



ДИРЕКЦІЯ
З ПИТАНЬ РОЗВИТКУ
ТА СПІВРОБІТНИЦТВА
ШВЕЙЦАРІЇ



МІЖНАРОДНА
АСОЦІАЦІЯ
СОЦІАЛЬНИХ
ПРАЦІВНИКІВ



ХРИСТІАНСЬКИЙ
ДИТЯЧИЙ
ФОНД



УКРАЇНСЬКА АСОЦІАЦІЯ
СОЦІАЛЬНИХ ПЕДАГОГІВ ТА
СПЕЦІАЛІСТІВ
ІЗ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

Проект “Соціальна освіта в Україні”

Тренерська студія ХДФ

Усвідомлене батьківство

як умова повноцінного розвитку дитини

(Методичні матеріали для тренера)

Київ – 2003

Підготовку матеріалів здійснено у рамках партнерського проекту «Соціальна освіта в Україні» (Міжнародна асоціація соціальних працівників, Християнський дитячий фонд, Українська асоціація соціальних педагогів та спеціалістів із соціальної роботи) за підтримки Дирекції з питань розвитку та співробітництва Швейцарії.



ДИРЕКЦІЯ
З ПИТАНЬ РОЗВИТКУ
ТА СПІВРОБІТНИЦТВА
ШВЕЙЦАРІЇ



МІЖНАРОДНА
АСОЦІАЦІЯ
СОЦІАЛЬНИХ
ПРАЦІВНИКІВ



ХРИСТІАНСЬКИЙ
ДИТЯЧИЙ
ФОНД



УКРАЇНСЬКА АСОЦІАЦІЯ
СОЦІАЛЬНИХ ПЕДАГОГІВ ТА
СПЕЦІАЛІСТІВ
ІЗ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

Під загальною редакцією Г.М. Лактіонової

Автори-упорядники: О.В.Безпалько, Т.Л. Лях, В.В. Молочний, Т.П. Цюман

Рецензенти:

О.В.Плахотнік, д.пед.наук, Київський національний університет імені Тараса Шевченка;

Т.Ф.Алексєєнко, к.пед.н., Інститут проблем виховання АПН України.

Рекомендовано Вченою Радою Академії праці і соціальних відносин Федерації профспілок України. Протокол № 7 від 10 квітня 2003 р.

Усвідомлене батьківство як умова повноцінного розвитку дитини : Методичні матеріали для тренера / авт.-упор. : О. В. Безпалько, Т. Л. Лях, В. В. Молочний, Т. П. Цюман; під заг. ред. Г. М. Лактіонової. – К. : Наук. світ, 2003. – 107 с.

ЗМІСТ

Передмова

Усвідомлене батьківство як умова повноцінного розвитку дитини

Хід проведення тренінгу

Додатки

Список використаної літератури

Рекомендована література щодо проблем сім'ї

Передмова

У Конвенції про права дитини, Декларації та Плані дій 27 Спеціальної сесії Генеральної Асамблеї ООН «Світ, сприятливий для життя дітей» (травень 2002 р.) наголошується на тому, що саме сім'я перш за все відповідальна за захист, виховання та розвиток дітей. Виходячи з цього, всі інститути суспільства повинні надавати відповідну допомогу батькам, законним опікунам й іншим особам, які беруть на себе турботу про дітей. Створення світу, в якому всі хлопчики та дівчата зможуть радіти дитинству, в якому їх люблять та поважають, де їм забезпечуються добробут й безпека, потребує інноваційних підходів до соціальної освіти фахівців, котрі працюють із сім'єю.

Модуль запропонованого тренінгу презентує сучасний погляд на батьківство, його завдання. Публікації передували семінари, що відбулися у Дніпропетровську, Хмельницькому, Чернівцях, Києві, на яких модуль був апробований.

Вперше у рамках проекту “Соціальна освіта в Україні” тренінгова програма присвячена “усвідомленому батьківству”. Це новий термін для соціальної роботи в Україні, зміст якого визначений авторами модулю на підставі підходів Конвенції про права дитини. При розробці модулю були використані матеріали міжнародного семінару “Служби ранішнього розвитку дитини в Україні: перспективи розвитку та становлення” 18-21 листопада 2002 р., Київ) за участю фахівців соціальної роботи з Ірландії Шавон Фіцпатрік та Колума Конвея, а також напрацювання членів Тренерської студії Християнського дитячого фонду, зокрема Братусь Іванни, Гулевської-Черниш Ганни, Зимівець Наталії, Монькова Сергія. Узагальнення матеріалів даної тренінгової програми здійснили тренери Християнського дитячого фонду – к. пед. н. Ольга Безпалько, Тетяна Лях, Валерій Молочний, Тетяна Цюман.

Враховуючи те, що дана публікація є поточною у серії “Добробут дітей та молоді: можливості соціальної роботи”, ми не зупинялися на викладенні положень щодо особливостей тренінгів Християнського дитячого фонду як засобу навчання, просвітницької роботи, тому що ця інформація була подана у попередніх виданнях. Вперше, крім матеріалів тренінгу, представлений список рекомендованої літератури з книжкового фонду Ресурсного центру ім. Андрія Муравйова-Апостола, що діє у Києві на базі Академії праці та соціальних відносин.

Автори цієї публікації усвідомлюють, що представлені матеріали, що розраховані на підготовку до безпосередньої роботи з батьками соціальних працівників, всіх, хто причетний до вирішення питань сімейного виховання, потребують подальшої перевірки практикою та вдосконалення. Будемо вдячні читачам за відгуки, зауваження та пропозиції, які вони можуть надіслати за адресами: 01001, м. Київ, а/с 117; *publishers@socis.kiev.ua*

Г.М. Лактіонова, редактор публікації, директор
Християнського дитячого фонду, д. пед. н.

Усвідомлене батьківство

як умова повноцінного розвитку дитини

Мета тренінгу: популяризація засад усвідомленого батьківства як основної умови повноцінного розвитку дитини.

Завдання тренінгу:

1. Визначення базових понять тренінгу: “дитина”, “батьки”, “сім’я”, “батьківство”, “усвідомлене батьківство”.
2. Розкриття особливостей розвитку дитини на різних вікових етапах.
3. Аналіз різних стилів батьківської поведінки стосовно дітей та їх впливу на процес формування особистості дитини.
4. Визначення сутності основних засад усвідомленого батьківства та шляхів їх впровадження.

Загальна інформація:

Категорія учасників тренінгу: працівники соціальних служб, закладів освіти та охорони здоров’я, психологи, представники громадських організацій та органів управління.

Кількість учасників тренінгу: 20-25 осіб.

Час, необхідний для проведення тренінгу: 3 дні (17,25 робочих годин).

Кількість тренерів: 3 особи (2 тренери та 1 фасилітатор).

Тренінгове приміщення: простора кімната; стільці (за кількістю учасників і тренерів), розміщені у центрі кімнати у формі кола; 4 столи, розміщені у кутах кімнати; допоміжний стіл для тренерів.

Структура тренінгу:

День 1

Час	Зміст	Хв.
14.00-14.20	Відкриття семінару: привітання учасників, інформація щодо діяльності ХДФ, проекту “Соціальна освіта в Україні”, презентації тренерів, мети і завдань тренінгу, вирішення організаційних питань	20
14.20-14.55	Вправа на знайомство “Сімейний фотоальбом”	35
14.55-15.10	Вироблення правил роботи групи “Сімейний статут”	15
15.10-15.25	Визначення очікувань учасників тренінгу за методикою “Лелека”	15
15.25-15.30	Вправа на завершення “По секрету... пошепки”	5
15.30-16.00	<i>Перерва на каву</i>	30
16.00-16.10	Вправа на активізацію “Подарунок із дитинства”	10
16.10-16.35	Вправа “Асоціативний ланцюжок”	25
16.35-17.25	Вправа “Будиночок”	50
17.25-17.40	Вправа “Незакінчене речення”	15
17.40-17.50	Підведення підсумків дня за методикою “Дитячий майданчик”	10
17.50-17.55	Домашнє завдання “Сімейна реліквія”	5
17.55-18.00	Вправа на завершення “Щоб нам завтра пощастило!”	5

День 2

Час	Зміст	Хв.
9.00-9.05	Ранкове привітання: ознайомлення учасників тренінгу із завданнями дня, регламентом роботи, ранкова рефлексія	5
9.05-9.10	Вправа “Атоми – молекули”	5
9.10-9.20	Повторення правил роботи групи “Пантоміма”	10
9.20-9.50	Вправа “Сімейна реліквія”	30
9.55-10.25	Вправа “Образ щасливої дитини”	30
10.25-10.55	Групова робота „Класифікація вікових періодів”	30
10.55-11.10	Міні-лекція „Особливості психофізіологічного розвитку дитини на різних вікових етапах”	15
11.10-11.15	Вправа на завершення “Так і ні”	5
11.15-11.45	<i>Перерва на каву</i>	30
11.45-11.55	Вправа на активізацію “Концентричні кола”	10
11.55-12.40	Методика “Мозаїка”	45
12.40-13.25	Робота в групах по визначенню умов, що сприяють повноцінному розвитку дитини	45
13.25-13.30	Вправа на завершення “Веселий масаж”	5
13.30-14.30	<i>Обід</i>	60

Час	Зміст	Хв.
14.30-14.35	Вправа на активізацію „Павучок”	5
14.35-14.50	Вправа „Тема родини в українському фольклорі”	15
14.50-15.10	Керована дискусія	20
15.10-15.25	Міні-лекція „Стилі поведінки батьків”	15
15.25-16.25	Вправа “СТОП-кадр”	60
16.25-16.30	Вправа на завершення “Коло компліментів”	5
16.30-17.00	<i>Перерва на каву</i>	30
17.00-17.05	Вправа на активізацію “Плутанина”	5
17.05-17.30	Вправа “Типи сімей”	25
17.30-17.45	Інформаційне повідомлення “П’ять шляхів до серця дитини”	15
17.45-18.15	Вправа „Сімейна скарбничка”	30
18.15-18.20	Міні-презентація “Засади усвідомленого батьківства”	5
18.20-18.25	Підведення підсумків дня за методикою “Ідея”	5
18.25-18.30	Вправа на завершення “Колисанка”	5

День 3

Час	Зміст	Хв.
9.00-9.05	Ранкове привітання: ознайомлення учасників тренінгу із завданнями дня, регламентом роботи, ранкова рефлексія	5
9.05-9.20	Вправа на активізацію „Картки”	15
9.20-9.30	Повторення правил роботи групи „Пісні”	10
9.30-10.20	Робота в групах „Три питання”	50
10.20-10.30	Вправа на завершення „Чарівна паличка”	10
10.30-11.00	<i>Перерва на каву</i>	30
11.00-11.05	Вправа на активізацію “Хто найпрудкіший?”	5
11.05-11.15	Вправа „Торбина ідей”	10
11.15-12.05	Вправа „Соціальні ініціативи”	50
12.05-12.30	Визначення досягнень очікувань учасників тренінгу за методикою “Лелека”	25
12.30-12.40	Підсумкова (заключна) оціночна анкета	10
12.40-12.45	Історія для натхнення	5
12.45-13.00	Вручення сертифікатів. Закриття семінару	15

Ресурси:

№	НАЗВА	КІЛЬКІСТЬ	ВІДМІТКА ПРО НАЯВНІСТЬ
1.	Модуль тренінгу	3 шт.	
2.	Фліпчарт	1 шт.	
3.	Альбоми для фліпчарту	2-3 блокноти	
4.	Кодоскоп ¹	1 шт.	
5.	Плівки для кодоскопу ²	1 набір	
6.	Бланки для сертифікатів	25 арк.	
7.	Тонований папір формату А-4 (різних кольорів)	50 арк.	
8.	Папір білий формату А-4	1 пачка	
9.	Post-it ³ (4 кольорів)	4 блоки	
10.	Маркер чорний	10 шт.	
11.	Маркер синій	10 шт.	
12.	Маркер червоний	10 шт.	
13.	Маркер зелений	10 шт.	
14.	Скотч	5 шт.	
15.	Ножиці	5 шт.	
16.	Клей-олівець	5 шт.	
17.	Листівка	4 шт.	
18.	Цукерки	15 видів по 2 шт. кожного виду	
19.	Бланки до методики “Сімейний фотоальбом”	27 шт.	
20.	Великий малюнок лелеки, який несе немовля	1 шт.	
21.	Пір’я до методики “Лелека”	27 шт.	
22.	Бантики до методики “Лелека”	27 шт.	
23.	Великий малюнок будинку із багатьма вікнами та дах для нього з написом “Батьківство”	1 шт.	
24.	Малюнок формату А-4 до вправи „Будиночок”	25 шт.	
25.	Картки до вправи “Незакінчене речення”	25 шт.	
26.	Великий малюнок до методики „Дитячий майданчик”	1 шт.	
27.	Великий малюнок до методики “Ідея”	1 шт.	
28.	Матеріали до методики „Картки”	35 шт.	
29.	Примірники інформаційного повідомлення “Особливості психофізіологічного розвитку дитини на різних вікових етапах”	6 шт.	
30.	Картки для об’єднання у мікрогрупи до вправ “Асоціативний ланцюжок”, “Образ повноцінно розвинутої дитини”, “Робота у групах з визначення умов, які сприяють повноцінному розвитку дитини”, “Три питання”	по 25 шт.	
31.	Програма семінару	25 шт.	
32.	Вступні анкети	25 шт.	
33.	Підсумкові анкети	25 шт.	
34.	Бейджі	27 шт.	
35.	Ручки	25 шт.	
36.	Блокноти / зошити	25 шт.	
37.	Папки	25 шт.	

¹ Якщо використання кодоскопу неможливе, доцільно заздалегідь підготувати відповідні плакати й роздатковий матеріал і звертатися до них під час виконання вправ.

² На плівках заздалегідь друкуються необхідні матеріали.

³ Post-it – це невеличкі папірці на клейовій основі. Їхня інша назва – “стікери”.

ХІД ПРОВЕДЕННЯ ТРЕНІНГУ

День перший

Сесія № 1



Відкриття семінару

Час: 20 хв.

Привітання учасників, представлення тренерів, подача інформації щодо проекту “Соціальна освіта в Україні” та діяльності Християнського дитячого фонду (див. Додаток 1). Презентація мети і завдань тренінгу. Ознайомлення учасників тренінгу з регламентом роботи⁴. Вирішення організаційних питань⁵. Заповнення “вхідних” анкет (див. Додаток 2).



Вправа на знайомство „Сімейний фотоальбом”

Мета: познайомити учасників, сприяти згуртованості групи; створення комфортної, доброзичливої атмосфери під час подальшої роботи.

Час: 35 хв.

Ресурси: бланки формату А-4 (див. Додаток 3) за кількістю учасників, по дві однакові цукерки різних найменувань за кількістю пар у групі.

Хід проведення:

Тренер пропонує кожному учаснику наосліп витягти з мішечка із солодощами одну цукерку, а потім знайти того, хто витягнув таку саму цукерку. Таким чином учасники об’єднуються у пари. Після цього кожному учасникові пропонується заповнити спеціальні бланки (див. Додаток 3), дізнавшись у свого партнера про його:

- 1) прізвище та ім’я;
- 2) місце роботи та посаду;
- 3) випадок з дитинства, який найбільше йому запам’ятався.

Після цього слід “сфотографувати” свого партнера (намалювати його портрет).

Тривалість виконання завдання – 6 хвилин. По закінченні кожен учасник, розповідає, що він дізнався про свого партнера. Після того, як усі учасники та тренери у запропонований спосіб представили один одного, всі бланки прикріплюються скотчем у куточку кімнати

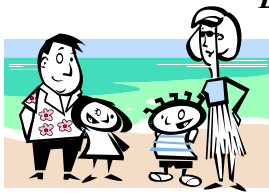
⁴ Регламент роботи (окрім Програми семінару, що знаходиться у папках) обов’язково повинен бути написаний на ватмані й вивішений на найвиднішому місці. Перед початком кожного дня звертається увага учасників на регламент, оскільки можливі його зміни.

⁵ До організаційних питань можна віднести такі: оплата квитків, місце та час обіду, перерва на каву тощо.

для створення символічного „Сімейного фотоальбому”. Далі проводиться обговорення вправи.

Запитання для обговорення:

1. Що нам дало виконання цієї вправи?
2. Які почуття виникали в учасників, коли вони розповідали про партнерів, коли слухали розповідь про себе?
3. Чому ми згадували випадки з дитинства?



Вироблення правил роботи групи „Сімейний статут”

Мета: обґрунтувати необхідність вироблення і дотримання певних правил, на яких базується взаємодія людей у групі, прийняти правила для продуктивної роботи під час тренінгу.

Час: 15 хв.

Ресурси: заздалегідь прикріплений на видному місці ватман із написом „Сімейний статут”.

Хід проведення:

Тренер пропонує учасникам відповісти на такі запитання:

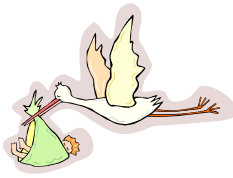
1. Що таке правила?
2. Чи повинні бути правила в сім’ї?

Далі тренер пропонує учасникам для успішного обговорення проблем та питань уявити себе членами великої сім’ї. Для того, щоб уникнути сімейних конфліктів та непорозумінь, доцільно виробити й прийняти своєрідний „сімейний статут”, який закріплюватиме правила поведінки, права та обов’язки „членів сім’ї”.

Методом мозкового штурму учасники пропонують свої варіанти правил. Один із тренерів записує їх на ватмані.

До уваги тренера

1. Необхідно звернути увагу учасників на те, що правила – це певні норми поведінки, дотримання яких можна було б проконтролювати.
2. Орієнтовними правилами можуть бути такі:
 - Говорити по черзі (правило руки);
 - Дотримуватись регламенту;
 - Бути позитивним до себе та інших;
 - Правило двох рук (якщо хоча б одній людині в колі не зручно, наприклад, тому що стає шумно, вона має право підняти обидві руки, привертаючи увагу оточуючих);
 - Бути активним;
 - Працювати у групі від початку і до кінця.
3. Доцільно після прийняття правил ще раз звернути увагу учасників на необхідність їх ретельного дотримання. А, в разі потреби, робити це й надалі.



Визначення очікувань учасників тренінгу за методикою „Лелека”

Мета: визначити сподівання та очікування учасників від роботи на тренінгу.

Час: 15 хв.

Ресурси: вирізані з паперу пір’їнки (за кількістю учасників), клей, заздалегідь намальований на ватмані лелека, який несе у дзьобі немовля (див. Додаток 4).

Хід проведення:

Перед початком тренінгу тренери кріплять 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 всі учасники записали свої очікування, вони по черзі підходять до лелеки, зачитують свої сподівання й скотчем приклеюють пір’їнки на крила лелеці.

До уваги тренера

Наприкінці тренінгу малюнок лелеки з пір’їнками використовуватиметься для визначення досягнень очікувань учасників.



Вправа на завершення „По секрету... пошепки”

Мета: продовжити знайомство, підняти емоційний настрій у групі.

Час: 5 хв.

Хід проведення:

Тренер просить учасників підвестися й хаотично рухатись по кімнаті. Далі він пропонує їм упродовж 1 хвилини підходити один до одного і тихо промовити на вушко своє ім’я. По закінченні часу тренер просить кожного учасника протягом ще 1 хвилини підходити один до одного і шептати на вушко ім’я тієї людини, до якої він підійшов. І на завершення, протягом ще 2 хвилин тренер пропонує учасникам підходити один до одного і шептати на вушко своє ім’я та ім’я людини, до якої вони підійшли.

До уваги тренера

Якщо всі вже дуже добре знають один одного і „обігравати” ім’я стає вже не цікаво, можна використовувати інші варіанти гри. Наприклад, можна запропонувати: „Прошепотіть іншому на вушко найпрекрасніше з того, що Ви пережили вчора!”, „Прошепотіть іншому на вушко, що Ви робили у ці вихідні!” тощо.

Сесія № 2



Вправа на активізацію „Подарунок із дитинства”

Мета: пригадати учасникам приємні події з дитинства, підготувати їх до виконання наступної вправи.

Час: 10 хв.

Хід проведення:

Тренер просить учасників пригадати, який найбільш пам'ятний подарунок вони отримали у дитинстві. Потім всі учасники по черзі у вигляді пантоміми показують свій подарунок, а решта намагається відгадати, що це було.



Вправа „Асоціативний ланцюжок”

Мета: знайти асоціативні образи щодо базових понять тренінгу “дитина”, “батьки”, “сім'я” та визначити зміст цих понять.

Час: 25 хв.

Ресурси: аркуш ватману, поділений на 3 колонки, з назвами “дитина”, “батьки”, “сім'я”; конверт з картками 3 видів: “дитина”, “батьки”, “сім'я” (загальна кількість карток відповідає кількості учасників) (див. Додаток 5); плівка з визначенням понять (див. Додаток 6).

Хід проведення:

I етап (10 хв.)

Учасникам пропонується знайти по одному слову-асоціації, пов'язаному з поняттями “дитина”, “батьки”, “сім'я”, і записати його у своєму робочому зошиті. Далі вони по черзі озвучують свої асоціації до цих понять, а тренер записує їх у відповідну колонку ватману, утворюючи своєрідні асоціативні ланцюжки.

II етап (15 хв.)

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

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

Далі проходить обговорення.

Запитання для обговорення:

1. Для чого необхідно було визначити зміст понять “дитина”, “батьки”, “сім'я”?
2. Чи допомогли у визначенні понять асоціативні ланцюжки?

Наприкінці вправи тренер за допомогою кодоскопа наводить приклади визначень понять “дитина”, “батьки”, “сім’я” зі словників, енциклопедій та інших видань (див. Додаток 6).

Вправа “Будиночок”



Мета: на підставі асоціативних образів, які виникають в учасників щодо понять “дитина”, “батьки”, “сім’я”, усвідомити особисте емоційно-асоціативне ставлення кожного учасника до поняття “батьківство”.

Час: 50 хв.

Ресурси: аркуш ватману, на якому намальований великий будинок із багатьма вікнами, але без даху; вирізаний з паперу дах для будинку з написом “Батьківство”; аркуші паперу А-4 (за кількістю учасників), на яких намальований будиночок із п’ятьма віконцями (див. Додаток 7); плівка з визначенням поняття “батьківство” (див. Додаток 8).

Хід проведення:

I етап (10 хв.)

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 тренер наголошує на тому, що ці спільні асоціації створюють початок асоціативного ланцюжка 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.

II етап (10 хв.)

Учасники отримують аркуші паперу, де намальований будиночок із п’ятьма віконцями. Кожному з них пропонується обрати зі всіх вікон великого будинку 5 асоціацій, які, на його думку, найбільш повно відповідають поняттю “батьківство”, та вписати їх у віконця свого будиночку.

III етап (10 хв.)

Учасникам пропонується поставити номери від 1 до 5 біля віконця, тобто проранжувати за ступенем адекватності змісту запропоновані визначення терміну “батьківство”, а потім презентувати свою думку у великому колі.

IV етап (15 хв.)

Проводиться обговорення вправи.

Запитання для обговорення:

1. Які асоціації були названі всіма або більшістю учасників?
2. Які пріоритетні асоціації найчастіше називались учасниками?
3. Чи є в групі абсолютно однакові будиночки? Чи є будиночки, написи у віконцях яких не співпали з іншими?
4. Що стане з будиночком, якщо одне з віконець “погасне”?
5. Які труднощі виникали на різних етапах виконання вправи? Які варіанти пропонуються для їх подолання?

Наприкінці вправи тренер презентує визначення поняття “батьківство” за допомогою кодоскопа (див. Додаток 8).



Вправа “Незакінчене речення”

Мета: визначити розуміння учасниками поняття “усвідомлене батьківство”.

Час: 15 хв.

Ресурси: картки з надрукованим початком речення “Для мене усвідомлене батьківство – це ...” (за кількістю учасників) (див. Додаток 9), плакат із визначенням поняття „усвідомлене батьківство”.

Хід проведення:

Учасники отримують картки з початком речення. Їм пропонується упродовж 5 хвилин написати свій варіант його завершення. Всі члени групи по черзі зачитують свої тексти. Протягом декількох хвилин відбувається обговорення, у ході якого визначаються співпадіння, пріоритети у розумінні поняття. Наприкінці вправи тренер знайомить учасників із визначенням поняття “усвідомлене батьківство”, що запропоноване авторами модулю:

“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 (див. Додаток 8).

До уваги тренера

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.



Підведення підсумків дня за методикою „Дитячий майданчик”

Мета: дізнатися про враження учасників від першого дня роботи на тренінгу.

Час: 10 хв.

Ресурси: ватман із заздалегідь заготовленим малюнком дитячого майданчика (див. Додаток 10).

Хід проведення:

Тренер звертає увагу учасників на малюнок дитячого майданчика, який прикріплений на стіні, і пропонує обрати зображення, що відповідало б стану, в якому кожен із них знаходився упродовж першого дня тренінгу. Далі учасникам пропонується підійти до малюнка і написати своє ім'я біля обраного зображення.



Домашнє завдання „Сімейна реліквія”

Мета: сприяти емоційному заглибленню в тему тренінгу та підготуватися до початку роботи наступного дня.

Час: 5 хв.

Хід проведення:

Тренер звертається до учасників із проханням підготувати на ранок наступного дня розповідь про власні сімейні традиції та реліквії⁶ і, якщо є можливість, принести ці реліквії на тренінг.

Вправа на завершення „Щоб нам завтра пощастило”



Мета: зняти втому, підвищити настрій учасників.

Час: 5 хв.

Хід проведення:

Тренер просить учасників підвестися й говорить: „У тренерській студії Християнського дитячого фонду є вже давня традиція... До неї можна ставитись по різному, але правда одна – якщо ми „це” зробимо, то наступного дня нам обов'язково пощастить.

Заінтриговані? Що ж, давайте перевіримо. Для цього необхідно стати у щільне коло, покласти руки сусідам на плечі, витягнути праву ногу вперед. Ми стрибатимемо на лівій нозі і дружньо тричі будемо повторювати вголос: „Щоб нам завтра пощастило!“. Після цього необхідно розімкнути руки, опустити їх, трішки присісти, а потім високо підстрибнути й вигукнути „Ура!“. Наскільки голосно крикнете – настільки завтра і пощастить”.

⁶ Сімейні реліквії – це речі, які вже давно зберігаються у сім’ї, є її гордістю і мають власну історію. Це може бути що завгодно: фотокартки, листи, іграшки, книги, тощо.

День другий

Сесія № 1



Ранкове привітання.

Мета: ознайомлення учасників тренінгу із завданнями та регламентом роботи дня. Ранкова рефлексія.

Час: 5 хв.



Вправа “Атоми – молекули”

Мета: Активізувати увагу учасників, настроїти їх на подальшу роботу, об'єднати у мікрогрупи для виконання наступної вправи.

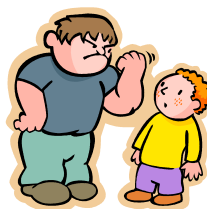
Час: 5 хв.

Хід проведення:

Тренер нагадує учасникам, що молекула є своєрідною сім'єю, яка складається з декількох її членів – атомів. Далі він пропонує учасникам уявити, що кожен із них є атомом, який хаотично рухається по кімнаті. Коли тренер вигукне якусь цифру, атомам необхідно якомога швидше об'єднатися у молекули – утворити кола, взявшись за руки (кількість атомів у молекулах повинна відповідати тій цифрі, яку вигукнув тренер). Потім тренер оголошує, що молекули знову розпалися на атоми, і учасники продовжують хаотично рухатися по кімнаті. А коли тренер вигукує іншу цифру, учасники знову об'єднуються у молекули-кола; і так декілька разів.

До уваги тренера

Остання цифра, яку вигукує тренер, повинна бути такою, щоб кількість утворених “молекул” співпала з кількістю правил, прийнятих групою напередодні. Тренер оголошує, що утворені “молекули” є мікрогрупами для виконання наступної вправи.



Повторення правил роботи групи „Пантоміма”

Мета: пригадати правила роботи групи, сприяти створенню атмосфери довіри та доброзичливості.

Час: 10 хв.

Ресурси: картки, на кожній з яких написано по одному правилу із

“Сімейного статуту”.

Хід проведення:

Представники мікрогруп, які були створені у попередній вправі, обирають по одній картці з правилом. Завдання кожної групи – показати за допомогою пантоміми обране правило. Завдання глядачів – відгадати, що це за правило.

Далі проводиться обговорення.

Запитання для обговорення:

1. Для чого необхідно повторювати правила?
2. Чому повторення правил було запропоновано у такий спосіб?



Вправа „Сімейна реліквія”

Мета: сприяти емоційному заглибленню в тему тренінгу.

Час: 30 хв.

Хід проведення:

Тренер звертається до учасників із проханням розповісти по черзі про свої сімейні традиції та реліквії і, якщо є можливість, продемонструвати всім ці реліквії.

Після виступу всіх учасників проводиться обговорення вправи.

Запитання для обговорення:

1. Чи взнали Ви щось нове під час підготовки домашнього завдання про свою сім'ю?
2. Які думки у вас виникли після того, як почули розповіді інших учасників?
3. З якою метою, на Вашу думку, ми виконували це завдання? Що воно нам дає?



Вправа „Образ щасливої дитини”

Мета: створити образ щасливої дитини.

Час: 30 хв.

Ресурси: конверт із картками 4 видів, на яких написані рядки з відомих дитячих віршів (загальна кількість карток відповідає кількості учасників) (див. Додаток 11); 4 аркуші ватману, тонований папір, маркери, клей, ножиці.

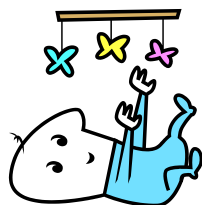
Хід проведення:

Тренер пропонує учасникам узяти наосліп з конверта по одній картці, а потім, розповідаючи вірші, які містяться у них на картках, об'єднатися у 4 мікрогрупи. Далі він звертається до учасників: "Ми запрошуємо вас до роздумів. Погодьтеся, що однією з найважливіших й найважчих проблем є проблема сенсу життя. Яким воно повинно бути? Чому треба вчити дитину, які риси потребують формування? На ці запитання існують безліч варіантів відповідей... Проте, іноді поза увагою вихователів залишається те, що дитину треба навчити бути щасливою! Ми запрошуємо вас до творчості! Спробуйте створити образ щасливої дитини. Для цього у вас є певний час (20 хвилин), певні засоби

(ватман, тонований папір, маркери, клей, ножиці), і найголовніше – ваша фантазія, мрії, думки, погляди. Отже, до роботи!”

По завершенні роботи мікрогрупи презентують свої напрацювання.

Для узагальнення результатів на цьому етапі роботи тренер може звернутися до праці Миколи Амосова “Здоров’я і щастя дитини”⁷ (див. Додаток 12).



Групова робота „Класифікація вікових періодів”

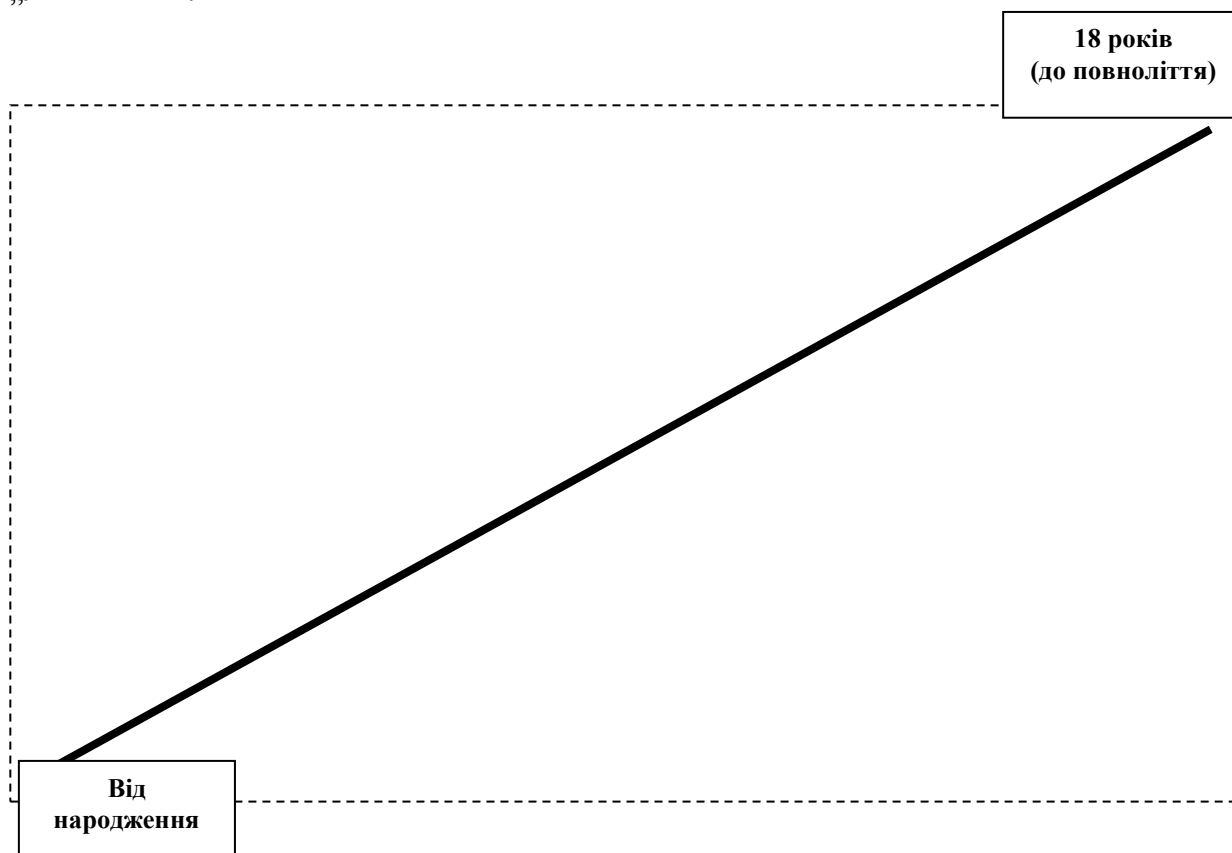
Мета: визначити основні особливості розвитку дитини на різних вікових етапах

Час : 30 хв.

Ресурси: в залежності від кількості груп, робочі столи із заздалегідь приготовленими аркушами паперу, маркерами.

Хід проведення:

I етап. Тренер об’єднує групу у декілька підгруп методом лічильки⁸ та звертається до учасників з проханням чітко окреслити вікові періоди розвитку дитини від народження до вісімнадцятиріччя, а також запропонувати їм назви і зробити відповідні позначки на „лінії життя”.



⁷ Амосов Н.М. Енциклопедія Амосова . Алгоритм здоров’я. Человек и общество. – Д.: Сталкер, 2002.

⁸ „Цар, Царевич, Король, Королевич...”.

II етап. Учасники презентують свої напрацювання.

Наприкінці презентацій тренер, узагальнює міркування таким чином, щоб в кінцевому результаті, розвиток дитини був представлений наступними віковими періодами⁹:

0-3 – раннє дитинство,

3-6 – дошкільний вік,

7-9 – молодший шкільний вік,

10-14 – молодший підлітковий вік,

15-16 – старший підлітковий вік,

17-18 – юнацький вік.

III етап. Тренер об'єднує учасників у 6 груп згідно визначених вікових періодів¹⁰. Кожна підгрупа отримує завдання: протягом 10 хв. визначити та занотувати на аркушах паперу основні психофізіологічні особливості конкретного вікового періоду дитини. Наприкінці проводиться презентація роботи груп.



Міні-лекція “Особливості психофізіологічного розвитку дитини на різних вікових етапах”

Мета: ознайомити учасників із основними особливостями розвитку дитини на різних вікових етапах.

Час: 15 хв.

Ресурси: на великих аркушах паперу занотовані ключові моменти міні-лекції.

До уваги тренера

Якщо технічні можливості дозволяють, то ключові моменти інформаційного повідомлення доречно представити на спеціальній плівці для кодоскопу. В такому разі до ресурсів додається кодоскоп.

Хід проведення:

Спираючись на презентовані напрацювання малих груп, тренер виступає перед учасниками із заздалегідь заготовленою міні-лекцією¹¹ (див. Додаток 13).



Вправа на завершення „Так” і “ні”

Згадати, що існує велика кількість класифікацій вікових періодів, як вітчизняних так і зарубіжних дослідників. З думками ряду авторів можна погоджуватись або дискутувати. На наш погляд, є досить цікавим підхід Грейса Келлі про особливості психофізіологічного розвитку дитини на різних вікових етапах, особливо враховуючи специфіку даного тренінгу.

¹⁰ Розбивка групи. Тренер готує картки з написами 0-3, 3-6, 7-9, 10-14, 15-16, 17-18. Учасники об'єднуються в групи відповідно віковому періоду на їх картці.

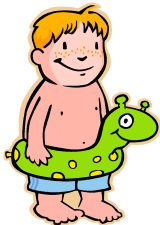
¹¹ Лекція побудована на основі наступних джерел: 1) Заброцький М.М. Вікова психологія: Навч. посіб. – 2-ге вид., випр. і доп. – К.: МАУП, 2002. – 104 с.; 2) Енциклопедія Амосова: Алгоритми здоров'я. Человек и общество/Н.М.Амосов. – М.:ООО «Издательво АСТ»; Донецк:»Сталкер»,»2002.– 459 с.

Мета: Шляхом емоційного інтонування зняти напругу та втому учасників.

Час: 5 хв.

Хід проведення: Тренер просить учасників об'єднатися у пари за принципом : „із цією людиною я ще не спілкувався”. Учасники у парах вирішують, хто з них хоче говорити „так”, а хто – „ні”. Тренер пропонує: “Один з вас починає гру, говорячи слово „так”. Інший одразу ж відповідає: “Ні”. Ви повинні говорити лише ті слова, які обрали, але по-різному, – змінюючи гучність та інтонацію. Ви можете посперечатись за допомогою цих двох слів, але так, щоб ніхто нікого не образив. Через 2 хвилини ролі змінюються: ті, хто говорив „так”, тепер казатимуть „ні”, і навпаки. Цей етап також розрахований на 2 хвилини.

Сесія № 2



Вправа на активізацію „Концентричні кола”

Мета: сприяти створенню позитивного настрою на подальшу роботу.

Час: 10 хв.

Хід проведення:

Тренер звертається до учасників: „Утворіть два кола таким чином, щоб в них була однакова кількість людей, які стоять обличчям один до одного (людина з одного кола обличчям до людини з іншого кола). Я буду задавати вам тему бесіди, і два партнери, які стоять один напроти одного, повинні висловити одне одному думки щодо теми. Через 20 секунд, я зміню тему і попрошу внутрішнє коло пересунутися рівно на один крок (тобто – одну людину), тим самим вони опиняться напроти інших людей.

Перша тема звучить так: „Що я найкраще вмію робити?”. Через 20 секунд – завершуйте бесіду. Отже, внутрішнє коло, зробіть крок ліворуч. Наступна тема бесіди: „Людина, яка мене сприймає такою, яким я є, це - ...”.

Інші теми для обговорення:

- Що в мені цінують інші...
- Чим я пишаюся в собі...
- Найприємніші канікули в моєму житті...
- Найбільша радість, яку я приніс...
- Найкраще у моїй сім'ї...
- Дуже важлива для мене мета...
- Ситуація, в котрій я був дуже задоволений собою...



Методика „Мозаїка”

Мета: опрацювати концепцію спілкування з дитиною (за Ю.Б. Гіппенрейтер), використовуючи можливість роботи у малих групах.

Час: 45 хв.

Ресурси: аркуші формату А4 з віддрукованими на них логічно завершеними частинами тексту – „уроками” із книги Ю.Б. Гіппенрейтер „Спілкуватися з дитиною. Як?”. Кількість примірників (див. Додаток 14) розбитого на частини тексту відповідає кількості груп. Ручки, папір, ватмани, маркери.

Хід проведення:

Тренер методикою „Дитяча пісенька”¹² об’єднує у декілька малих груп по 6 осіб у кожній. Далі тренер пропонує кожній групі розрахуватися на „перший-шостий”, тобто кожний член групи отримує власний номер: від одного до шести.

На наступному етапі тренер просить зібратися окремо в аудиторії усі перші номери, усі другі номери, треті, четверті, п’яті та шості.

Тренер ставить завдання: „Зараз я запропоную кожній з шести груп уривок з великого тексту. Ваша мета – прочитати його, запам’ятати та, повернувшись у свої первинні групи, відтворити усім іншим її членам. Кожен з вас буде „експертом” лише у певній частині великого тексту. Спробуйте максимально точно передати інформацію, яку отримали.

У первинних групах починайте працювати таким чином: від першого номеру до шостого. Вам дається 15 хвилин для вивчення матеріалу та 25 хвилин для його трансляції у первинних групах”.

Після виконання групами завдання, тренер організовує обговорення емоційного стану, вражень, труднощів, з якими зустрілися учасники. Звертається з проханням стисло охарактеризувати матеріал, який пропонувався на самостійне опрацювання.

До уваги тренера

Особливу увагу необхідно приділити „переходам” учасників з одних груп до інших, тому що саме на даному етапі часто виникає плутанина. Інструкції щодо зміни груп повинні бути максимально чіткими.

¹² Тренер пропонує учасникам вибрати у капелюсі один папірець, на якому написані рядки з дитячої пісеньки певна дитяча пісенька (див. Додаток 15). Далі, за командою, кожен учасник, співаючи голосно пісні, знаходять собі подібних, утворюючи при цьому п’ять груп (якщо кількість учасників відповідна).



Робота у групах по визначенню умов, які сприяють повноцінному розвитку дитини

Мета: визначити психологічні, соціальні, духовні та фізичні умови, що сприяють повноцінному розвитку дитини, з'ясувати їх значення для життєдіяльності дитини.

Час: 45 хв.

Ресурси: конверт з картками 4 типів: “стрибати”, “співати”, “танцювати”, “плескати” (загальна кількість карток відповідає кількості учасників) (див. Додаток 16); 4 аркуші паперу А-4; 4 аркуші ватману, маркери, тонований папір, клей, ножиці.

Хід проведення:

I етап (10 хв.)

Учасники наосліп витягають із конверта по одній картці. Потім вони, виконуючи дії, зазначені в картках, об'єднуються у 4 групи.

Групи отримують аркуші паперу А-4, на яких складають перелік умов, що сприяють повноцінному розвитку дитини:

- 1 група – психологічні умови,
- 2 група – соціальні умови,
- 3 група – духовні умови,
- 4 група – фізичні умови.

II етап (20 хв.)

Групи отримують аркуші ватману, маркери, тонований папір, клей, ножиці. Їхнє завдання – створити наочні схеми впливу на повноцінний розвиток дитини умов, перелік яких вони склали на попередньому етапі, а також підготуватися до презентації цих схем. Під час презентації необхідно зробити наголос на значенні та механізмах впливу умов на повноцінний розвиток дитини, а також розглянути можливості негативного впливу окремих умов, шляхи попередження цього впливу.

III етап (15 хв.)

Групи презентують схеми у великому колі. Проводиться обговорення вправи.

Запитання для обговорення:

1. Чи можна розглядати психологічні, соціальні, духовні, фізичні умови окремо одні від інших?
2. Від кого у першу чергу залежить створення сприятливих умов для повноцінного розвитку дитини?
3. Яка роль суспільства, держави в створенні цих умов?



Вправа на завершення „Веселий масаж”

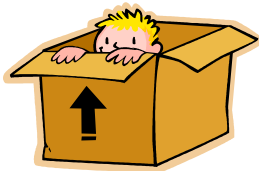
Мета: провести емоційну та м’язову релаксацію учасників.

Час: 5 хв.

Хід проведення:

Усі учасники стають один за одним, утворюючи велике коло, і починають повільно рухатись уперед. Тренер робить певні масажні рухи на спині того, хто йде попереду нього. Відчувши це, учасник намагається повторити ці рухи тому, хто йде попереду, і т. д. Коли тренер відчує масаж на своїй спині, він змінює свої масажні рухи. Те ж саме послідовно роблять й інші учасники. І так декілька разів.

Сесія № 3



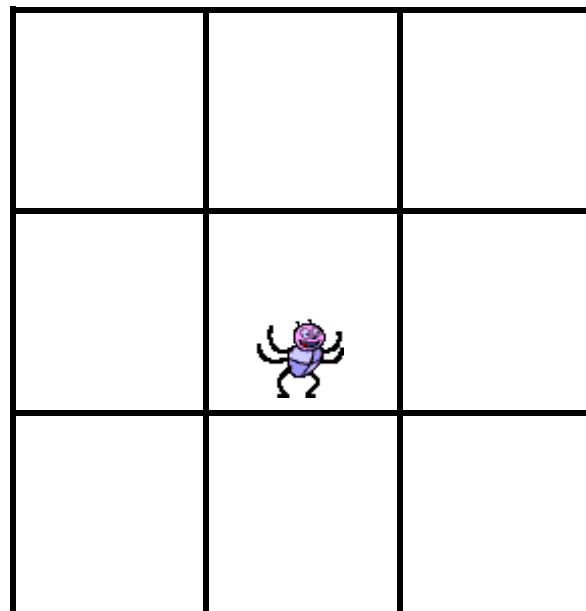
Вправа на активізацію “Павучок”

Мета: сконцентрувати увагу учасників, сприяти настрою на виконання подальшої роботи й груповій згуртованості.

Час: 5 хв.

Хід проведення:

Усі сідають у коло. Тренер малює на фліпчарті сітку, а всередині неї – павучка:



Кожен учасник по черзі пересуває павучка з клітини на клітину, називаючи напрям (праворуч, ліворуч, уверх, униз). Але треба пам’ятати, що павучок не пересувається по діагоналі, а лише по вертикалі та по горизонталі. Забороняється також виводити його за

межі поля. Учасники слідкують в уяві за пересуванням павучка, і, коли він опиняється всередині, – всі плескають у долоні. Подорож павучка продовжується, доки кожен з учасників не покерує ним.

Наприкінці тренер підводить до думки, що світ дітей існує поруч зі світом дорослих, в тому ж самому фізичному просторі, але ми виявляємося дивовижно „сліпими” відносно життя і культури „племені дітей”. Діти вміють творчо „вписатися” у ситуацію, знайти собі справу навіть там, де немає нічого привабливого, як, наприклад, уявити на клітчатій дошці казкового павучка та „відправити його у подорож”.



Вправа „Тема родини в українському фольклорі”

Мета: пригадати, як представлена тема сім’ї та сімейного виховання в українському фольклорі.

Час: 15 хв.

Ресурси: плівка для кодоскопа з матеріалами Додатку 17.

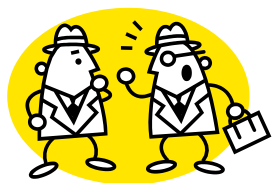
Хід проведення:

Учасникам пропонується пригадати якомога більше українських прислів’їв, приказок, пісень, у яких яскраво простежуються родинні стосунки і традиції стосовно виховання дітей в українській сім’ї (тренер занотовує їх на фліпчарті).

По закінченні тренер за допомогою кодоскопа пропонує учасникам приказки і прислів’я, які є в Додатку 17. Після цього проводиться обговорення.

Запитання для обговорення:

1. Що дає виконання цієї вправи?
2. Чи має сенс прислухатися до народної мудрості у сучасний час?



Керована дискусія

Мета: визначити й обговорити уявлення учасників щодо сім’ї та батьківства.

Час: 20 хв.

Ресурси: 2 аркуші паперу з написами „погоджуюсь” та „не погоджуюсь”, прикріплені у протилежних кутах кімнати, де відбувається тренінг; список висловлювань для тренера.

Хід проведення.

Тренер пропонує учасникам підвестися і зібратися у центрі кімнати. Далі він зачитує твердження, стосовно яких 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 думку, поставлену на обговорення, то переходять у куток з табличкою „не погоджуюсь”. Після розподілу

учасників по кімнаті стосовно кожного твердження тренер просить декого з них аргументувати свою позицію.

№	Твердження
1)	Діти належать батькам
2)	Жінки краще виконують батьківські функції, аніж чоловіки
3)	Державі немає місця у сім'ї
4)	Застосування фізичного покарання формує характер дитини
5)	Батьки, які люблять своїх дітей, не можуть завдавати їм болю
6)	Діти, які виховуються у неповних сім'ях, зустрінуться із значними труднощами у своєму житті

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



Міні-лекція „Стили поведінки батьків”

Мета: визначити основні стилі поведінки батьків щодо дитини

Час: 15 хв.

Ресурси: на великих аркушах паперу занотовані ключові моменти інформаційного повідомлення.

До уваги тренера

Якщо технічні можливості дозволяють, то ключові моменти інформаційного повідомлення доречно представити на спеціальній плівці для кодоскопу (див. Додаток 18). У такому разі до ресурсів додається кодоскоп.

Хід проведення:

Тренер подає учасникам міні-лекцію (див. Додаток 18).



Вправа “СТОП-кадр”

Мета: на конкретних прикладах проаналізувати різні стилі поведінки батьків стосовно дитини.

Час: 60 хв.

Ресурси: у залежності від кількості учасників заздалегідь підготовлені

бланки з питаннями, згорнуті у вигляді “гармошки” (див. Додаток 19); фрагменти листівок¹³; 4 картки, на яких зазначені стилі батьківської поведінки.

Хід проведення:

Тренер роздає учасникам фрагменти різних 4 листівок і пропонує скласти “з частин – ціле”, таким чином створивши 4 мікрогрупи. Далі представники кожної групи обирають по одній картці, де зазначені стилі батьківської поведінки. Кожній мікрогрупі пропонується упродовж 10 хвилин підготувати сценку, яка б найкраще ілюструвала певний стиль поведінки батьків. Неодмінна умова – у сценці повинні брати участь усі члени групи. При цьому тренер обирає з числа кожної мікрогрупи по одному учаснику, який виконуватиме роль спостерігача з наступними функціями:

- не втручатись у процес підготовки сценки;
- спостерігати за діями героїв історії, не коментуючи їх;
- відслідковувати кульмінаційний момент сценки;
- під час презентації напрацювань мікрогрупи зупинити дію на кульмінаційному моменті словом “СТОП”.

Коли групи будуть готові до презентації, тренер роздає усім учасникам заздалегідь підготовлені бланки із запитаннями, згорнуті у вигляді “гармошки”. Протягом 5 хв. усі учасники відповідають на запитання та занотовують їх у бланках.

Бланки з питаннями:

1. Хто?
2. Що ти робиш?
3. Для чого ти це робиш?
4. З кого або чого ти береш приклад?
5. Які твої цінності?

Потім у довільному порядку тренер пропонує мікрогрупам презентувати свої історії. Але перед початком кожної презентації всі її учасники обирають із числа глядачів по одній особі, якій довіряють свою “гармошку”. Таким чином, визначаються ті, хто виступатимуть у ролі “совісті” дійових осіб. Далі учасники інсценують свої історії. Після репліки спостерігача “СТОП” презентація зупиняється і “совість” кожного учасника займає позицію позаду нього. Тренер у довільному порядку задає запитання учасникам, але відповідають на них ті, хто виступає у ролі “совісті”, користуючись занотованими у бланках відповідями.

¹³ 4 листівки розрізаються на фрагменти, кількість яких відповідає загальній кількості учасників.

До уваги тренера

Після презентації кожної групи доцільно задати запитання:

- Спостерігачеві – чому він саме у той момент зупинив дію?
- Учасникам мікрогруп – яким чином розвивалися події в їхній сценці далі?
- Усім учасникам – як мали б розвиватися події далі, якщо б стиль поведінки батьків був іншим?

Наприкінці вправи тренер проводить загальне групове обговорення.

Запитання для обговорення:

1. Що дало нам виконання цієї вправи?
2. Чи можна уникнути конфліктів у взаємовідносинах між членами сім'ї?
3. Чи доцільно батькам завжди дотримуватись якогось одного стилю поведінки?

Вправа на завершення “Коло компліментів”



Мета: провести емоційну релаксацію учасників.

Час: 5 хв.

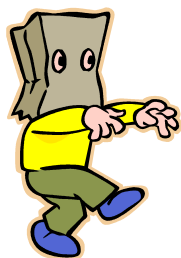
Хід проведення:

Всі учасники стають в коло. Один з них кладе руку на плече тому, хто стоїть праворуч від нього, і каже йому якийсь комплімент. Той, в свою чергу, робить те саме по відношенню до свого сусіда праворуч. І так,

доки коло не замкнеться.

Сесія № 4

Вправа на активізацію “Плутанина”



Мета: сприяти активності учасників у подальшій роботі.

Час: 5 хв.

Хід проведення:

Стоячи у колі й тримаючись за руки, учасники утворюють своєрідне переплетіння – “плутанину”, не розриваючи рук, як у відомій дитячій грі. Один із учасників (обраний за власним бажанням), який не спостерігав за процесом заплутування, має відновити вихідне правильне коло, не рознімаючи рук учасників.



Вправа “Типи сімей”

Мета: проаналізувати окремі типи сімей, дати визначення гармонійній сім’ї.

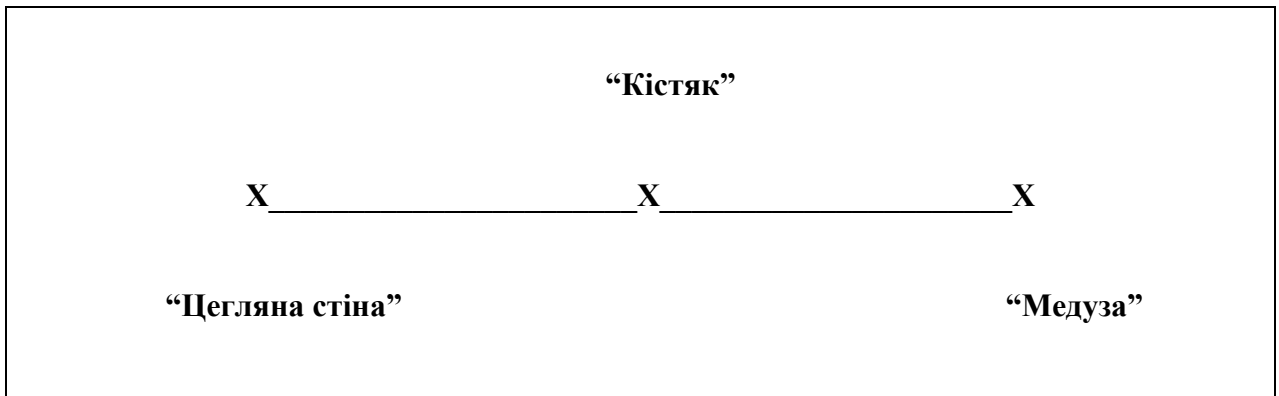
Час: 25 хв.

Ресурси: 3 аркуші ватману, маркери.

Хід проведення:

І етап. Тренер знайомить учасників із основними типами сімей (за матеріалами Гейл Мак Дугал (Канада)¹⁴, яка була тренером одного з семінарів, що відбувся у рамках проекту “Соціальна освіта в Україні”).

Існують різні підходи до класифікації типів сімей. Запропонований матеріал опирається на дослідження сім’ї у Канаді і використовує дані Барбари Колорозо (Barbara Coloroso). Усі сім’ї умовно можна об’єднати у наступні групи: “Кістяк”, “Цегляна стіна”, “Медуза”.



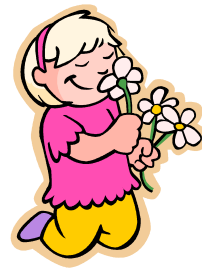
Для сім’ї “*Цегляна стіна*” характерні стосунки, коли за допомогою погроз страху та сорому робляться спроби зламати поведінку дитини, яка на думку батьків (або одного з них) є недопустимою. В такій сім’ї на перший план виходять статеві стереотипи: дівчинка повинна гратись лише ляльками, а хлопчик ні в якому разі не повинен плакати. Стосунки між дітьми та батьками нагадують скоріше торги: якщо ти ..., то тебе... Майже завжди в таких сім’ях присутній компонент змагання: Ірина розумніша, тому вона отримає... Діти в таких сім’ях якщо і вчаться відмінно, то лише із страху, боячись чергового покарання. Батьківська любов видозмінена і трансформована у так зване “якщо”: якщо ти будеш хорошим та слухняним, то тебе будуть любити.

Сім’я “*Медуза*” не має чіткої структури. Як правило батьки такої сім’ї виховувались в жорстких умовах “цегляної сім’ї”. Діти для них є не обов’язковим, але важливим компонентом стереотипного уявлення про склад сім’ї, де повинні бути присутні діти.

Батьки в таких сім'ях як правило мають різного роду залежності: алкогольну наркотичну, різного роду психічні розлади: неврози, психози, істерії. Тому не дивно, що діти, які виховуються в таких сім'ях самі по собі. Покарання носять несистематичний характер: сьогодні все добре, а завтра можна отримати тумака за будь-що. Час від часу батьки влаштовують повчальні лекції на тему, що можна, чого не можна робити. Емоційна нестабільність батьків надзвичайно висока, що призводить до періодичних скандалів та вияснення стосунків як між подружжям так і дітьми. Діти із такої сім'ї надзвичайно швидко попадають під негативний вплив вулиці і ними легко можна управляти.

Для сім'ї "Кістяк" характерний демократичний підхід в стосунках. Як в стосунках між подружжям, так і в стосунках між батьками і дітьми присутні взаємоповага та взаємопідтримка. Чітко визначені сімейні правила, яких дотримуються усі без винятку – і дорослі і діти. Умовно можна виділити 6 правил, яких дотримуються батьки в стосунках між дітьми і один з одним:

1. Я вірю в тебе
2. Я довіряю тобі
3. Я вірю в те, що ти подолаєш будь-які труднощі
4. Я тебе слухаю і чую
5. Ти для мене є важливою людиною
6. Я виявляю свою любов до тебе, не соромлячись цього почуття.



Таким чином, своїм прикладом батьки формують почуття відповідальності за свої дії та вчинки.

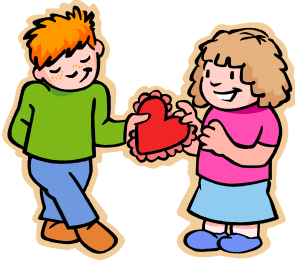
II етап. Після інформаційного повідомлення учасники об'єднуються у 3 мікрогрупи, розрахувавшись таким чином: цегляна стіна, кістяк, медуза. Упродовж 5 хвилин учасникам необхідно визначити і занотувати на ватмані сильні та слабкі сторони того типу сім'ї, який об'єднав їх у мікрогрупу.

III етап. Після групових презентацій проводиться загальне обговорення.

Запитання для обговорення.

1. Чи впізнаєте ви елементи вашої сім'ї у представлених характеристиках?
2. Чи вплинув на вас тип сімейних стосунків вашої родини?
3. Якщо ви маєте сім'ю та дітей, то чи нагадують стосунки у вашій родині вашу батьківську сім'ю?
4. У якому типі, на вашу думку, більше позитивного для створення гармонійної сім'ї?

¹⁴ Робочі матеріали до національного семінару „Формування навичок усвідомленого батьківства і ранній розвиток дитини”, Християнський дитячий фонд, Київ, 18-20 січня 2002 р.



Інформаційне повідомлення „П'ять шляхів до серця дитини”

Мета: ознайомити учасників із прийомами налагодження позитивних взаємовідносин із дітьми.

Час: 15 хв.

Ресурси: ватман із намальованою в центрі дитиною, 5 смужок - шляхів, скотч.

Хід проведення:

Тренер виступає з інформаційним повідомленням¹⁵ (див. Додаток 20), під час якого поступово кріпить на малюнку із зображенням дитини смужки – “шляхи до серця дитини” і робить на них відповідні написи: час, дотик, допомога, подарунок, слова заохочення.

Після інформаційного повідомлення проводиться обговорення.

Запитання для обговорення:

1. Чи була наведена інформація для вас важливою?
2. Що для вас означає поняття “шлях до серця дитини”?
3. Чи доречно обрати тільки один шлях до серця дитини?



Вправа „Сімейна скарбничка”

Мета: розглянути особливості спілкування з дитиною на різних вікових етапах, використовуючи попередній матеріал.

Час: 30 хв.

Ресурси: 4 аркуші паперу форматом А3 із зображенням скарбнички (див. Додаток 21) .

Хід проведення:

Тренер об'єднує учасників у 4 підгрупи. Кожна отримує аркуш із зображенням скарбнички.

У кожному із п'яти відділів скарбнички учасникам пропонується написати конкретні приклади практичного застосування щодо кожного із п'яти шляхів до серця дитини, запропонованих у інформаційному повідомленні на попередньому етапі. Кожна група протягом 10 хв. “заповнює скарбничку” відповідно до психофізіологічних характеристик конкретної вікової групи:

I група – 0-6 років; II група – 7-10 років; III група – 11-14 років; IV група – 15-18 років.

По завершенні учасники презентують „наповнені скарбнички”, звертаючи увагу на те, які з 5 шляхів є найбільш актуальними для конкретного вікового періоду розвитку дитини.

¹⁵ В основу лекції покладено фрагменти з книги Росса Кембела та Гаррі Чепмена „П'ять шляхів до серця дитини”.



Міні-презентація “Засади усвідомленого батьківства”

Мета: залучити учасників до обговорення засад усвідомленого батьківства.

Час: 5 хв.

Ресурси: плівка для кодоскопа з матеріалами Додатку 22.

Хід проведення:

Тренер за допомогою кодоскопа пропонує до уваги учасників засади усвідомленого батьківства, розроблені тренерами Християнського дитячого фонду за результатами семінарів, що вже відбулися. Завдання учасників – проаналізувати запропонований перелік та доповнити його.



Підведення підсумків дня за методикою “Ідея”

Мета: підвести підсумки роботи за день та отримати зворотний зв’язок від учасників.

Час: 5 хв.

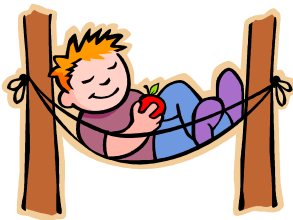
Ресурси: великий аркуш паперу з намальованими обличчям, групою людей та лампочкою (див. Додаток 23); по 3 різнокольорових Post-it на кожного учасника.

Хід проведення:

Учасникам пропонується написати на Post-it відповіді на такі запитання (для кожного свій колір):

- 1) Що сподобалося під час сесій мені особисто?
- 2) Які мої враження від роботи у групі?
- 3) Яка ідея (думка) народилася у мене під час тренінгу?

Учасники розміщують свої Post-it із відповідями поруч із відповідними малюнками.



Вправа на завершення “Колисанка”.

Мета: зняти емоційну напругу дня.

Час: 5 хв.

Хід проведення:

Учасники утворюють коло, кладуть руки на плечі один одному і співають колисанку, відому більшості учасників.

День третій

Сесія № 1



Ранкове привітання

Час: 5 хв.

Ознайомлення учасників тренінгу із завданнями дня та регламентом роботи.
Ранкова рефлексія.



Вправа на активізацію „Картки”

Мета: сприяти активізації учасників

Час: 15 хв.

Ресурси: картки з вирізками з журналів, попередньо хаотично розкидані на підлозі у центрі кола (близько 35 шт.).

Хід проведення:

Тренер звертає увагу учасників на картки, хаотично розміщені на підлозі та пропонує уважно роздивитись їх, а потім обрати собі лише одну: ту, що найбільш відповідає настрою учасника на даний період часу. Далі тренер пропонує учасникам по колу (або за бажанням) представити свої картки та відповісти на такі запитання:

- Чому саме ви обрали цю картку?
- Що ця картка розповідає про вас?



Повторення правил роботи групи „Пісні”

Мета: пригадати правила роботи групи, сприяти створенню атмосфери довіри та доброзичливості для конструктивної роботи.

Час: 10 хв.

Ресурси: картки, на яких зазначені правила із “Сімейного статуту”.

Хід проведення:

Тренер об’єднує учасників у мікрогрупи¹⁶ за кількістю правил у “Сімейному статуті”. Кожна група отримує картку, де зазначене одне з правил, прийнятих позавчора. Завдання мікрогрупам – продемонструвати це правило за допомогою пісень. Завдання глядачів – відгадати зміст правила.

¹⁶ Для об’єднання у мікрогрупи необхідно заздалегідь на зворотному боці карток, які використовувалися у попередній вправі, зробити позначки (зірочки, трикутники, квадрати тощо). Кількість видів цих позначок повинна відповідати кількості правил у “Сімейному статуті”. До кожної мікрогрупи збираються учасники з однаковими позначками на картках.



Робота в групах „Три питання”

Мета: визначити зміст діяльності різних соціальних інститутів у процесі реалізації засад усвідомленого батьківства та розвитку дитини на різних вікових етапах.

Час: 50 хв.

Ресурси: конверт з аркушиками 3 кольорів (загальна кількість відповідає кількості учасників).

Хід проведення:

Учасники беруть з конверта наосліп аркушики та об'єднуються у 3 мікрогрупи за кольоровою ознакою. Далі групи виконують завдання, які поступово їм дає тренер:

- 1) Протягом 10 хвилин визначити, які проблеми виховання є в сучасній сім'ї.
- 2) Протягом 10 хвилин визначити, які організації допомагають сім'ї реалізовувати засади усвідомленого батьківства, сприяють розвитку дитини на різних вікових етапах.
- 3) Протягом 10 хвилин визначити, що можуть зробити ці організації для популяризації засад усвідомленого батьківства та повноцінного розвитку дитини .

Далі протягом 15 хвилин відбуваються презентація роботи в групах та обговорення.

Запитання для обговорення:

1. Чи є “типовими” проблеми виховання, що виникають майже в кожній сім'ї?
2. Які саме організації можуть допомогти сім'ї вирішити проблеми, що виникають у процесі виховання дитини?
3. Що можна зробити, щоб допомога сім'ї з боку соціальних працівників була більш дієвою?

Наприкінці тренер узагальнює підсумки роботи групи на цьому етапі, звертаючи увагу на роль соціальних працівників, їх можливості для допомоги батькам у здійсненні функції вихователів.



Вправа на завершення “Чарівна паличка”

Мета: підвищити емоційний настрій учасників.

Час: 10 хв.

Ресурси: “чарівна паличка”.

Хід проведення:

Учасники стають у коло. Тренер звертається до них: „Уявіть, що у мене в руках чарівна паличка, яка може виконати ваші заповітні бажання. Але вона діє у досить незвичайний спосіб: виконує тільки ті побажання, які ви висловлюєте своєму сусідові праворуч.” Далі тренер повертається до того, хто стоїть праворуч від нього, робить магічний рух чарівною

паличкою і бажає йому щось приємне. Потім передає паличку сусіду і той повторює дії, бажаючи щось добре наступному учаснику; і так далі.

Сесія № 2



Вправа на активізацію “Хто найпрудкіший?”

Мета: активізувати учасників групи та підвищити їх емоційний настрій.

Час: 5 хв.

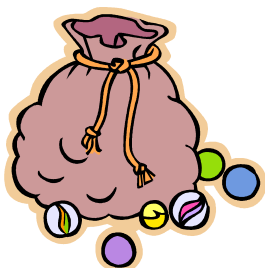
Ресурси: аркуші паперу формату А-4, з розрахунку по 2 аркуші на кожного учасника.

Хід проведення:

Тренер роздає учасникам по два аркуші паперу формату А-4. Їм необхідно покласти по одному аркушу на кожну долонь, не притримуючи їх і не згинаючи руками. Завдання учасників – вибити (здути) максимальну кількість аркушів у сусідів, зберігши при цьому свої. Той, у кого обидва аркуші опиняться на підлозі, вибуває з гри і сідає на місце, не заважаючи іншим. Таким чином виявиться найпрудкіший учасник.

До уваги тренера

Під час проведення даної вправи необхідно дати можливість учасникам пристосуватися до нових обставин – пересування з аркушами на долонях. Нехай учасники спробують порухатися протягом хвилини, а вже потім оголошуйте „змагання”.
Доцільно власноруч показати всі етапи цієї вправи.



Вправа „Торбина ідей”

Мета: визначити різноманітні форми популяризації засад усвідомленого батьківства.

Час: 10

Ресурси: ватман із малюнком величезної торбини, клейкі листочки.

Хід проведення:

Тренер роздає кожному учаснику по одному клейкому листочку та пропонує методом „мозкового штурму” відповісти на запитання „Через які форми роботи можна популяризувати засади усвідомленого батьківства?”.

За правилами „мозкового штурму” тренер фіксує абсолютно усі варіанти пропозицій, але існує одна умова – повторюватись не можна.

Кожний учасник по черзі пропонує „власну форму” та кріпить її на ватман, на якому зображено велику торбину, тим самим символічно наповнюючи її.

Якщо усі учасники прикріпили свої листочки, а перелік ідей залишився не вичерпаним, тренер пропонує доповнити його. По закінченні він аналізує запропоновані варіанти й коментує їх, підводячи до наступної вправи.



Вправа „Соціальні ініціативи”

Мета: розробити соціальні ініціативи щодо популяризації засад усвідомленого батьківства.

Час: 50 хв.

Ресурси: ватмани, маркери, скотч.

Хід проведення:

Тренер пропонує учасникам розрахуватися на “перший – четвертий” і об’єднатися у чотири мікрогрупи.

Групам оголошується завдання: упродовж 30 хвилин, спираючись на попередні напрацювання, розробити соціальні ініціативи, тобто обрати ідею щодо популяризації засад усвідомленого батьківства, яка базувалась би на певних змінах соціального середовища, та розробити план її втілення у життя.

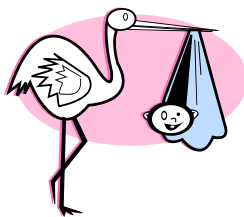
У ході виконання завдання групам необхідно презентувати кінцевий продукт за наступною схемою:

- ◆ Назва
- ◆ Мета
- ◆ Завдання
- ◆ Термін
- ◆ Цільова група
- ◆ Партнери
- ◆ Задіяні ресурси
- ◆ Кроки реалізації
- ◆ Очікувані
- ◆ результати

До уваги тренера

При обговоренні кожної ініціативи тренеру варто звернути увагу на:

- її реальність; відповідність потребам сімей та місцевої громади; повноту залучення ресурсів та партнерів; вплив даної ініціативи на популяризацію засад усвідомленого батьківства. Варто подякувати всім учасникам за виконання завдання, творчість, цікаві ідеї.



Визначення досягнень очікувань учасників тренінгу за методикою „Лелека”

Мета: провести оцінку результатів тренінгу.

Час: 25 хв.

Ресурси: Post-it яскравих кольорів, з яких вирізані бантики; малюнок лелеки, що несе у дзьобі немовля, де у перший день були зафіксовані очікування учасників.

Хід проведення:

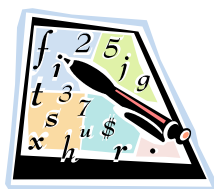
Тренер привертає увагу учасників до аркуша очікувань “Лелека”, з якими вони працювали на початку тренінгу.

Він звертається з проханням подумати, наскільки справдилися очікування кожного.

Далі тренер зауважує: „Нове життя – від нього ми чекаємо чогось дивного і світлого, обов’язково щасливого. Наш лелека несе в дзьобі немовля – кожного з нас на шляху нових знань та відкриттів. Що ж побажати цій дитині?”

Далі він 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.



Підсумкова анкета

Час: 10 хв.

У кожного з учасників заздалегідь у роздаткові матеріали вкладена заключна анкета (див. Додаток 24). Тренер просить заповнити її протягом 5 хвилин та здати йому чи іншим представникам тренерської команди.



Історія для натхнення

Час: 5 хв.

Тренер звертається до учасників: „От майже і все. Нам залишилася лише традиційна для наших тренінгів “Історія для натхнення”. Це поетичні рядки, що звернені до доньки, і автором яких є Людмила Галіцина – вчителька української мови і літератури у минулому, а сьогодні – заступник редактора газети “Управління освіти”, що підготувала до друку свою першу поетичну збірку.



Ти знаєш,
Що кожна сходинка
Якою ти ступаєш,
Це новий етап
Твого життя.
Кожна сходинка –
Це новий рівень
Твого пізнання.
І як добре,
Коли
На кожній сходинці
Тебе хтось
Проведе
До наступної.
Але, якщо цього не станеться,
Дитино,
Не бійся самотності –
Вона любить сильних.



Ми маємо надію, що протягом цього тренінгу спільними зусиллями нам вдалося піднятися по сходинках усвідомленого батьківства. Ми бажаємо Вам подолати подальші підйоми, піднятися на новий рівень знань й отримати від цього радість й задоволення. Ми бажаємо Вам винайти **що** і **як** сказати своїм власним і всім дітям, а також самим собі”



Вручення сертифікатів. Закриття семінару

Час: 15 хв.

Ресурси: сертифікати про участь у семінарі-тренінгу.

ДОДАТКИ

Додаток 1

Інформація про Християнський дитячий фонд

Християнський дитячий фонд (ХДФ) діє в Україні з 1997 року і зареєстрований як благодійна неприбуткова нерелігійна громадська організація. Християнський Дитячий Фонд має на меті сприяти поліпшенню становища дітей та молоді в Україні шляхом розробки та реалізації програм, надання соціальних послуг, навчання спеціалістів та волонтерів соціальної роботи, розвитку міжнародного співробітництва у партнерстві з державними та недержавними структурами.

Протягом п'яти років ХДФ здійснював декілька проектів, серед яких:

“Соціальна освіта в Україні” (1998-2003 рр.);

“Конвенція ООН про права дитини: шляхи практичного застосування” (1999-2000 рр., спільно з МВС України);

“Захист прав дітей як професія” (2001-2002 рр., спільно з Академією педагогічних наук України);

“Лідер майбутнього: нове бачення і перспективи” (2000-2001 рр.).

Упродовж 1998-2002 рр. було підготовлено та видано понад 60 публікацій, серед яких у серії *“Благополуччя дітей та молоді: можливості соціальної роботи”* (Бібліотечка соціального працівника/соціального педагога) – навчальні посібники для студентів, статті та методичні розробки, тренінгові модулі для підготовки практиків соціальної сфери.

Тренерська студія ХДФ, що була створена у рамках проекту “Соціальна освіта в Україні”, сьогодні об'єднує 22 національних та регіональних тренерів.

Мета діяльності студії - передача методик й тренінгових технологій практикам соціальної роботи, шляхом розробки, адаптації, апробації, впровадження та видання інноваційних тренінгових модулів з актуальних проблем соціальної роботи.

У рамках проекту „Соціальна освіта в Україні” проведено 10 курсів підвищення кваліфікації спеціалістів соціальної роботи; понад 250 осіб отримали свідоцтва державного зразка.

Створено 3 ресурсних центри: у Тернополі, Запоріжжі, Києві. Мета їхньої діяльності – надання доступу до сучасних ресурсних технологій соціальної освіти та самоосвіти соціальним працівникам, студентам, практикам соціальної роботи, викладачам, представникам неурядових організацій, волонтерам.

Анкета учасника тренінгу

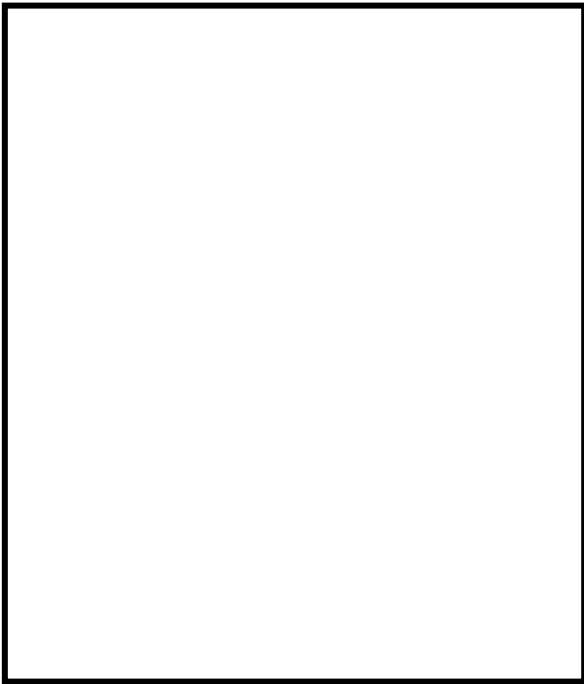
(будь ласка, заповніть анкету друкованими літерами)

Прізвище	
Ім'я	
По батькові	
Дата народження	
Повна домашня адреса	
Номер телефону (домашній)	8 (_____) _____
Робочий номер телефону	8 (_____) _____
Місце роботи (навчання) (повна назва організації, адреса, контактні телефони)	
E-mail	
Яку посаду Ви займаєте в організації?	
Які Ваші очікування від участі у тренінгу?	
Які теми під час тренінгу були б для Вас найбільш актуальні?	
Чи маєте Ви досвід участі у конференціях, семінарах, тренінгах? (якщо так, то вкажіть три останні)	1. 2. 3.
Яку базову освіту Ви маєте?	
Ваш освітній рівень?	<i>Середня</i> <i>Бакалавр</i> <i>Спеціаліст</i> <i>Магістр</i> <i>Вчений ступінь</i>
У своїй діяльності Ви переважно працюєте (можна виділити декілька варіантів)	
Які б побажання Ви хотіли висловити організаторам тренінгу?	

А ще я хочу додати:

ДЯКУЄМО!

Додаток 3
“Сімейний фотоальбом”



фотокартка

Прізвище

Ім'я

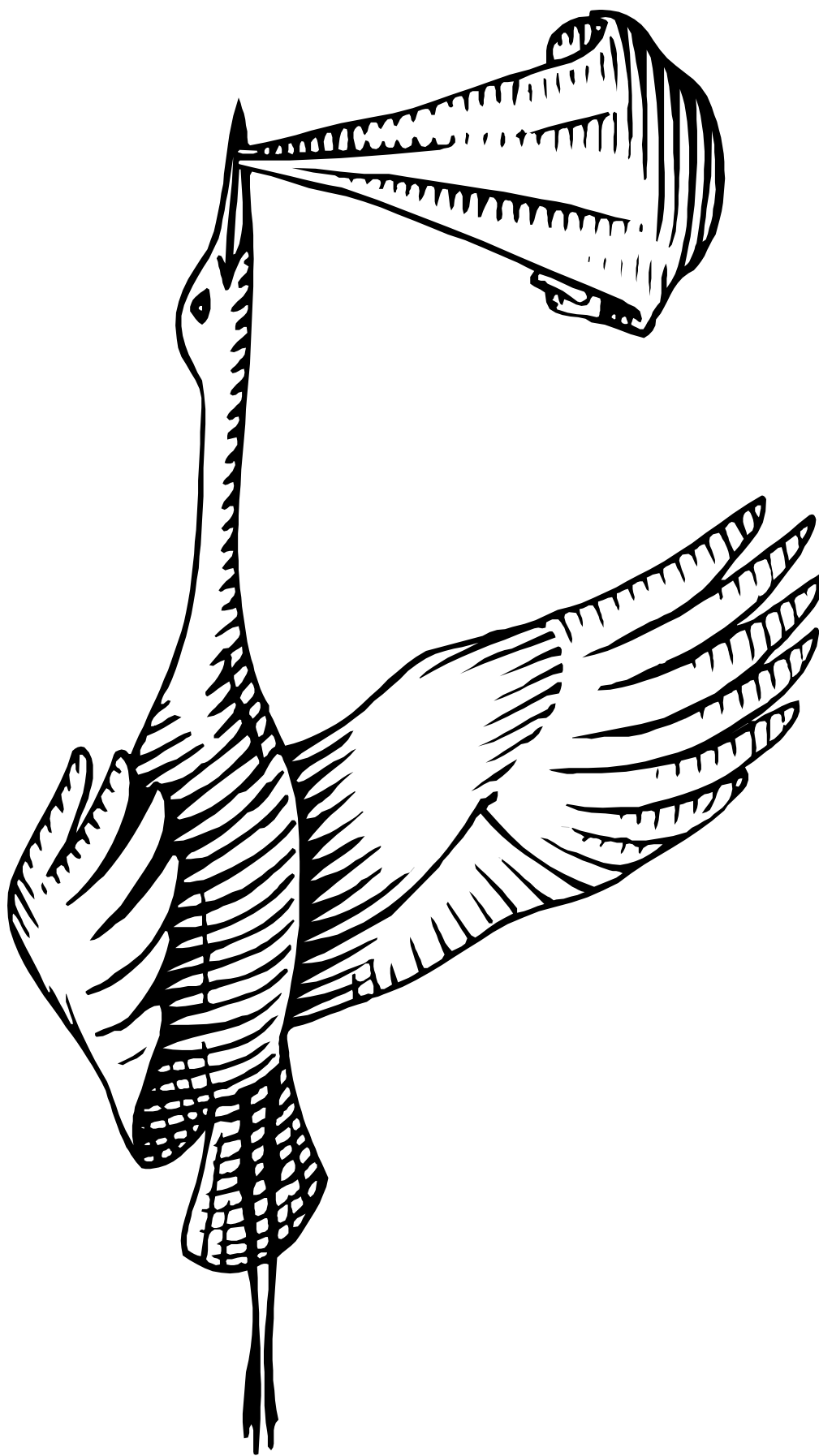
Місце роботи та посада _____

Хобі _____

Відомості про сім'ю _____

Випадок з дитинства, який найбільше запам'ятався _____

Зразок малюнка до методики „Лелека”



Дитина	Батьки	Сім'я
Дитина	Батьки	Сім'я
Дитина	Батьки	Сім'я
Дитина	Батьки	Сім'я
Дитина	Батьки	Сім'я
Дитина	Батьки	Сім'я
Дитина	Батьки	Сім'я
Дитина	Батьки	Сім'я
Дитина	Батьки	Сім'я
Дитина	Батьки	Сім'я
Дитина	Батьки	Сім'я

Приклади визначень понять „дитина”, „батьки”, „сім'я”

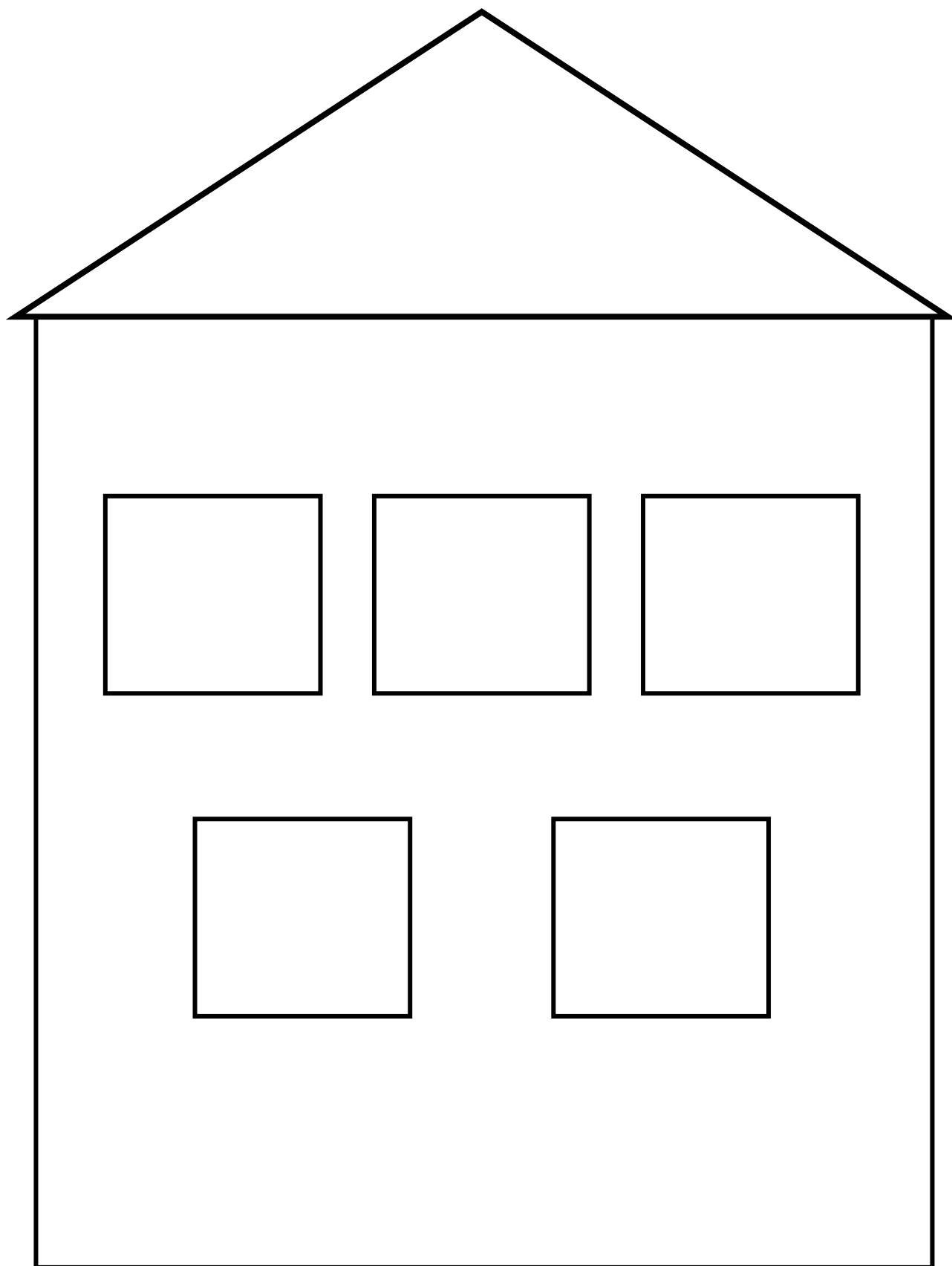
Дитина	Особа віком до 18 років (повноліття), якщо згідно із законом, застосовуваним до неї, вона не набуває прав повнолітньої раніше [*]
Батьки	Особи (рідні чи прийомні стосовно дитини), які забезпечують її розвиток, навчання та виховання ^{**}
Сім'я	Динамічна мала група людей, котрі проживають разом і зв'язані родинними відносинами (шлюб, кровна спорідненість, усиновлення, опіка), спільністю формування і задоволення соціально-економічних та інших потреб, взаємною моральною відповідальністю ^{***}

* Закон України „Про охорону дитинства” (від 26 квітня 2001 р. за № 2402-III.) Відомості Верховної Ради України. 2001. № 30.

** Визначення запропоноване авторським колективом.

*** Безпалько О.В. Соціальна педагогіка в схемах і таблицях. Навч. посіб. – К.: Логос, 2003. – С. 59.

Будиночок



Визначення понять „батьківство” та „усвідомлене батьківство”

Батьківство	процес забезпечення батьками (рідними чи прийомними) необхідних умов для повноцінного розвитку виховання та навчання дітей. *
--------------------	---

Усвідомлене батьківство	Взаємодія батьків (чи осіб, які їх замінюють) між собою, іншими членами сім'ї, включаючи дітей, результатом якої є створення найбільш сприятливих умов для повноцінного розвитку дитини на всіх етапах її життя **
--------------------------------	--

* Безпалько О.В. Соціальна педагогіка в схемах і таблицях. Навч. посіб. – К.: Логос, 2003. – С. 62.

** Визначення запропоноване авторським колективом.

Для мене

Усвідомлене батьківство – це...

Для мене

Усвідомлене батьківство – це...

Для мене

Усвідомлене батьківство – це...

Для мене

Усвідомлене батьківство – це...

<i>Наша</i>	<i>Таня</i>	<i>Мишка</i>	<i>Идет бычок – качается...</i>	<i>- Гуси, гуси!</i> <i>- Га-га-га...</i>
<i>громко</i>		<i>косолапый по</i>		
<i>плачет...</i>		<i>лесу идет...</i>		
<i>Наша</i>	<i>Таня</i>	<i>Мишка</i>	<i>Идет бычок – качается...</i>	<i>- Гуси, гуси!</i> <i>- Га-га-га...</i>
<i>громко</i>		<i>косолапый по</i>		
<i>плачет...</i>		<i>лесу идет...</i>		
<i>Наша</i>	<i>Таня</i>	<i>Мишка</i>	<i>Идет бычок – качается...</i>	<i>- Гуси, гуси!</i> <i>- Га-га-га...</i>
<i>громко</i>		<i>косолапый по</i>		
<i>плачет...</i>		<i>лесу идет...</i>		
<i>Наша</i>	<i>Таня</i>	<i>Мишка</i>	<i>Идет бычок – качается...</i>	<i>- Гуси, гуси!</i> <i>- Га-га-га...</i>
<i>громко</i>		<i>косолапый по</i>		
<i>плачет...</i>		<i>лесу идет...</i>		
<i>Наша</i>	<i>Таня</i>	<i>Мишка</i>	<i>Идет бычок – качается...</i>	<i>- Гуси, гуси!</i> <i>- Га-га-га...</i>
<i>громко</i>		<i>косолапый по</i>		
<i>плачет...</i>		<i>лесу идет...</i>		

ПОВНОЦІННЕ ВИХОВАННЯ: МЕТА, ЗАВДАННЯ, СТРАТЕГІЇ

(Фрагменти з праці Миколи Амосова «Здоровье и счастье ребенка»¹⁷)

Что такое личность? Самое простое определение: сочетание разума (знаний), чувств врожденных, чувств приобретенных – убеждений и характера источника энергии для любых действий...

Для целей воспитания крайне важно знать, как у ребенка формируется личность и как можно воздействовать на нее, чтобы получить желаемый результат...

Задача воспитания состоит в том, чтобы как можно раньше разгадать наклонности и попытаться регулировать их развитие так, чтобы приспособить ребенка к будущим условиям жизни в обществе. Нужно примирить его врожденные потребности с возможностями, обеспечить необходимый УДК (Уровень душевного комфорта)...(С. 133).

Главное направление в изменении личности – через **образование**. Оно важно само по себе, так как развивает интеллект и повышает уровень компетентности в любой области деятельности. Тренировка коры в ранние сроки позволяет усилить структурные основы интеллекта, т.е. несколько изменить его способности, а не только пополнить память знаниями.

Воспитание – это формирование чувств и привитие убеждений. То и другое возможно только через образование. Так как подкорковые структуры изменить нельзя, то единственная возможность – сформировать сильные корковые модели – убеждения, которые активизируют или тормозят подкорковые центры потребностей.

Главное средство раннего образования – **речь**. Ее действие можно значительно усилить показом – через картинки, телевидение. Однако наиболее сильным средством развития являются собственные действия – высказывания игры, рисунки, конструкции, в которых активно используются полученные извне сведения.

Убеждения маленького ребенка формируются через **авторитеты**, через **личность воспитателя**. Ни книга, ни кинофильмы не могут его заменить...

В образовании и воспитании важно **опережать созревание анатомии на один шаг** – ни больше, ни меньше, тогда максимально включается изменение структуры – создание новых нервных связей.

¹⁷ Энциклопедия Амосова: Алгоритмы здоровья. Человек и общество/Н.М.Амосов. – М.:ООО «Издательство АСТ»; Донецк:»Сталкер»,»2002– С.129-173.

В течение всего времени развития нужно **ставить задачи решаемые, но требующие умеренного напряжения**. Нерешаемые отвращают, вызывая неприятные эмоции поражения, легкие – детренируют.

Люди по рождению разные. Для них нужно разное образование и воспитание. Это касается как цеклей, так и методов.

Как далеко от этих истин до практики! (С. 136)

Воспитание – это управление развитием ребенка. Его цель – создать личность, способную обеспечить, способную обеспечить максимум УДК себе и удовлетворить запросы общества. Не так просто совместить обе цели: общественную и эгоистическую. Компромиссы неизбежны. Но противоречия не должны быть заметны. Искусство состоит в том, чтобы требования общества стали органическим содержанием личности и не уменьшали, а увеличивали УДК. Служение родине и семье не должно восприниматься как жертва, как ущерб для себя, наоборот, оно должно возвышать человека в своих глазах... (С. 141).

Мне кажется, будет полезным сформулировать некоторые принципы воспитания детей:

Все время нужно изучать личность ребенка. Только тогда воспитание будет осознанным, а не хаотичным. Хорошо бы завести тетрадку и вести записи хотя бы раз в полгода. Целесообразно отмечать такие пункты:

а) степень выраженности основных чувств (храбрость – трусость; агрессивность – миролюбие, доброта; жадность – щедрость; нежность – холодность; общительность – замкнутость; лидерство – подчиненность; любознательность – безразличие; работоспособность – пассивность, лень; пессимизм – оптимизм, др.);

б) характер: сила и устойчивость;

в) знания – соответственно схеме их накопления в разные периоды возраста;

г) настроения и УДК: пики, средние значения, устойчивость. Важно для определения «степени оптимизма» и оценки среды;

д) навыки и умения в соответствии с «возрастным расписанием»;

е) другие отметки и примечания – для себя...

2. Вторым номером я бы поставил **наблюдения за средой** и за собой: как воспитываем – оценка своих действий и авторитета...

3. **Пожалуй, до самого подросткового возраста ребенка формируют взрослые.** Рычаг для этого один – авторитет. Все взрослые в семье должны помнить, что в присутствии ребенка они постоянно играют роль для одного или нескольких зрителей – детей. Разумеется, это трудно, почти невозможно, но само присутствие этой мысли заставляет сдерживаться хотя бы периодически, если не всегда. Тем самым дети

воспитывают взрослых. Авторитет – это значит стоять гораздо выше ребенка по самым разным качествам. Важнейший – авторитет любви: заменить его нельзя ничем. Выражение любви – ласка. Нужна мера, чтобы ни в коем случае она не надоела ребенку. За этим нужно строго следить... Ребенок растет, и ласки нужно уменьшать, внимательно наблюдая реакцию – обратную связь. Авторитет уважения – по мере взросления ребенка передвигается на первое место. Здесь несколько пунктов, на которые я уже указывал: мораль, знания и ум, сила и храбрость. Чем шире сфера вашего превосходства и больше его степень, тем больше уважение. Но авторитет не должен всегда подавлять ребенка. Его нужно «подавать» очень дозировано, чтобы повышать самосознание питамца, однако и здесь должна быть доза... Еще замечу по поводу авторитета: все воспитатели должны поддерживать друг друга.

4. **Образование – так бы я назвал всю систему насыщения мозга ребенка сведениями.** Уверен, что это самый мощный инструмент для воспитания – формирования личности и важнейшее условие будущего счастья ребенка. Речь – главный канал связи в этом инструменте. Поэтому научить ребенка понимать слова и фразы, а потом и самого говорить – на это не следует жалеть времени и сил... Разговоры, картинки, чтение, детские передачи с объяснениями, рисование, конструкторы, куклы, игрушки – все вместе это называется «информативность среды». Не обучение с нажимом, не форсировка, а именно среда и игры должны без потерь сделать ребенка информированным и умелым... Ни в коем случае нельзя упустить время – дошкольный возраст решает судьбу ребенка. Однако не следует поддаваться искушению делать из ребенка гения, даже если вам кажется, что у него феноменальные способности. Это очень опасно! В таком случае лучше расширять интеллект вширь, а не вглубь.

5. Ощущения счастья или несчастья – это функция чувств. **Воспитание – это формирование чувств и потребностей, а также привитие убеждений.** В комплекс убеждений входят принципы морали, отношения к разным людям и притязания. Притязания – это очень важно, потому что они определяют уровень приятного или неприятного от «платы», получаемой в ответ на поступки... убеждения могут более или менее значительно их урегулировать. Хотя они формулируются словами, но их значимость выражается в связях с чувствами. Отсюда метод: воспитывают слова плюс ситуации, возбуждающие приятные и неприятные чувства. Конечно, для этого недостаточно показывать картинки. Самые сильные и запоминающиеся чувства те, которые испытываются в процессе собственной деятельности. Грубо это называют поощрения и наказания, кнут и пряник, но это неверно. Если просто наказывать или платить, то это говорит разуму, а не чувству: «Я хочу сделать так, но за это попадет, и я воздержусь». А нужно чтобы: «Я хотел бы, но это плохо, и я не могу...». Дети должны

воспитываться на приятных чувствах, особенно маленькие, дошкольники. Хотя и не очень достоверно, но предполагается (Зигмунд Фрейд и др.), что несчастья в раннем детстве оставляют тяжелую печать на всю жизнь. Поэтому отношения с ребенком нужно строить так, чтобы у него был плюсовой уровень комфорта. Разумеется, это не просто: слово «нет» всегда неприятно, а если все время «да» и «да», то это уже баловство. Вот в этом и состоит искусство воспитания: поменьше прямых запретов и ограничений, побольше убеждений, доказательств, отключений и переключающих ситуаций. Не следует быть педантом в воспитании, придирается к мелочам, особенно в части одежды, режима еды, порядка – наиболее частыми поводами для ссор детей с мамами и бабушками. *«Педагогика зиждется на компромиссах»*, - эту отличную фразу я прочел недавно в газете, ее сказал учитель (к сожалению, я не запомнил его фамилию). Но это не означает, что все позволено. «Нет» по принципиальным вопросам должно быть твердо и нерушимо. Просто твердость не нужно размеривать на мелочи, а всякие запреты объяснять.

6. Следующий пункт выглядит как противоречие. ***Нужно исподволь приучать ребенка к напряжениям и выполнению неприятных дел.*** Это воспитание воли. В жизни взрослых неприятных обязанностей и напряжений гораздо больше, чем неприятных. К словам «нужно», «должен» приходится приучать с раннего детства. За неприятные напряжения нужно платить. Но не материальными подарками, что очень распространено, а приятными чувствами: одобрением авторитетов, удовольствиями от прогулок и информации. Задачи на напряжение воли должны заканчиваться конкретной целью, так, чтобы достижение ее принесло удовольствие. Чем ребенок меньше, тем короче по времени должны быть задачи.

7. ***Необходимо детское общество.*** Общеизвестно, как плохо, когда в семье один ребенок. Поэтому для него посещение детского сада абсолютно обязательно. Там ребенок проходит школу отношений, самоутверждения и соревнования. До двух лет другие дети не воспринимаются, ребенок нуждается только во взрослых. После трех детский сад необходим, хотя бы на несколько часов в день. Полный день не обязателен. Продленный – бесполезен, если не вреден. В тоже время очень важно научить самостоятельным творческим занятиям в одиночестве, без участия взрослых, но чтобы они были в пределах досягаемости, могли оценивать и давать свои советы. Особенно – оценивать! Такая обратная связь очень важна. Только для самого себя даже взрослый человек не любит что-либо делать, ему нужна публика.

8. ***Дети должны играть.*** Это их основное занятие в интервалах между сном, едой, горшком. Прогулки тоже нужно использовать для игры. Если дома один ребенок, должны научиться играть взрослые. Игры – один из главных полигонов воспитания и обучения.

9. *Труд для семьи, или коллектива детей*, т.е. *для общества*, должен довольно рано стать элементом жизни ребенка. Сначала подражание взрослым и игра, потом помощь им, совместный труд и, наконец, собственные обязанности. Ни в коем случае нельзя освобождать от домашних работ по причине занятости в школе или в кружках или подготовки к урокам. Нужно дозировать процедуры (операции) и наращивать как их разнообразие, так и суммарное время. Важно создавать впечатление, что результат его труда нужен и ценен, а не просто работа задается «для воспитания».

10. *Забота об идеалах и убеждениях* появляется и растет у воспитателя, как только ребенок начинает понимать речь. «Хорошо» и «плохо» - это первые ключевые понятия, за ними следуют общечеловеческие идеалы морали и только позднее – идеология. Не наоборот. Шкалу ценностей нужно постепенно прививать, хотя для этого ее нужно иметь самим воспитателям.

11. Важный вопрос *о формировании притязаний*: ребенок должен знать, на что он может рассчитывать во всех сферах своей деятельности, применительно ко всем потребностям. Знать, сколько он может получить игрушек, внимания, ласки родителей, продления вечернего бодрствования, игр на улице и др. Разумеется, он будет бороться за расширение своих прав, но степень твердости и последовательности родителей должны ограничивать надежды, это и будет притязаниями. Роль ребенка в семье и детском саду будет определена. Важно, чтобы она была такой, которая полезна для ребенка и соответствовала бы его личности и целям воспитания. Когда что-нибудь твердо невозможно, то человек примиряется с границами и строит свое счастье внутри их.

12. В заключение я хочу сказать об общей атмосфере отношений в семье. *Всеобщая благожелательность необходима*. Трудности, конфликты, раздражение, которые периодически возникают во всякой семье, должны скрываться от ребенка всеми силами и как можно дольше. Это ужасно, когда говорят: «Пусть знает!». Маленькие дети все понимают, но не очень наблюдательны и легко отвлекаются, поэтому от них можно скрыть подводные течения и рифы.

13. Чуть не забыл самое главное: *ребенку нужна любовь!* Она должна быть естественна, но если маловато – не грех немножко подыграть.

Не существует жестких принципов воспитания, одинаково пригодных для всех возрастов, для всех характеров. Нужна гибкость, нужны осторожные пробы и учет их результатов для коррекции своих воспитательных планов и собственных притязаний по части успехов воспитания... Принципы гораздо проще сформулировать, чем выполнять. Я очень хорошо понимаю, что для выполнения всего написанного нужно быть квалифицированным психологом и педагогом, да, кроме того, еще хорошим человеком. Где взять таких родителей? Где взять время, энергию? (С. 144-146)

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНОГО РОЗВИТКУ ДИТИНИ НА РІЗНИХ ВІКОВИХ ЕТАПАХ

ПЕРІОД РАННЬОГО ДИТИНСТВА (від 0 до 6 років)

“...Я приведу основные вехи, характеризующие развитие ребенка до семи лет, в разных аспектах его личности.

16 недель: улыбается взрослым в ответ на приветствия. Громко смеется. По приготовлениям предвидит питание. Может сидеть 10-15 минут в подушках.

28 недель: садится быстро, тянется на руки, стоит с помощью взрослых. Схватывает вещи, перекладывает из одной руки в другую. Произносит много гласных звуков.

9 месяцев: ползает на руках и коленях. Стоит и ходит, держась за предметы или за руку взрослого. Играет с предметами. Может произносить несколько слов: “мама”, “баба” или другие.

1 год : начинает ходить самостоятельно. Взбирается на ступеньки ползком. Самостоятельно ест густую кашу. Немного помогает в процессе одевания. Пассивно знает довольно много слов и выполняет простейшие инструкции: на вопрос “где?” отыскивает знакомые предметы, делает “ладушки”. Произносит до 10 слов. Пользуется игрушками в соответствии с их назначением: катает мяч, укладывает в коробку мелкие вещи, нанизывает кольца на стержень. Способен смотреть простенькие рисунки и узнавать.

1,5 года. Хорошо ходит, хотя часто падает. Поднимается по лестнице, держась за руку. Карабкается на стул. Сидит на стуле. Частично одевается. Самостоятельно ест. Рассматривает картинки и слушает чтение. Понимает несложные сюжеты. Знает два цвета, различает большой и маленький, шар и кубик. Расширяется речь: понимает много слов, произносит 30-40 слов и больше, составляет двухсловные предложения. Начинает подражать отдельным действиям взрослых и детей. Просится на горшок в дневное время.

2 года. Ходит вверх и вниз по лестнице с помощью, свободно влезает на стул. Хорошо ест ложкой. Переворачивает страницы. Различает три цвета, размеры: большой, малый, средний. Пассивный запас слов большой – несколько сот. Понимает рассказ без показа рисунков и предметов. Активный запас слов – до 300. Активно обращается к взрослым, задает простые вопросы. Легко повторяет фразы, начинает употреблять

прилагательные и местоимения. Воспроизводит сюжетные постройку из кубиков или конструкций.

2,5 года. Свободно ходит по лестнице, без помощи. Может ездить на трехколесном велосипеде, употребляя педали. Ест самостоятельно. Может надевать обувь, не умея завязывать шнурки и застегивать пуговицы, сам одевается. По образцам подбирает основные геометрические формы и предметы четырех цветов. Речь может быть очень богатой: говорит многословные предложения, задает вопросы нескольких типов (где? Куда? Кто это?), Знает несколько стихов и песен. С удовольствием слушает чтение (знает любимые книги). Игры приобретают сюжетный характер, состоят из нескольких последовательных действий, которые могут заранее планироваться.

3 года. Бег, подвижные игры, “танцы”. Тонкие движения: одевается, застегивается, завязывает шнурки, держит карандаш. Свободно пользуется речью. Понимает будущее и прошедшее время, довольно сложные рассказы. Произносит все звуки, кроме, возможно, “р” и “л” и шипящих. Задает вопросы типа “зачем?”, “когда?”. Появляются обобщенные понятия типа “одежда”, “посуда”, “мебель”. Начинает рисовать палочки, кружочки, лепить. Появляются элементы прогнозирования и воображения. Игры становятся более сложными. Устанавливаются взаимоотношения с детьми и проявляются потребности в лидерстве, самоутверждении. Закладываются простейшие убеждения, оценки “хорошо – плохо”.

4 года. Развитие двигательной сферы, навыки – умыться и вытираться, чистить зубы, полностью одеваться и раздеваться, прыгать на одной ноге, играть в подвижные игры, делать упражнения. Совершенствование в рисовании человечков зверей из кружочков и линий. Дальнейшее усложнение речи: свободная ориентировка во времени и пространстве, в цветах и формах предметов. Знает свое имя, фамилию, адрес, возраст. Расширяются коллективные игры с подражанием взрослым, с выполнением ролей. Выявляются любимые занятия. Становится доступен социальным навыкам: здороваться, благодарить, быть вежливым с взрослыми. Появляются словесные обозначения чувств, а следовательно, и осознание их. Совершенствуются “убеждения” – понятия “надо”, “стыдно” расширяются на более сложные ситуации, чем элементарные поступки. Способен сосредоточиться на определенном занятии 10-15 минут.

5 лет. Двигательная сфера совершенствуется в сторону тонких движений. Способен к многим домашним трудовым операциям. Усложняются рисунки, правда, в разной степени. У мальчиков появляется интерес к простейшим конструкциям, девочки начинают шить. Строят по собственному замыслу сооружения из песка и кубиков. Речь достигает грамматической правильности, хотя у некоторых детей возможны отставания. Доступны произношению все звуки и сочетания. Строятся сложные распространенные

предложения во всех временах, но только автоматически, не по заданию. Проявляется интерес к незнакомым словам. Усложняются представления о причинах и следствиях. Способен к восприятию знаний, чтению, счету, к сосредоточению внимания до 20 минут. Расширяется социализация: научается подчинять свои желания требованиям окружающих. Появляется желание помогать взрослым и чувство ответственности. Наблюдаются зачатки эстетического чувства, любви к природе и юмора. Усложняются чувства и убеждения. Формируются притязания и устанавливается понятие о своем положении в иерархии детей.

Если ребенок развивается в детском коллективе, то он уже достаточно “социализирован”: знает, как нужно себя вести, свою роль и возможности. Характерны игры по правилам, со строгим соблюдением справедливости. В целом личность ребенка уже выявилась.

6 лет. Объем двигательных навыков зависит от обучения. Рисунки, лепка, конструкции, сооружения могут быть довольно сложными. Речь тесно связана с объемом знаний и информатичностью семьи. Способен к обучению в школе.

Отставания психического развития ребенка могут проявиться в различных сферах личности: в овладении движениями, простыми и сложными навыками, в понимании речи и в активном пользовании ею, в развитии чувств, в социализации и в убеждениях. Не следует пугаться, когда отстает какая-нибудь одна функция, например, ребенок плохо говорит, но хорошо понимает речь. Если запаздывают сразу несколько функций, причем заметно, на 1-2 года, это уже тревожно и нужно обращаться к врачу. Чаще всего это является результатом недостаточного внимания и индивидуальных занятий, например, когда ребенок длительно содержится в круглосуточных яслях. Любое общее отставание требует своевременной коррекции специальными занятиями... Родители не должны проявлять беспечность по части отставания в развитии своего ребенка: без внимания и без занятий он не “перерастет”, будет плохо учиться и его шансы на счастье значительно уменьшатся.

Специалисты по детской психологии из института Гезела в США отметили целый ряд интересных особенностей динамики развития детей. Самая важная из них – это волнообразная цикличность настроения и поведения...

Детские психологи (А.Люблинская) также отмечают цикличность в развитии детей, хотя приводят несколько иные возрасты плохих “пиков” в поведении.

Все эти сведения необходимы для воспитателей, чтобы они не впали в панику, когда их 3-5-летний ребенок показывает признаки строптивости или лени. Пройдет плохой период, и его поведение улучшится.

Второй совет американских психологов состоит в том, чтобы не пытаться во что бы то ни стало переделывать тип психики, присущей ребенку от рождения. Они говорят, что нужно его “распознать, понять и принять”, с тем чтобы разумными воспитательными воздействиями сгладить те черты, которые могут помешать будущему счастью... Их призыв к умеренности в требованиях полезен для чересчур честолюбивых родителей, некритично воспринявших идею о том, что из любого ребенка можно вылепить личность по любому образцу, который понравился. Человек воспитуем, но в границах, и если за них переходить, то это уменьшит его количество счастья.”

Фрагмент з роботи Миколи Амосова «Здоровье и счастье ребенка»¹⁸

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ НЕМОВЛЯ

Період розвитку дитини від народження до одного року називають стадією *немовляти*. В ній вирізняють надзвичайно важливу *фазу новонародженості* (від моменту народження до одного-двох місяців). Фізично вже відокремившись від матері, дитина ще тільки має адаптуватися до зовсім інших умов життя (звикнути отримувати кисень з повітря, ззовні приймати їжу, перетравлювати її, виділяти непотрібні організму речовини тощо).

Соціальна ситуація розвитку немовляти неповторна й визначається двома факторами. З одного боку, дитина біологічно повністю безпорадна, без допомоги дорослого не може задовольнити жодної життєвої потреби. З огляду на це вона є максимально соціальною істотою. З іншого боку, за цілковитою залежністю від дорослих дитина ще позбавлена основних засобів спілкування з ними у вигляді людської мови. У цій суперечності між максимальною соціальністю і мінімумом засобів спілкування закладена основа всього подальшого розвитку дитини в цьому віці.

Життя дитини тепер забезпечується певними анатомо-фізіологічними можливостями та рядом вроджених механізмів, які проявляються в готовності нервової системи пристосовувати організм до зовнішніх умов.

На відміну від дитинчат тварин, у яких насамперед вдосконалюються рухи, для новонародженої людини характерний випереджувальний розвиток зору та слуху. Її психічна активність проявляється також у гальмуванні імпульсивної рухової активності.

Наголосимо, що умовою дозрівання мозку новонародженого є тренування органів чуттів (аналізаторів), забезпечення з їх допомогою отримання мозком різноманітних сигналів із зовнішнього світу. Джерелом і, що дуже важливо, організатором таких вражень для новонародженого є саме дорослий. Поступово на його появу в дитини виробляється специфічна емоційно-рухова реакція — "комплекс поживлення" (Н. Фігурін, М. Денисова), яку прийнято

вважати початком *другої фази* розвитку немовляти. Дитина вже спроможна зосереджуватись на об'єктах зовнішнього світу; у неї з'явилася вибіркова емоційна спрямованість на людей, вона освоїла деякі засоби спілкування з ними.

Період від двох місяців до одного року. В цей період поведінка немовляти зумовлюється вже не органічними потребами, а передусім соціальною за своєю природою *потребою в іншій людині*, у спілкуванні з нею, тобто психічний розвиток немовляти набуває суто людського характеру, здійснюючись під час і внаслідок взаємодії з дорослими.

Соціальна ситуація розвитку. Специфічна реакція — поява у дитини посмішки, коли вона бачить обличчя матері, — є свідченням того, що *соціальна ситуація її* психічного розвитку вже сформувалася. Л. Виготський назвав таку ситуацію "МИ". Немовля нічого не може без дорослого, його життя і діяльність ніби вплетені у життя й діяльність того, хто доглядає його. Загалом це ситуація потреби у комфорті, і центральним елементом цього комфорту є дорослий. Як зауважив Д. Ельконін, пустушка та колисання немовляти є своєрідними ерзацами, заміниками присутності дорослого, які мають говорити йому: "Усе спокійно!", "Усе гаразд!", "Я — тут".

Соціальна ситуація нерозривної єдності немовляти і дорослого містить певні суперечності: дитина має максимальну потребу в дорослому і водночас не має специфічних засобів впливу на нього. Зняття зазначеної суперечності сприяє зникненню соціальної ситуації розвитку.

Соціальна ситуація життя немовляти з мамою спричинює виникнення нового типу діяльності — *безпосереднього емоційного спілкування* дитини й матері. Згідно з дослідженнями Д. Ельконіна і М. Лісіної, специфічна особливість цього типу діяльності полягає в тому, що її предметом є інша людина.

Особливості розвитку. Упродовж першого року життя дитина поступово навчається тримати голівку, сидати, повзати, вставати й робити перші кроки. Уже на третьому-четвертому місяці вона демонструє хватальні рухи, прагне дотягнутись до яскравих предметів, узяти їх у руки. Спочатку ці дії недостатньо скоординовані, але з часом вони починають співвідноситись з розміщенням, розмірами й формою різних предметів.

Водночас із формуванням хватання у дитини розвивається спроможність здійснювати й інші прості маніпуляції з предметами (кидати, трясти, стукати тощо), що є основою для її ознайомлення з різноманітними властивостями речей і розвитку процесів сприймання.

Постійно взаємодіючи з дорослим, дитина починає реагувати на його мовлення, розуміти слова.

¹⁸ Энциклопедия Амосова: Алгоритмы здоровья. Человек и общество/Н.М.Амосов. – М.:ООО «Издательво АСТ»; Донецк:»Сталкер»,»2002.–С.139-141.

Підвищується й ініціатива дитини у цьому спілкуванні. Руління (мимовільна неусвідомлена гра звуками "а-а-а", "е-е-е" тощо) після шести-семи місяців змінюється на лепетання, тобто багаторазове повторення складів типу "ба-ба-ба", "ма-ма-ма", а після дев'ятого місяця дитина вже починає відповідати дорослому звуками, повторюючи ті, які чує від нього.

Розуміння дитиною мовлення потребує співвіднесення слів з певними об'єктами чи діями. Після шести місяців дитина починає вирізняти окремі слова як назви предметів і дій, реагуючи на них звичними діями. Насамперед це стосується слів, що означають дії, виконувани дитиною з дорослим ("дай ручки", "спатоньки", "відкрий ротика").

Засвоєння назв предметів потребує спеціального розглядання їх дорослим у разі емоційної зацікавленості дитини (Г. Розенгарт-Пупко та ін.).

Наприкінці першого року життя слово дорослого починає виконувати функції регулювання поведінки дитини.

Криза одного року. Криза першого року пов'язана з освоєнням мовної дії. Якщо спочатку життєдіяльність немовляти регулювалася біологічною системою, детермінованою біоритмами, то поступово вона входить у суперечність з вербальними ситуаціями, які створюються дорослими. Як наслідок, у віці близько року дитина опиняється взагалі без надійних орієнтирів у навколишньому світі.

Зазначена криза вважається гострою. Пом'якшити її можна шляхом встановлення нових стосунків із дитиною, надання їй певної самостійності у дозволених межах, завдяки терпінню й витримці дорослих.

Основними *новоутвореннями* цього періоду розвитку дитини є формування структури мовної дії (під кінець першого року дитина вимовляє перші слова) і предметної (дитина освоює довільні дії з предметами оточуючого світу).

Поява й зникнення автономної мови свідчать відповідно про початок і закінчення кризи одного року.

ПОЧАТКОВИЙ РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ НА ЕТАПІ РАНЬОГО ДИТИНСТВА

Фізичний розвиток. Інтенсивне фізичне зростання дитини на етапі *раннього дитинства* (від одного до трьох років) триває, хоч його темпи дещо сповільнюються. Поряд із загальним зростанням відбувається анатомічне формування і функціональний розвиток тканин та органів. Швидко збільшується вага. Змінюється співвідношення між величиною голови, тулуба та кінцівок. Вже до двох років у дитини прорізуються молочні зуби. Розвиваються органи дихання та кровообігу тощо.

Підвищується працездатність нервової системи, збільшується загальна вага мозку, зростають регулююча роль кори великих півкуль та контроль з її боку над підкорковими центрами.

Соціальна ситуація розвитку. Зазначена ситуація розвитку багато в чому аналогічна попередній. Дитина ще не спроможна самостійно задовольняти своїх життєвих потреб, а, отже, спілкування з дорослим є необхідною умовою забезпечення її життя. Однак спостерігаються й певні відмінності.

Специфічність соціальної ситуації розвитку визначається тим, що вона є спільною діяльністю з дорослим, спрямованою на засвоєння суспільно вироблених способів застосування предметів, що відкрилися дитині і стали її світом. Це ситуація типу "дитина — предмет — дорослий".

У цьому віці дитина цілковито захоплена предметом. Це виявляється, зокрема, у тому, як вона сідає на стілець чи возить за собою машинку (малюк увесь час дивиться на цей предмет). За предметами дитина ще не бачить дорослого, однак опанувати людські способи використання предметів без дорослого вона також не може. У цій ситуації дитина ніби говорить дорослому: *"Ми злиті, я без тебе нічого не можу зробити і я прошу тебе: покажи, навчи!"*.

Розвиток психіки у даний період залежить від певних факторів. Істотну роль відіграє оволодіння дитиною ходінням випроставшись, що робить її спілкування з навколишнім світом самостійнішим, розширює коло речей, які стають об'єктами пізнання, розвиває спроможність орієнтуватись у просторі й маніпулювати з найрізноманітнішими предметами тощо.

Маніпулятивна діяльність поступово замінюється *предметними діями*, пов'язаними з оволодінням виробленими людьми способами користування предметами. Їхні функціональні властивості (одні предмети, як, наприклад, пірамідки, коробочки, конструктори тощо, потребують твердо визначеного способу дій; для інших — їх можна назвати предметами-знаряддями (молоток, олівець, ложка та ін.) — спосіб використання жорстко фіксується їх соціальним призначенням) відкриваються дитині лише через навчальний вплив дорослого.

Саме оволодіння предметною діяльністю найсуттєвіше впливає на психічний розвиток дитини в цьому віці.

На третьому році життя вже починають формуватися (своїх зрілих форм вони досягають за межами раннього дитинства і вже тоді визначають психічний розвиток) нові види діяльності: такі, як гра, малювання, конструювання, ліплення та ін.

Розвиток психічних функцій. Досвід, нагромаджений у предметній діяльності, служить основою розвитку *мовлення* дитини. Саме цей період є сензитивним для розвитку мови, тобто її засвоєння в цей час відбувається найефективніше, а втрачені можливості пізніше вкрай важко надолужити.

У спільній діяльності з дорослими дитина поступово починає розуміти зв'язки між словами і реальністю, що стоїть за ними.

Бурхливо формується *активна мова* дитини. Збільшується словниковий запас (на кінець третього року життя дитина використовує до 1500 слів, тоді як роком раніше — лише до 300). Засвоюються граматична і синтаксична будова та звуковий лад рідної мови. Формування активної мови є джерелом усього психічного розвитку дитини.

На початку періоду раннього дитинства вона вже починає сприймати властивості предметів, що її оточують, вміє знаходити між ними найпростіші зв'язки та використовувати їх. Все це створює необхідні передумови для *подальшого розумового розвитку*, який тісно взаємопов'язаний з оволодінням дитиною предметною діяльністю, мовленням, елементарними формами гри, малювання тощо.

Основу розумового розвитку становить оволодіння дитиною новими видами дій *сприймання* та *мислительних дій*.

Сприймання в цьому віці розвивається передусім за рахунок дій, що виробляються у предметній діяльності. Добираючи різноманітні предмети (за формою, кольором чи розмірами), дитина тим самим оволодіває зовнішніми орієнтувальними діями. Від порівняння властивостей предметів за допомогою таких дій вона поступово переходить до зорового порівняння, тобто у неї формується новий вид дій сприймання. Нарівні із зоровим у ранньому дитинстві формується і слухове сприймання. Сприймання предметів набуває більш цілісного характеру.

Розширюється коло об'єктів, що привертають *увагу* малюка. Починаючи з другого року, він активно придивляється, прислухається до них, розглядає їх. Найбільшу увагу привертають не самі об'єкти, а дії з ними.

Значні зрушення спостерігаються і в *пам'яті* дитини, яка фіксує набутий сенсорний, моторний і емоційний досвід, забезпечуючи тим самим цілісність психічного розвитку.

У поведінці дитини, в її діях з іграшками, у перших спробах малювати виявляються образи її *уяви*, хоча їх вкрай важко відокремити від образів пам'яті. На третьому році життя дитини активізується репродуктивна уява, що проявляється, наприклад, у перенесенні вже відомих дій у нову ситуацію тощо.

Дитина вчиться мислити, вдаючись до практичного аналізу (розламає іграшки, щоб з'ясувати, що в них усередині), практичного синтезу (складає новий об'єкт із деталей конструктора), відкриваючи для себе нові властивості об'єктів у процесі практичного та мовного спілкування з дорослими, тощо.

Перші узагальнення в цьому віці робляться на основі окремих, найпомітніших, часто несуттєвих ознак.

Емоційний розвиток. Помітні зміни на другому — третьому році життя відбуваються і в *емоційно-вольовій сфері* дитини. Зумовлені вони передусім розширенням її спілкуванням з людьми, оволодінням мовними засобами і розвитком елементів самостійності.

Дитина емоційно реагує тільки на те, що безпосередньо сприймає. Вона гостро переживає неприємну процедуру в кабінеті лікаря, але вже через кілька хвилин потому — спокійна, жваво цікавиться новою обстановкою. Вона не здатна засмучуватися через те, що у майбутньому її очікують прикраси, її неможливо порадувати тим, що станеться через кілька днів.

Бажання дитини ще нестійкі, вона не може сама їх контролювати і стримувати (обмежують бажання лише покарання й заохочення дорослих). Усі бажання мають однакову силу, ієрархія мотивів у ранньому дитинстві відсутня. У цьому легко переконатися у ситуації вибору. Якщо дворічну чи трирічну дитину попросити вибрати одну з кількох нових іграшок, вона довго розглядатиме й перебиратиме їх. Потім усе ж таки вибере одну, але після наступного прохання піти з іграшкою до іншої кімнати знову почне сумніватися. Поклавши іграшку на місце, дитина перебиратиме інші, поки її увагу не відволічуть від цих однаково захоплюючих речей. Вибрати, зупинитися на чомусь одному дитина ще не може.

Під впливом стосунків із близькими розвиваються соціальні емоції дитини, джерелом яких стають взаємини між членами родини, атмосфера сімейного життя тощо.

Важливу роль в емоційному розвитку дитини відіграють слова-оцінки дорослих.

Помітних успіхів досягають переддошкільнята і у формуванні довільності своїх дій. Важливим для них є наслідування дій інших, повторення їх. Використання поряд з дією слова сприяє її узагальненню, оволодіння ж дитиною активним мовленням і самостійне визначення мети своєї дії робить цю мету усвідомленою.

Однак не слід переоцінювати здатність малюків контролювати власну поведінку, яка ще тільки-но формується і залежить від того, наскільки послідовно підкріплюються дорослими потрібні й гальмуються небажані форми їхньої поведінки.

Криза трирічного віку. Результатом інтенсивного розвитку спільної діяльності дитини і дорослого у ранньому дитинстві є, зокрема, формування у дитини *системи власного "Я"* — центрального утворення, що виникає наприкінці цього етапу (Л. Божович). Малюк вчиться відокремлювати себе від дорослого, починає ставитись до себе як до самостійного "Я", тобто в нього з'являються початкові форми самосвідомості.

Все це приводить до розвитку прагнення дитини, бодай у вузьких межах своїх можливостей, діяти самостійно, без допомоги дорослих ("Я сам"). Цей період прийнято вважати критичним (*криза трьох років*), оскільки дорослі зіштовхуються з труднощами у взаємовідносинах з дитиною, яка може стати вкрай впертою.

Описана криза є, зрозуміло, тимчасовою, але пов'язані з нею новоутворення (відокремлення себе від оточуючих, порівняння себе з іншими тощо) — важливий етап у психічному розвитку дитини.

Прагнення дитини цього віку до самостійності може знайти найбільш продуктивне вирішення у формі гри, а тому "криза трьох років" розв'язується через перехід дитини до ігрової діяльності.

ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ДИТИНИ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Фізичний розвиток. Упродовж *дошкільного дитинства* (від трьох до семи років) продовжується інтенсивне дозрівання організму дитини, що створює необхідні передумови для більшої самостійності, засвоєння нових форм соціального досвіду внаслідок виховання та навчання.

Соціальна ситуація розвитку. Дошкільний вік характеризується виникненням нової *соціальної ситуації розвитку* дитини. У неї вже з'являється коло елементарних обов'язків. Змінюються взаємини з дорослими, набуваючи нових форм, при яких спільні дії поступово заміщуються самостійним виконанням вказівок.

Окрім того, в цьому віці дитина вже вступає у певні стосунки з однолітками, що також визначає ситуацію її розвитку.

Внутрішня позиція дошкільника стосовно інших людей характеризується передусім зростим усвідомленням власного "Я" і своїх вчинків, а також величезним інтересом до світу дорослих, їхньої діяльності та взаємовідносин.

Особливості соціальної ситуації розвитку дошкільнят виражаються у характерних для них видах діяльності, передусім у сюжетно-рольовій грі, яка створює сприятливі умови для доступного в цьому віці освоєння зовнішнього світу.

Гра та її значення для психічного розвитку дошкільнят. Гра є соціальним за своїм походженням та змістом історичним утворенням, зумовленим розвитком суспільства, його культури. Це особлива форма життя дитини в суспільстві, діяльність, у якій діти в ігрових умовах виконують ролі дорослих, відтворюючи їхнє життя, працю та взаємовідносини (П. Блонський, Л. Виготський, Г. Костюк, О. Леонтьєв, Д. Ельконін).

Ще раз нагадаємо про розширення в дошкільному віці усвідомлюваного дітьми світу, посилення прагнення до самостійності та активної участі в житті дорослих, які вступають у суперечність з їхніми реальними (і суттєво обмеженими) можливостями. Ця суперечність знаходить своє розв'язання в діяльності, формою якої є гра.

Характеризуючи гру дошкільнят, зазначимо передусім її рольовий характер. Якщо в ранньому дитинстві центральним моментом гри було оволодіння предметами та способами

дій з ними, то тепер на перший план виходить людина, її дії, стани та стосунки з іншими людьми.

Мотиви гри лежать у самому її змісті. Виконувані в ній дії самі по собі цікаві дитині, вони зумовлені її безпосередніми спонуканнями, потребами та інтересами. Дитину цікавить не так результат, як сам процес гри. Разом із тим у грі є активне прагнення до певної мети, оперування предметами, розмови, стосунки з іншими людьми тощо. Саме це й зумовлює її результативність, яка виражається передусім не в матеріальних продуктах, а в тих пізнавальних, емоційних та інших надбаннях, що формуються в дитини у процесі ігрової діяльності.

Гра дошкільнят є засобом відображення навколишньої дійсності, способом оволодіння діяльністю та взаємовідносинами дорослих, по-іншому недоступні для дитини.

Гра сприяє розвитку в дитини довільної уваги та пам'яті. В умовах гри діти краще зосереджуються і більше запам'ятовують. Свідомі цілі (зосередити увагу, запам'ятати, відтворити) раніше і легше вирізняються дітьми саме в грі. Особливу спонукальну роль при цьому відіграє потреба в емоційному спілкуванні з однолітками: неспроможних запам'ятати правила гри чи бути уважними до вимог ігрової ситуації просто виганяють.

Рольова гра вимагає від кожної дитини певних комунікативних здібностей, впливаючи тим самим на розвиток мовлення. Вона також має позитивний вплив на розвиток інтелекту: в грі дитина вчиться узагальнювати предмети та дії, використовувати узагальнені значення слів тощо.

Поряд із грою суттєву роль у психічному розвитку дошкільнят відіграють різні види продуктивної діяльності (малювання, аплікації, конструювання, ліплення).

Трудова діяльність. Дошкільнят вже привчають до виконання окремих трудових завдань, причому розпочинають цю роботу в ігровій формі. Відсутність диференціації гри та праці — характерна особливість трудової діяльності молодших дошкільнят, яка до певної міри зберігається і в середньому та старшому дошкільному віці.

Проте в останніх випадках інтерес до процесу діяльності вже поєднується з інтересом до її результатів і того значення, яке їхня праця має для інших. Діти можуть усвідомлювати обов'язковість трудових завдань і привчаються виконувати їх не тільки внаслідок зацікавленості, а й через розуміння важливості для інших людей.

Наголосимо, що спрямованість трудових дій дітей визначається виключно тим, як вона організується та мотивується дорослими.

Особливості уміння. Дошкільник набуває власного досвіду і засвоює доступний йому досвід інших, спілкуючись з дорослими, граючи в рольові ігри, виконуючи трудові доручення тощо, тобто він повсякчас вчиться. Крім того, в цьому віці розпочинається опанування форм навчальної діяльності, спеціально спрямованої дорослими на засвоєння дітьми людського досвіду.

Навчальна діяльність дітей являє собою спілкування з дорослими, які не тільки активізують, спрямовують, стимулюють дії, а й керують процесом їх формування. Діти засвоюють знання, вміння і навички, вчаться необхідним для цього діям та операціям, оволодівають способами їх виконання.

Сенсорний розвиток. Вже в ранньому віці у дитини формується певне коло уявлень щодо тих чи інших властивостей предметів; і деякі з таких уявлень починають виконувати роль зразків, з якими порівнюються властивості нових предметів у процесі їх сприймання. Водночас починається перехід від предметних зразків, що базуються на узагальненні індивідуального досвіду дитини, до використання загальноприйнятих сенсорних еталонів, тобто до вироблених людством уявлень про основні різновиди кожного виду властивостей і відношень (кольору, форми, розмірів предметів, їх положення в просторі, висоти звуків, тривалості проміжків часу тощо).

Поступове ознайомлення дітей з різними видами сенсорних еталонів та їхньою систематизацією — одне з найважливіших завдань сенсорного виховання в дошкільному віці. В основі такого ознайомлення має бути організація дорослими дій дітей з обстеження та запам'ятовування основних різновидів кожної властивості, яка здійснюється передусім у процесі їх навчання малюванню, конструюванню, ліпленню та ін.

Інтелектуальний розвиток. У тісному зв'язку з удосконаленням сприймання розвивається і *мислення* дитини. Як уже зазначалося, наприкінці раннього дитинства на основі наочно-дійової форми мислення починає утворюватися *наочно-образна* форма.

Розвиток мислення дітей дошкільного віку значно прискорюється, якщо цей процес відбувається не стихійно, а в умовах цілеспрямованого і правильно здійснюваного керування з боку дорослих.

Розвиток мислення тісно пов'язаний із суттєвими позитивними зрушеннями у *мовленні* дошкільнят. Швидко зростає їхній словниковий запас; обсяг його до семи років становить 3500-4000 слів. Окрім іменників та дієслів у ньому дедалі більше місця займають прикметники, займенники, числівники та службові слова; їх співвідношення відповідає мові, якою дитина оволодіває.

Психологічні особливості розвитку особистості дошкільника. Уже в дошкільному віці починає реально формуватися *особистість* дитини, причому цей процес тісно пов'язаний з розвитком емоційно-вольової сфери, формуванням інтересів та мотивів поведінки, що, у свою чергу, детерміновано соціальним оточенням, насамперед типовими для даного етапу розвитку взаємовідносинами з дорослими.

Джерелом емоційних переживань дитини є її діяльність, спілкування з оточуючим світом. Діяльність породжує передусім позитивні емоції, причому і своєю метою, і змістом, якого вона набуває для дитини, і самим процесом її виконання.

У зв'язку із задоволенням зростаючої потреби дошкільника в товаристві ровесників інтенсивно розвиваються соціальні емоції (симпатії, антипатії, уподобання тощо).

Важливу роль у формуванні моральних почуттів відіграють дитячі уявлення щодо позитивних зразків поведінки. Вони дають дитині змогу передбачати емоційні наслідки своєї поведінки, заздалегідь переживати задоволення від схвалення її, тобто оцінювання як "хорошої", або ж невдоволення від оцінки як "поганої". Таке емоційне передбачення має вирішальне значення у формуванні в дошкільника моральної поведінки (О. Запорожець).

Дошкільник починає відокремлювати себе від дорослого, диференціюючи себе як самостійну людську істоту. При цьому його поведінка зорієнтована на дорослого (його вчинки та стосунки з людьми) як зразок для наслідування.

Вирішальну роль у засвоєнні зразків поведінки відіграє та оцінка, яку значущі для дитини люди дають іншим дорослим, дітям, героям казок та розповідей тощо.

Орієнтованість поведінки дошкільника на дорослого зумовлює розвиток її *довільності*, оскільки тепер постійно стикаються як мінімум два бажання: зробити щось безпосередньо ("як хочеться") і діяти відповідно до вимог дорослого ("за зразком"). Виникає новий тип поведінки, який можна назвати *особистісною*.

У спільній грі, під час виконання різноманітних завдань діти порівнюють свої досягнення з досягненнями інших, оцінюють не лише наслідки своєї роботи, а й себе самих, свої можливості, вчаться контролювати себе та ставити перед собою конкретні вимоги.

Самооцінка дитиною власних вчинків, умінь та інших якостей формується на основі оціночних суджень дорослих. З віком об'єктивність дитячих самооцінок поглиблюється.

Характерною є схильність дитини до самоствердження спочатку в очах дорослих, потім однолітків, а тоді вже і у власних очах.

ПСИХОЛОГІЧНА ГОТОВНІСТЬ ДИТИНИ ДО ШКОЛИ. ШЕСТИРІЧНІ ДІТИ.

Найважливішим наслідком психічного розвитку дитини дошкільного віку віку є формування її *психологічної готовності до шкільного навчання*. По суті це становлення свідчить про завершення періоду дошкільного дитинства.

Більшість дітей наприкінці дошкільного віку прагнуть стати школярами, пов'язуючи це бажання передусім із зовнішніми ознаками зміни свого соціального статусу (портфель, форма, власне робоче місце, нові взаємини тощо).

Однак справжня *мотиваційна готовність* зумовлюється пізнавальною спрямованістю дошкільника, яка розвивається на основі властивої дітям допитливості, набуваючи характерних рис перших пізнавальних інтересів (прагнення пізнавати те нове, що несе в собі школа, бажання опанувати грамоту, читання та ін.).

Якщо ж така пізнавальна активність не сформована, дітей приваблюють різноманітні сторонні мотиви, пов'язані зі сприйманням школи як місця для розваг, що спричинює неспроможність дитини взяти на себе обов'язки учня.

Навчання у сучасній школі вимагає також *розумової готовності* дітей. Вони приходять до школи з досить широким колом знань і умінь, а головне — з розвинутими сприйманням і мисленням (вже мають освоїти операції аналізу, синтезу, порівняння, узагальнення, класифікації, групування тощо), які дають змогу систематично спостерігати за предметами та явищами, виокремлювати в них істотні особливості, міркувати і робити висновки.

Навчання в школі має бути для учня джерелом позитивних емоцій, що допоможе йому знайти своє місце серед однолітків, підтримає впевненість у собі, у власних силах. Важливо, щоб ці позитивні емоції пов'язувались із самою навчальною діяльністю, її процесом та першими результатами.

ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЧНА ХАРАКТЕРИСТИКА СИТУАЦІЇ РОЗВИТКУ МОЛОДШОГО ШКОЛЯРА

Поява в житті суспільства системи загальної обов'язкової середньої освіти зумовила виокремлення особливого періоду в розвитку дитини — *молодшого шкільного віку*. Він відсутній у дітей, які взагалі не вчилися у школі, або ж освіта яких завершилася на цій початковій ланці.

Фізичний розвиток. У цей період відбувається активне *анатомо фізіологічне дозрівання* організму. Так, до семи років завершується морфологічне дозрівання лобного відділу великих півкуль, що створює сприятливі умови для здійснення довільної поведінки, планування і виконання певної програми дій.

Криза семи років. Криза семи років є перехідним періодом, що відділяє дошкільне дитинство від молодшого шкільного віку. Її також називають кризою саморегуляції; і вона нагадує кризу першого року.

Дитина ще не володіє своїми почуттями, не може їх стримувати і водночас не вміє керувати ними. Втративши одні форми поведінки, вона ще не оволоділа іншими. Виникають труднощі у вихованні: дитина замикається у собі й часто стає некерованою.

Якщо криза трьох років була пов'язана з усвідомленням дитиною себе в ролі активного суб'єкта у світі предметів, то тепер вона усвідомлює своє місце у світі суспільних відносин, що докорінно змінює її самосвідомість. Як вважає Л. Божович, криза семи років — це період народження соціального "Я" дитини.

Криза семи років потребує переходу до нової соціальної ситуації, нового змісту відносин з оточенням. Дитина має вступити у стосунки із суспільством як із сукупністю людей, котрі здійснюють обов'язкову, суспільно необхідну й корисну діяльність.

Соціальна ситуація розвитку. Основною особливістю цього віку є зміна *соціальної позиції* особистості: вчорашній дошкільник стає учнем, членом шкільного і класного колективів, де слід дотримуватися нових норм поведінки, вміти підпорядковувати свої бажання новому розпорядку тощо. Усе це сприймається дитиною як певний переломний момент у житті, який супроводжується ще й перебудовою системи взаємовідносин з дорослими, найавторитетнішою фігурою серед яких стає вчитель.

ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ ДИТИНИ В МОЛОДШОМУ ШКІЛЬНОМУ ВІЦІ

Емоційно-вольова сфера. Діти цього віку вкрай емоційні, але поступово вони оволодівають уміннями керувати своїми емоційними станами, стають дедалі стриманішими, врівноваженішими.

Основним джерелом *емоцій* є навчальна та ігрова діяльність (успіхи і невдачі в навчанні, взаємини в колективі, читання літератури, сприймання телепередач, фільмів, участь в іграх тощо).

Емоційну сферу молодших школярів складають переживання нового, здивування, сумніву, радощів пізнання, які, у свою чергу, є базою розвитку допитливості та формування пізнавальних інтересів.

Молодші школярі емоційно вразливі. У них розвивається почуття самолюбства, зовнішнім вираженням якого є гнівне реагування на будь-які приниження їхньої особистості й позитивне переживання визнання їх якостей.

Розвиваються почуття симпатії, відіграючи важливу роль у формуванні малих груп у класі та стихійних компаній. Життя в класі постає як фактор формування у дітей моральних почуттів, зокрема почуття дружби, товариськості, обов'язку, гуманності. При цьому першокласники схильні переоцінювати власні моральні якості й недооцінювати їх у своїх однолітків. Проте з віком вони стають більш самокритичними.

Шкільне навчання сприяє розвитку вольових якостей молодших учнів, вимагаючи від них усвідомлення і виконання обов'язкових завдань, підпорядкування їм своєї активності, довільного регулювання поведінки, вміння активно керувати увагою, слухати, думати, запам'ятовувати, узгоджувати власні потреби з вимогами вчителя тощо. Зростає вимогливість до себе та інших, розширюється сфера усвідомлення обов'язків, розуміння необхідності їх виконання.

Воля в цьому віці характеризується нестійкістю в часі. Молодші школярі легко піддаються навіюванню. У цей період в них формуються такі вольові риси характеру, як самостійність, впевненість у своїх силах, витримка, наполегливість тощо.

Характерологічні особливості. У цьому віці формується *характер*. Через недостатню сформованість вольових процесів спостерігаються імпульсивність поведінки, капризність, упертість. У поведінці дітей чітко виявляються особливості їхнього темпераменту, зумовлені властивостями нервової системи.

Однак більшість молодших школярів - чуйні, допитливі й безпосередні у вираженні своїх почуттів та ставлень.

Самооцінка. Самооцінка молодших школярів конкретна, ситуативна, багато в чому визначається оцінкою вчителя. Рівень домагань формується насамперед унаслідок досягнутих успіхів і невдач у попередній діяльності. Коли в навчальній діяльності дитини невдач більше, ніж успіхів і цю ситуацію вчитель ще й постійно підкріплює низькими оцінками, то результатом стає розвиток почуття невпевненості в собі та неповноцінності, які мають тенденцію поширюватися й на інші види діяльності.

ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ

Фізичний розвиток. Підлітковий вік пов'язаний з перебудовою всього організму дитини, зумовленою насамперед статевим дозріванням. Активізація діяльності статевих та інших залоз внутрішньої секреції спричинює інтенсивний фізичний і фізіологічний розвиток.

Прискорюється ріст організму, досягаючи для хлопчиків найвищих показників у 13 років і продовжуючись до 15-17 років. У дівчаток цей процес розпочинається і закінчується на два роки раніше. Зміцнюється м'язово-скелетна система, зростає фізична сила. Помітною є невідповідність розвитку серця, маси тіла і судинної системи, що не дозволяє постачати потрібної кількості крові до різних ділянок тіла, зокрема до мозку.

Водночас підлітки підвищено збудливі, їхня поведінка нестійка, імпульсивна, дії часто нестримні, безконтрольні, неадекватні стимулам. Бурхливий ріст і перебудова організму у цьому віці спричинюють стрімке підвищення інтересу дитини до своєї зовнішності. Формується новий образ свого фізичного "Я". Через його гіпертрофоване значення підлітки дуже болісно переживають недоліки (справжні й вигадані) своєї зовнішності. Непропорційний розвиток окремих частин тіла, скутість рухів, неправильність рис обличчя, шкіра, яка втрачає дитячу ніжність, надмірна вага або худорлявість дратують, а нерідко спричинюють виникнення почуття власної неповноцінності, зумовлюючи замкнутість, а то й неврози.

Тяжкі емоційні розлади, пов'язані з реакціями підлітків на свою зовнішність, пом'якшуються теплими, довірливими стосунками з близькими їм дорослими. Зрозуміло, що останні мають виявляти граничну тактовність і глибоке розуміння проблем, які хвилюють підлітка.

Соціальна ситуація розвитку. Основний зміст та специфіку всіх сторін розвитку (фізичного, розумового, морального, соціального та ін.) у підлітковому віці визначає перехід від

дитинства до дорослості. У всіх напрямках відбувається становлення якісних новоутворень внаслідок перебудови організму, трансформації взаємин із дорослими та однолітками, освоєння нових способів соціальної взаємодії, змісту морально-етичних норм, розвитку самосвідомості, інтересів, пізнавальної навчальної діяльності.

Серед умов сучасного життя вирізняються такі, що сприяють становленню дорослості підлітків (акселерація фізичного та статевого дозрівання, інтенсивне спілкування з однолітками, більш рання самостійність через зайнятість батьків, величезний потік різноманітної за змістом інформації тощо), і такі, що гальмують цей процес (зайнятість тільки навчанням за відсутністю інших серйозних обов'язків, прагнення багатьох батьків надмірно опікуватися дітьми тощо).

Соціальна активність підлітків спрямована насамперед на прийняття та засвоєння норм, цінностей і способів поведінки, характерних для світу дорослих, та стосунків між ними.

Криза 13 років. Ламання старих психологічних структур, характерне для цього віку, призводить до справжнього вибуху непокори, зухвальства та важковиховуваності (так звана "криза 13 років").

Виокремлюють такі виражені *симптоми* зазначеної кризи:

1. Зниження продуктивності навчальної діяльності (як і самої здатності до неї) навіть у тих сферах, де підліток обдарований. Регрес виявляється при виконанні творчих завдань, а здатність виконувати механічні завдання зберігається. Це зумовлено переходом від конкретного до логічного мислення.

2. Негативізм. Підліток ніби відштовхується від оточуючого середовища, він схильний до сварок, порушень дисципліни, переживаючи водночас внутрішнє занепокоєння, невдоволення, прагнення до самотності й самоізоляції.

Цікаво, що батьки і вчителі суб'єктивно пов'язують труднощі виховання не з кризою як такою і не з докризовим періодом, коли розпочинався і відбувався процес руйнування старих психологічних структур, а з післякризовим періодом (14-15 років) (С. Масгутова). Тобто для дорослих суб'єктивно найскладнішим є період творення, формування нових і прогресивних психологічних структур. Пов'язано це передусім з неефективністю в нових умовах старих виховних підходів і невмінням знаходити інші, які більше б відповідали саме цьому післякризовому періоду.

Психологічні новоутворення. Найважливішим *новоутворенням* підліткового віку є становлення самосвідомості. Самосвідомість підлітка характеризується передусім *почуттям дорослості*.

Однак зводити останнє в основному до бажання наслідувати дорослих, хоч це й справді трапляється у поведінці підлітків,— означає обмежуватись лише зовнішньою стороною явища, не розкриваючи його психологічної сутності. Підліток намагається зайняти місце дорослого в

системі реальних стосунків між людьми, тому для нього мужність, сміливість, одяг важливі передусім у зв'язку з цією соціальною позицією.

Підліток вимагає визнання своєї самостійності, рівності з дорослими, хоча реальні фізичні, інтелектуальні й соціальні передумови для цього ще відсутні. Лише у спеціально організованій діяльності можна створювати ситуації, в яких взаємостосунки з дорослими (та й однолітками) відповідали б домаганням і потребам підлітків. Провідною діяльністю в цей період стає інтимно-особистісне спілкування.

СТОСУНКИ З ОДНОЛІТКАМИ ТА ДОРΟΣЛИМИ

В усіх роботах з проблем психології підліткового віку так чи інакше визнається роль, що її відіграють стосунки з однолітками та дорослими у формуванні соціальної ситуації розвитку підлітка.

Об'єктивної дорослості в підлітка ще немає. Суб'єктивно ж така дорослість виявляється:

1. В емансипації від батьків. Підлітки прагнуть суверенності, незалежності, поваги до своїх таємниць. Виокремлюються "сфери впливу" батьків і однолітків. У питаннях стилю одягу, зачіски, часу повернення додому, проведення вільного часу, вирішення шкільних і матеріальних проблем підлітки щораз більше орієнтуються на однолітків, а не на батьків. Однак у ставленні до фундаментальних аспектів соціального життя основним усе ж таки залишається вплив батьків.

2. У новому ставленні до навчання. У підлітків розвивається прагнення до самоосвіти, причому часто не пов'язане з навчанням у школі. Багато хто стає байдужим до оцінок. Часом спостерігається розходження між інтелектуальними можливостями й успіхами в школі: можливості високі, а успіхи низькі.

3. У романтичних стосунках з однолітками іншої статі. Тут має значення не так факт симпатії, як форма стосунків, скопійована у дорослих (побачення, розваги тощо).

4. У зовнішньому вигляді й манері вдягатися.

Підліток і однолітки. Центральне місце в житті підлітка займає спілкування з товаришами. Якщо для молодших школярів основою для об'єднань найчастіше є спільна діяльність, то тепер навпаки: привабливість тих чи інших занять та інтереси визначаються передусім їхніми можливостями для спілкування з однолітками (Л. Божович).

Слід мати на увазі й ту обставину, що для підлітків важливо не просто бути разом з однолітками; вони прагнуть зайняти в їх середовищі те становище, яке б відповідало їхнім домаганням. Для одних – це бажання бути лідером, для інших — користуватись авторитетом у якійсь справі, треті намагаються знайти близького друга, й завжди це прагнення є провідним мотивом поведінки в цьому віці.

Спілкування з однолітками дедалі більше виходить за межі шкільного життя і навчальної діяльності, захоплюючи нові інтереси, види діяльності, стосунки, виділяючись в окрему, самостійну і надзвичайно важливу для підлітка сферу життя.

Спілкування з товаришами в цьому віці набуває такої цінності, що нерідко відсуває на другий план і навчання, і навіть стосунки з рідними. Так, серед причин зниження успішності й порушень поведінки, різних афектних переживань одне з головних місць займає невдоволення підлітків своїми стосунками з однолітками, що часто не усвідомлюється ні дорослими, ні ними самими.

Суттєво змінюються мотиви спілкування з товаришами та зумовлені цим переживання впродовж підліткового віку. Якщо в IV класі домінує просте бажання бути серед однолітків, гратися з ними, щось разом робити, то вже в У-УІ класах основним стає прагнення зайняти певний статус у колективі, а в VII-VIII класах йдеться про потребу підлітка в автономії в колективі однолітків та пошук визнання цінності власної особистості в їхніх очах

З роками також змінюються критерії оцінки однолітків. Якщо в молодших класах вони передусім пов'язані з тим, як дитина виконує вимоги дорослого (успішність, поведінка, громадська активність тощо), то у підлітків на перший план виходять особистісні якості, найважливіша серед яких — товариськість, далі — сміливість, вміння керувати собою, знання (а не просто успішність) тощо.

У підлітковому віці розвивається вміння орієнтуватись на вимоги товаришів, враховувати їх. Серед таких вимог особливе місце займає неодмінність додержуватися певного кодексу товариськості (як правило, до його норм відносять повагу гідності, рівність, чесність, допомогу товаришам та ін.). Цікаво, що підлітковий кодекс товариськості інтернаціональний за своїм характером, а порушення його норм завжди і скрізь засуджується однолітками. Так звані "ізолювані" підлітки мають спільну характерну особливість. На думку однолітків, у них відсутні якості "хорошого товариша", що не може бути виправдано вже нічим іншим.

Важливу роль у розвитку особистості підлітка відіграють взаємини з товаришами та близьким другом. До дружніх стосунків ставляться особливі вимоги — взаємної відвертості та розуміння, рівності, чуйності, здатності співпереживати, вміти зберігати таємниці тощо.

Підлітки схильні встановлювати дуже близькі (як правило, тимчасові) стосунки з різними однолітками — йде пошук друга. З кожним роком потреба у взаєминах з ним стає дедалі гострішою. Спілкування з близьким другом є темою особливих розмірковувань підлітка. Саме тут (побудова стосунків з другом та дії в їхніх рамках) відбувається пізнання підлітком іншої людини і самого себе, розвиваються засоби такого пізнання (вміння порівнювати, аналізувати і узагальнювати вчинки друга і власні, бачити їх етичну сутність і оцінювати її, розширення уявлень про власну особистість та особу товариша, зміни в оцінках інших та самооцінках тощо).

Підлітки дорожать дружбою, водночас будучи вкрай ревливими, вимогливими та схильними до образ.

Істотно змінюються взаємини хлопчиків і дівчаток. Виникає взаємний інтерес, бажання сподобатись і, як наслідок, розвивається інтерес до власної зовнішності; й часто у зв'язку з цим присутнє почуття стурбованості.

Інтерес до однолітків протилежної статі сприяє розвитку вибіркової спостережливості: зауважуються найнезначніші зміни у поведінці, настроях, переживаннях та реакціях симпатичної людини. З'являється і увага до власних психоемоційних станів, зумовлених спілкуванням із симпатичними однолітками.

Підліток і дорослі. Підлітковий вік — це період становлення якісно нових взаємин із дорослими. Підлітки вже, яка правило, не погоджуються на характерні для дитинства нерівноправні стосунки, як такі, що не відповідають їхнім уявленням про власну дорослість та самостійність. Вони вимагають поваги до власної особистості та людської гідності, довіри та самостійності, тобто істотно обмежують права дорослого та розширюють свої власні.

Невиконання розпоряджень дорослого, різні форми протесту тощо — все це не що інше, як форма боротьби підлітка за зміну існуючого типу взаємостосунків. Нові форми взаємин поступово витісняють старі, але вони тривалий час співіснують, зумовлюючи конфлікти, взаємонепорозуміння та труднощі у спілкуванні дорослого з підлітком.

Підліток претендує на нові права. Дорослість — це, передусім, самостійність; і підліток прагне самостійності у вирішенні найрізноманітніших проблем: коли, де, з ким йому гуляти, коли вчити уроки, як одягатись, що робити, тощо. Іноді це проявляється так гостро, ніби підліток взагалі не визнає авторитету дорослого і у принципі відмовився від слухняності у стосунках з ним.

Конфліктність при переході до нового типу взаємин виявляється і тоді, коли зміни в розвитку особистості підлітка випереджують необхідні корективи стосунків із дорослими, коли ініціатором таких коректив виступає підліток, а дорослі з усіх сил чинять цьому опір.

ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ ПІДЛІТКА

Підлітковий період — це період переходу від дитинства до дорослості, усвідомлення себе як дорослої особи, появи прагнення бути і вважатись дорослим, переорієнтації з цінностей, характерних для дітей, на цінності світу дорослих.

Поява відчуття *дорослості* як специфічного новоутворення самосвідомості є структурним центром особистості підлітка, тією її якістю, в якій відображається нова життєва позиція у ставленні до себе, людей і світу в цілому. Саме воно визначає спрямованість і зміст активності підлітка, його нові прагнення, бажання, переживання й афектні реакції.

Складність полягає в тому, що підлітки, прагнучи визнання власної дорослості з боку оточуючих, ще не відчують себе (і ще не є) дорослими повною мірою, по-справжньому. Однак саме це відчуття є тим новим, прогресивним в особистості, що обов'язково розвиватиметься; і саме на нього слід спиратись у педагогічній практиці.

Кардинальні зміни в структурі особистості підлітка зумовлюють його особливу чутливість до засвоєння норм, цінностей та способів поведінки, притаманних світу дорослих. По суті, йдеться про переорієнтацію з норм і цінностей дитячого світу на інші – дорослі, про вироблення особистісних утворень, які відіграють особливу і вирішальну роль в оволодінні дитиною соціальною ситуацією дорослого (Д. Фельдштейн).

Посилюється прагнення підлітка бути самостійним, зумовлене всім ходом його психічного розвитку, набутиим життєвим досвідом і змінами в організмі внаслідок дозрівання. Одночасно підлітки гостро потребують доброзичливої й тактовної підтримки з боку дорослих, яка б допомагала здійснювати їхні прагнення до самостійності.

Помітно відрізняються прояви прагнення до самостійності в молодших і старших підлітків. Так, у поведінці перших ще переважають дитячі риси, їх цікавить передусім зовнішній бік життя дорослих, те враження, яке їхні вчинки справляють на інших. Проте самі вчинки часто бувають імпульсивними і безконтрольними.

Молодші підлітки ще недостатньо усвідомлюють власні дії, не прагнуть до самоаналізу, а, отже, часто не визнають очевидної провини, намагаючись будь-що виправдатись. Проблема полягає в тому, що їм вкрай важко прилюдно визнати свою провину, оскільки це рівноцінно руйнуванню підвалин власної особистості. Водночас вони, як правило, розуміють і глибоко переживають ситуацію.

Ставлення старших підлітків до своїх вчинків набагато свідоміше. Вони вже схильні до самоаналізу, хоч ще не завжди здатні справитися з ним; їх вже цікавить не лише зовнішній бік життя дорослих, а й їхній внутрішній світ, духовні якості.

Розвиваються специфічні особливості самосвідомості, які проявляються в у *самооцінці* підлітка, в його оцінці ефективності різних видів своєї діяльності та своїх стосунків із дорослими й однолітками.

Розмірковування підлітка про себе, про своє життя не є абстрактними, як це характерно для ранньої юності, а стосуються передусім того, що відбувається з ним, з іншими людьми, мають відношення до його стосунків з ними, життєвих планів тощо. Приблизно в 11-12-річному віці виникає інтерес до свого внутрішнього світу; у подальшому відбувається поступове ускладнення й поглиблення самопізнання. Завдяки інтенсивному інтелектуальному розвитку з'являється схильність до самоаналізу. Образи "Я", що їх створює у своїй свідомості підліток, відбивають усе багатство його життя. Уявлення про фізичне "Я", про свій розум, здібності в різних сферах, про силу характеру, товариськість, доброту та інші якості,

інтегруючись, утворюють когнітивний компонент "Я-концепції" підлітка. З ним тісно пов'язані оцінювальний і поведінковий компоненти. Для підлітка важливо не просто знати, яким він є насправді, а й розуміти, наскільки значущими є його індивідуальні особливості; їх оцінка істотно залежить від системи цінностей, що формується завдяки впливу сім'ї та однолітків.

Підліток оцінює власні вчинки, прагнучи осмислити їх наслідки у майбутньому. Він намагається зрозуміти свої особливості, хоче знати власні вади, що зумовлено потребою правильно будувати взаємини з дорослими і однолітками, бути на висоті вимог як інших людей, так і власних.

Останнє зумовлює домінуючу орієнтацію підлітка на позитивне в іншій людині (точніше на те, що він вважає за таке), готовність брати з неї приклад. Орієнтація на певні зразки багато в чому визначає зміст нової системи життєвих цінностей та загальну спрямованість у формуванні особистості підлітка.

Так, привабливими в цьому віці можуть стати зовнішні ознаки дорослості, в яких передусім вбачаються характерні ознаки і переваги цього статусу (куріння, випивання, наслідування дорослої моди в одязі, косметичці, формах відпочинку, флірті тощо). Для підлітків освоєння їх часто ототожнюється з утвердженням і демонстрацією власної дорослості найлегшим шляхом – через наслідування.

Поступово розширюються і поглиблюються уявлення підлітків про себе, зростає самостійність їхніх суджень з цього приводу. Однак інших людей підлітки поки що оцінюють повніше і правильніше, ніж себе. Особливо це стосується тих, з ким у них склалися близькі стосунки.

Підлітки відкриті для спілкування як з однолітками, так і дорослими, їх замкнутість зумовлена відчуттям, що їх не розуміють, переживанням несправедливості чи неповаги до себе.

У цьому віці особливо яскраво виражена залежність від того, що про тебе говорять і як до тебе ставляться. Підлітки намагаються відкрити себе з кращого боку, заслужити схвальні відгуки від інших, особливо тих, чия думка для них важлива. Страх показати своє незнання або невміння може стати причиною надмірної сором'язливості й невпевненості у собі, набути хворобливого характеру. Все це часто маскується напускною розв'язністю, бравадою і грубістю, аби приховати внутрішню невпевненість.

Цей вік характеризується емоційною нестабільністю й імпульсивністю поведінки. Підлітки часто спочатку роблять, а вже потім думають про зроблене, хоч і усвідомлюють при цьому, що слід було б вчинити навпаки.

Помітного розвитку набувають *вольові* якості — наполегливість, впертість у досягненні мети, вміння долати перешкоди і труднощі тощо.

Підлітки, на відміну від молодших школярів, спроможні не тільки на окремі вольові дії, а й на вольову діяльність. Вони вже в змозі самі поставити перед собою мету та визначити шляхи її досягнення.

Бурхливо розвивається *емоційна* сфера. Раптово можуть змінюватись емоційні стани підлітка: з різкими переходами від надмірної рухливості до спокою, від піднесення до байдужості.

Підвищена емоційність підлітків зумовлена статевим дозріванням та неврівноваженістю процесів збудження і гальмуванням, з явною перевагою перших. Їхня підвищена збудливість пояснює схильність до афектів — різких виявів радості, гніву, невдоволення та ін.

Переживання набувають дедалі більшої стійкості. У підлітковому віці відбувається подальший розвиток *почуттів* як узагальнених і відносно стійких переживань (інтелектуальних, моральних, естетичних та ін.). Почуття стають тривалішими і стійкішими, що зумовлює посилення їх впливу на всі сторони життя підлітків.

Інтенсивно формуються моральні почуття, завдяки чому засвоєвані підлітками норми поведінки можуть ставати ефективним поштовхом до дій.

У підлітковому віці поступово відбувається перехід від ситуативного переживання краси явищ, природи, музичних і літературних творів, творів живопису до стійких естетичних почуттів, які є наслідком систематичного виховання,

Переживання підлітків, пов'язані із самореалізацією, з активної роботою щодо розвитку власної особистості, як правило, мають позитивний характер.

Нерідко вже можна спостерігати і визначення професійних намірів, яке супроводжується серйозними зусиллями щодо підготовки себе до омріяного майбутнього. Чим визначеніші та стійкіші професійні наміри підлітка, тим диференційованіше його ставлення до навчальних предметів (останні чітко розрізняються як "потрібні" та "непотрібні").

Самостійна діяльність таких підлітків дедалі більше набуває характеру самоосвіти у певному напрямку і з чіткою метою — оволодіти знаннями, необхідними для майбутньої професійної діяльності.

Підлітковий вік — дуже важливий період у розвитку *ідеалів* особистості. Якщо для молодших підлітків такими ідеалами є образи конкретних людей, то у старших підлітків вони набувають синтетичного характеру, базуючись на узагальненні уявлень про людей, якості яких їм імпонують. Ідеали стають взірцем для наслідування, правилом, згідно з яким намагаються діяти підлітки.

ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЮНОСТІ

Особливості фізичного розвитку. *Рання юність* (від 14-15 до 18 років) — це період завершення фізичного дозрівання організму, завершальний етап початкової соціалізації особистості.

Фізичний розвиток старшокласників характеризується подальшими анатомічними та фізіологічними змінами, тісно пов'язаними між собою. Темпи збільшення зросту та ваги сповільнюються, причому юнаки надолжують недавнє відставання від дівчат. Повного зросту дівчата досягають в середньому між 16 і 17 роками (відхилення в той чи інший бік до 13 місяців), а юнаки — між 17 і 18 роками (відхилення — до 10 місяців).

У 15-18 років для більшості юнаків і дівчат завершується статеве дозрівання організму. У дівчат остаточно формуються вторинні статеві ознаки, а внутрішні статеві органи продовжують інтенсивно рости. Менструальний цикл у нормі набуває регулярного характеру. Завершується формування жіночого типу статури. У юнаків процес статевого розвитку має більш виражений характер у зв'язку з тим, що розпочинається він пізніше (у середньому на 2 роки). Інтенсивно формуються вторинні статеві ознаки, чоловічий тип статури. У статевих залозах утворюються чоловічі статеві клітини, періодично відбуваються полюції.

Соціальна ситуація розвитку. Основне соціальне завдання на цьому етапі — вибір професії, соціальне та особистісне *самовизначення*. До моменту закінчення школи юнаки та дівчата мають бути психологічно готовими до дорослого життя. Йдеться про сформованість властивостей, здібностей та потреб, які б дали змогу молодій людині повною мірою реалізувати себе у праці, в громадському житті, в майбутній сім'ї.

Зазначимо, що перехідний, маргінальний характер соціального становища і статусу ранньої юності визначає і характерні психічні особливості юнацтва. Ще актуальними залишаються успадковані від підліткового віку проблеми — захист свого права на автономію від старших, власне вікова специфіка та ін.

Самовизначення на цьому етапі ще не є завершеним, остаточним, оскільки воно не пройшло перевірки життям. Тому до юності відносять і вікову групу від 18 до 23-25 років, яку умовно називають "початком дорослості" (І. Кон). На цьому етапі людина вже є повністю дорослою як у біологічному, так і в соціальному плані. Вона – передусім суб'єкт трудової діяльності (освіта, яка часто ще продовжується, на цьому етапі вже не загальна, а професійна; її можна розглядати як особливий різновид праці). Соціально-психологічні властивості тут детермінуються не стільки віком, скільки соціально-професійним становищем людини.

ВЗАЄМОСТСУНКИ З ДОРОСЛИМИ ТА ОДНОЛІТКАМИ

Старшокласник і дорослі. Одна з центральних проблем підліткового віку — перебудова взаєностосунків з дорослими та зміна значущих осіб — зберігає своє значення і в період ранньої юності.

Старшокласники прагнуть звільнитися від контролю та опікування з боку батьків і вчителів, а також від встановлених ними норм і порядків. У цьому процесі прийнято розрізняти домагання автономії у сфері поведінки (потреба і право самостійно вирішувати особисті проблеми), емоційної автономії (потреба і право мати власні, самостійно обрані уподобання) та нормативної автономії (потреба і право на власні норми і цінності) (І. Кон).

Першою, і порівняно легко, досягається незалежність поведінки, зрозуміло, у певних рамках, передусім у сфері дозвілля. Юнаки та дівчата все більше проводять його поза домівкою і школою, віддаючи перевагу одноліткам як партнерам у спільному дозвіллі.

Емоційна автономія досягається з більшими труднощами, і цей процес дуже суперечливий. Якщо підлітковий період породжує передусім проблеми, пов'язані з дисципліною, то рання юність дає найбільше емоційних конфліктів, особливо у взаєминах з батьками. Для того, щоб стати дорослою, молода людина має розірвати емоційну залежність від батьків, включити свої стосунки з ними в нову, складнішу систему емоційних уподобань і симпатій, центром якої вже будуть не батьки, а вона сама. Батьки, як правило, хворобливо реагують на таке охолодження з боку дітей, скаржаться на їхню черствість й байдужість. Проте це тимчасове явище, емоційний контакт з батьками відновлюється після завершення кризового періоду на новому рівні, якщо, звичайно, нетактовність і безцеремонність старших не закривають для них внутрішній світ молодій людині надовго, а то й назавжди.

Ревниво захищають юнаки і дівчата своє право на власні переконання, моральні установки та цінності. З цією метою вони нерідко займають підкреслено максималістські позиції, висловлюють крайні погляди з того чи іншого питання. Однак за цією зовнішньою стороною можна простежити велику залежність у серйозних проблемах (вибір професії, політичні погляди, світогляд тощо) від дорослих, особливо від батьків. Інша справа, коли йдеться про моду, смаки, способи проведення дозвілля та ін.

Товариство однолітків. У період ранньої юності продовжується процес переорієнтації спілкування з дорослих на ровесників. В його основі лежить суперечлива взаємодія двох потреб — у відокремленні та в належності до певної групи, входженні до неї. Якщо перша реалізується передусім через прагнення до емансипації від дорослих, то друга — у взаєминах з однолітками.

Відчуття самотності, переживання власної непотрібності, зумовлені віковими суперечностями становлення особистості, викликають у молодих людей нестримне

прагнення до об'єднання і спілкування з однолітками, у товаристві яких вони сподіваються знайти такі гостро потрібні емоційну теплоту, розуміння, визнання власної значущості тощо.

Характерним для таких компаній є дуже високий рівень конформізму. Захист своєї незалежності від старших у цьому віці поєднується з вкрай некритичним ставленням до уявлень і цінностей власної групи та її лідерів. Індивідуальність утверджують через однаковість (в рамках своєї групи), у спільному протистоянні комусь іншому.

Надзвичайно серйозною є потреба не просто входити до групи, а бути прийнятим однолітками, відчувати свою необхідність для групи, мати в ній певний авторитет. Низький статус в групі, як правило, корелює з високим рівнем особистісної тривожності.

Стрімко зростає число груп і компаній, до яких входить старшокласник, зокрема число референтних груп, тобто тих, на які він орієнтується, з якими співвідносить свої самооцінки і ціннісні орієнтації.

Потреба самовиразитись, розкрити свої переживання домінує над інтересом до почуттів та переживань іншого, що зумовлює егоцентричність юнацького спілкування, призводить до напруженості взаємин та невдоволення ними. Різко посилюється потреба в індивідуальній інтимній дружбі.

Помітно активізуються міжстатеві взаємини: розширюється сфера дружніх стосунків, розвивається настійна потреба в коханні, з'являються серйозні захоплення, багато хто розпочинає статеве життя.

Юнацькі мрії про кохання відображають насамперед потребу в емоційному теплі, душевній близькості, розумінні. Як правило, вони не збігаються (особливо в юнаків) з чуттєвістю, зумовленою статевим дозріванням. Як зазначає І. Кон, юнак не любить жінку, до якої відчуває бажання, і не відчуває потягу до жінки, яку він кохає.

Закохуючись, юнаки досить влучно називають це почуття дружбою; і водночас відчувають сильний, позбавлений тонкого психологічного змісту еротизм як вираження біологічної сексуальної потреби. Вони часто перебільшують фізичні аспекти сексуальності, а дехто намагається відсторонитися від них. У таких випадках зазвичай психологічним захистом стає аскетизм або інтелектуалізм. Замість того, щоб навчитися контролювати прояви своєї чуттєвості, юнаки прагнуть цілком відмовитися від них: аскети — тому, що чуттєвість "брудна", а інтелектуали — тому, що вона "нецікава". Старшокласники, так само як і підлітки, іноді схильні наслідувати один одного і самостверджуватися в очах однолітків за допомогою справжніх або уявних "перемог". Не лише у середніх, а й у старших класах легкі закоханості нагадують епідемії: як тільки з'являється одна пара, відразу закохується й решта. Причому багато хто захоплюється одночасно одними й тими самими найпопулярнішими у класі дівчиною або юнаком.

Здатність до інтимної юнацької дружби і романтичної любові, що розвивається у цьому віці, відібрається і на майбутньому дорослому житті, визначаючи важливі сторони розвитку особистості, моральне самовизначення і те, кого і як любитиме доросла людина.

ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ У ПЕРІОД РАННЬОЇ ЮНОСТІ

Емоційно-вольова сфера. Порівняно з підлітками зростає рівень свідомого *самоконтролю*, хоч саме в цьому віці найбільше скаржаться на слабкість волі, залежність від зовнішніх впливів і такі характерологічні риси, як капризність, ненадійність, схильність легко і безпричинно ображатися тощо.

Залежність емоційних реакцій підлітків від гормональних та фізіологічних процесів певною мірою зберігається і в період ранньої юності, однак вона вже не визначає всіх особливостей емоційної сфери. Останні залежать також від соціальних факторів і умов виховання, причому індивідуально-типологічні відмінності часто суттєвіші за вікові.

Всі основні структури темпераменту і його залежності від властивостей нервової системи задаються ще у підлітковому віці. Рання юність відзначається посиленням інтегральних зв'язків між його елементами, внаслідок чого полегшується управління людиною власними реакціями (В. Мерлін). Так, юнаки та дівчата, незалежно від типу нервової системи, значно стриманіші і врівноваженіші порівняно з підлітками (О. Кучменко).

У цілому ж можна сказати, що емоційні труднощі та негаразди не є типологічними для юнацького віку. Ймовірніше, що тут відбувається виявлення деякої загальної закономірності, а саме: підвищення рівня організації і саморегуляції організму призводить до збільшення емоційної чутливості, але паралельно зростають і можливості психологічного захисту (І. Кон).

Загальне емоційне самопочуття стає рівнішим. Афектні вибухи, характерні для підлітків через їхню постійну збудженість, зустрічаються рідше. Емоційне життя стає багатшим за змістом і диференційованішим за відтінками почуттів. Інтенсивно розвиваються відкритість до емоційних впливів, здатність до співпереживань (емпатичність), емоційна чутливість.

Розвиток самосвідомості. У період ранньої юності принципово змінюється ставлення до власної особистості. Якщо для підліткового віку характерним є бурхливий розвиток самосвідомості, то тепер йдеться вже про формування нової якості особистості, усвідомлення себе як особистості неповторної, з власними думками, переживаннями, почуттями, поглядами та оцінками.

Високий рівень розвитку *самосвідомості* породжує інтерес до власної особистості, до форм її організації та саморегулювання.

Основний психологічний здобуток юності — відкриття для себе власного внутрішнього світу. Зовнішній, фізичний світ тепер — лише одна з можливостей суб'єктивного досвіду, центром якого є власна особистість, власне "Я". Процес відкриття власного "Я" складний і

внутрішньо суперечливий. Несподівано виявляється, що "внутрішнє" "Я" не збігається із "зовнішньою" поведінкою, внаслідок чого актуальною стає проблема самоконтролю. Невизначеність, недостатня диференційованість, розмитість "Я" в цьому віці зумовлюють почуття стурбованості та внутрішньої порожнечі, яку слід чимось наповнити, що, у свою чергу, породжує посилення потреби у спілкуванні та одночасне зростання його вибірковості, посилення потреби у відокремленні від інших.

Уявлення про себе співвідноситься передусім з певним груповим образом "Ми" (образ типового представника свого віку і статі), але ніколи з ним повністю не збігається. Образ власного "Я", як правило, більш диференційований і включає в себе інші нормативні якості порівняно з образом "Ми". Так, юнаки вважають себе менш сміливими, менш комунікабельними та життєрадісними, ніж однолітки, зате добрішими і з краще розвинутою здатністю зрозуміти іншу людину. Дівчата ж приписують собі меншу комунікабельність, зате більшу щирість, справедливість й вірність (І. Кон, В. Лосенков). Аналогічна тенденція виявлена, скажімо, і в молодих французів (Б. Заззо).

Надзвичайно важливий процес у розвитку юнацької самосвідомості — це формування особистісної *ідентичності*, почуття індивідуальної самототожності та цілісності.

Нерозв'язаність цих задач зумовлює формування у молодих людей неадекватної ідентичності. Розвиток останньої може йти за такими основними напрямками: відмова від психологічної інтимності, уникнення тісних міжособових стосунків з іншими; розмивання почуття часу, неспроможність будувати життєві плани, страх ставати дорослим, страх змін; розмивання продуктивних, творчих здібностей, невміння мобілізувати свої внутрішні ресурси і зосередитися на якійсь одній, основній, діяльності; формування "негативної ідентичності", відмова від самовизначення і вибір негативних зразків для наслідування.

Істотні відмінності спостерігаються і в стилі спілкування та міжособових стосунків. Психологічна інтимність, глибокі почуття та взаємність стосунків притаманні передусім стадіям "мораторію" та "зрілості", тоді як для етапів "невизначеності" та "передчасності" більшою мірою характерні стереотипні контакти. Серед молодих людей з "невизначеною" ідентичністю виявлено найбільше ізольованих (С. Хаузер, Л. Кале).

Важливим моментом стає формування *почуття дорослості*, причому не взагалі, як це мало місце у підлітковому віці, а саме чоловічої і, відповідно, жіночої дорослості. Особливо інтенсивно розвивається сприймання себе як особи певної статі з характерними потребами, мотивами, ціннісними орієнтаціями, ставленнями до представників протилежної статі та відповідними формами поведінки (І. Дубровіна). Самосвідомість та самооцінки юнаків і дівчат серйозно залежать від стереотипних уявлень про нормативні образи чоловіка та жінки, які визначені історично зафіксованою диференціацією статевих ролей.

Центральним новоутворенням ранньої юності, як уже зазначалося, стає *самовизначення* не лише особистісне, а й професійне. У 80-ті роки у виборі професії старшокласники передусім орієнтувались на її престижність (соціальну значущість), вимоги професії до особистості, принципи і норми взаємин, характерні для певного професійного кола. Сьогодні найважливішим фактором став матеріальний.

Самовизначення пов'язане зі спрямованістю в майбутнє, якісно іншим сприйманням часу, коли сьогодення постійно співвідноситься з майбутнім, оцінюється з позицій майбутнього. Нове усвідомлення часу позитивно впливає на формування особистості за наявності впевненості в собі, у своїх можливостях і силах.

Динаміка юнацької самооцінки в сучасних умовах свідчить про деякі характерні тенденції. Так, у десятикласників самооцінка, як правило, висока, порівняно безконфліктна і стійка. У цьому віці юнаки та дівчата оптимістично оцінюють себе, свої можливості, а відтак не виявляють надмірної тривожності.

У випускному класі ситуація ускладнюється, оскільки вже потрібно робити реальний вибір свого майбутнього. Частина випускників і тут зберігає оптимістичну самооцінку (вона не дуже висока, але гармонійно поєднує наміри з оцінкою власних можливостей), в інших самооцінка вкрай висока, охоплює всі сторони життя, змішуючи реальність з бажаним, третім (серед них більшість – дівчата) притаманна низька, конфліктна самооцінка, не впевненість у собі, гостре переживання добре усвідомлюваної невідповідності своїх прагнень наявним можливостям (І. Кулагіна).

Загалом юність — це період стабілізації особистості, вироблення системи стійких поглядів на світ і своє місце в ньому, особистісного й професійного самовизначення.

За матеріалами навчального посібника: Заброцький М.М. Вікова психологія: Навч. посіб. – 2-ге вид., випр. і доп. – К.: МАУП, 2002. – 104 с.

“Мозаїка”¹⁹

ОБЩАТЬСЯ С РЕБЕНКОМ. КАК?

УРОК 1

Безусловно принимать ребенка — значит любить его не за то, что он красивый, умный, способный, отличник, помощник и так далее, а просто так, просто за то, что он есть!

Нередко можно слышать от родителей такое обращение к сыну или дочке: «Если ты будешь хорошим мальчиком (девочкой), то я буду тебя любить». Или: «Не жди от меня хорошего, пока ты не перестанешь... (ленишься, драться, грубить), не начнешь... (хорошо учиться, помогать по дому, слушаться)».

Приглядимся: в этих фразах ребенку прямо сообщают, что его принимают **условно**, что его любят (или будут любить), **«только если...»**. Условное, оценочное отношение к человеку вообще характерно для нашей культуры. Такое отношение внедряется и в сознание детей.

Пятиклассник из Молдовы нам пишет: «А за что тогда любить ребенка? За лень, за невежество, за неуважение к старшим? Извините, но я это не понимаю! Своих детей я буду любить, только если...».

Причина широко бытующего оценочного отношения к детям кроется в твердой вере, что награды и наказания — главные воспитательные средства. Похвалишь ребенка — и он укрепитесь в добре, накажешь — и зло отступит. Но вот беда: они не всегда безотказны, эти средства. Кто не знает и такую закономерность: чем больше ребенка ругают, тем хуже он становится. Почему же так происходит? А потому, что воспитание ребенка — это вовсе не дрессура. Родители существуют не для того, чтобы выработать у детей условные рефлексy.

Психологами доказано, что потребность в любви, в принадлежности, то есть **нужности другому**, одна из фундаментальных человеческих потребностей. Ее удовлетворение — необходимое условие нормального развития ребенка. Эта потребность удовлетворяется, когда вы сообщаете ребенку, что он вам дорог, нужен, важен, что он просто хороший. Такие сообщения содержатся в приветливых взглядах, ласковых прикосновениях, прямых словах: «Как хорошо, что ты у нас родился», «Я рада тебя

видеть», «Ты мне нравишься», «Я люблю, когда ты дома», «Мне хорошо, когда мы вместе...».

Известный семейный терапевт Вирджиния Сатир рекомендовала обнимать ребенка несколько раз в день, говоря, что четыре объятия совершенно необходимы каждому просто для выживания, а для хорошего самочувствия нужно не менее восьми объятий в день! И, между прочим, не только ребенку, но и взрослому.

Конечно, ребенку подобные знаки безусловного принятия особенно нужны, как пища растущему организму. Они его **питают эмоционально**, помогая психологически развиваться. Если же он не получает таких знаков, то появляются эмоциональные проблемы, отклонения в поведении, а то и нервно-психические заболевания.

Мы далеко не всегда следим за своими обращениями к детям. Как-то в «Учительской газете» было опубликовано покаянное письмо матери: она с опозданием поняла, что нанесла душевную рану своему сыну. Мальчик ушел из дома, написав в записке, чтобы его не искали: «Ты сама сказала, что тебе без меня лучше». Вот ведь как буквально понимают нас дети! Они искренни в своих чувствах, и наделяют абсолютной искренностью любую фразу, сказанную взрослым. Чем чаще родители раздражаются на ребенка, одергивают, критикуют его, тем быстрее он приходит к обобщению: «Меня не любят». Доводы родителей типа: «Я же о тебе забочусь» или «Ради твоей же пользы» дети не слышат. Точнее, они могут услышать слова, но не их смысл. У них своя, эмоциональная, бухгалтерия. Тон важнее слов, и если он резкий, сердитый или просто строгий, то вывод всегда однозначный: «Меня не любят, не принимают». Иногда это оформляется для ребенка не столько в слова, сколько в ощущение себя плохим, «не таким», несчастливым.

Давайте посмотрим, во что развивается «комплекс непринятия» по мере взросления детей. Вот отрывок из письма четырнадцатилетней девочки.

«Я не верю, что с матерью могут быть дружеские отношения. У меня самые нелюбимые дни — это суббота и воскресенье. Мама в эти дни меня ругает. Если бы она со мной, вместо того чтобы орать, говорила по-человечески, я бы ее лучше поняла... Ее тоже можно понять, она хочет сделать из меня хорошего человека, а получает несчастного. Мне надоело так жить. Прошу у вас помощи! Помогите мне!!!».

Обида, одиночество, а порой и отчаяние звучат в письмах других ребят. Они рассказывают о том, что родители с ними «не дружат», никогда не говорят «по-человечески», «тычут», «орут», используют только повелительные глаголы: «сделай!», «убери!», «принеси!», «помой!». Многие дети уже не надеются на улучшение обстановки

¹⁹ У методики «Мозаїка» використано фрагменти з книги: Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком. Как? – М.: ЧеРо, 2001. – 240 с.

дома и ищут помощи на стороне. Обращаясь в редакцию газет и журналов («Помогите!», «Что мне делать?», «Не могу дальше так жить!»), все дети до одного меняют имена, не приводят обратного адреса. «Если родители узнают — прибьют». И через все это порой пробиваются нотки теплой детской заботы о родителях: «Как ее успокоить?», «Им тоже трудно», «Ее тоже можно понять...». Правда, так пишут, в основном, дети до тринадцати — четырнадцати лет. А те, кто постарше, уже очерствели. Они просто не хотят видеть родителей, не хотят находиться с ними под одной крышей.

Пишет десятиклассница:

«Я часто читала в журналах и газетах, что, мол, больше внимания надо уделять детям. Глупости. Я, да и многие мои сверстники, рады при малейшей возможности остаться одним. Идешь и думаешь: «Хоть бы их не было дома...». В воскресенье в голове: «Господи, лучше лишний день учиться!».

А что чувствуют родители? Как им живется? У них не меньше горечи и обид: «Не жизнь, а одно мучение...», «Иду домой как на поле битвы», «По ночам перестала спать — все плачу...».

Поверьте, даже если дело дошло до таких крайностей, крайностей для обеих сторон, еще не все потеряно: родители могут вернуть мир в семью. Но для этого надо начинать с себя. Почему с себя? Потому что у взрослых больше знаний, способности контролировать себя, больше жизненного опыта.

Конечно, и родители нуждаются в помощи. Я надеюсь, что эту помощь вы будете получать в ходе всех наших занятий. А сейчас давайте попробуем понять, какие причины мешают родителям безусловно принимать ребенка и показывать ему это.

ЧАСТО РОДИТЕЛИ СПРАШИВАЮТ:

«Если я принимаю ребенка, значит ли это, что я не должна никогда на него сердиться?»

Отвечаю. Нет, не значит. Скрывать и тем более копить свои негативные чувства ни в коем случае нельзя. Их надо выражать, но выражать особым образом, И об этом мы будем много говорить позже. А пока обращаю ваше внимание на **следующие правила**:

Можно выражать свое недовольство отдельными действиями ребенка, но не ребенком в целом.

Можно осуждать действия ребенка, какими бы нежелательными “непозволительными” они не были. Раз они у него возникли, значит, для этого есть основания.

Недовольство действиями ребенка не должно быть систематическим, иначе оно перерастет в неприятие его.

Пожалуй, главная из них — это **настрой на «воспитание»**, о котором речь уже шла выше.

Вот типичная реплика одной мамы: «Как же я буду его обнимать, если он еще не выучил уроки? Сначала дисциплина, а потом уже добрые отношения. Иначе я его испорчу».

И мама встает на путь критических замечаний, напоминаний, требований. Кому из нас не известно, что вероятнее всего сын отреагирует всевозможными отговорками, оттягиваниями, а если приготовление уроков — старая проблема, то и открытым сопротивлением. Мама из, казалось бы, резонных «педагогических соображений» попадает в заколдованный круг, круг взаимного недовольства, нарастающего напряжения, частых конфликтов.

Где же ошибка? Ошибка была в самом начале: дисциплина **не до, а после** установления добрых отношений, и только на базе них. Что и как для этого делать, мы будем обсуждать позже. А сейчас упомяну о других возможных причинах эмоционального неприятия или даже отталкивания ребенка. Иногда родители о них не подозревают, иногда их осознают, но стараются заглушить свой внутренний голос. Причин таких много. Например, ребенок появился на свет, так сказать, незапланированным. Родители его не ждали, хотели пожить «в свое удовольствие»; вот и теперь он им не очень нужен. Или они мечтали о мальчике, а родилась девочка. Часто случается, что ребенок оказывается в ответе за нарушенные супружеские отношения. Например, он похож на отца, с которым мать в разводе, и некоторые его жесты или выражения лица вызывают у нее глухую неприязнь.

Скрытая причина может стоять и за усиленным «воспитательным» настроем родителя. Ею может быть, например, стремление компенсировать свои жизненные неудачи, неосуществившиеся мечты или желание доказать супругу и всем домашним свою крайнюю необходимость, незаменимость, «тяжесть бремени», которое приходится нести.

Иногда в таких случаях сами родители нуждаются в помощи консультанта. Но все равно, первый шаг можно и нужно сделать самостоятельно: задуматься о возможной причине своего неприятия ребенка.

УРОК 2.

Мы говорили о том, как важно постоянно сообщать ребенку, что он нам нужен и важен, что его существование для нас — радость.

Сразу возникает вопрос-возражение: легко следовать этому совету в спокойные моменты или если все идет хорошо. А если ребенок делает «не то», не слушается, раздражает? Как быть в этих случаях?

Представьте себе картину: малыш увлеченно возится с мозаикой. Получается у него не все как надо: мозаинки рассыпаются, перемешиваются, не сразу вставляются, да и цветочек получается «не такой». Вам хочется вмешаться, научить, показать. И вот вы не выдерживаете: «Подожди, — говорите вы, — надо не так, а вот так». Но ребенок недовольно отвечает: «Не надо, я сам».

Другой пример. Второклассник пишет письмо бабушке. Вы заглядываете ему через плечо. Письмо трогательное, да вот только почерк корявый, да и ошибок много: все эти знаменитые детские «ищю», «сенце», «чюствую»... Как же не заметить и не поправить? Но ребенок после замечаний расстраивается, скисает, не хочет писать дальше.

Однажды мать заметила уже довольно взрослому сыну: «Ой, как у тебя получается неуклюже, ты бы сначала научился...». Это был день рождения сына, и он в приподнятом настроении азартно танцевал со всеми — как умел. После этих слов он сел на стул и мрачно просидел весь остаток вечера, мать же обиделась на его обиду. День рождения был испорчен.

Вообще разные дети по-разному реагируют на родительские «не так»: одни грустнеют и теряются, другие обижаются, третьи бунтуют «Раз плохо, не буду вообще!». Как будто бы реакции разные, но все они показывают, что детям не по нраву такое обращение. Почему?

Чтобы лучше это понять, давайте вспомним себя детьми.

Как долго у нас самих не получалось написать букву, чисто подмести пол или ловко забить гвоздь? Теперь эти дела нам кажутся простыми. Так вот, когда мы показываем и навязываем эту «простоту» ребенку, которому на самом деле **трудно**, то поступаем несправедливо. Ребенок вправе на нас обижаться!

Посмотрим на годовалого малыша, который учится ходить. Вот он отцепился от вашего пальца и делает первые неуверенные шаги. При каждом шаге с трудом удерживает равновесие, покачивается, напряженно двигает ручонками. Но он доволен и горд! Мало кому из родителей придет в голову поучать: «Разве так ходят? Смотри, как надо!». Или: «Ну что ты все качаешься? Сколько раз я тебе говорила, не маши руками! Ну-ка пройди еще раз, и чтобы все было правильно?».

Комично? Нелепо? Но так же нелепы с психологической точки зрения любые критические замечания, обращенные к человеку (ребенку ли, взрослому), который учится что-либо делать сам.

Предвижу вопрос: как же научить, если не указывать на ошибки?

Да, знание ошибок полезно и часто необходимо, но указывать на них нужно с особенной осторожностью. Во-первых, не стоит замечать каждую ошибку; во-вторых, ошибку лучше обсудить потом, в спокойной обстановке, а не в тот момент, когда ребенок увлечен делом; наконец, замечания всегда надо делать на фоне общего одобрения.

И в этом искусстве нам стоит поучиться у самих детей. Спросим себя: знает ли порой ребенок о своих ошибках? Согласитесь, часто знает — так же, как ощущает нетвердость шагов годовалый малыш. А как он к этим ошибкам относится? Оказывается, более терпимо, чем взрослые. Почему? А он доволен уже тем, что у него что-то получается, ведь он уже «идет», пусть пока нетвердо. К тому же, он догадывается: завтра получится лучше! Мы, родители, замечаниями хотим скорее добиться лучших результатов. А получается часто совсем наоборот.

Как-то отец одного девятилетнего мальчика признался: «Я так придирчиво отношусь к ошибкам сына, что отбил у него всякую охоту учиться чему-нибудь новому. Когда-то мы с ним увлекались сборкой моделей. Теперь он делает их сам, и делает прекрасно. Однако застрял на них: все модели да модели. А вот какое-нибудь новое дело ни за что не хочет начинать. Говорит не смогу, не получится — и чувствую, это оттого, что я его совсем закритиковал».

Надеюсь, теперь вы готовы принять правило, которым стоит руководствоваться в тех ситуациях, когда ребенок чем-то занят самостоятельно.

Назовем его **первым правилом**.

Не вмешивайтесь дело, которым занят ребенок, если он не просит помощи. Своим невмешательством вы будете сообщать ему: «С тобой все в порядке! Ты, конечно, справишься!».

ЧЕТЫРЕ РЕЗУЛЬТАТА УЧЕНИЯ

Ваш ребенок чему-то учится. Общий итог будет состоять из нескольких частных результатов. Назовем четыре из них.

Первый, самый очевидный — это знание, которое он получит или умение, которое он освоит.

Второй результат менее очевиден: это тренировка общей способности учиться, то есть учить самого себя.

Третий результат — эмоциональный след от занятия: удовлетворение или разочарование, уверенность или неуверенность в своих силах.

Наконец, четвертый результат - след на ваших взаимоотношениях с ним, если вы принимали участие в занятиях. Здесь итог также может быть либо положительным (остались довольны друг другом), либо отрицательным (пополнилась копилка взаимных недовольств).

Запомните, родителей подстерегает опасность ориентироваться только на первый результат (выучился? научился?). Ни в коем случае не забывайте об остальных трех. Они гораздо важнее!

Так что, если ваш ребенок строит из кубиков странный «дворец», лепит собачку, похожую на ящерицу, пишет корявым почерком или не очень складно рассказывает о фильме, но при этом увлечен или сосредоточен — не критикуйте, не поправляйте его. А если вы еще и проявите искренний интерес к его делу, то почувствуете, как усилится взаимное уважение и принятие друг друга, так необходимые и вам, и ему.

УРОК 3.

Наше Правило 2 — не просто добрый совет. Оно опирается на психологический закон, открытый выдающимся психологом Львом Семеновичем Выготским. Он назвал его **«зоной ближайшего развития ребенка»**. Глубоко убеждена, что каждый родитель должен непременно знать об этом законе. Расскажу о нем вкратце.

Известно, что в каждом возрасте для каждого ребенка существует ограниченный круг дел, с которыми он может справиться сам. За пределами этого круга — дела, доступные для него только при участии взрослого или же недоступные вообще.

Например, дошкольник уже может сам застегнуть пуговицы, вымыть руки, убрать игрушки, но он не может хорошо организовать свои дела в течение дня. Вот почему в семье дошкольника так часто звучат родительские слова «Пора», «Теперь мы будем», «Сначала поедим, а потом...»

Давайте нарисуем простую схему: один круг внутри другого. Маленький круг будет обозначать все дела, с которыми ребенок справляется сам, а зона между границами малого и большого круга — дела, которые ребенок делает только вместе со взрослым. За пределами большого круга окажутся задачи, которые сейчас не под силу ни ему одному, ни вместе со старшими.

Вот теперь можно объяснить, что открыл Л.С. Выготский. Он показал, что по мере развития ребенка круг дел, которые он начинает выполнять самостоятельно, увеличивается за счет тех дел, которые он раньше выполнял вместе со взрослым, а не тех, которые лежат за пределами наших кругов. Другими словами, **завтра ребенок будет делать сам то, что сегодня он делал с мамой**, и именно благодаря тому, что это было «с мамой». Зона дел вместе — это золотой запас ребенка, его потенциал на ближайшее будущее. Вот почему ее называли зоной ближайшего развития. Представим себе, что у одного ребенка эта зона широкая, то есть родители с ним много занимаются, а у другого узкая, так как родители часто предоставляют его самому себе. Первый ребенок будет развиваться быстрее, чувствовать себя увереннее, успешнее, благополучнее.

Теперь, я надеюсь, вам станет более понятно, почему оставлять «из педагогических соображений» ребенка одного там, где ему трудно — грубая ошибка. Это значит не учитывать основной психологический закон развития!

Надо сказать, что дети хорошо чувствуют и знают, в чем они сейчас нуждаются. Как часто они просят: «Поиграй со мной», «Пойдем погуляем», «Давай повозимся», «Возьми меня с собой», «А можно я тоже буду...». И если у вас нет действительно серьезных причин для отказа или отсрочки, ответ пусть будет только один: **«Да!»**.

Есть более верный способ, который открыли и постоянно переоткрывают родители: **читать вместе с ребенком**. Во многих семьях читают вслух дошкольнику, еще не

знакомому с буквами. Но некоторые родители продолжают это делать и потом, когда их сын или дочь уже ходят в школу. Сразу замечу, что на вопрос «Как долго надо читать вместе с ребенком, уже научившимся складывать буквы в слова?» — однозначно ответить нельзя. Дело в том, что скорость автоматизации чтения у всех детей разная (это связано с индивидуальными особенностями их головного мозга). Поэтому важно в трудный период освоения чтения помочь ребенку увлечься содержанием книги.

На родительских курсах одна мать поделилась тем, как ей удалось пробудить интерес к чтению у своего девятилетнего сына:

«Вова не очень любил книги, читал он медленно, ленился. А из-за того, что мало читал, не мог научиться читать быстро. Вот и получалось что-то вроде заколдованного круга. Что делать? Решила его заинтересовать. Стала выбирать интересные книги и читать ему на ночь. Он забирался в кровать и ждал, когда я закончу свои домашние дела.

Читали — и оба увлекались: что будет дальше? Уже пора свет гасить, а он: «Мамочка, ну пожалуйста, ну еще одну страничку!». А мне самой интересно... Тогда договаривались твердо: еще пять минут — и все. Конечно, он ждал с нетерпением следующего вечера. А иногда и не дожидался, дочитывал рассказ до конца сам, особенно если мало оставалось. И уже не я ему, а он мне говорил: «Прочти обязательно!» Я, конечно, старалась прочитать, чтобы вместе вечером новый рассказ начать. Так постепенно он начал брать книгу в руки, и теперь, бывает, его не оторвешь!».

Эта история — не только прекрасная иллюстрация того, как родитель создал зону ближайшего развития для своего ребенка и помог ее освоить. Он также убедительно показывает: когда родители ведут себя сообразно описанному закону, им легко сохранять дружеские благожелательные отношения с детьми.

Мы подошли к тому, чтобы записать Правило 2 целиком.

Если ребенку трудно, и он готов принять вашу помощь, обязательно помогите ему. При этом:

1. Возьмите, на себя, только то, что он, не может выполнить сам, остальное предоставьте делать ему самому.

2. По мере освоения ребенком новых действий постепенно передавайте их ему.

Как видите, теперь Правило 2 объясняет, **как именно** помогать ребенку в трудном деле.

Следующий пример хорошо иллюстрирует смысл дополнительных пунктов этого правила.

Если присмотреться к любому новому делу, которое дети осваивают с вашей помощью, многое окажется похожим. Обычно дети **активны**, и они постоянно стремятся **взять на себя** то, что делаете вы.

Мы подошли, пожалуй, к самому тонкому моменту: как уберечь **естественную активность** ребенка? Как не забить, не заглушить ее?

Оказывается, родителей подстерегает здесь двойная опасность.

Опасность первая — **слишком рано переложить** свою часть на ребенка. В нашем примере с велосипедом это равносильно тому, чтобы уже через пять минут отпустить и руль, и седло. Неизбежное в таких случаях падение может привести к тому, что у ребенка пропадет желание садиться на велосипед.

Вторая опасность — наоборот, **слишком долгое и настойчивое участие родителя**, так сказать, занудливое руководство, в совместном деле. И снова наш пример хорошо помогает увидеть эту ошибку.

Представьте себе; родитель, держа велосипед за руль и за седло, бежит рядом с ребенком день, второй, третий, неделю... Научится ли тот ездить самостоятельно? Едва ли. Скорее всего, ему вообще надоест это бессмысленное занятие. А уж присутствие взрослого — непременно!

УРОК 4.

Совместные занятия — настолько важная тема, что ей мы посвящаем еще один урок. Сначала поговорим о **трудностях и конфликтах взаимодействия** и о том, как их избегать.

Начнем с типичной проблемы, которая ставит в тупик взрослых: многие обязательные дела ребенок вполне освоил, ему уже ничего не стоит собрать в ящик раскиданные игрушки, застелить постель или положить учебники в портфель с вечера. Но все это он упорно **не делает!**

«Как быть в таких случаях? — спрашивают родители. — Опять делать это вместе с ним?».

Может быть, нет, а может быть, да. Все зависит от причин «непослушания» вашего ребенка. Возможно, вы еще не прошли с ним весь необходимый путь. Ведь это вам кажется, что ему одному легко расставить все игрушки по местам. Наверное, если он просит «давай вместе», то это не зря: возможно, ему **еще трудно** организовать себя, а может быть, ему нужно просто ваше участие, моральная поддержка.

Вспомним: и при обучении езде на двухколесном велосипеде есть такая фаза, когда вы уже не поддерживаете рукой седло, но все равно бежите рядом. И это придает силы вашему ребенку! Заметим, как мудро наш язык отразил этот психологический момент участие в значении «моральная поддержка» передается тем же словом, что и участие в деле.

Но чаще корень негативного упорства и отказов лежит в **отрицательных переживаниях**. Это может быть проблема самого ребенка, но чаще она возникает между вами и ребенком, в ваших взаимоотношениях с ним.

Если ваши отношения с ребенком уже давно испортились, не стоит думать, будто достаточно применить какой-то способ — и все вмиг пойдет на лад. «Способы», конечно, применять надо. Но без дружелюбного, теплого тона они ничего не дадут. Такой тон — самое главное условие успеха, и если ваше участие в занятиях ребенка не помогает, больше того, если он отказывается от вашей помощи, остановитесь и прислушайтесь к тому, **как вы общаетесь с ним**.

«Руководящие указания», наверное, где-то нужны, но не в совместных занятиях с ребенком. Как только они появляются, прекращается работа вместе. Ведь вместе — значит **на равных**. Не следует занимать позицию **над** ребенком; дети к ней очень чувствительны, и против нее восстают все живые силы их души. Тогда-то они и начинают сопротивляться «необходимому», не соглашаться с «очевидным», оспаривать «бесспорное».

Сохранить позицию на равных не так-то легко: иногда требуется немалая психологическая и житейская изобретательность.

Расскажу еще об очень ценном способе, который помогает избавить ребенка и самих себя от «руководящих указаний». Этот способ связан с еще одним открытием Л. С. Выготского и много раз был подтвержден научными и практическими исследованиями.

Выготский нашел, что ребенок легче и быстрее учится организовывать себя и свои дела, если на определенном этапе ему помочь некоторыми **внешними средствами**. Ими могут быть картинки для напоминания, список дел, записки, схемы или написанные инструкции. Заметьте, подобные средства — это уже не слова взрослого, это их замена. Ребенок может пользоваться ими самостоятельно, и тогда он оказывается на полпути к тому, чтобы справиться с делом самому.

Рассмотрим следующую очень частую причину конфликтов при попытке сотрудничать с ребенком. Бывает, родитель готов учить или помогать сколько угодно и за тоном своим следит — не сердится, не приказывает, не критикует, а дело не идет. Такое случается с **излишне заботливыми** родителями, которые хотят для своих детей больше, чем сами дети. Сталкиваясь с нежеланием ребенка делать что-либо положенное ему - учиться, читать, помогать по дому, - некоторые родители встают на путь «подкупа». Они соглашаются «платить» ребенку (деньгами, вещами, удовольствиями), если он будет делать то, что от него хотят. Этот путь очень опасен, не говоря уже о том, что мало эффективен. Обычно дело кончается тем, что претензии ребенка растут - он начинает требовать все больше и вперед - а обещанных изменений в его поведении не происходит. Почему? Чтобы понять причину, нам нужно познакомиться с очень тонким психологическим механизмом, который лишь недавно стал предметом специальных исследований психологов.

В одном эксперименте группе студентов стали платить за игру в головоломку, которой они увлеченно занимались. Скоро студенты этой группы стали играть заметно реже, чем те их товарищи, которые никакой платы не получали.

Механизм, который здесь, а также во многих подобных случаях (житейских примерах и научных исследованиях) следующий: человек успешно и увлеченно занимается тем, что он выбирает сам, по внутреннему побуждению. Если же он знает, что получит за это плату или вознаграждение, то его энтузиазм снижается, а вся деятельность меняет характер: теперь он занят не «личным творчеством», а «зарабатыванием денег».

Поднятая тема наводит на многие серьезные размышления, и прежде всего о школах с их обязательными порциями материала, которые надо выучить, чтобы потом ответить на отметку. Не разрушает ли подобная система естественной любознательности детей, их интереса к познанию нового?

Однако, остановимся здесь и закончим лишь напоминанием всем нам: давайте осторожнее обращаться с внешними побуждениями, подкреплениями, стимулированиями детей. Они могут принести большой вред, разрушив тонкую ткань собственной внутренней активности детей.

Как же быть? Как избегать ситуаций и **конфликтов принуждения**? Прежде всего, стоит присмотреться, чем больше всего увлекается ваш ребенок. Это может быть игра в куклы, в машинки, общение с друзьями, собирание моделей, игра в футбол, современная музыка... Некоторые из этих занятий могут показаться вам пустыми, даже вредными. Однако помните: для него они **важны и интересны**, и к ним стоит отнестись с уважением. Хорошо, если ваш ребенок расскажет вам, что именно в этих делах интересно и важно для него, и вы сможете посмотреть на них его глазами, как бы изнутри его жизни, избегая советов и оценок. Очень хорошо, если вы сможете принять участие в этих занятиях ребенка, разделить с ним его увлечение. Дети в таких случаях бывают очень благодарны родителям. Будет и другой результат такого участия: на волне интереса вашего ребенка вы сможете начать передавать ему то, что считаете полезным: и дополнительные знания, и жизненный опыт, и свой взгляд на вещи, и даже интерес к чтению, особенно если начать с книг или заметок об интересующем его предмете.

В этом случае ваша лодка пойдет **по течению**. Для примера - рассказ одного отца. Сначала он, по его словам, изнывал от громкой музыки в комнате своего сына, но потом пошел на «последнее средство»: собрав скудный запас знаний английского языка, он предложил сыну разбирать и записывать слова зарубежных песен. Результат оказался удивительным; музыка стала тише, а у сына пробудился сильный интерес, почти страсть, к английскому языку. Впоследствии он окончил институт иностранных языков и стал профессиональным переводчиком.

Подобная удачная стратегия, которую порой интуитивно находят родители, напоминает способ прививки ветки сортовой яблони к дичку. Дичок жизнеспособен и морозоустойчив, и его жизненными силами начинает питаться привитая ветка, из которой вырастает замечательное дерево. Сам же культурный саженец в земле не выживает. Так и многие занятия, которые предлагают детям родители или учителя, да еще с требованиями и упреками: они не выживают. В то же время они хорошо **«прививаются»** к уже существующим увлечениям. Пусть поначалу эти увлечения «примитивны», но они обладают жизненной силой, и эти силы вполне способны поддержать рост и расцвет «культурного сорта».

В этом месте я предвижу возражение родителей: нельзя же руководствоваться одним интересом; нужна дисциплина, есть обязанности, в том числе неинтересные! Не могу не согласиться. О дисциплине и обязанностях мы будем говорить подробнее позже.

А сейчас напомним, что мы обсуждаем **конфликты принуждения**, то есть такие случаи, когда вам приходится настаивать и даже требовать, чтобы сын или дочь выполняли то, что «надо», и это портит настроение обоим.

Обратите особое внимание на следующее Правило... **Постепенно, но неуклонно снимайте с себя заботу и ответственность за личные дела вашего ребенка и передавайте их ему.**

Пусть вас не пугают слова «снимайте с себя заботу». Речь идет о снятии мелочной заботы, затянувшейся опеки, которая просто мешает вашим сыну или дочери взрослеть. Передача им ответственности за свои дела, поступки, а затем и будущую жизнь — самая большая забота, которую вы можете проявить по отношению к ним. Это забота мудрая: Она делает ребенка более сильным и уверенным в себе, а ваши отношения — более спокойными и радостными.

Как это ни парадоксально звучит, но ваш ребенок нуждается в отрицательном опыте, конечно, если тот не угрожает его жизни или здоровью.

Позволяйте вашему ребенку встречаться с отрицательными последствиями своих действий (или своего бездействия). Только тогда он будет взрослеть и становиться «сознательным».

Это правило говорит о том же, что и известная пословица «на ошибках учатся». Нам приходится набираться мужества и сознательно давать детям делать ошибки, чтобы они научились быть самостоятельными.

УРОК 5.

Причины трудностей ребенка часто бывают спрятаны в сфере его чувств. Тогда практическими действиями — показать, научить, направить — ему не поможешь. В таких случаях лучше всего... **его послушать**. Правда, иначе, чем мы привыкли. Психологи нашли и очень подробно описали способ «помогающего слушания», иначе его называют «**активным слушанием**».

Что же это значит — активно слушать ребенка?

Активно слушать ребенка — значит «возвращать» ему в беседе то, что он вам поведал, при этом обозначив его чувство.

Важно обратить внимание на некоторые важные особенности и дополнительные правила беседы по способу активного слушания.

Во-первых, если вы хотите послушать ребенка, обязательно **повернитесь к нему лицом**. Очень важно также, чтобы **его и ваши глаза находились на одном уровне**. Если ребенок маленький, присядьте около него, возьмите его на руки или на колени; можно слегка притянуть ребенка к себе, подойти или придвинуть свой стул к нему поближе.

Избегайте общаться с ребенком, находясь в другой комнате, повернувшись лицом к плите или к раковине с посудой; смотря телевизор, читая газету; сидя, откинувшись на спинку кресла или лежа на диване. Ваше положение по отношению к нему и ваша поза — первые и **самые сильные сигналы** о том, насколько вы готовы его слушать и услышать. Будьте очень внимательны к этим сигналам, которые хорошо «читает» ребенок любого возраста, даже не отдавая себе сознательного отчета в том.

Во-вторых, если вы беседуете с расстроенным или огорченным ребенком, не следует задавать ему вопросы. Желательно, чтобы ваши ответы звучали в **утвердительной форме**.

Казалось бы, разница между утвердительным и вопросительным предложениями очень незначительна, иногда это всего лишь тонкая интонация, а реакция на них бывает очень разная. Часто на вопрос: «Что случилось?» огорченный ребенок отвечает: «Ничего!», а если вы скажете: «Что-то случилось...», то ребенку бывает легче начать рассказывать о случившемся.

В-третьих, очень важно в беседе «**держаться паузу**». После каждой вашей реплики лучше всего помолчать. Помните, что это время принадлежит ребенку; не забивайте его своими соображениями и замечаниями. Пауза помогает ребенку разобраться в своем переживании и одновременно полнее почувствовать, что вы рядом. Помолчать хорошо и после ответа ребенка — может быть, он что-то добавит. Узнать о том, что ребенок еще не готов услышать вашу реплику, можно по его внешнему виду. Если его глаза смотрят не

на вас, а в сторону, «внутри» или вдаль, то продолжайте молчать: в нем происходит сейчас очень важная и нужная внутренняя работа.

В-четвертых, в вашем ответе также иногда полезно повторить, что, как вы поняли, случилось с ребенком, а потом **обозначить его чувство**.

Хочу снова отметить, что беседа по способу активного слушания очень непривычна для нашей культуры, и ею овладеть непросто. Однако этот способ быстро завоевывает ваши симпатии, как только вы увидите результаты, которые он дает. Их по крайней мере три. Они также могут служить признаками того, что вам удастся правильно слушать ребенка. Перечислю их.

1. Исчезает или по крайней мере сильно ослабевает отрицательное переживание ребенка. Здесь сказывается замечательная закономерность:

разделенная радость удваивается, разделенное горе уменьшается вдвое.

2. Ребенок, убедившись, что взрослый готов его слушать, **начинает рассказывать о себе все больше**: тема повествования (жалобы) меняется, развивается. Иногда в одной беседе неожиданно разматывается целый клубок проблем и огорчений.

3. Ребенок сам продвигается в решении своей проблемы.

Вы познакомились с тремя положительными результатами, которые можно обнаружить (любой из них или сразу все) при удачном активном слушании ребенка уже в ходе беседы.

Однако постепенно родители начинают обнаруживать еще по крайней мере два замечательных изменения, более общего характера.

Первое: родители сообщают, как о чуде, что дети сами довольно быстро начинают активно **слушать их**.

Второе изменение касается самих родителей. Очень часто в начале занятий по активному слушанию они делятся вот каким своим неприятным переживанием. «Вы говорите,— обращаются они к психологу,— что активное слушание помогает понять и почувствовать проблему ребенка, поговорить с ним по душам. В то же время вы учите нас способу или методу, как это делать. Учите строить фразы, подыскивать слова, соблюдать правила... Какой же это разговор «по душам»? Получается сплошная «техника», к тому же неудобная, неестественная. Слова не приходят в голову, фразы получаются корявые, вымученные. И вообще — нечестно: мы хотим, чтобы ребенок поделился с нами сокровенным, а сами «применяем» к нему какие-то способы.»

Такие или приблизительно такие возражения приходится слышать часто на первых двух-трех занятиях. Но постепенно переживания родителей начинают меняться. Обычно это случается после первых удачных попыток вести беседу с ребенком по-другому. Успех окрыляет родителей, они начинают иначе относиться к «технике» и одновременно

замечают в себе что-то новое. Они чувствуют, что становятся **более чувствительными** к нуждам и горестям ребенка, легче принимают его «отрицательные» чувства. Родители говорят, что со временем они начинают находить в себе больше терпения, меньше раздражаться на ребенка, лучше видеть, как и отчего ему бывает плохо. Получается так, что «техника» активного слушания оказывается средством преобразования родителей. Мы думаем, что «применяем» ее к детям, а она **меняет нас самих**. В этом — ее чудесное скрытое свойство.

УРОК 6.

Родители, которые пытаются научиться активному слушанию, жалуются на большие трудности: на ум приходят **привычные ответы**,— все, кроме необходимого.

На одном из занятий группу родителей попросили написать, как бы они ответили на такую жалобу дочери:

— Таня больше не хочет со мной дружить. Сегодня она играла и смеялась с другой девочкой, а на меня они даже не взглянули.

Вот какие были ответы:

— А ты попробуй подойди к ним первая: может быть, и тебя примут.

— Наверное, ты сама в чем-то виновата.

— Конечно, очень обидно. Но, может быть, Тане интереснее с той девочкой. Лучше не навязывай ей свою дружбу, а найди себе другую подружку.

— А ты предложи Тане поиграть с твоей новой куклой.

— Не знаю, что делать. Подари им что-нибудь.

— Такое часто бывает в жизни. Постарайся не переживать так сильно.

— А у вас с ней не было ссоры?

— Брось переживать. Давай лучше поиграем. Родители очень удивились, узнав, что ни один ответ не был удачным. В последние два десятилетия психологи проделали очень важную работу: они выделили типы традиционных родительских высказываний — настоящих **помех** на пути активного слушания ребенка. Их оказалось целых двенадцать! Давайте же познакомимся с этими типами **автоматических ответов** родителей, а также с тем, что слышат в них дети.

1. Приказы, команды: «Сейчас же перестань!», «Убери!», «Вынеси ведро!», «Быстро в кровать!». «Чтобы больше я этого не слышал!», «Замолчи!».

В этих категоричных фразах ребенок слышит нежелание родителей вникнуть в его проблему, чувствует неуважение к его самостоятельности.

Такие слова вызывают чувство бесправия, а то и брошенности «в беде».

В ответ дети обычно сопротивляются, «бурчат», обижаются, упрямятся.

2. Предупреждения, предостережения, угрозы: «Если ты не прекратишь плакать, я уйду», «Смотри, как бы не стало хуже», «Еще раз это повторится, и я возьмусь за ремень!», «Не придешь вовремя, пеняй на себя».

Угрозы бессмысленны, если у ребенка сейчас неприятное переживание. Они лишь загоняют его в еще больший тупик.

Так, в конце первого разговора мама прибегла к угрозе: «...так и пойдешь, все ребята увидят, какой ты неряха», на что последовали слезы и выпад мальчика в адрес мамы.

Знакомы ли вам такие сцены? Бывает ли так, что в результате вы реагируете еще большим «закручиванием гаек», следующей угрозой, окриком?

Угрозы и предупреждения плохи еще и тем, что при частом повторении дети к ним привыкают и перестают на них реагировать. Тогда некоторые родители от слов переходят к делу и быстро проходят путь от слабых наказаний к более сильным, а порой и жестоким: раскапризничавшегося малыша «оставляют» одного на улице, дверь закрывают на ключ, рука взрослого тянется к ремню...

3. Мораль, нравоучения, проповеди: «Ты обязан вести себя как подобает», «Каждый человек должен трудиться». «Ты должен уважать взрослых».

Обычно дети из таких фраз не узнают ничего нового. Ничего не меняется от того, что они слышат это в «сто первый раз». Они чувствуют давление внешнего авторитета, иногда вину, иногда скуку, а чаще всего все вместе взятое.

Дело в том, что моральные устои и нравственное поведение воспитываются в детях не столько словами, сколько атмосферой в доме, через подражание поведению взрослых, прежде всего родителей. Если в семье все трудятся, воздерживаются от грубых слов, не лгут, делят домашнюю работу, — будьте уверены, ребенок знает, как надо себя правильно вести.

Если же он нарушает «нормы поведения», то стоит посмотреть, не ведет ли себя кто-то в семье так же или похожим образом. Если эта причина отпадает, то, скорее всего, действует другая: ваш ребенок «выходит за рамки» из-за своей внутренней неустроенности, эмоционального неблагополучия. В обоих случаях словесные поучения — самый неудачный способ помочь делу.

Значит ли это, что с детьми не надо беседовать о моральных нормах и правилах поведения? Совсем нет. Однако делать это надо только в их спокойные минуты, а не в накаленной обстановке. В последнем случае наши слова только подливают масло в огонь.

4. Советы, готовые решения: «А ты возьми и скажи...», «Почему бы тебе не попробовать...», «По-моему, нужно пойти и извиниться», «Я бы на твоём месте дал сдачи».

Как правило, мы не скупимся на подобные советы. Больше того, считаем своим долгом давать их детям. Часто приводим в пример себя:

«Когда я был в твоём возрасте...» Однако дети не склонны прислушиваться к нашим советам. А иногда они открыто восстают: «Ты так думаешь, а я по-другому», «Тебе легко говорить», «Без тебя знаю!». Что стоит за такими негативными реакциями ребенка? Желание быть самостоятельным, принимать решения самому. Ведь и нам, взрослым, не всегда приятны чужие советы. А дети гораздо чувствительнее нас. Каждый раз, советуя что-либо ребенку, мы как бы сообщаем ему, что он еще мал и неопытен, а мы умнее его,

наперед все знаем. Такая позиция родителей — позиция «сверху» — раздражает детей, а главное, не оставляет у них желания рассказать больше о своей проблеме.

5. Доказательства, логические доводы, нотации, «лекции»: «Пора бы знать, что перед едой надо мыть руки», «Без конца отвлекаешься, вот и делаешь ошибки». «Сколько раз тебе говорила! Не послушалась — пеняй на себя».

И здесь дети отвечают: «Отстань», «Сколько можно», «Хватит!». В лучшем случае они перестают нас слышать, возникает то, что психологи называют «смысловым барьером», или «**психологической глухотой**».

6. Критика, выговоры, обвинения: «На что это похоже!», «Опять все сделала не так!», «Все из-за тебя!», «Зря я на тебя понадеялась», «Вечно ты!..».

Вы, наверное, уже готовы согласиться с тем, что никакой воспитательной роли такие фразы сыграть не могут. Они вызывают у детей либо активную защиту: ответное нападение, отрицание, озлобление; либо уныние, подавленность, разочарование в себе и в своих отношениях с родителем. В этом случае у ребенка формируется низкая самооценка; он начинает думать, что он и в самом деле плохой, безвольный, безнадёжный, что он неудачник. А низкая самооценка порождает новые проблемы.

Вера некоторых родителей в воспитательное значение критики поистине безмерна. Только этим можно объяснить, что иногда в семьях замечания вперемежку с командами становятся главной формой общения с ребенком.

Давайте проследим, что может слышать ребенок в течение дня: «Вставай», «Сколько можно валяться?», «Посмотри, как у тебя заправлена рубашка», «Опять с вечера не собрал портфель», «Не хлопай дверью, малыш спит», «Почему опять не вывел собаку (не покормил кошку)? Сам заводил, сам и следи», «Опять в комнате черт знает что!», «За уроки, конечно, не сяди», «Сколько раз говорила, чтобы мыл за собой посуду», «Устала напоминать про хлеб», «Гулять не пойдешь, пока...», «Сколько можно висеть на телефоне?», «Ты когда-нибудь будешь ложиться спать вовремя?!»

Помножьте эти высказывания на количество дней, недель, лет, в течение которых ребенок все это слышит. Получится огромный багаж отрицательных впечатлений о себе, да еще полученных от самых близких людей. Чтобы как-то уравновесить этот груз, ему приходится доказывать себе и родителям, что он чего-то стоит. Самый первый и легкий способ (он, кстати, подсказывается родительским стилем) — это подвергнуть критике требования самих родителей.

Что же может спасти положение, если ситуация в семье сложилась именно таким образом?

Первый и главный путь: постарайтесь обращать внимание не только на отрицательные, но и на положительные стороны поведения вашего ребенка. Не бойтесь,

что слова одобрения в его адрес испортят его. Нет ничего более пагубного для ваших отношений, чем такое мнение. Для начала найдите в течение дня несколько положительных поводов сказать ребенку добрые слова.

7. Похвала. После всего сказанного, наверное, неожиданно и странно прозвучит рекомендация не хвалить ребенка. Чтобы разобраться в кажущемся противоречии, нужно понять тонкое, но важное различие между **похвалой** и **поощрением**, или **похвалой** и **одобрением**. В похвале есть всегда элемент оценки: «Молодец, ну ты просто гений!», «Ты у нас самая красивая (способная, умная)!», «Ты такой храбрый, тебе все нипочем».

Чем плоха похвала-оценка? Во-первых, когда родитель часто хвалит, ребенок скоро начинает понимать: где похвала, там и выговор. Хваля в одних случаях, его осудят в других.

Во-вторых, ребенок может стать зависимым от похвалы: ждать, искать ее. («А почему ты меня сегодня не похвалила?») (см. Бокс 6-1) Наконец, он может заподозрить, что вы неискренни, то есть хвалите его из каких-то своих соображений.

8. Обзывание, высмеивание: «Плакса-вакса», «Не будь лапшой». «Ну просто дубина!», «Какой же ты лентяй!» Все это — лучший способ оттолкнуть ребенка и «помочь» ему разувериться в себе. Как правило, в таких случаях дети обижаются и защищаются: «А сама какая?», «Пусть лапша», «Ну и буду таким!»

МЕНЯ МНОГО ХВАЛИЛИ

Это отрывок из письма одной родительницы в редакцию «Учительской газеты», где печатались материалы наших уроков.

«Я много читала статей и книжек про воспитание детей. В некоторых из них встречались советы хвалить детей, но они меня очень смущали.

Дело в том, что я сама через это прошла. Меня в детстве много хвалили.

Привыкаешь к этому очень быстро, и меня раздражало и огорчало, что, когда подросла, не всегда отмечали похвалой оценки, помощь по дому и т.д. В школе, в университете я уже не могла без хвалебных слов - у меня просто руки опускались, ничего не хотелось делать, пока не заметят. А если не замечали, то я и поворачивалась боком: раз вы так, то и я ничего вам делать не буду. Но главной своей бедой считаю то, что и сейчас, достигнув двадцатисемилетнего возраста, я от любой задачи, которую ставлю перед собой, от любой работы жду в конечном счете не результата, а похвалы. И вот только сейчас я прочитала в «Родительской газете» (наконец-то!) реальный ответ «Я рада, что ты так сделал» (а не «Ты - молодец!»). Почему же так поздно вы дали

конкретный пример! Как правило, все отговариваются тем, что у всех семьи разные, свои отношения, вот так нельзя, так тоже. А как можно?

Давайте побольше конкретных примеров, не такие уж мы дураки, будем сами, учитывая отношения, семьи и т.д. находить ответ. Но пример должен быть. Хоть один, это лучше, чем ничего. Спасибо вам, а то я чуть было и дочь (хоть и испытывала в душе колебания, помня свой опыт) не начала хвалить, хвалить, хвалить: «Ты у меня...», «Да какая ты...».

С уважением, Е.В. г. Пермь.

9. Догадки, интерпретации: «Я знаю, это все из-за того, что ты...», «Небось опять подрался», «Я все равно вижу, что ты меня обманываешь...» Одна мама любила повторять своему сыну: «Я вижу тебя насквозь и даже на два метра под то бой!», что неизменно приводило подростка в ярость. И в самом деле: кто из ребят (да и взрослых) любит, когда его «вычисляют»? За этим может последовать лишь защитная реакция, желание уйти от контакта.

10. Выспрашивание, расследование: «Нет, ты все-таки скажи», «Что же все-таки случилось? Я все равно узнаю», «Почему ты опять получил двойку?», «Ну почему ты молчишь?».

Удержаться в разговоре от расспросов трудно. И все-таки лучше постараться вопросительные предложения заменить на утвердительные.

11. Сочувствие на словах, уговоры, увещевания. Конечно, ребенку нужно сочувствие. Тем не менее есть риск, что слова «я тебя понимаю». «я тебе сочувствую» прозвучат слишком формально. Может быть, вместо этого просто помолчать, прижав его к себе. А во фразах типа: «Успокойся», «Не обращай внимания!», «Перемелется, мука будет» он может услышать пренебрежение к его заботам, отрицание или преуменьшение его переживания.

12. Отшучивание, уход от разговора.

Додаток 15

<i>В лесу родилась елочка</i>	<i>Дружба крепкая</i>	<i>В траве сидел кузнечик</i>	<i>От улыбки всем станет светлей.</i>	<i>Солнечный круг</i>
<i>В лесу родилась елочка</i>	<i>Дружба крепкая</i>	<i>В траве сидел кузнечик</i>	<i>От улыбки всем станет светлей.</i>	<i>Солнечный круг</i>
<i>В лесу родилась елочка</i>	<i>Дружба крепкая</i>	<i>В траве сидел кузнечик</i>	<i>От улыбки всем станет светлей.</i>	<i>Солнечный круг</i>
<i>В лесу родилась елочка</i>	<i>Дружба крепкая,</i>	<i>В траве сидел кузнечик</i>	<i>От улыбки всем станет светлей.</i>	<i>Солнечный круг</i>
<i>В лесу родилась елочка</i>	<i>Дружба крепкая</i>	<i>В траве сидел кузнечик</i>	<i>От улыбки всем станет светлей.</i>	<i>Солнечный круг</i>
<i>В лесу родилась елочка</i>	<i>Дружба крепкая,</i>	<i>В траве сидел кузнечик</i>	<i>От улыбки всем станет светлей.</i>	<i>Солнечный круг</i>

Додаток 16

стрибати	співати	Танцювати	Плескати
стрибати	співати	Танцювати	Плескати
стрибати	співати	Танцювати	Плескати
стрибати	співати	Танцювати	Плескати
стрибати	співати	Танцювати	Плескати
стрибати	співати	Танцювати	Плескати
стрибати	співати	Танцювати	Плескати
стрибати	співати	Танцювати	Плескати
стрибати	співати	Танцювати	Плескати

Українські народні приказки, прислів'я про родинні стосунки та виховання дітей

1. Найдорожчий клад, як в родині лад.
2. Чоловік і жінка – то єдина спілка.
3. Шануй старших – молодші тебе шануватимуть.
4. Лаяти батька і матір – погано.
5. Не ті батьки, що на світ привели, а ті, що в люди вивели.
6. Годуй діда на печі, бо й сам там будеш.
7. Все купиш, тільки не тата й маму.
8. Шануй батька та Бога – буде тобі усюди дорога.
9. Отець по-батьківськи поб'є, по-батьківськи й помилує.
10. Рідна мати однією рукою б'є своє дитя, а іншою – гладить.
11. Не навчив батько – не навчить і дядько.
12. У дитини заболить пальчик, а у мами – серце.
13. Який талантик у матці, такий і в дитятці.
14. Матір не купити, не заслужити.
15. Нема у світі цвіту цвітійшого над маківочкою, нема ж роду ріднішого над матіночки.
16. Жінка для совіту, теща – для привіту, матінка ж рідна – краще всього світу.
17. Куля мине, а материне слово не мине.
18. Добрі діти – вінець, а злі – кінець.
19. Горе з дітьми, горе й без дітей.
20. Добрі діти – втіха, а злі – гризота.
21. Хто має пасіку, той має мід, хто має діти, той має смід.
22. Щаслива година, коли заспить ввечерю дитина.
23. Малі діти не дають спати, а великі – дихати.
24. Дитину серцем люби, а руками – гнети.
25. Ледача дитина, котрої батько не бив.
26. Коли дитину не научиш в пелюшках, то не научиш й в подушках.
27. Один син – не син, два сина – півсина, три сини – ото тільки син.
28. Доброму сину не збирай, а ледачому не оставляй.
29. Пий та людей бий, щоб знали чий син.
30. Син – мій, а розум в нього – свій.
31. Коли хочеш з доні молодиці, то держи в ежових рукавицях.
32. Роби, дочко, так не будеш лихом кожуха латати.
33. Яка мати, така й дочка.

Матеріали до міні-лекції „Стили поведінки батьків”

Батьки часто використовують багато прийомів виховання, в залежності від ситуації, від самої дитини, від її поведінки в даний момент і від культурного середовища, в якому вони виховувались самі.

Оптимально, якщо батьки обмежують автономію дитини і поступово прищеплюють їй певні життєві цінності, виробляють “внутрішні гальма”, намагаючись при цьому не підірвати дитячу допитливість, ініціативу і почуття впевненості в собі. Щоб оволодіти цим мистецтвом, батьки повинні збалансовувати ступінь контролю та душевної теплоти. Батьківський контроль має відношення до ступеня присутності у батьків заборонених тенденцій.

Батьки з вираженими батьківськими тенденціями обмежують право дитини щодо власних бажань, активно домагаються від дітей дотримання певних правил, слідкують, щоб вони повністю виконували свої обов’язки.

На противагу батькам, у яких виражені заборонені тенденції, батьки, для яких заборонені тенденції не характерні, менше контролюють дітей, пред’являють менше вимог та менше обмежують їх поведінку.

Батьківська теплота вказує на те, в якій мірі батьки виявляють любов та схвалення. Душевна теплота батьків знаходить своє вираження у тому, як вони часто посміхаються своїм дітям, хвалять та підтримують їх, намагаються якомога менше критикувати та карати.

Жорсткі батьки, навпаки, критикують, карають, часто відхиляють скарги дітей та їх прохання, рідко висловлюють свою любов та схвалення.

Батьківський контроль й теплота впливають у кінцевому рахунку на прояви агресії та асоціальної поведінки дитини, формування Я-концепції, інтерналізацію моральних цінностей і розвиток соціальних навичок.

Діане Бомрінд (Baumrind, 1975, 1980) виділила 3 типи батьківського контролю, які лежать в основі стилів батьківської поведінки: авторитетний, авторитарний, ліберальний. Маккобі і Мартін (Maccoby & Martin, 1983) виділили четвертий, індіферентний, стиль батьківської поведінки.

Розглянемо їх детальніше:

Стиль батьківської Поведінки	Рівень контролю й теплоти	Характеристика
<p>Авторитетний – образ дій батьків, який відрізняється твердим контролем за дітьми, і в той же час заохочують спілкування та обговорення в сімейному колі правил поведінки, встановлені для дитини</p>	<p>Високий рівень контролю Теплі стосунки</p>	<p>Визнають і заохочують автономію своїх дітей Відкриті для спілкування та обговорення з дітьми встановлених правил поведінки; допускають зміни своїх вимог у розумних межах; діти чудово адаптовані: впевнені в собі, у них розвинуті самоконтроль і соціальні навички, вони добре вчаться у школі й наділені високою самооцінкою</p>
<p>Авторитарний - образ дій батьків, який відрізняється підкоренням власної поведінки жорстким правилам і нав'язуванням цих правил своїм дітям, а також виключенням дітей з процесу прийняття рішень</p>	<p>Високий рівень контролю Холодні стосунки</p>	<p>Віддають накази і чекають, що вони будуть виконані один до одного Закриті для постійного спілкування з дітьми; встановлюють жорсткі вимоги і правила, не допускають їх обговорення; дозволяють дітям лише в незначній мірі бути незалежними від них; їхні діти, як правило, замкнуті, боязливі, дратівливі: дівчатка переважно залишаються пасивними і залежними протягом підліткового і юнацького віку; хлопчики можуть стати агресивними</p>
<p>Ліберальний стиль - образ дій батьків, який відрізняється майже повною відсутністю контролю за дітьми при добрих, теплих стосунках з ними</p>	<p>Низький рівень контролю Теплі стосунки</p>	<p>Слабко чи зовсім не регламентується поведінка дітей; безумовна батьківська любов Відкриті для спілкування з дітьми, однак комунікація домінуюче спрямована – від дитини до батьків; дітям надана можливість необмеженої свободи при незначному керівництві батьків; батьки не встановлюють якихось обмежень; діти схильні до непокори та агресивності, при сторонніх ведуть себе неадекватно і імпульсивно, невимогливі до себе; в окремих випадках діти стають активними, рішучими, творчими людьми</p>
<p>Індиферентний - образ дій батьків, який характеризується відсутністю інтересу до виконання батьківських обов'язків</p>	<p>Низький рівень контролю Холодні стосунки</p>	<p>Не встановлюють для дітей жодних обмежень; байдужі до власних дітей Закриті для спілкування; через власні проблеми не залишається часу для виховання дітей; якщо байдужість батьків поєднується з ворожістю, дитина дає волю своїм самим руйнівним імпульсам і схильна до делінквентної поведінки</p>

Питання до вправи „Стоп-кадр”

Хто ти?

Що ти робиш?

Для чого ти це робиш?

З кого або з чого ти береш приклад?

Які твої цінності?

„П'ять шляхів до серця дитини”(фрагмент з книги Гері Чепмена та Росса Кемпбела²⁰)

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 виразити дитині свої почуття і любов на зрозумілій їй мові.

Чи вмієте ви говорити на мові любові?

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 найнадійніший 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.

Впевненість у любові оточуючих.

Коли дитина впевнена у любові оточуючих, вона стає більш слухняною, допитливою. З цієї впевненості малюк бере сили, щоб протистояти труднощам, з якими зустрічається. 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. Проявляти саме той спосіб прояву любові, який є найбільш зрозумілим для дитини, знайти для неї індивідуальний, особливий шлях вираження почуттів.

Батьківська любов повинна бути безумовною, адже 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 поводить себе.

Ми всі це розуміємо, але іноді не віддаємо собі звіту в тому, що нашу (батьківську) любов дітям доводиться завойовувати.

²⁰ Чепмен Г., Кемпбелл Р. Пять путей к сердцу ребенка. – СПб.: Христиан. о-во «Библия для всех», 2000.

Батьки люблять дитину, але з поправкою: вона повинна добре навчатися і гарно себе поводити. І лише у цьому випадку вона отримує подарунки, привілеї та схвалення.

Звичайно, ми повинні навчати і виховувати дитину. Але спочатку необхідно наповнити серце дитини впевненістю у нашій безумовній любові! І робити це треба регулярно, щоб ця впевненість не випарувалась. Тоді у дитини не виникає 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 по-справжньому 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 надій. І найважче – ми любимо її, щоб вона не зробила. Це не означає, що будь-який вчинок дитини ми виправдовуємо. Це означає, що ми любимо дитину і показуємо їй це, навіть якщо її поведінка не найкраща.

Чи не призводить це до вседозволеності? 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:

1. Перед нами діти.
2. Вони поводять себе як діти.
3. Буває, що їхня поведінка діє нам на нерви.
4. Якщо ми виконуємо свої батьківські обов'язки і любимо дітей, незважаючи на їхні витівки, вони, подорослішавши, виправляються.
5. Якщо вони повинні догодити мені, щоб заслужити любов, якщо моя любов умовна, діти її не відчують. Тоді вони гублять впевненість у собі й не здатні правильно оцінювати власні вчинки, а значить, не можуть контролювати їх, поводитись більш зріло.
6. 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.
7. Якщо ми любимо їх, не дивлячись ні на що, вони завжди зможуть контролювати свою поведінку й не піддаватися тривозі.

Найголовніше – ЛЮБИТИ!

Перші роки. Для немовляти молоко і ніжність – синоніми. Воно не розрізняє такі речі, 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 протягом перших півтора років. Особливо вагому роль тут відіграють взаємини дитини з матір'ю. Їжа, яка забезпечує майбутнє емоційне здоров'я, це:

- дотик;
- ласкаві слова;
- ніжна опіка.

Та дитина росте. Вчиться 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 теж 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 зростає.

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 впевненості у любові оточуючих, особливо вразлива. Вона не готова зустрітися 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 не по її норуву, вона перестає любити їх. У відповідь на це батьки, які також не вміють любити безумовно, позбавляють дитину любові взагалі. *Погодьтеся, - це порочне коло, у результаті якого підліток стає озлобленим і розчарованим.*

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

Діти по-різному відчувають любов, але кожна дитина потребує її. Існує 5 способів (основних), якими діти виражають любов:

- 1) дотик;
- 2) слова заохочення;
- 3) час;
- 4) подарунки;
- 5) допомога.

Якщо в сім'ї декілька дітей, то навряд мови їхньої любові співпадають. У дітей різні характери, і любов вони сприймають по-різному. З кожною дитиною необхідно говорити на її рідній мові любові. Але для того, щоб успішно впровадити даний підхід, нам необхідно ще раз підкреслити необхідність безумовної любові до дитини. І важливо пам'ятати, що до п'яти років у дитини неможливо встановити лише один шлях до його серця.

Дотик – один із найважливіших проявів любові людини. У перші роки життя дитини необхідно, щоб дорослі брали її на руки, обнімали, гладили по голівці, цілували, садовили 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 втрачать усю силу і сенс. Пам'ятайте, що кожна похвала має бути обґрунтованою та щирою. У спілкуванні з дитиною намагайтеся говорити спокійно і м'яко, навіть тоді, коли ви незадоволені. Слід менше вимагати від дитини і частіше просити її: „Ти не міг би...”, „Може зробиш...”, „Мені було б приємно, коли ти...”. Якщо у вас вирвалося грубе зауваження, слід вибачитися перед дитиною. Пам'ятайте, що постійна критика шкодить їй; бо вона аж ніяк не є доказом батьківської любові. Кожного дня даруйте дитині приємні слова підтримки, заохочення, схвалення, ласки, які свідчитимуть про любов до неї.

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

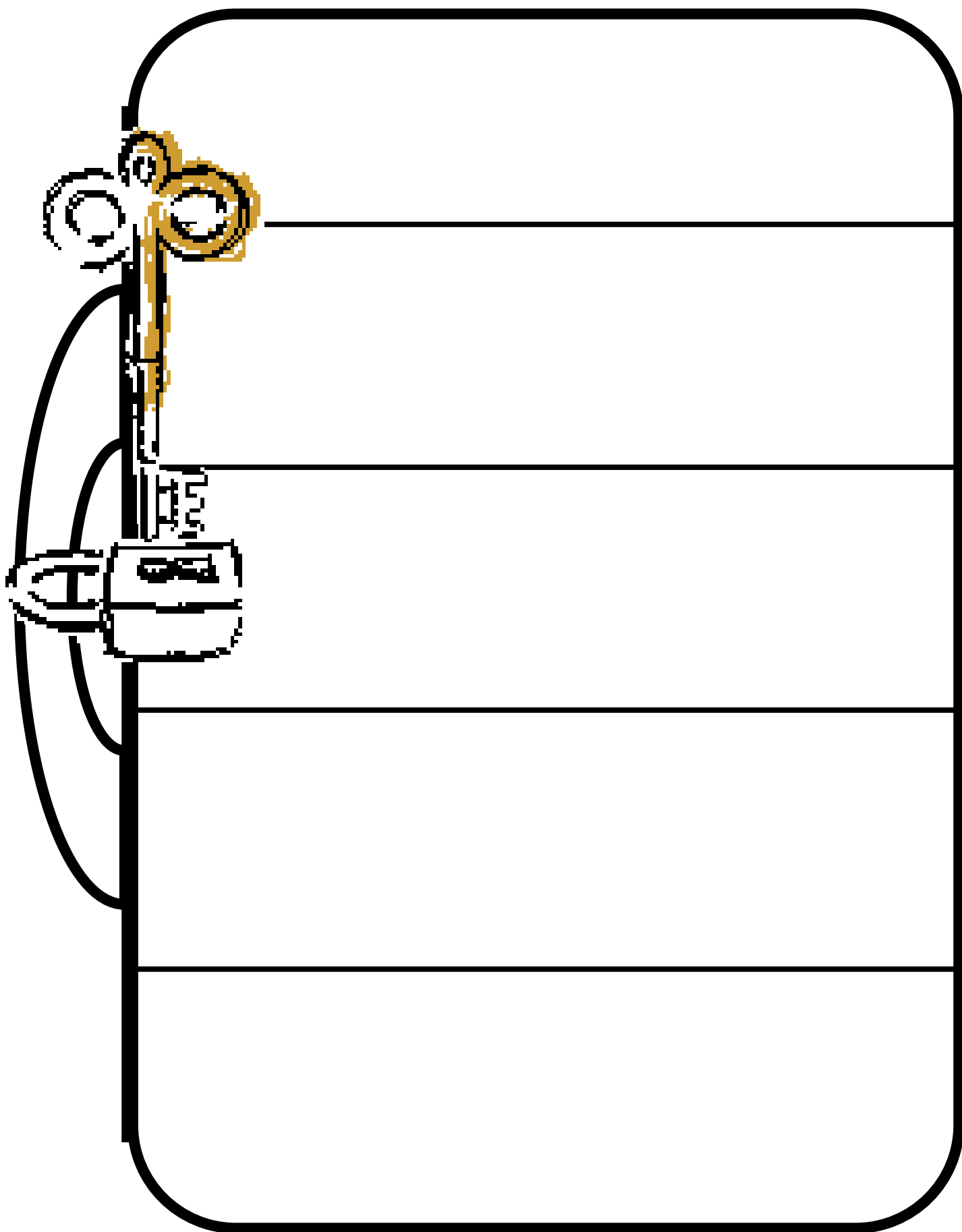
Подарунок – це символ любові тоді, коли дитина відчуває, що батьки дійсно турбуються про неї. Багато батьків використовують подарунки, щоб відкупитися від дитини. Діти, які одержують такі подарунки, починають думати, ніби любов можна замінити різними речами. Тому пам'ятайте, що справа не в кількості. 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 запитаннями, 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 сварять дитину, така допомога їй не радує. Допомагати дітям – не означає повністю обслуговувати їх. Спочатку ми дійсно багато робимо за них. Проте потім, коли вони підроснуть, ми мусимо навчити їх всьому, 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.

До вправи „Сімейна скарбничка”



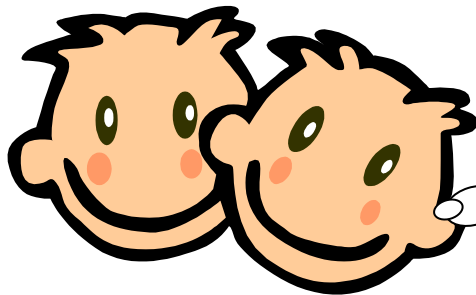
Засади усвідомленого батьківства

1. Любіть свою дитину.
2. Приймайте дитину такою, якою вона є.
3. Вірте та довіряйте своїй дитині.
4. Постійно вивчайте особистість дитини, не думайте, що ви вже все про неї знаєте.
5. Показуйте дитині, що вона є для вас важливою.
6. Дайте зрозуміти дитині, що її справи є важливими для вас.
7. Приділяйте увагу формуванню вольових рис, привчайте дитину до праці, напруги й виконання необхідних справ, навіть тоді, коли це не дуже приємно.
8. Допмагайте дитині виконати те, чого вона ще не вміє.
9. Дозволяйте дитині робити свій вибір, приймати власне рішення.
10. У разі конфліктів, засуджуйте не саму дитину, а її вчинок.
11. Прислухайтесь до думки дитини.
12. Будьте ввічливі з дитиною.
13. Проводьте разом із дитиною вільний час.
14. Допмагайте дитині розвивати її здібності.
15. Піклуйтеся про забезпечення безпеки й основних життєвих потреб дитини.

Підведення підсумків дня. Методика "Ідея".



Що сподобалося під час сесій мені особисто?



Які мої враження від роботи у групі?



Яка ідея / думка народилась у мене під час тренінгу?

ПІДСУМКОВА (ЗАКЛЮЧНА) ОЦІНОЧНА АНКЕТА

Інструкція: Відмітьте позначкою відповідь на кожне запитання. Ваші відповіді та коментарі сприятимуть вдосконаленню проведення у майбутньому тренінгів та семінарів.

1. Тренінг був:

- дуже корисним
 достатньо корисним
 цікавим, але некорисним
 некорисним

Коментарі:

2. Відмітьте за шестибальною шкалою, де 6 – дуже добре, 1 – незадовільно):

- Побудову та структуру тренінгу
1 2 3 4 5 6

- Стиль проведення тренінгу
1 2 3 4 5 6

- Вибір та ефективність методів навчання
1 2 3 4 5 6

- Роздаткові матеріали
1 2 3 4 5 6

- Атмосферу семінару
1 2 3 4 5 6

- Роботу тренерів
1 2 3 4 5 6

3. Завдання навчальних курсів були:

- зрозумілими
 незрозумілими
 Ваш варіант _____

Коментарі

4. Поставлені організаторами тренінгу завдання:

- повністю виконані
 деякою мірою виконані
 не виконані

Коментарі

5. Мої очікування від тренінгу:

- повністю виконані
 деякою мірою виконані
 не виконані

Коментарі

6. Тривалість тренінгу була:

- занадто довгою
 адекватною
 занадто короткою

Коментарі

7. Тренінг був:

- увесь час цікавим
- іноді цікавим
- нецікавим

Коментарі

8. Матеріали, представлені на даному тренінгу, були для мене:

- майже усі новими
- деякою мірою новими
- майже усі відомими

Коментарі

9. Навчальне приміщення було:

- відмінним
- задовільним
- незадовільним

Коментарі

10. Забезпечення учасників тренінгу (житло, харчування) було:

- відмінним
- задовільним
- незадовільним

Коментарі

11. Чи залишились Ви задоволеними від власної роботи на тренінгу?

- так
- не зовсім
- ні

Коментарі

12. Вкажіть 3 найважливіших аспекти, які стали для Вас найбільш значущими у ході тренінгу?

- 1)
- 2)
- 3)

13. Що виявилось менш корисним для Вас?

1)

2)

3)

14. Які ще думки стосовно тренінгу Вам хотілося б ще висловити?

15. Спробуйте відтворити у вигляді малюнка Ваш настрій від тренінгу:



Якщо у Вас є бажання, можете залишити інформацію про себе:

ПІБ

Дякуємо за співробітництво!

Список використаної літератури

1. Азаров Ю.П. Семейная педагогика. – М.: Политиздат, 1995.
2. Алексеєнко Т.Ф. Основні концепції та філософія змісту виховання батьків // Почат. шк. – 1996. – № 8.
3. Амосов Н.М. Энциклопедия Амосова . Алгоритм здоровья. Человек и общество. – Д.: Сталкер, 2002. – 464 с.
4. Гончаренко С.У. Український педагогічний словник.- К.: Либідь, 1997. – 374 с.
5. Денисова О.І., Ковганич Г.Г. Модуль “Як стати лідером” // Програма Міністерства освіти і науки України, ПРООН, ЮНЕЙДС “Сприяння просвітницькій роботі “рівний-рівному” серед молоді України щодо здорового способу життя”. – К., 2001.
6. Заброцький М.М. Вікова психологія: Навч. посіб. – 2-ге вид., випр. і доп. – К.: МАУП, 2002. – 104 с.
7. Кон. М.С. Ребенок и общество. – М., 1988.
8. Родинно-сімейна енциклопедія /Блаптіна В.М., Белкіна Н.І. та ін.- К.: Богдана, 1996.
9. Семейное воспитание // Краткий словарь. – М., 1990.
10. Сім'я і родинне виховання: Концепція / Постовий В., Щербань П., Алексеєнко Т., Докукіна А., Стрельнікова Н. // Рід. шк. – № 11/12, 1996. – С. 15-21.
11. Соціальна робота/соціальна педагогіка: (Понятійно-термінол. слов.) / Під заг. ред. І.Д. Зверєвої . – К.: Етносфера, 1994.
12. Стельмахович. Українська народна педагогіка. – К.: ІЗМН, 1997.
13. Торре Ада Дела. Ошибки родителей. – М.: Прогресс, 1984.
14. Чепмен Г., Кэмпбелл Р. Пять путей к сердцу ребенка. – СПб.: Христиан. о-во «Библия для всех», 2000.

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА ЩОДО ПРОБЛЕМ СІМ'Ї

(Книжковий фонд Ресурсного центру ім. Андрія Мурайова-Апостола)

1. Альтернатива: Інформ.-метод. сб. для спеціалістів ЦССМ, прием. родителів и родителів-воспитателів дет. домов семейн. типа. Ч.1. / Крым. республик. центр социал. служб для молодежи. – Симф., 2001. – 37 с.
2. Альтернатива: Інформ.-метод. сб. для спеціалістів ЦССМ, прием. родителів и родителів-воспитателів дет. домов семейн. типа. Ч. 2. /Крым. республик. центр социал. служб для молодежи. – Симф., 2001. – 57 с.
3. Антонов А.И. Микросоциология семьи: (Методология исследования структур и процессов): Учеб. пособие для вузов.– М.: Nota Bene, 1998.– 360 с.
4. Батищева Г.О., Зайцева З.Г. Робота соціальних служб для молоді з молодю сім'єю: Метод. рек. – К.: А.Л.Д., 1996. – 100 с.
5. Бевз Г.М., Пеша І.В. Дитина в прийомній сім'ї: Нотатки психолога. – К.: УІСД, 2001. – 101 с.
6. Бондарчук О.І. Психологія сім'ї: Курс лекцій. – К.: МАУП, 2001. –96 с.
7. Браун-Гальковська М. Домашня психологія: подружжя, діти, родина / Пер. з пол. З. Городенчук. – Л.: Свічадо, 2000. – 176 с.
8. Вместе: Метод. пособие. – Николаев: Техномаркет, 1998. – 20 с. – (Б-ка Центра планирования семьи).
9. Діти, жінки та сім'я в Україні: Стат. зб. – К.: Держ. ком. статистики, 2000. – 363 с.
10. Діяльність Дніпропетровського ОЦССМ по реалізації програми “Сімейна академія” // Довіра і надія. – 1999. - №4. – 40 с.
11. Дружинин В. Н. Психология семьи. - Екатеринбург: Деловая кн., 2000. – 3-е изд., испр. и доп. -208 с.
12. Каптерев П.Ф. О семейном воспитании: Учеб. пособие / Сост. и авт. коммент. И.Н. Андреева. – М.: Академия, 2000. – 168 с.
13. Карлсон Р. Не переживайте по пустякам... Все это дела семейные / Пер. с англ. И.А. Литвиновой. - М.: РИПОЛ КЛАСИК,1999. – 416 с.
14. Лактионова Г.М. и др. Инновационные формы опеки детей: международный и национальный опыт / Г.М.Лактионова, Г.М.Шипиленко, И.В.Братусь; Под общ.ред.Г.М.Лактионовой. – К.: Наук. світ, 2001. – 61 с. – (Б-чка социал. работника

- /социал. педагога). – (Сер. “ Благополучие детей и молодежи: возможности социал.работы”).
15. Литвиненко В.И. Зависимая семья. – Полтава, 1999. – 50 с.
 16. Методичний посібник по проведенню тренінг-курсу для соціальних працівників з питань підбору, підготовки та соціального супроводу прийомних батьків / О.О. Яременко та ін. – К.: УІСД, 2000. – 128 с.
 17. Методичні рекомендації по проведенню тренінгу-курсу для соціальних працівників з питань підбору, підготовки та соціального супроводу прийомних батьків / О.О. Яременко (кер. авт. кол.), Н.М.Комарова, Г.М. Бевз, Л.С.Волинець та ін. – К.: УІСД, 2000. – 128 с.
 18. Методичні рекомендації соціальним працівникам щодо соціального супроводу прийомних семей / Н.М.Комарова (кер. авт.кол.), Г.М. Бевз, Л.С. Волинець та ін. – К.: УІСД, 1999. – 103 с.
 19. Навайтис Г. Семья в психологическом консультировании. – М.: МОДЭК, 1999. – 224 с. – (Сер.” Б-ка педагога-практика”).
 20. Навайтис Г. Тайны семейного (не) счастья. - М.:Воронеж: Изд-во "Ин-т практич.психологии": Изд-во НПО "МОДЭК", 1998. – 176 с.
 21. Наша сім'я: Метод. рек. прийом. батькам / Н.М.Комарова (кер. авт. кол.), Г.М. Бевз, Л.С. Волинець та ін. – К.: УІСД, 1999. – 80 с.
 22. Новая модель организации работы органов местного самоуправления по опеке и попечительству над детьми (цикл сборников). Вып. 1. Новая модель организации работы органов местного самоуправления по опеке и попечительству над детьми и Модель образовательного учреждения нового типа для детей, нуждающихся в государственной защите. – М., 2000. – 136 с.
 23. Новая модель организации работы органов местного самоуправления по опеке и попечительству над детьми (цикл сборников). Вып. 2. Технологии реабилитационной работы, мониторинга и оценки развития ребенка, нуждающегося в государственной защите: (Метод. материалы). – М., 2000. – 239 с.
 24. Новая модель организации работы органов местного самоуправления по опеке и попечительству над детьми (цикл сборников). Вып. 3. Организация работы службы по устройству детей на воспитание в семью: (Метод. материалы). - М., 2000. – 93 с.
 25. Підготовка молоді до сімейного життя: Зб. теорет. та метод. матеріалів для працівників соц. служб для молоді / За заг. ред. З.Г. Зайцевої. – К.: УДЦССМ, 1999. – 56 с. – (Цикл “Молода сім'я”; Вип.4).

26. Полтавська В. Приготування до подружнього життя / Пер. з пол. З. Городенчук. – Л.: Свічадо, 2000. – 104 с
27. Прийомна сім'я: оцінка ефективності опіки: (Метод. рек. для соц. працівників).- К.: Укр. ін-т соц. дослідж., 2000.- 78 с.
28. Природно і надійно: Природне планування сім'ї: Посіб. користувача: Пер. з нім. – Л.: Свічадо, 1999. – 120 с.
29. Про становище сімей в Україні: Держ. доп. за підсумками 2000 року (схвалена міжвідом. коміс. з питань сімейн. політики. – К.: Шкіл. світ, 2002. – 192 с.
30. Про становище сімей в Україні: Доп. за підсумками 1999 р. – К.: УІСД, 2000. – 212 с.
31. Про становище сімей в Україні: Доповідь. - К.: Студцентр, 1999. - 232 с.
32. Проблеми відповідального батьківства. – Миколаїв: Техномаркет, 1998. – 32 с. – (Бчка Центру планування сім'ї).
33. Проблемні сім'ї: діти і батьки / Ю.М.Якубова, О.Г.Антонова-Турчанко, Г.В.Святненко та ін. – К.: Студцентр, 1998. – 138 с.
34. Проблемы алкоголизма в семье: Доклад Европейс. Союза, подгот. Петером Редфордом и опублик. в 1998 / Под общ. ред. Н.В. Заверико и И.П. Лобач.- Запорожье., 2001.- 99 с.
35. Родина: З досвіду роботи спеціаліз.соц. служби допомоги сім'ї, молоді та жінці "Родина" Терноп. обл. центру соц. служб для молоді. – Т., 2000. – 26 с.
36. Родина для всіх поколінь: Зб. сценаріїв сімейн. свят / За заг. ред. З.Г. Зайцевої. – К.: УДЦССМ, 1999. – 64 с.
37. Руководство по планированию семьи / Ассоц. планирования семьи. – К., 1998. – 258 с.
38. Семейное воспитание: Хрестоматия: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Сост. П.А. Лебедев. – М.: Академия, 2001. – 408 с.
39. Семья: Кн. для чтения. Кн.1 / Сост.: И.С. Андреева, А.В. Гулыга. – М.: Политиздат, 1991. – 346 с.
40. Семья: Кн. для чтения. Кн.2 / Сост.: И.С. Андреева, А.В. Гулыга. – М.: Политиздат, 1991. – 527 с.
41. Содержание и организация деятельности территориальных центров социальной помощи семье и детям: Науч.-метод. пособие в помощь работникам социал. служб и органов упр. - М.: Ин-т социал. работы, 1997. – 122 с.
42. Соціальна робота з молоддю, яка вступає в шлюб / За заг. ред. А.О.Бучака. – Рівне, 2001. – 32 с.

43. Соціальна робота з сім'ями різних категорій в системі центрів ССМ / Дніпропетр. обл. центр соц. служб для молоді. – Д., 2001. – 19 с.
44. Соціальне становлення дитини у прийомній сім'ї: соціальний супровід : Навч.-метод. посіб. /Л.С. Волинець та ін. – К.: УІСД, 200. – 127 с.
45. Соціальні служби родині: розвиток нових підходів в Україні / За ред. І.М.Григи, Т.В.Семигіної. – К., 2002.-128 с.
46. Створення та функціонування прийомних сімей: Навч. посіб. для держ. службовців / О.О. Яременко та ін. – К.: УІСД, 2000. – 128 с.
47. Торохтий В.С. Технологии психолого-педагогического обеспечения социальной работы с семьей: Учеб. пособие. Ч.2. - М.: МГСУ, 2000. – 216 с.
48. Трубавіна І.М., Бугаєць Н.А. Методи вивчення сім'ї: Наук.-метод. матеріали / За ред. І.М.Трубавіної. – К.: УДЦССМ, 2001.- 68 с.
49. Трубавіна І.М. Зміст та форми просвітницької роботи з батьками: Наук.-метод. матеріали для працівників соц. служб, учителів, соц. педагогів, студ. пед. вузів. – К.: УДЦССМ, 2000. – 88 с.
50. Трубавіна І.М. Соціально-педагогічна робота з неблагополучною сім'єю: Навч. посіб. – К.: ДЦССМ, 2002. – 132 с.
51. Филиппова Г.Г. Психология материнства: Учеб. пособие. – М.: Изд-во Института психотерапии, 2002. – 240 с.
52. Форми і методи роботи з молодією сім'єю: Зб. метод. матеріалів для працівників соц. служб для молоді: / За заг. ред. З.Г. Зайцевої. – К.: УДЦССМ, 2000. – 68 с. - (Цикл "Молода сім'я"; Вип. 5).
53. Холман А.М. Методы оценки семьи: Инструментарий для понимания и интервенций.: Пер. с англ.; Под общ. ред. Л.Романенковой. - Запорожье, 2000 - 104 с.
54. Шеляг Т.В. Современная семья и социальная работа. - М.: Социал.-технол. ин-т, 1999. – 242 с.
55. Щербань П.М. Національне виховання в сім'ї. – К.: Борівітер, 2000. – 260 с.
56. Энциклопедия молодой семьи. – М.: "РИПОЛ КЛАССИК", 2001. – 608 с.

©Християнський Дитячий Фонд, 2003.

Літературний редактор – К.В.Камінська
Комп'ютерна верстка – Т.Л. Лях