

**Швець О. А.** Система роботи практичного психолога з педагогічним колективом навчального закладу. Навчально-методичний посібник. Городищенська загальноосвітня школа I – III ступенів. – Березне, 2013. – 65 с.

У посібнику представлені форми та методи роботи психолога з педагогами. Тренінги для вчителів спрямовані на розв'язання психолого-педагогічних проблем.

Матеріал рекомендовано для використання у роботі шкільному психологу, класним керівника, заступникам директора з виховної роботи

Рецензенти:

**О.І. Агафонова**, методист комунальної науково-методичної установи «Березнівський районний методичний кабінет» Березнівської районної ради.

**Л.Є. Гурінчук**, директор Городищенської загальноосвітньої школи I – III ступенів

**Г.А. Боровець**, заступник директора з навчально-виховної роботи Городищенської загальноосвітньої школи I – III ступенів

Рекомендовано науково-методичною радою комунальної науково-методичної установи «Березнівський районний методичний кабінет» Березнівської районної ради

(Протокол №2 від 08 лютого 2013 року)

## Зміст

Передмова.....	4
Форми та методи взаємодії практичного психолога з педагогічним колективом для покращення психологічного клімату.....	6
Групова дискусія.....	7
Проективний малюнок .....	7
Метод аналізу конкретних ситуацій .....	7
Рольова гра .....	8
Психолого – педагогічний консиліум.....	9
Тренінгові заняття як одна з ефективних форм роботи з педагогічним колективом.....	14
Поради психолога класним керівникам, учителям.....	17
Роль практичного психолога у роботі з педагогічним колективом .....	24
Використана література.....	26
Додатки .....	27

## Передмова

*Усе розмикано в людині, усе неспокійно  
й галасливо; усе – витрата й розтрата, усе –  
тривоги й страхи; і лише тихе сонце підтримує  
життя, відновлює сили, пробуджує любов і надію.*

Із записної книжки Симона Соловейчика

Особлива увага в роботі психологічної служби приділяється супроводу учасників навчально-виховного процесу. Робота психолога спрямована на створення комфортних умов співпраці психолога-учня-учителя-батьків, на пошуки шляхів взаємодії виховання особистості на різних етапах розвитку.

Від рівня фізичного, психічного та емоційного комфорту як учителя, так і учнів залежить подальша доля цілого покоління.

**Актуальність досвіду:** Основною метою роботи психологічної служби є не тільки психологічний супровід дитини, а й просвітницька робота з педагогічним колективом для налагодження широкої конструктивної співпраці у педагогічному колективі (див. додаток 1). Адже, окрім особистої бесіди, психолог може запропонувати вчителю спеціальну літературу, яка допоможе самостійно проаналізувати складні життєві ситуації, знайти найоптимальніші способи зняття емоційного напруження в період роботи. Слід пам'ятати: стан учителя, його переживання безпосередньо відбиваються на учнях. Тому важливо, за можливості, вирішувати свої проблеми з фахівцем.

Звичайно, оптимально було б рекомендувати вчителям відвідувати психотерапевта, щоб подолати свої негативні емоції, проблемні ситуації й не переносити їх на дітей. Однак, поки що така пропозиція – зі сфери фантастики. Зате цілком реально звернутися до шкільного психолога: нехай не з усіх, а хоча б з деяких особистих питань.

**Ідея досвіду:** Найефективнішими формами роботи з учителями є індивідуальні консультації (у разі запиту з боку самого педагога), психолого-педагогічні консилиуми з чітким розподілом функцій і обов'язків у середині

групи учасників і загальною відповідальністю за реалізацію прийнятих рішень, а також проведення тренінгів.



На кожному із таких заходів учителі отримують знання з психології, орієнтування на гуманістичні принципи, методичний практикум (пам'ятки та рекомендації).

Робота семінарів відбувається у різних формах: групові дискусії, міні-доповіді, мозкові штурми, ділові ігри, дебати, семінари тощо. Наші засідання проходять з елементами тренінгу. Наприкінці зустрічі підбиваються підсумки роботи засідання. Кожен учасник групи розповідає про свої враження, почуття, які виникали під час роботи; чи отримав він нову інформацію з проблеми, чи вважає він ефективною роботу семінару, висловлює побажання на наступну зустріч.

## **Форми та методи взаємодії практичного психолога з педагогічним колективом для покращення психологічного клімату**

Психологічний клімат у педагогічному колективі навчального закладу детермінується низкою соціальних, соціально-психологічних, особистісних і педагогічних чинників. Я погоджуюся з думкою Н.В.Хованець про те, що особливе значення має фактор особистісної орієнтованості всього різнобарв'я педагогічної діяльності та організаційно-методичної роботи: реалізація демократичних принципів управління й професійного спілкування, гуманізація взаємин по “горизонталі” та “вертикалі”, врахування інтересів і потреб всього колективу та окремих його членів, підвищення психологічної культури співробітників, створення творчої атмосфери та уникнення жорсткої регламентації діяльності педагогічних працівників, запобігання психотравмуючим конфліктним ситуаціям і надання психологічної допомоги та підтримки членам “педагогічної команди”.

Робота психологічної служби з педагогічним колективом вимагає професіоналізму від психолога. Не менш важливою є сформованість у працівника психологічної служби здатності до розвитку, прояву своїх професійних здібностей не тільки у роботі з учнями, а й готовності до впливу на вирішення проблем, які виникають у педагогів. Визначення своєї позиції у колективі, усвідомлення відповідальності за результати своєї діяльності, підвищення психологічної культури педагогів, ознайомлення їх з ефективними моделями вирішення проблемних ситуації на засадах гуманізму та співпраці - це основні кроки, які здійснює психолог у напрямі роботи з педагогічним колективом. Тому спрямовую свою діяльність так, щоб значущість роботи психолога була відчутна під час взаємодії з адміністрацією, колегами, учнями та їхніми батьками. Для цього обираю методи та форми роботи для роботи з педагогами у напрямі створення сприятливого психологічного клімату. Поширеними методами роботи з педагогічним колективом є: групова дискусія, проєктивний малюнок, розігрування рольових ситуацій, тренінги тощо.

**Групова дискусія** в психологічному тренінгу - це спільне обговорення будь-якого спірного питання (у групі тренінгу просто питання, не обов'язково спірного), що дозволяє прояснити (можливо, змінити) думки, позиції й установки учасників групи в процесі безпосереднього спілкування.

**Переваги групової дискусії:**

1. Дозволяє членам групи прояснювати власну позицію і уточнювати взаємні позиції учасників групи.
2. Дозволяє виявляти різноманіття підходів і точок зору з поставлених проблем і питань.
3. Дає всебічне бачення предмета обговорення.

Завдання, які допомагає вирішувати метод групових дискусій:

1. навчання учасників аналізу реальних ситуацій;
2. навчання вмінню слухати і взаємодіяти з іншими учасниками;
3. навчання навичкам формулювання проблеми;
4. дає можливість побачити багатозначність можливих рішень проблеми;
5. розвиває вміння долати страх перед невідомістю, недовіру до себе, острах бути захопленим зненацька.

**Проективний малюнок.** Досвідчений фахівець із проективних малюнків Т.С. Яценко відзначає, що теми малюнків добираються так, щоб надати можливість членам групи виразити в малюнку свої почуття, передати психологічні якості й особливості, міжособистісні відносини, власні зміни, роль керівника в групі, групову динаміку та інше. Уже сам процес зображення, передача особистісно значущого матеріалу мовою фарб може відігравати позитивну роль, сприяти усвідомленню внутрішнього світу, конфліктів, проблем, виділенню в них суттєвого.

**Метод аналізу конкретних ситуацій.**

Цей метод виконує багато різних функцій, служить інструментом дослідження і вивчення певної проблеми, оцінки та вибору рішень. Значущість його полягає, насамперед, у поєднанні простоти в організації заняття з ефективністю результатів. Він стимулює звернення до досвіду інших,

прагнення до набуття теоретичних знань для одержання відповіді на питання, які обговорюються. Близьким до методу аналізу конкретних ситуацій є кейс-метод. Завдяки йому можна розвивати в педагогів здатність до самоаналізу та самостійного вирішення проблеми, формувати навички компетентного спілкування, стимулювати творче мислення, а також уміння готувати письмові звіти, за результатами роботи з кейсами. Перед тим, як застосовувати кейс-метод, керівникові потрібно ознайомити учасників групи з методикою роботи з ним.

**Метод розігрування ситуації за ролями** («Рольова гра», «Програвання сценки», «Драматизація»). Імітує реальність призначенням ролей педагогам і надання їм можливості діяти «наче насправді». Кожна особа в рольовій грі має чітко знати зміст її ролі та мету рольової гри взагалі.

Мета рольової гри – визначити ставлення до конкретної життєвої ситуації, набути досвіду шляхом гри, допомогти навчитися через досвід та почуття. Рольова гра може також використовуватися для отримання конкретних навичок, наприклад безпечної поведінки в певній ситуації тощо.

Розігрування конкретної життєвої ситуації за ролями допоможе педагогам виробити власне ставлення до неї, набути досвіду шляхом гри, сприяє розвитку уяви і навичок критичного мислення, вихованню спроможності знаходити й розглядати альтернативні можливості дій, співчувати іншим.

У ході рольової гри учасники «розігрують у ролях» визначену проблему або ситуацію. Рольова гра потребує ретельної підготовки. Початкові вправи мають бути простими з наступним ускладненням. Наприклад, можна почати з читання текстів «за ролями», формулювання коротких висловлювань або відповідей від імені історичної особи, природного явища, конкретного предмета, тварини.

**Психолого – педагогічний консиліум** розв’язує такі завдання:

- створення цілісного портрету школяра;
- виявлення характеру та причин відхилень у навчанні та поведінці учнів;
- розробка програми виховних та корекційних заходів;

- визначення шляхів та засобів корекційно – розвивальної роботи для педагогів та батьків.

**Головний принцип організації психолого – педагогічного консилиуму:** комплексність вивчення. Він передбачає тісну взаємодію різних спеціалістів (педагогів, психолога, медичної сестри) у ході вивчення школяра для отримання результатів оцінки фізичного та психологічного стану учня. Отримані результати співвідносяться з віковими критеріями. Ще один важливий принцип – дотримання інтересів учнів.

**Психолого – педагогічний консилиум реалізує три функції:**

- діагностичну – вивчення соціальної ситуації розвитку учня, у визначенні домінант його розвитку, потенційних можливостей та здібностей розпізнаванні характеру відхилень у поведінці, діяльності та спілкуванні, а також стану здоров'я;

- виховну – розробка проекту корекції у вигляді низки навчально – виховних заходів, що рекомендуються педагогам, батькам та учням (контроль, корекція, розвиток, лікування);

- реабілітаційну – захист інтересів дитини, що потрапила в несприятливі навчально – виховні або сімейні умови. Зміст сімейної реабілітації – в підвищенні статусу дитини як члена сім'ї або в разі необхідності підвищенні зацікавленості батьків життям та справами дитини. Сутність шкільної реабілітації полягає в допомозі в адаптації до нових умов, у подоланні дискомфорту та психологічної незахищеності.

**Склад консилиуму:** психолог (за наявності), класний керівник, учителі – предметники, що викладають у відповідному класі, медична сестра (за наявності).

Відповідно до мети психолого – педагогічні консилиуми діляться на:

**Первинні консилиуми** проводяться після завершення обстеження (кінець жовтня). Їхня мета – визначення особливостей розвитку школярів, можливих умов і форм їх навчання, необхідного супроводження педагогічного процесу.



**Планові консилиуми** – проводяться в березні. Їх мета – оцінка динаміки процесу навчання та корекційних заходів, а також у разі необхідності внесення поправок та доповнень до корекційної або розвивальної роботи з учнями.

**Заключні консилиуми** – проводяться на заключних етапах навчання та завершенням корекційної роботи. Мета – оцінка знань учнів, стану емоційно – вольової та пізнавальної сфери, прогнозування успішності учнів у подальшому навчанні.

**Позапланові консилиуми** проводяться на вимогу класного керівника або інших педагогів, що працюють з учнями в разі необхідності (виникнення несподіваних проблем у навчанні, вихованні або в процесі корекційної роботи. раптових афективних реакцій. Мета – виявлення причин проблеми, що виникла, знаходження адекватних способів її подолання. До участі в таких консилиумах, як правило запрошуються учні відповідного класу.

**Документація консилиуму** включає:

- психолого – педагогічний портрет класу;
- індивідуальні карти школярів;

**Функції учасників на етапі підготовки та проведенні психолого – педагогічних консилиумів:**

**Заступник директора:**

- надає організаційну, адміністративну та методичну допомогу;
- розробляє схему проведення консилиумів;
- установлює порядок обговорення та слідкує за дотриманням регламенту обговорення;
- отримує та аналізує узагальнену інформацію щодо класів, паралелей та окремих учнів (по відношенню до яких потрібне індивідуальне обговорення або співбесіда з батьками);
- контролює хід реалізації програми супроводження.

**Психолог:**

- здійснює обробку психодіагностичних обстежень, що були проведені згідно з програмою підготовки;

- готує інформацію за двома напрямками:

1. Інформація про конкретних учнів:

1) опис індивідуально – психологічних особливостей учня;

2) сфери психічного життя дитини, у яких виявлено певні порушення або відхилення від вікової, психічної або соціальної норми. По можливості вказуються причини існуючих порушень;

3) сфери психічного життя, розвиток яких характеризується вираженими індивідуальними особливостями та опис їхніх реальних проявів

4) адекватні форми супроводження.

2. Узагальнена інформація щодо класу (зведені таблиці показників, що вивчаються на етапі діагностики).

Інформація щодо окремих учнів представляється на консиліум особисто психологом, узагальнена інформація по класу передається класному керівнику з необхідними поясненнями та уточненнями у формі, що не порушує права дитини на конфіденційність подібної інформації.

**Класний керівник**, спираючись на результати власних спостережень та систематизації спостережень інших педагогів, готує педагогічну та психологічну характеристику навчальної діяльності й поведінки класу в цілому та окремих учнів, за такими показниками:

- кількісні та якісні характеристики навчальної діяльності (успішність з предметів. можливі причини низької або нерівної успішності);

- психологічні особливості класу (за результатами діагностики та консультацій психолога);

- показники поведінки та спілкування в навчальних ситуаціях;

- умови сімейного виховання.

**Вчителі – предметники** характеризують конкретних учнів або їх групи за показниками:

- труднощі та особливості що проявляються під час усних та письмових відповідей, відповідей біля дошки; труднощі що виникають під час засвоєння нового матеріалу або повторення, виконання творчих завдань;

- можливі причини описаних труднощі;
- опис типового для учня емоційного стану на уроці;
- опис ситуацій, що викликають в учнів різні емоційні труднощі (плач, агресія, роздратування та ін..)

**Інформація класоводів** стосується опису індивідуальних особливостей та труднощів, що виникають в учнів у позаурочній діяльності, у процесі спілкування з однолітками.

**Медична сестра** надає консилиуму інформацію про стан здоров'я та фізичні особливості школярів за трьома основними параметрами:

1. Фізичний стан дитини на момент проведення консилиуму:

- відповідність фізичного розвитку віковим нормам;
- стан органів зору, слуху, кістково – м'язової системи;
- переносимість фізичних навантажень.

2. Фактори ризику:

- наявність у минулому захворювань та травм, що можуть відбиватися на розвитку дитини;

- фактори ризику за основними функціональними системами, наявність хронічних захворювань.

3. Характеристика захворюваності за певний період.

Якщо у школі за штатом, не передбачено заступника директора, психолога, медичної сестри, то їхні функції частково розподіляються між класним керівником, вихователем, вчителями – предметниками.

Будь – які відомості про учня та його сім'ю надаються та обговорюються учасниками тільки за тими параметрами, показниками та характеристиками, у яких наявна важлива для роботи консилиуму та супроводження інформація.

У процесі обговорення індивідуальної та групової стратегії супроводження на консилиумі має бути знайдено оптимальну ситуацію взаємодії учасників навчально – виховного процесу, у ході консилиуму розв'язання задачі супроводжується втіленням у конкретні напрями діяльності й заходи психологічних та педагогічних технологій. Консилиум завершується

розподілом між його учасниками обов'язків щодо ведення супроводжувальної та консультативної роботи, з визначенням приблизних строків виконання.

Рішеннями консиліуму є рекомендації з розробки комплексної програми супроводження, що узгоджуються з усіма учасниками і є обов'язковими для всіх спеціалістів, що ведуть навчальну, виховну, корекційну та розвивальну роботу з учнями цього класу.

Психолого – педагогічний консиліум дозволяє побудувати взаємовідносини учасників навчально – виховного процесу на основі рівноправного співробітництва та особистої відповідальності й організувати цілісне супроводження школярів у процесі всього навчання, задіявши професійний та особистісний потенціал усіх, хто має відношення до ефективності цього процесу (див. додаток 2).

## **Тренінгові заняття як одна з ефективних форм роботи з педагогічним колективом**

Тренінги сьогодні є однією з найпопулярніших форм навчання. Так що ж таке тренінг і що на ньому відбувається?

Тренінг — це особливий метод отримання знань, який відрізняється від своїх аналогів тим, що всі його учасники навчаються на власному досвіді в теперішній момент. Це спеціально створене середовище, де кожний може з легкістю і задоволенням побачити свої плюси і мінуси, досягнення і поразки. Підтримка і увага інших учасників допомагають швидше зрозуміти, які особисті якості та професійні навички слід розвивати.

Завдяки тому, що ситуація тренінгу учбова, жоден з учасників не ризикує відносинами і поглядами, що склались раніше, а набуває нового досвіду. В реальній ситуації експерименти можуть призвести до негативних наслідків. На стадії навчання будь-які навички чи якості моделюються на конкретні кроки і в той же час аналізуються і перевіряються в навчальній обстановці, максимально приближеній до дійсності. Так, під час тренінгів можна навчитись бути гнучким, спілкуванню, сприйняттю позиції іншого, що теж є дуже корисним в житті і творчій роботі.

Слово "тренінг" походить від англійського "to train", що означає "навчати, виховувати, тренувати". Тренінг — це комплекс дій і вправ направлених на набуття нових навиків та вдосконалення і закріплення вже набутих.

Під час тренінгу я намагаюся створити неформальне, невимушене спілкування, яке відкриває перед групою безліч варіантів розвитку та розв'язання проблеми, заради якої вона зібралася. Як правило, учасники в захваті від тренінгових методів, тому що ці методи роблять процес навчання цікавим та необтяжливим.

Тренінг і традиційні форми навчання мають суттєві відмінності. Традиційне навчання більш орієнтоване на правильну відповідь, і за своєю суттю є формою передачі інформації та засвоєння знань. Натомість тренінг, перш за все, орієнтований на запитання та пошук. На відміну від традиційних,

тренінгові форми навчання повністю охоплюють весь потенціал людини: рівень та обсяг її компетентності (соціальної, емоційної та інтелектуальної), самостійність, здатність до прийняття рішень, до взаємодії тощо. Звичайно, традиційна форма передачі знань не є сама по собі чимось негативним, проте у світі швидких змін і безперервного старіння знань традиційна форма навчання має звужені рамки застосування.

**Метою тренінгу можуть бути:**

- ✓ інформування та набуття учасниками тренінгу нових професійних навичок та умінь;
- ✓ опанування нових технологій у професійній сфері;
- ✓ зменшення чогось небажаного (проявів поведінки, стилю неефективного спілкування, особливостей реагування тощо);
- ✓ зміна погляду на проблему;
- ✓ зміна погляду на процес навчання, аби зрозуміти, що він може давати наснагу та задоволення;
- ✓ підвищення здатності учасників до позитивного ставлення до себе та життя;
- ✓ пошук ефективних шляхів розв'язання поставлених проблем завдяки об'єднанню в тренінговій роботі різних спеціалістів, представників різних сфер, які впливають на розв'язання цих проблем;
- ✓ активізація громадськості щодо розв'язання актуальних проблем;
- ✓ здобуття альтернативної освіти.

Тільки в тому випадку, коли Ви постійно займаєтесь своїм саморозвитком, самовдосконаленням, коли Ви кожен день знаходитеся на шляху до своєї цілі – до Вас приходить багатство, задоволення і щастя.

**Мета і завдання тренінгових груп.**

При висвітленні цього питання виходжу з того, що позитивна групова робота приречена на якусь ціль (цілі), незалежно від того, наскільки її усвідомлює керівник. Водночас, якщо керівником, як правило, ставиться свідома мета роботи тренінгової групи, то результати її діяльності будуть

відповідними. Загалом ефективність діяльності тієї чи іншої тренінгової групи є окремим складним питанням, яке включає всі складові (висвітлені раніше й ще не висвітлені). Враховуючи те, що тренінгові методи успішно використовуються в психотерапії, консультуванні, психокорекції й навчанні, цілі тренінгу можуть бути різноманітними, охоплювати різні процеси, що відбуваються в групі впродовж тренінгу та після завершення його. Різноманітність цілей обумовлена ще й тим, що вони ставляться у рамках різних концептуальних підходів, шкіл тощо.

У процесі проведення тренінгу маю можливість варіювати ситуації, моделювати їх, а педагоги відходять від шаблонної моделі поведінки та взаємодії. Як свідчить практика роботи у школі, дуже часто постає проблема вироблення адекватного шляху взаємодії психолога та педагогів.

Під час тренінгових занять педагоги оволодівають:

- знаннями про роботу психолога, напрямками взаємодії з фахівцем;
- комунікативними навичками;
- вміннями аналізувати наслідки взаємодії з психологом, усвідомлення педагогічними працівниками її важливості.

Взаємодія з педагогічним колективом на засадах довіри, взаємопорозуміння, гуманізму сприяє успішній реалізації зазначених методів роботи з педагогами (додатки 3,4,5,6).

## Поради психолога класному керівнику

### Як успішно провести зустріч з батьками?

- Можна надіслати батькам запрошення, звертаючись персонально до кожного.
- Слід завжди передбачати час для того, щоб родини могли поспілкуватися.
- Потрібно враховувати інтереси та потреби родин у виборі тематики зустрічі.
- Зустріч з батьками доцільно проводити у затишному, зручному приміщенні, поставивши стільці колом, щоб всі бачили один одного і змогли вільно спілкуватися.
- Щоб створити комфортну, невимушену атмосферу, можна використовувати *нетрадиційні методи представлення учасників*. Наприклад, запропонувати батькам відрекомендуватися, називаючи своє повне ім'я та пригадуючи, як їх називали у дитинстві, розповідаючи про те, що сказала їм їхня дитина, коли вони виходили з дому тощо.
- На початку зборів, коли учасники почуваються ще не досить комфортно, щоб відкрито висловлювати свої очікування, можна зробити це індивідуально, використовуючи маленькі клейкі картки. Ці картки пізніше батьки можуть приклеїти на великий аркуш паперу під назвою «Наші очікування». Аркуш можна використати наприкінці зборів, щоб визначити, які очікування здійснилися, а які – ні.
- Слід заохочувати батьків до активного обговорення. Цього можна досягти, ставлячи запитання, які вимагають розгорнутої відповіді, або поділяючи учасників на пари чи невеличкі групи, в яких батьки почуватимуться вільніше і де їм легше буде висловити власну точку зору.
- Доповідь вчителя має бути короткою, оскільки батьки стомилися після робочого дня і їм важко концентрувати увагу.
- Під час виступу доцільно використовувати наочність, відео, роздатковий матеріал.
- Розповідаючи про життя класу, можна використовувати фотографії, магнітофонні записи дітей.
- Обов'язково слід увести до виступу розважальні ігрові моменти.
- З метою діагностики сімейного мікроклімату можна провести анкетування.



## Рецепт хорошого робочого настрою

- Будьте оптимістами! Педагогіка – наука суто оптимістична (втім, як і будь-яка наука; песимістичний лише дилетантизм).
- Не забувайте найголовнішого: діти істоти парадоксальні, алогічні (дорослі теж).
- Як спілкуватись з батьками? Так само, як і з дітьми. Деякі наївні люди радяться з батьками, читають для них лекції тощо. Не робіть таких дурниць.

**Пам'ятайте:** дорослі – це дуже стомлені діти. Виходьте з принципу: не батьки мають виховувати дітей, а навпаки – діти батьків.

- У взаєминах з адміністрацією: погоджуйтеся абсолютно з усім, що вам радитимуть або наказуватимуть, але робіть лише те, що самі вважаєте за потрібне. І не рвіть до кар'єри. Пам'ятайте: відмінність директора від учителя полягає в тому, що його легко звільнити, а вчителя складно.

**Не забувайте:** в педагогіці вирішальне значення має перша мить входження до класу, перші уроки, перше знайомство з дітьми – все перше.

**Пам'ятайте:** ваша найголовніша справа – це спілкування з дітьми. Умійте відчувати радість від зустрічі з дитиною. Нудних діти тихо ненавидять.

- Не тиняйтеся на очах у дітей без діла.
- Якщо маєте сумнів у тому, як вчинити, краще не поспішайте. У сумніві – втримуйтесь.
- Вчіться вітатися з дітьми, це дуже важливо. Тонем, яким ви кажете просте «здрасуйте», теж можна виховувати.
- Не бентежтеся через свої помилки. Діти, на відміну від дорослих, завжди прощають нам помилки. Діти дуже поблажливі до дорослих. А крім того, якщо вам не вдалося виховати ваших дітей, значить, їм вдалося виховати вас.
- Хваліть себе тричі на день: вранці, вдень і ввечері. Застосовуйте таку магічну формулу самонавіювання: я – найгеніальніший, найвеличніший, найдосконаліший Педагог, Усім Педагогам Педагог; діти мене слухають, батьки мене поважають, адміністрація мене любить, а вже як я сам себе люблю, це й не передати.
- Умійте бути лінивим! Недолік багатьох педагогів у тому, що вони розвивають бурхливу діяльність, але забувають міркувати.

**Пам'ятайте:** міркувати – ваш найголовніший обов'язок.

- Умійте залишатися дітьми. Грайте з дітьми, дуріть, скачіть і стрибайте. Сприймайте своє вчительство як продовження дитинства.

## Психологічні поради вчителю, що працює з агресивними дітьми

- Пам'ятайте, що заборони, та підвищення голосу – самі неефективні способи у виправленні агресивності.
- Дайте можливість таким дітям своєчасно виплеснути напруження за допомогою фізкультурних хвилинок, читання вголос, хором тощо.
- Слідкуйте за своєю поведінкою і за тим, контролюйте свій гнів, не надаючи йому форму погроз та звинувачень.
- Важливо, щоб дитина зрозуміла, що вона потрібна в класі, що її цінують та приймають. А для цього вам необхідно дізнатися про інтереси та здібності такого учня. Та перевести активність у корисне русло.
- Таким учням слід частіше надавати можливість працювати в групах, де успіх залежить від колективної роботи, вміння спілкуватися, домовлятися.
- Один із самих корисних способів змінити поведінку дитини – це піймати її на хорошому вчинку. Кожен раз, коли дитина стримує себе і не починає бійку, просто відмітьте, що вона стала сильнішою. Дитина реагує на похвалу, користуйтеся цим, для того, щоб зробити добру відношення – звичкою.
- Введіть штрафні санкції. Це може бути додаткові домашні завдання, виключення із ради класу. Головне, щоб учень знав про можливі наслідки своєї поведінки.
- Допоможуть класні години, де піде мова про почуття, емоції, та методи їх контролювання. Головне, щоб під час таких уроків було менше монологів, але не у якому разі не акцентуйте увагу класу на проблемних дітях.

## **Поради виховання важких підлітків**

Як упоратись з підлітком? Що ж трапилось з цією милою маленькою дитиною, яка була в нас кілька років тому? Підлітки можуть бути дуже складними, і це не має дивувати вас з огляду на всі зміни перехідного віку, з якими їм доводиться зіштовхуватися. Вам доведеться бути дуже терплячими, щоб упоратись з цим.

Попри те, що ви колись самі були підлітками й, можливо, складними для своїх батьків, від вас, проте, потрібно буде багато праці, щоб зрозуміти, через що доводиться проходити вашій дитині. Ви маєте налагодити зв'язок із нею.

Це завжди не просто, і вам доведеться дуже постаратися під час цих двох важливих періодів у житті ваших дітей – юності й молодості. Вашим дітям знадобляться всі настанови і все ваше розуміння, які ви можете їм дати. Спілкування й розуміння протягом складних періодів можуть задати тон для життєвих рішень, які доведеться робити вашій дитині.

Нижче наведено кілька корисних порад, які придадуться батькам при вихованні підлітків і налагодженні зв'язку з ними:

### **1. Інтерес**

З'ясуйте, що подобається вашій дитині. Коли ваш підліток був дитиною, можна знайти щось, чим можна було б з ним займатися. Але коли вони дорослішають, вам доведеться докласти додаткових старань, аби довідатись, що подобається вашим дітям. Можливо, це буде не просто, але здатність співвідносити схильності й антипатії вашої дитини є важливою частиною побудови відкритих стосунків з нею.

Пам'ятайте: щоб бути гарним батьком вам також потрібно бути гарним другом.

### **2. Строгість**

Чимало підлітків пручаються правилам і обмеженням. Вони думають, що вже дорослі, що можуть про себе подбати. Хоча це почасти й так, підліткам усе ще потрібні обмеження. З новими бажаннями вони можуть заподіяти собі значної шкоди, якщо не стримуватимуть себе відповідальністю.

Дайте зрозуміти вашій дитині, що в неї буде більше волі, але при цьому й більше відповідальності. Воля без відповідальності безглузда.

Вам варто допомогти своїй дитині навчитися планувати події наперед. Ви не повинні робити це за підлітка; просто спрямуйте його.

### **3. Спілкуйтеся щодня**

Щоденне спілкування є важливим для підтримки відкритості між вами. Ваша дитина буде розкутішою, довірятиме вам, якщо ви спілкуватиметеся з нею щодня. Довіра ґрунтується на практиці. Її можна збудувати тільки на багатогранних відносинах, на гарному спілкуванні.

Навчіться пізнавати світ, у якому живе ваш підліток, поставте себе на його місце, і ви зможете не тільки досягти довіри у стосунках, але й краще зрозуміти його поведінку.

Щоденне спілкування покаже вашій дитині, що ви дбаєте про неї. Це дуже важливий фактор, тому що підлітки почуваються комфортніше з батьками, які активно залучені в їхнє життя. Інакше підлітки можуть звернутися до ненадійних однолітків за порадою або настановами. Дуже важливо, щоб батьки надавали їм **керівництво й турботу**, що їм так потрібно.

Виховання важких підлітків ніколи не було й не буде легким завданням. Різні батьки користуються для його розв'язання різними підходами. Безперечно, важливо вчинити так, як ви вважаєте правильним, але є деякі рекомендації, яких краще дотримуватися, щоб допомогти собі пройти через усе це, а також зрозуміти, що ви не єдиний у такій ситуації.

Підлітковий вік триває не вічно, тому не треба зациклюватися на ньому, що ваша дитина завжди залишиться важким підлітком. Натомість сконцентруйте свої сили й увагу, допоможіть дитині впоратись з її проблемами і стати відповідальним дорослим. Ви ж мріяли про це, коли дитина була маленькою?..

#### 4. **Терпіння**

Коли йдеться про виховання важкого підлітка, ваша терпіння дуже важливе. Бути терплячим важко, тому ви захочете побачити результати негайно. Але у більшості випадків вашій дитині просто необхідно перерости таку поведінку. Можливо, варто відправити дитину у спеціальний центр виправного впливу, і це також потребуватиме від вас терпіння, поки програма не почне давати результатів. Загалом, якщо зможете знайти в собі терпіння, то керуватимете ситуацію значно краще.

#### 5. **Упереджу вальний підхід**

Тільки-но ви помітили що в дитини з'явилися проблеми, вам необхідно починати діяти негайно. Можливо, вам необхідно подумати про спеціальну виправну установу для неповнолітніх ще до того, як ви вважатимете відправлення дитини туди необхідним. Негайний початок дій покаже підлітку, що ви не збираєтесь сидіти, склавши руки, й дозволити йому уживати наркотики, алкоголь або займатися іншими речами, яких ви не схвалюєте. Упереджу вальний підхід може скоротити глибину і тривалість проблем вашого підлітка.

#### 6. **Єдиний фронт**

У багатьох випадках батьки не сходяться в думках про те, яке рішення їм необхідно прийняти щодо ситуації, в яку потрапила їхня дитина. У жодному разі не розказуйте про це своєму синові чи доньці. Ви маєте завжди демонструвати «єдиний фронт». Коли дитина зрозуміє, що ви дієте спільно, однією командою, і вона не зможе втекти під захист одного з батьків, ваші плани допомогти матимуть більші шанси на успіх.

## **Рекомендації педагогу щодо зменшення впливу стресу в педагогічній діяльності**

- Визначте негативні чинники, що призводять до виникнення у Вас стресу. Намагайтеся уникати їх або за допомогою позитивного мислення змініть свої ставлення до них.
- Забезпечуйте високий життєвий потенціал у здоров'ї, освіті, діяльності, сім'ї, позитивному мисленні.
- Навчіться розслаблятися: тілом, думкою тощо. Стрес викликає загальну напругу. Розслаблення ж, навпаки, протидіє стресу. Уміння розслаблятися – секрет боротьби із стресом.
- Зробіть паузу: зробити паузу у спілкуванні; порахувати до 10; вийти з приміщення. Такі „перерви” потрібно робити якнайчастіше в ті моменти, коли відбувається втрата самоконтролю.
- При виникненні почуття тривоги або напруги, занурьтеся в „тут і зараз” сконцентруйтеся на своєму диханні.
- Змусьте стрес працювати на Вас, а не проти Вас, опануйте головним умінням – перетворюйте негативні події у позитивні.
- Оволодіти теорією та практикою позитивного мислення. Позитивне мислення – це головний людський інструмент забезпечення здоров'я і благополуччя.

## Поради психолога учителю-предметнику

- На помилках учаться. Помилки навіть потрібні для навчального процесу. Діти не мають боятися припуститися помилки.
- Давайте дітям можливість максимально виявити свою ініціативу. Учть учнів самостійно думати і працювати.
- Творче ставлення до роботи й навчання – запорука ефективного уроку.
- Не у всіх дітей вистачає терпіння та наполегливості поступово переходити від простого до складного. Не дозволяйте учням не вірити у свої сили.
- Якщо ваш голос виказує ваше роздратування, розчарування та зневіру, діти запам'ятають саме ці емоції, а не мудрість, яку ви намагалися до них донести.
- Кожен учень по-своєму сприймає матеріал. Зважайте на це.
- Найкращий той діалог, у процесі якого діти відгукуються не на слова, а на думки.
- Добрій пам'яті передують пильна увага.
- Думки учня набагато продуктивніші за думки вчителя.
- Чогось навчитись можна тільки практикою.
- Повторювати вивчений матеріал потрібно з інтервалами. Так економніше та ефективніше.
- Створюйте проблемні ситуації на уроках. Там, де немає вибору, немає мислення.
- Якщо дитина дивується – вона починає мислити. Нові ідеї – продукт творчої уяви.
- Зацікавленість – найсильніша мотивація для навчання.
- Учть дітей робити записи.
- Запам'ятовування матеріалу часто-густо залежить від його викладу. Про рівень учителя можна зробити висновок з того, як він уміє висловлюватися.
- Є два основних мотиви, які формують поведінку людини: отримати винагороду й уникнути покарання. Застосуйте ці мотиви на уроках.
- Якщо вчитель стоїть, він більше привертає до себе увагу дітей.
- Плануйте дискусії, диспути на уроці. Це посилює увагу дітей.
- Учитель не має говорити без упину. Діти не встигатимуть за його думками.
- Про те, наскільки цікавим є зміст уроку, робіть висновок не зі свого погляду, а з погляду учнів. Особливо ретельно готуйте початок уроку. Часто саме від нього залежить успіх усього заняття.

## **Роль практичного психолога у роботі з педагогічним колективом**

Сучасні умови життя та рівень розвитку освіти в Україні вимагають від практичного психолога забезпечувати психологічний супровід всіх учасників навчально-виховного процесу. Організація психологічних занять на інтерактивних засадах, відмовляючись від лекційної форми подання інформації, більш цікава для педагогів. На таких психологічних заняттях-тренінгах разом з теоретичними питаннями має місце і діагностичний практикум. На педагогічному практикумі обговорюємо психолого-педагогічні ситуації. Педагоги отримують і методичний практикум – пам'ятки та рекомендації.

Багаторівневий зворотний зв'язок від учасників навчання дозволяє кожному побачити своє віддзеркалення в очах інших людей й одержати інформацію про те, як сприймається його поведінка в певній ситуації, зрозуміти обмеженість власних засобів спілкування, їх недосконалість, а також побачити позитивні сторони своєї особистості.

Використання в тренінгах різних методичних прийомів озброює вчителя новим психолого-педагогічним інструментарієм для роботи з учнями. Це і засоби невербальної взаємодії (міміка, жести, вираз обличчя, візуальне сприйняття), і оволодіння психодраматичними прийомами, і психологічний аналіз ситуацій, і рольові ігри, і психологічний малюнок у всій різноманітності способів його вживання. Програвання різних, значущих для засвоєння ситуацій і їх аналіз в групах надає в розпорядження вчителя важливу інформацію про психологічну доцільність його поведінки при спілкуванні з оточуючими людьми.

Обмін ролями в ході гри дозволяє вчителю - «учню» відчувати на собі всю психолого-педагогічну продуктивність або непродуктивність власних дій, змодельованих у групі. Така психологічна лабораторія пізнання є ефективною школою дослідницького пошуку, вона збагачує учасників психологічними знаннями, здобутими в емоційно насиченій ситуації

спілкування на підставі аналізу всього того, що суб'єкт бачить, чує, відчуває. Найважливішою умовою педагогічного професіоналізму є наявність у вчителів, разом з ґрунтовним знанням предмету, таких якостей як відвертість, доброзичливість, співпереживання, щирість, здатність прийняття і розуміння іншого тощо. Для забезпечення особистісними передумовами педагогічного професіоналізму необхідна спеціальна підготовка, яка дає більше, ніж оволодіння академічними знаннями та отримання набору рекомендацій. Формування у педагога необхідних особистісних якостей є процесом дуже складним і емоційно насиченим. Тільки через власне емоційне переживання ситуації спілкування вчитель може прийти до продуктивних висновків, сприяючих особистому розвитку. Саме така психокорекційна робота і забезпечується тренінгами.

Вважаю, що значущим в кінці тренінгу є зворотній зв'язок, який дає можливість учасникам поділитися враженнями і побажаннями, а психологу – в подальшій роботі прислуховуватись і реалізувати різні тренінгові програми, спрямовані на здобуття учасниками занять психологічних знань.

В своїй практичній роботі допомагаю класному керівнику підібрати матеріал для проведення батьківських зборів, включаючи традиційні й нетрадиційні форми роботи з батьками.

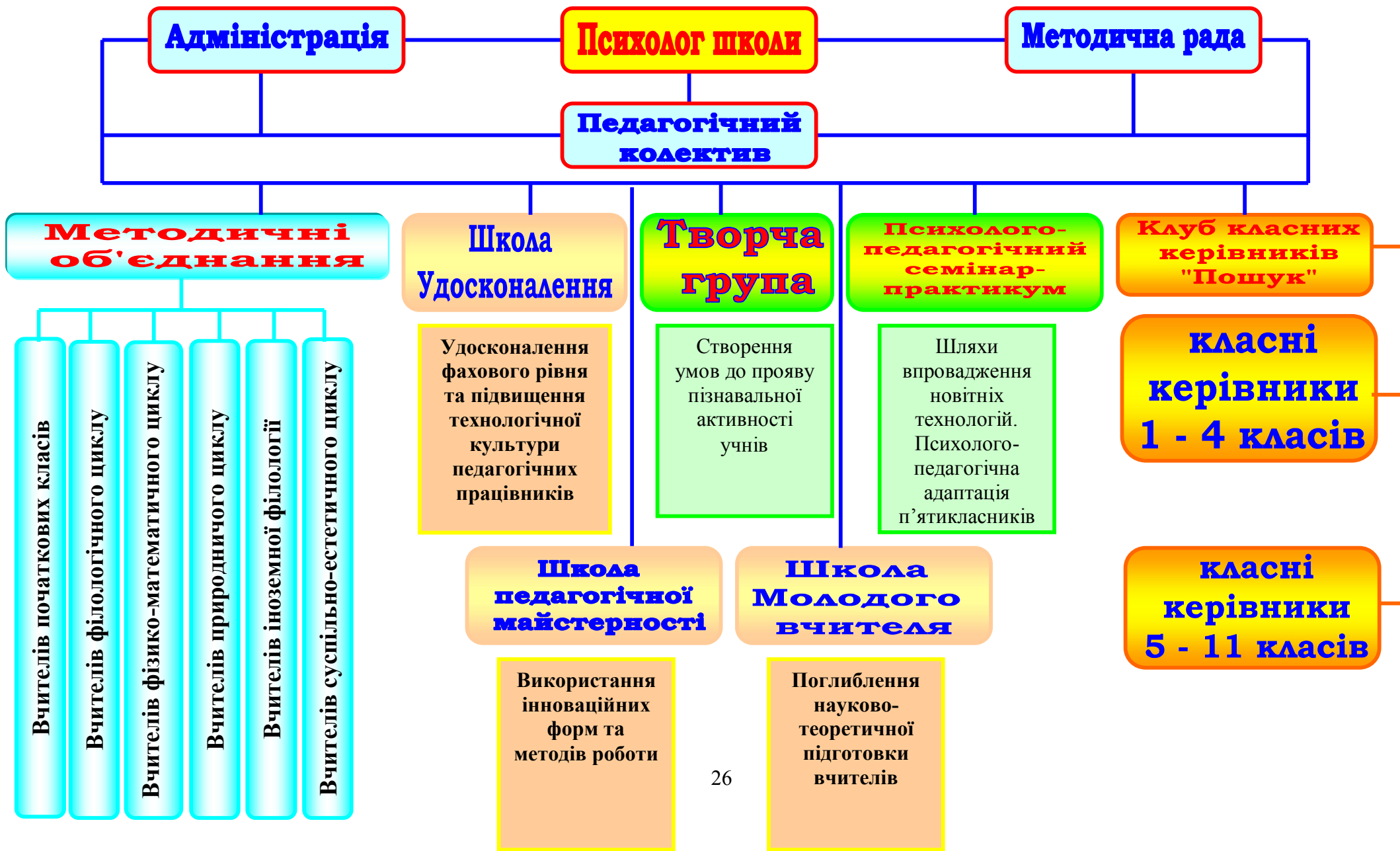
Система роботи практичного психолога з педагогічним колективом, особливо тренінгові робота, готує сучасного вчителя до діяльності в особистісно-орієнтованій парадигмі освіти. Адже зараз потрібні такі дії вчителя, які дають йому змогу виявляти себе разом з учнями у процесі здобуття знань та усувати перешкоди на шляху до засвоєння пошукових стратегій. А тут важливо мати знання з психології. І в цьому педагогу допоможе практичний психолог.



## Використана література

1. Власова О.І. Педагогічна психологія: Навч. посібник. – К.: «Либіть», 2005. – 400 с.
2. Горальський А. Правила тренінгу творчості. – Львів: ВНТЛ, 1889. – 52 с.
3. Зязюн І. А. Технологізація освіти в контексті удосконалення професійного розвитку особистості. – В зб.: Розвиток педагогічної і психологічної наук в Україні 1992-2002. Частина 2. – Харків: «ОВС», 2002. – с. 34-38
4. Максименко С.Д., Заброцький М.М. Технологія спілкування (комунікативна компетентність учителя: сутність і шляхи формування) – К.: Главник, 2005. – 112 с.
5. Технологія тренінгу / Упоряд. О. Главник, Г. Бевз/ Зпа аг. Ред.. С. Максименка. – К.: Главник, 2005.
6. Федорчук В.М. Соціально-психологічним тренінг «Розвиток комунікативної компетентності викладача»: навчально-методичний посібник. – Кам'янець-Подільський: Абетка, 2004. – 240 с.
7. Штепа О.С. Трансформація особистості у тренінгах особистісного зростання та способи її вимірювання// Практична психологія та соціальна робота. – 2004. - № 3.

# Алгоритм співпраці психолога з педагогічним колективом



## Тема: АДАПТАЦІЯ УЧНІВ 5 КЛАСУ ДО СЕРЕДНЬОЇ ШКОЛИ

**Мета:** з'ясувати причини дезадаптації та розробити рекомендації для всього колективу, які б допомогли якісному навчанню учнів і сприяли їх адаптації.

**Розташування учасників:** стільці розташовані колом.

Сьогоднішнє засідання ми проведемо у вигляді тренінгу використовуючи інтерактивні форми роботи. Це дасть можливість усім взяти участь у процесі обговорення та прийняття рішень. Кожен із вас був учасником різних тренінгів, тому ви знаєте, що головне правило тренінгу — **активність** кожного.

Коло, яке ми утворили з вами є **символом єдності** у досягненні спільної мети в навчанні й вихованні учнів. Сьогодні немає окремо доповідачів та окремо слухачів. Сьогодні — ми одна команда, перед нами одне завдання: з'ясувати причини дезадаптації та розробити рекомендації для всього колективу, які б допомогли якісному навчанню учнів і сприяли їх адаптації.

### Вправа «Очікування»

Кожен свій урок ви розпочинаєте з визначення мети, до якої йдете разом із учнями. Від правильної постановки мети залежить хід уроку та його кінцевий результат. Зараз кожен із вас визначить мету, з якою ви прийшли на тренінг. Для цього дайте коротку відповідь на запитання: з якою метою ви прийшли? Що сподівається взяти для себе корисного? (Всі свої очікування учасники записують на листочках й вивішують на спеціальному плакаті «Очікування», де зображене дерево.)



Ця вправа має на меті залучити всіх учасників до роботи. Визначивши й проговоривши свою мету вголос, педагоги тим самим ставлять перед собою завдання, виокремлюють інформацію, яку б хотіли отримати. (Занотовую ті питання, на які необхідно звернути особливу увагу, підводять підсумки висловлювань, даючи зрозуміти присутнім, яка інформація обов'язково буде дана в процесі роботи.)

### Психологічні особливості молодших підлітків

#### ХАРАКТЕРИСТИКА ВЕДУЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

У школярів 5-го класу істотно змінюється зміст діяльності - ведучою стає суспільно корисна діяльність. На новому рівні протікають психічні процеси. Якісні новоутворення характеризуються інтенсивністю проявів

відбувається якісне зрушення в розвитку самосвідомості, у результаті чого в підлітка формується уявлення про себе як про дорослу людину.

Прагнення до дорослості і самостійності, критичне ставлення до відношення до навколишніх, уміння підкорятися нормам колективного життя визначають всі інші особливості – поведінки, спрямованість активності. Підлітковий вік характеризується значними змінами в будові тіла, упротіканні фізіологічних процесів, статевим розвитком. Зміни що відбуваються в цьому віці, мають пряме відношення до рухової діяльності підлітка.

## ОСОБЛИВОСТІ ПІЗНАВАЛЬНОЇ СФЕРИ

Неодмінною умовою правильного виконання вправи в процесі його засвоєння є усвідомленість, розуміння виконуваних дій. Під усвідомленістю дій варто розуміти диференційованість відчуттів, правильність сприйняття, чіткість уявлень, здатність аналізувати. У зв'язку з цим необхідно враховувати наступні особливості пізнавальних процесів підлітків. При сприйманні предмета в підлітків велику роль грає перше враження. Разом з тим підліток здатний до тонкого аналізу сприйманих об'єктів. Сприйняття його більш змістовне, послідовне, планомірне, що дає можливість формувати спостереження як цілеспрямоване організоване сприйняття.

Мислення в підлітка (особливо в 11 - 12 років), значною мірою носить конкретно-образний характер. При засвоєнні знань підліток прагне опертися на наочний матеріал. Тому величезне значення має застосування при аналізі дій чітко намальованих плакатів, піктограм із найважливішими елементами вправ.

У той же час мислення в підлітковому віці стає більш логічним, системним, доказовим і обґрунтованим, розвивається здатність самостійно аналізувати, порівнювати, узагальнювати.

Важливою психологічною умовою правильного засвоєння і виконання вправ є організація уваги. Увага підлітка стає усе більш довільною. Займаючись цікавою і важливою справою, підліток може зберігати тривалий час стійкість і високу інтенсивність уваги. У нього виробляється уміння швидко концентрувати і чітко розподіляти свою увагу. У той же час спостереження показують, що в підлітків увага значна погіршується в порівнянні з молодшими школярами. Це пояснюється багатьма причинами. По-перше, змінюються умови життя й навчання підлітків. Світ вражень і переживань у них значно розширюється. Серйозніше стають пропоновані до них вимоги, багатобічне - обов'язку. У результаті увага часом не може справитися з великою кількістю вражень і переживань, зосередитися на чому-небудь одному. По-друге, нерідко причиною поганої уваги може стати невірноваженість процесів збудження і гальмування, особливо при тривалій одноманітній роботі, що зв'язано з процесом статевого дозрівання. Нарешті, неуважність підлітка може бути

результатом поганого виховання уваги в молодшому віці. Тому вирішальне значення у вихованні і розвитку уваги підлітка має правильна організація його роботи: у нього не повинно бути ні часу, ні бажання, ні можливості відволікатися.

## ЕМОЦІЙНА СФЕРА ПІДЛІТКІВ

У підлітковому віці емоційні переживання якісно змінюються, тому що змінюються і самі відносини підлітка з навколишнім світом. Більш складними стають відносини з дорослими, з однолітками, особливо з однолітками іншої статі. По-новому підлітки починають відноситися до навчальної діяльності і самим собі. Усе це є джерелом різноманітних, складних, нерідко суперечливих переживань.

Разом з тим, незважаючи на загальний більш високий рівень розвитку емоційної сфери в цей період, прояви емоцій недостатньо стійкі. Підлітковий вік характеризується підвищеною емоційною збудливістю, імпульсивністю, перевагою збудження над гальмуванням, швидкою зміною настрою, схильністю до афектів - жагучому, різкому і бурхливому вираженню пережитих почуттів.

Отже коротка характеристика підліткового віку має такий вигляд.

1. Підлітковим ми називаємо вік з 10 до 15 років з нормативною кризою в 13 років (яка може зміщуватися за часом). Він характеризується спадом успішності, зниженням працездатності, дисгармонійністю у внутрішній будові особистості, відмирання насамперед усталеної системи інтересів, негативним, протестуючим характером поведінки.
2. Однією з головних тенденцій підліткового віку є переорієнтація спілкування з дорослих на однолітків.
3. Провідною діяльністю для даного періоду є інтимно – особистісне спілкування, яке будується на основі морально – етичних норм.
4. Характерним новоутворенням є "почуття дорослості", розвиток самосвідомості і самооцінки, інтересу до себе, як до особистості, критичне ставлення до оточуючих, уміння підкоряти свої інтереси нормам колективного життя, здатність до ідентифікації.
5. Діяльність (навчальна, організаційна, трудова, пізнавальна тощо) спрямована на систему відносин в різних ситуаціях.

### Характеристика класу (учителі початкових класів).

#### Вправа «Мікрофон»

Запитання;

- Як вам працювалося з класом?
- Які труднощі виникали в процесі навчання?
- На яких учнів вихотіли б, щоб звернули особливу увагу?



## Класний керівник ознайомлює з соціальним паспортом класу

### Вправа «Портрети учнів»

Вправа допомагає з'ясувати причини дезадаптації, які виникають через відсутність наступності між початковою та середньою ланкою навчання. Вправа дає змогу педагогам визначити різницю між: вимогами до учнів у 4-му класі та на початку навчання в 5-му класі. (Часто вчителі 4-х класів вимоги трішки занижують, а вчителі 5-х навпаки завищують.)



Для того, щоб визначити причини дезадаптації, нам необхідно спочатку познайомитися з дітьми. Які ж вони майбутні п'ятикласники та п'ятикласники на початку навчального року.

Присутні діляться на 2 команди:

- вчителі початкових класів та вихователі;
- вчителі 5-го класу.

Кожна команда складає портрет учня, за допомогою спеціально розробленого переліку вмінь та навичок (згідно вимог програми):

- перша команда складає портрет випускника початкової школи;
- друга команда складає портрет умовного п'ятикласника.

Кожна команда готує презентацію своєї роботи. На дошці плакат «Спільне й відмінне» на ньому фіксують відповіді команд і після виступів підводять підсумки та роблять висновок про розбіжності у вимогах вчителів 5-го та 4-го класів, про відсутність наступності.

### Міні-повідомлення «Причини дезадаптації»

Складність періоду адаптації насамперед зумовлена сукупністю психофізіологічних та особистісних змін, які відбуваються у внутрішньому світі дітей на межі 3—5-го класів. Найяскравіша особливість стану організму періоду статевого дозрівання - *зниження працездатності й підвищення стомлюваності*. Це негативно позначається на навчальному процесі. В цей період працездатність школярів нижча порівняно не тільки з наступними, але навіть із попередніми класами. Лише після 13—14 років усі ці показники поліпшуються.

Ні в якому разі не можна перевантажувати дітей під час уроків, задавати великі домашні завдання, затримувати під час перерв.

Необхідно також зазначити *підвищену* дратівливість підлітків. У цей період активізується робота щитовидної залози, яка впливає на ріст тіла, обмін речовин і збудливо діє на ЦНС. Звідси й підвищена дратівливість. Молодші підлітки потребують правильної організації обсягу їхньої діяльності, пом'якшеного режиму, запобігання перевантаженню. Порушення ними дисципліни пов'язане з високою стомлюваністю й дратівливістю.

Діти, що вступають у підлітковий вік, сенситивні (**Сенситивність** — характерологічна особливість людини, яка проявляється в підвищеній чутливості до подій, що відбуваються з нею, емоційна чутливість, емоційність) до виникнення в них пізнавальних інтересів. Відсутність у більшості з них активних інтересів не вікова особливість, а наслідок певних недоліків у організації й змісті навчання в початковій школі й у 5-му класі.

Педагог має орієнтуватися на:

- фізіологічні особливості дитини, початок пубертатного періоду, розвиток когнітивної сфери учнів уяви, процес запам'ятовування, які протікають гірше на фоні психофізіологічного розгальмування для адекватного відображення зовнішньої реальності й саморегуляції емоційного стану, й поведінки.
- Розуміння і осмислення змісту педагогами, класними керівниками ідеї адаптаційного періоду.
- Індивідуальний підхід до учня, його можливостей, щоб не послабити нервову систему, не знизити самооцінку і мотивацію до засвоєння знань.
- Розвиток і реалізація здібностей учнів.
- Формування цінностей та ідеалів.
- Створення програми адаптаційного періоду
- Проведення батьківських зборів для виявлення очікування батьків в зв'язку з навчанням їхньої дитини в школі, ознайомлення з матеріалами адаптаційного періоду.
- Створення певних рекомендацій, завдань для кожного конкретного класу. Перераховані умови сприяють урахуванню саморегуляції, прийнятті адекватних рішень.

### **Мозковий штурм. «Які чинники впливають на процес адаптації?»**

#### **Завдання адаптаційного періоду:**

Необхідно допомогти дітям познайомитись один з одним, з вчителями, з новою навчальною ситуацією, з умовами шкільного життя. Г. А. Цукерман називає цей період своєю ініціативою в новий віковий сенс, в нову систему відносин з дорослими, однолітками, самим собою. Звідси і завдання - "вирощування" власних правил взаємодії на основі реального досвіду співпраці. Для цього необхідно:

- ✓ створити атмосферу довіри, добрих відносин, комфортності, взаємопідтримки
- ✓ діагностувати причини дезадаптаційного періоду
- ✓ виявити ресурси розвитку самої дитини, а також можливості сім'ї і школи
- ✓ звернути увагу до "різноголосиці" вимог
- ✓ введення самоконтролю і самоорганізації

- ✓ підбір корекційно розвиваючої програми, враховуючи як причини дезадаптації, так і виявлення ресурсів з ціллю дорозвитку необхідних структур дитини в штучно створених умовах і перенесення сформованих навичок в соціальну ситуацію розвитку дитини.

#### **Вправа «Адаптаційний портфель»**

Ми говорили про адаптацію учнів 5-х класів до навчання в середній ланці. А тепер давайте всі разом складемо портфель п'ятикласника, поклавши до нього все необхідне для успішної адаптації дитини в середній школі.

На ватмані намалювати відкритий портфель, прикріпити папір із надписами необхідних складових для успішної адаптації:

- фізичне здоров'я;
- комунікативні здібності;
- високий рівень шкільної мотивації тощо.

#### **Рефлексія**

Кожен по черзі відповідає на запитання:

— Що нового взяли для своєї роботи?

— Що нового дізналися про дітей?



## Тренінг «Як діяти в конфліктній ситуації»

**Мета:** сприяти усвідомленню учасниками природи виникнення конфліктів і формувати навички гідного поведіння в них; сформувати навички конструктивної взаємодії команди шкільних працівників; підвищувати самооцінку членів педагогічного колективу.

### Завдання:

- познайомити учасників із джерелами виникнення конфліктів;
- відпрацювати навички «Я» висловлювання;
- стимулювати учасників до аналізу життєвих ситуацій;
- навчити емпатійному слуханню;
- формувати вміння прогнозувати майбутнє;
- навчитися будувати відносини з колегами на основі поваги і довіри.

## Хід заняття

### 1. Емоційне настроювання «Історії з торбинки» (5 хв)

Учасники по черзі дістають з торбинки будь-який предмет і від його імені презентують себе. Наприклад: «Я — ключ (назвати ім'я), можу сказати, що мій господар: веселий, акуратний, пунктуальний і т.д.».

### 2. Визначення мети і задач тренінгу.

Агресивність, гнів, непримиреність... Конфлікти закономірно входять у наше життя. Там, де є думки, що відрізняються одна від одної, де зустрічаються люди, які мають різні уявлення про цілі і способи їхнього досягнення, плани і принципи життєдіяльності, неминує виникати конфліктні ситуації.

Сьогодні на тренінгу ми поговоримо про конфлікти, шляхи їхнього запобігання й вплив керівника на створення сприятливого психологічного клімату в колективі.

### 3. Вправа «Незакінчене речення» (5 хв.)

Пропоную всім по черзі продовжити речення «Конфлікт для мене — це...». Отже, кожен по-своєму сприймає конфлікт, із різними емоціями, і для більшості це малоприємне явище. Як свідчить практика, тривалі, нерозв'язані конфлікти призводять до відчуження в колективі, до погіршення психологічного клімату в будь-якій групі (педколективі, класі, сім'ї). Тому конфлікти потрібно розв'язувати.

Та спочатку треба з'ясувати причину конфлікту — це вже половина справи у його розв'язанні.

#### **4. Інформаційне повідомлення «Конфлікт. Стратегії поводження в конфлікті. Типи конфліктних людей» (10 хв)**

Можна сказати, що конфлікт — це спосіб захисту власної гідності? Або ж, конфлікт — це можливість перевірити людські взаємини? А от як визначив основу конфлікту президент американської асоціації конфліктологів Вільям Лінкольн: «Конфлікт — це побоювання (розуміння) хоча б однієї сторони, що її інтереси порушує, ущемляє, ігнорує інша сторона або сторони». Конфлікти можна попередити? (В одних випадках можна попередити, а в інших — можна лише пом'якшити.)

Конфлікти, що найбільш важко піддаються розв'язанню, пов'язані з розподілом спільного об'єкта домагань. Оспорювання матеріальних благ, панівного становища, визнання тощо іноді веде до «трикутника суперництва» (подібно любовному трикутнику). Суперництво має залишатися чесним, без обмеження гідності чи прав, інтересів конфліктуючих. Це все поведінкові причини конфлікту. Джерелом конфлікту найчастіше стає не підтвердження рольових сподівань, пропонує один одному партнерами спілкування. Тут під час з'ясування стосунків можна почути фразу: «Не очікував від тебе такого». «Жало» конфлікту може полягати й у відносній психологічній несумісності людей, змушених через низку обставин щодня контактувати одне з одним. Так, виражений екстраверт часом відкрито висміює інтроверта, вважаючи його хитрим, задавакою або злою людиною.

##### ***Типи конфліктних людей***

*Агресивні* — чіпляються до інших і дратуються самі, якщо їх не слухають.

*Скаржники* — завжди на щось скаржаться, але самі, звичайно, нічого не роблять для розв'язання проблеми.

*Зухвалі* - - вважають себе розумнішими за інших і завжди демонструють свою перевагу.

*Нерішучі* — тягнуть з ухваленням рішення через страх помилитися.

*Вічні невдахи* - завжди бачать тільки невдачі і вважають, що з того, що задумано, нічого не вийде.

*Потайливі* — приховують образи і зненацька можуть накинутися на суперника.

*Безневинні брехуни* — вводять інших у спокусу шляхом обману.

Кращим варіантом буде звести до мінімуму спілкування з такими «важкими» людьми. Якщо це не вдається, то у взаєминах з ними треба використовувати такі підходи:

- віднести їх до певного типу людей;
- не потрапляти під вплив цих людей, їх точок зору, зберігати спокій і нейтралітет;
- спробувати виявити причини їх труднощів і знайти спосіб задоволення їхніх прихованих інтересів.

### ***Існують п'ять стратегій поводження в конфлікті***

- Конфронтація, або суперництво, виникає тоді, коли людина поставити власні цілі вище інтересів інших людей і взаємин з ними.
- Компроміс, або домовленість, пов'язується з поводженням людини, що дозволяє частково задовольнити як свої домагання, так і бажання партнера (50 х 50).
- Поступка, або пристосування, — це стиль поводження в конфлікті, під час якого учасник конфлікту відмовляється від своїх інтересів заради інтересів іншої людини.
- Уникання, або відхід, характерний для тих випадків, коли конфліктів відмовляються і від власних інтересів, і від підтримки позитивних відносин з партнером.
- Співробітництво виникає, коли людина прагне до встановлення рівноправності власних інтересів і зацікавленості до реалізації інтересів партнера.

### **5. Робота в парах «Якщо конфлікт — це...» (5хв)**

*Мета:* учасникам пропонується об'єднатися в пари. Кожна пара одержує завдання: зобразити у вигляді піктограм свої асоціації, відчуття, образи до слова «конфлікт». Потім учасники прикріплюють свої піктограми на плакат.

Набір завдань:

1. Якщо конфлікт — це меблі, то які?
2. Якщо конфлікт — це дерево, то яке?
3. Якщо конфлікт — це явище природи, то яке?
4. Якщо конфлікт — це техніка, то яка?
5. Якщо конфлікт — це музичний інструмент, то який?
6. Якщо конфлікт — це квітка, то яка?
7. Якщо конфлікт — це посуд, то який?
8. Якщо конфлікт — це страва, то яка?
9. Якщо конфлікт — це літературний твір, то який?
10. Якщо конфлікт — це фрукт, то який?
11. Якщо конфлікт — це овоч, то який?
12. Якщо конфлікт — це тварина, то яка?

Висновок: конфлікт — це зіткнення протилежних цілей, інтересів, позицій, думок, поглядів тощо.

### **6. Інформаційне повідомлення «Емпатійне слухання» (10 хв)**

Давайте поміркуємо, навіщо ми розповідаємо кому-небудь про свої проблеми? *(Відповіді учасників.)*

Для будь-якої людини в таких ситуаціях головне — бажання, щоб її зрозуміли, розділили з нею ті почуття і переживання, що переживає вона сама. Але, говорять, що розділене горе вдвічі менше, а розділена радість удвічі більша. Головне, напевно, саме в цьому — у розумінні почуттів

співрозмовника і співпереживанні з ним. Саме в цьому секрет уважного слухання, яке людині приносить полегшення і, як це не дивно, відкриває їй нові шляхи для розуміння себе.

У цьому випадку важливо зрозуміти не стільки, що говорить людина, скільки її емоційний стан, що саме вона переживає в цю мить. Тому в спілкуванні в таких ситуаціях необхідні навички емпатійного слухання, тобто слухання, під час якого слухач може переживати ті ж самі почуття, що й той, хто говорить. А потім як дзеркало відбивати їх так, щоб партнер із спілкування сам почав краще розуміти і приймати себе зі своїми суперечливими почуттями.

Спробуйте поспостерігати за тими людьми, яких вважають гарними співрозмовниками, яким люди довіряють свої проблеми, з якими прагнуть поділитися радістю. Ці люди нічого не радять, не прагнуть оцінити свого партнера, не моралізують. Вони поведуться як емоційний резонатор або як дзеркало.

*Що ж варто робити, щоб домогтися цього?*

1. Необхідно налаштуватися на слухання: на певний час забути про свої проблеми, звільнити душу від переживань і спробувати відмежуватися від настанов і упереджень стосовно співрозмовника. Тільки тоді ви зможете відчувати те, що відчуває ваш партнер, «побачити» його емоцію.
2. Своєю реакцією на слова співрозмовника ви повинні точно віддзеркалити переживання, почуття, емоцію, що стоять за його висловлюваннями. Але це треба зробити так, щоб продемонструвати, що ви не тільки правильно зрозуміли його почуття, але й прийняли їх.
3. Необхідно витримувати паузу. Після вашої відповіді співрозмовнику необхідно помовчати. Пам'ятайте, цей час належить йому, не навішуйте на нього свої поради, думки. Пауза необхідна людині для того, щоб зрозуміти своє переживання.
4. Варто пам'ятати, що емпатійне слухання — це не інтерпретація захованих від співрозмовника таємних мотивів його поведінки. Треба тільки віддзеркалити його почуття, а не пояснювати причину появи в нього цього почуття. Зауваження такого плану: «Так це в тебе через те, що ти заздриш своїй подрузі» або «Насправді тобі хотілося б, щоб на тебе постійно звертали увагу» можуть привести до відчуження співрозмовника.

## **7. Вправа «Ситуації» (20 хв)**

*Мета:* розвиток навичок конструктивного вирішення конфліктних ситуацій, закріплення знань.

Тренер пропонує учасникам об'єднатися в 3 групи. Кожна група одержує картку з конфліктною ситуацією.

*Завдання:* прочитати ситуацію й назвати можливі шляхи виходу з неї.

### **Ситуація 1**

Учителі трудового навчання вирішили, що премія розподілена несправедливо й прийшли до вас зі скаргою. Ваше рішення.

### **Ситуація 2**

У колективі конфліктують 2 угруповання педагогів. Вони звертаються до керівника й просять, щоб він став на їхню сторону. Як діяти керівникові?

### **Ситуація 3**

Під час тарифікації педагогічних кадрів учителі математики незадоволені розподілом навчального навантаження, тому що один має навантаження 26 годин, а інший — 18, при цьому в них однаковий педагогічний стаж, однакова категорія. Ваші дії.

**Висновок.** Керівник повинен пам'ятати, що потрібно:

- відокремити ситуацію від особистості;
- визначити справжню причину конфлікту;
- не піддаватися емоціям і не квапитися форсувати конфлікт;

## **8. Метод «Мозкова атака»**

- Як можна вивести, зняти, розрядити агресію після конфлікту? Пропонуйте всі можливі варіанти (по колу). Дякую!

## **9. Вправа «Майбутнє нашої школи» (20 хв)**

Учасники поєднуються в три групи й одержують аркуші паперу формату А3, журнали, ножиці, клей, фломастери, кольоровий папір. Завдання груп полягає в тому, щоб створити плакат-колаж за темою «Майбутнє нашої школи», де знайдуть відображення продуктивні кроки назустріч ефективному спілкуванню співробітників, функціонування команди вчителів із загальною метою: працювати на процвітання школи, постійно підвищувати свій професійний рівень, збагачувати досвід кожної особистості, яка є унікальною в своєму роді.

Після завершення роботи групи коментують свої плакати і вивішують їх на стіні, щоб усім було добре видно.

### ***Питання для обговорення***

- Чи важко було уявити майбутнє свого улюбленого місця роботи?
- Чи пишаєтеся ви тим, що працюєте саме в школі?
- Як працювала група? Яка атмосфера була присутня під час роботи?
- Що ви зараз відчуваєте?

## **10. Вправа «Валіза в дорогу» (10 хв)**

Кожен учасник сідає на стілець у середині кола, а інші учасники по черзі говорять йому різні побажання, поради, рекомендації для того, щоб він був щасливим (допомагають збирати йому валізу в дорогу). Усі висловлюються відверто, тому що вже знають, у чому мудрість спілкування.

### ***Рефлексія***

- Що відчували учасники, коли сиділи в середині кола?
- Чи важко було «збирати валізу в дорогу» іншому?
- Що нового ви дізналися про себе?

## Тренінг для класних керівників «УСВІДОМЛЕНЕ І ВІДПОВІДАЛЬНЕ БАТЬКІВСТВО»

**Мета:** сприяти усвідомленню учасниками важливості відповідального ставлення до батьківства; ознайомити учителів із і учасниками методами роботи на батьківських зборах.

**Завдання:**

- розглянути роль батьківства в житті людини;
- обґрунтувати важливість відповідального ставлення до народження дитини;
- проаналізувати стилі батьківської поведінки стосовно дітей та їх вплив на процес формування особистості дитини;
- визначити основні засади усвідомленого батьківства.

### ХІД ЗАНЯТТЯ

#### 1. Емоційне настроювання. Вправа «Лагідне ім'я» (10 хв)

Пригадайте, як до вас звертаються вдома, як до вас зверталися в дитинстві? Ми будемо кидати м'яч. Той, хто його отримає, назве свої лагідні імена; головне — запам'ятати, хто кому кидав м'яч. Коли всі назвуть свої імена, м'ячик піде зворотним шляхом. Треба намагатися не переплутати й кинути м'яч тому, хто першого разу кинув вам, а також назвати його лагідне ім'я.

*Питання для обговорення*

- Що виявилось складним?
- Що нового ви дізналися один про одного?



#### 2. Визначення очікувань учасників тренінгу. Вправа «Лелека» (10 хв)

Перед початком заняття тренер прикріплює на стіні великий малюнок із зображенням лелеки, який несе у дзьобі немовля. Кожний учасник отримує паперову пір'їнку, на якій протягом 5 хвилин йому пропонується написати власні очікування від тренінгу.

Після того як усі учасники записали свої очікування, вони по черзі підходять до лелеки, зачитують свої сподівання й скотчем приклеюють пір'їнки на його крила (наприкінці заняття малюнок лелеки можна використати для визначення досягнень щодо очікувань учасників).

Далі в групі проводиться анкетування вчителів (батьків) і метою визначення відповідальності за виховання дітей, пріоритетів у вихованні, типу труднощів, що виникають у батьків і дітьми.

#### 3. Анкета для батьків (учителів) (10 хв)

Шановні батьки! Анкета допоможе визначити вашу батьківську позицію й тип взаємодії з вашою дитиною.

1. Як ви вважаєте, хто найбільше відповідальний за виховання дитини?
  - Сім'я;
  - шкільний заклад;
  - спільні зусилля шкільного закладу і сім'ї;
  - додаткові установи (гуртки, секції).
2. З якими труднощами ви стикаєтеся під час виховання дитини (відзначте дві найважливіші для вас)?
  - Взаєморозуміння з дитиною;
  - нестача знань;
  - спосіб розв'язання конфлікту;
  - небажання дитини ходити до школи;
  - брак часу на спілкування з дитиною;
  - індивідуальні особливості дитини (агресивність, замкнутість, тривожність, емоційні особливості — потрібне підкресліть):
  - конфліктні відносини дитини з однолітками;
  - розбіжності у вимогах членів сім'ї;
  - інше \_\_\_\_\_
3. На ваш погляд, найефективніші засоби впливу на поведінку дитини в конфліктній ситуації — це:
  - загроза, попередження («Якщо ти не припиниш, то...»);
  - фізичне покарання;
  - домовленості;
  - компроміс;
  - пояснення;
  - ігнорування;
  - інше \_\_\_\_\_

---

---
4. Чи часто ви вживаєте такі за значенням вислови (відзначте кружечком, які вживаєте)?
  - Який ти в мене молодець!
  - Ти можеш, тобі все вдається!
  - У всіх діти як діти, а в мене...
  - Скільки разів можна тобі повторювати!
  - Як ти вважаєш?
  - Я тобі обов'язково допоможу, не хвилюйся!
  - Мене не цікавить, чого ти хочеш!
5. Що з переліченого ви вважаєте найважливішим для своєї дитини?
  - Високий рівень інтелектуального розвитку;
  - фізичне здоров'я;
  - доброту, чуйність;
  - цілеспрямованість;



- інше \_\_\_\_\_
6. Як ви одержуєте інформацію про виховання дитини (відзначте три найважливіші джерела)?
- Із телепередач;
  - на батьківських зборах;
  - із журналів, газет;
  - від вихователів, психолога;
  - із власних знань і досвіду;
  - інше \_\_\_\_\_

Прізвище, ім'я, по батькові анкетованого. \_\_\_\_\_

Дякуємо!

#### 4. Вправа «Асоціативний ланцюжок» (25 хв)

Необхідне забезпечення: аркуш ватману, поділений на три колонки з назвами «Дитина», «Батьки», «Сім'я»; конверт з картками трьох видів: «Дитина», «Батьки», «Сім'я» (загальна кількість карток відповідає кількості учасників), плакати з визначенням понять.



##### 1-й етап (10 хв)

Учасникам пропонується знайти по одному слову-асоціації, пов'язаному з поняттям «дитина», «батьки», «сім'я», і записати в своєму робочому зоншиті. Далі вони по черзі озвучують свої асоціації до цих понять, а тренер записує їх у відповідну колонку на ватмані (можна використовувати інтерактивну дошку), створюючи своєрідні асоціативні ланцюжки.

##### 2-й етап (15 хв)

Психолог пропонує учасникам узяти наосліп з конверта по одній картці та об'єднатися в групи згідно з написами на них.

Кожна група протягом 7 хвилин працює над визначенням поняття, зазначеного на картці, спираючись на відповідні асоціативні ланцюжки. Потім групи презентують свої визначення у великому колі.

##### Питання, для обговорення

- Для чого необхідно було визначити зміст понять «дитина», «батьки», «сім'я»?
- Чи допомогли у визначенні понять асоціативні ланцюжки? Наприкінці вправи тренер за допомогою електронних слайдів (чи заздалегідь заготовлених плакатів) наводить приклади визначення цих понять зі словників, енциклопедій та інших видань.

Дитина	Особа віком до 18 років (повноліття), якщо згідно із законом, застосовуваним до неї, вона не набуває прав повнолітньої раніше
Батьки	Особи (рідні чи прийомні стосовно дитини), які забезпечують її розвиток, навчання та виховання

Сім'я	Динамічна мала група людей, котрі проживають разом і зв'язані родинними стосунками (шлюб, кровна спорідненість, усиновлення, опіка), спільністю формування і задоволення соціально-економічних та інших потреб, взаємною моральною відповідальністю
-------	---

### 5. Вправа «Будиночок» (35 хв)

Необхідне забезпечення: аркуш ватману, на якому намальований великий будинок із багатьма вікнами, але без даху; вирізаний з паперу дах будинку з написом «Батьківство»; аркуші паперу формату А4 (за кількістю учасників), на яких намальований будиночок із п'ятьма віконцями, плакат із визначенням поняття «батьківство».



Рис. 1

#### Етап 1

Тренер знову звертає увагу учасників на асоціативні ланцюжки, створені до понять «дитина», «батьки», «сім'я» у попередній вправі. Він пропонує учасникам знайти в цих ланцюжках спільні (або

близькі за значенням) асоціації та вписує їх у вікна великого будинку.

Далі ведучий пропонує підібрати ланцюжок ще до одного базового поняття: «батьківство». Він прикріплює над будинком дах із написом «Батьківство» і пропонує учасникам доповнити ланцюжок новими асоціаціями, які у них виникають стосовно цього поняття. Ці доповнення він також вписує у пусті вікна будинку (див. рис. 1).

#### Етап 2

Учасники отримують аркуші паперу, де намальований будиночок із п'ятьма віконцями. Кожному з учасників пропонується вибрати зі всіх вікон великого будинку написи з п'ятьма асоціаціями, які, на його думку, найбільш повно відповідають поняттю «батьківство», та вписати їх у віконця свого будиночка.

#### Етап 3

Учителям пропонується поставити номери від 1 до 5 біля віконця, тобто проранжувати за ступенем адекватності змісту запропоновані визначення терміна «батьківство», а потім пояснити думку у великому колі.

#### Етап 4

#### Обговорення вправи

- Які асоціації були названі всіма або більшістю учасників?
- Які пріоритетні асоціації найчастіше називались?
- Чи є в групі абсолютно однакові будиночки?
- Чи є будинки, в яких написи у віконцях збіглися з іншими?

- Що станеться з будиночком, якщо одне з віконець «погасне»?
- Які труднощі виникали на різних етапах виконання вправи?
- Які варіанти можна запропонувати для їх подолання?

Наприкінці тренер-психолог презентує визначення поняття «батьківство» за допомогою мультимедійного проектора (плакату):

Батьківство	Процес забезпечення батьками (рідними чи прийом-Батьківство ними) необхідних умов для повноцінного розвитку, виховання та навчання дітей
-------------	--

#### 6. Вправа «Образ щасливої дитини» (20 хв)



Ведучий об'єднує учасників у чотири групи прийомом «Казкові герої» (імена героям дають учасники) та пропонує їм, використовуючи аркуші ватману, газети, журнали, нитки, тканину, ножиці, кольоровий папір, клей, фломастери, створити колаж «Образ щасливої дитини» і підготувати коментар результату роботи для презентації. Після групових презентацій психолог звертає увагу на те, що однією зі складових щастя дитини в сім'ї є наявність батьків. Він підводить до думки, що батьки щасливі тоді, коли щаслива дитина.



#### 7. Вправа «Які умови забезпечать щасливе батьківство?» (25 хв)

Кожний учасник отримує аркуш паперу формату А4 зі схемою:

Фізичні	Психологічні
Економічні	Соціальні

На ньому необхідно протягом 5 хвилин визначити фізичні, соціальні, психологічні та економічні умови, що сприятимуть щасливому батьківству.

Після завершення індивідуальної роботи тренер об'єднує вчителів у чотири групи прийомом «Герої мультфільмів» (імена героїв обирають учасники) та пропонує шляхом обговорення в групах індивідуальних напрацювань кожного скласти узагальнений список фізичних, соціальних, психологічних та економічних умов, що сприятимуть щасливому батьківству.

Важливо звернути увагу учасників на те, що дитина має бути бажаною, що відповідальність за народження й подальший розвиток здорової дитини несуть в однаковій мірі і тато, і мама.

#### 8. Керована дискусія (15 хв)

Тренер пропонує учасникам підвестися і зібратися у центрі кімнати. Далі він зачитує твердження, стосовно якого учасникам необхідно висловити власну точку зору. Якщо вони погоджуються із запропонованим твердженням, то мають піти у куток кімнати, де прикріплено табличку «погоджуюсь». Якщо учасники не поділяють думки, висунутої на обговорення, то переходять у куток з табличкою «не погоджуюсь». Після розподілу учасників по кімнаті стосовно кожного твердження психолог звертається до деяких із них із проханням аргументувати свою позицію.

№	Твердження
1	Діти належать батькам
2	Жінки краще виконують батьківські функції, ніж чоловіки
3	Застосування фізичного покарання формує характер дитини
4	Батьки, які люблять своїх дітей, не можуть завдати їм болю

Під час дискусії має право на існування думка кожного учасника, що обумовлена певним досвідом і моральними цінностями. Завдання тренера полягає в тому, щоб наприкінці дискусії підвести до висновку про те, що не можна однозначно трактувати жодне з наведених висловлювань.

#### 9. Робота в групах «Стилі батьківської поведінки стосовно дітей» (20 хв)

Учасники об'єднуються у чотири групи. Кожна група отримує картку з характеристикою одного стилю поведінки.

##### Картка 1. Авторитарний стиль батьківської поведінки

Батьки, схильні до авторитарного стилю:

- надто суворі;
- застосовують фізичні покарання;
- надмірно контролюють всі вчинки дитини;
- вимагають від неї постійної покірності;
- обмежують право вибору дитини;
- не бажають іти на компроміс із дитиною;
- нетерпимі до дитячих недоліків і проявів «дитячості».

##### Картка 2. Ліберальний стиль батьківської поведінки

Батьки, схильні до ліберального стилю:

- здійснюють незначний контроль за поведінкою дитини або контроль узагалі відсутній унаслідок байдужого ставлення до виконання батьківських обов'язків;
- практикують вседозволеність;
- виконують усі забаганки дитини;
- невиправдано ідеалізують свою дитину.

##### Картка 3. Опікунський стиль батьківської поведінки

Батьки, схильні до опікунського стилю:

- прагнуть постійно бути поруч із дитиною;
- вирішують за дитину - всі проблеми;
- роблять за дитину те, що може робити вона сама;
- оточують дитину надмірною увагою;
- обмежують самоствердження дитини;
- контролюють кожен крок дитини.

#### Картка 4. Демократичний стиль батьківської поведінки

Батьки, схильні до демократичного стилю:

- поважають особистість дитини;
- приймають дитину такою, якою вона є;
- дають зрозуміти дитині, що її справи є важливими й для них;
- довіряють своїй дитині;
- дозволяють своїй дитині робити власний вибір;
- заохочують самостійність дитини;
- засуджують не саму дитину, а її вчинок;
- прислухаються до думок дитини;
- проводять разом із дитиною вільний час;
- допомагають дитині розвивати її здібності.

Протягом 5 хвилин учителям пропонується ознайомитись із текстом картки, а після того — поміркувати над наступними запитаннями:

- Як почуває себе дитина, до якої батьки ставляться таким чином?
- Як може вплинути таке ставлення батьків до дитини на їх особистісний розвиток?

Після закінчення кожна група зачитує картку з характеристикою стилю поведінки та пропонує на загальний розгляд результати своїх міркувань.

Після цього тренер дає вчителям завдання визначити, який стиль батьківської поведінки є найбільш сприятливим для формування особистості дитини.

Інформація для тренера. Довіра і страх, упевненість і боязкість, спокій і тривога, щирість і теплота у стосунках — усіх цих рис особистість набуває в сім'ї. Батьки використовують методи і засоби виховання, які допомагають привнести у свідомість дитини систему норм і правил, долучають її до моральних цінностей. Щоб дитина досягла цієї мети, вони заохочують або карають її, прагнуть бути зразком для наслідування або несвідомо ним стають. У тривожних матерів, наприклад, часто виростають тривожні діти. Нестриманий батько, який дратується з найменшого приводу, нерідко, сам того не підозрюючи, формує схожий тип поведінки у своєї дитини.

Негативні наслідки авторитарного стилю батьківської поведінки. Надто високі вимоги, які ставлять до дитини, потребують максимальної мобілізації всіх розумових і фізичних здібностей. Від дитини вимагають досягнення успіху в різних сферах. Це стає самоціллю, але при цьому страждає духовна сфера.

Авторитарний стиль виховання може призвести до відхилення у поведінці. Особливо тоді, коли батьки прагнуть бачити свою дитину лідером.

Дитина має отримувати найвищі бали з усіх предметів у школі, займати призові місця на олімпіадах, вигравати спортивні змагання. Така психологічна установка сприяє появі страху невдачі, поразки.

Постійне напруження спричиняє прагнення звільнитися від неприємних станів за допомогою наркотичних речовин і алкоголю. Дитина втрачає стимули до корисної діяльності, в неї виникає недовіра до людей, вона прагне уникати контактів з ними. Дитина прагне змінити спілкування з батьками, вчителями на спілкування з однолітками. Людина рабськи підкоряється владним людям, а щодо слабших за себе виявляє жорстокість, агресію, ігнорує людську гідність.

Опікунський стиль виховання (гіперопіка) загрожує тим, що, зазнавши труднощів повсякденного життя, не маючи необхідних навичок їх подолати, людина часто зазнає поразки. А це в свою чергу спричиняє почуття невпевненості, підвищує рівень тривожності, розвиває почуття безпорадності, комплекс неповноцінності. Можуть з'явитися відхилення у поведінці — прагнення штучно змінити психічний стан. Людина може почати вживати наркотичні речовини та алкоголь, щоб утекти від реальності, позбутися комплексу неповноцінності.

Поблажливий стиль виховання (ліберальний) може призвести до входження дитини до асоціальних груп, оскільки у неї не сформувалися психологічні механізми, необхідні для самостійної, відповідальної поведінки у суспільстві. Підліткам притаманне раннє вживання алкоголю чи інших психотропних речовин, які згубно діють на психічний стан.

Згодом такі діти конфліктують з тими, хто їм не підкоряється. Вони не здатні враховувати інтереси інших людей, встановлювати стійкі емоційні зв'язки, не готові до обмежень і відповідальності. З іншого боку, сприймаючи брак правильного виховання з боку батьків як виявлення байдужості й емоційного неприйняття, дитина відчуває страх і невпевненість, внутрішню порожнечу, яка викликає порушення в емоційній сфері дитини.

Демократичний стиль виховання (авторитетний, орієнтований на співпрацю) заохочує особистісну відповідальність дитини відповідно до її вікових можливостей. Дитина присутня під час обговорення сімейних проблем, бере участь у прийнятті рішень, вислуховує та обговорює думки та поради батьків.

Оптимальним для сімейного виховання вважається демократичний стиль, якому притаманний високий рівень вербального спілкування між дітьми і батьками; готовність батьків прийти на допомогу дітям; віра батьків в успішну самостійну діяльність дитини; адекватний батьківський контроль. Але в нестандартних, екстремальних ситуаціях доцільним буде вдатися до авторитарного стилю (взяти керівництво у свої руки за браком у дитини життєвого досвіду і самосвідомості дорослої людини).

Ліберальний же стиль стане у пригоді в ситуації перевірки набутого дитиною досвіду, розвитку пізнавальної сфери, здібностей дитини тощо.

У складних для сучасної сім'ї умовах найбільше потерпають діти. Тому слід шукати підходи до виховання дитини як індивідуальності, створюючи таке середовище, в якому вона активно розвиватиметься.

Після закінчення обговорення тренер звертає увагу учасників на те, що характерною ознакою демократичного стилю є виявлення любові до дитини.

*Питання для обговорення*

Як батьки можуть виявити любов до дитини?

10. Вправа «Випробування машинки» (5 хв)

Тренер. Машинкою керує її господар. Його завдання — говорити їй, що робити, дбайливо ставитися до неї. У свою чергу «машинка» має уважно слухати свого господаря та чітко виконувати всі його вказівки.

Обираються пари, проводиться розподіл ролей — «машинка» і «господар» (пізніше буде обмін ними). Кожне зіткнення з предметами — помилка. Виграє той, чия машинка без аварій пройде весь шлях перешкод.

У приміщенні хаотично ставлять стільці. Кожна пара по черзі стає одна навпроти одної. «Машині» зав'язують очі.

*Питання для обговорення*

- Як ви вважаєте, хто виявився найкращим господарем для машинки? Чому? (У ході обговорення учасники називають того, хто, на думку багатьох, краще за усіх провів свою машинку по дорозі.)

- Яка риса допомогла виконати це завдання? (Вміння слухати, орієнтуватися у просторі, взаєморозуміння.)

Ви правильно назвали важливу рису — взаєморозуміння, і тому отримуйте оплески.

11. Інформаційне повідомлення «П'ять шляхів до серця дитини» (10 хв)

Під час інформаційного повідомлення тренер поступово кріпить на малюнку із зображенням дитини смужки — «шляхи до серця дитини» і робить на них відповідні написи: час, дотик, допомога, подарунок, слова заохочення.

П'ять шляхів до серця дитини

(фрагмент із книжки Гері Чепмена та Росса Кемпбелла)

Іноді діти розмовляють мовою, яку нам, дорослим, важко зрозуміти. Це може бути їм лише зрозумілий сленг. Але і нас — дорослих — також не завжди розуміють діти, тому що, розмовляючи з ними, ми не завжди можемо висловити свої думки. Але ще гірше, коли ми не завжди можемо висловити дитині свої почуття і любов зрозумілою мовою.

*Чи вмiєте ви говорити мовою любовi?*

Кожній дитині властиво розуміти любов батьків по-своєму. І якщо батьки знають цю «мову», дитина краще розуміє їх.

Любов потрібна кожній дитині, інакше їй ніколи не стати повноцінною дорослою людиною.

Любов — це найдосконаліший фундамент спокійного дитинства. Якщо це розуміють дорослі, дитина виростає доброю і щедрою людиною.

Основне батьківське завдання — виростити зрілу та відповідальну людину. Але які б якості ви не розвивали в дитині, головне — будувати виховання на любові.

#### *Упевненість у любові оточення*

Коли дитина впевнена у любові оточення, вона стає більш слухняною, допитливою. З цієї впевненості малюк бере сили, щоб протистояти труднощам, з якими він стикається. Ця впевненість для нього — як бензобак для автомобіля! Дитина зуміє реалізувати свої здібності лише за умови, якщо дорослі регулярно наповнюють цією впевненістю її серце.

Як цього досягти? Звичайно, любов'ю. Виявляти саме той спосіб прояву любові, який є найбільш зрозумілим для дитини, знайти для неї індивідуальний, особливий шлях вираження почуттів.

Батьківська любов має бути безумовною, бо справжня любов умов не виставляє. Безумовна любов — це найвища форма любові. Адже ми любимо дитину просто за те, що вона є, незалежно від того, як вона себе поводить.

Ми всі це розуміємо, але іноді не усвідомлюємо того, що нашу (батьківську) любов дітям доводиться завойовувати.

Батьки люблять свою дитину, але з поправкою на те, що вона мусить добре навчатися і гарно себе поводити. І лише в цьому випадку вона отримує подарунки, привілеї та схвалення.

Звичайно, ми повинні навчати і виховувати свою дитину. Але спочатку необхідно наповнити її серце впевненістю у нашій безумовній любові! І робити це треба регулярно, щоб ця впевненість не випарувалась. Тоді в дитини не виникне страху, провини, вона буде відчувати, що потрібна.

Якщо дитина відчуває нашу безумовну любов, ми глибше розуміємо її душу, її вчинки, хороші та погані. Якщо діти відчувають, що їх посправжньому люблять, вони швидше прислухаються до наших настанов.

Безумовну любов ніщо не може похитнути. Ми любимо дитину, навіть якщо вона некрасива і зірок з неба не дістає. Ми любимо її, якщо вона не виправдовує наших сподівань. І найважче: ми любимо її, що вона не скоїла б. Це не означає, що будь-який учинок дитини ми виправдовуємо. Це означає, що ми любимо дитину і показуємо їй це, навіть якщо її поведінка не є найкращою.

Чи не призводить це до всездозволеності? Ні, просто треба все робити послідовно: спочатку ми наповнюємо серце дитини впевненістю в тому, що вона потрібна, що ми її любимо, а лише потім будемо займатися її вихованням і навчанням.

Спілкуючись з дітьми, необхідно частіше нагадувати собі:

- Перед нами діти.
- Вони поводять себе як діти.
- Буває, що їхня поведінка нас нервує.
- Якщо ми виконуємо свої батьківські обов'язки і любимо дітей незважаючи на їхні витівки вони, подорослішавши, виправляються.



- Якщо вони мають догоджати мені або заслужити любов, якщо моя любов умовна, діти її не відчують. Тоді вони втрачають упевненість у собі й не здатні правильно оцінювати власні вчинки, а значить, не можуть контролювати їх, поводитись більш зріло.
- Якщо перш ніж заслужити любов вони повинні стати такими, якими ми хочемо їх бачити, вони стануть невпевненими у собі: «Скільки не намагайся — вимоги надто високі». А в результаті — невпевненість, тривожність, занижена самооцінка та озлобленість.
- Якщо ми любимо їх незважаючи ні на що, вони завжди зможуть контролювати свою поведінку й не відчувати тривоги. Найголовніше — ЛЮБИТИ!

### Перші кроки

Для немовляти молоко і ніжність — синоніми. Воно не розрізняє таких речей, як їжа та любов. Без їжі дитина не виживе і без любові також. Якщо дитина не знає прихильності, вона помирає емоційно, вона не здатна жити повноцінним життям. Майже усі дослідження доводять, що емоційний фундамент закладається у перші півтора роки. Особливо вагому роль тут відіграють взаємини дитини з матір'ю. Пожива, яка забезпечує майбутнє емоційне здоров'я, — це:

- дотик;
- ласкаві слова;
- ніжна опіка.

Та дитина росте. Навчаючись ходити, говорити, вона все більше усвідомлює себе як особистість. Вона відокремлює себе від інших: є вона, є інші. Вона, як і раніше, залежить від матері, але тепер розуміє, що вона і мама — це не одне й те саме.

Дитина стає старшою, і тепер може любити більш активно. Тепер вона не просто отримує любов, вона може на неї відповісти!

Дитина ще не готова до самовіддачі. Вона по-дитячому егоїстична. Але протягом наступних років її здатність виражати любов зростатиме.

І якщо дитина, як і раніше, відчуває любов старших, все частіше вона буде ділитися своєю.

Підлітковий вік. Перехідний вік сам по собі не загрозовий, але дитина, яка вступає в нього без упевненості у любовіоточення, особливо вразлива. Вона не готова зустрітись з такою кількістю проблем.

Діти, які не знали безумовної любові, самотужки привчаються давати любов «по бартеру» — в обмін на щось.

Вони дорослішають, стають підлітками, в ідеалі оволодіваючи до того часу мистецтвом маніпулювання батьками. Доки такій дитині догоджають, вона мила й привітна, любить батьків, але як тільки щось їй не до вподоби, вона перестає любити їх. У відповідь на це батьки, які також не вміють любити безумовно, позбавляють дитину любові взагалі. Погодьтеся, це порочне коло, в результаті якого підліток стає озлобленим і розчарованим.

Щоб дитина відчула вашу любов, ви повинні знайти особливий шлях до її серця і навчитися виявляти свою любов, виходячи з цього.

Діти по-різному відчують любов, але кожна дитина потребує її. Існує п'ять способів (основних), якими батьки виражають свою любов до дитини:

- дотик;
- слова заохочення;
- час;
- подарунок;
- допомога.

Якщо в сім'ї декілька дітей, то навряд чи мова любові до них однакова. У дітей різні характери, і любов вони сприймають по-різному. З кожною дитиною необхідно говорити її рідною мовою любові. Але для того, щоб успішно впровадити цей підхід, нам необхідно ще раз підкреслити необхідність безумовної любові до дитини.

*Дотик* — один із найважливіших проявів любові людини. У перші роки життя дитини необхідно, щоб дорослі брали її на руки, обнімали, гладили по голові, цілували, садили її на коліна тощо. Тактильна ласка однаково важлива як для хлопчиків, так і для дівчаток. Тому, коли ви виражаєте свою любов за допомогою ніжних дотиків, поцілунків, цим можна сказати набагато більше, ніж словами «Я тебе люблю».

*Слова заохочення.* Коли ми хвалимо дитину, ми дякуємо їй за те, що вона зробила, чого досягла сама. Проте не треба хвалити дитину надто часто, тому що слова втрачуть усю силу і сенс. Пам'ятайте, що кожна похвала має бути обґрунтованою та щирою." У спілкуванні з дитиною намагайтеся говорити спокійно і м'яко, і тніть тоді, коли ви незадоволені. Слід менше вимагати від дитини і частіше просити її: «Ти не міг би...», «Може, зробиш...», «Мені було б приємно, коли б ти...». Якщо у вас вирвалося грубе зауваження, слід вибачитися перед дитиною. Пам'ятайте, що постійна критика шкодить дитині, бо вона аж ніяк не є доказом батьківської любові. Кожного дня даруйте дитині приємні слова підтримки, заохочення, схвалення, ласки, які свідчатимуть про любов до неї.

*Час* — це ваш подарунок дитині. Ви ніби говорите: «Ти погрібна мені, мені подобається бути з тобою». Іноді діти роблять погані вчинки саме з метою, щоб батьки звернули на них увагу: бути покараним все ж краще, ніж бути забутим. Проводити час разом — значить віддати дитині свою увагу сповна. Форми спільного проведення часу в кожній сім'ї різні: читання казок, бесіда за сімейною вечерею, гра у футбол, ремонт машини, допомога на дачі тощо. І якби ви не були зайняті, хоча б кілька годин на тиждень подаруйте не лише хатнім справам, телевізору, іншим класним уподобанням, а в першу чергу — своїй дитині.

*Подарунок* — це символ любові тоді, коли дитина відчуває, що батьки дійсно турбуються про неї. Багато батьків використовують подарунки, щоб відкупитися від дитини. Діти, які одержують такі подарунки, починають думати, ніби любов можна замінити різними речами. Тому пам'ятайте, що

справа не в кількості. Не намагайтеся вразити дитину ціною, розмірами і кількістю подарунків. Якщо ви хочете віддячити дитині за послугу, — це плата, якщо намагаєтеся підкупити її, — хабар. Справжній подарунок дається не в обмін на щось, а просто так. Сюрпризами можуть бути тільки різдвяні подарунки та подарунки до дня народження. Інші подарунки краще вибирати з дітьми, особливо якщо це одяг. Подарунки не обов'язково купувати. Їх можна знаходити, робити самим. Подарунком може стати все що завгодно: польові квіти, камінчики, чудернацької форми гілочки, пір'їнка, горішок тощо. Головне — придумати, як його подарувати.

*Допомога.* Материнство та батьківство багато в чому подібні до професій, і дуже нелегких. Можна сказати, що кожний з батьків несе відповідальність за виконання довгострокового (принаймні до досягнення дитиною 18 років) контракту, що передбачає ненормований робочий день. Кожного дня діти звертаються до вас із різноманітними питаннями, проханнями. Завдання батьків — почути їх і відповісти на них. Якщо ми допомагаємо дитині й робимо це з радістю, то душа її наповнюється любов'ю. Якщо батьки буркотять і лають дитину, така допомога їй не радує. Допомогатидітям — не означає повністю обслуговувати їх. Спочатку ми дійсно багато робимо за них. Проте потім, коли вони підростуть, ми мусимо навчити їх усьому, щоб і вони допомагали нам.

На кожному етапі розвитку дитини ми використовуємо різні «мови» нашої любові. Тому для батьків важливо обрати саме ту «мову» (дотик, слова заохочення, час, подарунки, допомога), яка веде до серця дитини.

*Питання для обговорення*

- Чи була наведена інформація для вас важливою?
- Що для вас означає поняття «шлях до серця дитини»?
- Чи доречно обрати тільки один шлях до серця дитини? Чому?

## 12. Вправа «Незакінчене речення» (10 хв)

Кожен учасник отримує картку з початком речення:

«Для мене усвідомлене батьківство — це...»

Учителям пропонується упродовж 5 хвилин написати свій варіант його завершення. Всі члени групи по черзі зачитують свої тексти. Протягом декількох хвилин відбувається обговорення, в ході якого визначаються спільні підходи, пріоритети у розумінні поняття. Наприкінці вправи тренер ознайомлює учасників із визначенням поняття «усвідомлене батьківство»:

«Усвідомлене батьківство — це взаємодія батьків (чи осіб, які їх замінюють) між собою та іншими членами сім'ї, включаючи дітей, результатом якої є створення найбільш сприятливих умов для повноцінного розвитку дитини на всіх етапах її життя». (Плакат із цим визначенням вивішується на видному місці або транслюється на екрані за допомогою мультимедійного проектора.)

Необхідно зробити наголос на тому, що подальший хід тренінгу пов'язуватиметься з аналізом складових визначення поняття «усвідомлене батьківство», і надалі слід постійно звертатися до цього визначення.

### 13. Міні-презентація «Засади усвідомленого батьківства» (5 хв)

Тренер за допомогою мультимедійного проектора пропонує до уваги учасників засади усвідомленого батьківства. Завдання вчителів — проаналізувати запропонований перелік і доповнити його:

Любіть свою дитину.

Приймайте дитину такою, якою вона є.

Вірте своїй дитині.

Довіряйте дитині.

Вірте у те, що дитина може самостійно подолати життєві перепони.

Показуйте дитині, що вона є для вас важливою.

Дайте зрозуміти дитині, що її справи є важливими для вас.

Дозволяйте дитині робити свій вибір, приймати власне рішення.

Допомагайте дитині виконати те, чого вона не вміє.

Засуджуйте не саму дитину, а її вчинок.

Прислухайтесь до думки дитини.

Активно вислуховуйте про переживання і потреби дитини.

Співпрацюйте з дитиною, а не керуйте нею. Накази й різкі заборони можуть спровокувати спалах агресії.

Будьте ввічливі з дитиною.

Будьте терплячі.

Проводьте разом з дитиною вільний час.

Допомагайте дитині розвивати свої здібності.

Забезпечуйте основні життєві потреби дитини.

### 14. Вправа «Меморандум» (15 хв)

Меморандум (від лат., букв. — «те, про що необхідно пам'ятати») — дипломатичний документ, який висвітлює фактичну, документальну або юридичну сторону певного питання. Як правило, додається до ноти або вручається представникові пішої країни.

Тренер об'єднує учасників у дві групи:

- учасники першої розробляють меморандум батьків до дитини;
- учасники другої — дитини до батьків.

Перша група створює меморандум батьків до дитини «Я хочу, щоб моя дитина...», а друга — дитини до батьків «Я хочу, щоб мої батьки...». На виконання цього завдання психолог відводить їм по 10 хвилин.

Після закінчення відведеного часу кожна з підгруп зачитує свій меморандум. Потім учасники визначають схожі позиції у представлених меморандумах.

### 15. Визначення здійснення очікувань учасників (10 хв)

Тренер привертає увагу учасників до аркуша очікувань «Лелека», з якими вони працювали на початку тренінгу. Він звертався з проханням подумати, наскільки справдилися очікування кожного.



Далі психолог зауважує: «Нове життя... Від нього ми чекаємо чогось дивного і світлого, обов'язково щасливого. Наш лелека несе в дзьобі немовля — кожного з нас — по шляху до нових знань і відкриттів. Що ж побажати цій дитині?»

Пропонує на бантиках, що роздаються кожному, написати побажання собі або групі.

Алгоритм подальшої роботи наступний: кожний учасник по черзі підходить до лелеки і коментує, наскільки виправдалися його очікування, а потім зачитує своє побажання й прикрашає бантиком ковдру дитини, яку несе лелека.

#### 16. Казка для натхнення «Легенда про Нарциса» (5 хв)

Мавки на березі струмочка оплакували смерть Нарцисса, якого покарав Зевс за те, що він милувався лише собою і не помічав нікого навкруги. І помітили мавки, що струмок також у зажурі. «Що трапилося з тобою? — спитали мавки у струмочка, — Хто тебе образив, чи, можливо, ти у тузі?» Струмок відповів: «Я сумую за Нарциссом... Як сумно, що він більше не прийде до мене». «О-о-о! Ти такий щасливий! Ми бачили цього чарівного юнака лише мимохідь, коли він прямував до тебе. Ми милувалися його волоссям, граціозною ходою, але лише секунди. Ми любили його, бо він схожий на нас... Але розглядати його світлий образ годинами — це таке щастя, яке не випало на нашу долю. Ти найщасливіший у світі! Нарцисс годинами милувався собою у твоїх водах. Ти міг досхочу насолодитися від споглядання його надзвичайної краси», — шепотіли в захопленні лісові мавки. «Хіба він був красивий?» — спитав здивовано струмок. «Він — надзвичайний красень. Красивішого за нього ніколи не було, немає і не буде... Невже ти цього не помітив?» — розгублено вимовили лісові мавки. «Ні, — відповів струмок. — Я не помітив його краси, бо кожного разу, коли він дивився у мої води, я був зачарований побаченим своїм відображенням в його очах... Кожного разу в його очах я бачив свою красу... себе!»

Тож побажаємо собі й кожному, щоб в очах дітей ми бачили свою красу, а вони в наших очах — любов!»

Тренер роздає учасникам тренінгу пам'ятки для батьків, які учителі на занятті батьківського всеобучу можуть розповсюдити.

#### Пам'ятка для батьків

(Надається кожному учаснику, а той на батьківських зборах передає батькам.)

Любіть свою дитину такою, якою вона є, а не за її досягнення та успіхи.

Не порівнюйте її з іншими дітьми. Порівнюйте її з самою собою (такою, якою вона була вчора і, можливо, буде завтра).

Не сваріть, а тим паче не ображайте дитину в присутності чужих людей. Поважайте почуття і думки дитини. На скарги і боку оточення відповідайте: «Дякую, ми вдома обов'язково поговоримо на цю тему».

Засуджуйте не саму дитину, а її вчинок.

Навчіть дитину розповідати про свої проблеми. Обговорюйте з нею конфліктні ситуації, які виникають з однолітками та дорослими. Щиро цікавтеся її думкою, тільки так ви зможете сформувавши в неї правильну життєву позицію.

Постійно спілкуйтеся з дитиною. Нехай вона розповість вам, як провела день. Слухайте уважно, ставте запитання, щоб дитина відчувала, що це вам справді цікаво.

Залучайте дитину до обговорення сімейних проблем, вислуховуйте та обговорюйте її думку.

Не формуйте взаємини на заборонах. Завжди пояснюйте причини ваших вимог, якщо можливо, запропонуйте альтернативу. Повага до дитини зараз — фундамент шанобливого ставлення до вас тепер і надалі.

**Тренінг для вчителів – предметників  
"Творчий вчитель - обдарований учень".**

**Мета:** максимально сприяти психічному й особистісному розвитку кожного учасника; допомогти розкрити свій життєтворчий потенціал, навчитися бачити проблему й шукати її різностороннє вирішення; розвивати пізнавальні і творчі здібності, навички спілкування у навчально-ігровій діяльності.

**Умови проведення:** класна аудиторія або будь-яке інше просторе приміщення.

**Матеріали:** папір, маркери, клей, ножиці, набір кольорових стікерів, дидактичні матеріали для виконання тренінгових вправ під час роботи в групах.

**Хід тренінгу**

**1. Вступ. Повідомлення теми тренінгу, його мети (5 хв.)**

**2. Вправа на знайомство "Ім'я + настрої" Час: 10 хв.**

**Мета:** розвиток відчуття приналежності до групи; зближення один з одним.

**Умова:** учасникам тренінгу пропонується написати своє ім'я і на кожен літеру імені придумати слова, що характеризують ваші найкращі якості (наприклад, Іра – індивідуальність, розумна, активна).

**3. Інформаційне повідомлення на тему "Обдаровані діти. Хто вони?" (5 хв.)**

Численні дослідження, проведені як у нашій країні, так і за кордоном, свідчать, що завжди народжується однакова кількість обдарованих, талановитих і геніальних людей. Обдаровані діти – унікальні. Їм нелегко в цьому неспокійному світі. Вони надзвичайно вразливі, тому потребують особливої уваги.

Обдарованих дітей, а особливо геніальних чи талановитих, які виділяються з-поміж своїх однолітків з високим потенціалом, інтелектуальною розкутістю, схильністю до нестандартного розв'язання проблем, неординарністю сприйняття світу, – небагато. Вони завжди виділяються і запам'ятовуються, бо вимагають від більшості вчителів напруження усіх зусиль, вміння піднятися до розуміння своєї незвичайності, спонукають розвивати особистість учня, бажання довести його індивідуальні досягнення до максимального рівня. Є різні рівні обдарованості.

#### 4. Вправа "Різні поняття" (5 хв.)

**Мета:** встановити значення понять "здібності", "обдарованість", "талант", "геніальність", продемонструвати відмінності у сприйнятті людьми того самого поняття

**Умова:** учасники об'єднуються у робочі групи за кольором картки, на якій вони робили запис своїх очікувань від тренінгу (жовта, червона, синя, зелена). Колір відповідає одному з понять: "здібність", "обдарованість", "талант", "геніальність". Кожна група записує (згідно поняття на картці) 5 характеристик людини, яку можна назвати здібною, обдарованою, талановитою, геніальною особистістю, презентує записи.

#### **Обговорення:**

- Які риси схожі, а які відмінні в здібної, обдарованої, талановитої, геніальної особистості?

- Чи можна одночасно бути здібним, творчим і обдарованим?

Після цього кожна група отримує конверт, у якому міститься 4 картки з написами "здібності", "обдарованість", "талант", "геніальність". Завдання учнів – розкласти картки з написами у порядку зростання.

Обговорення результатів роботи робочих груп, коментар і інформаційне повідомлення тренера.

- **здібності** – індивідуальні риси особистості, які дають змогу за рівних умов успішніше опанувати певну діяльність, розв'язувати завдання, проблеми; характерні практично для кожної людини;

- **обдарованість** – специфічне поєднання здібностей, інтересів, потреб, яке дає змогу виконувати певну діяльність на якісно високому рівні; характерна для невеликого кола людей;

- **творча обдарованість** дає змогу успішно розв'язувати завдання, виконувати діяльність творчим, оригінальним шляхом, тобто нетрадиційно, не так, як інші; таких людей ще менше;

- **талант** – система рис, які дають змогу особистості досягати значного успіху в оригінальному виконанні творчої діяльності; таких людей дуже і дуже небагато, декілька тисяч на покоління;

- **геніальність** – найвища форма таланту, системна характеристика особистості, яка свідчить про її надоригінальні досягнення, що суттєво переважають «звичайну» і навіть творчу діяльність; винятковий випадок, таких людей народжується не більше 30 на рік.



#### Запитання на кмітливість" (5 хв.)

Відповідати можна командно або індивідуально.

1. Чи може чоловік одружитися із сестрою своєї вдови? (Ні, вдова – та, в якій помер чоловік).



2. У фермера було 10 овець. Усі, крім 9, померли. Скільки залишилося овець? (*Дев'ять*).
3. Ви – пілот літака, що летить із Гавани до Москви із двома посадками в Алжирі. Скільки років пілотові? (*Стільки ж, скільки й вам*).
4. Ви заходите в темну малознайому кімнату. У ній є дві лампи: гасова і бензинова. Що ви запалите в першу чергу? (*Сірник*).
5. Палицю треба розпилити на 12 частин. Скільки ви зробите розпилів? (*11*).
6. Самотній нічний сторож помер удень. Чи дадуть йому пенсію? (*Ні, він помер*).
7. У 12-поверховому будинку є ліфт. На першому поверсі живе двоє, від поверху до поверху кількість мешканців збільшується удвічі. Яку кнопку в ліфті цього будинку натискають найчастіше? (*Кнопку «1»*).
8. Назвіть п'ять днів, не називаючи чисел (наприклад, 1, 2, 3) і днів тижня (понеділок, вівторок, середа). (*Позавчора, учора, сьогодні, завтра, післязавтра*).
9. О 12-й годині ночі падає дощ. Чи можна очікувати, що через 72 години буде сонячна погода? (*Ні, через 72 години буде знову північ*).
10. Коли чорній кішці найкраще пробратися до темного будинку? (*Коли відчинені входні двері будинку*).

#### **6. Образна розминка "Асоціації" (5 хв.)**

Після короткого пояснення групі, що таке асоціації, тренер пропонує слова-стимули в такому порядку, щоб шаблонні (установчі) асоціації чергувалися зі словами-стимулами, здатними викликати різноманітні нестандартні асоціації.

Наприклад:

1. Квітка (частіше за все: троянда).
2. Дитинство.
3. Пора року (зима, весна, літо, осінь).
4. Радість.
5. Сонце (найчастіше: тепло, світло).
6. Любов.
7. Домашня тварина (найчастіше: собака, кішка).
8. Страх.

**Інструкція групі:** я буду називати вам пронумеровані слова, наприклад: "Один – квітка, два – дитинство і т.д.". Ви повинні якомога швидше записувати в стовпчик першу думку, яка вам прийшла. Прочитане слово записувати не треба, ставте тільки його номер.

Після того, як кожен запише свої вільні асоціації, тренер називає слово-стимул і кожен з учасників по черговому повідомляє, яку асоціацію у нього викликало це слово.

**Дискусія за результатами гри** є обов'язковим елементом комплексу психопрофілактичних заходів по попередженню конфліктів.

Запитання, які пропонуються учасникам тренінгу:

1. Чи вважаєте ви, що відмінності асоціацій викликані тим, що не всі мене правильно зрозуміли?
2. Чи думаєте ви, що асоціації залежать від того, як людина налаштована емоційно – "позитивно", "негативно" чи "нейтрально"?
3. Чи вважаєте ви, що асоціації можуть бути "правильними" і "неправильними"?
4. Чи можете ви оцінити людину, "погана" вона чи "хороша" по її асоціаціях?

### 7. Вправа "Картинна галерея"

**Мета:** розвивати навички творчого самовираження, креативне мислення, вміння співпраці та конструктивну взаємодію в малих групах.

**Час:** 10 хв.

**Матеріали:** крупи: рис, манка, гречка; фарби, маркери, нитки, клей, кольоровий папір.

Кожна група отримує однаковий



набір матеріалів для роботи.

**Інструкція:** учасникам групи потрібно створити за допомогою наявних матеріалів картину, на якій буде зображено креативність усієї групи в образах та символах (груповий автопортрет). Дати назву своєму груповому портрету. Після завершення відбувається презентація картин і розміщення їх в імпровізованій картинній галереї.

### Інформаційне повідомлення

**тренера:** поняття "креативність" походить від слова "create" (створювати) – створювати нове. Цим новим може бути новий продукт, нова властивість, нове рішення, новий напрямок, нове бачення.

### Обговорення:

- Які були відчуття під час роботи?
- Чи складно було працювати у групі?
- Які виникали образи та символи?

### 8. Вправа "Коло вражень"

**Мета:** зворотній зв'язок, завершення тренінгу.

**Час:** 10 хв.

**Процедура проведення:** всі учасники сідають у коло, згадують "Дерево сподівання", де кожен написав на листочках сподівання від тренінгу, кожен по черзі висловлює свої враження від тренінгу.

### Обговорення:

- Що нового я відкрив для себе, чого навчився?
- Які почуття викликала в мене співпраця з іншими учасниками заняття?
- Які висновки про обдарованість ви для себе зробили?

## Семінар-практикум з елементами тренінгу для класних керівників ТВОРЧИСТЬ КЛАСНОГО КЕРІВНИКА: ШЛЯХИ ЗВІЛЬНЕННЯ ВІД СТЕРЕОТИПІВ І ШАБЛОНІВ

### *Мета:*

- × актуалізація проблеми розвитку творчості педагога;
- × вироблення навичок самостійної дії, активізація творчих здібностей, розвиток творчого потенціалу класних керівників;
- × колегіальний пошук шляхів розвитку творчості класних керівників завдяки впровадженню нових методик, нестандартних прийомів активізації різноманітних видів діяльності учнів.

### **Форма заходу: тренінг.**

Алгоритм тренінгу

#### **1. Самопрезентація «Ініціали»**

Кожному учаснику пропонують назвати своє прізвище, ім'я, по батькові, а потім — свої позитивні риси, що починаються з літер власних ініціалів. Керівник МО починає з себе. Швець Ольга Анатоліївна — швидка, оригінальна, активна. Усі представляються по колу.

#### **2. Вправа «Правила».**

*Мета:* сприяє створенню доброзичливої, комфортної атмосфери для конструктивної роботи.

Керівник МО нагадує: для того щоб спілкування на засіданні було ефективним, треба повторити правила, вироблені об'єднанням раніше, і, використовуючи плакат «Правила роботи групи», стисло їх повторює. Усі обговорюють необхідність і корисність кожного правила.

#### **Правила:**

- |   |                                     |
|---|-------------------------------------|
| × Бути позитивними.                     | × Забезпечувати конфіденційність.   |
| × Говорити по черзі.                    | × Діяти за принципом «тут і зараз». |
| × Бути активним.                        | × Користуватися «правилом           |
| × Слухати, і чути кожного.              | руки».                              |
| × Толерантно ставитись один для одного. |                                     |

#### **3. Визначення мети і завдань тренінгу.**

#### **Вправа «Подарунок»**

Для вправи треба підготувати одноразові пластикові стаканчики на кожного учасника, ножиці, клей, скотч, різні намистинки, мотузочки, кольоровий папір — усе, що можна використати для творчості. Перед грою всі стаканчики потрібно «попсувати»: порізати, зім'яти. Завдання виконують у декілька етапів.

#### **1 етап**

Зараз я вам роздам чудові подарунки. Що вам не подобається?

Чи не буває так, що життя нам також дарує не зовсім бажані подарунки (наприклад класне керівництво)?

Як ми реагуємо на такі явища?

Кожен з нас може зазнати невдачі. Хочу вам запропонувати кілька вправ, які допоможуть упоратися з невдачею.

### **Петан**

Візьміть до рук ваш стаканчик (дитячий колектив). Вам необхідно, якось його полагодити, зробити щось корисне. (1 хв.)

*Обговорення:*

- Комусь вдалось полагодити стаканчик (дитячий колектив)?
- Чи зручно було працювати?
- Вдалося би такими шаблонами та стереотипами виховати особистість, колектив?
- Якби стаканчик був реальною проблемою (дії класного керівника) вдалось би розв'язати проблему?
- Цей спосіб, як ви вже переконалися, не діє.
- Пропоную вам ще одну вправу.

### **III етап**

Тепер стаканчик можна випускати та робити з ним що завгодно й використовувати будь-які матеріали. Через кілька хвилин учасники тренінгу показують свій витвір.

*Обговорення:*

- Чи вдалося вам зробити щось корисне, цікаве?
- Які засоби чи прийоми ви застосували?
- Коли легше було розв'язувати проблему, а коли цікавіше?
- Зараз ми з вами проявили творчість, а саме це і є темою нашого тренінгу.

### **4. Інформаційний блок.**

Педагогічна творчість учителя — це педагогічна діяльність, спрямована на розвиток потенціальних можливостей кожного вихованця.

Основні умови перетворення діяльності вчителя на творчу:

- × усвідомлення себе як творця в педагогічному процесі;
- × усвідомлення суті, значення й завдань власної педагогічної діяльності, її мети;
- × сприймання вихованця як особистості в педагогічному процесі (як об'єкт і суб'єкт виховання);
- × усвідомлення особистої творчої індивідуальності.
- × Дидактична підсистема характеризує ступінь володіння вчителем змістом навчального матеріалу, формами, методами, засобами ефективної організації навчальної творчої діяльності учнів.
- × Виховна підсистема характеризує творчу педагогічну діяльність учителя із забезпечення психолого-педагогічних умов для виховання кожного учня як



особистості через активну життєву діяльність вихованців, їхній творчий розвиток, самореалізацію своїх потенціальних можливостей у різних видах діяльності.

× Організаційно-управлінська підсистема характеризує творчу педагогічну діяльність учителя з розвитку здатності до самоуправління й комунікації.

× Підсистема самовдосконалення характеризує творчу педагогічну діяльність учителя з підвищення своєї професійної та загальної культури, із самовиховання і саморозвитку професійно-значущих рис, педагогічної колективності, створення своєї творчої лабораторії.

× Громадсько-педагогічна підсистема характеризує професійний, громадський та особистісний рейтинг учителя.

У цих підсистемах різні вчителі можуть перебувати на різних творчих рівнях:

➤ *Репродуктивний* передбачає, що вчитель, працюючи на основі вироблених до нього методів, рекомендацій, досвіду, відбирає ті, які найбільше відповідають конкретним умовам його праці, індивідуально-психологічним особливостям учнів.

➤ *Раціоналізаторський* передбачає, що вчитель на основі аналізу свого досвіду, конкретних умов своєї педагогічної діяльності вносить корективи у свою роботу, удосконалює, модернізує її.

➤ *Конструкторський* передбачає таку діяльність учителя, у якій на основі свого досвіду, знань, психолого-педагогічних особливостей учнівського колективу, використовуючи існуючі методики, учитель конструює свій варіант розв'язання педагогічної проблеми.

➤ *Новаторський* передбачає розв'язання педагогічної проблеми на принципово нових засадах, відрізняється новизною, оригінальністю, високою результативністю.

Отже, творчий учитель — це особистість, яка характеризується високим рівнем педагогічної креативності (креативні риси особистості й додатково сформовані мотиви, особистісні риси, здібності, які сприяють успішній творчій педагогічній діяльності), відповідним рівнем знань предмета, який викладає, набутими психолого-педагогічними знаннями, уміннями та навичками, які, за сприятливих для педагогічної творчості вчителя умов, забезпечують його ефективну педагогічну діяльність із розвитку потенціальних творчих можливостей учнів.

*Творчість* — необхідна умова становлення самого педагога, його самопізнання, розвитку і розкриття як особистості. Творчість є основою педагогічної талановитості вчителя.

Розвиток педагогічної творчості вчителів і підвищення результативності навчально-виховного процесу залежить від психолого-педагогічних умов, правильно визначених шляхів розвитку та реалізації творчої педагогічної діяльності та особистісних рис учителя.

Отже, педагогічна діяльність — це передусім діяльність творча. Без творчості неможливі ні виховний, ні навчальний процеси. Бо подібно до того,



як скульптор ліпить свої скульптури, художник пише картини, а ювелір обробляє коштовне каміння, учитель творить нову особистість, яка житиме в цьому суспільстві, стане його невід'ємною частиною.

5. *Вправи на зняття напруження.*



6. *Вправа «Бінго».*

Учасники

об'єднуються в групи за принципом: дитячий садок, школа, ВНЗ. Кожна група отримує ватман, на якому намальовано заготовку людини (класного керів-

ника).

Голова — сучасний класний керівник — хто він?

Серце — кредо, за яким він працює.

Права рука — особисті риси, притаманні творчому класному керівнику.

Ліва рука — професійні риси творчого класного керівника.

Права нога — перешкоди на шляху творчої діяльності.

Ліва нога — професійні риси, якими ще необхідно оволодіти.

Сучасний класний керівник — це...

Ми з вами з'ясували, що однією з професійних рис, якими ще треба оволодіти є вивчення інноваційних форм роботи (презентація Інноваційних форм виховних годин.

### **Класифікація форм виховної роботи**

*Інтерактивні* — як форма активізації міжсуб'єктної взаємодії.

- Превентивні інтеракції (тренінги, консультації тощо).
- Імітаційні інтеракції (інсценування, ділові ігри, диспут, «мозковий штурм» та ін.)
- Неімітаційні інтеракції (проблемна лекція, конференція, круглий стіл тощо).

**Колективно-творчі справи** — виховання творчої особистості через колектив.

- Суспільно-гуманістичні: усні журнали, святковий сюрприз, жива газета, прес-конференція, круглий стіл, мітинг.



- Пізнавальні: естафета улюблених занять, турнір-вікторина, КВК, виставка творчості, турнір знавців.
- Трудові: трудові десанти, операції, акції, суботники.
- Спортивно-оздоровчі: Дні здоров'я, походи, екскурсії, спортивні ігри, молодецькі ігри, «Веселі старти».
- Художньо-естетичні: поетична свічка, художні калейдоскопи, конкурс інсценізованих пісень, музичний КВК, виступ агітбригад, літературно-музичних композицій, вистави.
- Організаційні: збір, свято, колективне планування, лінійки, вибори.

**Проектна діяльність**— покликана виробляти уміння критично та всебічно розглядати проблему, робити власні висновки, здатність орієнтуватись і адаптуватися в нових соціальних умовах, захищати свої інтереси, поважати інтереси і права інших, самореалізуватися.

- Пошукові — діяльність, спрямована на розв'язання творчої пошукової проблеми з невідомим рішенням.
- Творчо-рольові — спільна газета, твір, відеофільм, постановка, свято, альманах, альбом.
- Інформаційні — передбачає ознайомлення учасників проекту з конкретною інформацією.

7. *Вправа «Стоп-кадр».* (перегляд фрагменту виховної години в 11 класі). *Обговорення:*

- × Виховна година шаблонна чи ні?
- × Які інноваційні форми використав класний керівник?
- × Як можна оцінити роботу учнів?

#### 8. Підсумки

**Вправа «Аркуш, який гуляє по колу».**

Учасники об'єднуються в три групи за принципом: осінні канікули, зимові канікули, весняні канікули. Кожна група отримує аркуш паперу. Керівник МО пропонує групам записати на аркуші відповідь на запитання: «Який досвід ви отримали на сьогоднішньому занятті» і передати його іншій групі по колу. Групи, які отримують аркуш з відповіддю іншої групи, дописують свою відповідь, не повторюючи відповідь попередньої групи тощо.

*(Аркуш має пройти декілька кіл. Ця техніка призначена для збирання у максимальної кількості інформації. Необхідно звернути увагу на те, щоб учасники заняття не дублювали вже записані на аркуші отриманні знання, навички, уміння.)*

Інформацію підсумовують і зачитують. *Висновок:*

Творча діяльність — запорука успіху сучасного класного керівника.

*(Керівник МО зачитує вірш відомого психолога Р. Волдо Емерсона.)*

Якщо ви боїтесь, що вас поб'ють,

Вважайте себе побитим.

Якщо ви гадаєте, що ви не можете,

Ви не зможете ніколи.



Якщо ви вважаєте, що програєте,  
Ви вже програли.  
Тому що в усьому світі ми бачимо,  
Що успіх починається з волі людини —  
Усе залежить від стану розуму.  
Якщо ви вважатимете, що вас залишать позаду,  
Це так і буде.  
Ваші думки мають летіти високо,  
Щоб дати можливість вам піднятись.  
Перш ніж ви зможете отримати перемогу,  
Ви повинні бути впевнені в собі.  
Найсильніший і найшвидший  
Не завжди перемагає у життєвих битвах.  
Рано чи пізно перемога дістається тому,  
Хто вважає, що він може.

*(Демонстрація слайду «Золотавий соняшник».)*

Це символ згуртованості, єдності. Саме тут діє принцип «у єдності сила», кожний сильний підтримкою тих, хто стоїть поруч. Як соняшник повертає свою золотаву голівоньку по ходу годинникової стрілки, так і наше об'єднання класних керівників дружно йде назустріч творчій діяльності, тому що, за словами В. Сухомлинського, «немає людей більш допитливих, невгамовних, більш одержимих думками про творчість, як учителі. Педагогічна діяльність, яка є сплавом науки і мистецтва, за своїми компонентами передбачає творчість».





**Швець Ольга Анатоліївна народилася 01 травня 1980 року у м. Березне Рівненської області.**

**У 2002 році закінчила Рівненський державний гуманітарний університет за спеціальністю «Вчитель початкових класів», «Практичний психолог».**

**З 2002 року працює практичним психологом Городищенської загальноосвітньої школи I – III ступенів.**

**З 2012 року – учасник Рівненської обласної Асоціації практичних психологів**

