні негативного впливу;
  - 1 — певний негативний вплив на групу;
  - 2 — значний негативний вплив на групу.

## ВИВЧЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ САМОАТЕСТАЦІЇ І ГРУПИ ЯК КОЛЕКТИВУ

Учням пропонують визначити рівень розвитку класу за наступними сімома якостями: колективізм; згуртованість; відповідальність; контактність; відкритість; комунікабельність; інформованість.

За необхідності педагог роз'яснює, що мають на увазі під кожною з семи якостей.

Під згуртованістю розуміють єдність думок членів класного колективу з найважливіших питань.

Відповідальність — свідоме і сумлінне ставлення до навчально-виховного процесу.

Контактність припускає діловий контакт і сприятливі особисті взаємини між всіма членами колективу.

Під відкритістю передбачають доброзичливі стосунки між групами в колективі, а також тепле ставлення до нових членів колективу.

Організованість — уміння організувати діяльність, а також здатність до ефективного співробітництва.

Під поінформованістю розуміють наявність інформації про стан справ колективу у кожного її члена.

Колективізм пов'язаний з прагненням членів колективу вирішувати всі питання спільно, зберігаючи і зміцнюючи його.

Кожну з перерахованих якостей необхідно оцінити за п'ятибальною шкалою:

0 — ніхто;

1 — майже ніхто;

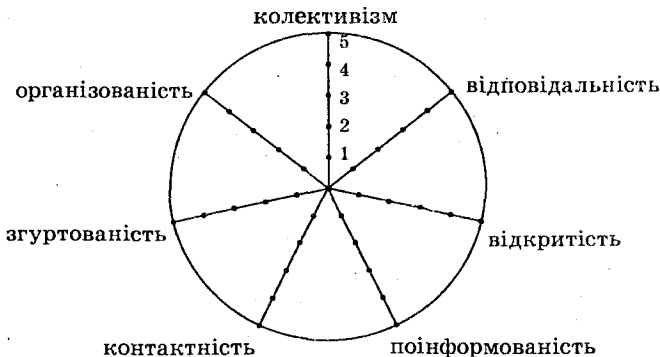
2 — меншість;

3 — приблизно половина;

4 — більшість;

5 — практично всі члени колективу.

Внести отримані бали в циклограму:



З'єднати всі точки в замкнуту пряму.

За даною циклограмою, яку можуть побудувати всі члени колективу (у кожного вона своя), можна визначити, яка характеристика колективу є найбільш розвиненою, а яка — найменш розвиненою. Крім того, циклограми можна порівняти.

## ПРИКЛАДИ ВПРАВ ТА ІГОР

### ► «Камінчики»

Дітям пропонують сісти в одне коло та уявити, що відбувається, коли у ваше взуття потрапляє камінець. Можливо, спочатку вам цей камінчик не дуже заважає, і ви залишаєте все, як є. Але через деякий час ви помічаєте, що нозі стає боляче. Зрештою цей маленький камінчик перетворюється у вашому сприйнятті в уламок цілої скелі. Тоді ви знімаєте взуття і витрушуєте його звідти. Однак на нозі може бути вже ранка, і маленька проблема стає великою проблемою.

Коли ми сердимося, буваємо чимось стурбовані або схвилювані, то спочатку це сприймається як маленький камінчик у взутті. Якщо ми вчасно подбаємо про те, щоб витягнути його звідти, тоді нога залишиться цілою і неушкодженою, якщо ж ні, то можуть виникнути проблеми, і чималі. Тому всім корисно, як дорослим, так і дітям, говорити про свої проблеми відразу, як тільки вони їх помітять. Якщо ви скажете нам: «У мене камінчик у взутті», то ми будемо знати, що вам щось заважає, і зможемо поговорити про це. Подумайте, чи немає зараз чогось такого, що заважало б вам.

Наприклад: «У мене є камінчик у взутті. Мені не подобається, що Катя сміється над моїми окулярами».

*Рекомендації.* Обговоріть «камінчики», які назовуть діти.

### ► «Мій друг»

Діти сідають у коло. Кожному з них пропонують описати свого друга або подругу, який не схожий на опитуваного. Тобто потрібно згадати друга, який в якихось важливих речах істотно відрізняється від тебе. Можливо, у нього інша національність або релігія, він старше або молодше, має інше захоплення. Не треба називати його імені, треба просто розповісти, чим він відрізняється і чому дорогий тобі.

*Рекомендації.* Аналіз вправи зводиться до обговорення наступних питань:

- Чи є що-небудь гарне в тому, що твій друг або подруга від тебе відрізняються? Чому?

- ♦ Що може статися, якщо ти будеш наполягати на тому, щоб усі твої друзі були такими ж, як ти?

» **«Настрій»**

Перед кожною дитиною лежать папір і крейда.

Кожному з нас буває необхідно побути наодинці з собою. Цілком нормальною є ситуація, коли ви хочете, щоб інші залишили на деякий час вас у спокої, щоб ви могли відновити свою внутрішню рівновагу.

Якщо з вами таке трапиться, то можна дати зрозуміти, що вам хочеться бути наодинці, щоб до вас ніхто не підходив. Зробити це можна так: ви можете показати однокласникам свій «прогноз погоди». Тоді все буде ясно, що на якийсь час вам потрібен спокій.

Візьміть аркуш паперу і крейдою намалюйте малюнок, який буде відповідати вашому настрою в таких випадках. Таким чином, ви можете показати іншим, що у вас поганий настрій і вас краще не чіпати. Якщо захочеться спокою, то достатньо буде покласти малюнок на парту, щоб усі знали про це. Коли ви відчуєте краще, малюнок приберете.

**Рекомендації.** Необхідно заохочувати використання прогнозів погоди дітьми. Добре, якщо це стане для них звичайною справою. Це зробить атмосферу в класі більш гармонійною і навчить дітей рахуватися з настроєм одне одного.

» **«Кого можна назвати агресивним?»**

Перед дитиною кладуть аркуш паперу й олівець. Потім пропонують записати на аркуші паперу все, що робить людина, про яку можна сказати: «Так, вона дійсно агресивна».

Виписати невеликий рецепт, слідуючи якому можна створити агресивну дитину. Наприклад, гучний голос, багато жорстокості до оточуючих, міцні кулаки та ін. Потім декільком учням пропонують продемонструвати елементи такої поведінки, а клас повинен відгадувати, що саме вони показують.

Далі в бесіді з школярами ставлять такі запитання:

- ♦ Які елементи агресивної поведінки проявляють у вас у класі?
- ♦ Що вам здається агресивним?
- ♦ Коли ви самі проявляєте агресивність?
- ♦ Яким чином ви можете викликати агресію по відношенню до себе?

Далі учні беруть ще один аркуш паперу, ділять його лінією посередині. Зліва записують, як оточуючі протягом навчального



### » «Ваш улюблений колір»

У кожної людини на все свій смак. Спільність смаків часто об'єднує людей — виявляється єдність ставлення до життя, до проблем і труднощів. Можна скласти досить точний портрет особистості, спираючись виключно на знання її колірних переваг.

Учням пропонують на вибір кольори: оранжевий, темно-синій, синьо-зелений і світло-жовтий. Хто якому кольору віддасть перевагу?

Як правило, любителі помаранчевого кольору — люди активні, з жвавим, радісним, діяльним і натхненним самовідчуттям. Любителі темно-синього кольору — зазвичай люди спокійні, задоволені своїм становищем. Любителі синьо-зеленого кольору — зазвичай люди наполегливі, суворі і серйозні. Любителі світло-жовтого кольору, як правило, люди веселі і товариські. Можна припустити поведінку людини в ситуації труднощів, неприємностей або стресу.

Якщо у такій ситуації запропонувати вибрати колір, то людина, що вважає за краще оранжевий, може розхвилюватися і навіть «вийти з себе». Люди, які вибирають синій колір, перед обличчям труднощів відчують нудьгу і відчуження. Ті, хто віддає перевагу синьо-зеленому кольору, з появою складнощів відчують утруднення, а жовтий — розгубляться, будуть дуже стурбовані, як за великої втрати.

### » «Талісман»

Талісманом вважають предмет, який приносить успіх і щастя. Тому його завжди намагаються носити з собою. Талісманом може виявитися будь-який предмет, — важливо тільки, щоб він потрапив до вас за щасливих обставин та з хороших рук. Можливо, талісман несе з собою якусь позитивну, добру енергію або ауру. Нехай кожен подумає і знайде у себе якийсь предмет, який супроводжував вас в благодатні дні і в щасливий час. Це може бути проста ручка, гребінець, значок тощо. Потім виберіть людину, яка вам симпатична. Обміняйтеся з нею талісманами, супроводжуючи це побажаннями і настановами своїм друзям. Продумайте, що ви будете говорити своєму партнерові під час вручення талісмана: від чого талісман буде захищати свого нового власника, яку удачу приносити, що символізувати собою.

### » «Хо́да»

Хо́да людини є однією з найбільш постійних і виразних характеристик індивідуума. Вона дуже багато чого нам говорить

про душевний стан людини, його характер, темперамент, стиль життя.

Педагог пропонує пограти в гру, яка допоможе навчитися аналізувати ходу одне одного, а також дізнатися, про що говорить оточуючим наша хода. Охочі виступити першими виходять на середину кола. Завдання таке: пройти кілька разів перед іншими учнями, при цьому постаратися тримати себе вільно, уявити, що вранці йде в школу і думає по дорозі про щось своє. Завдання іншим учасникам гри: придумати назву, яскраву характеристику ходи. Використовувати метафори і постаратися, щоб назви були точними, але жодною мірою не образливими.

# КОРЕКЦІЙНА РОБОТА З ВИРОБЛЕННЯ НАВИЧОК СПІЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Спільну діяльність, як правило, розглядають як організовану систему активності взаємодіючих індивідів, спрямовану на освоєння об'єктів матеріальної та духовної культури. Е. Коротаєва вважає, що до основних ознак спільної діяльності відносять:

- \* співприсутність учасників діяльності в часі і просторі;
- \* наявність єдиної мети, загальної для всіх учасників мотивації;
- \* наявність органів організації і керівництва (управління процесом спільної діяльності);
- \* поділ процесу діяльності між учасниками діяльності;
- \* узгодженість індивідуальних операцій учасників спільної праці для отримання кінцевого продукту;
- \* отримання єдиного кінцевого результату;
- \* виникнення в процесі діяльності міжособистісних стосунків, які у свою чергу впливають на успішність спільної діяльності.

У спільній діяльності розрізняють наступні механізми поведінки учасників:

- 1) сприяння (дії, що ефективно сприяють досягненню результатів);
- 2) протидію (неузгоджені дії, що свідомо чи несвідомо перешкоджають досягненню мети взаємодії);
- 3) бездіяльність (ухиляння, активне уникнення взаємодії з учасниками діяльності).

Ці ігри та вправи допомагають школяру:

- \* краще зрозуміти себе, зрозуміти свою відмінність від інших;
- \* знайти і зміцнити нові засоби та шляхи для взаємної підтримки людей у груповій взаємодії (слова підтримки і невербальні форми спілкування, ситуації, в яких люди не бояться проявити себе, мають можливість виглядати так, як хочеться самій людині тощо);

- \* розвивати такі здібності, які одночасно вчать і лідируючої ролі, і ролі рядового учасника в ситуаціях групового рішення;
- \* розвивати здатність до відкритої взаємодії зі світом, зберігаючи при цьому свою індивідуальність.

### ПРИКЛАДИ ВПРАВ ТА ІГОР

#### » «Настрій»

Педагог. У житті протягом одного дня ми буваємо по-різному налаштовані. З чого складається настрій людини, що його викликає? Ось із чого:

- 1) навколишня дійсність і події в ній, передбачуваний нами розвиток подій і наше ставлення до них;
- 2) наше фізичне самопочуття в даний момент, яке визначається фізичним станом і часто нашим усвідомленим ставленням до цього стану;
- 3) зміст нашої життєвої дії в даний момент, цілі цієї дії і наше ставлення до неї.

Не буває безпричинних настроїв. Якщо нам не вдається змінити наш настрій, значить, ми не усвідомили всіх причин, що породили його. Або — наполегливо чинить опір наше фізичне самопочуття. А з чого воно складається? Можете згадати, наприклад, як у вас боліла голова? Відновіть у пам'яті всі обставини одного з таких днів. Розкажіть про них.

Зрозуміло, після того, як довго ввечері робили домашні завдання (або довго дивилися телевізор) і пізно лягли спати, — голова тріщала. Якщо зараз ви побачите внутрішнім зором усі картини цього жахливого ранку, згадаєте, як важко, неохоче відкривалися очі, коли заверещав будильник, яка нудотна тяжкість була у всьому тілі і як ви потягувались, як ви одягалися, напівсонно, а очі самі собою закривалися, як ви мочили голову під душем, як допили чай і побігли дерев'яними ногами в школу, — до цих конкретних видінь обов'язково приміщається тінь колишніх відчуттів. Голова не заболить від спогадів, але ви всім еством згадаєте, як вона боліла, як ви себе почували...

Щоб підбадьорити вас, згадаємо інший день, про який ви якось розповідали. Той день, коли ви отримали нагороду за вдалий виступ на конкурсі. Знову — конкретні бачення змусили тіло згадати минуле фізичне самопочуття.

#### » «Клубок ниток»

Педагог. Розділіться на пари і сядьте обличчям одне до одного на відстані кількох кроків. У одного з вас — уявне веретено

товстих вовняних ниток. Відмотайте небагато і, не випускаючи з рук кінця нитки, киньте веретено іншому учню. Візьміть уявний папірець і намотуйте на нього нитку, ніби в клубок. Нехай інший учень тримає веретено, повертає його, відпускаючи нитку, а ви намотуйте. Уся нитка з веретена повинна перейти на ваш клубок.

Слідкуйте обидва, щоб уявна нитка не звисала до землі, а була натягнута. Потрібно, щоб ваші рухи були узгодженими. Слідкуйте за руками іншого учня. Ви повинні прилаштуватися до його маніпуляцій, вловити ритм перемотування. Пам'ятайте правило: не партнер повинен прилаштуватися до вас, а ви до партнера! За свої помилки звинувачуйте себе, а не партнера. Отже, ви були не уважні до його дій. За помилки партнера теж звинувачуйте себе, — значить, ви недостатньо допомагали йому!

Чи відчуваєте ви, перемотавши нитку, як між вами і вашим партнером встановився ніби фізичний зв'язок, немов ця уявна нитка — жива? Відчуваєте свою залежність від партнера, залежність ваших дій від його дій?

## ГРУПОВА КОРЕКЦІЙНА РОБОТА ЗІ ШКОЛЯРАМИ

Перш ніж приступити до корекційно-педагогічної роботи з групою підлітків, необхідно визначити:

- \* *по-перше*, спрямованість групи: що хоче, до чого прагне більшість членів групи, які їх головні інтереси, які цілі їх об'єднують, що викликає розбіжності;
- \* *по-друге*, структуру групового спілкування, стосунки між членами групи, хто займає лідируюче положення, хто занедбаний і безправний, хто верховодить;
- \* *по-третє*, діяльність групи: який вид провідної діяльності об'єднує групу, з яких мотивів кожен член групи бере участь у цій діяльності, хто досягає найбільших, а хто найменших успіхів, які види діяльності служать групі як розваги, які — для вироблення характеру, які — для реалізації інтересів;
- \* *по-четверте*, ставлення групи до навколишнього світу (замкнутість, ворожість), до школи, до інших груп однолітків, до класного колективу.

### » «Трохи про себе»

Учні сідають у коло. Педагог говорить про те, що у кожного є своє улюблене заняття, улюблений вид відпочинку, улюблений одяг, книги тощо. Учням пропонують закінчити висловлювання, які починає педагог:

- \* Найбільше я люблю...
- \* Я хотів би...
- \* Я хотів би бути...
- \* Я відчуваю себе щасливим, коли...
- \* Я сподіваюся, що коли-небудь...
- \* Я хотів би бути більше...
- \* Мені дуже сумно, коли...
- \* Я хочу познайомитися з...
- \* Я хотів би дізнатися більше про...

Групове виконання дозволяє відпрацьовувати різні комунікативні навички учасників, перевіряти ефективність різних стилів спілкування, побачити помилки своїх однолітків, які вони допускають під час розмови з співрозмовниками і т. д. Але ця форма одночасно є і найскладнішою, оскільки учень знаходиться в абсолютно відкритій для всієї групи позиції: всі дивляться на нього, слухають і оцінюють.

### » «Відгадай»

Мета гри полягає у вгадуванні людини, яку загадала група. Усі учасники сідають у коло. Визначають охочого водити — ведучого. Він виходить з кімнати, а група в його відсутність вибирає людину з тих, хто залишився в кімнаті. Кожен гравець придумує характеристику цій людині, використовуючи при цьому визначення погоди, квітів, дерев, предметів одягу за домовленістю з групою.

Наприклад, група вирішила описувати загадану людину за допомогою визначень погоди. Запрошують ведучого, і кожен учасник дає продуману ним характеристику, в тому числі і той гравець, на якого вона створюється.

Наприклад, перший учасник починає: «Ця дівчинка схожа на літній сонячний день. Тільки...» І далі по колу.

Завдання ведучого полягає в тому, щоб упізнати школяра, загаданого групою. Після того, як всі висловилися, ведучий вказує на учасника, якого, на його думку, охарактеризовано.

При цьому обов'язково треба обґрунтувати, за якими ознаками було прийнято рішення: «Я вирішив, що це Катя, тому що багато хто з присутніх підкреслювали її спокій, але в той же час внутрішнє переживання за тих людей, що знаходяться поруч з нею...»

Якщо ведучий угадав, то гру можна повторити з іншим ведучим, оцінюючи іншу людину і використовуючи визначення, наприклад, фруктів. Зі зміненими умовами гру можна повторювати, але не більше 3–4 разів.

Якщо ж ведучий помилився, то йому можна запропонувати подумати і висловити інше рішення. Якщо і цього разу він не називає правильний варіант відповіді, група показує людину, яку вони охарактеризували. Дуже корисно обговорити, чому ведучий не зміг прийняти правильне рішення: або через те, що група давала не зовсім точну характеристику, або тому, що у ведучого сформувалась своя думка про оцінювану людину, яка не збігалася з уявленнями групи.



**» «Запрошення до чаю»**

По черзі передаючи чайну чашку, діти повідомляють, кого саме вони хотіли б запросити до чаю, якщо кількість запрошених було б обмежено одним гостем, аргументують свій вибір: чому запросили б саме цього гостя. Кажуть, про що збираються запитати у нього і що хотіли б сказати йому.

Дана форма групової діяльності розвиває і зміцнює симпатії дітей, духовно орієнтує школярів на цінність спілкування.

**» «Діалог зі століттям»**

Ініціюючи уяву дітей, педагог називає їм представника минулого століття і пропонує посмілкуватися з ним, поставивши перед особою запитання і почувши від неї ймовірну відповідь.

Добре було використовувати портрет, фотографію або скульптуру представника минулого.

Учасники об'єднуються у дві команди. Перша команда формулює питання, а друга — пропонує варіант відповіді на поставлене питання.

Завдання можна ускладнити, запропонувавши школярам зв'язати характер бесіди з характером або особливостями особистості. Наприклад, якщо це політик, то дотримуватися демократії або авторитаризму. Якщо людина високої культури, то запропонувати учасникам дотримуватися правила високого етикету та деякий церемоніал.

Таке завдання має велике значення для філософського розвитку дітей, для становлення їх світоглядних позицій і розвитку духовних інтересів.

**» «Різні думки»**

Дискусійна форма роботи з дітьми, групова розмова на одну запропоновану тему. Щоб у бесіді взяла участь усі учасники, використовують картки з недописаним судженням.

Судження носить загальний характер, тому одні і ті ж картки можуть бути використані у груповому обговоренні будь-якої теми.

*Приблизний зміст карток*

- × «Я раніше думав, що...»
- × «У цьому вчинку мене бентежить...»
- × «З цієї проблемою я зіткнувся...»
- × «Багато люди роблять так, тому що...»
- × «Думка оточуючих для мене...»

тощо.

«Хатинка, хатинка, обернися до мене передом, а до лісу за-дом!» — крикнув Іван-царевич.

Хатинка не підкорилася.

«Хатинка, хатинка, обернися до мене передом, а не то гірше буде!» — повторив Іван-царевич.

З хати вибігла розсерджена Баба-Яга. Вона топала ногами і загрожувала Івану уважистим кулаком.

Іван упокорив гординю і посміхнувся широкою усмішкою. Місцевий фотограф зробив кілька нових рекламних знімків для лісового незалежного видання «В усмішці — сила».

Зворушена Яга по-материнськи обняла Ваню і подарувала йому нову реактивну ступу з японським глушником. Годинник показував опівночі. Заспана зозуля, отямившись від сну, прокричала хрипким голосом три рази і, не встигнувши закрити рота, заснула знову. Сів Іван-царевич на ступу, прихопив з собою Бабу-Ягу і меча свого булатного та помчав на новорічну зустріч з царівною Премудрою. Царівна Василина, щедро обдаровуючи оточуючих привітними поглядами, помахувала своїм манто і з нетерпінням чекала судженого. Радості молодих не було меж, коли вони нарешті зустрілися. Вони пустилися в танок, а зовсім розімліла Баба-Яга плакала від щастя. Молоді поставили ялинку, прикрасили її різнокольоровими кульками і завели дружний лісовий хоровод.

Ось і казці кінець, а хто слухав — молодець.

#### » «Подарунок другові»

Змістом є надання окремим учням або всій групі предметів духовної творчості людини: віршів, пісень, малюнків, виробів, мелодій, репродукцій, історій, афоризмів тощо. Не виключено і жартівливе підношення символічних дарів: «Якщо б я був чарівником, я б неодмінно для вас...»

Педагогу необхідно подбати про те, щоб кожен момент вручення подарунка був підкреслений музичною фразою, обставлений сценічно.

Дане завдання впливає на пом'якшення психологічного клімату в колективі, пробуджує добрі почуття.

## КОРЕКЦІЙНА РОБОТА НАД ВМІННЯМ ПОВОДИТИСЯ В КОНФЛІКТНИХ СИТУАЦІЯХ

Уже в підлітковому віці виявляється схильність до самоаналізу, у тому числі і щодо конфліктної ситуації. Предметом аналізу служать у першу чергу особисті вчинки, а також переживання іншої людини. Сама ситуація фрустрації стає джерелом рефлексії для підлітків. Опинившись у гіпотетичній ситуації конфлікту, вони розглядають її і себе в ній з різних позицій, перш ніж починають діяти. Поведінка підлітків у конфлікті набуває спрямованості на встановлення контакту з іншою людиною і взаєморозуміння з нею. Тому корекційна робота в цьому напрямку викликає інтерес у школярів середнього і старшого віку, вони відповідально підходять до виконання завдань і вправ.

### ОПИТУВАННЯ «МОЯ ПОВЕДІНКА В КОНФЛІКТНІЙ СИТУАЦІЇ»

*Інструкція.* Як звичайно ви поведетеся в конфліктній ситуації або суперечці?

Якщо вам властива та чи інша поведінка, поставте відповідну кількість балів після кожного номера відповіді, що характеризує певний стиль поведінки.

Якщо подібним чином ви поведетеся:

- \* часто — поставте 3 бали;
- \* інколи, від випадку до випадку — 2 бали;
- \* рідко — 1 бал.

Бали внесіть у бланк відповідей:

1	6	11	Тип «А»
2	7	12	Тип «Б»
3	8	13	Тип «В»
4	9	14	Тип «Г»
5	10	15	Тип «Д»

**Питання.** Як ви зазвичай поведетеся в суперечці або конфліктній ситуації?

*Відповіді*

1. Погрожую або б'юся.
2. Намагаюся прийняти точку зору супротивника, рахуюся з нею, як зі своєю.
3. Шукаю компроміси.
4. Допускаю, що не правий(а), навіть якщо не можу повірити в це остаточно.
5. Уникаю супротивника.
6. Бажаю за будь-що досягти своїх цілей.
7. Намагаюся з'ясувати, з чим я згоден(на), а з чим — категорично ні.
8. Йду на компроміс.
9. Здаюся.
10. Міняю тему.
11. Наполегливо повторюю одну думку, поки не досягну свого.
12. Намагаюся знайти джерело конфлікту, зрозуміти, з чого все почалося.
13. Трохи поступлюся і підштовхну цим до вчинків опонентів.
14. Пропоную мир.
15. Намагаюся звернути все на жарт.

### **Обробка результатів**

Підрахуйте кількість балів по кожному горизонтальному рядку.

Так, наприклад, сума балів під номерами 1, 6, 11 — це тип поведінки «А» і т. д.

Якщо учень набрав найбільше балів під літерами:

- \* «А» — це «жорсткий» тип вирішення конфліктів і спорів. Людина до останнього стоїть на своєму, захищаючи свою позицію. У будь-що прагне виграти. Це тип людини, яка завжди права.
- \* «Б» — це «демократичний» стиль. Людина схильна думати, що завжди можна домовитися. Під час суперечки намагається запропонувати альтернативу, шукає рішення, які задовольнили б обидві сторони.
- \* «В» — «компромісний» стиль. З самого початку людина згодна на компроміс.
- \* «Г» — «м'який» стиль. Свого супротивника ці люди нищать добротою. Охоче стають на точку зору супротивника, відмовляючись від своєї.

- \* «Д» — «тікаючий стиль». Кредо — «вчасно піти». Ці люди намагаються не загострювати ситуацію, не доводити конфлікт до відкритого зіткнення. Отримані результати аналізують.

## ПРИКЛАДИ ВПРАВ ТА ІГОР

### » «Конфлікт у транспорті»

У центрі кімнати ставлять два крісла одне біля одного. Вони символізують парні сидіння в автобусі. Двоє учасників виходять за двері, де ведучий їх інструктує: вони — два приятелі, яким треба поговорити, тому необхідно сісти разом. Коли вони входять у кімнату, одне крісло вже зайняте учасником, який отримав від ведучого інструкцію звільнити місце тільки тоді, коли йому захочеться це зробити.

Решта членів групи спостерігає за перебігом подій. Під час обговорення про свої враження спочатку говорять учасники конфлікту, а потім висловлюються члени групи.

### » «Здобуття місця у групі»

Група утворює тісне коло, намагаючись не пропустити учасника, який проривається у центр.

Цією вправою можна почати розмову про те, як буває важко новачку в незнайомому колективі, яким чином повинна себе поводити людина, щоб її захотіли прийняти у своє коло.

Досвід здобуття місця у групі може бути корисним для невпевнених у собі підлітків, «невидимих» дітей, для тих, кого не приймає група.

### » «Драбинка»

У даній вправі партнери вступають у конфліктний діалог. Перший говорить щось суперникові. Другий відповідає йому фразою з кількох слів. Потім — знову перший. Кожна наступна фраза повинна бути на тон вищою, емоційно забарвленішою, але кричати не треба.

Програє той, хто не зможе підвищити тон, знайти фразу, яка перевершить останню фразу партнера.

1. Чи доводилося вам потрапляти в конфліктну ситуацію?
2. З якими людьми ви найчастіше конфліктуєте? Чому?
3. Що найчастіше є для вас причиною конфлікту?
4. Чи можна вирішити конфлікт, не обмежуючи прав і почуття гідності всіх людей, задіяних у конфлікті?

5. Чи були ви свідками такого успішного вирішення конфлікту?
6. Що заважає вам або іншим людям вирішувати конфлікти з користю для обох сторін?

Щоб легше виносити уроки з конфліктних ситуацій, запам'ятайте наступні поради:

1. Подумайте, чого може навчити вас конфлікт.
2. Запитайте у свого внутрішнього голосу, чого можна навчитися, яку користь можна отримати з цього сумного досвіду.
3. Відведіть конфлікту відповідне йому місце:
  - а) не дозволяйте негативному життєвому досвіду збити себе зі шляху;
  - б) визначте власну позицію і виходьте з неї, не допускайте впливу на неї інших людей;
  - в) не давайте конфлікту підірвати свою довіру до себе і понизити самооцінку;
  - г) пам'ятайте, що конфлікти складають лише невелику частину вашого життя.
4. Позбавтеся негативних емоцій, що залишилися після конфлікту, наступним чином:
  - а) навчіться прощати себе;
  - б) зачекайте деякий час, щоб пов'язані з конфліктом почуття зникли;
  - в) усвідомте, що інші люди можуть менш критично оцінювати вас і те, що з вами сталося, ніж ви самі.
5. Не дозволяйте іншим людям стати перешкодою:
  - а) уникайте поганих людей, які засуджують вас, прагніть до спілкування з позитивними і доброзичливими людьми;
  - б) не витрачайте дуже багато сил на переконання скептиків або на спілкування з тими, хто не хоче вас слухати;
  - в) будьте готові до спілкування з тими, у яких, на вашу думку, після конфлікту залишився неприємний осад.

» «Друг — ворог»

Цю вправу відносять до психотерапевтичних. Вона допоможе принципово (від негативного до позитивного) змінити ставлення до іншої людини, з якою у дитини дуже напружені стосунки.

Пропонують представити свого кривдника. Для цього на аркуші паперу описують його зовнішній вигляд (словесний портрет).

При цьому необхідно фіксувати насамперед симпатичні деталі зовнішності. Потім потрібно перечитати. Якщо ви випадково згадали негативні риси цієї людини, то необхідно їх викреслити.

На другому аркуші слід описати якості характеру свого партнера по конфлікті. При цьому треба спиратися на те, що в ньому є хорошого, не можна описувати негативні властивості його особистості. Якщо все ж таки це відбулося, то під час повторного читання їх викреслити.

На третьому аркуші описують взаємодію з цією людиною, знову-таки спираючись на позитивні моменти в її поведінці. У зв'язку з цим треба спробувати проаналізувати свою власну поведінку.

По закінченні вправи учень відчує, як щось змінилося на краще у ставленні до цієї людини, тому, враховуючи ці зміни, вибудує іншу лінію поведінки.



## ЛІТЕРАТУРА

1. Антропова М. В., Ефимова С. П., Лосева О. А., Лушина Л. В., Полянская Н. В. Режим дня, работоспособность и состояние здоровья школьников. — М., 1974.
2. Баб'як Т. І. Психокорекційна робота з дітьми та підлітками, що зазнали насильства. — Львів: ВНТЛ, 1999. — 48 с.
3. Василькова Ю. В. Методика и опыт работы социального педагога. — М. : Академия, 2002. — 128 с.
4. Кухарчук А. М., Седова Е. Л., Лях В. В. Психодиагностика в профессиональном самоопределении учащихся. — Минск: Белорусская наука, 2000.
5. Мардахаев Л. В. Методика и технология работы социального педагога. — М., 2002.
6. Маслова Н. Ф. Рабочая книга социального педагога. — Орел, 1994. — Ч. 1.
7. Методические рекомендации по физиолого-гигиеническому изучению учебной нагрузки / под ред. М. В. Антроповой, В. И. Козлова. — М., 1984.
8. Нагавкина Л. С., Крокинская О. К., Косабуцкая С. А. Социальный педагог: Введение в должность: Сб. материалов. — СПб., 2000.
9. Никитина Л. Е. Технология социально-педагогической работы: Краткий анализ // Воспитание школьника. — 2000. — № 10.
10. Овчарова Р. В. Справочная книга социального педагога. — М. : ТЦ сфера, 2005. — 480 с.
11. Организация социально-педагогической работы в учреждениях образования: Учеб.-метод. пособие / авт.-сост. Т. Каплевич. — Минск, 2007. — 346 с.
12. Профорентация в процессе профессионального самоопределения учащихся. — Минск, 1998.
13. Пряжников Н. С. Профорентация в школе и колледже: игры, упражнения, опросники. — М. : ВАКО, 2006.
14. Рычкова Н. А. Деадаптивное поведение детей: Диагностика, коррекция, психопрофилактика. — М., 2000.
15. Социальная работа с ребенком и семьей: Пособие для учителей, социальных педагогов / С. Хессле, В. В. Чет и др. — Минск, 2000. — 305 с.
16. Социальный педагог в школе (из опыта работы) / авт.-сост. Л. Д. Баранова. — Волгоград, 2008. — 187 с.

17. *Справочник социального педагога* / авт.-сост. О. С. Гришанова. — Волгоград, 2010. — 217 с.
18. *Филиппович И. В., Майстрова М. В.* Психология девиантного поведения. — Минск: ЗАО «Веды», 2003.
19. *Фирсов М. В., Минигалиева М. Р., Шапиро Б. Ю.* Психология социальной работы. — М. : Академия, 2002. — 360 с.
20. *Шакурова М. В.* Методика и технология работы социального педагога. — М., 2002.
21. *Шевандрин Н. И.* Социальная психология в образовании. — М., 1995.
22. *Шептенко П. А., Воронина Г. А.* Методика и технология работы социального педагога. — М. : Академия, 2002. — 280 с.